

BØRNS
VILKÅR

BRUG BØRNETELEFONEN
I UNDERVISNINGEN



Sundheds- og seksualundervisning
og familiekundskab

Undervisningsmateriale 4.-5. klasse

KÆRLIGHED OG FORELSKELSE

INDHOLD

Indledning	3
Materialets aktiviteter	5
1. Min kæreste vil ikke svare mig	6
2. Rådgiv om kærlighed og forelskelse	8

” Hej. Jeg er begyndt at snakke med en dreng fra min klasse og jo mere jeg snakker med ham jo mere synes jeg han er sød men jeg hved ikke om jeg er forelsket eller bare synes han er en god ven. Hvad skal jeg gøre? ”

(Barn, 11 år)



BørneTelefonen **RING 116 111**

Børns Vilkår 2023 ©

Kopiering og print af dette materiale eller dele deraf er kun tilladt efter reglerne i gældende lov om ophavsret eller inden for rammerne af en aftale med Copydan.

Indhold: Katrine Andersen, Aviaja Stjernstrøm og Johanne Sidelmann Tvergaard
Layout: AntonMaria - Visuel Kommunikation



På BørneTelefonen henvender børn og unge sig om alt, hvad der rører sig i deres liv. Der er intet problem, der er for stort eller for småt. Kærlighed og forelskelse er et af de emner, der fylder mest.

*Hvordan kan man mærke, om man er forelsket?
Hvad sker der i kroppen? Og hvordan kan jeg finde ud af, om den anden er forelsket i mig?
Måske er man ikke helt enige om, hvordan man skal være kærester, og hvem kan man så spørge til råds?*

Klassesamtaler om kærlighed og forelskelse kan sikre, at eleverne ikke føler, at de står alene med at tænke og føle på en bestemt måde, og at det er helt almindeligt og en del af det at være barn og ung. Undervisningsmaterialet kan bruges til at tage emnet kærlighed og forelskelse op i klassen og består af to dele. Den første del handler om, hvad det vil sige at være kærester i 4.-5. klasse, og den anden del handler om, hvordan man kan rådgive andre børn inde på BørneTelefonens hjemmeside under Børn Hjælper Børn.

Materialets mål og rammer

Materialet indeholder undervisningsaktiviteter til en lektion og omdrejningspunktet er virkelige fortællinger fra BørneTelefonen. Materialet tager udgangspunkt i Fælles Mål for det obligatoriske emne Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab (SSF) og mere specifikt i de to færdigheds- og vidensområder 'Personlige grænser' og 'Følelser'.



PERSONLIGE GRÆNSER		FØLELSER	
Eleven kan give udtryk for egne grænser.	Eleven har viden om personlige grænser.	Eleven kan beskrive følelsesmæssige reaktioner.	Eleven har viden om følelser.



Tryghed i undervisningen

Tryghed i undervisningen er central for undervisningen i kærlighed og forelskelse og de andre emner i Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. Derfor anbefaler vi, at du som lærer har et særligt fokus på, at undervisningen er tryk for alle elever, når du skal arbejde med undervisningsmaterialet.

DERFOR:

- **Tal med eleverne**, inden I går i gang. Lad dem komme med bud på, hvad der skal til, for at det føles trygt og rart at deltage i undervisningen.
- **Vær tydelig** omkring, hvad der skal foregå i undervisningen.
- **Del ikke private eller personlige erfaringer** i undervisningen, hverken dine egne eller andres.
- **Åbn op** for, at det er ok at melde pas, hvis der er noget, man synes er svært eller pinligt at tale om.
- **Sørg for**, at der ikke er elever, der bliver udskaftet eller udstillet i undervisningen. Når man taler om et emne som kærlighed og forelskelse, er det ekstra vigtigt at sørge for, at der ikke bruges diskriminerende og nedsættende sprog blandt eleverne.
- **Husk at sige**, at mange kan synes, at det er pinligt at tale om kærlighed og forelskelse, så det er ok at komme til at grine. Men man må ikke grine af hinanden.



HVORFOR VI IKKE ANBEFALER KØNSOPDELING I UNDERVISNINGEN:

- **Det er vigtigt, at alle får fælles viden** om kærlighed og forelskelse, uanset hvilke personlige erfaringer man har/kommer til at få.
- **Eleverne skal møde hinanden i dialogen.** Det er også derfor, at Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab foregår i skolen og ikke i hjemmet.
- **Hvis man kønsopdel, risikerer man at sætte elever i udsatte positioner.** Det kan være elever med andre køn end dreng/pige, eller elever som har deres bedste venner blandt nogle med et andet køn, og derfor kan opleve, at det er utrygt, når de skal skilles fra dem i undervisningen.

Når det er sagt, kan der være specifikke årsager i netop din klasse, som gør det nødvendigt at opdele i mindre hold fx på baggrund af køn. Hvis det er tilfældet, må du være ekstra opmærksom på, om der er elever, som kommer i klemme i den opdeling, og at den viden eleverne får, er

UNDERVISNINGSMATERIALETS AKTIVITETER

1. Min kæreste vil ikke svare mig
2. Rådgiv om Kærlighed og forelskelse

STRUKTUR

For hver aktivitet er der kort beskrevet:

Mål

Aktivitetens læringsmål

Tidsforbrug

Hvor lang tid aktiviteten tager

Materialer

Beskrivelse af hvilke materialer, det kræver at gennemføre aktiviteten

Fremgangsmåde

En trin-for-trin-beskrivelse af, hvordan aktiviteten gennemføres

1. MIN KÆRESTE VIL IKKE SVARE MIG?



Mål:

- At eleverne reflekterer over, at der er mange måder at føle kærlighed og forelskelse på
- At eleverne reflekterer over, hvad man kan gøre, hvis man oplever problemer med kærlighed, forelskelse og grænser

Tidsforbrug:

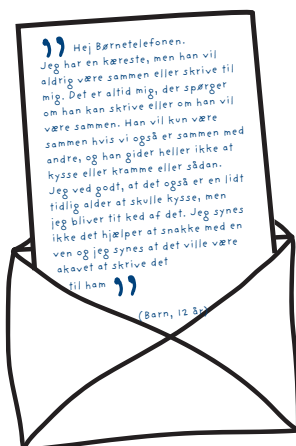
20 minutter

Materialer

- Video med breve fra BørneTelefonen
- Ark med arbejdsspørgsmål

VÆR SÆRLIGT OPMÆRKSOM PÅ:

- Eleverne har forskellige udgangspunkter for at tale om kærlighed og forelskelse. Derfor er det vigtigt ikke at formidle bestemte normer for, hvornår man begynder at have lyst til at flirte eller have kærester.
- Det fremgår ikke, hvilket køn barnet, der har skrevet brevet, har. Det kan være en pointe at nævne, at man kan have præcis de samme følelser, uanset hvilket køn man har.



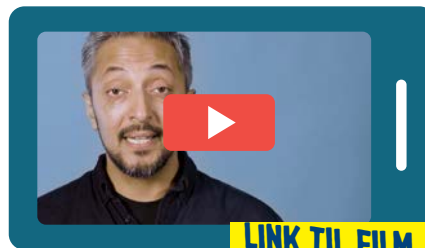
Fremgangsmåde:

Inddel eleverne i små grupper.

Det er vigtigt, at alle er i en gruppe, hvor de er trygge.

Forklar eleverne, at du nu vil vise en video med en underviser fra Børns Vilkår, der læser et brev højt, som et barn har skrevet ind til BørneTelefonen.

Se filmen i fællesskab og sørg for at alle ved, hvad den går ud på. Oprids evt. centrale pointer.

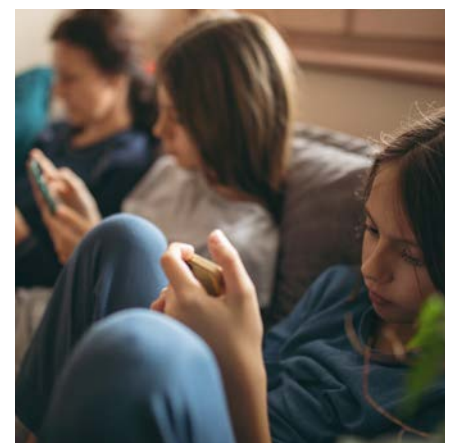


[LINK TIL FILM](#)

Giv hver gruppe et ark med arbejdsspørgsmål til videoen, og bed eleverne tale om de fire arbejdsspørgsmål. Understreg, at det ikke er nødvendigt, at man selv har prøvet at være forelsket. Man kan sagtens alligevel komme med bud på, hvad barnet i brevet kan gøre.

Gennemgå nu arbejdsspørgsmålene i plenum og suppler eventuelt med disse spørgsmål:

- Hvorfor kan det føles pinligt eller svært at tale om kærester og det at være vild med nogen?
- Hvordan kan man aflæse på en anden person, om man har det godt med fysisk berøring?
- Hvordan kan man på en god måde sige, at man ikke har lyst til at kysse og kramme?



ELEVARK 1: MIN KÆRESTE VIL IKKE SVARE MIG



ARBEJDSSPØRGSMÅL

- Hvordan føles det i kroppen, når man er forelsket?
- Hvad kan være grunde til, at den anden person ikke vil kysse, kramme og være meget sammen?
- Hvis man skulle give barnet et godt råd, hvad skulle det så være? Hvis det var kæresten, der havde skrevet ind, hvad ville I så råde personen til?
- Hvem og hvordan kan man hjælpe barnet i denne situation?

RING ELLER SKRIV TIL BØRNETELEFONEN

BørneTelefonen er et anonymt rådgivningstilbud til børn og unge, som har brug for råd, trøst eller bare en voksen, der har tid til at lytte.

BørneTelefonen **RING 116 111**

RÅDGIV OM

2. KÆRLIGHED OG FORELSKELSE



Mål:

- At eleverne kommer med bud på, hvad man kan gøre, hvis man har problemer relateret til kærlighed og forelskelse
- At eleverne tilegner sig viden om, hvad de kan bruge BørneTelefonen til

Tidsforbrug:

20 minutter

Materialer

- Et interaktivt whiteboard (fx Smartboard), hvor BørneTelefonens hjemmeside kan vises
- Tavle

VÆR SÆRLIGT OPMÆRKSOM PÅ:

- Det er en god idé på forhånd at se breve igennem, der ligger på Børn Hjælper Børn, så du ved, at indholdet i det brev I skal besvare sammen, passer til 4.-5. klasse.
- Børn i alle aldre skriver ind til Børn Hjælper Børn. Nævn gerne det for børnene, så de også ved, at de kan læse nogle breve fra børn, der er noget ældre og måske interesserer sig for andre ting, end de gør nu.



Fremgangsmåde:

Forklar eleverne, at I nu skal tale om hvilke forskellige emner og dilemmaer, man kan henvende sig til BørneTelefonen om.

Inddel eleverne i små grupper, som de er trykke i. Forklar, at de nu skal tale om, hvilke emner man kan henvende sig til BørneTelefonen om. Lav nu en opsamling i plenum, hvor du skriver de emner op på tavlen i en stor ordsky, som eleverne nævner.

Vis derefter BørneTelefonens hjemmeside på tavlen:
www.boernetelefonen.dk

Forklar, at på BørneTelefonen kan man få hjælp af en rådgiver ved at skrive, ringe, chatte eller sms'e. Men man kan også gå ind på Børn Hjælper Børn og enten give eller få råd af andre børn.

Inde under Børn Hjælper Børn kan I se de forskellige emner, som børn har skrevet ind om. Vælg nu et

brev, der handler om forelskelse og kærlighed inde på Børn Hjælper Børn og læs det højt.

Bed eleverne bruge fem minutter på at tale sammen i gruppen om, hvad de vil rådgive barnet til.

Saml op i plenum og lav en fælles besvarelse på brevet inde på Børn Hjælper Børn.

