

## VIP-oppgave: «Likes»

*«Personligheter blir tingliggjort og får varekarakter, hvor målet blir å selge seg som en som er ekstra likandes».*

Psykiater Finn Skårderud

Denne oppgaven er todelt. Lærer velger selv om vedkommende vil gjøre begge delene eller bare en.

### Del 1 - Øvelse: Liker du meg?

Du trenger:

Gulvplass

Post-it-lapper det står "liker" på

Utsagn skrevet på egen lapp

Det anbefales å gjøre denne øvelsen i en klasse du kjenner litt. Den krever også at du har ordentlig gulvplass. Hvis ringen blir for liten har øvelsen mindre effekt. Gjør den i et tomt rom eller skyv pulter og stoler til side. Klassen samler seg i en stor ring. Lærer ber om en frivillig som kan stå i midten av ringen. Den i midten skal komme med tre utsagn som kunne vært skrevet på sosiale medier. Disse har læreren på forhånd skrevet ned på et ark. Eventuelt kan elevene lage noen selv i forkant av øvelsen. Typiske utsagn kan være:

- a) Endelig 16!
- b) Skikkelig drittdag i dag. Kunne trengt en klem.
- c) Elsker denne kattevideoen <3

Personen som skal i midten går først ut av klasserommet slik at vedkommende ikke hører hva læreren sier til de andre. Lærer forklarer at de som står rundt skal like eller ikke like det personen i midten sier. De andre elevene skal stå i en sirkel med ryggen til. Hvis de liker noe skal de gå fram til personen og putte en post-it-lapp på vedkommende mens de sier "liker". De skal så gå tilbake til ringen men stå med kroppen vendt mot den i midten. Hvis de ikke liker blir de stående i ringen med ryggen til. Lærer avtaler med de andre at ingen skal like det første utsagnet. På utsagn to skal to stykker like, men de skal vente til den i midten har sagt setningen sin tre ganger før de går opp. På siste utsagn skal alle unntatt tre personer like utsagnet.

Personen på gangen kommer inn og stiller seg i midten av ringen. Vedkommende gjentar hvert utsagn tre ganger med god tid imellom. Det forløper så slik læreren har instruert.

Øvelsen kan godt gjentas et par ganger til med andre utsagn og andre personer i midten. Den

kan også utvides ved at personene rundt kommer med kommentarer. Etter øvelsen diskuterer klassen følgende:

- a) Hvordan følte det å stå i midten? Hva la du spesielt merke til?
- b) Hvordan følte det å like eller ikke like?
- c) Hvordan kan vi beskytte oss på sosiale medier slik at ikke likes får så mye makt?

## Del 2 - Presentasjonsangsten av Finn Skårderud

(utdrag hentet fra <http://www.bladet.psykiskhelse.no/index.asp?id=31686> )

Nei, det er ikke en skrivefeil i overskriften. Det skulle ikke ha vært prestasjonsangsten. Det skal handle om dens nære slektning presentasjonsangsten. Denne angstens nye scene er de sosiale mediene. Om du synes jeg presenterer meg bra nok, da klikker du *like*.

Vi har skapt nettet, og nå skaper nettet oss. De smarte telefonene er blitt forlengelser av kroppen og sinnet, som fantomlemmer. Å miste mobiltelefonen beskrives av mange som å miste seg selv. Og vi får nye fantomopplevelser med fantomlemmet: Den er på lydløs, men dirret den i lomma? Eller var det bare en innbilning, en fantomdirring? Vi får sjekke.

Og øker behovet ikke bare for flere, men også raskere bekreftelser? Vi ser og ser på telefonen og blir urolige fordi det ikke kommer svar. Hva med kompetansene til å være alene? Disse er igjen ofte nær beslektet med å kunne regulere følelser, å være i dem, kjenne dem og tåle dem.

Og så er det presentasjonsangsten. I sosiale nettverk som Facebook møtes man ikke som personligheter, men som *profiler*. Dette er en selektiv og som oftest positiv selvframstilling, beregnet for et sosialt marked. En hel verden pynter på profilene sine, og håper at det blir *like*. Kvaliteter blir til kvantiteter. Antall *likes* kan telles. Har du flere enn meg? En følelsesmessig tilstand som å *like* blir til et museklikk. Personligheter blir tingliggjort og får varekarakter, hvor målet blir å selge seg som en som er ekstra likandes.

---

Elevene leser teksten ovenfor. Lærer forklarer gjerne vanskelige ord i forkant som “selektiv” og “kvaliteter blir til kvantiteter”. Elevene reflekterer så over følgende spørsmål alene eller i gruppe som læreren deler inn i:

1. Psykiater Finn Skårderud mener sosiale medier får oss til å framstille oss som ting som kan likes, mer enn ordentlige personer. Hva tenker du/dere om dette?
2. Hva gjør likes med hvordan vi har det med oss selv? Hvordan føler du seg når du får mange likes, og hva med når du ikke får noen?
3. Hvor mange likes er nok? Hvem bestemmer dette?
4. Hva er det beste med sosiale medier? Og hva er det verste?
5. Hva er det som skaper frykt og usikkerhet på sosiale medier?