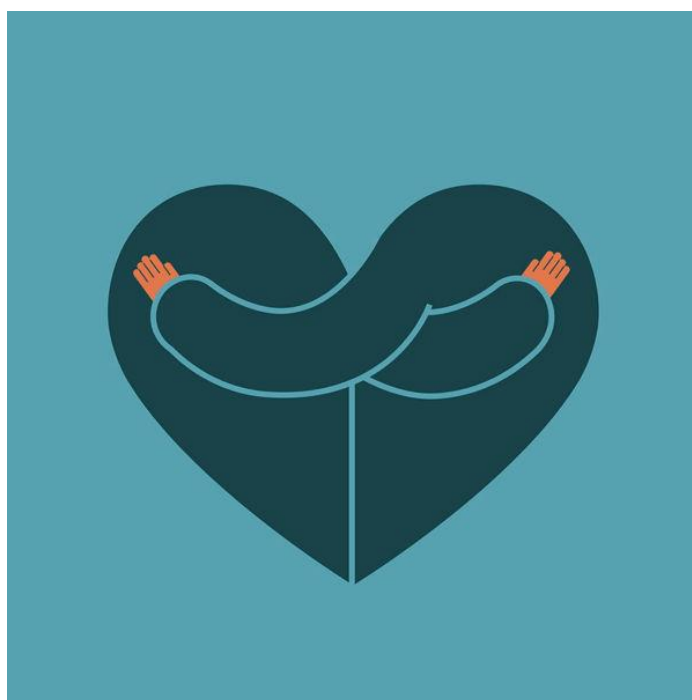


Lektionsupplägg för att främja trygghet och studiero

När vi ska jobba med ämnen som kan uppfattas som svåra, eller utmanande, är det extra viktigt att vi skapar så bra förutsättningar som möjligt. Vi måste framför allt se till att eleverna känner sig trygga i sammanhanget och att samtliga är införstådda med vilka förhållningsregler som gäller. Så, innan ni börjar, diskutera följande frågor, med dina elever:

- Vad gäller när vi pratar om detta?
- Får vi skratta åt varandra?
- Hur beter vi oss när vi inte håller med varandra?
- Hur kan vi göra om vi inte vill svara på en fråga?
- Finns det något annat ni tycker vi behöver tänka på innan vi börjar?

Det är även av stor vikt att värma upp eleverna genom att prata allmänt om *trygghet*, *inkludering* och *språkbruk* för att säkerställa att samtliga elever har kännedom om de begrepp som kommer att användas.



Uppstartslektion **Främja trygghet och ett gott klassrumsklimat**

Att börja skolan igen efter ett lova eller uppehåll, är utmanande för de flesta eleverna. Ännu mer om det är en ny klass, en ny lärare ett nytt klassrum, eller en blandning av allt. För att få bästa möjliga start tillsammans, kan det vara klokt att lägga lite tid på att sammansvetsa klassen och ta fram lite gemensamma förhållningsregler. Nedan följer olika frågor som ni kan tillsammans, i helklass, mindre grupper, sittandes i en ring eller genom att be eleverna svara på anonyma lappar som ni sedan går igenom tillsammans. Oavsett hur ni gör, är det viktigt att avsluta med ett gemensamt samtal där alla får ta del av varandras tankar.

Avsluta varje lektion med att tillsammans komma fram till något som ni ska tänka extra mycket på tills kommande vecka.

Veckan efter stämmer ni av, hur har det gått med det ni sa ni skulle fokusera extra mycket på? Vad fungerade bra/mindre bra? Hur kommer det sig att det gick som det gick? Reflektera tillsammans och sätt upp ytterligare ett mål.

Efter fyra veckor har ni ett antal förhållningsregler som alla elever kan stå bakom.

Skriv gärna upp dessa och ha synligt i klassrummet och återkom till då och då.

- Vad betyder studiero för *er*?
- Hur kommer *du* bidra till god studiero i din klass?
- Vad är viktigast för *dig* i ett klassrum?

(Ex. att känna sig trygg, att det är arbetsro, att få vara med att bestämma, att alla följer klassrumsregler, att det är roligt etc.)

- Hur visar *du* dina klasskompisar respekt?
(Ex. Lyssnar när de pratar, Låter alla ha rätt till sin åsikt, låter bli att skratta när någon säger fel, uppmuntra varandra etc).
- Hur är en bra kompis?
- Vad skall *du* göra om du ser någon i klassen som är ensam på rasterna?
- Hur kan *du* bäst visa respekt för skolans saker?
- Vad skall *du* tänka extra mycket på tills nästa vecka?



Lektion kring Plan mot diskriminering och kränkande behandling

För att säkerställa att samtliga elever är trygga och införstådda med de begrepp som används i lektionsupplägg om trygghet och språkbruk, är det en god idé att inledningsvis samtala om planen mot diskriminering och kränkning. Lägg gärna särskilt fokus på de sju diskrimineringsgrunderna och sedan på hur eleverna är med till att bidra till planen, genom exempelvis enkäter och trygghetsvandringar. Det kan vara väldigt motiverande för eleverna att se var deras svar tar vägen samt för dem att se slutprodukten av deras engagemang. Det är också ett gott exempel på elevinflytande. Förslagsvis inleder ni arbetet med en lektion kopplat till pdk-planen (se nedan) för att skapa sammanhang och kontext inför kommande lektioner.



Syfte

Dels att ge eleverna insyn i vad planen innebär och hur de är delaktiga till dess innehåll. Dels är det en möjlighet att diskutera vad en kränkning är, vad en diskriminering är och skillnaden på de två. Under denna lektion får vi alltså möjlighet att skapa bättre förutsättningar för att de kommande värderingsövningarna får bästa effekt. Vi skapar en kontext, en grundförutsättning och ramar in värdegrundsarbetet.

Upplägg

- Berätta för barnen att ni ska prata om planen mot diskriminering och kränkning. Fråga om det är någon av eleverna som vet vad de är?
- Förklara i korthet vad planen innebär och fråga sedan eleverna om de kan komma på varför vi har en sådan plan på våra skolor – Låt de diskutera i bikupa. Fråga vad eleverna kom fram till.
- Fråga om eleverna vet vad en kränkning är? Kan de ge ett förslag på en kränkning?
- Fråga eleverna om de vet vad en diskriminering är? Kan de ge förslag på en diskriminering?
- Fråga eleverna vad skillnaden på en kränkning och diskriminering är.
- Visa sedan planen i en ppt. Gå igenom de viktigast bitarna i korthet – viktigt att trycka på att den är lagstiftad.
- Gå sedan igenom de 7 diskrimineringsgrunderna i sin helhet.
- Avsluta med frågestund.

Lektion om Språkbruk

En trestegsraket

OBS!

Innan läraren börjar jobba med eleverna är det viktigt att fastställa några förhållningsregler tillsammans med eleverna. Vad gäller när vi pratar om detta? Hur betar vi oss när vi inte håller med varandra? Hur gör vi när det är något vi inte vill svara på?

Lektion 1. Hur påverkas vi av det språk vi använder oss av?



Syfte

När vi använder ett hårdare språkbruk, är det lätt att gränsen för vad som är "normalt" språkbruk förskjuts och att dolda kränkningar sker. Detta i sig kan skapa en känsla av otrygghet som kan vara svår att ta på eller förklara. Det kan alltså ske en normaliseringsprocess av ord som egentligen är nedsättande och kränkande. Detta behöver lyftas med eleverna för att skapa förståelse för hur de språk vi använder påverkar oss både som grupp och individer. Tips på litteratur samt fler övningar kopplat till språkbruk; "En bok om maktspråk, tilltal och språkbruk"

Upplägg

Diskussionsfrågor och tankekartor

- *Vad är trygghet?*

Diskutera i par, berätta i helklass, läraren gör sedan tankekarta av vad eleverna berättar.

- *När känner du dig otrygg?*

Diskutera i par, berätta i helklass, läraren gör sedan tankekarta av vad eleverna berättar.

Diskutera sedan följande frågeställningar, gärna i par först och sen i helklass där lärare ställer följdfrågor. (som ex. berätta mer, kan du förklara mer, på vilket sätt då? I vilka situationer?)

- *Hur påverkar vårt språk vår trygghet? Hur känns det när en kompis säger "är du helt dum i huvudet" och skrattar? Vilka är de vanligaste "fula" orden ni använder? Vad betyder de egentligen? Vad tänker ni om det? Varför tror ni att vi använder oss av svordomar och "fula ord" Har de någon funktion? Finns det andra begrepp vi kan använda i stället?*

Titta sedan tillsammans på de två tankekartorna ni gjorde i början av lektionen och diskutera nedan frågeställningar.

- *Vad behöver vi som klass göra, för att gå från det här till det här? (Peka på tankekartorna)*
- *Hur kan vi som klass bidra till att se till att alla känner sig trygga i vår klass/ på vår skola?*
- Kan vi komma överens om en sak vi alla ska tänka extra, mycket på, tills nästa vecka?
- (fota gärna tankekartorna tills uppföljning.)

Uppföljning veckan efter:

Minns ni vad vi pratade om förra veckan? Vad kom vi fram till? Hur har det gått i veckan tycker ni? Har ni märkt någon skillnad, när var, på vilket sätt?

Kommer ni ihåg vad vi skulle tänka extra mycket på tills i dag?

Hur har det gått? Vad tror ni anledningen är till att det gick som det gick? Behöver vi fortsätta träna på detta?

Ska vi bestämma oss för ett nytt mål tills nästa vecka? Vad skulle det i så fall vara?

Syfte med uppföljningen:

Att skapa en röd tråd för eleverna, att inte tappa deras engagemang och att få dem se effekt av vad de gör.

Det är viktigt för eleverna att se att deras ord och tankar genererar något och att du som lärare är nyfiken på hur de upplever att det gått. Det är också viktigt med kontinuitet, förändring tar tid och är ingen enkel lösning.

Fortsätt gärna med uppföljning en gång i månaden. Uppföljningen kan ha olika karaktär och du kan anpassa övningar efter det behov som finns.

Lektion 2. Lappar i ring

Syfte

Värderingsövning som syftar till att komma in på djupet och få eleverna att reflektera över saker som sker eller sägs oreflekterat i deras vardag.

Upplägg

Klassen sitter i en ring, läraren sitter med dem.

Läraren delar ut lappar med påstående till varje elev, som sen får läsa påståendet högt. Eleven får sedan resonera kring påståendet, läraren ställer följdfrågor, innan resten av klasskompisarna får komma in och tycka till.

Följdfrågor; Berätta mer? Kan du utveckla? När känner du så? Vad skulle du behöva för att det skulle kännas annorlunda? I vilka situationer kan det bli så? Hur tror du det känns för andra? Hur känns det för dig?
(Frågor till påstående finns i bilagan)

Påstående till Lektion 2.

Jag har alltid rätt att säga vad jag vill

Att säga hora för att man är arg är ok

Det är ok att säga taskiga saker om sig själv

Det är häftigare att svära på andra språk än svenska

Det är ok att kalla varandra vad som helst, så länge det är på skoj

Det är ok att svära när man är förbannad

Man kan säga fula ord, som fuck, jävlar, fan, så länge det inte är riktat till någon

Det är respektlöst att säga ord som sårar till någon annan

Smeknamn är alltid kul

Att visa någon fingret är ok, om det är på skoj

Om någon säger förlåt skall den alltid bli förlåten

Det är lika illa att använda fula ord på engelska som på svenska

Barn skall inte svära

Det är viktigt att vi pratar om språkbruk i skolan

Att svära på sociala medier är mer ok än irl

Vi tar efter sina kompisars beteende och språk

Att använda grova ord mot någon är samma sak som att kränka någon

Jag har samma språkbruk i skolan som hemma

Det är lättare att kränka på någon på nätet än irl

Det är lättare att kärleksbomba någon på nätet

Det språk du använder visar vilken sorts person du är

Ibland kan man säga något man inte menar av bara farten

Mitt språk i skolan skiljer sig från det språk jag använder hemma

Det är okey att skämta om vad som helst

Svordomar är ett bra sätt att uttrycka vad en tycker

Fula ord är bra för att förstärka det en säger

Det är lättare att säga dumma saker än fina saker till klasskompisar

Barn påverkas mer av dåligt språkbruk på nätet än vuxna

Jag har ångrat saker jag sagt ibland

Jag står alltid för det jag säger

Jag kan inte ta ansvar för om någon annan blir ledsen av det jag säger

Lektion 3. Klimatet i klassrummet.

Hur vill vi *känna* oss i vårt klassrum/vår skola?



Syfte

I denna övning vill vi få eleverna att dels uttrycka sina egna behov, dels få förståelse för andras behov i vårt klassrum och i skolan över lag. Förhoppningen är att genom att lyssna till andra samt känna sig trygg att uttrycka sina egna behov, ska det också bli lättare att ta ett gemensamt ansvar för klimatet i klassrummet.

Upplägg

Tankekartor i helklass

- *Vad tänker ni på när ni tänker på klassrum? Vilka känslor får ni? Vilka accessioner gör ni? Hur känns det i kroppen?*
- Prata i par. Sen i helklass. Läraren antecknar det eleverna berättar på tavlan

Ny tankekarta

- *Hur skulle ni **vilja** känna när ni är i klassrummet?*
Prata i par, sen i helklass

Ny tankekarta

- *Vad är inkludering? Vad betyder det? Hur vet vi att vi är inkluderad? När är en inte inkluderad? Prata i par, sen i helklass*
- *Vad behöver vi göra för att komma från där vi är till dit vi vill? (Titta på tankekartorna)*
- *Vad behöver vi alla tänka på för att säkerställa att alla känner sig inkluderade i vårt klassrum /i vår skola?*

Avslutningsvis

- Om vi tänker tillbaka till den första lektionen om språkbruk och hur vi påverkas av de ord och begrepp vi använder, på vilket sätt tror ni det påverkar vår känsla av trygghet och inkludering i klassen?
- *Kan vi komma fram till några gemensamma förhållningsregler som är baserade på diskussionerna ovan och som vi alla kan acceptera?*
- *Vad ska vi tänka på extra noga på tills nästa vecka?*

Ni kan med fördel följa upp dessa lektioner, en gång i veckan, eller en gång i månaden, eller när ni tycker funkar bäst. Antingen genom diskussioner, eller genom att använda bilder med glad och ledsna figurer på, alt. Röda och gröna lappar, som får symbolisera bra och dålig känsla efter en skolvecka. Förslagsvis avslutar ni varje fredag med att elever får ta fram vad som varit bäst under veckan och vad som känts minst bra. Antingen med ord, eller känslkort. Utifrån det kan ni skapat ett nytt mål att fokusera på tillsammans under kommande vecka.

Tips!

Ta gärna bilder på tankekartorna ni skapat, för att kunna återvända till vid eventuella kommande diskussioner. Vad var det egentligen ni sa? Hur långt har ni kommit nu?