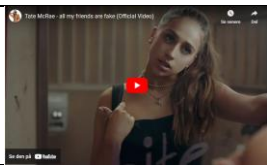


PÅ SKJERMEN:	I TIMEN:
	Start med å se denne: Tate McRae - all my friends are fake (Official Video) - YouTube
1. Kva er typiske ting som kan kjennes vanskeleg for ungdom med vennskap? Nær på 100 ungdomsklasser i alle land. Her presenterer vi noen av de vanligste utfordringene.	Hva kan være vanskelig i vennskap? Jobb i grupper på 2-4 og skriv ned så mange generelle eksempler dere kommer på. Ikke bruk navn eller konkrete hendelser. Eksempler på svar: • Å føle seg utenfor • Å bli ignorert • Å ikke vite om man kan stole på noen • Å bli snakket om bak ryggen • Å føle seg presset Få forslag fra alle gruppene om typiske ting som kan kjennes vanskelig med vennskap og skriv dem eventuelt ned.
2. Klarer de å kategorisere disse eksemplene og finne ei overskrift pr. kategori? Til dømes: Å være ensom, å stole på andre, utenfor, mobbing.	Be gruppene snakke sammen igjen: • <i>Klarer de å kategorisere disse eksemplene og finne ei overskrift pr kategori?</i> Til dømes: Å være ensom, å stole på andre, utenfor, mobbing. Lag gjerne en tabell sammen som dere fyller ut. Målet er å visualisere for elevene alt det er normalt å kjenne på med vansker i vennskap.
	Det å være snille mot oss selv kan gjøre det lettere å håndtere vennskapsutfordringer med andre. Vi skal gjøre en liten øvelse sammen om dette: Self-Compassion, ei øving for å vise medfølelse med seg selv - YouTube
Kva erfaringar er det ungdom ofte har med seg frå oppveksten som gjer at det kjennes vanskeleg å stole på andre? Nær 1000 ungdomar har svart på spørsmål om dei har erfaringar med å stole på andre. Her presenterer vi noen av de vanligste utfordringene.	Å stole på andre Et av de temaene ungdom ønsket å lære om i Livet&Sånn-timene var hvordan man kunne stole på andre og være en andre kunne stole på. Det å stole på er en verdi ungdom er svært opptatte av, men som mange synes er svært vanskelig. La elevene få snakke med hverandre litt, eller gjennomfør som klassesamtale: • <i>Hvilke erfaringer er det ungdom ofte har med seg fra oppveksten som gjør at det kjennes vanskelig å stole på andre? Igjen snakk generelt og ikke med eksempel som gjør det mulig å identifisere konkrete personer.</i>
	Se filmen Stole på andre (youtube.com) Etter filmen: hva kan være gode grunner til at folk forteller videre noe som skulle være hemmelig?
	Vis på pdf på skjermen i ønsket målform, eller skriv ut og del ut ark slik at 2-4 kan samarbeide. Målet er å reflektere over situasjonene og alternativene. Er elevene enige i at handlingene som er skildret viser at man er eller ikke er til å stole på? Er det andre handlinger man kan gjøre i disse situasjonene som viser det samme?