

TRÄNA PÅ ATT GÖRA VAL

Syfte: Att träna elever i att reflektera över olika alternativ, förstå konsekvenser av sina beslut och utveckla sin förmåga att göra medvetna val i vardagen.

Målgrupp: åk 7-9

Tidsåtgång: Cirka 60 minuter

Material för elever: Papper och pennor, whiteboard eller blädderblock, eventuellt kort med olika scenarier/val (kan förberedas som bilaga).

Förberedelser till lärare: Förbered kort eller lappar med olika situationer där eleverna behöver göra ett val (t.ex. val mellan fritidsaktiviteter, studier, konsumtion, vänskapsrelationer). Dela in klassen i små grupper.

GENOMFÖRANDE

INTRODUKTION (10 MINUTER)

Läraren förklarar övningens syfte:

“Vi ska träna på att göra val genom att analysera alternativ, tänka på konsekvenser och motivera våra beslut.”

Diskutera kort vad som påverkar våra val: värderingar, känslor, gruppsyck, intressen, information.

Fråga eleverna: “Vilket val har varit svårt för dig nyligen och varför?”

STEG 1 - SCENARIO

Ge varje grupp 3-5 olika scenario

Gruppen diskuterar varje scenario kort med hjälp av reflektionspapper (bilaga 2):

1. Vilka alternativ finns?
2. Vilka konsekvenser kan varje alternativ få?
3. Vilket val skulle ni göra och varför?

Eleverna skriver ner sina svar och motiveringar på reflektionspappret.

STEG 2- REDOVISNING OCH REFLEKTION

Grupperna redovisar sina val för klassen.

Gemensam diskussion: Finns det andra alternativ? Hur hade olika val påverkat situationen?

Läraren avslutar med att koppla diskussionen till vardagliga beslut och att reflektera över konsekvenser.

KÄLLHÄNVISNING

Inspirerad av Skolverkets material om värdegrund, livsfrågor och valkompetens:
[Skolverket - Värdegrund och livsfrågor](#)



BILAGA 1: SCENARIO-KORT

1. Du får välja mellan att göra läxor direkt efter skolan eller spela datorspel hela eftermiddagen. Vad väljer du och varför?
2. Du har två fritidsaktiviteter samtidigt och måste välja en. Hur resonerar du?
3. En vän vill att du ljuger för att hjälpa hen. Vad gör du?
4. Du har möjlighet att spara pengar eller köpa något du vill ha direkt. Vad väljer du?
5. Du kan gå hem direkt efter skolan eller stanna kvar och hjälpa till med ett skolarbete. Hur väljer du?
6. Du får chans att prova en ny sport, men måste ge upp en annan aktivitet. Vad väljer du?
7. Du har två möjliga teman för ett arbete i skolan. Hur bestämmer du dig?
8. Du får välja att stå upp för någon som blir retad eller hålla dig utanför. Vad väljer du?
9. Du kan prioritera läxor eller fritid med vänner på helgen. Hur resonerar du?



BILAGA 2: REFLEKTIONSBLAD (FÖR VARJE SCENARIO)

Scenario

.....
.....
.....

Alternativ

.....
.....
.....

Konsekvenser för varje alternativ

.....
.....
.....

Slutligt val och motivering

.....
.....
.....

