## Om Blink

Blink är en väldigt stor värld, med mycket skog och grässlätter. Alla floder rinner ner i ett och samma hav, som är väldigt litet jämfört med vad vi är vana vid. Invånarna, som kallas blinier, bor oftast i byar med ungefär 20-30 invånare. Husen brukar bara ha ett stort rum där familjens divan är placerad.

Alla som är över 10 år får vara med och rösta om alla beslut som tas. Det alla fokuserar på är sin egna lycka, och man hjälper bara någon annan ifall man själv får något för det.

De flesta blinier har långt gult hår, som de gärna flätar eller smyckar med blommor eller pärlor. De har också små vingar på ryggen, men vad vi vet så kan de inte flyga.

När patrullerna besöker världarna är det respektfullt att de hälsar på er på världens sätt. Den första patrullen lärde sig att det gjorde det mycket enklare att få hjälp av invånarna i världarna

I Blink hälsar man genom att hålla sina egna handflator mot varandra framför sin bröstkorg och sedan föra händerna åt sidan så handflatorna pekar framåt samtidigt som man niger. Skall vara en flytande gracil rörelse som sker samtidigt när två eller flera personer hälsar på varandra.

## UPPTÄCKARE

**Sammanfattning**

I världen Blink kommer scouterna inledningsvis delas upp patrullvis i två olika grupper. Därefter kommer den ena gruppen följa ett funklett program samtidigt som den andra gruppen  följer ett ledarlett program patrullvis. Efter hälften av tiden kommer grupperna växla program.

 Det kommer finnas 5 stationer (6 uppsättningar av varje), som var för sig representerar en del av samhället där scouterna möter åsiktsbovar med “normer”. Samhällsdelar de möter: Skolan, tidningar, sociala medier, reklam, och kläder i affärer. De kommer avsluta med en reflektion varpå scouterna kommer diskutera följande:

*“Tänk er de situationer som ni mött på hinderbanan – skolkamrater, tidningar, sociala medier, reklam, och kläder i affärer. Hur är det att följa förutsättningar och normer som omvärlden bestämt? Vilka likheter kan ni se med den värld ni möter? Finns det orimliga förutsättningar för hur ni bör leva? (Hjälp gärna scouterna om de fastnar. Hjälpförslag: att vara smal, de kläder som säljs osv.).“*

**Syfte med aktiviteten**

Utveckla en vision om en värld där det finns kroppsligt självförtroende, samt höja scouternas egna kroppsliga självförtroende.

**Station 1**: Den funkledda delen(del A, Workshopen) kommer tungt fokusera på det första mötet  i “Action on Body Confidence (7-10 år)”, som heter “Upptäck förändringen”. Det kommer finnas ungefär 1 funk på 5-7 patruller.

**Station 2**: Den icke-funkledda delen(del B, Hinderbanan) kommer uppmuntra till diskussion om åsiktsbovar och hur man kan lösa det genom en hinderbana. De kommer möta olika situationer där omvärlden prackar på med sina åsikter och normer om hur det bör vara. Blir det lättare eller svårare med normerna och förutsättnigarna som de möter?

Hinder:

* Spindelnät
* Slanpussel
* Blindgång
* Balansgång
* Strutgång

**Flöde**

Scouterna byter program efter halva tiden, dvs efter 1.5h.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aktivitet** | **Tid** | **INFO** |
| **Workshop del A** | **Totalt: 1h 20 min** |  |
| Jag är unik! | 15 min |  |
| Prinsess-/prinslistan | 15 min |  |
| En dag i livet | 20 min |  |
| Annorlunda berättelse! | 30 min |  |
|  |  |  |
| **Hinderbana del B** | **Totat: 1.5h** | Scouter gör hinderbana antingen 1, 2, 3... eller 5, 1, 2, osv. |
| Spindelnät | 15 min, varav 5 min bytestid |  |
| Slanpussel | 15 min, varav 5 min bytestid |  |
| Blindgång | 15 min, varav 5 min bytestid |  |
| Balansgång | 15 min, varav 5 min bytestid |  |
| Strutgång | 15 min, varav 5 min bytestid |  |
| **Summa worksh. + Hinderb.:** | **≈ 3h** |  |

**När patrullerna anländer**

Scouterna delas in varannan till del A, och varannan till del B.

Del A: Funk står redo vid “skylt A” och tar 5-7 patruller, sedan går de iväg till lämplig plats i Blinkskogen. Materialpaket delas ut till respektive patrull.

Del B: Funk fördelar patrullerna på stationerna och delar ut instruktioner.

**Action on Body Confidence: Upptäck Förändringen!**

**Överblick**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tid** | **Aktivitet** | **Beskrivning** | **Steg mot att agera:** |
| 15 minuter | Jag är unik! | En lek för att hylla varje persons unika egenskaper och förmågor | Lära sig att hylla sig själva för vilka som de är, och erkänna vikten av människors olikheter – på utsidan och insidan. |
| 15 minuter | Prinsess-/prins- och superhjältelistan | Rita en prinsessa/prins/superhjälte och identifiera de vanliga kännetecknen för att hjälpa till att känna igen den snäva synen på skönhet som ofta förespråkas i samhället. | Deltagarna förstår att det finns en snäv definition av hur skönhet presenteras i deras samhälle. |
| 20 minuter | En dag i livet | Ta del av en rolig och, interaktiv berättelse. | Lär er om varifrån utseendepressen kommer och hur ofta den upplevs. Börja ifrågasätta budskapet vi hör som säger åt oss att förändra vårt utseende. |
| 30 minuter | En annorlunda berättelse! | Skapa era egna mini-pjäser för att komma på andra sätt som Emis historia kunde ha slutat på. | Fundera på vilka små förändringar som skulle innebära att människor inte oroar sig över sitt utseende, och skillnaden detta kan göra. |

**Aktivitetsfokus: Utseendemyten**

Detta är det “ideala utseendet” som definierats av samhället som vi lever i. Utseendemyten kan variera över världen – exempelvis är idealet i en del samhällen att flickor ska vara smala, solbrända och ha stora bröst, medan det i andra samhällen anses fint att ha ljus hy. Globalt sett känner sig människor, både unga och äldre, en stark press från media, vänner, familj och andra att uppnå sina samhällens ideala utseende. Vi kallar det utseendemyten eftersom det faktiskt är omöjligt att uppnå alla aspekter av det ideala utseendet – och i verkligheten finns det många sätt att vara vacker på.

* För 7–-10-åringar: Vi introducerar inte konceptet utseendemyt i aktiviteterna, men vi uppmuntrar förståelse för att det inte finns ett enda allrådande “perfekt” utseende, genom prinsess- och prins/superhjälteaktiviteten och budskapen vi ser och hör som säger att detta är fel.

**1) Aktiviteten “Jag är unik!” (15 min)**

I korthet

En lek för att hylla varje persons unika egenskaper och förmågor.

Material per patrull

* 8 pappersark och 8 färgpennor

**Patrullpaket 2:**

* Ritpapper, 8 per patrull
* Färgpennor, 8 per patrull
* A3, 1 st per patrull

**Att göra**

1. **Funk samlar patrullerna i en cirkel. De som har workshopen som del 2 får Patrullpaket 2**

1. **Funk presenterar syftet med dagens aktivitet:**

*Någonting som hindrar människor från att känna sig självsäkra är att de oroar sig över sitt utseende – det kan betyda att de inte känner att de duger, vilket hindrar dem från att göra olika saker, som att besöka kompisar och räcka upp handen i klassrummet. Tänk er skillnaden i världen om alla kände sig fria att vara sig själva utan den här oron!*

*Vi ska nu lära oss mer om varför de här problemen finns och varför det gör människors liv svårt, sedan ska vi fundera på vilken förändring som behöver ske i vårt samhälle för att göra skillnad. Vi ska fundera på vilka som kan hjälpa till att skapa förändring, och sedan planera ett projekt för att skapa vår egen förändring och sprida budskapet om vad vårt samhälle behöver göra för att hjälpa människor att bli mer självsäkra och glada.*

*Vi ska börja med att tänka på oss själva och varför vi alla är speciella och unika precis som vi är!*

1. **Ledaren delar ut ett papper och en penna per person, och ber alla att dra linjer över sitt papper för att dela in det i sex delar.**

1. **Ledaren ber alla att göra sitt bästa för att skriva eller rita ett svar till varje mening som ledaren läser upp.** Varje svar ska vara på en ny del av deras sida, så se till att siffrorna som motsvarar mening skrivs ner bredvid varje ritat eller skrivet svar. Ledaren förklarar att de ska dela sina svar med de andra i gruppen.

1. Vad är jag bra på?

(t.ex. måla)

2. Vad tycker jag om att äta?

(t.ex. bananer)

3. Vad tycker jag om att göra utomhus?

(t.ex. springa)

4. Hur ser jag ut?

(t.ex. långt brunt lockigt hår och gröna ögon)

5. Vem tycker jag om att leka med?

(t.ex. Tessa)

6. Vilken är min favoritlek?

(t.ex. kull/ta fatt)

1. **Funk går runt till de olika grupperna och ser ifall de behöver hjälp. När patrullen verkar bli färdiga kan ledaren be scouterna att riva isär pappret för att separera de sex olika svaren.**

1. **Ledaren ber patrullerna att lägga upp sina papper och titta på varandras så att de kommer ihåg vad patrullen har. Ledare berättar att detta kommer användas i en lek.**

1. **Funk blir lekledare och förklarar leken. Funk ställer sig i mitten av cirkeln. En patrull börjar leken.** Börja med mening 1) och låt dem ropa upp en persons svar från sin patrull. Till exempel: Vad är vi bra på? Måla!

Utmaningen är för de andra patrullerna att titta på deras svar för mening 1) och hitta något annorlunda än den första patrullen och springa med den lappen för att bli den första att ge lappen till ledaren som står en bit ifrån patrullerna. Den första patrullen som når ledaren får en poäng! För att underlätta funk, kommer varje patrull hålla koll på sina egna poäng.

1. **Gör samma sak med de andra meningarna. Om gruppen är snabb kan leken genomföras massvis med gånger. Om gruppen tar mer tid än förväntat då kan resterande frågor skippas.**

1. **När leken är slut gratulerar ni den patrull som fått flest poäng.**

1. **Låt scouterna diskutera följande frågor patrullvis i några minuter.** Ledaren ställer frågorna till patrullen och låter scouterna svara på frågorna.

• Hade någon samma svar som någon annan?

• Fanns det många olika svar?

• Tycker du att det är bra med olikheter? Exempelvis att människor alla ser olika ut och har olika förmågor och olika saker de är intresserade av.

• Hur tror du att världen skulle se ut om vi alla var exakt likadana?(Tråkig? Inte lika många idéer?)

1. **Funk** känner av gruppen när stopp är lämpligt. Funk går gärna runt och lyssnar på diskussionerna. Några minuter är lagom.

1. **Funk ställer därefter frågan öppet gentemot patrullerna.** Gärna med handuppräckning för ordningens skull. OBS! Patruller som inte engagerar sig, bör tillfrågas mer direkt. (De har ju diskuterat frågorna och bör ha svar.)

1. **Gemensamt ropavslut:**

  “Ni är alla unika och speciella! Låt oss alla ropa ut ‘JAG ÄR UNIK!’ tillsammans: ***JAG ÄR UNIK!****”*

**Funk säger även:** *Allt restpapper lämnas in i lådan här.* (Funk har en plastlåda för skräp)

**2) Prinsess-/Prins- och superhjältelistan (15 minuter)**

**I korthet**

Scouterna arbetar i patruller med att måla en populär prinsess- eller prinskaraktär eller en superhjälte och identifierar de vanliga kännetecknen för karaktären. Detta hjälper dem att upptäcka den begränsade synen på skönhet som oftast framhålls i samhället.

**Materiel per patrull**

Färgpennor från föregående uppgift, 2 st A3, bilaga 1.

**Att göra**

1. Funk ber varje patrull välja en populär sagoprinsessa, sagoprins eller superhjälte som de alla känner till.

1. Ledaren tar fram patrullernas materiel.

1. Ge dem fem minuter att rita en bild för att visa hur de ser ut. Ledaren uppmuntrar patrullens medlemmar att diskutera hur figuren ser ut medan de ritar. Fokusera på hur karaktären ser ut, snarare än vad den har på sig. Fokus på människans fysiska attribut.

------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Tips åt ledaren**

(Funk påminner ledare om dessa tipsen, utifall de bortglöms)

* Om patrullerna kämpar med sina teckningar kan du visa bilden på prinsessan och superhjälten som hjälp för dem.
* Hjälp patrullerna med frågor under tiden som de skapar sina teckningar, så att de kan komma på de kännetecken de vill visa i sina teckningar, exempelvis ”Hur lång är karaktären?” eller ”Hur stora är karaktärens ögon?”, ”Vilken form har karaktärens kropp?” Uppmuntra dem att märka ut dessa kännetecken om de vill.
* Uppmuntra patrullerna att fokusera på fysiska kännetecken när de skapar den gemensamma listan och använd frågor för att hjälpa dem att vara specifika med vad de ser, exempelvis: ”Deras ögon ser lika ut”… ”På vilket sätt? Är deras ögon små eller stora?"

------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

1. Funk ber patrullerna byta teckningar med den som står till höger om dem. De ska få möjlighet att se varandras teckningar. Funk ber patrullen att diskutera likheter mellan deras teckning och den nya teckningen under några minuter. Ledare uppmuntrar till diskussion.
2. Byt tillbaka.  Funk ber därefter patrullerna att byta teckning med gruppen vänster om patrullen. Be dem att återigen diskutera likheter mellan deras teckning och den nya teckningen under några minuter.
3. Om tid finns byt därefter med gruppen mittemot patrullen. Funk, samt ledare ber dem att återigen diskutera likheter mellan deras teckning och den nya teckningen.
4. Samla ihop patrullerna i en stor cirkel och samla ihop teckningarna. Dessa ska visas upp för alla.
5. Funk ber varje patrull skriva “Personen med det ‘perfekta utseendet’?” högst upp på ett nytt A4 ark.

**Funk:** *Titta på alla dessa fantastiska teckningar! Tycker ni att figurerna liknar varandra till utseendet? Låt oss undersöka hur många likheter de har som vi kan se.*

1. Ledare skriver ner patrullens tankar.
2. Om patrullen kör fast kan du hjälpa dem med frågor.

**Exempelvis:** “Är de korta eller långa?” “Hur ser deras kroppar ut?”’

1. Ledare läser upp listan högt för patrullen när de har gjort färdigt den.

1. Funk gör ett A3 med samma rubrik som innan: “Personen med det ‘perfekta utseendet’?”. Funk går varvet runt och ber varje patrull att tillföra ett attribut till den gemensamma listan. Funk gör mellan ett till två varv baserat på kvarvarande tid.
2. Om två attributförslag liknar varandra är detta bra! De har då den samma bild av det “perfekta utseendet”.

**Exempellista:** *Den perfekta prinsessan?*

* *Långt hår*
* *Blå ögon*
* *Osv.*

*Så prinsessan/prinsen/superhjälten med ”det perfekta utseendet” har….* (läs upp alla kännetecknen på listan). Prata igenom följande frågor, och uppmana scouterna att ropa ut sina svar:

1. **Funk ställer följande frågor öppet *(kursivt berättare funk, inom parantes är det förväntade svaret):***

**• Är det inte konstigt hur lika alla figurerna är? (Jo!)**

*Funk: Kan ni komma på något annat ställe där vi kan se det här utseendet? (Tidningar, TV, leksaker, kändisar osv). Svara snabbt(glad ton, inte hetsig ton)!*

**• Finns det massor av personer som har alla de här kännetecknen i verkligheten? (Nej)**

*Funk: Ibland känns det som om världen runt omkring menar att det bara finns ett sätt att vara vacker på, och att vi alla ska försöka efterlikna det utseendet. Sättet som prinsessor/prinsar/superhjältar visas upp på i film och på tv ger oss budskapet att alla ska se ut på ett speciellt sätt.*

**• Så tror ni att det verkligen bara finns ett sätt att vara vacker på? (Nej)**

*Funk: Ni har helt rätt. Men vi får faktiskt ofta höra att det bara finns ett sätt att vara vacker på. Listan som ni har skapat beskriver ett utseende som visas väldigt mycket i vårt samhälle. Men det är inte sant – det finns många sätt att vara vacker på. Det ”perfekta utseendet” finns inte!*

**• Kryssa över orden Prinsessan/Prinsen/Superhjälten med det ”perfekta utseendet” som ni skrev överst på er lista. Funk river sönder deras teckningar av det “perfekta utseendet” för att visa symbolik.** De representerar ett orealistiskt utseende förväntat av samhället och bör därför inte visas utanför den här aktivitetens kontext. Funk ber patrullerna riva sönder bilaga 1 - prinsess-/prins-/superhjältebilderna.

*Funk: Vi vet att det inte bara kan finnas ett enda sätt att se vacker ut på. Alla i den här gruppen ser olika ut, och olikheterna blir ännu tydligare om du reser runt i världen.*

**3) En dag i livet 20 minuter**

**I korthet**

Ta del av en rolig berättelse där ni får vara aktiva.

**Material**: Berättelsen från bilaga 2

**Att göra**

1. Funk förklarar:

*Vi har precis pratat om hur bilder och berättelser vi ser och hör kan få oss att känna att det bara finns ett enda sätt att se vacker ut på. Men vi vet att det inte är sant!! Vi vet alla hur viktigt det är att känna sig stolt över vilka vi är och att acceptera andra människor, och att var och en av oss är vackra på vårt eget sätt. Har någon av er hört någon säga att de önskade att de såg annorlunda ut än hur de ser ut idag?*

*Vi har pratat om prinsessor/prinsar/superhjältar som ofta liknar varandra till utseendet väldigt mycket. Vi har pratat om hur det här kan få oss att tänka att det bara finns ett sätt att se vacker ut på. Vad mer tror ni att människor ser och hör under en dag som kan få dem att tänka att de borde ändra sitt utseende för att se vackra ut?*

Ledare uppmuntrar dem att tänka på varifrån idén kan ha kommit ifrån, exempelvis deras vänner, TV, tidningar, internet och så vidare.

1. Funk: *Nu ska ni få ta del av en rolig berättelse, en dag i Blinin Emis liv!*

Ledare läser upp berättelsen patrullvis, se bilaga 2 nedan. Den här berättelsen visar gruppen att de negativa utseendebudskapen finns omkring oss hela tiden, och hjälper dem att förstå och känna att det inte är så här det borde vara.

Funk berättar: *Varje gång som Emi hör eller ser ett budskap som antyder att blinier ska förändra sitt utseende ska ni ställa er upp, flaxa med era armar, hoppa upp och ner, och säga BOING BOING. Det är så en blini, de som bor här i världen Blink, låter när den är uppe i varv. Öva på ert BOING med patrullen innan ni börjar!*

1. Ledare läser berättelsen för patrullen. Funk går runt och hjälper till vid eventuella frågetecken.

1. Ledare diskuterar följande inom patrullen, medan funk går fortsatt runt och hjälper till vid eventuella frågetecken:

**Hur många gånger sade ni BOING?**

Svar: *4 gånger*

**Emi hörde alla de här sakerna på endast en dag. Många av oss hör och ser budskap som dessa varje dag. Hur tror du att det här får en del människor att känna sig?**

Svar: *orolig, ledsen, vilja ändra sitt utseende, mindre självsäker, inser inte att de är fantastiska precis som de är, inte vilja gå ut och ha roligt*

**Under sin dag, var såg eller hörde Emi de här budskapen om utseende och skönhet?**

Svar: *Från radion, från orealistiska bilder, reklamslogans, vänner, sociala medier*

**Kan du tänka på andra ställen där Emi skulle kunnat ha hört dessa budskap?**

Svarsförslag: *TV, filmer, familj, tidningar, i klädaffärer, på sociala medier/internet*

1. Funk rundar av med följande fråga:

**Håller ni med Emi om att världen skulle vara bättre om alla kände sig fria att vara sig själva utan att behöva oroa sig för hur de ser ut?**

(Uppmuntra alla att säga)

JA!

**En dag i livet**

Emi bor med sin familj i en stor koja i utkanten av byn.

Emi älskar att läsa böcker och tycker om att klättra i träd med sina vänner.

Emi har ett gult krulligt hår, en maskros över vänstra öra och ett halmstrå i munnen.

En dag vaknade Emi upp i sin koja som vanligt och hoppade upp för att äta lite frukost. Emi bestämde sig för att sätta på radion för att lyssna på nyheterna för att få veta vad som händer ute i världen. Två programledare pratade med varandra. En av dem sa “på konferensen igår tyckte jag president Blintos blomsterkrans såg väldigt ogenomtänkt. Jag hade skämts om jag var president...” **BOING BOING!**

Emi hörde inte mer eftersom Emis mamma studsade in och stängde av radion! ”Varför spelar det någon roll hur presidenten ser ut?” mumlade Emis mamma. ”Är det inte viktigare att prata om vad personer säger och gör, istället för hur de ser ut?”

Emi skulle precis svara men insåg att det inte fanns tid till det. Emi var sen till skolan! Emi kramade sin mamma hejdå, tog tag i väskan och studsade ut.

Under tiden Emi studsade tittade hen på byn, träden och floden låg i fjärran. Emi njöt av utsikten så mycket att hen nästan kraschade in i en stor reklamskylt!

“Eeeek!!” skrek Emi när hen fick tillbaka sin balans. ”Vad är det här?” Emi tittade upp på den nya skylten. Där fanns en stor bild av en Blini som poserade för ett foto på stranden. Blinien på bilden såg så smal ut, hade ljusa ögon och slät frisyr. Den Blinien såg inte äkta ut.

Under bilden fanns en skylt med texten “Gå ner i vikt för att se bra ut i tid för din semester! Prova vår nya bantningskur idag!” **BOING BOING!**

Emi tänkte på semestern de haft, Emi hade haft kul med sin familj och upptäckt nya platser, ”Varför skulle någon behöva förändra sitt utseende för att kunna ha roligt?” frågade hen sig själv.

Emi var nästan framme vid skolan, och studsade ner till lekplatsen för att hälsa på sina vänner. ”Hej allihop! Vad händer?” frågade Emi. Alla var samlade tillsammans och stod och viskade. En av Emis vänner sa ”Titta där borta, det är Oli! Vi har inte sett Oli på länge och titta på hen nu! Oli ser ut som en modell! Vem kunde tro att hen kunde förändras så mycket – innan var inte hen så intressant men nu ser Oli riktigt cool ut…” **BOING BOING!**

Sedan blev klassen inropade till sin lektion så de studsade iväg till klassrummet. Emi hörde två äldre Blinier prata när hen studsade förbi dem. De tittade båda på sina blinitelefoner och såg båda väldigt oroliga ut. ”Åh nej!” utbrast den ena. ”Titta på det här kortet, Jag kan inte fatta att de lagt ut det på nätet, jag ser hemsk ut! Titta på min blomsterkrans! Oj oj…” **BOING BOING!**

När Eli studsade förbi syntes en bit av bilden. Alla på kortet såg ut som de hade en rolig stund! Eli suckade ”Varför kan de inte se att de alla ser glada och vackra ut precis som de är?”

Väl på plats i klassrummet föreställde sig Emi en värld där varenda Blini kände sig självsäker och nöjd med sitt utseende och att ingen behövde ändra sig för någon. Vilken underbar värld det skulle vara…

**4) En annorlunda berättelse! 30minuter**

**I korthet**

Genom att använda kreativa förmågor och skådespelarförmågor visa hur saker kunde ha skett på annorlunda sätt i Emis berättelse, och fundera på skillnaden detta skulle göra för personer i berättelsen.

**Material**

Inget material behövs.

**Att göra**

1. **Funk presenterar situationerna och uppägget kortfattat:** *Under ”En dag i livet”-berättelsen gjorde ni bliniläten fyra gånger – det fanns fyra saker som Emi såg eller hörde under sin dag som kunde ha fått Emi att tro att det enda sättet att vara vacker på är genom att se ut på ett speciellt sätt. Emi hörde det från radion, från orealistiska bilder, reklamslogans, vänner, sociala medier*

1. **Funk delar patrullerna i grupperingar på 3-4 patruller var.** Utnämn även en ledare som tar ett större ansvar vid pjäsernas framvisning, men det kommer vi till senare. Funk delar ut en situation åt varje patrull genom att ge dem ett nummer. Numret finns vid respektive situation i bilaga 3. Funk ser till att inom varje patrullgruppering får ingen samma situation. Funk ser till att inom varje patrullgruppering får ingen samma situation. Ledare presenterar situationen mer ingående utifrån nedan information - “En annorlunda berättelse”.

1. **Ledare utmanar patrullen att fundera på olika sätt som varje situation skulle kunna ha skett, och gör sedan en liten mini-pjäs för att spela upp den nya situationen.** Det finns en del idéer nedan som hjälp! Uppmuntra grupperna att tänka själva så mycket som möjligt.

1. **Låt scouterna jobba i 15 minuter.** Funk ber varje patrull att spela upp sin mini-pjäs för resten av patrullgruppen och kort förklara vad som skiljer sig åt från sättet de har agerat och det som Emi såg eller hörde. Här kommer den tidigare utnämnde ledaren styra upp pjäserna.

1. **Funk berättar att de ska diskutera följande patrullvis. Ledaren hjälper patrullerna att diskutera följande frågor innan gemensam genomgång (detta steg går snabbt):**

* Tror ni att personerna i de här situationerna känner sig mer självsäkra?
* Hur tror du att det får personer att känna sig?
* (Gladare, vill göra aktiviteter som att åka på semester, och kalas och vara en ledare, oroa sig mindre, vara en bättre vän för andra människor…)

1. **Funk tar ton:**

* Är det sant att vi behöver se ut som vår prinsessa/prins/superhjälte? **(NEJ!)**
* Tror ni att tillräckligt många personer i världen vet att det inte är sant? **(NEJ!)**
* Tycker ni att vi ska berätta detta för dem? **(JA!)**

1. **Nästa del:**

*I den nästa delen ska ni hoppa in i Blinin Emis värld, som ni hörde i berättelsen från innnan. Vad möter hon i sin vardag? Hur gör ni för att komma förbi dessa hinder? Välkomna att gå över till del B, Hinderbanan!*

**Bilaga 3: En annorlunda berättelse**

1) Programledare på radio kommenterar presidentens utseende

**Det här är ett problem eftersom:** presidenten blir enbart bedömd på grund av sitt utseende och inte för de beslut som presidenten tar om hur landet ska styras.

**Hur kan den här situationen bli annorlunda?**

Idé för mini-pjäsen:

• Radioprogrammet kan ha en inringning och låta någon ringa upp och berätta för programledarna att de gör fel som enbart diskuterar hur presidenten såg ut – de kan ha en debatt i radion!

2) Reklamskylten

**Det här är ett problem eftersom:** den får människor att känna sig mer osäkra över sitt utseende när de är på semester istället för att fokusera på hur kul de har med vänner och familj.

**Hur kan den här situationen bli annorlunda?**

Idé för mini-pjäsen:

• Reklamen kan vara för en produkt som gör er semester roligare, som verkligen är positiv, till exempel reklam för en kamera där alla verkligen ser ut att har roligt på bilden, eller reklam för ett badklädesmärke som visar människor som simmar och använder badkläderna på semestern och inte enbart personer som poserar i dem!

3 Plötsligt tycker alla att Oli är cool och vill bli kompisar med Oli på grund av Olis nya utseende.

**Det här är ett problem eftersom:** i verkligheten är det mycket viktigare att vara kompis med personer på grund av vilka de är och inte på grund av deras utseende – människor ska aldrig lämnas utanför på grund av att de ser ut på ett visst sätt.

**Hur kan den här situationen bli annorlunda?**

Idé för mini-pjäsen:

• Olis skolkompisar kan behandla Oli snällt och respektfullt hela tiden så att Oli inte känner att hen behöver ändra sitt utseende för att passa in. Pjäsen kan visa en snabb ”dag i Olis liv”, och ha med saker som: Oli får komplimanger för något bra hen gjort, blir tillfrågad att vara med i lekar och sitta med vid lunchbordet.

4 Kalasbilden på mobilerna

**Det här är ett problem eftersom:** de två vännerna tänker mer på hur de ser ut än på att ha roligt med sina kompisar. De kanske oroar sig mer över att gå på kalas nästa gång och känner pressen att se ut på ett annat sätt.

**Hur kan den här situationen bli annorlunda?**

Idé för mini-pjäsen:

• Visa att de två kompisarna har kul när de tar kort på kalaset och när de visar upp dem i skolan nästa dag förmedlar de vilken rolig stund de hade, vad de dansade till, vad de åt, vem som var där och så vidare.

• Ni kan också låta en av kompisarna vara orolig över bilden på dem, och låta den andra vännen påminna om hur glad hen ser ut och hur otroligt roligt de hade och hur vacker hen såg ut.

**Del B: Hinderbana**

Action on Body Confidence: Vad är problemet?

**Överblick**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tid** | **Aktivitet** | **Beskrivning** |
| 10-15 minuter | Reklam | Blindgång längs snöre |
| 10-15 minuter | Tidningar för ungdomar | Balansbana med armarna i kors. |
| 10-15 minuter | Kläder i affärer | Trut över ansikte samtidigt som de går på ett krystat vis. |
| 10-15 minuter | Vänner i skolan | Spindelnät |
| 10-15 minuter | Sociala medier | Slanpussel |

**Vad är problemet?**

Samarbetsövningar för att ta sig över och förbi de hinder som orsakar att människor känner att de måste se ut på ett visst sätt. Utgår från “Action on Body Confidence (7-10)”. Scouterna får ett ark som de ska bära med sig till varje hinder där introduktion och story beskriver varje hinder.

**Scouterna möter upp funk vid skylten “B”.** Det kommer finnas 6 uppsättningar av varje hinder. Scouterna får 10 minuter per hinder. Funk håller koll på tid. Bytes tid räknas ej med. 50 minuter på hinderutövande, samt bytestid och felmarginal bör landa på 1h 10min – 1h 20min. Det ger utrymme för reflektion om de metaforiska meningen med de hinder som de precis genomfört .

Funk försöker jämnt fördela upp scouterna så att en patrull står vid varje hinder. Det finns vissa patruller som måste dela hinder.

Ledaren ska läsa upp intro och instruktion vid hinder när patrullen möter ett nytt hinder. “Aktiviteten” är endast ett stöd åt ledaren och funk ifall en patrull ställer frågor.

**Ledaren: När patrullen varit varvet runt kommer funk säga till ytterligare en gång.** Då ska en eller flera reflektionsfrågor ställas till patrullen som diskuteras tills funk säger till en sista gång (sätt er gärna ner och varva ner lite):

* Hur är det att följa förutsättningar och normer som omvärlden bestämt?
* Tänk er de situationer som ni mött på hinderbanan – skolkamrater, tidningar, sociala medier, reklam, och kläder i affärer. Vilka likheter kan ni se med den värld ni möter?
* Finns det orimliga förutsättningar för hur ni bör leva i er vardag?

Hjälp gärna scouterna om de fastnar  t.ex. att vara smal, de kläder som säljs osv.

Materialet: <https://apiscouternase.cdn.triggerfish.cloud/uploads/2021/03/7-10-a-r-Aktivitetspaket-Action-on-Body-Confidence.pdf>

**5 hinder på hinderbanan:**

1. **Reklam - intro:**

Ibland görs det reklam för saker som säger att de kommer att få dig att se mer ut som prinsessan/prinsen/ superhjälten som vi ritade. Eller så visas enbart personer i reklamen som liknar prinsessan/prinsen/ superhjälten mest.

**Instruktioner vid hinder:**

Den nya reklamskylten presenterar sommarens nya grej, ögonbindlar.

*Prova årets stora grej: ögonbindlar. Det är jobbigt att behöva kolla hela tiden. Vila ögonen med en ögonbindel medan du storhandlar, badar, cyklar. Dessa kan få i massvis av färger och du kan styla dem hur du vill. Köp din idag!*

Sätt på er bindlar och följ surret. Ni går på led som en patrull. Alla måste med och ni måste hålla en hand på personen som är före er. När ni träffar på en sväng/träd måste den som är bakerst slingra sig fram och blir ledets nya ledare. Kom ihåg att kommunicera sinsemellan.

Hur lätt går det när man väljer att göra som reklamen?

**Aktiviteten:**

Scouterna ska följa ett snöre I blindgång - de använder scarf, men extra bindlar kommer finnas. De går gemensamt, en hand på den andres axel. På vägen kommer snöre gå både höger, vänster, samt upp och ner. Ibland måste de gå över något. Ibland måste de gå under något. Vid varje sväng, måste den bakersta scouten ställa sig längst fram och leda gruppen. Gruppen kommer därmed konstant få en ny ledare.

De med svårigheter för hindret, såsom exempelvis rullstollburen, får lov att se och kan därför leda gruppen, vilket ska ge dem en viktig roll för patrullen.

1. **Tidningar för ungdomar - intro:**

Visar endast bilder på personer som mest liknar prinsessan/ prinsen/superhjälten och ger tips på hur du kan förändra ditt utseende.

**Instruktioner vid hinder:**

Den nya “Blini Junior”-tidningen har publicerats och berättar om hur man håller sig cool till sommaren: armarna i kors.

*Var en del av gänget och kolla hit! Den som väntar, förlorar! Alla coola har armarna i kors gör så: Anis don Blinima, Oscar Blia, Blinia Rodrigo, Veronica Blinio. Vill du också vara som dem? Testa det nya!*

Genomför balansbanan utan att ramla. Armarna måste vara i kors hela tiden. Hur går det för er? Om någon ramlar måste hela gruppen börja om. Alla måste inte gå samtidigt och får gärna hjälpa till bredvid och agera käpp eller stöttepelare, men återigen: armarna måste vara i kors, även de bredvid!

**Aktiviteten:**

Vid detta hindret kommer scouterna behöva hålla armarna i kors samtidigt som de genomför en balansbana. Om någon ramlar måste patrullen börja om, men de som inte genomför får gärna lov att hjälpa och agera käpp/kryka åt de som går balansbanan. Tänk på att armarna måste vara i kors!

1. **Kläder i affärer - intro:**

De kan ibland enbart vara tillverkade för personer med en viss storlek eller kroppsform, eller för ett mode som inte alla vill klä sig i.

**Instruktioner vid hinder:**

*Modemagasinet Blouge har kommit ut med hur man ska se ut för att passa in och smälta ihop med resten av samhället: strutmask. Detta är ännu en av årets stora hippetihoppeti-grej. Nu har Blina Tricot, Blara och Blå-hem alla fått in den nya struten. Måste vi verkligen lyssna på vad butikerna vill att vi ska köpa?*

Ta en gummikon och håll den framför ansiktet. Ni ska titta ut genom hålet i konen. Nu ska ni försöka ta er fram genom att gå som en Blini fram till det gula trädet framför er. Målet är det gula trädet framför er och sedan tillbaka.

**Blinigång:** När man ska förflytta sig som en Blini gäller det att flytta höger fot bakom och runt vänster fot, sedan vänster fot bakom och runt höger fot. Med lite övning kan ni snart lära sig att ta sig fram ganska snabbt på detta krystade vis.

**Aktiviteten:**

Sätt gummikonen, truten, över ansiktet. Alla deltagare ställer upp sig bakom startlinjen och på en given signal ska alla börja förflytta sig mot och över mållinjen som är ca. 20 meter. När man ska förflytta sig gäller det att flytta höger fot bakom och runt vänster fot, sedan vänster fot bakom och runt höger fot. Med lite övning kan man snart lära sig att ta sig fram ganska snabbt på detta krystade vis. Först över mållinjen vinner!

1. **Vänner i Skolan – intro:**

De kan prata om hur personer ser ut, eller behandla människor annorlunda om de ser ut på ett visst sätt.

**Instruktioner vid hinder:**

*Visst kan det vara svårt att att försöka passa in i skolan? Det finns så mycket grejer som kompisar förväntar av en. Nu finns det ännu en grej som ni måste passa in i: ett spindelnät.*

Patrullen ska ta sig igenom spindelnätet. Ni får gärna röra nätet. Ni får bara använda ett hål en gång. Hur gick det?

Gör det igen, men nu får ni använda samma hål flera gånger. Ni får gärna röra nätet. Hur snabbt gick det denna gången?

Nu ska ni prova det igen. Men nu får ni inte röra nätet och inte använda samma hål två gånger. Hur lätt vara det att passa in?

**Aktiviteten:**

Det fjärde hindret tar avstamp i att passa in i skolan. Det visar vi genom att patrullen ska ta sig igenom ett spindelnät av surr. Det är svårt att passa in – det är lättare att inte behöva vika sig för andras åsikter och anmärkningar. Patrullen passerar nätet på tre olika svårghetsgrader.

De patruller med en person som har svårigheter att ta sig igenom hindret, såsom exempelvis rullstollburen, ändras hindrets premisser. Nu måste alla I patrullen bära ögonbindel under uppgiftens gång, och 1-2 personer får lov att se. De som får lov att se blir gruppens ledare, vilket ska ge dem en viktig roll för patrullen.

1. **Sociala medier på internet - intro**

Människor kan kommentera andras foton eller enbart lägga upp foton som liknar prinsessan/ prinsen/superhjälten så mycket som möjligt så att alla känner att de också måste se ut så.

**Instruktioner vid hinder:**

BlikBlok, Blitter, BlaceBlook och Blinstagram har sett en ny internet trend. Alla med blobiltelefon gör denna grej och nu är det er tur.

Det finns en hög med slanstumpar som tillsammans bildar en hel slana, högen innehåller fler än en slana. Samla pusslet. Varje gång ni springer fram till slanhögen måste ni komma på ett nytt trendigt dansteg. Ni måste alltså dansa er fram till högen. Kör hårt!

Försök pussla ihop så många slanor som möjligt. Samla slana åt gången.

**Aktiviteten:**

Målet med nästa hinder är att sätta ihop ett slanpussel – dvs en styckad slana (helst ska varje styckning vara på ett distinkt sätt). Scouterna springer fram till en hög slanstumpar. De får bara ta en stump i taget och endast en scout i taget!

**När patrullerna är klara**

Samla in vimplarna och dela ut världs märke.

**Material**

* Instruktioner

**Hinderbana**

* A3 till trutar dvs. koner av papper med ett hål i toppen.
* Maskerinstejp till strutbygge
* 2 st. spannar med ögonbindlar
* Klocka för att markera stationsbyte

**Workshop**

* Ritpapper, 8 per patrull
* Färgpennor, 8 per patrull
* A3 som ritmateriel
* Plastlåda t. skräp- och penninsamling

**Hur förbereds aktiviteten på morgonen?**

* Rulla så att det finns 50 trutar av A3. Lägg i plastlåda som läggs vid Strutgång
* Instruktioner ska ställas till förfogande
* Ställ ut ögonbindlar till Blindgång
* Lägg ut alla slanstumpar i var sin hög.
* Förbered patrullpaket

**Patrullpaket**

**1. De som börjar i workshop:**

* Ritpapper, 8 per patrull
* Färgpennor, 8 per patrull
* A3, 1 st per patrull
* Instruktioner
* Vimpel

**2. De med Workshop som del 2:**

* Ritpapper, 8 per patrull
* Färgpennor, 8 per patrull
* A3, 1 st per patrull

**3. De som börjar i hinderbanan:**

* Instruktioner
* Vimpel

**Hur städar vi undan efteråt?**

Allt löst, dvs. plastlådor med pappersstrutar, hinkar med ögonbindlar, slanpussel (varje pussel läggs i varsin plastlåda) osv. Hinderbanan ska stå kvar.

**Risker**

I workshopen förekommer en springlek, “Jag är unik!”, därför är det viktigt att flytta på ev. markbråte som scouterna kan snubbla på. Det förekommer även moment av teater som vissa scouter kan möjligen skrämmas av – dels i “En annorlunda berättelse”, men också “En dag i livet”. Tänk också på att det är helt valfritt för deltagarna att dela med sig och det kan uppkomma en del känsliga diskussioner.

I hinderbanan är det främst viktigt att tänka på eventuellt markbråte.

Spindelnätet kan bli en fallrisk när de tar sig igenom nätet.

Vid blindgång kan de snubbla över markbråte, men om de går långsamt kommer det inte ske trots att det finns markbråte - det kan t.o.m. förbättra lekens dynamik. Balansgången bör inte vara en fara då de går 1 dm över marken.

Då strutgången försämrar deras syn kan det bli lätt att överse markbråte och det ska tas höjd för att scouterna förmodligen kommer vilja genomföra aktiviteten så snabbt de kan. Flytta på bråtet.

Vid pusslet finns det en låg snubbelrisk då scouterna kan se vart de springer, samt att de springer en och en.