



Vikhammer skole
7560 VIKHAMMER
Tlf: 73980260

"STOPP MOBBINGEN"

Hvordan forebygge, oppdage og
stoppe mobbing.

En del av Vikhammer skole sin sosiale læreplan.
Sist revidert høsten 2009.

TEORIDEL

- Hva er mobbing - def.
*"Det er mobbing når ett eller flere individer, gjentatte ganger og over tid, blir utsatt for negative handlinger fra ett eller flere andre individer".
(hentet fra "Mobbing -en lærerveiledning" fra Kirke-, utdannings- og forsk.dep s.7)*
- Klargjøringer eks. på negative handlinger, verbale uttrykk, fysisk og psykisk mobbing.
 - *En negativ handling er å ville gjøre en annen vondt, fysisk eller psykisk.*
 - *Fysisk /materiell mobbing kan være slag, kast, spark, ødeleggelse av klær/utstyr.*
 - *Verbale uttrykk kan være trusler, hån, slengbemerkinger, "kalling", hån latter med mer.*
 - *Psykisk/sosial mobbing kan være å bli truet, tvunget til å gjøre noe en ikke ønsker å gjøre, isolering, bruk av negativt kroppsspråk, å bli oversett eller bli utestengt fra kameratflokk.*
- Hvem blir eller hvem mobber?

Alle kan bli mobbet. Mange barn opplever å bli mobbet.
Alle kan bli en mobber.

FOREBYGGENDE DEL

- Mål for forebyggende tiltak
 - *Å skape trygghet og trivsel i skolemiljøet*
 - *Å styrke elevenes selvbilde*
 - *Å utvikle elevenes evne til å sette seg inn i andres situasjon (empati)*
 - *Å la elevene øve opp evnen til å sette ord på konflikter og arbeide med å løse dem*
 - *Å skape et godt gruppemiljø*

- Tiltak på skolenivå
 - *Skolen skal gi elevene mulighet for leik og aktivitet i utetid*
 - *Skolen skal vektlegge sosial arrangement både på skole- og gruppenivå.*
 - *Skolens trivselsregler, ordensreglement og sosial læreplan skal gjennomgås i personalgruppa hver høst og følges opp utover skoleåret (se sosial læreplan)*
 - *Skolens trivselsregler, ordensreglement og antimobbeplan (del av sosial læreplan) skal gjøres kjent for foreldrene gjennom infoheftet og evt på gruppas første foreldremøte om høsten.*
 - *Ressursteam gjennomfører en trivselsundersøkelse høst og vår. Resultatene med forslag til tiltak leveres ressursteam. Tiltak følges opp av primærkontakt.*
 - *Vi gjennomfører "Det er mitt valg" i gruppene. Voksne kurses. Målet er at alle på vår skole etter hvert har deltatt på kurs.*
 - *De voksne skal være tydelige i forhold til akseptert atferd.*
 - *Ta i bruk konfliktløsningsmodellen.*
 - *Sette av fokustid på team.*
 - *Plan for utetid følges opp. Denne planen skal sikre trygghet og trivsel for elevene i utetiden.*

- Tiltak på gruppenivå
 - *Alle grupper skal ha sosiale arrangement og klassekontakter har ansvaret for at dette gjennomføres. Kontaktlærer er behjelpelig.*
 - *Plan for klasserådsarbeidet gjennomføres i gruppene 1.-7. trinn.*
 - *Mobbing skal være et punkt på kontaktmøtene.*
 - *De voksne skal være tydelige i forhold til akseptert atferd.*
 - *Arbeide for gode rutiner i gruppa.*
 - *Elever og kontaktlærer skal sammen utarbeide*
 - trivselsregler for gruppa
 - felles regler for spisetiden

- Tiltak hjemmenivå
 - Foreldre og barn snakker positivt sammen om skolen og SFO. Er det uklarheter/problemer så tar foreldre direkte kontakt med kontaktlærer.
 - Følge opp hjemmearbeidet og se til at eleven har det han/hun trenger til neste skoledag.
 - Bruke "meldebok" ved behov.
 - Møter opp på foreldremøter og kontaktmøter.
 - Deltar på arrangementer ved skolen eller gruppa.
 - Bruke tid sammen med barna hvor de får erfaringer i hvordan de skal opptre i fellesskapet - det å ta hensyn til andre.
 - Bruke tid på å bli kjent med andre barn og foreldre i gruppa (følge opp familiegrupper og aktivitetsgrupper osv.)

HVORDAN OPPDAGE MOBBING?

- Tiltak på skolenivå og klassenivå /SFO
 - Trivselsundersøkelser to ganger i skoleåret gjennomføres i alle gruppene.
 - Tilbakemeldinger fra elever, foreldre via ukeplan eller telefon taes på alvor.
 - Elevene kan få ha en loggbok eller tankebok som de skriver i fast hver uke.
 - Klassens time kan være et greit sted for å ta opp miljøet og trivselen i gruppa. Jente og guttemøter gjennomføres ved behov.
 - Voksne som har utetid gir kontaktlærer beskjed om de oppdager noe i friminutt.
 - Ved mistanke om mobbing kan en ordne loggbok som føres i forbindelse med utetiden. En kan også bruke personer fra ressursteam til hjelp for å få gjennomført observasjon i klasseromssituasjonen.
 - Ta signaler som vondt i magen, vondt i hodet, stort fravær, svingende humør, sein ut i friminutt, somler i gangen ved skolestart, etter pauser og ved skoleslutt... på alvor.
 - Følge opp spesielt "ensomme barn" og elever som stadig kommer oppi "bråk" i utetiden.

- Tiltak i hjemmene
 - *Ta signaler på vondt i hodet, vondt i magen,... på alvor.*
 - *Vær oppmerksom hvis klær og skolesaker forsvinner, blir gjemt av andre elever.*
 - *Lytte til barn som savner venner.*
 - *Bursdagskort kan bare deles ut på skolen hvis alle gutter og eller jenter i gruppa blir bedt. Det er vondt å se at en blir utelatt.*
 - *Ta kontakt med kontaktlærer straks dersom det er mistanke om mobbing.*

TILTAK DERSOM MOBBING OPPDAGES.

MÅL:

- *Få stoppet den mobbingen som skjer.*
 - *Skolen følger opp både den som blir mobbet/plaget og den/de som utfører mobbingen. Dette skjer i samarbeid med foreldre/foresatte.*
- Ingen skal oppleve at det er "dumt" å si fra om mobbing, og målet må være at alle parter går fornøyde ut av situasjonen.*

Tiltakene kan variere ut fra situasjonen, men generelt kan vi skissere følgende saksgang:

- Administrasjonen skal alltid orienteres når en har mistanke om mobbing eller får henvendelser om mulig mobbing. Adm. er også en naturlig samarbeidspartner i det videre arbeidet.

Ansvar for gjennomføring:

- *Det er kontaktlærer og adm. som sammen skisserer hva som skjer videre. Ofte kan det være greit å informere naturlige samarbeidspartnere (voksne på trinnet, ansatte SFO osv) om hva som har skjedd/skal skje.*

Samtale med mobbeoffer.

- *Gjennomføres alltid med to voksne tilstede - derav den ene skal være kontaktlærer.*
- *Det er svært viktig å få klarlagt situasjonen, og den som er blitt mobbet skal få vite at mobbingen skal stoppes. Ingen har noen rett til å plage andre. Foreldre involveres i saken bla. informeres om situasjonen og hva som er tenkt gjort fra skolens side. Skriftlig avtale om oppfølging utformes (mal lages).*

Samtale med den/de som har utøvd mobbing.

- *Gjennomføres alltid med to voksne tilstede - derav den ene skal være kontaktlærer.*
- *Hvis flere har vært med, tar en samtale med en og en elev. Situasjonen klarlegges ut fra deres ståsted. Det markeres at ingen voksne på skolen aksepterer mobbing, uansett hvilken årsak de måtte fremsette. Skolen sørger for at det blir slutt på mobbingen. Skriftlig avtale om oppfølging utformes. Foreldre informeres om situasjonen og hva som er tenkt gjort fra skolen sin side.*

Oppfølging av begge parter med avtaler.

- *Begge parter følges opp individuelt i forhold til avtaler/situasjon. Hvis alt ordner seg, tar man bare sporadiske kontroller.*

Et møte mellom både offer og mobber.

- *I enkelte tilfeller kan det være bra at partene møtes slik at avtaler kan skriftliggjøres i fellesskap. Det kan også være aktuelt å innkalle foreldrene sammen med barna.*
- *Ved behov kan helsesøster være en aktuell samtalepartner.*

Hvis mobbing skjer innenfor gruppa.

- *Her må den voksne jobbe spesielt med miljøet i gruppa eller jente-/ gutte gruppene. Her kan det være aktuelt å gjøre bruk av observasjon og hjelp fra ressursteamet.*
- *Ressursteamet har veiledning og støttefunksjon overfor den voksne.*

Hvis mobbingen ikke tar slutt.

- *Da kontakter en andre hjelpeinstanser eller fagpersoner; PPT, lege helsesøster, politi, konfliktråd.*