

FAT



FRONT

TODELT INSPIRATIONSFORLØB TIL ARBEJDET MED FAT FRONT
AF MAIKEN ADELSTEN, REDIGERET AF IDA GEERTZ-JENSEN.


HANSEN & PEDERSEN


DANSK
LÆRER
foreningen

SYNS DU AT JEG ER TJUKK? Sådan starter dokumentarfilmen *Fat Front* med et skræmmende spørgsmål at blive stillet, i hvert fald hvis det umiddelbare og ærlige svar ikke kan være et *Nej*. Ordet *tyk* er blevet belagt med skam, og vi vælger ord som *rund* eller *kraftig* for ikke at virke stødende. Filmen *Fat Front* generobrer ordet *tyk* ved at følge fire vidunderlige kvinder i deres kamp for at blive accepteret - hverken *fordi* eller *på trods af*, at de er tykke, men som de mennesker de er.

Sociale medier, som er en stor del af de unges hverdag, giver ofte et meget ensidigt billede af kropsidealet, og de sociale normer for, hvordan en krop skal se ud, er deraf meget snævre. Mange unge er utilfredse med deres udseende, fordi de af en eller anden grund falder uden for normen, ligesom mange bliver mobbet og får lavt selvværd af samme grund.

Fat Front er en undervisningspakke, der består af dokumentarfilmen af samme navn, sammen med undervisningspakker, der har fokus på krop og identitet og retten til ligeværd og accept i forhold til krop, sundhed og seksualitet. Undervisningspakken ønsker at give et bredere billede af mennesket og menneskekroppen, og den ønsker at øge elevernes kendskab til rettigheder og give en basis for kritisk stillingtagen i forhold til de fremherskende normer på området.

Denne del af undervisningspakken er et todelt forløb eller, om man vil, to korte, separate forløb i faget dansk. Disse forløb har hver deres sigte, nemlig en eksamensvinkel og en dannelsevinkel. Danskfaget har til formål bl.a. at fremme deres oplevelse af andre æstetiske tekster *som kilder til udvikling af personlig og kulturel identitet*, ligesom det skal *udvikle en åben og analytisk indstilling til samtidens [...] udtryksformer og [...] kvalificere deres indlevelse og indsigt i litteratur og andre æstetiske tekster, [...] sprog og kommunikation*. Samtidig skal eleverne *have adgang til de skandinaviske sprog* (Fælles Mål, Dansk 2019, fagets formål). Disse to undervisningsforløb vil derfor dels fokusere på analyse, fortolkning og perspektivering af filmen *Fat Front* og have opmærksomhed på kommunikation i form af opmærksomhed på ord og kropssprog og dels sætte spot på krop og identitet samt samfundets normer og skønhedsidealiser som et led i elevernes dannelse.

De to forløb går som sagt godt hånd i hånd, så det er absolut muligt at samle de to forløb i ét ved at sammenkøre før- og efteraktiviteter og gennemgå både a- og b-opgaver. Enkelte opgaver går igen i begge forløb, og skal naturligvis ikke gentages ved en samkørsel af forløbene.



OM FAT FRONT

ORGANISERING AF UNDERVISNINGEN

Opgaverne i disse forløb er en variation af

● individuelle opgaver,

●● gruppeopgaver og

●●● classesamtaler.

Således har man mulighed for som elev at undersøge og sammensætte egne fund med gruppens, at diskutere og tilrette samt videndele og diskutere på klasseplan eller sammen med en makkergruppe.

Se alle filmklip på dansklf.dk/fat-front.

MÅL MED UNDERVISNINGSFORLØBENE

I disse forløb sættes fokus på kompetenceområdet Fortolkning, idet eleverne gennem undersøgelse, fortolkning og perspektivering af filmen får mulighed for at opleve, forstå og erkende dens æstetiske behandling af vigtige temaer som krop og identitet, sociale

normer og retten til at være til uden at skulle bukke under for skam og pres fra omverdenen.

Målene med disse forløb er derfor:

- At eleverne gennem undersøgelse og fortolkning af udvalgte ord og udtryk bliver bevidste om den måde, vi bevidst eller ubevidst gennem sproget er med til at stigmatisere mennesker, der falder uden for vores sociale normer.
- At eleverne kan udpege virkemidler brugt i filmen for at understrege dens pointer i forhold til krop, identitet og retten til at være, som man er.
- At eleverne, gennem filmens fokus på de sociale mediers indvirken på hovedpersonerne og disses brug af fx Instagram, kan gennemskue de sociale mediers indflydelse på unges liv, samt på hvordan de kan være med til at ændre denne.
- At eleverne kan perspektivere til deres eget liv og det samfund, de selv er en del af, og dermed være i stand til en kritisk stillingtagen til sociale normer omkring krop og identitet.



“ JEG VIL TA MED DEG,
KROPPEN MIN, UT PÅ EVENTYR.
VI TO SKAL BESØKE ALLE VERDENS-
DELER. VI SKAL OPLEVE FOSSEFALL
OG KJÆRLIGHET. ”

FAT FRONT FREM MOD PRØVEN

ARBEJDSGANG

Før filmen ses:

Inden eleverne ser filmen, gøres de aktive i forhold til tema og sprog. Her zoomes ind fra deres verden i overvejelser over, hvad den perfekte krop er. Derefter ses på filmens titel samt på vores sprog omkring den første den af titlen Fat - nemlig ordet tyk.

Filmen ses derefter i sin helhed.

Efter filmen:




Når eleverne har set filmen, arbejdes der med personerne, deres kamp og udvikling, udvalgte citater og hvordan lyd og billeder sammen fører frem til filmens ærinde og budskab.

“ JEG FØLER MEG
AV OG TIL SOM ET KUNSTVERK.
ET NYDELIG MALERI
SOM LIGGER NEDE I EN KJELLER,
SOM INGEN SER PÅ. AT DET ER
LITT "WASTED". ”





FØR FILMEN SES

OPGAVE 1A

-  For at spore eleverne ind på dette forløb, startes med at skrive udtrykket *Den perfekte krop*, så alle elever kan se det. Eleverne skal derefter individuelt tænkeskrive derudfra i 10 minutter. Der tages tid, og det gør ikke noget, at man ikke er færdig med at skrive, når tiden er gået.
-  Eleverne skiftes i deres grupper til at læse op af det, de lige har skrevet, og derefter sammenligner de indholdet af, hvad de har skrevet. Er deres opfattelser ens? Hvor bliver de præsenteret for den perfekte krop i deres hverdag?
-  På klassen tales om, hvad der er med til at forme vores syn på, hvordan mennesker skal se ud.


OPGAVE 2A

(Se arbejdsark 1A)

-  Filmens titel er Fat Front. Det er to ord, som vi ikke normalt hører sammen. Hvad kommer eleverne til at tænke på, når de hører ordet *fat*? Hvad med ordet *front*? I hvilken forbindelse hører man normalt det ord? Hvad sker der, når de to ord sættes sammen?
Husk, at man ikke kan skrive noget forkert her, fordi det netop er elevernes egne associationer.
Hvad kan vi forvente os af en film, der hedder Fat Front?
-  Opsamling på klassen.


OPGAVE 3A

(Se arbejdsark 2A, som printes i A3-størrelse)

-  Den første replik i filmen er: ”Syns du at jeg er tjukk?” Ordet *tyk* brugt om mennesker er faktisk ikke brugt så ofte, men i stedet bruges synonymmer enten for at bruge ord med mere positive eller negative associationer. Hvilke synonymmer kender eleverne for ordet *tyk*?
I deres grupper skriver eleverne synonymmer for *tyk* på post-its til de ikke kan komme på flere.
Derefter sammenligner hver gruppe med én anden gruppe, som bliver deres makkergruppe, og man skriver de ord ned, som man ikke selv havde skrevet.

OPGAVE 4A

(Se arbejdsark 3A)

-  I denne opgave arbejdes med konnotationer og denotationer. Eleverne inddeler alle ordene fra opgave 3a (eller så mange som det er muligt tidsmæssigt) ind efter ordenes konnotationer. Forsøger man fx at gøre *tyk* mere positivt, siges måske *rund*, mens man nedsættende kan sige *enorm*.
Hvor ender de fleste af elevernes ord?
Hvorfor?
Lad eleverne argumentere, for hvad de har skrevet, over for deres makkergruppe.

“ VERDEN! HØRER DU MEG? JEG ER TJUKK!
JEG ER TJUKK, OG JEG GIR TOTALT FAEN! ”

FILMEN SES I DENS HELHED

Filmen skal opleves i sin helhed som det æstetiske udtryk, den er. Filmen er afslørende og ærlig, og går meget tæt på de fire hovedpersoner, både psykisk og fysisk. Derfor møder eleverne både skarpe udtalelser og nøgenhed, hvilket selvfølgelig kan være svært at

forholde sig til som teenager, især når man sidder sammen med jævnaldrende. Tal derfor forinden om, hvad I skal til at se, om hvordan man kan reagere, og om hvordan man kan se sådan et værk med åbent sind. Se filmen her. Brug koden: H&P1997

“DET, JEG HAR FÅET AT VIDE
HELE MIT LIV, SOM ER, AT JEG IKKE ER OKAY,
ER EN STOR FED LØGN.”



EFTER FILMEN

PERSONERNE (SE ARBEJDSARK 4A)

OPGAVE 5A:

- I løbet af den første halve time møder vi de fire hovedpersoner, Marte, Helene, Pauline og Wilde. De har alle det til fælles, at de er tykke, men hvad er der mere af ligheder mellem dem? Hvad har de oplevet? Hvad ønsker de?

OPGAVE 6A:

- Samtidig viser filmen fire forskellige personligheder og fire forskellige måder at kæmpe for accept på. Skriv ud for hver person, hvordan I opfatter dem og deres kamp for accept.

GENEROBRING AF ORDET TYK

OPGAVE 7A:

- Se i filmen fra 35:14 til 35:47, som er en del af klippet, hvor Pauline og medarrangøren af Big Ass Loppis bliver interviewet af en journalist fra avisen Sydsvenskan. Hvad siger de her om ordet tyk? Sammenlign det med Martes udtalelse i starten af filmen (00:46 - 01:54). Hvorfor er det vigtigt at generobre ordet *tyk*? Er det ikke sødere fx at sige rund? Hvad siger det, at man undgår ordet *tyk* om omverdenens syn på tykke mennesker?

DE SOCIALE MEDIER

OPGAVE 8A:

- Tal sammen i gruppen om, hvordan I viser jer på de sociale medier. Hvordan fornemmer I, at folk helst vil fremstå?

OPGAVE 9A: (ARBEJDSARK 5A)

- Gense første klip med Helene (03:10 - 06:52): Her fortæller hun første møde med kropspositivismen efter at have googlet ”Er der overhovedet nogen, der gider knalde med en tyk pige?” Hvad møder hun herefter af positive ting i de sociale medier? Hvordan bruger de andre tre de sociale medier positivt? Skriv stikord i venstre del af figuren på arbejdsark 5.
- I et senere klip vises først eksempler på Helenes posts på Instagram (1:05:10 - 1:07:03). De bliver modtaget godt og booster hendes selvtillid. Derefter præsenteres den negative side af de sociale medier: Fatshaming. Hvad siges der? Skriv stikord i højre side af figuren.
- Tal om jeres stikord og om, hvorfor folk har brug for at udskamme andre på de sociale medier. Hvad gør det ved os som mennesker?
- Se sammen videre fra forrige klip (1:07:03 - 1:10:34). Hvad sker der mht. Helenes Instagramkonto? Hvorfor? Er det i orden? Hvordan reagerer Helene?

“ JAG VILL BARA FÅ FINNAS
UTAN ATT BLI IFRÅGASATT. ”

LYD (ARBEJDSARK 6A)

OPGAVE 10A:

Musikken til Fat Front er produceret til denne film, og er derfor selvfølgelig nøje sammenpasset med filmen.

- Hvordan understreger musikken stemningen i de udvalgte scener? Hvornår går musikken ind og varsler ændring? Hvordan passer lyden ind sammen med billedsiden?

MELLEM FATSHAMING OG KROPSPOSITIVISME

- I klippet (1:02:17 - 1:05:08), hvor Pauline er på Resund, en klinik for spiseforstyrrelser, giver hun et godt billede på den dobbelthed, som er i hendes liv, og som vi også fornemmer i de andre tre pigers liv. Tal om, hvad den dobbelthed består i.

OPGAVE 11A (ARBEJDSARK 7)

- Gennem hele filmen udtrykker de fire så fint sprogligt, hvordan de tænker eller har tænkt om dem selv, eller hvordan andre har tiltalt dem. Tag de nævnte citater og placer dem enten under Fatshaming eller Kroppositivisme. Hvorfor oplever pigerne denne dobbelthed?

KROPSIDENTITET

I slutningen af filmen udtrykker pigerne deres håb for og tro på fremtiden, og synet på dem selv.

OPGAVE 12A:

- Se fra 1:20:30 til 1:22:20. Hvad er pigernes drømme og håb? Hvordan har deres opfattelse ændret sig?

De sidste scener kommer til at understrege både filmens budskab og et ønske om forandringer. Vi starter med en afbildning af Helenes krop som et stykke kunst og filmen slutter i højt tempo med et indtryk af, at de nok skal ”bounce back”, som musikken understreger.

OPGAVE 13A:

- Se nu resten af filmen. Hvad gør henholdsvis billed- og lydside for at understrege budskabet i filmen? Hvordan skildrer billedsiden Helenes krop? Hvordan ses de andre? Hvorfor er der klip fra deres barndom?

“ DETTE ER MEG,
DET ER SÅNN JEG ER. DET
ROMMER HELE MEG. ”



FAT FRONT I ET DANNELSESPERSPEKTIV

ARBEJDSGANG

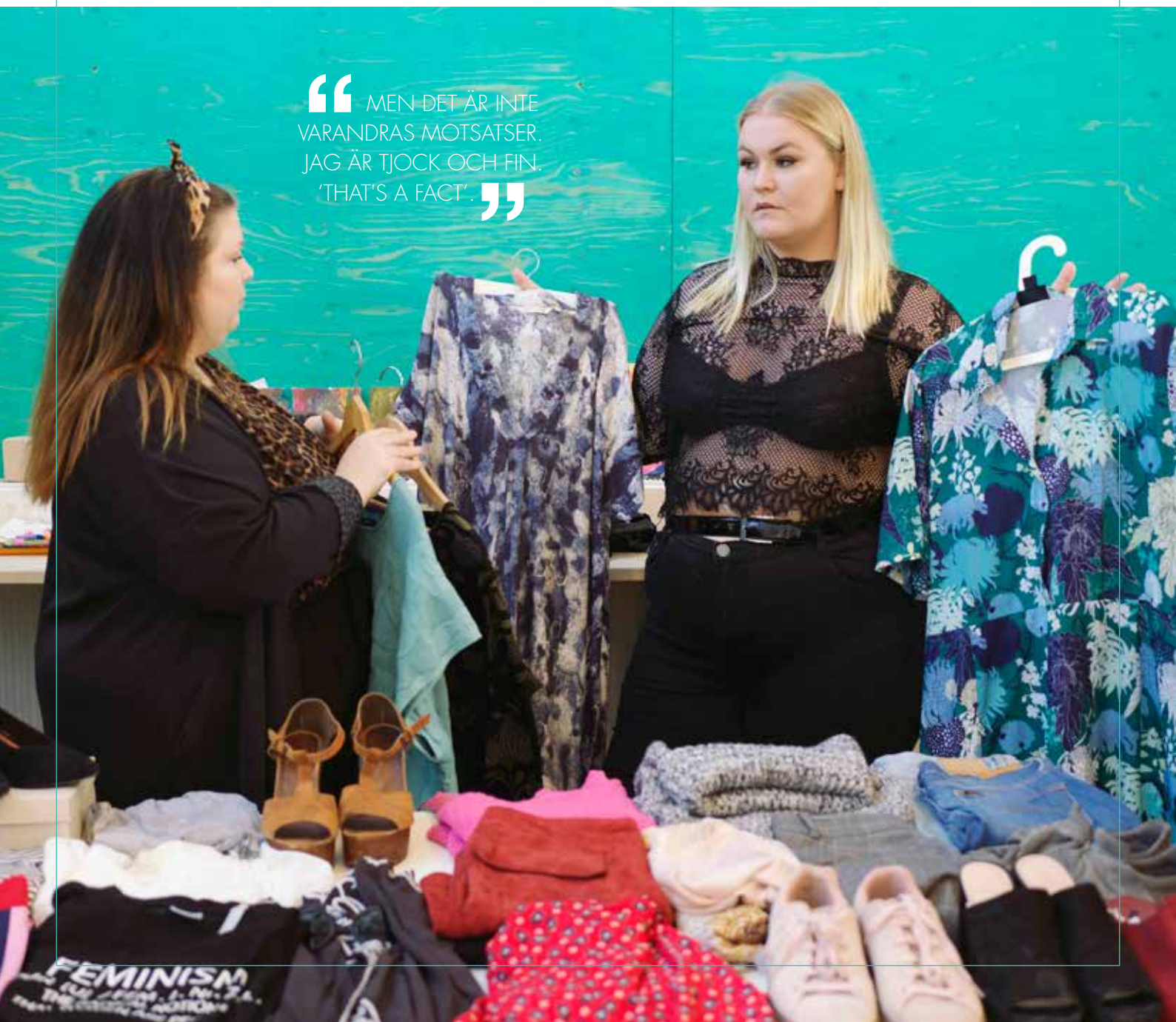
Før filmen ses:

Inden eleverne ser filmen, gøres de aktive i forhold til tema og sprog. Her zoomes ind fra deres verden i overvejelser over, hvad den perfekte krop er. Derefter ses på filmens titel samt på vores sprog omkring den første den af titlen Fat - nemlig ordet tyk. Filmen ses derefter i sin helhed.

Efter filmen:

Når eleverne har set filmen, arbejdes der med kropsidealiser og kropsidentitet, om pres fra samfundet bl.a. gennem sociale medier, men også den enkeltes ret til et godt liv også selvom man falder uden for de nuværende sociale normer. Til sidst arbejdes med, hvordan man kan ændre de nuværende normer.

“ MEN DET ÄR INTE
VARANDRAS MOTSATSER.
JAG ÄR TJOCK OCH FIN.
'THAT'S A FACT'. ”



FØR FILMEN SES

OPGAVE 1B:

- For at spore eleverne ind på dette forløb, startes med at skrive udtrykket *Den perfekte krop*, så alle elever kan se det. Eleverne skal derefter individuelt tænkeskrive derudfra i 10 minutter. Der tages tid, og det gøres ikke noget, at man ikke er færdig med at skrive, når tiden er gået. Derefter skal hver elev finde eller producere et billedeksempel på den perfekte krop. Det kan gøres som udklip, tegning, collage eller hvad eleven selv finder på.

- Eleverne skiftes i deres grupper til at læse op af det, de lige har skrevet, og derefter sammenligner de indholdet af, hvad de har skrevet og deres billeder. Er deres opfattelser ens? Hvor bliver de præsenteret for den perfekte krop i deres hverdag?

- På klassen tales om, hvad der er med til at forme vores syn på, hvordan mennesker skal se ud. Hvor mange mennesker ser i virkeligheden ud som de idealer, vi møder i medierne?

OPGAVE 2B:

- Vi bliver i vores hverdag bombet med input om, hvordan vi helst skal se ud, og hvordan vores liv skal være. Eleverne skal i deres grupper gå på jagt i diverse medier (inkl. sociale medier) og give eksempler på, hvilket kropsideal der er herskende lige nu. Eksemplerne danner udgangspunkt for diskussion om, hvordan det påvirker os.

Vil man gerne ligne de folk, som bliver fremstillet som perfekte i medierne? Hvor meget vil man selv gøre for at se "rigtig" ud?

Hvordan fremstiller man som elev sig selv på de sociale medier? Hvorfor? Giver man et reelt billede af sig selv?

OPGAVE 3B: (SE ARBEJDSARK 1B)

- Filmens titel er *Fat Front*. Ordet *front* associeres ofte med noget helt andet end kropsideal og kropsidentitet. Skriv i arbejdsark 1b eksempler på sætninger, hvori ordet forekommer - på dansk eller engelsk.

Hvad kan vi så forvente af en film, der hedder *Fat Front*?

OPGAVE 4B:

- Den første replik i filmen er: "Syns du at jeg er tjukk?" Tal i gruppen om, hvordan I ville reagere, hvis nogen spurgte jer om det. Ville det gøre en forskel, hvem det var? Hvorfor/hvorfor ikke?

Den adspurgte person i filmen viger lidt udenom og nævner i stedet ord som *kraftig* og *rund*. Hvorfor gør hun det? Ville I også have gjort det?

Ville man reagere på samme måde, hvis personen havde sagt: "Synes du, jeg er høj?"

- Tal på klassen om, hvad I tænker om ordet *tyk* og vores reaktion på det.

“ ER DER
OVERHOVEDET
NOGEN SOM GIDER
AT KNALDE MED
EN TYK PIGE? ”

FILMEN SES I DENS HELHED

Filmen skal opleves i sin helhed som det æstetiske udtryk, den er. Filmen er afslørende og ærlig, og går meget tæt på de fire hovedpersoner, både psykisk og fysisk. Derfor møder eleverne både skarpe udtalelser og nøgenhed, hvilket selvfølgelig kan

være svært at forholde sig til som teenager, især når man sidder sammen med jævnaldrende. Tal derfor forinden om, hvad I skal til at se, om hvordan man kan reagere, og om hvordan man kan se sådan et værk med åbent sind. Se filmen her. Brug koden: H&P1997



“ JAG ÄR JU PÅVÄG TILL ATT ACCEPTERA OCH ÄLSKA MIG SJÄLV. MEN JAG HAR JU ABSOLUT INTE KOMMIT I MÅL. JAG KÄMPAR VARJE DAG MED ATT INTE HATA MIG SJÄLV. ”


EFTER FILMEN

I filmen skildres fire piger, Marte, Helene, Pauline og Wilde, som alle fire modigt står frem og fortæller hudløst ærligt og viser deres kroppe frem, selvom de er langt fra det fremherskende kropsideal.

De har alle fire det til fælles, at mad har fyldt meget hos dem, lige fra barndom eller tidlig ungdom af.


KROP OG SKAM

OPGAVE 5B: (ARBEJDSARK 2B)

-  Giv eksempler på for hver af de fire piger, hvordan mad og vægt har påvirket dem i deres barndom og tidlige ungdom.

I klippet, hvor Pauline og medarrangøren af Big Ass Loppis bliver interviewet af en journalist fra avisen Sydsvenskan, bliver de spurgt, om de ikke er med til at promovere en usund livsstil, og de taler om det pres, der er på tykke mennesker og den skam, der er forbundet med betegnelsen tyk.


OPGAVE 6B:

-  Se klippet (35:09 - 37:29) Hvad siges der om den skam og det pres, samfundet pådutter den tykke?
Sammenlign med klippet om Fatshaming (1:05:49 - 1:06:38) Hvorfor sker det?
Gøres det samme mod andre grupper af folk? Hvorfor/hvorfor ikke?


TYKAKTIVISTBEVÆGELSEN

Alle fire piger finder støtte i tykaktivistbevægelsen, og den støtte, de finder der, både i samværet online og ved arrangementer, er basis for deres udvikling. Det er også her, de alle fire gør, hvad de kan for at komme ud med budskabet om, at en tyk krop også kan være en smuk krop og hjælpe andre med at acceptere sig selv.


OPGAVE 7B:

-  Giv eksempler fra filmen på, hvordan folk gennem tykaktivistbevægelsen og på sociale medier kan støtte op og opmuntre hinanden.


FATSHAMING OG KROPSPOSITIVISME PÅ SOCIALE MEDIER

-  I klippet (1:02:17 - 1:05:08), hvor Pauline er på Resund, en klinik for spiseforstyrrelser, giver hun et godt billede på den dobbelthed, som er i hendes liv, og som vi også fornemmer i de andre tre pigers liv. Tal om, hvad den dobbelthed består i.

OPGAVE 8B: (ARBEJDSARK 3B)

-  Gennem hele filmen er der fokus på Instagram som platform for både fatshaming og kropspositivisme. Klip de skrevne hashtags # ud og læg dem i en bunke med bagsiden opad. Alle hashtags stammer fra pigernes Instagram. Forklar, hvad disse hashtags betyder, hvorfor de er brugt, og om de har rod i fatshaming eller kropspositivisme. Begrund jeres svar.

OPGAVE 9B:

-  Lav et æstetisk udtryk, der viser splittelsen mellem på den ene side at være glad for sin krop (kropspositivismen) og på den anden side føle et pres for ikke at være tyk (fatshaming) Det kan være et billede, en collage, en rumlig figur eller andet. Kun elevernes fantasi sætter grænsen.

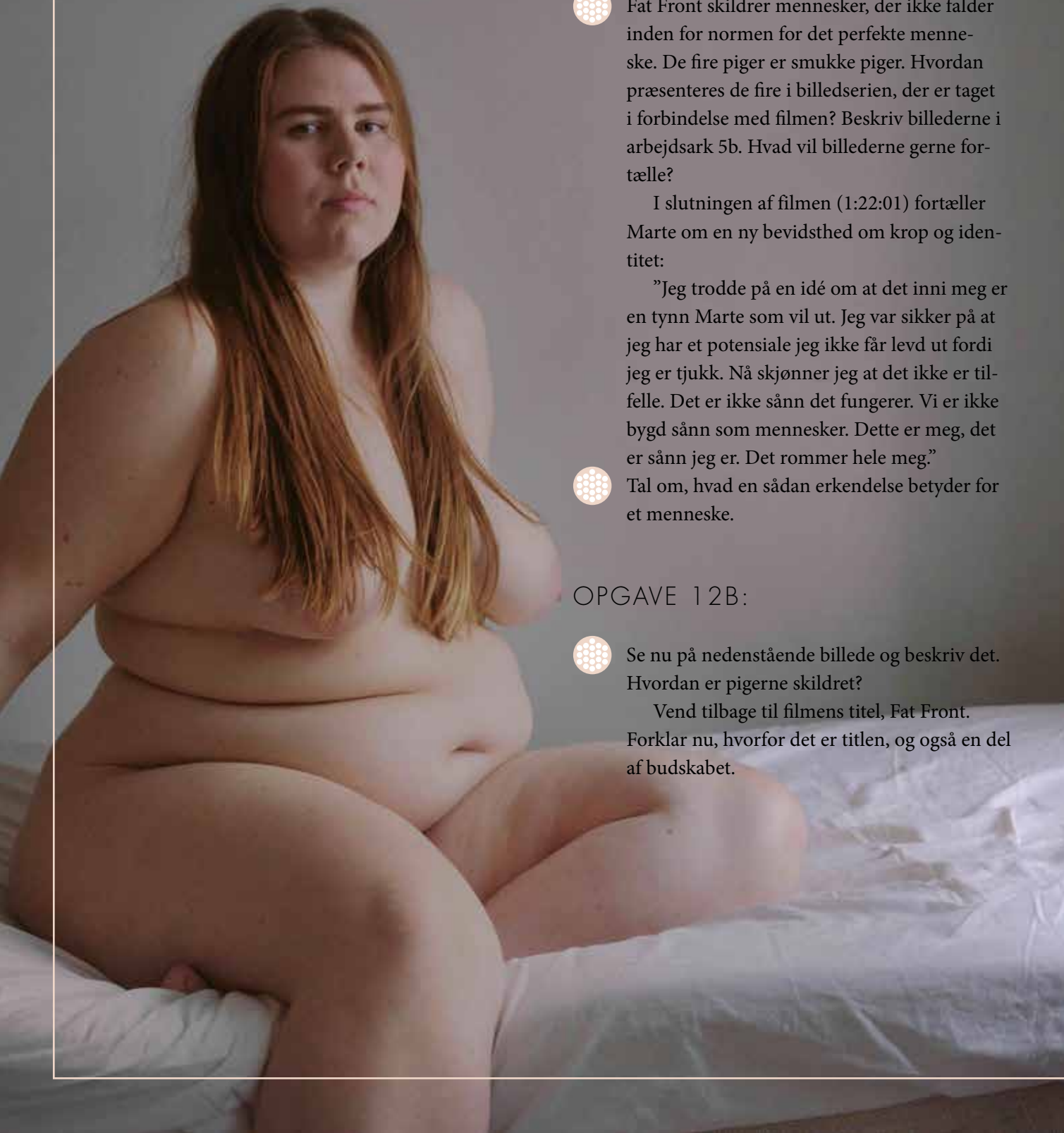
KROP OG NATUR

”Det er en smuk dag, og jeg har besluttet mig for at gå ud og nyde solen. Jeg går ind til byen for at gøre folk utilpasse med min mavebluse” siger Helene i et klip. (29.12 - 29.56)



Tal om, hvorfor hun siger det. Er det rigtigt? Hvad siger det om vores måde at tænke på andre på?

Helt anderledes skildres de fire, når de er i naturen.



OPGAVE 10B: (ARBEJDSARK 4B)



Find steder i filmen, hvor pigerne opleves i naturen. Hvordan virker de her? Hvad vil filmen gerne fortælle os om menneske og natur ud fra disse klip?

KROP OG IDENTITET

OPGAVE 11B: (ARBEJDSARK 5B)



Fat Front skildrer mennesker, der ikke falder inden for normen for det perfekte menneske. De fire piger er smukke piger. Hvordan præsenteres de fire i billedserien, der er taget i forbindelse med filmen? Beskriv billederne i arbejdsark 5b. Hvad vil billederne gerne fortælle?

I slutningen af filmen (1:22:01) fortæller Marte om en ny bevidsthed om krop og identitet:

”Jeg trodde på en idé om at det inni meg er en tynn Marte som vil ut. Jeg var sikker på at jeg har et potensiale jeg ikke får levd ut fordi jeg er tjukk. Nå skjønner jeg at det ikke er tilfelle. Det er ikke sånn det fungerer. Vi er ikke bygd sånn som mennesker. Dette er meg, det er sånn jeg er. Det rommer hele meg.”



Tal om, hvad en sådan erkendelse betyder for et menneske.

OPGAVE 12B:



Se nu på nedenstående billede og beskriv det. Hvordan er pigerne skildret?

Vend tilbage til filmens titel, Fat Front.

Forklar nu, hvorfor det er titlen, og også en del af budskabet.

DET VIDERE ARBEJDE

Filmen *Fat Front og Marte, Helene, Pauline og Wilde* indbyder til videre arbejde inden for flere fremstillingsformer og genrer:

- **Argumenterende fremstillingsform**
Det vil være oplagt at arbejde videre inden for kompetenceområdet Fremstilling og udarbejde argumenterende tekster omkring kropsidealer og sociale normer. Det kunne være i form af debatindlæg, blogskrivning eller måske endda en kampagne. Endelig kunne der skrives fabulerende over emnet i et essay.
- **Andre genrer**
Pressefotos: Det billede, vi ser blive taget af Helene i badekarret, bliver årets pressefoto 2017.
Instagram: Alle fire piger har instagramprofiler, @chubbydane, @paulinelindborg, @happykropp, @theonlymarte, som viser dem og deres kamp. Arbejd med undersøgelse og fortolkning af disse.

- **Artikler omkring de fire og deres kamp:**
<https://www.dr.dk/nyheder/kultur/film/wilde-paa-29-er-kropsaktivist-nogle-mener-jeg-ikke-boer-have-taletid-fordi-jeg>
<https://www.femina.dk/dit-liv/selvudvikling/helene-thyrsted-fra-fat-front-jeg-haaber-folk-ser-tykke-mennesker-er-mere-end>
- **Nabosprog:** Brug trafiklysmetoden til at finde ligheder og forskelle i de tre nabosprog: svensk, norsk og dansk. Overstreg alle ord efter følgende princip: Grøn = ord som betyder det samme og staves ens, gul = ord som betyder det samme, men staves lidt forskelligt og rød = ord som ikke findes på dansk. Gå på citatjagt i materialet og brug citaterne fra arbejdsark 7A. Det vil gå op for eleverne, at de tre sprog ikke er så forskellige, som de måske tror, når de laver denne øvelse.
- Det er desuden muligt for skolerne at booke et oplæg om fx kropsskulptur hos med Helene Thyrsted. Skriv til Helene på: helenethyrsted@hotmail.com.

