

Laura var med sin bedste veninde til fest. I løbet af aftenen havde Lauras veninde flere gange tilbudt hende alkohol, selvom Laura ikke havde lyst. Under festen havde Laura været med til en drukleg, hvor hun havde tabt og som straf skulle hun bunde en øl. Laura følte sig presset til at drikke øllen, så hun ikke lignede en dårlig taber.

Dagen efter synes Laura det hele var lidt svært.

Skal Laura konfrontere veninden med det, der skete og de følelser hun har? Hvordan passer Laura bedst på sig selv og sin egne grænser?



Oliver får komplimenter omkring hans krop og personlighed hver dag fra lidt ældre mænd. De skriver beskeder og kommentarer på Instagram og TikTok til ham. Oliver sletter altid deres beskeder, så andre ikke kan se han får de beskeder, han føler sig ikke tilpas med det. Hver gang han poster på sociale medier, er der nye kommentarer.

Er det bedst at ignorere det, eller skal Oliver tale med nogen om det? Skal han sige det til sin lærer eller forældre, så de kan tage det op i klassen? Hvordan passer Oliver bedst på sig selv og sin egen grænser?



Maja har lige fået sin første kæreste, den populære dreng fra parallelklassen. Hun er rigtig glad for ham. Men på det sidste er han begyndt at spørge om hun vil tage billeder af sig selv uden tøj på og sende til ham på snapchat. Maja har slet ikke lyst, men hun er bange for at han vil slå op med hende, hvis hun ikke sender billederne. Hun aner ikke hvad hun skal gøre.

Skal hun sende billederne fordi de er kærester?

Hvem kan hun snakke med det om det?

Hvordan passer Maja bedst på sig selv og sine egne grænser?



Daniel har en far, som drikker rigtig meget og har gjort det i rigtig mange år nu. Det påvirker ham rigtig meget, både når der er skolearrangementer og andre ting, og han vil slet ikke have ham med. Daniel føler at hans grænser bliver overtrådt hver gang hans far er fuld, og det er for meget for ham at sige det til omverdenen, da han synes det er rigtig pinligt.

De skændes hver aften derhjemme, hvor hans far bliver fuld og siger en masse åndsvage og ligegyldige ting, og så starter der en diskussion, og sådan bliver det ved.

Han ved ikke, hvad han skal gøre, og han er ked af, at deres forhold skal være sådan. Han føler ikke hans far lytter og det for svært for ham at dele det med sine venner, da han synes det er pinligt. Daniel er alene med sin far og det har bare været de to i mange år.

Hvad skal Daniel gøre? Hvordan passer Daniel bedst på sig selv og sine egne behov?



Signe bliver drillet lidt hver dag. Drengene i klassen siger kommentarer til hende, som f.eks. at kritiserer hendes jakke eller griner lidt af hendes hår. Ikke noget direkte ondt, men små kommentarer hvor der bliver grint lidt bagefter. Det gør ondt på hende, og hun kan mærke at det overskrider hendes grænser at andre kommentere på hvordan hun ser ud. Hun griner oftest bare med, for ikke at få yderligere kommentarer og for ikke at virke svag.

Hun bliver rigtig ked af det og kan ikke forstå, hvorfor de i hendes klasse har behov at kommentere på hvordan hun ser ud.

Er det bedst at ignorere det, eller skal Signe tale med nogen om det? Hvem kan hun tale med om det? Hvordan passer Signe bedst på sig selv og sine egne grænser?

