

**BØRNS
VILKÅR**

**BRUG BØRNETELEFONEN
I UNDERVISNINGEN**



**Sundheds- og seksualundervisning
og familiekundskab**

Undervisningsmateriale 8.-9. klasse

UDEN FOR FÆLLESSKABET

INDHOLD

Indledning	3
Materialets aktiviteter	5
1. Holdt uden for fællesskabet i klassen	6
2. Hvordan kan man bruge BørneTelefonen?	8

” Hej, jeg er en pige på 15 år og går i ottende klasse. Står op hver morgen med tanken om at skulle i skole og frygten for hvad der skal ske den dag. Jeg er næsten sikker på at folk ikke kan lide mig. Jeg prøver og gøre alt for at folk har lyst til at snakke med mig men det er måske det der gør det. Kan ikke finde ud af om jeg skal lave mig selv om for at føle mig tilpas. Jeg føler også at folk med vilje prøver at holde mig uden for og jeg har nu i nogle måneder været med en tre mandsgruppe hvor jeg har været 5 hjul konstant og nu er de begyndt at være sammen uden mig... Håber der er nogen der forstår mig og måske nogen der kan sætte sig ind i hvordan jeg har det ”

(Pige, 15 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.

Venner, venskaber og at være med eller føle sig uden for fællesskaber fylder rigtig meget på BørneTelefonen. Og netop de følelser, er for en del børn relateret til livet i skolen. Klassesamtaler om fællesskaber og udelukkelse fra fællesskaber kan sikre, at eleverne ikke står alene med at tænke og føle sig på en bestemt måde, samt har redskaber til at få alle med i fællesskaber.

Undervisningsmaterialet kan bruges til at sætte fokus på, hvordan man styrker fællesskabet i klassen og består af to dele. Den første del handler om, hvad det vil sige at være en del af klassefællesskabet og omvendt, hvad det vil sige at stå uden for det. 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 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 færdigheds- og vidensområdet 'Relationer'

RELATIONER	
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 ekstra vigtigt, når man underviser i uden for fællesskabet 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 at føle sig uden for fællesskabet, 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 eller svært at tale om at stå uden for et fællesskab, 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 viden om fællesskaber** og hvordan man kan inkludere alle i fællesskaber, uanset hvilke personlige erfaringer man har/kommer til at få.
- **Eleverne skal møde hinanden i dialogen.** Det er også derfor, at SSF 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 som 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 den samme uanset køn.



UNDERVISNINGSMATERIALETS AKTIVITETER



1. Holdt udenfor fællesskabet
2. Hvordan kan man bruge BørneTelefonen?

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. HOLDT UDEN FOR FÆLLESSKABET



Mål:

- At eleverne reflekterer over, hvordan det er at være uden for fællesskabet.
- At eleverne reflekterer over, hvad klassen kan gøre for at sikre, at alle er en del af fællesskabet.

Tidsforbrug:

20 minutter

Materialer

- En video med breve fra Børnetelefonen
- Et elevark med arbejdsspørgsmål

VÆR SÆRLIGT OPMÆRKSOM PÅ:

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 nu vil du vise en video med en underviser fra Børns Vilkår, der læser et brev højt, som en ung har skrevet til BørneTelefonen.

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



Giv hver gruppe et elevark med arbejdsspørgsmål til videoen, og bed eleverne tale om de fire arbejdsspørgsmål.

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

- Den unge vil gerne have hjælp til at byde mere ind. Hvordan kan man på en god måde byde mere ind?
- Hvilke aktiviteter kan man lave i klassen, hvor alle kan være med?



ELEVARK 1: HOLDT UDEN FOR FÆLLESSKABET I KLASSEN



ARBEJDSSPØRGSMÅL:

- Hvilke følelser har den unge, der har skrevet ind til BørneTelefonen?
- Hvad kan være grunden til, at man kan have svært ved at sige noget i timerne og i samtaler med klassekammerater?
- Forestil jer, at I er den unges klassekammerater. Hvad ville I gøre for at hjælpe med, at den unge føler sig som en del af klassefællesskabet? Kom gerne med konkrete forslag.
- Har arbejdet med brevet fået jer til at tænke på noget, I vil gøre, for at ingen føler sig overset eller ignoreret i jeres klasse?

BørneTelefonen **RING 116 111**

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.

TEMASIDER

Børnetelefonen.dk har temasider om f.eks. venner, mobning, digitale fællesskaber og ensomhed, hvor man blandt andet kan finde information, videoer, gode råd og quizzet.

VENNER

MOBNING

ENSOMHED

**DIGITALE
FÆLLESSKABER**

HVORDAN KAN MAN 2. BRUGE BØRNETELEFONEN? SKATTEJAGT RUNDT PÅ BØRNETELEFONEN.DK



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:

25-30 minutter

Materialer

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



Fremgangsmåde:

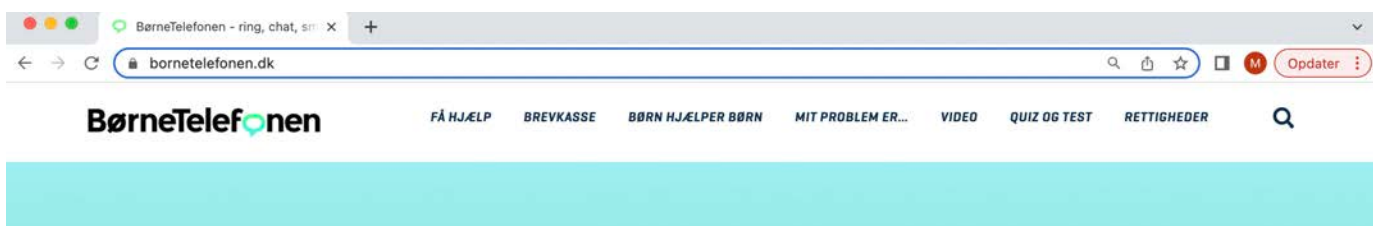
Mange tror at BørneTelefonen kun er en rådgivningstelefon. Men inde på BørneTelefonens hjemmeside er der både mange forskellige måder, man kan henvende sig til en rådgiver på og også et væld af informationer om emner, der er relevante for børn og unge. For at give eleverne et indblik i, hvad de kan bruge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

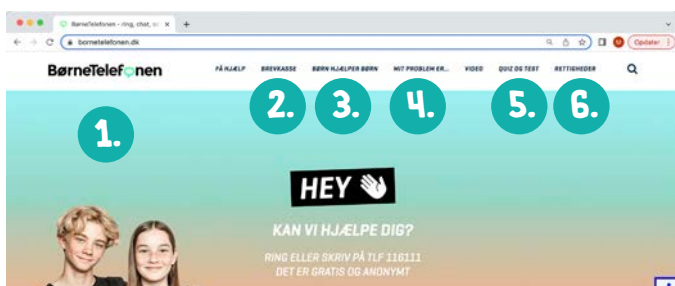
Inddel eleverne i små grupper og lad dem gå ind på Børnetelefonen.dk og se, om de kan følge guiden og svare på spørgsmålene på elevark 2. Understreg, at det ikke handler om at blive først færdige, men derimod om at lære hjemmesiden at kende. Derfor er det vigtigt, at de tager quizzerne og ser videoerne til ende.

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

Opsamling i fællesskab:

- 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.