

PÅ SKJERMEN:	I TIMEN:
	Temaet for timen er familie og identitet. Hvordan påvirker familien hvem vi er som mennesker? Vi skal starte denne timen med en litt merkelig musikkvideo: Daði Freyr (Daði & Gagnamagnið) – Think About Things (Official Video) - YouTube
	Identitet handler om hvem vi opplever at vi er, hvilke tanker og følelser vi har om oss sjøl. Det er veldig mange ting som påvirker identiteten vår. Snakk litt sammen og se om dere kommer på forslag til hva som kan stå i pilene som påvirker ungdom sin identitet.
	Åpne knappen «Hva påvirker identiteten vår» for flere bilder: Her er noen av Livet&Sånn sine forslag. Var det andre ting dere kom på som de har glemt å ta med?
	Så familien er en av de faktorene som påvirker identiteten vår. Her er ei liste over spørsmål som sier noe om hvordan familien har påvirket identiteten din. (Les fort igjennom fra skjermen, og gå til neste bilde).
	Og her ei liste over hvordan det kan ha påvirket deg. (Les opp fra skjermen)
	Men det er viktig å huske på at vi selv kan påvirke vår egen identitet videre, så selv om familien vår har preget oss, så kan vi velge annerledes selv.
	Familier kan bidra til forventningspress for ungdommer. Vi skal se en liten film om det Kort fortalt - Livsmestring – 23. Forventningspress (Sesong 2) – NRK TV Etter filmen kan elevene forklare hverandre forskjellen på forventninger og forventningspress, og dere kan snakke om forventningspress knyttet til karakterer eller hva man skal søke på videregående.
	Jonas sitt vanskelige valg Jonas går i 10. klasse og skal snart velge videregående. Hjemme har utdanning alltid vært et viktig tema. Foreldrene hans snakker ofte om hvor viktig det er å ta «kloke valg» og velge noe som gir trygghet og muligheter. De mener ikke å presse ham, men Jonas kjenner likevel at forventningene ligger der. Når de snakker om framtiden hans, høres det ofte ut som om det finnes bare ett valg som er riktig – studiespesialisering. De minner Jonas om at han er skoleflink. Men Jonas er også ganske skolelei..? Blant vennene er det flest som vil gå yrkesfag. Det har blitt veldig populært de siste årene, og det virker mye gøyere. Jonas har jo lyst til å beholde venneflokket, så det er fristende å velge det samme som dem. Men han ser jo ikke helt for seg å jobbe i noen av de yrkene videre. Det mange ikke vet er at Jonas egentlig er ganske kreativ, han liker å tegne og han spiller gitar. Han kjenner at han har lyst til å gjøre mer av slikt, men vet ikke om han tør? Og han

	kjenner ingen andre som skal det. Han er usikker på om han orker å kjempe for det valget dersom både foreldre og venner er uenige. Jonas har ofte vært en som tilpasser seg. Han er vant til å lytte til andre og gjøre det som virker fornuftig eller tryggest. Nå kjenner han på et behov for å finne ut hvem han er, og hva han selv egentlig vil – men også på hvor vanskelig det er å stå opp for seg selv når forventningene rundt ham er sterke. La elevene jobbe i små grupper og bruke arket <i>Hva påvirker Jonas?</i>
	Se filmen Hvordan fungere godt sammen med de man bor med?
	Etter filmen er det fint om elevene øver på ferdigheten Å snakke om noe viktig som ligger i boksen med ferdigheter. Gjerne som rollespill der de spilla at Jonas snakker med foreldrene sine om hva han ønsker å velge på VGS.
	Gjør denne lille øvelsen sammen. Den kan godt også brukes før prøver på skolen, men er også fin for ungdommene å bruke før vanskelige samtaler og annet.
	På slutten av timen: hver enkelt får litt tid til refleksjon • Hvordan har min identitet blitt påvirka av min familie? • Hvordan preger familien min valga jeg tar for videregående skole?