



# Reflekterande övning

## Alkohol, tobak & narkotika

Årskurs: 6-9

Lektionslängd: cirka 30-40 min

### Instruktion till övningsledare:

1. Lägg ut tre lappar på golvet: en som det står JA på, en NEJ och en KANSKE.
2. Läs upp de påståenden nedan som du tycker är intressanta för gruppen.
3. Eleverna ställer sig vid den lapp som stämmer överens bäst med deras åsikt.
4. Låt eleverna vid respektive lapp motivera sina val för varandra.
5. Avsluta med att låta några vid varje lapp berätta hur de har tänkt för hela klassen. Fokusera på de ämnen som passar din lektion bäst.

### Tänk på:

Det är okej att tycka olika, det finns inget rätt eller fel. Var neutral som samtalsledare, men samtalsklimatet ska inte vara aggressivt eller nedvärderande.

## Övning

1. Ungdomar är medvetna om vad som är bra för deras hälsa (kropp/själ).
2. De som använder tobak/alkohol/narkotika utsätter sig för fara.
3. De flesta som röker/dricker/använder droger har börjat på grund av grupstryck.
4. Det är svårt att säga nej till något förbjudet om ens kompisar vill att du testar.
5. De som använder tobak/alkohol/narkotika får bättre självförtroende.
  
6. Det är obehagligt att vara i miljöer där folk röker eller är påverkade.
7. De som röker/dricker alkohol/använder narkotika har problem.
8. Det är lätt att få tag på tobak/alkohol/narkotika.
9. Det är större risk att råka ut för problem om du använder alkohol eller narkotika.
10. Jag skulle aldrig berätta för någon annan om att min kompis använde något.
  
11. Skolungdomar påverkas av mediernas budskap om tobak/alkohol/narkotika.
12. De som använder tobak/alkohol/narkotika har mer frånvaro i skolan.
13. I Sverige röker/dricker/knarkar ungdomar mindre än i de flesta europeiska länder.
14. Tobak/alkohol/narkotika borde inte finnas.