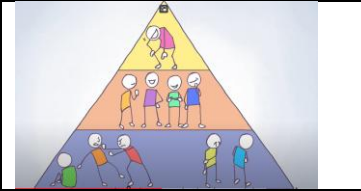


Mål med timen: Elevene vet hva mobbing er, at det er skadelig og derfor veldig viktig å ikke bli med på. De vet hva de kan gjøre når de oppdager mobbing.

BILDE PÅ SKJERMEN:	DET SOM SKJER I TIMEN:
	Introduser: Denne timen handler om mobbing. Mobbing skjer med veldig mange, og det fører til at mange får det veldig vondt og vanskelig i livet sitt. Alle har rett til å ikke bli mobbet, men vi vet at det likevel skjer. I denne timen skal vi se noen filmer om mobbing og gjøre noen oppgaver.
	I denne videoen viser Tix hvordan han opplevde å bli mobbet for sine tics (ukontrollerte bevegelser) da han gikk på skolen: TIX - Fallen Angel (Official Music Video) – Eurovision Song Contest 2021 - YouTube
	La elevene snakke litt sammen om dette spørsmålet.
Ingen MÅ oppleve mobbing Alle KAN oppleve mobbing	Tix ble mobbet fordi han hadde tics. Men man kan ha tics uten å bli mobbet. Og man kan bli mobbet selv om det ikke er noe som skiller deg ut fra alle andre. Det er fordi mobbing først og fremst skjer fordi barn er utrygge sammen med hverandre, fordi de har behov for noe som ikke blir dekket (Fint om dere har brukt behov-timen først).
	Denne filmen varer i 8 minutter, men viser veldig godt det kompliserte i mobbing. Introduser filmen med å si at dere skal se en film som viser hvordan mer usynlig mobbing kan være: Alle vet on Vimeo
«Men hvorfor ler du? Du var der jo ikke?» «Ser du etter noe?» «Det er sikkert bare Trude... Trude som har glemt noe i garderoben. Jeg kan godt se etter henne?» «Er du lei deg? Skal vi putte den i sekken? Skal vi bare gå inn til klassen da?»	La elevene snakke med hverandre om filmen og om setningene på skjermen. • Hvordan blir Trude mobbet? • Hvordan oppleves dette for de ulike elevene i filmen? • Tror dere elevene opplevde dette mest gøy eller mest ekkelt? • Hvilke følelser tror dere de ulike hadde? Vi snakket om hvilke behov som kan føre til mobbing; behovet for å høre til i en flokk, behovet for å dempe vonde følelser eller behovet for mening og mestring i hverdagen • Hvilke behov tror dere jenta som mobbet kan ha hatt? • Hvordan kunne hun fått dekket disse behovene slik at det ikke gikk utover Trude? (Her ser det ut som at jenta som mobber har behov for makt og kontroll, men kanskje er hun usikker på seg selv? Kanskje er hun redd for å bli mobbet fordi hun snakker litt annerledes enn de andre? Kanskje har hun selv opplevd vonde ting?)
Her kan du vurdere å trekke inn noe fra den boksen «Gode vennskap som ikke går utover andre» da dette materiellet har ganske positivt fokus. Eller dere kan jobbe videre med et eksempel til.	

	Se fra 15:00 og til 17:30 (svart skjerm) Sett på pause!: Lik meg – 5. Du må velge (Sesong 1) – NRK TV
	Snakk om det dere så Oda hadde kanskje gjort dumme ting selv også, men betyr det at det ble greit det Luna og Arin gjorde? Slå på igjen og se resten av episoden
	- Arin hadde tydelig lyst til å hjelpe Oda, hvorfor gjorde hun det ikke? - Hvem kunne hjulpet Oda? Her kan det være greit å minne elevene på at det er helt normalt å ikke tørre å hjelpe. I utrygge grupper vil det kjennes som om det å hjelpe kan føre til at du selv får problemer, og det kan også være rett. Derfor er det viktig å snakke med hverandre og BLI ENIGE om å hjelpe. Det er vanskelig å gjøre det alene, men om flere sammen griper inn har man stor makt. Mer om det i filmen under:
	Denne filmen er på engelsk, men innholdet er oppsummert i løsningshjulet som ligger under. Forklar ordet «bystanders» før filmen starter: Our special superpower - YouTube
	Bruk løsningshjulet og la elevene snakke sammen i mindre grupper, evt. bruk IGP for å vurdere de ulike forslagene i hjulet. Er det noen av disse forslagene elevene kjenner de kan bruke ved behov? Er det noen av forslagene som kjennes vanskelig å bruke, eventuelt hvorfor? Dere kan også bruke rollespill og øve på de ulike måtene å hjelpe en som blir mobbet på. NB! Sørg i så fall for at elever som faktisk har opplevd mobbing ikke blir bedt om å spille den som blir mobbet i rollespill. Og dersom dere bruker dette i en gruppe der mobbing og utestenging skjer/har skjedd, så vær ekstra oppmerksom på hvem som sitter sammen. Elever som får andre til å kjenne seg mobbet/utestengt kan være av de flinkeste til å si de rette tingene høyt i slike oppgaver. Når elevene gir gode svar kan det derfor være fint om du kommenterer på en slik måte at du nøytralt forsterker at det de sier er riktig: «Ja det er viktig» «Ja det bør man absolutt gjøre» «Ja, når man gjør det, vil det kjennes bedre for de som opplever mobbing». Vi bør unngå å entusiastisk se ut som vi tror at det de sier representerer det de faktisk står for eller gjør, for det vet vi ikke. Derfor kan det være lurt å unngå kommentarer som «Hvor flinke dere er» «Så godt å høre at dere er så snille/gode med hverandre her», da dette kan forsterke eventuell skadelig gruppedynamikken og gjøre situasjonen verre for den som opplever mobbing/utestenging.