



verktygsladanhbg.se

Reflekterande övning: Alkohol, tobak/nikotin och narkotika

Lektionstid: cirka 30 minuter **Innehåll:** Reflektera

Mål

- Att eleven får bättre insikt om sina egna och andras åsikter.

Instruktioner

1. Lägg ut lappar på golvet: En lapp med texten JA, en med NEJ och en med KANSKE.
 2. Läs upp påståenden: Välj de du tycker är relevanta.
 3. Eleverna ställer sig vid en lapp: Välj den lapp som bäst stämmer överens med din åsikt.
 4. Motivera valet: Eleverna förklarar varför de valde sin lapp.
 5. Diskutera i grupp: Några elever berättar för klassen hur de har tänkt.
- Fokusera på det ämne som passar din lektion bäst.

Tänk på:

- Det är okej att tycka olika. Det finns inget rätt eller fel.
- Var neutral som samtalsledare.
- Skapa ett lugnt och respektfullt samtalsklimat.

Övning

1. Ungdomar är medvetna om vad som är bra för deras hälsa (kropp/själ)?
2. De som använder tobak/nikotin/alkohol/narkotika utsätter sig för fara?
3. De som börjar röka/snusa/använda narkotika har börjat på grund av grupstryck?
4. Det är svårt att säga nej till något förbjudet om ens kompisar säger ja?
5. De som använder tobak/nikotin/alkohol/narkotika får bättre självförtroende?
6. Det är obehagligt att vara i miljöer där det förekommer påverkad av något?
7. De som röker/snusar/använder alkohol/narkotika har oftast problem?
8. Det är större risk att råka ut för problem om man använder något preparat?
9. Det är lätt att få tag på tobak/nikotin/alkohol/narkotika?
10. Jag skulle aldrig berätta för någon annan om min kompis använde något preparat?
11. Barn och ungdomar påverkas av socialmediers budskap om olika preparat?
12. I Sverige röker/snusar/dricker/knarkar mindre än i de flesta europeiska länder?
13. Snus/e-cigg/cigaretter/alkohol/narkotika borde inte finnas?