

VERA VENO?

ANNA SUNDSTRÖM LINDMARK
ELISABETH WIDMARK

Lärarhandledning

Årskurs: 7-9



BOKFÖRLAGET
HEDVIG

friends

Innehållsförteckning

Hej!	1
Kopplingar till Lgr22	2
Tema 1 - Relationer, roller och status	4
BOKSAMTAL – Analys av boken	5
ÖVNING – Statuslappen	6
AKTIVITET – Tala/Lyssna	8
Tema 2 - Skolmiljö och skolklimat	10
BOKSAMTAL – Think-Pair-Share	11
ÖVNING – Flugan	12
AKTIVITET – Kränkningar i fokus	14
Tema 3 - Mobbning och kränkningar	16
BOKSAMTAL – Vem är Vera?	17
ÖVNING – Heta stolen om grupper.....	19
AKTIVITET – Begrepps jakt	21
Tema 4 - Bemötande	23
BOKSAMTAL – Vad hände sedan?	24
ÖVNING – Ny i gruppen	25
AKTIVITET – Den aktiva åskådare	26
UTSKRIFTSMATERIAL TILL ELEVERNA	28



Hej!

Den här lärarhandledningen är framtagen av barnrättsorganisationen Friends, och finns för dig som använt boken *Vera vem?* i ditt klassrum. Boken berör bland annat frågor om ensamhet, gemenskap, kränkningar, mobbning och relationer. På Friends möter vi många barn och unga som berättar om ofrivillig ensamhet, ofta för att barnet pekats ut som konstig, onormal eller annorlunda av andra personer. Barn, liksom vuxna, klassificerar och kategoriserar sin omgivning och människorna i den – så även i skolan, och kanske till och med i ditt klassrum. Genom att arbeta med normer, relationer och klimatet i klassen kan vi motverka att negativa värderingar, kategoriseringar och handlingar utvecklas till mönster som leder till uteslutning och kränkningar av vissa elever.

Berättelser är bra att ha som utgångspunkt i viktiga samtal med eleverna, inte minst för att det kan vara lättare att närma sig svåra frågor genom att flytta fokus bort från sig själv och den egna gruppen vid diskussioner om känsliga ämnen. *Vera vem?* skildrar på ett realistiskt och nyanserat – men samtidigt smärtsamt – sätt hur komplexa skeenden kan leda till utanförskap och kränkningar.

Vi på Friends hoppas att detta material kan ge verktyg och inspiration för att skapa ett klimat där alla behandlas som att de är lika mycket värda och där elevernas olika behov, upplevelser och röster kommer fram.

Har du frågor om främjande, förebyggande och åtgärdande insatser kring mobbning och trakasserier? Mejla radgivning@friends.se eller ring 08-545 519 90

Kopplingar till Lgr22

Svenska

Läsa och skriva

- ▶ Gemensam och enskild läsning. Strategier för att förstå, tolka och analysera texter från olika medier. Att urskilja texters budskap, tema och motiv samt deras syfte, avsändare och sammanhang. Att urskilja innehåll som kan vara direkt uttalat eller indirekt uttryckt i texten.

Tala, lyssna och samtala

- ▶ Olika former av samtal. Att delta aktivt, uttrycka känslor, tankar och kunskaper, lyssna, ställa frågor och föra resonemang, samt formulera och bemöta argument.

Texter

- ▶ Skönlitteratur för ungdomar och vuxna från olika tider, från Sverige, Norden och övriga världen. Epik, lyrik och dramatik. Texter som belyser människors villkor och identitets- och livsfrågor.

Bild

Bildframställning

- ▶ Framställning av berättande, informativa och samhällsorienterande bilder om frågor som är angelägna för eleverna.
- ▶ Digitalt skapande och digital bearbetning av fotografier, rörlig bild och andra typer av bilder.

Bildanalys

- ▶ Samtida konst- och dokumentärbilder samt konst och arkitektur från olika tider och kulturer. Hur bilderna och verken är utformade och vilka budskap de förmedlar.
- ▶ Mediebilders utformning och påverkan och hur dessa bilder kan tolkas och kritiskt granskas.

- ▶ Bilder som behandlar identitet och maktrelationer, till exempel sexualitet, etnicitet och kön. Hur dessa perspektiv gestaltas och konstrueras.
- ▶ Hur bilder kan kopplas till egna erfarenheter och företeelser i elevernas visuella kulturer. Ord och begrepp för att kunna läsa, skriva och samtala om bilders innehåll, uttryck och funktioner.

Samhällskunskap

Individer och gemenskaper

- ▶ Människors identiteter, ekonomiska resurser och möjligheter i samhället och hur dessa kan påverkas av bland annat socioekonomisk bakgrund, kön, ålder och etnicitet. Begreppen makt, rättvisa, jämlikhet och jämställdhet.

Rättigheter och rättsskipning

- ▶ Friheter, rättigheter och skyldigheter i demokratiska samhällen. Dilemman som hänger samman med demokratiska rättigheter och skyldigheter, till exempel gränsen mellan yttrandefrihet och kränkningar i sociala medier.

Tema 1

Relationer, roller och status

Analys av boken

Boksamtal

Syfte

- ▶ Att komma tillbaka till boken och fördjupa elevernas intryck och upplevelser.

Gör så här

Ett sätt att ta sig an en bok är att genomföra ett boksamtal tillsammans med eleverna. Genomför samtalet antingen i mindre grupper eller i par. Här följer en modell på boksamtal, fritt tolkad efter pedagogen Aidan Chambers:

Gillar

- ▶ Kan du berätta om det var något du tyckte särskilt mycket om i boken?
- ▶ Var det något du skulle vilja ha mer av? Vadå?
- ▶ Kan du visa om det är någon av bokens bilder som du skulle vilja ha på väggen som en tavla?
- ▶ Är det någon i berättelsen som du skulle vilja vara?

Ogillar

- ▶ Kan du berätta om det var något i boken som du inte tyckte om?
- ▶ Finns det någon person i boken som du inte skulle vilja träffa?

Frågetecken

- ▶ Kan du berätta om det var något i boken som du inte förstod?
- ▶ Finns det något du inte sett i någon annan bok?

Är det något i boken som du vill veta mer om?

- ▶ Kan du berätta om det är något särskilt som du funderade på när du läste boken?

Mönster

- ▶ Fanns det något i boken som kom tillbaka flera gånger?
- ▶ Har du läst någon annan bok som handlade om något liknande eller påminde om den här?
- ▶ Har du sett andra bilder som liknar bilderna i den här boken?
- ▶ Om du hade skrivit boken, är det något du skulle vilja ändra på?

Statuslappen

Övning

Syfte

- ▶ Att synliggöra status och att status inte är något vi har, utan något vi gör.
- ▶ Att lyfta hur små förändringar i bemötanden påverkar och kategoriserar människor omkring oss.

Sammanfattning

Det här är en upplevelsebaserad övning där eleverna får mingla och hälsa på varandra utifrån olika statusroller. Efteråt kan ni tala om hur mycket en hälsning betyder, och att det spelar roll på vilket sätt personer bli bemötta.

Material

En kortlek, alternativt numrerade lappar från 1 till 10 till alla i klassen.

Gör så här

1. Inled med att prata med dina elever om vad hög respektive låg status är, och hur de tolkar begreppet status. Lyft gärna de olika karaktärerna i *Vera vem?*. Hur visade sig statusen hos Emilia, Marianne, Anton, Jasse, Nour och Vera? Prata om hur de tror att en elev med hög status blir bemött (inställsamt, glatt, överdrivet trevligt, ögonkontakt, leende?) respektive en elev med låg status (inte alls, bortvända blickar, suckar, miner?).
2. Be eleverna ställa sig i en ring och ge varje elev ett kort som symboliserar deras status i övningen, där ess är högst status. Eleverna ska inte veta vilken status de själva har, men kommer att få se statusen på de andra i gruppen.
3. Ge dem kortet upp-och-ner, det är viktigt att de inte tittar på sina kort utan håller det tryckt mot bröstet. När du delat ut ett kort till var och en kan de sätta upp sitt eget kort i pannan och hålla det där under övningen.
4. Nu ska eleverna mingla runt i rummet och kort hälsa på varandra utifrån statusnivån som de har i pannan. De med låg status ska bemötas som de tror att en lågstatusperson blir bemött i skolan. Lägg vikt vid att förklara att de bara ska hälsa på varandras kort och de ska försöka hälsa på så många som möjligt. De ska hälsa som de tror att det sker i skolan och behöver inte överdriva. Låt eleverna mingla några minuter.
5. När du sedan säger "stopp" ska de – fortfarande utan att titta på sina kort – ställa sig på ett led utifrån statusen de tror att de själva har. Låg status på ena sidan rummet och hög status på andra.

6. Fråga några elever varför de står där de står. Diskutera vad de tror att övningen syftar till. De eleverna just gjorde var att enbart genom små hälsningar berätta för andra vilken status de hade. De visste inte själva vilken status de hade men blev troligen ganska snart medvetna om hur andra såg på dem. Precis så kan det vara i skolan. En person som i andras ögon har låg status får varje gång demonstrerat för sig att "dig är det ingen som direkt bryr sig om"
7. Avsluta med att diskutera om de tror att det går att utjämna status och hierarkier genom bemötande. Lyft om eleverna har förslag på hur hierarkin i Veras klass hade kunnat förändras.

TIPS!

Gör gärna denna övning ett par gånger tills eleverna kommer in i sina roller och bemöter varandra utifrån korten i pannan. Ibland tar det ett tag innan de "riktiga" rollerna släpper.

Syfte

- ▶ Att träna på tekniker för att främja god stämning.
- ▶ Att synliggöra strategier för att stärka och lyfta andra personer.
- ▶ Att visa på konsekvenser av osynliggörande och uteslutande.

Sammanfattning

Det här är en upplevelsebaserad övning. Eleverna får inta olika roller, och därigenom prova att gestalta både osynliggörande och synliggörande. I diskussionen får de fördjupa sig i ämnet, och koppla sina tankar till det de läst i Vera vem?.

Gör så här

1. Dela in gruppen två och två.
2. En i paret får börja prata (om vad som helst – sommarlovet, min favoritmat, en bra bok och så vidare) i en minut. Den andre får i uppgift att visa ointresse under minuten som partnern pratar.
3. Sedan byts rollerna. Den som började prata ska nu i en minut visa ointresse.
4. Gör om samma sak (prata om samma sak) men denna gång ska parten som inte berättar visa intresse under en minut. De ska inte överdriva sitt intresse så att det blir jobbigt för den som berättar, utan försöka att genuint visa att de är intresserade.
5. Efter att båda har fått pröva båda rollerna antecknar du på blädderblock/tavla och ber deltagarna att svara på dessa frågor:
RUTA 1: Hur kändes det att prata med någon som visade ointresse? Vilken känsla fick ni? Vad hände med er, med berättelsen?

RUTA 2: Vad gjorde ni för att visa ointresse?

RUTA 3: Hur kändes det att prata med någon som visade intresse? Vilken känsla fick ni? Vad hände med er, med berättelsen?

RUTA 4: Vad gjorde ni för att visa intresse?

6. Sammanfatta det ni skrivit upp: Det som står i ruta 2 är exempel på psykiska kränkningar. Konsekvensen kan bli att någon känner sig osäker, att ett samtal känns hopplöst eller att någon känner sig värdelös. Det är tekniker för att behålla sin egen status på bekostnad av någon annan. I ruta 4 finns tekniker för att lyfta andra människor, för att skapa bra stämning! Tänk så lätt det kan vara att lyfta en annan människa med enkla medel.
7. Diskussion: Var händer detta? I skolan, i samhället? Vilka strategier för att motverka detta finns? Kan vi visa att alla är lika mycket värda genom bemötande? Hur är strategierna kopplade till status?
8. Hur var det i boken? Vilka strategier för osynliggörande användes? För att bekräfta? Hur påverkades personerna i boken? Ge exempel på händelser i boken som skulle rymmas i de fyra olika rutorna.

TIPS!

Gå gärna igenom några
härskartekniker med eleverna och
koppla till övningen.

Tema 2

Skolmiljö och skolklimat

Think-Pair-Share

Boksamtal

Syfte

- ▶ Att komma tillbaka till boken och fördjupa elevernas intryck och upplevelser.

Gör så här

Använd gärna metoden Think-Pair-Share. Den bygger på att varje elev får fundera enskilt under cirka en minut. Därefter får eleverna prata i par, innan de slutligen får dela med sig av sina tankar i helgrupp.

Ställ frågor till eleverna, till exempel:

- ▶ Vad tänker du på när du tänker på boken?
- ▶ Vad har fastnat hos dig? Blev du berörd av något särskilt?
- ▶ Hur skulle du beskriva klimatet i skolan där Vera och Nour går?

Om eleverna har svårt att komma i gång kan ni börja med en enkel associationsövning för att få i gång minnen och tankar. "Vad tänker ni på när jag säger..."

- ▶ Marsvinen och Youtubekanalerna?
- ▶ Vera och Nours vänskap?
- ▶ Taskiga smeknamn?
- ▶ Att få nya kompisar?
- ▶ Ensamhet? Att förlora en gammal vänskap?

Syfte

- ▶ Att ge eleverna ramar för att kunna lyfta exempel på kränkningar som sker i olika miljöer.
- ▶ Att kartlägga förekomsten av kränkningar, trakasserier och diskriminering på skolan.

Sammanfattning

Det här är en brainstorm-övning som är ett enkelt sätt att stämna av hur eleverna upplever stämningen i klassen och på skolan, och kartlägga förekomsten av kränkningar. Övningen kräver väldigt lite förberedelse, medan omfattningen på efterarbetet kan variera beroende på vad som kommer upp.

Gör så här

Samla eleverna i mindre grupper och skapa en lugn stämning. Berätta nedanstående för eleverna och dokumentera (till exempel anteckna) vad de tar upp:

Alla barn i Sverige har rätt att känna sig trygga i skolan. Du ska kunna gå hit varje dag och känna dig stolt över den du är, hur du ser ut, vad du gillar och vilka din familj är. Du ska inte behöva ha en klump i magen av oro för elakheter som du kan råka ut för i skolan. Det är jätteviktigt att vuxna får reda på hur du mår och känner i skolan, och att vi vuxna lyssnar på dig när du berättar. Men ibland räcker inte vi vuxna till och kan inte se allt som händer. Nu vill jag att ni tänker er en fluga. En liten, liten fluga som flyger omkring på skolan. Den ser sig omkring. Eftersom den bara är en liten fluga är det ingen som ser den, eller tänker på att den flyger omkring överallt och tänker: Vad händer här? Vad gör eleverna? Vad gör de vuxna? Tänk er att flugan är och hälsar på hos er i en hel vecka. Flugan finns i hallen på morgonen när ni kommer, i omklädningsrummet till idrotten, i klassrummet, i korridorerna, på skolgården och på alla andra platser där ni befinner er på skolan. Ibland ser den elever och vuxna som gör dumma saker mot varandra, på olika platser på skolan. Någon kanske är ledsen? Någon kanske är ensam? Någon kanske får höra taskiga kommentarer? Vad tror ni flugan skulle få se som kan få elever att känna sig ledsna, sårade eller mindre värda?

Betona att eleverna inte ska ta upp enskilda personer i sina exempel, typ "Siri brukar alltid knuffas i matkön". Det som är intressant är att elever brukar bli knuffade i matkön. För att hålla diskussionen på denna allmänna nivå krävs att du ställer öppna frågor och påminner eleverna om att de inte ska nämna namn.

Låt flugan följa med elever och vuxna i alla olika miljöer på skolan:

- ▶ Matsal
- ▶ Skolgård
- ▶ Klassrum
- ▶ Entréer
- ▶ Korridorer
- ▶ Idrottshall
- ▶ Personalrum
- ▶ Utflykter/friluftsdagar
- ▶ Omklädningsrum
- ▶ Skolskjuts
- ▶ Toaletter
- ▶ Övriga platser

När ni är klara med kartläggningen kan du gärna diskutera med eleverna varför dessa saker inträffar, eller ställa andra följdfrågor.

TIPS!

Dela in eleverna i mindre grupper och låt dem ge förslag på förändringar som kan göra skolmiljön tryggare.

Kränkningar i fokus

Aktivitet

Syfte

- ▶ Att diskutera och göra ställningstaganden om egna upplevelser av kränkningar i närmiljön.
- ▶ Att gestalta och diskutera känslor och strategier för att hantera kränkningar.

Sammanfattning

Med hjälp av kameror får eleverna i uppgift att gestalta och fotografera olika kränkningssituationer som de tror kan hända på skolan.

Material

- ▶ Kamera
- ▶ Eventuellt dator och bildredigeringsprogram.

Gör så här

1. Inled med att tillsammans prata om kränkningar som är vanliga på skolan och som eleverna ser eller märker av i sin vardag. Om det behövs kan ni gå igenom hur kränkningar kan ta sig uttryck. Dela in eleverna i mindre grupper. Se till att varje grupp har tillgång till en kamera.
2. Varje grupp ska nu skapa fotografier som visar någon eller några kränkningar som de anser sker i skolan så som gruppen uppfattar det. Var tydlig med att de inte ska ta bilder av verkliga kränkningar, utan de ska själva gestalta eller hitta symboler som visar kränkningar av olika slag. De får om de själva vill vara med på fotot eller fråga andra elever på skolan.
3. Ge varje grupp uppgiften att fotografera minst två olika situationer som de anser visar eller gestaltar en vanlig kränkning. Det kan till exempel vara ord som används, uteslutningar eller kränkningar på nätet som de hört om. Eleverna kan även välja att dokumentera känslor eller upplevelser som är knutna till kränkningar som till exempel hur det kan kännas att vara utsatt eller att utsätta någon.

TIPS!

Har du en otrygg grupp, eller tror du att någon riskeras att kränkas under den här övningen? Då kan det vara bra att ge eleverna i uppdrag att skapa situationer ur boken *Vera vem?* som de kan fotografera. Ge exempelvis förslag till grupperna att fotografera:

- ▶ En situation där Vera känner sig ensam.
- ▶ Situationen där Marianne utsätts för sexuella trakasserier i korridoren och ingen agerar.
- ▶ Situationen då någon ringer till Vera.
- ▶ En situation där killgänget kränker varandra.
- ▶ Situationen där Vera får sitta ensam i matsalen.
- ▶ En annan situation från boken.

4. När alla grupper är klara kan grupperna presentera sina fotografier. Diskutera tillsammans i klassen kring varje foto. Vilka känslor tycker ni finns i bilden? Händer det här ofta? Var händer det här? Varför tror ni det händer? Hur kan vi agera när vi ser/hör/märker detta? Avslutningsvis kan ni skriva ut bilderna och antingen göra ett kollage och sätta upp någonstans i skolan, eller sätta upp fotografierna på olika ställen för att öka medvetenheten om kränkningar.

Tema 3

Mobbning och kränkningar

Vem är Vera?

Boksamtal

Syfte

- ▶ Att eleverna enskilt och tillsammans får utforska vem Vera är.
- ▶ Att visa på allt Vera är och att hon inte bara kan definieras som ensam, utan också är många andra saker.

Sammanfattning

Det här är en associationsövning där ni fördjupar er i en huvudkaraktär från *Vera vem?*.

Material

Övningen är konstruerad så att du kan välja om du vill genomföra den i sin helhet eller plocka ut en eller ett par delar. Om du ska göra bildövningen i steg 3 behöver du ett eller flera stora papper (beroende på antalet elever i klassen), samt kitor eller färgpennor till alla elever.

Gör så här

1. Be eleverna fundera på vad som är det första de tänker på när de tänker på Vera. Det kan vara känslor, egenskaper eller något annat. Betona att eleverna får bestämma i sin egen fantasi. Antingen skriver du upp elevernas svar på tavlan, eller så låter du dem skriva ner dem på lappar som sedan läses upp.
2. Nästa steg är att låta eleverna göra en berättelse om Vera. Beroende på gruppens nivå kan de göra det enskilt eller gemensamt. De kan rita, göra teater eller skriva. Använd frågor för att hjälpa eleverna att komma i gång: "Vad gör Vera?", "Hur mår Vera?", "Hur tror ni Veras liv ser ut när hon är vuxen?".
3. Nu är det dags för eleverna att rita Veras dröm. Inled själv: "Vi låtsas att vi känner Vera. Vad drömmer Vera om? Vad längtar Vera efter?". Här underlättar det om eleverna är i mindre grupper om max 6 personer per stort papper, för att alla ska få plats. Eleverna i varje grupp ritar eller målar tillsammans på det stora papperet.
 - ▶ Ge alla elever en plats runt gruppens papper samt en färgpenna eller krita. Det är bra om eleverna i en grupp får olika färger, så att det blir synligt vem som har ritat vad.
 - ▶ Be eleverna att arbeta under tystnad. Ni kan se det som ett sätt att göra er förstådda utan ord, att låta kitorna prata i stället för munnen.
 - ▶ Låt eleverna rita under 5–10 minuter. Varje elev behåller samma färg under hela övningen. Sätt gärna upp bilden på väggen när den är klar.

4. Bjud in till samtal kring bilden. Se till att ha gott om tid för diskussion. Utgå från dessa frågor:

- ▶ Kan någon beskriva vad som hände? Hur kändes övningen?
- ▶ Vad har ni ritat? Vad har ni tänkt? Vad drömmer Vera om? Vad längtar Vera efter?
- ▶ Var det någon som med färgkritans hjälp tog kontakt med någon annan? Till exempel någon som färglade någon annans målning?
- ▶ Var det någon som bjöd in till samarbete eller blev inspirerad av någon annan?
- ▶ Var det någon i gruppen som bestämde på något sätt?
- ▶ Var det någon som kände att det var svårt att få plats?

Övningen är ursprungligen framtagen i samarbete med Viveca Nordlander, auktoriserad socionom och bildterapeut, Nacka terapimottagning.

Heta stolen om grupper

Övning

Syfte

- ▶ Att träna på att ta ställning till olika situationer eller frågor på ett enkelt och tydligt sätt.
- ▶ Att skapa ett bra underlag för en diskussion i de aktuella ämnena.

Sammanfattning

Heta stolen är en värderingsövning där eleverna tar ställning till olika påståenden genom att visa med kroppen om de håller med eller inte.

Gör så här

1. Gör en ring med lika många stolar som det finns elever, samt en extra stol. Sätt er i ringen.
2. Berätta att du kommer att läsa upp olika påståenden som eleverna ska svara ja, nej eller kanske på. Kanske är ett nödfallssvar. Poängtera att det inte finns några rätta eller felaktiga svar, och alla svarar precis som de själva tycker. Det är inte tillåtet att kommentera någon annans ställningstagande. Eleverna visar sitt ställningstagande så här:

JA: Reser sig upp.

NEJ: Sitter kvar på stolen.

KANSKE: Sitter kvar och lägger armarna i kors.

3. Läs upp påståendena nedan och ha en efterdiskussion efter varje påstående. Inled med ett eller ett par uppvärmningspåstående, till exempel om godis är gott eller om det är skönt väder ute idag.

Det är lätt att stå emot grupptryck.

(Vad är grupptryck? När är det svårt? Varför? Varför är det lätt för dig? Är grupptryck bara dåligt eller kan det vara positivt grupptryck också? Hur kan det visa sig? Har ni exempel från boken Vera vem på grupptryck?)

Ens självförtroende påverkas mest av de personer som finns omkring en.

(Vad är självförtroende? På vilket sätt påverkas det? Vad stärker ens självförtroende? Vad kan sänka ens självförtroende?)

Det går att kränka någon utan att det var meningen från början.

(När kan det ske? Varför blir det så? Hur kan ni tänka för att undvika att kränka någon? Har ni exempel från boken Vera vem?)

Det är skönt att hänga på vad gruppen gör så jag inte behöver bestämma själv.

(Känns det alltid/aldrig så? När blir det oftast så? Går det att veta om andra i gruppen bara hänger på eller verkligen vill göra det som de andra gör?)

En bra kompisgrupp har en tydlig ledare.

(Vad är en ledare? Varför tycker du det? Varför inte? Vilka för- och nackdelar finns det med att ha en tydlig "ledare"? Fanns det en ledare i Vera vem?)

En bra kompisgrupp har olika ledare i olika sammanhang.

(Varför tycker du det? Varför inte? Vilka för- och nackdelar finns det med att ha flera "ledare"? Hur fördelas ledarrollen i sådana grupper?)

En bra kompisgrupp har ingen ledare alls.

(Varför tycker du det? Varför inte? Vilka för- och nackdelar finns det med att inte ha några ledare? Går det att vända på det och ha en grupp där alla är "ledare"?)

Syfte

- ▶ Att få kunskap om olika begrepp inom ämnet mobbning.
- ▶ Att lära sig hitta till några vanliga källor för information om mobbning, diskriminering och andra kränkningar.
- ▶ Att öka förståelsen för hur kränkningar, diskriminering och trakasserier kan ta sig uttryck i skolan.

Sammanfattning

En övning där eleverna söker information om olika begrepp, som mobbning, kränkningar eller diskriminering. Sedan får de presentera sina resultat för varandra.

Material

Tillgång till internet.

Gör så här

1. Inled med att skriva upp de vanligaste begreppen kopplat till mobbning och andra kränkningar. Begrepp som kan vara bra att arbeta med är: diskriminering, mobbning, trakasserier och kränkningar.
2. Dela in eleverna i grupper och dela ut ett begrepp med tillhörande frågeställningar (se nedan) till varje grupp. Varje grupp ska nu ta reda på mer om det begrepp som de har fått.
3. Förbered eleverna på att de ska göra en presentation inför klassen när de har hittat information och exempel på begrepp. Låt eleverna själva bestämma på vilket sätt de ska presentera sitt arbete, till exempel PowerPoint, rollspel eller göra affischer på större papper och sätta upp i klassrummet.
4. Lägg gärna till fler frågor som passar för just din klass och skola!
5. Tipsa eleverna om sidor de kan söka på och finna informationen:
 - Friends
 - Diskrimineringsombudsmannen
 - Barn- och elevombudet (BEO)
 - UMO – ungdomsmottagningen på nätet
6. När grupperna är klara och alla återsamlas, be varje grupp att presentera det som de har kommit fram till.
7. Försök gärna koppla begreppen till det som hände i *Vera vem?* Det är vanligt att mobbningssituationer inte är svart eller vitt. Ofta förändras rollerna, och det går att både vara utsatt själv och utsätta någon annan. Det är heller inte självklart att det finns ett tydligt uppsåt att vara elak när någon blir ensam eller utsatt för kränkningar, men det är ändå inte okej när det sker.

Förslag på begrepp och frågor

Diskriminering

Vad är diskriminering? Vad finns det för olika diskrimineringsgrunder och vad betyder de? Hur kan diskriminering se ut när det sker i skolan? Vad kan en elev göra som blir diskriminerad?

Mobbning

Vad är mobbning? Hur kan mobbning se ut när det sker i skolan? Hur kan mobbning se ut på nätet? Vad har skolan för ansvar för att stoppa mobbning? Vem bestämmer när det är mobbning? Vad kan en elev göra om som blir utsatt för mobbning? Vad är vuxnas ansvar?

Trakasserier

Vad är trakasserier? Hur kan trakasserier se ut på nätet? Hur kan trakasserier se ut när det sker i skolan? Vem bestämmer när det är trakasserier? Vad kan en elev göra som blir utsatt för trakasserier?

Kränkningar

Vem bestämmer vad som är en kränkning? Vad finns det för olika former av kränkningar? Hur kan dessa se ut när de sker i skolan? Hur kan kränkningar se ut på nätet? Vad kan en elev göra som blir utsatt för en kränkning?

Sexuella trakasserier

Vad är sexuella trakasserier? Hur kan sexuella trakasserier se ut på nätet? Hur kan sexuella trakasserier se ut när det sker i skolan? Vem bestämmer när det är sexuella trakasserier? Vad kan en elev göra som blir utsatt för trakasserier? Vad är samtycke?

Tema 4

Bemötande

Vad hände sedan?

Boksamtal

Syfte

- ▶ Att komma tillbaka till boken och fördjupa elevernas intryck och upplevelser.

Gör så här

Låt eleverna analysera bokens slut i par eller mindre grupper, alternativt som en skrivuppgift. Utgå från följande frågor:

- ▶ Hur skulle du sammanfatta slutet?
- ▶ Vem sa förlåt?
- ▶ Vad hade Vera respektive Nour att be om förlåtelse för?
- ▶ Vad hände sedan?
- ▶ Hur tror du att Vera och Nours relation utvecklades?
- ▶ Om du fick skriva ett eget slut till boken, hur skulle det vara?

Ny i gruppen

Övning

Syfte

- ▶ Att eleverna får leva sig in i hur det kan kännas att vara ny.
- ▶ Att eleverna får reflektera över avgörande faktorer som får människor att känna sig välkomna.

Material

Papper och penna eller dator.

Gör så här

1. Be eleverna leva sig in följande:

Du har flyttat till en ny stad och ska börja i en helt ny skola. Det är morgon och det är dags för första dagen i den nya klassen.

2. Eleverna ska nu få tänka kring och svara på några frågor helt enskilt. Läs upp den första frågan och be eleverna tänka några minuter och skriva ner sina tankar. Försätt så med samtliga frågor.
 - ▶ Du är på väg till skolan – vad känner du?
 - ▶ Det sitter några elever på en bänk utanför klassrummet – vad skulle du vilja att de gjorde?
 - ▶ Du går in i klassrummet – hur vill du bli bemött av de andra eleverna?
 - ▶ Du ska för första gången gå till matsalen. Vad vill du att dina nya klasskompisar ska göra?
 - ▶ Hur vill du bli behandlad under rasten?
 - ▶ Tänk dig in att du inte kan språket, hur skulle du vilja att dina klasskompisar bemöter dig?
3. Sammanfatta i helgrupp. Vilka av era idéer kan ni ta med er i olika situationer? Exempelvis på rasten i skolan, i klassrummet, på träningen, på fritiden?
4. Diskutera den här meningen med eleverna: "Jag vill inte att andra bara ska acceptera att jag är där, jag vill inkluderas också" (autentiskt citat från elev). Vad innebär det att inkluderas? När känner du dig inkluderad?

Den aktiva åskådaren

Aktivitet

Syfte

- ▶ Att stärka elevernas förmåga att ta ställning mot orättvisor och kränkningar.
- ▶ Att undersöka förklaringar till varför det kan vara svårt att agera mot kränkningar.
- ▶ Att diskutera och ta fram förslag på olika sätt att agera när någon blir utsatt för något taskigt.

Sammanfattning

Eleverna får lära sig mer om åskådarrollen och diskutera vilka möjligheter som finns för att agera och berätta för vuxna när kränkningar sker.

Förberedelser

I detta arbete kan det vara bra att låta eleverna arbeta i par eller mindre grupper. Vill du ge eleverna möjlighet att även intervjua vuxna på skolan så informera gärna alla så de kan förbereda sig med något exempel. Se även till att förbereda en bra ingång till ämnet genom en egen berättelse, filmer eller ett case.

Gör så här

Inledande ingång till ämnet

Inled gärna med att berätta en egen berättelse om en situation du har varit i där du kanske borde men inte vågade säga ifrån. Det kan vara en händelse från ditt vardagsliv som vuxen eller när du själv gick i skolan. Du kan även visa någon av Friends reklamfilmer (finns på YouTube), till exempel Rödhårig, Hårda ord eller Osynlig. Dessa filmer kan vara en bra ingång till att prata om hur det kan vara att stå bredvid och se en kränkning. Tänk på! Den här övningen handlar om att få kunskap kring varför det kan vara svårt att agera när någon blir utsatt. Var tydlig under hela övningen med att eleverna aldrig ska gå in i en situation där de känner att de riskerar att bli utsatta själva. Att berätta för en vuxen är också att agera!

Varför kan det vara svårt att göra något?

Diskutera tillsammans med eleverna varför de tror att det ibland kan vara svårt att göra något när någon har varit taskig mot någon annan. Låt dem arbeta i grupper eller ge förslag i helklass. Samla elevernas tankar på tavlan. Komplettera elevernas förslag från listan nedan på den nivå som passar din klass. Punkterna kommer från forskning om åskådares agerande vid kränkningar.

- ▶ Att det är många som ser kan göra det svårare att ingripa. Är det många som ser situationen men inte gör något kan det bidra till situationen tolkas som mindre farlig bara för att ingen annan gör något.
- ▶ Det kan också vara svårare att ingripa när den som utsätts är okänd. Det kan då vara lätt att tänka att det är andras ansvar att göra något.
- ▶ Rädsla/osäkerhet för vad som kan hända om jag gör något.
- ▶ Rädsla för att göra bort sig om jag är den enda som gör något.
- ▶ Rädsla för att själv bli utsatt eller utesluten ur gruppen.
- ▶ Tvivel på att säga eller göra rätt saker/rädsla för att göra något på fel sätt.
- ▶ Osäker på om situationen är så allvarlig eller om den kanske utsatte förtjänar kränkningen.
- ▶ Genom att tolka situationen som en konflikt eller ett bråk i stället för mobbning/kränkningar innebär att jag inte behöver göra något.
- ▶ Genom att anse att den utsatte kanske förtjänar kränkningarna, eller brukar vara utsatt, så tolkas händelsen inte som så allvarlig.

Fördjupande diskussion

Om du vill kan ni fördjupa diskussionen ännu mer och prata om känslor och upplevelser av att se eller höra en situation: Är det att vara passiv att inte ingripa? Eller är det också en aktiv handling att inte göra något? Hur kan ni göra om ni känner sig rädda för att bli utsatt? Hur kan ni göra annars?

Undersök andras erfarenheter

Vill ni fördjupa ämnet ännu mer kan du låta eleverna i par eller mindre grupper få intervjua vuxna, på skolan eller andra vuxna, om situationer som de har varit i där de inte har agerat. Låt intervjun behandla frågor som varför de inte gjort något, hur det kändes och vad som hade kunnat få dem att agera i situationen.

Diskutera vägar för att informera vuxna

Avsluta ämnet med att prata om vilka möjligheter eleverna har idag för att informera vuxna om kränkningar de ser eller hör, eller om elever som de är oroliga över. Hur skulle ni idag berätta för oss vuxna om kränkningar? Finns det saker vi vuxna kan göra för att underlätta för er att komma till oss? (till exempel via sms, sociala medier, mejl, chatt, kontinuerliga samtal, fråga mer, öppen mottagning)

Utskriftsmaterial till eleverna

Att berätta om mobbning

Det kan vara svårt att berätta om känslor och situationer som är jobbiga, som exempelvis mobbning eller att känna sig utanför. Kanske känner du dig osäker på vad som kommer hända när du berättar för dina föräldrar. Många funderar bland annat på: "Kommer de tro på mig?" och "Kommer de berätta för någon annan?" Kom ihåg att vuxna alltid har ett ansvar att hjälpa dig och det är inte ditt fel att du blir mobbad. Det kan vara bra att förklara för sina föräldrar att det känns jobbigt att berätta om mobbningen. Om det känns svårt att prata med dina föräldrar kan du börja med att berätta för någon annan som du litar på, till exempel en vuxen i skolan eller en släkting.

Tips och råd för att berätta

- ▶ Prata med dina föräldrar vid ett tillfälle som känns bra för dig och när du känner dig bekväm.
- ▶ Prata med dem även om du inte är 100 % redo.
- ▶ Testa att ställa dig framför spegeln och låtsas att du berättar för dina föräldrar, så kommer det kanske kännas lite lättare när du väl pratar med dem.
- ▶ Kom ihåg att det inte gör något om du hakar upp dig, pratar osammanhängande eller blir nervös.

Skriv ner det du vill säga

Det är alltid bra att förbereda ett svårt samtal och skriva ner det du vill säga. Du kan sedan läsa upp det du har skrivit eller lämna över till dina föräldrar. Här kommer förslag på vad du kan säga eller skriva:

- ▶ Jag behöver berätta en sak för er som är jobbig för mig och det känns tryggare att skriva ner det.
- ▶ Jag behöver er hjälp, jag har försökt att lösa det själv men det går inte.
- ▶ Jag är rädd för vad ni ska tänka om mig och att ni ska tycka att jag är misslyckad, därför har jag inte har berättat tidigare.
- ▶ Jag är rädd för att ni inte ska lyssna och inte tro på mig. Jag är också rädd att det ska bli värre om jag berättar.
- ▶ Jag är ensam i skolan. På lunchen och rasterna är det ingen som vill vara med mig.
- ▶ Jag är mobbad och det har gått så långt att jag knappt orkar göra något och jag tvivlar på mig själv.
- ▶ Jag förstår att det här var jobbigt att höra och ni kanske blir ledsna eller rädda, men jag behöver att ni är starka för jag behöver er kärlek och hjälp.

Här kommer några tips på vad du kan göra om du ser någon bli mobbad:

- ▶ Säg ifrån om du vågar, exempelvis kan du säga "sluta" eller "lägg av".
- ▶ Hämta en vuxen. Vuxna har ett ansvar att få stopp på situationen.
- ▶ Berätta för en vuxen vad du sett eller hört. Det kan vara en lärare, en tränare eller en förälder.
- ▶ Visa stöd genom att sätta dig bredvid någon som sitter ensam eller fråga om ni ska ta sällskap till nästa lektion.
- ▶ Ibland kan det vara lättare att säga ifrån om ni går ihop några stycken och säger ifrån tillsammans. Prata med dina klasskompisar om det som händer och prata om hur ni kan agera tillsammans.
- ▶ Säg hej till dina klasskompisar eller träningskompisar. Ett hej kan betyda väldigt mycket för andra, särskilt för de som inte brukar få ett hej.

Vill du lära dig mer om vuxnas ansvar eller vad du själv kan göra? Kolla in friends.se/kunskapsbanken

Vill du prata med någon om mobbning eller utanförskap? Mejla: radgivning@friends.se eller ring 08-545 519 90