



Övning

Ledarskap med bollar

Beskrivning

Låt bollarna bli symbol för hur du som ledare lämnar och tar emot en uppgift. Övningen ger underlag till en reflektion hur man tar och ger ansvar i en grupp. Övningen är också en bra för att skapa lyhördhet och stötta gruppmedlemmarna att se varandra.

Förberedelse

Du behöver en större lokal utan allt för mycket möbler. Låt deltagarna ställa sig i en cirkel, ha gärna musik på.

Genomförande

Låt en jongleringsboll rotera ett varv i gruppen, från hand till hand. Samtidigt som du ger instruktionen ” Du lämnar alltid bollen till samma person och du tar alltid emot bollen från samma person. Låt bollen gå ett varv lugnt och stilla samtidigt som du upprepar din instruktion. Efter att bollen gått runt ett varv kan alla deltagare börja röra sig fritt i rummet, långsamt till en början. Samtidigt ska bollen fortsätta att rotera i gruppen, alltid lämna/kasta till samma, alltid ta emot/fånga från samma. Allt eftersom kan du fylla på med flera bollar i gruppen så att ni till sista har 3-5 bollar roterande, allt utifrån gruppens storlek.

Reflektion

Avsluta övningen med reflektion. Ställ frågor som:

- Blev du utan boll?
- Hände det att du fick för många?
- Blev någon situation otrygg?
- Blev det för mycket någon gång?

Relatera till ledarskap, finns det liknelser med att kasta bollar?

Redskap

3-5 st jongleringsbollar, musik

Tid

20 minuter