

De Sju Ljusen – en ledares vägledning

Första ljuset: De fyra första minuterna

De 4 första minuterna är de viktigaste under en sammankomst. Både du och de som ska lyssna på dig avgör om det du har är något att lyssna på. Var noga förberedd, ta gärna med något roligt så folk slappnar av. Kom inte för sent utan var tidig, dina fyra minuter startar när du borde varit där och inte när du kommer! Börja med att presentera dig på ett ledigt sätt och hoppa inte direkt in i det ni ska göra.

Andra ljuset: Att stå rätt

Det är viktigt att stå rätt. Du ska kunna se alla och alla ska kunna se dig. Det inger ett förtroende om alla kan se dig, och man behöver inte ödsla energi på att försöka se dig. Alla ska kunna se ev. material/diabler/OH:s. Stå avslappnat och ”lek” inte med penna, radergummi och dylikt. Ställ dig inte framför dina hjälpmedel!

Tredje ljuset: Att använda namn

Det känns mycket mer personligt när man talar till en person och använder namn. Varje deltagare ska under den första 1/3 av sammankomsten uppmärksammas minst 1 gång för att bekräftas att man blivit sedd, om det så bara är för att säga: ”God morgon Per”.

Fjärde ljuset: Att se alla i ögonen

Ögonkontakt är otroligt viktigt. Du ser om ditt budskap har gått fram och samtidigt kan du ge ett personligt budskap till deltagarna. En ledare som vågar se deltagare i ögonen ger trygghet och visar att han inte gömmer sig. Om du har en frågestund så är det bra att titta runt i rummet för att uppmuntra frågor. Du ska dock inte ha ögonkontakt för länge då det blir obehagligt.

Femte ljuset: Att tala om vad som ska tränas

Du förmedlar vad som ska komma att göras. Då vet alla vad de ska göra och det syns att du är ordentligt förberedd. Frågor som behövs ställas ställs innan träningen så att man kan träna i lugn och ro sedan. Man kan ha en uppsamlingspunkt som deltagarna kan prata av sig och bli bekräftade för att sedan träna. När träningen lider mot sitt slut är det bra om du talar om vad som ni gjort; en liten sammanfattning.

Sjätte ljuset: Att ställa frågor

Du ställer frågor för att se om alla uppfattat instruktionerna och materialet. Bygg vidare på deltagarnas svar och uppmuntra rätt svar - nedvärdera **inte** ”fel” svar. Försök med berättarfrågor där deltagarna får förklara, det är bäst och inte bara svara ja/nej eller svara på frågor där det finns ett givet svar.

Sjunde ljuset: 7-minuters pass

Barn kan ha full uppmärksamhet under cirka sju minuter i taget och sedan behöver de ett annat träningspass/moment för att åter vara mottaglig för information. Undantaget är praktiska övningar då de kan hålla på mycket längre, beroende på hur kul det är.