

Mit hæfte om forskellighed

– krop, udseende og idealer

(FNs børnekonvention artikel 2)



Navn: _____

Dato: _____

FN's børnekonvention

FN (De Forenede Nationer) er en organisation af mange forskellige lande fra hele verden, der samarbejder om at gøre verden til et bedre sted for alle.

FN har bl.a. vedtaget en børnekonvention, der handler om børns rettigheder.

Det er en aftale mellem næsten alle lande i verden om, hvordan børn skal behandles og beskyttes.

Den er virkelig vigtig, fordi den siger, at alle børn har rettigheder, uanset hvor de bor i verden.



Sæt kryds ved sandt eller falsk.

Sandt Falsk

FN's børnekonvention er en aftale om, hvordan børn skal behandles og beskyttes.

☐☐

FN er en forkortelse for "frie neutroner".

☐☐

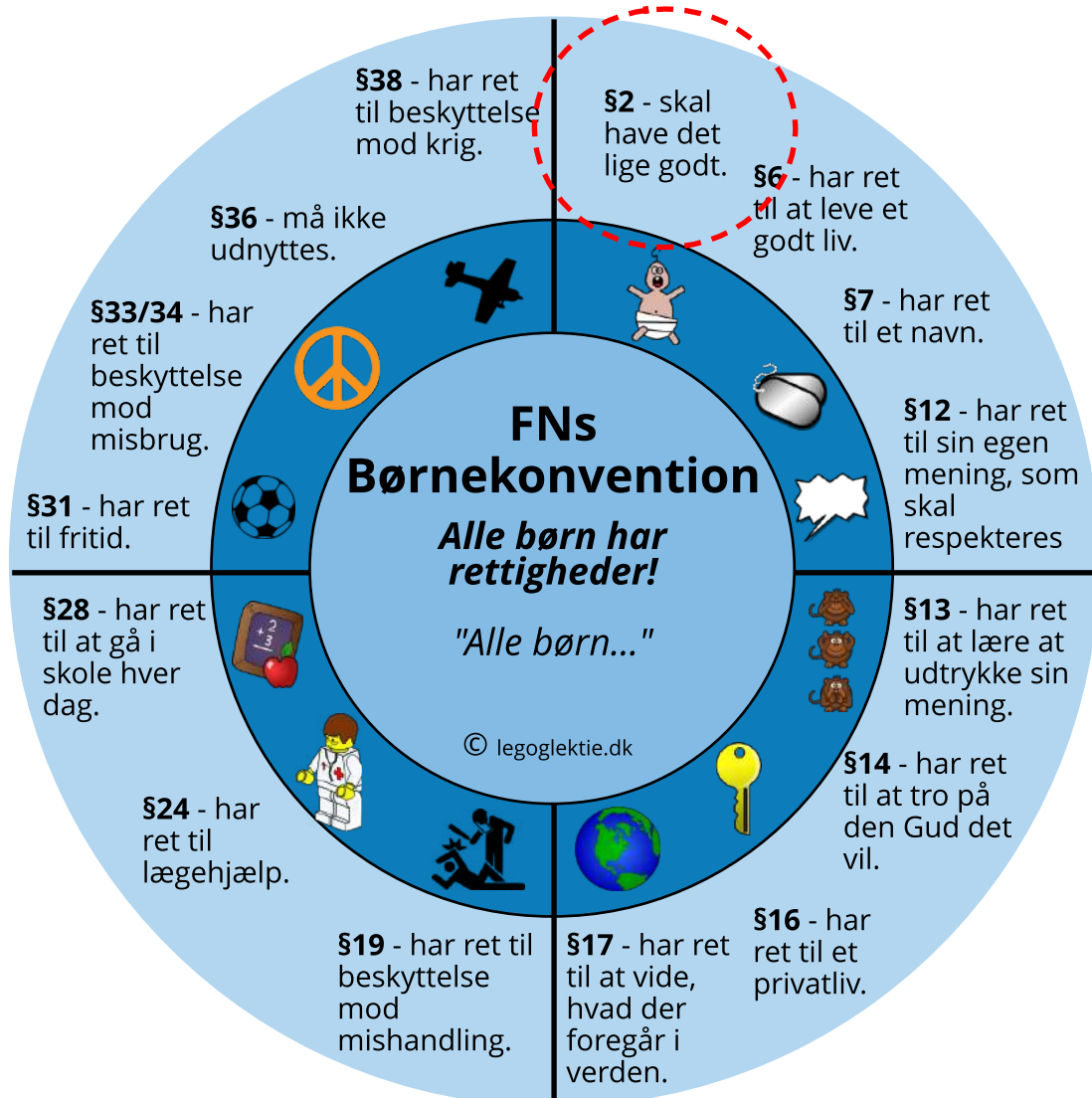
Ligestilling og beskyttelse mod diskrimination

En af bestemmelserne i konventionen, artikel 2, handler om ligestilling og diskrimination.

Artikel 2

(ligestilling og beskyttelse mod diskrimination)

"Børn har ret til beskyttelse mod diskrimination, uanset deres race, hudfarve, køn, sprog, religion, politiske eller andre anskuelser, nationale, etniske eller sociale oprindelse, formueforhold, handicap, fødsel eller anden status, enten barnet selv eller dets forældre eller værger har."



Ligestilling og beskyttelse mod diskrimination

Artikel 2 handler om, at alle børn har ret til at blive behandlet lige og fair, uanset hvem de er, eller hvor de kommer fra. Det betyder, at ingen børn skal blive diskrimineret. Alle børn skal have samme muligheder og respekt.

Diskrimination betyder at behandle en person anderledes eller dårligere på grund af noget, som personen ikke kan ændre på, såsom deres hudfarve, køn, alder eller handicap.



Hvad betyder diskrimination?

Hvordan kan man blive diskrimineret ifølge artikel 2 i børnekonventionen?

Lige og frie

Beskriv med dine egne ord, hvad det betyder, at "alle børn har lige rettigheder":



Skriv tre sætninger, hvor du beskriver ulighed og lighed.

Ulighed er når:

Lighed er når:

Mennesker er forskellige

Mennesker er forskellige, men vi er alle lige vigtige og fortjener at blive behandlet med respekt og venlighed.

Vi kan f.eks. se meget forskellige ud. Nogle er høje, andre lave. Nogle tykke, andre tynde. Vi har forskellige øjenfarver, hårfarver og hudfarver.



På hvilke andre måder kan vi se forskellige ud?

Mennesker er forskellige

Nogle ting bliver vi født med - det er i vores gener.

Vores gener bestemmer, om vi bliver en pige eller en dreng, om vi får brune eller blå øjne, om vi bliver høje eller lave.



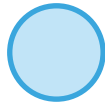
Hvad bestemmer, hvordan du ser ud?

(Du må gerne sætte flere krydser)

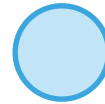
Dig selv



Dine forældre



Dine gener



Andet kan vi selv påvirke - for eksempel vores frisurer, vores tøjstil, eller hvor trænete vi er.

Hvad har du selv bestemt ved dit udseende?

Geografiske forskelle

Ligesom mange dyr er opdelt i racer, så har man også forsøgt at inddele mennesker i racer, efter hvor de kommer fra i verden.



Der er geografiske forskelle i udseendet, selvom racerne er meget blandede i dag. Forskellene kan blandt andet forklares med forskellige klimaforhold, som mennesker har tilpasset sig.

Sådanne forskelle i udseendet er noget, der udvikler sig over meget lang tid og bliver videregivet igennem vores gener.

På hvilke måder kan mennesker se forskellige ud i forskellige lande?

Hud og højde

Vi har forskellige hudfarver. Det skyldes noget, der hedder melanin, som findes i huden. Melanin er hudens forsvar mod solens ultraviolette stråler.

Hud, der udsættes for solens stråler gennem længere tid, øger sin produktion af melanin og bliver mørkere.



Mængden af melanin i huden er også bestemt af de gener, vi arver fra vores forældre.

Der er også forskning, der tyder på, at mennesker bliver større, hvis de lever i et koldt klima, fordi en stor krop holder bedre på varmen end en lille.



Sæt kryds ved sandt eller falsk.

Mængden af melanin i huden bestemmer hudfarven.

Sandt

Falsk

☐☐

Mennesker i varme lande er generelt højere end mennesker i kolde lande.

☐☐

Udseende

Prøv at kigge dig omkring i klassen - hvordan ser dine klassekammerater egentlig ud?

- Hvilken hårfarve har de?
- Hvor mange piger er der?
- Hvor mange drenge?
- Hvilken øjenfarve har de?
- Hvor høje er de?
- Hvilken hudfarve har de?



Prøv at tælle i din klasse:

Antal med mørkt hår.	Antal med lyst hår.	Antal med blå øjne.	Antal med brune øjne.	Antal med lys hud.	Antal med mørk hud.

Racisme

Gennem tiden har der været eksempler på, at nogle racer har ment, at de var bedre end andre racer. I dag tilslutter de fleste sig til FN's menneskerettigheder, som blandt andet siger, at alle mennesker er født lige og frie. Men der findes desværre stadig mennesker, der tænker racistisk.



Racisme er, når man forskelsbehandler og undertrykker andre på grund af deres race.

Har du nogensinde oplevet en situation, hvor nogen blev behandlet anderledes på grund af deres hudfarve?

Hvordan tror du, det ville føles at blive udelukket eller mobbet på grund af din hudfarve?

Sygdomme eller handicaps

Sygdomme og handicaps kan være en anden måde at skille sig ud på og være anderledes end andre.

Nogle er født med et handicap eller en sygdom - hos andre er det kommet senere. F.eks. hvis man er kommet ud for en ulykke eller har fået en kronisk sygdom. Kronisk betyder, at det ikke lige går væk igen.



Det kan være et handicap, at man mangler en finger, sidder i kørestol, har en hudsygdom, er dværg eller har et syns- eller hørehandicap. Nogle handicaps kan man se, andre ikke.

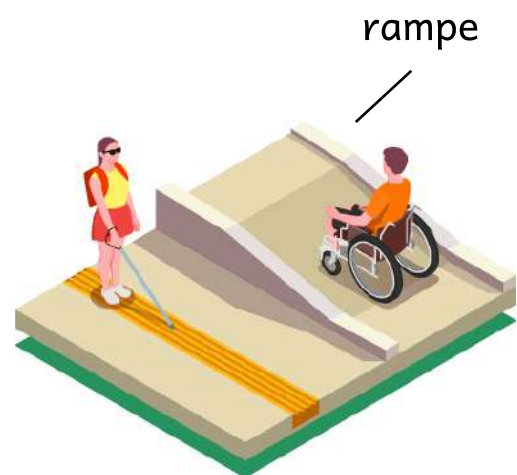
Kender du nogen, der har et synligt handicap? Beskriv handicappet.

Sygdomme eller handicaps

At have en sygdom eller et handicap kan give nogle ekstra udfordringer i livet. Dertil kommer, at mennesker med et handicap desværre også nogle gange kan opleve at blive behandlet anderledes eller diskrimineret på grund af deres handicap.

Fysiske barrierer

For mennesker med handicap kan det være svært at komme ind i bygninger eller deltage i visse aktiviteter på grund af manglende tilgængelighed, såsom manglende ramper eller elevatorer.



Hvilke steder kommer du i løbet af en almindelig uge? Forestil dig, at du er kørestolsbruger. Ville du kunne komme ind til dine aktiviteter i en kørestol? (sæt kryds)

rampe / elevator

☐☐☐☐

Overbeskyttelse og undervurdering

Personer med et handicap kan blive vurderet til at være svage og ikke i stand til at gøre bestemte ting, som de faktisk godt kan. Deres evner kan blive undervurderet, og det kan medføre udelukkelse fra visse aktiviteter.



Vidste du at ...

Parasport er en betegnelse for sport for mennesker med en funktionsnedsættelse. Der er mange forskellige sportsgrene, som mennesker med funktionsnedsættelse kan dyrke.

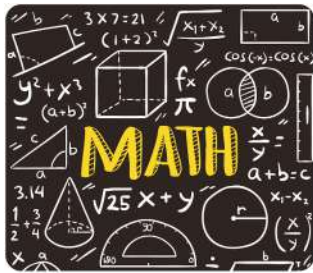


På hvilke måder kan man komme til at undervurdere mennesker, der har en sygdom eller et handicap?



Sygdomme eller handicaps

Der er masser af eksempler på mennesker, der har udrettet store ting, på trods af deres handicaps eller sygdomme. Her er to eksempler:



Stephen Hawking er en kendt fysiker og forfatter, der blev diagnosticeret med sygdommen ALS i en ung alder. Ved ALS bliver kroppens muskler gradvist mindre og svagere. Han brugte kørestol og havde brug for en computerstemme til at kommunikere.

Jason Watt er en tidligere dansk racerkører, der vandt flere mesterskaber. I 1999 blev han involveret i en ulykke, der gjorde ham lam i benene. På trods af det fortsatte han med at være en aktiv og inspirerende personlighed inden for dansk motorsport.



Hvad betyder det at have en funktionsnedsættelse, og hvordan kan det påvirke en persons liv?

Kropsidealer og mode

Vi mennesker har altid haft meninger om, hvordan den ideelle krop og det ideelle menneske skulle være. Men idealerne har været forskellige, fra periode til periode. Idéen om det perfekte menneske er altså noget, der forandrer sig hele tiden, ligesom tøjmoden også skifter.



Hvad er den ideelle krop, efter din mening? Tegn eller skriv.

Kropsidealer afhænger af tid og kultur

I 1500-1700-tallet måtte man gerne have runde former. Det blev set som tegn på sundhed og rigdom, hvis man havde lidt ekstra fedt på kroppen. Man skulle helst også være bleg.



Omvendt har det været i andre perioder, hvor kvinder helst skulle være så tynde, at de måtte sulte sig for at leve op til kropsidealet.

Et korset er en slags form, som man kan snøre stramt rundt om taljen, for at opnå en tynd hvepsetalje.

At bruge korset kan give problemer med at trække vejret og kan skade organer og ribben.

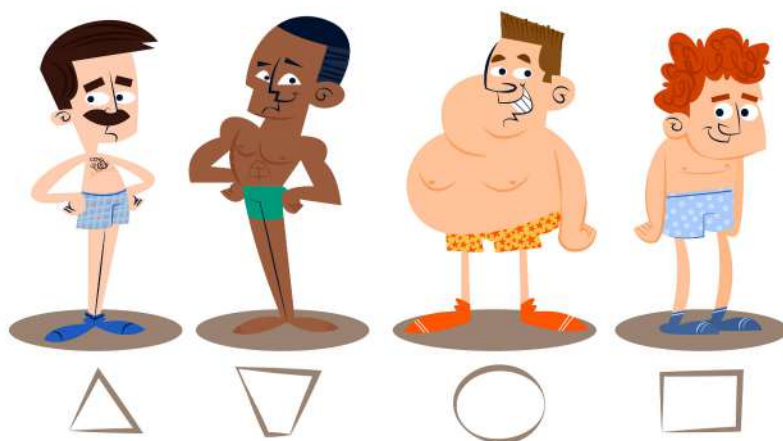


"Man må lide for skønheden!", er der en talemåde, der siger. Hvad mener du om det?

Kropsidealer afhænger af tid og kultur

I perioder har det været moderne med skæg - i andre perioder ikke. Kropsidealer er også forskellige fra kultur til kultur.

Hvad, der opfattes som smukt eller grimt, afhænger altså af tidsperiode og kultur.



Hvad er kropsidealer?

Hvorfor, tror du, er det vigtigt at vide hvilke kropsidealer, der er gældende i den tid og kultur, du lever i?

Klassediskussion

Tag en fælles snak om kropsidealer i grupper på f.eks. 3 personer. Hvis du laver opgaven derhjemme, så tag en snak med din far eller mor.

Diskutér følgende spørgsmål:

Hvad betyder det at have en "perfekt krop"?



Er der en fælles opfattelse af, hvad der er ...

Smukt?

Grimt?

Hvad er en sund krop? (Er det det samme som en smuk krop?)

Kan I nævne nogle eksempler på forskellige kropstyper, og hvordan de kan være positive på hver deres måder?

Holdninger skabes ubevidst

Ofte er vi ikke bevidste om, hvor vores holdninger til hvad der er smukt eller grimt, kommer fra.

Vi bliver nemlig påvirket, både bevidst og ubevidst, af mange forskellige ting.



F.eks. bliver vi påvirket af medierne (reklamer, film, musikvideoer, sociale medier etc.), der præsenterer bestemte kropsidealer eller skønhedsstandarder som det ideelle.



Dine forældre kan også påvirke din opfattelse af skønhed, hvis de taler negativt eller positivt om deres eget eller andres udseende.

Hvad eller hvem tror du, at du bliver påvirket af?

Hvordan sker det?

Idoler og forbilleder



Måske har du en yndlingsfilm, serie eller en skuespiller, musiker eller et band, som du særligt godt kan lide?



En person, som man beundrer og gerne vil være ligesom, kaldes et idol eller et forbillede.

Hvem er dine idoler eller forbilleder?

Hvad er det ved dit idol, som du kan lide? Er det måden, personen er på eller udseendet?

Uddyb i en tekst herunder og svar på følgende spørgsmål:

- Prøver du at ligne dit idol?
- Hvem vil du gerne ligne?
- Hvordan vil du gerne se ud, hvis du helt selv kan bestemme?

Gruppepres

Gruppepres kan også påvirke dig. Hvis en bestemt stil er populært blandt din vennegruppe eller en anden gruppe, som du er en del af, kan det påvirke dig til at følge trop for at passe ind.

Hvis man hele tiden er omgivet af mennesker, hvor idealerne betyder rigtig meget, så kan det være svært at turde være sig selv.



Tænk på den eller de grupper, du er en del af. Det kan være din klasse eller en anden gruppe, du er en del af.

Er der en bestemt måde, man helst skal se ud, eller bestemte ting, man skal gøre for at være "cool" (f.eks. være god til at spille fodbold, gå i noget bestemt tøj eller andet)?

Er der plads til forskellighed i gruppen? Føler du, at du kan være dig selv?

Når kropsidealer bliver til sygdom

Hvis man hele tiden sammenligner sig selv med andre og måler sin egen skønhed eller værdi i forhold til dem, kan det føre til en følelse af usikkerhed og mindreværd, hvis man ikke føler, at man lever op til idealerne.

Det kan være hårdt, hele tiden at skulle lade som om man er glad, holde sig tynd, have det rigtige tøj, have muskler osv..



Hvordan er dit selvværd? Føler du dig god nok?

Hvornår er man god nok?

Kender du nogen, du tror har et lavt selvværd?

Hvad kan du gøre for at hjælpe dem?

Alle er forskellige og unikke



Kroppen er en fantastisk maskine, der kan gøre utrolige ting. Alle kroppe er forskellige og unikke, og alle kropstyper er værdifulde.

Det er vigtigt at spise sundt og få nok motion for at holde kroppen sund og stærk, så den kan klare de ting, du gerne vil kunne klare.

I stedet for at bekymre dig om, hvordan du ser ud, så prøv at se positivt på din egen krop og fokusér på, hvordan du føler dig.



Hvordan kan man styrke sit selvværd, hvis man føler sig utilstrækkelig på grund af sit udseende?

Hvilke fordele er der ved at have en positiv holdning til sin krop, og hvordan kan det påvirke ens liv?

Hvem kan du tale med?

Hvis du selv eller andre oplever at blive behandlet dårligt eller anderledes på grund af noget, du eller de ikke kan ændre, så er det vigtigt at sige fra. Det kan være svært, men du kan altid tale med en voksen om det. Så kan I arbejde sammen for at hjælpe den person, der bliver diskrimineret.

Det kan være en forælder, en lærer eller en anden voksen, som du har tillid til. De voksne kan hjælpe dig med at forstå dine rettigheder og finde ud af, hvad der kan gøres for at løse situationen.

Børneombudsmanden er en person, som er valgt til at hjælpe børn, når deres rettigheder ikke bliver overholdt. Du kan kontakte Børneombudsmanden via deres hjemmeside eller ved at ringe til dem.



Hvis situationen ikke bliver løst af den voksne, du talte med, kan du kontakte børne- og unge-afdelingen i din kommune eller by. De kan hjælpe dig med at tale med de rette personer og give dig råd og støtte. Du kan også kontakte Børneombudsmanden.

Hvem kan du tale med, hvis du oplever, at dine rettigheder ikke bliver respekteret?
