

Likarätt



**Film: Lumas skola (extern
länk, öppnas i webbläsare)**



Textalternativ: Lumas skola

Hej. Jag heter Luma och det här är min skola. Jag trivs bra i skolan och har många kompisar. På rasterna brukar vi gunga, prata eller vara med på rastlekarna.

När jag ser någon som är taskig så blir jag arg och känner att jag måste göra nåt. Jag brukar prata med den som är taskig eller så går jag till en vuxen och berättar. Mina kompisar tycker att jag är modig. De går hellre därifrån.

Där är Sanja. Hon är rätt ny i klassen och är supersnäll. Jag tror att hon är lite intresserad av Emil.

Det där är Moa. Hon kommer inte till skolan varje dag. Någon dag ska jag fråga om vi ska hitta på nåt.

Där går Sammi. Jag undrar varför han alltid tittar ner i golvet.

Oj! Hej då! Nu börjar min mattelektion.

Barns rättigheter



**När vuxna
bestämmer saker
ska de tänka på
ditt bästa.**

**Ingen får vara
elak mot dig
eller slå dig.**

**Du har rätt
till att någon
vuxen tar
hand om dig.**

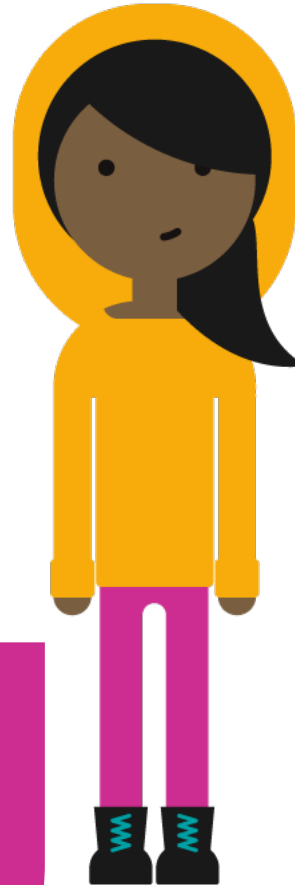
**Du har rätt att
känna dig trygg
och må bra.**

**Du har rätt
att både leka
och att vila.**

**Du har rätt att
lära dig saker i
skolan.**

**Du har rätt
att säga vad du
tycker och vuxna
ska lyssna på det
du säger.**

**Du och alla
andra barn är
lika mycket
värda.**



Vara den man är

Kränkningar

Viskningar

Blickar

Elaka
ord

Ryktes-
spridning

Skratt

Uteslutning

Hot

Slag



Normer är oskrivna, osynliga regler. De finns överallt men kan vara olika beroende på var du är.

**Lumas
klasskamrater
– Saga**

Saga har en arm som inte riktigt hänger med. Det gör att det tar lite längre tid för henne när hon ska ta mat i matsalen. Alla utom Luma går förbi henne i matkön eftersom de inte orkar vänta.

Saga blir egentligen ledsen men har börjat skoja om att hon är så långsam.

**Lumas
klasskamrater
– Theo**



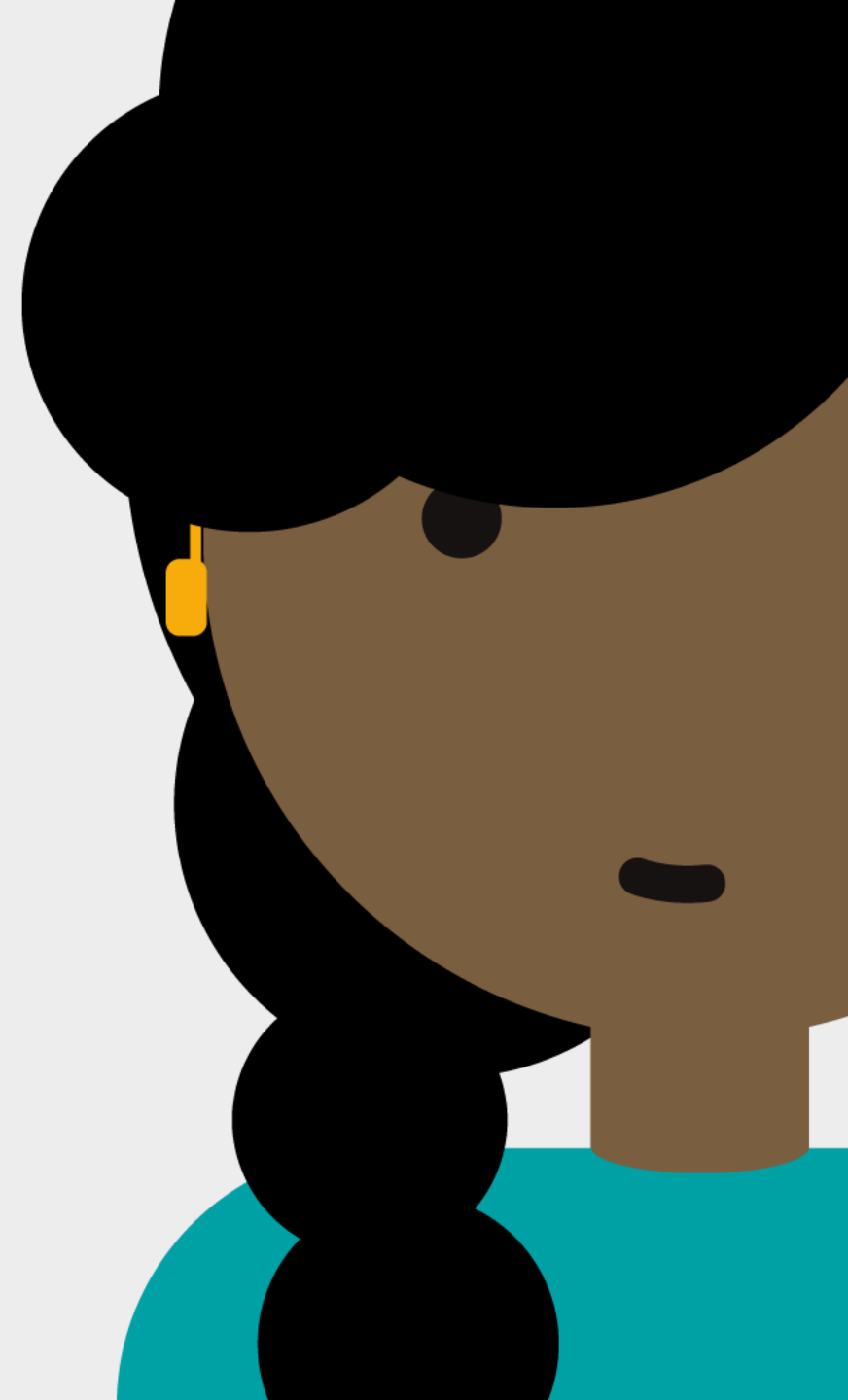
Theo är nästan den enda i klassen som inte har kläder med ett visst sportmärke. Theo gillar inte sport. Han gillar hårdrock och har tröjor med sina favoritband på.


De andra klasskamraterna retar honom för det. Theo blir ledsen.

**Lumas
klasskamrater
– Aviva**

**Aviva har en
hörselnedsättning och
använder hörapparater.
Lärarna och alla i klassen är
oftast noga med att prata en i
taget och vända sig om mot
Aviva när de pratar.**

**Ibland glömmar de, men de
gör så gott de kan. Det känns
skönt tycker Aviva.**





**Kan du se
några normer
på din skola?**

**Är det viktigt att
göra eller se ut som
"alla andra"?**

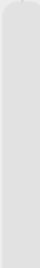
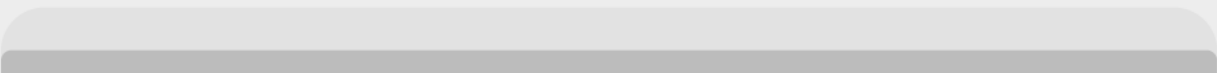
En trygg skola



**Lumas
klasskamrater
– Moa**

Moa går i Lumas klass. Men hon är inte där så ofta. Luma vet inte varför. Tjejerna i klassen har börjat fnissa och skratta när Moa går förbi. Ibland blir hon knuffad eller så kastar någon upp hennes mössa på ett skåp så hon inte når den.

Luma ser vad som händer. Hon säger åt tjejerna att sluta vara taskiga. Sedan hjälper hon Moa att få ner mössan. Hon går också till sin lärare och berättar vad som hänt.

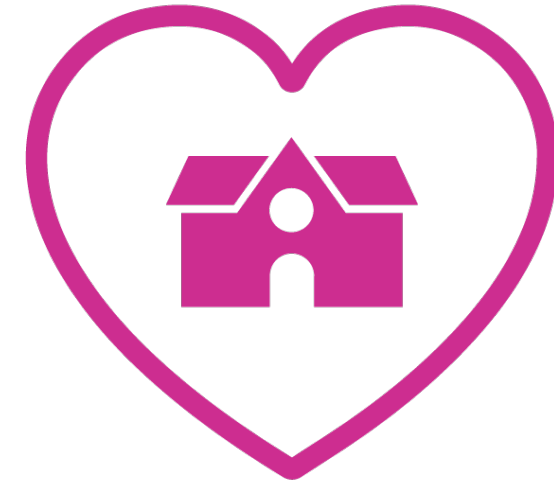




**Vad kan de vuxna på
Lumas skola göra när
de vet vad som har
hänt med Moa?**



**Vad kan de vuxna på
Lumas skola göra för
att det inte ska
hända igen?**



**Vad kan de vuxna på
Lumas skola göra för
att alla ska må bra och
känna sig trygga?**



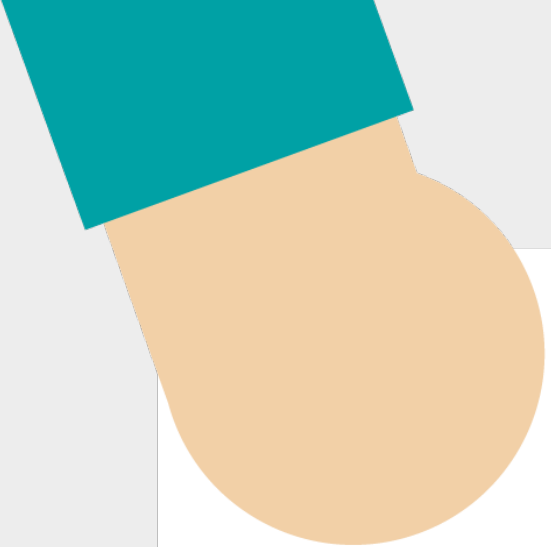
Många elever har precis som Moa någon gång råkat ut för en kränkning. Vissa blir kränkta flera gånger per dag. Det är fel. De vuxna på skolan ska se till att barn inte blir retade eller kränkta.

Det är många som inte vågar, orkar eller vill berätta om jobbiga saker för någon. Men det är viktigt att de vuxna får reda på kränkningarna så att de kan se till att kränkningarna slutar. Ju tidigare desto bättre.


Om du som elev ser att någon blir kränkt är det bra att du gör något själv. Du kan berätta för en vuxen eller säga till de som gör något taskigt.

Vad tror du skulle hända om alla sa ifrån?





Du ska självklart alltid vara schysst mot andra och aldrig göra eller säga något som är elakt mot någon annan.



Du kan berätta för de vuxna var och när det känns otryggt på skolan.



Du kan ge förslag på hur det kan bli tryggare i skolan.



**Hur kan du
vara en bra
klasskamrat?**

**Hur vill du att en
bra klasskamrat
ska vara?**

**Skriv några positiva
egenskaper som du gillar
hos andra och några
positiva egenskaper som
du själv har.**



**Lumas
klasskamrater
– Sammi**

Det finns en elev på Lumas skola som heter Sammi. Han har en jobbig hemlighet, han har det inte bra hemma. Hans lärare har sett att Sammi inte är som vanligt och frågar hur det är. Sammi berättar lite.

Läraren säger att det är bra att berätta och få prata om det som är jobbigt, och förklarar att Sammi kan få gå till skol-sköterskan eller kuratorn på skolan för att prata mer och få hjälp och stöd.





På soc jobbar det personer som kan hjälpa barn och deras familjer. Att få hjälp är en av barns rättigheter.

**Hur känns en
bra hemlighet?**

**Hur känns
en jobbig
hemlighet?**



Vad kan elever göra?



Luma har sett att flera av de yngre eleverna blir ivägkörda av de äldre på fotbollsplanen. De har till och med knuffat bort de yngre från planen och samtidigt skrikigt "Gå, så vi hinner spela innan rasten är slut". Oftast sitter de yngre eleverna en bit bort och tittar på istället. De vuxna hinner aldrig ut i tid för att se att de yngre blir ivägkörda.

Vad tycker du att Luma och hennes klasskamrater kan göra för att det ska bli bättre för alla?

Ta ställning!



Bra att ni funderat. Ni kom säkert på många bra förslag. Så här gjorde Luma och hennes klasskamrater:

Luma och några andra bestämde sig för att berätta för de vuxna om det som händer på fotbollsplanen.

De berättade att de tyckte att det var fel att bara de äldre bestämde om fotbollsplanen. De bad om att eleverna skulle få ge förslag på hur det kunde bli mer rättvist. Frågan togs upp i klassråd och på elevrådet. Alla på skolan fick vara med och rösta på hur det skulle bli rättvist.

**De nya reglerna blev att på
tiorasten får alla som vill spela på
fotbollsplanen. Halva lunchrasten
spelar de yngre och andra halvan
spelar de äldre.**





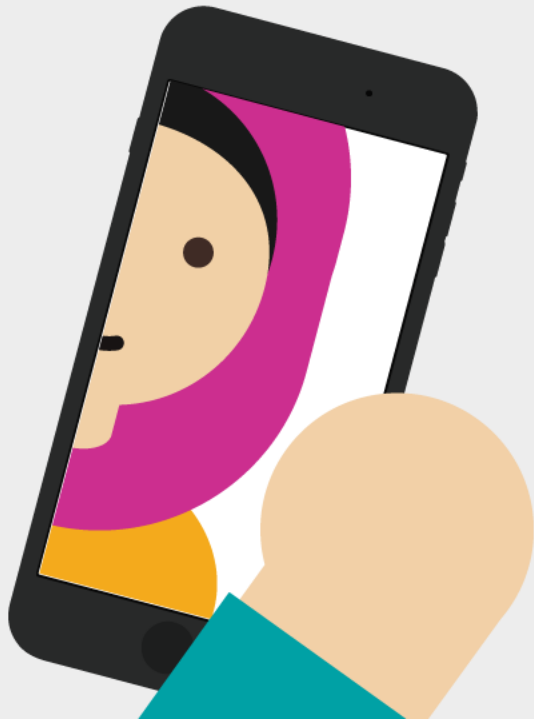
KLASSRÅD

A yellow pencil with a brown eraser tip is positioned vertically on the left side of the image, pointing upwards. The teal banner is attached to the eraser.

ELEV RÅD

A hand with a black sleeve is holding the right side of a pink banner. The banner is tilted downwards and to the right.

**Lumas
klasskamrater
– Emil & Sanja**



Emil gillar den nya eleven Sanja som går i Lumas klass, men han har aldrig pratat med henne ensam. En dag vågar Emil gå fram till henne på skolgården. Han är nervös. Klasskompisen Milo ser dem och tar upp sin mobil och filmar dem. Milo skickar filmen till några kompisar.

Nästa dag är det flera som skrattar åt Emil och härmar honom. Luma får också se filmen.



**Vad kan
Luma göra?**

**Vad kan
klasskamraterna
göra?**

**Vad ska de vuxna
på skolan göra?**



**Vad kan
Luma göra?**

Luma kan berätta vad som har hänt för en vuxen. Hon kan be Milo och de andra att radera filmen.

Till Emil och Sanja kan hon säga att hon tycker att det som hände var fel och att hon hade blivit ledsen och arg om hon hade råkat ut för samma sak.



**Vad kan
klasskamraterna
göra?**

De kan fundera på hur det skulle kännas om de hade blivit filmade. De som fått filmen kan radera den, låta bli att härma Emil och säga förlåt.

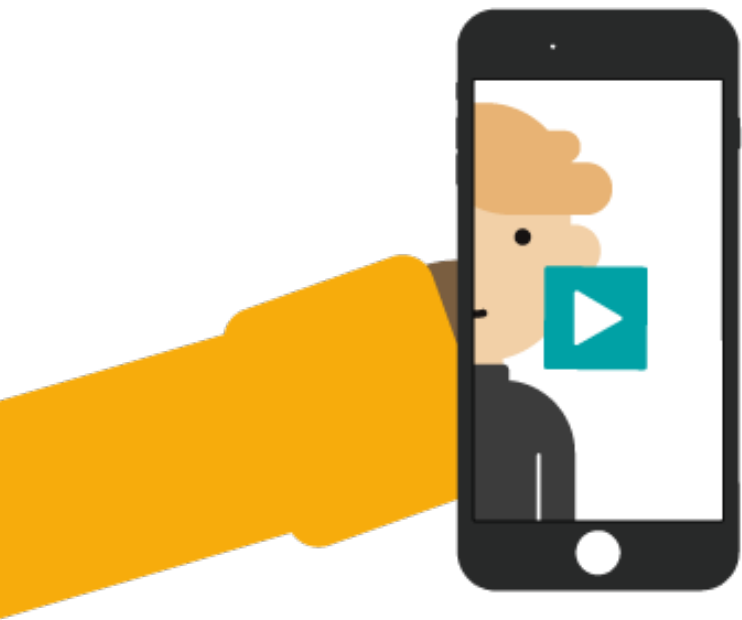
De kan säga till dem som skickat filmen och som härmas, att det inte är okej. De kan berätta för en vuxen.



**Vad ska de vuxna
på skolan göra?**

När de vuxna på skolan får reda på vad som har hänt ska de ta händelsen på allvar. De ska lyssna på alla inblandade och se till att kränkningarna slutar.

De vuxna kan sen prata med alla elever om hur de kan vara schyssta mot varandra både på nätet och i skolan.



1 av 14

**Det är roligt att se
på Youtube-klipp.**

**Håller du
med?**

2 av 14

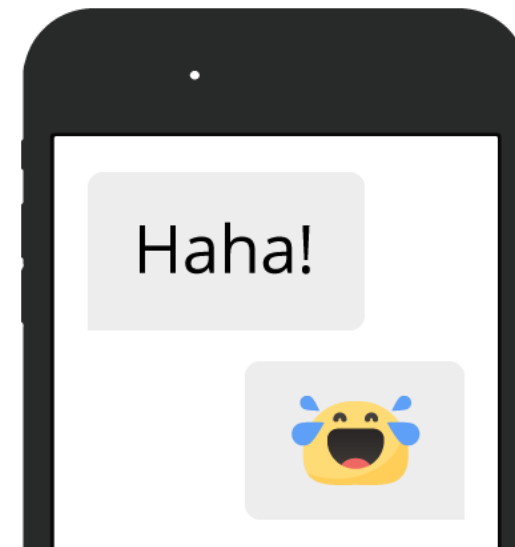
**Det är bäst att bara
kolla på det som gör
mig glad på nätet.**



**Håller du
med?**

3 av 14

**Det är viktigt
att svara snabbt
på ett sms.**



4 av 14



**Det är roligare att
träffa vänner på
riktigt än på nätet.**



**Håller du
med?**

**Håller du
med?**

**Det är viktigt att
berätta för någon
vuxen om något på
nätet inte känns bra.**

5 av 14

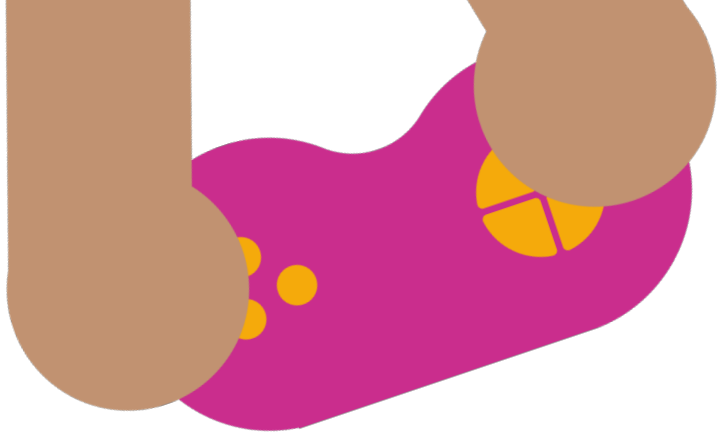


6 av 14

**Emojis gör det
lättare att förstå.**



**Håller du
med?**



7 av 14

**Det är lätt att glömma
bort tiden vid spel på
mobil eller datorn.**



8 av 14

**Det är okej att lägga
ut vilka bilder som
helst på sig själv.**

**Håller du
med?**

9 av 14

**Det är viktigt att göra
om bilder med filter.**





10 av 14

**Det är lätt att bli
avundsjuk på det som
andra visar upp om sig
själva på nätet.**

**Håller du
med?**

11 av 14

**Det är dumt att dela
filmer eller bilder
som kränker någon.**

**Håller du
med?**





**Håller du
med?**

12 av 14

**När något otäckt dyker
upp på nätet så är det
bra att lämna sidan.**



13 av 14

**Det är bättre att säga
viktiga saker direkt
istället för på nätet.**

14 av 14

**Det är viktigt att röra
på sig och att ibland
hitta på roliga saker
utan telefon eller dator.**

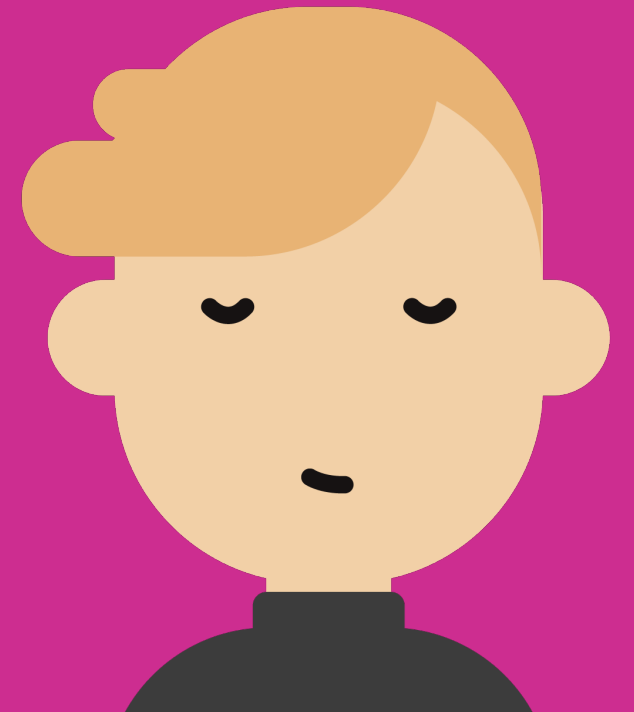
**Håller du
med?**



Vad bra att du tänkte till. Det är viktigt att vara schysst på nätet och tänka på vad du skriver, tittar på eller lägger upp om dig själv och andra.

Oftast är det kul att vara på nätet och prata med kompisar, spela roliga spel, se roliga klipp och lära sig nya saker.

Men tänk på att inte sitta still för länge. Se till att du också får tid att röra på dig, äta och sova. Det gäller vuxna också. Lägg undan mobilen eller datorn efter en stund och hitta på andra roliga aktiviteter med kompisar eller familjen. En paus då och då är både viktigt och skönt.



**Alla har en
vuxen att
prata med**

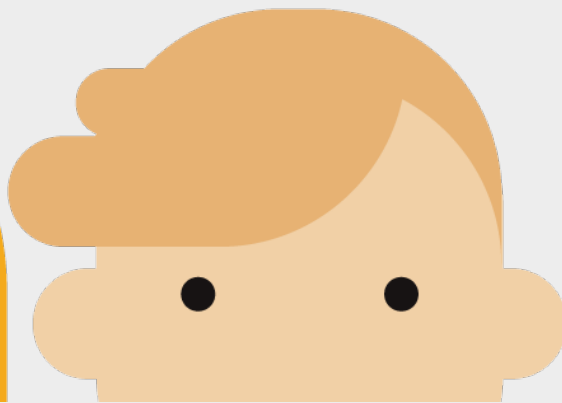
**Tar det
eleverna
säger på
allvar**


**Berätta var
det känns
otryggt**

**Träna på
att säga
ifrån**

**De vuxna
lyssnar
mer**

**Hur det
kan bli
bättre.**





**Vad kan du göra
för att din skola
ska vara en bra
plats för alla?**

**Vad kan de
vuxna på din
skola bli
bättre på?**

**Hur kan du
hjälpa någon
som behöver
hjälp?**



Tack!