

Wow!

Kompis & kär



Lärarhandledning

Innehåll

Det finns många sätt att använda tidningen *Wow! Kompis och kär* i undervisningen. Den här handledningen är tänkt som utgångspunkt och inspiration. I den finns förslag på övningar och frågeställningar att lyfta med eleverna. Du kan själv välja vad du tycker är mest givande att fokusera på och anpassa förslagen till just din grupp.



PUSSAR OCH PIRR

Tankekartor: En bra relation_4
Citat från tidningen: Rosa moln, handsvett och sorg / Hur känns kärlek och vänskap?_5
Bildassociation: Dansbana_8

SNACKA MED KURATORN

Intervjua skolans kurator_10
Hjälphanden_11

BÄSTISAR OCH BRÅK

Tipstavlor_12
Bildassociation: Ensamhet_14
Kär nu och då_15
Brev till framtiden_15
Vara sig själv_16
Tårtan / Vem är jag?_17



Pussar och pirr

TANKEKARTA: EN BRA RELATION

Om övningen

Hur är en bra kompis? Hur visar man kärlek? Vad är okej och inte att göra mot varandra när man är tillsammans? I den här övningen får eleverna fundera på vad som utmärker en relation som är bra. Det kan göra det lättare att reagera om man är med om något som är oschysst, men också att agera mer respektfullt mot andra.

Att tänka på

Eleverna har mycket olika erfarenheter av vänskap och kärlek och de flesta har inte varit tillsammans med någon. Var tydlig med det och säg att ni också pratar om hur relationer kan se ut lite längre fram i livet.

Ingredienserna i en bra relation är på många sätt desamma oavsett om det gäller en vänskaps- eller kärleksrelation. Att båda är omtänksamma mot varandra, kan sätta ord på sina känslor och har roligt ihop är tecken på att relationen är bra – oavsett relationsform. Om eleverna bara verkar prata om kärleksrelationer kan du göra dem uppmärksamma på det.

Så här gör du

Förklara ordet relation. Kom ihåg att det inte bara handlar om kärlek, utan även vänskap, familj och så vidare. Skriv "En bra relation" på tavlan och låt eleverna säga vad de kommer att tänka på. Tankekartan är ett sätt att få i gång samtalen, men också att skapa en gemensam uppfattning i gruppen.

- Vad kan en bra relation bestå av egentligen?
- Vilka egenskaper tycker ni att en bra kompis eller partner ska ha?
- Hur känns det inuti en själv när en relation är schysst?

Fyll på med frågor om det behövs:

- Vad betyder det att relationen är jämlik? Varför är det viktigt?
- Nyfikenhet är en superkraft i relationer. Varför då?
- Hur kan man visa att man bryr sig om någon?

Fokusera samtalet på styrkor i en relation som är bra, men låt även eleverna sätta ord på sådant som kan vara tecken på att relationen är ohälsosam. Det kan vara att den ena bestämmer mer än den andra, att det är svårt att säga sin åsikt eller att den man är tillsammans med får en att känna sig fel och dum. Vad kan man göra om man mår dåligt i en relation?

CITAT FRÅN TIDNINGEN: HUR KÄNNS KÄRLEK OCH VÄNSKAP?

Om övningen

Kärlek och vänskap kan väcka många olika slags känslor. Det kan vara rosa moln, lycka och fyrverkerier men också oro, handsvett, saknad och sorg. I den här övningen får eleverna undersöka hur kärlek och vänskap kan kännas – ett tema barn brukar uppskatta att prata om. Det ger dem möjlighet att utforska sin nyfikenhet men också att jämföra sina egna erfarenheter med andras.

Att tänka på

Vänskap kan hamna i skymundan för området kärlek, trots att vänskapsrelationer för de flesta är minst lika viktiga, svåra, betydelsefulla och starka som kärleksrelationer. I samtalen kan ni komma in på skillnader, men också likheter. Vänskap är för många en viktig del av en kärleksrelation. Och visst kan man bli nästan som förälskad i en ny vän? Man blir glad när man ses, tänker mycket på personen och vill vara med den jämt.

När det kommer till kärleksrelationer kan det vara bra att tänka på att många barn vet om de blir kära i killar, tjejer, eller både och, alltså om de är homo-sexuella, heterosexuella eller bisexuella. Det är också något man kan komma på senare under livet, och man kan känna på olika sätt under olika perioder. Uppmärksamma eleverna på att det kan vara så. Om man själv inte är säker, är det alltså inget konstigt.

Så här gör du

Nedan finns citat från tidningen Wow! Dela in eleverna i mindre grupper och låt dem diskutera citaten utifrån tillhörande frågor.

SIDAN 4: "Allt började med att jag kom hem efter en lek dejt med min bästa kompis som jag har känt hela mitt liv. När jag var hemma insåg jag att jag kände mig lite konstig, liksom glad men också illamående, men bara lite. Så jag tänkte OMG kan jag vara kär?!"
/Asta, 10 år

- Tror ni att Asta är kär?
- Hur kan kärlek kännas?
- Är det lätt eller svårt att veta om man är kär? Vad kan göra det lätt?
När är det svårare?
- Vad kan man göra om man är osäker på sina känslor?

SIDAN 5: "Jag har varit lite avundsjuk på Frank för att han verkade glad runt alla andra som inte var jag." /Ruben, 11 år

- Varför blir Ruben avundsjuk för att Frank är glad tillsammans med andra?
- Hur känns avundsjuka?
- Vad kan man göra om man känner sig avundsjuk?
- Finns det sådant man inte får göra? Vad då?
- Hur kan det kännas om en vän eller den man är tillsammans med är avundsjuk?

SIDAN 5: "Förut kändes det väldigt roligt och speciellt med kärleken, men nu känns det bara vanligt. Jag vet inte riktigt vad som är skillnaden mellan vänskap och kärlek eller om jag är kär fortfarande."
/Nour, 10 år

- Vad är egentligen kärlek och vänskap? Vad är likt?
Vilka skillnader kan det finnas?
- När man är tillsammans med någon kan kärlekkänslan gå lite upp och ned. Hur vet man att man inte är kär längre?
- Diskutera vad som ryms i ordet kärlek.
Vilka kan man känna kärlek till? Är det skillnad på att älska glass och att älska en kompis?
- Vad tycker ni att Nour ska göra?



SIDAN 13: "Jag har bara varit ihop med en person och jag vet att det kommer fler chanser. Alla säger det. Men det spelar ingen roll. Sen det tog slut kan jag inte tänka på något annat än henne. Hur ska jag göra för att det ska gå över? Orkar inte vara ledsen mer." / Nasir, 11 år

- Vad är olycklig kärlek?
- När man har förlorat någon man tycker om är det vanligt att känna sorg. Hur kan sorg kännas i kroppen?
- Spelar det någon roll hur relationen har tagit slut? Finns det bättre och sämre sätt att göra slut på?
- Vad tycker ni att Nasir ska göra?

SIDAN 10-11: "Till slut tog jag steget, hon stod ensam så jag bestämde mig för att gå fram till henne. Jag frågade om hon ville dansa. Hon sa ja! Jag var så nervös att mina händer blev alldeles svettiga, jag hoppades att hon inte skulle märka det." / Sigge, 11 år

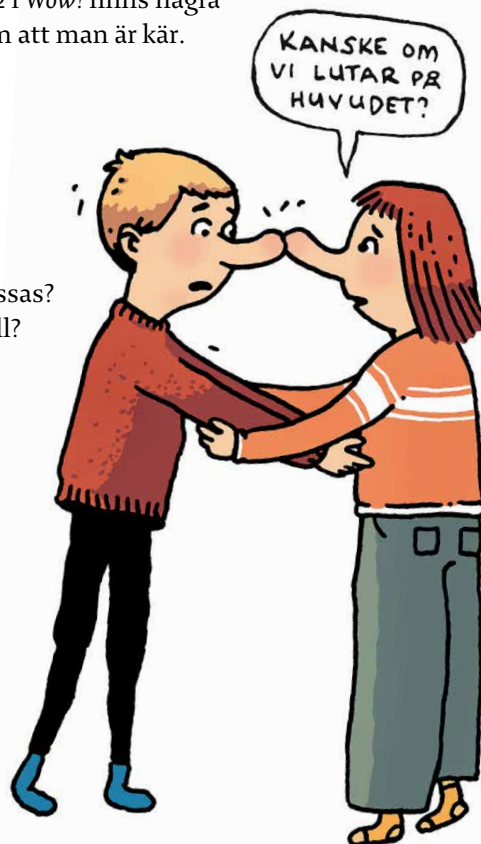
- Varför tror ni att Sigge var nervös?
- Kan nervositet vara både en bra och en dålig känsla? Finns det andra känslor som kan vara både och?
- Hur kan det märkas på kroppen att man är kär?
- Hur tror ni att tjejen Sigge dansade med kände sig?

Under rubriken "När man är kär" på sida 12 i Wow! finns några exempel på hur det kan märkas på kroppen att man är kär.

SIDAN 8: "I början tar man det lugnt, men pussas måste man göra." / Fatima, 11 år

- Håller ni med Fatima? Finns det saker man måste göra när man är ihop? Varför tror ni att Fatima tänker att det hör till?
- Hur kan man visa eller säga att man vill pussas?
- Hur kan man visa eller säga att man inte vill?
- Är det okej att tjata om pussar? Hur känns det att bli tjtad på?
- Vad gör man när man är ihop?

Synliggör att man kan vara kär utan att vilja kramas och pussas. Man kan också vara nyfiken på att vara nära någon och till exempel pussas, utan att vara kär.





BILDASSOCIATION: DANSBANAN

Om övningen

I den här övningen får eleverna leva sig in i olika situationer och fundera på hur det kan kännas att vara i dem. Det ger möjlighet att reflektera över vad andra människor kan tänkas känna – och hur man själv kan visa sina känslor.

Att tänka på

Prata med eleverna om att det kan vara svårt att se på någon vad den verkligen känner, särskilt om personen inte vill visa det – och att man kan känna en sak men visa en annan. Kanske låtsas man att man vill vara själv, för att det känns svårt att berätta att man vill vara med. Den som tar mest plats på festen kanske gör det för att den i själva verket känner sig osäker. Förmedla till eleverna att vissa människor har lättare än andra att visa vad de känner, men att det ofta också beror på sammanhanget. Kom också ihåg att inte alla barn vill vara sociala, utan trivs med att vara lite blyga eller försiktiga och hellre umgås med få än många.

Så här gör du

På sidan 10–11 finns en bild på en dansbana. Titta på bilden tillsammans. Vad händer i den här bilden? Vad ser ni? Vilka på bilden tror ni har det bra? Är det någon som inte har det bra?

Nedan följer tre förslag på hur ni kan arbeta vidare.

FRÅGOR FÖR SAMTAL

Välj ut en karaktär i taget och samtala om följande frågor:

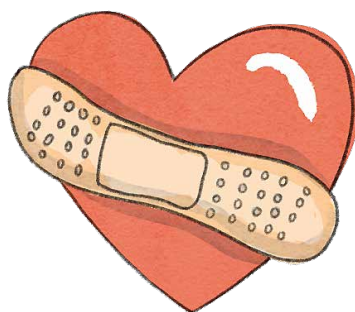
- Vad tror ni att personen tänker och känner? Varför tror ni att den känner så?
- Vad tror ni att personen vill ska hända? Uppmana eleverna att fantisera fritt!
Vad kan personen göra för att det ska bli så?
- Det är en sak att uppleva en känsla inom sig, och en annan att våga dela den.
Tror ni att någon på bilden har en känsla den inte riktigt vågar visa? Varför då?
- Går det att se på någon vad den känner och vill? Vad kan göra det lättare eller svårare?
- Vad kan man göra om man är osäker på vad någon annan känner?

SKRIV EN BERÄTTELSE

Eleverna kan även lösa uppgiften genom att skriva en berättelse om en person på bilden med utgångspunkt i ovanstående frågor. Om flera elever skriver om samma person kan de jämföra sina berättelser och se om de har uppfattat situationen på liknande eller olika sätt.

I SMÅGRUPPER

Uppmana eleverna att tolka karaktärerna genom att sätta ut tanke- och pratbubblor vid de olika personerna. Vad händer nu i bilden? Låt eleverna byta ut och fylla på med olika tanke- och pratbubblor och se vilka scener som kan utspela sig på dansbanan.





Snacka med kuratorn

INTERVJUA SKOLANS KURATOR

Om övningen

Syftet med övningen är att eleverna ska få lära känna skolans kurator, och kanske också det övriga elevhälsoteamet. Det är lättare att söka upp en skolsköterska eller kurator som man har träffat och som har uppmuntrat en att göra ett besök. I den här övningen får eleverna lära sig mer om vad en kurator eller skolsköterska kan hjälpa till med och hur ett samtal kan se ut. Behöver man boka en tid? Tänk om man inte vågar säga något när man väl är där? Vad innebär tystnadsplikt?

Att tänka på

Elever kan tro att de måste må mycket dåligt för att gå till elevhälsan. Berätta att de som arbetar på elevhälsan är vana vid alla möjliga slags samtal och att det går bra att gå dit också om man inte vet säkert vad det är man känner eller behöver hjälp med. Ibland är det helt enkelt skönt att prata lite med någon.

Så här gör du

Läs intervjun med kurator Amaria Paulos på sida 14–17 i tidningen. Låt sedan eleverna fundera på vilka frågor de själva skulle vilja ha svar på. En intervju med skolans kurator (eller skolsköterska) kan genomföras på olika sätt. Kuratorn kan också bjudas in till en frågestund i klassrummet, eller så kan några elever utses till reportrar som sedan återberättar vad de fått veta för klassen.

I artikeln finns några ord som kanske är nya för eleverna, som **kurator**, **kränkning** och **tystnadsplikt**. Skriv upp orden på tavlan och prata om vad de betyder.

Använd tillfället till att informera eleverna om var i skolan elevhälsan finns och vilka mottagningstider de har. Kanske kan ni sätta upp dessa i klassrummet?

HJÄLPHANDEN

Om övningen

Den här övningen handlar om att eleverna ska få fundera på vart de kan vända sig om de mår dåligt eller behöver någon att prata med. Samtala om varför det är värdefullt att kunna ta emot hjälp av andra och vilka olika slags stödfunktioner som finns omkring oss.

Att tänka på

Långt ifrån alla elever känner att det finns en vuxen i deras närhet som de kan anförtra sig åt. Också barn som befinner sig i trygga miljöer kan uppleva att det är omöjligt att ta upp sådant som är tungt och svårt, liksom frågor som har med kärlek och sexualitet att göra. Synliggör att många unga känner sig ensamma med sina erfarenheter – men också att det är viktigt att försöka hitta någon att prata med, och att våga testa att be om hjälp.

Så här gör du

Börja med att hjälpas åt att komma på exempel på personer man kan prata med om till exempel känslor och skriv upp dessa på tavlan. Viktiga vuxna behöver inte vara familjemedlemmar. Det kan vara en lärare, en tränare, någon på fritidsgården, en släkting eller en kompis förälder. Skolsköterskan, kuratorn, Bris och ungdomsmottagningen finns till för att stötta den som är ung.

På nätet finns också anonyma stöd, som tjej-, kill- och ungdomsjourer, som kan erbjuda kontakt via exempelvis chatt. Flera sidor, som ungdomsmottagningen på nätet (umo.se), ger unga möjlighet att skrivas med och stötta varandra.

Låt eleverna rita av sin egen hand på ett papper. På respektive finger ska de skriva någon som de skulle kunna vända sig till med funderingar, oro eller jobbiga känslor. Om det är svårt att komma på fem personer kan läraren hjälpa till att fundera ut förslag. Finns det någon vuxen i skolan du litar på? Känner du till några verksamheter dit barn kan vända sig om de behöver hjälp? Låt eleverna smycka och illustrera sina sidor och föreslå att de visar handen för någon av de personer de valt ut.



Tipsa eleverna om att göra ”Vem pratar du med om ...” på sida 23.



Bästisar och bråk

TIPSTAVLOR

Om övningen

I såväl vänskap som kärlek uppstår dilemman. Vad ska man göra om ens bästa kompis är kär i en, och man inte är kär tillbaka? Hur kan man berätta att man ljög? Vad gör man om man har en kompis som andra inte gillar? Hur står man upp för sig själv? På den här sortens frågor finns inga färdiga svar utan det är sådant ni kan resonera om tillsammans.

Att tänka på

Det kan vara lockande som vuxen att komma med "rätt svar" och hjälpa samtalet framåt. Testa vad som händer om du i stället tar ett steg tillbaka. När elever får formulera svar på sina egna frågor lär de sig att de har många svar inom sig och att de kan lita på sig själva. Att höra klasskompisar resonera om möjliga lösningar på svårigheter visar också eleverna att de inte är själva. Det finns andra som kan leva sig in i samma situation och som kan stötta en.

Så här gör du

Utgå från konkreta frågeställningar som rör relationer – frågorna kan komma från eleverna genom en frågelåda, eller så utgår ni från förslagen nedan. Uppgiften går ut på att komma på förslag på hur man kan göra i respektive situation. Dessa sätts samman till tipstavlor som kan sitta uppe i klassrummet.

Till respektive frågeställning finns tillhörande följdfrågor som kan föra samtalet framåt. Ni kan också läsa "Ett steg i taget" på sida 22 i tidningen som inspiration. Om man ska göra något som känns svårt kan det vara bra att fundera på vilka små handlingar som kan föra en åt rätt håll och sedan ta ett litet steg i taget.

VAD KAN MAN GÖRA FÖR ATT FÅ VÄNNER?

- Vad finns det för ställen där man kan leta efter nya kompisar?
- Vad skulle man kunna säga om man går fram till någon man inte riktigt känner eller brukar hänga med?
- Vad kan man göra tillsammans?
- Är det lättare eller svårare att träffa nya kompisar på nätet?

HUR VISAR MAN ATT MAN GILLAR NÅGON?

- Vad finns det för sätt att visa kärlek på? Vilka är bra? Finns det några som är mindre bra?
- Kan man bara säga det rakt ut? Varför inte?
- Är det lättare eller svårare att visa kärlekskänslor om man redan är kompisar?
- Hur känns det om personen inte gillar en tillbaka? Vad kan man göra då?

HUR KAN MAN GÖRA OM MAN VILL BERÄTTA FÖR EXEMPELVIS EN FÖRÄLDER ATT MAN ÄR KÄR?

- Det kan vara svårt att prata med vuxna om kärlek. Varför är det så? Känner ni igen er i det?
- Spelar det någon roll vad ens förälder tycker om den man är kär i?
- Hur är det att berätta för vuxna att man blir kär i någon av samma kön som en själv? Är det lättare att berätta för andra barn?

HUR GÖR MAN SLUT PÅ ETT SCHYSST SÄTT?

- Finns det bra sätt att göra slut på? Vilka då? Vilka sätt är mindre bra?
- Hur tror ni att den som blir lämnad känner? Vad tror ni att den personen behöver?
- Vad händer efter att det har tagit slut?
- Det kan vara så att man behöver "göra slut" med en kompis. Hur gör man då?

VAD KAN MAN GÖRA OM MAN MÄRKER ATT NÅGON BLIR RETAD ELLER TASKIGT BEHANDLAD?

- Ibland kan det vara svårt att säga ifrån eller lägga sig i när man ser en oschysst situation. Varför tror ni att det är så? Hur kan man ta hjälp av varandra så att det blir lättare?
- Vad finns det för konkreta saker att göra som kan visa att man bryr sig om den som blir utsatt och tycker att det som händer är fel?
- Hur tror ni det känns för den som blir retad om ingen säger eller gör något?

BILDASSOCIATION: ENSAMHET

Om övningen

I den här övningen får eleverna prata om ensamhet: hur ensamhet kan kännas och vad man kan göra då.

Att tänka på

Det finns många barn som saknar kompisar och som känner sig ensamma. När vi samtalar om vänskap och kärlek behöver vi komma ihåg att långt ifrån alla känner igen sig i berättelser om vänskapsdilemman och förälskelserus. Synliggör att det är vanligt att känna sig ensam – ibland eller ofta, att ensamhetskänslor kan vara tunga att bära och att det kan vara svårt att hitta kompisar.

Så här gör du

På sida 18–19 i tidningen finns en bild på ett barn som sitter vid ett skrivbord. Prata med eleverna om vilka tankar och känslor de får när de tittar på bilden. Låt eleverna diskutera frågorna i par eller mindre grupper innan ni lyfter samtalet i helklass.

- Vad ser ni på bilden? Vad handlar den här bilden om?
- Vad tror ni att personen tänker och känner?
- Kan man känna sig ensam trots att man har kompisar, eller är tillsammans med sin familj? Hur kommer det sig?
- Är det skillnad på självvald och ofrivillig ensamhet? Känns den på olika sätt?
- Vad kan man göra när man känner sig ensam?
- Brevskrivaren Evin på sida 19 säger att hen är orolig för att missa roliga saker som kompisarna gör.
 - Varför tror ni att Evin känner sig konstig i kroppen när hen inte har någon att vara med?
 - Tror ni det händer att Evin umgås med kompisar trots att hen inte riktigt vill, för att inte känna sig utanför? Vad tänker ni om det?
 - Har ni något råd att ge till Evin?
- Vad kan man göra för att andra ska känna sig mindre ensamma?





KÄR NU OCH DÅ

Om övningen

Hur känns det att vara kär? Känns det likadant när man är vuxen? Hur var det förr i tiden? Den här övningen visar att människor kan tänka på olika sätt om kärlek, men också att vuxna nog vet mer än man kan tro om hur det är att vara förälskad.

Att tänka på

Barns erfarenheter av romantisk kärlek ser olika ut: det finns de som varit kära många gånger och de som längtar efter att få veta hur det känns. Det finns också många som är ointresserade av kärlek – det gäller både barn och vuxna. Bekräfta att vi är olika. Lyft att vi också känner kärlek till, och får kärlek från, vänner och familj.

Så här gör du

Låt eleverna intervjua en vuxen om hur det känns att vara kär. Ett exempel är att intervjua morfar om hur han tyckte att kärlek kändes när han var liten. Vad tänker han om kärlek idag? Har han några tips till den som är ung? Sätt samman intervjuerna till en bok om kärlek.

I anslutning till den här övningen kan ni utforska hur synen på kärlek har förändrats genom tiderna. Ni kan titta på målningar av kärlekspar, läsa kärleksdikter från olika tidsperioder eller undersöka hur kärleksideal kommit till uttryck i historiska eller samtida kärleksbrev.

BONUSÖVNING: BREV TILL FRAMTIDEN

Låt eleverna skriva ett brev till sig själva i framtiden. Låt dem berätta hur det är att vara den de är just idag. Brevet kan handla om hur de mår, hur det är i skolan, drömmar om framtiden – men också deras tankar om vänskap och kärlek. Har de läst något i Wow! som väckt tankar? Vad är bäst med kärlek och vänskap? Vad är sämst?

VARA SIG SJÄLV

Om övningen

I den här övningen får eleverna diskutera vad det innebär att vara sig själv. När är man sig själv? Hur känns det då? När är man det inte? Samtalen kan handla om hur det kan kännas att behöva dölja sidor av sig själv – men också att de flesta har egenskaper eller intressen som de håller lite hemliga, eller bara visar för vissa personer.

Att tänka på

I olika sammanhang visar vi olika sidor av oss själva och det kan vara skönt att ibland få vila från den roll man har i exempelvis skolan. Att vara "någon annan" på nätet kan uppfattas som något negativt, men måste det vara så? På nätet kan det vara lättare att utforska sin identitet och att tillåta sig att vara modigare än man är annars. Prata med eleverna om varför det kan vara smart att prova på olika intressen och att testa att vara på lite olika vis – det är ju ett sätt att lära sig mer om vem man är och vad man gillar.

Så här gör du

Nedan finns förslag på ingångar till samtal om att vara sig själv. Diskutera frågorna i helklass eller i mindre grupper.

Läs serien på sida 20–21. Den handlar om två kompisar som båda får veta en ny sak om den andra.

- Varför har inte kompisarna i serien berättat för varandra om dikterna och rekordgruppen tidigare?
- Hur tror ni de tycker det känns att deras hemlighet är avslöjad?
- Är det lättare att vara sig själv på nätet? Varför/varför inte?
- Om man visar en ny sida av sig själv i ett sammanhang, är det att vara "någon annan"?
- Känner ni igen er i den här situationen?

Vuxna säger ofta till barn att det är viktigt att "vara sig själv". Men hur lätt är det egentligen?

- Hur vet man vem man är? Finns det något sätt att ta reda på det?
- Finns det situationer när det är enkelt att vara sig själv? Vilka då? När kan det vara svårare?
- Tror ni att vuxna alltid är "sig själva"?



På sida 9 i *Wow!* säger Kevin, 10 år: "På min skola är en del populära och en del nördar. Jag har kompisar i båda grupperna, men det känns som om jag måste välja. Finns det något sätt att vara både och?"

- Varför tror ni att Kevin känner att han måste välja?
- Kan man vara både och?
- Vad skulle ni vilja säga till Kevin?

Frågor att fundera på enskilt:

- Finns det sidor av dig som du inte tror att de andra i skolan riktigt vet om?
Känns det bra eller dåligt att de delarna av dig är hemliga?
- Finns det sidor av dig som du önskar att du oftare kunde visa?
- Finns det något andra tror om dig som inte riktigt stämmer?

TÅRTAN / VEM ÄR JAG?

Om övningen

En människas identitet kan sägas vara den bild man har av sig själv, men vi påverkas också av hur vår familj och våra vänner ser på oss och vilka vi umgås med. I vänskap och kärlek kan det ibland kännas som att man tappar bort sig själv. I den här övningen får eleverna göra en tårta som illustrerar vilka de är. Den visar att var och en är många saker samtidigt – och kanske på lite olika sätt tillsammans med olika personer.

Att tänka på

De flesta har egenskaper eller sidor som är motsägelsefulla och som ibland krockar. Kanske är man både tuff och töntig samtidigt? Eller modig och blyg. Att gilla docklekar och samtidigt längta efter att bli vuxen passar inte riktigt ihop, och ändå kan man vilja både och. Uppmärksamma eleverna på att tårtan visar just det: man kan vara allt det här!

Så här gör du

Låt eleverna göra cirklar som de delar in i tårtbitar. Varje tårtbit symboliserar något hos en själv och eleverna får själva välja hur stor varje tårtbit ska vara. Prata om att tårtbitarna kan bytas ut och att storleken på de olika bitarna kan ändras. Spara tårtan och gör om övningen om ett år. Hur ser tårtan ut nu?

Det kan vara svårt att komma på ord att sätta i tårtbitarna. Medan eleverna funderar kan du fylla på med förslag på tavlan: hästtokig, gamer, lugn, fnittrig, glad, mjukis, youtuber, ensamvarg, scout, bra förlorare, modig, energisk, Swiftie, konstnär, bakintresserad, noggrann, sportig, kärleksfull, galen, basketspelare, nyfiken ...

FRÅGOR ATT FUNDERA PÅ

- Vilka ord tycker du bäst beskriver dig själv?
- Vad tycker du om?
- Vad vill du helst göra på fritiden?
- Vilka egenskaper hos dig själv är du extra glad över?
- När känner du dig mest som dig själv?





Riksförbundet för sexuell upplysning
Box 4331, 102 67 Stockholm

www.rfsu.se/wow