|  |
| --- |
| Noter efter introduktionsvideoen. |
|  |

|  |
| --- |
| 2. video. Hvem er jeg?  **Refleksion individuelt eller i gruppe:** Hvilke tanker / erfaringer har du mht. at dele personlige livs- og barndomserfaringer med kolleger?  Hvordan er din adgang til / kontakt med barnet i dig selv?  Notér: |
|  |

|  |
| --- |
| 3. video. Jeg har selv været barn engang.  **Individuel øvelse / Refleksion**  Du skal bruge papir og farveblyanter. Se / lyt til den guidede rejse tilbage til et tidspunkt i din barndom/ungdom, hvor det ikke var let at være dig. Hvor du følte dig ensom, skamfuld, forkert...  Tegn situation. Giv dig god tid.  Skriv evt. nogle nøgleord: oplevelser/tanker/følelser.  Hvilke ord kunne have været lindrende for dig at høre fra en voksen, som så dig?  Prøv at sige dem for dig selv. Mærk godt efter og justér ordene, så de giver dig følelsen af at være set. Notér ordene ved din tegning.  **I gruppe:**  Del med hinanden to og to hvad jeres tegning fortæller og hjælp hinanden med at finde frem til de ord, som kunne have lindret at høre fra én, som så dig. Find frem til essensen af budskabet og notér det: |
|  |

|  |
| --- |
| Eftertanker... hvad blev du især optaget af i denne session?  Hvad vil du dele/drøfte med din skyggekursist? |
|  |