

En gruppeøvelse kan sette i gang refleksjon og samtale.

OK eller ikke OK?

I øvelsen skal deltakerne vurdere i hvilken grad de anser ulike scenarioer som ok eller ikke ok.

Øvelsen er tredelt. Se for dere at oppmerksomheten kommer fra

- en kollega
- en leder
- en kjæreste eller noen man er interessert i

Deltakerne vurderer scenarioene ut ifra en skala fra 1 til 10, der 1 er ikke ok i det hele tatt og 10 er helt i orden.

1. Forteller deg at antrekket ditt er sexy
2. Spør om du har gått ned i vekt
3. Sender deg et delvis avkledd bilde
4. Slår deg på rumpa
5. Gir deg en klem
6. Gir deg et kyss på kinnet
7. Kaller deg pulbar
8. Gir deg en nakkemassasje
9. Lar hendene hvile på korsryggen din
10. Kaller deg søta, kjekken, kjære

Øvelsen kan gjennomføres på ulike måter. Deltakerne kan løse oppgaven i mindre grupper og markere svarene sine langs en akse på et stort ark. Oppgaven kan oppsummeres i plenum ved at hvert scenario leses opp og deltakerne plasserer seg langs en akse fra OK til ikke OK mellom to vegger i rommet. Alternativt kan oppgaven besvares som meningsmåling via mobil på nettstedet hvor man kan se både gjennomsnittlig svar og fordelingskurve blant deltakerne.

Spørsmål til samtale etter øvelsen:

- Deler deltakerne samme oppfatning av hva som er greit og ikke? Hva er flere enige om, og hvor råder det uenighet?
- Hvilke faktorer påvirker hvor grensene våre går?
- Hvilke regler kan sørge for at alle trives?