

Min Historie

Denne bog tilhører

Hvem er jeg?

Din identitet har at gøre med den måde, du opfatter dig selv på – hvem du selv synes, du er. Den er de kendetegn, der afgrænser netop dig fra alle andre. Du kan godt have noget til fælles med andre, men der vil kun være én, som er dig. Din identitet dannes ud fra:

- Dit udseende
- Dine karaktertræk
- Din begavelse og dine talenter
- Din familie
- Dit miljø
- Dine drømme

Dit udseende

Udseendet er ofte det første, vi lægger mærke til hos andre. Vi skal ikke se ret længe på en anden, før vi har dannet os et indtryk af, hvad den anden er for en person. Dit udseende fortæller meget om dig selv, men du kan også bruge frisure, tøj og andre „effekter“ til at signalere noget bestemt. For eksempel, at du tilhører en særlig gruppe eller går ind for en bestemt livsstil.

Dine karaktertræk

Dine karaktertræk er sider af din personlighed. De siger noget om, hvordan du er i forhold til andre. Dermed siger dine karaktertræk også noget om, hvordan andre oplever dig. Er du for eksempel venlig, beslutsom, sky, aggressiv, hjælpsom, dominerende, sart, robust, fanden-i-voldsk, forsigtig, reserveret, kedelig, varm, morsom...?

Din begavelse og dine talenter

For at finde ud af, hvem du er, må du vide noget mere om, hvad du er god til og mindre god til. Måske er du særlig god til at tænke og lære noget fra bøger, måske har du en god fornemmelse for dine egne og andres følelser, måske har du en god fornemmelse for din krop, måske har du en god intuition, måske er du meget social, måske er du god til at lave noget kunstnerisk. Er du god til fodbold, til at få en gruppe til at blive enige, til at spille klaver, til at overbevise andre om dine meninger, til at tolke drømme, til at indrette dit værelse, til at fortælle vittigheder, til at lede andre?

Din familie

Din familie er der, du kommer fra. Den er med til at præge, hvem du er. Det er godt at kende sin familiebaggrund, når man vil finde ud af, hvem man selv er.

Dit miljø

Du præges ikke bare af din familie. Også din skole, dine fritidsinteresser, dit kvarter og de mennesker, der bor samme sted som jer, er med til at påvirke dig. Alle miljøer har styrker og svagheder. Det miljø, du vokser op i, er med til at give dig nogle holdninger og måder at gøre tingene på.

Dine drømme

Alle mennesker har drømme. Du drømmer måske om, at noget kunne være anderledes, end det er, og du har sikkert også drømme om fremtiden. Du kan godt flygte ind i dine drømme, så du ikke forholder dig ordentligt til virkeligheden som den er. Men dine drømme kan også være med til at give dig nogle mål, som du kan gå efter. På den måde giver drømme dit liv en retning.

Beskriv dig selv

Se på dit ansigt i et spejl (eller eventuelt et stykke stanniol hængt op på væggen).

Du skal nu skrive ned på et stykke papir, hvad du ser. Tag en detalje ad gangen:

- Mine øjne er...
- Min næse er...
- Mit højre øje er...
- Mit venstre øje er...
- Mit hår er...
- Min hals er...
- På min kind... i panden.. osv.

Når du har skrevet lidt om hver detalje i dit ansigt, hvordan vil du så beskrive dit udseende?

Eks.

Jeg har en høj pande

Jeg har grønne øjne

Mine øjne er ikke helt ens, hverken i farve eller i formen

Min næse er bred og kort

Næseborene er ikke helt ens

Osv.

Tegn dig selv

Tegn dig selv som en vittighedstegning, hvor du fremhæver dine typiske ansigtstræk og dine kropslige særpræg. Du skal lave tegningen som en karikatur, hvor du gør grin med dine forskellige særpræg. Men du skal gøre det på en venlig måde. Og så skal tegningen alligevel ligne dig – helst så godt, at andre straks kan se, hvem det forestiller.

Hvem er jeg?

Fortæl – og bliv klogere på nogle ting om dig selv. Nogle af svarene kan du sikkert i forvejen, andre skal du måske spørge dine klassekammerater, lærer eller forældre om.

Husk at *begrunde* dine svar – Hvorfor kan du godt lide lasagne? Hvad er det er gør at du godt kan lide hjemmekundskab...

Det kan jeg godt lide:

Fritidsinteresser:

Et skolefag, jeg godt kan lide:

En god bog, jeg har læst:

En god sanger:

En god skuespiller:

Min livret:

Det kan jeg godt lide ved mig selv:

En drøm om fremtiden:

Et arbejde, jeg godt kunne tænke mig:

Find selv på mere:

Dit stamtræ

Elevnavn _____

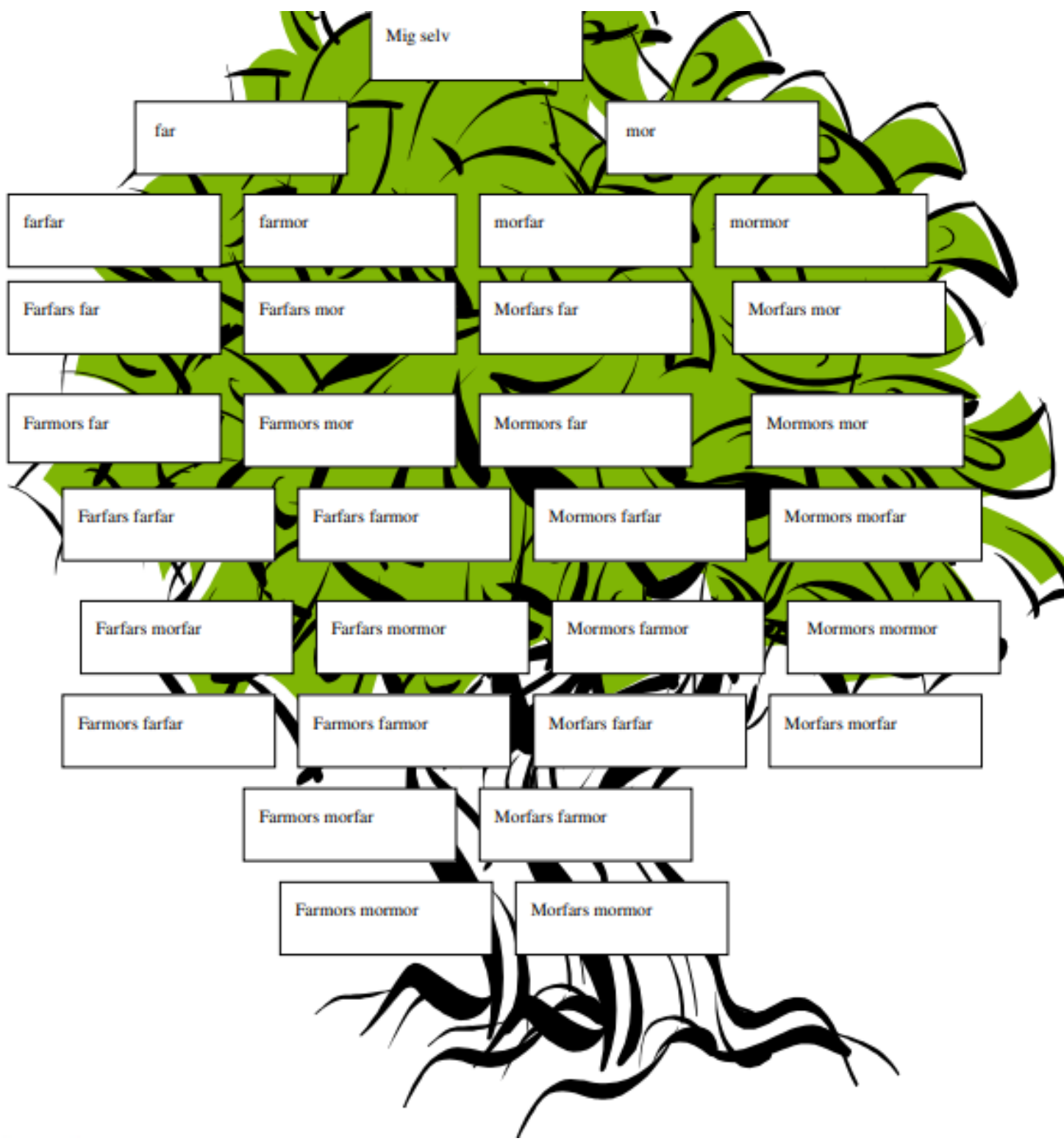
Du skal nu i gang med at lave et stamtræ over din familie, men det er ikke et helt almindeligt stamtræ, fordi det skal indeholde nogle særlige oplysninger.

Skriv familie, navn, by, uddannelse og job ved alle dine familiemedlemmer på stamtræet på næste side. Er der ikke plads, kan du tegne/kopiere det op på et stykke A3 papir.

Snak med dine forældre, bedsteforældre og eventuelt oldeforældre. De kan også fortælle om andre i familien.

Kig nu på de forskellige generationers uddannelser og jobs:

- Kan du se mønstre/forandringer fra tidligere og frem til i dag?
- Er der ting, der undrer dig?
- Hvad fortæller træet dig om din familie og dig?



Skoletid – fritid – tid

Hvordan bruger du din tid?

Skriv hvor mange timer du bruger på:

- Lektier
- Pligter i hjemmet
- Fritidsjob
- Fritidsinteresser
- Venner
- Familie
- Tv/computer
- Andet

Konklusion/refleksion

Find ud af om du er tilfreds med fordelingen

Hvad viser det om dig?

Hvilken tid råder du selv helt over?

Hvilken tid bestemmer andre for dig?

Er der noget du har lyst til at lave om på?

Fremtidsdrømme – hvad er et godt liv?

Der er utrolig mange muligheder for at vælge uddannelse og job. Det er vigtigt, at være omhyggelig i dit valg af uddannelse og job, da det kan være afgørende for, hvad du kommer til at lave de næste mange år, efter du er gået ud af skolen.

Du skal derfor arbejde med dig selv og dine valg. Du skal finde ud af, hvad du er god til, og hvad du gerne vil.

Hvad er et godt liv?

Hvilke 10 ting er vigtige for et godt liv. Nr. 1 er vigtigst, nr. 2 næst vigtigst osv.

- at have smart tøj:
- et rent miljø:
- at få en stor bil:
- at være rask:
- at blive gift:
- at få kærlighed:
- at få børn:
- at rejse:
- at have mange venner:
- at få en god ægtefælle:
- at få et stort hus:
- at få fred i verden:
- at få en flot ægtefælle:
- at få en interessant karriere:
- at leve i frihed:
- at kunne bestemme selv:
- at være dygtig til sit arbejde:
- at være praktisk:
- at have magt:
- at tude sine meninger:
- at få en god uddannelse:
- at være god til sprog:
- at tjene mange penge:
- at kunne dyrke sport:
- at få varm mad hver dag:
- at have kæledyr:
- at kunne gå til fest:
- at blive kendt:

Skriv gerne andre

Hvad ønsker jeg af mit liv?

Skriv her fem forskellige ting, som du ønsker dig om et år, om fem år og om ti år.

Tænk bagefter over, hvad der bestemmer, om ønsker går i opfyldelse.

Hvad kan man selv gøre, og hvad skyldes forhold, man ikke har nogen kontrol over

Om et år

Mig selv:

Skole/arbejde:

Familie:

Venner:

Interesser:

Om fem år

Mig selv:

Skole/arbejde:

Familie:

Venner:

Interesser:

Om ti år

Mig selv:

Skole/arbejde:

Familie:

Venner:

Interesser:

Hvad er jeg nu – og om 20 år?

Skriv, hvem du er (nutid)

Navn

Alder

Adresse

Skole og klasse

Fritidsjob

Familie (forældre og søskende)

Bolig

Fritidsinteresser

Skriv, hvem du forestiller dig, du er om 20 år (fremtid)

Navn

Alder

Adresse (by eller land)

Uddannelse

Arbejde

Familie (ægtefælle, enlig, børn?)

Bolig

Fritidsinteresser