



OPPLEGG FOR KONFIRMASJONSTIDEN
Forslag pr. mars 2014, skrevet av Gaute Brækken

Hvem er jeg?

- Hensikt: Å jobbe med spørsmål knyttet til identitet, hvordan en ser på seg selv og hvordan andre ser på en. Sette i gang refleksjon om hvilke idealer man har om hvordan man bør være og hvordan kroppen bør se ut. Få positiv bekreftelse fra de andre konfirmantene på den man er. Å bekrefte alle konfirmantene som skapt og elsket av Gud.
- Tidsbruk: 45 minutter
- Metode: Arbeid i mindre grupper på omtrent seks konfirmanter, med gruppeledere som er godt forberedt.

Selvbilde

Utstyr:

- En tom melkekartong e.l. til hver (alle tar med en hjemmefra)
- Diverse blader og magasiner (alle kan ta med noen gamle hjemmefra)
- Sakser
- Papirlim

Konfirmantene skal presentere seg for hverandre i gruppen. Dette er for å bli kjent med litt andre sider av hverandre, å være kreative, og for å sette i gang tanker om hvordan man ser på seg selv. Måten dette gjøres på, er å bla i ukeblader o.l., og klippe ut bilder og tekster som du på en eller annen måte forbinder med deg selv. Det kan være alt fra ting man ønsker seg, en drøm man har, noe en håper på, til noe man liker å gjøre, hobbyer og interesser. Bildene og teksten limes på utsiden av melkekartongen. Hemmeligheter som du ikke vil at de andre skal se, krølles sammen og legges i melkekartongen. Etter ti minutter får alle presentere melkekartongen sin for de andre i gruppen, og si litt om hva man har valgt å lime på. Alle tar med seg melkekartongen sin hjem.

Kropp og utseende

Utstyr:

Små lapper, gule klistrelapper e.l.

Penner eller tusjer, én til hver

Alle får utdelt lapper og penner. På lappene skal alle skrive ned noen stikkord om disse to spørsmålene:

Hvis du skulle ta et bilde av deg selv for å legge ut på internett, hva slags bilde ville du ha?

Hva liker du ved andres bilder av seg selv?

Snakk sammen i gruppen om:

Hvor viktig er det å få likes når du legger ut et bilde av deg selv?

Hva er viktigst for at du skal bli fornøyd med bildet? Ansiktet? Kroppen? Klærne? Omgivelsene? Humor? At bildet viser noe som er viktig for deg, f.eks. en god venn?

Påstand til samtale i gruppen:

Det er galt av en lærer å kommentere utseendet til en elev

Kommentarer:

Det er bra å gi positive kommentarer.

Det er bra hvis positive kommentarer kommer fra en lærer av samme kjønn.

Det er bra hvis det kommer fra en lærer du kjenner godt og er trygg på.

Det er ikke bra om det bare er en eller to elever som får positive kommentarer, og ikke de andre – viktig med likebehandling.

Negative kommentarer er ikke bra – i hvert fall ikke hvis de andre elevene får høre det.

Spørsmål til utdyping:

Hvis en ikke synes det er greit at voksne kommer med negative kommentarer om kroppen til noen – er det da greit å komme med negative kommentarer til hverandre?

Utstyr:

Bilder av menn og kvinner fra reklame og kjendisspalter, både ansikter og kropper

Gruppen ser sammen på bildene, og snakker om disse spørsmålene:

Hvordan ser en typisk mann ut?

Hvordan ser en typisk kvinne ut?

Hva tenker dere om personene på bildene, hvordan er de som mennesker?

Hvor mye eller lite kan utseendet fortelle om hvem man er som person?

Hva er dere fornøyd med ved dere selv, og hva er dere misfornøyd med? Hvorfor det?

Hva synes andre om meg?

Utstyr:

Penner eller tusjer, én til hver

Et a4-ark / en bit kartong / stor papptallerken e.l. til hver

Hyssing

Teip

Denne aktiviteten må en vente med til konfirmantene er blitt kjent med hverandre. Det krever at konfirmantene tar aktiviteten på alvor og klarer å gjøre dette uten å tulle. Hvis noen ser at noen skriver tullekommentarer, må de si i fra til gruppelederen.

Ha klar en ferdig mal som du kan vise frem. Alle får utdelt det man skal skrive på, og fester hyssingen med tape, slik at man kan ha hyssingen rundt halsen. Skriv fornavnet ditt med store bokstaver midt på arket. Ta hyssingen rundt halsen, slik at arket er omtrent midt på ryggen.

Alle tar sin penn og skriver én positiv kommentar om de andre på deres ark. Det kan gjerne være en tilbakemelding på noe som er sagt eller gjort i gruppen, eller noe helt generelt. Når alle er ferdig å skrive, tar man arket med hjem uten å vise det til noen andre.


Oppsummering

Har dere noen tanker om hva poenget med disse aktivitetene er?

Hva har dere lært?

Hvordan fungerte arbeidet i gruppen?

Kropp, selvbilde og identitet



Gjennom media og gjennom venner utsettes konfirmanter for urealistiske forestillinger om hvordan kroppen bør se ut og fungere. Som kirke kan vi løfte fram mangfold som det normale, og gi et alternativ til kroppsfokus og sexpress. Konfirmanter kan være svært opptatt av hva andre synes om dem, om de blir likt, og om de er attraktive nok. Gjennom å bekrefte at de er elsket akkurat slik de er, at de er «helt ok» som de er, kan vi motvirke at de får et lavt selvbilde, og at de skammer seg over egen kropp.