

2

TEMA

Trygghet och otrygghet

Trygghet och otrygghet



Kortfakta – FN:s barnkonvention

Den 20 november 1989 antog FN:s generalförsamling konventionen om barnets rättigheter. Barnkonventionen slår fast att alla barn och ungdomar under 18 år har samma rättigheter:

- **Rätt att leva och utvecklas.**
- **Rätt att växa upp i trygghet och skyddas mot psykiska och fysiska övergrepp.**
- **Rätt att respekteras för vad de tycker och tänker.**
- **Barnens bästa ska alltid komma i första hand.**

180 länder har nu anslutit sig till barnkonventionen. Sverige är ett av dessa länder. Detta innebär att svenska staten är skyldig att genom såväl lagstiftning som administrativa och andra åtgärder säkra de rättigheter som slås fast i barnkonventionen. Genomförandet av barnkonventionen innebär ett politiskt ansvar för staten, det vill säga inte bara för regeringen utan för alla myndigheter och offentliga organ, således även kommunen och skolan.

Barnkonventionen säger alltså att alla barn har rätt att växa upp i trygghet och skyddas mot psykiska och fysiska övergrepp. Rätt att respekteras för vad de tycker och tänker. Barnets bästa ska alltid komma i första hand. Men hur är det i verkligheten? Är barnen trygga i sin skola, i sin närmiljö, i sin vardag? Tar vi tillvara på deras åsikter och lyssnar på vad de har att säga om hur skolan, närmiljön och vardagen skulle kunna bli tryggare för dem? Kommer barnens bästa i första hand?



Trygghet och otrygghet

Ur ett inlärnings- och utvecklingsperspektiv är varje individ helt beroende av att få känna sig trygg, sedd och välkommen i skolmiljön.

Skollagen

”Var och en som verkar i skolan ska främja aktning för varje människas egenvärde och respekt för vår gemensamma miljö. Särskilt ska den som verkar inom skolan främja jämställdhet mellan könen samt aktivt motverka alla former av kränkande behandling såsom mobbning och rasistiska beteenden” (§ 2 skollagen).

Skolans värdegrund och uppdrag

”Skolan skall främja förståelse för andra människor och förmåga till inlevelse. Ingen skall i skolan utsättas för mobbning. Tendenser till trakasserier skall aktivt bekämpas.”

Det råder ingen tvekan om att det ingår i skolans uppdrag att aktivt verka för en trygg skolmiljö. Det råder inte heller någon tvekan om att även eleverna ska ges möjlighet att påverka och delta i arbetet med att utforma och utveckla skolmiljön. Använd detta material och de föreslagna arbetsätten för att tillsammans med eleverna skapa en trygg psykisk och fysisk skolmiljö och vardag för alla som är verksamma i skolan.

Detta tema

Inom detta tema undersöker eleverna faktorer som påverkar trygghet respektive otrygghet i deras hem, närmiljö och skola. De ges möjlighet att analysera orsaker till otrygghet och dess konsekvenser. Eleverna värderar och diskuterar vad det är som får dem själva, deras klasskamrater och andra jämnåriga att känna sig trygga respektive otrygga. Slutligen ges de möjlighet att påverka hur deras närmiljö och skola ska bli en trygg plats för dem själva och deras skolkamrater. Hur de själva och deras klasskamrater genom eget agerande kan påverka såväl sina egna som andras känslor av trygghet i skolmiljön.



En "starter" är till för att väcka elevernas intresse för temat. Startern kan även användas till att sätta igång tankar om temats frågeställningar och problematik så att eleverna utifrån det kan formulera ytterligare frågor att arbeta vidare med. I detta tema ges förslag på tre olika "starters", två historier med vidhängande diskussionsfrågor och en inventeringsövning. Använd det eller de förslag som passar bäst i din klass.

Läs historien om Anna och Per eller historien om Anders för eleverna eller låt eleverna läsa själva. Låt eleverna därefter två och två eller i smågrupper diskutera de frågor som bifogas efter respektive historia.

Starter 1. Historien om Anna och Per

På morgonen när Anna vaknar känner hon sig på jättebra humör. I dag är det skola igen. Förra veckan hade hon sportlov, vilket var jätteroligt eftersom hon åkte skidor i Åre. Men nu är hon sugen på att få träffa kompisarna och fröken igen. Anna har så mycket att berätta. Till exempel om hur hon och hennes kusin trillade i skidliften och inte kunde resa på sig. Liftvakten fick stoppa hela liften. Alla som satt i liften fick vänta medan Anna och hennes kusin trasslade ut ben och skidor, vilket var svårt eftersom de skrattade så att de inte kunde resa på sig. Till slut lyckades de och liftvakten kunde sätta igång liften igen. Anna kommer också att ta med sig mössan hon köpte i Åre till skolan. Det är en mössa som har fem tofsar, alla i olika färger. Den ser lite ut som en sån där hatt som en narr kan ha i sagoböcker. Egentligen tycker Anna att den ser rätt löjlig ut men hon gillar den ändå, så hon ska ta på sig den i dag. Om någon skulle skratta åt den, så får de väl göra det. Helt säkert är i alla fall att ingen annan kommer att ha en likadan.

När Anna kommer till skolan står Eva och Lisa och väntar på henne vid grindarna till skolgården. När de får syn på Anna tjuver de ikapp och slänger sig båda runt halsen på henne. Alla tre ramlar omkull i en upplogad snödriva. Snödrivan är full med grus och lera så de blir alla rätt smutsiga på sina jackor och överdragsbyxor. Men det tycker de inte gör något utan när de är klara med kramandet springer de in mot skolans ingång. I korridoren utanför deras klassrum har flera av deras klasskamrater samlats. Det är ganska rörigt och ett par av pojkarna har någon form av lek för sig som går ut på att de knuffar på varandra med sina väskor som en kudde framför sig. Ibland trillar de in i andra klasskompisar som står i korridoren. Det går ganska livligt till och några av klasskompisarna blir irriterade på dem som knuffas. Anna, Lisa och Eva ställer sig en bit bort och pratar om vad som har hänt på sportlovet medan de väntar på fröken.

Väl inne i klassrummet hälsar fröken alla välkomna tillbaka. Hon berättar att hon har varit i Skåne och hälsat på sina föräldrar under sportlovet. Nu är hon naturligtvis intresserad av att höra vad alla i klassen har gjort. Hon ber dem därför att skriva ner



ord som beskriver vad de har gjort på en lapp och med den som stöd sedan berätta för hela klassen. Anna bestämmer sig direkt för att berätta om hur hon låg och sprattlade i skidliften. Hon är också glad över att hon har tagit med sig sin mössa. Nu kan hon ju visa upp den och på så sätt göra sin berättelse ännu bättre. Hon kanske även kan berätta om hur rädd hon var första gången hon kom upp på Åreskutan, hur högt det hade verkat och hur hon inte trodde att hon skulle klara att ta sig ner. Hon får se hur mycket hon kan få med under de fem minuter de har för att framföra sin berättelse. När fröken frågar vem som vill börja berätta räcker Anna och tre andra i klassen upp sina händer. Anna får berätta som nummer tre. Efter fem minuter får fröken avbryta Anna som inte riktigt hinner med att berätta allt som hon vill. Men hon hinner berätta om skidliften och hon hinner visa mössan. När hon sätter sig känner hon sig nöjd och glad. Klassen hade skrattat gott åt hennes historia och åt hennes roliga mössa.

På morgonen när Per vaknar känner han att han har ont i magen. Han vill inte gå upp ur sängen och han vill framför allt inte gå till skolan. Förra veckan hade han sportlov, det var skönt. Han och hans familj var på familjens lantställe som ligger på Orust. Eftersom vintern varit mycket kall låg isen tjock kring Orust. Detta gjorde att Per för första gången tillsammans med sin morfar, som bor på Orust, kunde gå långt ut på isen och borra upp hål att fiska i. Per fick en jättestor gädda, så stor så att den inte gick att få upp i hålet. Morfar fick borra upp ett hål vid sidan av medan Per höll i allt vad han orkade. När morfar lyckades få upp ett tillräckligt stort hål gällde det att få tag i gäddans bakdel med en håv. Efter en ganska lång stund lyckades morfar med det. Gäddan vägde över fem kilo och morfar sa att det var den största han hade sett. Per trodde att morfar nog inte talade sanning då, men var ändå stolt som en tupp över sin fångst. Under lovet var Per och hans mamma även inne i Göteborg och köpte en ny jacka. Per fick välja helt själv och han tyckte att den jacka han valde var både snygg och tuff. Nu när han ska gå till skolan känns det jobbigt att han har en ny jacka. Säkert kommer någon att se att den är ny och kommentera det. Kanske kommer de säga att den är ful.

När Per kommer till skolan ser han redan på långt håll att Eva och Lisa står vid grinden till skolgården. Per funderar ett tag på om han kan gå en annan väg, men han är tvungen att gå genom grinden. När han är ett par meter från grinden tystnar Eva och Lisa. De tittar på honom. Per vänder bort blicken och när han går förbi hör han hur de fnissar. Säkert är det hans nya jacka de skrattar åt tänker han. I korridoren utanför klassrummet är det rörigt. Några av pojkarna i



klassen har sina väskor och ryggsäckar på magen och springer och puttar på varandra. En av pojkarna får syn på Per och tar sikte. Knuffen får Per att trilla baklänges. Han landar precis där alla ställer sina skor. Det gör ont och dessutom blir både hans byxor och jacka blöta och smutsiga. De andra pojkarna skrattar. Vilken tackling, säger en av dem. Per känner hur tårarna är nära, men han vill inte visa att han blir ledsen. Därför går han in på toaletten. Det är alltid så här. Det knuffas, sparkas och skriks utanför klassrummet och Per tycker inte om de här lekarna och är aldrig med själv. Ändå har han mer än en gång fått en avsiktlig eller oavsiktlig knuff. Per väntar inne på toaletten tills han hör frökens röst. Han går ut och hänger upp sin smutsiga jacka och går in.

Väl inne i klassrummet hälsar fröken alla välkomna tillbaka. Hon berättar att hon har varit i Skåne och hälsat på sina föräldrar under sportlovet. Nu är hon naturligtvis intresserad av att höra vad alla i klassen har gjort. Hon ber dem därför att skriva ner ord som beskriver vad de har gjort på en lapp och med den som stöd sedan berätta för hela klassen. Per blir alldeles kall. Det onda i magen känns ännu värre. Det här är det värsta han vet. Han hatar att stå där ensam och prata och dessutom har han ju ingenting som är spännande att berätta. Klassen kommer att skratta åt honom och tycka han är löjlig. När fröken frågar vem som vill börja är Pers lapp nästan tom. Per tittar ner i bänken försöker göra sig så liten som möjligt. När nästan alla har berättat sitter Per fortfarande och tittar ner i bänken. Han har inte hört vad någon har berättat. Han har bara tänkt på hur otäckt han tycker det är att stå där framme. Han tänker på att hans byxor är smutsiga och att alla kommer att se det och han känner hur ont han har i magen. När fröken till slut vänder sig till Per och säger att det är hans tur reser sig Per upp och mumlar att han har ont i magen och måste gå på toaletten. Därefter springer han ut ur klassrummet.

Frågor att diskutera

- *Varför tror du att Anna ser fram mot att gå till skolan och Per helst skulle vilja slippa?*
- *Hur kommer det sig att det kan vara en sån skillnad för två personer som går i samma klass?*
- *Vad kan man göra för att alla ska känna det som Anna gör?*
- *Hur gör ni på er skola för att alla ska trivas och känna sig trygga?*



Starter 2. Historien om Anders

Anders är tio år och går eller cyklar själv till skolan. Det har han fått tillåtelse av sina föräldrar att göra för det är gång- och cykelväg hela vägen hemifrån till skolan. Däremot får han inte cykla på några gator med biltrafik och han måste alltid ha på sig sin cykelhjälm. Hans föräldrar har också sagt att han inte får lämna cykeln där han inte kan låsa fast den, utan att den måste stå i cykelställ där han kan göra det. De har inte råd att köpa en ny om den skulle bli stulen.

På Anders väg till skolan finns två ställen han inte tycker om att cykla förbi. Det ena är en tunnel som går under den starkt trafikerade vägen som ligger mellan hans hem och skolan. Tunneln är mycket dåligt upplyst och de få lampor som finns där är ofta sönderslagna. Där brukar det dessutom, speciellt när det regnar, stå en samling med fulla gubbar och dricka. Ibland är de högljudda och grälar med varandra. En gång var det en gubbe som skrek åt Anders och försökte stoppa honom när han cyklade förbi. Sedan dess är Anders rädd för att cykla genom tunneln. Han brukar försöka se om någon står i tunneln innan han åker igenom. Men det är svårt då det ofta är mörkt därinne. Det har därför hänt att han har cyklat upp på vägen fast han inte får. Det andra stället han inte tycker om är där skolans cykelställ finns. Det är precis bakom ett förrådshus och där brukar äldre elever, de som går i 7:an till 9:an, ibland stå och tjuvröka. En gång när Anders skulle låsa fast sin cykel så var det en äldre elev som sa: Vad glor du på? Anders svarade att han inte alls glodde på något. Men den äldre eleven fortsatte och sa att han visst glodde och att Anders inte skulle kaxa upp sig för då skulle han få stryk.

Numera lämnar Anders sin cykel ett kvarter före skolan. Det finns inget att låsa fast cykeln vid där, men Anders vågar inte åka till skolans cykelställ. Han är rädd för att den äldre eleven ska stå där och bråka med honom. Men det känns inte riktigt bra för Anders att göra på det här sättet. Nu sitter han nästan hela dagen i skolan och oroar sig för att cykeln ska vara stulen när han kommer för att hämta den.

Frågor att diskutera

- *Vad är det som gör att Anders bryter mot två av sina föräldrars regler?*
- *Hur tycker du att Anders skulle göra i stället?*
- *Finns det ställen på din skolväg som känns otrygga? Varför det i så fall?*
- *Finns det platser i er skola som känns otrygga?*
- *Hur är de äldre eleverna i er skola, eller äldre ungdomar ni möter utanför skolan, mot er?*



Starter 3. Inventeringsövning

Skriv orden trygghet respektive otrygghet på varsin halva av tavlan i klassrummet. Be eleverna ge exempel på saker, tillfällen eller situationer som gör att man känner sig trygg respektive säker, tillfällen eller situationer som gör att man känner sig otrygg. Skriv upp de exempel eleverna föreslår under respektive ord det tillhör. Fråga och diskutera med eleverna på vilka sätt man skulle kunna förstärka de saker som gör att man känner sig trygg och hur man skulle kunna göra för att ta bort de saker som gör att man känner sig otrygg. Fråga därefter eleverna om några av de exempel som de har beskrivit under otrygghet finns i skolan. Använd de frågor eller problem som dyker upp för att fortsätta ett arbete genom de kvalitativa utvecklingsfaserna.



Förslag på frågor att undersöka (nivå 1)

Vad är trygghet?

Vad är otrygghet?

Hur känns det i kroppen när man känner sig otrygg? Beskriv.

Vad är du rädd för?

Vad är dina kompisar rädda för?

Finns det något som gör dig otrygg i skolan?

Kan vuxna vara rädda och känna sig otrygga?

Förslag på tillvägagångssätt

Diskutera frågorna i smågrupper.

Slå upp ord ni inte förstår i en ordbok.

Skriv ner eller berätta hur du känner.

Gör en undersökning bland dina klasskamrater.

Fråga dina föräldrar eller mor- och farföräldrar.

Förslag på frågor att undersöka (nivå 2)

I barnkonventionen står bland annat att

”alla barn i hela världen har rätt att leva och utvecklas, rätt att växa upp i trygghet och skyddas mot psykiska och fysiska övergrepp. Rätt att accepteras för vad de tycker och tänker och att barnets bästa alltid skall komma i första hand.”

Vad är barnkonventionen för något? Är det en lag?

Vad betyder rätt att växa upp i trygghet?

Vad betyder att barnets bästa alltid ska komma i första hand?

Kan du eller dina kompisar ge ett exempel på när barnens bästa har kommit i första hand?

Vad är Barnombudsmannen? Och vad gör ”han”?

Använder din skolas rektor och lärare barnkonventionen? I så fall hur?

Känner dina föräldrar och dina kompisars föräldrar till barnkonventionen?



Skolan är barnens och skolpersonalens arbetsplats.

Finns det lagar som bestämmer att man ska vara trygg på sin arbetsplats?

Kan vuxna känna sig otrygga på sin arbetsplats ibland?

I vilka yrken tror du att man kan känna sig otrygg? Varför då?

Förslag på tillvägagångssätt

Diskutera frågorna i smågrupper.

Slå upp ord ni inte förstår i en ordbok.

Skriv ner eller berätta om dina erfarenheter.

Gör en undersökning bland dina klasskamrater.

Fråga din lärare eller skolans rektor.

Sök i litteratur och på Internet.

Ta kontakt med Barnombudsmannen.

Fråga dina föräldrar eller mor- och farföräldrar.

Fråga vuxna som arbetar med olika saker.



Förslag på frågor att analysera (nivå 1)

Kan det som skapar trygghet vara olika saker för dig och din kompis? Finns det saker som gör att alla känner sig trygga? Ge exempel.

Kan det som skapar otrygghet vara olika för dig och din kompis? Finns det saker som gör att alla känner sig otrygga? Ge exempel.

Kan man bli sjuk av att känna sig otrygg?

Kan det vara så att man arbetar sämre och lär sig mindre i skolan om man blir retad eller känner sig otrygg av någon annan orsak? Hur hänger det i så fall ihop tror du?

Kan det vara så att man undviker att göra vissa saker för att man känner sig otrygg? Vad kan det vara i så fall? Ge exempel.

Kan det vara så att man ibland gör saker mot sin vilja för att man inte vågar göra som man själv vill? Vad beror det på i så fall? Ge exempel.

Vad gör vuxna otrygga?

Kan ungdomar göra så att äldre människor känner sig otrygga? I så fall hur då? Kan du ge exempel på hur det märks?

Förslag på tillvägagångssätt

Diskutera frågorna i smågrupper.

Slå upp ord ni inte förstår i en ordbok.

Skriv ner eller berätta hur du känner.

Gör en undersökning bland dina klasskamrater.

Fråga dina föräldrar eller mor- och farföräldrar.

Fråga din lärare eller annan skolpersonal.



Förslag på frågor att analysera (nivå 2)

Varför tror du att barnkonventionen har tagits fram?

På vilket sätt påverkar barnkonventionen barn i Sverige?

Hur tycker du att det som står i barnkonventionen påverkar din skola? Kan du ge exempel? Finns det tillfällen då du tycker att din skola bryter mot barnkonventionen? I så fall när då och hur då?

Tycker du att barn i Sverige har det som barnkonventionen säger att barn ska ha det? Ge exempel på hur det stämmer eller inte stämmer.

Om man jämför Sverige med andra länder, är barn mer eller mindre trygga? Ge exempel.

Finns det olika former av otrygghet på arbetsplatser? Vad får exempelvis en som arbetar i affär att känna sig otrygg? Eller någon som arbetar på kontor? Eller någon som arbetar som byggnadsarbetare? Eller en som arbetar som lärare?

Om man jämför – finns det arbeten som är mer otrygga än andra?

Om någon vuxen skulle bli retad eller slagen på sin arbetsplats, vad skulle hända då?

Är det skillnad på om en vuxen eller ett barn blir retad eller slagen? I så fall vad är skillnaden?

Förslag på tillvägagångssätt

Diskutera frågorna i smågrupper.

Slå upp ord ni inte förstår i en ordbok.

Skriv ner eller berätta om dina erfarenheter.

Gör en undersökning bland dina klasskamrater.

Fråga din lärare eller skolans rektor.

Sök i litteratur och på Internet.

Ta kontakt med Barnombudsmannen.

Fråga dina föräldrar eller mor- och farföräldrar.

Fråga vuxna som arbetar med olika saker.



Heta stolen-övning

Sätt eleverna på stolar i en halvcirkel. Läs upp nedanstående påståenden för eleverna och be dem ta ställning för eller emot genom att resa sig (håller med) eller sitta kvar (håller inte med). Ställ sedan följdfrågor utifrån hur de har svarat, så att eleverna får utveckla sina ställningstaganden.

Alla har rätt att säga vad de tycker och tänker.

Det är alltid lätt att säga vad man tycker och att stå för sin åsikt.

Det är modigt att säga vad man tycker.

Alla har rätt att sätta på sig vilka kläder de vill.

Du tänker aldrig på vad andra kan tänka eller säga när du väljer vilka kläder du ska ha på dig.

Om någon retas bör man säga till den som retas att sluta.

Du säger alltid till om någon retas.

Lärarna säger alltid till om någon retas.

Om fler lärare var ute på rasterna skulle skolan vara tryggare.

Det finns platser i skolan som känns otrygga.

Ibland blir jag rädd för äldre elever.

Ibland märker jag att yngre elever är rädda för oss som är något äldre.

Det är de vuxnas ansvar att se till att barn alltid är trygga.

Alla som går eller arbetar i skolan kan bidra till att det blir en trygg plats.

Fyra hörn-övning

Ställ en av nedanstående frågor till eleverna och ange samtidigt de tre givna svarsalternativen och ett öppet svarsalternativ. Varje svarsalternativ motsvaras av ett hörn i rummet. Eleverna svarar sedan på frågan genom att ställa sig i det hörn av rummet som, enligt deras åsikt, representerar det rätta svarsalternativet. Gå sedan runt och ställ följdfrågor till eleverna i respektive hörn.



Vad är det, enligt dig, som visar att en person är trygg?

1. Han eller hon är jämt glad.
2. Han eller hon är alltid snäll.
3. Han eller hon säger alltid vad han eller hon tycker.
4. Eget förslag.

Vem eller vilka är det som kan påverka en person att bli trygg?

1. Personens föräldrar.
2. Personen själv.
3. Personens kompisar.
4. Eget förslag.

Vad är det, enligt dig, som visar att en klass är trygg?

1. Man retas inte i klassen.
2. Alla vågar vara sig själva.
3. Alla i klassen är kompisar och kan leka med varandra.
4. Eget förslag.



Vem eller vilka är det som bäst kan påverka att klassen blir trygg?

1. *Klassens lärare.*
2. *Eleverna i klassen.*
3. *Elevernas föräldrar.*
4. *Eget förslag.*

Vad är det, enligt dig, som visar att en skola är trygg?

1. *Man retas inte i skolan.*
2. *Alla, även de yngre eleverna, vågar säga vad de tycker och tänker.*
3. *Alla, elever och vuxna, blir behandlade på samma sätt.*
4. *Eget förslag.*

Vilka kan mest påverka att skolan blir en trygg plats för alla som vistas där?

1. *Eleverna i skolan.*
2. *Rektor och lärarna.*
3. *Föräldrarna.*
4. *Eget förslag.*



Dokumentation

Låt eleverna dokumentera och sammanställa sina nyvunna kunskaper. Dokumentation kan göras i form av en gemensam utställning, skoltidning, teaterpjäs eller i personliga elevböcker.

Vad kan vi tillsammans göra för att få en tryggare skola?

Låt eleverna diskutera nedanstående frågor. Dela in eleverna i grupper om två eller fyra.

- *Vad kan de vuxna som arbetar i skolan göra för att skolan ska bli en tryggare och trivsammare plats för alla som vistas där?*
- *Vad kan dina och dina klasskamraters föräldrar göra för att skolan ska bli en tryggare och trivsammare plats för alla som vistas där?*
- *Vad kan dina klasskamrater och övriga elever göra för att skolan ska bli en tryggare och trivsammare plats för alla som vistas där?*
- *Vad kan du göra för att dina klasskamrater, övriga skolkamrater och de vuxna som arbetar i skolan ska trivas bättre och känna sig trygga?*

Låt eleverna skriva ner sina svar och åtgärdsförslag. Låt samtliga grupper därefter presentera sina förslag för hela klassen. Skriv upp de olika åtgärdsförslagen på tavlan eller i ett gemensamt dokument. Gå därefter igenom och diskutera samtliga förslag med klassen. Be eleverna att "rangordna" förslagen utifrån vilka förslag som vore bäst att ta tag i först. Sammanställ de tre eller fyra förslag som får flest "röster" inom respektive frågeområde.



Förslagen till de vuxna i skolan

De förslag som rör vilka insatser de vuxna kan göra i skolan kan överlämnas till rektor för vidare beredning i kollegiet. Tänk på att det är oerhört viktigt för eleverna att få någon form av återkoppling på sina förslag.

Förslagen till föräldrarna

De förslag som gäller vad föräldrar kan göra kan överlämnas och diskuteras på ett gemensamt möte med elever och föräldrar. (Se Föräldrasamverkan i inledningskapitlet.)

Förslagen till klassen

De förslag som gäller vad eleverna själva kan göra kan sättas ihop till en affisch eller liknande som sätts upp i klassrummet, elevhall eller liknande. Förslagen bör kontinuerligt följas upp i klassamtal, kompisamtal, utvecklingssamtal eller liknande.

Förslagen till en själv

De förslag som gäller eleven själv, kan hon eller han skriva ner på en lapp och sätta fast under bänkklocket (eller på annan plats om man inte har bänkar med lock). Förslagen bör kontinuerligt följas upp så att varje elev får en känsla av hur väl hon eller han lever upp till sitt "eget ansvar" för en tryggare skola.