

Blå Kors snakkekort har spørsmål og dilemmaer om aktuelle tema i ungdommers liv. Kortene er merket med tema-symboler:

 alkohol  narkotika  gaming
 sosiale medier  mobbing  seksualitet



Finn veiledning til kortene og lær mer på blakors.no/snakkekort

Den siste tiden har Sandra følt seg oversett og utestengt av vennegjengen sin.
Hva kan hun gjøre?



Ola bruker ordet homo som skjellsord. Kompisen hans synes ikke det er greit.
Hvordan kan han få Ola til å slutte?



Du står ved siden av den mest populære jenta i klassen. Hun sier at Ida, en annen jente i klassen, ser tjukk ut i tights. Hva kan du som hører dette gjøre?



Storebroren til Mina sier ofte nedlatende og stygge ting til henne, og dytter og slår når foreldrene ikke ser det. Hvem kan hun snakke med for å få hjelp?



Ivar føler at han ikke passer inn med guttene i klassen. Han er mer interessert i det jentene gjør og snakker om. Hva ville du gjort for at han ikke skal føle seg utenfor?



Rasha bruker hijab og får mye uønsket oppmerksomhet rundt det. Kommentarene får henne til å føle seg annerledes og rar. Hvordan tror du Rasha helst vil at andre skal behandle henne?



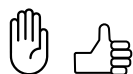
Hvordan kan mobbing skje når man gamer?
Gi tre eksempler.



Jonas sin familie har dårlig råd. Han får ikke gamet med de andre i klassen fordi han ikke har egen pc eller spillkonsoller. Hvordan ville du følt deg hvis du var i Jonas sin situasjon?



Hedda har fått mange stygge blikk og kommentarer i det siste. Hun får vite at noen har startet et rykte om henne på Snapchat. Hva kan Hedda gjøre?



Hvordan kan mobbing skje på sosiale medier?
Gi noen eksempler.



Hvordan føles det å bli kalt for hore? Hva kan man gjøre hvis man ikke synes at det er greit?



Jenny bruker mye tid på sosiale medier. Hun kan føle seg mislykket og stygg når hun sammenligner seg selv med andre. Gi Jenny noen tips til hva hun kan gjøre for å føle seg bedre.



Er det viktig at andre liker det man legger ut på sosiale medier? Hvorfor eller hvorfor ikke?



Hva er bra og hva er dårlig med sosiale medier?



Kan man bli avhengig av sosiale medier eller spill? Hva kan det i så fall føre til?



Aksel føler seg urolig og stresset når han ikke har med seg mobilen. Hva kan være grunnen til det?



Synes du foreldrene dine burde brydd seg mer eller mindre om det du gjør på nettet?



Foreldrene til Sandra vil at hun skal ha skjermfri tid den siste timen før hun legger seg. Hva er fordeler og ulemper med en sånn avtale?



Hva er fordeler og ulemper ved å henge med venner på nett i stedet for "in real life"?



Hva er positivt og hva er negativt med gaming?



Mange spill er laget slik at det er vanskelig å slutte. Hva kan man gjøre hvis man synes det er vanskelig å stoppe?



Hjemme hos Ahmad har de blitt enige om at han får spille dataspill like lenge som han holder på med en fysisk aktivitet. Hva synes du om den avtalen?



Tone og foreldrene hennes krangler ofte om hvor lenge hun spiller spill på mobil og PC. Hva kan de gjøre for å krangle mindre om spilling?



Hvis man er bekymret for en venn som gamer veldig mye, hva kan man gjøre?



Hvordan kan det føles å få «nudes» fra noen når man ikke har bedt om det?



Er det lett å si nei, blokkere eller la være å svare når noen spør etter «nudes»? Gi tre eksempler på ting man kan si hvis man ikke vil sende.



Hva er en fin måte å vise noen at man er interessert i dem? Er det noen forskjell på hvordan man liker å få oppmerksomhet?



Hvem kan man snakke med hvis man er usikker på om noe som har skjedd er et seksuelt overgrep?



Hva kan man gjøre eller si hvis man kliner med noen og så kjenner at man ikke vil lenger? Gi et par eksempler.



Daniel har flørtet med ei jente en stund og vil gjerne kysse henne. Hvordan kan Daniel finne ut om jenta også vil kysse han?



Eirin og Aron har vært kjærester lenge. Aron vil gjerne ligge med Eirin, men han vet ikke om hun vil. Hvordan kan Aron finne ut hva Eirin vil, uten å pushe henne?



Påvirker porno våre forventninger til sex? I så fall hvordan?



Ole har blitt kalt «dømmende» fordi han mener at porno har en negativ påvirkning på mennesker. Sara har fått høre at hun er pervers fordi hun liker å se på porno. Hva er dårlig eller bra med porno?



Jonas ser mye på porno, men føler seg ofte dårlig etterpå. Han lurer: «Har jeg det kjipt fordi jeg ser på porno, eller ser jeg på porno fordi jeg har det kjipt?» Hva tror du?



Filip vil vente med sex til han er gift, og drikker ikke alkohol, selv om han har fylt 18. Kompisene hans erter han for dette. Hva kan være grunnene til at Filip har tatt disse valgene?



Maria var på fest og ble veldig full. Hun husker ikke helt hva som skjedde, men nå har hun fått høre at noen i klassen filmet henne naken. Hva kan hun gjøre?



Petter er forelska i Jonas, men tør ikke å si det. Petter tror det blir lettere å fortelle det til Jonas etter noen øl. Hva kan man gjøre for å føle seg mer modig uten alkohol?



Vilde skal på fest, men er redd for at det blir mas om at hun ikke drikker. Gi noen forslag til hva hun kan si eller gjøre.



Gi noen eksempler på situasjoner hvor det kan bli mas eller press om å drikke. Hva kan man gjøre for å unngå å pushe andre til å drikke?



I Norge er det 18 års aldersgrense for å kjøpe alkohol, og 20 års aldersgrense for å kjøpe sprit. Hvorfor tror du at det er sånn?



Når kan det være vanskelig å takke nei til alkohol? Er det noen forskjell om man er gutt eller jente?



Sebastian synes det er ubehagelig når foreldrene har fest og drikker mye. Når kan foreldres drikking være et problem?



Alkohol fører blant annet til at dømmekraften svekkes og at man ikke tenker over konsekvenser. Hvilke risikoer finnes med alkohol, på både kort og lang sikt?



Anne er bekymret for moren sin, som drikker mye alkohol hver dag. Moren sier at det er helt vanlig og at hun må kunne ta noen glass vin for å kose seg. Hva kan Anne si eller gjøre i denne situasjonen?



Kompisene til Svein har begynt å fikse alkohol til festene sine. Svein fyller snart 17 år og vil ha fest, men uten alkohol. Gi Svein tre tips for å lage en kul fest uten alkohol.



«Fylla har skylda», sier noen. Hva synes du om å bruke alkohol som unnskyldning til å gjøre ting man ikke ellers ville gjort?



Stina har en stefar som drikker mye. Hun liker ikke måten han endrer seg på når han er full, men er redd for å si ifra. Hva kan hun gjøre?



Hvis du har hørt noe om hasj, var det gode eller dårlige ting? Hva mener du om hasj etter å ha hørt disse tingene?



Faren til Trine bruker beroligende piller ofte, og hun føler seg utrygg rundt han. Faren blir sint når Trine spør om han er avhengig. Hva kan Trine gjøre?



Ghalia og Anna er bekymret for en kompis som de vet har begynt å røyke hasj. Hva kan de gjøre? Hvilke dilemmaer står de overfor?



Olivia sier at hasj ikke kan være så farlig, ettersom det er lov å bruke i noen land. Hva mener du om det?



Kristoffer sin storebror har begynt å røyke hasj nesten hver kveld. Kristoffer har lovet å ikke fortelle det videre, men nå er han urolig for broren. Hva kan Kristoffer gjøre?



En tidligere elev har begynt å selge narkotika til elever på skolen. Isak vil gjøre noe med det, men Silje er redd for å blande seg inn. Hva synes du de skal gjøre?

