

# God morgon - Välkomna till Respekt!

## Vad betyder Respekt?

Enligt Nordstets Ordbok: *En visad eller upplevd (tillräckligt) hög värdering av person(s) egenskaper eller dylikt.*

En modernare tolkning: Spontant utrop när någon gjort något modigt, sagt sin åsikt eller bara är grymt skön!

## Respekt-tecknet

Håll upp handflatan som om du skulle morsa på någon. Sär på lång- och ringfinger, så att fingrarna bildar ett "V". Tummen är avslappnad. Prova!

Respekt-tecknet visas med handflatan mot en person som precis sagt sin åsikt i en fråga. Som en tyst applåd, och för att visa respekt för någon som berättar vad den tycker. Man behöver inte hålla med den andra personens åsikt.

Under dagen så vill vi att ni provar att använder er av Respekt-tecknet. Respekt!



*Pröva att göra  
Respekt-tecknet!*

## Hur bra är du på att inte avbryta?

Det kan faktiskt vara skit svårt att inte avbryta när någon annan pratar. Man blir engagerad och vill säga vad man tycker, känner och tänker. Under dagen så vill vi att ni tränar på att lyssna på varandra – att inte avbryta. Det innebär inte att hela dagen kommer att vara en monolog då bara en pratar. Det handlar ju om att ge varandra plats och lyssna.

Ibland så kommer kanske vi funktionärer att hoppa in – och faktiskt avbryta – för kolla läget, hur det går och att hjälpa er med uppgifterna. Påmin varandra om att lyssna. Respekt!

## Schema för dagen

Intro (här är ni nu)	10 min
Orangino/Diskussionspåse	90 min
Lunch	45 min

## Avslutning

### ***Reflektion på dina fem fingrar!***

Tummen	Tummen upp för något som var bra
Pekfingret	Något du vill peka på/belysa, bra eller dåligt.
Långfingret	Något som verkligen kan bli bättre.
Ringfingret	En pärla från dagen som du kommer att bära med dig, något värdefullt.
Lillfingret	Något litet extra, något kul som har hänt eller kanske något överraskande.

Stå eller sitt i ring. Läs upp listan ovan. Vem som helst kan börja. Ta ett finger i taget, låt varje deltagare få tid att berätta det just dom känner. Det är lätt att inspireras av det någon annan i ringen berättar, men avbryt inte varandra. När den första personen har gått igenom alla fem fingrarna går turen vidare till någon annan. Respekt!

### ***Respekt!***

Under resten av lägret ta med dig det du upplevt här. Prova att använda dig av Respekt-tecknet



*Fortsätt att använda  
Respekt-tecknet under  
resten av lägret!*