Høgskolen i Telemark
Fakultet for allmennvitenskapelige fag

EKSAMEN

2609 003
Norwegian Language Advanced Level

17.12.2013

Tid:	3 timer
Målform:	Bokmål
Sidetal:	4 (inkludert denne)
Hjelpemiddel:	Ingen
Merknader:	Denne prøven består av tre hoveddeler. Du skal svare på alle oppgaver i hoveddel 1og 2. I hoveddel 3 skal du velge en oppgave. Alle oppgavene skal skrives på eget ark.
Vedlegg:	1

Sensuren finner du på StudentWeb.

Del I Leseforståelse

Nærlesing – å forstå meninger og synspunkter.
Kandidaten skal vise at han/hun forstår hva teksten (vedlegg 1) dreier seg om ved å svare på spørsmål.

Les vedlegget: "Sinne kan bli sunn energi" (Aftenposten 30. august 2005) og svar på spørsmålene.

1. Hva slags uttrykk kan sinne og temperament få?
2. Hva er grunnen til at noen er så sinte?
3. Hvordan påvirker mennesker med stort temperament sine omgivelser?
4. Kan sinne være positivt?
5. Hva kan/bør aggressive mennesker gjøre for å få bukt med sinnet sitt?

Del II Grammatikk, ord og uttrykk

Denne delprøven skal måle formelle ferdigheter og kjennskap til og bruk av nyansert vokabular, faste uttrykk og idiomer.

Ord og uttrykk

A. Forklare hva uttrykkene i teksten kan bety.

Eksempel: <u>Å slippe ut dampen</u> kan bety å få ut sinnet.

- Å skygge unna
- Å være ei kruttønne
- Å skyve noe under teppet

B. Antonymer: Finn ord med motsatt betydning

- Rettferdig
- Negativ
- Høyt
- Heve stemmen
- Klok
- Sulten
- Forskjellig
- Legge sammen

Grammatikk

A. Adjektiv

Sett inn rett form av adjektivet *gammel* foran substantivet.

1. Det er et problem.
2. Å slippe ut sinne er godt.
3. Folk flykter unna.
4. Hat er farlig.
5. Den dama er hyggelig.

B. Verb: Bytt ut verbene i presens med preteritumsformen.

Eksempel: Det aller beste er å si i fra før irritasjonen bygger seg opp > Det aller beste var å si fra før irritasjonen bygget seg opp

Sinte personer utagerer ofte momentant. Derfor er det viktig å gjenkjenne egne faresignaler. Ett signal kan være tanker som maler om og om igjen om negative ting. Hendene knyttes. Hjertet banker fortere, stemmevolumet øker.

C. Fra direkte til indirekte tale

Eksempel: Jeg leser, sa hun. > Hun sa at hun leste.

1. "Jeg kan vise at jeg er sint ved å smelle med dører eller sette på høy musikk,
2. gjerne rocka låter, sier Eirik Bjergsrud.
3. "Jeg kan godt være sint innvendig, men passer meg for ikke å bli bråsint, sa Reidar Brataas.
4. Det er sjelden jeg smeller til. Likevel tror jeg folk forstår alvoret de gangene jeg reagerer, sier Linda Bordi.

D. Utbrytning: Skriv om setningene med utbrytning

Eksempel: Kona dresserte meg så fint > Det var kona som dresserte meg så fint.

1. Både arv og miljø påvirker sinnet.
2. En forutsetning for å kunne jobbe med sinnet sitt, er erkjennelse.
3. De gangene vi ikke lykkes, er det lov å si unnskyld.

Del III Skriftlig produksjon

Denne oppgaven skal måle kandidatens ferdigheter i å skrive en sammenhengende tekst ved at du skal presentere eller redegjøre for et emne eller en erfaring, drøfte en problemstilling eller en sak, argumentere for eller mot en sak eller gi begrunnet uttrykk for egen mening. Kandidaten velger en oppgave. Besvarelsen bør være på ***ca. 350-400 ord.***

Velg en av oppgavene og skriv en tekst.

Oppgave 1

Hva er god barneoppdragelse?

Oppgave 2

I løpet av dette semesteret har du lest mange tekster. Skriv om en tekst vi har lest og som gjorde inntrykk på deg, og forklar hvorfor den gjorde det.

Oppgave 3

Du har blitt bedt om å skrive i studentavisen ved universitetet i hjemlandet ditt. Fortell om livet som student i Norge. Vil du anbefale andre studere i utlandet? Hvilke råd vil du gi en fersk student som skal reise til et annet land?

Oppgave 4

Vi har lest teksten "Skolegutt" av Laila Stien. Den handler blant annet om språkproblemene til samiske barn i Norge, men også om et møte mellom en minoritetskultur og storsamfunnet i Norge. Skriv en artikkel om forholdet mellom minoriteter og storsamfunn i et land du kjenner.

Vedlegg

Sinne kan bli sunn energi

Øser du galle over dine omgivelser? Eksploderer du først og tenker etterpå? Sinne kan temmes og energien omdannes til nyttig kraft.

SYLVI LEANDER

Publisert:30.aug. 2005 00:02**Oppdatert:**19.okt. 2011 14:21

De finnes i drosjekøen, i stortingssalen, i nabooppgangen, i kollega- og vennekretser. Noen mennesker er så sinte at de dreper, noen nøyer seg med å slå. Andre har det "bare" i kjeften. De går rundt som boblende gryter. Åpner de munnen, er det for å slippe ut svovel. Enkelte ruger på sinne inni seg. Den dagen de sprekker, bør du være et annet sted. Noen er sinte, men sprekker aldri. De venner sinnet innover og straffer seg selv i stedet. Både arv og miljø påvirker graden av sinne. Noen er født med et ampert temperament. Andre har hatt en oppvekst som har gitt grunn til sinne. Hos noen har sinne sitt utspring i både arv og opplevelser gjennom barndommen.

Erkjenne

De lett antennelige skaper ofte redsel eller dårlig stemning rundt seg. De kan bli så truende i sin adferd at de gjør andre redde, eller de kan i verste fall ty til vold. Slik får de andre til å gå på tærne, jatte med, eller vike unna for ikke å bli dråpen som får begeret til å renne over. Følgelig får de ofte viljen sin. Folk skygger unna i stedet for å sette grenser. Etter hvert unngår vi sinnataggene for å slippe ubehag. En forutsetning for å kunne jobbe med sinnet sitt, er erkjennelse, konstaterer spesialist i klinisk psykologi Leif Waage. Han iler til med å si at sinne generelt sett er bra. Følelsen frigjør energi så vi blir i stand til å forsvare oss selv og våre interesser. Du markerer grenser. Kommuniserer at noen har gått for langt. - Det er når du plager eller skader andre med sinnet ditt, at du har en oppgave å gjøre. Å erkjenne at du har et problem og ønske forandring er det beste utgangspunkt, påpeker Waage. Han hjelper voldelige personer med å stanse sinnet før det smeller. De samme grepene kan gjøres også for ikke-voldelige sinnatagger som sprer utrygghet og ubehag.

Få det ut - eller?

Å være konstant sint er usunt. Forskning viser at folk som alltid er høyspente, lever kortere enn andre. Å slippe ut dampen, få ut sinnet, var god tone før. I dag hevder forskere tvert imot at det å leve ut sinnet i tide og utide, bare gjør deg mer sint. Å dvele ved negative følelser forsterker dem. Det hevder blant andre biofysiker Stefan Klein i boken "Lykkeformelen". Han mener at det å tenke positivt er en treningssak. For å holde fast ved lysglimtene i hverdagen kan det være til hjelp å skrive dem ned, eller fortelle dem til andre. Det betyr ikke at sinnet skal fornektes og skyves under teppet. I all vennlighet kan vi utforske vårt eget sinne. Jøss, er jeg så sint? Hva gjør det med meg? Deretter er målet å gi sinnet en form som en selv og andre kan leve med. De gangene vi ikke lykkes, er det lov å si unnskyld.

BUFFERE Det aller beste er å si i fra før irritasjoner bygger seg opp, mens konfliktnivået ennå er lavt. "Dette irriterer meg". En måte å stagge seg selv på er også å snakke om hvor sint du er, i stedet for å utagere. Sinte personer utagerer oftemomentant. Derfor er det viktig å gjenkjenne egne faresignaler. Ett signal kan være tanker som maler om og om igjen om negative ting. Hendene knyttes. Hjertet banker fortere, stemmevolumet øker. Å bli klar over hvilke situasjoner som erfaringsmessig trigger sinnet, kan gjøre oss litt forberedt. Ofte er irettesettelser eller litt kritikk nok til å tenne lunten. Det gode gamle rådet om å telle til ti, er evig anvendelig. Det dreier seg om å skaffe seg tid, et lite pusterom før handling. Utsettelsen skal brukes til å tenke. Ligger det kanskje et annet budskap bak ordene? Er det nødvendig å blåse parykken av vedkommende for denne saken? For å vinne tid og gjenvinne kontroll over seg selv, er det lurt å rette oppmerksomheten mot dine egne reaksjoner, for eksempel pusten. Senk skuldrene og forsøk å puste3 rolig. Noen har nytte av å mane frem beroligende bilder for sitt indre, andre kan gjenta beroligende ord eller setninger inne i seg. Å endre sitt vokabular kan være ett av flere

midler. I stedet for: "Det er helt for jævlig", så tenk, "dette er irriterende". Vær forsiktig med ordene "aldri" og "alltid". De får deg til å føle at ens sinne er rettferdig og at løsninger ikke finnes. Ved å gå igjennom hissige samtaler du har hatt, kan du oppdage at ting kunne vært sagt annerledes og ta lærdom av det til neste gang. Når du takler en situasjon bra, så ros deg selv. Kan du parere sur kritikk med overbærenhet og humor, er du kommet langt. Som forebyggende medisinkan ulike avslapningsmetoder være støtdempende. Yoga og meditasjon er metoder mange benytter i jakten på indre ro. Kilde: Psykolog Leif Waage

KJENTE KRUTTØNNER Kjell Inge Røkke kokte over i retten under sertifikatsaken. Han var så sint at han dirret, lød aktors beskrivelse av Røkke. Å sparke til automater er også en Røkke-variant. Et formildende trekk er at Røkke kan si unnskyld. Gro Harlem Brundtland måtte i begynnelsen av sin politiske karriere tåle klengenavnet "kjeftesmella fra Bygdøy". Martin Schancke har langet ut både verbalt og håndfast mot "drittsekker som har fucket ham opp", for å si det med hans eget vokabular. Når jeg i dag møter dumskap og trollskap prøver jeg å være overbærende og holde kjeft, sier Schancke. Hans-Wilhelm Steinfeld På høflig forespørsel om et intervju rundt temaet sinne, ble vi av NRK-kjendisen erklært som undermåls. Men sint, nei det er han ikke, bare engasjert. Kristin Krohn Devold blir av mange oppfattet som en sint og temperamentsfull person, men kan også være veldig blid, sier folk som er "tett på".

Å slippe ut dampen, få ut sinnet, var god tone før. I dag hevder forskere tvert imot at det å leve ut sinnet i tide og utide, bare gjør deg mer sint. Men på idrettsarenaen slippes dampen ut: Rosenborgs Mikael Dorsin (t.h.) og Vikings Frode Hansen.
FOTO: GEIR OTTO JOHANSEN / SCANPIX

http://www.aftenposten.no/helse/article1105110.ece (11.12.2013)