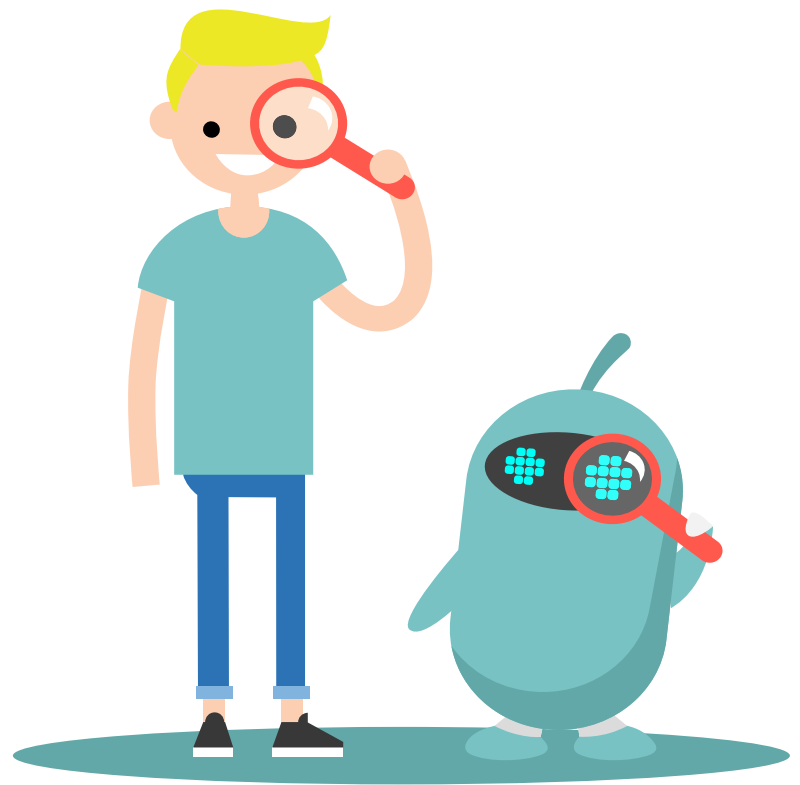


Nysgjerrighet



Innledning til lærerne

”Mestring av følelser er sentralt for å leve gode liv”

«Alle trenger å kjenne, forstå og akseptere følelsene sine for å kunne ha det bra med seg selv og med andre. Følelsene varsler om behov vi må tilfredsstille, de gir motivasjon og opplevelse av mening med livet. På mange måter er følelsene motoren som holder oss i gang. Det er økende belegg for å si at manglende regulering og integrering av følelser er kilde til mange psykiske lidelser. Mestring av følelser er sentralt for å leve gode liv. I psykologien opererer man med noen grunnfølelser. Alle de andre er nyanser av grunnfølelser.»
Helsefremmende arbeid, oppvekst Gyldendal 2016

Nysgjerrighet kan defineres som å utforske og/eller tilegne seg kunnskap. Dette er av mange oppfattet som en av de viktigste drivkrefter bak vitenskapelige funn og menneskelig utvikling. Tenk bare på oppfinnelser som fly, romfart, medisin og elektrisitet.

Psykologisk defineres det som et ønske om å utforske eller tilegne seg kunnskap eller opplevelser. Nysgjerrighet er indre motivert og knyttet til positive følelser hos den enkelte. Man søker etter meningsfull kunnskap og opplever det som en belønning og mestring når man finner ut noe.

Nysgjerrigheten deles i to former:

- Informasjonssøkende atferd og det å lære noe nytt.
- Sanselig nysgjerrige ved oppsøkende og utforskende atferd.

Forskning viser at nysgjerrighet fremmer utvikling både kognitivt, sosialt, emosjonelt og fysisk. Nysgjerrighet har betydning for utvikling av identitet, tilknytning, sosial kompetanse og tilfredshet.

For barn og unges psykiske helse er det viktig å bevare nysgjerrigheten samtidig som de utvikler evnen til å vurdere mulige konsekvenser (Frode Svartdal, UIT, Store Norske Leksikon). Som voksne kan vi bidra til at barn får utforske nysgjerrigheten i trygge rammer og hjelpe dem å vurdere mulige konsekvenser ut fra alder og forutsetning.

Nysgjerrighet er tegn på god vitalitet, åpenhet og oppriktighet. Nysgjerrigheten avtar etterhvert som mennesker blir eldre. I puberteten kan hormonene forstyrre nysgjerrigheten, og man kan oppleve endringer med hensyn til nysgjerrigheten. Hormonene og det sosiale spillet overtar, samt at normene i større grad styrer vår atferd.

Nysgjerrighet er mat for fantasien og stimulerer til refleksjon og kreativitet. Lek er i stor grad drevet av nysgjerrighet.

Gjennomføring i klassen

Mål for samlingen

Målene for LINK

Å bidra til styrket selvbilde

Å bidra til opplevelse av tilhørighet

Å bidra til mestring

Kompetansemål for samlingen

Kunnskap: at elevene lærer at nysgjerrighet er positivt og fremmer læring

Ferdighet: at elevene reflekterer over at nysgjerrighet også handler om å ta hensyn til egen sikkerhet og andres ve og vel, og trener på begrunnede vurderinger

Verdi: at elevene ser at følelsen er konstruktiv og viktig, men at det fins noen fallgruver



Innledningsritual

Start hver samling på samme måten. Spill gjerne musikk, tenn lys, pynt med blomster, håndhils på alle, eller gjør andre hyggelige ting. Poenget er å signalisere at dette er en link-time, og at link-timer er annerledes enn andre timer.

Dagens gullkorn

Alle forteller om en hyggelig ting de har opplevd siden sist samling. Husk at det er små og enkle hverdagsgledene vi er på jakt etter, ikke grense-sprengende happeninger.

Tema

Presentasjon av tema

Lærer presenterer dagens tema, helt kort. Si noen få setninger om hva samlingen skal handle om. Her kan man plukke ut noe av det som står i innledning til læreren. Innledningen skal bare spore elevene på tematikken og bør derfor ikke ta mer enn noen få minutter.

Vi snakker om tema

Alternativ 1:

Bruk gjerne utarbeidet PowerPoint(PP) som utgangspunkt for samtale om temaet. Under PP-bildene fins det støttespørsmål du kan bruke i samtalen med elevene. Du kan også lage egne spørsmål, men det er viktig at spørsmålene er åpne. De skal legge til rette for refleksjon og felles undring og utforskning. Vi er ikke på jakt etter fasitsvar, men ønsker at barn/unge skal få satt ord på egne tanker, følelser og meninger.

Det ikke er et poeng å komme gjennom alle bildene. Hvis elevene har mye å snakke om til de første bildene, er det viktigere å bruke tid på disse, enn å avbryte og forte seg videre for å rekke alt. Til bildene leses det opp en tekst om latter og glede som helsebringende faktorer. Enkle setninger hentet fra innledningen til temaet.

Alternativ 2:

Nysgjerrig-Per

Gå inn på nettsiden www.nysgjerrigper.no

Snakk om hva som er positivt med nysgjerrighet, og hvordan den kan bidra til læring og gode opplevelser. Reflekter sammen over om nysgjerrighet kan ha noen negativt med seg også. Finn eksempler.

Vi jobber med tema. Velg, vrak og tilpass

Her kommer mange ulike oppgaver du som lærer kan velge mellom. Det er ikke meningen å gjøre alt som er foreslått. Velg de oppgavene som passer best for din gruppe og for deg som gruppeleder. Vi anbefaler likevel at du velger oppgaver som gjør det mulig å jobbe med temaet på ulike måter, både gjennom aktivitet og samhandling, lek og latter og ikke bare gjennom å snakke.

Oppgaver

Nysgjerrig-Per

Gå inn på nettsiden www.nysgjerrigper.no
Finn aktuelle oppgaver som dere vil prøve ut. For eksempel: Synk eller svøm - Flyter eller synker appelsiner i vann?

Nysgjerrig plan

(Her kan du jobbe alene eller sammen med noen andre.) Hva kan vi gjøre når vi er nysgjerrige? Hvordan vil du gå fram for å finne ut det du lurer på? Tenk på en ting du er nysgjerrig på. Lag en plan for hvordan du kan finne ut mer om det. Elevene presenterer for hverandre det de er nysgjerrige på og hvordan de vil utforske dette videre.

Sosiale medier

- Er det noen serier eller TV-program som gjør at vi som seere bruker nysgjerrigheten positivt?
- Er det noen serier eller TV-program som gjør at vi som seere bruker nysgjerrigheten negativt?
- Hvordan kan nett og mobil påvirke nysgjerrigheten vår? Gi eksempler. Hva tenker dere om dette?

Nysgjerrig på hverandre

- Finn egenskapen, interessen, favorittmaten til de andre elevene. Grupper på seks elver. Hver elev skriver for eksempel favorittmiddagen på en lapp og legger lappene på bordet. Elevene trekker en tilfeldig lapp hver og gjetter hvem sin favorittmiddag de har trukket.
- Øv på å være positivt nysgjerrige overfor hverandre. Alle i gruppa forteller en ting om seg selv. De andre skal stille spørsmål når en i gruppa har fortalt noe. Husk: Ingen forteller mer enn de ønsker!
- Lag en spå med mange ulike spørsmål i. Spå hverandre.
- Fordreide ansikter: Fotoshop et bilde av deg selv og gi til læreren som skriver ut. Alle kan gjette hvem som er hvem.

Nysgjerrig, rett og slett

- Finn eksempler på rare oppfinnelser.
- Les en liten fortelling som slutter brått – lag fortsettelsen! Hvorfor er vi nysgjerrige på hvordan det ender?
- Pakk inn en ting, og de andre skal gjette hva som er inni?
- Se en filmsnutt med stopp midt i en sekvens. Hva er fortsettelsen? Hvorfor nysgjerrig?
- Se morsomme videoklipp med nysgjerrige dyr/situasjoner.

Filosofiske spørsmål

For de som er ekstra glad i å filosofere.

- Hva er bra med å være nysgjerrig?
- Hvorfor trenger mennesker nysgjerrighet?
- Hva kan være dumt med å være nysgjerrig?
- Er nysgjerrighet noe man er født med eller kan man velge å være nysgjerrig?
- Hva gjør deg nysgjerrig?

Bare for gøy

Ei rumpe i gulvet

Formål: Samarbeidstrening

Utstyr: Ingenting

Øvelsen er både gøy, og gir trening i samarbeid. Å vise empati handler om å aktivt gå inn i samspill med andre. Elevene deles inn i grupper på ca.4. Leder gir instruksjoner som gruppa skal følge. F.eks: en rygg, tre føtter og ei hånd i gulvet. Gruppa må bli enige i hvordan de skal løse det. Den gruppa som klarer det raskest får et poeng. Leder gir ny instruks.

Telle til ti

Formål: Sensitivitetstrening, å ta initiativ, la andre slippe til

Utstyr: Ingenting

Elevene sitter i ring. Gruppemedlemmene skal telle til ti uten at det er avtalt hvem som skal si hva. Dersom flere sier et tall samtidig må de starte på en igjen.

Ei fjær og fem høns

Formål: lytte nøye, gjengi budskap presis, forstå hva som skjer når noe går gjennom mange ledd

Utstyr: Ingenting

Elevene står i ring. En elev begynner å hviske ei setning til naboen. Naboen må lytte nøye, for det er ikke lov å gjenta det som er hvisket. Når setningen har gått hele runden, skal sistemann si høyt hva han hørte. Stemmer det med første setning? Er dette det samme som skjer med rykter?

Fruktkompott

Formål: Lek, konsentrasjon

Utstyr: Stoler i en sirkel, en stol mindre enn antall deltakere.

Lederen går rundt til alle deltakerne og hvisker i øret hva slags frukt de skal være. F.eks: epler, appelsiner, bananer og druer. En står i midten og roper ut en av fruktene. Alle som er den type frukt må reise seg og finne ny plass. Det må personen i midten også. Den som ikke finner ledig plass er neste utroper. Utroperen kan også si: fruktkompott. Da må alle reise seg og finne ny plass.

Oppsummering

Som oppsummering anbefaler vi krøll-og-kast-oppgaven, eller velg 3 ting.

Krøll-og-kast

Krøll-og-kast-oppgavene finner dere i opplegget for samlingen. Elevene skal svare på spørsmålene anonymt og krøller arket sammen. Spør så hvem som vil være dagens skyteskive. Vedkommende stiller seg opp med ryggen mot gruppa. Resten peper skyteskiva med papirballene sine. Skyteskivas privilegium er at hun/han får lese opp noen av svarene, kanskje tre ark er passelig? Hvis det er populært å være skyteskive, er det viktig at dette går på omgang. Noen synes det er stas når deres svar blir lest opp og vil gjerne si det, andre vil helst ikke gi seg til kjenne. Begge deler er helt greit. Det er lov å komme med positive kommentarer til det som leses opp.

Tre ting

Alle noterer ned 3 ting de husker fra dagens samling, og 3 ting de har lært. Læreren ber noe lese hva de har skrevet. Elevene kan selv velge hva de vil dele.

Neste gang

Fortell hva som er tema neste gang. Si til elevene at hvis det er noe de synes er problematisk med temaet, kan de si ifra til læreren så finner dere løsninger sammen.

Avslutningsritual

Avslutt alltid samlingene på samme måte. Ritualet skal være hyggelige og bidra til at elevene føler seg verdsatt. Et avslutningsritual kan være at alle elevene står i ring og sender klassebåndet i sirkelen mens man spiller et musikkstykke.

Klassebåndet lages ved at alle elever klipper til et tøyestykke på ca.50 cm. Hver elev får velge sitt tøyestykke. De kan eventuelt også få litt tid til å pynte det. Alle båndene knyttes så sammen til en sirkel. Vi foreslår at alle tøyestykkene legges i en haug, og så får en og en elev bind for øynene og trekker hvilket tøyestykke som skal være det neste. På den måten blir rekkefølge og sammensetning tilfeldig. Fordelen med å knytte båndene i stedet for å sy, er at man kan gi rom til nye tøyestykker dersom gruppa får nye medlemmer.

Klassebåndet er et symbol på at alle hører til, at alle har en plass i fellesskapet. Vi er knyttet til hverandre. Derfor er vi avhengig av hverandre og vi velger å ta vare på hverandre. I gruppa skal alle ta plass, og alle skal gi plass. Båndet sirkulerer og binder oss sammen.

Læreren kan også stå i døra og dele ut stå-på-kort eller seigmenn til elevene mens de forlater samlingen. Stå-på-kort ligger under ekstramateriell. De kan skrives ut og eventuelt lamineres.

vare på hverandre. I gruppa skal alle ta plass, og alle skal gi plass. Båndet sirkulerer og binder oss sammen.

Læreren kan også stå i døra og dele ut stå-på-kort eller seigmenn til elevene mens de forlater samlingen.

*Stå-på-kort ligger under ekstramateriell.
De kan skrives ut og eventuelt lamineres.*

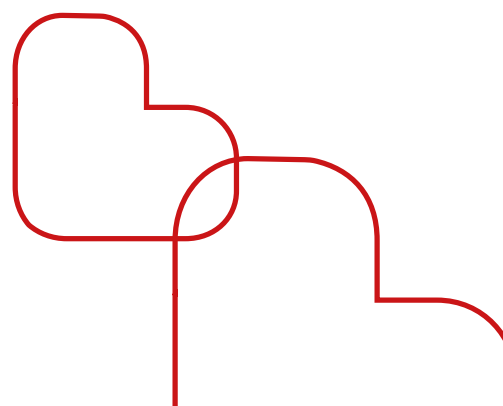
Krøll og kast oppgaven
Nysgjerrighet
Svar på en eller flere oppgaver

1. Hva er du nysgjerrig på?

2. Hva er bra med nysgjerrighet?

3. Hvordan er det når noen er nysgjerrige på deg?

4. Nevn to yrker hvor det er viktig å være nysgjerrig?



Seigmannen

