

Løsninger

Kapitel 1 Som nat og dag – Om personlighed og psyke

ORDFORRÅD

1. Det introverte barn skal måske kun gå til én ting om ugen, mens det ekstroverte barn trives med mange aktiviteter i løbet af en uge.
2. De introverte kan finde på at sætte deres mobiltelefon på lydløs for ikke at blive forstyrret.
3. De foretrækker at invitere en lille gruppe venner til deres fødselsdag frem for at holde en stor fest.
4. Folk synes som regel, at de introverte kan virke lidt reserverede, mens de synes, at en ekstrovert person virker meget umiddelbar og ligetil.
5. Den ekstroverte vil helst have deres mobil inden for rækkevidde.
6. For den introverte er det en anstrengelse at være sammen med mange mennesker i lang tid ad gangen. Efter en lang dags seminar med mange mennesker vil de gerne trække sig tilbage til deres værelse og lade op til næste dag.
7. De føler bedst, de kan være sig selv, når de er alene med familien eller med nogle tætte venner.
8. Det dræner dem for energi at være sammen med mange mennesker.
9. De sætter pris på lange, dybe samtaler.
10. De ekstroverte har lettere ved at leve op til de krav, der bliver stillet på arbejdsmarkedet og på et studium.

ER DIT BARN, DIN KÆRESTE ELLER EN ANDEN I DIN FAMILIE...?

1. Acceptér deres behov for at have tid alene.
2. Kræv ikke, at de skal svare hurtigt. De har brug for at tænke sig om.
3. Afbryd dem ikke, når de taler.
4. Giv dem tid til at vennen sig til nye situationer.
5. Sig til et kvarter før en afbrydelse, så de kan blive færdige med det, de laver.
6. Lad dem få tid til fordybelse.
7. Pres dem ikke til at skulle have mange venner.

1. Forstå, at de keder sig i deres eget selskab.
2. Lad dem få opmærksomhed og publikum.
3. Giv dem komplimenter, mens andre hører det.
4. Respektér deres selvstændighed.
5. Acceptér og nyd deres entusiasme.
6. Lad dem kaste sig ud i nye opgaver.
7. Prøv at give dem valgmuligheder.



OLIVIA OM AT VÆRE ENEBARN

Jamen altså, det at være enebarn, det første jeg tænker på, det er at jeg synes, der er mange fordomme om det, og mange spørger mig, om jeg ikke har været forkælet i løbet af min barndom, og det møder jeg også endda fra venner, og det er jo noget, jeg bare må grine ad, fordi det føler jeg ikke, jeg har været. Min mor og far har jo ikke givet mig mere af den grund, og de har jo ikke haft alverdens penge alligevel. Det er jo ikke noget, der kommer ud af den blå luft, bare fordi man ikke har søskende.

Og så tror folk også altid, jeg ikke kan finde ud af at dele – eller at enebørn ikke kan finde ud af at dele, fordi vi ikke har haft nogen søskende til at skulle dele med. Men jeg har jo været i institutioner ligesom alle andre, hvor man lærer det – mere end derhjemme i virkeligheden, vil jeg tro.

Og så tror jeg også en anden ting ved det at være enebarn, det er, at jeg er blevet god til at være i mit eget selskab, fordi hvis min mor og far de ikke lige kunne være sammen med mig, eller der ikke var nogen venner, som jeg kunne lege med, så har jeg jo skullet være alene og finde på noget selv. Det er ikke, fordi jeg ikke kan lide at være sammen med andre overhovedet, men jeg kan virkelig også godt finde ud af at være alene.

Og så tror jeg også, at jeg er blevet ret kreativ fra en tidlig alder, fordi jeg har skullet finde på mine egne lege, og fordi jeg skulle, ja, finde ud af, hvad jeg havde lyst til selv. Og jeg er muligvis også blevet bedre til at snakke med voksne fra en tidlig alder. Det er der også mange, der spørger mig om, fordi jeg har skullet være sammen med min mor og far i stedet for at kunne snakke med børn sådan omkring min alder.

Og så er det også sjovt, at når jeg har kendt folk i et stykke tid, og de så får at vide, at jeg er enebarn, så er der rigtig mange, der siger at: ”Gud, er du enebarn, det virker du ellers ikke som.” Men det er da meget dejligt, synes jeg egentlig, at jeg ikke virker som den fordom, de havde omkring enebørn.

Folk de spørger mig også ofte, om jeg kunne tænke mig at have søskende, men ærligt talt så... det kunne jeg slet ikke forestille mig, hvordan skulle føles at have en bror eller en søster, for jeg har aldrig prøvet det, og jeg forstår ikke det forhold, man har til hinanden, rigtigt. For det eneste jeg kan tænke mig til, det er, at det måske føles som at have en ven boende i ens hus, som man skal dele sine forældre med. Og det kan jeg da forestille mig, både er hyggeligt, men også sådan lidt irriterende nogle gange måske.



HVAD KAN FORÆLDRENE GØRE?

Selvfølgelig skal en etårig og en fireårig ikke behandles ens, men de bør så vidt muligt føle sig lige elskede af deres forældre. Og større bevidsthed om, hvordan vi som forældre opdrager, er første (1) skridt til at give børnene et højt selvværd. For når vi ved, hvordan den måde, vi behandler børnene på, kan (2) påvirke dem resten af livet, kan vi øve os i at styre uden om faldgruberne.

Vi kan med andre ord øve os i at sende lillebror i byen, så han kan lære lidt ansvarlighed, og (3) skåne storesøster, så hun får et pusterum og måske lidt alenetid med sin mor. Og vi kan huske at (4) inddragte det måske lidt oversete mellem barn. Større viden kan (5) betyde, at vi forældre dagligt kan gøre os umage for at træffe valg, der er med til at gøre vores børn mere harmoniske og selvsikre.

Det er hårdt arbejde at bryde eller bare justere et indlært mønster, men det kan (6) lade sig gøre. Men først må man gennemske, hvorfor man har fået den rolle, man har. Når man har gjort det, giver ens søskendes roller pludselig også mere (7) mening. Kampene og konflikterne mellem voksne søskende kan mindskes, når vi får (8) indsigt i søskenderelationernes betydning.

Kilde: Artikel af Elisabeth Schönbeck i Psykologi 02/2015

- | | |
|---|---|
| 1 | B |
| 2 | A |
| 3 | C |
| 4 | B |
| 5 | C |
| 6 | B |
| 7 | C |
| 8 | A |

FOKUS PÅ ADJEKTIVERNES FORM

- | | |
|--|----------------------------------|
| 1. selvsikre, harmoniske | 6. godt, harmonisk, mindste |
| 2. boglig, praktisk, ansvarlig, fornuftspræget | 7. ældste, selvsikker |
| 3. yngste, impulsivt, uadvendt, omskifteligt | 8. vigtig |
| 4. høje | 9. egen, ny |
| 5. nye, egne | 10. utjekkede, perfektionistiske |
| | 11. glade |
| | 12. tvivlsomt, gamle, indlærte |



Kapitel 2 Hvordan er det, du kører? – Cykler, trafik og transport

HOS CYKELSMEDEN

Anton: Jeg har lige været hos cykelsmeden. Det blev en dyr omgang!

Bjørn: Hvad skulle du have lavet?

Anton: Kæden var løs og helt stiv af rust, så jeg fik en ny. Man skal jo smøre den en gang imellem, men det får jeg aldrig taget mig sammen til. Og ringeklokken var gået i stykker, så den måtte også skiftes. Men egentlig gik jeg derind, fordi cyklen var punkteret, da jeg skulle hjem fra arbejde. Så jeg måtte trække hele vejen hjem.

Bjørn: Er der ikke en cykelsmed i nærheden af dit arbejde?

Anton: Jo, det er der måske nok, men jeg vil hellere ud til min lokale cykelsmed. Ham kender jeg. Og så er det lettere at hente den igen. Nå, men han mente, at jeg skulle have nyt dæk og ny slange. Et punkterfrit dæk. Det er lidt dyrere end de almindelige dæk, men det er også irriterende at punktere, så det vil man jo gerne være fri for.

Bjørn: Ja, det sker altid på de mest ubelejlige tidspunkter. Men jeg lapper selv. Jeg er for nærig til at betale så meget for en lapning. Det er jo ret hurtigt gjort.

Anton: Nej, sådan noget orker jeg ikke gå i gang med.

Bjørn: Jeg lapper også min kærestes cykel. Men så kan hun godt være irriteret, hvis jeg ikke får det gjort med det samme, for så skal hun med bussen i mellemtíden.

Anton: Ja, og det kan hurtigt blive lige så dyrt som en lapning.

PASSIV

1. Cyklen blev opfundet af en engelsk symaskinefabrikant i 1885. (opfinde)
2. Da cyklerne blev masseproduceret og dermed blev billigere, fik de fleste råd til en cykel. (masseproducere)
3. Forholdene for cyklister er blevet forbedret i de senere år. (forbedre)
4. Der er også blevet anlagt mange motorveje til bilerne. (anlægge)
5. Hvis ens cykel bliver stjålet skal man anmelde det til politiet. (stjæle)
6. Vi blev stoppet af politiet i går aftes, fordi vi ikke havde lygter på. (stoppe)



Indsæt verbet i s-passiv.

1. - Du må hjælpe, gæsterne er her om en time. - Hvad skal der laves? - Der skal dækkes bord og ryddes op. Og vinen skal trækkes op. (lave, dække, rydde op, trække op)
2. Vi har møde om det på mandag, så dagsordenen må sendes ud nu. Og regnskabet skal printes ud og kopieres til alle. (sende, printe, kopiere)
3. -Jeg fortryder, jeg købte den saddel. - Kan den ikke byttes? (bytte)
4. Børn vokser så hurtigt, så jeg ved ikke, hvor længe han kan bruge cyklen. Men højden kan justeres. (justere)
5. Hun vil gerne fotograferes på sin cykel, men ikke med cykelhjelm på. (fotografere)
6. Cykler skal stilles i stativerne. (stille)

Vælg mellem passiv med blive og med –s. Der kan være flere muligheder.

1. - Hvad er her sket? Her er så lyst. - vinduerne er blevet pudset. (pudse)
2. Kæden er helt slidt. Den må nok skiftes. (skifte)
3. Den skal altså også helst renses og smøres jævnligt! (rense, smøre)
4. - Har du set Tour de France? Sikke en skandale! - Hvorfor? - Der var én, der blev udråbt som vinder, men da han så blev tjekket, fandt de ud af, at han var blevet dopet. - Og hvad så? - Han blev frataget sin titel. (udråbe, tjekke, dope, fratage)
5. Der sælges/bliver solgt mange cykler i Danmark. (sælge)
6. Mange byer rundt om i verden er blevet inspireret af København til at anlægge cykelstier. (inspirere)
7. Metrobyggeriet blev forsinket et helt år. (forsinke)
8. Vi fik en bøde for at køre for stærkt. Vi blev stoppet af politiet, efter at vi var blevet fotograferet af et kamera. (stoppe, fotografere)
9. Hvor er det irriterende, at der bliver sat kameraer op alle vegne. (sætte)
10. Jeg synes faktisk, der skulle sættes flere op, hvis det kan få folk til at sætte farten ned! (sætte)



FRA NOGET TIL NOGET ANDET

1. Beliggenheden siges at være det vigtigste, når man køber bolig, for beliggenheden kan man ikke ændre/lave om.
2. Jeg kunne ikke finde rundt i supermarketdet, det var blevet lavet helt om.
3. Skuespillerne skal skifte tøj mange gange i løbet af en forestilling.
4. Da flygtningene vendte tilbage til deres by, var den helt forandret.
5. Efter at have hørt på alle deres argumenter ændrede jeg holdning.
6. Med euroen slipper man for at veksle, hver gang man skal fra et EU-land til et andet.
7. I mindre butikker kan man bytte varerne, men ikke få pengene tilbage.
8. Når man leaser en bil, kan man skifte model hvert år.
9. Først ville de købe en brugt bil, men så skiftede de mening og leasede en ny i stedet.
10. Da de fik det tredje barn, måtte de skifte til en større bil.
11. De mange biler har ændret/forandret byerne fuldkommen.
12. Der er flere biler, der kører over, selv om lyset er skiftet til både gult og rødt.
13. Klimaet har ændret/forandret sig.
14. Beboerne i en andelsforening kan bytte lejlighed med hinanden, så en børnerig familie kan få en større lejlighed og en enlig ældre beboer få en mindre med færre trapper.
15. Det nye job fik ham til at skifte stil fra hipster med stort skæg til nydelig jakkemand.
16. Ens behov ændrer sig/forandrer sig med alderen.
17. - Han er blevet arbejdsløs. - Nå, det vidste jeg ikke. Det ændrer/forandrer jo situationen.
18. Der er ingen grund til at ændre/lave om på noget, der fungerer godt.



LINE OM AT VÆRE PENDLER

I mange år arbejdede jeg tæt på mit hjem, og derfor kørte jeg i bil hver eneste dag. Men da jeg så besluttede mig for at skifte arbejde, fik jeg rigtig langt til arbejde, og der begyndte jeg så at tage toget og blev jo så pendler. Jeg bor i Sorø, som er en rigtig pendlerby, så vi er mange, der hver morgen tager toget fra Sorø og primært til København.

Jeg sætter mig ofte i en stillekupé for at udnytte tiden i toget til arbejde, og det kan jeg se, at rigtig mange andre også gør. Så sidder vi der med vores computere og arbejder og taster løs og får svaret på mails og får skrevet frem og tilbage til de mennesker, der nu skal have besked. Hvis ikke jeg sætter mig i stillekupé, det er ikke altid, jeg gør det, så sætter jeg mig i en helt almindelig, ordinær kupé, og hvis ikke jeg har noget arbejde, der kræver stor koncentration, det kan også være, jeg sidder og lytter til musik eller læser en bog. Men altså den primære fordel ved at tage toget og ikke køre i min bil, det er jo, at jeg kan udnytte tiden til at arbejde.

Jeg er selvfølgelig også afhængig af, at toget kører til tiden, og det gør det jo ikke altid, og det kan nogle gange være lidt en udfordring, hvis jeg har et møde for eksempel. Men nu har jeg efterhånden accepteret, at det er præmissen, at jeg nogle gange kommer for sent, og det gør jo, at jeg så alligevel kan sidde og slappe af. Det går aldrig helt galt. Som sagt er vi rigtig mange, der pendler fra Sorø frem og tilbage hver dag, og jeg kender jo efterhånden de mennesker, som jeg kører i tog med, så vi hilser på hinanden der på stationen om morgen og igen om eftermiddagen, når vi skal hjem.

Alt i alt er jeg rigtig glad for, at jeg har valgt at bruge toget som min transport frem og tilbage fra arbejde, fordi jeg synes, jeg kan udnytte tiden og bruge den som en del af min arbejdstid. Det fungerer rigtig godt.



DE KØRER RÅDDENT

Lilly: bremse, frem

Mads:

Lilly: overhale

Mads:

Lilly:

Mads: skælder ud, opfører sig

Lilly: fræk

Mads: glide

Lilly: køre over for

Mads:

Lilly:

Mads:

Lilly: sat farten ned

Mads: undgået, overser

Lilly:

Mads:

Lilly: kørt ind i

Mads:

HVAD ER DET MODSATTE?

Disse modsætningspar gælder i den angivne kontekst. I andre situationer kan det være andre adjektiver, der bruges om det modsatte.

1. en bred vej – smal
2. en trafikeret gade – stille
3. vild kørsel – fornuftig
4. en farlig skolevej – sikker
5. en forurenende bil – miljøvenlig
6. offentlig transport – privat
7. en vigtig detalje - ligegyldig



FOKUS PÅ ADJEKTIVERNES FORM

1. Der er efterhånden så mange cyklister i nogle dele af byerne, at der er blevet anlagt ekstra brede cykelstier, de såkaldte supercykelstier. (bred, såkaldt)
2. Så kan de hurtige køre i venstre side og de langsomme i højre. (hurtig, langsom)
3. Cykelstierne gør det mere trygt for cyklisterne, men krydsene kan stadig være farlige, fordi bilisterne kan glemme, at cyklisterne er der, når de er godt væk inde på cykelstierne. (tryg, farlig)
4. Derfor er der malet lyseblå felter til cyklisterne gennem krydsene, så bilisterne bliver mere opmærksomme på dem. (lyseblå, opmærksom)
5. Mange kører over, selvom lyset er skiftet til både gult og rødt. (gul, rød)
6. I 2015 blev der lavet en undersøgelse af, hvordan cyklisterne opfører sig i trafikken, for mange klager over deres ulovlige og ligefrem hensynsløse opførsel. (ulovlig, hensynsløs)
7. Mange er utrygge ved at lade deres børn færdes på cykel, og turister kan opleve den københavnske cykelkultur som voldsom og højtråbende. (utryg, københavnsk, voldsom, højtråbende)
8. Man ser så mange cyklister, der bryder reglerne, at folk oplever dem som uforudsigtelige. (uforudsigtelig)
9. Det lyder harmløst at være uforudsigtelig, men det gør andre trafikanter usikre. (harmløs, usikker)
10. Men det kan også være svært at være cyklist, for der er ikke altid klare regler om, hvor de skal placere sig i trafikken. (svær, klar)
11. Der er mange bilister, der kører for stærkt. (stærk)
12. Der er også både apps og Facebookgrupper, hvor bilister advarer andre bilister om, at der er fartkontrol. Det er måske ikke ulovligt, men høj fart giver flere ulykker, så nogle vil nok mene, at det er umoralsk. (ulovlig, høj, umoralsk)
13. Mange kører pænt, når de kører bil, men vildt, når de kører på cykel. (pæn, vild)
14. Frihed er for cyklisterne det typiske ord, når de skal beskrive, hvorfor det er vigtigt for dem at cykle. (typisk, vigtig)
15. De vil være i gang, og det er det, der får det til at virke så fristende og uskyldigt at smutte rundt om et hjørne. (fristende, uskyldig)
16. De kører i flok i byerne, og det skaber nogle hårdføre cyklister, der er vant til at køre stærkt og effektivt. (hårdfør, stærk, effektiv)
17. Som bilist er man mere opmærksom over for de andre trafikanter, mens nogle cyklister er mest optaget af at komme hurtigt frem. (opmærksom, hurtig)
18. ”Der er mange, der kører frækt.” ”Nå, jeg synes da, de fleste er meget hensynsfuldt.” (fræk, hensynsfuld)
19. ”Kør forsiktig.” (forsiktig)

FLYTRAFIK

Flytrafikken er den hurtigst voksende trafikform. Hvor det før i tiden var en luksus forbeholdt forretningsfolk og velhavende at flyve, er det blevet en helt almindelig rejseform. Det hænger sammen med, at levestandarden generelt er steget, og at prisen på flybilletter er faldet – samtidig med at det bliver dyrere og dyrere at køre med toget.

Rejseaktiviteten er steget mere i de sidste halvtreds år end nogensinde før: Folk tager ikke mere på én ferie om året, de flyver på mange korte ferier. Over 50.000 danskere har sommerhus i Sydeuropa, som de rejser ned til flere gange om året, mange tager til bryllup eller fødselsdag hos familie og venner i udlandet, og der er mange, der tager på weekend i hovedstæderne i Europa. Antallet af mennesker, der bor i udlandet permanent eller i perioder på grund af studium eller arbejde, stiger, og de rejser ikke bare tit hjem, men får også besøg af deres familie og venner. Det betyder alt sammen et stigende antal flyrejser.

Det er nemt og bekvemt at flyve, og man sparer først og fremmest en masse tid. Da Storebæltsbroen blev bygget i 1997, faldt antallet af indenrigsflyvninger i Danmark, fordi det pludselig blev meget hurtigere at køre med tog fra København til Odense og Aarhus og omvendt. På så korte afstande betyder det noget, at lufthavnene ligger uden for byerne, så det tager tid at komme ud til dem, mens togstationerne ligger lige i centrum. Til gengæld er flytrafikken til udlandet steget konstant.

Der er cirka 30 millioner årlige flyafgange på kloden, og hvert sekund hænger 500.000 mennesker i luften. Tallet falder lidt, hver gang der er økonomisk krise, men når der så er et økonomisk opsving, stiger tallet igen – og hver gang til et højere niveau end nogensinde før.

Fordelene ved den stigende flytrafik er, at den gør det let at rejse og skaber mange arbejdspladser, både på jorden og i luften. Ulempen er, at flyene udleder en kolossal mængde drivhusgas. En flyvetur fra København til New York udleder mere CO₂ end en gennemsnitlig verdensborger gør på et helt år. 75 % af drivhusgasserne fra turisme kommer fra flytransporten alene. Desuden sker udledningen højt oppe i atmosfæren, hvor den er cirka tre gange værre for klimaet end udledning ved landjorden. Og selv om de nye fly udnytter benzinen mere effektivt, bliver det opvejet af, at antallet af flypassagerer stiger og stiger.



Kapitel 3 Fra maraton til mindfulness – Om krop og helbred

NÅR MAN KIGGER PÅ SIN MOBIL...

Da jeg for nylig er på vej for at mødes med nogle veninder, er jeg så uheldig at vride foden om på trappen i min opgang. Jeg kan med det samme mærke, at min ankel ikke har det godt, og at jeg må droppe middagen med mine veninder. Jeg humper langsomt op ad trapperne til min lejlighed og lægger mig ærgerlig på sofaen. Min kæreste får mig til at placere anklen hævet og lægger en pose frosne ærter bundet ind i et viskestykke på min ankel. Han har haft flere forstuvninger gennem årene i forbindelse med fodboldtræning, så han er ret rutineret, når det kommer til den slags skader. Efterfølgende finder han noget forbinding frem til anklen. Min ankel bliver i løbet af et par dage blå og lilla, gør meget ondt og er slet ikke til at gå på. Det hjælper ikke, at jeg er gravid i ottende måned, på størrelse med et hus og konstant tissetrængende. Efter nogle dage tager jeg til lægen, da jeg er i tvivl om, hvorvidt min ankel er forstuvet eller brækket. Lægen rykker lidt rundt på min fod, og hun mener ikke, at den er brækket, men forklarer, at en forstuvning kan gøre mindst lige så ondt og være lige så lang tid om at hele som et brud på knoglen. Forskellen er bare, at man ikke skal have gips på en forstuvet ankel. Efter et par kedelige uger i sofaen får min ankel det langsomt bedre, men hvile er vigtig. Man kan hurtigt mærke, hvis man har været lidt for aktiv en dag, så det er godt at væbne sig med tålmodighed.

ORDFORRÅD OM HELBRED OG SYGDOM

Der kan være andre muligheder end de angivne.

1. havde, komme af med, har det
2. fik, gå over, værre, er rask
3. lidt af, går over
4. har, vokser fra



TRYK PÅ PRÆPOSITIONER

Hvor er der tryk?

Læs op i kor efter læreren, og sæt trykstregen.

- 1a. Har du sagt det til lægen? 1b. Har du sagt det til ham?
2a. Er du ikke kommet af med din forkølelse? 2b. Nej, jeg kan ikke komme af med den.
3a. Hvad skal man gøre ved en forbrænding? 3b. Hvad skal man gøre ved den?

Hvor er der tryk?

Gør svarene/sætningerne færdige og brug en præposition og et personligt pronomem.

1. - Kan man være sikker på, at vaccinen er effektiv? - Vi føler os ret sikre på det.
2. - Hvorfor spiser du ikke nødder? - Fordi jeg er overfølsom over for dem.
3. - Har Karl astma? Kan det ikke kureres? - Nej, vi må bare satse på, at han vokser fra det.
4. - Har du været hos lægen med din migræne?
- Jeg skal hen til ham/hende på mandag, så skal vi snakke om det.
5. Der er flere og flere børn, der får diabetes 1, og man ved ikke, hvorfor der er kommet så mange, der lider af det.
6. Før var de ikke så gode til at opdage diabetes, men de er blevet bedre til det.
7. Kræft er en dødelig sygdom, men de er blevet bedre til at gøre noget ved det.
8. Man kan ikke kurere aids, men medicinen gør, at man kan leve mange år med det.
9. Det er vigtigt at få den rigtige dosis af medicinen, så man skal holde nøje øje med det.
10. Læs teksten og tag noter til den, så I kan fortælle om den.

HVILKET ORGAN?

1. Hjertet
2. blodårerne
3. lungerne
4. maven
5. Leveren
6. tarmene
7. Nyrerne
8. blæren
9. livmoderen

Indsæt begge, begge to, begge dele eller både.

1. Hun havde timer mandag og onsdag, men hun måtte blive hjemme begge dage på grund af influenza.
2. Han står både på ski og snowboard.
3. Er fodden forstuvet eller brækket? Det ved de ikke, men i begge tilfælde skal fodden holdes i ro.
4. Da hun var lille, havde hun både astma og mælkeallergi, men hun er vokset fra begge dele.
5. Fik hun kemoterapi eller strålebehandling? Hun fik begge dele.
6. Der er heldigvis blevet både bedre behandlingsmuligheder og kortere ventetider.
7. Begge børnene fik lungebetændelse, og de måtte på hospitalet begge to.
8. Han har både allergi over for støv og over for pollen.
9. Hun spiller tennis og løber. Begge dele styrker knoglerne.
10. Bruger han briller eller kontaktlinser? Begge dele, det kommer an på situationen.
11. De siger, at fyldninger af plastic er bedre for tænderne end både sølv- og guldbplomber.
12. Både astma og allergi gør livet besværligt, især for børn.
13. Deres børn har astma begge to.
14. Bruger du tandtråd eller tandstikker? Begge dele, men ikke hver dag.

Indsæt ingen af, ingen af dem, ingen af delene (ikke nogen af delene) eller hverken.

1. Jeg fik to tidspunkter at vælge mellem, men ingen af delene passede mig.
2. Jeg kunne hverken komme om morgenen eller om eftermiddagen.
3. Hans læge rådede ham til at tage sig og begynde at motionere, men han kunne ikke tage sig sammen til nogen af delene. Han gjorde ingen af delene.
4. Det er hverken sjovt eller let at holde op med at ryge.
5. Begge børnene blev født for tidligt, men ingen af dem fik helbredsproblemer.
6. Mine forældre besøgte mig i Danmark sidste år, men ingen af mine søskende har været her.
7. Jeg elsker at løbe, men jeg tror hverken, jeg har kondition eller viljestyrke til en maraton.
8. Har du nogensinde redet eller klatret? Ingen af delene, jeg er mere til boldspil.

Kapitel 4 Partihopper eller sofavælger – Om politik

BJARNI OM POLITIK PÅ FÆRØERNE

Jeg kommer oprindelig fra Færøerne, hvor jeg er født og opvokset. Og Færøerne er en del af det danske kongerige, ligesom Grønland er. Vi er en selvstændig del af det danske kongerige.

I 1948 så fik vi en udvidet selvstændighed, så det betyder, at vi har... på Færøerne tager vi os selv af økonomi, infrastruktur, uddannelse, sundhed og så videre. Mens andre ting såsom udenrigspolitik og forsvarsopolitik og så videre, det hører under Danmark.

Forholdet til Danmark på Færøerne er som regel godt, selv om der er nogle, der ønsker selvstændighed for Færøerne. Det er cirka halvdelen af befolkningen, som går ind for fuld selvstændighed, mens den anden halvdel vil beholde forbindelsen til Danmark, som den er nu.

Jeg var selv glødende republikaner, da jeg var sådan 17-18-19 år. Republikanere er dem, der ønsker selvstændighed for Færøerne, fuld selvstændighed. Men så flyttede jeg til Danmark, som mange færinger gør, når de skal have en højere uddannelse, og så endte det med, at jeg sådan modererede mine synspunkter, jo ældre jeg blev.

Jeg synes også, Færøerne skal prøve at arbejde hen imod selvstændighed, måske ikke fuld økonomisk eller fuld politisk selvstændighed. Jeg synes, Færøerne skal prøve at blive økonomisk selvstændige allerførst, og så skal man prøve at se, om man ikke kan arbejde frem imod en eller anden form for union med Danmark, hvor man ligesom selv bestemmer stort set alt – altså hvor man nærmest er en selvstændig nation, men alligevel inden for Kongeriget Danmark på en eller anden måde. Det synes jeg, ville være den bedste løsning for Færøerne, fordi jeg synes, at man er stærkest sammen. Og på den måde så ville vi også finde frem til en løsning, hvor dem, der vil have selvstændighed, og dem, der ønsker at bevare forholdet, kunne finde sammen om en fælles løsning, fordi det slagsmål, som er på Færøerne altid, om selvstændighed eller ikke selvstændighed, det fylder rigtig meget og gør det politiske liv på Færøerne kompliceret og besværligt.



TALE, SNAKKE, SIGE ELLER FORTÆLLE? Der kan være flere muligheder.

1. Jeg kan ikke høre, hvad han siger. Nej, han taler også ret utsydeligt.
2. Du kunne vel ikke sige/fortælle mig, hvad klokken er?
3. Hennes forældre er danskere, men hun er vokset op i Italien, så hun har aldrig lært at skrive dansk, men hun taler det flydende.
4. Forældrene har altid sagt til børnene, at de ikke må tale med mad i munden.
5. Jeg er glad for at møde dig. Din søster har talt/fortalt så meget om dig.
6. Han er en ret ekstrovert type, han snakker med alle, han møder. Han snakker/taler også meget om sig selv.
7. Jeg talte/snakkede med én, der havde arbejdet i et fængsel. Det var nogle triste historier, hun kunne fortælle.
8. Alma er gravid, men hun vil ikke have, vi siger/fortæller det til nogen, før hun er længere henne.
9. Der er nogle ting, man ikke taler/snakker om med fremmede. Men i dag kan man tale/snakke om mange ting, der før var tabu.
10. - Tusind tak, det var en rigtig stor hjælp. - Nåh, det er da ikke noget at tale/snakke om.
11. Vi taler/snakker tit om at få malet vinduerne, men vi får ikke gjort noget ved det.
12. Jeg ville ønske, jeg talte bedre tysk, så jeg kunne kommunikere med folk, når vi er i Berlin. Jeg kan kun lige sige, hvad jeg skal have på en café.
13. - Har du noget tilfælles? - De svinger i hvert fald godt sammen, de kan snakke i timevis.
14. Nogle gange sidder alle i toget og taler/snakker i telefon.
15. Politikere er øvede i at svare på spørgsmål uden at sige noget.
16. De er også gode til at tale udenom, hvis de får et spørgsmål, de ikke vil svare på.
17. Der bliver talt/sagt og skrevet meget om indvandring i den politiske debat.
18. - Hvorfor vil du ikke sige/fortælle, hvem du stemmer på? - Fordi jeg ikke vil have, at du går rundt og siger/fortæller det til alle mulige.



HVILKEN/HVAD FOR EN (Der kan være flere muligheder end de angivne)

1. Hvilken tv-kanal ser du mest?
2. Hvis du vil vide, hvor nogen står politisk, så se på, hvilken avis de læser.
3. Medierne lægger både mærke til, hvilke emner statsministeren tager op i sin åbningstale, og hvilke emner han slet ikke kommer ind på.
4. Ved du, hvilket/hvad for et parti der fik flest stemmer ved sidste valg?
5. Hvilke partier tror du, har størst risiko for at ryge ud ved næste valg?
6. Her kan man se, hvilke grupper der stemmer på hvilke partier.
7. Hvilke partier er mest EU-skeptiske?
8. Jeg kan ikke huske hvilke/hvad for nogle sager, de gik til valg på sidste gang.
9. Det betyder meget, hvilke skuespillere man vælger til rollerne.
10. Hvad for en type opgaver tager længst tid at lave, synes du?
11. Hvad for en tekst synes du, er sværest?
12. De har fundet tre navne, de kan lide, men de har ikke besluttet, hvor for et af dem det skal være.
13. Man skal selvfølgelig gøre sig umage og smage maden til, men det vigtigste er, hvilke/hvad for nogle råvarer man bruger.
14. Hvilken/hvad for en vej tog I?

GØRE ELLER LAVE?

1. - Han har aldrig arbejdet med politik før. - Hvad har han så lavet?
2. Nogle politikere har aldrig lavet andet end at sidde i Folketinget.
3. Måske er det godt, at nogle af politikerne har lavet andre ting i deres liv, så de kender noget til andre miljøer.
4. Der bliver gjort mange ting for at mindske forureningen.
5. Overforbrug er et af de problemer, det er svært at gøre noget ved.
6. Hvad kan man gøre for at mindske CO₂-udslippet?
7. De lave lønninger i Asien gør det svært for de vestlige lande at konkurrere på pris.
8. Deres valgsystem er ikke så demokratisk, men det er svært at lave det om.
9. De har forsøgt at reformere det, men arbejdet blev aldrig gjort færdigt, for der var for stor modstand.
10. Når et parti har haft magten i mange år, kan politikerne blive korrupte, og det er svært at gøre noget ved.
11. Men nogle af de nye partier prøver at gøre oprør mod korruptionen.

POPULISME

I flere og flere lande dukker populistiske politikere og partier op og er blevet et nyt alternativ til de gamle partier. I nogle lande har de fået magten, i andre præger de mediebilledet og debatten.

Populisterne lægger stor vægt på, at netop de repræsenterer folket. De er talerør for de 'almindelige mennesker', som de mener, står i modsætning til eliten, altså de højtuddannede, eksperterne, akademikerne, de højtlønnede.

Populistiske partier er ofte nationalistiske, og de bruger ordet 'folket' i en etnisk, national betydning og taler om 'rigtige' danskere, 'rigtige' polakker, 'rigtige' amerikanere og så videre. I indvandringspolitikken er der kommet en "os og dem"-holdning, ikke kun i de populistiske partier, men langt ind i de gamle, veletablerede partier. Man taler om, at populismen er ekskluderende, fordi den har tendens til at udelukke udlændinge og mennesker med udenlandske forældre, i nogle tilfælde mennesker med en anden religion.

De populistiske partier får deres opbakning fra grupper, der er blevet ramt økonomisk og socialt af den globale udvikling med udflytning af arbejdsplasser og import af billige varer fra lande med meget lavere lønninger. Mange arbejdere i de vestlige lande har enten mistet deres arbejde eller fået en lavere levestandard, fordi deres jobs er flyttet til lavtlønslande. Det gælder især i yderområderne, hvor mange fabrikker er lukket og udviklingen gået istå. Men også i byerne bliver arbejderne ramt, fordi udenlandske arbejdere er flyttet til og har overtaget deres jobs og presser lønningerne.

Derfor vender mange sig mod indvandring og frihandelsaftaler, som de ser som årsagen til deres situation. Mange arbejdere er kritiske over for EU, fordi de oplever, at deres jobs bliver overtaget af borgere fra andre EU-lande. Samtidig er den økonomiske ulighed vokset eksplosivt, fordi de laveste lønninger er stagneret eller faldet, mens andre grupper har oplevet meget store stigninger i deres løn og formue.

Alt dette har også betydet, at de utilfredse vender sig mod de etablerede politikere, som de mener, har ansvaret for, at det er gået, som det er.

De populistiske politikere har fået meget opmærksomhed i medierne, og det har fået nogle til at give medierne skylden for deres store popularitet. Kritikken lyder, at medierne omtaler de populistiske politikere så meget, fordi deres provokerende facon sælger flere aviser.

0	B	5	C
1	C	6	B
2	D	7	C
3	D	8	A
4	D		



Kapitel 5 Luft under vingerne – Om det danske frisind

DANSKE NORMER

1. Man kan se billede i avisene af ældre mennesker, der vinterbader nøgne.
2. Der kan være topløse kvinder på stranden, selv om det nok er blevet mindre almindeligt de senere år.
3. Børn er ofte nøgne på stranden og i haverne, forældre og små børn går i bad sammen, og i svømmehaller og efter gymnastik i skolerne tager man brusebad uden forhæng mellem bruserne.
4. Det er ikke usædvanligt, at folk går med nogen hjem efter en fest eller en aften i byen, samme aften som de har mødt hinanden.
5. Det sker selvfølgelig mange steder, men i Danmark er der måske større accept af det end mange andre steder, og man kan måske bedre tale højt om det end andre steder.
6. Forældre blander sig som regel ikke i, om deres teenagebørn får en kæreste.
7. Mange forældre foretrækker, at deres børn har en fast kæreste, som de kender og har tillid til.
8. De fleste forældre går op i, om deres børn passer deres skole.
9. Nogle forældre giver deres børn et kørekort, hvis de lader være med at ryge.
10. Der er rigtig mange unge, der har prøvet at være fulde, selv om de unges alkoholforbrug faktisk er faldet, efter at der er kommet regler for salg af alkohol til unge.
11. Men reglerne blev først indført, da en statistik viste, at unge danskere havde et større alkoholforbrug end unge i andre lande.

ADJEKTIVER – DEN MODSATTE BETYDNING

Disse modsætningspar gælder i den angivne kontekst. I andre situationer kan det være andre adjektiver, der bruges om det modsatte.

1. moderne - gammeldags

2. tyk - tynd

3. nøgen - påklædt

4. naturlig - kunstig

5. rynket - glat

6. frisindet - snerpet

7. almindelig - perfekt

DEN SEKSUELLE FRIGØRELSE

I løbet af 60'erne begyndte både mænd og kvinder at eksperimentere med deres seksualitet, og de fik et mere afslappet forhold til sex – selvfølgelig kun i nogle miljøer og mest i de større byer. Periodens slagord var ”fri kærlighed”, og det blev ikke forventet, at man var bundet til én partner, men kunne frit være sammen med den, man havde lyst til. Der blev set ned på ægteskabet og de monogame forhold.

I 1969 blev verdens første sexmesse afholdt i KB hallen, og gæster fra hele verden kom til København for at besøge den. Messen blev en kæmpe succes, men allerede året efter faldt besøgstallet drastisk.

Danmark havde siden 1953 haft en socialdemokratisk ledet regering, men i 1968, da ungdomsoprøret og det seksuelle frisind var på sit allerhøjeste, blev den erstattet af en borgerlig regering, bestående af Venstre, Det Konservative Folkeparti og Det Radikale Venstre. Derfor blev det overraskende nok en borgerlig regering, der frigav billedpornografien (1969), lempede abortlovgivningen (1973) og desuden fik de offentlige udgifter til at stige med raketfart.

Der skete i dette årti et skred i opfattelsen af sex som en udelukkende romantisk og privat oplevelse. Seksualiteten og oplevelsen omkring sex havde indtil da oftest været hæmmet af tabuer og restriktioner fra omverdenen, men nu forsøgte man at frigøre sig og hermed få et mere naturligt og sundt forhold til sex. Kravet om frigivelsen af pornografien skal ses i lyset af disse nye tendenser.

I 1967 blev den skriftlige pornografi frigivet i Danmark, og det var nu lovligt at købe, sælge og besidde pornografiske tekster, men ikke billedpornografi. Det var først i 1969, at billedpornografien, efter et forslag fra den konservative justitsminister, blev legaliseret. Han mente, at lovliggørelsen kunne mindske befolkningens nysgerrighed omkring pornografien.

Det viste sig dog hurtigt at slå fejl. Danskernes interesse for pornoen daledede ikke, udlandets nysgerrighed blev hurtigt vakt, og porno blev en eksportvare. Selv i dag er Danmark kendt for at have en af de mest liberale lovgivninger, når det gælder pornografi.

