

## Træning i at finde ord – vær beskrivende.

Man kan træne at mobilisere ord og at associere ved at bruge fx 10 minutter hver dag på en eller flere af nedenstående opgaver. Det kan være en fordel at vælge én opgaver som hovedopgave og så træne den hver dag i mindst 2 uger, og så evt. lade andre opgaver være bonusopgaver. Bliv ikke ved efter tiden, hvis det er anstrengende

Når der i opgaverne nedenfor står ”fortæl”, så fortæl det enten til en stol, hvor du forestiller der sidder en bestemt person eller til et billede af en bestemt person eller til dit spejlbillede. **Prøv at gøre det så beskrivende som muligt**

Det at stille åbne spørgsmål er en vigtig del af kommunikation. I åbne spørgsmål bruges hv-ord: Hvad, Hvem, Hvordan, Hvorfor, Hvilke, Hvornår – og Hvad så **Hvis du går i stå, så forsøg at finde et hv-ords-spørgsmål du kunne stille og svare på.**

<b>1. Fortæl om en ven.</b> Tænk på en af dine venner eller et familiemedlem.
a. Fortæl hvad du forbinder med vedkommende; hvad du ved, fakta og historie, og hvad du tænker om vedkommende; hvad egenskaber, karaktertræk etc. du oplever vedkommende har. Hvordan ville du beskrive vedkommende for en anden?
b. Fortæl hvad du godt kunne tænke dig, at I gjorde sammen, samt om gode oplevelser I har haft.
<b>2. Fortæl om i går.</b> Tænk på dagen i går og hvad der skete hen over dagen. Skriv stikord ned. Fortæl om dagen.
<b>3. Fortæl om næste uge.</b> Beskriv hvad du har af planer i næste uge. Det behøver ikke være store planer. Fortæl dog især, hvis der er noget du glæder dig til. Beskriv det gerne i deltaljer
<b>4. Beskriv oplevelser og emner.</b> Skriv en liste på mindst 5 punkter om et af følgende emner
a. Bøger du har læst
b. Film du har set
c. Ferie du har haft
d. Oplevelser som du husker på med glæde
e. Historiske begivenheder
f. Genstande du har været glad for
g. Noget du er taknemmelig for
h. Jobs du kunne tænke dig.
i. Andet?
Vælg én af listerne og fortæl om punkterne på listen. Vær beskrivende.

## Træning i at finde ord – vær beskrivende

5. **Find andre ord.** Læs en artikel. For hvert ord i artiklen, skal du forsøge at finde så mange lignende ord eller synonym-ord som du kan. Står der fx "Chefen var glad", kan du fx sige: "Lederen/bossen/den øverste/ for dernæst kikke på synonymer for "glad", fx fornøjet/ tilfreds/munter. Brug gerne en synonym-ordbog. [www.synonym-ordbog.dk](http://www.synonym-ordbog.dk)
6. **Læs og genfortæl.** Læs en artikel på Wikipedia eller en anden hjemmeside og genfortæl den. Gå evt. ind på [da.wikipedia.org](http://da.wikipedia.org) og vælg i venstre kolonne det link der hedder "Tilfældig side". Når du ikke kan finde på mere at sige, så vælger du en ny side, som du kan genfortælle. Prøv at gør det spændende.
7. **Brug tilfældige ord i sætninger.** Åben en bog på en tilfældig side og peg på et tilfældigt ord, uden at du rigtig ser hvad du peger på. Brug dette ord i 5 forskellige sætninger. Peg dernæst på et andet ord
8. **Find på historier om folk.** Bemærk folk på gaden eller i tv. Prøv at gøre dig forestillinger om hvordan de er og hvad der er deres historie. Lad bare fantasien vandre. Husk det gerne må være sjovt og ikke handler om virkeligheden
9. **Før og nu – hvordan var de og hvordan bliver de?** Tænk på de andre omkring dig eller venner/familie i andre aldre. Se dem for dig. Forestil dig dem hver især 5 år ældre, så 10 år, så 15 år etc. Hvad laver de mon? Hvordan har de det? Hvad kan de lide? Hvad taler de med andre om? Forstil dig dem ligeledes 5 år yngre, så 10 år yngre etc.
10. **Hvordan er det lavet?** Kik rundt i lokalet og bemærk ting og sager. Tænk på hvordan de er lavet. Beskriv det i detaljer, som om der var en anden tilstede som ikke har en anelse om hvordan det er lavet, men som meget gerne vil høre det
11. **Vær Politiker.** Find en sag at argumenterer for. (skat, dyrevelfærd, flere eller færre motorveje, etc – se evt. på nettet, hvad de politiske partier har af mærkesager). Kom med så mange argumenter som mulig for at din sag er god og kom med så mange argumenter for at modparten tager fejl.
12. **Find ord og brug dem i en historie.** Find på så mange ord som muligt på 30 sekunder. Vær frit associerende. Skriv disse ord ned. Fortæl en kortere eller længere historie, hvor du bruger disse ord.