



Rusmiddel- forebyggende undervisning

MODUL 4

Pas på dig selv og de andre

MODUL 4

Pas på dig selv og de andre

Aktiviteter	› Læreroplæg: Introduktion til emnet “socialt pres”. › Konkurrence: Svar på socialt pres. › Konkurrence: Med ryggen til.
Formål	› Introduktion til emnet “socialt pres”: Eleverne opnår en forståelse af begrebet “socialt pres”. › Svar på socialt pres: Eleverne udarbejder og præsenteres for forskellige svar på socialt pres. › Med ryggen til: Eleverne opnår indsigt i andres holdninger og sætter ord på egne holdninger.
Forberedelse	› Se Film 4.0: Med ryggen til. › Bemærk: Du skal selv lave de hvide, røde og grønne papkort.
Materiale	› To hvide papkort pr. hold. › Dobbeltklæbende masse (lærertyggegummi) til ophæng af papkort. › Kuglepen eller blyant til at skrive navn på papkort med. › Et grønt og et rødt papkort til hver elev.

Læreroplæg:

Introduktion til emnet “socialt pres” (5 min)

- 1) Fortæl eleverne, at vi indimellem kan føle os presset til at gøre noget, vi ikke har lyst til.
Det kan være i situationer, hvor vi ikke vil skuffe andres forventninger.
Det kan også være i situationer, hvor andre lægger direkte pres på os.
- 2) Kom gerne med eksempler, hvor du har følt dig under socialt pres.
- 3) Spørg eleverne, om de har følt sig presset til at gøre noget, de egentlig ikke havde lyst til.
Spørg gerne ind til eksempler, der ikke er for personlige.
Hvis der kommer eksempler med cigaretter eller alkohol, kan du tage udgangspunkt i disse eksempler, ellers kan du selv komme ind på sådanne eksempler.

Konkurrence:

Svar på socialt pres (20 min)

- 1) Del eleverne op i holdene.
- 2) Hvert hold skal finde på to spørgsmål, der lægger pres på andre i forhold til at drikke alkohol, ryge hash eller tage stoffer.
- 3) Hvert hold skal skrive deres spørgsmål ned på et hvidt papkort.
Der skal være plads til et svar under hvert spørgsmål.
- 4) Nu sender hvert hold deres papkort med spørgsmål rundt (med uret) til et andet hold.
- 5) Det andet hold skal nu formulere et svar til hvert spørgsmål.
Svarene skal skrives på papkortene under spørgsmålene.
- 6) De hvide papkort med spørgsmål og svar bliver hængt op i klassen.
- 7) Når alle papkort er hængt op i klassen, går eleverne rundt og læser spørgsmål og svar.
Eleverne skal stemme på det svar, de synes, der er bedst.
Eleverne stemmer ved at skrive deres navn på papkortet.
Man kan ikke stemme på sit eget hold.
Det hold, der får flest stemmer, får 3 point. Andenpladsen 2 point, og tredjepladsen 1 point.

Konkurrence:

Med ryggen til (20 min)

Film 4.0 viser, hvordan denne konkurrence udføres i praksis. Filmen er kun til lærerbrug.

Det er okay, hvis I ikke har tid til alle spørgsmålene, men prøv at nå til og med spørgsmål 8.

Beskrivelse af konkurrencen:

- 1) Eleverne er inddelt i hold.
- 2) Det er i denne konkurrence vigtigt, at der er lige mange elever på hvert hold. På hold med for mange elever skal overskydende elever fungere som "kontrollanter" og "point-tællere".
- 3) Alle elever får udleveret et grønt og et rødt papkort.
- 4) Eleverne svarer ja ved at række et grønt papkort op og nej ved at række et rødt papkort op.
- 5) Du udvælger en elev fra hvert hold, der skal sidde med ryggen til resten af holdet.
- 6) Eleverne med ryggen til vil blive stillet nogle spørgsmål, som de skal svare ja eller nej til.
- 7) Efter hvert spørgsmål vælger eleverne med ryggen til holdet et grønt eller rødt kort og holder dette ind til brystet, så resten af holdet ikke kan se, hvad han/hun vil svare. Det andet papkort er i skødet eller under blusen, så holdet heller ikke kan se dette. Kontrollanterne holder øje med eventuelle forsøg på snyd.
- 8) Inden eleverne med ryggen til viser deres svar, skal de øvrige elever komme med et individuelt gæt på, hvad deres holdmedlem med ryggen til vil svare på spørgsmålet.
- 9) Holdene får ca. 1 minut til at tale med hinanden, inden de hver især gætter på et svar ved at vise et grønt eller rødt papkort.
- 10) Først når alle elever på hvert hold har vist, hvad de tror, holdmedlemmet med ryggen til vil svare, rækker eleverne med ryggen til deres papkort i vejret.
- 11) Hvert hold får 1 point for hvert rigtigt gæt. Dvs. hvis holdmedlemmet med ryggen til svarer nej, og 3 på holdet gættede på nej, så får holdet 3 point. Pointtællerene holder styr på point.
- 12) Eleverne kan evt. skiftes til at sidde med ryggen til.

Begynd med spørgsmål 1 og 2:

- 1) Jeg vil føle mig udenfor fællesskabet til en fest, hvis jeg ikke drikker alkohol.
- 2) Hvis folk ikke drikker alkohol til en fest, opfatter jeg dem som udenfor fællesskabet.

Stop op:

Spørg eleverne, om man indimellem føler sig udenfor fællesskabet, uden at andre oplever det sådan.

Gå videre med spørgsmål 3 og 4:

- 3) Jeg tænker over, hvor meget jeg drikker, fordi det ikke er sundt for kroppen.
- 4) Jeg tænker over, hvor meget jeg drikker, fordi jeg ikke vil dumme mig, mens jeg er fuld.

Stop op:

Spørg en af dem, der evt. svarer ja: Kan du nævne nogle eksempler på, hvordan man kan dumme sig?

Gå videre med spørgsmål 5:

- 5) Jeg synes, det er pinligt at være meget fuld.

Stop op:

Spørg en af dem, der evt. svarer ja: Hvordan kan det være pinligt?

Gå videre til spørgsmål 6, 7 og 8:

- 6) Jeg har følt mig presset til at drikke alkohol.
- 7) Det er okay at "presse" andre til at drikke alkohol.
- 8) Det er okay at "opfordre" andre til at drikke alkohol.

Stop op:

Spørg eleverne, hvad forskellen er på at presse og opfordre.

Inddrag evt. elementer fra modulet om aggressiv og passiv kommunikation.

Gå videre til spørgsmål 9:

- 9) Jeg er god til at sige fra i situationer, hvor jeg føler mig presset af andre.

Stop op:

Spørg en af dem, der evt. giver udtryk for at være god til at sige fra, hvordan han/hun gør dette.

Spørg meget gerne ind til konkrete eksempler.

Inddrag evt. elementer fra modulet om kommunikation.

Bonusspørgsmål, hvis der er tid og lyst:

- 10) Ville du søge hjælp hos en lærer på skolen, hvis du var bekymret for dit eget eller andres forbrug af rusmidler?
- 11) Ville du fortælle en ven, hvis du var bekymret for hans eller hendes forbrug af rusmidler?