

Pedagogisk sol

Pedagogisk sol er et verktøy hvor hensikten er å øve opp selvinnsikt og bevissthet på hva som er viktig for en selv. Øvelsen går ut på å fullføre ufullstendige setninger som for eksempel kan handle om forventninger, behov, verdier eller interesser og skal lede oppmerksomheten til å oppdage det som har betydning for den enkelte. Det kan skape bevisstgjøring gjennom assosiasjoner, følelser og holdninger som igjen kan lede til valg, for eksempel til å endre noe.

Slik kan Pedagogisk sol brukes:

Ut fra aktuell tematikk, skriv en ufullstendig setning i sirkelen, eksempelvis *mestring for meg er.....*. Deltakerne skal fullføre den ufullstendige setningen i sola, slik at det blir 5 til 7 meningsfulle setninger. Bruk cirka 10 minutter på dette.

2-3 personer forteller hverandre hva de har skrevet ned. Deltakerne skal ikke kommentere hverandres fortelling. Bruk cirka 2-3 minutter på dette. Deltakerne skal så snakke om:

- Hvordan var det å dele det du hadde skrevet?
- Hvordan var det å dele uten å forklare eller kommentere?
- Hvordan var det å ikke kommentere når den/de andre leste opp sitt?
- Hvilke tanker (assosiasjoner/refleksjoner) gjorde du deg når du lyttet til den/de andre?
- Hva har du lært/oppdaget gjennom denne øvelsen?

Etter at gruppene er ferdige, gjennomføres en plenumsdialog basert på opplevelser og refleksjoner. Dialog og refleksjon om oppgaven:

- Hvordan var det å fullføre setningene? Meningsfullt? Oppdaget noe nytt?
- Del noe av dialogen som har vært i smågruppene rundt spørsmålene 1-5
- På hvilken måte kan dette være en hjelp?

Kilde:

- Tveiten S (2008). *Veiledning – mer enn ord*. Fagbokforlaget.
- Grendstad NM (2010). *Å lære er å oppdage*. Didakta norsk forlag.