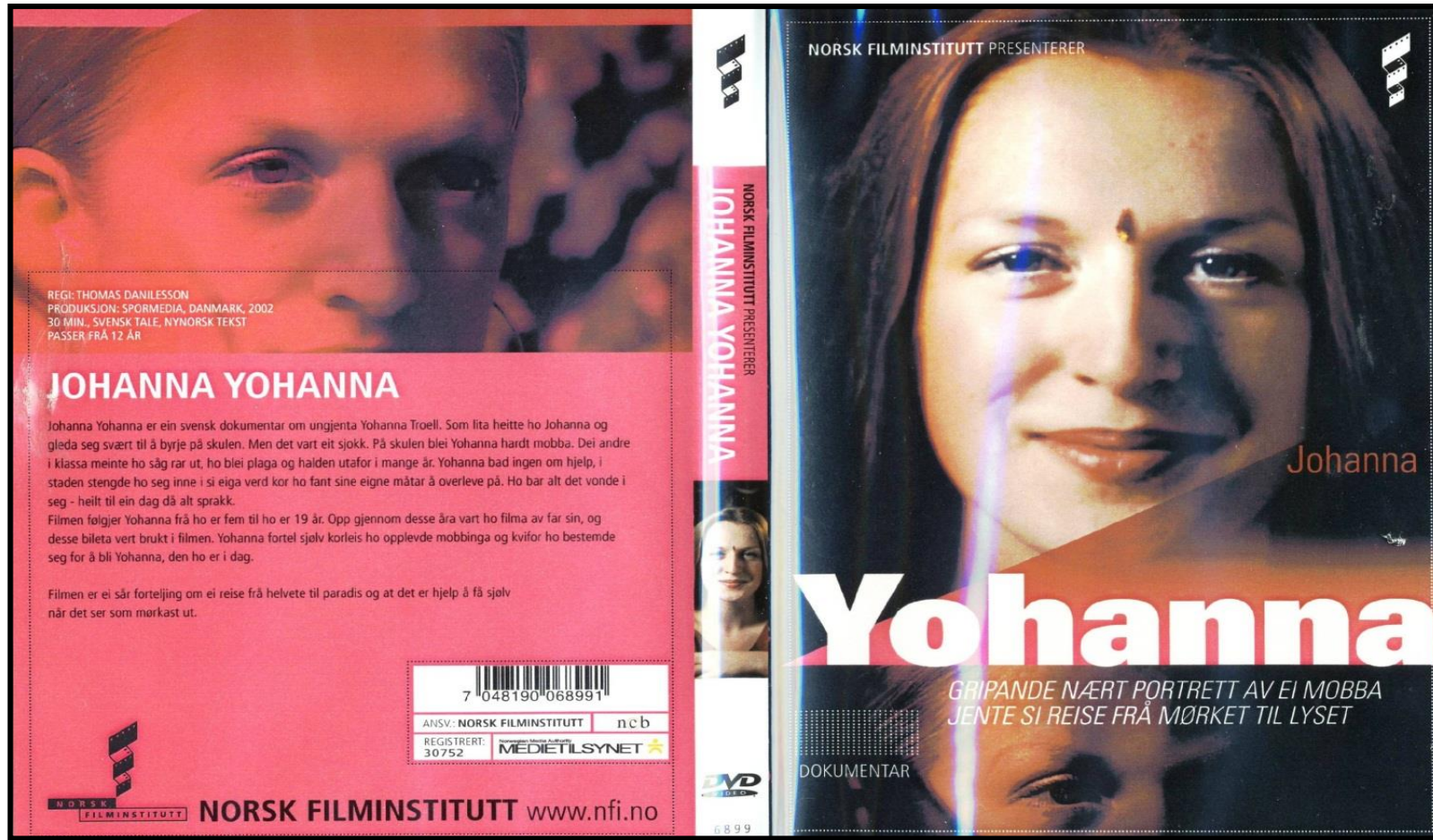


Johanna Yohanna

Samtalegruppene og
klasse møtet

Johanna Yohanna



Mobbing og psykisk helse ⁽¹⁾



- Systematisk mobbing over lang tid bryter ned selvtilliten og selvfølelsen. Dette forsterker faren for psykiske problemer og det blir lett en negativ spiral. De som mobbes brytes ned og begynner ofte å tenke "at det er meg det er noe i veien med".
- Dette skjedde også med Johanna Yohanna. I filmen forteller hun sin historie om hva som skjedde og hvordan dette påvirket hennes psykiske helse.

Mobbing og psykisk helse (2)



- Dan Olweus uttaler følgende i Psykisk Helse 1/2007;
 - Å bli systematisk mobbet av medelever er en meget ubehagelig og vanskelig opplevelse som fører til mye depresjon, angst, dårlig selvfølelse og ofte kroppslige plager. Mange som blir mobbet i skolen opplever negative senvirkninger langt opp i voksen alder
- Jfr. også Dan Olweus sin bok «MOBBING i skolen. Hva vet vi og hva kan vi gjøre?»

- Se filmen. (Fås kjøpt på **www.nfi.no**)
- Filmen passer best for større elever og spesielt godt på ungdomstrinnet
- Den er et fint utgangspunkt for ulike type samtaler!
- Vi presenterer her ett forslag til samtale.
- Finn gjerne andre type innfallsvinkler til samtalen hvor mobbing er et sentralt tema

Samtale om filmen

- samtalegruppene (1)

Forslag til noen spørsmål:

- Hvilke tanker får dere om Johanna Yohanna og det hun har vært igjennom?
- Hva tror dere gjorde at hun ble utsatt for mobbing?
- Hvordan mestret hun de utfordringene og de problemene som oppsto?
- Hvordan var det å være foreldre til Johanna Yohanna?

Samtale om filmen

- samtalegruppene (2)

- Forslag til noen spørsmål
 - Hvilke senskader kan oppstå etter mobbing?
 - Hvilke uttrykk kan det gi seg?
 - Hva gjør at mobbing virker inn på den psykiske helsen mange år etter at det har opphørt?
 - Hva kan gjøres i ettertid for å bøte på skaden som har skjedd?

Samtale om filmen

- klassemøtet ⁽¹⁾

Forslag til noen spørsmål:

- Hvilke tanker får dere om Johanna Yohanna og det hun har vært igjennom?
- Hva tror dere gjorde at hun ble utsatt for mobbing?
- Hvordan mestret hun de utfordringene og de problemene som oppsto?
- Hvordan var det å være foreldre til Johanna Yohanna?

Samtale om filmen

- klassemøtet (2)

Forslag til noen spørsmål;

- Johanna Yohanna sier i filmen at "de mobbet meg for den jeg var". Hva tror dere hun mente med det?
- Hva er psykisk helse?
- Hvordan påvirket mobbing vår psykiske helse?
- Hva kan vi gjøre for at mobbing ikke skal skje på vår skole?