



# Bifrosts Metode – Den Magiske Cirkel



I Bifrost laver vi aktiviteter på en helt særlig måde, hvor vi benytter os af Bifrosts metode – også kendt som 'Den Magiske Cirkel'.

Når vi træder fra virkeligheden ind i fantasien, træder vi ind i den magiske cirkel. Vi kan drage til fiktive verdener, eller blive til andre personer der lever i vores verden. Når vi træder ind i cirklen, træder vi fra virkeligheden ind i fantasien, hvor alt kan ske. I cirklen vælger vi, hvordan verden ser ud på godt og ondt. Vi kan frygtløst kaste os ind i legen, for vi ved, vi blot skal træde ud af cirklen igen for at vende tilbage til en verden, vi kender.

Ved at sætte klare rammer for legen kan vi skabe verdener med andre regler, rammer og problemstillinger, end dem vi normalt kender til og skabe oplevelser. Ved at kunne skelne mellem leg og virkelighed får Bifrosts medlemmer mulighed for at afprøve og arbejde med svære, spændende og bevidstgørende emner. Cirklen giver medlemmerne muligheden for at påtage sig nye roller, opleve manglende privilegier, forstå historiske situationer eller gennemleve politiske problemstillinger der både kan have fokus på samarbejde og konflikt.

Den magiske cirkel giver medlemmerne mulighed for at undersøge og lære gennem skabelsen af nye oplevelser. Den lader dem forstå, erkende og indleve sig i andres liv ved at deltage i oplevelserne de skaber sammen. Når de forlader cirklen, kan de reflektere over de nye erfaringer de har gjort sig under oplevelsen.

## Bifrosts Kodeks

- Der er altid plads til en til  
- Som ny vil der altid være en mulighed for at blive en del af fællesskabet og legen. Hvis fællesskabet skal vokse skal vi være god til at tage imod nye kammerater og "party members".
- Man er altid medskaber af sin oplevelse  
- Til vores arrangementer er man ikke kunde. Alle er en ansvarlig aktiv medskaber af den fælles oplevelse.
- Man skal behandle alle med respekt  
- I Bifrost kommer vi fra mange forskellige kulturer og klasselag, og derfor er det vigtigt, at man altid mødes med et åbent og imødekommende sind.
- Man skal altid vise hensyn  
- Vi viser hensyn hvor det er muligt, så flest mulige kan deltage i legen på tryk vis.



## Bifrosts Grundsætning:

– Bifrost baserer sig på tre grundprincipper, der sammen skaber Bifrost grundsætning –

*"Kreative tænkere  
i forpligtende fællesskaber  
skaber reflekterede mennesker"*

### *Bifrosts tre principper:*

#### *Den Kreative Tænkere*

Kreativitet kan ændre verden. Det handler om at se forbindelser hvor andre ikke kan og skabe løsninger andre endnu ikke har fundet, på både store og små problemer. Kreativitet bliver i langt højere grad efterspurgt ude i samfundet og af erhvervslivet, og vores medlemmer kan blive blandt de mest kreative af dem alle. Ved at højne vores medlemmers kreativitet, styrker vi deres nysgerrighed på verden, deres evne til at skabe og eksekvere ideer og formidle dem til andre. Det gør ingen forskel om de den ene weekend står over for 10 orker eller 100 gæster til et foredrag.

#### *Det Reflekterende Menneske*

Når man træder i andres sko udfordrer man sig selv til at reflektere over deres liv og kultur. Gennem roller, leg og spil kan man skabe historier om og arbejde med alvorlige emner som racisme og krig, men også udforske kærlighed og broderskab. Medlemmerne kan sammen og i sikre rammer afsøge hvordan historiske begivenheder udfoldede sig eller påtage sig eventyrlige roller og udleve store romancer. Uanset hvordan aktiviteten udfolder sig, vil rammerne for legen og spillet skabe forståelse, empati og erkendelse, om egen og andres måde at leve og opføre sig på. Refleksionerne medfører nye spørgsmål og verdener man vil afsøge og dermed kan den kreative proces begynde forfra.

#### *Det Forpligtende Fællesskab*

Vi vil skabe kultur og fællesskaber som giver mening, mod og troen på man kan mere sammen end alene. Ved at lave projekter og initiativer sammen med landsforeningens medlemmer skaber vi forpligtende fællesskaber, der gennem projektarbejde styrker medlemmernes evne til at udvikle og søsætte egne projekter. Fællesskaberne og det at skabe oplevelser sammen udvikler også sociale kompetencer hos medlemmerne som er med til at skabe sammenhængskraft i samfundet. For når vi arbejder sammen med andre der ikke er som os selv, bliver vi mere empatiske og forstående mennesker.



bifrost