



LYNGDAL
KOMMUNE

PLAN FOR ELEVENES SKOLEMILJØ Å BARNESKOLE 2021 -2022

«En opplevelse av mestring og å høre til»



VI VÅGER TIVLA

INNHOOLD

INNLEDNING.....	5
LOVKRAV	6
1.0 FREMME ET GODT SKOLEMILJØ	7
Sentrale ferdigheter som utvikler sosial og emosjonell kompetanse i arbeidet mot mobbing	7
1. trinn.....	8
2. trinn.....	9
3. trinn.....	10
4. trinn.....	11
5. trinn.....	12
6. trinn.....	13
7. trinn.....	14
Trivselstiltak	15
Vakt på Å barneskole	16
Friminutt	16
Du som har vakt	16
Vaktsoner med risiko- områder	17
Den gode skoletimen – relasjonsbasert klasseledelse.....	18
Samarbeid skole og hjem.....	19
Ordensregler	20
2.0 FOREBYGGE MOBBING OG KRENKELSER	22
Forebyggingstiltak gruppe 1	23
Forebyggingstiltak gruppe 5	24
Tiltak for gode databaser	25
Felles rutiner for å følge opp at alle elever har det bra.....	26
Kartlegging av skolemiljøet	26
Tverrfaglig samarbeid	26
Klassemøter	26
Annet.....	27
3.0 HÅNDTERE HENDELSER.....	28
Aktivitetsplikten	28
Følge med.....	28
Gripe inn uten å krenke elever	28
Varsle all kjennskap og mistanke	29
Undersøke all mistanke og kjennskap	30

Sette inn tiltak når eleven ikke har et trygt og godt skolemiljø.....	32
Nettressurser	33
KILDER	34

INNLEDNING

«Plan for elevenes skolemiljø Å barneskole 2021-2022» bygger på «Plan for elevenes skolemiljø Lyngdal kommune» som er en kommunal plan om skolemiljøarbeidet for alle skolene i Lyngdal kommune.

Å barneskole har som visjon at alle barn skal ha en opplevelse av mestring og å høre til.

Målet med «Plan for elevenes skolemiljø Å barneskole 2021-2021» er at planen skal bidra til at alle elever på skolen trives, får mer kunnskap og opplever mestring gjennom gode tiltak og systematisk arbeid som ledes av autoritative voksne. Det vil si voksne som er varme, trygge og grensesettende. Å barneskole skal være et godt sted å være og et godt sted å lære.

Djupedalsutvalget (NOU 2015:2) sin utredning «Å høre til – virkemidler for et trygt psykososialt miljø» trekker frem tre elementer i et godt arbeid mot mobbing:

1. Fremme et godt psykososialt miljø
2. Forebygge mobbing og krenkelser
3. Håndtere hendelser

Disse tre elementene er den sosiale planen vår inndelt i.

«Plan for elevenes skolemiljø Å barneskole 2020-2021» forteller hvordan skoleledelse, lærere, foreldre og elever *i praksis* sammen skal jobbe for at alle elever trives i et godt skolemiljø som har nulltoleranse mot mobbing, og som fremmer trivsel og læring og håndterer krenkelser.

LOVKRAV

Opplæringsloven Kapittel 9A omhandler elevenes skolemiljø, det vil si i skoletida, i skolefritidsordninga og i leksehjelpe. Jfr §9A-1

§§ 9A-2: «Alle elevar har rett til et godt skolemiljø som fremjar helse, trivsel og læring.»

§§ 9A-3: «Skolen skal ha nulltoleranse mot krenking som mobbing, vald, diskriminering, og trakassering.»

Dette inkluderer digital/skjult mobbing som skjer utenom skoletida, og som kan få innvirkning på skolehverdagen.

Det er den enkelte elevs subjektive opplevelse av å bli krenket som er utgangspunktet for skolens håndtering av Opplæringsloven § 9A.



1.0 FREMME ET GODT SKOLEMILJØ

For å fremme et godt skolemiljø er det nødvendig at voksne har kompetanse til å se de grunnleggende forholdene ved et godt skolemiljø, både sosialt og faglig.

Det som fremmer et trygt og godt skolemiljø er:

- **Skolekultur** – hvilke normer, verdier og virkelighetsoppfatninger skolen bygger på og hvordan disse viser seg i praksis
- **Skoleledelse** – det overordnede ansvaret (den viktigste enkeltfaktoren)
- **Relasjonsbasert klasseledelse** – emosjonell støtte, klasseromsorganisering og læringsstøtte
- **Elev-elev-relasjoner** – vennskap, adgang til fellesskapet
- **Foreldresamarbeid** – og involvering både i det forebyggende arbeidet og når det blir vanskelig.

Sentrale ferdigheter som utvikler sosial og emosjonell kompetanse i arbeidet mot mobbing

1. Samarbeid dreier seg om å dele med og hjelpe andre, følge regler og beskjeder.
2. Selvkontroll handler om å bringe følelser under tankemessig kontroll.
3. Selvhevdelse omfatter å hevde egne meninger og rettigheter på positive og tydelige måter, ta initiativ, presentere seg og motstå negativt gruppepress.
4. Empati: å kunne se ting fra andres synsvinkel, forstå hvordan andre har det, vise omtanke og respekt for andres følelser og synspunkter.
5. Ansvarlighet vil si å ta ansvar for hverandre, utføre oppgaver og vise respekt for eiendeler og arbeid.
6. Lek, glede og humor vil si å kunne leke, glede seg og ha det fint med andre, og i ulike typer lek og samspill kunne ta hensyn, følge regler og utvise fantasi.

Alle trinn har ulike sosiale og emosjonelle ferdigheter som elevene hver måned skal trene spesielt på for å utvikle sosial og emosjonell kompetanse i arbeidet mot mobbing.

1. trinn

MÅNED	SOSIALE OG EMOSJONELLE FERDIGHETER	KOMPETANSEMÅL
AUGUST	Kunne vente på tur	Selvkontroll
SEPTEMBER	Kunne snakke høyt i gruppe	Selvhevdelse
OKTOBER	Kunne dele på utstyr	Samarbeid
NOVEMBER	Bli bevisst på og sette ord på følelser	Empati
DESEMBER	Delta i lek med medelever	Lek, glede og humor
JANUAR	Holde orden i garderoben	Ansvarlighet
FEBRUAR	Lytte til andre	Empati
MARS	Kunne fortelle om selvopplevde ting i en gruppe	Selvhevdelse
APRIL	Rekke opp hånden	Selvkontroll
MAI	Forstå og delta i regellek	Lek, glede og humor
JUNI	Holde orden i klasserommet	Ansvarlighet

2. trinn

MÅNED	SOSIALE OG EMOSJONELLE FERDIGHETER	KOMPETANSEMÅL
AUGUST	Vi tar alle med i leken	Samarbeid. Empati
SEPTEMBER	Vi smiler og sier hei til hverandre	Empati
OKTOBER	Kunne jobbe i små grupper og med læringsvenn	Samarbeid
NOVEMBER	Kunne ta ordet i gruppen og i klassen	Selvhevdelses
DESEMBER	Ta gode valg når jeg blir sint	Selvkontroll
JANUAR	Lytte til andre Sette ord på følelser	Empati Selvkontroll
FEBRUAR	Vi hjelper hverandre	Selvkontroll. Empati
MARS	Vi snakker fint om hverandre	Selvkontroll. Empati
APRIL	Vi smiler og hilser på de voksne på skolen	Samarbeid. Selvhevdelse
MAI	Ta ansvar for orden i garderoben og rydding av uteområdet	Ansvarlighet
JUNI	Forstå og delta i regellek/fysiske aktiviteter	Lek, glede og humor

3. trinn

MÅNED	SOSIALE OG EMOSJONELLE FERDIGHETER	KOMPETANSEMÅL
AUGUST	Respektere ulike meninger Holde seg til saken	Samarbeid
SEPTEMBER	Kunne formulere egne meninger	Selvhevdelse
OKTOBER	Lære gode strategier for sosialt samspill	Selvkontroll
NOVEMBER	Forstå og delta i regellek	Lek, glede og humor
DESEMBER	Forstå begrepet rettferdighet	Selvkontroll
JANUAR	Forstå sammenheng mellom årsak og virkning	Selvkontroll
FEBRUAR	Forstå sammenheng mellom årsak og virkning	Selvkontroll
MARS	Være en god lytter	Empati
APRIL	Forstå andres følelser	Empati
MAI	Kunne gi hverandre ros og positiv oppmerksomhet	Empati
JUNI	Kunne vise respekt for andres eiendeler og arbeid	Ansvarlighet

4. trinn

MÅNED	SOSIALE OG EMOSJONELLE FERDIGHETER	KOMPETANSEMÅL
AUGUST	Vise omtanke og kunne gi positive tilbakemeldinger	Empati
SEPTEMBER	Akseptere forskjeller og vise omtanke	Empati
OKTOBER	Vise respekt for andres eiendeler og arbeid	Ansvarlighet
NOVEMBER	Kunne forholde seg til skuffelser og korrigeringer	Selvkontroll
DESEMBER	Ta initiativ og drive regellek på egenhånd	Lek, glede og humor
JANUAR	Kunne være en aktiv lytter	Empati
FEBRUAR	Inkludere alle i lek	Ansvarlighet
MARS	Kunne formulere egne meninger	Samarbeid
APRIL	Få øvelse i å stå fram med egne synspunkter	Selvhevdelse
MAI	Motstå fristelser og press fra medelever	Selvkontroll
JUNI	Delta i og mestre ulike typer fysiske lekeaktiviteter	Lek, glede og humor

5. trinn

MÅNED	SOSIALE OG EMOSJONELLE FERDIGHETER	KOMPETANSEMÅL
AUGUST	Kunne ta mer selvstendig ansvar for rydding av klasserom, gangareal og uteområde	Ansvarlighet
SEPTEMBER	Pararbeid- gjensidig arbeid og støtte	Samarbeid
OKTOBER	Bli mer bevisst eget kroppsspråk	Empati
NOVEMBER	Være i stand til å løse en konflikt gjennom en dialog	Selvkontroll
DESEMBER	Sette grenser for deg selv	Selvhevdelse
JANUAR	Delta i og mestre ulike typer fysiske leke-aktiviteter	Lek, glede og humor
FEBRUAR	Respektere og følge klassereglene	Ansvarlighet
MARS	Vi inkluderer hverandre i lek	Samarbeid. Lek, glede og humor
APRIL	Kunne snakke høyt i klassen og stå for egne meninger	Selvhevdelse
MAI	Respekterer andres grenser	Empati
JUNI	Forholde seg til skuffelser og bekymringer	Selvkontroll

6. trinn

MÅNED	SOSIALE OG EMOSJONELLE FERDIGHETER	KOMPETANSEMÅL
AUGUST	Ha orden i skolesakene	Ansvarlighet
SEPTEMBER	Være en god læringsvenn	Samarbeid
OKTOBER	Respektere andres grenser	Empati
NOVEMBER	Være i stand til å løse en konflikt	Selvkontroll
DESEMBER	Gjennom dialog kunne lede ulike leke-aktiviteter	Lek, glede og humor
JANUAR	Kunne stå for egne valg	Selvhevdelse
FEBRUAR	Kunne lese for/aktivisere mindre barn	Lek, glede og humor
MARS	Bli mer bevisst eget kroppsspråk	Empati og selvkontroll
APRIL	Kunne gi og motta hjelp og støtte	Samarbeid
MAI	Kunne takle egen og andres frustrasjon	Selvkontroll
JUNI	Kunne forholde seg til regler og rydderutiner	Ansvarlighet

7. trinn

MÅNED	SOSIALE OG EMOSJONELLE FERDIGHETER	KOMPETANSEMÅL
AUGUST	Kunne respektere og overholde regler bestemt av fellesskapet	Selvkontroll
SEPTEMBER	Akseptere forskjeller	Empati
OKTOBER	Utforme og ta del i ulike leke-aktiviteter	Lek, glede og humor
NOVEMBER	Motstå gruppepress	Ansvarlighet Selvhevdelse
DESEMBER	Vise omtanke og kunne gi positive tilbakemeldinger til medelever	Empati
JANUAR	Gruppearbeid: Ta ansvar for å drive prosessen fremover	Samarbeid
FEBRUAR	Være en god lytter	Empati
MARS	Kunne reagere på/ta avstand fra andres negative handlinger på en ikke- krenkende måte	Selvhevdelse
APRIL	Kunne ta et mer selvstendig ansvar for rydding av klasserom, gangareal og uteområde	Ansvarlighet
MAI	Kunne takle en provokasjon og forhold seg til egenfrustrasjon	Selvkontroll
JUNI	Delta i lek	Lek, glede og humor

Trivselstiltak

- Trivselsleker
- Sosiale månedlige mål på alle trinn
- Vennskapsuke
- Faddere for alle 1. klassinger og også for nye elever
- Bli-kjent-samtale med nye foreldre og nye elever til skolen
- Lekevenn
- Læringsvenn
- Vennebenken (trivselsledere informere i klassene om hva den er til)
- Turer (klasse-, trinn- og skoleturer)
- Fellesarrangement; for eksempel adventssamlinger, julefest, aktivitetsdag
- Informasjon til foreldre på foreldremøte om hva som skjer i bursdager (gaver, mat) og på leirskole. (Dette gjelder spesielt for foreldre som ikke sender barna på dette)
- Vaktbeskrivelse av å være en god vakt og av de ulike vaktsonene og risiko-områder innenfor hver vaktzone. Oversikten henger også i ganga sammen med vaktlista.
- Informasjon på morgenmøter hvis der er spesielle ting som skjer med eller rundt enkeltelever: **ALLE ELEVER, ER ALLES ANSVAR.**



Vakt på Å barneskole

Voksne som er ute i friminuttene har et særlig ansvar for å fremme trivselen til elever. Vi har beskrevet her hva som forventes av voksne som har vakt generelt og litt om friminutt og vaktsoner.

Friminutt

- Timelærer har ansvar for at alle «sine» elever kommer seg ut
- Hvis du har vakt – avtal evt med en annen lærer i naborommet om å dobbeltsjekke at alle elever har kommet seg ut.
- Gi beskjed til kontaktlærer hvis den samme klassen er seint ute til friminutt over tid.
- Elevene har ikke lov å gå inn i friminuttene for å hente gymtøy, drikke vann el. Alle skal være ute.

Du som har vakt

- Vær orientert om vaktsonen din og risiko-områder innenfor sonen din
- Slutt av timen to minutter før tiden, så du er klar til vakta di begynner
- Ha alltid på gul vest
- Vær på området ditt! (Hvis ikke der er noen barn på området ditt, går du der hvor det er elever).
- Observer elever og kommunikasjonen (verbal og/eller non-verbal) mellom dem og leken mellom dem
- Hjelp elever som er utenfor leken med å komme inn i leken
- Oppsøk elever som går alene
- Oppsøk elever vi er informert om på morgenmøter at vi skal oppmuntre
- Stopp elever som navngir andre som har gjort eller sagt noe (offentlig uthengning)
- Hvis voksne er for seint til vakta si; si først fra til den voksne det gjelder og så til rektor/inspektør.
- Du må aldri gå fra vaktområdet ditt i matfri, **før** du har blitt avløst av en annen voksen.
- Du må aldri gå fra enkeltelever du har ansvar for i friminuttet, **før** du har blitt avløst av en annen voksen
- Toaletter: Ingen elever har lov til å være der unødig - gå innom og sjekk at elevene kommer seg ut

Vaktsoner med risiko- områder

OBS! Risiko-områder er understreket.

- **Bussvakt:** Ser til at barna går trygt mellom bussholdeplassen og skolegården for å forebygge utrygge og farlige situasjoner ved buss-bua.
- **Ved skuret:** Har oversikt over det som skjer oppe på skoleplassen ved skuret og rundt sandkassa. Låse opp skuret i første friminutt og låse igjen etter matfriminutt. Ser også innom elevtoalettene slik at elever ikke oppholder seg der unødig.
- **Fotballbanen:** Har oversikt over det som skjer på fotballbanen og i akebakken ved behov. Mellom buskene i kanten av fotballbanen er det fort at elever kan gjemme seg bort og krenke andre.
- **Håndballbane/inne:** Har oversikt over håndballbanen, stikkballebanen og litt opp i sykkel-løypa. Spesielt må vakta i matfri ta en runde i gangene og se at alle har kommet seg ut, før man selv går ut. Det er timelærer som har ansvar for at klassen går ut. Elever som har fått lov å være inne, skal ha lapp fra timelærer. Se til at elever ikke oppholder seg ved sykkelparkering og buss-skur.
Nordsiden av Lyngdalshallen er et sted hvor det er lett å gjemme seg bort. Se til at ingen gjemmer seg bak ytterdøra til bomberommet.
- **Bak skolen:** Ha oversikt over det som skjer bak skolen og i akebakken. Området skal merkes slik at elever ikke går for langt fra skolen, for eksempel inn i nabohager.
Se til at elever ikke leker i kummen like utenfor nødutgangen rett bak skolen.
- **Lekeplassen:** Ha oversikt over lekeplassen. Må også kikke innom «Hula» med jevne mellomrom. («Hula» er halvtaket utenfor innetrappa i administrasjonsbygget). Siden dette er et område som det er lett å gjemme seg bort i, kan krenkelser forekomme her.



Den gode skoletimen – relasjonsbasert klasseledelse

Rutiner ved Å barneskole for oppstart og avslutning av skoledagen og for overganger mellom timer

1. Oppstart av dagen

- Stå ved pulten
- Hilse god morgen
- Få øyekontakt med alle elevene
- Dag/dato/dagsplan
- Synge en sang (frivillig)

2. Oppstart og avslutning av timer:

- Markere tydelig at timen begynner
- Mål for timen gjøres kjent for elevene (for eksempel på tavla, på smartboarden/smart-TVen eller på en plakat i klasserommet)
- Motivere
- Lærerstyrt del
- Elevaktivitet
- Oppsummering av timen og mål for timen
- Før elevene tar friminutt, ryddes ting fra timen bort.
- Bøker til neste time legges klar på pulten deres (gjelder mellomtrinnet)

3. Avslutning av dagen:

- Rydde klasserommet
- SFO (1.-4.trinn) og buss
- Stå ved pulten
- Minne elevene på viktige beskjeder eller lekser
- Evt synge en sang
- Oppsummere det som har vært fint i dag og skape positive forventninger til neste dag
- Si «Takk for i dag!»
- Læreren bestemmer når alt er klart og elevene får et tegn av lærer på at de kan gå

Samarbeid skole og hjem

Foreldre er de viktigste rollemodellene for barna. Det er viktig med et godt samarbeid mellom skolen og hjemmet for at elevene skal trives og oppleve mestring.

Plan for elevenes skolemiljø Å barneskole er årlig tema på foreldremøtene i september. Her orienteres foreldre om Aktivitetsplikten og minnes om foreldreansvaret de har. Foreldre informeres om Mobbe knappen på skolens hjemmeside og om planer, referater og ordensregler som ligger tilgjengelig på hjemmesida vår.

Foreldre er involvert i skolens forebyggende arbeid for eksempel gjennom Foreldrenes arbeidsrådsutvalg (FAU). I FAU er en av foreldrene valgt til skolemiljøutvalgsrepresentant (SMU-representant).

Skolemiljøutvalget ved skolen består av to SMU-representanter; en for foreldre og en for elever i tillegg til medlemmene av Samarbeidsutvalget. Skolemiljøutvalget har møter minst to ganger i året og her er elevenes trivsel et viktig tema.

A-B-C- Alle får bli med!

6 tips til foreldre

1. *Hjelp barnet ditt med å lage leke-avtaler på kryss og tvers av trinnet.*
2. *Snakk ikke negativt om andre barn eller deres foreldre.*
3. *Tenk deg om før du kritiserer folk i media/TV foran barna.*
4. *Gjennomfør en inkl. bursdagspolitikk.*
5. *Oppmuntre barnet ditt til å ta den svakes/utsattes parti.*
6. *Vær åpen for at ditt barn også kan være en som mobber. Søk hjelp i stedet for å gå i forsvar.*



VennskapsPilotene

Ordensregler

Innledning

Opplæringen i skolen skal gi kunnskaper, ferdigheter og holdninger. En viktig forutsetning for læring er et godt læringsmiljø som er preget av samarbeid og medansvar, og hvor alle føler seg trygge og trives. For å nå dette målet er det utarbeidet ordensregler som alle skal etterleve.

Trivsel og miljø

- Vi snakker til hverandre på en høflig måte.
- Vi leker fint sammen.
- Alle må få være med i leken/fellesskapet.
- Vi løser uenighet ved å snakke sammen.
- Vi mobber ikke.
- Vi tar vare på skolen vår, lekeområdet, blomsterbed, beplantninger og naturen rundt.
- Vi behandler skolens og hverandres eiendeler med forsiktighet.
- Vi sorterer avfall og legger det i riktige avfallsbeholdere.
- Vi henger opp yttertøy og setter skoene på plass på hylla.
- Penger og verdisaker må ikke oppbevares i garderoben.
- Mobiltelefon skal ligge i sekken og være avslått i skoletiden.
- Smartklokker skal ligge i sekken og være avslått i skoletiden.
- Skolens nettvettregler skal overholdes.
- Rasistiske utsagn/handlinger eller utsagn om legning tillates ikke.
- Vi respekterer voksnes avgjørelser

Tid

- Vi forstyrrer ikke hverandre unødig i timene.
- Vi kommer presis til timene

Sikkerhet og helse

- Vi tar hensyn til og viser forsiktighet ovenfor hverandre.
- Vi følger trafikkreglene på skoleveien slik at ingen blir skadet i trafikken.
- Farlige gjenstander skal ikke tas med på skolen.
- Skolen har ikke ansvar for medbrakte verdisaker/tekniske hjelpemiddel
- Vi har ballspill på tilviste plasser.
- Vi kan benytte sparkesykkel (ikke el-sparkesykkel), skateboard, rulleskøyter eller "rullesko" på tilvist område i skoletiden. Hjelmer er påbudt.

- Sykler skal parkeres i sykkelstativet og ikke brukes i friminuttene.
- Hjelm må brukes når elevene skal sykle i skolens undervisningstid eller på SFO.
- Vi oppholder oss på skolens områder i skoletiden.
- Vi har kun lov til å ha med godteri når dette er avtalt med skolen på forhånd.
- Røyking og bruk av rus er forbudt på skolens områder. Reglene gjelder ved alle arrangementer i skolens regi.

Hvis reglene brytes

Du skal alltid få anledning til å forklare deg i samtale med en lærer eller en fra skolens ledelse.

Brudd på reglene kan medføre at:

- friminutt blir inndratt.
- du blir tatt ut av undervisningen.
- tapt arbeidstid må tas igjen.
- du må komme før eller være igjen etter undervisningen.
- du må gjøre skolearbeid et annet sted, f.eks i en annen klasse.
- du må erstatte eller reparere ødelagte gjenstander.
- mobiltelefonen/andre gjenstander inndras.
- spesielle friminuttstiltak iverksettes for enkelte elever, for eksempel gå sammen med en voksen hele tiden

Hvis du bryter reglene på en alvorlig måte, vil skolen gi beskjed til foresatte.

Alvorlige brudd på reglene kan føre til at du:

- blir flyttet til en annen klasse for kortere eller lengre tid.
- blir utvist for resten av dagen (avtale med foresatte på forhånd, klagerett, Oppl. §2-10)
- blir flyttet til en annen skole.
- ulovlige forhold kan anmeldes til politiet. I slike tilfeller tar rektor avgjørelse etter at eleven, elevens lærer og foresatte har hatt anledning til å uttale seg.

Ordensreglene er utarbeidet på bakgrunn av forskrift om ordensregler i Lyngdal kommune vedtatt den 24.08.10 og gjeldende fra 01.09.10. Nye ordensregler vedtas av kommunestyret høsten 2021.

Ordensreglene er behandlet i personalet 15.08.17, i elevrådet 19.09.17, i Foreldrerådets Arbeidsutvalg (FAU) 20.09.17 og vedtatt i Samarbeidsutvalget (SU) ved Å barneskole 20.09.17.

2.0 FOREBYGGE MOBBING OG KRENKELSER

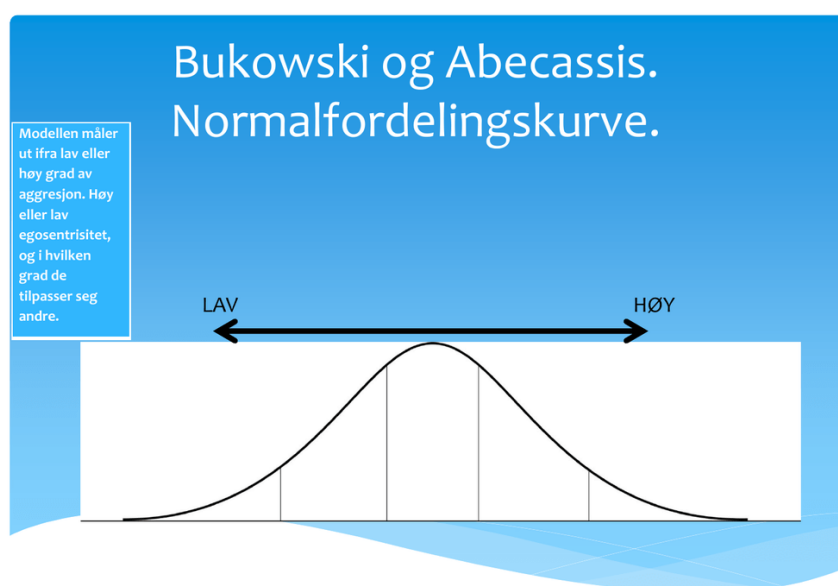
Aktivt engasjerte individer, et kompetent personale, organisatorisk stabilitet og at personalet drar i samme retning, skolekultur, er det som forebygger mobbing (Skolverket 2011).

For å forebygge mobbing og krenkelser er det nødvendig å ha kompetanse om elever som tilhører risikogruppene og hva vi kan gjøre for å redusere risiko for mobbing. Bukowski og Abecassis har en modell om utestengning, inkludering og risikoelever. Modellen har tre dimensjoner:

- Grad av negative handlinger (øker mot høyre)
- Egosentrisk atferd (økende egosentrisk atferd jo lenger vi kommer mot høyre).
- Grad av tilpasningsatferd (økende tilpasningsatferd jo lenger mot venstre vi kommer.

Elevene kan deles inn i fem grupper hvor de tre gruppene i midten klarer seg tilsynelatende bra. Mens gruppene på ytterkantene er i risikozonen for å bli mobbet og utestengt.

- Elevene lengst til venstre mister seg selv og stenger ute seg selv.
- Elevene lengst til høyre mister de andre og stenger ute de andre.



Gruppe 1 (5-10 %)

Innadvendte, sjenerte, hevder ikke seg selv, tilpasser seg de andre for mye, griner lett, sårbare, forsvare seg ikke, tar ikke kontakt, gjør ikke negative handlinger

Gruppe 2 (ca 15 %)

Hevder seg selv mer og klarer seg godt. De gjør ikke negative handlinger.

Gruppe 3

Klarer seg best. Balanserer seg selv mot de andre. Hevder seg selv, men hører også på de andre. Det er en suksessfaktor.

Gruppe 4 (ca 15 %)

Negative handlinger er økende. Henger så vidt med. Brenner opp venne-nettverkene. «Gråsone - elever». Tiltak: Vennlig, varm og relativt stram hånd. Hvis ikke du får tak i disse elevene blir det bråk og uro i klassen.

Gruppe 5 (ca 5 %)

Bratt stigning av negative handlinger. Egosentriske. Hører lite på andre og stenger ute de andre. Ensomme.

Altså: Gruppe 1 og 5 er risikoelever

- Felles utfordring: Risiko for å bli utestengt
- Høy tristhetsfaktor
- Konsentrasjonsproblemer
- Underyttere i skolen

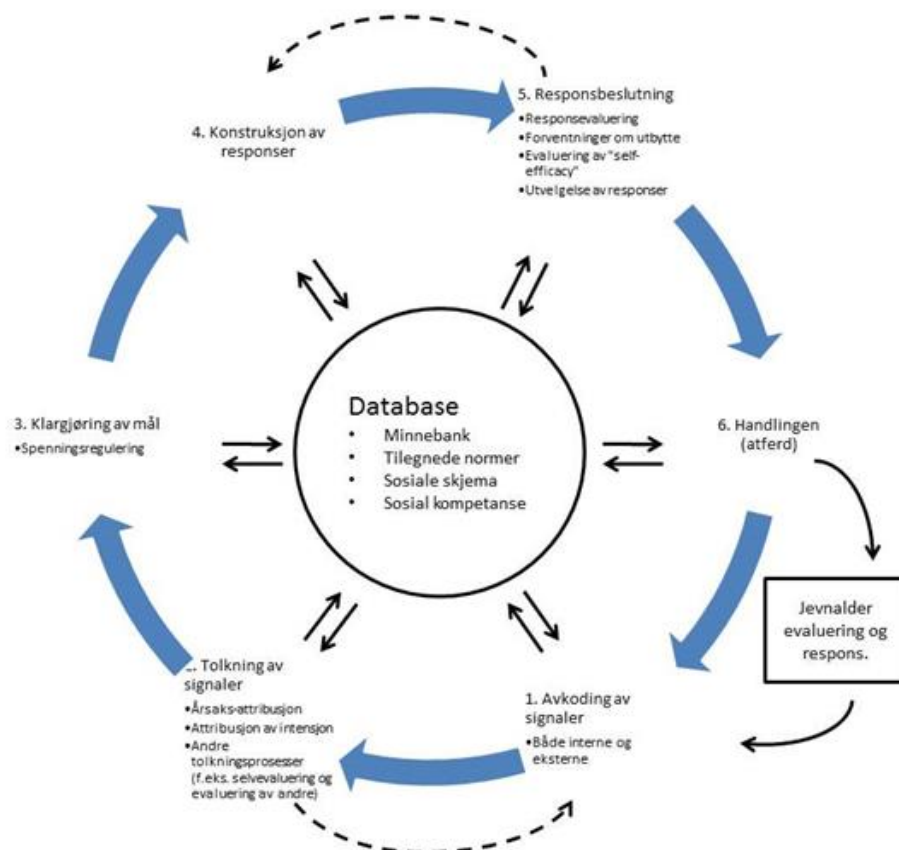
Forebyggingstiltak gruppe 1

1. **Systemtiltak.** Oppsøke disse elevene to-tre ganger daglig. Ha en liten prat med dem. Målet er å støtte dem, være interessert i dem og bli kjent med dem. Dette virker stressreducerende for eleven.
2. **Hjelpe dem til å få vennenettverk.** Organisere det og holde nettverket oppe.
3. **Overgang barnehage – skole:** Få informasjon før overgangen, få tak i disse elevene så tidlig så mulig, så vi er forberedt når de begynner på skolen. Tør ikke få venner, selv om de har lyst til det. De må lære selvhevdelse. Målet er å få disse elevene over i gruppe 2.

Forebyggingstiltak gruppe 5

1. **Vær vennlig**
2. **Bruk mye tid, hver dag**
3. **Bygg positive relasjoner** til eleven, få eleven til å like deg
4. **Hjelpe dem med å få vennenettverk.** Uten venner, mer frustrasjon, negativ atferd øker.
5. **Bryt transaksjonene** (mønstrene som er etablert) for eksempel: frekk i kommentarer til venner og er ensom – mister venner, blir enda mer ensom – flere frekke kommentarer og mister alle venner – blir til slutt isolert

SIP – modellen til K. Dodge (2006) gjør oss bevisste på kommunikasjonsprosesser mellom det som skjer her og nå og det vi har erfart tidligere i livet.



Merknad: Databasen (hukommelsen vår) skal ha med sterke emosjonelle opplevelser og traumatiske opplevelser. Hvis du er brennmerket i databasen, påvirker det deg on-line, altså her og nå, i forhold til hvordan du forholder deg til andre mennesker, for eksempel at du er defensiv.

Tiltak for gode databaser

Lage databaser i barnehagealder; bygge mye relasjoner ved hjelp av den autoritative voksne (varm og tydelig) for at eleven skal få en mest mulig robust database som kan stå imot negative on-line opplevelser.

Læreren har ansvar for å etablere minst to sosiale skjema hos hver enkelt elev ved hjelp av relasjonsledelse; varm og vennlig voksen, med tydelige grenser. Disse skjemaene vil da bli aktivert hver gang lærer og elev møtes. Det krever at læreren har hatt **positive relasjonelle møter** med eleven som gjør at eleven hver gang han ser læreren tenker:

Skjema 1: «Jeg liker deg lærer». (Jeg vet at du lærer ser meg og bryr deg om meg).

Skjema 2 «Jeg vet hva jeg har lov til». (Jeg vet hvilke grenser du lærer har, hvilke regler som gjelder og hva konsekvensene blir hvis de brytes. Forutsigbart og trygt).



Felles rutiner for å følge opp at alle elever har det bra

Kartlegging av skolemiljøet

- Minst en gang i halvåret gjennomføres elevsamtaler. Ansvar kontaktlærer.
- En gang i halvåret gjennomføres utviklingssamtaler med foresatte. Ansvar kontaktlærer.
- En gang i halvåret gjennomføres det sosiogram i klassene ved bruk av klassesetrvsel.no <http://klassesetrvsel.no/no/forside.aspx> eller Spekter. Ansvar kontaktlærer
- Hver høst gjennomføres trivselsundersøkelsen på alle trinn (se vedlegg). Ansvar sosiallærer
- Hver høst følges resultater fra trivselsundersøkelsen opp ved bruk av et eget skjema (se vedlegg). Ansvar sosiallærer.
- Hver høst gjennomføres UDIR sin elevundersøkelse for 6. og 7. trinn Ansvar kontaktlærer.
- Hver vår gjennomføres foreldreundersøkelsen på alle trinn. Ansvar ledelsen og kontaktlærer.
- Hver vår følges resultater fra foreldreundersøkelsen opp i utviklingssamtalen. Ansvar kontaktlærer.
- Resultater fra alle undersøkelser presenteres for FAU og SMU og ansatte. Ansvar ledelsen
- *Plan for elevenes skolemiljø Lyngdal kommune* evalueres hver vår av ledelse, ansatte og foreldre. Ansvar ledelsen.
- *Plan for elevenes skolemiljø Å barneskole* evalueres hver vår av ledelse, ansatte og foreldre. Ansvar ledelsen.
- Friminuttlogg brukes i perioder. Ansvar kontaktlærer.

Tverrfaglig samarbeid

- Helseesykepleier 80 % ved skolen
- Familieveileder på helsestasjonen

Klassemøter

- Minst 1 gang i måneden i alle klasser. Trivsel, klasseregler og sosiale mål for måneden er alltid tema.

- Være god hjelper/ordenselev sammen med en annen elev
- Bevisstgjør alle elever på at alle har et ansvar for å bidra til fellesskapet

Annet

- Kontaktlærer har jevnlig samtaler med hver enkelt elev (spontane og/eller planlagte samtaler, feks elevsamtaler høst/vår)
- Sosiallærer presenterer seg hver høst for alle elevene ved å besøke alle klassene
- 5. trinn har jentegrupper eller guttegrupper med helsesykepleier
- God kommunikasjon og jevnlig møter mellom kontaktlærer, timelærer og assistent som samarbeider om elever eller klasser
- Kroppsreglene fra Barnehuset i Kristiansand gjennomgås i alle klasser i løpet av september måned
- «Plan for elevenes skolemiljø Å barneskole» og den kommunale «Plan for elevenes skolemiljø» gjennomgås hver høst i personalet og med elevene. Dette gjentas i januar. Viktig å få fram til elevene at elevens subjektive opplevelse tas på alvor av de voksne. Lærerne kvitterer ut på liste på tavle i ganga at de har gjennomført dette i klassene.
- Planene og arbeidet mot mobbing og krenkelser gjøres kjent for de ansatte på planleggingsdager i august og i januar. For foreldre gjøres det kjent på foreldremøter i september, på FAU – og SMU møter og på hjemmesida vår. Info om dette kan også sendes via Tieto til alle foreldre.



3.0 HÅNDTERE HENDELSER

Aktivitetsplikten

Kapittel 9A i Opplæringsloven gjeldende fra 1. august 2017

Hva innebærer det?

- *Nulltoleranse mot mobbing*
- *Elevenes subjektive opplevelser skal tas på alvor. Sterkere rettsvern*
- *Alle som arbeider ved skolen har en aktivitetsplikt*
- *Enkeltvedtak faller bort. Dokumentasjonsplikten består*

Skolen har plikt til å:

1. Følge med
2. Gripe inn i akutte situasjoner
3. Varsle all mistanke og kjennskap
4. Undersøke all mistanke og kjennskap
5. Sette inn tiltak når eleven ikke har et trygt og godt skolemiljø

Følge med

Når vi observerer må vi være bevisst på:

- **Formål.** Hvorfor vil vi observere?
- **Hva er det du vil observere?** Vær konkret.
- **Mønster + budskap.** Hva slags gjentakende mønster ser du? Hva er budskapet?
- **Logg med dato.** Lag en oversikt for deg selv som viser hva/hvordan/hvem og hyppighet
- **Når.** Hva slags situasjoner er det du vil observere? Tidspunkt på dagen? Overganger?
- **Samtale etterpå med elevene:** «Jeg så... Hva tenker du om det?». Noter ned elevens refleksjoner om dine observasjoner.

Gripe inn uten å krenke elever

Når vi griper inn:

- **Selvkontroll** - ikke mist deg selv. Sett grensene litt lenger ute enn der de egentlig går, slik at du har kontroll over egne følelser i møte med eleven

- **Reaksjon tilpasset situasjonen** (stemmebruk, ordbruk, hvem som er tilstede når du reagerer)
- **Respekt** - Vær bevisst på hva du sier til eleven og hvordan, viktig at eleven blir hørt
- **Relasjon** - Hvis du kjenner eleven godt og vet han er trygg på deg, da er det lettere å få eleven til å forstå at du liker eleven, men ikke det eleven har gjort.
- **Positive banken** – I «fredstid» må du sørge for at du samler på gode relasjonelle møter i den positive banken, slik at eleven fortsatt liker deg og har en opplevelse av at du liker eleven etter at du har grepet inn og korrigert atferd.

Varsle all kjennskap og mistanke

Rutiner for bruk av varslingskjema til rektor:

- Alle voksne om er ansatt ved Å barneskole, skal bruke varslingskjemaet når uakseptabel atferd har funnet sted - uavhengig om det er i timer eller friminutt eller SFO.
- Ved krenkelser eller mobbing av elever som voksne ser ute i friminuttene, SKAL alltid varslingskjemaet brukes i etterkant som dokumentasjon på det som skjedde. Skjemaet skal leveres rektor eller inspektør hvis rektor ikke er tilstede. Kontaktlærer skal også alltid bli informert.
- Den som så hendelsen og som fyller ut varslingskjemaet, har et ansvar for å informere rektor (inspektør) og de andre lærerne på trinnet.
- Ved krenkelser eller mobbing som en kontaktlærer observerer ute i friminuttene og som gjelder en av sine elever, brukes også varslingskjemaet. Ved mindre forseelser, så holder det at kontaktlærer skriver det i en logg han/hun fører for sine enkeltelever.
- Rektor informeres jevnlig om pågående saker i klassene.
- Logg og varslingskjemaet sikrer dokumentasjon på observasjoner av elevene og elevenes skolemiljø.

Undersøke all mistanke og kjennskap

Rektor har ansvar for å undersøke all mistanke og kjennskap til krenkelser og mobbing blant elever. Dette gjøres i samarbeid med de ansatte. Mobbing er komplekst. Kunnskap om motivet bak mobbing, hvordan en alvorlig mobbesituasjon ser ut og hvordan en mobbesak utvikler seg, er avgjørende for å forebygge, avdekke og håndtere mobbing.

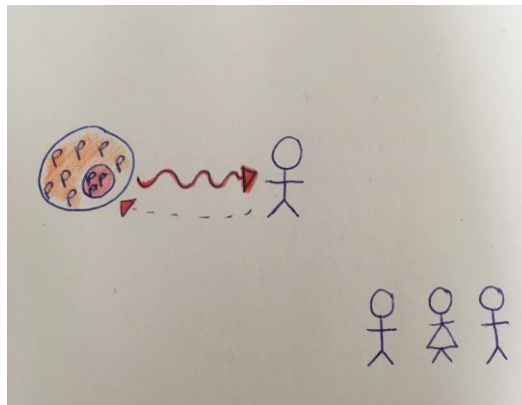
1. Hva er motivet bak mobbingen?

Motivet for mobbingen oppleves som en «gevinst» av den som mobber. For å stoppe mobbingen er det avgjørende at vi ERSTATTER denne «gevinsten».

Eksempler på gevinst:

- Tilhørighet (Følelse av varme og å være på innsiden)
- Følelsmessig kontroll (at noen holdes utenfor, at andre har det verre enn en selv, tåler mer sine egne utfordringer)
- Status (for å styre egen status i klasserommet, i en gruppe, så ekskluderer man andre)
- Makt (oppnår noe gjennom aggressive handlinger)

2. Hvordan ser en alvorlig mobbesituasjon ut?



Hendelser skjer for å oppnå noe i ei gruppe. Derfor skjer negative episoder oftest med flere enn to til stede. Der er noen plager (P) som utøver hendelser på et offer (rød pil) og så gjør offeret hendelser tilbake som en reaksjon på det.

Vær oppmerksom på bakenforliggende årsaker. Ofte er der tre stykker som utpeker seg blant plagerne som de som står bak og trekker i trådene (P i sirkel merket med rødt). Kjennetegn på disse tre er at de er ofte populære sosialt, der er sjeldent atferdsproblemer med dem og de er preget av proaktiv

aggresjon. Disse tre er ofte i nærheten når noe skjer. Vi må få tak i dem for å stoppe mobbingen.

«Det er jo noe med han/henne også» er utsagn som vi må unngå å si om offeret. Vi må huske på at offeret er stresset av at det ikke har kontroll over sin egen situasjon og av alle de små og store negative signalene som sendes til den som blir krenket av andre.

3. Hvordan utvikler en mobbesak seg? (5 faser mot isolasjon).

Erlend Moen har laget et 5-trinns oversiktskart for hvordan mobbingen utvikler seg og er i ulike faser (se bildet under).



Mellom alle de fem trinnene går det litt tid. Vi bør undersøke på hvilket trinn enhver mobbesak er på. Ikke alle saker går gjennom 5 trinn. Hvis ikke mobbingen blir avdekket før trinn 5, kan det få store negative konsekvenser for alle de involverte og for de involvertes psykiske og fysiske helse fremover. Skolevegring kan være en slik negativ konsekvens av mobbing. Forskning viser også at 7-8 måneder etter at mobbingen opphørte, så har ofrene fortsatt ikke tilgang til fellesskapet.

Lærere må fremme vennskap og tilhørighet og jobbe med å utvikle sosial kompetanse hos alle elever lenge etter at en mobbesak er avsluttet og for å forebygge at den starter igjen. Erfaring viser nemlig at samme barnet i perioder kan ha opplevd mobbing helt fra barnehagen og ut videregående.

Vi må jobbe for å forhindre at elever kommer til trinn 1 ved å være oppmerksom på hvem som er risikoelever og ved å være tett på elevene fra skolestart. Trinn 3 møtes med systematisk, skolebasert arbeid der alle episoder tas tak i. Trinn 5 møtes med omfattende tiltak/hjelp.

Jo flere saker avdekkes, jo større er mulighetene for at mobbingen stoppes. Hvis ikke risikerer vi at enkelte vil gå gjennom livet uten en opplevelse av å høre til og å passe inn.

Sette inn tiltak_når eleven ikke har et trygt og godt skolemiljø

Rektor eller sosiallærer utarbeider en Aktivitetsplan for elever som trenger systematisk oppfølging for å få et trygt og godt skolemiljø. Den inneholder bakgrunn for planen, tiltak med en vurdering av hva som er barnets beste, hvem som har ansvar for hva, planens varighet og når den skal evalueres. Skolen leder arbeidet med å utarbeide en Aktivitetsplan, men eleven, foreldre og kontaktlærer involveres alltid.



Nettressurser

Klassetrivsel.no <http://klassetrivsel.no/no/forside.aspx>

Kroppsreglene <https://www.statensbarnehus.no/media/1296/kroppskort.pdf>

KILDER

Flack, Tove (2010) «Innblikk. Et sosial-analytisk verktøy for å forebygge og avdekke skjult mobbing», Stavanger. Universitetsforlaget

Gresham, F.M og Elliott, S.N. (1990) "Social behavior and Skills in Children". Circle Pines. American Guidance Service

<https://www.youtube.com/watch?v=NBZF-M0ipVc&t=2086s> (Pål Roland. 31.01.18)

<https://www.youtube.com/watch?v=qQ3YmlPt3gA> (Erlend Moen 31.01.18)

<https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2015-2/id2400765/> (NOU 2015:2 Å høre til) (31.01.18)

https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=gmX%2bJjIU&id=23C81F5D0F3C0B524398FF1B0D85C815D4F84B04&thid=OIP.gmX-JjIUtW7hjR_SJfIUQAAAA&q=trivselsleder&simid=608022063880341430&selectedIndex=4&ajax hist=0 (06.02.18)

Moen, Erlend (2014) «Slik stopper vi mobbing», Trondheim. Universitetsforlaget.

https://www.google.com/search?q=vennskapspilotene&rlz=1C1GCEB_enNO950NO950&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=SL0TGn6fr_eLzM%252Crhtf6prPoY7LsM%252C_&vet=1&usg=AI4_kQ6s9dJOeLoVJnP8nozMnVl_Riv8w&sa=X&ved=2ahUKEwjG_tLesszxAhWkk4sKHZtVCRoQ9QF6BAgXEAE#imgsrc=SL0TGn6fr_eLzM (Vennskapspilotene) (05.07.21).

<https://www.ntnu.no/documents/1266379691/1267798868/lks2016-s1a-moen.pdf/7b333bd1-00d9-4dc7-92f0-b979c55e06d2> (Skolverket 2011). (05.07.21)

Skrevet av: Anette Gullestad Solsvik
Publisert: 05.07.2021

Lyngdal kommune
Telefon 38 33 40 00
E-post: post@lyngdal.kommune.no