



Birte Langgaard

Højt til loftet

LÆRERVEJLEDNING

GYLDENDAL 

INDHOLD

Om brugen af bogen

Emnerne.....	3
Arbejdsformer.....	4
Talefærdighed.....	4
Udtale.....	5
Lytteforståelse.....	5
Læsning.....	6
Skrivning.....	6

Om de enkelte kapitler

Kapitel 1.....	7
Kapitel 2.....	12
Kapitel 3.....	17
Kapitel 4.....	19
Kapitel 5.....	22

Udleveringstekster og -øvelser

Kapitel 1.....	25
Kapitel 2.....	30
Kapitel 3.....	34
Kapitel 4.....	40
Kapitel 5.....	43

Udskrifter af indtalte monologer og dialoger

Kapitel 1.....	46
Kapitel 2.....	49
Kapitel 3.....	55
Kapitel 4.....	59
Kapitel 5.....	62

Løsninger

Kapitel 1.....	65
Kapitel 2.....	68
Kapitel 3.....	75
Kapitel 4.....	78
Kapitel 5.....	82

Højt til loftet - Lærervejledning

© 2018 Gyldendal A/S, København

Forfatter: Birte Langgaard

Forlagsredaktion: Lars Schmidt Møller

Denne lærervejledning må printes og kopieres til brug for lærere og kursister på de institutioner, der anvender lærebogssystemet *Højt til loftet*.

hojttilloftet.gyldendal.dk

Om brugen af bogen

Højt til loftet består af en grundbog, en lærervejledning og et website: hojttilloftet.gyldendal.dk, hvor alle lydfileerne til bogen ligger. Bogen er skrevet for udlændinge på Danskuddannelse 3 Modul 5, der har en længere skolegang/uddannelse bag sig. Modul 5 fører frem mod Prøve i Dansk 3 (pd3), og bogen indeholder derfor mange øvelser, emner og samtale- og diskussionsspørgsmål, der vil være relevante i forbindelse med pd3.

Emnerne

Bogens første emne er personlighed og psyke, der giver en indgang til at beskæftige sig med mennesker og psykologi. Overordnet set er formålet med kapitlet at gøre kursisterne i stand til at tale om personlighed, følelser og psykologi. Kapitlet rummer et psykologisk ordforråd og nogle indgangsvinkler til at beskrive personlighedstyper. Den første vinkel er at se på mennesker som ekstroverte og introverte, den anden at se, hvad vores søskendeplacering gør for vores personlighedsdannelse, og den tredje tager udgangspunkt i Svend Brinkmanns synspunkter på mennesker i det moderne samfund og den positive psykologi. Kapitlet er anbragt først i bogen, fordi det fungerer som en 'blid start' i forhold til de følgende, meget tekst- og ordforrådstunge kapitler. Samtidig har det første kapitel den funktion, at den får kursister i en måske ny klasse til at åbne sig og lære hinanden at kende på et personligt plan gennem samtalerne, hvor de skal fortælle om sig selv.

Det andet kapitel handler om trafik og transport. Der er størst vægt på den danske cykelkultur, men kapitlet handler også om på bilisme, kollektiv transport, flytrafik og forskellige former for skibsfart. Den moderne

teknologi, som f.eks. el-biler, og trafikløsninger bliver inddraget som emner for mundtlige oplæg. Sproget bevæger sig fra ordforråd og dialoger om, hvordan man opfører sig i trafikken til færdselsregler og videre til trafikpolitik og trafik i forbindelse med bymiljø og forurening.

Det tredje kapitel handler om krop, helbred og sygdom og sigter mod at give kursisterne det ordforråd, man har brug for, når man er hos lægen og tandlægen eller taler om motion, skader, helbredsproblemer og sygdomme. Samtidig giver kapitlet et indblik i det danske sundhedssystem og forbereder kursisterne til at kunne diskutere og vurdere nutidige og fremtidige udfordringer for sundhedssystemet i Danmark. De fleste har behov for at kunne forstå og udtrykke sig om sundhed og sygdom på det niveau, der lægges op til i kapitlet, men samtidig giver kapitlet et brugbart ordforråd for kursister, der arbejder inden for sundhedssektoren. Hvor alle i klassen får til opgave at læse én tekst om sundhedsvæsenet og om én sygdom, kan dem, der har brug for det i deres arbejde, læse alle teksterne – hvad man som regel slet ikke behøver opfordre dem til.

Kapitlet om politik har til formål at give kursisterne et indblik i dansk politik: det politiske system, de politiske spørgsmål, der diskuteres, partierne, deres synspunkter og vælgergrupper. Det er vigtigt at kunne følge med i nyhederne og diskussionerne blandt kolleger og venner for at være med i samtalerne og føle sig som en del af samfundet – og med tiden føle sig klar til at stemme. Sidst i kapitlet bredes emnet ud til at omhandle international politik og populistiske partier i andre lande, hvor kursisterne selv kan have en viden at byde ind med.

Emnet for bogens sidste kapitel er det danske frisind, et emne, der giver mulighed for et andet blik på det danske samfund end de

andre, mere faktuelle emner. Der er i Danmark en lang historie med debatter og brydninger omkring personlig frihed, og kapitlet giver indblik i nogle af disse brud, debatter, foregangspersoner og lovændringer gennem historien. Samtidig er det et emne, hvor kursister selv har gjort sig deres iagttagelser og her får lejlighed til at formulere deres reaktioner på de kulturforskelle, de har oplevet. Til sidst i kapitlet kommer man ind på alkohol og hash, emner, der egner sig godt til argumentation og stillingtagen – og er velegnede til de skriftlige pd3-opgaver.

Arbejdsformer

Højt til loftet lægger op til mange forskellige arbejdsformer, fordi variation giver motivation og arbejdsglæde, og fordi det lægger op til forskellige former for indlæring, når vægten skifter mellem observation, analyse, fokus på sproglig form, viden om forskellige emner og forskellige grader af fri og bunden produktion.

Lærere har forskellige måder at undervise på og danner sig deres egne erfaringer med de forskellige tilgange. Det er klart, at kursisterne får meget ud af at arbejde med øvelser og skriftlig sprogproduktion i par, så de skal diskutere forskellige former og udtryk og kan inspirere hinanden. Men samtidig er virkeligheden i dag, at der bliver færre undervisningstimer og mere arbejde hjemme på grund af en strammere økonomi. Det betyder i praksis, at lytning, læsning, grammatikøvelser og skrivning overvejende vil være hjemmearbejde, og at man i timerne især må fokusere på den mundtlige produktion.

Talefærdighed

Par- og gruppearbejde giver mest taletid og dermed øvelse til den enkelte kursist. Men det er klart, at læreren ikke kan nå rundt til alle, især ikke i store klasser. Men hvis man skal løfte

deres mundtlige niveau, er det vigtigt, at man går rundt mellem parrene eller grupperne hele tiden og hjælper med ordforklaringer og retter – både ordvalg, former og udtale. Når man hører kursisterne formulere sig i plenum til sidst, kan man lægge mere vægt på korrekte formuleringer og rette mere i detaljen.

Højt til loftet lægger op til, at kursisterne udtrykker sig mundtligt i mange faser i timerne: Hvert kapitel begynder med samtale spørgsmål, hvor kursisterne skal snakke om nogle ting, de ikke har fået sprogligt input til. Derfor vil de ofte mangle ord, men de må prøve, så godt de kan – og selvfølgelig slå ord op og spørge læreren.

I alle kapitler er der personlige samtaler, hvor kursisterne ud fra spørgsmål skal fortælle om egne erfaringer, oplevelser, antagelser og holdninger, hvad der giver mulighed for at udtrykke sig personligt og subjektivt.

Efter hver læsetekst og indtalt monolog er der spørgsmål, både til forståelsen og til kursisternes holdninger til det læste/hørte.

Kursisterne læser forskellige tekster hjemme, nogle står i bogen, andre får de uddelt af læreren (kopieres her fra lærervejledningen). Kursisterne kan også selv tilgå uddelingsteksterne på hjemmesiden under de relevante kapitler – måske særligt nyttigt, når kursisterne misser en undervisningsgang. Kursisterne skal den følgende gang sidde i grupper, hvor de har læst hver sin tekst, som de så refererer for hinanden. Man må understrege, at de skal tage stikord til teksten og referere ud fra dem og ikke fra nedskrevet referat, så de formulerer sig nogenlunde frit.

Det samme gælder for deres mundtlige oplæg i grupper. De skal finde information og tage stikord og helst prøve at holde oplægget hjemme først, så de har en fornemmelse af, hvor lang tid det varer. Giv dem højst to minutter, så det fungerer som en forberedelse

til pd3. Efter hvert oplæg skal de andre i gruppen stille et eller to spørgsmål til oplægsholderen. Hvis man lader kursisten holde oplægget for hele klassen, er det en god idé, at læreren holder sig i baggrunden under oplægget, gerne kigger ned i sit papir og imens noterer sproglige fejl, som man så tager op bagefter. Hvis man er tæt på eksamen, kan man også spørge klassen, hvad der fungerede godt og mindre godt i oplægget, så alle bliver mere bevidste om, hvordan man holder et godt oplæg til eksamen.

Udtale

Her på modul 5 har kursisterne været igennem de fleste udtalefænomener, så der er kun en enkelt udtaleøvelse med vokallyd i bogen. Men i hvert kapitel er der en side med nye ord fra kapitlet, som er indtalt, så man kan indøve den rigtige udtale af dem både hjemme og i kor i klassen. Der bliver præsenteret et meget stort ordforråd i hvert kapitel, og hvis man først indlærer et ord med en forkert udtale, kan det være nærmest umuligt at rette den senere.

Mange af indsætningsøvelserne har form af dialoger i talesprog, og de er særligt egnede til udtale af hele sætninger/replikker i forbindelse med, at kursisterne læser en sætning op i runde. Her kan man også gøre noget ud af melodien i sproget. Mange overfører en melodi fra deres modersmål, der adskiller sig fra den danske. Forklar, at vi starter oppe, går lidt op/'ligeud' på hver trykstærk stavelse og i de fleste tilfælde foran komma og så lader tonen falde gradvis mod punktum – hvor vi 'slapper af' og tit ender meget dybt. Demonstrér det gerne ved håndbevægelser eller ved at tegne kurven på tavlen, mens man udtaler det og lader dem gentage det.

Lytteforståelse

Lytteforståelsen øves ved tre forskellige typer lytning (alle indtalingen ligger på websitet).

Der er dialoger i talesprog, hvor kursisterne skal lytte efter centrale informationer. Til hvert kapitel er der derudover to autentiske monologer, hvor unge og yngre mennesker har været i studiet og fortalt om personlige erfaringer eller et emne, som de har et personligt forhold til. Her bliver kursisterne udsat for dansk, som det tales af forskellige danskere, dvs. med alle de træk, der karakteriserer talesproget som afbrudte sætninger, slang, tøvefænomener – og nogle hurtigere og mere utydeligt end andre. Det er tit det sidste, der giver vores kursister vanskeligheder med at fange, hvad danskere siger. Men en god forberedelse til det virkelige liv. Endelig er der indtalte korte dialoger, hvor kursisterne skal prøve at opfange præcis, hvad der bliver sagt – i mange tilfælde selv udfylde med de ord, der ikke udtales.

Lad kursisterne besvare spørgsmålene til mono- og dialogerne 2 og 2 og gennemgå dem i klassen, hvis kursisterne har behov for det. Ellers kan man bare give dem udskriften af monologen, lade dem læse den hurtigt indenad og spørge om betydningen af de ord, de ikke forstår, eventuelt selv forklare dem. Hvis alle i klassen taler engelsk, kan man også give dem den engelske oversættelse af ordet, hvis det giver en mere præcis forståelse af betydningen. Man kan anbefale kursisterne at gå hjem og høre monologen/dialogen igen med udskriften af den i hånden, det kan både gavne deres lytteforståelse og deres udtale.

Der er til hvert kapitel to minialoger, hvor den ene står i bogen og kan bruges til udtale. Læs den højt for klassen, lad dem læse den i kor og angive tryk. Den anden minialog skal de høre hjemme og skrive. Det kan volde store problemer, selv med angivelse af antal ord,

fordi der er så mange småord og endelser, der ikke udtales, men det tvinger kursisterne til at tænke på sætningsstrukturer, for eksempel at der altid er et subjekt og et verbum, og i endelser som bestemte artikler og verbums-ender.

Desuden er der selvfølgelig masser af lytteforståelse i timerne, når kursisterne taler sammen, refererer tekster for hinanden og holder oplæg, og når de lytter til læreren.

Læsning

Der er mange tekster i bogen og tekster, der deles ud til at læse hjemme og referere for andre i en gruppe. Der er stor forskel på kursisters læsefærdighed efter hvilket modersmål de har, om de er vokset op med det latinske alfabet, og hvor vant de er til at læse. Derfor bruger nogle meget mere tid på at læse en tekst end andre, men der er kun én ting, der hjælper, og det er øvelse. Springet fra modul 4 til modul 5 vil altid være lidt af et chok, og det må man forklare kursisterne. Sværhedsgraden må jo gradvis rettes ind efter kravene på pd3.

Teksterne er beregnet til intensiv læsning, hvor kursisterne forstår i hvert fald de fleste ord, men når de finder avisartikler til at referere i klassen, behøver de ikke nødvendigvis forstå alle ord. Bare de forstår det centrale og kan videregive det. Det er et formål i sig selv, at de vænner sig til at læse avis og artikler på nettet, og det gør man ikke, hvis man skal forstå hvert et ord.

Det kan være svært at få kursisterne til at tage noter/stikord til de tekster, de skal referere, men prøv at vænne dem til det. Det giver dem mere øvelse i at formulere sig, giver lytterne en bedre oplevelse end ved at høre på én, der kigger ned i teksten, og forbereder dem på pd3, hvor de kun må medbringe stikord til den mundtlige prøve.

Skrivning

Skrivning er vigtigt i en indlæringssammenhæng. For det første giver skrivningen en større bevidsthed om sproget, fordi det tvinger kursisten til at fokusere på tekstsammenhæng, ordforråd, strukturer og grammatisk korrekthed. De fleste har brug for at skrive både på arbejde og privat. I dag kommunikerer man mere skriftligt end nogensinde før, fordi mail nærmest har erstattet telefonen i arbejdssammenhæng, så behovet for at kunne skrive er stigende. Desuden har kursisten bedre mulighed for at blive rettet og tage rettelserne til sig via det skriftlige end i samtalsituationer, så skrivefærdigheden smitter af på talefærdigheden.

I *Højt til loftet* er der både personlige opgaver, fortællende, beskrivende, argumenterende og diverse pd3-type-opgaver som en mail-opgave, en statistikopgave og opgaver, hvor de skal diskutere udsagn og vurdere forskellige forhold.

Selv om det skriftlige arbejde først og fremmest handler om at kursisterne skal forbedre deres sprog, skal der ikke kun være fokus på de formelle ting som bøjninger og stavning. Især i tilfælde, hvor kursisterne skriver om personlige oplevelser og synspunkter, må man prøve at give kommentarer til indholdet, så kursisterne føler sig set.

Med hensyn til rettelse af det skriftlige arbejde lærer kursisterne mest, hvis de selv retter de grammatiske og ortografiske fejl, efter at læreren har sat rettetegn under fejlene efter en fælles rettenøgle. Er der problemer i sprogbrugen/ordvalget, hvor man skønner, at de ikke kender det rigtige ord, kan man give forslag til mere rammende ord. Desuden er det en god idé at skrive de meget frekvente udtryk, som de har problemer med under deres tekst,

så de visuelt får dem repeteret i den rigtige form.

Det er meget givende for kursisterne, hvis læreren skriver nogle af de mest almindelige fejl på tavlen eller på et papir, som kopieres til alle – med fejlene, og så lader klassen tænke over eksemplerne og prøve at se, hvad der er galt, og rette det.

Kursisterne lærer meget af at rette deres opgaver parvis, når de får dem tilbage – og der bliver mindre spildtid, hvor de bare venter på, at læreren kommer og ser deres rettelser.

Kursisterne må tage stilling til hinandens valg, og der er mange ting, de kan forklare hinanden eller ræsonnere sig frem til sammen. Læreren hjælper selvfølgelig med at afklare problemerne og tjekke rettelserne til sidst.

Anbefal kursisterne at gemme deres opgaver fra det aktuelle modul og tage dem frem i forbindelse med nye skriftlige opgaver, så de kan se, hvilke typer fejl der går igen. Så ved de, hvad de skal fokusere på, og de kan også se deres egne fremskridt og dermed få selvtillid og blive opmuntrede i deres læreproces.

OM DE ENKELTE KAPITLER

Det følgende er forslag, idéer og råd til de enkelte opgaver, som man kan bruge i det omfang, man vil. Det er tænkt som støtte og inspiration første gang, man bruger bogen. Efterhånden som man bliver bekendt med bogen, kan man variere, hvordan man vil arbejde med de enkelte ting og prioritere dem efter den enkelte klasse, og hvor meget tid man har.

Det varierer, hvor stort timetal, der er til rådighed, og det spiller selvfølgelig en rolle for, hvor meget tid man kan bruge på hver enkelt ting. Det varierer også, hvor stærke kursisterne er. Nogle klasser har brug for at lave øvelserne 2 og 2 i klassen, andre foretrækker at lave dem hjemme, før man gennemgår dem i plenum. Læreren må prøve at finde en balance, så kursisterne kan følge med og får den tid, de har brug for til at tage stoffet ind, men så der ikke er en stor gruppe, der begynder at kede sig, fordi de synes, det går for langsomt, eller der er for mange gentagelser.

Til det første kapitel er der kommentarer til alle opgaver, til de øvrige fire kapitler kun til de opgaver, der kalder på særlige kommentarer eller løsninger.

Kapitel 1 Som nat og dag – Om personlighed og psyke

Samtale 2 og 2

Samtalen skal fungere som en indgang til at tale om personlige egenskaber. Kursisterne mangler selvfølgelig ordforråd, så man må gå rundt og hjælpe dem med at finde ord, der dækker det, de vil sige.

Som nat og dag

Lad klassen læse spørgsmålene (måske mens man finder indlæsningen på computeren) og spørge om ord, de ikke kender. Jeg plejer at spille monologen én gang uden afbrydelser, hvor kursisterne fanger visse dele af det sagte, og én gang med pauser, hvor de får tid til at forstå mere – eventuelt spørge til ord, de ikke forstår – og tage noter. Derefter besvarer de spørgsmålene 2 og 2. Til sidst kan man vælge at gennemgå svarene i klassen (det er forskelligt, om kursisterne føler, de har behov for det) eller bare give dem udskriften af monologen, lade

dem læse den hurtigt indenad og tage de svære ord op i klassen.

Introvert og ekstrovert

Lad nogle læse den lille introtekst op i klassen og snak om udtale (f.eks. af *bidrage* og *baggrundsviden*) og betydning af svære ord.

Lad hver anden kursist læse teksten om den introverte mennesketype og hver anden om den ekstroverte. Gå rundt og hjælp dem med ord, de ikke kender, mens de skriver stikord til deres tekst. Når alle har læst deres tekst, sidder de i par og refererer den for hinanden ud fra deres stikord.

Ordforråd

Tal med klassen om, hvad ordene betyder og hvordan man bruger dem (giv eksempler). Lad dem udfylde øvelsen 2 og 2 og tag den i en runde i klassen, hvor kursisterne læser et eksempel op hver. Det giver også mulighed for at rette den enkeltes udtale.

Efter øvelsen: Lad alle skrive et eksempel med et af udtrykkene, som de gerne vil lære, og tag en runde, hvor de siger deres eksempel højt i klassen. Hvis nogen har brugt "deres" udtryk forkert, kan man bruge det som en anledning til at præcisere brugen af det. Her vil tit opstå en situation, hvor man som lærer ikke lige har forestillet sig, hvordan kursisterne finder på at bruge et udtryk, og hvorfor det ikke fungerer i den kontekst. Det kan være svært på stående fod, men man må prøve at tænke på forskellige situationer, hvor udtrykket bruges – og ræsonnere sig frem.

Samtale 2 og 2

Her fortæller de frit om sig selv i forhold til det, de har hørt om at være introvert og ekstrovert. Man kan gå rundt og rette udtale, korrekthed,

sprogbrug og hjælpe dem med at finde de ord, de har brug for.

Er dit barn, din kæreste eller en anden i din familie?

Her skal kursisterne indsætte et af verberne fra listen i imperativ-form. Lad dem løse opgaven 2 og 2 eller hjemme og tag den i en runde i klassen. Det er ikke let for alle, for eksempel kan de have problemer med: "Giv dem tid"/"Lad dem få tid". Desuden er de ikke vant til at bruge imperativ-formen, så formålet med øvelsen er dobbelt: at bruge imperativ i deres aktive sprog og lære at bruge verberne i øvelsen.

Der kan selvfølgelig være flere svarmuligheder, men jeg synes, at ordvalget i den oprindelige tekst (fra Samvirke) er mest naturligt (se under Løsninger).

Emil om at være introvert

Forklar ordet *pejs* i klassen, før de hører monologen hjemme, for meget få kender ordet.

Næste gang snakker de om Emil 2 og 2. Ved mange af monologerne er der spørgsmål, men her skal de selv styre samtalen, så mind dem lige om, at de skal deles om ordet. Bagefter lader man hele klassen referere Emils fortælling på den måde, at de siger én sætning hver i runde. Den første starter, derefter siger den næste en sætning og så videre. Sig, at de skal lytte efter, hvad de andre siger, så de ikke gentager, hvad der allerede er sagt. Til sidst får de udskriften af monologen, læser den hurtigt igennem, og man tager svære ord op i klassen. Et ord som *ild* kan man eventuelt få op på tavlen med de forskellige beslægtede ord som brand, ildebrand, bål (der alle hedder *fire* på engelsk), forklare forskellene og give eksempler. De spørger tit om andre ord inden

for betydningsområdet som flamme, at brænde, et fyr, fyrtårn etc., og man kan ende med en tavle fuld af udtryk som: Har du ild?, det brænder, skovbrand, der går ikke røg af en brand (uden at der er ild i den), en gammel flamme, at brænde for noget, ildsjæle osv. Det kan være meget givende, da man bedre lærer og husker ord, hvis man forstår de forskellige aspekter af dem, og hvordan deres betydning er forbundet.

Søskende Samtale 2 og 2

Her får kursisterne mulighed for at udtrykke sig i et psykologisk ordforråd. Egentlig lægger spørgsmålene op til, at man forholder sig til generelle forhold, men de fleste kommer spontant til at inddrage sig selv og deres søskendesituation, og det er også helt fint, at de forholder sig til deres personlige baggrund og ser den i forhold til søskendeteorien. Saml op i klassen.

Søskendeteorien

Det er en god idé at lade kursisterne læse teksten op i klassen og i den forbindelse snakke om svære ord og rette udtale.

Fire læsetekster

Fordel de fire tekster: den ældste, den mellemste, den yngste og enebarnet mellem kursisterne. Man kan lade dem vælge selv, da de tit føler det mest motiverende at læse om den type, de selv er, men nogle må få en anden, da der skal være lige mange med hver tekst, så man næste gang kan danne grupper, hvor alle fire tekster er repræsenteret. Bed dem om at læse deres tekst hjemme og tage noter til den. Det er en god øvelse at tage noter til en tekst og fortælle ud fra deres noter, så de ikke sidder med næsen i teksten, men formulerer sig mere frit og har øjenkontakt med de andre i gruppen.

Den følgende gang fordeler man grupper, så alle har forskellige tekster, og lader dem fortælle om deres tekst ud fra deres noter. Det holder hårdt at få kursisterne til at tage noter, da det jo tager lidt ekstra tid, og man må selv afgøre, hvor streng man vil være med det. Jeg plejer at anbefale det nogle gange og fortælle, at det er en god forberedelse til eksamen, hvor man må medbringe noter, men aldrig tekst. Denne opgavetype med gruppereferat fungerer både som en god øvelse i lytteforståelse og tvinger dem, der fortæller, til at udtrykke sig forståeligt.

Udtale af svære ord

Det er altid en risiko ved at lære nye ord via læsning, at man indøver dem med en forkert udtale. Derfor er der til hvert kapitel en side, hvor man arbejder med udtalen af de nyindlærte ord. Det kan anbefales at læse dem højt i klassen (læreren læser for, og klassen læser dem efter i kor). Man kan eventuelt til sidst lade kursisterne læse en linje hver, så de også læser ordene op uden at kunne repetere direkte. Alle former for repetition hjælper til at få udtalen til at sidde fast. Man bør altid spørge, om de kan huske betydningen af ordene eller selv spørge til betydningen af de sværeste. Det store nye ordforråd i bogen kræver mange slags repetition for at blive indlært: høre, gentage, læse, sige, skrive, selv lave eksempler med det og bruge det i samtaler og skriftlige opgaver.

I forbindelse med denne første udtaleøvelse kan man gennemgå side 121 om substantivernes køn. Det gælder for de fleste substantiver, at man ikke kan aflæse et ords køn af selv ordet, men for nogle gælder der visse principper, og andres endelse afslører kønnet. Hvis kursisterne bliver fortrolige med disse principper og regler, får de betydelig lettere ved at bruge det rigtige køn, og de slipper for uendelig mange

gætterier, fejl og ordbogsopslag. Et tip til at lære endelserne -ing, -ning, -else, -hed og -dom (alle én-ord) er at indøve dem på en lille melodi à la den tyske remse: durch, für, gegen, ohne, wieder, um (– kannst du nicht Akkusativ, dann bist du wirklich dumm).

I siderne med udtale forudsættes det, at kursisterne er bekendt med reglerne – og de repeteres hermed. Derfor er der kun angivet køn ved de substantiver, hvor man ikke kan se det på ordet. Substantiverne uden angivelse af køn kan eventuelt bruges til at repetere reglerne.

Olivia om at være enebarn

Monologen gives for som hjemmearbejde, og kursisterne besvarer spørgsmålene 2 og 2. Hvis de synes, den var svær at forstå, kan man høre deres svar på spørgsmålene i klassen bagefter. Mange af kursisterne kan godt opfange det centrale og dermed svare på spørgsmålene. Men der er mange måske mindre centrale passager og udtryk, som kan være svære for dem at fange, også fordi Olivias sprog er typisk ungt talesprog med lidt utydelig udtale. Derfor er der her i lærervejledningen et kopiark med den udskrevne tekst med huller. Lad klassen høre monologen en gang til i klassen med arket foran sig, mens de lytter efter de manglende ord og udfylder hullerne. Til sidst kan man høre deres udfyldninger og eventuelt skrive de sværeste på tavlen.

Jeres egne erfaringer

Her får kursisterne lejlighed til at fortælle om deres personlige søskendesituation og sætte det i forhold til det, de har læst om de forskellige søskendetyper. Hvis der er tid, kan man lade nogle fortælle lidt om det i klassen, men man kan også bare gå rundt og hjælpe dem med spørgsmål med mere under deres

samtale, som også fungerer som forberedelse til at skrive den lille skriftlige opgave.

Skriftlig opgave

I denne opgave får kursisterne mulighed for at formulere sig skriftligt om personlige forhold. Denne første skriftlige opgave er med vilje let og personligt vedkommende, så kursisterne bliver motiveret for at skrive og forhåbentlig starter det skriftlige arbejde med en succesoplevelse. Senere i bogen kommer der opgaver, som følger de forskellige opgavetyper i pd3, og dermed tvinger kursisterne ud på dybere vand. I pd3-opgaverne skal de bruge den overskrift, der gives i opgaven, men her kan de selv forfatte en overskrift, de synes passer til indholdet.

Hvad kan forældrene gøre?

Denne øvelse er af samme type som læseopgave 2B i pd3. Kursisterne skal vælge det udtryk, der passer ind i konteksten. Øvelsen falder nogle svært og andre let, afhængigt af hvor meget de er vant til at læse på dansk. Her er kun 3 valgmuligheder, i kapitlet om politik kommer der en tilsvarende øvelse med 4 som i pd3. Giv øvelsen for som hjemmearbejde, men fortæl først kursisterne, hvad øvelsen går ud på. Selvfølgelig kan de bruge ordbog hjemme, hvad der ikke er tilladt til eksamen, men kursisterne kan også lære mere ordforråd ved at bruge ordbog og så meget tid, de vil – end ved at efterligne eksamenssituationen.

Minidialoger

Der er to indtalte minidialoger til hvert kapitel. Den ene er trykt i bogen og kun ment til udtale. Kursisterne kan høre den hjemme, imitere udtalen – gør dem opmærksom på også at imitere melodien – og sætte trykstreger. Den anden skal de høre, imitere udtalen, skrive den og eventuelt sætte trykstreger (nogle klasser

synes ikke, de får så meget ud af at lytte efter tryk, og det behøver man måske heller ikke fokusere på hver gang). I klassen lader man dem sige replikkerne i runde, og derefter kan man give dem udskriften af dialogerne, så de selv kan se, om de har skrevet den korrekt i detaljer, for eksempel om de har fået endelserne med. Til sidst kan man læse den anden dialog op i klassen og lade dem læse efter i kor replik for replik. På den måde får man dem til at imitere og dermed producere den helt rigtige udtale og melodi, hvilket forhåbentlig vil smitte af på deres udtale i fri tale.

I den næstsidste replik forekommer ordet ”sted” to gange. Det specielle ved det ord er, at det oftest optræder uden præposition. De fleste kursister sætter ofte ”i” eller ”på” foran, som man gør på engelsk og andre sprog, så det er en god idé at påpege det og give dem eksempler med den særlige struktur: at bo et andet sted, har været mange steder, tage et sted hen osv.

Fokus på adjektivernes form

Inden øvelsen kan man gennemgå adjektivernes former, både det grundlæggende bøjningssystem og de forskellige undtagelser og andre svære aspekter. Der er en side om det bagi bogen (122), som man eventuelt kan læse op i klassen (læreren kan læse reglerne og kursisterne eksemplerne, der er i et mere mundret, læsevenligt sprog). Adjektivernes bøjning er jo et fast system, så kursisterne burde i princippet kunne lære det. Men det er erfaringsmæssigt et område, hvor de laver mange fejl, både mundtligt og skriftligt, hvilket nok skyldes, at adjektivernes form ikke ændrer betydningen – på et sprog som engelsk klarer man sig jo udmærket med en enkelt form. Men sproglig korrekthed er vigtig, for at

kommunikationen fungerer gnidningsløst, og fejl i endelser virker altid lidt forstyrrende.

Man kan lade kursisterne lave øvelsen med adjektiver i par i klassen eller lave den som hjemmearbejde. Det er forskelligt, hvad kursisterne foretrækker. Nogle får mest ud af at diskutere adjektivformerne med en anden, andre får mest ud af at sidde derhjemme og selv tænke sig frem til dem. Og selvfølgelig sparer man tid i klassen ved at give det for som hjemmearbejde. Til sidst/næste undervisningsgang kan man lade kursisterne læse sætningerne op i runder og selv skrive adjektiverne (eventuelt bare endelserne) i den rigtige form på tavlen efterhånden.

Opgøret med den positive psykologi

Kursisterne har generelt et meget forskelligt niveau med hensyn til læsefærdighed. Der er mange faktorer i det: deres sproglige baggrund (nogle kan gætte ordenes betydning, fordi de danske ord ligger tæt på deres modersmål eller andre sprog, de kender), deres læsevanthed, og hvor neddykkede de er i dansk kultur – har dansk partner og svigerfamilie, danske kolleger og venner, bruger danske medier mm. I forhold til denne tekst betyder det meget, om de er bekendt med den positive psykologi og hele tankegangen bag den. Her kan være store forskelle mellem kursister fra vestlige lande og andre dele af verden, hvor de første læser teksten helt uden problemer, og de sidste kan opleve hele problematikken som fremmed og derfor opleve teksten som meget svær og kompleks. Derfor er der ordforklaringer til teksten for at lette læsningen for dem, der har brug for det. Ordforklaringerne indeholder for enkelte af ordenes vedkommende en engelsk oversættelse, da det vil give en mere præcis forståelse af betydningen for de (mange) kursister, der forstår engelsk.

Hvis man vil give kursisterne et levende indtryk af Svend Brinkmann og hans synspunkter – og en god lytteøvelse, kan man på youtube.com finde aktuelle klip med ham fra Deadline og andre udsendelser. Nogle indslag er lidt lange, men man kan eventuelt afspille et uddrag. Når man afspiller det i klassen, kan man sætte på pause, hvis der forekommer svære ord eller passager, og få dem afklaret, men kursisterne kan også få udbytte af det uden nødvendigvis at forstå 100 %.

Lav eksempler med verberne

Her er udvalgt ti verber fra teksten, som er frekvente og vigtige at lære, også aktivt. Læs dem op i klassen i runde, snak om verbernes betydning og lad kursisterne skrive eksempler med nogle af verberne. Det kan igen være meget forskelligt, om de allerede er fortrolige med nogle af verberne og bruger dem, og hvilke af verberne de ikke kender eller bruger. Det er også motiverende selv at skulle vælge og dermed forholde sig til, hvilke af verberne man selv finder det relevant at arbejde med. Lad dem aflevere deres eksempler og ret dem. For ofte vil kursister bruge verberne i kontekster, hvor man ikke ville bruge det ord. Så må man prøve at forklare, hvorfor det ikke går i den kontekst – hvad der ikke altid er lige let.

Spørgsmål til teksten 2 og 2

Lad kursisterne svare på spørgsmålene i par, mens man selv går rundt og lytter, retter og hjælper. Man skal ikke rette alt i denne fase og heller ikke gå ind og blande sig for meget, for det vigtigste er, at kursisterne prøver at finde ud af, hvad de selv mener, og formulerer det. Det er altid en balance, om man også går spørgsmålene igennem i plenum. Nogle gange oplever kursisterne det som en gentagelse og dermed lidt kedeligt, men i tilfælde som med disse spørgsmål, som er svære for nogle og i

øvrigt lægger op til egne holdninger, kan det give mening.

En e-mail

Den skriftlige opgave svarer til e-mail-opgaven i pd3 og fungerer derfor som en forberedelse til skriftlig delprøve 1 i pd3. Det er den eneste opgave af denne type i bogen og normalt også den type, man bruger mindst tid på, både fordi den er relativt let, og fordi den tæller meget lidt i karaktergivningingen ved eksamen.

Det er vigtigt at gennemgå, hvad opgaven går ud på, og at man skal følge de tre punkter i opgaveinstruktionen meget nøje!

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

Samtale 2 og 2

Lad kursisterne besvare spørgsmålene 2 og 2, mens man selv går rundt og hjælper dem med ordforråd, de mangler. Det giver god mening at tage disse indledende samtalspørgsmål op i klassen, da der ikke er noget sprogligt input til dem, og det derfor kan være meget forskelligt, om de forskellige par har ordforråd til at formulere noget om dem, og kommer op med meget forskellige svar, som kan være gode for andre at høre. I spørgsmål 1 får man også introduceret fordele og ulemper, hvad der er vigtigt på modul 5 og til pd3-forberedelse.

Samtalen vil blive mere interessant, hvis de to samtalepartnere kommer fra forskellige lande, da der vil være mere at fortælle, som ikke allerede er velkendt for den anden.

Hos cykelsmeden

Man må sikre sig, at kursisterne kender og forstår de ti udtryk. Spørg til deres betydning og lad dem, der kan, forklare dem i klassen – hvis ingen kender dem, må man selv forklare dem og eventuelt oversætte dem til engelsk, hvis det øger forståelsen af dem.

Lad kursisterne indsætte de ord og udtryk, der passer ind i konteksten og lad dem hver læse en sætning eller replik op i klassen.

Til sidst – eller undervejs – kan man sørge for, at de forstår de svære ord under dialogen.

Samtale 2 og 2

Her får kursisterne mulighed for at formulere sig om helt jordnære, personlige erfaringer med at cykle. Som sædvanlig går man rundt og retter og hjælper med ordforråd og andre spørgsmål. Man kan eventuelt lade nogle besvare spørgsmålene i klassen, supplere med lidt uddybende spørgsmål og lade det udvikle sig til en samtale om emnet i klassen.

Bjarke om sit forhold til cykler

Monologen gives for som hjemmearbejde. Man kan inden gennemgå de tre svære udtryk øverst, fordi de kan give nogle problemer med at fange det sagte. Men alene det, at de kan læse ordene og eventuelt selv slå dem op hjemme, letter forståelsen af monologen. Det er ikke meningen, at udfordringen ved lytteøvelsen skal være nye, svære ord, men i højere grad det at kunne opfange så meget som muligt i en ordstrøm.

Kursisten tager noter hjemme og besvarer spørgsmålene 2 og 2 den følgende gang. Derefter kan man spørge klassen, om de gerne vil have, at man hører deres svar i plenum. Hvis man har indtryk af, at nogle af spørgsmålene var svære for dem at besvare, kan man tage de spørgsmål i plenum. Til sidst kan man uddele en

kopi af udskriften. Den kan man lige lade dem løbe igennem, så de kan spørge om ord, de ikke kender, eller man spørger selv til betydningen af nye ord.

Den danske cykeltradition

Mange kursister tror, at det er noget nyt, at så mange danskere cykler, og at det kun har kunnet lade sig gøre, fordi der er cykelstier. Teksten fortæller om vores lange tradition for at cykle og om trafikforholdene fra 1800-tallet og op til i dag.

Lad kursisterne besvare spørgsmålene 2 og 2, mens man går rundt og besvarer eventuelle spørgsmål og retter sproglige fejl og udtale, og hør til sidst deres svar i klassen.

Mht. den udbredte brug af cykler i Danmark og Holland kan årsagerne have at gøre med det relativt flade landskab, de milde temperaturer, den lille mængde sne, at der ikke er bilindustri og derfor ikke behov for at beskytte arbejdspladser og måske noget med kultur, mentalitet og holdninger. Der kommer tit mange bud frem i klasserne, så det er sjældent nødvendigt, at læreren byder ind.

Passiv

Passiv er et stort og kompliceret emne inden for grammatikken. Jeg har med vilje udeladt den ene passiv-type med ”at få gjort noget” som i ”Vi får vinduerne pudset to gange om året”, fordi jeg tror, at der er større chance for at indøve de to almindeligste typer s-passiv og blive-passiv, hvis man fokuserer på dem. Efter mine erfaringer er det de allerfærreste af vores kursister, der bruger de to typer aktivt – som oftest laver de en passivform med være som på engelsk.

Gennemgå siden om passivformer på s. 120 med klassen og eksemplerne her på siden, før kursisterne laver øvelserne. De første to øvelser fokuserer på en bestemt passiv-form for at

vænne kursisterne til at bruge formen aktivt. Alene det at bruge blive i den rigtige form kan volde problemer. Først i den sidste øvelse skal de vælge mellem de to passivtyper. Lad dem udfylde øvelserne 2 og 2, så de skal ræsonnere sig frem sammen, før man hører sætningerne i klassen.

Cykler i trafikken

Teksterne kopieres og fordeles, så der er cirka lige mange, der læser hver tekst, så man kan sammensætte grupper à tre, der har læst forskellige tekster. Man kan lade kursisterne vælge den tekst, de har mest lyst til at læse, eller give de mest læsevante den længste/sværeste tekst. Prøv at få kursisterne til at tage noter/stikord til deres tekst, som de kan fortælle ud fra næste gang. Dels er det en god øvelse til eksamen, hvor de kun må tage noter/stikord med, dels tvinger det dem til at formulere sig friere mundtligt.

Udtale af svære ord

Der er kun angivet køn ved de substantiver, hvis køn man ikke selv kan regne ud ud fra principperne angivet på s. 121 om substantivernes køn. Men man kan selvfølgelig lige spørge dem, hvad køn de substantiver har, der er angivet uden artikel, for at repetere reglerne.

Det er forskelligt, hvilke udtalefænomener kursisterne finder svære. Lange vokaler er vigtige at træne, hvis der er spaniere og polakker i klassen, -ng-lyden er særligt svær for kursister med et slavisk modersmål. Men det er en god øvelse for alle at læse ordene op og lade klassen gentage dem i kor. På den måde forbedrer alle deres udtale, og man kan som regel godt høre de enkeltes udtalefejl og rette dem, selv om alle gentager sammen.

Spørg, om der er nogle ord, de ikke forstår, så øvelsen også fungerer som repetition af ordforrådet fra kapitlet.

Fra noget til noget andet

Det volder altid problemer, når der på dansk er flere forskellige ord for ét ord på andre sprog, og det er tilfældet her. Alle verberne i denne øvelse kan oversættes til det engelske *change* og til *changer*, *cambiar* osv. på de romanske sprog. Nogle af ordene som veksle, bytte og skifte har en meget specifik brug, men i andre tilfælde kan man bruge flere forskellige. Gennemgå først eksemplerne, før kursisterne laver øvelsen 2 og 2 eller hjemme.

Der kan være flere muligheder i mange af eksemplerne, men jeg har her angivet dem, jeg tror, er mest brugt i de angivne eksempler. Det bygger selvsagt ikke på statistik, men mere på en fornemmelse, og andre lærere kan være uenige eller mere "tolerante", men samtidig er der klart ord, som alle vil finde forkerte i konteksten.

Ny teknologi, løsninger på trafikproblemerne, trafikpolitik

Denne aktivitet lægger op til, at kursisterne skal vælge et emne, søge information på nettet eller andre steder og forberede et to-minutters oplæg, som de holder i klassen eller i en gruppe. Her er det vigtigt, at de kun har stikord med. Gør det klart, at det fungerer sådan til eksamen, og at formålet med det er at formulere sig frit. Kursister fra især nogle lande er vant til – og føler sig tryggest ved – at skrive deres oplæg ned og enten læse det op eller lære det udenad. Det kan være overordentlig svært at få dem til at aflægge denne fremgangsmåde, så man må fortælle dem, at det ikke bare er spild af tid, men heller ikke giver point til eksamen at aflære en udenadslært tekst (og at det som regel er

tydeligt for et dansk øre, om det er udenadslært eller fri tale).

I små klasser kan man måske høre alles oplæg i klassen, i større klasser må de holde deres oplæg i grupper. Lad nogen tage tid, så hver enkelt får en fornemmelse af, hvad man kan nå at sige på to minutter. Efter hvert oplæg skal de andre i klassen/gruppen stille et spørgsmål til oplægget (opklarende, uddybende eller om oplæggholderens holdning til noget af det omtalte). Når man kommer tæt på eksamen, kan læreren og de øvrige kursister kommentere, hvad der var godt ved fremlæggelsen, og hvad der eventuelt kunne forbedres.

Line om at være pendler

Lines monolog er relativt kort og letforståelig, så det er oplagt at bruge den til nærlytning og ordforråd. Lad først klassen svare på spørgsmålene, så man sikrer, at monologen er forstået. Giv derefter alle arket med de kursiverede ord og spil monologen i klassen med pauser. Kursisterne skal høre, hvilke ord der bliver sagt i stedet for de kursiverede. Til sidst læser de teksten op i klassen i runde med de ord, de har hørt, og snakker om, hvorvidt de to ord betyder det samme eller om der er forskel på deres betydning.

To synspunkter

Formålet med at sætte de to synspunkter op over for hinanden er at give kursisterne nogle synspunkter at forholde sig til og nogle formuleringer, de kan bruge i deres argumentation. Argumentationsudtrykkene kan de bruge til at variere deres ordforråd, så de ikke kun bruger ”Jeg synes”.

Ved at have grupper på tre kan diskussionen blive mere levende, der kan være flere forskellige synspunkter at tage stilling til. Hvis

nogle kursister har tendens til at tage hele taletiden, må man gøre opmærksom på, at alle skal komme til orde. Man kan lade det blive ved diskussion i grupperne eller lade alle formulere en holdning i klassen bagefter og eventuelt tage diskussionen op i klassen.

”De kører råddent!”

Formålet med øvelsen er at indlære nogle frekvente udtryk og formuleringer, man tit bruger i samtale om trafik. Kursisterne får mest ud af at udfylde ordene 1 og 2, så de kan høre hinandens idéer og snakke om ordenes betydning, men man kan også lade dem udfylde den hjemme og så gennemgå den i klassen.

Færdselsregler og trafikkultur

Formålet med denne aktivitet er dels at indlære relevant ordforråd om færdsel, lære nogle danske færdselsregler at kende og diskutere reglerne og trafikulturen i Danmark. Hør nogle af kursisternes synspunkter i klassen og lad dem kommentere hinandens iagttagelser og holdninger.

Fokus på adjektivernes form

De fleste har arbejdet med adjektivernes bøjning på alle moduler, men det er stadig svært for de fleste at bøje adjektiverne rigtigt både i skrift og tale, og der er oftest nogle, der har behov for at få gennemgået systemet igen. I så fald kan man gennemgå s. 122, som kursisterne også selv kan slå op i, når de har brug for at få opfrisket reglerne. Øvelsen kan løses i par eller gives for som hjemmearbejde og gennemgås i klassen. Hvis man lader kursisterne læse en sætning hver, kan den også fungere til at rette udtale. De fleste vil gerne have adjektivets endelse skrevet på tavlen.

Sikke en flot bil!

Det er vigtigt, at man kan kommentere spontant, og sådanne kommentarer og udbrud høres hele tiden. Læs dem op og lad klassen gentage og tag en snak om, hvilke udbrud de hører mest. Lad dem kommentere transportmidlerne på billederne i par og i klassen.

Flytrafik

Verberne stige og falde er erfaringsmæssigt svære at bøje, men frekvente og vigtige at mestre, når man skal beskrive ændringer, hvad de ofte skal i statistikopgaven i pd3. I denne øvelse skal kursisterne også tage stilling til, hvilken tid af verberne de skal bruge, hvad mange har brug for.

Skriftlig opgave

Opgaven ligner statistikopgaven i pd3. Hvis det er første gang, de skriver en pd3-type-opgave, må man gøre meget ud af at fortælle, at det er vigtigt at besvare alle de tre punkter og gøre det separat. Det er en god idé at tegne et ark på tavlen og angive overskrift og tre adskilte afsnit.

Det er fint, hvis kursisterne kan skrive en enkelt sætning, der leder ind i emnet og på den måde fungerer som en lille indledning. Men det skal endelig ikke være mere, for de skal ikke bruge tid på det til eksamen. Man må også understrege, at det første afsnit med statistikbeskrivelsen skal være kort, gerne kun ca. tre linjer. Det kan gøres så kort, hvis man holder sig til at beskrive udviklingen/sammenligningen, eller hvad det måtte være, med ord og ikke med tal.

Det andet afsnit om mulige årsager kræver viden om samfundsforhold, en viden som kursisterne selvfølgelig ikke altid har. Det er jo som bekendt ikke en vidensprøve, men en

sprogprøve, men det betyder noget, at de beskriver de mulige årsager i et hypotetisk sprog: ”En årsag til udviklingen kan være, at...”, ”Et andet forhold, der kan betyde noget, er...”. Lidt ydmyghed er godt her, for det det virker mere stødende, hvis nogle helt vilde forklaringer fremføres meget skråsikkert. I det sidste afsnit med vurderinger må man understrege, at deres vurderinger kræver argumenter: ”Jeg mener/tror/er sikker på, at ..., fordi...”

Hvis det ikke er en stærk klasse, og det er deres allerførste pd3-opgave, kan man nøjes med at give dem et af afsnittene for – eventuelt dele opgaven op, så de får næste afsnit den følgende gang og så fremdeles. At skrive en pd3-opgave skal læres og kræver øvelse, men man kan afværge de største skuffelser over en gennemrettet, fejlfuldt opgave – og nedbringe sin egen rettetid – ved at forberede dem godt på opgaven og som sagt eventuelt give dem en del for ad gangen.

Danmark – et ørige

Transporten i Danmark kan ikke beskrives uden søfarten. I stedet for læsetekster er her ”lyttetekster”, som de skal høre og tage noter til hjemme og referere i en gruppe den følgende gang. Fordel de fire emner ligeligt, så man kan danne grupper à fire, hvor de har hver sin lyttetekst. Gå rundt og hjælp dem, hvis de har problemer med forståelsen. Hvis de er interesserede i at ”få det hele med” eller er fraværende, når der refereres i grupper, så bed dem høre de andre lyttetekster hjemme. Del ikke udskrifterne ud, for det er en god øvelse og større udfordring at lytte – gerne flere gange – end at læse! Og de lytter mere koncentreret, når de ved, at de ikke bare kan kigge i teksten til sidst.

Kapitel 3 Fra maraton til mindfulness – Om krop og helbred

Samtale

I det første spørgsmål spørges der om den vestlige verden og den fattigste del af verden, og det er ikke, fordi der ikke findes andre typer lande, men imellem de to yderligheder, de rigeste og de fattigste, er der jo mange forskellige forhold, så det ville være meget svært at svare på. Derfor kun de to typer, som jo har meget forskellige helbredsproblemer. For eksempel er der i den fattigste del af verden tropesygdomme, kolera, (mere) tuberkulose, hiv/aids og alverdens andre lidelser forbundet med underernæring, mangel på rent vand, sanitære faciliteter, lægehjælp osv.

Svaret på spørgsmål 5: Man kan ringe til 1813 og komme til at tale med en sygeplejerske eller en læge, som kan henvise én videre til en akutmodtagelse, til at få lægebesøg eller til indlæggelse på hospital.

Ordforråd om kroppen

Det kan være svært at forklare disse ord, så man er sikker på, at kursisterne får en præcis forståelse af dem, så det er en god idé at bede dem kigge på dem hjemme inden, helst finde en oversættelse til deres eget sprog. Læs dem op i kor, så de får udtalen på plads, og snak om betydningen. Formålet med det store ordforråd i kapitlet er at give kursisterne et ordforråd, de har på deres eget sprog, og som de vil få brug for ved lægebesøg og samtaler om helbredsproblemer generelt.

De to ord helbred og sundhed er svære at få hold på, så man må gøre noget for at klargøre forskellen på dem.

Skader

Teksten er svær og må gives for som hjemmearbejde. Man kan eventuelt hjælpe kursisterne lidt med læsningen ved at forklare nogle af de sværeste ord på forhånd.

Når man kigger på sin mobil...

Teksten er en omskrivning af en autentisk historie til historisk præsens. Kursisterne skal skrive teksten om til datid, men også beholde nutidsformen, når det handler om generelle forhold. Så det er ikke kun en datidsøvelse, men kræver også refleksion over, hvornår man bruger henholdsvis datid og nutid. Man kan lade kursisterne lave øvelsen i par eller som individuelt hjemmearbejde og i begge tilfælde lade dem læse deres version op i runde.

Tandlæge

Ordforrådet ser umiddelbart stort og specialiseret ud, men er almindeligt, når man taler om tandproblemer og -behandling. Ord som undersøgelse og tandrensning står for eksempel på tandlægeregningen.

Krydsord

Kopiér krydsordsarkene (side A og side B), så halvdelen af klassen får den ene side, halvdelen den anden. Kursisterne skal arbejde i par, hvor de får hver sin side med forskellige ord. De skal så forklare deres ord, så den anden kan regne ordet ud og skrive det på sit ark. De må endelig ikke se hinandens ark. Man kan gå rundt og hjælpe til, hvis kursisterne har problemerne med at forklare eller forstå hinanden – eller ikke har lært ordene. Ordene har alle været præsenteret i kapitlet, så øvelsen fungerer som repetition.

Tryk på præpositioner

Læs eksemplerne op, lad klassen gentage i kor, og lad kursisterne selv lytte og formulere reglen om, at der er tryk på præpositionen før et personligt pronomen og ikke ellers. Man husker bedre de regler/systemer, men selv har analyseret sig frem til, og kan man gøre det én gang, kan man også udlede dem uden hjælp en anden gang. Bagefter fuldender de sætningerne (2 og 2 eller hjemme) og læser dem op i klassen i runde.

I flere af eksemplerne kan man – desværre, for det kræver lidt forklaring – både bruge den og det: Man kan bruge den, fordi det viser tilbage til substantivet (migræne, aids, dosis) – eller det, fordi det refererer til ”at have det” eller ”at tage det”. Jævnfør sætninger som ”frugt er sundt” og ”rygning er usundt”, hvor man bruger intetkøn, fordi man implicerer verberne at spise (frugt) eller at ryge.

Begge, begge to, begge dele, både og

Det er nok de færreste sprog, der har hele fire udtryk for dette, så det er svært for de fleste kursister. Gennemgå forklaringerne og eksemplerne grundigt, også at udtrykkene ingen osv. nederst på siden er parallelle, altså at ingen af svarer til begge, ingen af dem til begge to (som dog kun bruges tilbagevisende ”De bor i udlandet begge to”), ingen af delene til begge dele og både og til hverken eller.

Folkesygdomme

Kursisterne skal hver især læse én tekst hjemme og tage noter til den, så de kan fortælle om den i en gruppe den følgende gang. Hvis nogle kursister har sundhedsfaglig baggrund og skal arbejde i sundhedssektoren, er det selvfølgelig en god idé for dem at læse alle, men bed dem vælge én, som de forbereder sig på at fortælle om. Når man fordeler de otte tekster mellem kursisterne, kan man godt lade dem selv vælge,

hvilken tekst de har mest lyst til at læse om, men fordel dem ligeligt, så de kan sidde i grupper med forskellige tekster den følgende gang. Jo flere tekster, der er dækket ind, jo større grupper kan man lave, og jo flere sygdomme får de så hørt om. Det giver både mere viden, mere repetition af ordforråd og mere lytteøvelse. Før de fortæller, kan man selvfølgelig lige hjælpe med ord, de har svært ved at forstå.

Få viden på nettet. Mundtligt oplæg

Læs introteksten til opgaven op for klassen og lad dem gætte/forklare de svære ord eller forklar dem for klassen. Sig, at de må vælge hvilken som helst sygdom, de har lyst til – eventuelt én, de kender nogen, der lider af. Sig, de skal tage noter til det, de læser om sygdommen, og forberede et oplæg på max. to minutter, som de også har til deres oplæg til pd3. Forbered alle på, at de skal stille et spørgsmål til den, der holder oplægget, og at det er sådan, det vil fungere til pd3, bare at det dér er eksaminator, der stiller et par spørgsmål. Gå rundt og lyt, når de holder deres oplæg og stiller spørgsmål til oplægsholderen.

Dictogloss om overvægt

En dictogloss er en genfortælling af en oplæst tekst, der skrives i par. Læs teksten op i klassen to gange, gerne med pauser, men ikke så lange, at kursisterne kan nå at skrive hele sætninger ned. Giv dem endelig de svære ord på tavlen – det skal ikke være ordforrådet, men tekst-sammenhæng og korrekthed, de skal fokusere på i denne øvelse.

Dictoglossen fungerer både som en lytteøvelse, giver øvelse i at referere og tvinger kursisterne til at tage stilling og blive enige om den sproglige form. Når de skriver referatet sammen, støder de ind i tvivlsspørgsmål og uenheder mht. sætningsstrukturer,

sammenbinding af sætninger, stavning og endelser. Læreren går rundt til grupperne og afklarer tvivlsspørgsmål, men de må først se problemerne for at stille læreren deres spørgsmål. Til sidst afleverer de deres tekst, som man tager med hjem og retter ved at markere fejlene, så de igen må tage stilling til, hvordan de vil rette dem.

Fremtiden for sundhedsvæsenet

Denne aktivitet er ment som en introduktion til væsentlige spørgsmål og dilemmaer i velfærdssamfundet. Lad nogle læse indledningen op og snak om indholdet i klassen. Diskussionsspørgsmålene skal gøre kursisterne bevidste om de problemer, samfundet står over for med et stadig dyrere sundhedssystem, og få dem til at formulere deres synspunkter og argumentere for dem. Lad grupperne fortælle, hvad de er kommet frem til, og lad dem diskutere spørgsmålene i klassen. Dette er tænkt som en forberedelse til at skrive den følgende opgave hjemme og på længere sigt den skriftlige opgave til eksamen.

Skriftlig opgave

Opgaven er bygget op som en pd3-opgave. Det er vigtigt (igen) at fortælle om de basale principper for sådan en opgave:

- at de skal følge de tre punkter – helst så man kan se, at opgaven falder i tre afsnit (fire, hvis man kommenterer to synspunkter)
- at første punkt skal være kort
- at de skal vælge ét eller to af synspunkterne og kommentere dem – og at de ikke behøver citere synspunkterne, men at det skal fremgå klart, hvilke synspunkter de kommenterer
- at de skal argumentere for deres synspunkter i det sidste punkt

Man må vælge, om man vil vente med de mere subtile ting, som at det er fint med en enkelt sætning, der fører ind i emnet, og fint med en

sproglig sammenhæng mellem de enkelte afsnit. Hvis det er en af deres allerførste pd3-opgaver, skal man måske dosere rådene lidt, for at kravene ikke bliver for overvældende.

Kapitel 4 Partihopper eller sofavælger? – Om politik

Samtale 2 og 2

Som i de andre kapitler er denne samtale ment som en indledning til emnet. Det er en god idé at tage deres svar op i plenum til sidst, men det er ikke meningen, at man skal gå dybt ind i de enkelte punkter her, for så vil de følgende aktiviteter nemt føles som gentagelser.

Så skal vi stemme igen

Svaret på spørgsmål 2 er: Folketingsvalg (statsborgere over 18 år), kommunalvalg, regionalvalg (mennesker over 18 år, der har boet i Danmark i 3 år eller er statsborgere i Danmark eller et andet EU-land, Island eller Norge) og EU-valg (statsborgere i Danmark eller et andet EU-land over 18 år). Men lad kursisterne prøve selv først, ofte kender de svaret eller kan finde frem til det ved fælles hjælp.

Det politiske system – i kort form

Formålet med teksten er i kort form at give kursisterne en grundlæggende viden om det danske samfund. Den korte form betyder selvfølgelig, at teksterne er komprimerede og derfor ret svære at læse. Men det efterfølgende arbejde med at skrive indholdet i koncentreret form, rette sætningerne på tavlen – og her snakke om eventuelle tvivlsspørgsmål – og om, hvad de hver især bedst husker, gør, at de får en faktuel viden om danske samfundsforhold.

Politiske spørgsmål

De politiske spørgsmål her på siden er eksempler på emner, som folk – og partierne – har forskellige holdninger til. Nogle af spørgsmålene fylder meget mere i debatten end andre, men ved at præsentere dem og lade kursisterne overveje de forskellige holdninger og formulere argumenter for og imod dem, kan kursisterne både blive mere bevidste om de politiske uenigheder i samfundet og udvikle deres politiske ordforråd. Lad dem selv vælge, hvilke spørgsmål de vil diskutere i grupperne (giv eventuelt en tidsgrænse for gruppediskussionen) og tag deres synspunkter op i klassen ved, at de skal besvare spørgsmål til deres holdninger fra klassen.

Bjarni om politik på Færøerne

Forklar de tre (nye, svære) ord: udvidet, beholde, glødende, før kursisterne hører dialogen hjemme.

Den følgende gang skal kursisterne besvare spørgsmålene to og to og i klassen. Der kommer altid en snak om Færøerne, Grønland og Rigsfællesskabet, som nogle allerede har holdninger til, og som er ukendt område for andre.

Del derefter arket med ”huller” ud, spil monologen igen med pauser, og lad kursisterne udfylde hullerne. Her kommer fokus på forståelsen af meget almene ord, som godt kan være svære at fange. Lad dem læse den udfyldte tekst op i runde, skriv udfyldningsordene på tavlen og snak om deres betydning.

Tale, snakke, sige eller fortælle?

Gennemgå først betydningen af de fire verber. Sige har altid objekt (sige noget til nogen/sige nogen noget/sig mig lige), fortælle har normalt også objekt, men man kan også fortælle om

noget. Tale og snakke har ikke direkte objekt (kun i forbindelse med et sprog: tale dansk), og man kan tale/snakke uden interaktion, men taler/snakker oftest med nogen. I dag bruges snakke mere på bekostning af tale, men tale bruges stadig mest i formelle sammenhænge, og når der er vægt på indholdet, hvor snakke mere er en uformel aktivitet. Traditionelt har man sagt tale et sprog, i dag siger mange snakke et sprog, så det er blevet en smagssag. (Han snakker dansk, men stadig: Han taler fire sprog, hun taler det flydende.) Der er flere muligheder i nogle af sætningerne i øvelsen.

De politiske partier

Mange kursister er forvirrede over partiernes navne, som jo må siges at være misvisende i forhold til partiernes holdninger. Det kan hjælpe at give den historiske forklaring, nemlig at det første parti Høire, der forsvarede godsejernes interesser og støttede, at al handel og andre erhverv var reguleret af de privilegier, som kongen uddelte. (Her kan man give eksemplet med avisen Berlingske fra 1749, som havde eneret (kongeligt privilegium) på at bringe nyheder og annoncer). Som protest mod dette blev Venstre dannet, de sad til venstre i Folketingssalen og gik ind for en liberalisering af handel og økonomi, derfor hed det Det liberale Venstre. Høire skiftede navn til Det Konservative Folkeparti (kort og lidt forenklet) og forsvarede borgerskabets interesser. Det Radikale Venstre var et parti, der varetog de fattige husmænds interesser og sad længst til venstre i salen. Med industrialiseringen kom arbejderklassen til og dannede i 1870'erne Socialdemokratiet for at kæmpe for deres interesser. Socialistisk Folkeparti udsprang af Det Kommunistiske Parti som en protest mod Sovjetunionens invasion af Ungarn i 1956. Senere gik de tre små venstrefløjspartier DKP, Venstresocialisterne og det trotskistiske parti

SAP sammen i Enhedslisten. De nyere partier har navne, der ikke er i direkte modstrid med højre-venstre-parametret og nok ikke kræver anden forklaring end den, der står under partierne i bogen.

Det er en omfattende læseopgave at læse om partierne, men jeg mener, det er nødvendigt at kende dem alle for at følge med i en nyhedsudsendelse og de politiske begivenheder i Danmark. Ordforklaringerne skulle lette læsningen ved at nødvendiggøre færre ordbogsopslag.

Beskrivelsen af partierne bygger på deres egne fremstillinger af deres holdninger, selvfølgelig i en stærkt forkortet udgave. Men kursisterne kan selv læse mere under de angivne links. Der kan komme nye partier til, og andre kan falde for spærregrænsen og dermed ryge ud, så bogen kan ikke altid afspejle den aktuelle sammensætning af Folketinget, ligesom det ikke er muligt at nævne alle de mange partier, der stiller op til kommunalvalgene.

Det er ikke let at få hold på alle partiernes synspunkter (som også kan ændre sig lidt gennem tiden), men ved at svare på spørgsmålene i fællesskab kan det forhåbentlig hjælpe til en afklaring.

Højre eller venstre?

Spørg klassen om, hvad der ligger i en højre-venstre-akse. Her kan måske være forskellige opfattelser, men jeg mener godt, at man kan påpege, at det danske politiske spektrum ikke er så stort, idet alle partier går ind for en velfærdsstat og omfordeling, bare i forskellig grad, altså fra en mindre offentlig sektor og lavere skat til en mere udbygget velfærd og højere skat.

Den anden model, hvor partierne placeres mere "tredimensionelt" kræver måske en snak om, hvilke politiske holdninger man normalt regner for mere borgerlige/ venstreorienterede end

andre. F.eks. at hårdere straffe er klassisk borgerlig politik og flere hensyn til miljøet og større accept af indvandring er venstrefløjspolitik. Se evt. en placering af partierne på denne dobbelte akse på samfundsfacet.dk.

Dansk politik her og nu

Det vil variere meget, hvor meget kursisterne ved på forhånd, men her kan de forsøge sig, og så kan man samle op på deres viden og selv supplere. Når de har forsøgt at gætte nogle ministerier, kan man gå ind på ft.dk og finde listen over ministre (under "regeringen"), evt. kopiere listen til dem. Ikke så meget for at de skal kende alle ministrene, men vide, hvilke ministerier vi har – og det er selvfølgelig også godt at få sat nogle ansigter på ministrene.

Folketingets hjemmeside

Folketingets hjemmeside bliver løbende opdateret og fornyet, og kursisterne kan selv kigge rundt og finde noget, de finder interessant og få et indtryk af, hvor mange der deltager i de forskellige debatter. De små film er pædagogiske og lette at gå til. Man kan vise et par stykker af dem i timen og opfordre kursisterne til at se flere hjemme.

Avisartikel

Ved at lade kursisterne selv finde en artikel, de finder interessant, får kursisterne et frit valg og dermed ekstra motivation. Samtidig inddrages aktuelle begivenheder i timerne. Det er i det hele taget en god idé at gøre af og til, da det får kursisterne til at følge mere med i, hvad der sker i samfundet og får mulighed for at kommunikere om det i timerne.

International politik

Dette handler ikke om dansk politik, så her kan alle kursisterne byde ind og få en oplevelse af, at de kan snakke med om politik.

Skriftlig opgave

Her kan kursisterne vælge mellem to opgaver, der begge lægger op til, at de forholder sig subjektivt og personligt til politik.

Hvilken, hvilket, hvilke/hvad for en, hvad for et, hvad for nogle

Det vigtigste i denne gennemgang og øvelse er, at kursisterne lærer at bruge de to udtryk aktivt og i den rigtige form. Der er kun en stilmæssig forskel på de to udtryk, brugen vil være flydende, og de fleste danskere vil nok mene, at man kan bruge dem begge i de fleste eksempler i øvelsen. Så det er ikke det væsentlige her, hvilket et af udtrykkene man bruger, men at vænne kursisterne til at bruge dem.

Gøre eller lave?

Læs eksemplerne op i klassen og lad kursisterne se, om de kan udlede af dem, hvornår man bruger gøre og hvornår lave. Gennemgå derefter s. 123, inden de udfylder øvelsen i par eller hjemme.

Udtale af vokaler

Læs ordene op og lad klassen gentage i kor. Man kan også lade kursisterne læse en række hver, gerne en række med en vokallyd, som man ved, de har svært ved at udtale. Anbefal dem eventuelt at høre og gentage dem hjemme.

Skriftlig opgave

Her er to opgaver at vælge mellem, for at kursisterne kan opleve situationen til pd3, hvor man skal tage stilling til, hvilken af to opgaver man vil skrive. Jeg anbefaler altid at bruge noget tid på at tænke over, om man har noget

at sige om emnerne, før man vælger – men ikke for meget tid, da den går fra skrivningen. Det kan lette skrivningen, hvis man lader kursisterne snakke lidt om emnerne i par, før de skriver opgaven hjemme, men giv eventuelt en tidsramme, så det ikke sluger for meget tid.

Kapitel 5 Luft under vingerne – Om det danske frisind

Frisind er en del af den danske selvforståelse og et plusord for de fleste danskere. Vi har ganske vist ikke eneret på frisind, udviklingen mod større personlig frihed foregår mere eller mindre parallelt i hvert fald i vestlige lande, og der er også grænser for det danske frisind, men der er stadig forskelle mellem Danmark og andre lande, hvad frisind angår, hvad både danskere og udlændinge bemærker. Emnet giver en anderledes vinkel på det danske samfund og den danske kulturhistorie og lægger dermed op til nogle andre samtaler end de øvrige emner. Og selv om der ikke er et særligt ordforråd af mere ”teknisk” art som omkring trafik, sygdom og politik, er der alligevel et nyt og særligt ordforråd.

Samtale 2 og 2

Nogle klasser kan selv komme på masser af eksempler, andre skal måske have lidt input til spørgsmålene som: Er der ikke flere, der bor sammen uden at være gift/Er det blevet mere accepteret at have skiftende kærester/at blive skilt? Er folk ikke blevet mere tolerante over for homoseksuelle?

Frisind i Danmarkskanon

Lad klassen læse teksten og de ti værdier op i runde, få afklaret forståelsesspørgsmål og fortæl evt. om de kanoner, der kom før (litteraturkanon, arkitekturkanon).

Hvad synes du om det danske frisind? Voxpop

Synspunkterne er autentiske. Lad kursisterne læse et synspunkt hver, gå rundt og forklar ord, de ikke forstår, og lad dem referere synspunkterne 3 og 3. I og med at de bagefter skal tale om, hvad de finder interessant, styrer de selv indholdet af deres samtale.

Milepæle

Læs indledningen op i klassen, forklar ord og introducér evt. emnet lidt mere. Lad kursisterne vælge, hvilken person eller begivenhed de vil fortælle om hjemme, så de får lejlighed til at læse om lidt forskelligt og derefter vælge, efter hvad de finder interessant, og hvor let det er for dem at finde information og læse den. Det gør ikke noget, at flere vælger det samme, der vil altid være spredning nok til, at man kan danne grupper med forskelligt emne.

Gør opmærksom på, at de kun har to minutter til deres oplæg (som i pd3), og bed grupperne om at lade én holde øje med tiden. Man kan selvfølgelig godt være lidt gelinde og lade dem slutte af, efter de to minutter er gået, men tidsgrænsen giver kursisterne en fornemmelse af, hvor meget to minutter er. Hvis man vil undgå, at nogle grupper ender i lang snak om et emne, og andre er lynhurtigt færdige, kan man også sige, at hver person må stille ét spørgsmål til hvert oplæg.

Tre læsetekster

Fortæl kort om emnerne for de tre læsetekster og lad kursisterne vælge efter interesse, dog højst fem af hver tekst, hvis der for eksempel er 15 i klassen, så der er lige mange, der får hver tekst, så man den følgende gang kan danne grupper med de tre forskellige tekster. Men hav in mente, at teksten om sædelighedsfejden er sværest, så giv den helst til de gode læsere.

Det er da noget underligt noget

Udtrykket i overskriften er ret svært at forstå, så præsenter det først – det skal bruges i øvelsen. Gennemgå først betydningen af nogen, noget og nogle ud fra forklaringerne og eksemplerne på s. 124. Øvelsen kan gives for som hjemmearbejde eller de kan lave den i par i klassen. Det er svært, så vær forberedt på frustrationer og behov for gentagne forklaringer. Det er min erfaring, at det er lettest at lære, hvis man understreger betydningsforskellen på nogen og nogle i flertal: nogen er mere end o og nogle mindst to.

Personlige vurderinger

Her kan kursisters give udtryk for deres egne meninger om alt, hvad der har med frisind og danske normer at gøre. Gennemgå først de svære adjektiver og læs eksemplerne op. Nogle klasser har mange meninger, andre skal måske først have lidt flere eksempler end de to i bogen.

Udtale af svære ord

Læs ordene op i kor i klassen og ret udtale. Snak til sidst om betydningen af de svære ord. Ud over udtale fungerer siden som repetition af ordforråd fra kapitlet og giver kursisterne et indtryk af, hvor meget de udvider deres ordforråd – forhåbentlig en lille succesoplevelse!

Luft under vingerne

Teksten er en beskrivelse af de positive sider ved alkoholkulturen og dermed et modsvar på tidens fokus på de negative sider af alkoholforbruget: de unges alkoholforbrug, helbredsrisici ved for stort alkoholforbrug, afhængighed, alkoholismens skadelige påvirkning af børn og familieliv osv. Det sidste

er nok det, vi oftest tager op i undervisningen på modul 5, når vi forbereder kursisterne til pd3. Her sættes alkoholforbruget ind i en frisinds-sammenhæng, og kursisterne har frit slag i diskussionen af det.

Alkoholkultur - Samtale og skriftlig opgave

Her får kursisterne mulighed for at snakke om positive og negative sider af alkoholforbruget og om, hvordan samfundet forsøger at begrænse indtaget. Samtalen fungerer samtidig som en forberedelse til at skrive opgaven, der følger pd3-opgavernes struktur.

Clara om alkohol i gymnasiet

Alkohol er et af de områder, hvor de forskellige kulturer i Danmark undertiden støder sammen, og Claras fortælling om en gymnasietid på et

blandet gymnasium handler om, hvordan de taklede forskellighederne i hendes gymnasieklasse.

Legalisering af hash

Ved at tage en brainstorm i klassen først kommer der mange forskellige synspunkter frem, hvad der kan være en hjælp og inspiration for de kursister, der ikke har noget forhold til emnet. Hvis en klasse hurtigt løber tør for viden og holdninger, kan man stille et par spørgsmål, så aspekter som den personlige frihed, afkriminalisering, risici ved stoffet, risici ved lettere adgang til hash (flere eller færre brugere af stærkere stoffer?), afhængighed, spredning af brugergrupper osv. Men gør det kort, så kursisterne får diskussionen i grupperne. Til sidst kan man tage en runde, hvor alle udtrykker et synspunkt med argumentation.

Udleveringstekster og - øvelser

DEN ÆLDSTE

Som den førstefødte får man meget af sine forældres opmærksomhed. De første år er man det eneste barn, og forældrene vil altid være meget optaget af barnet og dets udvikling – og af deres egen evne til at være gode forældre. Al den opmærksomhed vil selvfølgelig være stimulerende og udviklende for barnet og give det selvtillid.

Den førstefødte vil i sagens natur altid være den store og dygtige af børnene og derfor få mest anerkendelse og beundring fra forældrene. Forældrene er som regel meget optaget af, hvad den ældste kan, og har store forventninger til ham eller hende. Den ældste overtager ofte forældrenes ambitioner og anstrenger sig for at blive dygtig og på den måde få forældrenes accept og beundring. Det ældste barn vil også senere i livet prøve at bevise sit værd og have behov for ros og anerkendelse fra andre – lærerne, kollegerne og chefen.

Når det andet barn bliver født, må den ældste kæmpe for at beholde forældrenes opmærksomhed og sin position i familien. Så den ældste er gennem sin opvækst vant til at kæmpe for sin position og bestemme over andre, men også vant til at passe på de yngre søskende og beskytte dem.

Forældrene opdrager mest på den ældste. Det er faktisk bevist, at det ældste barn får mere skældud end sine yngre søskende. Konsekvensen er, at det ældste barn prøver at opføre sig korrekt og bliver mere autoritetstro end de yngre.

Alle disse forhold kan være grunden til, at mange ældstebørn bliver ledere. De er opdraget til at arbejde hårdt, de er velstimulerede – forældrene taler mest med den ældste – og det falder dem naturligt at tage ansvar, bestemme over andre, tage beslutninger på andres vegne og sørge for andre. Desuden bryder de sig ikke om at have en chef, for de er ikke vant til, at andre bestemmer over dem. En meget stor del af toppolitikere og erhvervsledere er den ældste søn og sygeplejersker, psykologer og socialrådgivere den ældste datter. I dag er kønsrollemønstret under forandring, så der også er flere storesøstre i lederstillinger.

Det er let for forældre at overlade ansvaret til det ældste barn, for de er tit meget villige til at tage det, mens de yngre vil protestere. Men hvis man vil behandle sine børn mere ens, kan det være en god idé at passe på med at stille for store krav til den store og vise dem for meget beundring. Det er bedre at give den ældste mere frihed og lade noget af ansvaret og pligterne gå videre til den næste i søskenderækken.

DEN MELLEMSTE

Det kan være en svær position at være det mellemste barn, især hvis der er kort afstand mellem børnene, og især hvis der er tre børn af samme køn, det vil sige, hvis man er den midterste af tre brødre eller tre søstre. Den midterste kan have svært ved at få opmærksomhed og anerkendelse af forældrene, fordi der ikke er en særlig rolle til ham eller hende. Den ældste vil jo altid være den klogeste og dygtigste og den yngste den lille, søde, charmerende. Forældrene vil typisk tale mest med den store og lege og lave sjov med den lille. Men hvis den mellemste er en dreng mellem to piger, vil han være noget særligt i kraft af sit køn, og det samme gælder selvfølgelig, hvis det er en pige mellem to drenge. Hvis der er tre-fire år imellem børnene, vil der være tid og overskud nok til også at give den mellemste opmærksomhed.

Men det "klemte" mellembarn, for eksempel en pige mellem to søstre med lille aldersforskel, kan føle sig overset og ikke få omsorg og opmærksomhed nok. Hun søger ofte fællesskab uden for familien, har flere venner end sine søskende og flytter måske hjemmefra før dem. Mange mellemsøstre bliver mere selvstændige end deres søstre, fordi de søger ud af familien, andre trækker sig ind i sig selv og lever i en fantasiverden.

Men det udvikler nogle særlige evner at være den mellemste. Midterbarnet står midt imellem den store og den lille og skal i mange tilfælde mægle mellem dem. Han eller hun kan blive god til at lytte til andre og blive mere omstillingsparat og fleksibel end sine søskende. Det mellemste barn bliver ikke så ofte leder, men som én, der er vant til at tilsidesætte sig selv og mægle mellem andre, bliver den mellemste en god og kompromissøgende mellemlider som voksen.

DEN YNGSTE

Det er blevet sagt, at det ældste barn typisk bliver elsket for det, han gør, mens det yngste barn bliver elsket for det, han er. Den yngste vil altid være den lille, søde og sjove og altid den mest hjælpeløse i forhold til sine ældre søskende. Derfor vil han appellere mere til beskyttelse og omsorg fra forældrenes side og skal ikke leve op til de store krav, forældrene stiller til den store. Det ældste barn er måske "den store" i forældrenes øjne allerede fra han er 2-3 år, mens det yngste barn er "den lille" helt op i teenageårene. I mange tilfælde får den yngste lov til at lege og er så vant til, at der ikke bliver stillet krav til ham, at det slet ikke falder ham ind at hjælpe med det praktiske.

Den yngste bliver ofte mindre autoritetstro, fordi forældrene opdrager mindre på ham eller hende end på de ældre søskende. Forældrene orker ikke opdrage så meget mere og er måske også mindre bekymrede, end da de fik det første barn. Det giver den yngste en større frihed. Men forældrene har svært ved at betragte den yngste som stor og ansvarlig og glemmer at give ham pligter og ansvar. Det kan betyde, at det yngste barn i mange tilfælde bliver mindre ansvarsfuld og pligtopfyldende end de ældre søskende og mere forandringsvillig og oprørsk over for autoriteter.

Det er umuligt for den yngste at leve op til de ældre søskende. Et barn kan ikke konkurrere med nogen, der er flere år ældre end det selv, og de ældre søskende accepterer heller ikke forsøg på konkurrence fra den yngste. Så den yngste kan lige så godt koncentrere sig om det, han eller hun har lyst til og går som voksen ofte sine egne veje og finder et arbejde og en livsstil, der er helt forskellig fra forældrenes.

Den yngste har ikke den ældstes behov for at blive leder. Hvis de starter deres eget firma, bliver de ofte mere "alternative" chefer, der giver de ansatte mere frihed end den mere autoritære storebror eller storesøster.

ENEBARNET

Enebarnet får forældrenes fulde opmærksomhed og kærlighed. De skal ikke på noget tidspunkt i deres barndom dele den med nogen og vil typisk føle sig meget elsket. Det vil selvfølgelig give dem stor selvtillid. Men de bliver også vant til, at alt i familien handler om dem, så de kan også blive lidt selvoptagede.

Enebørn skal være alt for deres forældre og bliver mødt af store krav fra forældrene, som de vil gøre alt for at leve op til. Derfor bliver de ofte ansvarsfulde og perfektionistiske og stiller store krav til sig selv.

Når børn har søskende, vil de bruge meget af deres tid på at lege med hinanden. Men når der ikke er andre børn i familien, vil barnet få meget voksenkontakt. Når der er flere børn, vil de typisk gå hurtigt fra bordet og lege, når de har spist, men hvis der ikke er andre børn, bliver de siddende og snakker med de voksne. Også voksne gæster henvender sig til enebarnet, så det bliver vant til at tale med voksne og kommunikerer godt med mennesker, der er ældre end dem selv. Man ser tit, at enebørn bliver gammelkloge og velformulerede i en tidlig alder. Til gengæld kan de have svært ved at omgås andre børn, fordi de ikke kender koderne mellem børn hjemmefra.

Børn med søskende vokser op med evig konkurrence om alt og er meget opmærksomme på, om tingene fordeles retfærdigt. Det er enebørn ofte meget afslappede overfor. De er ikke vant til at slås om tingene eller skændes, som søskende gør, så de bliver heller ikke senere i livet så konkurrenceorienterede som børn med søskende.

På nogle måder ligner enebørnene de ældste børn, men de er ikke så vant til at bestemme over andre eller kæmpe for deres magt. Senere går de heller ikke efter lederstillinger, men vil hellere have et arbejde, hvor de kan fordybe sig i deres egne projekter og arbejde med det, de har lyst til. De har altid kunnet lege, hvad de ville, uden at skulle rette sig efter ældre søskende. Prestige er ikke så vigtigt for dem, for de har aldrig skullet kæmpe om forældrenes anerkendelse, men altid fået den uden kamp. Det har givet dem selvsikkerhed, så de ikke senere behøver kæmpe for omgivelsernes anerkendelse.

Hør Olivia igen i klassen og udfyld de manglende ord.

OLIVIA OM AT VÆRE ENEBARN

Jamen altså, _____ 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 _____ min barndom – og det møder jeg også _____ fra venner. Og det er jo noget, jeg bare må _____, 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 _____ penge alligevel. Det er jo ikke noget, der kommer _____, _____ 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 _____, vil jeg tro. Og så tror jeg også en anden ting ved det at være enebarn, det er, at jeg _____ 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 _____ og finde på noget selv. Det er ikke, fordi jeg ikke kan lide at være sammen med andre _____, men jeg kan virkelig også godt finde ud af at være alene og er ikke bange for mit eget selskab i hvert fald.

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, _____, hvad jeg havde lyst til selv. Og jeg er muligvis også blevet bedre til at snakke med voksne _____. 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 _____, 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 _____, 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 _____ så... det kunne jeg slet ikke _____, 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 _____, det er at det måske føles som at have en ven _____ i ens hus, som man skal dele sine forældre med. Og det kan jeg da forestille mig, både er hyggeligt, men også _____ lidt irriterende _____ måske.

BEDRE VILKÅR FOR CYKLISTER

Bilen er et genialt transportmiddel. Problemet er bare, at alle andre også har fået én, og så fungerer den ikke så godt mere. Antallet af biler er øget konstant siden de allerførste kom på gaden. Ud over at de larmer, forurener og gør trafikken usikker for andre trafikanter, fylder de i trafikken og skaber trængsel. De mange biler giver køer og trafikpropper både inde i byerne og på vejene ind og ud af byerne. Og selvom bilen stadig er et hurtigere transportmiddel end andre, gør køerne og trafikpropperne det svært at vide, hvor lang tid det vil tage at komme frem.

Cykler er et indlysende alternativ til bilerne, hvis man ikke skal køre langt: De fylder mindre, hverken larmer eller forurener, er mindre farlige end biler og er et sundt befordringsmiddel. Så det er en klar fordel at få flere til at lade bilen stå og cykle i stedet for.

En international undersøgelse (offentliggjort i The Lancet april 2016) af 14 byer i 10 forskellige lande viser, at flere mennesker går eller cykler, hvis bestemte betingelser er opfyldt. Det, der betyder noget, er befolkningstæthed, antal vejkryds, antal stoppesteder til offentlig transport og grønne arealer tæt på hjemmet. Der, hvor folk bevæger sig mest, er de områder, hvor der er mange ting inden for kort afstand, så folk kan gå eller cykle til butikker, service (læge, tandlæge, frisør, renseri m.m.), skoler, caféer og restauranter, uddannelses- og kulturinstitutioner og parker. Der er også flere, der vælger at gå eller cykle, hvis det er svært at parkere. Er der større afstande, tager flere offentlig transport eller kører i bil. Så det viser sig faktisk, at folk, der bor i byer, går og cykler mere end folk, der bor i forstæderne og på landet.

Århus er den eneste danske by, der er med i undersøgelsen. Den viser, at århusianerne i gennemsnit går eller cykler knap 40 minutter om dagen, hvad der er relativt meget. Århus er ikke nogen indlysende cykelby, for der er store bakker rundt om bykernen, så det er hårdt at cykle hjem fra arbejde inde i byen. Og ude i Århus' forstæder er der store afstande mellem indkøb, skoler og arbejde, så der er folk næsten lige så afhængige af bil som i USA. Men de mange cykelstier – og måske den store andel af studerende – gør, at Århus alligevel er en udpræget cykelby.

Generelt kan man sige, at hvis man vil fremme cykeltransporten, skal man lette forholdene for cyklisterne. Det kan man gøre ved at fortætte byerne, så der ligger mange funktioner inden for et lille område og ved at anlægge cykelstier og cykelbroer, etablere cykelstativer i det offentlige rum og tillade, at folk tager cyklen med i toget. Samtidig kan man gøre det besværligt at tage bilen ved at begrænse antallet af kørebaner og parkeringspladser, altså vende udviklingen, så byerne bliver tilpasset cyklerne i stedet for som før bilerne.

BYCYKLER

Bycykler breder sig i alverdens byer. Bycykler er gode for miljøet, fordi der bliver cyklet mere, de er fleksible, fordi man kan snuppe en cykel, når man ikke lige er i nærheden af en station eller den sidste bus er kørt, eller man er på besøg eller turist. Det er gratis eller billigt, så alle kan benytte sig af cyklerne. I Danmark er der indtil videre kommet bycykler i København, Århus, Ålborg, Odense, Randers og Assens, men systemerne fungerer ikke på samme måde i de forskellige byer.

København startede allerede et system med bycykler i 1996. De fungerede på den måde, at man lagde en 20-krone i stativet og tog en cykel. Når man satte cyklen tilbage i et af stativerne, fik man sine 20 kroner tilbage. Man måtte kun bruge cyklerne inden for voldene, problemet var, at der ikke var nogen kontrol med cyklerne. Folk brugte cyklerne over hele byen, tog dem med hjem og brugte dem hele sommeren eller satte dem et tilfældigt sted. Folk blev opfordret til at melde det, hvis man så en bycykel uden for det tilladte område, men mange af cyklerne forsvandt, og ofte stod stativerne tomme. Efter nogle år blev det hele opgivet – det var for dyrt og fungerede for dårligt.

Århus har et system, der ligner det tidlige københavnske. Der er cykler i syv måneder om året, fra april til oktober, og man må bruge cyklerne i selve Århus by, det vil sige inden for Ringvej 1. Man lægger en 20-krone i stativet og får den tilbage efter brug. Man kan også låne en trailer, enten til at montere på en bycykel eller på sin egen cykel. Cyklerne bliver repareret af arbejdsløse, der er i jobforløb, og de bliver mest brugt af unge – og nu også af flygtninge. Så bycyklerne har også en social funktion. Der er 450 bycykler i Århus, ordningen har kørt siden 2005, der er kørt 1,5-2 mio. km på 10 år, og kun ca. 15 cykler forsvinder hvert år. Så det må kaldes en succes. Men hvorfor kan det fungere i Århus, når det ikke kunne fungere i København? Er århusianerne anderledes end københavnere, eller kan det skyldes, at bycyklerne i Århus er udstyret med en gps? Gps'en betyder, at medarbejderne kan se, hvor de forsvundne cykler er, og hvis en cykel har stået stille i mere end 2 dage, kører de ud og henter den – nogle gange langt uden for bygrænsen.

Systemet med bycykler, offentligt tilgængelige delecycler, blev opfundet i København og inspirerede byer i hele verden. Et bybillede domineret af cyklister og gode vilkår for cykeltrafik med cykelstier og særskilte lyskurve for cyklister m.m. blev ligefrem kaldt Copenhagenization – og i en årrække var København helt uden bycykler, alt imens de blev indført i byer overalt i verden. Det kunne man selvfølgelig ikke leve med. Så i 2015 genindførte man bycykler i København, og denne gang skulle det være i en helt anden luksusklasser som elcykler med alt det nyeste udstyr. Det er dyrt og kan kun lade sig gøre med sponsorer, for indtægterne fra brugerne kan ikke dække udgifterne, selv om de nu skal betale med og kan kontrolleres via deres kreditkort.

Det er stort set samme situation i byer med bycykler rundt om i verden: Berlin, London, New York, Buenos Aires og mange andre. Bycyklerne er dyre og kræver sponsorer. Dertil kommer problemer med trafikssikkerheden i de byer, hvor bilisterne ikke er vant til at passe på cyklister. Men der er bycykler i omkring 640 byer i verden (2016), allerflest i Kinas storbyer og Paris.

BØRN PÅ CYKEL

I begyndelsen af 90'erne cyklede 7 ud af 10 børn til skole, men siden er antallet faldet stærkt. Nu ser det dog ud til, at udviklingen er vendt, da cirka hvert andet skolebarn cykler til skole. Men der er stadig alt for mange børn, der bliver kørt, og det er en skam, for der er mange gode grunde til, at børn cykler til skole.

For det første er det godt for børnenes sundhed og koncentrationsevne at cykle. Fysisk aktivitet hjælper på indlæringen, og hvis man cykler til skole, bevæger man sig hver dag. Selv om man prøver at få børnene til at bevæge sig mere i skolen, er det alligevel begrænset, hvor meget idræt de har, og i fritiden bruger børnene mere og mere tid på computerspil og mindre på at dyrke sport og lege i naturen. I en stor undersøgelse i 2012 fik knap 20.000 skoleelever målt deres koncentrationsevne, og det viste sig, at de børn, der blev kørt, lærte mindre. Ikke kun de første timer, men langt ind i skoledagen.

For det andet er det vigtigt, at børnene tidligt får forståelse af, hvordan trafikken fungerer, hvis de skal lære at begå sig i den. De skal selvfølgelig lære de grundlæggende færdselsregler, og man kan lade dem starte på en trafiklegeplads, men det kræver mere end det. De skal forstå, at trafik foregår i et samspil med andre trafikanter, og ansvarlighed og evne til at aflæse de andre trafikanter er noget, der skal øves i praksis. Det kan de gøre ved at gå og cykle sammen med forældrene og samtidig snakke om, hvad man skal være opmærksom på i situationen.

For det tredje har det vist sig at være farligt, at så mange forældre kører deres børn i skole. På et tidspunkt var der en gruppe forældre, der klagede til politiet over, at så mange biler kørte hurtigt lige ved deres børns skole. Så på den første skoledag efter sommerferien gik politiet i aktion og stoppede de biler, der kørte for hurtigt ved skolen. Det viste sig, at det alle sammen var forældre, der afleverede deres børn. Faktisk var det dem, der havde klaget, der kørte stærkest. Når først forældre har afleveret deres egne børn, er det næste, de tænker på, at komme hurtigt på arbejde, og det skaber risiko for ulykker. Så der er langt mindre biltrafik og dermed risiko omkring skolerne, hvis børnene selv går eller cykler derhen.

Men det er et stort spørgsmål, hvornår børn skal begynde at cykle selv. Det kommer meget an på skolevejen. Hvis der er gang- og cykelstier, der ikke krydser trafikerede veje, kan børnene selv gå til skole, fra de er 6-7 år. Andre steder skal børnene være 9-10 år, før de er klar til at gå eller cykle selv, måske endnu senere, hvis skolevejen er i et stærkt trafikeret område. Forældrene kan forberede børnene ved at vælge den sikreste rute og gå den med børnene flere gange, før de skal færdes selv.

Men man skal også huske, at cyklister er den mest udsatte gruppe i trafikken, og især ved skolestart i august er vejene fulde af 5-6 årige, der skal starte i skole. Man ser også cyklende børn, der er åbenlyst for små til at styre deres cykel og overskue trafikken. Så hellere bruge et år mere på at give dem øvelse, før de begiver sig ud i trafikken.

Kilde: Gitte Aagaard og Tina Lambrecht: Børn bliver hverken sundere eller klogere på bagsædet af en bil. Politiken 5.8.14

I denne tekst er der 12 understregede ord eller udtryk. Line siger nogle andre ord.
Lyt igen og ret ordene til det, Line siger.

LINE OM AT VÆRE PENDLER

I mange år arbejdede jeg nær ved mit hjem, og derfor kørte jeg i bil hver eneste dag. Men da jeg så bestemte 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 især til København.

Jeg sætter mig tit 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 hører musik eller læser en bog. Men altså den største fordel ved at tage toget og ikke køre i min bil, det er jo, at jeg kan bruge tiden til at arbejde.

Jeg er selvfølgelig også afhængig af, at toget kører præcis, og det gør det jo ikke altid, og det kan nogle gange være lidt et problem, 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 kører fra Sorø frem og tilbage hver dag, og jeg kender jo efterhånden de mennesker, som jeg kører i tog med, så vi siger hej til hinanden der på stationen om morgenen og igen om eftermiddagen, når vi skal hjem.

Alt i alt er jeg rigtig glad for, at jeg har besluttet 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.

LÆGEKONSULTATION - GODT AT VIDE FØR MAN GÅR TIL LÆGEN

Lægen afsætter et kvarter til hver konsultation og bliver kun aflønnet for et kvarter pr. patient. Og hvis lægen bruger mere tid på en konsultation end 15 minutter, kommer de næste patienter til at vente. Så man kan ikke gå til lægen med flere forskellige sygdomme og tage det hele på en gang for at spare sin egen tid, medmindre det er små ting. Så hvis man fejler flere forskellige ting, må man bestille flere tider. Og det kan ikke være på samme dag, for lægen må ikke sende regninger for flere konsultationer for én patient samme dag.

Man kan have en konsultation over e-mail, og det kan spare tid til tidsbestilling og i venteværelset. Det kan også være en fordel, at man kan skrive en mail om aftenen i stedet for at ringe mellem 8 og 9 om morgenen og sidde i telefonkø. Men e-mail-konsultationer er kun til helt konkrete spørgsmål fra patienten, som lægen kan klare med én mail. Det kan typisk være svar på blodprøver eller en beskrivelse af et konkret symptom, som lægen kan give en vurdering af. Men man kan ikke have en dialog pr. e-mail, det kræver en fysisk konsultation.

Man kan få meget viden om sygdomme på de forskellige sundhedsportaler, de statslige sundhed.dk og patienthåndbogen.dk og den private netdoktor.dk. På dem kan man også læse den nyeste forskning i de forskellige sygdomme. Så de er gode at blive kloge af, og det er en fordel at læse om det, som man selv eller ens barn fejler, inden konsultationen, så man kan stille lægen mere kvalificerede spørgsmål. Men man skal ikke gå ind og læse om symptomer og forsøge at stille en diagnose selv, for det kan føre til gætteri i en helt forkert retning og kun gøre én endnu mere bange. Lad lægen stille diagnosen og gå hjem og læs om sygdommen.

Hvis man går til alternativ behandling som kranio-sakral terapi eller homøopati, er det vigtigt at fortælle lægen om det – også selv om han/hun ikke kan rådgive om det. Lægen skal også vide det, hvis man tager alternativ medicin, for den kan have effekt på den virkning, den traditionelle medicin har, for eksempel øge eller mindske den.

Hvis man er utilfreds med sin læge, kan man skifte læge. Det er vigtigt at kunne kommunikere og have tillid til sin læge for at føle sig tryk. Hvis man har tillid til sin læge, vil man også være mere parat til at gå derhen, hvis man er bange for, at der er noget galt med ens helbred. Der kan være mange grunde til, at man for eksempel er træt igennem længere tid, men det kan være noget alvorligt, og derfor er det bedst at lade lægen afgøre, om det er sygdom eller noget andet. Man skal ikke have dårlig samvittighed eller føle, at man spilder lægens tid, for hvis der er tale om sygdom, kan det være afgørende for, om en behandling virker, at man kommer så tidligt i forløbet som muligt. Så ”Hellere gå til lægen en gang for meget end en gang for lidt”.

Kilder: sundhed.dk og Politiken 28.2.15

STØTTE TIL TANDLÆGEBESØG

I modsætning til lægebesøg, som er gratis for patienten, skal man betale for at gå til tandlæge. Men det offentlige betaler en del af regningen.

Før blev man normalt indkaldt til tandundersøgelse to gange om året. Formålet var, at alle gik regelmæssigt til tandlæge, så eventuelle huller og paradentose blev opdaget så tidligt som muligt. Små huller kan jo blive til større huller og betændelse brede sig, hvis man venter for længe. Men fra 2015 kom der nye regler. Nu bliver patienterne inddelt i grøn, gul og rød gruppe, efter hvor store tandproblemer de har.

Grøn gruppe er for dem, der "ikke har aktiv sygdom i tænderne, tandkødet eller mundhulen", altså ikke har nogen begyndende problemer med tænderne. Det offentlige mener ikke, at denne gruppe behøver få undersøgt og rensset deres tænder flere gange om året, så de vil kun blive indkaldt til undersøgelse med 12-24 måneders mellemrum alt efter tandlægens vurdering. Man kan godt få undersøgelse og tandrensning oftere, men så skal man selv betale hele beløbet. Man har kun ret til tilskud til undersøgelse og tandrensning én gang om året.

Gul gruppe er for dem, der har aktiv sygdom i tænder, tandkød eller mundhule, samtidig med at tandlægen vurderer, at man selv kan medvirke til at holde sine tænder sunde ved at børste tænder grundigere og lade være med at ryge og spise slik. Patienter i denne gruppe kan få tilskud til undersøgelse og tandrensning mere end én gang om året og selvfølgelig til de behandlinger, tandlægen mener er nødvendige.

Rød gruppe er man i, hvis man har aktiv sygdom i tænder, tandkød eller mundhule, og tandlægen vurderer, at man ikke selv kan passe sine tænder bedre og derfor har behov for hyppigere tandlægebesøg. Tandlægen sætter forebyggelse og behandling i gang og indkalder én efter behov – typisk hyppigere end en gul patient, måske 4 gange om året. Der er tilskud til den nødvendige behandling, herunder tandrensninger.

Det er tandlægen, der skal vurdere hver patient og afgøre, hvilken gruppe de skal tilhøre. Resultatet af deres vurderinger er, at cirka 13 % er i grøn gruppe, 77 % i gul og 10 % i rød. Formålet med ordningen er, at det offentlige skal bruge pengene på dem, der har størst behov. For patienter i den grønne gruppe betyder ordningen, at de sparer tid og penge på noget, de ikke har brug for. For patienter i den røde, at de får mere behandling end andre og kan få tilskud til flere undersøgelser. Så det skulle være en fordel for alle uden at blive dyrere for det offentlige.

Tandlægenes organisation Tandlægeforeningen siger, de er glade for ordningen. De mener, at det er spild af det offentliges penge og patienternes tid og penge, at de blev indkaldt mere end nødvendigt, og at man hellere skal bruge tid, kræfter og penge på dem, der har størst problemer. Formanden for Tandlægeforeningen siger, at Danmark er det første land i verden, der indfører en tandlægeordning, hvor man systematisk vurderer den enkeltes behov og behandler efter det.

GRATIS LÆGE, DYR TANDLÆGE

Hvorfor skal man selv betale, når man brækker en tand, mens man kan få det hele betalt af det offentlige, hvis man brækker en arm? Det er der mange, der har undret sig over.

Forklaringen er historisk. I gamle dage var det kun de rigeste, der gik til tandlæge. Alle andre løste tandproblemer ved at trække den dårlige tand ud – eller få smeden til at gøre det. Lægen kunne selvfølgelig også gøre det, men det var ofte for dyrt for de fattige. Derfor kæmpede fagbevægelsen sammen med lægerne om at få oprettet de såkaldte sygekasser, der skulle finansiere lægebehandling gennem statsstøtte. Efter årtiers kamp lykkedes det i 1892, så arbejderne fik ret til gratis lægebehandling og understøttelse ved længerevarende sygdom mod at betale et årligt kontingent til de nye sygekasser. Men man betragtede ikke tandproblemer som sygdom, og derfor blev de ikke dækket. Og selv om sygekasserne blev nedlagt i 1973, og alt nu går over skatten, så gælder det stadig, at alle voksne selv skal betale for tandlægebehandling. Det offentlige giver tilskud til regningen, men det kan være meget dyrt at få lavet større ting som kroner, broer, implantater og rodbehandling.

Priser på tandbehandling varierer meget fra land til land, og priserne i Danmark er, ikke overraskende, blandt de højeste. Så mange mennesker får i dag ordnet deres tænder i udlandet, og man kan endda få støtten fra det offentlige ”med”. Nogle får ordnet tænder, når de alligevel er på ferie i udlandet, andre tager på ture, der er organiseret omkring tandbehandling, for eksempel til Polen. Man bliver kørt i bus i grupper, får tjekket tænderne første dag, der bliver taget billeder og aftryk af de syge tænder, der bliver lavet kroner med mere, som bliver indsat den følgende dag, så det hele er overstået på 4-5 dage. Alt til en brøkdel af, hvad det ville have kostet i Danmark.

Det er gratis for børn op til 18 år at gå til tandlæge, og de får undervisning i tandhygiejne og forebyggende tandpleje med pensling med fluor på begyndende huller. Alt sammen gør, at unge ikke har de store problemer, selv om de ikke går så ofte til tandlæge. Den befolkningsgruppe, der har de dårligste tænder, er de fattige, og manglende eller sorte tænder er blevet udtryk for, at man har en dårlig økonomi.

Det er selvfølgelig en politisk beslutning, at man skal betale for tandlæge, og der er også partier, der mener, at tandlægesøg skal være gratis. Andre partier mener, at dem med gode indkomster skal betale for både læge og tandlæge, og nogle mener, at alle skal betale for begge dele. Ifølge undersøgelser mener et flertal af befolkningen, at tandlæge skal være gratis.

KRYDSORD A

[illegible]

KRYDSORD B

[illegible]

DICTOGLOSS OM OVERVÆGT

Der bliver flere og flere overvægtige. Så mange, at man er begyndt at tale om en epidemi. Det er en udvikling, der finder sted i det meste af verden, ikke kun i Vesten. I Danmark er antallet af svært overvægtige steget fra 5,6 % af befolkningen i 1987 til 14,1 % i 2013. Det stigende antal overvægtige er blevet kaldt en bombe under sundhedssystemet, fordi overvægt giver højere risiko for en lang række sygdomme.

De vigtigste årsager til overvægt er den moderne livsstil med manglende motion, for meget og for fed mad og for meget sødt som slik og cola. Og det bliver sværere og sværere at undgå søde ting, for fødevarerindustrien har opdaget, at det kan betale sig at tilsætte sødemidler til fødevarerne. Ikke nødvendigvis sukker, men sødemidler, der vænner mennesker til, at mad skal smage sødt. Dermed bliver det også lettere at sælge produkter tilsat fedt, sukker og salt, som er billige at producere. Jo billigere varerne er, jo flere usunde kalorier er de typisk blevet fyldt med. Det er måske også en af grundene til, at fattige mennesker er mere overvægtige end rige.

Ca. 30 % af jordens befolkning er overvægtige eller fede. Og prognoserne for fremtiden ser ikke gode ud. I Danmark og resten af Europa har vi været 10-15 år efter udviklingen i USA, men det går også den forkerte vej her, og man regner med, at halvdelen af verdens befolkning vil være overvægtig i 2030. Og det er især blandt børn og unge, udviklingen går stærkt.

Man kan ikke regne med, at fødevarerindustrien holder op med at producere de søde varer af sig selv. Så den eneste mulighed er, at politikerne indfører regler for brug af sødemidler og tilsat sukker i madvarer. Det vil være sundere for befolkningen, mere effektivt end medicin og operationer og billigere for samfundet.

Kilde: kronik af overlæge Philip Krag Knop i Politiken 12.1.15

Hør Bjarni igen i klassen og udfyld de manglende ord.

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, _____ 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 _____ selv _____ økonomi, infrastruktur, uddannelse, sundhed og så videre. Mens andre ting _____ udenrigspolitik og forsvarspolitik og så videre, det _____ Danmark.

_____ Danmark på Færøerne er som regel godt, selv om der er nogle, der ønsker selvstændighed for Færøerne. Det er cirka halvdelen af befolkningen, som _____ fuld selvstændighed, mens _____ 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 _____ uddannelse, og så _____, at jeg sådan modererede mine synspunkter, jo ældre jeg blev.

Jeg synes også, Færøerne skal prøve at _____ selvstændighed, måske ikke fuld økonomisk eller fuld politisk selvstændighed. Jeg synes, Færøerne skal prøve at blive økonomisk selvstændige _____, og så skal man prøve at se, om man ikke kan arbejde frem imod _____ union med Danmark, hvor man ligesom selv bestemmer _____ alt – altså hvor man _____ er en selvstændig nation, men alligevel inden for Kongeriget Danmark _____. 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 _____ en løsning, hvor dem, der vil have selvstændighed, og dem, der ønsker at bevare _____, kunne finde sammen om en _____ løsning, fordi det slagsmål som er på Færøerne altid, om selvstændighed eller ikke selvstændighed, det _____ rigtig meget og gør det politiske liv på Færøerne kompliceret og besværligt.

KRYDSORD A

[illegible]

KRYDSORD **B**

[illegible]

SÆDELIGHEDSFEJDEN

Det danske samfund oplevede i slutningen af 1800-tallet store omvæltninger med industrialisering, vandring fra by til land og kamp om det politiske demokrati. På kulturområdet var den såkaldte sædelighedsfejde i gang fra midten af 1880'erne. Kendte liberale intellektuelle og akademikere krævede med Georg Brandes i spidsen personlig frihed, åndsfrihed og seksuel frihed. Dermed kom kvinderne – i hvert fald borgerskabets kvinder – naturligt i centrum for sædelighedsfejden.

Kvindens liv var præget af ægteskabet. Hun skulle være jomfru og var ofte uvidende om det seksuelle før hun blev gift, og efter brylluppet var hendes opgave at føde ægteemandens børn. Så anstændige kvinder havde ikke den seksuelle og sociale frihed, som gruppen omkring Brandes nu tilbød dem. Egentlig var mændene også underlagt krav om seksuel afholdenhed og troskab, men tidens dobbeltmoral gjorde, at der ikke blev sagt noget til deres besøg hos prostituerede. Selv landets kulturminister blev i 1885 grebet i at liste sig ind til en af byens prostituerede. Så ville man have lighed mellem kønnene, skulle kvinderne også have ret til en fri kønsmoral, lød argumentet.

Det var der ikke mange, der var enige i, slet ikke blandt kvinderne selv. Lærerinden og redaktøren af Dansk Kvindesamfunds blad, Elisabeth Grundtvig, kritiserede i 1887 Brandes sådan her:

”Samfundsmoralen har krævet kyskhed af den ugifte og troskab af den gifte kvinde, mens man hverken har krævet kyskhed eller troskab af manden. Der er noget forkert ved denne ulighed, og nu hører vi også på dette område råbet: lige ret for mand og kvinde. Men hvordan? Skal kvinden følge mandens eksempel og slappe sædelighedskravet?”

Nej, lød hendes svar. Det ville være farligt for kvinden at gøre som mændene og slække på kønsmoralen. For i modsætning til mændene kunne de blive gravide af friheden, og en graviditet uden for ægteskabet kunne nemt blive en katastrofe for kvinden, som var økonomisk afhængig af manden. Derfor mente mange kvinder, at den stramme moral i virkeligheden beskyttede kvinden. Så i stedet for at kvinderne overtog mændenes friere seksualmoral, mente Elisabeth Grundtvig, at mændene omvendt skulle påtage sig kvindernes seksuelle afholdenhed. Det ville også hjælpe på problemerne med voldtægt, prostitution og hjemløse børn.

Det blev startskuddet til en voldsom diskussion i datidens aviser, hvor Georg Brandes i Politiken kaldte Elisabeth Grundtvigs holdninger verdensfjerne, og hvor de begge anklagede hinanden for dobbeltmoral.

Sædelighedsfejden stod mellem disse to grundholdninger, og dens deltagere var meningsdannere, kunstnere, politikere og intellektuelle. Fejden satte sig mange spor i datidens samfund, og mange kunstnere gik aktivt ind og tog emnet op i deres romaner, skuespil og digte.

Sædelighedsfejden kom til at påvirke tankegangen i hvert fald i den læsende del af befolkningen. Om ikke andet betød den, at folk forholdt sig til det nye syn på seksuel frihed.

UNGDOMSOPRØRET I 70'ERNE

1970'erne var et på alle måder specielt årti. Aldrig før eller siden har man set så store opbrud i traditioner, normer, tøj, musik, samlivsformer, omgangsformer, forhold mellem generationerne og det politiske landskab. Selv om nogle holdt fast i deres gamle holdninger, blev alle påvirket af ungdomsoprøret.

Der skete nærmest en kulturel og politisk eksplosion, hvor alt det kendte blev betragtet som konformt, småborgerligt – et meget brugt ord i 70'erne! – og reaktionært. Der dannede sig forskellige bevægelser og subkulturer som hippier, der røg hash og tog stoffer, dyrkede yoga og meditation, over mere politiske bevægelser som slumstormerne, der besatte tomme bygninger – med Christiania som det mest omfattende eksempel – til store demonstrationer mod Vietnamkrigen og atomvåben og nye politiske grupperinger på venstrefløj. 1. maj kunne der være kommunister, venstresocialister, maoister og andre grupper, der gik i hver sin demonstration.

Der opstod også en ny kvindebevægelse, Rødstrømpebevægelsen, hvor man både diskuterede de private aspekter af kvindelivet og de sociale og politiske. På universiteterne ville de studerende have nye undervisningsformer og indflydelse på undervisningen. De ville også have en marxistisk synsvinkel ind i undervisningen og fik allierede blandt lærerne. Mange unge mænd nægtede at være soldater og aftjente deres værnepligt med civilt arbejde som såkaldte militærnægtere.

Alle disse bevægelser var ikke adskilte, de fleste var lidt inspireret af det hele. Men generelt var der både et ønske om at ændre samfundets institutioner, om ikke hele det kapitalistiske system, og skabe ligestilling mellem kønnene og nye livsformer med mere personlig frihed.

Disse holdninger fik et meget synligt udtryk: De fleste unge lod håret gro, både piger og drenge havde langt, løst hår og gik i afslappet tøj, gerne farverigt, hjemmestrikket og kønsneutralt. Man dyrkede det naturlige – bh'er, læbestift, høje hæle og parfume blev nærmest betragtet som reaktionært. Dem der havde job i en bank eller et andet firma var tvunget til at gå i nederdel for kvinderne og jakkesæt og slips for mændene, og kun langsomt fik de lov at gå i mere afslappet tøj – da de fleste kunder efterhånden havde skiftet til cowboybukser.

Frisindet prægede tiden på alle områder: Det blev almindeligt at have skiftende kærester og få børn uden at være gift. Prævention og fri abort gjorde det muligt at være seksuelt aktiv uden at få børn. Man kunne være nøgen på strande og til festivaler, og børnene fik stor frihed. Mange helt unge begyndte at drikke øl og ryge, nogle også hash og andre stoffer. Kønnene blev mere ligestillet, flere kvinder tog uddannelse og arbejdede, selv om de fik børn. Det gav kvinderne en større selvtilid, og de kunne gøre ting som at amme deres børn offentligt uden at skamme sig over det. Også de homoseksuelle fik mere selvtilid, blev mere synlige og blev mere accepteret, i første omgang mest i København og Aarhus. Så selv om ikke alle delte holdningerne, kom ungdomsoprøret til at ændre hele samfundet i en frisindet retning.

CENSUR AF NØGENHED PÅ INTERNETTET

En dansk politiker lagde i 2016 et billede af Den Lille Havfrue ud på sin Facebook-profil for at henvise til sin blog, men billedet blev censureret væk af Facebook. Facebooks censurinstans vurderer, at billedet – af Danmarks nationalsymbol Den Lille Havfrue i København – har ”for meget hud eller seksuelle undertoner”. Det er ikke første gang, Facebook er kollideret med dansk seksualmoral eller normer omkring nøgenhed. Også klassiske malerier fra 1800-tallet som Hammershøis *Stående nøgen kvinde* fra 1864 fra Hirschsprungs Samling i København blev bortcensureret fra Facebook. Maleriet indgik i en annonce for turistorganisationen The Copenhagen Book, men det blev afvist af Facebook.

Mange aviser og andre medier bruger Facebook til at reklamere for sig, og universiteter kommunikerer om seminarer og andre begivenheder på Facebook. Men hvis de viser billeder af nøgne mennesker, bliver de afvist på Facebook og kan derfor ikke bruge mediet som platform til at kommunikere og diskutere fra.

Det føles som en indskrænkning af ytringsfriheden, men Facebook ser det ikke som deres mission at skulle kæmpe for ytringsfriheden. De opererer globalt, og i nogle kulturer er nøgenhed stødende. Desuden er Facebook børsnoteret, og aktionærerne skal have pengene ind, så firmaet har et forsigtighedsprincip. Problemet er, at Facebook fylder så meget i det offentlige rum, at de er en magtfaktor. Når de bestemmer over, hvad der kan offentliggøres, har de større magt end de enkelte landes love om ytringsfrihed.

I 2013 udgav forfatteren Peter Øvig Knudsen bogen *Hippie*, hvor der optrådte billeder af nøgne hippier. Han opdaterede sit Facebook-opslag om bogen med et tv-klip fra TV2, der viste nogle billeder fra bogen. Samme nat fjernede Facebook opslaget. Det vil sige, at han ikke kunne reklamere for sin bog på Facebook. Han kunne heller ikke sælge bogen via iBook Store, fordi Apple afviste at sælge den på grund af billederne af nøgne mennesker i bogen. Han forsøgte at omgå Apples censur ved at lægge to røde æbler hen over brysterne på en nøgen kvinde og lignende ting på 47 af fotografierne i bogen, men efter fire dage blev *Hippie*-bogen igen fjernet fra iBook Store.

Peter Øvig Knudsen synes, at det er et kæmpe problem, at forfattere på denne måde bliver udelukket fra at reklamere og sælge deres bøger på nettet. Han er også bange for, at forfattere og kunstnere begynder at censurere deres egne værker og ytringer for ikke at blive udelukket.

Facebook og Apple har forskellige ejere, men har tilsyneladende samme restriktive kurs over for nøgenhed. ”Der synes at være en atlantehavsdyb kulturkløft mellem USA og Europa, når fyrre år gamle, dokumentariske fotografier af glade, mere eller mindre afklædte hippier hele tiden skal fjernes af de store, amerikanske firmaer”, siger Peter Øvig Knudsen.

Udskrifter af indtalingen

Kapitel 1 Som dag og nat – psyke og personlighed

SOM NAT OG DAG

Agnes fortæller:

Min mand og jeg er som nat og dag! Vi har næsten altid lyst til forskellige ting. Jeg elsker sådan nogle weekender, hvor vi ikke rigtig skal noget og bare kan slappe af. Og Jesper synes altid, vi skal se nogen. Han synes, det er skønt med middage og fester med mange mennesker. Han får simpelthen energi af at deltage i sociale arrangementer.

Jeg har det lige modsat. Jeg trives faktisk godt i mit eget selskab, og jeg får energi af at være alene. For eksempel tager jeg op i vores sommerhus og er der flere dage ad gangen. Jeg elsker at gå og arbejde i haven, og jeg kan godt finde på at slukke min mobil, så jeg ikke bliver forstyrret. Jesper kan slet ikke være alene i sommerhuset, han aner ikke, hvad han skal stille op med sig selv.

Når jeg kører med tog, sætter jeg mig altid ind i en stillekupé, så jeg ikke skal høre på andres snak og telefonsamtaler. Jesper hader at sidde i en stillekupé, han kan nærmest ikke trække vejret, når han ikke må snakke. Når han går ud og køber ind eller henter børnene i institution, snakker han med alle dem, han møder, som han kender. Så kommer han altid hjem i godt humør.

Det er ikke, fordi jeg ikke kan lide at have gæster eller snakke med andre. Det skal bare være planlagt, så jeg føler mig forberedt. Og jeg kan bedst lide at være sammen med en enkelt eller to, så man kan få de rigtig dybe samtaler. Jeg kan også bedst lide, at jeg får lov til at tale ud, uden at andre afbryder mig. Det er vigtigt for mig, at man lytter til hinanden. Det irriterer mig, når alle taler i munden på hinanden.

Det er også typisk for os, at jeg har få, nære venner, og det tager tid for mig at lære nye at kende. Jesper har meget nemt ved at skabe nye kontakter. Han har jo så let ved at snakke med nye mennesker, og folk synes om ham med det samme, fordi han er så åben og ligetil, hvor mange nok synes, at jeg er lidt reserveret, indtil de lærer mig at kende. Så jeg er meget dårlig til kurser og receptioner, hvor man skal smalltalke med en masse mennesker, man ikke kender. Det gør mig helt udmattet. Efter sådan en dag må jeg bare hjem i sofaen med en bog.

Jeg tænker også bedst, når jeg er alene, og jeg får flere idéer, når jeg skriver, end når jeg snakker. Jesper har det lige modsat, han bliver mest inspireret, når han snakker med andre. På hans arbejde sidder de i et åbent kontor, hvor der er en masse snak, og det passer ham rigtig godt. Jeg kunne ikke holde ud at arbejde i et åbent kontor, hvor der altid er nogen, der taler i telefon. Bare det, at der hele tiden er nogen, der går ind og ud, forstyrrer mig virkelig. Det ødelægger min koncentration fuldstændig. Men efterhånden har de jo åbne kontorer de fleste steder. Det er ikke godt for sådan nogen som mig.

EMIL OM AT VÆRE INTROVERT

Hvis det stod til min kæreste, så havde vi gæster hver dag – eller stort set hver dag. Der er ikke nogen tvivl om, at hun er meget ekstrovert, og hun henter sin energi ved at være sammen med mennesker og udfolde sig i sociale sammenhænge. Hun er typen, der ikke har noget imod, hvis folk kommer på uanmeldt besøg, eller hvis de bare bliver hængende. Det kan være, det var en frokostaftale, der lige pludselig bliver til aftensmad, og det kan være, de bliver og sover.

Jeg har det sådan, at hvis jeg kommer hjem, og jeg kan se, der står nogle sko ude i entréen, jeg ikke kender, så begynder jeg automatisk lige at spænde lidt op og tage en dyb indånding. Jeg vil nemlig meget gerne have forberedt mig, hvis jeg skal være klar til sociale sammenhænge. Så jeg har det altså ikke på samme måde som min kæreste. Jeg kan godt lide at være sammen med mennesker, men altså ikke hele tiden og ikke lige så ofte som min kæreste.

Så hvis jeg skal placere mig på et spektrum mellem introvert og ekstrovert, så hælder jeg nok mere til det introverte. Det er i hvert fald mere, når jeg er alene, at jeg henter min energi og lader op, og på den måde så er jeg klar til at være sammen med mennesker igen. Hvis det stod til mig, så skulle der bare være ild i pejsen og et glas rødvin, når jeg kom hjem, og helst ikke nogen gæster.

MINIDIALOGER

SØSKENDE

A: Ej, hvor er hun skrap! Hun ved lige, hvad hun vil.

B: Ja, hun bliver ved, til hun får det, som hun vil have det.

A: Er hun enebarn? De er jo tit vant til at få deres vilje.

B: Enebarn? Nej, hun har fire ældre brødre.

A: Fire storebrødre? Nåh ja, så skal man være stærk for at klare sig.

NYT JOB

A: Har du hørt, at Erik har fået nyt job?

B: Igen? Jeg synes, han skifter job hele tiden.

A: Ja, det er faktisk hans fjerde job på tre år. Der er gang i ham.

B: Men det må da bare være hårdt at starte et nyt sted hele tiden. Og man skal også lære nye kolleger at kende hvert sted.

A: Han kan godt lide at prøve noget nyt. Det er ikke noget for ham at arbejde det samme sted i hundrede år. Det ser heller ikke godt ud på cv'et.

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

BJARKE OM SIT FORHOLD TIL CYKLER

Jeg har altid været glad for cykler. Øh... Jeg elsker at skrue på dem, og jeg elsker at køre på dem og... Jeg er så heldig at bo i København, som er en by, hvor der er så godt for cyklister, og det er virkelig noget, jeg kan glæde mig over hver dag. Jeg synes, at cykler er en fantastisk opfindelse, fordi den er så simpel, og den kan give så meget glæde til folk, selv om det jo ikke er så meget andet end en meget, meget simpel maskine. Alle har på en eller anden måde et forhold til cykler, alle dem, jeg kender i hvert fald. Så derfor så er det noget, alle kan tale om, og alle kan have glæde af.

Men altså min kærlighed til cykler, det startede egentlig ikke som en kærlighed, det startede tilbage, da jeg flyttede til København som 19-årig, og jeg havde en gammel, smadret herrecykel med, som desværre blev stjålet, ikke særlig længe efter jeg var kommet til København, og jeg blev rigtig ked af det. Men jeg gik ud og købte en ny cykel, eller en ny, brugt cykel, og der gik heller ikke særlig længe, før den også blev stjålet, selv om jeg havde lås og alt muligt.

Og det her, det gentog sig måske fem gange, indtil jeg til sidst blev så træt af det, at jeg lærte mig selv at lave cykler. Med det mener jeg, at jeg gik ud og fandt gamle ødelagte cykler i containere, og så så jeg en YouTube-video om dit eller dat, og så lærte jeg at lave den selv, og det har jeg gjort lige siden, og i dag kan jeg lave alt, hvad der skal laves på en cykel. Og det er jo noget, som jeg... som jeg nyder til hverdag, fordi jeg ikke behøver gå til cykelmekaniker selv, jeg kan bare selv lave det. Og mange af mine venner kommer og spørger mig om hjælp, og det er jeg egentlig ret glad for, at jeg kan hjælpe dem med.

Når jeg ser folk, der cykler, så bliver jeg både glad for det, fordi jeg kan se den her... jeg fryder mig ligesom over den her mekanik, som fungerer. Men også på sådan et mere filosofisk plan, så tænker jeg: Nå men, hvis der er en person, der cykler, så er der en person mindre, der kører i bil.

Det kom tilbage fra, da jeg så et cykelbud engang, tror jeg, med en T-shirt på, hvor der stod "One less car", altså en bil mindre. Det synes jeg, sådan, beskriver meget godt den følelse, jeg har, at der simpelthen ... for hver cyklist er der én bilist mindre, der bidrager til forurening og alle de der ting. Det bliver jeg glad over.

Mange af mine kolleger spørger mig tit om råd til cykler, og jeg er rigtig glad for, at det er noget, jeg kan hjælpe dem med. Der går ikke noget af mig af, at jeg hjælper dem med det, og de bliver glade, og det er et fantastisk samtaleemne, og det synes jeg selv efter alle de her mange, mange år.

MINIDIALOGER

DELEBIL

A: Sig mig, hvorfor går I ikke over til delebil? I bru~~g~~er den jo alligevel ikke i hverdagen.

B: Nej, der går lang tid imellem.

A: Og I har alle udgifterne til forsikringer og sådan noget.

B: Ja, det løber op! Især hvis man regner afdrag med.

A: Det er da et smart system. Så slipper I også for at lede efter et sted at parkere.
Man afleverer den bare igen, når man har bru~~g~~t den.

PARKERING I BYEN

A: Hvor holder vi?

B: Foran nr. 20. Der blev en ledig, lige da jeg kom kørende.

A: Det var heldig. Det er normalt umuligt at finde en plads.

B: Og jeg gider ikke flere bøder! Det er penge ud ad vinduet.

FÆRGER

Der er omkring 400 øer i Danmark, og der bor mennesker på omkring 75 af dem. Selv om der er blevet bygget flere broer, er der stadig mange små øer, man kun kan komme til med færge.

For mange danskere er færger noget, de forbinder med sommerferie. De fleste af de små øer har smuk natur og flotte, hvide strande, så der er mange sommerhuse, hoteller og campingpladser, hvor folk holder ferie. Der er også mange, der har været ovre på de små øer på sommerlejr med skolen eller spejderne, eller de har været på ø-lejr, da de var unge. Så færgerne minder mange om deres barndoms somre, og derfor har de et lidt nostalgisk syn på dem.

Men for dem, der bor på de små øer, er færgerne en absolut nødvendighed. Øboerne er helt afhængige af, om der er en færge med faste daglige afgange fra øen. For de er nødt til at tage til fastlandet for at komme på arbejde, gå i skole, tage uddannelse, gå til læge og meget andet. Der er en tendens til, at folk flytter fra øerne, ligesom der er tendens til, at folk flytter fra land til by generelt. Det sker især, når den sidste skole og den sidste butik på øen lukker. Og når der bliver færre beboere på en ø, er der endnu færre passagerer med færgerne, og så kan de ikke løbe rundt økonomisk. Og uden en færgeforbindelse kan øerne blive helt affolkede. Så folk på øerne kæmper for, at staten skal støtte færgerne. Færgerne er ikke kun øboernes forbindelse til fastlandet, de giver også nogle tiltrængte arbejdspladser på øerne. Og man møder hinanden på færgen og udveksler nyheder, så de er også et vigtigt mødested.

Efterhånden er der kommet så mange broer – for eksempel over Øresund, Storebælt, til Langeland og Tåsinge – at mange danskere ikke sejler så meget med færge mere. Før broerne syntes de fleste, at færgeturene var irriterende – de tog ekstra tid, man skulle bestille plads i forvejen og komme en halv time, før færgen skulle sejle, caféen på færgen var dyr og overfyldt i skoleferierne osv. Men nu, hvor man ikke sejler så tit, er en færgetur blevet noget særligt. Folk nyder en færgetur som en pause fra motorvejene, og man kan stå på dækket og se på vandet, mågerne, skibene og øerne og kysterne, som man sejler forbi.

GODSTRAFIK

Vi hører mere og mere om alle de varer, der bliver transporteret med fly som jordbær fra Sydafrika og Israel og modetøj fra Asien, der skal ligge på hylderne i tøjbutikkerne en måned efter, at de er blevet kopieret på modeugen i Paris. Samtidig ser vi tusindvis af lastvogne på motorvejene op gennem Europa med alle slags varer til supermarkederne i hver en by.

Men der er stadig rigtig mange varer, der gør rejsen med skib, og der bliver faktisk flere og flere. De ti største havne ligger i Asien med de fleste i Kina. Men også i Aarhus og Gøteborg kan man få et indtryk af containertrafikken, hvis man forvilder sig rundt på havnen og møder de enorme parkeringspladser med tusindvis af containere.

Hvert år går 92 millioner tons gods gennem de danske havne med skib. Noget bliver transporteret med lastbiler, der kører om bord på et skib og så kører fra en havn og videre ind i landet – altså en kombination af skibstransport og lastbil. Så en stor del af godstrafikken går via havnene, og her er mange arbejdspladser. Det er ikke bare traditionelle havnearbejdere, men også ansatte på de værfter, der stadig fungerer, og i de firmaer, der leverer udstyr og service til værfterne.

Mange af skibene går ind i små havne. Men man regner med, at der vil blive brugt større skibe i fremtiden, og så vil man være nødt til at bruge de større havne, der er dybere.

Der er flere rederier i Danmark med Mærsk som det største. I den maritime industri, rederierne og erhvervshavnene arbejder der omkring 100.000 mennesker, og det svarer til 3,8 procent af beskæftigelsen i Danmark. Til sammenligning er der 134.000, der arbejder i landbruget, det vil sige cirka 5 procent af beskæftigelsen i landet. Så havet og havnene er en større branche, end de fleste måske regner med.

Desværre er der også meget forurening fra skibstransporten. En overskrift i ingeniørernes fagblad i 2008 lød: "Mærsk forurener lige så meget som hele Danmark". Mærsk-koncernen udledte med sine boreplatforme og omkring 1000 skibe lige så meget CO₂ som Danmark som helhed. Men siden da er det lykkedes Mærsk at nedbringe sit CO₂-udslip ved at udvikle skibsmotorer, der bruger mindre brændstof, og ved at lade skibene sejle langsommere. På den måde fik Mærsk nedbragt sit CO₂-udslip med over 11 % fra 2007 til 2015 – lige så meget som hele Danmark.

KRYDSTOGTTRAFIK

En relativt ny form for trafik til søs er de mange krydstogtskibe. Det er blevet en meget populær ferieform at sejle rundt på krydstogtskibe. Skibene sejler om natten og lægger til i forskellige byer hver morgen, så man kan gå ud og se en ny by hver dag. På den måde kan man se en masse nye steder uden at have besvær med at skulle rejse rundt med sin bagage og selv finde rundt med bil, tog eller fly.

Krydstogtskibe har alle dage været som en slags flydende luksushotel, og i gamle dage var det kun de rige, der kunne tage på krydstogt. I dag er der mange flere, der har råd til det, selvom det stadig er en relativt dyr rejseform, og især på de store krydstogtskibe er der også meget luksus som restauranter med store buffeter med god mad, barer, kasino og natklub med optræden, swimmingpool, fitnessrum med mere.

Man betaler for en kahyt et bestemt antal dage og bestemmer selv, hvor man vil starte og slutte sin tur. Østersøen er blevet meget populær til krydstogter, fordi man kan sejle til så mange forskellige lande inden for relativt korte afstande. De fleste starter rundrejsen i København, hvor skibene ligger op til tre dage mod én dag i hver af de andre byer. Fra København sejler skibene til for eksempel Gdansk, Stockholm, Helsinki, Sankt Petersborg, Tallinn og Riga.

Krydstogttrafikken er nærmest vokset eksplosivt de senere år. Sæsonen strækker sig fra april til oktober. I 2016 kom der 67 skibe til København med samlet over 700.000 passagerer, og man regner med, at tallet vil stige kraftigt. Før lagde de til ved Langelinie, men nu er der bygget en krydstogtterminal i Nordhavnen, hvorfra passagererne så kører videre ind til centrum med bus eller taxi. Det giver en masse arbejdspladser i sæsonen, både på selve skibene og i land, for eksempel bliver der ansat mange til at hjælpe passagererne fra lufthavnen videre til havnen.

Krydstogterne giver også store indtægter, fordi passagererne generelt bruger mange penge, mens de er på land. Det giver et ordentligt rykind i byerne, når skibene lægger til i havnene – de største af skibene har omkring 4.000 passagerer med. Man kan mærke, når der pludselig kommer mange tusinde ekstra turister i byen, især i de mindre byer. Skagen, Aarhus og Rønne har haft krydstogtskibe på besøg i mange år, men nu er der kommet endnu flere danske byer til. Det kræver bare, at de har meget store havne, hvor de kæmpestore skibe kan lægge til, og det er ikke alle byer, der har det.

LYSTSEJLERE

Når man ser ud over havet i Danmark om sommeren, er det et typisk syn med en masse hvide sejl. De mange kyster i Danmark giver rigtig gode muligheder for at sejle, og det er meget populært at sejle i sejlbåd i fritiden, både som konkurrencesport og ferieform. Der er omkring 300.000 aktive sejlere i Danmark fra alle miljøer og i alle aldersgrupper. Man behøver ikke have en båd selv for at sejle. Man kan bare melde sig ind i en sejlklub eller på et kursus og sejle med deres både. For at have lov til at sejle en større båd skal man gennemgå et kursus og have et certifikat på, at man kan føre en båd og navigere. For det er ikke ufarligt at sejle, der er regler, man skal overholde i sejltrafikken, og der er hvert år drukneulykker med sejlere involveret.

De fleste sejlere køber på et tidspunkt deres egen båd, eventuelt sammen med et par venner. I 2010 var der omkring 57.000 lystbåde i Danmark, hvoraf lidt over halvdelen var sejlbåde og resten motorbåde. Der er omkring 350 lystbådehavne, marinaer, i Danmark, og i mange af dem er der et aktivt havneliv, hvor sejlerne går og reparerer deres både og mødes i deres klubhuse, som også fungerer som restauranter.

Fritidssejlerne sætter typisk deres båd i vandet i påsken og tager den på land igen i efterårsferien. De fleste bruger deres båd til at tage ud at sejle i i sommerferien og i weekenderne i sommerhalvåret. Nogle tager ud for at fiske, andre sejler rundt mellem havnene i de danske byer, for eksempel på øerne syd for Fyn eller rundt om Bornholm. Det er også populært at sejle til Norge eller Sverige og lægge til i havnene ved kysterne der. Man betaler for at ligge i havn og bruge faciliteterne der. For selv om man sover på sin båd, er det rart at kunne bruge havnenes faciliteter som toiletter, bad og vaskemaskiner.

Når man sejler, styrer man selv sin rejse. Men man er meget afhængig af vejret. Hvis man sejler med en sejlbåd, skal der være vind, for at man kan sejle. Hvis det stormer, kan der opstå farlige situationer, hvor det kan være meget svært at styre båden. Hvis det er tåge, kan det være svært at se, om der er andre både eller klipper og kyst, hvor man kan støde på grund. Og hvis det er tordenvej, er der risiko for at blive ramt af et lyn. Så sejlerne tjekker ofte vejmeldingerne, og de kan blive tvunget til at vende om og gå ind i den nærmeste havn og måske blive liggende i havn i flere dage, til vejret ændrer sig.

Kapitel 3 Fra maraton til mindfulness – Om krop og helbred

ANDERS OM AT Dyrke IRONMAN

Tilbage i 2010 der ville jeg rigtig gerne tabe mig, og der tænkte jeg, det gør man så ved at dyrke noget motion. Så jeg begyndte at gå en masse ture, og det udviklede sig til, at jeg løb nogle ture og udviklede sig så til, at jeg begyndte at træne mere og mere i fitnesscentre og gik til spinning og lavede styrketræning. Og det gjorde jeg i nogle år, indtil jeg havde tabt 20-25 kilo, og alting var godt, og jeg syntes ligesom, at nu skulle jeg have nogle nye mål med det her træning end bare at tabe mig.

Så jeg begyndte at tænke på, at jeg ville løbe maratonløb, og jeg begyndte også på det tidspunkt at køre spinning sådan lidt mere seriøst. Jeg kørte en seks-syv timer om ugen af det. Og da jeg havde gjort det et stykke tid, så skulle jeg til at ... i gang med mit første halvmaraton-forløb.

Og så skete der det, at jeg blev syg, jeg fik et hjertetilfælde inde på arbejde en dag og blev indlagt og skulle have en ny hjerteklap, viste det sig. Det var en medfødt hjertefejl, jeg havde. Og da jeg ligesom var færdig med det, om man så må sige, da jeg var færdig med operationer og færdig med at være indlagt, så var jeg fuldstændig slået tilbage til nul igen og skulle starte forfra.

Og der blev jeg enig med mig selv om, at det skulle i hvert fald være løgn, så jeg satte mig et nyt mål, der hed, at jeg ville gennemføre en halv ironman, fordi det skulle ikke være et for lille mål, men gerne noget, som ligesom viste, at jeg i hvert fald stadigvæk var i live. Og det gik jeg i gang med at træne til i 2013 og gennemførte en halv ironman i 2014. Og da jeg var færdig med den, der var det første jeg sagde stort set til mig selv, det var, at jeg skulle også lave en hel ironman. Så det fortsatte jeg ligesom mit træningsforløb efter det, trænede 15 timer om ugen -20 timer om ugen ved siden af mit arbejde, og i 2015 gennemførte jeg så en hel ironman.

Når jeg træner, så giver det mig en hel masse overskud og energi. Jeg får simpelthen mere energi, selv om det måske virker selvmodsigende. Så når jeg har været ude at løbe 15 kilometer, så kommer jeg tilbage med et stort smil på læben og har overskud til at kunne være familiefar og kunne komme hjem og ordne huset, eller hvad der nu ellers skal ske. Så jeg træner rigtig hårdt, fordi jeg godt kan lide at nå mine mål, men mindst lige så meget fordi det giver mig en masse gode oplevelser, og det giver mig en masse venskaber, og det giver mig en masse nye mennesker, jeg møder, og det giver mig en masse god energi.

TANDLÆGESKRÆK

- Hans: Nå, så kom jeg da til tandlæge. Jeg havde udskudt det rigtig længe, og jeg håbede, der var lang ventetid. Men så havde de lige et afbud, så jeg kunne komme til med det samme! Det var jeg ikke meget for.
- Ida: Hvorfor går du og udskyder det? Det er da bedre bare at få det overstået.
- Hans: Ja, det kan du sagtens sige. Nej, jeg må nok indrømme, at jeg lider lidt af tandlægeskræk. Det er jeg nu ikke alene om, de er vant til det.
- Ida: Hvorfor har du tandlægeskræk?
- Hans: Åh, det er nogle ting, jeg fik lavet for nogle år siden.
- Ida: Hvad for nogle ting?
- Hans: Ja, det værste var nok, da jeg skulle have opereret visdomstænderne ud. Han kunne ikke trække dem ud, fordi de sad halvt nede – der var ikke plads til, at de kunne komme rigtigt op. Så de skulle opereres ud. Én ad gangen. Ej for en omgang! Og engang knækkede jeg en tand, fordi jeg bed i noget hårdt. Der gik et stykke af tanden, så jeg måtte have en krone på. Det blev dyrt!
- Ida: Ja, det kan hurtigt løbe op. Men jeg har nu ikke så store tandlægeregninger, for jeg får som regel bare en tandrensning. Jeg har selvfølgelig haft nogle huller. Men ikke ret mange.
- Hans: Nej, der er det bare bedøvelsen, der gør ondt. Når de stikker.
- Ida: Nå nej, jeg bliver aldrig bedøvet.
- Hans: Bliver du ikke bedøvet? Hvorfor ikke?
- Ida: Jeg vil hellere holde det ud, når de borer. Det tager jo ikke så lang tid. Så slipper man for at blive stukket – og for at være hævet og følelsesløs resten af dagen. Og det hele er overstået, når man går ud af døren.
- Hans: Ja, heldigvis. Men det er en stor udgift for mig. Det er også mærkeligt, at det er gratis at gå til lægen og koster det hvide ud af øjnene at gå til tandlæge!

MINIDIALOGER

SØVNLØSHED

A: Jeg har så svært ved at sove for tiden. Måske er det, fordi der er så lyst her om sommeren.

B: Har du prøvet at tage Melatonin? Det skulle hjælpe.

A: Men er det ikke på recept?

B: Jo, og det hjælper måske også mest ved jetlag. Og så er der vist nogle bivirkninger ved det.

A: Måske skulle jeg hellere få nogle mørke gardiner.

NÆRSYNET

A: Sig mig, ser du dårligt på afstand?

B: Ja, jeg kan overhovedet ikke se, hvad der står på det skilt derovre. Kan du?

A: Ja da. Der står 'parkering forbudt'.

B: Nå, det var ærgeligt.

A: Har du egentlig fået tjekket dit syn? Måske skal du have briller.

B: Jeg har nogle briller, jeg bruger i biografen. Men jeg gider ikke gå med dem udenfor.

MARIE OM MINDFULNESS

For et par år siden der valgte jeg at uddanne mig selv til mindfulness-instruktør. Jeg havde selv dyrket det i nogle år, og så havde jeg også læst en del omkring det, så det gav rigtig god mening, at jeg skulle gøre det på det tidspunkt.

Jeg havde først lært mindfulness at kende som en afspændingsteknik, nogle vejrtrækningsøvelser, man brugte efter yoga. Men efter at jeg læste nærmere omkring det, så kunne jeg se, at det ikke i så høj grad handlede om afspænding, men mere omkring at være nærværende og iagttagende og forholde sig ikke-dømmende til ens tanker. Så hvis man får det ud af mindfulness, at man er afslappet, så er det jo rigtig godt. Men rigtig mange mennesker de fortæller mere, at de oplever tankemylder og bliver rastløse, og det er lige så fint, der er ikke noget, der er forkert der. Sådan er jo vi moderne mennesker, at vi er rastløse, og vi har mange tanker.

Men du kan opnå en form for befrielse eller en følelse af frihed gennem mindfulness, fordi du lærer at distancere dig fra det, der foregår inde i hovedet. Og derfor så er mindfulness jo også rigtig, rigtig brugbart, når vi taler om livsstilssygdomme og stress og depressioner og angst. Man er ligefrem begyndt at give mindfulness på recept. Lægerne har også fået øjnene op for det, og man bruger det på hospitaler.

Når det så er sagt, så synes jeg, det er rigtig vigtigt, at man ikke misbruger mindfulness-tanken. Idéen bag mindfulness er ikke, at din chef skal komme og sige: ”Nu skal du arbejde dobbelt så hårdt, men som kompensation kan du så få et kursus i mindfulness.” Det vil jeg sige, er misbrug.

Men jeg er selvfølgelig rigtig glad for personligt, at mindfulness i dag bliver mere og mere udbredt. Det kan jeg se på alle de reklamer, der er kommet. Så i dag der tænker jeg, mindfulness er ikke for nogle få spirituelle, okkulte hippier, men er for alle, så man kan tale om, at mindfulness er blevet hvermandseje.

Kapitel 4 Partihopper eller sofavælger – Om politik

SÅ SKAL VI STEMME IGEN

- Sten: Nå, så skal vi til at stemme igen.
- Esther: Ja, du skal – jeg må ikke.
- Sten: Nåh nej. Men sidste gang stemte du da til kommunalvalget.
- Esther: Ja, jeg ville stemme, når jeg nu havde ret til det, men det var ikke så let at finde ud af, hvem jeg skulle stemme på – med alle de partier, der er.
- Sten: Nej, det kan godt være lidt svært – også for os. Men det er vel godt nok, at der er nogle at vælge imellem – i stedet for som i de lande, hvor der kun er to store partier, der har en chance.
- Esther: Det er bare lettere, så ved man, hvor de står. Og man kender også politikerne. Både for det gode og det dårlige, de har gjort.
- Sten: Men når man kan starte et nyt parti, er der plads til nye idéer og tanker. Det er jo ret let at komme ind. Og så er der ikke så stor risiko for at spilde sin stemme.
- Esther: Det er bare lidt svært at finde ud af, hvad alle de partier mener om de forskellige spørgsmål – hvis man ikke virkelig følger med i det.
- Sten: Ja selvfølgelig, men der er fuldt af debatter op til et valg. Man kan ikke gå på nettet eller tænde for fjernsynet eller åbne en avis uden at høre politikernes meninger.
- Esther: Men er der et parti, du altid stemmer på, eller skifter du, efter hvad de siger i valgkampen?
- Sten: Hø, jeg har været næsten hele vejen rundt!
- Esther: Hva'?!
- Sten: Nej ok, det er selvfølgelig lidt overdrevet. Men jeg har stemt på tre forskellige partier, og jeg er faktisk ikke helt sikker på, hvem der får min stemme næste gang.
- Esther: Er det almindeligt?
- Sten: Der er i hvert fald mange, der gør det.
- Esther: Men hvorfor skifter du mening hver gang, der er valg?
- Sten: Det er ikke så meget, fordi jeg skifter mening politisk. Det er lige så meget, fordi jeg bliver skuffet over nogle af politikerne, og så tænker jeg: De skal i hvert ikke have min stemme. Der er jo altid nogle, der skifter parti. Det er noget, de skriver meget om. Altså, hvor folk går hen fra det ene eller det andet parti.
- Esther: Nå ja, sådan er det selvfølgelig også hos os.
- Sten: Men der er da også nogle, der stemmer på de samme hele livet. Sådan nogle som min far – han har stemt socialdemokratisk hele sit liv!
- Esther: Det tror jeg sådan set også, mine forældre har, altså stemt på de samme. Også deres venner - og søskende. Og alle vidste, hvad de andre stemte. Det kunne virkelig give konflikter i familien. Op til et valg kunne de skændes hele tiden. Det var ikke til at holde ud.

MINIDIALOGER

SOFAVÆLGER

A: Jeg kan ikke finde ud af, hvem jeg skal stemme på. Der er ikke rigtig nogen, jeg er enig med.

B: Der er vel aldrig noget parti, man er 100 % enig med.

A: Nej, og der er selvfølgelig nogen, jeg ikke kunne drømme om at stemme på.

B: Ja, man ved jo, hvad side man hører til.

A: Måske springer jeg over denne gang.

B: Og bliver sofavælger? Nej, det er da helt åndssvagt! Så får du jo slet ingen indflydelse.

LANGT UDE

A: Sig mig engang, hvem stemmer du på?

B: Sidste gang stemte jeg på Venstre, men nu tror jeg faktisk, jeg stemmer på Liberal Alliance.

A: Liberal Alliance! Nej, de er så langt ude. De tænker kun på at få skatten ned.

B: Den er da også alt for høj her i landet! Hvad med dig?

A: Jeg tror, jeg stemmer på Enhedslisten.

B: De er da endnu længere ude! Men det gør dine kolleger måske også?

A: Nej ... mon ikke, de fleste af dem stemmer på SF eller De Radikale?

B: Typisk lærere!

MINA OM SIT FORHOLD TIL POLITIK

Jeg er født og opvokset i Zimbabwe, i Harare, i Afrika og flyttede først til Danmark, da jeg var omkring 11-12 år. Og jeg husker tydeligt, da jeg flyttede til Danmark, at jeg meget følte mig som værende gæst i det her land, på trods af at min mor var dansker, og jeg sådan set også havde dansk statsborgerskab. Men jeg følte mig inderst inde som værende zimbabweaner, og derfor var det lidt på midlertidigt ophold, at jeg kom til Danmark. Jeg skulle sådan set hjem til Zimbabwe på et tidspunkt igen.

Og så husker jeg også, at da jeg startede i gymnasiet og var 15-16 år gammel, og vi fik venner fra Afrika på besøg, fra Zimbabwe på besøg, at ham manden i den vennegruppe, faren i familien, han var meget glad for at se, at jeg havde valgt at tage en uddannelse i Danmark, og havde meget store forventninger til, at jeg også efterfølgende skulle videreuddanne mig. Men han sagde også, at den mulighed, jeg havde fået, ved at få lov til at komme til Danmark og tage en uddannelse, den forpligtede. Den forpligtede på den måde, at når jeg var færdig, så skulle jeg rejse tilbage til Zimbabwe, og så skulle jeg hjælpe med at genoprette landet.

Og for første gang nogensinde kunne jeg mærke, at der var noget i mig, der skiftede – identitetsmæssigt i hvert fald. For første gang så følte jeg mig ikke som værende gæst i Danmark eller en tilskuer til samfundet, men nærmere som værende dansker, og det gjorde ret ondt at skulle forestille sig, at jeg skulle rejse tilbage til Zimbabwe. Og derfor så vidste jeg også godt, at hvis jeg sagde nej til den opgave at skulle rejse hjem og være med til at genopbygge Zimbabwe, jamen så ville det kræve noget andet af mig. Jeg ville ikke bare kunne sætte mig på sofaen. Jeg ville sådan set... der ville sådan set være en pligt til, at jeg skulle bidrage et andet sted.

Og derfor besluttede jeg mig også for at melde mig ind i elevrådet og blev sådan set også elevrådsformand og blev aktiv i Gymnasieelevernes Sammenslutning, som er en interesseorganisation for alle gymnasieelever i Danmark. Og sidenhen er jeg også blevet socialdemokrat.

Og forpligtelsen til at være med og gøre en forskel og bidrage den er der sådan set stadig, og den er der næsten i højere grad i dag, fordi at jeg kan se, at der er rigtig mange, som føler, at de mennesker, som træffer beslutninger i det her land, de politikere vi har, der er mange, der synes, at de træffer de forkerte beslutninger, og det kan jeg sådan set godt forstå, men hvis det her demokrati skal virke, så kræver det, at vi alle sammen er med til at bidrage og melder os ind. Og det vil jeg i hvert fald selv blive ved med at gøre ved at være socialdemokrat. Jeg føler også stadig forpligtelsen til at deltage og til at være med, og det håber jeg også, andre vil føle i højere grad, at der er flere, der vil føle sig forpligtede til at gå ind i politik og være aktive.

Kapitel 5 Luft under vingerne – Om det danske frisind

MARIA-SOPHIE OM FRISIND

Når jeg tænker på det danske frisind, så tænker jeg først og fremmest på pornoens frigivelse, øh... og den udvikling synes jeg egentlig er fortsat både på godt og på ondt. Jeg synes, det er vigtigt, at vi i samfundet har en åben holdning til at kunne tale om sex og seksualitet generelt, men jeg synes også, det går lidt for vidt, når at man ser et helt ungt par, der har sex for rullende kameraer, som man så det for nogle år siden i reality-programmet Paradise Hotel. Og det er altså ikke, fordi jeg er specielt snerpet, men det virker på mig, som om at nogle unge mennesker slet ikke har et filter til omverdenen eller samme forståelse af intime situationer, som for eksempel jeg har. Og det ved jeg ikke, om er et resultat af et seksuelt frisind, som har udviklet sig i en uhensigtsmæssig eller for mig lidt forkert retning.

Men der er også nogle ting, som er gået tilbage, synes jeg. For eksempel vores forhold til nøgenhed og den naturlige krop. Der er mange helt unge mennesker i dag, som ikke vil gå i bad efter gymnastik i skolen, eller som ikke bryder sig om at klæde om i svømmehallen og derfor ikke kommer der. Det tænkte man ikke så meget over i min generation eller i mine forældres. Det gjorde man bare.

Min mor har for eksempel altid gået rundt derhjemme nøgen, når hun havde været i bad, og hun har altid elsket at ligge topløs på stranden. Hun har nok haft et lidt mere afslappet forhold til det, end jeg har. Lidt hippieagtigt måske. Måske har hendes generations frisind over for sex og nøgenhed haft den modsatte effekt på min og de yngres. Men jeg synes, det er rigtig ærgerligt, at unge mennesker i dag ikke ser så mange forskellige nøgne kroppe. De ser kun de helt perfekte kroppe, som man ser i blade eller på film. Og det tror jeg, kan være med til at give dem et forvrænget selvbillede, altså at de tror, de er helt forkerte, hvis de har lidt appelsinhud eller form som en pære.

MINIDIALOGER

TOPLØS PÅ STRANDEN

A: Folk snakker så meget om, at vi er så frisindede, og at der er mange, der er topløse på stranden. Men det synes jeg da aldrig, man ser.

B: Det er da klart, når alle har mobiltelefon med og tager billeder og lægger dem ud på nettet. Det vil man da ikke risikere.

A: Tror du, det er derfor? Måske er det bare gået af mode.

B: Jeg ved heller ikke, hvor fri man føler sig, når det kommer til stykket. Alle glor jo.

A: Men det er måske også naturligt nok – at være lidt blufærdig.

TØMMERMÆND

A: Nej, hvor går der lang tid imellem, jeg kommer ud og får nogle øl!

B: Ja, det er ikke så nemt mere, når man skal tidligt op og på arbejde næste morgen.

A: Og det går heller ikke i weekenden, for Karl vågner ved seks-tiden og vil op.

B: Det er også, ligesom tømmermændene er blevet værre, ikke?

A: Jo, man kan ikke klare så meget mere. Jeg er efterhånden to dage om at komme mig efter en aften i byen.

B: Ja, men jeg kan stadig godt savne det.

CLARA OM ALKOHOL I GYMNASIET

I min klasse i gymnasiet der var halvdelen muslimer, som ikke drak. Og derfor så var det nogle gange en udfordring at finde ud af, hvordan vi alle sammen skulle være sammen, fordi i Danmark så handler det jo tit om at drikke til festerne på gymnasierne. Og det er ligesom der, man styrker fællesskabet.

Men til sidst så fandt vi ud af, at vi kunne have sådan to separate kulturer: en alkoholkultur, hvor at muslimerne oftest ikke deltog, og så en sodavandskultur, hvor alle ligesom kunne være med.

Og i 3.g på vores studentervognstur, så prøvede vi faktisk at kombinere de her to måder. Og det lykkedes rigtig fint. Vi gjorde det sådan, at vi først stoppede hos muslimerne, dem der ikke drak, og besøgte deres familier og deres hjem, og så da vi var ... havde besøgt alle dem, så stod de af, og så kørte resten videre og drak rigtig meget alkohol og blev rigtig fulde. Og det var jo en rigtig fin måde at ligesom inkludere alle, og jeg tror, alle var rigtig glade for, at vi var hjemme hos alle, og vi fik fejret det sammen, selv om vi selvfølgelig ikke alle sammen var med hele vejen. Men det var, som om at folk var rigtig glade for det og accepterede det, og der var god stemning omkring det.

Et andet eksempel på, hvordan vi forsøgte at forene denne her alkoholkultur med dem, der ikke drak, det var til nogle af festerne, hvor at nogle af muslimerne faktisk var med alligevel. Og jeg husker specielt et par fester, hvor at nogle af de her mennesker de introducerede noget klassisk arabisk folkedans, og det ender så med, at vi alle sammen danser i en stor rundkreds rundt i festsalen, og så er der en af de her piger fra min klasse, som råber sådan det der særegne arabiske kald, som lyder noget i retning af "drrrrrrr", og det var vildt sjovt og anderledes.

Og så oplevede vi faktisk også en anden ting, det var, at vandpiben den fungerede lidt som sådan samlingsobjekt. Der var nogen, der tog den med, og så var det ligesom det, som vi hyggede omkring og sad i rundkreds omkring. Og der kunne alle ligesom være med.

Så jeg synes faktisk, at vi lykkedes rigtig godt med at skabe et godt fællesskab, selv om at alkohol nogle gange godt kunne splitte os ad. Og alkoholen er jo vigtig for nogle, og det kunne nogle så også godt få lov til at gøre, men vi kunne også godt være sammen uden, eller hvor der i hvert fald var en anden ting, der var i fokus.

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 vænne 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) inddrage det måske lidt oversete mellembarn. 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 gennemskue, 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, udadvendt, 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 mellemtiden.

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 sadde. - 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 cykelhjem 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. (udråde, 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 supermarkedet, 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 morgenen 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: frækt

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 gemt væk inde på cykelstierne. (tryk, 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. (utryk, københavnsk, voldsom, højtråbende)
8. Man ser så mange cyklister, der bryder reglerne, at folk oplever dem som uforudsigelige. (uforudsigelig)
9. Det lyder harmløst at være uforudsigelig, 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 forsigtigt." (forsigtig)

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 trykstreger.

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 pronomen.

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 foden forstuvet eller brækket? Det ved de ikke, men i begge tilfælde skal foden 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 guldplomber.
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 tabe 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 oprindeligt 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 forsvarspolitik 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 utydeligt.
2. Du kunne vel ikke sige/fortælle mig, hvad klokken er?
3. Hendes 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 de 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, hvad 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 arbejdspladser 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 i stå. 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 billeder i aviserne 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 raket fart.

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 dalede 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.

DET ER DA NOGET UNDERLIGT NOGET

Indsæt nogen, noget eller nogle.

Eva: Jeg synes, det er mærkeligt, at der overhovedet ikke er nogen, der har gardiner mere. Man kan jo se alt, hvad de laver. Der er ikke noget, der er privat mere.

Jan: Det er ikke noget, der generer mig. Folk laver vel heller ikke noget i deres stue, andre ikke kan tåle at se.

Eva: Det støder bare min blufærdighed, når der er nogen, der går rundt uden tøj, når de har været i bad. Hvorfor tager de ikke lige en badekåbe på?

Jan: De tænker vel ikke på, at der er nogle, der står og kigger på den anden side af gaden. Kan du ikke bare kigge væk?

Eva: Det kan bare være lidt svært nogle gange, hvis man lige kommer til at kigge ud ad vinduet. Det er ligesom på stranden – der irriterer det mig også, at man bliver tvunget til at se på topløse kvinder, også nogle, der er ældre og rynkede. Og overvægtige mænd med enorme maver, der hænger ud over nogle bittesmå stramme badebukser. Det er da ikke noget kønt syn.

Jan: Nej, nu må du da styre dig! Det kan da ikke kun være dem med ung, glat hud, der må være på stranden. De er jo ikke engang helt nøgne.

Eva: Jo, nogle steder er de faktisk.

Jan: Jamen, så er det vel markeret, at man må være nøgen der.

Eva: Jeg synes bare godt, folk kunne tage hensyn til andre menneskers blufærdighed. Jeg snakkede med nogen, der havde været på festival, og der var mange, der bare stillede sig og tissede i nogle buske, selv om der sad nogen lige ved siden af.

Jan: Ja, de har nok også fået nogle øl. Og der er nogle sygt lange køer ved toiletterne.

Eva: De sagde også, at der var nogle piger, der bare satte sig ned og tissede, så man kunne se alt.

Jan: Det er vel sådan set også bare naturligt. Er du ikke lidt bornert?

Eva: Nogle ting må jeg indrømme, at jeg har svært ved at vænne mig til. Jeg synes, det er noget underligt noget at sætte sig ned og tisse lige foran andre.

DANSK BØRNEFJERNSSYN

I Danmark er der altid blevet produceret meget børnefjernsyn, DR har en hel kanal, Ramasjang, der sender udsendelser for børn hele dagen. Nogle udsendelser har været vist igennem flere årtier og har bevaret deres popularitet fra generation til generation. Det gælder for eksempel Bamses Billedbog og Kaj og Andrea. Forældrene har set dem som små og ser dem nu med deres børn.

Vi tager dem som en selvfølge, fordi de så længe har været en del af vores tilværelse. Men kommer der et fremmed blik på dem, så ser vi pludselig på dem med nye øjne.

En journalist fra det britiske tidsskrift The Economist var med sin danske kone på ferie i Danmark, hvor han så Ramasjang og skrev om det kulturchok, det gav ham. Han fandt det helt forskelligt fra både britisk og amerikansk børne-tv. En ting, han lagde mærke til, var langsomheden – meget foregår i nærmest naturligt tempo, hvad der giver udsendelserne en helt anden stemning end de amerikanske børneudsendelser, der er klippet i et højt tempo og med et væld af special effects.

Men det, der især slog ham i programmet Onkel Rejes Sørøvershow var manglen på moraliseren og opdragelse. Onkel Reje fortæller sørøverhistorier, han bander og smadrer ting. Han piller næse, hans sure sokker fortæller hinanden vittigheder, hans mormor sætter ild til en prut, og han gør grin med dronning Margrethe, Gud og julemanden. Onkel Reje synger glad, at han ikke kan lide at gå i bad, uden at en voksen fortæller, at det er vigtigt at være ren. Humoren er plat og barnlig og undertiden direkte uartig. Men den rammer børnenes humor.

I dansk børnefjernsyn er der ofte heller ikke nogen, der er castet som gode eller onde. Hovedpersonerne har alle mulige menneskelige egenskaber, som de selv og andre får lov at leve med. Det fik danskerne øjnene op for, da svensk fjernsyn, som ellers sender mange danske programmer, ikke ville vise Bamses Billedbog. Måske troede de ikke på den gode påvirkning fra Bamse, som også er både egoistisk og dominerende: ”Her er en fødselsdagsgave til dig, Kylling. Nåh nej, jeg tror, jeg tager den selv”, ”Du må ikke være med i legen, Ælling, du er for lille”.

Men børnene genkender det og morer sig. Og forældrene kan bare grine med og taler måske, måske ikke med børnene om det problematiske i Bamses opførsel. Faktisk er der også udsendelser, der lærer børnene at stave, regne og andre ”fornuftige” ting, men Onkel Reje er et eksempel på, hvordan dansk børnefjernsyn lader børn være børn.