

# Trygt skolemiljø

*Plan for trygt og godt skolemiljø i Jevnaker*



**Jevnaker**  
kommune

## Innhold

1. Forord .....	4
2. Rettigheter og verdigrunnlag .....	5
3. Hva er krenkende ord og handlinger? .....	6
3.1. Ulike typer krenkelser .....	6
3.2. Digitale krenkelser .....	6
3.3. Mobbing .....	7
3.4. Elevenes opplevelser er det viktigste .....	8
4. Et helhetlig systematisk arbeid .....	9
5. Fremme et trygt og godt skolemiljø .....	10
5.1. God ledelse, organisasjon og kultur for læring .....	10
5.1.1. Ordensreglement, plan og årshjul .....	11
5.2. De voksnes evne til å lede klasser og grupper .....	12
5.3. Positive relasjoner mellom voksen og elev .....	12
5.4. Positive relasjoner blant elevene .....	12
5.4.1. Skape en positiv skolekultur .....	12
5.4.2. Sosial og emosjonell kompetanse .....	13
5.4.3. Elevene må være med .....	13
5.5. Samarbeid med foreldrene .....	14
5.5.1. Voksne skaper vennskap .....	15
6. Forebygge mobbing og andre krenkelser .....	16
6.1. Profesjonelle voksne som kan oppdage mobbing .....	16
6.1.1. Plikt til å følge med .....	16
6.1.2. Barna må selv kjenne igjen mobbing .....	18
7. Rutiner for å fremme et trygt og godt skolemiljø og forebygge mobbing og krenkelser .....	19
8. Håndtere mobbing og krenkelser .....	21
8.1. Avdekke .....	21
8.1.1. Plikt til å undersøke, varsle og gripe inn .....	21
8.1.2. Verktøy for systematisk avdekking .....	23
8.1.3. Når voksne krenker .....	24
8.2. Stoppe .....	24

8.2.1. Plikt til å sette inn tiltak .....	25
8.2.2. Sanksjoner.....	27
8.2.3. Følge opp.....	28
9. Vedlegg.....	29
9.1. Rutine for håndtering av krenkelser og mobbing.....	29
9.2. Hvordan stoppe mobbingen?.....	32
9.3. Aktivitetsplan.....	35
9.4. Ressursbank .....	41

# 1. Forord

*Alle elever i grunnskolar og vidaregåande skolar har rett til eit godt fysisk og psykososialt miljø som fremjar helse, trivsel og læring.*

*Opplæringslova § 9a-1*

Alle elever har rett til et godt skolemiljø. Jevnakerskolen skal være fri for alle former for krenkende atferd, og skolemiljøet skal virke positivt på elevenes helse, trivsel og læring. I tillegg skal Jevnakerskolen lære barn og unge å mestre sitt eget liv og sin egen psykiske helse, ta sosialt ansvar og vise medborgerskap.

Dette dokumentet gir føringer for hvordan Jevnakerskolen skal arbeide for å skape et godt skolemiljø, og håndtere krenkelser og mobbing. I dette arbeidet er det tre viktige forutsetninger:

- Skolene driver et aktivt og systematisk arbeid for å fremme et godt skolemiljø
- Alle voksne på skolen har plikt til å følge med, undersøke, gripe inn, varsle og sette inn tiltak når de får mistanke om eller kjennskap til krenkelser
- Skolen og hjemmet har god kommunikasjon

Alle elever og foreldre i Jevnakerskolen skal møte voksne som har vilje, kompetanse og mot til å gjøre sitt ytterste for å skape et trygt skolemiljø. De skal også oppleve å bli tatt på alvor når de har en bekymring.

**En stor takk til Bærum kommune som har delt sin plan med oss i Jevnaker kommune.**

Jevnaker, mars 2022

Anette Juul Pedersen

Kommunalsjef oppvekst og kultur

## 2. Rettigheter og verdigrunnlag

Alle barn og unge skal ha et skolemiljø uten mobbing og andre krenkelser. Dette er et mål i seg selv og viktig for barns lek, utvikling, læring og sosiale tilhørighet. FNs barnekonvensjon gir barn grunnleggende menneskerettigheter. En forutsetning for rettighetene er at barnets egenverdi og opplevelser anerkjennes. Barnekonvensjonen har fire sentrale prinsipper som skal være førende for arbeid med barn:

- Barns rett til vern mot diskriminering (artikkel 2)
- Barnets beste skal være et grunnleggende hensyn (artikkel 3)
- Retten til liv og plikten til å sikre utvikling (artikkel 6)
- Barns rett til å bli hørt (artikkel 12)

I arbeidet for et trygt og godt skolemiljø er anerkjennelse av barn og unges opplevelse og medvirkning et grunnleggende prinsipp. Barn skal bli tatt på alvor av profesjonelle voksne som tar ansvar for å følge opp saken når de forteller hvordan de har det.

Formålsparagrafen i opplæringsloven angir verdigrunnlaget for skolen. Formålet med opplæringen er blant annet at elevene skal utvikle «kunnskap, dugleik og holdningar for å kunne meistre liva sine og for å kunne delta i arbeid og felleskap i samfunnet».

Opplæringslovens kapittel 9a gir alle elever en individuell rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, trivsel og læring. Formålet med retten er at barn og unge skal være trygge på skolen. Det psykososiale miljøet er ikke avgrenset til forhold på skolen i skoletiden. Det omfatter også det som skjer på skolens område i skoletiden, på skoleveien, på turer og arrangementer i skolens regi i og utenfor skoletiden, samt mobbing og krenkelser som skjer utenfor skoletiden og som har sammenheng med skolen.

Disse rettighetene og verdiene ligger til grunn for arbeidet med å utvikle Jevnakerskolen til et godt faglig og sosialt læringsfellesskap.

### 3. Hva er krenkende ord og handlinger?

Ingen elever skal bli utsatt for krenkende ord eller handlinger på skolen eller på skoleveien. I Jevnakerskolen bruker vi disse definisjonene på krenkende ord og handlinger:

**Krenkelser** er et samlebegrep for negative ord eller handlinger som barn eller unge opplever som krenkelse for hans eller hennes verdighet og integritet, eller som gjør at de føler seg ekskludert fra et fellesskap. Kort sagt er en ord eller handlinger som gjør at en elev blir lei seg eller ikke har det bra. Krenkelser kan ta ulike former. Det kan være alt fra enkeltstående ytringer eller handlinger til gjentatte episoder. Det omfatter blant annet mobbing, vold, rasisme, trakassering og diskriminering. Krenkende atferd kan være erting, plaging, negative kommentarer, knuffing, baksnakking, ryktespredning, utfrysing eller andre handlinger som gjør at barn og unge opplever utrygghet, ubehag eller ikke føler seg inkludert i fellesskapet. Både barn, unge og voksne kan krenke.

**Vold** innebærer at noen bruker makt for å skade andre.

**Rasisme** innebærer at noen blir forskjellsbehandlet eller plaget, for eksempel fordi de har en annen hudfarge eller snakker et annet språk.

**Identitetsbaserte krenkelser /diskriminering** betyr at en person blir dårligere behandlet eller trakassert, for eksempel på grunn av kjønn, legning, funksjonsevne, tro, hudfarge eller opprinnelse.

#### 3.1. Ulike typer krenkelser

Krenkelser har ulike former og foregår på ulike arenaer. De kan være *fysiske, verbale* eller *indirekte* (Kaukiainen, Björqvist og Lagerspetz, 1999), og mange blir utsatt for flere typer krenkelser samtidig, og fra ulike grupper. *Fysiske krenkelser* kan være å dytte, slå, sparke eller kaste stein på en annen. *Verbale krenkelser* kan være trusler eller kommentarer. *Indirekte krenkelser* innebærer at den som krenker utfører ekskluderende handlinger overfor en annen uten å bli identifisert. Dette kan for eksempel være baksnakking, å bli venn med en annen som hevner eller negativt kroppsspråk. De indirekte krenkelsene kan ofte være vanskelig for voksne å oppdage.

#### 3.2. Digitale krenkelser

Som på andre arenaer der mange mennesker møtes, oppstår krenkelser også digitalt. Digitale krenkelser kan være mer intense fordi de kan skje døgnet rundt, fordi de skjer på sosiale arenaer der barnet/ ungdommen gjerne vil være, fordi mange kan se det og fordi det lett kan spres og være tilnærmet umulig å slette. Digitale krenkelser kan være ekstreme, fordi mange våger å gjøre mer på nettet enn de gjør ansikt til ansikt. Digitale krenkelser starter ofte på skolen, og de som er

utsatt for krenkelsers ansikt til ansikt på skolen, er ofte mer utsatt for digitale krenkelsers. Digitale krenkelsers er ofte mindre synlig for foreldre, lærere og andre voksne. Digitale krenkelsers som foregår mellom elever på skolen, som er relatert til skolen, er også skolens ansvar å håndtere.

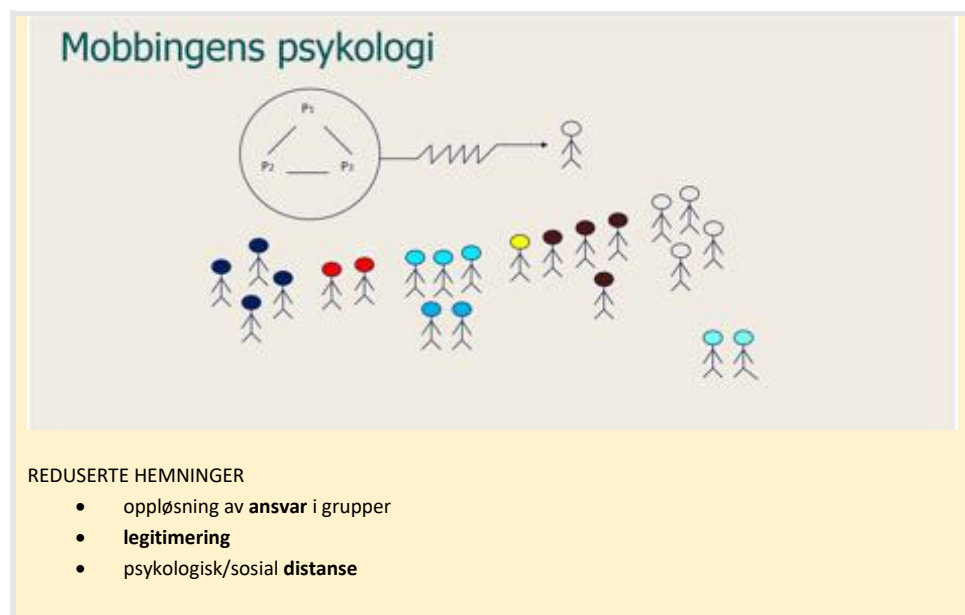
### 3.3. Mobbing

Krenkelsers blir mobbing når atferden er gjentatt negativ eller «ondsinnets», og den kommer fra en eller flere rettet mot en elev som har vanskelig for å forsvare seg. Det kan dreie seg om utestengning, spredning av løgner, trusler, negative kommentarer om utseende og fysiske krenkelsers som slag, dytting og sparring. Gjentatt erting på en ubehagelig eller sårende måte er også mobbing (Utdanningsdirektoratet, 2011).

Det er mobbing når:

- noen blir utsatt for negative hendelser fra en eller flere
- hendelsene pågår over tid
- det er et ujevnt styrkeforhold mellom den som plager og den som blir plaget

Mobbing skiller seg fra det vi ser som en konflikt, og krever andre tiltak enn tradisjonell mekling fordi mobbing er et alvorlig overgrep mellom to asymmetriske parter. Mobbing skal stoppes umiddelbart.



Kilde: Hentet fra presentasjonen «Mobbing og andre krenkelsers» Riise og Angelskår, Læringsmiljøsentret Universitetet i Stavanger

### 3.4. Elevenes opplevelser er det viktigste

Uavhengig av definisjonene av mobbing og krenkelser, er det elevens subjektive opplevelse av læringsmiljøet som er grunnlaget for at skolen skal ta saken på alvor. Alle elever og foreldre i Jevnakerskolen skal oppleve at de blir lyttet til, tatt på alvor og får hjelp når de er i vansker.

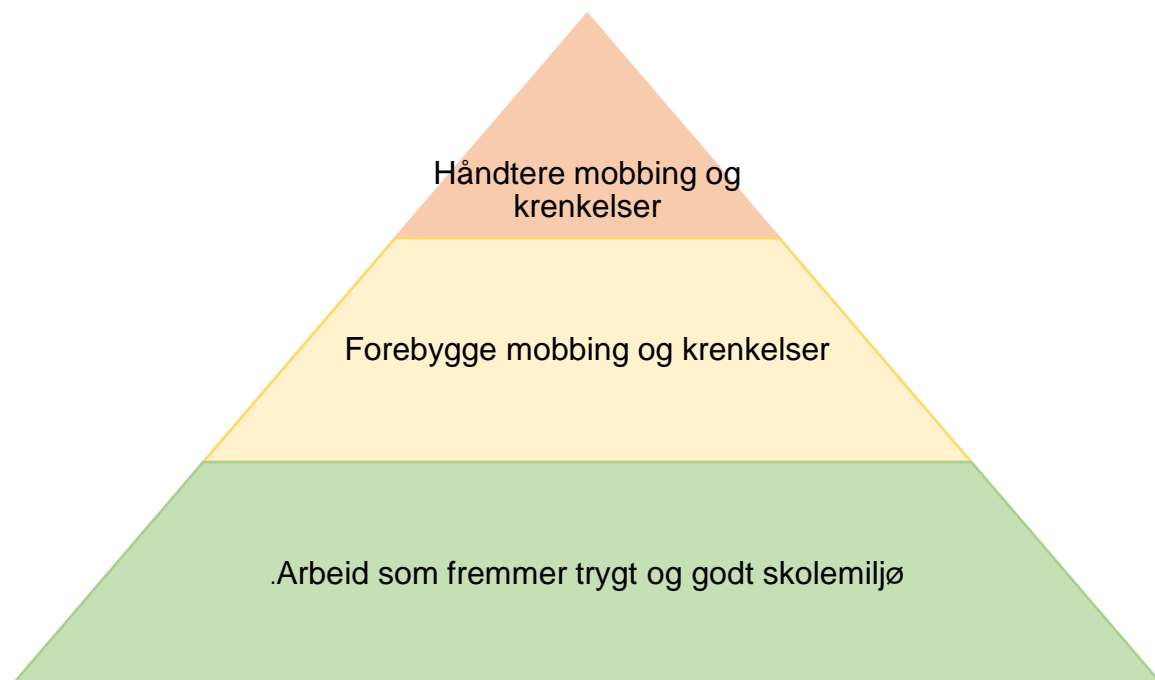


## 4. Et helhetlig systematisk arbeid

Å opprettholde og videreutvikle trygge og gode skolemiljøer uten mobbing og andre former for krenkelser krever et helhetlig, langsiktig og systematisk arbeid. Det helhetlige arbeidet kan deles i tre:

- Arbeid som fremmer et trygt og godt skolemiljø.
- Forebygge mobbing og andre krenkelser
- Håndtere mobbing og andre krenkelser

Arbeidet med å fremme trygge og gode skolemiljøer er en del av den ordinære pedagogiske praksisen på en skole og er ofte universelle tiltak som kommer alle elevene til gode. Forebygging av mobbing og andre krenkelser er rettet mot å minske risikoen for at mobbing og andre krenkelser skjer. Håndtering av mobbing og andre krenkelser handler om hvordan skolen avdekker, stopper og følger opp saker om mobbing og andre krenkelser.



## 5. Fremme et trygt og godt skolemiljø

*Skolen skal aktivt og systematisk arbeide for å fremje eit godt psykososialt miljø, der den enkelte eleven kan oppleve tryggleik og sosialt tilhør.*

*Opplæringslova § 9a-3*

Et trygt og godt skolemiljø beskytter mot krenkelser og mobbing. En forutsetning for å kunne skape et godt skolemiljø, er et aktivt og systematisk forebyggende arbeid. Skoler som lykkes med å skape et trygt og godt skolemiljø har felles fokus og tilnærming til arbeidet. Det er flere faktorer som fremmer og opprettholder dette:

- God ledelse, organisasjon og kultur for læring
- De voksnes evne til å lede klasser og grupper
- Positive relasjoner mellom voksen og elev
- Positive relasjoner blant elevene
- Samarbeid med foreldrene

### 5.1. God ledelse, organisasjon og kultur for læring

Skoler der alle aktørene har en felles strategi for hvordan de arbeider med skolemiljøet, har størst sjanse for å lykkes. At skolen som organisasjon har god ledelse og preges av en kultur for læring, har en indirekte effekt på elevens læringsmiljø og læring. En solid ledelse og organisasjon er en forutsetning for at arbeidet med elevenes læringsmiljø kan foregå systematisk og kontinuerlig, og for å kunne ta i bruk forskningsbasert kunnskap. **Systematisk** vil si at arbeidet er aktivt, gjennomtenkt og planmessig, og at arbeidet utføres av alle ansatte ved skolen. **Kontinuerlig** vil si at arbeidet med elevenes fysiske og psykososiale miljø foregår hele tiden, og at det ikke bare foregår ved oppstarten av et skoleår eller når uønskede hendelser oppstår.

Rektor har ansvaret for at arbeidet med elevenes fysiske og psykososiale miljø foregår systematisk og kontinuerlig. Teamledere og assisterende rektor har sammen med rektor ansvaret for den daglige oppfølgingen av dette arbeidet.

*Skolen skal aktivt drive eit kontinuerleg og systematisk arbeid for å fremje helsa, miljøet og tryggleiken til elevane, slik at krava i eller i medhald av dette kapitlet blir oppfylte. Skoleleiinga har ansvaret for den daglege gjennomføringa av dette. Arbeidet skal gjelde det fysiske så vel som det psykososiale miljøet.*

*Opplæringslova § 9a-4*

#### **5.1.1. Ordensreglement, plan og årshjul**

Ordensreglementet for Jevnakerskolen er retningslinjer for hvordan skolemiljøet skal være. Ordensreglementet er oversatt til flere fremmedspråk, og fins på kommunens nettsider. Skolene kan ha egne regler i tillegg til de som er felles for Jevnaker.

Noen skoler velger å bruke et program for å skape et godt læringsmiljø. I Jevnaker kommune er dette «Mitt valg» som benyttes overordnet, men alle skoler skal ha en plan for sin skole og et årshjul for hvordan skolen arbeider for at alle skal ha det bra.

- Planen skal vise hvilke mål skolen har for arbeidet med skolemiljøet og hvordan skolen arbeider forskningsbasert for å forebygge og håndtere alle typer krenkelser og mobbing.
- Planen skal vise hvem som skal ha inspeksjon, hvor de skal være og hva de voksne skal gjøre når de har inspeksjon/er ute med elevene. Rutinene skal sikre at personalet faktisk observerer, undersøker og griper inn når de ser noe bekymringsfullt, og at de har lav terskel for å melde videre.
- Planen skal være kjent for alle aktører i skolemiljøet. Det skal fremgå tydelig hva de ansatte har ansvaret for (deres handlingsplikt).
- Planen skal gjennomgås i hele personalet, og presenteres på foreldremøte, i elevråd og i SU ved oppstarten av hvert skoleår.
- Skolens plan og årshjul skal evalueres to ganger i året, høst og vår. Evalueringen skal tidfestes i årshjulet.

## 5.2. De voksnes evne til å lede klasser og grupper

De voksnes evne til å lede klasser og grupper er en av de viktigste faktorene i arbeidet mot mobbing og for å skape et godt skolemiljø. I sin ledelse av klassen eller gruppa, styrer den voksne den sosiale samhandlingen mellom elevene. En proaktiv lærer som er tett på elevgruppen har mulighet til å fange opp dynamikken i gruppen før krenkelser og mobbing får etablert seg. På den andre siden kan manglende ledelse i en elevgruppe kan skape grobunn for usunne relasjoner og gir handlingsrom for negative ledere.

God klasseledelse kjennetegnes av en tydelig regi og struktur på innhold og form i undervisningen med markering av oppstart, tydelige mål for elevenes læring, plan for timen, variasjon, korte læringsøkter, en avslutning med en oppsummering og plan for videre arbeid. Det er viktig at det er en enighet på skolen om sentrale prinsipper for god undervisning og klasseledelse.

På samme måte som i et undervisningsforløp, kjennetegnes god ledelse av barn i SFO av en tydelig regi og struktur på innhold og form på aktivitetene.

## 5.3. Positive relasjoner mellom voksen og elev

Alle ønsker å bli sett, få muligheten til å strekke seg, utvikle seg og oppleve mestring. Den beste måten å gi elevene gode sosiale ferdigheter på er gjennom kommunikasjon, oppfølging, konstruktiv oppmerksomhet og respekt. Relasjonen mellom den voksne og eleven er svært viktig, og det er alltid den voksne som har ansvar for relasjonen. De voksne på skolen har mulighet til å skape et lag rundt eleven, slik at de kan oppleve engasjement og motivasjon for læring og bygge en god selvfølelse. Elever som blir sett og anerkjent av de voksne på skolen, har også større sannsynlighet for å bli trygge i samspill med andre elever.

Gode relasjoner er smittsomt. Derfor er det viktig at de voksne prioriterer relasjonsarbeidet ved å vise omsorg og støtte elevene slik at de opplever trygghet og tillit. Den voksne må stille rettfærdige krav til elevene, ha positive forventninger til mestring, rose og korrigere ut fra elevgruppas kjente og faste normer.

## 5.4. Positive relasjoner blant elevene

### 5.4.1. Skape en positiv skolekultur

Det er skolens oppgave å utvikle eleven, både faglig og sosialt, og hjelpe dem til å mestre livet og delta i sosiale fellesskap med andre. Skolen skal arbeide aktivt og systematisk med å skape en positiv skolekultur, der elevene arbeider sammen for å vise omsorg for og beskytte hverandre og ikke godtar at noen blir plaget eller krenket.

Kontaktlærerne og den enkelte ansvarlige på gruppe i SFO har et særlig ansvar for å ta initiativ til og legge til rette for ulike sosiale aktiviteter som lekegrupper, basemøter, klassemøter, forberedelser til og oppsummeringer etter friminutt m.m.

*«Den viktigste kampen mot mobbing foregår før mobbingen slår rot».*

*Erlend Moen, 2014*

#### *5.4.2. Sosial og emosjonell kompetanse*

Vennskap og opplevelse av tilhørighet er den viktigste vekstfaktoren for læring og utvikling. Barn og unge med god sosial kompetanse prioriterer sosiale mål og utvikler positive relasjoner til medelever og lærere på en hensiktsmessig måte. De står bedre rustet til å mestre skolen som sosial arena enn barn som ikke i samme grad mestrer de sosiale kodene. De sosialt kompetente blir lettere akseptert blant andre barn, unge og voksne. De har også ofte en mer positiv oppfatning av seg selv. Barn og unge som har god sosial kompetanse ser ut til å ha et vern mot negativt samspill i jevnaldergruppen og uttrykker større uavhengighet og selvstendighet. Disse barna er også i større grad i stand til å løse konflikter og avklare uenigheter seg i mellom. De har tro på at de kan bruke sin kompetanse til å mestre motgang og stress (Ogden, 1995; Jahnsen, Ertesvåg og Westrheim, 2013).

Barn er forskjellige. De har ulike temperamenter og sårbarheter. Barn som signaliserer utrygghet, usikkerhet eller et lavt selvbilde risikerer i større grad å bli mobbet. Det er svært viktig at de voksne identifiserer sårbare barn og ser etter tegn til om disse blir utnyttet av andre i gruppen. Å være bevisst barnas ulike temperamenter og sårbarheter og bruke disse som utgangspunkt for å hjelpe dem med å utvikle sosial og emosjonell kompetanse, er en av skolens hovedoppgaver. Skolens plan skal derfor vise hvordan hvert trinn arbeider aktivt og systematisk med sosial og emosjonell kompetanse. Skolen kan velge ulike tilnærminger i dette arbeidet, for eksempel gjennom egne planer og aktiviteter. Jevnaker kommunes veileder om psykisk helse i skolen og psykologisk førstehjelp skal brukes på alle trinn for å utvikle elevenes emosjonelle kompetanse. Skolene kan også velge å bruke standardiserte programmer som eksempelvis Det er mitt valg.

#### *5.4.3. Elevene må være med*

Elevene selv er viktige i arbeidet med å utvikle et godt skolemiljø. De må ha en aktiv rolle i det forebyggende arbeidet, for eksempel gjennom elevrådet. Elevrådet skal orienteres om alle planer og skal involveres i utformingen av tiltak for skolemiljøet. Det er viktig at arbeidet strekker seg både i skole- og SFO-tiden. Eksempler på aktiviteter som elevene kan ta ansvar for, er å sette opp mobbing som fast tema for elevrådet, ha fadderordninger, venneklasser, fellessamlinger, vennsaksjoner m.m.

Reglene om elevråd i grunnskolen finner vi i opplæringsloven § 11-2 og § 9A-8.

Alle skoler skal ha et elevråd som representerer elevene. Representantene skal velges senest tre uker etter at skolen har tatt til om høsten. Det er elevrådet sin oppgave å representere elevene på skolen overfor rektor og andre som bestemmer på skolen. Hvem kan være med? I barneskolen skal det være med elever fra 4. til 7. trinn i elevrådet. I ungdomsskolen skal det være med elever fra alle trinn. Elevene skal ta del i planleggingen og gjennomføringen av arbeidet for et trygt og godt skolemiljø. Dette er regulert i opplæringsloven § 9A-8. Informasjon om sammensetning av skolens elevråd legges på skolens hjemmeside sammen med saksliste for møtene.

### 5.5. Samarbeid med foreldrene

Barn og unges foreldre er en avgjørende ressurs i arbeidet for å skape et godt skolemiljø. Når skolen og hjemmet samarbeider og formidler de samme verdiene og de samme, positive forventningene til barn og unge, har det en positiv effekt på trivsel og læring. Foreldrene har medansvar for å skape et godt fellesskap mellom barna, men det formelle ansvaret for samarbeidet ligger hos skolen som er den profesjonelle aktøren. Foreldresamarbeidet kan være med foreldregruppa som helhet, med utvalg som FAU og i møter med enkeltforeldre. Foreldremøtene er en god arena for å skape samarbeid om et godt skolemiljø. Skolen skal gi regelmessig informasjon om klassemiljøet til foreldrene, og formidle at terskelen for å ta kontakt skal være lav.

FAU er forkortelse for Foreldrerådets arbeidsutvalg. Alle foreldre/foresatte som har barn på skolen, er medlemmer av Foreldrerådet. Foreldrerådet velger et arbeidsutvalg (FAU) og FAU fungerer som styre for Foreldrerådet. FAU er et lovpålagt organ. Det er regulert i opplæringsloven § 11-4. Retten til medvirkning knyttet til elevenes psykososiale skolemiljø er også nedfelt i § 9A-9. FAUs medlemmer velges for to år.

Hvorfor skal skolen ha et FAU? Foreldremedvirkning i skolen bygger på det faktum at det er foreldrene som har hovedansvar for barns utvikling og opplæring. Foreldre/foresatte har rett til medvirkning i skolen. FAU skal sikre reell medvirkning fra foreldre/foresatte og ha medansvar for at elevenes læringsmiljø er trygt og godt.

FAU skal:

- Fremme fellesinteressene til foreldre/foresatte
- Medvirke til at foreldre/foresatte tar aktivt del i arbeidet for å skape et godt skolemiljø
- Bidra til et godt samarbeid mellom hjem og skole
- Legge til rette for positiv utvikling hos elevene
- Skape kontakt mellom skolen og nærmiljøet

Informasjon om sammensetning av FAU legges på skolens hjemmeside sammen med saksliste til møtene.

Skolemiljøutvalget (SMU) skal arbeide for å øke deltakelsen fra elevene, foreldrene, skolen og de ansatte i arbeidet med skolemiljøet. Utvalget skal gi råd til skolen i arbeidet med skolemiljøet, men har ikke rett til å fatte bindende vedtak. Skolemiljøutvalget kan også be skolen sette inn tiltak for å bedre det fysiske og det psykososiale miljøet på skolen. Alle grunnskoler og videregående skoler har plikt til å ha et skolemiljøutvalg. Dette er regulert i opplæringsloven § 11-1a.

Skolemiljøutvalget i grunnskolen skal bestå av representanter for elevene, foreldrerådet skolens ansatte, skolens ledelse og kommunen. Elever og foreldre skal være i flertall i utvalget. Informasjon om sammensetning av utvalget legges på skolens hjemmeside sammen med saksliste til møtene.

Ved hver grunnskole skal det være et samarbeidsutvalg (SU) eller driftsstyre som er skolens øverste samarbeidsorgan. Utvalget skal bestå av to representanter for undervisningspersonalet, en for andre ansatte, to for foreldrerådet, to for elevene og to for kommunen. Den ene av representantene for kommunen skal være rektor ved skolen. SU har rett til å uttale seg i alle saker som gjelder skolen.

Flere skoler velger å bruke samarbeidsutvalget som deler av skolemiljøutvalget. Det er mulig, men i samarbeidsutvalget er ikke elever og foreldre i flertall. Derfor må det oppnevnes flere representanter fra disse gruppene i skolemiljøutvalget. Møtene i samarbeidsutvalget og møtene i skolemiljøutvalget bør ha klare skiller, for eksempel ha separate referater. Dere kan velge å legge møtene i skolemiljøutvalget rett før eller etter møtene i samarbeidsutvalget.

#### *5.5.1. Voksne skaper vennskap*

Vennskap er viktig for trivsel og læring. Jo bedre og mer inkluderende vennskap det er i en klasse, jo bedre læringsmiljø blir det. Noen elever trenger hjelp til å bygge vennskap. Her kan de voksne spille en viktig rolle. I uke 36 er det årlig fokus på samarbeid mellom hjem og skole og på hva voksne kan gjøre for å skape vennskap blant barn og unge. Skoleledelsen kan oppfordre foreldrene, for eksempel gjennom FAU, til å bidra til ulike aktiviteter for å skape gode relasjoner mellom barn og unge, på skolen og i fritiden. Utdanningsdirektoratet har utarbeidet en [idébank](#) med tips til hva foreldre kan bidra med i dette arbeidet

## 6. Forebygge mobbing og andre krenkelser

Forebyggende arbeid mot mobbing handler om å minske risikoen for at mobbing og krenkelser skal skje. I det forebyggende arbeidet er det nødvendig å etablere en felles forståelse av mobbing og andre krenkelser er hos de profesjonelle voksne.

### 6.1. Profesjonelle voksne som kan oppdage mobbing

De profesjonelle voksne må gjøres kjent med hva mobbing og andre krenkelser er, med sine plikter etter regelverket og skolens rutiner. De må være til stede i lek og samhandling med barn for å kunne oppdage mobbing og andre krenkelser. Kjenne igjen tegn på mobbing og andre krenkelser og ekskludering. De må vite hva som skal gjøres for å forebygge og håndtere dette. Anerkjenn at noen former for mobbing kan være vanskelige å se eller gjenkjenne. Å følge med å risikofaktorer i skolemiljøet og mot barn som er særlig sårbare.

I Jevnaker benyttes modellen BTI som en modell for å fange opp barn og unge i risiko. Verktøy for observasjon og hvordan følge opp er også vedlagt i denne planen for trygt skolemiljø.

#### 6.1.1. Plikt til å følge med

Krenkelser og mobbing kan være vanskelig å oppdage. Det er sjelden at voksne ser mobbing utspille seg tydelig. Samtidig kan vi ikke basere oss på at barna selv skal ta kontakt med voksne for å fortelle om mobbing. Å ha gode rutiner for kartlegging gjennom elevundersøkelser, elevsamtaler og observasjon, er derfor en sentral del av det forebyggende arbeidet. Voksne som ser, spør og bryr seg om, har større sjanse for å finne ut om noe er galt.

Det er svært viktig at skolene har proaktive voksne som observerer og fanger opp negative atferdsmønstre og krenkelser før de får etablert seg. Skoler som vet hva de vil se etter, vil se mer mobbing enn andre. Voksne som aktivt observerer, og vet hva de vil se etter, vil kunne legge merke til ørsmå tegn som skiller seg ut: et hevet øyenbryn, en kommentar, at noen holder av plass eller upassende fnising.



I Jevnaker skal alle skoler følge med på elevenes skolemiljø etter denne planen:

Form for kartlegging	Når	Ansvar for oppfølging
Vakt- og tilsynsordninger med tydelige ansvarsbeskrivelser (inspeksjon).  Se vedlegg 1, 2, 3	Hver dag	Rektor / alle ansatte
Trinnets sosiale miljø er tema på teammøte. Elevene kan besvare korte spørsmål på ukesjekk/loggbok i tillegg.	Hver uke	Kontaktlærer/avdelingsleder
Trinnets sosiale miljø er tema på møter i SFO	Hver uke	Avdelingsleder
Spørreundersøkelse (Klassetrivsel og sosiogram eller skolegårdsundersøkelse minst to ganger i året. Kontaktlærer rapporterer funn til rektor. Rektor bestemmer videre oppfølging.	Høst og vår	Kontaktlærer / rektor
Elevenes sosiale miljø er tema i klassegjennomgang minst to ganger i året.	Høst og vår	Kontaktlærer/avdelingsleder
Utviklingssamtaler to ganger i året , der elevene svarer på spørsmål om trivsel, krenkelser og mobbing  Kontaktlærer rapporterer funn til rektor. Rektor bestemmer videre oppfølging etter kommunale retningslinjer	Høst og vår	Kontaktlærer / rektor
Elevundersøkelsen gjennomføres for alle elever på 5. – 10. trinn. Kontaktlærer rapporterer funn til rektor. Rektor bestemmer videre oppfølging etter kommunale retningslinjer	Høst	Rektor / kontaktlærer
Elevrådet tematiserer trivsel, mobbing og krenkelser to ganger i året.	Høst og vår	Elevrådskontakt
Jevnaker kommunes avvikssystem ved brudd på loven	Ved avvik	Alle ansatte / rektor

### *6.1.2. Barna må selv kjenne igjen mobbing*

En viktig del av det forebyggende arbeidet er at barn og unge får kunnskap om hva krenkelser og mobbing er, hva det kan gjøre med barn, samt hva de skal gjøre når de ser noen bli krenket eller mobbet. Mange elever som har blitt mobbet synes at det at ingen stopper det som skjer, at andre ler og støtter, er verre enn overgrepet selv. Mobbing er mindre lønnsomt hvis tilskuerne reagerer negativt eller bryter inn. Det er viktig å gjøre elevene oppmerksomme på at de kan få ulike roller som medløpere og tilskuere, og samtidig gi dem mot til å være uenige og til å hjelpe andre. Alle elever i Jevnakerskolen skal derfor vite hva krenkelser og mobbing er, hva vi gjør for å stoppe mobbing på vår skole og få trening i å gripe inn og varsle om mobbing.

## 7. Rutiner for å fremme et trygt og godt skolemiljø og forebygge mobbing og krenkelser

Oppgave	Tidspunkt	Ansvar
Skolen har en plan med tydelige mål og et årshjul for arbeidet med det psykososiale miljøet		Rektor
Opplæring og informasjon til alle ansatte om <ul style="list-style-type: none"> <li>Jevnaker kommunes ordensreglement</li> <li>Jevnaker kommunes plan «Trygt skolemiljø»</li> <li></li> </ul>	Felles planleggingsdag ved skolestart	Rektor
Skolens ansatte drøfter skolens syn på: <ul style="list-style-type: none"> <li>Hva er et godt psykososialt miljø?</li> <li>Når er terskelen for å gripe inn?</li> <li>Når skal skoleledelsen varsles?</li> </ul>	Ved oppstart av nytt skoleår	Rektor
Nye foresatte gjøres kjent med brosjyren "Trygt skolemiljø", ordensreglementet og hvor de kan finne disse.  Foresatte til nye elever skal underskrive på at de har lest dokumentene (visma)	Ved oppstart	Rektor / kontaktlærer
Alle foresatte og Samarbeidsutvalget (SU) gjøres kjent med "Trygt skolemiljø" og ordensreglementet.	Ved oppstart av nytt skoleår	Rektor
Alle elever vet hva krenkende atferd er og gjøres kjent med brosjyren "Trygt skolemiljø".	Ved oppstart av nytt skoleår	Rektor
Temauke "Voksne skaper vennskap"	Uke 36	Rektor
Tiltak og aktiviteter knyttet til elevenes fysiske og psykososiale miljø drøftes i elevråd	Flere ganger i semesteret	Elevrådskontakt
Elevundersøkelsen og skoleledelsens plan for oppfølging av denne gjennomgås i personalet, i elevrådet, i FAU og SU	Hver høst	Rektor

Funn i utviklingssamtalene vurderes to ganger i året	Høst og vår	Kontaktlærer / rektor
Evaluering av skolens plan i personalet, herunder <ul style="list-style-type: none"> <li>• forebyggende arbeid</li> <li>• vakt- og tilsynsordning</li> <li>• elevsamtaler og undersøkelser</li> <li>• individuelt rettet arbeid</li> </ul>	Høst og vår	Rektor
Evaluering av skolens arbeid med skolemiljø i elevråd, FAU og SU	Høst og vår	Rektor
Rektor rapporterer til skoleeier gjennom en skriftlig redgjørelse for følgende punkter: (eget skjema) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antall skriftlige varslinger fra ansatte jf rutinen for aktivitetsplikten</li> <li>• Antall varslinger fra elever og foresatte jf rutinen for aktivitetsplikten</li> <li>• Antall aktivitetsplaner med dokumentasjon</li> <li>• Antall meldinger til Statsforvalteren</li> <li>• Antall pålegg fra Statsforvalteren</li> <li>• Antall tvangsmulkt fra Statsforvalteren</li> <li>• At elever, foresatte og ansatte har fått informasjonsskriv</li> <li>• At ansatte kjenner til Opplæringsloven § 9A-4</li> <li>• At ansatte har tilstrekkelig kunnskap og opplæring ift § 9A-4</li> </ul>	Desember og juni	Rektor
Tilsyn knyttet til skolens arbeid med det psykososiale miljøet	Uanmeldt	Kommunalsjef for skole
Internkontroll	Løpende	Rektor

## 8. Håndtere mobbing og krenkelser

### 8.1. Avdekke

Skolen skal være fri for alle former for krenkelser. For å klare dette, er et viktig at saker som oppstår, løses raskt. Alle ansatte ved skolen har en handlingsplikt til å bidra til å bekjempe krenkelser og mobbing. Handlingsplikten er så fundamental for å sikre elevenes rettigheter at ansatte kan straffes med bøter eller fengsel dersom den ikke oppfylles.

*Dersom nokon som er tilsett ved skolen, får kunnskap eller mistanke om at ein elev blir utsett for krenkjande ord eller handlingar som mobbing, diskriminering, vald eller rasisme, skal vedkommande snarast undersøkje saka og varsle skoleleiinga, og dersom det er nødvendig og mogleg, sjølv gripe direkte inn.*

*Opplæringslova § 9a-3*

#### 8.1.1. Plikt til å undersøke, varsle og gripe inn

Handlingsplikten inntre når en ansatt får mistanke eller kunnskap om at en elev blir utsatt for krenkende ord eller handlinger – også når de er i tvil.

Handlingsplikten gjelder for alle ansatte ved skolen, og innebærer at den som får mistanke eller kunnskap om at en elev blir krenket:

- tar mistanken på alvor
- griper inn og stopper atferden med en gang, hvis det er mulig
- snarest mulig undersøker saken
- varsler ledelsen

Det skal være en svært lav terskel for å undersøke en mistanke om krenkelser og mobbing. Ofte kan mistanken ha bygget seg opp over tid som en følelse av at noe er galt, eller som et resultat av en rekke større og mindre hendelser som til sammen danner et mønster. Barn og unge kan vegre seg for å si sannheten og kan bagatellisere eller avdramatisere omfanget av ulike grunner. Derfor skal den voksne alltid undersøke saken selv.

Alle ansatte ved skolen skal muntlig eller skriftlig melde til rektor dersom de mistenker at noen elever opplever krenkende ord og/eller handlinger. Selv om situasjonen kan løses innenfor klassen, skal den bringes videre til rektor.

## Henvendelser fra elever og foreldre skal tas på alvor

Retten til et godt psykososialt miljø er en individuell rettighet som er basert på elevens subjektive opplevelse. Det er den enkelte elevs egen opplevelse av å bli mobbet eller krenket som danner utgangspunktet for skolens håndtering av opplæringsloven § 9a. Uansett om henvendelsen fra en elev eller forelder skjer muntlig eller skriftlig, skal den tas på alvor av skolen. Det er tilstrekkelig at eleven eller foreldrene påpeker at det psykososiale miljøet ikke er godt nok og ber om at skolen gjør noe for å bedre det. Terskelen for å anse noe som en henstilling skal være lav. Dersom skolen er i tvil om foreldrene ber om tiltak, skal de spørre direkte: *Ønsker du/dere at vi skal sette inn tiltak?*

*Dersom ein elev eller forelder ber om tiltak som vedkjem det psykososiale miljøet, deriblant tiltak mot krenkjande åtferd som mobbing, diskriminering, vald eller rasisme, skal skolen snarast mogleg behandle saka etter reglane om enkeltvedtak i forvaltningslova. Om skolen ikkje innan rimeleg tid har teke stilling til saka, vil det likevel kunne klagast etter føresegnene i forvaltningslova som om det var gjort enkeltvedtak.*

*Opplæringslova § 9a-3*

Foreldre tar kontakt med skolen fordi de er bekymret for sitt barns helse og trivsel, og er sårbare på sine barns vegne. Det de trenger mest av alt, er at henvendelsen blir tatt på alvor og at den videre dialogen med skolen er god. Skolen skal kunne håndtere henvendelser fra foreldre på en profesjonell måte, først og fremst gjennom en anerkjennende, åpen og likeverdig kommunikasjon. I noen tilfeller vil dette innebære at det er behov for dialog daglig, både mens saken avdekkes og dersom det settes inn tiltak. Skolen og hjemmet må bli enige om hva som er en god oppfølgingsfrekvens.

### Rektor har det overordnede ansvaret

Rektor har det overordnede ansvaret for at skolen følger opp saker som gjelder det psykososiale miljøet. Rektor skal ta ansatte, elever og foreldre som varsler på største alvor og har plikt til snarest å undersøke det som har skjedd. Rektor har ansvar for å ta stilling til om eleven blir krenket eller mobbet og sette inn tiltak slik at mobbingen tar slutt og eleven føler seg trygg. I avdekkingsarbeidet skal skolen sikre at elevens subjektive opplevelse kommer fram og at tiltak settes i gang så raskt som mulig. Det er viktig at eleven og foreldrene får beskjed om at avdekkingsarbeidet er iverksatt og at de blir holdt orientert om hva som vil skje fremover. Det er også viktig at prosessen dokumenteres underveis, i tråd med forvaltningslovens føringer. Rektor vurderer hvilke dokumenter som skal arkiveres i elevens mappe og i WebSak.

### 8.1.2. Verktøy for systematisk avdekking

Krenkelser og mobbing foregår som oftest når voksne ikke er til stede. Det kan være vanskelig å oppdage, og svært mange av elevene som blir mobbet, sier ikke ifra om det som foregår. Mobbing kan være svært kompleks, og har sjelden enkle løsninger. Ofte er flere personer involvert i mobbingen og det kan være andre som står bak mobbingen enn de som utfører den.

#### **Profesjonell avdekking tilpasset saken**

For å kunne oppdage krenkelser og mobbing og forstå hva som skjer, må skolen systematisk arbeide for å kartlegge og avdekke hva som egentlig skjer mellom elevene. Skolen skal ha et bevisst og profesjonelt forhold til avdekking. Avdekkingsarbeidet kan innebære *klasse miljøundersøkelser, elevsamtaler* og/eller *systematiske observasjoner*. Hvilke verktøy og graden av systematikk som er nødvendig, vil variere fra sak til sak, men avdekkingsarbeidet skal gjøres snarest mulig. En mistanke om mobbing vil som regel kreve flere og mer grundige undersøkelser enn én enkelt krenkelse. Ved mistanke om mobbing, kan en sjekklister være hensiktsmessig å bruke. Se vedlegg: 4 Sjekklister

#### **Klasse miljøundersøkelse**

En spørreundersøkelse er egnet til å få vite noe om hvordan elevene forholder seg til hverandre. En undersøkelse er gjerne enkel og rask å administrere og kan gi god oversikt. I en undersøkelse er det sentralt å få informasjon, derfor bør den ikke være anonym. Svarene skal alltid tas på alvor, selv om de alene ikke alltid er uttømmende. Å observere stress og blikk blant elever kan også gi grunnlag for videre kartlegging. Spørsmålene fra *Klassetrivsel*, *Spekter* eller *Innblikk* kan brukes i dette arbeidet. De egner seg godt for å få informasjon om det som kan være vanskelig å observere for læreren. Spørreundersøkelsen kan gjøres digitalt med verktøy som for eksempel *Klassetrivsel.no*.

Svar i undersøkelsen kan også organiseres i et sosiogram. Et sosiogram er en visuell framstilling av de sosiale relasjonene i en gruppe og vil ofte hjelpe en til å se andre forbindelser enn de som fremstår som mest tydelige og gi råd om hvor de voksne skal begynne å lete for å finne negativ samhandling i elevgruppa.

#### **Elevsamtaler**

Alle skoler har elevsamtaler med jevne mellomrom. En elevsamtale med formål om å avdekke krenkelser eller mobbing trenger ikke å vare lenge, men har en klar hensikt om å avklare elevens behov for støtte. Elevsamtalen foregår mellom én voksen og én elev, og gir muligheter til å få utdypende informasjon om elevens trivsel og andre konkrete forhold, samtidig som læreren får vist interesse for eleven og får formidlet at det er viktig at eleven har det godt på skolen. Spørsmålene fra *klassetrivsel*, *Innblikk* eller spørsmålene som finnes i vedlegg 5 kan brukes i elevsamtalene.

### **Systematiske observasjoner**

Mens klassemiljøundersøkelsen og elevsamtalene kan gi indikasjoner på hva som bør undersøkes nærmere, er systematisk observasjon den delen av det tredelte avdekkingsverktøyet som til slutt kan gi svar på hva som faktisk skjer.

Systematisk observasjon handler om planmessig å observere med ører og øyne hva som foregår i en elevgruppe. Skoler som har høy kompetanse på observasjon, og som systematisk trener på observasjon, oppdager mobbing og krenkelser tidligere enn andre.

Grunnskoleadministrasjonen har utarbeidet et [observasjonsskjema](#) til bruk i dette arbeidet

### **Data som grunnlag for refleksjon**

Det er sjelden undersøkelsene, samtalene og observasjonene i seg selv gjør at alle sammenhenger belyses, men både hver for seg og i samspill, gir avdekkingsverktøyene et godt grunnlag for refleksjon. Da kan de voksne som har vært involvert i arbeidet sette sammen informasjonen som allerede fins og stille spørsmål rundt dette. Spørreordet «*hvorfor*» er svært hensiktsmessig, for eksempel: *Hvorfor er alltid Rolf hund? Hvorfor klemmer jentene alltid inne i klasserommet?*

Alle voksne skal gripe inn med en gang de ser negative hendelser, men i enkelte tilfeller kan det være hensiktsmessig å bruke tid på å finne systemet i relasjonen mellom elevene før man setter inn tiltak. Elevene merker fort at de blir iakt tatt, og oppmerksomhet mot de små tegnene kan gjøre relasjonen vanskelig å avdekke. I mange tilfeller er det viktigere at mobbingen stopper helt, enn at den stopper i morgen. Dersom det er fare for liv og helse skal man sette inn akutte tiltak, og avdekke i etterkant.

#### **8.1.3. Når voksne krenker**

Dersom en ansatt, med ord eller handlinger, trakasserer eller mobber enkeltelever eller grupper av elever, skal rektor sørge for at atferden opphører umiddelbart og behandle saken som en personalsak. Saken skal meldes inn i kommunens avvikssystem, og rektor skal parallelt varsle kommunalsjef.

## **8.2. Stoppe**

Krenkelser og mobbing må møtes med kraftfulle tiltak og omfattende virkemidler. I arbeidet med å stoppe krenkelser og mobbing skal skolen sikre en saksbehandling og oppfølging som er i tråd med opplæringsloven og forvaltningsloven med forskrifter.



## Tiltak

Opplæringsloven gir elevene rett til et godt psykososialt miljø, samt å få gjenopprettet det gode psykososiale miljøet dersom retten ikke skulle være oppfylt. Rektor skal følge forvaltningslovens føringer under hele prosessen.

I følge Opplæringsloven skal saken behandles snarest mulig. Saker knyttet til det psykososiale miljøet skal prioriteres høyt av rektor. Prosessen skal dokumenteres uansett om det settes inn tiltak eller ikke.

- Dersom en elev eller foreldre, muntlig eller skriftlig, ber om tiltak knyttet til det psykososiale miljøet, skal det gjøres en undersøkelse. Dersom rektor eller en annen voksen er i tvil om foreldrene ber om tiltak, skal de spørre direkte: *Ønsker du/dere at vi skal sette inn tiltak?*
- Ved varsling fra ansatte om at de har kunnskap eller mistanke om at en elev blir utsatt for krenkende ord eller handlinger, skal rektor etter undersøkelse avgjøre om det skal iverksettes tiltaksplan.'

### 8.2.1. *Plikt til å sette inn tiltak*

Å stoppe krenkelser og mobbing i skolen er en intervensjon, som krever at det settes inn flere tiltak parallelt, på ulike nivåer. Hva som skal gjøres for å stoppe krenkelsene og mobbingen avhenger av den aktuelle situasjonen og resultatet av avdekkingen. Tiltakene skal settes inn raskt, og skal stå i forhold til alvorlighetsgraden av handlingene. Jo mer alvorlig saken er for liv og helse, desto raskere skal tiltakene settes inn.

#### **Tiltakene skal være lovlige, egnede og tilstrekkelige**

Tiltakene som settes inn skal være til barnets beste. De må være lovlige, gjennomtenkte, tilpassede og målrettede, slik at man stopper de elevene som har definisjonsmakten fra å handle negativt og får gjenopprettet et trygt miljø. Tiltakene skal settes inn både overfor den som krenker og den som blir krenket. Ganske ofte vil økt vokse tilstedeværelse og oppmerksomhet være virksomme tiltak.

Tiltakene skal utarbeides i samråd med eleven selv og elevens foreldre. I tiltaksplanen skal det komme tydelig fram at barnet har blitt gitt mulighet for å gi uttrykk for sitt syn, og at det barnet sier har blitt tillagt vekt. Selv om det er fremmet forslag til konkrete tiltak er ikke skolen forpliktet til å møte disse. Skolen skal uavhengig vurdere hvilke tiltak som kan sikre at elevens rett oppfylles. Skolen, eleven og foreldrene må bli enige om hvor lang tid tiltakene skal prøves ut, før de evaluerer situasjonen. Det er viktig at det settes en dato for evaluering av tiltakene. Skolen bør lage en plan for hvordan tiltakene skal iverksettes. Det er viktig at prosessen dokumenteres underveis. Se vedlegg.

Tiltakene kan utformes på ulike nivåer. Svært ofte vil det iverksettes tiltak både overfor de sentrale aktørene og hele elevgruppa samtidig.

**Tiltak på individnivå** innebærer ofte trening i sosial kompetanse, gjerne knyttet til selvhevdelse og selvkontroll. Dette kan være daglige/jevnlige samtaler, voksen tilstedeværelse eller å etablere og følge opp regler for friminuttet.

**Tiltak på gruppenivå** kan være at elevgruppa har et særskilt fokus over en periode, hensiktsmessig plassering i klasserommet, etablering av lekegrupper, å skape arenaer for hyggelig opplevelser i små grupper, trening av sosial kompetanse, voksen tilstedeværelse i overgangssituasjoner eller tydelige strukturer i klasserommet.

**Tiltak på systemnivå** kan være etablering av nye regler, omorganisering av skoledagen, økt voksentetthet, økt inspeksjon eller holdningsarbeid.

Tiltak trenger ikke å hjemles i ordensreglementet, men sanksjoner må være i tråd med ordensreglementet. Kollektive sanksjoner er ikke tillatt.

### **Mobbing krever intensive tiltak**

Spørsmålet om det er mobbing som foregår må alltid underbygges av fakta. Mobbing krever ofte andre og mer intensive tiltak enn én enkelt krenkelse. Mobbing handler om en snuoperasjon der skolen skal ta tilbake makten fra elevene som står bak mobbingen. En slik snuoperasjon vil ofte bære preg av å være en intervensjon og må planlegges godt. Planleggingen av intervensjonen og rekkefølgen tiltakene gjennomføres i, er like viktig som selve intervensjonen, og gode forberedelser øker sjansen for å lykkes.

Når det skal settes inn tiltak mot mobbing, skal rektor utnevne et team på skolen som skal være ansvarlig for intervensjonen. F eks kontaktlærer, ressursteamleder, sosiallærer og rektor. Lederen for dette teamet trenger ikke å være rektor, men rektor har det overordnede ansvaret.

Det første teamet skal gjøre er å utarbeide en felles visjon, et sluttbilde som viser hvor en vil og hvordan det skal være da. Målet er at det ikke skal foregå en eneste ny krenkelse av offeret og at offeret får en trygg og god skolehverdag.

### **Tiltak overfor den som mobber**

Selve intervensjonen starter med å gjennomføre en konfronterende samtale med den/de som mobber i en bevisst rekkefølge og uten at de får samkjørt forklaringer. Samtalene skal gjennomføres på en tydelig og respektfull måte. Hensikten med samtalen er å formidle at atferden må stoppe, ikke at de skal føle skyld og skam. I de aller fleste tilfeller har de som mobber opplevd en gevinst ved mobbingen. Når mobbingen stopper, fratras eleven denne gevinsten, og

samtidig middelet som har gitt dem opplevelsen av å lykkes. Denne gevinsten må erstattes med en annen gevinst.

Det kan være vanskelig for mobberer å endre atferd alene. Til dette arbeidet trenger han/hun hjelp og støtte fra andre, først og fremst i form av positiv oppmerksomhet. Skolen må lage en plan for hvordan de skal hjelpe ham/henne. Planen skal skissere tiltakene som iverksettes og hvordan disse skal følges opp. Alle forsøk på å dominere og manipulere andre, gjennom for eksempel små blikk eller kommentarer, skal slås ned på og stoppes umiddelbart. Planen må også vise hvilke konsekvenser og sanksjoner negativ atferd skal få. Disse må gjøres kjent for mobberer og dennes foreldre.

Se mal for Stopp-samtalen i vedlegg 7.

#### **Tiltak overfor den som blir mobbet**

Det er viktig at den som har blitt utsatt for mobbingen blir orientert om hvilke tiltak som iverksettes og at han/hun blir holdt løpende orientert om saken. Like viktig er det at de voksne på skolen har tett oppfølging med eleven om hvordan han/hun opplever situasjonen. I en tidlig fase kan dette innebære daglige samtaler. I noen tilfeller vil det være behov for å arbeide med trening av sosiale ferdigheter, som for eksempel selvhverdelse, dersom disse er skadet. Tiltakene som settes inn vil avhenge av hvor lenge barnet har blitt mobbet. Vær oppmerksom på at både mobbing og krenkelser kan utløse traumer og at det kan skje retraumatiseringer.

#### **Når skolen ikke ser krenkelser eller mobbing, men eleven fortsatt ikke har det bra**

I noen tilfeller vil det være slik at skolen konkluderer med at det ikke skjer krenkelser eller mobbing, men at eleven likevel opplever at han/hun ikke har det bra. I slike situasjoner har eleven fortsatt behov for at det settes inn tiltak rettet mot eleven.

#### **Når foreldre ikke vil ha tiltak**

I noen tilfeller kan det hende at foreldre eller elever sier at skolen ikke må gjøre noe. Det er viktig å understreke at handlingsplikten gir skolen en plikt til å handle når de har fått kjennskap til at en elev blir krenket eller mobbet, også når foreldrene eller elevene ikke vil at skolen skal gjøre noe.

#### **8.2.2. Sanksjoner**

Dersom tiltak skal ha effekt, er det viktig at sanksjonene for negativ atferd er tydelige, og har trinn for ulike alvorlighetsgrader. Sanksjonene må være kjent for de elevene det gjelder og deres foreldre. Sanksjonene skal hjemles i skolens ordensreglement og tilpasses situasjonen og eleven. Skolen må dokumentere bruk av sanksjoner. Dersom sanksjonen er inngripende, skal det fattes enkeltvedtak. Bortvisning skal kun forekomme dersom andre tiltak er prøvd. Ved skolebytte skal kommunalsjef for skole involveres.

### 8.2.3. *Følge opp*

Elever som har opplevd å bli utsatt, eller som selv har utsatt andre for krenkende ord eller handlinger, skal bli fulgt opp av skolen helt til den krenkende atferden har opphørt. Dersom tiltakene som iverksettes ikke gjør at situasjonen bedrer seg innen fristen for evaluering av tiltak, skal det fattes et nytt enkeltvedtak med nye tiltak. Det er avgjørende at elevene får tro på at de tiltakene som settes i gang vil bedre situasjonen og at de voksne har evne og vilje til å gjøre situasjonen bedre.

Intervensjonen skal avsluttes når det er trygt for offeret, og det er ikke opp til skolen å avgjøre når atferden har opphørt. En hovedregel er at jo mer omfattende mobbingen har vært, jo lenger tid tar oppfølgingen. Både mobberen og den som har blitt utsatt for mobbingen skal følges opp like tett.

Dersom den krenkende atferden ikke opphører, skal andre eksterne parter inn i saken, for eksempel PP-tjenesten, representanter fra familiens hus, barnevernstjenesten, politiet eller konfliktrådet.

## 9. Vedlegg

### 9.1. Rutine for håndtering av krenkelser og mobbing

Oppgave	Ansvar	Dokumentasjon	Tid
<b>Bekymring for en elev</b>	Rektor/kontaktlærer	(meldeskjema)	Ved kjennskap/mistanke
1. <b>Rektor undersøker saken</b> umiddelbart	Rektor / kontaktlærer		Umiddelbart
2. <b>Samtaler med eleven som opplever seg krenket</b> for å skaffe informasjon og gi støtte.  Skolen skal sikre at elevens egen subjektive opplevelse kommer fram (jfr. Barnekonvensjonen). Gjør avtale om oppfølging.  Understrek at det er ditt ansvar at barnet blir mobbet og at du ikke vil gi deg før saken er løst.	Rektor / kontaktlærer	Referat	Umiddelbart
3. <b>Samtale med foresatte til eleven som opplever seg krenket</b>  Skolen skal legge til rette for et godt samarbeid når det gjelder tiltak som kan/bør gjøres. Gjør avtale om oppfølging.  Gi informasjon om at det er iverksatt undersøkelser og observasjon knyttet til det psykososiale miljøet	Rektor / kontaktlærer	Mal for melding om mottatt bekymring	Umiddelbart
4. <b>Undersøkelser</b> fortsetter	Rektor / kontaktlærer	Spørreundersøkelser/sosiogrammer Observasjoner Notater	Snarest mulig

5.	<b>Samtale med eleven som krenker</b>  Få krenkerens versjon. Er det flere krenkere, snakk med dem i rask rekkefølge (en om gangen), slik at de ikke har anledning til å snakke sammen. Hensikten med samtalen er å gi beskjed om at slik atferd er uakseptabel og må stoppe umiddelbart. Gjør avtale om oppfølging.	Rektor / kontaktlærer	Referat	Snarest mulig
6.	<b>Samtale med foresatte til eleven som krenker (samme dag som samtalen med eleven som krenker)</b>  Informere om at det er iverksatt undersøkelser og observasjon knyttet til det psykososiale miljøet. Skolen skal legge til rette for et godt samarbeid når det gjelder tiltak som kan/bør gjøres. Gjør avtale om oppfølging.		Referat	Snarest mulig
<b>Rektors vurdering etter faktainnhenting</b>		Rektor		Maks. to uker
<b>Nedsette et team som har ansvar for intervensjonen</b>  Teamet utformer et utkast til tiltaksplan.		Rektor	Tiltaksplan	Snarest
<b>Møte med foresatte</b> (utforme tiltak og evalueringsdato)		Rektor	Referat	Snarest
<b>Iverksette tiltak</b>		Trinn + teamleder	Dokumenteres fortløpende	Snarest
<b>Jevnlige samtaler med elevene</b>		Kontaktlærer	Dokumenteres fortløpende	Fortløpende

<p><b>Evaluering av tiltak / enkeltvedtak</b>  <b>Møte med foreldre</b></p> <p>Når tiltakene evalueres, vurderes også behov for nye enkeltvedtak</p>	Rektor	Referat / evt. nytt enkeltvedtak	Ved behov, senest etter seks uker.
<p><b>Oppfølging fram til atferden opphører.</b></p>	Rektor	Referat	

## 9.2. Hvordan stoppe mobbingen?

Du har avdekket mobbing og er fast bestemt på at den skal ta slutt, men hvordan går du fram? Les om hvordan du kan gjennomføre en intervensjon.



*Hvordan får slutt på mobbingen? For å lykkes med denne metoden må du gjennomføre samtaler med alle parter.*

### **Intervensjon**

Godt gjennomført intervensjon i mobbesaker, forebygger i sterk grad at nye saker dukker opp. Det er selvsagt viktig å få slutt på den aktuelle mobbingen, særlig av hensyn til mobbeofferet. Samtidig er det viktig å understreke at å få lov å plage andre også er destruktivt.

En godt utprøvd grunnprosedyre anbefales (Roland, 2007; Roland & Vaaland, 2003). Denne intervensjonen bør helst gjøres av kontaktlæreren eller en som kjenner elevene godt, og det er samtidig viktig at hele personalet kjenner prosedyren. Den som gjennomfører intervensjonen må være respektert av partene.



## **1. Samtale med mobbeofferet**

En gjennomfører først en samtale med mobbeofferet på en diskret måte. Dersom læreren ikke er blitt informert av de foresatte eller eleven selv, skal en likevel starte med å si at en vet om mobbingen. Det er ikke gunstig å intervju eleven som start på samtalen.

Videre understrekes det at mobbing ikke er akseptert, og at den skal stoppes umiddelbart. Si også at eleven skal bli informert på forhånd om det som blir gjort. Man inviterer deretter mobbeofferet til å snakke utenå presse. Dersom de foresatte ikke er informert, sier en til mobbeofferet at det skjer, og en prøver å ta kontakt samme dag. Avtal så nytt møte, tid og sted, med mobbeofferet. Neste gang vil eleven vanligvis ha lettere for å snakke.

## **2. Samtale med offerets foreldre**

Samtalen med de foresatte til mobbeofferet skal være respektfull, selv om de måtte være fortvilet eller kanskje sinte. Avtal at læreren har regien slik at de foresatte ikke gjør noe overilt. Avtal også videre kontakt.

## **3. Samtale med plager(ne)**

Etter to–tre samtaler med mobbeofferet, tar en kontakt med plagerne. Da skal en ikke møte alle samtidig dersom de er flere, men en og en først. En annen lærer har klassen. Det kan gjøres avtale med denne om å sende plagerne en og en til et bestemt rom, eller man henter og bringer tilbake hver plager selv. Det er viktig at disse ikke får snakket sammen før alle de individuelle samtaler og en gruppesamtale er gjennomført. Plageren konfronteres med saken, og en legger fram dokumentasjon skaffet på forhånd. Dokumentasjon basert på uttalelser fra andre elever refereres generelt uten kilde. En avslutter innledningen ved å si bestemt at mobbingen må ta slutt umiddelbart. Denne starten er kort og alvorlig, men ikke fiendtlig.

Deretter gir man plageren mulighet til å respondere. Dersom dette er bortforklaringer, krav på kilder, eller angrep på mobbeofferet, skal en ikke respondere. Gjenta kun kravet om at mobbingen skal stoppe straks. En kan si at rektor er informert og at det blir ført nøye kontroll. Si at de foresatte til plageren vil bli informert samme dag.

Omtrent på dette tidspunktet kan plageren bli invitert til samarbeid, men det er ikke nødvendig. En kan for eksempel spørre om plageren har sett at andre har plaget mobbeofferet og om plageren kan gjøre noe. En passer på å si at plageren ikke trenger å si hvem andre det gjelder. Ofte vil plageren gi positiv respons her, og det kan være viktig i prosessen videre. En avslutter og sender plageren tilbake til klassen, eller går sammen med eleven og henter ut den neste.

Samme framgangsmåte gjennomføres med denne og eventuelt flere plagere. Den siste ber man vente, og man henter ut de andre til en gruppesamtale. Grunnen er at plagerne nokså

sikkert vil kommunisere med hverandre uansett, og risikoen for sabotasje er stor om ikke læreren har kontroll.

#### **4. Gruppesamtale med plagerne**

I gruppesamtalen repeterer en kort samtalene med hver enkelt, ellers vil de være utrygge på hva de andre har sagt. Da er det selvsagt gunstig om en kan si at de har vært samarbeidsvillige. Det viktigste er å stoppe mobbingen. En avslutter med å avtale et nytt møte med gruppen, og orienterer dem om at de neste gang vil bli spurt om de har overholdt avtalen.

*Tekst: Erling Roland og Grete Sørensen Vaaland*

### 9.3. Aktivitetsplan



Unntatt offentlighet jf. offentlighetsloven § 13, forvaltningsloven § 13

## Elevene sitt skolemiljø - Aktivitetsplan, jf. oppl. § 9A-4, annet ledd

Ansvarlig person/yrkestittel for aktivitetsplanen: xxx (kontaktlærer), evt. XX (assisterende rektor) eller XX (rektor)

Dato: xx.xx.xx

Elevens navn og klassetrinn	
Hvem meldte saken	
Er eleven hørt	Ja, .... Det skal settes inn ytterligere og systematiske tiltak for at elevens stemme skal høres. Beskrives under.

Eleven har ikke et trygt og godt skolemiljø – beskriv problem og bakgrunnsinformasjon	
...	
Kartlegging, observasjon, samtale...	Det utarbeides tilsvarende planer for NN også.

Aktivitetsplikt	Eleven har ikke et trygt og godt skolemiljø – tiltaksplan			
	Beskriv tiltak	Ansvarlig for gjennomføring	Eleven er hørt	Foresatte er hørt
xxx skal ha et trygt og godt skolemiljø. H*n skal oppleve at de voksne på skolen jobber aktivt for at h*n skal føle seg trygg. H*n skal oppleve at de voksne på skolen er aktivt deltakende for å veilede xxx og medelever	Rektor Kontaktlærer/faglærer Ansatte på trinnet	Ja, xx.xx.xx  Og systematisk etter dette	Ja, xxx i telefonsamtale/møte xx.xx.xx	

<i>i lek og samhandling. De skal også være ekstra oppmerksomme på situasjoner med NN.</i>				
Det settes inn forsterket tilsyn i friminutt, garderobesituasjon og overganger for å kunne jobbe i forkant, veilede og trygge elevene	Ansatte på trinnet	Ja, xx.xx.xx	Ja, i møte xx.xx.xx	
Det jobbes kontinuerlig med holdningsskapende og bevisstgjørende arbeid for hele klassen.  <i>Eks.: Klassen jobber aktivt med «mobbingens psykologi og elevaktivering». Eksempelvis jobbes det med roller og holdninger i klassen om hvordan man forholder seg til konflikter og inkludering i klassen. Rollespill og historier.</i>  <i>Eks.: Det er ukentlig avsatt «Mitt Valg-timer» hvor det legges opp til klassesamtaler, praktiske øvelser, modellering, øve på å si STOPP, «jeg-meldinger», fokus på aktiviteter som skaper trygge og gode relasjoner mellom elevene, og mellom lærer-elev. Legge til rette for at elevene</i>	Rektor Kontaktlærer Ansatte på trinnet	Ja, xx.xx.xx	Ja, i møte xx.xx.xx	

<i>opplever positive og gode sider ved hverandre, samt evaluering av seg selv ifht fokusområder det øves på.</i>				
<u>xxx skal øve og trygges på:</u> - -	Kontaktlærer Ansatte på trinnet Eleven	Ja, xx.xx.xx	Ja, i møte xx.xx.xx	
<i>Eks.: xxx skal i løpet av første skoletime mandag til fredag ha en kort samtale med sin lærer. Samtalen skal skape trygghet både for undervisningssituasjonen og friminutt. Eks.: xxx skal daglig, ved skoleslutt, ha en kort samtale med sin lærer. Samtalen skal skape en arena for å kunne oppsummere dagen. Den skal også kartlegge om det har vært episoder som har oppstått siden forrige samtale.</i>	Kontaktlærer/faglærer	Ja, xx.xx.xx	Ja, i møte xx.xx.xx	
xxx skal også ha en ukentlig evalueringssamtale for at skolen skal kunne justere og tilpasse tiltak etter behov.	Kontaktlærer	Ja, xx.xx.xx	Ja, i møte xx.xx.xx	

Trinnet skal ha ukentlige møter for å kvalitetssikre arbeidet i klassen og tiltaksplanen. Møtene følges opp av skolens ledelse ved rektor og /eller ressursteam.	Kontaktlærer	Ja, xx.xx.xx	Ja, i møte xx.xx.xx	
xxx får vite hvem som har tilsyn slik at han vet hvem han kan henvende seg til.	Alle ansatte på trinnet	Ja, før dette iverksettes og kontinuerlig	Ja, xx.xx.xx	
<b>Følge med:</b>  Alle ansatte i skole, særlig trinnet er informert om tiltakene. Alle ansatte skal følge med og sørge for at punktene over blir overholdt.	Rektor og alle ansatte  Kontaktlærer har hyppige samtaler med xxx knyttet til hans/hennes skoleopplevelse. Se over	Ja	Ja - begge parter	
<b>Gripe inn:</b>  Alle ansatte, særlig trinnet, griper hensiktsmessig inn dersom de ser at forventninger overfor kan brytes.	Rektor og alle ansatte i skole	Ja	Ja - begge parter	

<p><b>Varsle skoleledelsen/rektor:</b></p> <p>Alle ansatte vet at rektor skal varsles dersom de opplever noe som kan tyde på brudd av punktene over.</p> <p>Alle ansatte vet at de skal drøfte med rektor dersom de tar valg som kan komme i «konflikt» med punktene over.</p>	<p>Alle ansatte</p> <p>Kontaktlærer informeres også</p>		<p>Ja - begge parter</p>	
<p><b>Undersøke</b></p> <p>Kontaktlærer har samtaler som beskrevet ovenfor.</p>	<p>Rektor og alle ansatte</p>	<p>Ja – gjennom undersøkelser</p>	<p>Ja - begge parter</p>	
<p><b>Oppfølging</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rektor og ressursteam har ansvar for å følge de ukentlige møtene og arbeidet med tiltaksplanen.</li> <li>2. Det er avtalt nytt møte med foresatte, kontaktlærer og ressursteamleder</li> </ol> <p>xx.xx.xx</p>	<p>Rektor og ressursteam</p> <p>Ressursteam og kontaktlærer</p>		<p>Ja - begge parter</p>	

Skolen har med denne planen gjort det vi mener man med rimelighet kan forvente.

**Sluttevaluering – beskriv hvilke tiltak som har vært gjennomført og medført at eleven igjen har et trygt og godt skolemiljø**

1. Møte med *mor/far*, kontaktlærer, ressursteamleder/rektor xx.xx.xx
2. Møte mellom elev og kontaktlærer xx.xx.xx
3. Aktivitetsplanen som skolen foreslår gjennomgås med foresatte xx.xx.xx. I møtet vil tiltakene bli drøftet og referat lages.
4. Kontaktlærer gjennomgår tiltaksplanen med *elev* xx.xx.xx
5. *Elev* skal høres som beskrevet ovenfor, og planen skal justeres om nødvendig. Kontaktlærer tar kontakt med foresatte og motsatt ved behov.
6. Oppfølging med foresatte på telefon fredager etter skoletid. Justering av tiltaksplan ved behov.
7. Evaluering i møte xx.xx.xx kl. xx.xx
8. Sluttvurdering evalueres ved hvert møte.



## 9.4. Ressursbank

Innspill her (Kari Kolbjørnsen Brekke): Dette er ikke helt ferdig

### 1. Ordensreglement for Jevnakerskolen

### 2. Eksempel på plan for Trygg skole

- a) Årshjul
- b) Inspeksjonsplan med føringer for inspeksjon (bevegelse og skanning). Trene på observasjon av kvaliteten i samspillet mellom elevene.)
- c) Mal for elevsamtale
- d) Mal for utviklingssamtalskjema
- e) Mal for skolegårdsundersøkelse

### 3. Verktøy for avdekking

- a) Sjekkliste ved mistanke om mobbing
- b) Spørsmål til klassemiljøundersøkelse
- c) Spørsmål til elevsamtale
- d) Observasjonsskjema

### 4. Verktøy i intervensjonsarbeidet

- a) Mal for melding om mottatt bekymring
- b) Dokumentasjonsskjema
- c) Mal for tiltaksplan

## Sjekkliste ved mistanke om mobbing

	Ja/nei	Kommentar
Er det særlig sårbare elever i gruppa?		
Har noen av elevene tidligere vært involvert i mobbing?		
Er det elever med proaktiv aggresjon i gruppa?		
Har det vært enkeltepisoder med krenkelser?		
Har det vært endringer i forholdet til de voksne i gruppa?		
Ser det ut til at det er uvanlig mange klikker i gruppa?		
Er det elever som er særlig populære?		
Er det noen upopulære elever i gruppa?		
Har det vært episoder med utagering/vold?		

## Spørsmål til sosiogram

Lages i fellesskap i skoleledergruppe

- [Punktliste]

1. [Numerert Liste]