UNDERVISNINGS
MATERIALE—

Vægtløs

OFFSpring

Introduktion til materialet

Til læreren

Dette undervisningsmateriale har fokus på et tematisk overemne om overgangen mellem barn og voksen, seksualitet, uskyldstab og grænser, hvori spillefilmen Vægtløs kan indgå som et værk i samspil med andet relevant materiale under samme temaer. Der vil derfor være forslag til andre tekster med samme temaer, som kan indgå i et forløb.

Materialet til Vægtløs er udviklet af OFFSpring i forbindelse med filmens danske premiere på OFFSpring, der bliver afviklet fra d. 26. februar til d. 7. marts 2026.
Materialet har til formål at hjælpe unge med at reflektere over emner som identitet, seksualitet og grænser, som er de tematiske omdrejningspunkter i filmen, men som også bliver tematiseret i de andre materialer, vi opfordrer til, at man inddrager i undervisningen i forbindelse med arbejdet med filmen.
Vægtløs skildrer den ung pige Leas første møde med sin seksualitet, da hun på en sommerlejr bliver inviteret ind i en ny og grænsesøgende verden, som den mere modne og erfarne veninde, Sasha, introducerer hende for. Her vækkes hendes spirende seksualitet og begær, da hun bliver tiltrukket af pædagogen Rune.
Filmen skildrer en coming of age-fortælling, da den spejler den usikkerhed, man møder som ungt menneske, når man skal finde sin egen identitet – også i mødet med seksualiteten og de grænser, der skal afsøges og sættes i den forbindelse. Vægtløs er således en film, der som en moderne syndefaldsmyte tematiserer uskyldstabet, men den kan også ses som en omvendt Lolita-fortælling.

Materialet har en overordnet struktur, der er opdelt i tre faser, som giver anvisninger til, hvordan man kan arbejde med filmen før-, under- og efter screeningen.

Materialet tager udgangspunkt i, at eleverne ser filmen på OFFSpring-festivalen i februar/marts 2026 eller i biografen, hvor den får landsdækkende premiere d. 26. februar 2026. Da filmen stadig kun er tilgængelig i biografen, er der taget højde for 'den fraværende tekst' i de arbejdsopgaver, der er lavet specifikt til filmen.

Undervisningsmaterialet er udarbejdet af Mette Wolfhagen, lektor i dansk og mediefag, Sct. Knuds Gymnasium for OFFSpring, januar 2026.

Relevante fag:

Arbejdsopgaverne er udarbejdet til dansk, men filmen er også oplagt at arbejde med i mediefag, fx i et forløb om ungdom.

Målgruppe:

Forløbet er udviklet til brug på ungdomsuddannelser, men det kan også bruges i grundskolens ældste klassetrin.

OFFSpring er støttet af FilmFyn, DFI, Albani Fonden og Odense Kommune.

Kort om filmen

Titel:
Vægtløs.

Land og år:
Danmark 2025.

Instruktion:
Emilie Thalund.

Længde:
96 minutter.

Vægtløs skildrer den 15-årige Leas sommer. Hun er på en sundhedskoloni med det formål at tabe sig og, som hun siger i begyndelsen af filmen, ”at få det bedre med mig selv”. Hun bliver roomie med den jævnaldrende Sasha, der er langt mere moden og grænsesøgende, end Lea er. Lea bliver straks betaget af Sasha og ser op til hende, og i spejlingen af Sasha, modnes Lea og bliver sat i situationer, hvor hun afprøver og udfordrer sine egne grænser både fysisk og mentalt. Mens Sasha hænger ud og flirter med nogle jævnaldrende drenge fra området, bliver Lea mere og mere betaget af pædagogen Rune, der også viser interesse for hende. I takt med at de to kommer tættere på hinanden, udforsker Lea sin spirende seksualitet og overskrider (måske) sine egne grænser.

Vægtløs er instruktør Emilie Thalunds spillefilmdebut. Hun er uddannet på Det Kongelige Danske Kunstakademi og har tidligere lavet reklame- og kampagnefilm, bl.a. den prisvindende Period (2018). Vægtløs havde international premiere på den prestigefyldte San Sebastián International Film Festival, hvor den også vandt hovedprisen i New Directors-programmet.

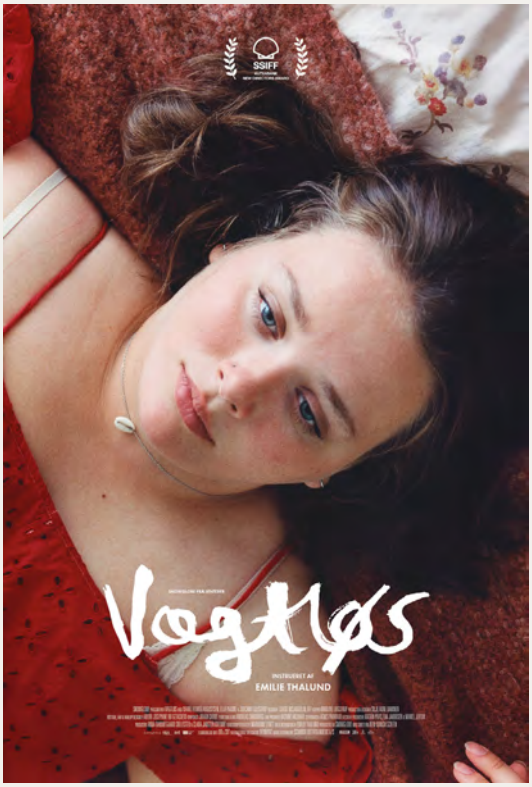
Før filmen

Varighed: 1 modul (90 minutter)

Anmeldelse
Inden I skal i biografen og se filmen, kan det være en god idé at orientere sig lidt i det materiale, der er om filmen, så I er klædt godt på til at se den.

Hvis I ser filmen på premieredagen, er der måske endnu ikke skrevet anmeldelser, men prøv alligevel at google. Måske er I heldige. Læs i så fald anmeldelsen og hav fokus på (og notér) beskrivelsen af filmens handling, personer, konflikter og temaer.

Plakat
Se på filmens plakat. Hvilken film forestiller I jer, at I skal ind og se. Kommer det, I har læst om i anmeldelsen, til udtryk på plakaten?



Trailer
Se også filmens trailer og karakteriser, hvordan filmens karakterer, konflikter og temaer præsenteres i traileren

Period
Se evt. Emilie Thalunds prisvindende kampagne(kort)film, *Period* (2018) og fokuser især på den filmiske stil og fremstillingen af krop og skam: https://newland.tv/work/period/

Nu har du fået en idé om, hvad det er for en film, I skal se.

Under filmen

Filmvisning: *Vægtløs*
Varighed: 96 minutter

Eleverne ser filmen på OFFSpring, februar/marts 2026, alternativt i biograferne efter den danske biografpremiere d. 26. februar 2026.

Under filmvisningen noterer eleverne centrale scener i filmen, som de synes er særligt interessante, rørende eller tankevækkende ift. person- eller konfliktudvikling, miljøbeskrivelser eller temaer.

Lav undervejs i filmvisninger noter ift. at kunne arbejde videre med nedenstående, når I kommer tilbage til skolen:

- Personkarakteristik af Lea og Sasha
- Miljøkarakteristik
- Dramaturgi: Hvad er konflikten, og hvordan udvikler den sig i løbet af filmen?

Efter filmen

Varighed: 1-2 moduler a 90 minutter
Lav en analyse af filmen med fokus på:

Personer og miljøer:

- Hvordan vil du karakterisere Lea og den udvikling, hun gennemgår i løbet af sommeren på kolonien?
- Karakteriser, hvordan forholdet mellem henholdsvis Lea og Sasha og Lea og Rune udvikler sig.
- Forholdet mellem Lea og Rune kan ses som en omvendt Lolita-fortælling. Undersøg, hvad det begreb dækker over, og diskuter, hvordan det passer på deres forhold.
- Filmen foregår på en sommerkoloni og i de omkringliggende (natur-)områder. Karakteriser miljøet og overvej, om miljøet ændrer sig, når Lea afsøger grænser og udfordres.

Filmens dramaturgi:

- Sæt filmen ind i en dramaturgisk model, fx berettermodellen eller tre-akter-modellen.
- Hvordan bygges konflikten op? Hvad er filmens vigtigste vendepunkter (fx point of no return, klimaks)?
- Hvilken udvikling gennemgår Lea undervejs?

Filmens temaer:

Filmen berører mange temaer, fx seksualitet, kropslighed, identitet, at være anderledes, skille sig ud og føle sig forkert. Den er det, man kalder en coming of age-film.

- Undersøg (fx ved at søge på nettet), hvad genren coming of age betyder, og karakteriser herefter Vægtløs som en coming of age-film.
- Begrebet uskyldstab stammer fra Syndefaldsmyten i Det Gamle testamente, hvor Gud fordriver Adam og Eva fra Edens have, fordi de spiser af Kundskabens træ. Syndefaldsmyten bruges også til at forklare overgangen fra barn til voksen, det såkaldte uskyldstab. Undersøg, hvad syndefaldsmyten er (læs den eventuelt), og prøv at analysere Leas uskyldstab i den kontekst.
- Hvilke andre temaer kommer til udtryk i filmen? Kom med konkrete eksempler fra filmen.

Filmiske virkemidler

Del klassen op i grupper, der hver får ansvaret for ét filmisk virkemiddel (fx beskæringer, kamerabevægelser, billedkomposition og perspektiver, lys og farver, klipning/klipperytme, lyd).

- Læs om virkemidlerne på Filmcentralen. (https://filmcentralen.dk/gymnasiet/filmcentralen/filmsprog)
- Hver gruppe genser traileren og analyserer brugen af virkemidlerne. Tag relevante screen shots som dokumentation.
- Opsamling: fremlæggelser eller en padlet med screen shots.

Vægtløs i et bredere perspektiv

Vægtløs kan sagtens ses isoleret, men den giver også anledning til at bruge som en del af et kortere eller længere forløb om fx krop og identitet, seksualitet, grænser og uskyldstab. Nedenfor findes nogle forslag til tekster i forskellige formater, der alle kredser om samme temaer som Vægtløs. De forgrener sig i to spor: grooming/Lolita-motivet og coming of age.

Lolita, grooming og grænsesøgning som tema

En af de temaer, der bliver belyst i *Vægtløs* er grooming eller den såkaldte omvendte Lolita-fortælling, der knytter sig til Leas tiltrækning af Rune og hans overgreb på hende. Lolitabegrebet stammer tilbage fra Vladimir Nabokovs roman *Lolita* fra 1955, der handler om en voksen mands besættelse af en 12-årig pige. Det er et tema, der siden hen er gået igen i mange (skøn)litterære værker og film. I forlængelse af #METOO-bevægelsen, der slog igennem i 2017, er mange (kvindelige) forfattere begyndt at skrive litteratur om voksne mænds overgreb på unge piger og grooming. Mange af disse værker er autofiktive, og bygger altså på forfatterens egne erfaringer.

For at få bedre forståelse for den del af filmens handling, kan du undersøge, hvad Lolita-fortællingen og grooming dækker over, og efterfølgende kan du undersøge, hvordan Leas og Runes forhold kan anses som grooming, og hvordan hendes grænser overskrides.

Flere nyere romaner handler om den ældre mands besættelse af og overgreb på den unge pige. Med fokus på det tema, kan det være oplagt at læse uddrag af følgende romaner:

Pigedyr – roman

(god til værklæsning - romanen er ved at blive filmatiseret og har premiere i løbet af 2026)

Pigedyr af Cecilie Lind (2022) handler om Sara, en ung pige, der bor med sin mor og far. Hun har en nær veninde, men bruger det meste af sin på at blive forelsket eller på at kaste sig ulykkeligt på sin seng i sit værelse. Når hun er alene, græder hun og længes. Når hun er i nærheden af voksne mænd, er de fascinerede af hendes krop. Hvem er hun, når hun ser sig selv i spejlet? Og hvad ser spejlet, når det kigger tilbage? Sara ved ikke om hun er stærk eller svag, smuk eller grim, god eller ond, men hun forstår sig på tab og magt.

Vægtløs i et bredere perspektiv

En pige forlod værelset
(kan læses som værk eller i uddrag)

Ulrikka S. Gernes autofiktive roman *En pige forlod værelset* (2024) handler om Tanja, der vokser op i et kunstnerhjem, hvor hun er alene med sine længsler og drømme. Til en fernisering i København møder hun som 14-årig den 32 år ældre forfatter, Eg. Med ham oplever Tanja sin første forelskelse, men mødet med voksenlivet og seksualiteten bliver også et møde med grooming, overgreb og overskridelser af Tanjas grænser.

Pige 1983
(kan læses som værk eller i uddrag)

I Linn Ullmanns erindringsroman *Pige 1983* (2022) rejser en 16-årig pige til Paris. Da hun farer vild i byen, søger hun hjælp hos den 30 år ældre "A", og de indleder et seksuelt forhold. Romanen skrives fra et udgangspunkt næsten fire årtier senere, og mens både hendes eget liv og verden udenfor krakelerer, prøver den voksne kvinde at forstå den unge pige, hun engang var.

Vil du vide mere om dette tema i litteraturen og nogle af de nævnte værker, kan du læse denne artikel:
https://litteratursiden.dk/artikler/naar-unge-piger-moeder-aeldre-maend-litteraturen-sparker-haardt-i-metoo-debatte

Uskyldstabet og coming of age som tema:
I analysearbejdet med *Vægtløs* er uskyldstabet og referencen til Syndefaldet blevet behandlet. Det er en velkendt tematik i ungdomslitteratur og -film, der behandler overgangen fra barn til voksen.

Den her sommer (grafic novel)
Den her sommer (2016) er en grafisk roman af de to canadiske kusiner Jillian og Mariko Tamaki. Den handler om den sommer, hvor hovedpersonen og fortælleren, den 12-årige Rose, sammen med sin lidt yngre sommerferieveninde Windy opdager, at alt forandres. Romanen handler de om den fase i pigernes liv, hvor de opdager at de både psykisk og fysisk forandrer sig, hvor deres syn på verden forandrer sig, samtidig med at de opdager sig selv som seksuelle væsener.

Paradis (novelle)
Novellen *Paradis* af Lone Hørslev fra novellesamlingen *En ordentlig mundfuld* (2017) er en novelle, der behandler temaer som køn og seksualitet. Det er en novelle, som trækker på syndefaldsmyten fra Bibelen i sin fortælling om, hvordan Anita mister sin uskyld, naturlighed og optimisme, da hun bliver udsat for et overgreb.

Den blomstrende have (novelle)
En lidt ældre novelle, der ligesom *Paradis* beskæftiger sig med syndefaldet og uskyldstabet i overgangen fra barn til voksen er Naja Marie Aidts *Den blomstrende have* fra novellesamlingen *Vandmærket* (1993).

Lulus første gang (kortfilm)
Tone Ottilies kortfilm fra 2016 spejler på mange måder *Vægtløs*, og den er derfor oplagt at se og arbejde med som perspektiverende tekst. Filmen handler om den unge pige, Lulu, der er på efterskole. Hun føler sig udenfor og ensom, men på nettet har hendes avatar et forhold til Sebastian, som hun er blevet forelsket i. Lulu føler, at hun er nødt til at miste sin mødom for at bevise sit værd for de andre piger på skolen.
https://www.ekkofilm.dk/shortlist/film/lulus-forste-gang-/

Skriftlig opgave

Som afslutning på forløbet kan man skrive en analyserende artikel om uskyldstab.

Uskyldstab

Opgaveformulering:
Skriv en analyserende artikel, hvor du undersøger fremstillingen uskyldstabet i fiktionen.

I din artikel skal du analysere og fortolke kortfilmen *Lulus første gang* og på baggrund heraf perspektivere til filmen *Vægtløs*.

I din undersøgelse skal du anvende relevante tekstnedslag og særligt fokusere på:

- at analysere og fortolke Lulus første gang. Du skal herunder komme ind på en karakteristik af Lulu og hendes forhold til sin egen seksualitet, samt den udvikling hun gennemgår i filmen. Kom herunder ind på, hvordan de filmiske virkemidler bruges i skildringen af Lulu.
- at inddrage *Vægtløs* og evt. en eller flere andre tekster i en perspektivering til det overordnede emne for artiklen.
- at formidle din tekstforståelse klart for din læser med en fokuseret indledning og en nuanceret afslutning.

Omfang af din artikel: tre-fire normalsider a 2400 enheder (antal anslag inklusive mellemrum)