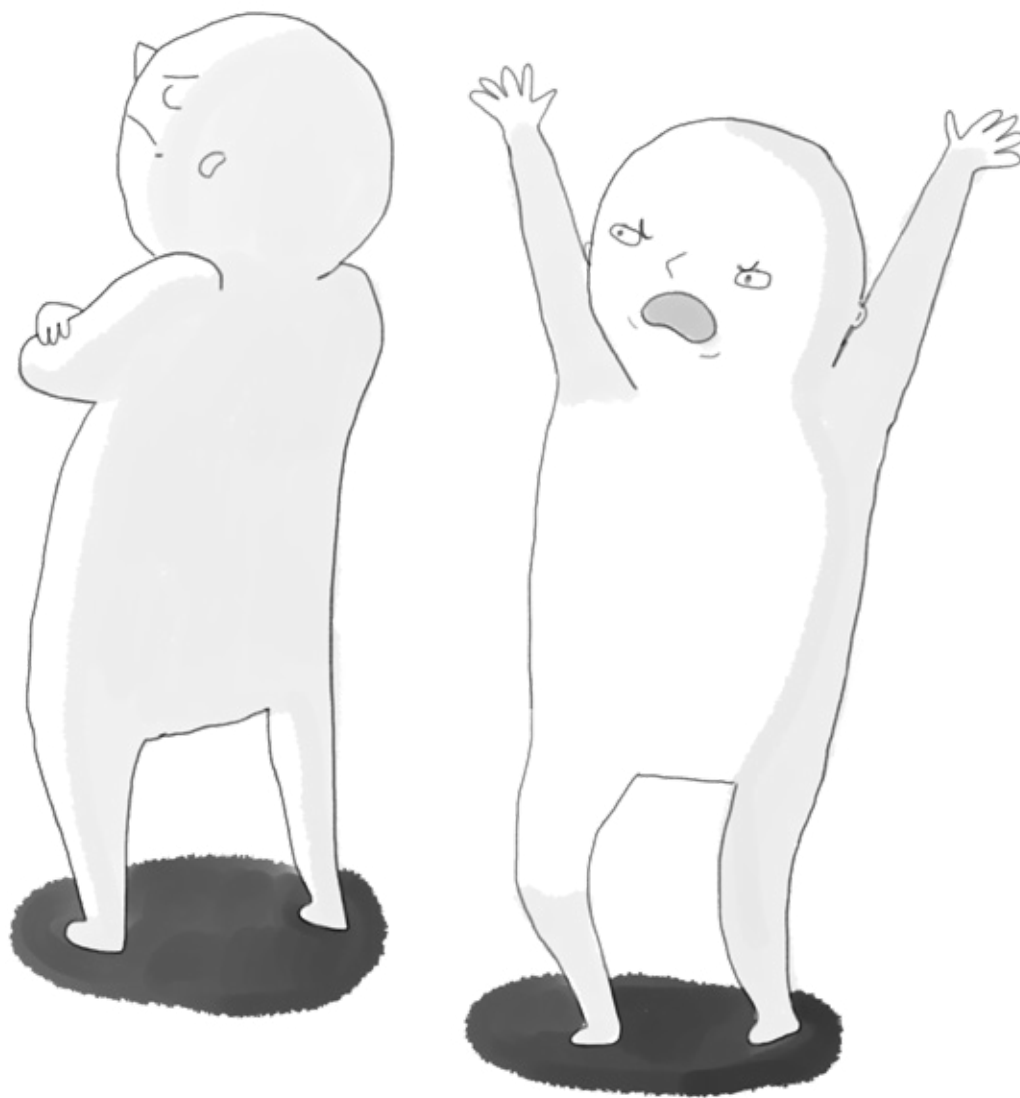


# VILD MED DIG

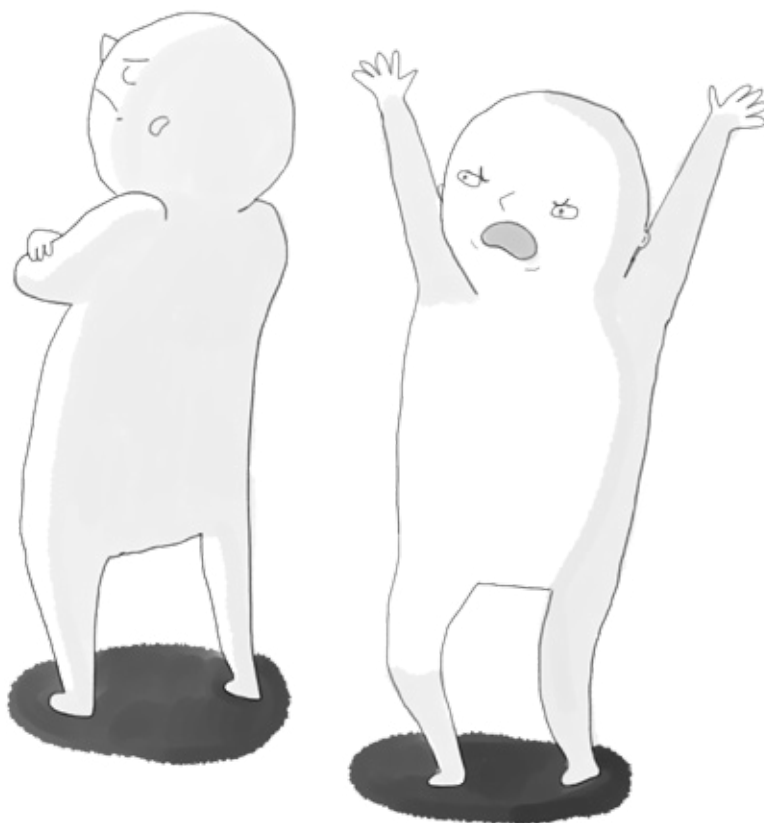
Øvelsesinstruktion - lærer



## TEMA: SKÆNDERIET



# Til fest med ekskæresten?



Sproget er kilde til mange konflikter. I denne øvelse får eleverne mulighed for at mærke på egen krop, hvordan en konflikt kan udvikle sig forskelligt, alt efter hvordan de taler med hinanden.

## Øvelsens formål:

At eleverne lærer, hvordan sproget kan være hhv. op- og nedtrappende i en konflikt.

At eleverne på egen krop mærker, hvordan det påvirker dem, når den ene part taler hhv. op- og nedtrappende sprog.

At eleverne øver sig i at tale nedtrappende sprog.

## Varighed:

30-45 min.

## Materialer:

Print af elevmaterialet

Instruktion til B og instruktion til A





## Øvelsesinstruktion

1. Start med at fortælle hele klassen følgende: I skal om lidt lave et lille rollespil, hvor I to og to skal spille et kærestepar. A er blevet inviteret til en fest, hvor A's ekskæreste også er inviteret. A's nye kæreste, B, er ikke så glad for, at A tager til fest med sin ekskæreste.
2. Del klassen i to hold – et "indehold", der skal spille A og et "udehold", der skal spille B. Sørg for at fordele klassens drenge og piger jævnt på de to hold. Send alle de elever, der skal spille B uden for døren, og bed dem vente på at modtage instruktioner.
3. Giv følgende instruktioner mundtligt til dem, der er A:

I er hver især A, og I vil rigtig gerne med til festen. I kommer op at skændes med kæresten over det.

I skal tale "optrappende" sprog – det vi også kalder for "du-sprog"

### Dvs. at I skal:

- afbryde
- beskyldte
- bruge ordene "altid" og "aldrig"
- sige "du" ... (i stedet for "jeg")

Bed eleverne "skrue en smule op" for sig selv, men stadig forsøge at få rollespillet til at virke så realistisk som muligt.

Del elevarket ud til A – **OBS: Del kun arket til A 1. runde ud. Her står ovenstående informationer gentaget.**

Mens du instruerer B-holdet udenfor, beder du A-holdet om at sidde klar i lokalet, så de sidder med afstand imellem sig, så der er plads i lokalet og så deres klassekammerater nemt kan finde en plads, hvor de kan sidde overfor en enkelt A. Bed eleverne øve sig med hinanden på, hvad de kan sige i rollespillet.

4. Giv følgende Instruktioner til B:

I er hver især B og har sagt til A, jeres kæreste, at I ikke vil have, at A tager til den fest, hvor ekskæresten også kommer. I er ikke så glade for, at A tager til fest med sin ekskæreste.

Egentlig handler det om, at I er meget glade for jeres kæreste, som I ikke vil miste. I er bange for, at A stadig er lidt vild med sin ekskæreste og måske vil gå tilbage til ekskæresten – men det siger I kun til A, hvis I føler jer trygge og kan mærke, at I får lyst til at dele det, for I synes også det er lidt pinligt og svært at sige. Hvis I føler jer trygge ved den samtale, I har med A, og synes at det er en behagelig samtale, kan I godt gå med til, at A tager til festen. Men det siger I kun, hvis I kan mærke, at I synes, det er OK.

Alle B'er instrueres i, at deres vigtigste opgave er, reagere så NATURLIGT som muligt og mærke efter, hvordan der bliver talt til dem, og hvad de får lyst til at gøre. B'erne skal starte rollespillet med at sige: "Jeg vil ikke have at du tager til den fest".

Del elevmaterialet med instruktioner til B ud til eleverne. Der står det samme som i det ovenstående afsnit.

Hent eleverne (B'erne) ind, og bed dem sætte sig overfor en, de ikke plejer at arbejde sammen med, og vente med at tale sammen, til alle elever har fundet en plads. Sæt rollespillet i gang for alle samtidig. Obs: lydniveauet i klassen vil formentlig stige efter kort tid; lad eleverne hæve stemmerne, og undlad at gribe ind.



Efter ca. 2 minutter stopper du rollespillet. Bed om en håndsoprækning på, hvor mange der fik lyst til at sige, A godt måtte tage til festen. Orientér eleverne om, at I samler op på øvelsen til slut, men at de først skal prøve noget andet.

- Send alle B'erne udenfor igen, og bed dem afvente dine instruktioner. A-holdet indenfor instrueres denne gang i at tale på en måde, der kan være med til at nedtrappe konflikter. Vi kalder det "jeg-sprog".

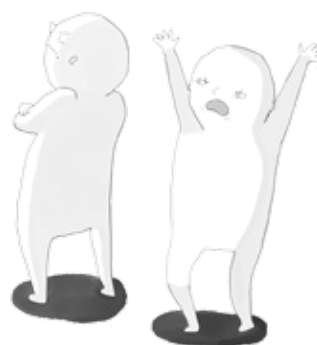
**Dvs. at de skal:**

- lytte til ende
- spørge ind til den anden, fx sige: "Hvordan har du det? Hvad tænker du om...?"
- sige "jeg..." (i stedet for "du...")
- fortælle hvordan de selv har det
- fortælle hvad de godt kunne tænkte sig

Sørg for, at eleverne forstår, at de gerne må være vrede/frustrerede / irriterede, og at de gerne må udtrykke deres følelser, men at de skal gøre det ved fx at sige: "Jeg bliver virkelig vred."

Uddel elevmaterialet med instruktioner til A 2.runde.

- Gå ud til holdet udenfor, og instruerer dem i at ryste den første oplevelse af sig. Fortæl, at deres opgave endnu en gang er at reagere så naturligt som muligt. Det er vigtigt, at de ikke på forhånd (på baggrund af den første oplevelse) beslutter sig for, om de vil fortælle A om deres følelser. De skal nu sætte sig hos **en anden klassekammerat**. (Det er vigtigt, at det er en anden end før).
- Rollespillet spilles igen i et par minutter. Giv eleverne lidt længere tid til spillet denne gang. Stop rollespillet. Det er stadig B der indleder rollespillet med samme sætning, som i den tidligere runde.





## Opsamling:

Bed først om en håndsækning til, hvor mange der fik lyst til at sige til A, at A gerne måtte tage til fest. Sammenlign med første runde af rollespillet. Spørg derefter ind til, om nogle af B'erne fik lyst til at fortælle A'erne, hvordan de rigtig havde det.

Spørg ind til B'erne: hvordan oplevede de henholdsvis første og anden runde. Hvad gjorde, de fik lyst til at fortælle A, hvordan de havde det, og hvad gjorde, de ikke fik lyst til at fortælle det.

Fortæl derpå alle i klassen om de forskellige instruktioner, du gav til hhv. A og B. Lad eleverne reflektere over optrappende og nedtrappende sprog, og hvordan det kommer til udtryk i deres hverdag.

Det er væsentligt, der er fokus på, hvordan det følte for eleverne i de forskellige runder, og hvordan sproget påvirkede deres instinktive reaktioner. Det handler altså ikke om, hvad der er "rigtigt og forkert" sprog, men hvordan det virker på os.

Gør gerne eleverne opmærksomme på, det er en styrke at opdage, man eksempelvis har brugt du-sprog i en relation – det er første skridt til at kunne gøre noget andet fremover.

Hæng eventuelt opslag med "jeg /du sprog" op i klassen, og sæt fokus på, hvordan I taler til hinanden i det daglige.

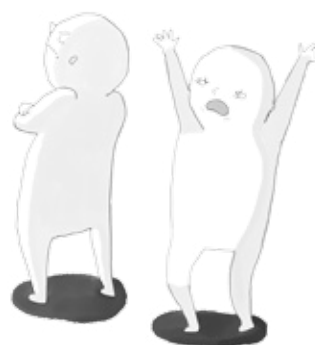


### TIP

Du kan evt. også bede eleverne hjælpe dig som lærer til at have fokus på, hvornår du selv kommer til at tale optrappende. På den måde fungerer du som en god rollemodel, der viser, det kan ske for alle, at vi opfører os uhensigtsmæssigt, og vi alle kan arbejde med at blive bedre til at kommunikere og konflikthåndtere.

### FAKTA OM SPROGETS ROLLE I KONFLIKTER

Sproget er årsag til rigtig mange konflikter. Vi udtrykker os forskelligt, og vi forstår ikke altid det samme ved ordene. Måden vi taler til hinanden på, påvirker modtagerens oplevelse. Det kan være svært at lytte til noget, man ikke har lyst til, men hvis vi taler "jeg"-sprog, kan det være nemmere at lytte til de ønsker og behov, der egentlig ligger bag det, der bliver sagt.



# Løgner, du sagde du var til fest



Kommunikation, der sammenblander handling og person, kan virke fordømmende og optrappe konflikter. Man kommer til det i de situationer, hvor man er oppe i det røde felt; når man er vred, såret, chokeret osv. Især i et skænderi kan man komme til at gå efter "manden" i stedet for "bolden" – altså kritisere personen i stedet for de handlinger personen udfører. Hvis man derimod formår at adskille person fra handling, vil man virke mere imødekommende overfor den anden part og således give plads til en nedtrapning i skænderiet. Øvelsen skal træne eleverne i dette. Øvelsen består af 3 dele og en opsamling.

## Formål:

At arbejde med elevernes holdning til, at en persons handling ikke er det samme som personligheden, men at disse to kan adskilles.

At eleverne opøver evner til at høre, hvornår man sammenblander person og handling.

At eleverne træner formuleringer uden at sammenblende person og handling.

## Varighed:

Del 1: ca. 15 min.

Del 2: ca. 30 min.

Del 3: ca. 20 min.

Opsamling ca. 10 min.

## Materialer:

Print de 3 øvelsesinstruktioner til eleverne:

"Løgner, du sagde, du var til fest!" – Del 1

"Løgner, du sagde, du var til fest!" – Del 2

"Løgner, du sagde, du var til fest!" – Del 3





## Øvelsesinstruktion Del 1

Varighed ca. 15 min.

1. Eleverne sidder 2 og 2. Giv dem elevinstruktionen "Løgner, du sagde, du var til fest!" – Del 1". På arket står 10 udsagn, hvoraf 5 er angivet med tal og 5 med bogstaver.
2. Forklar, at sætningerne er konstrueret i par, således at to sætninger indholdsmæssigt siger det samme. Forskellen er, at de udtrykker indholdet forskelligt: Den ene sætning sammenblender person og handling, den anden adskiller person og handling.
3. Giv eleverne følgende eksempel og få dem til at komme med deres gæt, før du giver dem svaret:  
1: "Din løgner, du var ikke til fest hos Martin, som du sagde!"  
A: "Du sagde, at du var til fest hos Martin. Er det rigtigt, at du ikke var med alligevel?"  
Svar: sætning 1 sammenblender person og handling. At kalde nogen for "løgner" er en dom over den anden og kan blive opfattet som en grov anklage.  
Sætning B adskiller de to og forholder sig kun til de faktiske oplysninger, personen har fået. Her giver afsender plads til, at modtageren kan forklare sig.  
For hver "tal"-sætning er der en "bogstav"-sætning – således at svarene fx bliver 1 D osv. Du finder svarene til øvelsen sidst i øvelsesinstruktionen.
4. Når eleverne har forstået forskellen mellem at sammenblende og adskille person og handling, skal de finde frem til de i alt fem sætningspar i elevmaterialet. Desuden skal de for hver sætning bestemme, om den sammenblender eller adskiller person og handling. Man svarer ved at sætte en ring rundt om én af de to svarmuligheder: sammenblandet/ikke sammenblandet.

## Øvelsesinstruktion Del 2, omformuler personangreb

Varighed ca. 30 min.

Eleverne bliver siddende i deres tomandsgrupper, og du uddeler arket: "Løgner, du sagde, du var til fest! – Del 2", der indeholder følgende 5 nye udsagn.

- "Du er sygt jaloux og prøver at kontrollere alt, hvad jeg gør!"
- "Du er nederen til grin, når du prøver at score mine venner/veninder!"
- "Du er blevet en røvsyg kæreste. Du er megakedelig at hænge ud med."
- "Du er blevet fucking røvsyg! Du sidder kun og stener skærm."
- "Du er jo fuldstændig ligeglad med, at jeg styrter rundt og gør rent. Du er mega klam med alle dine underbukser og cigaretskodder overalt!"

Alle sætninger sammenblender person og handling.

Eleverne skal nu skrive nye sætninger til sætningerne, der adskiller handling fra person. De skal selv digte, hvad der præcist er sket. Se eksempel ud fra sætning 1 i elevmaterialet. De nye sætninger skal de bruge i sidste del af øvelsen, del 3.



### Øvelsesinstruktion Del 3

Varighed ca. 20 min.

Som et sidste led i øvelsen skal eleverne finde sammen med en ny makker og teste de nye sætninger i et lille rollespil. Elevernes øvelsesinstruktion er udførlig, men gennemgå gerne øvelsen med dem som beskrevet herunder.

1. Bed eleverne finde sammen to og to med en ny makker. Det er vigtigt, det ikke er den samme som i del 2.
2. Parrene sætter sig overfor hinanden og vælger en A- og B-person. De skal lade, som om de er kærestes, der er midt i et skænderi.
3. A vælger én af de oprindelige sætninger fra arket: "Løgner, du sagde, du var til fest! – Del 2" og siger den højt til B.  
B skal nu mærke efter, hvordan det var at høre, og fortælle A:
  - sine umiddelbare tanker
  - hvad han/hun fik lyst til at svare til det, der blev sagt.
4. A siger nu sin nye sætning til B.  
B skal igen mærke, hvordan det var at høre og fortælle A:
  - Hvad tænker jeg umiddelbart om A og det, der blev sagt?
  - Hvad fik jeg lyst til at svare på det, der blev sagt?
5. Var der nogen forskel på, hvordan det oplevedes at få det samme at vide på de to forskellige måder?
6. Efterfølgende bytter parrene roller og gentager øvelsen, men nu er det B, der skal vælge en af sine sætninger.

### Opsamling

5-10 min.

Lav en fælles opsamling på hele øvelsen med refleksionsspørgsmål.

*Hvordan var det at skrive de nye sætninger? Svært, let?*

*Hvordan oplevede I at høre et udsagn, hvor person og handling var sammenblandet?*

*Virkede det anderledes at høre et udsagn, hvor handling og person var adskilt? I så fald hvordan? Hvad var forskellene?*

*I hvilke situationer i dagligdagen kommer I til at sammenblende person og handling?*

*Hvad tænker I, man kan bruge øvelsen til?*

#### TIP

Som lærer kommer du sikkert også til at sammenblende elev og handling indimellem. Du kan evt. bede dine elever have fokus på, om du selv kommer til at sammenblende person og handling, når du taler til dem. Du kan også opfordre dem til at hjælpe hinanden med at adskille person og handling, når de taler sammen.





## Svar til elevinstruktionen del 1: "Løgner, du sagde, du var til fest!"

1. *Du er ikke til at stole på! Vi havde en aftale om at være sammen i morgen, og nu har du lavet en anden aftale. Du er totalt upålidelig!*

**Svar:** Udsagnet blander person og handling og passer til sætning D: "Jeg havde opfattet det, som om vi havde lavet en aftale om at være sammen i morgen. Er det rigtigt, du har en anden aftale?"

2. *Jeg synes, det er ubehageligt, når vi er til fest, og du bliver fuld. For eksempel var du ved at køre hjem i bil sidst, selvom du havde drukket.*

**Svar:** Udsagnet adskiller person fra handling og passer til sætning B: "Du er totalt uansvarlig og drikker for meget, når vi er til fest. Du er jo hjernedød!"

3. *Jeg vil ikke have, at du sparker til mine ting, når du er vred.*

**Svar:** Udsagnet adskiller person fra handling og passer til sætning E: "FUCK dig, din voldspsykopat! Du skal ikke sparke til mine ting, bare fordi du er pissed!"

4. *Kontrolfreak, gider du godt lade være med at tjekke mine Facebook-beskeder!?*

**Svar:** Udsagnet sammenblander person og handling og passer til sætning A: "Jeg synes, det er dårlig stil, når du læser mine private beskeder på Facebook. Det vil jeg godt have, du holder op med."

5. *Jeg bliver bange, når du står så tæt på mit ansigt og råber.*

**Svar:** Udsagnet adskiller person fra handling og passer til sætning C: "Du er pisseubehagelig og skriger som en galning!"



# Møgluder!

Eleverne skal i denne øvelse analysere en (selvalgt) sang, der handler om et svært kæresteforhold. Lav gerne de andre øvelser i temaet "Skænderiet" først, da det vil give eleverne de bedste forudsætninger for at løse øvelsen.

## Øvelsens formål:

At eleverne bliver opmærksomme på brugen af op- og nedtrappende sprog i hverdagen.  
At eleverne træner deres evne til at analysere, hvornår man sammenblander person og handling.

## Varighed:

45-90 min.

## Materialer:

A3- eller A2-ark  
Gamle ugeblade  
Sakse  
Limstifter

## Øvelsesinstruktion

1. Inddel eleverne i grupper a 4. Hver gruppe skal nu vælge en sang, hvis tekst omhandler et skænderi eller et svært kæresteforhold. Det må meget gerne være en nutidig sang, som eleverne selv kender.
2. Sangen skal analyseres med henblik på at finde de steder, hvor der tales enten optrappende eller nedtrappende sprog. Et eksempel på optrappende sprog kan være steder, hvor person og handling bliver sammenblandet. Disse skal eleverne lokalisere og præsentere for klassen.
3. Grupperne skal præsentere deres analyse ved at lave en collage, hvor sangteksten er placeret i sin helhed, og hvor eleverne gennem billeder, udklip og tegninger illustrerer, hvad der gør sproget optrappende.  
Fx kunne "Jeg sku' ha' vidst du var et svin" i Sys Bjerres tekst, illustreres ved at klippe en mandekrop ud og sætte et grisehoved på.

### TIP

Har eleverne arbejdet med andre temaer i "Vild med dig", kan du inddrage andre elementer – fx hvor de befinder sig på konfliktrappen, hvilken konfliktreaktion, der kommer til udtryk osv.





Kan eleverne ikke selv komme i tanke om sange til deres analyse, kan de bruge et af følgende forslag:

- Sys Bjerre: Malene
- Jokeren: Kvinde din

### SYS BJERRE: MALENE

Du var lidt fuld den dag,  
Du så på mig og sa'e,  
Det sku' vær' dig og mig for altid  
Jeg tog din hånd, og vi  
Var nærmest lykkelig'  
Sommerkærlighed på halv tid  
Men nu,  
Sidder jeg her helt alene,  
For du,  
Er i Marielyst med Malene.

Og din lejlighed er lidt brændt ned,  
Din Fiat er solgt til skrot  
Og dit tøj er spredt ud over Vesterbro,  
Men din kat den har det godt  
Og din X-box er måske lidt våd  
Og står et sted på Enghavevej  
Hva' så? Er vi så enige om at det  
Var sidste gang du fucked' med mig

Nu kommer du og vil,  
Forsøge en gang til  
Og lover guld og grønne skove  
Og hend' Malene var  
Bar' en veninde der  
Manglede et sted at sove  
Men nej, nu det din tur til at være alene  
For jeg ved da godt, at du har knaldet  
Malene

Og din lejlighed er lidt brændt ned,  
Din Fiat er solgt til skrot  
Og dit tøj er spredt ud over Vesterbro,  
Men din kat den har det godt  
Din X-box er måske lidt våd  
Og står et sted på Enghavevej  
Hva' så? Er vi så enige om at det  
Var sidste gang du fucked' med mig – ja

Det er sidste gang jeg er til grin for dig  
Jeg sku' ha' vidst du var et svin

Og de billeder som jeg tog af den  
Er på internettet nu  
Så hvis du googler 'funny dick'  
Kan du se den på Yahoo

Og din lejlighed er lidt brændt ned,  
Og din Fiat er solgt til skrot  
Dit tøj er spredt ud over Vesterbro,  
Men din kat den har det godt  
Og visne blomster og rådne ting  
Er på vej med posten til dig  
Hva' så? Er vi så enige om at det  
Hva' så? Er vi så enige om at det  
Hva' så? Er vi så enige om at det  
Er sidste gang du fucked' med mig.

*Sangteksten er gengivet med tilladelse fra Sys Bjerre.*

## JOKEREN: KVINDE DIN

Yo din fucking luder mand. Hvordan fanden ku' du gøre det?"

Møgluder. Hvordan fanden ku' du gøre det? Du burde tage dit forgrædte næb og tørre det.

For hvad er det egentlig, du er så ked af? Du tog mig og vendte tommelfingeren nedad.

Jeg gav dig mit hjerte. Du sku' holde det, Bære ansvaret for den smerte, du ku' forvolde det.

For du var mere end en elsker; en ven Så hvis du er færdig med det, så giv mig det igen.

Så kan jeg putte det tilbage under jernskjorten.

I min vrede, der ulmer som en fjern torden. Når jeg tænker på hele ironien i det.

Jeg havde et liv, og du var fucking pigen i det.

Jeg har givet den gas, og jeg har såret dig Men i de hårde tider har jeg også båret dig Det er svært at fatte, at det her er vores endeligt

Men hvis det er, håber jeg du har det elendigt...

"Møgluder!"

Lykken vender, når du mindst venter det Og lige pludselig er der intet, der kan ændre det

Jeg har en bitter smag

"møgluder!"

I munden og det smitter af.

Kvinde din.

Lykken vender, når du mindst venter det Og lige pludselig er der intet, der kan ændre det

Jeg har en bitter smag

"møgluder!"

I munden og det smitter af...

Pludselig forstår jeg folk, der dræber deres eks,

Dem der dør af sorg, når de mister mere end sex,

Den der stalker hende; forfølger et minde, Dem hvis hele liv går i vasken for en smuk kvinde

Men lad være at bilde dig selv ind, at det sker for mig

Alphahan; jeg var skabt til noget mere end dig.

For pludselig kan jeg se dine fejl og mangler Ikke en prinsesse, bare en ho ligesom alle andre.

Var kun utro, når du ikke gav mig noget

Så drop det pis, inden at jeg taber hovedet

Jeg gik og drømte om børn og et rækkehus

Nu køber jeg nærhed i det frække hus

Finder tryghed alle de forkerte steder

Tomme, korte, falske og hule glæder.

Men det virker, og det er pointen

Min kærlighed til dig er død ho, så glem den...

Kvinde din...

La' vær' at tro at vi kan blive chill igen

Det må du finde, hvorend det var du ville hen

Og jeg håber inderligt, du vil fortryde det

Og hvis den tid kommer, så vil jeg nyde det.

Jeg står tilbage alene med et tomrum

Jeg troede på os men var åbenbart godt

dum.

Så jeg står op uden at slå min hjerne til

"jeg har noget i ryggen. Gider du fjerne

det?"

Følelserne som kærligheden vakte

Jeg har ikke gemt dem væk, de er intakte

For verden den er en stor buffet

Og får jeg det rette tilbud, så slår jeg til

Jeg drømmer stadig om de vilde romancer

Og finder jeg en, vil jeg tage mine chancer

Vi to, vi går hver vores vej

Jeg er ikke færdig med kvinder, men jeg er

færdig med dig.

Din fucking luder...

*Sangteksten er gengivet med tilladelse fra Jokeren*

