



# PÆRFEKT CROQUIS

VEJLEDNING TIL UNDERVISNINGSMATERIALE

NORDEA  
FONDEN  
Vi støtter gode liv

BØRNS  
VILKÅR  
STOP SVIGT

plads til  
forskelle!  
MUSKELSVINDFONDEN 

# PÆRFEKT CROQUIS

## VEJLEDNING TIL UNDERVISNINGSMATERIALE

På HØRT, som er Børns Vilkårs ungerådgivningstilbud, henvender mange unge sig med oplevelser af at skulle leve op til bestemte – og meget snævre – normer for krop, udseende og perfektion. Normer, der er med til at afgøre, hvornår man er inde eller ude af et fællesskab, og som har betydning for, hvordan de unge forstår sig selv og hinanden. Det er netop sådanne normer, som Pærfekt Croquis ønsker at udfordre – understøttet af dette undervisningsmateriale, som giver eleverne mulighed for at diskutere og forholde sig kritisk til normer og deres betydning for unges trivsel og fællesskaber.

### INTRODUKTION TIL MATERIALET

Dette materiale er udviklet af Børns Vilkår i forbindelse med Pærfekt Croquis.

#### Målet med materialet er:

- at eleverne med afsæt i deres oplevelser med at tegne croquis diskuterer normer for krop og udseende og deres betydning for unges liv og fællesskaber.
- at eleverne reflekterer over og diskuterer, hvordan de selv kan være med til at udfordre snævre normer.

Pærfekt Croquis og materialet har samlet set et alment dannende formål og kan kobles til forskellige fag, fx samfundsfag, billedkunst, idræt og dansk samt seksualundervisning.

# PÆRFEKT CROQUIS

## VEJLEDNING TIL UNDERVISNINGSMATERIALE

Materialet henvender sig til ungdomsuddannelser og består af denne vejledning og et digitalt forløb, som er opdelt i **to dele**:

- 1** Et **FORBEREDELSESMATERIALE**, som I kan bruge før besøget bestående af en kort, introducerende film og refleksionsspørgsmål.
- 2 PÆRFEKT CROQUIS AFHOLDES**
- 3** Et **EFTER-MATERIALE**, som I kan bruge efter besøget for at gribe og bearbejde elevernes oplevelser med at tegne croquis og de tanker og følelser omkring egen og andres kroppe, dette sætter i gang.

### TRYGHED I UNDERVISNINGEN

Når normer for krop, udseende og perfektion er omdrejningspunktet, er det særligt vigtigt, at alle elever oplever, at det er trygt og rart at deltage i undervisningen. Det er vigtigt at være opmærksom på, at eleverne kan have haft vidt forskellige oplevelser – både positive og negative – med at skulle betragte og tegne nøgne kroppe. Materialet er derfor udviklet, så eleverne ikke behøver at dele deres egne oplevelser, men derimod kan nøjes med at spejle sig i og forholde sig nysgerrigt til, hvad andre unge har oplevet. Vi opfordrer til, at man som underviser overvejer, hvad der vil være hensigtsmæssigt i forhold til de enkelte klasser eller hold.

I drøftelser om krop og udseende er det desuden vigtigt, at der ikke er elever, der bliver udstillet eller udskammet, og at der ikke bruges diskriminerende, ekskluderende eller nedsættende sprog. Det kan være en idé at facilitere aktiviteterne med en stram lærerstyring eller lade eleverne arbejde i par i stedet for grupper, hvis der er tendens til hårdt sprogbrug i en klasse.

# PÆRFEKT CROQUIS

## VEJLEDNING TIL UNDERVISNINGSMATERIALE

### VEJLEDNING TIL FORBEREDELSESMATERIALET

Dette materiale består af en kort film, som kan fremvises enten til et fællesmøde for alle elever eller i de klasser eller hold, som skal deltage i Pærfekt Croquis.

Filmen er udformet, så den giver eleverne en fornemmelse af, hvad der skal ske, når Pærfekt Croquis kommer på besøg – men uden at "spoile" for meget og tage den fulde oplevelse fra dem.

Filmen kan findes via dette link:



Estimeret tidsforbrug: 5-10 min.

# PÆRFEKT CROQUIS

## VEJLEDNING TIL UNDERVISNINGSMATERIALE

### VEJLEDNING TIL EFTER-MATERIALET

Efter-materialet er opdelt i tre aktiviteter, der hver især kort præsenteres herunder med inspiration til, hvordan du som underviser kan facilitere de øvelser og drøftelser, som aktiviteterne rummer.

**Estimeret tidsforbrug i alt:** ca. 45 min. (Hvis I har mulighed for det, kan du med fordel give eleverne mere tid til de enkelte aktiviteter.)

De tre aktiviteter er:

### AKTIVITET 1: CROQUIS - AT SE PÅ KROPPEN MED NYE ØJNE?

Aktiviteten har fokus på elevernes oplevelse med at tegne croquis. Eleverne præsenteres for forskellige udsagn fra andre unge, der har haft Pærfekt Croquis på besøg.

### AKTIVITET 2: "JEG VIL IKKE BRUGE MIN ENERGI PÅ DET NEGATIVE"

Afsættet for denne aktivitet er en film, hvor omdrejningspunktet er et interview med en ung gymnasieelev, der lever med muskelsvind.

### AKTIVITET 3: FÅ ØJE PÅ NORMER

Efter filmen arbejder eleverne med fortællinger fra andre unge i form af cases.

### DET DIGITALE MATERIALE

Det samlede undervisningsmateriale veksler mellem lærerstyrede fælles aktiviteter og selvstændigt gruppearbejde, og det digitale materiale er derfor opdelt i to:

Et forløb med **indhold og aktiviteter til fælles brug i undervisningen**, som du som underviser faciliterer:

[HTTPS://BORNSVILKAR.DK/PAERFEKTUNDERVISNING](https://bornsvilkar.dk/paerfektundervisning)

Et forløb **med aktiviteter til eleverne** til brug i gruppearbejde:

[HTTPS://BORNSVILKAR.DK/PAERFEKTELEV](https://bornsvilkar.dk/paerfektelev)



# PÆRFEKT CROQUIS

## VEJLEDNING TIL UNDERVISNINGSMATERIALE

### AKTIVITET 1: CROQUIS - AT SE PÅ KROPPEN MED NYE ØJNE?

Denne aktivitet har fokus på elevernes oplevelse med at tegne croquis. Eleverne præsenteres indledningsvis for forskellige udsagn fra andre unge, der har haft Pærfekt Croquis på besøg. Udsagnene viser en mangfoldighed af reaktioner og oplevelser, som alle er lige legitime, men som repræsenterer forskellige ståsteder og forståelser hos unge.

#### Målet med aktiviteten er:

- Eleverne forholder sig til og spejler sig i, hvad andre unge har oplevet, og med dette afsæt drøfter, om og hvordan det at tegne croquis kan udfordre eller forstærke måden, vi ser på vores egen og andres kroppe.

**Estimeret tidsforbrug:** 15-20 min.

#### Forslag til fremgangsmåde:

- 1)** Fortæl eleverne, at I nu skal arbejde med nogle udsagn fra andre elever, der også har haft Pærfekt Croquis på besøg. Eleverne skal arbejde med det digitale elevmateriale med aktivitet nr. 1.
- 2)** Inddel eleverne i grupper, så alle er i en gruppe, de føler sig trygge i. Bed grupperne tage udgangspunkt i de 2-3 citater, de bliver mest optaget af.
- 3)** Eleverne arbejder med følgende spørgsmål:
  - Hvad tænker I, når I ser de forskellige udsagn? Er der noget, der overrasker eller undrer jer?
  - Hvordan kan det at tegne croquis udfordre eller forstærke måden, vi ser på vores egen og andres kroppe?
- 4)** Når eleverne har arbejdet i grupperne, samler I op i fællesskab.

# PÆRFEKT CROQUIS

## VEJLEDNING TIL UNDERVISNINGSMATERIALE

### AKTIVITET 2: "JEG VIL IKKE BRUGE MIN ENERGI PÅ DET NEGATIVE"

Afsættet for denne aktivitet er en film, hvor omdrejningspunktet er et interview med en ung gymnasieelev, der lever med muskelsvind.

#### Målet med aktiviteten er:

- Eleverne får indblik i betydningen af snævre normer for bl.a. krop og udseende, og at normer kan ændres i fællesskaber, hvis vi får øje på dem og forholder os kritisk til dem.
- Eleverne bliver 'forstyrret' i deres forståelser og blik på egen og andres kroppe gennem perspektiver på krop og udseende fra en ung, der lever med muskelsvind.

**Estimeret tidsforbrug:** 15 min.

#### Forslag til fremgangsmåde:

- 1)** Fortæl eleverne, at I nu skal se en film, der berører emner som krop, udseende og perfektionskultur, hvor de møder en ung gymnasieelev, der lever med muskelsvind.
- 2)** Genopfrisk evt., hvad normer er, inden I ser filmen. Lad eleverne komme med input, eller fortæl fx følgende: Normer er uskrevne regler for, hvordan vi forventes at opføre os, tale og se ud i bestemte grupper og fællesskaber, fx i en familie, på en ungdomsuddannelse, i fitnesscenteret eller i byen. Der er også normer knyttet til det at være ung eller gammel og til køn og seksualitet. I elevmaterialet er der også en tekstboks, du kan opfordre eleverne til at folde ud, hvis du ønsker, de selv skal læse om normer.
- 3)** Efter filmen drøfter eleverne disse spørgsmål i gruppen:
  - *Hvad er jeres umiddelbare reaktion på filmen? Var der noget, der overraskede jer?*
  - *Lagde I mærke til, hvad der var vigtigt for Andreas?*
  - *Kan I genkende noget i Andreas' fortælling hos jer selv?*

# PÆRFEKT CROQUIS

## VEJLEDNING TIL UNDERVISNINGSMATERIALE

### AKTIVITET 3: FÅ ØJE PÅ NORMER

Efter filmen arbejder eleverne med fortællinger fra andre unge i form af cases.

#### Målet med aktiviteten er:

- Eleverne får øje på normer i anonyme breve og diskuterer, hvordan normerne kommer til udtryk og påvirker personerne i de pågældende cases.
- Eleverne diskuterer normernes betydning i fællesskaber, de selv er del af, og hvordan normer generelt kan udfordres og ændres.

**Estimeret tidsforbrug:** 15-20 min.

#### Forslag til fremgangsmåde:

- 1)** Fortæl eleverne, at I nu skal arbejde med normer i forhold til krop, udseende og perfektionskultur ud fra andre unges fortællinger.
- 2)** Lad eleverne arbejde i deres grupper eller i par, så alle føler sig trygge. Eleverne vælger 1-2 cases i elevmaterialet, de gerne vil arbejde med, og drøfter dem med udgangspunkt i følgende spørgsmål:
  - *Hvilke normer er der på spil i denne case? Hvordan kommer de til udtryk, og hvordan mon det påvirker personen?*
  - *Hvilken betydning har disse normer for jer og de fællesskaber, I selv færdes i? Hvordan påvirker de fx jeres ungdomsuddannelse og de fællesskaber, der er her?*
  - *Hvordan tror I, man bedst kan ændre disse normer?*
- 3)** Elevernes drøftelser kan afrundes i fællesskab, hvor centrale pointer deles. Noter evt. elevernes pointer, så de fx kan danne afsæt for yderligere drøftelser og aktiviteter.