

Tekst og forslag til oppgaver til et tverrfaglig opplegg:

Alt henger sammen med alt

– om verden og psyken

Koronapandemien har vist oss at det ligger en sannhet i sitatet «alt henger sammen med alt».

Hverdagslivene våre er blitt endret siden mars 2020. Verden opplever en pandemi, og samfunnet vårt er ikke helt slik det var før. Mange elever har hatt hjemmeskole, og mange voksne har hatt hjemmekontor. Vi har vært i karantene, og i julen kunne vi bare være sammen med noen få. Bedrifter har gått konkurs, mange er permittert, og noen har mistet jobbene sine. Vi har ikke kunnet besøke venner og familie som er på sykehus eller sykehjem. Alt dette har gjort at mange opplever "korona-ensomhet" og andre psykiske plager.



En vektskål kan illustrere situasjonen:

Det vi gjør for å få ned korona-smitten, gjør at ensomhet og psykiske plager går opp.

Men denne situasjonen kan minne oss på flere viktige ting.

- 1 Det er viktig å hindre fysisk sykdom, men vi må ikke glemme at vi har psykiske og sosiale behov også. Vi trenger ganske enkelt å være sammen med andre.
- 2 «Alt henger sammen med alt.» Det er ganske utrolig: Et bittelite virus har påvirket verden, samfunnet, hverdagen vår og psyken vår.

Til læreren:

Under finner du forslag til oppgaver som tar utgangspunkt i noen av kompetansemålene for VG1.

Kompetansemålene for VG1	Forslag til oppgaver
<p><i>H2, vurdere hva som fremmer psykisk og fysisk helse, og hvordan en kan forebygge livsstilssykdommer og hindre smitte</i></p> <p><i>H7, drøfte og gi eksempel på hva den enkelte og samfunnet kan gjøre for å bedre egen helse og folkehelse</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hvordan har korona-pandemien påvirket deg, og din psykiske helse? Hva kan du gjøre for å fremme egen psykiske helse? • Tenk deg at du jobber i barnehage eller på et sykehjem. Hvordan kan du og kollegaene dine fremme den psykiske helsen til barna/ beboerne? • Drømmescenario: Hva kan samfunnet gjøre for å fremme helsen til innbyggerne i denne perioden?
<p><i>K1, kommunisere og samhandle med mennesker fra ulike kulturer, i ulike aldrer og livssituasjoner</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Skriv en historie om en pasient som ikke har møtt familie/ venner på mange måneder. Hva er viktig å tenke på når du skal kommunisere/ samhandle med denne pasienten?
<p><i>Y6, drøfte hvordan endringer i samfunnet kan påvirke yrkesutøvingen og peke på muligheter og utfordringer disse kan gi</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Etter VG1 kan du velge ulike yrker. Hvordan påvirker korona-pandemien utøvingen av de ulike yrkene? Hva tror du er de viktigste mulighetene og utfordringene?

Tenk kritisk: Har du opplevd at noe har blitt bedre på grunn av korona?

Forslag til lenker

Unge føler seg mer ensomme under pandemien [rodekors.no](https://www.rodekors.no)

<https://www.rodekors.no/aktuelt/unge-foler-seg-mer-ensomme-under-pandemien/>

Ensomhet i korona-tiden har fått barn og unge til å spille mer dataspill forskning.no

<https://forskning.no/barn-og-ungdom-forbruk-oslomet/ensomhet-i-korona-tiden-har-fatt-barn-og-unge-til-a-spille-mer-dataspill/1775372>

Livet med korona: Ungdom føler seg mer ensomme [universitetsavisa.no](https://www.universitetsavisa.no)

<https://www.universitetsavisa.no/koronavirus/ungdom-foler-seg-mer-ensomme/110464>

Forsker bekymret for eldre i korona-isolasjon: – Frykter de blir mer ensomme [oslomet.no](https://www.oslomet.no)

<https://www.oslomet.no/forskning/forskningsnyheter/eldre-isolasjon-korona-frykter-de-bli-mer-ensomme>

160.000 eldre går fortsatt ikke ut, eldreombudet advarer [nrk.no](https://www.nrk.no)

<https://www.nrk.no/mr/160.000-eldre-gar-fortsatt-ikke-ut-eldreombudet-advarer-1.15194090>

Januar, 2021