

4. TRINN – ORD OG FØLELSER I FAMILIEN

SKJERMEN VISER:	I TIMEN:
	Start med å se filmen Familie og følelser - YouTube eller bruk lenka som ligger under filmen for å se den uten musikk.
	Se bilde fra filmen og snakk om det dere så: - Hva er en familie? - Hva ulike typer familier finnes?
	Alle familier har det ikke alltid så bra. Hva var det som kunne være vondt for barn i familier? Når familier ikke har det bra over tid er det viktig at familien får hjelp. Derfor har barn ALLTID lov å fortelle til andre voksne hvordan det er hjemme.
	I filmen sa de at barn av og til får samme følelser som andre i familien sin. At barn blir triste om foreldrene er triste, eller sinte om foreldre er sinte. Hvorfor tror dere at det er slik?
Nå kan dere gjerne leke en veldig kort lek der poenget er at elevene får kjenne på effekten av følelser som smitter. Velg én av disse: - Elevene står eller sitter i ring, og du sier: «Nå skal jeg sende rundt følelsen ...» Og så viser du følelsen til den som sitter til høyre, og så skal den vise følelsen til den som sitter til sin høyre, og så videre til dere har sendt følelsen helt rundt. Velg enkle følelser som trist, redd, glad, overrasket, sur. Når følelsen har gått rundt, spør du om noen la merke til hva som skjedde med stemningen i rommet, eller om det var lett å bli påvirket av denne følelsen. Poenget er å få fram at følelser smitter lett mellom folk som er sammen i samme rom – både på skolen og i familien. - Et alternativ til å sende følelsene rundt er at elevene sitter på plassene sine, men kopierer de ulike følelsesuttrykkene som du viser, og holder dette uttrykket i 5 sekunder før du bytter til neste følelse. Forklar elevene at de følelsene vi ser, lager vi ofte i våre egne ansikter, og dermed begynner kroppen vår å lage den følelsen også. Derfor blir vi «smittet» av andres følelser på skolen og hjemme. - Eller elevene sitter på plassene sine og skal bare legge merke til hva som skjer i rommet. Én person, enten lærer, eller etter hvert andre elever som vil prøve, skal gå rundt i rommet og vise litt overdrevne følelser ved hjelp av kroppsspråk og eventuelt litt lyd, men uten å snakke eller ta på noen. Man viser følelser som sur, redd, glad/lykkelig, trist, stresset. Spør elevene: «Hvordan forandret stemningen seg her nå?» «Var det lett å merke?» «Skjedde det noe i kroppen din også?»	
	Introduser filmen: Vi skal se en liten engelsk film om ei som er skikkelig sjalu på den «perfekte» søsteren si. Hun skriver i dagboka si at ho hater søsteren. Og plutselig en dag blir dagboka magisk, og hatet blir til et skummelt, farlig monster (men det går bra): CGI Animated Short Film HD "Spellbound " by Ying Wu & Lizzia Xu CGMeetup - YouTube Etter filmen: Hvorfor hadde jenta skrevet at ho hata søsteren si? Hva gjorde at hun kom på at ho var glad i henne?

	Ei skattkiste med gode ord og handlinger i familien Introduser oppgava med å si at det er mange små og store ting som er vanlig å gjøre i familier som viser at man er glade i hverandre. Hva er eksempel på slike ting? Å gi hverandre en klem? Å bli med på en lek man egentlig ikke liker så godt sjøl? Lage ting til hverandre? Dele? Si og gjøre fine ting? Hvilke små handlinger viser at familien liker hverandre? Tenk på noen du er glad i som er glad i deg, hvordan viser dere med små handlinger eller ord at dere er glade i hverandre? For hver liten ting du kommer på kan du skrive det på en liten lapp og legge det i boks. Du kan skrive opp så mange ting som du kommer på. Del ut lapper til elevene og hjelp dem eventuelt å komme på noe å skrive. Etterpå kan du som lærer trekke opp lapper fra boks og lese opp forslaga. Kanskje vil dere lage det som ei liste på tavla? Ei liten plakat? Elevene kan oppfordres til å gjøre minst en slik ting hver dag hjemme, denne familiemåneden.
	Gjør ei lita frosketidøving Puste i dyrestillinger - YouTube
	Når vi er tett på andre menneske i hverdagen er det heilt normalt å ha forskjellige følelser for dem. Vi kan like hverandre OG være irritert på hverandre, vi kan synes det er godt å få pause fra dem OG savne dem. Vi kan bli kjempesjalu, misunnelige, irriterte, sinte og nesten kjenne hat – OG samtidig være glad i.
	Når ting er vanskelig hjemme kan det være lurt å kunne å løse konflikter, og å reparere relasjon. Bruk gjerne disse boksene. Instruksjonene ligg i boks til læreren.
	Se gjerne denne filmen på engelsk om at også klassa kan være en familie, og snakk om hva dere gjør for hverandre i klassa som er typisk for en familie: Our Class is a Family Read Aloud Animated Kids Book Vooks Narrated Storybooks @VooksStorybooks - YouTube Eller kanskje er det mer dere kan gjøre for å være mer som en familie? Prøv gjerne å ha noe av samtalen på engelsk.
	Eller se filmen om de som har fått søskensjokk og la elevene få snakke med hverandre om hvordan det kan være å plutselig skulle bli søsken med noen man ikke kjenner. Legg merke til alt som skjer i filmen som viser at det er komplisert, men også at de blir venner på slutten og støtter hverandre. Musikvideo: Vårt sted - Søskensjokk - NRK Super - YouTube
	Eventuelt kan dere se en episode eller to i serien Bli med heim. Er der noen episoder som er ekstra relevant for nokon i denne klassa?