

Självpresentationer

Ett utmärkt sätt att bygga ett bra klimat i en grupp och öka effektiviteten är att lära känna varandra bättre. Nedan hittar du förslag på olika sätt att genomföra så kallade självpresentationer. Längst ner hittar du också tips på frågeställningar att plocka från som grund för presentationen. Ta inte alla på en gång utan använd några i taget. Där finns också några tips om vad som kan vara bra att tänka på när ni genomför presentationerna.

1. Klipp och klistra

Material: Saxar, lim, gamla tidningar, tomma blädderblocksblad

Genomförande: Varje deltagare beväpnar sig med sax och bläddrar sedan i tidningarna på jakt efter rubriker, bilder etc som passar in på vem jag är alternativt den ställda frågeställningen. Dessa klistras sedan upp på blädderblocksbladet och muntlig presentation görs utifrån detta.

2. Naturföremål

Material: Tillgång till ”naturområde”

Genomförande: Deltagarna får 10-15 minuter på sig att promenera ut i naturen och leta upp naturföremål som passar in på dem själva eller frågeställningen. Till exempel kan en krokig trädgren symbolisera en krokig väg genom livet etc. Naturföremålen tar jag sedan med mig tillbaka och använder som stöd i min presentation.

3. Rita och måla

Material: Tuschpennor, blädderblocksblad

Genomförande: Den vanligaste formen där deltagarna får ett tomt blad att fylla med symboler och bilder som presenterar dem själva eller frågeställningen. Poängtera att det inte är en teckningstävling och att det oftast blir lättare att komma ihåg och mer levande med bilder och symboler istället för skrivna ord. Sedan berättar var och en om sina bilder/symboler.

4. Knytkalas

Material: Var och ens egen medhavda mat

Genomförande: Deltagarna instrueras i förväg att ta med sig mat som på ett eller annat sätt symboliserar dem själva som person. Under intaget av maten berättar man sedan i tur och ordning varför jag valt just den maten och vad den säger om mig.

5. Intervjun

Material: inget

Genomförande: Utifrån de förutbestämda frågeställningarna intervjuar deltagarna varandra i par (eller triader om antalet är udda). Ta gott om tid till detta. Sedan träffas man åter i cirkel och presenterar där varandra. Låt oss säga att A intervjuar B (och vice versa), så berättar sedan A om B utan att B får säga något eller korrigera något under berättandet. När A är klar får B chans att korrigera om han/hon upplever att något inte blev korrekt uppfattat eller missat. Sedan byter man så att B berättar om A direkt efter.

Tips på frågeställningar att välja bland

1. VEM är du som person? (mer än VAD du är)
2. Vad upplever du att du för styrkor/svagheter när det gäller att arbeta i grupp? Då menar vi inte ”bra på att fixa datorer” osv utan mer ”mjuka” färdigheter. Vi kan även byta ut ordet svagheter mot områden där du upplever att du har störst utrymme för förbättring.
3. Om du fick vara en kändis, vem skulle du vilja vara och varför?
4. Nämn en person som du beundrar? Varför?
5. Hurdan var du i skolan? Vilka var din favoritämnen/lärare? Varför?
6. Vad har du för framtidsdrömmar?
7. Vad är viktigt för dig här i livet?
8. Vad gör du på din fritid?
9. Vad har du gjort/upplevt tidigare i livet? (ej endast jobb, utan även resor, händelser etc)
10. Varför jobbar du med det du gör?
11. Vad gör dig arg respektive glad? Hur märker vi på dig när du är arg/irriterad?
12. Vad har du för förväntningar på vår grupps samarbete?
13. Familj?
14. En utmaning här i livet som du vill klara av?
15. När jag är 80 år och ser tillbaka på mitt liv så vill jag se det här...

Använd gärna flera av frågeställningarna i kombination med varandra.

Att tänka på

Om när du genomför presentationer kan det vara bra att tänka på:

- Söka skapa en öppen och trygg atmosfär där det är tillåtet att ställa frågor till varandra efter/under presentationer
- Gärna sitta i ring utan bord emellan, det underlättar kommunikationen
- Gärna använda ”popcorn-modellen”, d v s att presentationen inte sker i någon bestämd ordning, kan underlätta för dem som är nervösa