

Opplegg til *Ikke vær redd* av Anne Gunn Halvorsen



Temaet mobbing kan være ekstra vanskelig for enkelte elever. Vær oppmerksom på det i sammenheng med arbeidet og spørsmålene. En av oppgavene til før-arbeidet er lagt opp slik at elevene kan notere ned tanker for seg selv. Etterpå kan du samle inn og gjøre en anonymisert oppsummering. Slik kan alle skal få samme mulighet til å dele tankene sine.

[Les mer om boka her](#)

FØR LESING:

Individuelt:

Før dere setter i gang med lesingen, kan du be elevene skrive ned individuelle og anonyme svar på et par spørsmål om mobbing, for eksempel:

- Hva forstår du ved ordene mobbing og utenforskap?
- Hvilke ulike typer mobbing kommer du på? (Det kan for eksempel dreie seg om fysisk/psykisk mobbing, direkte/indirekte, på nett og mobil, gjennom utfrysing, ghosting,

blikking osv.)

Svarene kan skrives på ark som leveres til læreren eller leveres anonymt gjennom et digitalt verktøy som Mentimeter eller liknende.

Svarene brukes deretter til å lage felles tankekart og/eller en oppsummering på tavlen basert på de anonyme assosiasjonene og tankene til elevene.

Felles:

Snakk sammen i hel klasse om tankene som elevene har delt anonymt og legg gjerne til flere ord og setninger i tankekartet underveis i samtalen.

I tillegg til spørsmålene og svarene som allerede står på tavlen, kan dere også snakke om andre begreper som grenser opp mot mobbing som f.eks. trakassering eller erting.

Det går også an å snakke om de som mobber: Hvordan har de det egentlig, de som mobber mest? Kan det være grunner til at noen plager, ertes, stenger ute og mobber andre? Hva kan man gjøre for å hjelpe de som ikke er greie mot andre? Hva synes dere at andre elever, lærere, rektor og foresatte kan gjøre?

Se deretter sammen på bokomslaget og snakk om tittelen.

- Hva legger dere merke til når dere ser på forsiden?
- Hvordan vil dere beskrive forsiden?
- Synes dere at omslaget uttrykker en bestemt stemning eller følelse?
- Hvilket inntrykk får dere av personene på forsiden?
- Hvor gamle tror dere ungdommene er?
- Hva tror dere de ser på?
- Hvordan tror dere de har det?
- Synes dere de ser redde ut? Hvorfor/hvorfor ikke?
- Hva tenker dere når dere leser tittelen på boka?
- Hvilke sammenhenger ser dere mellom mobbing og frykt?

Boka har undertittelen «En overlevelsesguide for unge».

- Hvordan forstår dere denne undertittelen?
- Hva tror dere menes med en «overlevelsesguide»?
- Hva tror dere ellers boka handler om? Begrunn svaret.

Ikke vær redd. En overlevelsesguide for unge er skrevet som sakprosa.

- Hvordan forstår dere forskjellen på sakprosa og skjønnlitteratur?

Her er to ulike definisjoner av sakprosa (sammenlikn gjerne med læreboka):

- 1) «Sakprosa er i hverdagslig språkbruk alle tekster som ikke er skjønnlitteratur – alle de tekstene i samfunnet som ikke uten videre kan kalles romaner, noveller, dramatikk eller lyrikk. Sakprosa kan også kalles faglitteratur. Sakprosa som har som mål å være til praktisk hjelp omtales ofte som brukslitteratur.» (<https://no.wikipedia.org/wiki/Sakprosa>)
- 2) «Sakprosa er i vid forstand tekster som mottakeren har grunn til å oppfatte som direkte ytringer om virkeligheten.» (<https://snl.no/sakprosa>)

– Hva har det å si for forventningene til boka at *Ikke vær redd* er i kategorien sakprosa?

Se på baksiden og les hva som står om boka.

- Er det ord i teksten som er vanskelige å forstå? Klarer dere å finne ut hva de betyr?
- Hvilke tanker får dere om innholdet i boka etter å ha lest baksideteksten?
- I hvilken grad tenker dere at temaet er relevant for ungdom?
- Synes dere det fremgår av baksideteksten at det er sakprosa? Hvorfor/hvorfor ikke?
- Hvordan påvirker denne baksideteksten forventningene til boka?
- Får dere lyst til å lese boka? Hvorfor / hvorfor ikke?

UNDERVEIS:

Det kan være en god ide å lese boka høyt *

Uansett om du ønsker å lese boka høyt for elevene eller ikke, kan det være en god ide å hjelpe elevene i gang ved å lese begynnelsen. Det kan for eksempel være innledningen, de første kapitlene eller liknende.

Blant fordelene ved høytlesing er at du samler klassen og at høytlesingen dessuten kan gjøre det enklere for deg som lærer å gjennomføre lesestopp underveis. Du kan for eksempel stoppe opp ved vanskelige ord eller krevende partier i boka der du kan støtte elevene, og du kan – ikke minst – legge inn både individuelle tenkepauser og litterære samtaler underveis i lesingen.

En enkel måte å legge inn tenkepauser og samtaler på er å be elevene notere noen personlige tanker og assosiasjoner i forlengelse av teksten/avsnittet som har blitt lest høyt. Det kan for eksempel være med utgangspunkt i stikkord som disse:

- Noe de la merke til
- Noe de kjente igjen, noe som minnet dem om noe eller noe de kjente seg igjen i.

- Noe de lurte på, noe som var rart, noe som overrasket dem
- Noe de likte eller mislikte

Etter å ha notert disse tankene individuelt, kan elevene gå i par eller smågrupper for å dele sine tanker med andre elever i klassen.

Endelig – etter at elevene først har jobbet individuelt med å formulere sin egen leseopplevelse og deretter prøvd ut og kanskje reformulert disse tankene i en mindre og trygg setting – kan elevene til slutt snakke om det leste i hel klasse.

Ta deretter utgangspunkt i den personlige leseopplevelsen til elevene og la samtalen utvikle seg ved å formulere åpne og autentiske spørsmål som bygger videre på elevenes svar. Da opplever elevene at leseopplevelsene deres blir hørt og tatt på alvor.

For å få tid til høytlesing, kan det være en god ide å sette av tid i lesetimer, i spisetid og/eller i andre fag som for eksempel KRLE eller samfunnsfag til å lese boka høyt for klassen, viss dette er mulig.

Dersom du foretrekker at elevene leser romanen på egen hånd, kan det være lurt å organisere elevene i mindre grupper som følger en bestemt progresjon slik at de kan snakke sammen om det de har lest. Spørsmålene som er nevnt over passer også godt for en slik arbeidsform. Det går selvsagt også an å benytte en kombinasjon av høytlesing og individuell lesing eller lesing i mindre grupper. Elevene som har rett på lydbok kan benytte seg av det, og *Ikke vær redd* er tilgjengelig på nlb.no: <https://www.nlb.no/boker/ungdom/vaere-ung/ikke-vaer-redd-en-overlevelsesguide-for-unge>

I tillegg til disse gruppesamtaler kan dere gjennomføre litterære samtaler i hel klasse som får frem ulike forståelser, synspunkter og meninger om teksten i en trygg setting, og der du som lærer også får mulighet til å modellere lesingen for elevene.

ETTER LESING:

1. Snakk kort om boka/teksten dere har lest

Klassesamtale

Gi elevene muligheten til å ta opp ting de lurte på mens de leste, slik at alle har en umiddelbar forståelse av innholdet.

2. Personlig mening

Individuelt arbeid

Be elevene ta stilling til teksten:

- Likte du boka/teksten?
- Hva er de tre viktigste grunnene til at du liker/misliker teksten?

3. Del leseopplevelsen

Gruppesamtale

La elevene jobbe i grupper på 4-5 elever. Be dem dele tankene fra punkt 2 over og deretter snakke sammen i gruppen om hva de synes er bra og/eller dårlig med teksten, og hva de eventuelt synes kunne vært bedre.

4. Klassesamtale

Etter at elevene først har jobbet individuelt med å formulere sin egen leseopplevelse og deretter prøvd ut og kanskje reformulert disse tankene i en mindre og trygg setting, kan elevene snakke i hel klasse.

For å få til litterære samtaler som utvikler elevenes leseglede og engasjement for litteratur, er det ofte en fordel å ta utgangspunkt i den personlige leseopplevelsen til elevene. Begynn derfor gjerne med spørsmål som: «Hva handlet dette om?» eller «hva la dere merke til i denne teksten?» og la samtalen utvikle seg ved å formulere åpne og autentiske spørsmål som bygger videre på elevenes svar – da opplever elevene at leseopplevelsene deres blir hørt og tatt på alvor.

I tillegg *kan* et eller flere av følgende mer spesifikke spørsmål inngå i diskusjonen av boka/teksten (spørsmålene følger kronologien i boka):

I løpet av skoleåret 2020/2021 stilte Anne Gunn Halvorsen 30 norske ungdommer et spørsmål: «Hva er du redd for?»

- Hvorfor tror dere forfatteren valgte å stille dette spørsmålet? Og på dette tidspunktet?
- Hva tror dere ungdommene svarte?

Noter først forslag deres i stikkordsform, og prøv deretter å samle forslagene i ulike kategorier. Se til slutt på innholdsfortegnelsen og sammenlikn kategoriene deres med bokas organisering.

- Hvilke likheter og forskjeller får dere øye på?

Som det blant annet fremgår av baksideteksten og det avsluttende kapitlet (Kapittel 9: «Kilder og takk») har Anne Gunn Halvorsen både snakket med ungdommer og voksne fagfolk.

- Hvem stoler dere på kan mest om hva ungdommer bekymrer seg om? Ungdommer eller fagfolk?
- Hva med rådene som blir gitt i boka: Hvem stoler dere på kan mest om hva som kan gjøres?
- Tror dere det er forskjell på hva ungdom er redde for og hva barn/voksne er redde for? Hvorfor /hvorfor ikke?
- Tror dere det er forskjell på hva norsk ungdom og ungdom fra andre land er redde for? Begrunn svaret.

I innledningen står det at boka er ment som «en slags lysbryter» (s.12).

- Hvordan forstår dere dette bildet?
- Synes dere det er oppklarende? Hvorfor /hvorfor ikke?

I innledningen står det også følgende:

«De fem første kapitlene handler om alt dere synes er skummelt. De tre siste kapitlene er fylt av tips om hvordan du kan få det bedre.» (s.12)

- Klarer dere å gjenfinne denne inndelingen i innholdsfortegnelsen?
- Hvorfor tror dere forfatteren har valgt å organisere boka slik?

Boka har en ganske uhøytidelig skrivestil og snakker direkte til leseren.

- Hva betyr det for leseopplevelsen? Hva synes dere om dette grepet?
- Hvilket inntrykk får dere av bokas jeg-forteller?

Kapittel 1: Venner

Første kapittel bærer tittelen «Venner. Frykten for (å miste) flokken».

- Hvordan forstår dere denne tittelen? Kan den forstås på flere måter?
- Hvorfor tror dere at forfatteren har valgt å begynne boka med dette temaet?

Flere fagfolk og eksperter er intervjuet i kapittel 1, og både professor Dag O. Hessen og psykolog Hedvig Montgomery understreker hvor ubehagelig det oppleves å ikke passe inn eller å bli avvist. Montgomery sier for eksempel at «[a]vvisning er den sterkeste triggeren vi har for å utløse frykt» (s.22).»

- Er dere enige? Hvorfor tror dere i så fall det er slik?

I kapittel 1 forteller også Andrea (15) om sine erfaringer.

– Hvilket inntrykk får dere av Andrea?

Andrea sier blant annet: «Vi unge klarer ikke å akseptere oss selv om ikke venner gjør det»

– Hva tenker dere om dette? Er dere enige?

– Hvilke konsekvenser mener dere i så fall det bør få? Begrunn svaret.

– Hvordan tenker dere at man kan legge til rette for større aksept blant ungdom?

– Tror dere behovet for fellesskap og tilhørighet er større blant ungdom enn blant barn?

Begrunn svaret.

Les boksen om mobbing på s. 20-21.

– Er det noe på disse sidene som overrasker dere? Noe som supplerer eller endrer det dere vet fra før?

– Er dere enige i at det er de voksne som er best egnet til å stoppe mobbingen?

– Hva tenker dere at unge selv kan gjøre? Har dere flere ideer enn de som er nevnt i teksten?

– Hvilke årsaker til utestenging og mobbing blir ellers trukket frem i kapittelet?

– Hvilke råd gir Andrea og ekspertene når det gjelder å forebygge og begrense utestenging og mobbing?

– Er det noen av disse rådene som dere har særlig tro på?

– Kommer dere selv på andre gode tiltak som kan bidra til å skape et inkluderende miljø?

Helge (17) har valgt bort venner for å satse på gaming, men kjenner iblant på FOMO og kan også bli såret når han ikke blir invitert til sosiale aktiviteter.

– Kjenner dere også på FOMO iblant? I hvilke sammenhenger?

– Hvilke fordeler og muligheter tror dere Helge får ved å satse på en fritidsaktivitet som gaming?

– Hva tenker dere at Helge går glipp av når han sitter så mange timer foran skjermen?

Forfatter Bår Stenvik er ekspert på algoritmer og samtidig kritisk til å bruke for mye tid på skjerm.

– Hvordan vil dere oppsummere synspunktene hans?

– Er dere enig med Stenvik?

– Hvilke fordeler ser dere ved digitale fellesskap?

– Er det ting Stenvik overser fordi han ikke er ungdom?

På s. 29 står det: «Algoritmen har bare én jobb: Det er ikke å gjenspeile virkeligheten. Det er ikke å holde gjengen samla. Det er å tjene penger.»

– Er dere enige i dette?

– Mener dere at disse funksjonene utelukker hverandre? Begrunn svaret.

Både Andrea og ekspertene trekker frem betydningen av tid – at vi blir bedre og snillere etter hvert som vi blir eldre.

– Hva tenker dere om dette? Er dere enige?

– Hvilke fordeler og ulemper kan det være ved å tenke slik når man for eksempel savner venner, føler seg utestengt osv.?

Kapittel 2: Valg og prestasjoner

Kapittel 2 har undertittelen: «Å velge feil og ødelegge hele framtida før den har begynt»

– Hva synes dere om denne undertittelen?

– Hvorfor tror dere forfatteren har brukt denne undertittelen?

Rikke, «Sunniva», Siri og Maria er blant ungdommene som er intervjuet i kapittel 2 og som kjenner at frykten dukker opp i møte med framtida.

– Kjenner dere dere igjen i en eller flere av dem? I noen av tankene deres? Fortell.

– Hvilke tanker har dere selv om framtida?

– Har dere bestemt hvilken retning dere skal gå i, hvilken jobb dere har lyst på?

– Har det i så fall noe å si for hvilke karakterer dere bør ha?

– Opplever dere at det er forventninger knyttet til hvordan det skal gå med dere?

– Hvor kommer disse forventningene fra?

Kapittel 2 inneholder mange råd om valg av utdanning og karriere og om hvordan stresse mindre over framtidige valg.

– Er det noen av rådene som overrasker dere? Noen dere ikke har hørt før?

– Blir dere mer eller mindre urolig for framtida ved å lese tankene som legges fram i kapittel 2?

Kapittel 3: Lille Petter edderkopp

Edgar (16), Oskar (18) og Hanne Helen (18) er blant ungdommene Anne Gunn Halvorsen har snakket med som har trukket frem edderkopper som sin største frykt.

- Er dere redd for edderkopper?
- Er det andre dyr som får dere til å gå i «superheltmodus»?
- Tror dere slike fobier er arvet eller noe vi har lært oss gjennom oppveksten?

Frykt er en følelse som kan framkalles av ganske mange ulike årsaker.

- Synes dere kapittelet får frem det særlige ved den frykten som skyldes edderkopper?
- Er det andre ting dere legger merke til i kapittelet?
- Er det noe som overrasker dere eller noe som supplerer det dere allerede visste?

Kapittel 4: Tenk om...!

Før dere leser kapittel 4, kan dere dele følgende påstander som dukker opp i kapitlet:

Påstander:

- Frykt er den enkleste følelsen å vekke i oss
- Vi forteller fordi vi vil hverandre vel
- Hvite varebiler er farlige
- Det er bra å ha noen å skylde på
- Google er din venn
- «Aldri prat med fremmede på nettet»
- Det er bedre å bli lurt en gang iblant, enn å gå gjennom livet med en kronisk mistillit
- Selv om en historie er usann, må det være lov å fortelle den

Be elevene ta stilling til påstandene individuelt ved å markere om de er enige eller uenige og forberede seg på å forklare hvorfor.

Etter det individuelle arbeidet kan elevene eventuelt få diskutere meningene sine i små grupper på 4-5 elever.

Når dere leser kapitlet kan dere finne og markere de stedene der påstandene dukker opp. Legg også merke til om det blir gitt en begrunnelse i teksten.

Etter lesing kan dere så gå igjennom påstandene på nytt og snakke om det er noen som har endret mening. Be elevene dele tankene sine og forklare hvorfor de endret mening – eller hvorfor ikke?

Deretter kan dere fortsette samtalen om vandrehistorier og fake news og snakke om ting elevene har lagt særlig merke til i kapitlet.

Kapittel 5: Shit, det var sant, jo!

Kapittel 5 handler om «de syke historiene som dessverre viser seg å være sanne.»

- Har dere hørt om sakene som nevnes i kapitlet, eller er det andre nyhetssaker som har gjort særlig inntrykk på dere?
- På hvilken måte blir dere påvirket av slike nyheter? Hvordan merker dere det?
- Hvilket inntrykk får dere av Amanda (16) som er intervjuet i kapitlet?
- I hvilken grad tror dere hun er typisk for dagens unge?

Forfatter Halvorsen skriver at dagens ungdom er mer utsatt for å bli redde og hevder at det har sammenheng med endringer i mediebruken til dagens unge.

- Er det også noe dere kjenner på? På hvilken måte?
- Kjenner dere dere igjen i mediebruken blant dagens ungdom slik den beskrives i kapitlet? Hvorfor /hvorfor ikke?
- Tror dere at mediebruken deres gjør dere mer redde? Begrunn svaret.
- Hvordan tar dere hensyn til dette i hverdagen deres?
- Snakker dere med foreldrene deres om store nyhetssaker eller sterke videoer som dere har sett? Hvorfor /hvorfor ikke?

- Er det andre ting i kapittel 5 som dere legger merke til eller som overrasker dere?

I kapitlet gir både ungdom og fagfolk mange gode råd til hvordan foreldre kan snakke med barna sine om nyheter.

- Hva synes dere om disse tipsene? Klarer dere å bli enige om de fem beste?
- Hva kan man selv gjøre som ungdom for å få til en konstruktiv samtale med foreldrene sine om sterke nyheter?

På s. 106-112 går Halvorsen gjennom en rekke tall og statistikker som blant annet viser vanlige dødsårsaker.

- Hvordan stemmer disse tallene med det dere vet fra før?
- Er det noen av disse statistikkene som overrasker dere?

Filosofen Lars Svendsen er intervjuet i andre del av kapittel 5.

- Hvilket inntrykk får dere av ham?

Svendsen sier blant annet at «det er [...] stor risiko knyttet til det å overvurdere risiko.»

- Hvordan forstår dere dette utsagnet?
- Hvordan synes dere det passer med bokas tittel, *Ikke vær redd*?

Svendsen er redd for hvordan det skal påvirke oss at vi vokser opp i en fryktkultur og hevder at dagens unge er redde fordi «[o]vergangene er større og mer brutale nå.»

– Hva tror dere han mener med dette?

– Mener dere at han har rett?

– Hvordan tror dere i så fall dette påvirker våre relasjoner til andre mennesker (jf. kapittel 1)?

Velg ut 2-3 av de andre poengene hans og formuler dem med egne ord.

– I hvilken grad kan disse poengene til filosof Svendsen bidra til et mer balansert syn på skumle ting dere har hørt på nyhetene?

Kapittel 6: Eksponering

Les kapittelet og gi deretter elevene muligheten til å ta opp ting de lurte på mens de leste, slik at alle har en umiddelbar forståelse av tekstens innhold.

Deretter kan dere gjennomføre en «Stille lesesirkel» **

Elevene deles inn i grupper på 3-4 elever som skal samarbeide om å lage en «stille lesesirkel», dvs. en lesesirkel der de ikke får lov til å snakke – bare skrive til hverandre.

Hver elev trenger et ark, noterer navnet sitt øverst i venstre marg og kan også skrive «Hei» øverst på siden, ev. etterfulgt av navn på gruppemedlemmene for å understreke at det er tale om en henvendelse og en reel utveksling av tanker og meninger mellom elevene i gruppen.

Elevene får nå 1-2 minutter til å skrive om leseopplevelsen deres. De kan skrive tanker, følelser, spørsmål eller andre reaksjoner på utdraget de har lest – helt uten å snakke. De bør få beskjed om å skrive med leselig skrift og bruke så mye av den tilmålte tiden som mulig til å skrive.

Når tiden er ute, skriver elevene ferdig den setningen de holder på med og sender deretter teksten sin mot venstre, til den eleven som sitter der. Elevene leser det nye arket de har fått, skriver navnet sitt i venstre marg og får deretter 1-2 minutter til å reagere på naboens tekst: De kan skrive en kommentar til teksten, fortsette tankerekken, skrive om de er enige eller uenige, stille spørsmål eller ev. sette i gang en ny tanke-rekke.

Etter tre gjennomføringer returneres arket til den som begynte med å skrive på det.

Vedkommende leser tekstene og setter strek under en setning på arket – den som eleven synes er mest interessant og som han/hun har mest lyst til å diskutere videre i gruppen.

Deretter får elevene endelig lov til å snakke. Be dem om å begynne med en av de utvalgte setningene og la dem ellers snakke fritt om kapittelet i noen minutter.

Når gruppearbeidet er over, kan hver gruppe få si litt om hva de diskuterte i gruppen.

Sørg gjerne for at så mange som mulig kommer til orde i samtalen.

Følg opp samtalepunktene som nevnes ved å formulere åpne og autentiske spørsmål som bygger videre på elevenes svar.

Hvis ønskelig kan ett eller flere av følgende mer spesifikke spørsmål også inngå i diskusjonen av utdraget:

- Hvilket inntrykk får dere av «Henrik» (17)?
- I hvilken grad tenker dere at erfaringene hans er vanlige?
- Hvordan forklarer han at han endret syn på det å holde en presentasjon?
- Og hvordan forklarer han hvordan han fikk tilbake mestringsfølelsen?
- Hvordan svarer Henriks erfaringer til det som fagfolkene sier i kapittelet?

Liss Anda knytter Henriks presentasjonsangst til en overgang som skjer i ungdomsskolen: overgangen mellom en likhetskultur og en differensieringskultur.

- Forstår dere hva Anda mener med dette?
- Hva synes dere om denne forklaringen. Begrunn svaret.
- Anda har flere konkrete forslag til hva man kan gjøre når man skal ha en presentasjon på ungdomsskolen.
- Hva tenker dere om disse rådene?

Kapittel 7: OK, her trengs eksperthjelp

Kapittel 7 handler om «Yngvild» (15), og det handler om angst.

- Hva forstår dere ved angst?
- Hvordan vil dere skille frykt og angst?

Et ord som brukes i kapittelet er «utviklingsangst».

- Vet dere hva dette ordet betyr? Har dere mulighet til å finne ut?
- Hvilke andre typer angst nevnes i kapittel 7?

Velg en av de ulike formene for angst og forestill dere hvilke utfordringer denne angsten hadde ført til i hverdagen deres.

Ikke vær redd viser til at én av fem unge opplever angst i løpet av oppveksten.

- Er det mer eller mindre enn dere trodde?
- Hvorfor tror dere det er slik?
- Hvilket inntrykk får dere av Yngvild?
- Hvordan kom angsten til uttrykk hos Yngvild?
- Tror dere at dere hadde merket det hvis dere gikk i klassen til Yngvild?
- Hvilke råd gir hun til andre ungdommer, basert på de erfaringene hun har gjort seg?

Ingeborg (20) er en annen ungdom som har fortalt om angstlidelsene sine på nettsidene til

NRK: <https://www.nrk.no/sorlandet/e-risk-er-et-nytt-digitalt-verktoy-for-ungdom-som-sliter-med-angst-1.16402367>

- Hvilke likheter og forskjeller legger dere merke til når dere leser de to historiene?
- Hvordan vet man om man selv eller noen man kjenner har en angstlidelse?
- Hvorfor tror dere at angsten kommer til uttrykk på så ulike måter?
- Hvorfor tror dere at noen opplever det som flaut å fortelle at de har angst?
- Hvilke råd gir boka når det gjelder når man bør søke hjelp?

Kapittel 8: Ikke vær redd

- Hva la dere særlig merke til da dere leste kapittel 8?
- Fikk dere noen nyttige råd til hva man kan gjøre hvis man er stresset eller har tunge tanker?

Psykologen skiller mellom ulike måter å slappe av på.

- Hvordan passer det med erfaringene deres?
- Føler dere at dere slapper av når dere går på fest eller er på mobilen?
- Har dere en DMN-aktivitet? Hvorfor/hvorfor ikke?

Noen av ekspertenes råd kan kanskje være vanskelige å få tid til å hverdagen og forfatteren har derfor samlet tips fra ungdom som har fortalt hva som funker for dem på slutten av boka.

- Hva tenker dere om disse forslagene?
- Hva gir dere mestringsfølelse?

5. Vurderende klassesamtale

- Hvordan var det å lese denne boka?
- Var den lett å lese eller vanskelig å lese?
- Hva synes dere om tematikken som ble tatt opp i boka?

- Hvordan svarte boka til forventningene dere hadde før dere begynte lesingen?
- I hvilken grad synes dere innholdet i boka passet til forventningene dere fikk da dere så på forsiden og leste baksideteksten?
- Synes dere innholdet passet til tittelen? Hvorfor/hvorfor ikke?
- Hva likte dere med Ikke vær redd?
- Og hva likte dere ikke?

6. Et viktig tema i boka er mobbing og utenforskap. Snakk sammen og jobb videre med spørsmåla nedenfor:

a. Hvilke rettigheter har elever dersom de ikke har det bra på skolen? Søk på internett og/eller snakk med læreren/rektor/den sosialpedagogiske rådgiveren på skolen.

b. Opplæringsloven skriver at alle elever har rett til å ha det bra på skolen:

«§ 9 A-3. Nulltoleranse og forebyggjande arbeid

Skolen skal ha nulltoleranse mot krenking som mobbing, vald, diskriminering og trakassering.

Skolen skal forebyggje brot på retten til eit trygt og godt skolemiljø ved å arbeide

kontinuerleg for å fremje helsa, trivselen og læringa til elevane.

- Hva innebærer en nulltoleranse?
- Hva mener dere skal til for at skolemiljøet er trygt og godt?
- Hva er viktige faktorer for trivsel?
- Hvilken rolle spiller læreren?
- Har politikerne noe å si for skolemiljøet?

Det er også slik at det er elevenes egne opplevelser av hvordan de har det på skolen, som er avgjørende.

– Hvorfor er det slik, tror dere? [Kilde her](#)

7. Flere oppgaver og forslag til aktiviteter:

a. Lag en informasjonsfilm

Lag en informasjonsfilm om antimobbing og mot diskriminering som viser hvordan voksne kan legge til rette og hvordan ungdom kan være gode allierte i kampen mot mobbing.

Jobb i grupper og bruk det dere har lært fra denne boka.

b. Lag spørsmål til boka – gruppeoppgave

Sett elevene i grupper på 3-4 og be dem lage en felles liste med spørsmål til boka. For at det

skal være en så fri og åpen oppgave som mulig, forsøk å ikke avgrense med antall spørsmål. Si heller at de skal komme med så mange spørsmål som mulig innenfor en viss tidsramme (15, 20, 30 minutter, etc.). Oppmuntre elevene til å stille spørsmål om ting de faktisk lurer på og som de tenker det går an å svare langt på (prøve å unngå for mange ja/nei-spørsmål).

Alternativt kan noen av elevene også lage faktspørsmål fra bokens innhold som de tror de andre i klassen kan klare å svare på.

Når de har jobbet ut tiden kan gruppa dele spørsmålene sine med resten av klassen. Eventuelt kan du samle inn alle spørsmålene og lage en liste, redigere den og dele den ut tilbake til elevene. En ekstra oppgave du da kan gi dem som en del av etterarbeidet er å svare på spørsmålene med hele setninger. Kanskje som hjemmearbeid?

Bruk spørsmålene og erfaringene med å både lage spørsmål, svare på disse og å reflektere over hvilke spørsmål som egner seg, som forberedelse til møtet med forfatteren av *Ikke vær redd*: Anne Gunn Halvorsen.

c. Jobb i grupper på 3-4 personer og lag en prioritert liste med 10 råd til en person som skal begynne på en ny skole.

d. Lag en spilleliste.

Gå sammen i par eller grupper på 3-4.

Lag så en spilleliste med låter som kan få dere til å føle dere bedre og bli mindre redde.

e. Lag en tegning.

Lag en tegning til noe du har lest i boka – noe som har gjort inntrykk på deg eller noe du tenker egner seg til å bli tegnet. Det kan også være en av personene som er intervjuet – ungdommer eller voksne fagpersoner.

LÆREPLANMÅL

Alle læreplanmålene er ikke dekket av oppgavene og aktivitetene som er laget til boka, men dere kan utvide og velge å trekke inn andre kompetansemål også.

Norsk:

lese lyrikk, noveller, fagtekstar og annen skjønnlitteratur og sakprosa på bokmål og nynorsk, svensk og dansk og samtale om formål, form og innhold

lytte til og videreutvikle innspel frå andre og grunngi eigne standpunkt i samtalar

reflektere etisk over korleis eleven framstiller seg sjølv og andre i digitale medium

utforske og beskrive samspelet mellom skrift, bilete og andre uttrykksformer og lage eigne samansette tekstar

KRLE:

bruke filosofiske tenkemåtar i samtale og undring

utforske og beskrive eigne og andre sine perspektiv i etiske dilemma knytt til kvardags- og samfunnsutfordringar

Samfunnsfag:

reflektere over kvifor konflikhtar oppstår, og drøfte korleis den enkelte og samfunn kan handtere konflikhtar

utforske ulike sider ved mangfald i Noreg og reflektere over menneska sine behov for å vere seg sjølve og for å høyre til i fellesskap

drøfte kva likeverd og likestilling har å seie for eit demokrati, og utvikle forslag til korleis ein kan motarbeide fordommar, rasisme og diskriminering

reflektere over korleis ein sjølv og andre deltek i digital samhandling, og drøfte kva det vil seie å bruke dømmekraft sett i lys av reglar, normer og grenser

Kunst og handverk:

utforske og reflektere over korleis kjensler og meiningar blir viste i kunst og bruke symbolikk og farge til å uttrykkje kjensler og meiningar i eigne arbeid

Matematikk:

Kompetansemål: logge, sortere, presentere og lese data i tabellar og diagram og grunngi valet av framstilling

Kroppøving:

forstå ulikskapar mellom seg sjølv og andre og delta i bevegelsesaktivitetar som kan vere tilpassa ikkje berre eigne føresetnader, men òg andre sine

Musikk

utforske og reflektere over hvordan musikk, sang og dans som estetiske uttrykk er påvirket av og uttrykk for historiske og samfunnsmessige forhold, og skape musikalske uttrykk som tar opp utfordringer i samtiden

utforske og drøftemusikkens og dansens betydning i samfunnet og etiske problemstillinger knyttet til musikalske ytringer og musikkulturer

* Mange elever – også i ungdomsskolen – rapporterer at de setter pris på høytlesing.

I en nyere masteroppgave, f.eks., ga samtlige av elevene som deltok i fokusgruppeintervjuene uttrykk for at de ønsket at man skal bruke tid på høytlesing i ungdomsskolen.

<https://www.utdanningsnytt.no/lesing-litteratur-norsk/oppfordrer-laerere-til-mer-hoytlesing-i-ungdomsskolen/338635>

** Ideen til denne fremgangsmåten er hentet fra:

Daniels, Harvey A. og Elaine Daniels (2013). *The Best-Kept Teaching Secret*, Corwin