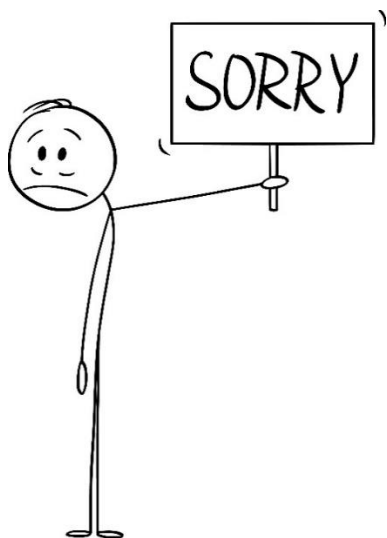


# Oppgave om å reparere relasjon



Kva har skjedd: I starten av timen var det mykje uro i klassa, og spesielt i ei gruppe på 4 elevar bake i rommet. Til og med Ola, som vanlegvis er den mest pliktoppfyllande av alle, tok del i denne uroa. I stresset ditt med å få kome raskt nok i gang med arbeidet denne timen, brukte du namnet hans for å få merksemd (med tydeleg irritert stemme): «Ola! No må de fire slutte å bråke og kome i gang! De forstyrrar for alle andre!» Ola kvapp til og såg på deg med store auge og skunda seg å starte å jobbe med oppgåva. Elevane rundt han flira litt, og sa «ja Ola – no må du ikkje bråke sånn», men det vart faktisk stillare, og alle kom i gang med arbeidet.

Når du seinare går rundt i rommet og kjem bak til Ola ser du at han ikkje vil møte blikket ditt, og du ser han har jobba mindre enn han vanlegvis ville gjort i dine timar. Du forstår at du kan ha gjort noko som førte til eit relasjonsbrot, og du bestemmer deg for å forsøke å reparere dette:

Prøv gjerne på kvarandre slik at de kjenner forskjellen på korleis de opplever å seie og høyre desse ulike setningane:

1. «Ola, unnskyld for at eg ropte namnet ditt i stad, men du av alle veit jo at de ikkje kan sitte og bråke når timen har starta!»
2. «Viss du blei lei deg når eg var streng med deg i stad, så er eg lei for det.»
3. «Eg er lei for at eg ropte til deg i stad. Du skjønar, eg var så stressa, og så er det så irriterande når det blir så mykje bråk og så vart eg nok ekstra skuffa når du som vanlegvis er så stille også var med på bråket!»
4. «Eg er veldig lei for at eg brukte ditt namn for å få det stille i klassa i stad. Det var ikkje rettferdig av meg, og eg ser at dette ikkje var greitt for deg. Det forstår eg, unnskyld. Eg skal finne betre måtar å få det roleg i klassa på framover.»

