

Skjermen viser:	I timen:
	<p>Introduser temaet og start med å sjå Venner på skolen - YouTube</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Kvifor er det så viktig å ha gode venner?
	<ul style="list-style-type: none"> • I filmen seier dei at mange kan oppleve at vennskap kan kjennes som eit spel der nokon er verdt meir enn andre. Er vi ein god venn for oss sjølv og andre når vi rangerer vennar etter ulike verdi?
	<ul style="list-style-type: none"> • Når vi opplever vonde ting er det mange som kritiserer seg sjølv og legg skulda på seg sjølv i staden for å gi trøyst og forståing til seg sjølv. Kva kan det føre til?
	<p>Sjå Building Empathy for Kids - YouTube</p>
 <ol style="list-style-type: none"> 1. Legg merke til teikn på at vennen din ikkje har det bra. 2. Sei kva du ser og spør om det er noko som ikkje er heilt bra? 3. Vis at du forstår, og at det er greitt. 4. Lytt til det vennen din seier. 5. Foreslå ei løysing du trur kan vere bra for vennen din. 	<p>Etter filmen kan de jobbe med empati ved å velje ei av desse oppgåvene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lage eit rollespel om venner som er saman og ein får det vanskeleg. Dei andre vennane viser empati • Teikne ein teikneserie der nokon har det vondt og blir møtt med empati • Skrive ei historie om der nokon får det vondt saman med venner, men vennane viser empati og derfor går det bra • Lage ein empatiplakat med trinna frå filmen som dei pyntar med teikningar • Lage ein norsk versjon av rappen i filmen
	<p>Sjå Julian - Who I Am (Music Video) - YouTube og snakk med elevane om det som skjedde i filmen. Få fram at dei valte å hjelpe han sjølv om han ikkje var ærleg med dei.</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"> 1. Dette likar eg når venner gjer for meg..... 2. Dette likar eg å gjere for venner..... 3. Dette vil eg gjere for meg sjølv..... 	<p>La elevane tenke/skrive litt sjølv, eller la dei snakke litt med den dei sit saman med.</p>
	<p>Sjå UNICEF - Klasse 6B, Selvbildet - YouTube og snakk med elevane:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blei de imponert av Pål? Hadde de turt å gjere det same? • Kva er vanleg å sei til seg sjølv/tenke om seg sjølv når andre har sagt dumme ting til oss? • Kva trur de Oscar tenker om seg sjølv? Er han ein god venn for seg sjølv når han er slem mot Pål?

Sjå [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 dei gir i filmen?
- Er dei lette å følgje?

Treng de litt frosketid i løpet av økta passar 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 vanskelig?

Å vere ein god venn for meg sjølv

Vi er ofte betre på å vere gode mot andre enn å vere gode for oss sjølv. Difor kan dette vere lurt å trene på.

Syng gjerne saman med denne :

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

Denne opnar for å kunne snakke om etiske dilemma, korleis stole på egne val og stå i mot gruppepress - for å vere ein god venn for seg sjølv og andre: [Going For Gold \(Music Video\) - YouTube](#)

Bruk gjerne leikar frå dette leikeheftet: io.kommune.no/tjenester/skole-og-utdanning/robuste-barn/lekehefte/