



# Normer och värden

i vardag, skola och samhälle



Roligt  
att ses!

Hej!





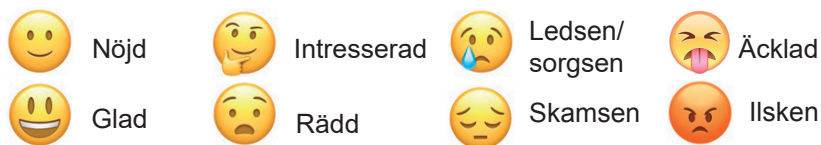
## Hej!

Den här boken ska ge dig bättre förutsättningar att förstå vårt svenska samhälle och hur det fungerar.

Vi vill ge nyanlända ensamkommande barn bättre förutsättningar att förstå vårt svenska samhälle och hur det fungerar. Materialet ger dig en möjlighet att kunskapsmässigt komma ikapp det värdegrundsarbete man som elev gör under åren i svensk grundskola.

För att underlätta ditt eget arbete med självkänsla och självinsikt har vi valt att börja och avsluta varje kapitel med bilder på olika känslor.

Nedan ser du vår tolkning av bilderna:



EUROPEISKA UNIONEN  
Asyl-, migrations- och  
integrationsfonden

Vi främjar migrationens möjligheter genom att driva ett projekt som medfinansieras av Asyl-, migrations- och integrationsfonden.

**Best Practice**

A decorative red dashed line graphic that starts from the left edge, loops around, and then extends towards the top right corner of the page.

## Innehåll

1. <b>Inledning</b> .....	4
<i>Hemuppgift</i> .....	6
2. <b>Att navigera i livet</b> .....	8
<i>Hemuppgift</i> .....	9
3. <b>Demokrati och mänskliga rättigheter</b> .....	11
<i>Hemuppgift</i> .....	12
4. <b>Allas lika värde</b> .....	14
<i>Hemuppgift</i> .....	15
5. <b>Frihet och ansvar</b> .....	17
<i>Hemuppgift</i> .....	18
6. <b>Våldsbejakande extremism</b> .....	20
<i>Hemuppgift</i> .....	21
7. <b>Identitet</b> .....	22
<i>Hemuppgift</i> .....	24
8. <b>Relationer och känslor</b> .....	26
<i>Hemuppgift</i> .....	29
9. <b>Du och din familj</b> .....	31
<i>Hemuppgift</i> .....	32
10. <b>Vad tar du med dig?</b> .....	34



Hur mår du idag?  
Ringa in ett ansikte.

# Hej!

## 1. Inledning

Kursen *Normer och värden* ska hjälpa dig att förstå mer av det svenska samhället och hur det fungerar. Det är inte alltid så lätt att komma till ett nytt land med ett nytt språk. Det kan vara mycket som är nytt för dig. När du går den här kursen får du lära dig mer om de normer och värden som vårt svenska samhälle är byggt på.

Om du slutför kursen och blir godkänd kommer du att få ett diplom. Om du inte blir godkänd i alla delar, får du ett intyg istället. Dessa två kan du till exempel använda när du söker praktik eller arbete.

Det betyder att alla skolelever ska lära sig om demokrati och mänskliga rättigheter för att kunna använda sig av det i sin vardag. Alla skolelever ska lära sig om svenska lagar och regler. Om man vet vad som gäller är det enklare att göra rätt.

Det betyder också att man ska kunna förstå sig själv och andra människor och hur samhället fungerar. I Sverige arbetar man med normer och värden redan från förskolan. Det är ett arbete som fortsätter genom hela livet.

På nästa sida kan du läsa om Maria och Simon. Under kursen kommer du att få följa dem i olika situationer.

### För att få diplom måste du:

- ha deltagit aktivt i lektionerna
- ha gjort dina hemuppgifter
- kunna visa att du fått förståelse för och kunskap om de ämnen som kursen innehåller

### Så här står det i grundskolans läroplan:

*”Skolan ska aktivt och medvetet påverka och stimulera eleverna att omfatta vårt samhälles gemensamma värderingar och låta dem komma till uttryck i praktisk vardaglig handling.”*



### **Maria**

Maria är 16 år. För 2 år sedan flyttade hon tillsammans med sin familj till Sverige. Marias föräldrar kommer från två olika länder, vilket gör att familjen pratar tre olika språk. Maria har två syskon, en lillasyster och en storebror.

### **Simon**

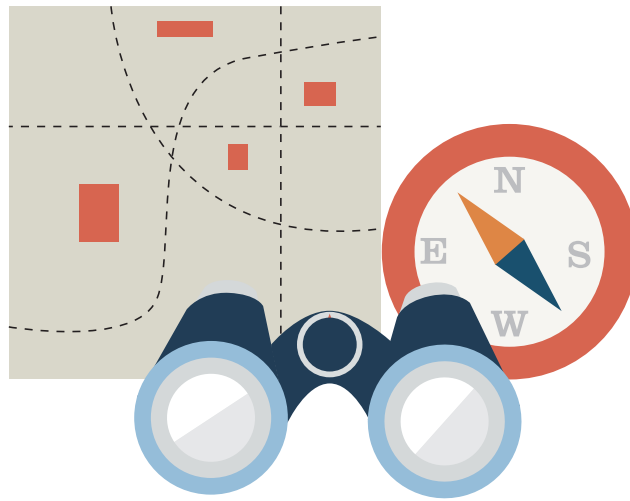
Simon är 17 år. För 3 år sedan kom han till Sverige som ensamkommande barn för att söka asyl. Nu bor han på ett boende tillsammans med andra ensamkommande pojkar och flickor som också söker asyl i Sverige. Simons föräldrar och två småsyster är fortfarande kvar i hemlandet. Maria och Simon har börjat i gymnasiet och går i samma klass.

### **Fundera på:**

- Varför behöver vi normer?
- Vad är skillnaden mellan normer och värden?
- Hur kan Simon och Maria lära sig mer om svenska normer och värden?
- Vad skulle du vilja berätta för dem om det svenska samhället?
- Vilken nytta har man av det man lär sig i skolan?
- Är det någon skillnad mellan hur du lever nu och förut?
  - I skolan?
  - I samhället?







## 2. Att navigera i livet

I livet möter du många olika situationer där du behöver bestämma dig för hur du ska göra, och hur du ska bete dig. Ibland kan det kännas enkelt och du vet vad som är rätt i situationen. Andra gånger kanske du inte alls känner dig lika säker. Det kan också hända att du efteråt känner att du tagit fel beslut. Ibland funderar du på varför du känner som du gör och varför du påverkas, medan andra kanske inte reagerar alls.

När man är barn och ungdom är det viktigt att få hjälp och stöd i sin utveckling. Vanligtvis har man sina föräldrar och sin familj som finns där när det behövs. I skolan har lärare och personal till uppgift att hjälpa sina elever framåt.

Oavsett hur en människas livssituation ser ut är det vanligt att man funderar på vad som är rätt och fel. Många saker påverkar om man tar bra eller dåliga beslut. Det är viktigt att man utvecklar sitt konsekvenstänkande.

Att hantera livet och de krav som ställs på en är inte alltid så enkelt, speciellt inte om man som barn lever utan sin familj. Då är det ännu viktigare att man har andra trygga vuxna att vända sig till.

### SIMONS VAL

Simon och Maria är på väg hem från skolan. De möter Peter, en kille i klassen. När de nästan har passerat varandra knuffar Peter till Maria och säger hånfullt;

– *Din mamma är en hora* och skrattar till.

Maria reagerar direkt och slår till Peter i ansiktet. Simon står tyst och chockad bredvid. Han vet inte vad han ska göra. Peter blir först förvånad, sedan säger han argt:

– *Vad fan gör du, det här ska du få för!* och går därifrån.

Simon och Maria går tysta hemåt. Dagen efter ringer Peters mamma till rektorn och säger att Maria har slagit honom. Rektorn kallar in Simon till ett möte och frågar om Simon såg vad som hände mellan dem båda. Simon svarar nej.

### Fundera på:

- Hur blir situationen hos rektorn för Simon?
- Hur skulle du ha gjort?
- Vad påverkar ditt val?
- Hur är du lojal? Mot vem, eller vilka?
- Vad innebär det att kränka någon?
- Kan man säga vad som är rätt eller fel?









### 3. Demokrati och mänskliga rättigheter

*Demokrati och mänskliga rättigheter hör ihop. Man kan också säga att det finns mänskliga skyldigheter. Det innebär att en rättighet för dig alltid är en skyldighet för någon annan. Sverige har skrivit på många olika konventioner, ett exempel är FN:s konvention om mänskliga rättigheter. Sverige har även skrivit under på att följa Barnkonventionen. En konvention är regler som flera länder kommit överens om. Den 13 juni 2018 fattade Riksdagen beslut om att konventionen om barnets rättigheter ska ingå i svensk lag den 1 januari 2020.*

#### Vad är demokrati?

Demokrati är ett sätt att ordna samhället och är motsatsen till diktatur. Ordet demokrati betyder folkstyre, det vill säga att folket väljer de politiker som sedan styr landet.

#### Vad är mänskliga rättigheter?

Alla människor är födda fria och har lika värde, och därför har vi samma rättigheter och skyldigheter. Det finns olika typer av rättigheter.

Människor ska ha rätt att säga vad de tycker, tro på vilken gud de vill och kunna välja att vara med i föreningar. Människor ska ha rätt till ett arbete och att äta sig mätta. Människor som inte kan arbeta ska få hjälp av samhället. Alla ska ha rätt till sjukvård samt rätt till att lära sig läsa och skriva.

Det är staten som har huvudansvaret för att skydda människor och se till att de får sina rättigheter. I Sverige skyddas de mänskliga rättigheterna även i grundlagarna.

Barnkonventionen handlar om mänskliga rättigheter för barn och ungdomar upp till 18 år. Av 246 länder i världen har bara 196 skrivit under.

#### **NU OCH DÅ**

Simon minns hur det var där han bodde förut. Där kunde han inte gå i skola. Han var tvungen att hjälpa sin mamma att få pengar till familjen så de kunde köpa mat. Nu orkar han inte vara i skolan så mycket för att han saknar sin familj.

Maria ringer och tjarar om att han ska komma till skolan. Samtidigt som att han längtar efter familjen, är han nervös för att de ska komma till Sverige.



#### **Fundera på:**

- Vad kan det få för konsekvenser när Simon inte deltar i skolarbetet?
- Vad är mänskliga rättigheter för dig i din vardag?
- Vad är mänskliga skyldigheter för dig i din vardag?







Hur mår du idag?  
Ringa in ett ansikte.



## 4. Allas lika värde

*Vi människor ska behandlas lika och ha samma rättigheter, men så fungerar det inte alltid i världen. En del människor anser sig vara bättre än andra. Ibland värderas man utifrån fördomar. Det kan vara svårt att veta var gränsen går mellan en åsikt och en fördom. Det kan också vara svårt att veta när en åsikt eller en fördom blir diskriminerande.*

Att bo i ett demokratiskt land skiljer sig mycket från att bo i en diktatur. I en del länder görs det också stor skillnad på människor beroende på om du är man eller kvinna, tjej eller kille. Det kan visa sig när det gäller mänskliga rättigheter och till och med i landets lagstiftning om vad som är tillåtet att göra beroende på ditt kön.

Du har rätt att vara den du är, oavsett hur du är som person och vilken religion du har. Det spelar ingen roll hur du ser ut och varifrån du kommer. Det är du som bestämmer över din kropp, dina känslor och dina tankar oberoende av var du bor eller vilket språk du talar. Du äger rätten till din egen sexualitet.

Ingen har rätt att kränka eller behandla dig illa. Att kränka eller behandla någon illa är straffbart enligt lag både i Sverige och i många andra länder. Vi har rätt att behandlas utifrån mänskliga rättigheter just för att vi är människor.

### **👉 ATT FÅ VARA MED**

Det är idrottslektion. Läraren utser Simon och Maria till lagledare, de ska välja varsitt lag. Simon och Maria är duktiga på idrott. Båda tycker om att tävla och vill alltid vinna. Som alltid blir Stina, Ali och Erik sist valda när lagen ska väljas.

### **Fundera på:**

- Varför tror du att Stina, Ali och Erik blir sist valda på idrottslektionerna?
- Hur tror du att det känns att hamna i den här situationen?
- Vad kan du göra i din vardag för att behandla alla lika?
- Varför har vi fördomar?
- Har alla människor fördomar?
- Var går gränsen mellan åsikt och fördom?









Hur mår du idag?  
Ringa in ett ansikte.

## 5. Frihet och ansvar

Som alla andra samhällen har Sverige lagar och regler. Vi har till exempel skolplikt och åldersgränser för när man får göra olika saker som barn och ungdom. Vi har också rättigheter, ett exempel är abortlagen som ger gravida rätt att avbryta graviditeten. Det är viktigt att veta vad som gäller för att kunna göra rätt. Staten och religionen är åtskilda vilket betyder att religionen är privat och att staten utgår från riksdagens lagar.

### Åldersgränser som är viktiga att känna till:

#### 12 år

Om dina föräldrar vill att du ska byta efternamn krävs ditt godkännande.

#### 13 år

Du får ha lättare arbete högst 12 timmar per vecka under skolveckorna.

#### 15 år

Du blir straffmyndig. Det betyder att du kan straffas om du begår ett brott.

Du får ta körkort för moped.

Du får se barnförbjudna filmer på bio.

Det är tillåtet att ha sex med någon som också har fyllt 15 år. Men bara om båda vill.

#### 16 år

Du får starta en egen firma. Du får själv bestämma över de pengar du tjänar genom arbete.

Du får ta körkort för lätt motorcykel och förarbevis för skoter.

#### 18 år

Du blir myndig och räknas som vuxen.

Du får gifta dig om du vill, rösta och teckna avtal.

Du får ta körkort för bil och tung motorcykel. Om du går en yrkeskompetensutbildning

får du ta körkort för tung trafik vid 18 års ålder.

Du får dricka alkohol på platser där serveringstillstånd finns.

Du får köpa tobak.

#### 20 år

Du får handla alkohol på Systembolaget.

Om man brutit mot någon lag, kan det till exempel innebära att man inte får ta körkort

förrän vid 20 års ålder. En annan konsekvens kan vara att man registreras i

belastningsregistret. Beroende på din ålder och vad du gjort ser straffskalorna olika ut.

## SOMMARJOBB

Simon och Maria har fått sommarjobb på ortens campingkiosk där de säljer fika, glass och hamburgare. De två första dagarna går bra när de arbetar tillsammans. Den tredje arbetsdagen kommer Maria nästan en timme för sent.

Det första hon ser när hon närmar sig kiosken är en lång kö av irriterade kunder. Simon är stressad, svettig och jobbar så snabbt han kan. Maria säger till Simon att hon är trött och har försovit sig eftersom hon spelat fotbollsmatch kvällen innan.

### Fundera på:

- Vad händer när Maria kommer för sent?
- Varför är det viktigt att passa tider?
- Hur tror du att Simon känner sig?

### Hemuppgift

#### LAGAR OCH REGLER

1. Skriv och berätta om 3 lagar, och vilka konsekvenser det får om man bryter mot dem.
2. Vilka regler finns det? Skriv några som du känner till. Vad tycker du om dem?
3. Skriv ner dina svar och redovisa din hemuppgift under nästa lektion.

LAG

KONSEKVENNS

1.

2.

3.

## REGLER

Skolan	Hemmet
Samhället	Trafiken

### Vill du veta mer?

[www.polisen.se](http://www.polisen.se)  
[www.hallsverigerent.se](http://www.hallsverigerent.se)  
[www.kronofogden.se](http://www.kronofogden.se)  
[www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se)  
[www.arbetsformedlingen.se](http://www.arbetsformedlingen.se)  
[www.platsbanken.se](http://www.platsbanken.se)  
[www.csn.se](http://www.csn.se)  
[www.konsumentverket.se](http://www.konsumentverket.se)



Hur känns det efter  
dagens lektion?  
Ringa in ett ansikte.

## 6. Våldsbejakande extremism



Våldsbejakande extremism kallar man de rörelser, synsätt och miljöer som tycker att man kan använda våld för att driva igenom förändringar i samhället. Det går inte att säga exakt vem som riskerar att radikaliseras eller riskerar att bli extrem. Däremot kan man säga att en person som radikaliseras ofta ser saker i svart eller vitt, och söker enkla svar på svåra frågor. Våldsbejakande extremister använder själva våld eller uppmuntrar och stödjer andra att använda våld för att nå sina mål. I Sverige är detta brottsligt.

I Sverige har vi åsiktsfrihet, och den ska vi vara rädda om. Att kunna ifrågasätta och tycka det man vill är en del av demokratins grund. Starka åsikter behövs för samhällets utveckling. Men när man påverkar samhället på ett odemokratiskt sätt, har man passerat en gräns. Våldsbejakande extremism handlar inte bara om att själv utöva våld på olika sätt. Att stödja eller uppmuntra andra att utöva våld för att nå sina ideologiska mål är också våldsbejakande extremism.

Vem som anses vara radikal eller extrem ändrar sig över tid, det kan även bero på i vilken typ av samhälle man lever. I början av 1900-talet i Sverige tyckte man att de personer som kämpade för förslaget på åtta timmars arbetsdag var radikala och extrema. Idag är det norm.

För att kunna hjälpa någon att komma bort från en extrem miljö är det viktigt att utmana personens sätt att se på världen och sätt att tänka.

När vi arbetar förebyggande mot radikaliserings och våldsbejakande extremism, kan vi hindra personer från att delta i sådana brott som kan skada eller döda andra eller dem själva. Enligt svensk lag ska alla kommuner i Sverige arbeta för att våldsbejakande extremism inte ska uppstå eller finnas.

Många myndigheter arbetar förebyggande, men det är polisen som har ansvar för att utreda och gripa brottslingar när ett brott begåtts. Även skolan ska arbeta mot radikaliserings och våldsbejakande extremism. I skollagen står att skolan har som uppgift att fostra demokratiska elever.



### Fundera på:

- Vad tror du det beror på att en del människor radikaliseras?
- Vilka olika typer av våld finns det?



## 7. Identitet



*Ibland funderar du kanske över vem du är, eller varför du känner som du gör. De allra flesta människor har såna tankar. Det är också vanligt att man funderar på varför man väljer att göra som man gör.*

Alla människor ingår i flera olika kulturer. Det påverkar både hur vi tänker och hur vi gör. När du kommer till ett nytt land, kan det vara svårt att förstå hur det nya landets samhälle och kultur fungerar.

I svensk skola får du lära dig hur viktigt det är att ha egna tankar, idéer och åsikter. Vårt samhälle uppmuntrar till att du som barn och ungdom väljer vilka mål du har i livet.

Att vara trygg i sin identitet blir ännu viktigare när man ska lära sig leva i ett nytt land. Vem är du i allt det nya, och vad är viktigt för dig? Hur ska du göra för att utöka dina kunskaper om de normer och värden samt lagar och regler som finns i Sverige och samtidigt behålla din identitet? Att förena den kulturella bakgrunden som du tar med dig från ditt hemland med allt det nya kan vara en utmaning, men väldigt viktigt.

Sverige har inte alltid sett ut som det gör idag. De normer och värden som vårt samhälle vilar på, har utvecklats över tid. Sverige har gått från att vara bondesamhälle till att vara en högteknologisk nation.

Visste du att mellan år 1850 och 1920 utvandrade nästan en miljon svenskar till Amerika på grund av svält och fattigdom och att det var först år 1921 som de flesta kvinnor fick rösträtt i Sverige? Eller att Sverige år 1979 var det första landet i världen som förbjöd barnaga? 1944 blir homosexualitet tillåtet, men först 1979 beslutar Socialstyrelsen att homosexualitet inte ska ses som en sjukdom.

Många av Sveriges högtider och traditioner kommer från kristendomen, men du behöver inte vara troende för att följa dem. Du kan också välja om du vill fira de svenska högtiderna, eller inte.

### **VEM ÄR JAG?**

Simon och Maria har båda erfarenheter av flera olika kulturer. Det kan vara bra att känna sig hemma i flera kulturer, men ibland är det också svårt när kulturer krockar med varandra. Simon har valt att inte utöva någon religion i Sverige, men hans familj i hemlandet är troende. Maria är troende, och det krockar med hennes dröm att bli modell. Båda två tycker det är skönt att spela fotboll, för då kan de bara vara utan att behöva tänka på något annat.

### **VAD ÄR OKEJ?**

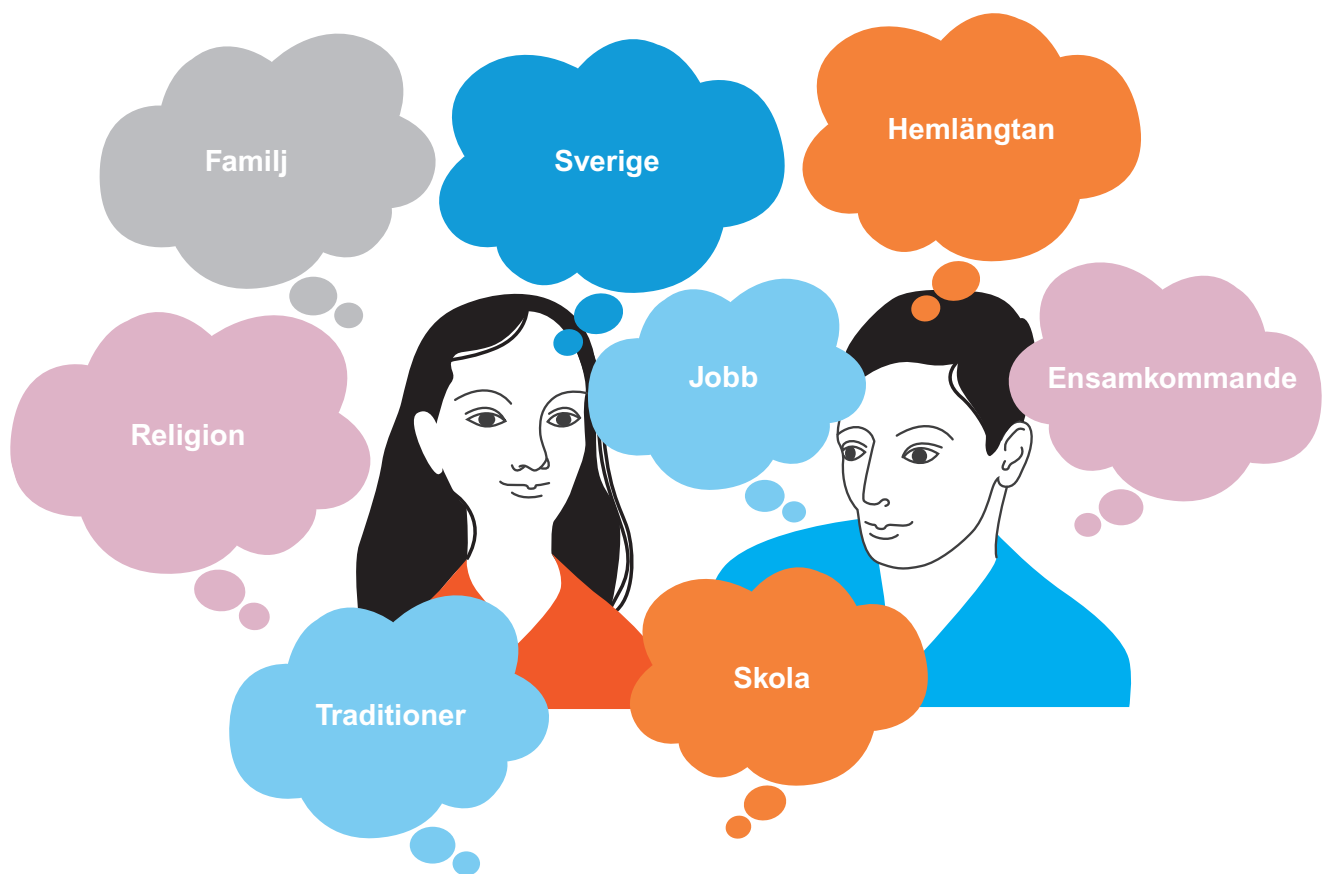
Simon går på gymnasiet och är duktig på att designa kläder. Han designar och syr många av sina egna kläder, som tröjor och t-shirtar. Han får ofta beröm för kläderna, och kompisarna undrar vart han köpt dem. När han berättar att han sytt dem själv, säger flera att det är omanligt att sy. Simon tycker om att göra sina kläder, men han vill inte förlora kompisar eller få dåligt rykte.

### **VEM BESTÄMMER?**

Maria älskar att spela fotboll. Många säger till henne att hon har potential att spela i landslaget om några år. När hon var yngre spelade nästan alla hennes kompisar fotboll men nu är det bara hon kvar. Hennes mamma säger att det är dags att hon slutar med fotbollen, mamma tycker egentligen inte att tjejer ska spela fotboll.

### Fundera på:

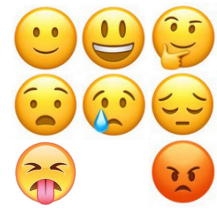
- Vad betyder identitet för dig?
- På vilka olika sätt kan man uttrycka sin identitet?
- Varför är det viktigt att veta vem man är?
- Hur ska Simon göra?
- Är det okej att göra det man är intresserad av oavsett om man är tjej eller kille?
- Vad får en förälder bestämma? När?
- Kan vuxna veta vad som är bäst? När? Varför?
- Kan någon annan bestämma vad man ska göra, tycka, känna eller tänka?











Hur mår du idag?  
Ringa in ett ansikte.

## 8. Relationer och känslor

*En av våra mänskliga rättigheter är att själv få bestämma vilka relationer man vill ha. Det betyder att vi har rätt att säga ja eller nej till kontakt med andra människor. Det är också en mänsklig rättighet att äga rätten till sina känslor.*

Familjelivet i Sverige har förändrats mycket under de senaste 100 åren. Idag har barnen en helt annan roll än de hade i jordbruks- och industrisamhället. Tidigare ansåg man att barn skulle hålla sig i bakgrunden, inte synas och höras så mycket. Barnens arbetsinsats eller inkomst behövdes som ett bidrag till familjens överlevnad.

I dagens samhälle skaffar man barn mer på grund av kärlek och en känslomässig önskan om att bilda familj.

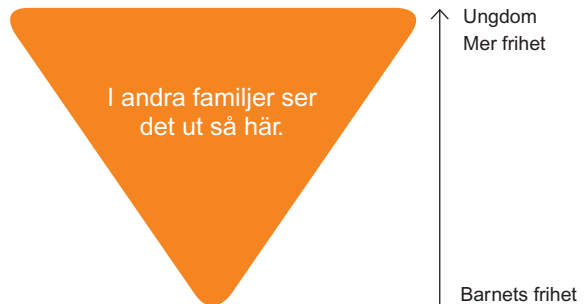
Många föräldrar lägger mycket tid och pengar på sina barns utveckling och framgång. Till exempel finns det föräldrar som skjutsar sina barn till träningar och tävlingar flera gånger i veckan och nästan varje helg.

Det diskuteras också i Sverige om att vi till och med hjälper våra barn för mycket och att vi stressar dem genom att låta dem vara med på för många aktiviteter.

Det är naturligt att rollerna i en familj förändras när man flyttar från ett land till ett annat. Ofta lär sig barnen det nya språket mycket snabbare än föräldrarna. På så sätt kan barnen få kunskaper om det nya landet, långt innan de vuxna. Dessutom kan det bli så att barnen får fungera som tolk. Det kan göra att man som förälder kan uppleva att man förlorat ansvaret för eller kontrollen över sina barn.



När man är barn har man ganska mycket frihet. När man blir tonåring och ung vuxen, så kontrollerar föräldrarna mer och mer.



När man är barn bestämmer föräldrarna det mesta. När man blir större, och lär sig mer och mer, så får man också mer frihet att bestämma själv.

### Fundera på:

- Hur såg det ut i din familj när du växte upp?
- På vilket sätt upplever du att flytten till Sverige påverkat dig och din familj?
- Vilka olika typer av relationer finns det?
- Är alla relationer lika viktiga?
- Vad är viktigt för dig i en relation?



### **VEM FÅR GÖRA VAD?**

Marias bror är 18 år och går i samma skola som hon gör. Deras föräldrar kontrollerar Maria mer än hennes bror. Hon har inte samma frihet som han har. När skolan ordnar ett disco vill Maria gå dit med sina vänner men föräldrarna förbjuder henne. Maria tycker det är orättvist och går i alla fall. Marias brors kompis ser henne, och ringer direkt till brodern.

*–Har du inte koll på din syster? Hon står ju där och dansar och pussas med en kille! Vad gör hon här?*

Marias bror vill inte lägga sig i sin systers liv. Men han vet också att kompisarna kommer att prata om Maria och sprida rykten om henne bland kompisar och familj.

#### **Fundera på:**

- Finns det någon som bestämmer över dig? När? Var?
- När får du bestämma eller välja själv? Varför?

### **BRÅK I FAMILJEN**

Maria vill gärna bli modell. Hon köper många modetidningar både för att titta på alla vackra kläder och människor. Hon följer flera modell-ers Instagram, och läser massor på Internet om hur man blir modell.

Maria går ofta i affärer och köper gärna smink. Hon tänker också mycket på vad hon äter, både för träningens skull men mest för sitt utseende. Hennes familj tycker att hon blivit alldeles för smal, och själv tycker hon att träningar och matcher har blivit jobbiga att orka med. Egentligen känns inte fotbollen lika viktig längre. Maria funderar mycket på vad som skulle hända i hennes familj och i kyrkan om hon blev modell.

En lördag när Maria och familjen har städdag hemma, så hittar hennes lillasyster alla modetidningar hon gömt i sin gamla träningsväska längst in i garderoben. Mamma skriker till och pappa börjar gråta när lillasyster lägger tidningarna på köksbordet och säger;

*– Kolla vad många modetidningar Maria har, visste ni att hon vill bli en sån där modell? Fast det får jag egentligen inte säga, för Maria tror att ni ska bli arga. Varför blir ni arga för? Jag vill också bli en sån där modell för då tjänar man pengar.*

Maria hör vad som händer i köket, och känner sig liten. Hon önskar att hon kunde ringa Simon nu på en gång. Hon sätter sig på sin säng, och väntar.

#### **Fundera på:**

- Hur tror du Maria känner i den här situationen?
- Varför tror du att Marias föräldrar reagerar som de gör?
- Vad kan hända när olika normer och värden krockar i en familj?



1. Läs frågorna och diskutera dem tillsammans med en kompis.  
Kom ihåg, det finns inga rätt eller fel.
2. Skriv ner dina svar och redovisa din hemuppgift under nästa lektion.

1. En känsla som du har svårt att visa för andra?

---

---

---

---

2. En känsla som du har lätt att visa för andra?

---

---

---

---

3. Vad gör du för att må bättre om du är ledsen?

---

---

---

---

4. Vad gör du om du inte kan sova?

---

---

---

---

5. Vem kan du få hjälp av när du inte mår bra?

---

---

---

---





Hur mår du idag?  
Ringa in ett ansikte.

## 9. Du och din familj

*I Barnkonventionen står det att alla barn har samma rättigheter och lika värde. Alla under 18 år räknas som barn. Det är alltid barnets bästa som ska stå i centrum. Det står också att alla barn har rätt att överleva, leva och utvecklas.*

Barnkonventionen handlar inte bara om barnets fysiska hälsa, utan lika mycket om barnets psykiska, andliga, sociala och moraliska utveckling. Man kan också läsa om att barn har rätt att säga vad de tycker, och att vuxna är skyldiga att ta barnets åsikt på allvar i alla frågor som rör barnet. Föräldrar och vårdnadshavare är skyldiga att ge barnet det barnet behöver. Även när man räknas som vuxen är det förbjudet enligt lag att bli tvingad till något man inte vill.

### Fundera på:

- Vad är rädsla och vad kan man vara rädd för?
- Hur känns det när man är trygg?

Barnkonventionen handlar också om att du själv äger rätten till din kropp, dina känslor och att säga ja eller nej till kontakt. Ingen person har rätt att bestämma om dig och din kropp, dina känslor och tankar. Ingen person har rätt att bestämma vem du ska ha en relation med. Det är också skrivet i lag.

### Fundera på:

- Vilka olika typer av relationer finns det?
- När är det okej att säga nej till en relation man inte vill ha, eller som man själv inte har valt?

Många ungdomar känner ofta press på sig själva från olika håll, och media ger också en bild av hur vi människor ”ska” vara, bete oss och se ut. Ibland har till och med föräldrar och vårdnadshavare, syskon och kompisar sådana krav. Hur påverkar det dig i vardagen?B

### Fundera på:

- Vad kan man göra för att få vara sig själv och inte som andra vill att man ska vara?

### 👉 ATT FÅ VARA UNG ELLER TVINGAS BLI VUXEN

Simon har efter tre år i Sverige fått veta att hans familj vill att han ska gifta sig. Simon vet att han måste berätta för dem att han vill studera kläddesign efter gymnasiet och känner sig inte alls redo för äktenskap. Dessutom måste han också berätta att han redan är kär i någon. Hans familj säger att han kommer att mogna när han gift sig, och att han kommer att må bra av vuxenansvaret.

Simon är väldigt stressad över hela situationen, och har svårt att tänka på något annat, men kan inte komma på hur han ska lösa det. I skolan säger lärarna att han måste fokusera, och i fotbollen undrar tränarna om han inte är intresserad längre, eftersom han verkar tänka på annat.

## **VEM FÅR GÖRA VAD?**

Marias bror är 18 år och går i samma skola som hon gör. Deras föräldrar kontrollerar Maria mer än hennes bror. Hon har inte samma frihet som han har. När skolan ordnar ett disco vill Maria gå dit med sina vänner men föräldrarna förbjuder henne. Maria tycker det är orättvist och går i alla fall. Marias brors kompis ser henne, och ringer direkt till brodern.

*– Har du inte koll på din syster? Hon står ju där och dansar och pussas med en kille!  
Vad gör hon här?*

Marias bror vill inte lägga sig i sin systers liv. Men han vet också att kompisarna kommer att prata om Maria och sprida rykten om henne bland kompisar och familj.

### **Fundera på:**

- Finns det någon som bestämmer över dig? När? Var?
- När får du bestämma eller välja? Varför?

### **Svåra ord**

### **Betydelse**

### **Översättning**

Svåra ord	Betydelse	Översättning

### **Hemuppgift**

1. Skriv ner dina tankar kring dagens lektion.
2. Diskutera dem med någon.
3. Fundera på om dina tankar och åsikter förändrats på något sätt sedan tidigare.
4. Skriv ner dina svar och redovisa din hemuppgift under nästa lektion.







Hej då!

## 10. Vad tar du med dig?

Nu när du har gått färdigt kursen är det viktigt att du funderar på vad den har gett dig och att du också kan berätta vad du tycker om den. Det är viktigt för din egen skull att du fortsätter utveckla ditt tänkande och tyckande. Det är också viktigt att du kan uttrycka dina egna ståndpunkter grundat på det du lärt dig. Kanske har du också egna tankar och förslag på andra ämnen som skulle vara bra att ha med.

- Vilka ämnen tycker du har gett dig bra och användbar kunskap?
- Finns det något ämne du skulle vilja förbättra? Hur?
- Har kursen hjälpt dig i vardag, skola och samhälle? På vilka sätt?

**Svåra ord**

**Betydelse**

**Översättning**

Svåra ord	Betydelse	Översättning

**Mina anteckningar:**

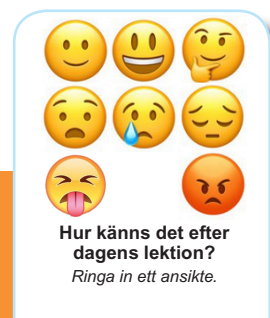
---



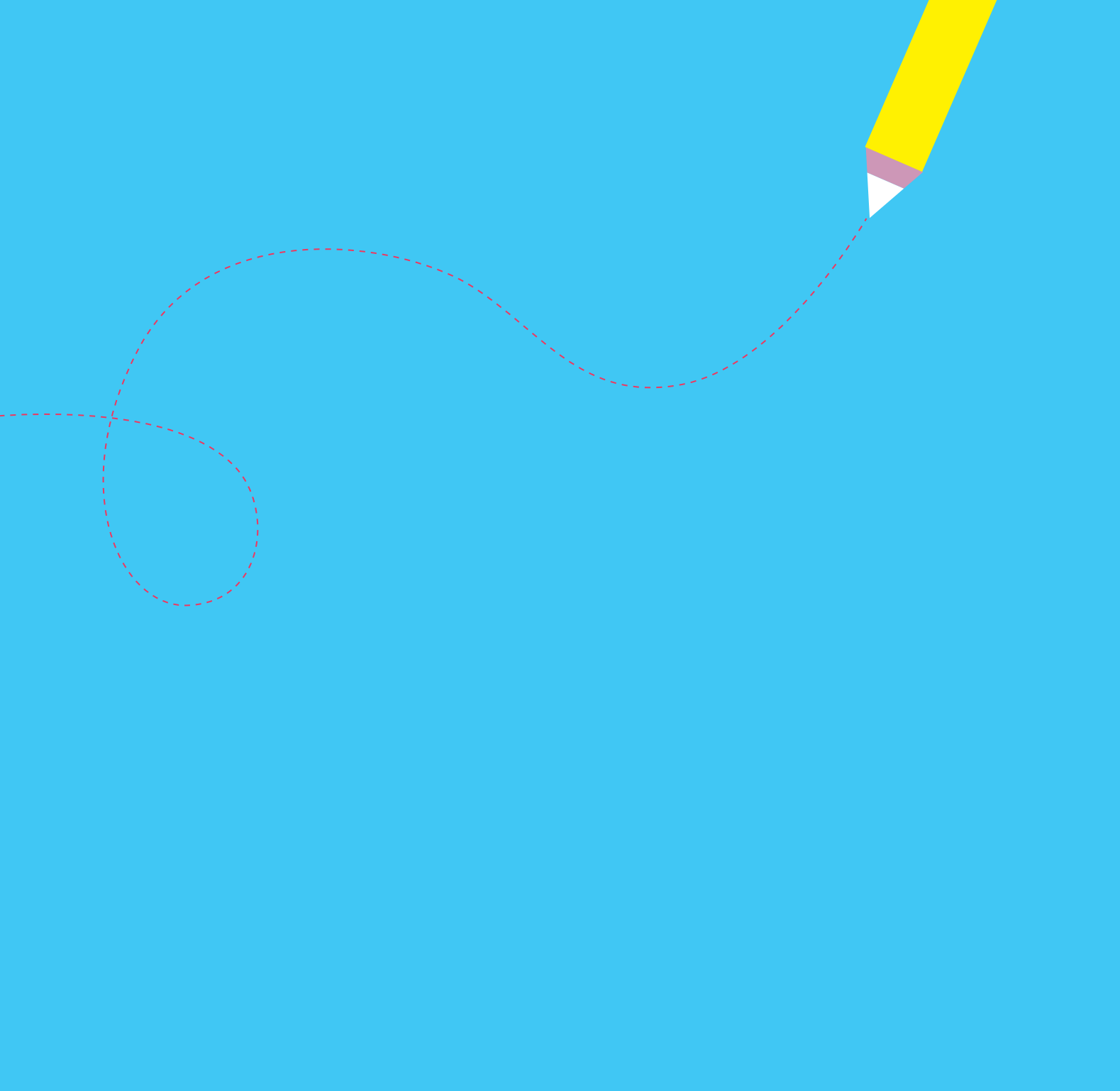
---



---







Best Practice  
*Strömsund*



Vi främjar migrationens möjligheter genom att driva ett projekt som medfinansieras av Asyl-, migrations- och integrationsfonden.

**Best Practice**

---

Kontakt: [bestpractice@stromsund.se](mailto:bestpractice@stromsund.se) • [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu)  
[www.stromsund.se](http://www.stromsund.se)