

Fremstillingsform	Formål	Typiske træk	Se fx efter ...
Berettende	At fortælle om noget, der er sket.	Tid, personer, sted, handling i rækkefølge.	Hvem, hvad, hvor, hvornår? Først, så, derefter ...
Beskrivende	At beskrive noget, så læseren kan se det for sig.	Tillægsord, sanser, detaljer, stemninger.	Hvordan ser det ud? Hvordan føles det?
Instruerende	At forklare – trin for trin – hvordan man gør noget.	Trin, rækkefølge, bydeform, konkrete handlinger.	1, 2, 3. Brug, start med, undgå at ...
Kommenterende	At give sin personlige mening om noget.	Holdninger, vurderinger, opfordringer, følelser.	Jeg synes, det er vigtigt, vi bør ...
Forklarende	At gøre noget lettere at forstå.	Fakta, begreber, årsag-virkning, fagligt sprog.	Det vil sige, derfor, fx, betyder at ...
Reflekterende	At undersøge og tænke over noget – tit med fokus på, hvad man selv har oplevet, og hvad man selv tænker om det.	Spørgsmål, undren, måske'er, egne erfaringer, følelser og overvejelser.	Jeg undrer mig, måske, jeg tænker over, det kan også være fordi ...
Udbygget berettende	At fange læseren med en spændende historie, hvor der sker noget, og hvor vi viser, hvordan en oplevelse føles og udvikler sig.	Spændingskurve med præsentation, konflikt, optapning, point of no return og afslutning. Der skal være udvikling i både handling og personer.	Er der spænding og noget, der ændrer sig? Er der noget, der går galt? Hvordan vokser konflikten? Det ændrede noget i mig ...
Udbygget forklarende	At forklare noget grundigt, så læseren forstår både hvordan og hvorfor. Den udbyggede forklaring bruger fagord og eksempler for at gøre indholdet af teksten tydeligt.	Flere trin med tydelig sammenhæng og årsag-virkning, fagord, eksempler og figurer. Typisk opdelt i underoverskrifter eller afsnit.	Derfor, det vil sige, fordi, for eksempel. Figurer/modeller og fagord.

Tipskupon



Nr.	b/p	g/k
1	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
2	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
3	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
4	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
5	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
6	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
7	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
8	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
9	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k
10	☐ b ☐ p	☐ g ☐ k

Tal med din makker om, hvordan du kunne høre, hvor du skulle sætte kryds.

Udbygget forklarende tekst om fagligt selvværd

Hvad er fagligt selvværd?

Fagligt selvværd handler om, hvordan man ser sig selv som elev eller studerende. Det handler om troen på, at man kan lære noget, og at man dur til skolearbejde – også når det bliver svært. Fagligt selvværd er altså ikke kun, hvor dygtig man er, men hvor dygtig man tror, man er – og hvad man tør give sig i kast med.

Forestil dig en elev, der skal op til tavlen og løse en opgave i matematik. Hvis eleven har højt fagligt selvværd, tænker vedkommende måske: "Det her tør jeg godt prøve. Jeg ved ikke helt, hvordan jeg skal løse det, men jeg kan finde ud af det med lidt hjælp." Har eleven lavt fagligt selvværd, kan tanken i stedet være: "Jeg tør ikke. Jeg laver sikkert fejl. De andre synes nok, jeg er dum."

Hvad påvirker fagligt selvværd?

Fagligt selvværd kan blive påvirket af mange forskellige faktorer. Tre af de vigtigste er:

1. Tidligere oplevelser

Hvis man har oplevet mange nederlag, fx fået dårlige karakterer eller følt sig bagud, kan det svække selvværdet. Omvendt styrkes det faglige selvværd, når man oplever små succeser og føler sig dygtig.

2. Relationer til lærere og klassekammerater

Når man føler sig respekteret og støttet af lærere og kammerater, tør man mere og tror mere på sig selv. Hvis man ofte oplever at blive sammenlignet med andre eller får negative kommentarer, kan det svække selvværdet.

3. Feedback og forventninger

Hvis man får konkret og hjælpsom feedback, hvor læreren peger på det, man har gjort godt, og hvordan man kan blive bedre, får man ofte mere mod. Hvis man kun får at vide, hvad der er forkert, kan man miste motivationen.

Hvordan mærkes det?

Fagligt selvværd kan mærkes i kroppen og tankerne. Nogle bliver urolige eller får ondt i maven, hvis de skal præstere. Andre trækker sig tilbage, holder sig tavse eller lader være med at aflevere opgaver. Tankerne kan være: "Jeg dur ikke til det her" eller "De andre er meget bedre end mig".

Konsekvenser – nu og senere

På kort sigt kan lavt fagligt selvværd betyde, at man lærer mindre, fordi man ikke tør deltage. Man undgår måske bestemte fag, afleverer ikke opgaver eller beder ikke om hjælp. Det bliver en slags ond cirkel: Jo mere man undgår, jo sværere bliver det – og jo lavere bliver selvværdet.

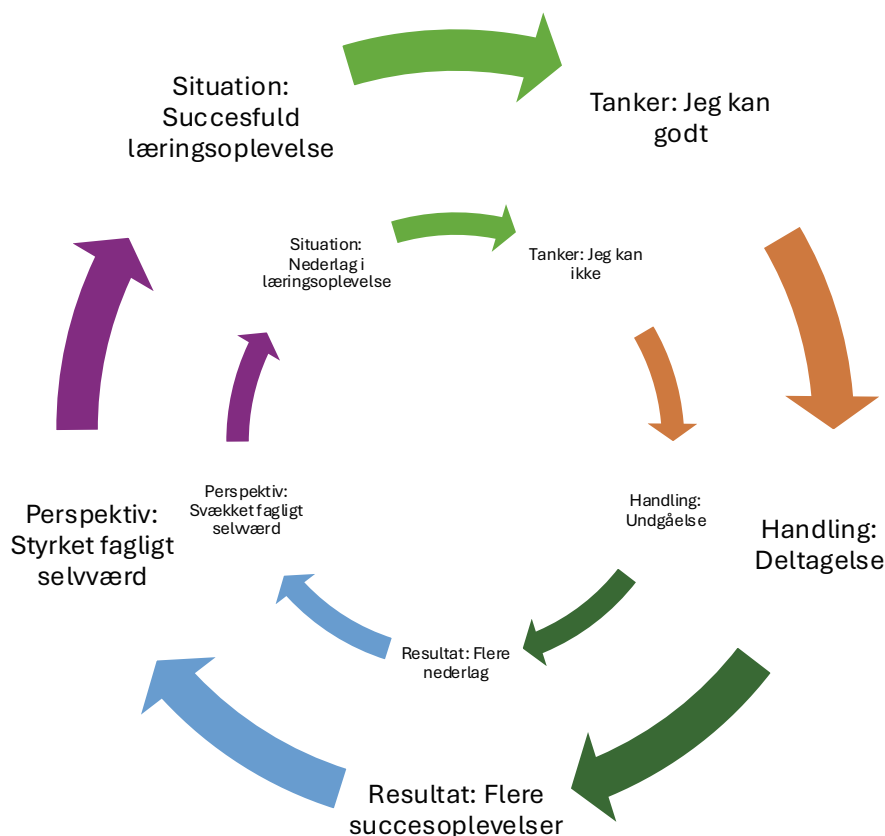
På længere sigt kan det få betydning for, hvilke uddannelser man tør søge, eller hvilke mål man sætter for sig selv. Hvis man i mange år har følt, at man ikke kan finde ud af noget, kan det påvirke ens trivsel, selvtillid og lyst til at lære – også som voksen.

En måde at arbejde med fagligt selvværd på

Man kan arbejde med fagligt selvværd på mange måder. En god start er at få øje på det, man kan. Det kan man gøre sammen med en lærer eller en makker: Kig på en opgave, man har løst, og find tre steder, hvor man har gjort noget godt – også selvom det ikke er perfekt.

Samtidig er det vigtigt at øve sig i at sætte små mål. I stedet for at tænke “Jeg skal blive god til engelsk”, kan man sige: “Jeg vil kunne skrive fem sammenhængende sætninger på engelsk næste gang.” Når man når sine mål, får man oplevelsen af at lykkes – og det styrker det faglige selvværd.

Herunder ses en figur, der viser, hvordan fagligt selvværd kan vokse – eller falde – alt efter hvad man oplever og gør:

**Sammenfatning**

Fagligt selvværd handler om, hvordan man oplever sig selv som elev – og det påvirker både lysten til at lære og modet til at prøve noget nyt. Det bliver påvirket af oplevelser, relationer og feedback. Hvis selvværdet er lavt, kan det føre til, at man lærer mindre og mister troen på sig selv – også senere i livet. Derfor er det vigtigt at arbejde med at se sine styrker, sætte realistiske mål og få hjælp til at tro på, at man kan blive dygtigere med støtte og øvelse.