

FRAMTIDSORO

Syftet är att:

Normalisera att man kan känna oro eller osäkerhet inför framtiden.

Ge möjlighet till reflektion kring framtidsoro.

Fundera på vad man själv behöver för att kunna fatta beslut om sin egen framtid.

Börja med att se filmen om framtidsoro. Diskutera därefter följande frågor i grupper på 2–3 personer.

- Vilka tankar väckte filmen?
- Vad tror du att unga i dag oroar sig för gällande framtiden?

Efter diskussionerna får var och en skriva ner på små lappar vad de tror att unga oroar sig för gällande framtiden.

Rita en linje på tavlan – ena ändan av linjen betyder "lite oro", den andra "mycket oro". De unga får komma och placera sina lappar på tavlan enligt hur mycket oro de tror att unga känner kring saken i fråga. Sammanfatta kort de teman som kommit fram på skalan.

Därefter riktar vi oss in på att diskutera lösningar på vad man behöver för att kunna fatta beslut om sin egen framtid. Diskutera följande frågor i mindre grupper:

- Vad behöver du för att våga fatta beslut om din egen framtid?
- Vad kan du själv göra eller hur kan du stödja dina vänner att fatta beslut om framtiden?

Sammanställ gruppernas lösningar och förslag, till exempel i en gemensam tankekarta.

Bonusuppgift: Många vuxna har inte heller haft en rak väg – fråga en vuxen i din närhet om personens framtids tankar då hen var i din ålder

