

Arbetsmiljön i skolan



Skolan är Sveriges största arbetsplats.

Här kan du läsa om arbetsmiljön

i skolan och de rättigheter som du

har som elev.

Innehåll

Elevinflytande är viktigt	4
Arbetsmiljölagen	5
Ansvar för skolans arbetsmiljö	6
Systematiskt arbetsmiljöarbete	7
Psykosocial arbetsmiljö	9
Kränkande särbehandling	10-12
Jämställdhet	13-14
Stress	14-15
Fysisk arbetsmiljö	17
Ljud, ljus och luft	18-19
Ergonomi	20
Allergi	21
Skolhälsovård och elevvård	22
Brandsäkerhet	23
Vem har ansvar för skolan?	24
Sveriges Elevråds Centralorganisation	25
Sveriges elevråd – SVEA	26



Elevinflytande är viktigt

Varför är elevinflytande så viktigt?

För det första är det en mänsklig rättighet att få vara med och påverka det som rör ens liv. För det andra tillbringar man en stor del av tiden i skolan. För det tredje måste skolan i ett demokratiskt samhälle också vara demokratisk.

Om eleverna ska rustas till att fungera som aktiva, demokratiska medborgare måste de få tillämpa demokrati i skolan.

I grund och botten handlar det om att skapa en skola där alla känner att de blir respekterade och har makt över sin egen situation. Dessutom blir det roligare att gå i skolan när man själv är med och planerar undervisningen, och när saker är roliga så lär man sig ju mer.

Hur gör man då om man vill ändra på saker i skolan?

Ja, det finns faktiskt massor av saker man kan göra. Det är alltid lättare att förändra saker om man går ihop flera stycken än om man är ensam.

Börja med att prata med din klass. Om det finns ett elevråd eller en elevkår på din skola, gå på ett möte och kolla vad de gör. Om det inte finns är det en god idé att starta en med hjälp av Sveriges Elevråds Centralorganisation.

Arbetsmiljölagen

Arbetsmiljölagen reglerar arbetsmiljön på alla arbetsplatser. Det är riksdagen som beslutar om arbetsmiljölagen. Arbetsmiljöverket har i uppdrag av regeringen att mer i detalj reglera vad som ska gälla. Dessa arbetsmiljöregler kallas föreskrifter. Det finns regler både för den fysiska och psykosociala arbetsmiljön i skolan. Arbetsgivaren är skyldig att följa dessa regler. Eleverna omfattas av de flesta bestämmelserna i arbetsmiljölagen och av reglerna. Du kan läsa reglerna på Arbetsmiljöverkets hemsida www.av.se. Där finns även broschyrer om reglerna.

För att kontrollera att arbetsgivarna följer reglerna finns arbetsmiljöinspektörer som besöker skolorna. Om inspektörerna ser brister i arbetsmiljön ställer de krav mot arbetsgivaren på att förbättringar måste ske.

Enligt arbetsmiljölagen ska eleverna genom elevskyddsombud få vara med i arbetsmiljöarbetet på skolan. Det gäller från årskurs sju och uppåt och det är eleverna som ska utse elevskyddsombuden. Rektor ska se till att de får utbildning i arbetsmiljö och tid till sitt uppdrag.

Ansvar för skolans arbetsmiljö

Huvudmannen till exempel kommunen har det yttersta ansvaret för skolans arbetsmiljö och rektor har oftast fått ta över ansvaret att se till att arbetsmiljön på skolan är bra. Rektor ska bedöma vilka risker för ohälsa och olycksfall som finns och förebygga dem. Men alla på skolan är skyldiga att följa arbetsmiljöreglerna och bidra till en god arbetsmiljö. Vi är varandras arbetsmiljö.

Om du upptäcker något som är dåligt på skolan ska du ta upp det med ditt elevskyddsombud, med elevrådet eller med skolledningen direkt. Om skolan inte tar tag i problemet och du tycker att det är allvarligt kan du vända dig till Arbetsmiljöverket.

Systematiskt arbetsmiljöarbete

Arbetsmiljöverket har regler om att man på arbetsplatsen ständigt ska arbeta med att förbättra arbetsmiljön, det kallas för systematiskt arbetsmiljöarbete. I föreskrifterna beskrivs hur man undersöker arbetsmiljön, förbättrar och följer upp. Skyddsombud och elevskyddsombud ska få vara med i arbetsmiljöarbetet. Det innebär bland annat att du som elevskyddsombud har rätt att få veta om skolan planerar att till exempel bygga om lokalerna eller ändra på undervisningen och få lämna synpunkter utifrån elevernas synvinkel.



Skolans uppgift är att förmedla
kunskaper, men om vi mår dåligt blir
det mycket svårare för oss att lära.

Psykosocial arbetsmiljö

Man kan inte mäta stämningen på en skola med en mätapparat på samma sätt som när man mäter luftkvalitet och ljusstyrka. Den psykosociala arbetsmiljön handlar om hur man behandlar varandra på en arbetsplats. Skolan är en arbetsplats där den psykosociala arbetsmiljön är väldigt viktig och där problem lätt kan uppstå. Därför är det viktigt att det finns kunniga människor på skolan som kan hantera dessa frågor. Att alla trivs i skolan är en självklarhet för att vi skall kunna skapa en skola där alla syns och känner sig respekterade.

Att veta att man kan påverka är otroligt viktigt för att vi ska kunna ha en bra arbetsmiljö.



Kränkande särbehandling

Kränkande särbehandling kan till exempel bestå av att man behandlas annorlunda på grund av sin hudfärg eller sitt kön, men det kan också vara knuffar, slag, glåpord, sexuella trakasserier, sabotage av personlig egendom eller andra exempel på ovänligt bemötande.

Mobbning är kränkande särbehandling och definieras så här av forskaren Dan Olweus. En person är mobbad när han eller hon, upprepade gånger och under en viss tid, blir utsatt för negativa handlingar från en eller flera personer. En negativ handling är det när någon orsakar en annan person skada eller obehag. Sådana handlingar kan utföras verbalt, vid fysisk kontakt, genom att skada någons personliga egendom eller indirekt genom utfrysning och isolering.

Det finns ingenting att skylla på när man kränker andra, eller när man passivt ser på och låter det ske. Vilka ord och handlingar som är kränkande kan bara den som utsätts för dem avgöra.

Alla skolor ska ha en handlingsplan mot mobbning. Det är viktigt att elever och vuxna på skolan gör den tillsammans. Alla elever ska känna till handlingsplanen. Det



får aldrig vara oklart vem som har ansvaret och vart man ska vända sig. Att alla på skolan lär sig om mobbning är en förutsättning för arbetet. För hur ska elever och vuxna inom skolan kunna märka om någon mår dåligt om man själv inte vet vad mobbning är och hur man stoppar den? Här är det viktigt att påpeka att även du som elev har stora möjligheter att minska mobbning genom att ta aktiv ställning mot den när någon mobbas.

Det är viktigt att inte bara tänka på hur man ska stoppa mobbningen utan även hur man på skolan ska göra för att mobbning inte ska uppstå. Det kan man uppnå genom ett bra förebyggande arbete.

En vanlig form av kränkande särbehandling är sexuella trakasserier. Detta förklaras i Jämställdhetslagen som "ovälkommet uppträdande grundat på kön eller ovälkommet uppträdande av sexuell natur som kränker integriteten." Sexuella trakasserier kan bestå av att någon kallar dig fula ord, gör sexuella anspelningar, rör dig på ett obehagligt sätt, yttrar sig nedsättande om din klädsel, privatliv eller kön eller att du får ovälkomna förslag på sex.

Det finns undersökningar som tyder på att närmare hälften av flickorna i skolan har blivit utsatta för sexuella trakasserier, men även pojkar kan drabbas.

Alla kan bli utsatta för kränkande särbehandling. När något sådant händer är det aldrig den utsatte elevens fel.

Det är viktigt att du alltid reagerar när du känner dig kränkt av någon! Lika viktigt är det att lärare och annan skolpersonal tar dina känslor på allvar. Alla elever har rätt att mötas med respekt.

I Arbetsmiljöverkets föreskrifter om kränkande särbehandling ställs det krav på skolan att motarbeta kränkningar och mobbning. Där ställs även krav på att skolan har rutiner för att genast ta hand om den som trots förebyggande insatser blir kränkt eller mobbad.

Enligt Skollagen ska alla som verkar i skolan aktivt motverka alla former av kränkande behandling. Rektor har ett särskilt ansvar för detta enligt läroplanen, men alla bör arbeta tillsammans med dessa frågor. Prata med elevskyddsombuden och tillsätt en grupp som jobbar med frågan. Man kan utgå från en enkät så att man får upp ögonen för situationen på den egna skolan. Temadagar och diskussioner i klassen kan vara ett sätt att arbeta med frågan.

Jämställdhet

Med jämställdhet menar man att män och kvinnor har lika rättigheter och samma värde. Skolan har enligt Skollagen ett stort ansvar för att främja jämställdheten. Därför måste skolan se till att inte föra vidare traditionella könsroller, det vill säga vanliga uppfattningar om hur tjejer och killar ska bete sig. Det är viktigt att alla bemöts med samma attityd och på lika villkor. Det är också viktigt att man har diskussioner om hur man påverkas av att leva i ett samhälle som inte alltid är jämställt. Hur påverkas vårt språk och vår inställning till andra människor av vår syn på könsroller? Till exempel är det viktigt att inte bara bekräfta att sexuella trakasserier finns utan också prata om varför de finns.

Ofta dyker det upp saker som vi inte tänker på har med jämställdhet att göra. Undersökningar visar att till exempel killar får mycket mera utrymme än tjejerna på lektionerna. Testa hur det är på din skola! Ta tid på dem som pratar under en lektion. Hur många minuter pratar tjejerna och hur många pratar killarna? Kolla skillnaden och är den stor, diskutera i klassen varför det är så. Diskutera också



om det finns andra exempel på bristande jämställdhet i skolan. Det är skillnad på jämställdhet och jämlikhet.

Jämlikhet handlar om alla människors lika värde.

Enligt läroplanerna ska skolan genomsyras av värderingar om jämlikhet och jämställdhet. Därför är det viktigt att personal och elever tillsammans gör en plan för hur detta arbete ska bedrivas på skolan.

Stress

Stress är något som alla upplever någon gång och ibland är stress en tillgång för att vi ska klara av krävande uppgifter. Ett högt arbetstempo kan vara stimulerande om man gör något man tycker är roligt. Även om vi känner oss stressade av det höga arbetstempot så klarar vi det under kortare perioder utan att må dåligt. Men om stressen blir långvarig och man till exempel upplever att man har alldeles för mycket att göra på kort tid, att man har ett dåligt schema, att det är stökigt i klassen eller att det är jobbigt hemma så mår vi dåligt av stress.

Det är viktigt att man lär sig känna igen kroppens varningssignaler. Människor kan reagera på många olika sätt inför stress. Man kan till exempel bli sur och arg, få ont i



magen, ont i huvudet, värk i axlarna eller ont i ryggen. Händer det ofta kan det vara svårt att koncentrera sig på skolarbetet.

Stress kommer ofta av att man känner att man inte kan påverka sin arbetssituation i skolan. Elevinflytande är därför en viktig del när det gäller att förbättra arbetsmiljön och minska stressen. Genom en dialog mellan elever, lärare och skolans ledning kan man få förståelse för varandra och bättre förstå sammanhangen mellan till exempel de krav skolan ställer och de mål eleverna måste uppfylla. Tillsammans kan man då komma fram till en lösning som gynnar både elever och skola.

Märker du att det finns stora problem av den här typen så prata med elevskyddsombuden eller elevrådet. Ta även hjälp av skolkurator och/eller skolpsykolog som kan en hel del om stress. Hör efter med idrottsläraren ifall det finns avslappningsövningar man kan använda för att lära sig hantera stress.

Den fysiska arbetsmiljön handlar
bland annat om hur det ser ut i
klassrum och korridorer.

Fysisk arbetsmiljö

Den fysiska arbetsmiljön handlar om vår omedelbara omgivning, till exempel hur det ser ut i klassrum, korridorer, på skolgården etcetera. Till exempel ska toaletter vara fräscha, ha handdukar och låsbara dörrar. Den fysiska arbetsmiljön innefattar också ventilation, belysning och buller.

Arbetsmiljöverket har regler för hur skolans lokaler ska vara utformade när det gäller luftkvalitet, belysning, akustik, personalutrymmen osv. Det finns även regler för hur datorarbetsplatser ska vara utformade. Reglerna gäller både för personal och elever.



Ljud, ljus och luft

Har du som elev någon gång reflekterat över hur ofta man går hem med en känsla av trötthet eller huvudvärk? Det kan bero på dålig belysning, hög ljudnivå eller dålig luftkvalitet i skolan.

Dålig luft är ett vanligt problem på många skolor men är inte alltid lätt att mäta. Det som oftast gör att du tycker att luften är dålig är att det är för varmt eller att det är för dåligt ombyte av luft i lokalen. Då kan det hjälpa att vädra. För att se om man får in tillräckligt med frisk luft via ventilationen kan man mäta halten koldioxid. Om man till exempel är fler i klassrummet än ventilationen är anpassad för så blir ofta koldioxidhalten för hög. Lagom temperatur i ett klassrum kan vara ca 20°C. Tänk på att din klädsel påverkar om du upplever rummet som för varmt eller kallt.

Ett av problemen när det gäller ljus är att de flesta skolor har lysrörsarmatur. Vissa personer kan uppleva att den gamla typen av lysrör flimrar. Det kan leda till att man får huvudvärk. Man kan byta ut dessa gamla lysrör mot moderna högfrekvensdon och se till att dåliga lysrör byts kontinuerligt. Ett annat problem kan vara att belysningen



är för svag eller att ljus reflekterar mot till exempel tavlan eller bänken i ett klassrum. Då kan dina ögon bli överansträngda och du känner dig trött och hängig. Det finns klara riktlinjer för hur ljust det skall vara i ett klassrum och i andra skollokaler. Ta upp frågan med ditt elevskyddsombud om du tycker att ljuset inte är bra på din arbetsplats!

Tystnad är något som du egentligen nästan aldrig får uppleva. Du har hela tiden en massa ljud runt omkring dig som du förmodligen aldrig tänker på. Det ljud som oftast leder till huvudvärk och koncentrationsproblem är det störande buller som uppstår vid aktiviteter i klassrummet. Småprat och smållar med bänkklock är exempel på sådant som ger ett störande buller. Man kan också bli irriterad av så kallade bakgrundsljud och exempel på sådana är fläktar som surrar eller bilar som bullrar utanför fönstret.

Det gäller också att vara försiktig med höga ljud, eftersom örat är ett väldigt känsligt organ. I till exempel slöjdsalar där man har maskiner som låter ska man använda hörselskydd. Skolan är skyldig att se till att det finns hörselskydd till de som behöver enligt Arbetsmiljöverkets regler. Har man en gång fått en hörselskada kan man oftast inte göra så mycket åt det senare. Därför är det jätteviktigt att du använder hörselskydd när det behövs. Tänk på att aldrig skrika eller åstadkomma höga ljud på andra sätt direkt i örat på någon, det kan också ge hörselskador.

Ergonomi

Ergonomi handlar om samspel mellan människa, teknik och miljö. Det handlar alltså om hur man använder sin kropp under arbetet och anpassar arbetsmiljön efter sina egna behov, men också hur arbetet organiseras.

I skolan sitter man ofta långa stunder åt gången. Eftersom vi alla har olika kroppar så ska bänkarna och stolarna anpassas efter vars och ens behov. Om man sitter fel så kan man få ont i kroppen. Vid stillasittande arbete gäller det till exempel att undvika onödig belastning i nacke, axlar, rygg och armar. För att motverka detta kan man resa på sig, sträcka på ryggen och armarna. Ta några minuters paus och rör på dig! Se till att datorarbetsplatserna är rätt utformade. Bord eller stol ska gå att anpassa efter din storlek, du ska ha utrymme att vila armarna och bildskärmen får inte stå så högt att du måste höja blicken. Du kan läsa mer på Arbetsmiljöverkets webbplats www.av.se

I kursplanen för idrott och hälsa ingår ergonomi. Se till att inte läraren glömmer bort att undervisa om detta ämne!

Allergi

I Sverige finns det många som har någon form av allergi. Det kan till exempel gälla allergi mot pollen, pälsdjur, mögel eller vissa livsmedel. Allergibesvären kan försämrans i dammiga lokaler och vid kontakt med tobaksrök eller starka dofter. Ju mer man utsätts för något som kan framkalla en allergi, desto större är risken att man utvecklar en allergi eller överkänslighet.

Även allergiker har rätt till en bra arbetsmiljö i skolan. För elever med särskilda behov bör skolan upprätta en åtgärdsplan. Där ska det framgå vad skolan gör för att eleven ska må bra. Du kan hjälpa till genom att inte bära starka dofter i skolan. Om någon i klassen är allergisk mot pälsdjur och du har katt eller hund så kan du hjälpa till genom att inte gosa med ditt djur i de kläder du går till skolan med och genom att ta på rena strumpor innan du går hemifrån.

Om du misstänker till exempel fuktskador i skolan kan du tala med elevskyddsombuden och/eller skolläningen. Kolla också om skolan gör en allergirond varje år. Du vet väl att det är förbjudet att röka i skolan och på skolgården? Säg ifrån om inte skolan städas ordentligt.



Skolhälsovård och elevvård

Varje skola ska ha tillgång till skolläkare och skolsköterska. Dessutom ska det finnas en skolkurator och/eller skolpsykolog på skolan. Till dem kan du gå då du mår dåligt eller har problem. Om du till exempel är mobbad kan du vända dig till skolsköterskan som kan hjälpa till i kontakter med lärare och mobbande elever om du vill det. Skolhälsovården har tystnadsplikt så det du säger till skolsköterskan förs inte vidare. Du kan även använda dig av skolhälsovården för att driva frågor om arbetsmiljön.



Brandsäkerhet

En tragedi inträffade den 29 oktober 1998 i Göteborg. Det började brinna i en festlokal. Branden fick ett våldsamt förlopp och det resulterade i att 63 ungdomar dog. Även om det inte var i en skola det inträffade visar händelsen hur enormt viktigt det är med fungerande rutiner för brandsäkerhet. Som elev ska du alltid veta hur och var du kan ta dig ut om det börjar brinna.

I skolan är det rektor eller fastighetsägaren som har ansvaret för brandsäkerheten. Den ska kontrolleras med jämna mellanrum. Då undersöks om brandsläckningsanordningar fungerar tillfredsställande, om utrymningsvägarna är fria och om övriga regler följs. Enligt Räddningsverket bör man ha brandövning två gånger per år. När man haft en brandövning är det viktigt att den utvärderas genom till exempel en enkät. Den fruktansvärda händelsen i Göteborg påminner oss om att brandsäkerhetsrutiner är något man inte får försumma utan måste tas på fullaste allvar.

Vem har ansvar för skolan?

På den enskilda skolan är det rektorn som har ansvar för det dagliga arbetet och är arbetsledare för alla anställda. Rektorn har också ett särskilt ansvar för att eleverna har inflytande över sin utbildning.

På alla gymnasieskolor ska det också finnas en skolkonferens där eleverna är representerade eller en lokal styrelse med elevmajoritet. Kommunerna har det yttersta ansvaret för alla skolor som inte är friskolor, och i alla kommuner ska det finnas en särskild nämnd som har ansvar för skolan.

Skolverket och Skolinspektionen är de statliga myndigheter som arbetar för att de pedagogiska mål och riktlinjer som regering och riksdag fastställt för skolan genomförs, helt enkelt ska de se till att lagarna följs i skolan.

Arbetsmiljöverket inspekterar skolans arbetsmiljö och ställer krav på att arbetsmiljön ska vara bra för både elever och anställda på skolan.

Sveriges Elevråds Centralorganisation

Sveriges Elevråds Centralorganisation - SECO är en samarbetsorganisation för elvråd och elvkårer på gymnasiet och övre grundskolan.

SECO:s syfte är att förbättra förutsättningarna för elevrådens och elvkårer att ge stöd och hjälp till eleveråden. I dagsläget bedrivs verksamheten inom sex områden.

- Verksamhetsutvecklare
- Ekonomiska bidrag
- Utbildning
- Material
- Nationell samordning
- Nationell lobbying

SECO är en av olika aktörer som stödjer eller erbjuder verksamhet för eleveråden.

Sveriges elevråd – SVEA

Sveriges elevråd – SVEA är en samarbetsorganisation för Sveriges elevråd som strävar efter att göra den svenska skolan bättre, roligare och mer demokratisk. Det gör vi genom att stärka inflytandet för alla individer och grupper som verkar i skolan. Principen är enkel; genom samarbete kommer man längst.

Vi vill att alla elevråd i Sverige skall kunna ställa sig bakom våra krav och därför tar vi inte ställning i vissa frågor, som betyg och friskolor, som skulle kunna dela elevrörelsen. Sveriges elevråd – SVEA:s främsta arbetsområden är utbildning, idéutbyte och påverkan. Utbildningen sker oftast genom lokala utbildningar eller nationella träffar. På de nationella träffarna möts elevrådsaktiva från hela Sverige och blir utbildade samtidigt som de utbyter idéer och tankar. Organisationens främsta påverkansarbete finns på det lokala planet där Sveriges elevråd – SVEA ger medlemmarna verktyg för att påverka sin skola och kommun.





ARBETSMILJÖ
VERKET

Fler exemplar av denna
trycksak beställs från
Arbetsmiljöverkets
publikationsservice
Box 1300, 171 25 Solna
Telefon: 08-730 97 00
Fax: 08-735 85 55
E-post: publikationsservice@av.se
www.av.se

Best nr **ADI 565**

