



Normer, värden och värdegrund

Lgr11: Normer, värden och värdegrund

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.

Här hittar du alla filmer

Ämnesord: värdegrund [Järfälla Mediecenters utbud](#), [UR Play](#)

Filmtips

[Till drömmarnas land](#) Från 11 år, 92 min. Prova [handledning på nytt sätt](#).

Sabina har rest från Rumänien till det lilla svenska samhället Holmsund med sina romska bröder. De arbetar i ett garage och Sabina ska söka jobb. Elin, som är uppvuxen i Holmsund, står i kyrkan och sjunger Den blomstertid nu kommer. Ett sommarlov ska just börja och Sabina ska lära känna Elin. Tillsammans ska de revoltera mot det gamla och hitta något nytt i varandra. Samtidigt som samhället runt dem rasar samman och Elins pappa blir vansinnig i sorg. För det finns ett vansinne i den svenska idyllen. Regissören Victor Lindgren vill få tittaren att reflektera över invandring och främlingsfientlighet, utan att komma med några färdiga svar

[Prinsesspojken](#) Från 5 år, 9 min. Handledning.

Ett syskonpar delar sovrum där ena halvan av rummet är blå och den andra halvan är rosa. Systemen har leksaker och kläder som brodern är väldigt förtjust i. En dag får brodern ett paket som gör att han också kan klä ut sig till det han vill. Vad leker du med för leksaker och varför just dem? De barn, små som stora, som ser denna film får verkligen en tankeställare över sina val och sina intryck i livet. Att betrakta denna flerfaldigt belönade film ger tittaren genusperspektiv på samhället samt ett varmt leende på läpparna. Filmen har under 2017 och 2018 spelats på minst 31 kortfilmsfestivaler samt turnerat med BUFF.

[Växa till vuxen](#) Från 13 år, 52 min. Handledning

En 25-årig kvinna söker svar på vad som skiljer mellan vuxen och tonåring och varför det är så. Med sitt öppna och ärliga sätt intervjuar hon olika forskare som beskriver de fysiska, biologiska och psykologiska effekterna som är under tonåren och vad som händer sedan. Med stor dos igenkänning, oavsett om du är ungdom eller vuxen, får vi vetenskapliga

förklaringar till ungdomens excentriska känsloliv ur ett evolutionärt perspektiv. Men, det ställs också i relation till hur dagens samhälle ser ut idag och vilka nya utmaningar det medför. Något som evolutionen inte förberett mänskligheten på. Filmen passar i många sammanhang. Dels för högstadie- och gymnasieelever som kan behöva förståelse över gruppträck, bekräftelsebehov, känslostormar, konflikter och mycket mer. Men också som fortbildning för pedagoger som arbetar nära ungdomar för att påminnas om var barnet är i livet och vart det är på väg.

[Blåögd](#) Från 13 år, 90 min. Lärarhandledning.

Vi lever i ett samhälle där alla inte behandlas lika. Homosexuella, handikappade och personer med annan etnisk bakgrund är exempel på grupper som diskrimineras. Jane Elliot vänder på begreppen och låter blåögda och brunögda konfronteras i ett socialt experiment under en dag. Under denna dag vill hon få oss att inse vad det innebär att tillhöra en minoritet.

[Serie om 4 filmer: #Vem bryr sig Från 9 år.](#)

#vem bryr sig är en främjande och förebyggande filmserie mot våld, fysiskt, psykiskt och sexuellt, som barn och unga möter i skolan och på nätet. Filmerna syftar till att öka medvetenheten om vad våld är samt vilka konsekvenser våld har och att vi alla kan göra något för att minska på våldet. I materialet ingår en omfattande lärarhandledning. Filmerna innehåller dramatiserade scener utifrån olika teman. Filmerna belyser vikten av att ständigt jobba normkritiskt och att upptäcka vilka begränsande normer som finns på skolan och på nätet – som gör att människor inte kan vara de personer de vill vara, samt syftar till att förändra de normer som skapar diskriminering, utsatthet och exkludering. Samtalsmetoden som är kopplad till filmerna bygger på Tom Andersens samtalsmodell reflekterande team (Andersen, 2011) där metanivån – ”att tänka om sitt eget

[#Vem bryr sig – Gruppträck, näthat](#)

GRUPPTRÄCK: En av tjejerna i en grupp tvingas att skriva en taskig kommentar om en kompis. Om hon inte gör det hotar de med att sprida ut nakenbilder på henne. NÄTHAT: Ett gäng har samlats med sina mobiltelefoner. Någon skriver en ful kommentar till en av tjejerna.

[#Vem bryr sig – Vithetsnormen, fysiskt våld, Golare](#)

VITHETSNORMEN: En grupp elever sitter och snackar. Vi får höra deras olika fördomar och tankar då de pratar om en mörkhyad klasskamrat. FYSISKT VÅLD: En kille hoppar hopprep med tjejerna. Några killar går förbi och kallar honom för bög och hotar med att ge honom stryk. GOLARE: En elev råkar av misstag visa att hon har blåmärken på kroppen. Hon vill inte berätta vad som hänt varken för kompiserna eller någon vuxen.

[#Vem bryr sig – Sexism, homofobi, sexuella trakasserier](#)

SEXISM: Några tjejer och killar har fikar. Killarna tar för givet att det är tjejerna som ska diska. HOMOFOBI: Det är dags för luciaövning och läraren väljer ut vilka elever som ska vara tärnor. En pojke anmäler sig att vara tärna. SEXUELLA TRAKASSERIER: Ett tjejgäng går fram till en kille. De börjar kommentera hans kropp och ta på honom.

[#Vem bryr sig – Kroppsnorm, funktionsnorm, HBTQ](#)

KROPPSNORM: Några elever diskuterar en dokusåpa. En av killarna vill se ut som en av deltagarna i såpan. FUNKTIONSNORM: Elever pratar om att någon kille är CP. I samma rum sitter en tjej som har cerebral pares, CP. HBTQ: På idrottslektionen delar lärarvikarien in lagen i killar och tjejer. En av tjejerna ställer sig i killarnas lag.

[Serie om 6 filmer: Mitt perspektiv Från 13 år, lärarhandledning.](#)

”Mitt perspektiv” är en filmserie som utgår ifrån självupplevda händelser av våld; fysiskt, psykiskt och sexuellt på högstadiet och gymnasiet. Filmerna syftar till att öka medvetenheten

om vad våld är samt vilka konsekvenser våld har och att vi alla kan göra något för att minska på våldet som sker på skolan, hemma och på nätet. Åskådarperspektivet är ett genomgående tema i filmerna och tittaren tränas i att gå ifrån en passiv åskådare till en aktiv åskådare genom att agera proaktivt och aktivt vid våldssituationer, såsom trakasserier, kränkningar, utfrysning, skojbråk m.m. i skolan, hemma och på nätet. Filmerna belyser vikten av att ständigt jobba normkritiskt och att upptäcka vilka begränsande normer som finns på skolan, samhället och på nätet – som gör att människor inte kan vara de personer de vill vara, samt syftar till att förändra de normer som skapar diskriminering och utsatthet och exkludering.

[Mitt perspektiv: Gruppsyck](#) 12 min.

I filmen behandlar ungdomar ämnet gruppsyck och berättar sina självupplevda historier. Vi får reda på hur ett gruppsyck kan uppstå, vad som kan ske i grupp och hur man skall göra för att ta sig ur om man mår dåligt. Filmerna belyser genom "Pims historia" om hur det är att utsätta någon för ett gruppsyck och behöva vara åskådaren. I "Johannes historia" berättas hur man som en yngre, osäker individ (än resten av en äldre grupp) lyckas hitta sig själv och ta sig ur, trots risk för hot och förföljelser.

[Mitt perspektiv: Näthat](#) 13 min.

I filmen behandlar ungdomar ämnet Näthat och berättar sina självupplevda historier. Varför är det lättare att förnedra någon över nätet än att säga det till personen i verkligheten? Vi tar en titt på fenomenet och tar reda på om det är värre idag än för tio år sedan. Hur gör man om man blir utsatt och vad kan hända med den som kränker? "Alexandra" berättar om hennes aktiva tid på internetforum och hur hon en dag började bli förföljd och utsatt av en nätstalker. Adel berättar om hur han bedrev en populär Youtube-kanal, men som han sedan la ner på grund av allt hat han fick online. Han berättar vidare om hur han, för att lyfta sitt egna låga självförtroende, valde att skriva elaka saker till tjejer på hans skola på sociala medier. I "Marcus historia" berättar han själv om hur han blev mobbad av sin tjej och i ett förvirrat, osäkert tillstånd skrev hemska saker om och till henne på sociala medier. Han berättar om polisanmälan och hur det gick till när han blev anmäld.

[Mitt perspektiv: Homofobi](#) 14 min.

I filmen behandlar ungdomar ämnet homofobi och berättar sina självupplevda historier. Vi undersöker varför och hur homofobi kan uppstå och vad det beror på. Hur lär och vågar man erkänna för sig själv och andra vad man själv känner, utan att riskera att bli utsatt för homofobi? "Kalle" berättar om hur det är att bli kallad böj, fast man inte är det. Kan det gå så långt att man till slut börjar tveka på sin egen sexualitet? Jasmin berättar om när hon kom ut som bisexuell och därav förlorade en av sina bästa vänner.

[Mitt perspektiv: Sexuella trakasserier](#) 14 min.

I filmen behandlar ungdomar ämnet sexuella trakasserier och berättar sina självupplevda historier. Hur kommer det sig att människor tar för sig av andras kroppar och hur drar vi egentligen gränser om vad som är okej och inte? I den här filmen berättar Nathalia att hon tjatades till sex av sin pojkvän trots att hon egentligen sa nej till att ha sex. Vi får också ta del av Zaphiras upplevelse av män i grupp som sexuellt trakasserade henne samt hotade henne.

[Mitt perspektiv: Fysiskt våld](#) 14 min.

I filmen behandlar ungdomar ämnet fysiskt våld och berättar sina självupplevda historier. Hur är det att växa upp och bli misshandlad av sin familj, klasskamrater eller partner? Här beskrivs känslan då man behöver slåss, fast man inte vill... för att passa in och göra intryck. "Frida" berättar om den gången hon blev slagen blå och blodig av sin äldre pojkvän när hon gick på högstadiet. Hon berättar om varningssignaler, avundsjuka, rädslan och hennes anmälan, som hon inte vågade slutföra. Adels berättelse handlar om hur han dagligen

utsattes för fysiskt våld och hur han idag ångrar att han inte sa ifrån, men vilket ansvar har ett offer att göra det? Kunde ingen annan ha hjälpt honom?

[Mitt perspektiv: Rasism](#) 14 min.

I filmen behandlar ungdomar ämnet rasism och berättar sina självupplevda historier. Beror rasism bara på okunskap, rädsla och uppföstran? Nivena berättar om hur det är att komma till en liten stad med nya klasskamrater och bli utsatt för rasism, misshandel och mobbing. "Pim" berättar om hur det är att vara född i Sverige och hur man blir behandlad som ett fnask bara för att man har rötter i Thailand. Hur är det att behöva skämmas för vem man är? Hur vågar man börja tro på sig själv?

[Den påtvingade mansrollen](#) Från 13 år, 58 min. Lärarhandledning.

I Den påtvingade mansrollen skildras pojkar och män i USA, som kämpar för att ändra den smala definition av maskulinitet som finns i USA. Könstereotyperna förstärks i medier, av både kamrater och vuxna och är även sammankopplade med ras- och klasstillhörighet. Att navigera bland dessa förutbestämda förväntningar och samtidigt hitta en egen identitet är svårt för många. Filmen vill framför allt visa hur vi kan hjälpa kommande generationer att växa upp till mer välmående och hälsosamma unga män. Experter inom neurovetenskap, psykologi, sociologi, idrott, utbildning och medier diskuterar i filmen empiriska fakta beträffande "pojgars identitetskris" och reflekterar över hur problemet skulle kunna lösas.

[Mamma vet bäst](#) Från 13 år, 13 min. Lärarhandledning.

Mamma vet bäst är en finstämd och sevärd film om relationer och att komma ut som homosexuell. Mor och son har ett förtroligt samtal under en bilresa efter mammans första möte med sonens pojkvän. Ett samtal som inte riktigt blir som de tänkt sig. Regissören Mikael Bundsen vill ge unga homosexuella en positiv och mer nyanserad bild av hur det är att leva som öppet homosexuell. Mamma vet bäst spelades in under en kväll och har en avskalad form med en tät dialog. Filmen som nominerades till Startsladden, ett av Sveriges största och prestigefyllda kortfilmspriser, 2016 var också ett av de svenska bidragen på filmfestivalen i Berlin.

[Vän eller fiende – en film om tjejer och mobbing](#) Från 10 år, 23 min. Lärarhandledning.

Vad gör man som ung tjej, ny på skolan, om dem man lärt känna vänder sig mot en? När är saker på lek och när blir det mobbing? När Ida börjar en ny skola i sjuan får hon snabbt två bästisar, Rebecca och Sofie. Men vänskapen urartar när Ida får för mycket uppmärksamhet. Särskilt när Jacke och Ida tycks finna varandra. Svartsjukan och avunden växer i klassen och Idas omvärld blir alltmer fientlig – samtidigt som hennes egen inre kamp växer. Filmen vill visa att vi alla har ett ansvar, och att det är summan av hur vi alla beter oss mot varandra som får människor att må bra eller i värsta fall tappa livslusten. Den vill också visa att det alltid finns en möjlighet till försoning och att vända en negativ spiral.

[Könsroller](#) Från 13 år, 10 min. Lärarhandledning.

Den här filmen är tänkt som en grund för diskussioner kring könsroller.

Vi följer Isabell som undrar över könsroller. Vad är manligt och kvinnligt? Måste man välja? Hon möter bland annat genusforskare och föreläsare som förklarar var könsroller och normer kommer ifrån.

[Etik och etiska modeller](#) Från 13 år, 18 min. Lärarhandledning.

I det här programmet kommer vi att lära oss om vad etik är för något. Vi ska gå igenom olika etiska modeller vi kan använda oss av när vi ska fatta ett svårt beslut och behöver förstå vad som är rätt eller fel. Vi lär oss om pliktetik, konsekvensetik, sinnelagsetik och dygdetik.

Kapitel:

Inledning (00:00 - 03:32)

Pliktetik (03:33 - 07:02)

Konsekvensetik (07:03 - 10:24)

Sinnelagsetik (10:25 - 14:56)

Dygdetik (14:57 - 16:25)

Avslutning (16:26 - SLUT)

[Hashtag#](#)

Hashtag# Från 12 år. Varje avsnitt ca: 15 min. Är en dramaserie i åtta delar som är inspirerad av instagramupploppen i Göteborg 2012. Vi får följa Maryam, Freja, Aju och Bim, fyra tjejer med olika bakgrund och drömmar som drabbas av näthatet på olika sätt. Det är en historia om vänskap, kärlek, avundsjuka och om hur fruktansvärt fel det kan bli när man skriver först och tänker sen.

[Del 1.](#)

[Del 2.](#)

[Del 3.](#)

[Del 4.](#)

[Del 5.](#)

[Del 6.](#)

[Del 7.](#)

[Del 8.](#)

[Pojkarna](#) Från 14 år, 102 min. Lärarhandledning.

När bästisarna Kim, Momo och Bella dricker saften från en märklig blomma, händer något magiskt. De förvandlas till killar och börjar utforska världen och sig själva. Njutningen och friheten pojkvärlden erbjuder dem är stor och kontrasten märkbar till de kränkningar de ofta upplever i sina flickkroppar. Med sprakande fantasi skildrar filmen uppväxt, förvandling, vänskap och kärlek, och ställer frågan om kön kanske är något vi skapar, inte föds till. Filmen pojkarna bygger på Jessica Schiefauers omtyckta och Augustprisbelönade ungdomsroman.

[Åka utför](#) Från 8 år.

Elin, 8 år, får sin första upplevelse av klasskillnader när hon försöker passa in på sin nya skola. En skola där barnen åker utför i Funäsdalen istället för bakom ishallen. En kortfilm baserad på verkliga händelser.

[Sluta Tafsa](#) Från 12 år, 20 min. Lärarhandledning.

Varje dag utsätts tjejer för kränkningar i det offentliga rummet. Attityderna till sex har förändrats och en del ungdomar vet eller förstår inte var gränserna går. Främst när det gäller unga kvinnors rätt till sin egen kropp, men också unga killars tro att det är ok att ta på tjejer utan tillåtelse.

[Trots all jävla skit – oskiljaktiga](#) Från 13 år, 26 min. Lärarhandledning.

Bella blir kär i en kille som uppmanar henne att testa cannabis på en fest och kompisen Claudia försöker då ingripa för att rädda Bella. Lucas lever i en dysfunktionell familj då pappan är gravt alkoholiserad och Lucas använder droger för att "stå ut" med allt bråk i hemma. Av en ren tillfällighet får Lucas bror reda på att Lucas missbrukar droger. Trots all jävla skit - Oskiljaktiga berättas med två parallella skeenden; Claudia & Bella och Lucas.

[En vanlig fucking människa](#) Från 13 år, 53 min. Lärarhandledning.

Sam har alltid vetat att han är en pojke. När han var liten blev han förvånad när han förstod att folk trodde att han var en flicka. Då började han förklara för alla att han egentligen var en pojke som var född i en flickas kropp. Sedan dess har han fått kämpa för att förklara och få folk att förstå vem han verkligen är. En vanlig fucking människa är en film om allas rätt att vara sig själva. Det är en berättelse om en ovanligt stark familj som kämpar mot människors fördomar. I filmen får vi följa Sam från barndomen till studentexamen. Under den tiden går han igenom en operation och får testosteroninjektioner för att få en kropp som han känner igen sig i. Vid sin sida har han sin tvillingsyster Denise och sin mamma Camilla. När de förstod att det inte bara var en fas bestämde de sig för att göra allt för att stötta Sam.

Sam är idag en ung man som försöker hitta sin väg i livet, men det är inte alltid lätt. Folk ifrågasätter ständigt hans identitet, något som gör Sam riktigt arg.

- Jag är bara en vanlig fucking människa! Kan vi prata om något annat?

[Idol](#) Från 14 år, 95 min. Lärarhandledning.

Idol bygger på den sanna historien om den unge Mohammed i Gaza som drömmer om att komma till Kairo och sjunga i operahuset. Som barn uppträder han på bröllop och drömmen känns långt borta tills han en dag bestämmer sig för att han måste satsa allt. Med falskt visum och utan en giltig anmälan tar han sig till uttagningen av Idol i Kairo och ända till finalen i Beirut där han vinner Arab Idol 2013.

[Världens urfolk](#) Från 11 år, 16 min. Lärarhandledning.

Samer, inuiter, indianer och aboriginer. De är alla urfolk, urinvånare, eller ursprungsbefolkningar. I den här filmen ska vi undersöka några av världens urfolk och få en introduktion till deras historia, traditioner, kultur och deras situation idag.

Kapitel:

Vad är ett urfolk? (00:00 – 02:59)

Samer (03:00 – 05:35)

Indianer (05:36 – 09:15)

Inuiter (09:16 – 11:47)

Aboriginer (11:48 – 14:12)

Sammanfattning (14:13 – SLUT)

[SOLD - film om trafficking](#) Från 13 år, 55 min. Lärarhandledning.

Den snabbast växande varan i världen är inte olja, kaffe eller majs. Det är barn. Omkring 1,2 miljoner barn försvinner varje år och människohandeln ökar och sker i alla länder, över hela världen. Enligt FN är människohandel idag den tredje största brottsliga verksamheten i världen, näst efter narkotika- och vapenhandel. SOLD är berättelsen om 13-åriga Lakshmi som tvingas resa från byn i Nepal till Indien för att tjäna in pengar till sin familj och som mot sin vilja hamnar på en bordell. Vi får lära oss om hennes fruktansvärda situation, och hur hon sedan tar sig ur detta. Filmen bygger på en bästsäljande roman av Patricia McCormick som i sin tur är baserad på sanna historier. Romanen har vunnit flera internationella priser. "Genom att få ta del av en flickas öde ger filmen oss en inblick i de fasor som många barn får vara med om men illustrerar även den styrka barnen har för att övervinna dessa fruktansvärda situationer."

Emily Paskin-Lapchick, End Trafficking Program Officer, UNICEF

[Catwalk](#) Från 8 år, 12 min.

Några av Ellas klasskompisar är upptagna av mode och selfies och plötsligt vill Ella ha nya kläder. Hennes föräldrar förstår inte varför hon vill klä sig dyrt istället för praktiskt. En träffsäker och viktig liten film om identitet, mode och grupptillhörighet.

[Den stora illusionen – hur skapades våra skönhetsideal?](#) Från 14 år, 46 min.

Lärarhandledning.

Den stora illusionen undersöker hur globala reklambyråer, massmediekonglomerat och kosmetisk kirurgi-, skönhets- och modeindustrierna förändrar hur människor runt om i världen definierar skönhet och ser sig själva. Filmen utforskar, från olika delar av världen, hur dessa industrier mättar våra liv med smala, västerländska, konsumentdrivna bilder av skönhet. Bilder som visar liten eller ingen respekt för den biologiska verkligheten eller kulturella skillnader.

[Rinkebysvenska](#) Från 12 år, 11 min.

Skådespelerskan Aisatou har anställts av reklambyrå Måns & Petter för att göra ett röstreklamjobb, en VO, för radio och TV. Men det går inte riktigt som de har tänkt sig. Vad ska Aisatou göra, tillfredsställa sina uppdragsgivare eller följa sin egen röst? Rinkebysvenska

vann FilmCentrums distributionspris på STOCKmotion, med motiveringen: Genomtänkt, genomsmart, genomsnyggt och genomklaustrofobiskt. En situation som speglar ett samhälle som vi allt för väl känner igen. FilmCentrums distributionspris går till en viktig och obekvämlig film. En film om förväntningar och representation. En film om att få sin röst kvävd, regisserad och omformulerad. En fiktiv men högst verklig, välgjord och angelägen film om makt och stereotypskapande media.

[Nykomlingen](#) Från 11 år, 81 min. Lärarhandledning.

Benoit, 14 år, anländer Paris med sin familj. Att komma in i en ny klass visar sig svårare än väntat och den första skoldagen blir en prövning. Benoit blir satt på plats av den styrande klacken och de enda som välkomnar honom är klassens tontar. Men så finns där också Johanna, den nya svenska tjejen som Benoit både blir vän med och snabbt förälskar sig i. Hennes uppmärksamhet hotas dock av att hon börjar umgås allt mer med det coola gänget och Benoit måste en gång för alla bryta barriärerna och bli populär. På inrådan av sin morbror arrangerar han för ändamålet en fest. Men är det redan för sent? Vad kan en enda kväll åstadkomma? Och vad är man egentligen tvungen att offra för att bli cool? Nykomlingen har precis börjat sitt festivalliv men har redan hunnit ta hem pris för bästa barnfilm på Cinekid, världens största barn- och ungdomsfilm- (och media-) festival. I Sverige visas Nykomlingen i tävlan på BUFF i mars och dessförinnan har du möjlighet att se den på Göteborgs filmfestival.

[Hur blir man svensk?](#) Från 9 år, 20 min. Lärarhandledning.

Vad händer när man kommer som flykting till Sverige - och vad är det som avgör om man får stanna eller inte? Filmen riktar sig till yngre och förklarar asylprocessen och vad som händer när man träffar Migrationsverket som nyanländ. Den förklarar även begrepp som kan vara svåra att förstå, som "asyl", "utredning", "överklagan" och "Barnkonventionen". I filmen får vi följa reportern Ingrid som bl.a. träffar familjen alThib som precis har sökt asyl. Filmen kan t.ex. visas i skolor med nyanlända för att öka kunskapen och förståelsen för deras situation, och genom att väcka nyfikenhet skapa möjlighet till en bättre integration! Filmen är uppdelad i två avsnitt som kan visas separat. Den första delen beskriver asylprocessen. Det sista avsnittet, "Vad händer efter beskedet", har starttid 14,05 min.

[I Am Eleven](#) Från 11 år, 90 min.

I am eleven träffar vi elvaåringar i femton länder och får ta del av deras funderingar kring livet och framtiden. Situationerna och drömmarna skiljer sig åt, men det finns också förvånande likheter och en känsla av samhörighet; femton länder – en värld. Ta med dina elever på en tankeväckande resa som ger utgångspunkt för reflektion och egna projektarbeten!

[Raskortet](#) Från 13 år, 58 min. Lärarhandledning.

I dokumentären Raskortet - en film om att vara svart i Sverige, kommer nio svenskar med egna erfarenheter av rasism till tals. Ur det personliga utkristalliseras ett mönster av fördomar, rasism och intolerans som många gånger förnekats, förträngt eller glömts bort. Vi lever på 2000-talet och ett barn kan ändå utbrista hur blir man så där svart eller en arbetskollega kan yttra att han inte har något emot negrer. Jag tycker alla skulle ha en hemma. Detta är vardagen som personerna i filmen funderar över hur de ska förhålla sig till. Om de alltid måste hålla garden uppe. Och hur kommer vi tillrätta med rasismen? Genom att förneka den eller konfrontera den? Raskortet reser brinnande aktuella frågor och uppmanar till samtal.

En serie om 3 filmer:

[Arbetsmiljö - Mot mobbing i skolan](#) Från 13 år, 34 min. Lärarhandledning.

Skolan är Sveriges största arbetsplats och skolans personal har ansvar att förebygga mobbing. I filmen träffar vi Björn Hultman, som under sin skoltid var utsatt för mobbing. Idag föreläser han på olika skolor om sina erfarenheter. Annika Hjelm, undervisningsråd från

Skolverket svarar på hur man gör för att skapa en god atmosfär i skolan. Rektor Stefan Vilkmann och lokalvårdaren Javier Anendano Videla berättar om personalsamarbetet för att förebygga mobbning på Östra Gymnasiet i Stockholm. Projektledarna Christer Jonasson och Ingrid Persson samt elever och klassläraren Charlotta Tobiasson visar sitt arbete med Vänskapsbandet på Ryaskolan i Göteborg.

[Arbetsmiljö - Mobbning i arbetslivet](#) Från 13 år, 30 min. Lärarhandledning.

Mobbning är ett stort samhällsproblem och orsakar mycket lidande. Vem som helst kan bli utsatt. Vad beror det på och hur kan det undvikas? I den här filmen berättar tandsköterskan Helga Pernsteiner, hur hon blev mobbad på sin arbetsplats. Vilka skador kan det orsaka? Hur kan man få stöd om man blir drabbad? Medverkande: Ted Pellikaan, ombudsman från fackförbundet Unionen. Reza Emdad, hjärnforskare, psykoterapeut. Karl-Erik Forsell, från OMM - Organisationen mot mobbning. Michael Fischbein, jurist från Stockholm. På migrationsverket i Högsby arbetar man systematiskt med värdegrunder. Där har den psykosociala arbetsmiljön högsta prioritet. Enhetschef Lars Borgemo och Inga Frederich medverkar.

[Arbetsmiljö - Mobbad på jobbet](#) Från 13 år, 38 min. Lärarhandledning.

Mellan 100 och 300 personer begår självmord i Sverige varje år på grund av mobbning i arbetslivet. Socialsekreteraren Lasse Persson är en av dem. I filmen träffar vi hans fru Maria Lundqvist-Persson och dottern Lovisa som berättar hur Lasse upplevde sin sista tid i arbetslivet. Efter Lasses död bestämde sig familjen för att driva en rättsprocess mot arbetsgivaren Krokoms kommun. I februari 2014 dömdes två arbetsledare för arbetsmiljöbrott av Östersunds Tingsrätt. Domen överklagades och Hovrätten kom istället fram till en friande dom 2015. Högsta domstolen valde sedan att inte ta upp fallet.

[Evas känslokoll är en serie om 10 avsnitt/program. Från 6 år.](#)

[Lärarhandledning till alla filmer.](#)

Filmerna går till botten med våra tio vanligaste känslor – oro, ilska, intresse, sorg, empati, glädja, förvåning, skam, avsmak och rädsla. Vad är det som händer i kroppen, och vilken funktion är det tänkt att våra känslor ska fylla? Detta och mycket mer hjälper Eva oss att få svar på. Vi får också lära oss hur man kan hantera svåra känslor, och hur bra känslor kan hjälpa oss att uppnå mer än vi tror.

[Evas Känslokoll – Oro](#)

Del 1 av 10: Oro Programledaren Eva Funck berättar att oro ska varna oss för sånt som skulle kunna hända och för att vi ska tänka ut vad som skulle kunna hända, tar vi fantasin till hjälp... I bland kan det bli för mycket oro så Eva visar hur vi kan tänka för att hantera onödig oro. Oro kan vi också få om vi slarvar med vår sömn, därför får vi veta hur sömn funkar. Oro kan också vara bevis på att vi tycker om varandra.

[Evas Känslokoll – Intresse](#)

Del 2 av 10: Intresse för andra människor hjälper oss att få vänner. Men ibland kan man behöva klippa vänskapsband med den som inte är en bra vän för oss. Vill man att någon ska bli kär i en, så är det bra att visa intresse för den personen. Det spelar ingen roll vilket intresse vi har, bara vi har något slags intresse, för det är vårt intresse som ger oss en vilja och en stark lust i våra liv.

[Evas Känslokoll - Arg](#)

Del 3 av 10: Arg Programledaren Eva Funck berättar att vi blir arga när vi tycker att något är fel. Då är det bra att kunna reflektera, så att vi vet hur vi ska göra för att få till den förändring vi vill ha. Eva visar exempel på hur vi gör när vi är övertydligt arga så att alla blir rädda, eller väldigt otydligt arga så ingen förstår vad vi vill. Eva visar också hur hjärnan, hjärtat och binjurarna gör oss extra starka när vi blir arga.

[Evas Känslokoll - Ledsen](#)

Del 4 av 10: Ledsen Vi blir ledsna om vi blir uteslutna, slår oss, misslyckas på något sätt, eller om någon dör. Känslan ledsen ska göra så att vi stannar upp och tänker ut en ny lösning på våra problem. Eva ger olika förslag på hur vi kan göra när någon varit dum mot oss, när vi misslyckas och hur vi kan hantera sorg. Eva visar hur immunförsvaret påverkas av att vi är ledsna. I programmet får vi också veta hur vi ska göra när någon annan är ledsen.

[Evas Känslokoll - Glad](#)

Del 5 av 10: Glad Programledaren Eva Funck berättar om kortglädje som gör oss glada i stunden och långglädje som ger oss glada stunder hela livet. Det som kan hindra oss från att bli glada är motgångar, därför ger Eva tips om hur motgångar kan bli utmaningar. Lagom svåra och lagom lätta måste våra utmaningar vara för att det ska leda till glädje. Eva visar också hur en lyckodusch funkar.

[Evas känslokoll - Rädd](#)

Del 6 av 10: Rädd Känslan rädd har räddat oss från det som är farligt ända sedan vi var grottmänniskor. Vi föds med att vara rädda för plötsliga och överraskande ljud eller rörelser, sedan måste vi lära oss vad vi ska vara rädda för. Känslan rädd ser till att vi flyr, slåss eller försöker bli osynliga. Eva berättar också hur vi kan göra när vi blir onödigt rädda för sånt som inte är farligt.

[Evas Känslokoll - Skam](#)

Del 7 av 10: Skam Programledaren Eva Funck berättar att känslan skam ska hjälpa oss att fungera ihop med andra människor. Vi känner skam när vi märker att andra tycker att vi gjort något fel. Det finns tre vanliga sätt att reagera på när vi känner skam: Skylla på andra, bli otröstligt ledsna eller försöka bli felfria. Eva berättar att hon kände skam för att hon var ensam om att inte kunna koncentrera sig i skolan, därför visar Eva knep på hur vi kan lära vår hjärna att fokusera.

[Evas känslokoll - Förvåning](#)

Del 8 av 10: Förvåning Allt vi lär oss bygger på att vi har blivit förvånade. Eva berättar också att om vi känner mycket oro kan vi fastna i dataspel för att där blir vi ofta förvånade. När vi blir förvånade liksom puttats oron bort en stund och en ny känsla, kanske stolt, kan ta plats. Eva visar hur vi kan göra så att vi förs släppa dataspellet och låta oss bli förvånade i den verkliga världen.

[Evas Känslokoll - Avsmak](#)

Del 9 av 10: Avsmak Programledaren Eva Funck berättar att avsmak är en känsla som skyddar oss från att bli sjuka, därför känner vi avsmak för ruttet kött, kräks och bajs. Samma avsmak känner vi också mot människor som gör avskyvärda handlingar, så som att slå små barn, stjäla från fattiga eller sparka på djur. Vagusnerven går direkt från hjärnan till magsäcken och den ser till att vi mår illa när vi känner avsmak.

[Evas Känslokoll - Empati](#)

Del 10 av 10: Empati När vi föds kan vi redan känna medkänsla. Om en bebis skriker känner andra bebisar medkänsla och börjar också skrika. Empati är något vi måste lära oss, genom att se hur andra människor är mot varandra. Eva berättar och visar hur hjärnan blir snabbare genom att varje hjärncell får ett skyddande skal och om spegelneuroner som speglar andras känslor in till våra kroppar så att vi kan bli empatiska.

Mobbning i fokus. Ämne: Värdegrund, Samlevnad, Etik & moral.

I serie ingår 5 st. filmer, lärarhandledning till varje program.

[Mobbning i fokus: För lärare - En bättre miljö i skolan.](#) Från 18 år, 15 min.

Lärare vet redan "vad mobbning är, vad lagen säger, vad som inte fungerar". Den här filmen ska istället inspirera och ge praktiska exempel som man kan arbeta utifrån för att bygga en

bra skolmiljö.

Det finns förstås inte EN lösning som går att etablera på alla skolor, eftersom alla skolor fungerar olika. Vi träffar bl.a. en representant från Skolverket, f.d. Barn- och elevombudsmannen samt rektor, lärare och elever ifrån Glada Hudiksskolan, där man har etablerat en miljö och en kultur att arbeta utifrån för att hantera mobbning. Syftet med filmen är inte att visa exakt vad som är rätt eller fel sätt att arbeta på. Istället är tanken att lärare ska få tips och inspireras av de idéer, människor och miljöer vi möter i filmen.

Filmen bygger delvis på Skolverkets utvärdering av metoder mot mobbning.

Filmens kapitel:

- Inledning (00:15)
- Hela skolan-ansats (05:13)
- Systematiskt arbete (08:03)
- Elevinflytande (11:36)

[Mobbning i fokus: Gymnasiet- Nour vs. Mobbing.](#) Från 16 år, 14 min

Många barn och ungdomar mår idag fysiskt och psykiskt dåligt på grund av maktlek och det meningslösa våldet. Enligt undersökningar som har gjorts förekommer de här så kallade maktlekarna både i skolan och på fritiden över hela landet. En maktlek kan till synes vara ganska oskyldig, men kan snabbt ändra riktning och bli väldigt våldsam. Maktlek är inget nytt fenomen utan har förekommit i olika samhällsgrupper under flera hundra år. I filmen möter vi ungdomar som berättar om sina egna erfarenheter av maktlek från skolan. Spelscener med exempel på maktlek från skolmiljöer växlas med intervjuer med experter och berättarröst. Kanske kommer de så kallade maktlekarna inte att försvinna helt, men skolan och samhället måste bli mer uppmärksamma på fenomenet. Det gäller att lära sig att sätta gränser!

[Mobbning i fokus: Högstadiet- Det är mobbat att mobba.](#) Från 13 år, 14 min.

Filmen tar sig an ämnet mobbning på ett humoristiskt sätt. Mobbaren Jenny och pluggisen Peter står i centrum. Blandat med dramatiseringarna funderar programledaren och komikern Nour el Refai kring mobbare, mobbning och hur det var när hon själv gick i skolan. Hon konstaterar att det är sjukt onödigt att vara taskig mot folk och att det är mobbat att mobba. Programmet ramas in av korta inslag där unga vuxna berättar om hur det var när de var yngre och var taskiga mot andra i skolan.

[Mobbning i fokus: mellanstadiet- Alla utom Laura.](#) Från 10 år, 8 min.

Laura är en i gänget, någon som mest följer med strömmen, som inte säger ifrån. Lauras tjejkompis Cilla är taskig mot en pojke i klassen, Vigge. Laura tänker hela tiden att hon inte vill vara med på det, hon känner sig feg och dum, men hon står bara bredvid ändå och säger ingenting. Tills en dag då Laura står på sig och säger att hon inte tycker att det är okej när alla är dumma mot Vigge.

I början och i slutet av filmen visas korta inslag där några barn pratar om mobbning rakt in i kameran.

[Mobbning i fokus: Lågstadiet- Harry & Milla.](#) Från 7år, 9 min.

Harry och Milla är bästa vänner, men en dag kommer en ny flicka till klassen, Märta. Milla och Märta blir bästisar, Milla förändras och verkar inte vilja vara Harrys kompis längre. När Harry frågar om han får vara med puttar Milla honom. Ingen annan i klassen verkar se något. Filmen är berättad ur Harrys perspektiv och visar hur det kan kännas när man inte får vara med och leka, trots att man inte har gjort något fel. Den visar också hur mycket trevligare det blir när alla får vara med.

[E- mobbning.](#) Från 12 år, 13 min. Lärarhandledning.

E-mobbning är all form av elektronisk kränkning. Men vad innebär det? Är det skillnad om det sker på internet och mobiltelefoner istället för IRL? När är det dags att polisanmäla?

Vi träffar bl.a. högstadielärare, polis, en rektor, en representant från Friends, samt Ida som blev drabbad av e-mobbning som 15-åring.

Den här filmen ger råd och stöd samt öppnar för diskussion kring hur vi beter oss mot varandra på nätet.

[Bully](#). Från 11 år, 94 min. Lärarhandledning.

Varje år blir 13 miljoner unga mobbade i USA. Denna upprörande dokumentär tar oss med in i vardagen hos fem barn och deras familjer under ett skolår. Deras vittnesmål tillsammans med inspelningar från klassrum, skolbussar och matsalar, ger en viktig inblick i de dagliga trakasserier många upplever - speciellt i skolsammanhang. Några barn drivs till självmord av mobbningen, medan andra hotar sina plågoandar med vapen. Bully är inte bara tragedi, utan också en film fylld av hopp och kämparanda, med en önskan om att göra skillnad.

Mobbningsoffren blir filmens hjältar då de ställer upp och berättar sina historier och för sitt mod att stå för rätten vi alla har att vara annorlunda.

[Tuffa killar](#). Från 10 år, 74 min. Lärarhandledning.

Modulf 11 år blir mobbad av de tuffa killarna i skolan. Men det gör inget – tvärtom. Då räddar han andra elever från att bli mobbade. Och han klarar det. En dag flyttar en ny tjej in i huset intill. Lise, som hon heter, håller inte riktigt med Modulf om hans teori. Hon tycker faktiskt att det är det dumaste hon hört. Lise ingriper, skapar totalt kaos i hierarkin, och hamnar själv mitt i stormens öga. För att hjälpa henne måste Modulf tänka om och göra någonting åt situationen, på riktigt.

[Maktlekar- det osynliga våldet](#). Från 10 år, 16 min. Lärarhandledning.

Många barn och ungdomar mår idag fysiskt och psykiskt dåligt på grund av maktlekar och det meningslösa våldet. Enligt undersökningar som har gjorts förekommer de här så kallade maktlekarna både i skolan och på fritiden över hela landet. En maktlek kan till synes vara ganska oskyldig, men kan snabbt ändra riktning och bli väldigt våldsamt. Maktlekar är inget nytt fenomen utan har förekommit i olika samhällsgrupper under flera hundra år. I filmen möter vi ungdomar som berättar om sina egna erfarenheter av maktlekar från skolan. Spelscener med exempel på maktlekar från skolmiljöer växlas med intervjuer med experter och berättarröst. Kanske kommer de så kallade maktlekarna inte att försvinna helt, men skolan och samhället måste bli mer uppmärksamma på fenomenet. Det gäller att lära sig att sätta gränser!

[Serien "Om du var jag"](#). Från 10 år.

En serie som tar upp små och stora frågor i barns vardagsliv: lögner för att bli populär, utfrysning, handikapp, utnyttjande kompisar och pengaproblem. Några färdiga lösningar på problemen presenteras inte eftersom huvudpoängen är diskussionerna efteråt. Serien bygger på 8 novellfilmer. Filmerna är skrivna och regisserade av Sveriges bästa barnfilmsskapare.

[Om du var jag : David - om tolerans](#). 13 min.

Får man bli arg på någon som alla tycker synd om? Och hur känns det att bli riktigt rasande arg?

[Om du var jag : Paola - om att ljuga](#). 14 min.

Paula ljuger och säger att hon skrivit en egen låt som hon tänker framföra på klassshowen. Kan hon komma undan med sin lögn?

[Om du var jag: Navid - om ansvar](#). 14 min.

När ingen vill passa kastrullen med de kokande dolmarna, får lille Navid göra det.

[Om du var jag: Elina - om rättvisa](#). 13 min.

Klassen hjälps åt att samla pengar till skolresan, alla utom Elina. Jämt när det ska samlas in pengar så är Elina sjuk.

[Om du var jag: Hanna - om respekt.](#) 13 min.

Hur ska man göra om ens kompisar är starkare än en själv? Om Hanna och hennes bästis Freddie.

[Om du var jag: Jon - om gränser.](#) 14 min

Om att sätta gränser. Jon umgås med några tuffa killar som vill att han ska göra som de vill

[Om du var jag: Emma - om lojalitet.](#) 13 min.

Emma måste flytta. Samtidigt är hon stjärnan i fotbollslaget och alla räknar med henne inför helgens match som hon inte kan vara med i. Hur ska hon göra?

[Om du var jag: Astrid - om svek.](#) 13 min.

De tuffa tjejerna vill inte längre att Astrids kompis Katrine ska hänga med dem. Vad ska hon göra? Om att hamna mittemellan två sidor.

En serie om 8 program.

Vi besöker en förskola som jobbar med ett av programmen i serien Ugglan och kompisproblemet. Vi ser hur förskole pedagogerna Ulla och Emma använder programmen för att samtala med barnen kring empatifrågor. Vi får också höra programmakarnas tankar bakom serien.

[Ugglan och kompisproblemet: Inspiration för pedagoger.](#) Upp till 9 år, 5 min.

Strömmande/DVD.

[Ugglan och kompisproblemet: Säga förlåt på riktigt.](#) 5 min.

En snickare har haft sönder sin bästa kompis bord. Vad ska hon göra? För att hitta en lösning på det svåra kompisproblemet går hon till världens klokaste ugglan för att be om råd. Men ugglans förslag att inte göra någonting eller att säga förlåt utan att mena det visar sig vara dåliga, för att inte säga värdelösa. För att hitta svaret på problemet måste snickaren tänka efter och själv finna lösningen.

[Ugglan och kompisproblemet: Säga nej.](#) 8 min.

En tjuv vill vara snäll och inte råna banker längre. Men om hon slutar råna banker är hon rädd för att förlora sina tjuvkompisar. För att hitta en lösning på det svåra kompisproblemet går hon till världens klokaste ugglan för att be om råd. Men ugglans visar sig vara dåliga, för att inte säga värdelösa. För att hitta svaret på problemet måste tjuven tänka efter och själv finna lösningen.

[Ugglan och kompisproblemet: Inte avbryta.](#) 9 min.

En uppfinnare har fått i uppdrag av drottningen att göra världens godaste dryck. Problemet är att hon måste genomföra uppdraget tillsammans med sin värsta fiende Uppfinnar-Eva, som aldrig lyssnar när hon pratar. För att hitta en lösning på det svåra kompisproblemet går hon till världens klokaste ugglan för att be om råd. Men ugglans förslag att höja rösten eller att bråka visar sig vara dåliga, för att inte säga värdelösa. För att hitta svaret på problemet måste uppfinnaren tänka efter och själv finna lösningen.

[Ugglan och kompisproblemet: Hålla vad man lovar.](#) 9 min.

En fotbollsspelare har ett problem. Istället för att, som hon lovade, spela fotboll med sin kompis Fotbolls-Eva åkte hon skateboard med coola Lise. Fotbolls-Eva blev jätteledsen och vill nu aldrig spela fotboll med henne igen. För att hitta en lösning på det svåra kompisproblemet går hon till världens klokaste ugglan för att be om råd. Men ugglans förslag att muta henne eller att skaffa en ny kompis visar sig vara dåliga, för att inte säga värdelösa. För att hitta svaret på problemet måste fotbollsspelaren tänka efter och själv finna lösningen.

[Ugglan och kompisproblemet: Säga ifrån.](#) 9 min.

En konstnär har ett problem. Hon målar alltid med sina två konstnärskompisar Eva och Karin, men Eva är ofta taskig och elak mot Karin. Vad ska hon göra? För att hitta en lösning på det svåra kompisproblemet går hon till världens klokaste ugglan för att be om råd. Men

ugglans förslag att hon också ska vara taskig visar sig vara dåligt, för att inte säga värdelöst. För att hitta svaret på problemet måste konstnären tänka efter och själv finna lösningen.

[Ugglan och kompisproblemet: Vara utanför.](#) 9 min.

En clown har ett problem. Hon känner sig utanför när hon är med sina clownkompisar. Det är som om de inte vill vara med henne. För att hitta en lösning på det svåra kompisproblemet går hon till världens klokaste ugglan för att be om råd. Men ugglans förslag att bjuda på godis eller att ljuga visar sig vara dåliga, för att inte säga värdelösa. För att hitta svaret på problemet måste clownen tänka efter och själv finna lösningen.

[Ugglan och kompisproblemet: Skylla på andra.](#) 9 min.

En bagare har ett problem. När mjölet tar slut använder hon sitt eget snor istället. När chefen kommer på det blir hon jättearg. Hur ska bagaren komma ur knipan? För att hitta en lösning på det svåra kompisproblemet går hon till världens klokaste ugglan för att be om råd. Men ugglans förslag att skylla på sin bagarkompis eller att förneka att det är snor visar sig vara dåliga, för att inte säga värdelösa. För att hitta svaret på problemet måste bagaren tänka efter och själv finna lösningen.

Vara vänner (UR), från 6 år är åtta berättelser, 9 min.

Om empati, kompisskap och mod. Syftet med programmen är att förebygga kränkningar och mobbning bland barn. I "Ett förord till dig som pedagog" förklarar seriens producenter bland annat hur serien blev till, varför de valde dramatiseringar som form och vad de vill förmedla med programmen. Som pedagog får du också tips på hur du kan använda Vara vänner i klassrummet.

[Ett förord till dig som pedagog](#) 4 min.

[Ida är utfrys](#)

[Elliot är ny i klassen](#)

[Maria har det jobbigt hemma.](#)

[Varför är Ville så bråkig?](#)

[Emanuel sviker sin kompis.](#)

[Benny är en mobbare.](#)

[Får Gabriel vara en prinsessa?](#)

[Bella säger ifrån.](#)

Strömmande ljud

[Småsagor: Pricken, del 1](#) Upp till 9 år.

Pricken är den enda kaninen i sin familj som har bruna prickar. Därför får han inte följa med till morfars födelsedagskalas. Cesar Sarachu läser den klassiska bilderboken av Margret Ray från 1945.

[Småsagor: Pricken, del 2](#)

Kaninen Prickens dröm är att alla kaniner, både prickiga och vita, ska ha ett stort kalas tillsammans. Men det är bara en dröm, och det är inte många drömmar som slår in.

Uppläsning av den klassiska bilderboken av Margret Ray från 1945.

Järfälla Mediecenter

Tornérplatsen 18

177 80 Järfälla

E-post: mediecenter@jarfalla.se

Tel: 08-580 229 40