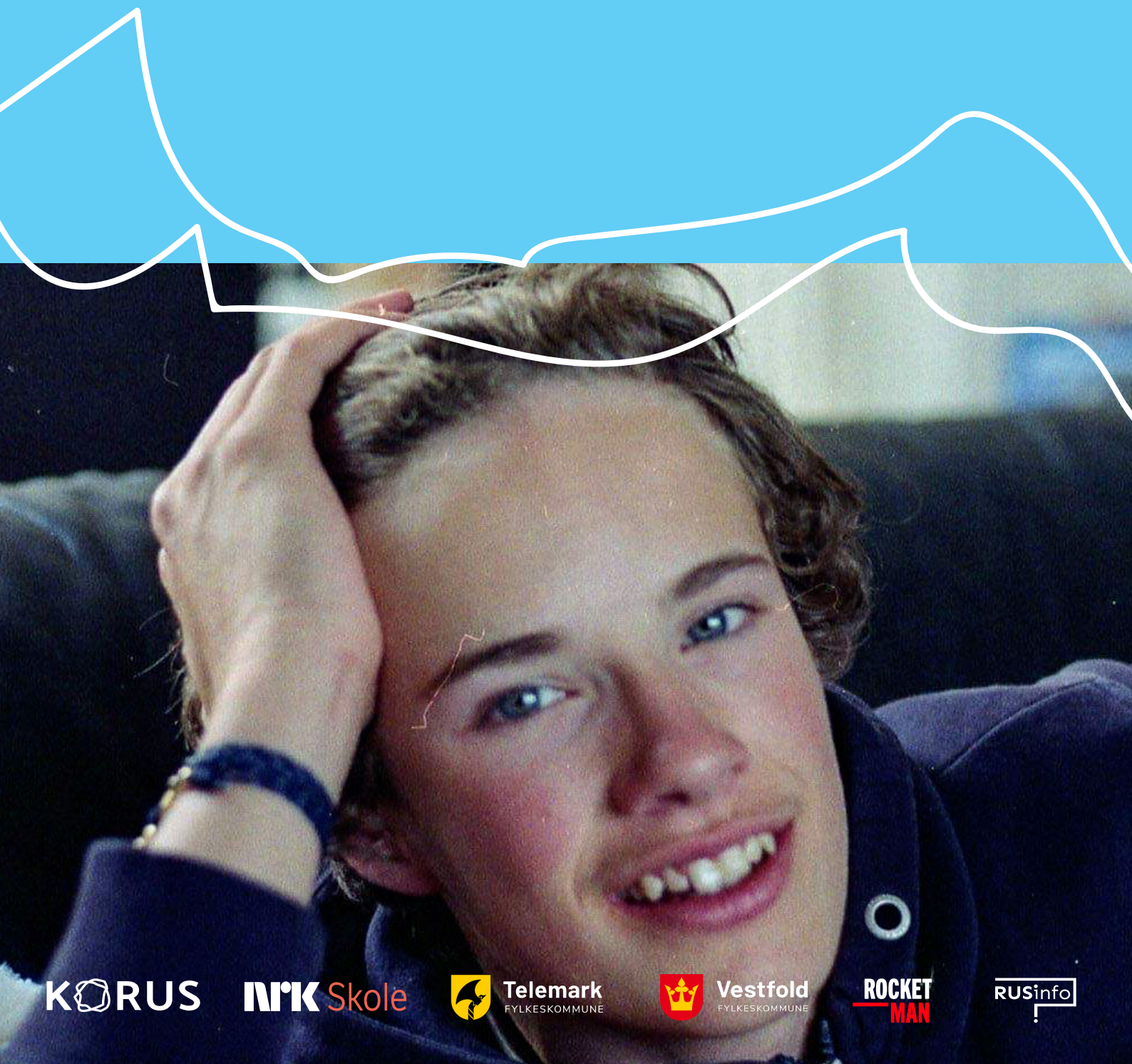


Veileder for videregående skole

# Undervisningsopplegg til NRK-serien RUS

Episode 2: Jens



Undervisningsopplegget er et verktøy for hvordan du kan bruke NRK-serien RUS i videregående opplæring.

Denne veilederen gir deg tips til forberedelse og gjennomføring av **episode 2**. Veilederen ses i sammenheng med Power Point-presentasjonene.

Det gir best utbytte å involvere elevene i planlegging, gjennomføring og evaluering av undervisningsopplegget. Ved å involvere får elevene jobbet med det som de selv er opptatt av.

Erfaringsmessig kan episode 2 bringe frem ulike følelser hos elevene. Det er viktig å være oppmerksom på at elever i klassen kan ha livserfaringer som berøres i episoden. Flere elever kan streve med eget rusbruk, være pårørende til personer med problematisk rusbruk (foreldre, søsken, eller andre betydningsfulle personer), eller ha venner med rusutfordringer. Noen kan også ha opplevd å miste en kompis i en overdose.

Det kan derfor være lurt å si noe om dette i starten av denne undervisningsøkten. Og det kan være lurt å tydeliggjøre hvem elevene kan ta kontakt med om de har behov for å snakke med noen etter undervisningen.

Presenter lokale ressurspersoner. Se siste side i veilederen og Power Point-presentasjonen.

Hvis du som lærer/fagperson har behov for mer kunnskap eller veiledning om tematikken, så ta kontakt med ditt regionale KORUS.

# Rammene for undervisningsopplegget

**Tid:** To dobbelttimer

<b>Mål og tema med undervisningsopplegget</b> .....	04
<b>Episode 2 av “RUS”</b> .....	05
<b>Gruppearbeid:</b> Refleksjonsoppgaver, praktiske øvelser og leker . .	06
<b>Kontaktinformasjon ved bekymring</b> .....	12

## Mål og tema

Elever ønsker mer og bedre rusundervisning i skolen. De ønsker fakta og ikke en pekefinger. De ønsker en arena hvor de kan diskutere og reflektere sammen med medelever og trygge voksne. Målet med undervisningsopplegget er å bidra til dette.



Denne undervisningsøkten tar utgangspunkt i historien til Jens som døde av en ufrivillig overdose. Målet er å vise historien og å få elevene til å reflektere over og diskutere to temaer:

- 1) I hvilken grad er det mulig å få kontroll på eget rusbruk?
- 2) Hvorfor skjuler vi vårt sanne jeg masker og fasader?

**Å ruse seg kan gå greit, men det kan også gå skikkelig dårlig.  
Er du villig til å ta risikoen?**

▶ Se episoden



## Episode 2: Jens

I serien RUS på NRK skal Leo finne sannheten om rus – på godt og vondt.

Jens var en fin og sporty fyr som tok en pille han ikke burde. Hans historie kan kanskje en dag redde livet til en du er glad i. Eller deg.

# Gruppearbeid

Se igjennom refleksjonsspørsmål, praktiske øvelser og leker før du utarbeider og gjennomfører undervisningsopplegget. Noen av oppgavene er tenkt gjennomført før episoden vises. Sett sammen grupper og velg oppgaver, gjerne sammen med elevene.

Avtal med elevene når og hvordan lærer skal være til stede i gjennomføring av oppgavene. Mange elever gir uttrykk for at det blir bedre samtaler uten lærer til stede. Noen elever kan for eksempel ta et medansvar for refleksjonsspørsmålene. Man kan også avtale at lærer skal være til stede, men da i en litt annen rolle, og som en trygg voksenperson.

I tillegg til oppgavene som er eksemplifisert her, kan undervisningsopplegget knyttes til et større og gjerne tverrfaglig arbeid. Sjekk ut aktuelle kompetansemål i ulike studiefag.

## Refleksjonsspørsmål

Metodikken IGP (individ – gruppe – plenum) kan være en metode å benytte i arbeidet med refleksjonsspørsmålene. Metoden foregår i tre etapper:

- 1) elevene tenker litt selv
- 2) reflektere og diskutere i grupper
- 3) presentere i plenum

- Hva tenker du på etter du har hørt og sett historien om Jens?
- Hva kan du lære av historien om Jens?
- På hvilken måte kan rusbruket til en person påvirke personens familie og venner?
- Rusmidler (alkohol og ulovlige stoffer) har to sider. Når er rus gøy, bra og sosialt, og når er det risikofyllt, alvorlig og farlig? Og hvor går grensen?
- Hvis du blir bekymret for at noen du kjenner ruser seg for mye, hva kan du gjøre da? Hvor går grensen mellom omsorg og snitching?
- Hva kan du gjøre når den du vil hjelpe ikke vil ha hjelp?

- Ofte tar vi på oss en maske når vi er sammen med andre mennesker. Hvorfor er det vanskelig å være åpen om hvordan man egentlig har det? Hvilke følelser er det vanskelig å vise til andre, og hvilke følelser er det lett å vise til andre?
- Mange som opplever at noen i familien har et rusproblem, prøver å skjule dette for omgivelsene. Hvorfor vil man skjule dette?
- Ofte føles rusbruk tabu og skambelagt. Hvordan påvirker det den som ruser seg og familie og venner rundt?
- Jens sa han hadde full kontroll på rusbruket sitt. Er det mulig å ha kontroll på rusbruk? Er det forskjell på om rusbruket er alkohol eller andre rusmidler?

### **Oppgave om kontroll: “Er du villig til å ta risikoen?”**

- a) Du skal stupe fra 10-metern. Du står foran to stupebrett og to basseng fylt med vann. Du kan ikke se bunnen i noen av bassengene. I det ene bassenget er det 10 meters dybde, i det andre bassenget er det kun 60 cm. Du vet ikke hvilket basseng som har hvilken dybde. Er du villig til å ta risikoen på å stupe?
- b) Hvis du vet at vannet er dypt nok 8 av 10 ganger du stuper, og du får millioner avspillinger på TikTok ved å filme stupet ditt. Er du da villig til å ta risikoen på å stupe?

Er det noen som var villig til å ta risikoen på **a**? Noen som var villig på **b**?

Når du skaffer deg ulovlige rusmidler, enten det er via venner eller på annen måte, kan du aldri ha full kontroll på hva rusmiddelet inneholder. Det kan gå bra, men det kan også gå skikkelig galt, slik som det gikk med Jens. Er du villig til å ta risikoen?

## Praktiske øvelser og leker

- Påstandslek
- Rollespill
- Tegne, ta bilder eller skrive
- Teater
- Stigespill

*“Jens hadde enormt mange gode egenskaper. Han var leken, aktiv, motorisk, smart og god på å tenke utenfor boksen. Disse egenskapene kom ikke alltid så godt frem på skolen, og han strevde mye der. Jens sine ønsker og behov for aktivitet i undervisningen er noe jeg brenner for. Derfor synes jeg det er så fint, at elever har foreslått aktive oppgaver som tilnærming til denne episoden i undervisningsopplegget. Det ville Jens likt! Jeg håper historien om Jens kan gjøre en positiv forskjell.*

*Lykke til med å sette rus på dagsorden i klassen.”*

Hilsen Gyril, pedagog og mamma til Jens.

### **Påstandslek**

Hvert hjørne i klasserommet representerer en påstand. Elevene stiller seg i et hjørne og skal forsvare påstanden selv om de ikke er enige i den. Gjør om refleksjonsspørsmålene eller la elevene finne egne påstander som de synes er aktuelle til temaet.

### **Rollespill**

Elevene tar ulike roller og lager et lite skuespill med utgangspunkt i refleksjonsspørsmål. Det kan være lettere å ta på seg en rolle enn å dele personlige erfaringer.



### **Tegne, ta bilder eller skrive**

Sangen "Rocket Man" av Elton John var favorittlåten til Jens. Det er en tekst han kjente seg igjen i. Når teksten beskriver Jens, så vil den sannsynligvis beskrive andre unge også.

- **Før dere ser episoden**  
Hør på sangen. Tegn, skriv eller ta bilder som beskriver det du tenker på eller føler.
- **Etter dere har sett episoden**  
Hør sangen på nytt. Gjør samme øvelse. Har tanker og følelser endret seg etter å ha sett episoden?

▶ Hør på sangen



### **Teater, skrive eller tegne**

Ta utgangspunkt i teksten til Jens om skilpadden eller tatoveringen av maskene.

- Lag et teaterstykke om maskene eller skilpaddeteksten
- Lag en tekst eller dikt om maskene eller skilpadden
- Tegn et tema knyttet til maskene eller skilpaddeteksten
- Skriv en fortsettelse og avslutning på teksten om skilpadden



Denne masketegningen hadde Jens som tatovering. Det var kjæresten hans som tegnet maskene. Etter at Jens døde er det mange som har valgt å tatovere seg med akkurat denne masketegningen. Den har blitt et symbol på at det er viktig å se mennesket bak masken. Alle er mer enn du ser!

▶ [Hør på teksten til Jens](#)

### **Rollespill**

Hensikten med oppgaven er å kjenne på hvordan det er ikke å røpe seg, og hvor vanskelig det kan være å avsløre om noen forteller sannheten.

- Still spørsmål til hverandre og forsøk å avsløre om den som svarer snakker sant eller ikke.
- Kom med en påstand som er sann eller usann. Se om de på gruppa di klarer å avsløre deg.
- Kom med to sannheter og en løgn om deg selv. Kan andre avsløre hva som er hva?
- Tenk på en hemmelighet du ikke vil fortelle til noen. De i gruppa skal stille mellom 5-10 spørsmål for å prøve å få ut svaret fra deg. Du skal ikke avsløre hva du tenker på.

### **Reflekter i etterkant av oppgaven**

- Hvordan kjentes det å skulle holde på en hemmelighet og ikke fortelle? Lett eller vanskelig?
- Hvor lett var det å avsløre hverandres sannheter og løgn her?
- Hvordan tror du det er for noen å skulle holde på en maske hele tiden, for ikke å vise hvem man er eller hvordan man har det?
- Hvordan kan hemmeligheter påvirke relasjoner og vennskap?

### **Stigespill**

Spill stigespill, og ta en diskusjon på hva det kan symbolisere.

# Kontaktinformasjon ved bekymring

Gi informasjon om hva det er lurt å gjøre og hvem ungdommer kan kontakte om noen blir fulle, bevisstløse eller neddopet. Gi informasjon om nødvendigheten av å ringe 113, og at det er straffbart å etterlate en person i hjelpeløs tilstand, ref Straffeloven §288

Snakk om mulighetene for hjelp, hvis elevene er bekymret for seg selv eller for en venn. Presenter og gi kontaktinformasjon til hjelpeapparatet på din skole og andre aktuelle hjelpetjenester i egen kommune/bydel og eventuelt andre steder.

Gi informasjon om nettressursen til RUSinfo, hvor elevene blant annet kan finne informasjon om ulike rusmidler, og få veiledning via chat.

**ROCKET  
MAN**

**RUSinfo**

**NRK Skole**

**KORUS**

 **Telemark**  
FYLKESKOMMUNE

 **Vestfold**  
FYLKESKOMMUNE

Undervisningsopplegget er utviklet i et samarbeid mellom elever, pedagoger og andre fagfolk i Vestfold og Telemark Fylkeskommune, pårørende, Rocket-Man, RUSinfo, NRK Skole og KORUS.