|  |  |
| --- | --- |
| En bild som visar text  Automatiskt genererad beskrivning | Upptäckare |

|  |
| --- |
| Välkomna till Blink  I världen Blink är ett lyckligt liv det allra viktigaste. I världen bor Blinerna som gör alla val för att de själva ska vara så lyckliga som möjligt. Ibland innefattar det små saker och ibland stora livsviktiga val. Alla bor därför precis som de vill där de vill. För någon är lycka att sova i en hängmatta och för en annan att bo i en luftballong. I Blink är allt möjligt så länge det gör en lycklig.  Kan vi lära oss av Blinerna?! I vår människovärld finns det många som pratar om det ”ideala utseendet” (Utseendemyten) som definieras av samhället. Utseendemyten kan variera över världen – exempelvis är idealet i en del samhällen att flickor ska vara smala, solbrända och ha stora bröst, medan det i andra samhällen anses fint att ha ljus hy. Globalt sett känner sig människor, både unga och äldre, en stark press från media, vänner, familj och andra att uppnå sina samhällens ideala utseende. Vi kallar det utseendemyten eftersom det faktiskt är omöjligt att uppnå alla aspekter av det ideala utseendet – och i verkligheten finns det många sätt att vara vacker på.  Nu på besök i Blink världen ska ni göra två olika aktiviteter och sen till sist slutreflektionen. Ni kommer få börja på den ena och sen växla över till den andra efter halva tiden.   1. Workshopen om Action on Body Confidence 2. En hinderbana   När ni har gjort båda ska ni inte glömma slutreflektionen, skriva på er tygbit och hämta ut världsmärket.  Reflektionen  Hämta ut en tygbit av funktionärerna vid Upptäckarflaggan och reflektera över och skriv ner ert svar på följande fråga:   * **Vad tror ni behövs för att alla på jorden ska få leva i fred och frihet?**   När ni lämnat in er reflektion och fått era märken kan ni lämna Blink. |

|  |  |
| --- | --- |
| Workshop: Action on Body Confidence  Ni kommer att ha en funktionär som guidar er genom workshopen. Ibland kommer ni som ledare att hjälpa till att läsa eller stötta i aktiviteten, de uppgifterna är beskrivna här nedan.  Varje patrull behöver följande för denna aktivitet:  1) Papper (en A4 papper till varje patrullmedlem och ett A3 papper till hela patrullen)  2) Färgpennor  Är något oklart eller ni behöver hjälp är det bara att fråga er funktionär. | |
| 1 | Aktiviteten ”Jag är Unik” [15 min]  *Detta är en lek för att hylla varje persons unika egenskaper och förmågor.*  **Instruktioner**   1. Funktionären kommer samla patrullerna i en cirkel och presenterar syftet med dagens aktivitet. 2. Ledaren delar ut ett A4 papper och en penna per person, och ber alla att dra linjer över sitt papper för att dela in det i sex delar. 3. Ledaren ber alla att göra sitt bästa för att skriva eller rita ett svar till varje mening som ledaren läser upp. Varje svar ska vara på en ny del av deras sida, så se till att siffrorna som motsvarar mening skrivs ner bredvid varje ritat eller skrivet svar. Ledaren förklarar att de ska dela sina svar med de andra i gruppen.   1. Vad är jag bra på? (t.ex. måla)  2. Vad tycker jag om att äta? (t.ex. bananer)  3. Vilken är min favoritlek? (t.ex. kull/ta fatt)  4. Hur ser jag ut? (t.ex. långt brunt lockigt hår och gröna ögon)  5. Vem tycker jag om att leka med? (t.ex. Tessa)  6. Vad tycker jag om att göra utomhus? (t.ex. springa)    När patrullen verkar bli färdiga kan ledaren be scouterna att riva isär pappret för att separera de sex olika svaren.   1. Ledaren ber patrullerna att lägga upp sina papper och titta på varandras så att de kommer ihåg vad patrullen har. Ledare berättar att detta kommer användas i en lek. 2. Funktionären blir lekledare och förklarar leken. För att underlätta för funktionären, kommer varje patrull hålla koll på sina egna poäng. 3. Efter leken, hjälper ledaren scouterna diskutera följande frågor patrullvis i några minuter:   • Hade någon samma svar som någon annan?  • Fanns det många olika svar?  • Tycker du att det är bra med olikheter? Exempelvis att människor alla ser olika ut och har olika förmågor och olika saker de är intresserade av.  • Hur tror du att världen skulle se ut om vi alla var exakt likadana? Tråkig? Inte lika många idéer?)   1. Funktionären rundar av den första aktiviteten, uppmuntra patrullen att svara på funktionärens frågor genom handuppräckning. |
|  |  |
| 2 | Prinsess-/Prins- och superhjältelistan [15 minuter]  *Scouterna arbetar i patruller med att måla en populär prinsess- eller prinskaraktär eller en superhjälte och identifierar de vanliga kännetecknen för karaktären. Detta hjälper dem att upptäcka den begränsade synen på skönhet som oftast framhålls i samhället.*   1. Ledaren delar ut ett A3 papper till patrullen. 2. Ledaren ber patrullen välja en populär sagoprinsessa, sagoprins eller superhjälte som de alla känner till, och de ska gemensamt måla denna figur. Uppmuntrar patrullens medlemmar att diskutera hur figuren ser ut medan de ritar. Fokusera på hur karaktären ser ut, snarare än vad den har på sig. Fokus på människans fysiska attribut.   Tips:  - Om patrullerna kämpar med sina teckningar kan du visa bilden på prinsessan och superhjälten som hjälp för dem.  - Hjälp patrullen med frågor under tiden som de skapar sina teckningar, så att de kan komma på de kännetecken de vill visa i sina teckningar, exempelvis ”Hur lång är karaktären?” eller ”Hur stora är karaktärens ögon?”, ”Vilken form har karaktärens kropp?” Uppmuntra dem att märka ut dessa kännetecken om de vill.   1. Efter ca 5 minuter kommer funktionären samla patrullen och er patrull får möjlighet att se andra patrullers teckningar. Diskutera likheter mellan deras teckning och den nya teckningen under några minuter. Ledaren uppmuntrar till diskussion. 2. Funktionären kommer introducera att nu ska varje patrull skriva “Personen med det ‘perfekta utseendet’?” högst upp på ett nytt A4 ark, och be varje patrull diskutera vad har de olika teckningarna gemensamt.   Om patrullen kör fast kan du hjälpa dem med frågor. Exempelvis: “Är de korta eller långa?” “Hur ser deras kroppar ut?”’   1. Ledaren läser upp listan högt för patrullen när de har gjort färdigt den. 2. Funktionären kommer summera denna aktivitet. |
|  |  |
| 3 | En dag i livet [20 minuter]  *En berättelse där ni får vara aktiva.*  **Instruktioner**:   1. Funktionären inleder aktivitet, där hen berättar om ”Vad mer tror ni att människor ser och hör under en dag som kan få dem att tänka att de borde ändra sitt utseende för att se vackra ut?” 2. Ledaren ska läsa berättelsen om Emi. Varje gång som Emi hör eller ser ett budskap som antyder att blinier ska förändra sitt utseende ska ni ställa er upp, flaxa med era armar, hoppa upp och ner, och säga BOING BOING. Det är så en blini, de som bor här i världen Blink, låter när den är uppe i varv. Öva på ert BOING med patrullen innan ni börjar!  Den här berättelsen visar gruppen att de negativa utseendebudskapen finns omkring oss hela tiden, och hjälper dem att förstå och känna att det inte är så här det borde vara. 3. Ledaren hjälper patrullen diskutera följande frågor efter berättelsen: 4. Hur många gånger sade ni BOING?   *Svar: 4 gånger*   1. Emi hörde alla de här sakerna på endast en dag. Många av oss hör och ser budskap som dessa varje dag. Hur tror du att det här får en del människor att känna sig?   *Svar: orolig, ledsen, vilja ändra sitt utseende, mindre självsäker, inser inte att de är fantastiska precis som de är, inte vilja gå ut och ha roligt*   1. Under sin dag, var såg eller hörde Emi de här budskapen om utseende och skönhet?   *Svar: Från radion, från orealistiska bilder, reklamslogans, vänner, sociala medier*   1. Kan du tänka på andra ställen där Emi skulle kunnat ha hört dessa budskap? *Svarsförslag: TV, filmer, familj, tidningar, i klädaffärer, på sociala medier/internet* 2. Funktionären summerar denna aktivitet. |
| Emi är Blini: En dag i livet  **Emi bor med sin familj i en stor koja i utkanten av byn.**  **Emi älskar att läsa böcker och tycker om att klättra i träd med sina vänner.**  **Emi har ett gult krulligt hår, en maskros över vänstra öra och ett halmstrå i munnen.**  En dag vaknade Emi upp i sin koja som vanligt och hoppade upp för att äta lite frukost. Emi bestämde sig för att sätta på radion för att lyssna på nyheterna för att få veta vad som händer ute i världen. Två programledare pratade med varandra. En av dem sa “på konferensen igår tyckte jag president Blintons blomsterkrans såg väldigt ogenomtänkt. Jag hade skämts om jag var president...” **BOING BOING!**  Emi hörde inte mer eftersom Emis mamma studsade in och stängde av radion! ”Varför spelar det någon roll hur presidenten ser ut?” mumlade Emis mamma. ”Är det inte viktigare att prata om vad personer säger och gör, istället för hur de ser ut?”  Emi skulle precis svara men insåg att det inte fanns tid till det. Emi var sen till skolan! Emi kramade sin mamma hejdå, tog tag i väskan och studsade ut.  Under tiden Emi studsade tittade hen på byn, träden och floden låg i fjärran. Emi njöt av utsikten så mycket att hen nästan kraschade in i en stor reklamskylt!  “Eeeek!!” skrek Emi när hen fick tillbaka sin balans. ”Vad är det här?” Emi tittade upp på den nya skylten. Där fanns en stor bild av en Blini som poserade för ett foto på stranden. Blinien på bilden såg så smal ut, hade ljusa ögon och slät frisyr. Den Blinien såg inte äkta ut.  Under bilden fanns en skylt med texten “Gå ner i vikt för att se bra ut i tid för din semester! Prova vår nya bantningskur idag!” **BOING BOING!**  Emi tänkte på semestern de haft, Emi hade haft kul med sin familj och upptäckt nya platser, ”Varför skulle någon behöva förändra sitt utseende för att kunna ha roligt?” frågade hen sig själv.  Emi var nästan framme vid skolan, och studsade ner till lekplatsen för att hälsa på sina vänner. ”Hej allihop! Vad händer?” frågade Emi. Alla var samlade tillsammans och stod och viskade. En av Emis vänner sa ”Titta där borta, det är Oli! Vi har inte sett Oli på länge och titta på hen nu! Oli ser ut som en modell! Vem kunde tro att hen kunde förändras så mycket – innan var inte hen så intressant men nu ser Oli riktigt cool ut…” **BOING BOING!**  Sedan blev klassen inropade till sin lektion så de studsade iväg till klassrummet. Emi hörde två äldre Blinier prata när hen studsade förbi dem. De tittade båda på sina blinitelefoner och såg båda väldigt oroliga ut. ”Åh nej!” utbrast den ena. ”Titta på det här kortet, Jag kan inte fatta att de lagt ut det på nätet, jag ser hemsk ut! Titta på min blomsterkrans! Oj oj…” **BOING BOING!**  När Eli studsade förbi syntes en bit av bilden. Alla på kortet såg ut som de hade en rolig stund! Eli suckade ”Varför kan de inte se att de alla ser glada och vackra ut precis som de är?”    Väl på plats i klassrummet föreställde sig Emi en värld där varenda Blini kände sig självsäker och nöjd med sitt utseende och att ingen behövde ändra sig för någon. Vilken underbar värld det skulle vara… | |
|  |  |
| 4 | En annorlunda berättelse! [30minuter]  *Genom att använda kreativa förmågor och skådespelarförmågor visa hur saker kunde ha skett på annorlunda sätt i Emis berättelse, och fundera på skillnaden detta skulle göra för personer i berättelsen.*  **Instruktioner**:   1. Funktionären presenterar situationerna och upplägget kortfattat: Under ”*En dag i livet”-berättelsen gjorde ni bliniläten fyra gånger – det fanns fyra saker som Emi såg eller hörde under sin dag som kunde ha fått Emi att tro att det enda sättet att vara vacker på är genom att se ut på ett speciellt sätt. Emi hörde det från radion, från orealistiska bilder, reklamslogans, vänner, sociala medier*” 2. Funktionären fördelar patrullerna och ger dessutom varje patrull ett nummer (vilken situation). Varje grupp av patrull utnämner en ledare som hjälper till att koordinera pjäsernas framvisning, men det kommer vi till senare. 3. Ledare presenterar er patrulls situation mer ingående utifrån nedan information - “En annorlunda berättelse” (nästa sida).   Ledare utmanar patrullen att fundera på olika sätt som varje situation skulle kunna ha skett, och gör sedan en liten mini-pjäs för att spela upp den nya situationen. Det finns en del idéer nedan som hjälp! Uppmuntra grupperna att tänka själva så mycket som möjligt.   1. Patrullen övar tills funktionären säger till (ca 15 min). 2. Funktionären kommer be varje patrull att spela upp sin mini-pjäs för resten av patrullgruppen och kort förklara vad som skiljer sig åt från sättet de har agerat och det som Emi såg eller hörde. Här är det bra om den utnämnde ledaren hjälper till att koordinera. 3. När pjäserna är klara hjälper ledaren patrullerna att diskutera följande frågor:  * Tror ni att personerna i de här situationerna känner sig mer självsäkra? * Hur tror du att det får personer att känna sig? (Gladare, vill göra aktiviteter som att åka på semester, och kalas och vara en ledare, oroa sig mindre, vara en bättre vän för andra människor…)  1. Funktionären summerar aktiviteten och avslutar denna workshop, när ni är klara kan ni antingen gå vidare till workshopen och ifall ni har gjort den är det dags för den avslutande reflektionen presenterad på första sidan. |
| En annorlunda berättelse  1) Programledare på radio kommenterar presidentens utseende  Det här är ett problem eftersom: presidenten blir enbart bedömd på grund av sitt utseende och inte för de beslut som presidenten tar om hur landet ska styras.  Hur kan den här situationen bli annorlunda?  **Idé för mini-pjäsen**:  • Radioprogrammet kan ha en inringning och låta någon ringa upp och berätta för programledarna att de gör fel som enbart diskuterar hur presidenten såg ut – de kan ha en debatt i radion!  2) Reklamskylten  Det här är ett problem eftersom: den får människor att känna sig mer osäkra över sitt utseende när de är på semester istället för att fokusera på hur kul de har med vänner och familj.  Hur kan den här situationen bli annorlunda?  **Idé för mini-pjäsen**:  • Reklamen kan vara för en produkt som gör er semester roligare, som verkligen är positiv, till exempel reklam för en kamera där alla verkligen ser ut att har roligt på bilden, eller reklam för ett badklädesmärke som visar människor som simmar och använder badkläderna på semestern och inte enbart personer som poserar i dem!  3 Plötsligt tycker alla att Emi är cool och vill bli kompisar med Emi på grund av Emis nya utseende.  Det här är ett problem eftersom: i verkligheten är det mycket viktigare att vara kompis med personer på grund av vilka de är och inte på grund av deras utseende – människor ska aldrig lämnas utanför på grund av att de ser ut på ett visst sätt.  Hur kan den här situationen bli annorlunda?  **Idé för mini-pjäsen:**  • Emis skolkompisar kan behandla Emi snällt och respektfullt hela tiden så att Emi inte känner att hen behöver ändra sitt utseende för att passa in. Pjäsen kan visa en snabb ”dag i Emis liv”, och ha med saker som: Emi får komplimanger för något bra hen gjort, blir tillfrågad att vara med i lekar och sitta med vid lunchbordet.  4 Kalasbilden på mobilerna  Det här är ett problem eftersom: de två vännerna tänker mer på hur de ser ut än på att ha roligt med sina kompisar. De kanske oroar sig mer över att gå på kalas nästa gång och känner pressen att se ut på ett annat sätt.  Hur kan den här situationen bli annorlunda?  **Idé för mini-pjäsen**:  • Visa att de två kompisarna har kul när de tar kort på kalaset och när de visar upp dem i skolan nästa dag förmedlar de vilken rolig stund de hade, vad de dansade till, vad de åt, vem som var där och så vidare.  • Ni kan också låta en av kompisarna vara orolig över bilden på dem, och låta den andra vännen påminna om hur glad hen ser ut och hur otroligt roligt de hade och hur vacker hen såg ut. | |
| Hinderbana: Vad är problemet?  Ni ska samarbeta för att ta sig över och förbi de hinder som orsakar att människor känner att de måste se ut på ett visst sätt. Ni har ca 10-15 minuter på varje hinder och funktionärerna kommer att säga till när ni måste byta. Här nedan finns en förklaring som är kul att läsa för patrullen (i kursivt) och instruktionerna för varje hinder som ledaren kan läsa upp för patrullen. | |
| 1 | Reklam  Ibland görs det reklam för saker som säger att de kommer att få dig att se mer ut som en prinsessa/prinsen/ superhjälten.  *Den nya reklamskylten presenterar sommarens nya grej, ögonbindlar. Prova årets stora grej: ögonbindlar. Det är jobbigt att behöva kolla hela tiden. Vila ögonen med en ögonbindel medan du storhandlar, badar, cyklar. Dessa kan få i massvis av färger och du kan styla dem hur du vill. Köp din idag!*  **Instruktioner vid hinder:**  Sätt på er bindlar och följ snöret. Ni går på led som en patrull. Alla måste med och ni måste hålla en hand på personen som är före er. När ni träffar på en sväng/träd måste den som är bakerst slingra sig fram och blir ledets nya ledare. Kom ihåg att kommunicera sinsemellan.  Hur lätt går det när man väljer att göra som reklamen vill? |
|  |  |
| 2 | Tidningar  Visar endast bilder på personer som mest liknar prinsessan/ prinsen/superhjälten och ger tips på hur du kan förändra ditt utseende.  *Den nya “Blini Junior”-tidningen har publicerats och berättar om hur man håller sig cool till sommaren: armarna i kors. Alla stora kändisar gör så: Anis don Blinima, Oscar Blia, Blinia Rodrigo, Veronica Blinio. Vill du också vara som dem? Testa det nya!*  **Instruktioner vid hinder:**  Genomför balansbanan utan att ramla. Armarna måste vara i kors hela tiden. Hur går det för er? Om någon ramlar måste hela gruppen börja om. Alla måste inte gå samtidigt och får gärna hjälpa till bredvid och agera käpp eller stöttepelare, men återigen: armarna måste vara i kors, även de bredvid! |
|  |  |
| 3 | Kläder  De kan ibland enbart vara tillverkade för personer med en viss storlek eller kroppsform, eller för ett mode som inte alla vill klä sig i.  *Modemagasinet Blouge har kommit ut med hur man ska se ut för att passa in och smälta ihop med resten av samhället: strutmask. Detta är ännu en av årets stora hippetihoppeti-grej. Nu har Blina Tricot, Blara och Blå-hem alla fått in den nya struten. Måste vi verkligen lyssna på vad butikerna vill att vi ska köpa?*  **Instruktioner vid hinder:**  Ni ska nu försöka ta er fram genom att gå som en Blini fram till det gula trädet framför er.  Blinigång: När man ska förflytta sig som en Blini gäller det att flytta höger fot bakom och runt vänster fot, sedan vänster fot bakom och runt höger fot. Med lite övning kan ni snart lära sig att ta sig fram ganska snabbt på detta krystade vis. |
|  |  |
| 4 | Vänner i Skolan  De kan prata om hur personer ser ut, eller behandla människor annorlunda om de ser ut på ett visst sätt.  *Visst kan det vara svårt att att försöka passa in i skolan? Det finns så mycket grejer som kompisar förväntar av en. Nu finns det ännu en grej som ni måste passa in i: ett spindelnät.*  **Instruktioner vid hinder**:  Patrullen ska ta sig igenom spindelnätet. Ni får gärna röra nätet. Ni får bara använda ett hål en gång. Hur gick det? Gör det igen, men nu får ni använda samma hål flera gånger. Ni får gärna röra nätet. Hur snabbt gick det denna gång? Nu ska ni prova det igen. Men nu får ni inte röra nätet och inte använda samma hål två gånger. Hur lätt vara det att passa in? |
| 5 | Sociala medier  Människor kan kommentera andras foton eller enbart lägga upp foton som liknar prinsessan/ prinsen/superhjälten så mycket som möjligt så att alla känner att de också måste se ut så.  *BlikBlok, Blitter, BlaceBlook och Blinstagram har sett en ny internettrend. Alla med blobiltelefon gör denna grej och nu är det er tur.*  **Instruktioner vid hinder:**  Det finns en hög med slan-stumpar som tillsammans bildar en hel slana, högen innehåller fler än en slana. Samla pusslet. Varje gång ni springer fram till slanhögen måste ni komma på ett nytt trendigt dansteg. Ni måste alltså dansa er fram till högen. Kör hårt! Försök pussla ihop så många slanor som möjligt. |

När ni har varit på alla fem hinder

Då kan ni hitta en plats att varva ner och reflektera över följande:

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

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

När ni är klara på hinderbanan, gå vidare till workshopen eller om ni har gjort den gör den avslutande reflektionen presenterad på första sidan.