

Skjermen viser:	I timen:
	<p>Introduser temaet og start med å se <a href="#">Venner på skolen - YouTube</a></p>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hvorfor er det så viktig å ha gode venner?</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I filmen sier de at mange kan oppleve at vennskap kan kjennes som et spill der noen er verdt mer enn andre. Er vi en god venn for oss selv og andre når vi rangerer venner etter ulik verdi?</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Når vi opplever vonde ting er det mange som kritiserer seg selv og legger skylden på seg selv istedenfor å gi trøst og forståelse til seg selv. Hva kan det føre til?</li> </ul>
	<p>Se <a href="#">Building Empathy for Kids - YouTube</a></p>
 <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Legg merke til teikn på at vennen din ikkje har det bra.</li> <li>2. Sei kva du ser og spør om det er noko som ikkje er heilt bra?</li> <li>3. Vis at du forstår, og at det er greitt.</li> <li>4. Lytt til det vennen din seier.</li> <li>5. Foreslå ei løysing du trur kan vere bra for vennen din.</li> </ol>	<p>Etter filmen kan dere jobbe med empati ved å velge ei av disse oppgavene:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lage et rollespill om venner som er sammen og èn får det vanskelig. De andre vennene viser empati</li> <li>• Tegne en tegneserie der noen har det vondt og blir møtt med empati</li> <li>• Skrive ei historie om der noen får det vondt sammen med venner, men vennene viser empati og derfor går det bra</li> <li>• Lage en empatiplakat med trinna fra filmen som de pynter med tegninger</li> <li>• Lage en norsk versjon av rappen i filmen</li> </ul>
	<p>Se <a href="#">Julian - Who I Am (Music Video) - YouTube</a> og snakk med elevene om det som skjedde i filmen. Få fram at de valte å hjelpe han selv om han ikke var ærlig med dem.</p>
 <p>Kva er gode måtar å vere ein god venn for oss sjølv og andre?</p> <p>Kom på 3 ting på kvart spørsmål:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dette likar eg når venner gjer for meg.....</li> <li>2. Dette likar eg å gjere for venner.....</li> <li>3. Dette vil eg gjere for meg sjølv.....</li> </ol>	<p>La elevene tenke/skrive litt selv, eller la de snakke litt med den de sitter sammen med.</p>
	<p>Se <a href="#">UNICEF - Klasse 6B, Selvbildet - YouTube</a> og snakk med elevene:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Blei de imponert av Pål? Hadde de turt å gjøre det same?</li> <li>• Hva er vanlig å sei til seg selv/tenke om seg selv når andre har sagt dumme ting til oss?</li> <li>• Hva tror dere Oscar tenker om seg selv? Er han en god venn for seg selv når han er slem mot Pål?</li> </ul>

Se [When Things Go Wrong \(Do This\) - YouTube](#)

1. *Express yourself* – sett ord på det du kjenner/snakk med nokon
2. *Stay positive* – Tenk at dette skal gå bra
3. *Make your own choices* – Høyr på gode råd, men ta dine egne val
4. *Let it be* – akseptér og gå vidare

- Er det gode råd de gir i filmen?
- Er de lette å følgje?

Treng dere litt frosketid i løpet av økta passer denne godt for vennskap: [Pust med en venn - YouTube](#)

- Å vere ein god venn for meg sjølv:
- Kva er gode ting vi kan gjere for oss sjølv kvar dag?
  - Kva er gode ting vi kan sei til oss sjølv kvar dag?
  - Kva er lure ting vi kan gjere for å ta vare på oss sjølv når noko er dumt eller vanskeleg?

Å være en god venn for meg selv

Vi er ofte bedre på å være gode mot andre enn å være gode for oss selv. Derfor kan dette være lurt å trene på.

Syng gjerne sammen med denne:

[Kindness by The Juicebox Jukebox - Be Kind Kids Song Childrens Music New World Kindness Day 2021 - YouTube](#)

Denne åpner for å kunne snakke om etiske dilemma, hvordan stole på egne valg og stå imot gruppepress - for å være en god venn for seg selv og andre: [Going For Gold \(Music Video\) - YouTube](#)

Bruk gjerne leker fra dette lekeheftet: [io.kommune.no/tjenester/skole-og-utdanning/robuste-barn/lekehefte/](https://io.kommune.no/tjenester/skole-og-utdanning/robuste-barn/lekehefte/)