

## INTRESSEN

**Syfte:** Eleverna ska reflektera över sina intressen, utveckla självkännetdom och inspireras av varandra.

**Målgrupp:** åk 7-9

**Tidsåtgång:** cirka 30 minuter

**Material till eleverna:** Penna

**Förberedelser för lärare:** Ta med papper som eleverna kan rita på

---

## GENOMFÖRANDE

Eleverna ska få fundera över sina intressen – både vad de gillar nu och vad de är nyfikna på. De ska få inspirera varandra och kanske upptäcka något nytt om dem själva.

### STEG 1 - "MIN INTRESSEKARTA", INDIVIDUELL REFLEKTION

Eleverna ritar två bubblor på ett papper. Eleverna ska skriva minst 3 intressen i varje bubbla.

Intressen jag har idag

De skriver ned sådant de gillar att göra i den ena bubblan:

- Aktiviteter
- Ämnen i skolan
- Saker de gör på fritiden
- Saker de fastnar för och vill lära sig mer om

Exempel: spela fotboll, rita, baka, spela spel, skriva, teknik, hjälpa andra, natur, djur, språk.

Intressen jag är nyfiken på

Det handlar om sådant de är *nyfikna på*, men kanske inte vågat testa eller inte haft möjlighet att prova. Skriv i den andra bubblan

Exempel: spela instrument, koda, starta en egen YouTube-kanal, dreja, knyppla, löpning, laga mat, fotografering, politik, odling.

## STEG 2 - INTRESSENYCKLAR, PARÖVNING

Eleverna går ihop två och två.

De turas om att berätta:

1. Ett intresse de har och varför det betyder något för dem.
2. Ett intresse de önskar att de hade – och vad som hindrat dem från att testa.

Partnern får ställa frågor som hjälper dem att tänka vidare, t.ex.:

- "Hur kom du in på det här?"
- "Vad är det roligaste med det?"
- "Vad skulle vara ett första litet steg för att testa det där nya?"

Målet är inspiration, inte bedömning.

## STEG 3 - GEMENSAM INSPIRATION – "INTRESSEVÄGGEN"

Eleverna skriver *ett intresse de redan har* och *ett intresse de önskar att de hade* på varsin post-it (eller digital motsvarighet) och sätter upp dem på tavlan under två rubriker:

"Det här gillar vi!"

"Det här är vi nyfikna på!"

Läraren leder sedan en kort diskussion:

- Vilka intressen dyker upp flest gånger?
- Är det något som överraskar?
- Är det någon som blev sugen på att testa något nytt efter att ha hört andras exempel?

## STEG 4 - AVSLUTANDE REFLEKTIONSFRÅGA

Eleverna får skriva eller fundera över:

"Vilket intresse – nytt eller gammalt – vill jag ge mer tid till de närmaste veckorna?"