



# **JA, DET GÖR VI**

*Drama- och miljöpedagogiska  
metoder för att stärka miljömedvetenhet*





© 2017 UNGDOMSCENTRA VILLA ELBA OCH KARLEBY NATURSKOLA  
HANDBOKEN SKRIVEN AV **CARL TENGMAN**  
FOTOGRAFIERNA TAGNA AV **CARL TENGMAN**  
OMBRYTNING GJORD AV **ZACHARIAS HOLMBERG**

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Inledning.....	1
Miljöpedagogik.....	2
Dramapedagogik.....	3
Konsumtionsvanor & naturresurser.....	4
Vad ledaren kan tänka på.....	5
Exempel på moduler för de olika målgrupperna.....	7
Övningar & metoder.....	8
Litteraturtips.....	30



## INLEDNING

Denna handbok är skriven för ledare som är intresserade av att jobba med ämnena konsumtionsvanor och naturresurser i syftet att stärka kunskapen om ekologisk hållbar utvecklingen hos olika målgrupper. Handboken innehåller främst övningar som man kan använda sig av i undervisningssyfte med olika målgrupper.

Övningarna som beskrivs i denna handbok är baserade på miljö- och dramapedagogiska metoder. De flesta övningar, men inte alla, är kombinerade av dessa två pedagogiska metoder. Övningarna och metoderna är utformade för att vara enkla för ledaren att använda och kräver inte att man sedan tidigare behöver ha en drama- eller miljöpedagogisk utbildning, även om båda kan vara till ledarens fördel. Handboken innehåller ett antal övningar för att ge ledaren valmöjligheter när hen planerar program för en specifik grupp.

Metoderna och övningarna finns beskrivna på sidorna 8-29. Varje övning innehåller en kort riktgivande rekommendation gällande målgrupp, hur stor del av gruppen som ska delta i övningen eller ifall gruppen ska vara indelade i mindre grupper, en uppskattning på tidsanvändningen för övningen, vilka utrymmen som är passliga för övningen eller metoden, vilken årstid övningen är lämplig för och ifall övningen eller metoden kräver någon form av rekvisita. För varje övning finns det också beskrivet ett kort syfte, vilket är tänkt att ska underlätta det för ledaren att välja övning. Dessa är dock riktgivande och det är fritt för ledaren att ändra och justera övningen enligt eget tycke.

I handboken berättar jag kort om miljöpedagogik och dramapedagogik som metod för att ledaren ska få en bättre förståelse för övningarna och temat för handboken. Den huvudsakliga tyngdpunkten för handboken ligger på att skapa en större medvetenhet kring konsumtionsvanor och användningen av naturresurser genom de övningar och metoder som finns beskrivna.

I handboken ger jag förslag och tips på saker som kan vara bra för ledaren att tänka på i samband med att hen leder en verkstad eller ett program med de övningar som finns beskrivna.

Avslutningsvis ger jag förslag på olika böcker som kan vara bra för ledaren att känna till och bekanta sig med inför en verkstad eller ett utbildningstillfälle. I samband med vissa övningar finns det också länkar till nätbaserade sidor med material som är nödvändiga för vissa övningar.

Denna handbok är skriven för Ungdomscentra Villa Elba och Karleby Naturskola. Handboken är skriven som en del av Carl Tengmans examensarbete för Yrkehögskolan Novia 2017.

# MILJÖPEDAGOGIK

Miljöpedagogik en pedagogik som stödjer livslångt lärande och används för att stärka alla personers ansvarskänsla för miljön. Miljöpedagogiken har också som mål att deltagaren ska utveckla en positiv inställning till miljön i hemmet, skolor och på arbetsplatser.

Miljöpedagogik, eller miljöundervisning, handlar om att lära sig hantera miljö- och resursfrågor. Denna undervisning kan göras såväl inomhus som utomhus men genom att vara utomhus får man en starkare förankring till miljön och verkligheten. Samtidigt byter man inlärningsmiljö vilket skapar en rolig utflykt från klassrummets vardag, vilket skapar nya gemensamma upplevelser för eleverna. Detta stärker det sociala samspelet i gruppen, utvecklar språket genom nya begrepp och stärker elevens och individens personliga utveckling. Dessutom stärks gruppgemenskapen genom de aktiviteter som skapas och detta i sig fungerar som en motiverande faktor för inläring. Utomhusmiljön erbjuder också variation för alla sinnen, stimulation, estetiska upplevelser och nya upptäckter för deltagarna.

Huvudsaken är dock inte var inläringen sker, men snarare att deltagarna får en möjlighet att diskutera, undersöka och vidga sin miljösyn och hur man förhåller sig till de miljöproblem som finns. Idag går miljöpedagogiken väldigt långt hand i hand med diskussionen och undervisningen om den ekologiska hållbara utvecklingen. Detta leder till att man snabbt börjar tala om allt från lokala till globala problem. Fokus hamnar med andra ord på hållbar utveckling där såväl ekologiska som sociala och ekonomiska perspektiv vävs in.

När vi undervisar om miljön är det viktigt att vi kan kombinera fakta, värderingar och ett lokalt och globalt tankesätt där vi kan granska miljöfrågor och problem relaterade till miljön från olika synsätt. Målet med denna form av undervisning är att man ska lära sig att aktivt och kritiskt värdera olika perspektiv på miljö- och utvecklingsfrågor samt få nya tankar och idéer kring miljön och sitt egna förhållningssätt till miljön.

I och med att man som ledare kommer att komma i kontakt med olika ålders målgrupper, kommer också fokuset att variera för vad målgruppen ska lära sig. Detta kan variera från att väcka intresse för miljön genom att upptäckter och att vistas i miljön med barn, till att komma fram till lösningar och hitta möjliga handlingsmodeller för att åtgärda miljöproblem med ungdomar och vuxna. För de äldre målgrupperna borde fokuset ligga mera på att få individen att börja reflektera kring sina handlingar och sitt förhållningssätt till miljön.

För vidare läsning kring miljöpedagogik, utomhuspedagogik och hållbarhet, vänligen se sista kapitlet på sidan 30 för litteraturtips.

## DRAMAPEDAGOGIK

*Undervisning rör individen. Drama rör individens individualitet, det unika i varje mänskliga väsens kärna.” -Brian Way*

Att använda drama som en metod för inläring har flera fördelar. Den stärker interaktion mellan eleverna och förbättrar gruppdynamiken samtidigt som den ger ett utlopp för kreativitet och stärker individens förmåga att använda sin fantasi.

Genom drama får man information från många olika källor samtidigt som man aktivt arbetar på att bearbeta informationen och genom detta skapa sin egen uppfattning. Samtidigt ger det eleverna, eller deltagarna, en möjlighet till djupinläring. Mest framgångsrikt används detta ifall man lyckas förankra inläringen i elevernas egna erfarenhetsvärld. Drama bidrar också till att fler personer känner sig delaktiga, till exempel i mångkulturella sammanhang. Drama är också ett ypperligt exempel på att lära genom att göra (eng. learning by doing). Drama gör det möjligt för deltagaren att uttrycka sig via sina känslor baserat på egna erfarenheter och upplevelser. På grund av kopplingen mellan känsla och handling kan inläring ske lättare.

I drama är det viktigt att deltagaren accepterar de givna omständigheterna och lär sig att bejaka sin omgivning. Detta sker i växelverkan mellan deltagarna där bejakandet av impulser som uppkommer i samband med lek och improvisation är viktiga och väsentliga för att övningarna ska lyckas. Det är således viktigt att man som ledare kan föregå med gott exempel genom att acceptera de omständigheter som uppstår i samband med en övning och bejakar dem fullt ut. Detta gör att deltagarna känner sig mera bekväma med att också låta sig själva bli ledda med i de givna omständigheterna och kan ge sig hän till de omständigheter som råder.

För att kunna använda övningarna i denna handbok är det rekommenderat, men inte nödvändigt, att man som ledare känner till drama som metod. Det är också bra att man på förhand har bekantat sig med hur man använder sig av drama i samband med undervisningen. Övningarna i handboken är dock utarbetade så att man inte behöver vara en utbildad dramapedagog för att kunna använda sig av övningarna. Eftersom många övningar är inspirerade av dramapedagogiken så är det till fördel för ledaren att vara bekant med och framför allt, bekväm med att med eget exempel vägleda deltagarna in i övningarna.

För vidare läsning kring dramapedagogik och användningen av drama i undervisning, vänligen se sista kapitlet på sidan 30 för litteraturtips.

## KONSUMTIONSVANOR & NATURRESURSER

*“En person som vet att tillräckligt är tillräckligt kommer alltid att ha tillräckligt” - Lao Tzu*

Vi lever i en värld av begränsade resurser, vilket betyder att vi inte kan konsumera ändlöst. Därför är det viktigt att vi lär oss att hantera de resurser som vi har på ett ansvarsfullt och meningsfullt sätt. Lika viktigt är att vi blir medvetna om hur vi konsumerar olika resurser och produkter samt vad det innebär när vi konsumerar, eller använder olika resurser. Vi behöver med andra ord lära oss själva och andra att leva mera hållbart.

I ett hållbart ekologiskt system så är allting i balans. Detta gäller inte enbart för i vilken takt naturen hinner producera mera resurser, men också om hur bra och snabbt naturen hinner bryta ner de utsläpp och det material som hamnar i naturen. Faktum är att vi idag överkonsumerar alldeles för mycket och det är beräknat att vi använder lika mycket material på ett år som det skulle krävas av 1.6 planeter för att täcka allt det material och de resurser som vi i dagens läge konsumerar. Det är självklart att en sådan livsstil inte i längden är hållbart. Vi behöver förändra vårt tankesätt till ett mera hållbart tankesätt och hållbarare handlingar. Vi behöver komma på nya system för konsumtion och produktion som garanterar att våra naturresurser räcker till. Vi måste också fokusera på rena och förnybara energikällor såsom sol-, vind- och vattenkraft istället för kol, olja och kärnkraft. Sist och slutligen behöver vi börja tänka på såväl oss själva som ett kollektiv där vi tänker på varandra och där vi tänker på de kommande generationerna. Vi behöver inse att våra handlingar idag påverkar inte bara oss själva utan att vi påverkar varandra genom de handlingar som vi gör och hur vi handskas med de begränsade resurser som vi har. Det kräver förändring på ett medvetet plan och helst med omedelbar verkan. Det kan vara svårt för många att greppa, men ifall inte en påtaglig förändring sker snart så kommer vårt ekologiska system att sluta fungera.

Samtidigt behöver vi vara medvetna om vilka som är de vanligaste felen vi gör. Dessa är allting från från linjärt och kortsiktigt tänkande, snabba och enkla lösningar, att mera är bättre till att mindre illa är bra nog och att billigare är billigare. Vi behöver tänka långsiktigt, vara villiga att betala mera för ren energi och ekologiska produkter och våga utmana oss själva och varandra i att vilja bygga ett bättre och hållbarare samhälle.

Vi behöver förändra vårt tankesätt och vårt beteende mot ett mera neutralt och uppbyggande förhållningssätt till vår omgivning, annars kommer vi endast att fortsätta att bidra till en ökad ekologisk degradering. Vi behöver inse att allting är sammankopplat och när vi väl nått dit, så behöver vi komma bort från tankesättet att det endast är makt, vinst och girighet som spelar någon roll när det gäller vårt öde och planetens öde. Vi behöver kräva förändring, av varandra och av oss själva.

För vidare läsning kring hållbar utveckling, vänligen se sista kapitlet på sidan 30 för litteraturtips.

## VAD LEDAREN KAN TÄNKA PÅ

Detta kapitel ger råd och förslag som ledaren kan tänka på i samband med sina förberedelser och arbetet under en inläringstillfälle eller en verkstad med de olika målgrupperna.

Ledaren bör på förhand bekanta sig med övningarna som finns i denna handbok och vid behov även läsa in sig mera på ämnet. Som ledare kan det hända att man av deltagarna blir sedd som en expert i samband med det inläringstillfället som man ska leda. Även om så inte är fallet så är det lönt att ha läst in sig lite på de områden som övningarna tangerar för att lättare kunna diskutera och ställa relevanta frågor till gruppen. För tips och förslag på litteratur och olika källor, vänligen se sidan 30 i denna handbok för mera information. Övningarna hittar man på sidorna 8-29.

Det som är bra för ledaren att veta på förhand är hur stor gruppen kommer att vara. Beroende på gruppstorleken är det skäl att fundera över vilka övningar man vill använda, ifall gruppstorleken är för liten eller för stor, eftersom vissa övningarna inte går att genomföra så som de är beskrivna i denna handbok och kräver en omarbeting. Det rekommenderas att man på förhand tar reda på gruppstorleken och justerar övningarna och tidtabellen för inläringstillfället enligt den.

En verkstad på två timmar är en väldigt kort tid för att fördjupa sig i ett ämne som är så pass brett som konsumtionsvanor och naturresurser. En verkstad på ett par timmar innebär att verkstaden fungerar i första hand som en introduktion till ämnet, ifall gruppen inte sedan tidigare är insatt i ämnet.

Med barn är det värt att notera att det ofta finns iver i att få göra samma övning eller lek i flera omgångar, vilket också kan göra att man som ledare kommer att behöva justera de övriga övningarna enligt det. Överlag får man räkna med att övningar med barngrupper tar mera tid än vad man beräknat, främst eftersom man som ledare behöver förklara övningarna noggrant. Med ungdoms- och vuxengrupper behövs det i regel mindre tid att förklara övningarna.

En god tumregel för ledaren är att alltid ha fler övningar inplanerade än vad man har tänkt sig. Ibland kan det hända att gruppen är väldigt effektiv och gör övningarna snabbt, eller det kan ha skett ett stort deltagarbortfall. Alternativt är gruppen större och behovet i gruppen är ett annat än vad man har tänkt sig eller förstått på förhand. Övningarna som man primärt har tänkt sig kanske inte passar för gruppen. I alla dessa fall är det bra att ha extra övningar förberedda som man kan använda och således justera verkstadens innehåll. Det är en god egenskap för ledaren att kunna vara flexibel i dylika situationer. Det är också snarare en regel än undantag att man som ledare är tvungen att göra ändringar i det program man planerat för en verkstad, så det är bra att vara förberedd på det.



Avslutningsvis är det viktigt som ledare att se till att deltagarna och man själv har det roligt. Verkstäderna är inlärningsstillfällen för såväl deltagarna som för ledaren. Som ledare är det därför viktigt att man håller ett positivt och öppet sinne för vad som sker under tillfället, uppmuntrar deltagarna och är villig att bjuda på sig själv vid behov.



## EXEMPEL PÅ MODULER FÖR DE OLIKA MÅLGRUPPERNA

I detta kapitel finns listat exempel på moduler för de olika målgrupperna. Modulerna listar olika övningar och ett förslag på i vilken ordning övningarna kan göras. Modulerna är uppbyggda för att motsvara en cirka två timmar lång verkstad. Tiden kan förlängas eller förkortas genom att man antingen lägger till fler övningar eller tar bort övningar. Övningarna kan i sig själva också förlängas eller förkortas för att passa bättre in med ens program. Detta är enbart förslag till hur en modul kan byggas upp. Det är dock viktigt att tänka på vilka övningar man använder med vilken målgrupp, eftersom alla övningar inte passar för alla målgrupper. De övningar som nämns i modulerna hittas i nästa kapitel där alla övningar är förklarade i detalj.

### Modul för barngrupper

Miljöboven - Inledande övning  
Ja, det gör vi!  
Bygg en natur-/miljömaskin  
Gestalta olika energikällor  
Fotografera skräp och miljön  
Mitt naturlöfte för veckan - Avslutande övning

### Modul för ungdomsgrupper

4 hörn - Inledande övning  
Vem kan göra vad?  
Logospel  
Roll på vägg  
Undersök ett föremåls livscykel  
Föremålets saga- Avslutande övning

### Modul för vuxengrupper

Jag brukar.... - Inledande övning  
Amerikansk debatt  
Bilder kring miljö och miljöförstöring  
Learning café  
Skriv ett brev till X - Avslutande övning

## ÖVNINGAR

I detta kapitel finns övningar listade i alfabetisk ordning. Samtliga övningar är förklarade och ger rekommendationer för hur de ska användas. Det är fritt fram för ledaren att använda sig av dessa övningar som sådana eller att ändra dem enligt ens behov och tycke.

### 4 hörn

**Målgrupp:** Ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** 15-25 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** - / 4 olika lappar med Håller med, Håller inte med, Håller delvis med, Av annan åsikt.

**Syfte:** Övningen skall väcka tankar för deltagarna om de olika påståenden som tas upp. Deltagarna får ta ställning till påståendet enligt sin personliga åsikt.

**Beskrivning:** Man bestämmer 4 punkter i ett utrymme, eller 4 hörn i ett rum. De olika hörnen representerar 4 olika åsikter om saker:

- Håller med
- Håller delvis med
- Håller inte med
- Av annan åsikt

Ledarna läser upp ett antal påståenden och deltagarna får sedan ställa sig i de olika hörnen enligt det som stämmer in på deras individuella åsikt. Efter att alla deltagare har ställt sig i hörnen kan ledaren be några av deltagarna som står i olika eller samma hörn berätta varför de står i det hörnet de har valt. Övningen skall bjuda in till en kort diskussion kring de olika påståenden. Ledaren kan avsluta den korta diskussionen när hen anser att det är dags att ge över till nästa påstående. Deltagarna får byta hörn när diskussionen pågår om de känner för det. Denna övning fungerar bra såväl i början som i slutet av en verkstad.

### Exempel på påståenden:

#### För uppvärmning:

- Vintern är den bästa årstiden
- Hundar är bättre än katter
- Choklad är gott

#### De verkliga påståendena:

- Jag tycker att det är bra att det finns ekologiska produkter i butikerna
- Jag tycker att det är bra att det finns lokalt producerade varor i butikerna

- Jag försöker köpa lokalt producerade varor
- Jag försöker köpa ekologiska produkter
- Jag anser Finland producerar bra och hållbara produkter
- Jag tycker att det är viktigt att utbilda sig om konsumtionsvanor och ekologisk hållbarhet
- Jag tycker att alla borde vistas mera utomhus
- Jag tycker att man borde tänka på hållbarheten när man ska köpa en produkt
- Jag anser att det är viktigt att tänka på miljön
- Jag tycker att det är okej att ibland slänga skräp efter mig
- Ser jag skräp på marken så plockar jag upp det
- Jag tycker att alla har rätt till en ren miljö (rent vatten, ren mat)
- Jag tycker att det är fel att skräpa ner i miljön
- Det är viktigt för mig att må bra
- Jag anser att det är viktigt att tycka om sig själv
- Jag anser att det är viktigt att känna till vad man äter och dricker
- Jag anser att det är viktigt att veta varifrån en produkt kommer och hur den producerats
- Jag anser att det är staten/regeringen och på kommunernas ansvar att miljön hålls ren
- Jag anser att det är upp till var och en att ansvara för att miljön hålls ren
- Jag anser att staten bär ansvaret för att vi skall få en bättre värld
- Jag kan påverka mina medmänniskors välmående
- Jag anser att alla i världen har samma levnadsstandard
- Det är viktigare för mig att min närmiljö är ren än hur det ser ut i till exempel grannbyn/staden/ett annat land/en annan världsdel

**Stödfrågor till diskussionerna kring påståenden:**

- Vad anser du?
- Varför anser du så?
- Har du upplevt det själv?
- Kan du se det i dagens samhälle?

## Amerikansk debatt

**Målgrupp:** Ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Halva gruppen åt gången

**Tid för övningen:** 20-30 minuter

**Utrymme:** Inomhus (eller utomhus)

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Att väcka tankar och diskussioner kring olika ämnen förknippade till ekologisk hållbarhet och miljöfostran. Man får öva på att föra fram en åsikt, även om den inte behöver motsvara ens egen åsikt.

**Beskrivning:** Gruppen delas i två lika stora grupper och de båda grupperna delas ytterligare på två lika stora grupper. Hälften av gruppen får ett ämne som de ska föra en debatt om. Ena delen av gruppen ska sedan vara positivt inställda till ämnet, medan den andra hälften ska vara negativt inställda till ämnet. Därefter ger man gruppen cirka 5 minuter på sig att sinsemellan diskutera och komma fram med argument, för och emot ämnet som man ska föra debatten om. Därefter håller gruppen cirka 10 minuters debatt om ämnet i fråga. Därefter byter man om så att andra hälften av gruppen håller debatten om det ämne de har tilldelats. Slutligen kan man ännu föra en gemensam diskussion om hur det kändes att föra en debatt.

**Alternativ:** Istället för att dela gruppen på hälften, kan man dela in hela gruppen i 4-5 grupper med minst 3 personer per grupp. Därefter ger man ett ämne för varje grupp att diskutera. Därefter väljer man ut en person ur varje grupp som får föra talan för gruppen. Dessa personer får sinsemellan försöka framhålla varför just det ämnet är det bästa. Gruppmedlemmarna får när som helst byta ut den som för talan. Ledarens uppgift att fungera som facilitator för debatten.

### Exempel på ämnen eller teman:

- Förnybar energi eller icke förnybara bränslen. Vilka för- och nackdelar finns det med dem?
- Avfallshantering i Finland och utomland. Är det bra att sortera sopor eller borde man bara behandla allting som avfall?
- Etiskt producerade varor, till exempel kläder. Är det bättre att ha billiga och icke etiskt producerade varor eller ska de vara dyrare och etiskt producerade?
- Begränsad mängd varor som man köpa? Skulle det vara bra att begränsa mängden varor man kan köpa, eller är det bra att vi kan köpa hur mycket som helst? Kunde detta begränsa överkonsumtionen?
- Är det bra att vi ändrar på matvaror (genetiskt modifierad föda)?
- Borde man satsa mera på lokalproducerat och ekologiskt producerade produkter?

## Bilder kring miljö och miljöförstöring

**Målgrupp:** Ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla eller i mindre grupper

**Tid för övningen:** 15-25 minuter

**Utrymme:** Inomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** Bilder från nätet. Kan printas ut eller visas via en skärm.

(<http://digitalsynopsis.com/inspiration/60-public-service-announcements-social-issue-ads/>

<https://digitalsynopsis.com/advertising/creative-art-direction-print-ads/> )

**Syfte:** Att skapa en möjlighet till reflektion och diskussion i gruppen om miljön, miljöförstöring, konsumtionsvanor och hur man kan förebygga miljöproblem på lokal och global nivå. Bilderna fungerar som en visuell stimulans.

**Beskrivning:** Ledaren kan välja att visa bilderna via nätet eller så väljer ledaren ut bilder som är relevanta för målgruppen på förhand. Bilderna går igenom en åt gången. Efter att man visat varje bild diskuteras vilka känslor och tankar som bilden väcker. Man kan också diskutera på vilket vis bilden är relevant för ens egen närmiljö och ens konsumtionsvanor. Det är bra om ledaren förbereder gruppen på att bilderna kan vara obehagliga ifall man är känslig för bilder med råa innehåll. Det är också bra att ledaren har förberett frågor till bilderna ifall gruppen har svårt att få igång en diskussion.

Ledaren kan vara medveten om att bilderna är ganska negativa och kan fundera på att eventuellt uppväga dem med bilder som visar på positiva miljöhändelser eller positiva reklambilder förknippade med miljön.

### Exempel på frågor:

- Är denna bild aktuell, och i sådana fall på vilket vis?
- Är det som bilden gör reklam om ett problem?
- Hur kunde detta problem åtgärdas?
- Vad kunde man göra för att vidare uppmärksamma detta problem?

## Bygg en natur-/miljömaskin

**Målgrupp:** Barn och ungdomar

**Deltagare:** Alla, uppdelade i 4-8 personer per grupp

**Tid för övningen:** 15-20 minuter

**Utrymme:** Inomhus och utomhus

**Årstid:** Alla årstider

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Att väcka deltagarnas fantasi och kreativitet samt att väcka tankar om vad man kan göra för att hjälpa naturen.

**Beskrivning:** Dela in gruppen på 4-8 personer, beroende på gruppens storlek. Ge alla grupper i uppgift att fundera ut en maskin som de kan "bygga", där varje person är en del av maskineriet. Alternativt kan man bestämma gemensamt med gruppen hurudan maskin alla grupper ska bygga. Detta gör att man får se olika varianter av samma sorts maskin. Det är viktigt att ledaren förklarar uppdelningen samt det att deltagarna ska vara delar av maskineriet och fundera ut vilken del de ska vara, så att deltagarna inte börjar bygga en maskin av naturmaterial, utan att de använder sin egen kropp som en del av maskineriet. Varje grupp visar upp vad de har byggt för maskin och de andra kan gissa vad det är för en maskin. Gruppen berättar vad det är för en maskin. Övningen kan göras i flera omgångar ifall deltagarna är snabba med att komma på hur deras grupps maskin ser ut. Det är också bra att ledaren går omkring och hjälper grupperna enligt behov.

**Alternativ:** Alla i gruppen deltar i att "bygga" maskinen ifall gruppen är mindre i storlek. Man kan be om förslag från gruppen eller sedan kan man ge ett förslag på en hurudan maskin gruppen ska bygga. Gruppen kan sedan en och en gå och ställa sig för att bli maskinen.

### Exempel på maskiner:

- Vattenrenare
- Luftrenare
- Skräpplockare
- Energiskapare
- Avgas stoppare
- Rosksorterare
- Planteringsmaskin
- Såmaskin
- Oljeborttagare

## Fotografera skräp och miljön

**Målgrupp:** Barn, ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla, parvis

**Tid för övningen:** 10-20 minuter

**Utrymme:** Utomhus

**Årstider:** Vår, sommar, höst

**Rekvisita:** - / mobiltelefon / kamera

**Syfte:** Att göra deltagarna medvetna om hur pass mycket det skräpas ner och slängs bort material och som kunde återanvändas. Därtill är övningens syfte att väcka medvetenhet om vikten av miljöfostran.

**Beskrivning:** Gruppen delas in i par. Den ena i paret fungerar först som kamera och den andra som fotograf. Den som är kameran ska blunda och fotografen leder varsamt kameran till olika platser och tar ett foto genom att positionera kameran. Man tar ett foto genom att lätt trycka på den andra personen huvud, varvid denne öppnar ögonen och stänger dem igen. Sedan leder kameramannen kameran vidare till nästa plats och tar ett nytt foto. Efter en tid byter paren om så att kameran blir kameramannen och kameramannen blir kameran. Till slut kan man ännu be deltagarna att berätta om de foton som de tog.

**Alternativ:** Ungdomar och vuxna kan antingen göra detta i par, eller sedan görs uppgiften med hjälp av mobiltelefoner som man kan fota med. Ifall man vill så kan man be deltagarna ladda upp foton i en gemensam mapp, exempelvis i en gemensam mapp i valfri molntjänst. Man kan till slut ha genomgång där man ser på varandras bilder. Detta görs i sådana fall helst inomhus vid en dator. I detta fallet kräver övningen mera tid.





## Föremålets saga

**Målgrupp:** Barn, ungdomar, vuxna

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** 15-20 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** Penna och papper samt möjligt föremål

**Syfte:** Att skapa en bild av hur ett föremåls livscykel ser ut genom att skapa en fiktiv berättelse kring föremålet. Ifall detta görs som en undersökande övning gör detta att deltagaren blir mera medveten om hur mycket tid och energi som sätts ner på att tillverka och transportera ett föremål.

**Beskrivning:** I denna övning ska deltagaren skriva en berättelse om hur ett föremål har hittat sin väg just till dem, hem, skolan eller arbetsplatsen.

Som riktlinjer för berättelsen kan det vara bra att be deltagaren tänka på följande saker:

- råmaterial som har använts i tillverkningen av föremålet
- varifrån föremålet och materialet till föremålet har kommit
- hur föremålet har kommit från tillverkningsplatsen hem, vilka etapper det möjligtvis har haft
- är föremålet köpt som nytt/begagnat eller är det upphittat
- är föremålet helt, trasigt eller slitet

När deltagaren har skrivit klart kan man ännu ägna tid åt att be deltagarna berätta kort om vilket föremål de har skrivit om. Ifall gruppen är liten kan man också be att någon eller alla i gruppen läser upp sin berättelse.

**Alternativ:** Denna övning kan alternativt göras som en improvisationsövning. Då görs övningen på det sättet att alla deltagare står i en ring. Sedan får deltagarna en i gången säga en mening, som om det vore en berättelse. Berättelsen ska ha en början, en mittpunkt och ett slut. Meningarna ska bygga på varandra och sträva till att bilda en helhet. Berättelsen behöver inte vara logisk utan får ha fantasifulla inslag. Målet är att alla ska få säga minst en mening och att man hittar ett passligt slut för historien som skapats. Övningen kan göras i flera omgångar eller sedan kan flera föremål användas som utgångsläge för berättelsen.

## Gestalta olika energikällor

**Målgrupp:** Barn, ungdomar

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** 10-15 minuter

**Utrymme:** Utomhus eller inomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Att ge deltagaren en möjlighet att använda sin fantasi och prova hur det känns att vara de olika energikällorna. Samtidigt fungerar detta som en bra uppvärmningsövning med en grupp. Genom övningen blir deltagarna också mera bekanta med energikällan i fråga och får kanske en bättre förståelse för de olika energikällorna som finns.

**Beskrivning:** Innan leken påbörjas är det bra att samla gruppen och fråga dem vad de vet om olika energikällor och ifall de vet var elektricitet kommer ifrån. Detta kräver att ledaren är påläst om de olika energikällorna och kan förklarar kortfattat hur elektricitet produceras. Beroende på hur mycket deltagarna i gruppen känner till är det skäl att justera mängden energikällor som gruppen ska gestalta. Speciellt barn kan ha svårt att känna igen och veta vad vissa energikällor är.

Detta är en gestaltungslek som går ut på att ledaren säger en energikälla, till exempel vind, solkraft eller kol, och sedan ska deltagarna med hjälp av sin kropp och sin röst röra sig eller bete sig som den energikälla som nämnts. Det finns ingen rätt eller fel gestaltning, utan det handlar om att ge deltagaren en möjlighet att uttrycka sin egen tolkning av energin i fråga med hjälp av sin egen fantasi och kreativitet.

### Lista på olika energikällor:

- Vindkraft
- Vattenkraft
- Solkraft
- Biobränsle/biomassa
- Geotermisk/Jord energi
- Uran
- Olja
- Naturgas
- Kol

## Ja, det gör vi!

**Målgrupp:** Barn, ungdomar

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** 10-15 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Detta är en bra fantasi- och kreativitetsövning som fungerar bra som en inledande övning. Det är också en bejakningsövning. Beroende på ifall man vill behandla ett visst tema eller ämne kan ledaren begränsa övningen till att handla om exempelvis naturen. Dock fungerar övningen ofta bäst ifall man inte begränsar ämnet.

**Beskrivning:** Man börjar övningen med att en person går eller springer en bit bort från resten av gruppen och säger "Nu ska vi alla vara X" där X kan stå för precis vad som helst. Det kan vara allting från djur till olika föremål eller personer. Sedan svara resten "Ja, det gör vi!" och springer till personen som kommit med förslaget, varpå alla deltagare börja vara det som föreslagits. Alla gör detta en stund tills någon annan får en idé om vad man kunde göra och upprepar processen. Ifall barnen har svårt att hålla ett jämnt tempo i leken kan det vara bra att ledaren tar en mera aktiv roll i övningen och säger till när nästa person får välja ut vad alla ska gestalta. Med barn är det bra att vara förberedd på att man som ledare behöver välja ut den som bestämmer vad som ska gestaltas.



## Jag brukar...

**Målgrupp:** Barn, ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** 10-15 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Att väcka tankar och funderingar kring konsumtionsvanor och ens förhållningssätt till naturen. Samtidigt fungerar övningen bra som en inledande övning med en grupp.

**Beskrivning:** Alla personer står i en ring, med en av deltagarna i mitten. Medan övningen förklaras kan ledaren stå i mitten. Den som är mitten ska ställa en fråga eller komma med ett påstående som relaterar till deltagarnas konsumtionsvanor eller förhållningssätt till naturen och miljön. Det underlättar ifall ledaren ger ett tema för påstående, till exempel om vad man brukar göra för att spara på elektricitet. Den som är i mitten säger "Jag brukar..." och när påståendet har blivit sagt ska de som påståendet passar in på byta plats. Samtidigt ska den som är i mitten försöka ta en av platserna som blir lediga. Ifall den som är i mitten lyckas så har alla platser i ringen blivit tagna och en ny person hamnar i mitten. Det är bra att uppmuntra de som står i ringen att färdigt fundera ut vilken fråga de skulle ställa ifall de själv hamnar i mitten.

**Alternativ:** Med barn kan det vara bra att styra övningen så att barnen först får byta plats när ledaren säger till. Man ber barnen att räcka upp en hand ifall påståendet som den i mitten säger stämmer in på en själv och därefter väntar man med att byta plats tills ledaren säger till eller ger ett kommando, till exempel "Byt" eller "Nu".

### **Exempel på teman eller frågor:**

- Vad brukar ni göra för att spara på vatten?
- Vad brukar ni göra för att spara på elektricitet?
- Vad gör ni för att minska på koldioxidutsläpp?
- Vad gör ni för att spara på miljön?
- Vad brukar ni göra för att återvinna?

## Learning café

**Målgrupp:** Ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla, mindre grupper

**Tid för övningen:** 30-45 minuter

**Utrymme:** Inomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** Stora papper och pennor

**Syfte:** Att skapa diskussioner om olika ämnen och få dem nedskrivna. Samtidigt är det ett bra sätt att få fram olika synpunkter och genom diskussionerna som uppstår få fram ny kunskap till alla deltagare.

**Beskrivning:** Learning café är en metod som används för att skapa kreativa diskussioner om ett ämne och få gruppens idéer nedskrivna på papper. Gruppen delas in i tre till fyra gruppen på fyra till sex personer och placeras vid olika bord. Varje grupp får ett papper som behandlar ett skilt ämne eller ett tema. I denna övning är ämnet miljö, konsumtionsvanor och resursanvändning. I varje grupp väljer man ut en sekreterare som sitter kvar vid bordet medan resten av gruppen roterar runt till de övriga borden i tur och ordning enligt ledarens anvisningar. Sekreterarens uppgift är att sammanfatta och kort presentera för den nya gruppen vad som har diskuterats i de tidigare grupperna. Övningen kan avslutas när varje grupp har besökt varje bord.

Man börjar med att ha cirka 10 minuter tid för diskussion vid den första punkten, 6 minuter vid den andra, 4 minuter vid den tredje och 2 minuter vid den sista punkten. Tiden kan justeras enligt behov beroende på hur mycket diskussion som förs i samband med genomgången.

Varje bord har ett eget ämne som behandlas. Diskussionens resultat skrivs upp på de olika pappren av sekreteraren. Meningen med övningen är att man ska försöka bidra med någonting nytt till den punkt som man kommer till. Om starten för diskussionerna verkar trögt kan man starta med passande frågor som skall besvaras på inom varje ämne vid varje bord.

Efter övningen går man igenom alla resultat av varje ämne/papper tillsammans med hela gruppen samt diskuterar positiva och negativa tankar om övningen.

### Förslag på diskussionsämnen och frågor för de olika ämnena:

#### Miljöförstöring

Vad innebär miljöförstöring enligt dig? På vilka vis syns miljöförstöring i din omgivning och närmiljö? Vad kan man göra för att förebygga miljöförstöring? Hur upplever du miljöförstöring i Finland? Vad borde samhället göra för att förebygga eller förhindra miljöförstöring?

### **Ekologiska och lokalt produkter**

Varför är det bra att konsumera ekologiska eller lokalt producerade produkter? Vilka för- och nackdelar finns det med dessa produkter? Varför behöver vi ekologiskt och/eller lokalt producerade produkter? Borde vi ha ett större utbud av lokalt och/eller ekologiskt producerade produkter?

### **Energiförbrukning**

På vilka sätt kan man minska på sin energiförbrukning i olika situationer (hemma, i skolan, på arbetet)? På vilka sätt förbrukar vi energi? När förbrukar vi för mycket energi? Hur kan man bli mera medveten om sin energiförbrukning?

### **Överkonsumtion**

Vad kan man göra för att motverka överkonsumtionen av olika varor? Vilka för- och nackdelar finns det med överkonsumtion? På vilka sätt kan man bli mera medveten om överkonsumtion? Vilka saker är det som vi konsumerar mest av? Finns det saker som vi konsumerar för lite av som vi borde konsumera mera av?

### **Konsumtion enligt säsong**

Vad innebär det att konsumera varor enligt säsong? Behöver vi har tillgång till alla råvaror året om? Hur kunde vi konsumera mera enligt säsong? Vilka för- och nackdelar finns det med att konsumera mera enligt säsong?

### **Sopsortering och återvinning**

På vilka vis ser man tecken på återvinning i dagens Finland? Finns det brister i återvinningen? Vilka sätt kan man använda för att återvinna olika saker? Hur kan man väcka medvetenhet om behovet av återvinning och sopsortering?



## Ljudimprovisation / Röstimprovisation

**Målgrupp:** Barn, ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** 15-30 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Att låta deltagaren pröva på att bekanta sig med ämnet från ett annat perspektiv. Övningen fungerar bra för att lära sig att lyssna på varandra och som övning för gemensamt skapande. Samtidigt belyser att olika personer tar fasta på olika saker. I övningen blir också alla delaktiga och får uttrycka sig själva på ett kreativt sätt.

**Beskrivning:** Alla placerar sig antingen i en cirkel eller fritt runt i utrymmet som man befinner sig i. Är man utomhus är det bättre att stå i en cirkel eller vara tätt tillsammans. Gruppen bestämmer gemensamt ett tema eller föremål som de ska låta som eller återskapa en ljudvärld för. Temat för de olika omgångarna får vara varierande.

**Här följer några exempel på olika teman och ämnen som man kan föreslå för att användas under improvisationen:**

- Regnskog
- Vatten/Hav
- Stad
- Fabrik
- Gruva

När gruppen har bestämt temat uppmuntrar man deltagarna att fundera ut ett ljud, ord eller en kort mening som hen sedan börjar göra eller säga. En person börjar och vartefter lägger fler av deltagarna till sina röster/ljud till helheten tills alla till slut har ett ljud och ljudvärlden har tagit form. Det är bra att be gruppen att stegvis bygga upp ljudvärlden kring det temat som man skapat. Som ledare kan man styra improvisationen så att man ber dem börja långsamt och sakta för att sakta öka volymen för att till slut sakta avta och avsluta improvisationen. Det är viktigt att påpeka åt deltagarna att de bör börja med ett ljud eller ett ord och hålla det igenom hela improvisationen ifall man så önskar, men att man får byta ut det ljud eller ord som man skapat ifall man känner för det.

**Alternativ:** En variant på denna övning kan göras i en mera kontrollerad form ifall gruppen inte gjort någonting motsvarande tidigare. Då kan gruppen stå, sitta eller ligga i en cirkel och man kommer överens om vem som börjar med att föra ett ljud. Därefter fortsätter personen som står bredvid den som börjat och gör ett nytt ljud. Man fortsätter så tills alla i ringen har ett eget ljud. När alla hållit sitt ljud ett tag, så slutar den som började med sitt ljud. Därefter den som var följande att börja, tills deltagarna en efter en i slutar med sitt ljud och improvisationen slutar när den sista har tystnat.

## Logospel

**Målgrupp:** Barn, ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla, mindre grupper

**Tid för övningen:** 15-20 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** 3-4 uppsättningar av laminerade logon/symboler för miljömärkningar

**Syfte:** Att bli medvetna om vad olika miljömärkningar betyder och att lära sig de olika miljömärkningarnas innebörd. Detta leder till en ökad medvetenhet om ens konsumtionsvanor.

**Beskrivning:** Gruppen delas in i tre till fyra mindre grupper och ges sedan en uppsättning av logon. Gruppen ska sedan kategorisera logona enligt ifall de tror att logona är sådana som placeras på ekologiska eller icke ekologiska produkter. Avslutningsvis går man igenom logona en åt gången och frågar gruppen ifall de känner igen logona och ifall de vet vad logona innebär. Denna uppgift kräver att dragaren är insatt i vad de olika logona representerar.

**Alternativ:** Ledaren visar en bild åt gången och grupperna skriver ner sina svar på papper. Ett alternativ till detta är att man ber grupperna svara i tur och ordning och att man håller poängräkning över vilken grupp som fått hur många poäng. Poängräkningen kan göras med hjälp av kottar, pinnar eller motsvarande naturmaterial ifall man gör denna övning utomhus.

Ett till alternativ är att man gör övningen som en bana där man har placerat ut antingen logona eller beskrivningarna längs med en stig i naturen. Deltagarna har den andra delen och ska sedan antingen i grupp, par eller enskilt para ihop rätt beskrivning med rätt logo.

### Exempel på miljömärkningar eller logon:

- FairTrade/RättvisHandel/ReiluKauppa
- Svanenmärkt
- Nyckel
- EU Ecolabel
- Luomu
- EU ekologo
- Återvinningsmärke
- Blue Flag
- Green Dot/Grön punkt
- Nyckelpigan
- MSC (Marine Stewardship Council)

**Källor:** ([http://www.ymparisto.fi/sv-FI/Konsumtion\\_och\\_produktion/Produktplanering\\_och\\_produkter/Miljomarken](http://www.ymparisto.fi/sv-FI/Konsumtion_och_produktion/Produktplanering_och_produkter/Miljomarken)  
<http://www.ecolabelindex.com/ecolabels/> )



## Miljöboven

**Målgrupp:** Barn och ungdomar

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** 10-15 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Att låta gruppen komma på olika sätt som man kan använda för att spara på energi, konsumera mindre eller skona miljön på. Tanken med övningen är också att ha roligt och sporra till snabbt handlande.

**Beskrivning:** Alla ställer sig i en ring och en person väljs ut som blir "miljöboven". Miljöboven ställer sig i mitten och börjar sedan gå mot valfri person i ringen samtidigt som denna gör ett miljö ljud för sig, till exempel att låta som en bil. Ljudet är fritt fram för boven att välja. Innan miljöboven hinner fram till den personen, ska denna person säga ett sätt som man kan spara energi på/skona miljön på. Ifall personen hinner säga det hen vill säga till slut så måste miljöboven vända om och gå tillbaka till mitten och välja en ny person som ska komma på ett nytt sätt. Man får inte upprepa ett sätt som redan har sagts. Ifall personen däremot inte hinner säga sitt sätt att spara energi eller skona miljön på, säger någonting som redan har sagts eller inte kommer på ett sätt innan miljöboven hunnit fram, så hamnar den personen i mitten och blir den nya miljöboven. Miljöboven har som mål att inte längre vara i mitten och de övriga i ringen ska försöka hålla boven kvar så länge som möjligt. Ifall gruppen har svårt med övningen kan man be att den som är miljöboven saktar ner sin hastighet så att miljöboven blir långsam. Ifall gruppen tycker att det är för lätt kan man be att boven rör sig snabbare.

## Mitt naturlöfte

**Målgrupp:** Barn, ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla, individuellt

**Tid för övningen:** 10-15 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Att få deltagarna att förbinda sig till att göra någonting gott för miljön. Detta förstärks genom att man delar med sig åt resten av gruppen vad man tänker göra och ens löfte känns mera bindande.

**Beskrivning:** Alla deltagare funderar en stund över ett hurudant naturlöfte man kan avlägga för den kommande veckan eller månaden. Ifall man vill utmana deltagarna kan de fundera på ett löfte för det kommande året. När alla har funderat klart ber man dem att i tur och ordning berätta vad deras löfte är för den kommande tiden.

### Exempel på löften:

- Jag lovar att släcka lampan när jag går ut ur rummet
- Jag lovar att stänga vattenkranen när jag borstar tänderna
- Jag lovar att inte skräpa ner
- Jag lovar att cykla till jobbet
- Jag lovar att bara köpa närproducerad mat i en vecka



## Roll på vägg

**Målgrupp:** Barn, ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla, två grupper

**Tid för övningen:** 20-25 minuter

**Utrymme:** Inomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** Ett par stora papper, pennor

**Syfte:** Att väcka tankar och medvetenhet om vilka egenskaper som bidrar till att man kan uppfattas som miljömedveten eller icke miljömedveten.

**Beskrivning:** Deltagarna delas in i två grupper. Grupperna får var sitt papper och får sedan börja fundera på två olika personlighetsprofiler: en ekologisk, miljömedveten person och en icke ekologisk, icke miljömedveten person. Båda grupperna får fundera på båda personligheterna. De får rita upp hur personen ser ut och sedan får de fundera på vilka egenskaper dessa två olika personligheter har. När grupperna är klara så får de presentera sina olika personer och berätta vem de är och vilka egenskaper de har som gör att de antingen är ekologiska eller icke ekologiska av sig.



## **Skriv ett brev till ditt framtida jag/naturen/ett företag eller en organisation**

**Målgrupp:** Barn, ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla, individuellt

**Tid för övningen:** 15-20 minuter

**Utrymme:** Inomhus eller utomhus

**Årstider:** Alla

**Rekvisita:** Penna och papper

**Syfte:** Syftet med denna övning är att ge deltagaren en möjlighet att fundera över vad och hur man kan ändra sin egen livsstil så att den blir mera ekologiskt hållbar. Alternativt en hurudan förändring man skulle vilja se i samhället eller på en arbetsplats.

**Beskrivning:** Skriv ett kort brev som är adresserat till dig själv inom en snar eller avlägsen framtid. Alternativt kan man skriva ett brev till naturen eller till ett lokalt företag. Till slut kan man läsa upp vad man skrivit ner och dela med sig av vad man skrivit.

Det är bra att man leder gruppen igenom övningen med en steg-för-steg del, för att underlätta skrivandet för deltagarna.

**Steg 1:** Be deltagarna att fundera ut tre till fem saker som de skulle vilja ändra på när det kommer till miljörelaterade frågor.

**Steg 2:** Be deltagarna välja ut en av de saker de just listat. Ge dem ett par minuter att skriva ner argument och konkreta förslag på vad som borde göras åt den fråga som de valt.

**Steg 3:** Till näst ska deltagarna skriva ner argument för varför detta inte skulle kunna åtgärdas. Ge deltagarna igen ett par minuter att fundera på detta.

**Steg 4:** Be deltagarna att sammanfatta alltihopa som de just kommit fram till som ett brev. Ge en passlig mängd tid för detta åt gruppen. Cirka tio minuter är lämpligt, men kan justeras enligt önskemål och behov.

**Steg 5:** Be deltagarna fundera ut till vem detta brev kunde skickas. Avslutningsvis är det bra att uppmuntra deltagarna till att verkligen skicka brevet.

**Brev till sig själv:** Ifall man skriver brevet till sig själv så kan man tänka på hurudana löften man vill ge åt sig själv, hur man vill förbättra sina konsumtionsvanor eller vad man vill göra för att förbättra miljön och naturen. Målsättningen med brevet till sig själv är att man ska fokusera på sina egna vanor och vad man kan göra för att bli mera miljömedveten.

**Brev till naturen:** Ifall man väljer att skriva ett brev till naturen så bör man tänka på vilka konkreta saker man kan göra för att förbättra sin närmiljö.

**Brev till företag/organisation:** Ifall man väljer att skriva ett brev till ett företag eller till en organisation bör man tänka på vilka önskemål och konkreta förslag man har som det företaget kan ta i beaktande för att förbättra sin miljömedvetenhet.



## Undersök ett föremåls livscykel

**Målgrupp:** Barn, ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** -

**Utrymme:** -

**Årstider:** -

**Rekvisita:** Valfria föremål

**Syfte:** Att få en exakt bild och uppfattning om hur ett föremåls livscykel ser ut genom att skapa en beskrivning eller bild kring föremålet. Detta gör att deltagaren blir mera medveten om hur mycket tid och resurser som används på att tillverka ett föremål.

**Beskrivning:** Denna övning fungerar främst som en uppgift som deltagarna eller gruppen kan göra som ett efterarbete på egen hand. Uppgiften går ut på att man själv eller i grupp ska ta reda på exakt hur ett föremål har kommit till och vad som händer med det under hela sin livscykel. Gruppen kan sedan antingen skriva ner en processbeskrivning av livscykeln eller skapa en bild som beskriver de olika skedena som föremålet går igenom.

### **Saker som kan fungera som förslag till det som man ska ta reda på:**

- Mängden råmaterial som gått åt för att tillverka föremålet
  - Mängden energi som använts för att tillverka materialet
  - Mängden vatten som använts
  - Hur mycket arbetstid som lagts ner på föremålet
  - Hur mycket CO<sub>2</sub> (koldioxid) som producerats för att tillverka och transportera föremålet
  - Vad kommer att ske med föremålet när det återvinns, vilka delar kan återvinnas
- Hur lång är nedbrytningstiden för föremålet

## Vem kan göra vad?

**Målgrupp:** Ungdomar och vuxna

**Deltagare:** Alla

**Tid för övningen:** 10-20 minuter

**Utrymme:** Inomhus (ifall man har tillräckligt stort utrymme) och utomhus

**Årstider:** Alla årstider

**Rekvisita:** -

**Syfte:** Deltagarna ska få pröva på att tänka på andra konsumtionsvanor och möjligheter genom att ta på sig en annan roll. Man ska bli medveten om olikheter när det kommer till möjligheter att konsumera.

**Beskrivning:** Man delar ut färdiga lappar med roller, som med en till två meningar beskriver vad man är för en person. Ledaren kommer därefter att läsa upp påstående om olika konsumtionsvanor som deltagarna ska ta ställning till utgående från den lapp de fått. Deltagaren ska försöka sätta sig in i den personens situation som lappen beskriver. Ifall man anser att påståendet som ledaren läser upp stämmer, tar man ett steg framåt, om inte så står man kvar. När alla påståenden har lästs upp så står man kvar och försöker i gruppen komma fram till vad de olika personerna kunde vara. Till slut berättar alla deltagare vad det stod på den lapp man fick. Man kan efteråt ännu samlas och diskutera övningen och vilka tankar och känslor den eventuellt väckte.

### Lista på möjliga roller:

- Du är en medelålders byggnadsingenjör
- Du är en 20 årig kvinna från Saudi Arabien
- Du är en brittisk manlig supermodell
- Du är en direktör för UPM
- Du är en trädgårdsmästare
- Du är en tiggare med invandrabakgrund
- Du är en utbytesstuderande från Kina
- Du är en egenföretagare från Småbönders
- Du är en homosexuell 30 årig man från Ryssland
- Du är en lektor vid ett internationellt universitet
- Du är en 14 årig finsk pojke
- Du är en transsexuell kvinna från Danmark
- Du är en riksdagsledamot
- Du är en finsk TV skådespelare
- Du är en amerikansk filmregissör
- Du är en 75 årig pensionär med en liten pension
- Du är en 40 årig arbetslös kvinna från Finland
- Du är en asylsökare från Syrien
- Du är en 65 årig städare från Indien
- Du är en rockstjärna med alkoholproblem

### **Lista på möjliga påståenden:**

- Jag har möjlighet att köpa mat från butiken varje dag
- Jag har tillgång till rent vatten
- Jag har råd att köpa nya kläder minst en gång i månaden
- Jag äger en TV/Jag kan köpa en TV
- Jag äger en mobiltelefon/Jag kan köpa en mobiltelefon
- Jag äger ett hus/Jag kan köpa ett hus
- Jag bor i en lägenhet/Jag kan hyra en lägenhet
- Jag har många vänner
- Jag kan gå ut på stan på café när jag vill
- Jag kan använda en dator/Jag kan köpa en ny dator
- Jag behöver inte oroa mig för att få sjukvård ifall jag blir sjuk
- Jag känner mig trygg när jag går på gatan
- Jag har råd äta ute på restaurang varje vecka
- Jag har tillgång till minst en bil/Jag kan köpa en bil
- Jag äger en surfplatta/Jag kan köpa en surfplatta
- Jag äger ett sommarställe och en båt/Jag kan köpa ett sommarställe och en båt
- Jag kan resa utomlands minst två gånger om året ifall jag vill
- Jag kan uttrycka min åsikt fritt utan rädsla
- Jag har möjlighet att gå i skola och utbilda mig
- Jag får älska vem jag vill





## LITTERATURTIPS

I detta kapitel hittar du förslag på böcker kring de ämnen som denna handbok behandlar. Böckerna är listade enligt det ämne som de främst härleder till. Dessa tips och förslag är främst till att fungera som ett stöd och förslag på böcker man kan läsa för att fördjupa sig i de olika områdena.

### **Dramapedagogik**

- Balfour M., Somers J. (2006) *Drama as social intervention*  
Henriksson L. (1987) *Lära i lek och drama*  
Hiltunen J., Konivuori H. (2005) *Vihreä draama*  
O'Toole J., Dunn J. (2002) *Pretending to Learn*  
Wagner B. (1979) *Dorothy Heathcote: Drama as a learning medium*  
Way B. (1978) *Development through Drama*

### **Miljöpedagogik**

- Brügge B., Glantz M., Sandell K. (2011) *Friluftslivets pedagogik*  
Cooper G. (1998) *Outdoors with young people*  
Eriksson E., Furå P., Petterson I. (2007) *Lära genom upplevelser -ute-*  
Hart P. (2003) *Teacher's thinking in environmental education*  
Kahn P., Kellert R. (2002) *Children and Nature*  
Sandell K., Öhman J., Östman L. (2003) *Miljödidaktik*

### **Hållbar utveckling**

- Baker S. (2016) *Sustainable Development*  
Behrenfeldt L. m.fl. (2015) *Att lära in ute för hållbar utveckling*  
Björneloo I. (2011) *Hållbar utveckling*  
Dietz R., O'Neill D. (2013) *Enough is Enough*  
Doppelt B. (2008) *The Power of Sustainable Thinking*

### **Övrigt material**

- Beard C., Wilson J. (2006) *Experiential Learning*  
Giddens A., Sutton P. (2014) *Sociologi Studentlitteratur*  
Tell J. (2007) *100 sätt att rädda världen...*