Aktivt och konstruktivt bemötande

Varaktighet:
45–60 minuter

Elevålder:
Högstadie- och gymnasieelever

Ämnen:
Mentorstid

Material:
• Handout eller affisch som förklarar de fyra responstyperna
• Valfritt: bildkort eller berättelse-promptar
• Reflektionsblad för diskussion

Välbefinnande-område
Mentalt och socialt

Elevaktivitet:
Hög – eleverna övar aktivt och rollspelar olika sätt att bemöta

Genomförbarhet för lärare:
Medel – kräver förberedelser av exempel och strukturerat rollspel

Varför:
För att lära elever konstruktiva kommunikationsfärdigheter som bygger positiva relationer.

Beskrivning

Aktiviteten inkluderar:

1. **Introducera de fyra typerna av respons när någon delar med sig av något:**
    - **Aktivt konstruktivt:** Visa genuint intresse, ställ frågor, gratulera.
    - **Passivt konstruktivt:** Ge en kort gratulation utan att utveckla.
    - **Aktivt destruktivt:** Lyfta fram negativa aspekter av den goda nyheten.
    - **Passivt destruktivt:** Visa ointresse eller byta ämne.

    Ge tydliga exempel på varje typ.

2. **Öva aktivt och konstruktivt bemötande med klasskamrater:**

Medfinansieras av Europeiska unionen

Finansieras av Europeiska unionen. De synpunkter och åsikter som uttrycks är endast upphovsmannens [upphovsmännens] och utgör inte Europeiska unionens eller Europeiska genomförandeorganet för utbildning och kulturs (EACEA) officiella ståndpunkt. Varken Europeiska unionen eller EACEA tar något ansvar för dessa.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]

- Para ihop elever och låt dem dela med sig av goda nyheter, till exempel ett provresultat.
- Uppmuntra aktivt lyssnande och positivt engagemang.

3. **Rollspel:**
   - En elev berättar en historia (med hjälp av prompts eller bilder).
   - De andra svarar med en av de fyra stilarna som de valt i hemlighet.
   - Rotera roller så att alla får öva både att vara berättare och att svara.
4. **Reflektera och diskutera:**
   - Hur kändes de olika responserna?
   - Hur bidrar positiva responser till tillit, närhet och självförtroende?

Läs mer:

Uusitalo, L. & Vuorinen, K. (2022). *See the Good! How to guide children and adolescents to find their character strengths*. Positive Learning.

Passmore, J., & Oades, L. G. (2022). Positive psychology techniques–Active constructive responding. *Coaching Practiced*, 457-460.

Medfinansieras av Europeiska unionen

Finansieras av Europeiska unionen. De synpunkter och åsikter som uttrycks är endast upphovsmannens [upphovsmännens] och utgör inte Europeiska unionens eller Europeiska genomförandeorganet för utbildning och kulturs (EACEA) officiella ståndpunkt. Varken Europeiska unionen eller EACEA tar något ansvar för dessa.
[Pr. number: 2023-1-SE01-K220-SCH-000159394]