

BØRNS
VILKÅR

BRUG BØRNETELEFONEN
I UNDERVISNINGEN



Sundheds- og seksualundervisning
og familiekundskab

Undervisningsmateriale 6.-7. klasse

KÆRLIGHED OG FORELSKELSE

INDHOLD

Indledning	3
Materialets aktiviteter	5
1. Forelsket i min bedste veninde?	6
2. Lær BørneTelefonens hjemmeside at kende	8

” Jeg har her på det sidste ændret mig rigtig meget, jeg er blevet meget mere moden og føler mig klar til et flirtende forhold. Men ved ikke om jeg har lyst til at være kærester med nogen.. men gad bare godt have en virkelig god ven, som også er skide lækker og sød osv. som jeg sådan kan sove med og snakke og som er der for mig. Føler bare kun det er noget der sker i film...”

(Barn, 12 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 mærkes den første forelskelse?

Hvad betyder det at have et crush?

Hvad sker der i kroppen, når man er forelsket eller synes en er lidt sødere end andre?

Hvad gør man, hvis man har fået interesse for en anden?

Eller hvis den man kan lide, ikke kan lide en tilbage?

Kærlighed og forelskelse kan være det bedste, men et knust hjerte kan også gøre rigtig ondt. Klassesamtaler om kærlighed og forelskelse kan understøtte, at man ikke føler, at man står alene om at tænke og føle på en bestemt måde, og at det er helt naturligt 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 forelskelse i nære venner og den anden del handler om, hvordan man kan rådgive andre børn inde på BørneTelefonens hjemmeside Børn Hjælper Børn.

Materialets mål og rammer

Materialet indeholder undervisningsaktiviteter til en lektion og dets omdrejningspunkt 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 'Venskaber' for 6. klasse, samt færdigheds- og vidensområdet 'Relationer for 7. klasse:



PERSONLIGE GRÆNSER		VENSKABER		RELATIONER	
Eleven kan respektere egne og andres personlige grænser.	Eleven har viden om mobning og trivsel.	Eleven kan vurdere betydningen af gode venskaber.	Eleven har viden om relationers betydning for sundhed og trivsel.	Eleven kan vurdere følelsesmæssige dilemmaer i relationer.	Eleven har viden om følelser og relationers betydning for sundhed, trivsel og seksualitet.



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 tryk 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 udkammet 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 kønsopdeler, 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 utryk, 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. Forelsket i min bedste veninde?
2. Lær BørneTelefonens hjemmeside at kende

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. FORELSKET I MIN BEDSTE VENINDE?



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 arbejdsopgørelser

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 kæresten.
- Det fremgår ikke, hvilket køn den unge, 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 eller lad dem sidde sammen i makkerpar. 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 en ung har skrevet ind til BørneTelefonen.

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



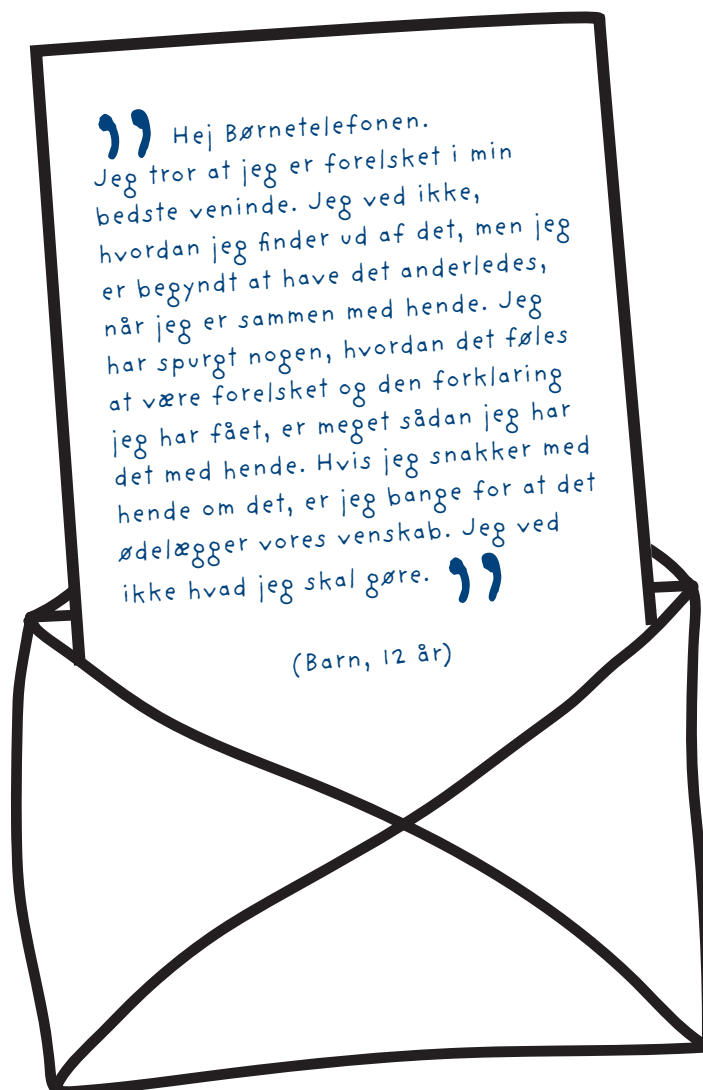
Giv hver gruppe et ark med arbejdsopgørelser til videoen, og bed eleverne tale om de fire arbejdsopgørelser. Understreg, at det ikke er nødvendigt, at man selv har prøvet at være forelsket. Man kan sagtens alligevel komme med bud på, hvad den unge i brevet kan gøre.

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

- I giver mange gode bud på, hvordan man kan mærke forelskelse og de kropslige tegn på det. Tror I, at alle mærker det på samme måde?
- Hvorfor kan det være svært, at sige til den man kan lide, at man kan lide personen?



ELEVARK 1: FORELSKET I MIN BEDSTE VENINDE?



ARBEJDSSPØRGSMÅL

- Hvordan kan man mærke, at man er forelsket?
- Hvilke kropslige tegn er der på forelskelse?
- Hvad vil I rådgive den unge til at gøre?
- Hvilke fordele er der ved at sige til sin bedste ven, at man er blevet forelsket i personen og hvilke ulemper er der ved det?
- Hvem kan man få hjælp af?

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**

LÆR

2. BØRNETELEFONENS HJEMMESIDE

AT KENDE



Mål:

- At eleverne, ved at bevæge sig rundt på Børnetelefonen.dk, tilegner sig viden om de forskellige emner og dilemmaer, som man kan henvende sig til BørneTelefonen omkring.
- At eleverne stifter bekendtskab med Børn Hjælper Børn.

Tidsforbrug:

20 minutter

Materialer

- Et interaktivt Whiteboard (fx Smartboard),
- Et ark med spørgsmål til skattejagten
- Devices til eleverne (computere eller tablets)



Fremgangsmåde:

Mange tror, at BørneTelefonen kun er en rådgivningstelefon, men den har både mange forskellige måder, man kan henvende sig på og også et væld af information om emner, der er relevante for børn og unge. For at give eleverne et indblik i, hvad de kan bruge BørneTelefonen til, skal de nu på en lille rundtur på Børnetelefonen.dk.

Inddel eleverne i små grupper og lad dem gå ind på Børnetelefonen.dk og se, om de kan følge guiden og svare på spørgsmålene på elevark 2.

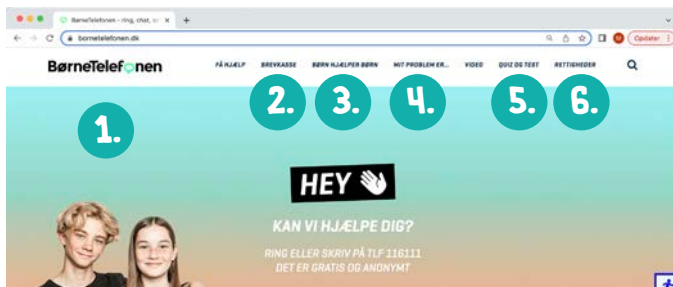
Understreg, at det ikke handler om at blive først færdige, men derimod om at lære hjemmesiden at kende. Derfor er det vigtigt, at de tager quizzerne og ser videoerne til ende.

Skattejagten tager udgangspunkt i den øverste bjælke på Børnetelefonen.dk.

Følg elevernes arbejde rundt på Børnetelefonen.dk og lav til sidst en opsamling i plenum. Du kan bruge nedenstående spørgsmål:

- Hvilke fordele og ulemper er der ved at henvende sig på hhv. chat, telefon, brevkasse og telefon?
- Hvad tænker I om, at børn og unge kan få hjælp af og hjælpe andre børn og unge?
- Kan I komme med eksempler på nogle af de emner, som I er stødt på på BørneTelefonens hjemmeside?
- Hvilke tests og quizzer tog I undervejs i skattejagten?





1. GÅ IND PÅ BØRNETELEFONEN.DK OG START PÅ STARTSIDEN

MAN KAN KONTAKTE BØRNETELEFONEN PÅ FIRE FORSKELLIGE MÅDER - HVILKE FIRE MÅDER ER DET?

2. HOP IND PÅ BREVKASSEN OG LÆS ET BREV SAMMEN

En af de måder man kan kontakte BørneTelefonen på er gennem brevkassen. Her skriver børn og unge ind med alle mulige forskellige spørgsmål og problemer – store som små.

HVAD HED DET BREV I VALGTE OG HVILKET EMNE BERØRTE DET?

3. BESØG FELTET "BØRN HJÆLPER BØRN"

På BørneTelefonen er det ikke kun voksne, der hjælper børn. Besøg feltet Børn Hjælper Børn og se hvor mange børn og unge, der skriver ind til BørneTelefonen for at få et godt råd fra andre børn og unge.

HVAD ER BØRN HJÆLPER BØRN OG HVORDAN LYDER DERES 5 HUSREGLER?

4. TRYK PÅ FELTET "MIT PROBLEM ER ..."

På BørneTelefonens hjemmeside kan man læse om, få gode råd, se videoer, tage quizzes og meget mere inden for mange forskellige emner. Tryk på feltet 'Mit problem er ...' og se nogle af de forskellige emner. Kærlighed er absolut topscorer blandt emner, som børn og unge henvender sig til BørneTelefonen om. Under emnet 'Kærlighed' kan man prøve en scoreguide og få gode råd hos kyssekolen.

HVAD KAN MAN FÅ HJÆLP TIL AT SKRIVE, HVIS MAN ER VILD MED EN?

5. TAG EN QUIZ ELLER TEST SAMMEN

Under 'Quiz og test' er alle BørneTelefonens quizzes, tests, guides og afstemninger samlet. I skal nu tage en quiz eller test i gruppen.

HVAD HED QUIZZEN/TESTEN I VALGTE?

6. KENDER I TIL JERES RETTIGHEDER? HØR OM DEM UNDER FELTET "RETTIGHEDER"

Kender I jeres rettigheder? Alle børn og unge under 18 år har deres egne rettigheder. Det står i Børnekonventionen og i de love, vi har i Danmark. Tryk på feltet 'Rettigheder' og se enten videoen med Hanne Louise, Jonas, Nada eller Magnus.

HVILKEN RETTIGHED STÅR SKREVET TIL SIDST I DEN VIDEO I HAR SET?

NU HAR I VÆRET GODT OMKRING PÅ BØRNETELEFONENS HJEMMESIDE.

I har kun set et udsnit af den information, man kan få, men nu ved I, at der er flere muligheder for at få hjælp og søge viden og til forskellige emner. Inde hos Børns Vilkår håber vi på, at I er blevet nysgerrige på at besøge os en anden gang.