

Viser på skjermen:	I timen:
	Temaet for timen er familie og identitet. Korleis påverkar familien kven vi er som menneske? Vi skal starte denne timen med ein litt merkeleg musikkvideo: Daði Freyr (Daði & Gagnamagnið) – Think About Things (Official Video) - YouTube
	Identitet handlar om kven vi opplever at vi er, kva tankar og følelsar vi har om oss sjølv. Det er veldig mange ting som påverkar identiteten vår. Snakk litt saman og sjå om de kjem på forslag til kva som kan stå i pilene som påverkar ungdom sin identitet.
	Her er nokre av Livet&Sånn sine forslag. Var det andre ting de kom på som dei har gløymt å ta med?
	Så familien er ein av dei faktorane som påverkar identiteten vår. Her er ei liste over spørsmål som seier noko om korleis familien har påverka identiteten din. (Les fort igjennom frå skjermen, og gå til neste bilede).
	Og her ei liste over korleis det kan ha påverka deg. (Les opp frå skjermen)
	Måten foreldra dine har vore og er, er altså med på å påverke korleis du blir. Vi skal sjå ein engelsk film om fem ulike foreldrestilar, og korleis barna blir påverka etter kva stil foreldra sine har i oppveksten deira: 5 Parenting Styles and Their Effects on Life - YouTube NB! Stopp ved 5:31 før filmen går vidare til forskning – altså på det bildet som du ser under her:
	Korleis bør gode foreldre vere i møte med barn og unge? Her ser vi eit bilde som viser dei fire kjente stilane vaksne har i møte med barn. Og at det går over to aksar, grad av kontroll og i kva grad vaksne møter barn med varme. Kanskje når du såg filmen så tenkte du over kven av desse som likna mest på dine foreldre eller andre vaksne du kjenner godt? Bruk bildet og snakk litt med kvarandre og prøv å finne ut korleis de meiner <i>at foreldre bør vere</i>.

	Gjer denne lille øvinga saman. Den kan godt også brukast før prøver på skolen, men er også fin for ungdommane å bruke før vanskelege samtalar og anna.
	Sjølvsagt om foreldra dine i stor grad har vore dei som har forma deg til no, så er de så store no at de også er med på å forme korleis ting er heime. Det uansett dei vaksne som har ansvaret for at barn og ungdom har det bra saman heime. Livet&Sånn har laga desse brosjyrene med ferdigheter som kan vere nyttige for både dei vaksne og ungdommane i heimen. (Her kan du velje kva du vil gjere vidare saman med elevane denne timen. De kan rollespele og øve frå desse ferdigheitene, eller de kan hoppe over denne og gå til neste punkt.)
	Familiar kan bidra til forventningspress for ungdomar. Vi skal sjå ein liten film om det Kort fortalt - Livsmestring – 23. Forventningspress (Sesong 2) – NRK TV Etter filmen kan elevane forklare kvarandre forskjellen på forventningar og forventningspress, og de kan snakke om forventningspress knytt til karakterar eller kva ein skal søke på vidaregåande.
	På slutten av timen: kvar enkelt får litt tid til refleksjon • Korleis har min identitet blitt påverka av min familie? • Korleis pregar familien min vala eg tek for vidaregåande skole?