

# ATT VARA EN BRA KOMPIS

## Övningar till sidorna 2-5:

### Jasmine och Carmen är riktiga kompisar, Kompisar på flykt och Test: Är du en bra kompis?

#### JASMINE OCH CARMEN ÄR RIKTIGA KOMPISAR



Jasmine och Carmen gick i samma klass men hade inte varit vänner förrän de kom på ett utbyte och sedan blev de vänner till varandra.

**VILKA KOMPISAR HÖR IHOP?**



#### JASMINE OCH CARMEN

**FEM TIPS PÅ HUR DU SKAFFAR EN KOMPIS**

1. Var god mot andra.
2. Lyssna och prata om saker som är intressanta för dig.
3. Gå på samma aktiviteter och spendera tid tillsammans.
4. Var en bra vän till andra och hjälp dem när de behöver det.
5. Var en bra kompis för andra och hjälp dem när de behöver det.

**FRED BETYDER ATT KÄNNA SIG ÄLSKAD OCH TRYGG**

Fred betyder att man känner sig trygg och älskad. Det betyder också att man inte behöver vara rädd för någon och att man kan vara sig själv. Fred betyder också att man kan vara en bra kompis för andra och hjälpa dem när de behöver det.

#### KOMPISAR PÅ FLYKT



**TEST: ÄR DU EN BRA KOMPIS?**

1. Du är en bra kompis om du är god mot andra och hjälper dem när de behöver det.

2. Du är en bra kompis om du lyssnar på andra och pratar om saker som är intressanta för dem.

3. Du är en bra kompis om du går på samma aktiviteter och spenderar tid tillsammans.

4. Du är en bra kompis om du är en bra vän till andra och hjälper dem när de behöver det.

5. Du är en bra kompis om du är en bra kompis för andra och hjälper dem när de behöver det.

**HÄR BOR KOMPISARNA**



### TILL LEDAREN

De här övningarna syftar till att visa på att bygga fred inte bara handlar om att lösa konflikter i länder långt borta, det handlar också om hur vi är mot varandra i vardagen och i vårt eget samhälle. Att bygga fred börjar här och nu, genom att vara schysst mot och respektera varandra.

### LED EN KOMPIS

**Material och förberedelser:** Ögonbindel, förbered en bana med till exempel koner eller stolar. En person i gruppen tar på sig en ögonbindel. Alla andra står på ett ställe och får i uppgift att leda den blinde genom banan. Gruppen står och ropar anvisningar till den blinde för att hjälpa denne rätt. Alla får turas om att vara blind. Om gruppen är stor kan man dela upp sig på flera banor.

**Prata om:** Vad var lätt och vad var svårt? Förutom i leken, finns det andra situationer när man måste samarbeta? Kan man klara sig helt på egen hand? Vad kan bli bättre om man samarbetar?

### KOMPISINTERVJUER

Kom tillsammans i gruppen på tre intervjufrågor. Inspireras till exempel av en Mina vänner-bok. Dela in gruppen två och två och låt dem ställa frågorna till varandra. Återsamlas och låt alla presentera par-kompisen för gruppen. Som hjälp kan man ha ritat/skrivit ner svaren på papper under övningen.

**Prata om:** På vilka sätt är vi lika varandra? På vilka sätt är vi olika? Är det viktigt att vara lika varandra när man är kompisar? Vad är bra med att vara olika? Prata om att vi alla liknar varandra på vissa sätt, men är olika på andra. Poängtera att alla människor är viktiga och alla är välkomna i gruppen.

### KOMPISSOL

**Förberedelser:** Klipp ut solstrålar (remsor) i gult papper. Alla får varsin stråle och i uppgift att på den skriva en sak som kännetecknar en bra kompis. Sätt upp strålarna på väggen som en sol och låt dem vara en påminnelse om hur gruppen vill vara mot varandra. På första uppslaget i tidningen Fredligt, på sida 2, finns tips på hur man skaffar sig en kompis. Diskutera sakerna på listan. Funkar de? Finns det fler sätt att få kompisar?

**Prata om:** Fred kan betyda att det inte finns några krig, men det kan också handla om att känna sig trygg hemma, i skolan och med kompisarna. För att det ska bli så behöver vi alla hjälpas åt. Genom att vara en schysst kompis blir världen bättre och mer fredlig. Som i serien på baksidan av Fredligt, som visar hur goda handlingar sprider sig.

