

# Metoder/øvelser

I dette materialet har vi samlet 13 øvelser som dere kan bruke. Alle øvelsene er laget ut ifra et normkritisk ståsted, det vil si at målet er å belyse, prate om og problematisere normer (uskrevne sosiale regler) og maktrelasjoner på skolen. Verktøyet kan brukes av deg som sitter i elevrådet, av tillitsvalgte i klassen, av elevrådskontakter og lærere.

## Innhold:

1. Tilbakemeldingsøvelse: Uttrykk deg om skolen din – gjør tavlen om til en plakat
2. Hold en klassesstime
3. Lag felles regler for gode diskusjoner
4. Likeverdig dialog
5. Stem på riktig måte
6. Hvordan kan vi få et bedre skolemiljø? SWOT-analyse
7. Stå på linje – drøft normer, diskriminering og fordommer i skolen
8. Utfordre fordommer
9. Historien – Diskuter diskriminering, trakassering og krenkelser på skolen din
10. Privilegiesjekk for elevråd
11. Medvirkningstrappa: Kartlegging av medvirkning- hvilket nivå ligger elevrådet på?
12. Fire hjørner- diskusjonsøvelser om elevråd og representasjon
13. Kartlegg trygge rom på skolen
14. Ordliste

# 1. Tilbakemeldingsøvelse: Uttrykk deg om skolen din – gjør tavlen om til en plakat

- **Tid:** 30-45 minutter
- **Antall deltakere:** hele klassen
- **Materialer som trengs:** tavle og mange tusjer, slik at flere kan skrive samtidig
- **Forberedelse:** husk å sette av godt med tid for gjennomgang
- **Oppsummering:** lag tavlen til en plakat gir elevene mulighet til å uttrykke hvordan de ser på skolen sin. Tilbakemeldingsøvelser kan noen ganger føles meningsløse og tidkrevende. Det er viktig å gjøre slike øvelser til noe elevene ser fram til og føler de får noe ut av. «Gjør tavlen til en plakat» er en fin måte å gjøre tilbakemeldingsøvelser mer engasjerende og meningsfulle for elevene.

## Framgangsmåte:

1: Be klassen uttrykke seg fritt om skolen sin. Det de skriver skal ikke være støtende eller sårende. Bortsett fra denne regelen er alt lov, og de kan bruke det uttrykket de vil; tegne, skrive, lage tegneserier, eller matematiske tabeller. La elevene jobbe individuelt eller i grupper.

2: Etterpå går dere sammen gjennom tavlen og diskuterer det som står der.

## Tips:

Bruk øvelsen til å undersøke et tema du/dere vil ha belyst. Skal det fokuseres på noe spesifikt, for eksempel hva de liker best med skolen eller hva de mener skolen kunne gjort bedre?

Vær åpen for kreativitet. Det er ingen riktige eller gale svar.

## 2. Hold en klassetime

Det er mange måter å gjennomføre klassens time på. Her foreslår vi noen metoder for å sikre at alle elever får lik mulighet til å delta. Dere velger selv hva dere velger å bruke, men det kan være lurt å teste ut disse måtene å gjøre det på for å se hvilke metoder som fungerer best for dere. Vi har delt inn verktøyene i tre ulike øvelser: Felles regler for gode diskusjoner, Forbered klassens time og likeverdig dialog. På Elevråd.no finner du flere tips til klassens time og forslag til temaer og arbeidsmåter dere kan prøve.

### Forbered klassens time

- **Tid:** 30 minutter, pluss tid til innsamling av innspill og informasjon til klassen i god tid før møtet.
- **Hvem:** elevråd og tillitsvalgte
- **Oppsummering:** Klassens time er en skoletime arrangert av elevene, for elevene. Formålet er at elevene skal ha tid og mulighet til å diskutere saker som angår dem på skolen.

Klassens time er en viktig mulighet for elevene til å delta og si sin mening om saker som angår dere. Elevrådet trenger klassens time for å få innspill fra elevene. Når dere har klassens time er det viktig at du/dere som leder møtet legger det opp på en måte som gjør det enkelt for alle å delta.

1. Ta kort opp i klassen din på forhånd -for eksempel en uke før- at dere skal ha klassens time, at du ønsker innspill, og fortell hvordan elever i klassen kan gi innspill til tema til deg eller direkte til elevrådet.
2. Når du setter deg ned for å forberede klassens time: sjekk om det har kommet spørsmål eller innspill til elevrådet
  - a. gjennom at noen har kontaktet elevrådet
  - b. gjennom at noen har kontaktet tillitsvalgte

- c. gjennom at noen har lagt et forslag eller spørsmål i anonym forslagskasse
3. Finn ut om det er saker som skal behandles på elevrådsmøter eller andre møter på skolen som kan være nyttig å snakke om på klassens time.
  4. Lag en liste over sakene dere skal diskutere og tenk over og skriv opp ting som kan være relevant for saken.
  5. Gi beskjed til klassen om hvilke saker som skal diskuteres før møtet, minst et par dager før, så alle har mulighet til å forberede seg.

**Tips:**

Noen ganger kan det være vanskelig å få elever i klassen til å møte opp og delta aktivt på klassens time. Det kan være at det er travelt på skolen, at noen ikke skjønner vitsen med å engasjere seg, eller at de ikke er interessert i sakene som tas opp. Det kan hjelpe om elevrådet viser fram hva dere jobber med, og hva dere får til. Om dette er et problem i din klasse kan du som er tillitsvalgt ta opp med læreren eller elevrådskontakten hvordan få flere til å møte opp og engasjere seg,

### 3. Lag felles regler for gode diskusjoner

- **Tid:** 10-15 min
- **Antall deltakere:** hele gruppen/klassen
- **Forberedelse:** Sett opp rommet slik at dere kan sitte slik at alle ser hverandre, gjerne i en ring. Sørg for å ha en tavle/whiteboard eller en plakat og post-its å skrive ned reglene på og skriveredskap.

1: Denne øvelsen passer godt å gjøre tidlig i semesteret. Fortell at dere sammen skal lage regler for hvordan dere skal snakke sammen i klassens time, for at alle skal få bidra og at alles stemmer blir hørt. Eksempler på regler kan være å ikke avbryte hverandre, og å ha respekt for at vi har ulike meninger.

2: Gi alle en post-it hver, og be hver enkelt skrive ned en regel de synes er viktig. Be alle komme opp til tavla og henge opp sin post-it

3: Les opp forslagene høyt sammen, og gå gjennom dem for å sortere og velge ut et utvalg regler som dere er enige om. Det er flere måter å gjøre dette på.

-En måte er å samle dem etter tema, og å velge ut et av forslagene for hvert tema, hvis flere sier nesten det samme.

-En annen er å skrive opp forslagene på tavla og be alle om å stemme ved å sette strek bak de fem reglene de synes er viktigst. Når alle har satt sine streker, samler dere de reglene som har fått flest stemmer.

Dere velger selv i gruppa hvor mange regler dere vil ha med.

4: Når dere har blitt enige om reglene, diskuter: hvordan vil dere bruke disse reglene videre? Hva skal skje om noen bryter reglene? Hvem skal passe på dette?

**Tips:** Det er ulike måter dere kan bruke reglene på; dere kan le dem henge opp på veggen, eller dere kan ta dem fram i starten av hver klassens time, eller når dere trenger dem.

Sånn vil vi ha det når vi snakker sammen:

1

2

3

4

5

6

7

8

## 4. Likeverdig dialog

- **Tid:** 15-45 minutter
- **Antall deltakere:** minst tre, gjerne flere
- **Forberedelse:** sitt slik at dere alle kan se hverandre, gjerne i en ring
- **Oppsummering:** Likeverdig dialog er en metode man kan bruke når man diskuterer, for å sikre at alle får være med, blir hørt og føler seg trygge. Likeverdig dialog betyr at alle respekterer hverandres meninger, selv om man er uenig.

### Framgangsmåte:

1: Fordel roller:

Ordstyrer holder rede på hvem som snakker, og passer på at alle som vil får ta ordet. Lag gjerne en liste over alle elevenes navn og trekk en strek ved siden av hvert navn når noen får snakke. På den måten ser du hvor mange som har deltatt og sagt sin mening.

Sekretær noterer hva diskuterer, og hva dere blir enige om.

Om dere ønsker det, kan dere si til lærer at hen skal være til stede og hjelpe til med å holde ro i klassen,

2: Les opp første sak. Hvis du trenger innspill fra klassen; legg til rette for at alle som ønsker det får mulighet til å si sin mening. Prøv gjerne ut ulike metoder og varier etter hva dere synes passer best! Her er et forslag på tre måter å gjøre dette på:

- Snakkepinne/snakkeball. Ha en gjenstand som dere sender rundt mellom dere. Det er den som har gjenstanden som får lov til å snakke. Når hen er ferdig, gir hen gjenstanden videre til en annen elev. Det er lov å si pass når du får snakkepinnen og sende den videre. Ta gjerne flere runder, slutt når det virker som alle har fått sagt det de vil.

- Individuelt/gruppe/plenum. Ta opp et spørsmål, og be hver først hver enkelt tenke gjennom dette i et minutt, og gjerne om å skrive ned det de tenker. Etter dette, deler møteleder inn i grupper som snakker sammen om hva de har tenkt. Be til slutt en fra hver gruppe om å oppsummere i plenum hva gruppa har diskutert.
- Snakk med sidekameraten. Om du vil at alle skal diskutere et tema, men ikke har tid til å dele inn i grupper, kan du be alle om først å diskutere spørsmålet med sidepersonen i et par minutter, før du tar det opp i plenum. Da har alle fått mulighet til å snakke litt om saken, og det kan være enklere å ta ordet etterpå.
- Anonym innspillsrunde. Noen ganger kan det være vanskelig å si hva du mener foran de andre. Da kan det hjelpe å samle inn innspill anonymt, for eksempel ved å samle inn innspill på lapper. Det kan også være en god ide å ha en innspillsboks stående på et fast sted, hvor elever kan levere lapper uten at andre ser det.

3: Før dere går videre til neste sak, oppsummerer ordstyrer diskusjonen og hva dere har blitt enige om. Gi gruppa mulighet til å kommentere eller utdype før dere går videre til neste sak.



## 5. Stem på riktig måte

- **Tid:** 5-20 minutter
- **Passer for:** elevråd, evt klassen, om elevrådet har en sak de vil ha svar på fra klassene.
- **Materiell som trengs:** tavle med penner, pc hvis dere stemmer digitalt. Papirlapper, og pappeske for å samle inn stemmer om dere stemmer med lapper.

Noen ganger kan målet med en diskusjon være å samle ulike innspill. Andre ganger kan det være at dere trenger å konkludere og bli enige om noe i fellesskap.

Det å stemme over forslag er den vanligste måten å ta beslutninger på i demokratier. Det sikrer alle en stemme. I saker som gjelder en gruppe elever som er i mindretall kan det allikevel bli urettferdig/udemokratisk dersom majoriteten og skal ha en stemme hver. Da kan det bety at flertallet bestemmer i saker som gjelder mindretallet. La oss ta et eksempel: din skole skal vurdere om de bør tilby vegetarmat i kantina. Det vil mest sannsynlig være færre vegetarianere på skolen enn de som ikke er det, og det vil kanskje være mindre viktig for majoriteten at det finnes vegetarmat i kantina, mens det er mer viktig for de som selv er vegetarianere. Er det da rettferdig at alle skal ha en stemme hver?

Det er derfor ikke alltid at det å stemme er den beste måten å finne fram til en konklusjon i et tema på.

Et alternativ til stemming er å diskutere for å finne alternative løsninger som flere er enige om. Det å sikre at alles stemme blir hørt kan hjelpe oss å ta beslutninger som er bedre for alle, ikke bare flertallet.

**Framgangsmåte:**

1: Åpne for diskusjon om ulike forslag før dere bestemmer dere for et av dem.

Kartlegg ulike meninger.

2: Prøv å komme til en konklusjon som flest mulig er enige i.

3: Hvis dere skal ha avstemning: bestem om det skal være åpen avstemning ved håndsoppretting eller hemmelig, ved å samle inn lapper. Det går også an å gjennomføre avstemning digitalt, for eksempel via Kahoot, men dette krever at dere bruker mobiltelefon for å logge dere inn.

**Tips:** Hvis dere skal stemme: tenk over om forslaget dere stemmer over slår ut urettferdig for elever som er i mindretall. Hvis dere bruker digitale løsninger som Kahoot, lønner det seg å lage svaralternativene dere skal stemme over på forhånd, da det kan være et problem at noen skriver inn irrelevante eller trakasserende kommentarer om de får åpne svaralternativ

## 6. Hvordan kan vi få et bedre skolemiljø?

### SWOT-analyse

- **Tid:** 20-30 minutter
- **Antall deltakere:** små grupper eller hele klassen
- **Materialer som vil være nødvendig:** papir og blyant eller ferdig SWOT-analysemal som dere skriver ut på forhånd og fyller inn.
- **Forberedelse:** Forklar hva en SWOT-analyse er. Velg om du vil dele ut skjema med spørsmål som den enkelte skal fylle ut, eller om du forbereder et skjema dere fyller ut i fellesskap, på tavle eller papir.
- **Oppsummering:** SWOT-analysen er et godt verktøy for å diskutere skolemiljø og å finne forslag til hvordan skolemiljøet kan bli enda bedre for alle elever..

#### Framgangsmåte:

En SWOT-analyse hjelper deg med å analysere forslag eller ideer som du kommer opp med under dine møter eller diskusjoner sammen. Det er greit å analysere forslagene dine og gå gjennom dem så detaljert som mulig, for å unngå ekskludering, feil eller andre risikoer som kan oppstå.

SWOT står for

- Styrke
- Svakheter
- Muligheter
- Trusler

En SWOT-analyse gjøres ofte i en tabell, men kan også skrives ned som en liste.

#### Framgangsmåte:

1: Start med å fortelle at dere skal jobbe sammen om hvordan dere kan få et bedre skolemiljø, og fortell kort om hva SWOT-metoden går ut på.

2: Gå gjennom del for del. Start med styrker. Gå gjennom spørsmålene, og gi gruppen tid til å svare på dem, enten det er individuelt, i grupper eller i plenum.

3: Oppsummer resultatene. Spør om noen har noe de vil legge til.

### SWOT-skjema:

#### Styrker

- Hva er bra med vårt skolemiljø?
- Hvilke gode normer har vi på skolen?
- Hva gjør vi for å være snille med hverandre?
- Hva gjør vi for at alle skal delta?
- Hva gjør lærerne bra for at elevene skal bli hørt?

#### Svakheter

- Hva er dårlig med vårt skolemiljø?
- Hva kan gjøre at noen føler seg utenfor på skolen?
- Hva kan gjøre at ulike grupper elever føler seg utenfor på skolen?

- Brukes det mye skjellsord på skolen? Hvilke ord brukes?
- Hva kan gjøre at elevers meninger ikke blir hørt på skolen?

#### Muligheter / muligheter

- Hva kan vi gjøre for å få et bedre skolemiljø? Kom gjerne med konkrete forslag
- Hva er ditt/deres drømmeforslag for en bedre skole?
- Hvordan vil en dag på skolen være hvis alle elevene trives kjempegodt?

Trusler

- Hva kan stå i veien for å få til et bedre skolemiljø? Er det for eksempel økonomi, tid, at lærere eller ledelse ikke forstår utfordringene, eller at dere trenger mer kunnskap om et tema?

## 7. Stå på linje - drøft normer, diskriminering og fordommer i skolen

- **Tid:** Cirka 30-40 minutter
- **Antall deltakere:** Mellom 5-40 deltakere
- **Materialer som skal til:** Et romslig rom å være i
- **Forberedelse:** Forbered spørsmål/påstander å stille under øvelsen, rydd bort stoler og bord så det går an å bevege seg rundt i rommet
- **Oppsummering:** Deltakerne tar stilling til ulike utsagn som deretter diskuteres.

### Framgangsmåte:

1: Før øvelsen: Skriv mellom seks og ni forskjellige utsagn. Du kan skrive disse ned på en powerpointpresentasjon, tavle eller papirark. Hvert utsagn kan være knyttet til normer, diskriminering og fordommer i skolen, og hvordan elevene/skolepersonalet ser dette.

2: Under øvelsen: Marker en strek gjennom klasserommet, hvis du ikke har tilgang til en snor eller noe annet som symboliserer en linje, kan du be alle om å tenke seg en linje som går mellom to hjørner av rommet du er i. Gå gjennom prinsippene for øvelsen:

- Du leser opp utsagn, og alle stiller seg på linjen etter som hvor enig eller uenig de er i utsagnet du leser opp. I den ene enden stiller du deg hvis du er helt enig, i den andre enden stiller du deg hvis du er helt uenig. Er du litt enig eller litt uenig, eller midt på, velger du et sted mellom.
- Be alle om å finne et argument for hvorfor de stiller seg der de gjør, det kan være de blir spurt om å begrunne hvorfor de har stilt seg der.

- I denne øvelsen er det ikke noe fasitsvar. Det er lov å stille seg hvor man vil. Fordi om alle de andre stiller seg på samme sted, behøver ikke det å bety at du også må gå dit.
- Det er lov å forandre mening etter hvert og å bytte plass underveis.

3: Les opp ett utsagn og be hver person stille seg et sted på linjen for å ta stilling til utsagnet.

4: Når alle har stilt seg på linjen, sier de som vil si noe om hvorfor de står der de står. Her kan du stille spørsmål så du får fram ulike meninger, spør både de som har stilt seg på enig, på uenig, eller et sted imellom. Spør gjerne til slutt om noen vil bytte plass etter at de har hørt de andres argumenter.

**Tips:** Ha gjerne et lett oppvarmingsspørsmål slik at alle vet hvordan øvelsen går. For eksempel "Pizza er bedre enn hamburger". Når du leser opp påstandene, sjekk at alle forstår spørsmålet.

Eksempler på spørsmål/påstander:

- På min arbeidsplass/skole har alle samme mulighet til å få sin stemme hørt
- Det er grupper av mennesker på skolen vår som oftere blir møtt med fordommer enn andre
- På min skole behandles alle med respekt, uavhengig av bakgrunn
- Det er ingen forskjell på hvordan lærere snakker med kolleger, sammenlignet med hvordan de snakker med elever
- Det er ingen forskjell på hvordan elever snakker med klassekamerater sammenlignet med hvordan de snakker med skoleansatte
- Det er viktig å si fra når en elev eller ansatt blir dårlig behandlet på skolen vår
- Jeg tør si ifra når en elev eller ansatt blir dårlig behandlet på skolen vår -På skolen vår er det idealer/normer for hvordan de mest populære er.



## 8. Utfordre fordommer

- **Tid:** Ca 15-20 minutter
- **Antall deltakere:** Mellom 5-40 deltakere
- **Materialer som vil være nødvendig:** Ingen
- **Forberedelse:** Ingen
- **Oppsummering:** Denne øvelsen hjelper dere å starte en åpen samtale om fordommer og diskriminering.

### Framgangsmåte:

1. Be hver enkelt tenke på en fordom som du tror andre har om deg (hvis du ikke vet hva fordommer betyr, kan du sjekke ordlisten vår). La alle tenke på dette i et par minutter.
2. Del med naboen ved siden av deg (to eller tre i hver gruppe) Den eller de som holder øvelsen kan begynne. Vær tydelig på at du ikke trenger å dele hvis du ikke vil og at dere må være støttende mot hverandre. Om noen kommenterer det andre sier på en nedlatende måte, si fra til dem at det ikke er greit.
3. Diskuter deretter i fellesskap hvilke fordommer og normer som kan finnes i skolen. Hvordan påvirker det oss?

## 9. Historien – Diskuter diskriminering, trakassering og krenkelser på skolen din

- **Tid:** Ca 30 - 40 minutter
- **Antall deltakere:** Mellom 5-40 deltakere
- **Utstyr som trengs:** Utskrift av historien, mal med ferdige spørsmål, papir og blyanter.
- **Oppsummering:** Deltakerne tar utgangspunkt i en historie som de skal analysere og diskutere med utgangspunkt i spørsmål om diskriminering, trakassering, krenkende behandling og normer.

### Framgangsmåte:

1. Ta utgangspunkt i historien og diskusjonsspørsmålene som står under. Hvis du vil, kan du skrive dine egne spørsmål.
2. Del gruppen inn i mindre grupper, ca fire personer i hver.
3. Den som leder øvelsen leser historien og spørsmålene knyttet til historien høyt. Sjekk om noen har spørsmål knyttet til historien eller diskusjonsspørsmålene.
4. Fordel slik at hver gruppe har historien og spørsmålene foran seg og et stykke papir å ta notater på.
5. Diskuter spørsmålene til historien i 15 minutter i gruppene.
6. Be gruppene dele det de diskuterte i plenum.
7. Etter øvelsen, diskuter om dere føler at det har vært diskriminering, trakassering eller krenkelser på skolen deres. Hvordan kan skolen jobbe mot normer på skolen, for eksempel mot heteronormen, som kan diskriminere og krenke?

Skoleballet

«Amina og Sonja har gått på samme klass siden fjerde klasse og de skal nå begynne i niendeklasse. Siden den ble grunnlagt har skolen deres hatt tradisjon for å arrangere skoleball for alle niendeklassinger. Det står ikke skrevet ned noe sted, men det er en uskreven regel om at guttene inviterer en jente de vil gå med på skoleball.

Siden Amina og Sonja er et par, ønsker de å gå sammen. I gymtimen øver klassen på forskjellige danser til skoleballet. Når de andre ser at Amina og Sonja danser sammen, kommenterer flere at det ser rart ut med to jenter i kjole som danser med hverandre. Både Amina og Sonja merker dette og blir ukomfortable og litt triste.

En uke senere møtes festkomiteen. Komiteens leder nevner at han har hørt om at Amina og Sonja vil gå sammen på ballet og komiteen begynner å diskutere om de skal få lov eller ikke. En sier at det vil tiltrekke seg for mye oppmerksomhet. En annen er enig. Komiteens leder legger til at «selvfølgelig er det greit å være lesbisk, men skoleballet er en gammel tradisjon. Aldri før har to jenter gått sammen. Dessuten vil folk peke og kommentere, så kanskje det er enda hyggeligere for Amina og Sonja om de ikke kommer dit sammen?»

Diskusjonsspørsmål:

1. Synes du det er diskriminering, trakassering og/eller krenkende behandling i historien? Hvis ja, på hvilken måte? Når skjer diskrimineringa?
2. Hva slags normer kan det ligge bak hendelsen i historien?
3. Hvordan ville du ha reagert hvis du som klassekamerater eller ansatte så dette skje? Hva tror du er det riktige å gjøre? Hva kan skolen gjøre?
4. Kan denne situasjonen oppstå på skolen din? Hvorfor? Hvorfor ikke?

## 10. Privilegiesjekk for elevråd

- **Tid:** 10-20 min
- **Antall deltagere:** fra 5 og oppover
- **Utstyr:** Framviser, mentimeter/ papirlapper og en boks å samle dem i
- **Förberedelser:** Sette seg inn i begrepene privilegier og diskriminering fra ordlista. Sett opp undersøkelse på mentimeter og forbered privilegieliste så du kan presentere den for gruppa.
- **Oppsummering:** Bli bevisst på ulike privilegier som kan påvirke elevens trivsel på skolen og hvilke muligheter de har til å delta i fellesskapet.

### Framgangsmåte:

1: Start med å spørre om hva ordet privilegium betyr. Oppsummer svarene du får sørg for at disse punktene er med:

- Et privilegium er en fordel du har, sammenlignet med andre.
- Vi kan også tenke på et privilegium som et fravær av en type vanskeligheter.
- Å ha et privilegium er ikke det samme som å ha et perfekt liv, men det betyr at du slipper visse typer problemer, negative følelser og bekymringer.

2 :Les så opp listen med påstander høyt. Be alle om å ta utgangspunkt i seg selv og telle hvor mange påstander som stemmer for deg mens lista leses opp.

Noen av påstandene kan være litt vanskelige å forstå. Sjekk at deltakerne henger med og gi mulighet for å stille spørsmål underveis, forklar og kom med eksempler der det er nødvendig.

3: Be alle om å tenke på totalsummen sin. De trenger ikke si summen sin til noe eller å fortelle hva de har sagt enig på og ikke. Diskuter:

- Hva tenker du at summen du fikk betyr?

- e. Var det noen privilegier du ikke var bevisst på at du hadde?
- f. Hva gjør det med deg om du har mange privilegier du ikke er bevisst på?
- g. Hva gjør det med deg om du ofte blir minnet på at andre har privilegier som du selv ikke har?

3: Hvor privilegert er elevrådet? Denne delen av øvelsen kan sløyfes, om det er vanskelig å få fram et gjennomsnittstall anonymt. Be alle om å legge inn sin totalsum i ordskyfunksjonen på mentimeter. Det går også an å skrive den ned på en papirlapp, samle inn lappene og legge sammen og regne ut gjennomsnittssummen for deltakerne i rommet. Gjennomsnittssummen sier noe om hvor privilegert elevrådet er som gruppe. Om summen er høy, betyr det at det er ekstra viktig at dere tenker på hvordan dere kan få med innspill også fra de av oss som i større grad møter hinder for å delta og få sin mening hørt.

4: Oppsummer:

- Jo flere poeng du fikk, desto sjeldnere blir du diskriminert eller ekskludert. Har du mange poeng, har du også mange privilegier
- Det å være innenfor normen betyr å være privilegert.
- Privilegerte personer kan ha vanskeligere for å se diskriminering og, begrensninger i hverdagen, om de ikke selv opplever det.
- Å oppdage diskriminering krever at vi lærer oss å se det.

5: Avsluttende refleksjonsspørsmål:

- Hva kan elevrådet gjøre for at alle elever, uavhengig av privilegier, skal få de samme muligheten til å delta? Hva kan den enkelte tillitsvalgte gjøre i sin klasse?

**Tips:**

- En del kan synes det er provoserende eller vanskelig å bli stemplet som privilegert, og ikke være enig i at man selv har fordeler. Tenk over hvordan du som leder denne øvelsen kan lede samtalen videre om dette kommer

opp. I situasjoner hvor en selv er privilegert er det viktig å lytte til dem som opplever å bli diskriminert. Det er også viktig å stille seg åpen for hvordan måten du snakker og handler på bidrar til å videreføre diskriminerende normer. Det kan være at du bidrar til diskriminering, selv om det ikke er meningen.

- Det er ikke sikkert at de som ikke har disse privilegiene har lyst til å snakke om det, eller å pekes ut som noen som opplever disse formene for belastning. Unngå å legge ansvaret for å forklare diskriminering eller trakassering på dem som opplever det. Om noen har lyst til å dele egne erfaringer er det fint, men det er ikke deres ansvar å forklare for resten hvordan dette oppleves eller å overbevise andre om at dette er reelle erfaringer.

#### **Påstander- stemmer dette for deg?**

1. Jeg har ikke problemer med å komme meg opp trapper
2. Jeg opplever at det er lett å ta ordet i forsamlinger
3. Jeg opplever at andre lytter til det jeg har å si
4. Jeg har aldri blitt fortalt at jeg er på feil do, eller i feil garderobe
5. Jeg kan høre hva som blir sagt i en folkemengde
6. Jeg har aldri måttet forklare min seksuelle orientering for andre
7. Hvis jeg gjør en feil er jeg ikke redd for at andre skal tenke negativt om alle andre som har min identitet
8. Jeg opplever ikke å bli mistenkt for å være kriminell
9. Jeg kan spise hva jeg vil uten dømmende blikk fra andre
10. Nye mennesker jeg møter bruker riktig pronomen om meg
11. I lærematerialet som brukes på skolen er det mange bilder av folk som ligner på meg
12. Høytider som er viktige for meg er markert med rødt i kalenderen
13. Jeg opplever ikke at navnet på grupper jeg identifiserer meg med blir brukt som skjellsord
14. Informasjon på skolen blir formidlet på et språk jeg mestrer

## 11. Medvirkningstrappa: Kartlegging av medvirkning- hvilket nivå ligger elevrådet på?

- **Tid:** Cirka 10-20 minutter
- **Antal deltagere:** Fra tre deltagere og oppover
- **Utstyr:** Framviser
- **Forberedelse:** Sette deg inn i trinnene i medvirkningstrappa

Medvirkningstrappa kan brukes som en modell for å diskutere hvordan elevrådet jobber og hva som er rett nivå å legge seg på.

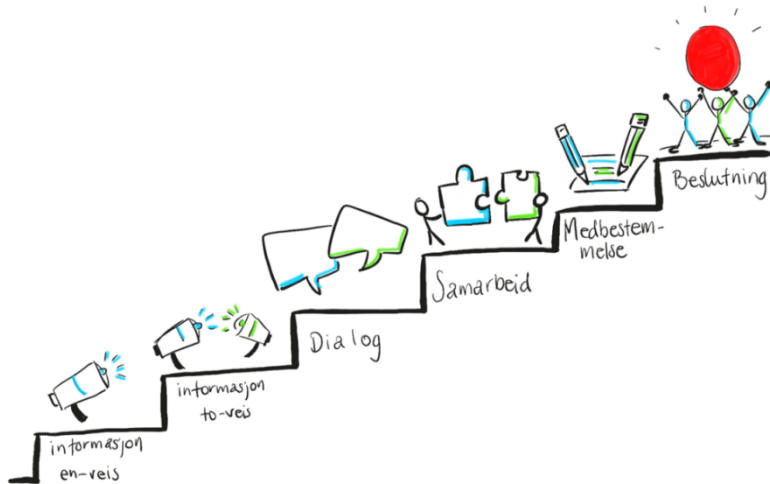
- 1: Gå gjennom medvirkningstrappa sammen
- 2: Be alle om å tenke på hvordan elevrådet medvirker på skolen. Hvilket trinn tenker du elevrådet er på? Diskuter med sidekameraten.
- 3: Diskuter i plenum- hvilket trinn har dere plassert elevrådet på? Hvorfor?
- 4: Er vi fornøyde i elevrådet med hvor vi er i dag? Hva kan bli bedre?

### Oppsummering:

Målet er ikke alltid å være på øverste trinn i trappa. Noen ganger kan det holde å være på trinn en og formidle beskjeder. Andre ganger er det viktig at elevene blir hørt i saker som angår dem. Noen ganger bør elevrådet være med å ta beslutninger sammen med ledelsen i skolen. Poenget med denne øvelsen er at elevrådet også bør få være med å sette rammene og å bestemme når dere skal være på trinn to og når dere vil helt opp til trinn seks.. Husk at det ikke bare er skolen som definerer dette.

Tips: er det et tema elevrådet er spesielt opptatt av? Be om et møte med rektor. Gjør gjerne en undersøkelse sammen med de tillitsvalgte før møtet

## Medvirkningstrappa



Illustrasjon: Bolyst Steinkjer

Alle har rett til å bli hørt. I arbeidet med elevmedvirkning i skolen er elevrådet et viktig organ. Elevrådet skal sikre at elevenes stemmer er med og påvirker løsninger og avgjørelser som blir tatt av lærere og ledelsen.

Det er ulike nivåer av medvirkning.

**Trinn en:** enveis informasjon. Informasjon er nødvendig for å få til medvirkning. Dette kan for eksempel være at skolen informerer elevrådet om ting som skal skje.

**Trinn to:** Toveis informasjon. På dette trinnet informerer skoleledelsen og elevrådet hverandre om hva de jobber med.

**Trinn tre:** Dialog. Et eksempel kan være at ledelsen og elevråd møtes, utveksler informasjon og diskuterer hva denne informasjonen innebærer. For eksempel kan elevrådet informere ledelsen om at elever opplever lav trivsel og utfordringer i det sosiale miljøet på skolen, før elevråd og ledelse sammen diskuterer dette innspillet for å finne en felles forståelse av hva som er problemet.



**Trinn fire:** Samarbeid. På dette trinnet samarbeider skole og elevråd om å diskutere saker og mulige tiltak.

**Trinn fem:** medbestemmelse. Elevrådets meninger blir hørt, for eksempel gjennom å komme med innspill i saker som angår dem og å stemme over tiltak.

**Trinn seks:** elevrådet er med å gjøre vedtak i skolesaker

## 12. Fire hjørner- diskusjonsøvelser om elevråd og representasjon

Diskusjonsøvelser om hvordan elevrådet kan representere alle elever. Øvelse for å diskutere representasjon i elevrådet og tillitsvalgtes ansvar

**Tid:** Cirka 10-20 minutter

**Antal deltagere:** Fra seks deltakere og oppover

**Utstyr:** Framviser. Et rom med plass til å gå rundt og å stille seg i hjørnene

**Forberedelser:** Rydde rommet så det er enkelt å komme seg til alle fire hjørner.

Vis scenariene og svaralternativene på en skjerm, sånn det er enkelt å se hvilket svaralternativ som er i hvilket hjørne.

Fire hjørner er en god øvelse for å få til en aktiv diskusjon hvor alle deltar. I denne øvelsen leses det opp en påstand eller et scenario, og hvert hjørne i rommet representerer et svaralternativ. Deltakerne viser standpunkt gjennom hvor de plasserer seg i rommet. Øvelsen aktiviserer alle deltakerne, viser at vi har ulike standpunkter, og gir en ramme for å argumentere for disse.

1: Gå gjennom premissene for fire hjørner som står under.

- Når du skal velge hvor du stiller deg: tenk på et argument for hvorfor du stiller deg der du gjør, og vær forberedt på at du kan bli spurt om det.
- Det er ikke noen fasitløsning i denne øvelsen. Målet er heller ikke at alle skal bli enige. Selv om mange stiller seg i et hjørne, betyr ikke det at det er det riktige svaret og at du også må stille deg der. Respekter andres standpunkt
- Det er lov å endre mening underveis. Da bytter du bare plass!

2. Oppvarming:

Kjør en øvelse for å varme opp, for eksempel «Hvilket dyr er best». Det kan være fint å ha tre ferdige alternativ (fex katt, hund, øgle) og et åpent alternativt i det fjerde hjørnet, hvor deltakerne selv kan velge et annet dyr.

3. Første øvelse:

### **AKTIVITETSDAG FOR ALLE**

Elevrådet skal være med å gi innspill til innholdet i en aktivitetsdag for alle elevene på skolen. Det har kommet inn forslag om skidag. Det er fire elever på skolen som har synlige funksjonsnedsettelse som gir utfordringer med å delta på en del fysiske aktiviteter.

Hjørne en: Det er skolens ansvar å sørge for at aktivitetene inkluderer alle elevene, så de må også tenke ut løsningen

Hjørne to: Det er de som ikke kan delta sitt ansvar å si fra og foreslå alternativer.

Hjørne tre: Elevrådet må spørre dem det gjelder for å finne en god løsning for alle

Hjørne fire: Annet.

Ta fram situasjon 1 og svaralternativene på skjermen foran i rommet. Be deltakerne om å gå til hjørnet de synes passer best.

Be først de som står i samme hjørne om å diskutere med hverandre hvorfor de har stilt seg der. Diskuter så i plenum. Spør om noen vil bytte hjørne.

Kommentar til diskusjonen: en rapport fra den norske organisasjonen «Unge funksjonshemmede i Norge» viser at skoler er dårlige på å utforme tilleggsaktiviteter slik at elever med ulike funksjonsnedsettelse kan delta på linje med andre elever. Deres råd er følgende: Er du usikker, spør dem det gjelder! Det er verre om ingen tør å spørre. Men tenk litt gjennom når og hvordan du spør. Kanskje er det ikke et spørsmål som egner seg godt å stille direkte i klasserommet, for eksempel. Det er heller ikke sånn at fordi om du for eksempel sitter i rullestol skal det være du som har ansvar for å finne alle løsninger.

Refleksjonsspørsmål: Det kan være flere hindre enn synlig funksjonsnedsettelse for å delta på skidag. Hvilke andre mulige hindere burde skolen burde tenke på?

4. Andre øvelse:

### Utrygg på skolen

Noen har meldt til tillitsvalgt i sin klasse at de blir gjort narr av i klassen og at de føler seg utrygg på skolen.

Hjørne en: Det er kontaktlærerens ansvar å ta opp dette i klassen

Hjørne to: Det må være takhøyde for litt kødding uten å bli krenka

Hjørne tre: Tillitsvalgte bør ta opp dette i elevrådet og sjekke om det også gjelder i flere klasser

Hjørne fire: Annet

Gjennomfør som forrige øvelse.

Kommentar til diskusjonen: opplæringslova (Norge) sier at alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø. Dette er skolens ansvar å sørge for. Samtidig har elevrådet en viktig rolle. Dere skal representere alle elevene, og ikke bare de gruppene som er representert blant de tillitsvalgte eller i elevrådsstyret. Det betyr at dere må være åpne for innspill og ta varsel på alvor også om dere selv ikke kjenner dere igjen i problemformuleringa.

#### **1 Aktivetsdag for alle**

Elevrådet skal være med å gi innspill til innholdet i en aktivetsdag for alle elevene på skolen. Det har kommet inn forslag om skidag. Det er fire elever på skolen som har synlige funksjonsnedsettelse som gir utfordringer med å delta på en del fysiske aktiviteter.

Hjørne en: Det er skolens ansvar å sørge for at aktivitetene inkluderer alle elevene, så de må også tenke ut løsningen

Hjørne to: Det er de som ikke kan delta sitt ansvar å si fra og foreslå alternativer.

Hjørne tre: Elevrådet må spørre dem det gjelder for å finne en god løsning for alle

Hjørne fire: Annet.

## **2: Utrygg på skolen**

Noen har meldt til tillitsvalgt i sin klasse at de blir gjort narr av i klassen og at de føler seg utrygg på skolen.

Hjørne en: Det er kontaktlærerens ansvar å ta opp dette i klassen

Hjørne to: Det må være takhøyde for litt kødding uten å bli krenka

Hjørne tre: Tillitsvalgte bør ta opp dette i elevrådet og sjekke om det også gjelder i flere klasser

Hjørne fire: Annet

## 13. Kartlegg trygge rom på skolen

- **Tid:** Cirka 20-30 minutter
- **Antall deltagere:** seks deltagere eller mer
- **Utstyr:** Noe å skrive på (plakat eller tavle), penner
- **Förberedelser:** Skriv ut et skjema til hver deltaker, om du ønsker at alle skal fylle den ut hver for seg. Sett opp samme skjema på tavle eller på en plakat
- **Sammanfattning:** Siden normer er uskrevne regler som vi ofte ikke snakker om, kan det være vanskelig å sette ord på dem. Det å kartlegge hvor elevene føler seg trygge og utrygge kan være en nyttig øvelse for å starte en slik samtale. Hvordan er det for eksempel å være i kantina? Er det noen grupper elever som har faste bord der? Er det forskjell på hvor ulike klasser eller studieretninger oppholder seg?

### Framgangsmåte:

1: Ta et stort ark og lag en forenklet skisse av skolen og utemiljøet. Merk ulike rom som klasserom, korridorer, toaletter, spisestue, garderobe, gymsal osv.. Fyll gjerne ut denne lista sammen i gruppa.

2: Be deltakerne markere med tusjer i ulike farger eller med klistremerker hvor de liker og ikke liker å være.

3: Diskuter, og utforsk sammen årsakene til at elever prøver å unngå eller misliker bestemte steder. Er det på grunn av mobbing eller trakassering som foregår der?

4: Inviter deltakerne til å foreslå måter å takle mobbing og løse problemene sammen, skrive ideene sine på post-it-lapper og plassere dem på områder hvor elever føler seg utrygge.

**Tips:** Det kan være vanskelig å snakke om hvor du føler deg trygg og ikke foran andre, og det kan være maktforhold i gruppa som hindrer en åpen samtale om trygghet. Vi vet at kjønnsnormer er sterke og tidligere kartlegginger har for eksempel vist at gutter og jenter kan svare noe ulikt. Det går an å dele ut skjema som alle kan fylle ut anonymt (be dem i så fall om å krysse av på kjønn-jente/gutt/annet), og å telle opp i fellesskap. Et annet alternativ er å diskutere i kjønnsdelte grupper.

Vi vet at også andre gruppemarkører, som hudfarge eller funksjonsvariasjoner kan spille inn her. Still åpne spørsmål i gruppa og reflekter sammen med dem om hvem som føler seg trygge og ikke på skolen. Om elever som opplever diskriminering eller trakassering på grunn av sosial gruppetilhørighet selv tar dette opp er det fint, det tyder på at rammene føles trygge nok til at de kan snakke åpent om dette. Men la det være opp til dem om de vil dele.

**Trygghet på skolen:**

Sted	Føler meg trygg	Verken eller	Føler meg utrygg
Klasserommet			
Gangen			
På do			
Skolegården			
Kantina			
På skoleveien			
I gymsalen			

På fotballbanen			
Annet:			
Annet:			



## 14. Ordliste

**Barnekonvensjonen:** En internasjonal avtale som gjelder alle barn under 18 år. Den ble vedtatt av FN i 1989 og har blitt og det er 196 land som har forpliktet seg til å følge den. Barnekonvensjonen slår fast at alle barn har rett til liv, utvikling, beskyttelse og deltakelse.

**Cisnorm:** Forestillingen om at alle mennesker er født enten mannlige eller kvinnelige og at deres kjønnsidentitet er den samme som kjønnnet de ble tildelt ved fødselen.

**Demokrati:** En politisk styreform hvor folket har makten. I et demokrati kan folket velge sine ledere og påvirke beslutninger som påvirker samfunnet.

**Diskriminering:** Diskriminering er usaklig forskjellsbehandling, det betyr å behandle noen verre eller annerledes enn andre uten god grunn. Diskriminering kan skje på bakgrunn av kjønn, kjønnsidentitet eller kjønnsuttrykk, etnisitet, religion eller annen tro, funksjonshemming, seksuell orientering eller alder.

**Ekskludering:** Å ekskludere betyr at du ikke lar noen bli med, men i stedet ekskluderer noen for eksempel fra en gruppe. Ekskludering kan skje på ulike måter, for eksempel ved å ikke invitere noen til en fest, ikke gi noen en sjanse til å jobbe eller ikke gi noen en stemme i en beslutning

**Elevpåvirkning:** Elevpåvirkning er når elever har mulighet til å påvirke beslutninger knyttet til egen skole og utdanning. Elevpåvirkning kan skje på ulike måter, for eksempel ved at elever er med og bestemmer hvilke fag de skal studere, hvordan undervisningen skal utformes eller hvordan skolen skal ledes.

**Funksjonsnorm:** Forestillingen om at alle mennesker har en kropp som fungerer

på samme måte. Funksjonsnormen kan føre til at personer med nedsatt funksjonsevne blir diskriminert eller ekskludert.

**Funkofobi:** Fordommer, forutinntatte forestillinger eller negative oppfatninger mot personer med funksjonsvariasjoner. Funkofobi kan være både verbalt og fysisk.

**Funksjonshemming:** Når noen møter barrierer for å delta og fungere på lik linje med andre i samfunnet, knyttet til funksjonsvariasjoner som nedsatt syn eller hørsel, begrensninger i mobilitet, nevrodversitet eller psykisk utviklingshemming. Funksjonshemming er noe en person lever med, ikke noe en person er.

**Fordommer:** En negativ forestilling og holdning om en person eller en gruppe mennesker som ikke er basert på fakta, men på forenklete og overdrevne oppfatninger eller stereotyper. Fordommer kan føre til diskriminering.

**LHBTQI+ – hat** – Fordommer, forutinntatte forestillinger eller negative oppfatninger mot personer som identifiserer seg som homofile, bifile, transer, personer med skeive uttrykk og identiteter, eller intersexpersoner. LHBTQI-hat kan være både verbalt og fysisk.

**Heteronormen:** Forestillingen om at alle mennesker er heterofile, det vil si at menn tiltrekkes av kvinner og omvendt. Denne normen er også basert på tokjønnsnormen, dvs. forestillingen om at det kun er to kjønn, mann og kvinne

**Hersketeknikk:** En metode for å kontrollere og dominere andre mennesker. Hersketeknikker kan være både verbale og ikke-verbale.

**Hvithetsnormen** er en sosial konstruksjon som gjør at hvithet blir sett på som den normale og naturlige normen. Hvithetsnormen har dype røtter i samfunnet. Men "hvit" betyr ikke alltid hvit hudfarge, men også hva vi forbinder med hvithet (f.eks. kultur, etnisitet, språk).

**Inkludering:** Å inkludere betyr at alle mennesker har mulighet til å delta og bruke sine evner, uavhengig av bakgrunn eller egenskaper. Inkludering er viktig for å skape et representativt, likeverdig og rettferdig samfunn.

**Likeverd:** Et likestilt samfunn betyr at alle mennesker er like mye verdt og har samme rettigheter og muligheter. Likestilling er viktig for å skape et rettferdig samfunn.

**Medvirkning:** Å medvirke betyr at du har mulighet til å påvirke beslutninger som berører deg eller gruppen du tilhører

**Mikroaggresjoner:** Små handlinger eller kommentarer mot personer som tilhører en minoritet, som kan være støtende eller diskriminerende. Mikroaggresjoner kan være både bevisste og ubevisste.

**Minoritetsstress:** Minoritetsstress er et begrep som brukes for å beskrive stresset som kan oppstå når man utsettes for psykisk eller fysisk press som representant for en minoritetsgruppe. Minoritetsstress kan være forårsaket av en rekke faktorer, som diskriminering, rasisme, homofobi og transfobi. Minoritetsstress kan føre til en rekke helseproblemer, som depresjon, angst og søvnproblemer.

**Normer:** Normer er sosialt uskrevne regler som sier hvordan folk «bør» tenke, føle og oppføre seg. Normer omfatter både gode standarder, standarder vi ikke tenker på og dårligere standarder som begrenser oss.

**Privilegium:** Et privilegium er en fordel man har på grunn av hvilke sosiale gruppe man tilhører. Privilegier kan være både bevisste og ubevisste.

**Rasisme:** Å fornærme noen på grunn av personens etnisitet, religion, kultur eller hudfarge er rasisme. Rasisme kan være både strukturell og individuell. Uansett er rasisme basert på stereotype ideer og fordommer om hvordan enkelte

mennesker og grupper bør eller bør være.

**Respekt:** Respekt er en holdning som betyr å verdsette andre mennesker og deres rettigheter. Respekt er viktig for å skape et likeverdig og rettferdig samfunn.

**Sexisme:** Undertrykking og nedlatende holdning til personer på bakgrunn av kjønn. Det kan være å tro at ett kjønn er overordnet det andre, eller å begrense hva personer kan eller bør være eller gjøre på grunn av deres kjønn. Det er tett knyttet til stereotypier og ideer om maskulinitet og femininitet.

**Et materiale produsert av:**



EKVALITA

