

NABS

NAUS

Plan for
inkluderende,
trygt og godt
skolemiljø

01.08.24



Nord-Aurdal kommune



INNHALDSFORTEGNELSE - DETALJERT

1	Innledning	1
2	Mål for skolemiljøarbeidet	2
3	Rettigheter og verdigrunnlag	3
3.1	FNs barnekonvensjon	3
3.2	Formålsparagrafen i Opplæringsloven	3
3.3	Opplæringsloven kapittel 12	3
3.4	Overordnet del-verdier og prinsipper for grunnopplæringen	3
3.5	Nord-Aurdal kommunes visjon og verdigrunnlag	4
3.6	NABS og NAUS sitt verdigrunnlag.....	4
4	Et helhetlig og systematisk arbeid	5
5	Fremme et trygt og godt lærings- og skolemiljø	6
5.1	God ledelse, organisering og kultur for læring.....	6
5.2	Sosial læring gjennom arbeid med fag og skoledagen ellers	7
5.3	De voksnes evne til å lede klasser og grupper	9
5.4	Positive relasjoner mellom voksne og barn	10
5.5	Samarbeid mellom hjem og skole	11
6	Mobbing	12
6.1	Hva er mobbing?	12
6.2	Mobbing- kort om former, aktører og kontekst.....	12
6.3	Hva er skjult mobbing?	14
6.4	Andre krenkelser	14
6.5	Elevens opplevelse	15
6.6	Nullmobbing.no	15
7	Forebygge mobbing og andre krenkelser	16
7.1	Om opplæringsloven §§ 12-3, 12-4 og 12-5.....	16
7.2	Elevens stemme- Hva skal til for å skape en mobbefri skole?	17
7.3	Foreldrenes stemme	18
7.4	Profesjonelle voksne som kan oppdage mobbing.....	19
7.5	Lagspill med hjem og lokalsamfunn	21
7.6	Vurdering av barnets beste	22
7.7	Vedlegg 1 om fremmende og forebyggende innsats NABS og NAUS	22

8	Håndtere mobbing og andre krenkelser	23
8.1	Aktivitetsplikt.....	23
8.2	Avdekke	23
8.3	Stoppe og håndtere.....	26
8.4	Sanksjoner	29
8.5	Følge opp.....	29
8.6	Statsforvalterens håndhevingsordning i enkeltsaker.....	29
8.7	Nettressurs Utdanningsdirektoratet	30
8.8	Vedlegg 2 om rutine for oppfyllelse av aktivitetsplikten	30
9	Vedlegg.....	31

1 INNLEDNING

Alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, inkludering, trivsel og læring, jf. opplæringsloven § 12-2. *Kommunedelplan for barnehage og skole* i Nord-Aurdal kommune 2018-2029 har følgende overordna målsetning:

Alle barn og elever i barnehage og skole i Nord-Aurdal kommune skal oppleve et trygt og godt barnehage- og skolemiljø som fremmer helse, trivsel, danning og læring. Alle elever skal etter fullført grunnskole ha forutsetninger til å gjennomføre videregående opplæring og mestre livene sine. Det skal være nulltoleranse for krenkelser av og fra alle som er tilknyttet virksomhetene.

Plan for inkluderende, trygt og godt skolemiljø forsøker å gi en oversikt over hvordan skolemiljøarbeidet er innrettet på Nord-Aurdal barneskole (NABS) og Nord-Aurdal ungdomsskole (NAUS). Det teoretiske materialet er hentet fra forskningsmiljøer i Norge på området, og hovedkilde er Læringsmiljøsentret ved Universitetet i Stavanger (UiS).

Planen retter seg mot tre innsatsområder:

1. Skolens innsats for å fremme et inkluderende, trygt og godt skolemiljø
2. Skolens forebyggende innsats mot krenkelser
3. Håndtering av mobbing og andre krenkelser

For å lykkes i skolemiljøarbeidet er det flere viktige forutsetninger:

- skolene driver et *systematisk* arbeid på området
- *alle voksne på skolen* anerkjenner, forstår og følger opp avtalte planer, prinsipper og rutiner, herunder aktivitetsplikten
- skolen og hjemmet har *god kommunikasjon og samarbeider godt* til elevenes beste

Plan for inkluderende, trygt og godt skolemiljø skal vise tankegodset bak arbeidet med skolemiljø og skal samtidig være konkret i tiltaksbeskrivelsene. Planen skal være til informasjon til foresatte og politisk miljø, og det skal være et oppslagsverk og verktøy for medarbeidere i skolene.

Planen er tredelt;

1. Plan for inkluderende, trygt og godt skolemiljø - generell del
2. Vedlegg 1, Fremmende og forebyggende tiltak skolemiljø- årshjul NABS og NAUS
3. Vedlegg 2, Rutine for oppfyllelse av delpliktene i aktivitetsplikten, jf. oppl.l. § 12-4

Det er særs viktig at både elever, foresatte, medarbeidere og alle andre involverte i skolehverdagen engasjerer seg og deltar i innsatsen for inkluderende, trygt og godt skolemiljøet.

2 MÅL FOR SKOLEMILJØARBEIDET

Alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, inkludering, trivsel og læring, jf. opplæringsloven § 12-2. Med læringsmiljø menes de samlede kulturelle, relasjonelle og fysiske forhold på skolen som har betydning for elevenes læring, helse og trivsel ([Udir](#)).

Kommunedelplan for barnehage og skole i Nord-Aurdal kommune 2018-2029 har følgende overordna målsetning:

Alle barn og elever i barnehage og skole i Nord-Aurdal kommune skal oppleve et trygt og godt barnehage- og skolemiljø som fremmer helse, trivsel, danning og læring. Alle elever skal etter fullført grunnskole ha forutsetninger til å gjennomføre videregående opplæring og mestre livene sine. Det skal være nulltoleranse for krenkelsers av og fra alle som er tilknyttet virksomhetene.

Nord-Aurdal kommune sine skoler skal være fri for alle former for krenkelsers, og skolemiljøet skal virke positivt på elevenes helse, trivsel og læring. Skolene skal bidra til at barn og unge kan mestre sitt eget liv og sin egen psykiske helse, ta sosialt ansvar og vise medborgerskap.

Elevene i Nord-Aurdal kommune er:

- rause ved å inkludere alle, ta vare på hverandre og bidra positivt til skolemiljøet
- bevisste på at de er både selvstendige individer og deltakere i et fellesskap
- modige ved å stå opp for seg selv, hjelpe en venn og tørre å si hva de mener
- trygge på at voksne tilknyttet skolen vil dem vel, ser dem og passer på

Alle elever og foreldre på NABS og NAUS møter voksne som har *vilje, kompetanse* og *mot* til å gjøre sitt beste for å skape et inkluderende, trygt og godt skolemiljø. De opplever å bli tatt på alvor når de har en bekymring.

Foreldre er og opplever seg selv som ressurser i det fremmende og forebyggende arbeidet for godt skolemiljø gjennom positiv innsats og omtale av skolen, engasjement og heiing både på eget barn og på andre barn. Foreldre bidrar til inkludering og fellesskap.

Hjem og skole samarbeider om et inkluderende, trygt og godt skolemiljø for alle kommunens elever, både individuelt og systemisk, samt gjennom FAU og SU/SMU.

Kommunens tjenester samarbeider til elevenes beste, både systemisk og i enkeltsaker der det er nødvendig.

Barnehage, skole og samarbeidende instanser legger sammen til rette for gode og trygge overganger langs hele utdanningsvegen fra barnehage til videregående skole.

3 RETTIGHETER OG VERDIGRUNNLAG

I det følgende omtales rettigheter og verdier som ligger til grunn for arbeidet med å sikre trygt og godt faglig og sosialt læringsfellesskap.

3.1 FNs barnekonvensjon

[FNs barnekonvensjon](#) gir barn grunnleggende menneskerettigheter. 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 inkluderende, trygt og godt skolemiljø er *anerkjennelse av barn og unges opplevelse* og *medvirkning* grunnleggende prinsipper. Barn skal bli tatt på alvor av profesjonelle voksne som tar ansvar for å følge opp saken når de forteller om hvordan de har det.

3.2 Formålsparagrafen i Opplæringsloven

Formålet med opplæringen er beskrevet i opplæringslovens § 1-3. Der står det blant annet at elevene skal utvikle «... *kunnskap, dugleik og haldningar som gjer at dei kan meistre livet sitt og delta i arbeid og felleskap i samfunnet ...*».

Det står også at « ... *opplæringa skal byggje på grunnleggjande verdier i kristen og humanistisk arv og tradisjon, slik som respekt for menneskeverdet og naturen, åndsfridom, nestekjærleik, tilgiving, likeverd og solidaritet, verdier som også kjem til uttrykk i ulike religionar og livssyn, og som er forankra i menneskerettane ...*».

Skolen skal bygge sin praksis på verdiene i opplæringslovens formålsparagraf.

3.3 Opplæringsloven kapittel 12

Opplæringslovens kapittel 12 gir alle elever rett til et trygt og godt psykososialt læringsmiljø og gjelder for skole, leksehjelpordningen og skolefritidsordningen. Det omfatter alt som foregår på skolen eller på turer og arrangementer i skolens regi. Hvis krenkelses utenom skoletiden fører til at eleven opplever mistriksel på skolen, utløser dette aktivitetsplikt for skolen selv om krenkelsene har skjedd utenom skoletiden og utenfor skolens område, jf. [NOU 2015:2 s. 242 pkt. 15.13](#).

3.4 Overordnet del-verdier og prinsipper for grunnopplæringen

[Overordnet del](#) er en del av læreplanverket, og den beskriver det grunnsynet som skal prege pedagogisk praksis i hele grunnopplæringen. Den skal også ligge til grunn for samarbeidet mellom hjem og skole. I overordnet del kapittel 3.1 beskrives hvordan skolen skal utvikle inkluderende fellesskap som fremmer helse, trivsel og læring for alle. I kapittel 2.1 omtales hvordan skolen skal støtte og bidra til elevenes sosiale læring og utvikling gjennom arbeid med fagene og i skolehverdagen ellers.

Opplæringsens verdigrunnlag er beskrevet med seks punkter i overordnet del; 1. Menneskeverdet 2. Identitet og kulturelt mangfold 3. Kritisk tenking og etisk bevissthet 4. Skaperglede, engasjement og utforskertrang 5. Respekt for naturen og miljøbevissthet 6. Demokrati og medvirkning.

3.5 Nord-Aurdal kommunes visjon og verdigrunnlag

Nord-Aurdal kommunes verdigrunnlag er nedfelt i *samfunnsdel til kommuneplanen*. Kommunens visjon er formulert slik; *Nord-Aurdal kommune- attraktiv og framtidsretta*.

Tillit, respekt og omsorg (TRO) er beskrevet som kommunens tre viktigste verdier. «*Vi skal samspille og ta vare på omgivelsene våre, vi har tro på hverandre og tro på en attraktiv, bærekraftig framtid i Nord-Aurdal og Valdres.*»

Kommunens visjon og verdigrunnlag skal speiles også i skolens arbeid.

3.6 NABS og NAUS sitt verdigrunnlag

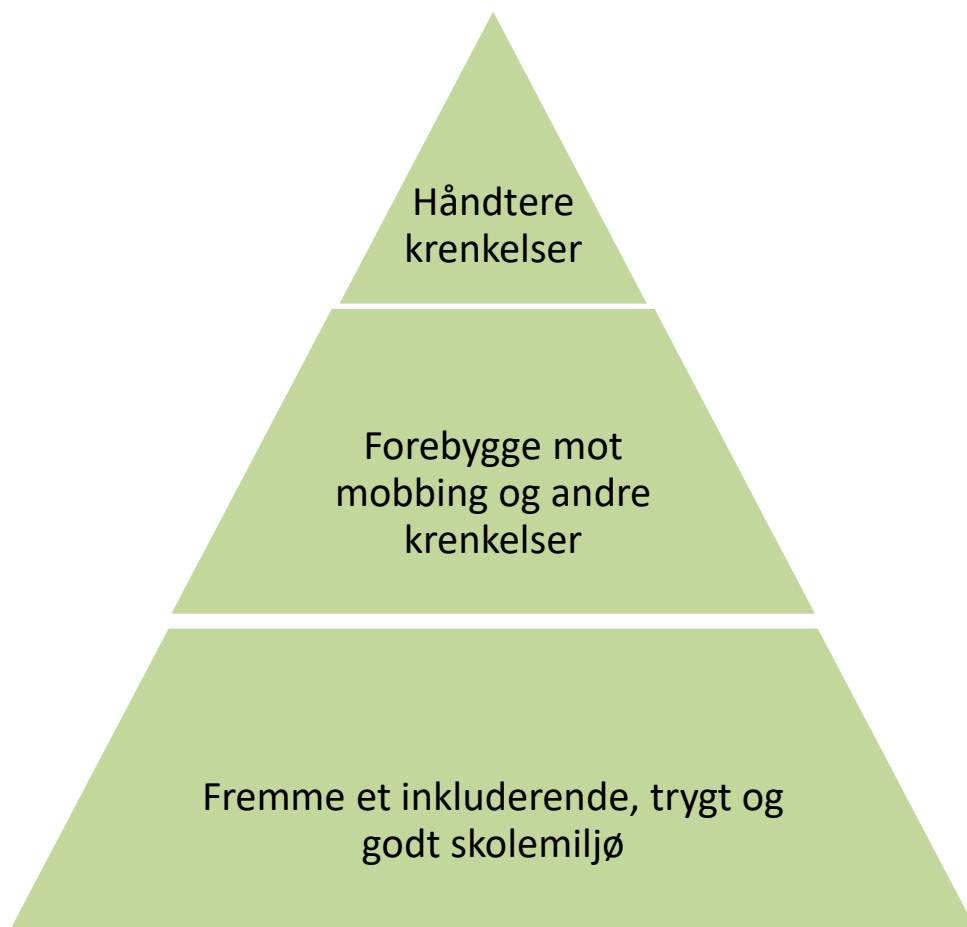
Kommunens skolars verdigrunnlag bygger på og er i tråd med læreplanverkets overordna del der [verdigrunnlaget](#) er tydelig beskrevet, jf. pkt. 3.4. Skolen bygger sin praksis på verdiene i opplæringslovens formålsparagraf.

Læreplanverkets tydelige verdigrunnlag levendegjøres i kommunens skoler og får betydning for hver enkelt elev i skolefelleskapet gjennom formidling av kunnskap og utvikling av ferdigheter, holdninger og kompetanse. Verdiene skal prege skolens og medarbeidernes møte med elevene og med hjemmene. Elevens beste skal alltid være et grunnleggende hensyn. Begrepene ansvar, omsorg og respekt er tillagt ekstra vekt gjennom mange år.

4 ET HELHETLIG OG SYSTEMATISK ARBEID

Å opprettholde og videreutvikle inkluderende, trygge og gode skolemiljøer krever et helhetlig, langsiktig og systematisk arbeid. Arbeidet er tredelt:

1. Arbeidet med å **fremme inkluderende, trygt og godt skolemiljø** er en del av den ordinære pedagogiske praksisen på skolen og er universelle tiltak som kommer alle elevene til gode.
2. **Forebygging mot mobbing og andre krenkelser** er rettet mot å minske risikoen for at mobbing og andre krenkelser skjer.
3. **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 LÆRINGS- OG SKOLEMILJØ



.... Skolen skal arbeide kontinuerleg for at alle elevane skal ha eit trygt og godt skolemiljø...
(Oppl.l. § 12-3)

Skolen skal utvikle inkluderende fellesskap som fremmer helse, trivsel og læring for alle. Et raust og støttende læringsmiljø er grunnlaget for en positiv kultur der elevene oppmuntres og stimuleres til faglig og sosial utvikling. Et systematisk arbeid er avgjørende for å skape et trygt og godt skolemiljø.

Et inkluderende, trygt og godt lærings- og skolemiljø styrker både den enkelte og fellesskapet og gir gode vekstvilkår for læring, trygghet og mestring. Det beskytter mot mobbing og andre krenkelser. En forutsetning for å lykkes med dette arbeidet, er et kontinuerlig og systematisk forebyggende arbeid med felles fokus og tilnærming. Klasseledelse, relasjonsarbeid og foreldresamarbeid er viktige forutsetninger for å lykkes med dette arbeidet. Udir omtaler temaet [her](#).

Hvilke faktorer er det da som kan bidra til å utvikle inkluderende fellesskap og trygt og godt skolemiljø?

- God ledelse, organisering og kultur for læring
- [Sosial læring](#) gjennom arbeid med fagene og i skolehverdagen før øvrig (utvikling av sosiale ferdigheter som samarbeid, selvkontroll, ansvar og empati for andre)
- [Klasseledelse](#) (lærerens arbeid som bidrar til elevenes faglige, sosiale og emosjonelle læring, f.eks. ledelse av grupper som lag, av den enkelte elev som aktør i en gruppe og tilrettelegging for læring i elevfellesskapet)
- [Relasjoner lærer-elev og elev-elev](#) (samspillet mellom lærer og elever og mellom elever, læreren som rollemodell, regulering av samspill, positiv kontakt og kommunikasjon)
- [Forebygge og fremme barn og unges psykiske helse](#) (når skolen er god, bidrar den til at barn og unge opplever omsorg, mestring, trivsel og læring, og dette fremmer god psykisk helse og muligheten til å få et godt liv)
- [Samarbeid hjem-skole](#) (utviklingssamtaler, foreldremøter, støtte/veiledning, gjensidig informasjon, FAU/SU, samarbeid på tvers av sektorer)
- [Fysisk læringsmiljø](#) i inne- og utemiljø (universell utforming, fasiliteter og organisering av disse inne og ute, HMS-faktorer, aktivitetstilbud osv.)
- Kompetanseutvikling for skoleledere, skoleeier, lærere og andre medarbeidere i skolen

I det følgende utdypes noen av disse faktorene.

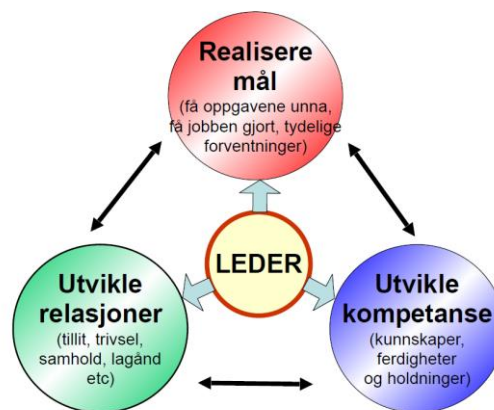
5.1 God ledelse, organisering og kultur for læring

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.

Arbeidet med skolemiljø er et felles ansvar i skolen, og skoleledelsen har et særlig ansvar for å gå foran som rollemodeller og legge til rette for gode systemer. Det må fremmes en kultur som bidrar til at alle elever møtes med respekt og tillit. Kulturen på skolen setter rammer for hva som er akseptabelt og ikke og for hvordan medarbeidere og elever oppfører seg mot hverandre. Felles regler og rutiner er nødvendig for å kunne bygge opp kultur og for å møte uønskede hendelser. Ved å ha felles verktøy for håndtering, skapes det forutsigbarhet og lik praksis.

Ingrid Lund ved Universitetet i Agder bruker følgende beskrivelse i en PP-presentasjon, «De voksne så liksom bare forbi» fra desember 2017:

Lederens tre hovedoppgaver



En solid ledelse og organisasjon er en forutsetning for at arbeidet med elevenes læringsmiljø kan foregå *kontinuerlig* og *systematisk*, og for å kunne ta i bruk forskningsbasert kunnskap.

Kontinuerlig vil si at arbeidet med elevenes skolemiljø foregår hele tiden, og at det ikke bare foregår ved oppstarten av et skoleår eller når uønskede hendelser oppstår. *Systematisk* vil si at arbeidet er aktivt, gjennomtenkt og planmessig, og at arbeidet utføres av alle ansatte ved skolen.

Rektor har ansvaret for at arbeidet med elevenes skolemiljø foregår kontinuerlig og systematisk. Rektor, avdelingsledere og medarbeidere på skolen har ansvaret for den daglige oppfølgingen av dette arbeidet.

Forskrift om skoleregler for elevene

Forskrift om skoleregler for elevene og organisering av skoledemokratiet NABS og NAUS skal bidra til å fremme helse, inkludering, trivsel og læring. Den skal bidra til et trygt og godt skolemiljø, og skal også være et verktøy for kommunens skoler for å sikre størst mulig grad av forutsigbarhet og likebehandling for elevene ved skolene. Den skal gjøre tydelig for elevene forventningene til orden og struktur i skolearbeidet. Forskriften skal beskrive organisering av skoledemokratiet, slik at alle elever og foresatte gis mulighet til å ytre meninger og delta i skoledemokratiet. Sosial læring gjennom arbeid med fag og sosial kompetanse

5.2 Sosial læring gjennom arbeid med fag og skoledagen ellers

I opplæringen i fag er det viktig å jobbe med både **elevenes faglige og sosiale læring**, og utvikle et **inkluderende fellesskap** som fremmer helse, trivsel og læring for alle.

Skolen skal støtte og bidra til elevenes sosiale læring og utvikling gjennom arbeid med fagene og i skolehverdagen ellers, jf. [overordnet del 2.1](#).

Utdanningsdirektoratet skriver om *sosial læring* at den skjer gjennom å erfare og øve seg i fellesskap med andre. Mye av den sosiale læringen på skolen foregår gjennom samhandling om faglig innhold og i læringsaktiviteter. Når det planlegges opplæring i fag, må en være bevisst på hvordan opplæringen skal bidra til sosial læring og til at elevene utvikler **faglige og sosiale fellesskap**. Dette kan gjøres ved å ta didaktiske valg med utgangspunkt i [følgende kategorier \(Udires nettsider\)](#):

- **Mål for opplæringen** (hva, hvorfor, hva betyr ..., refleksjon og forståelse for egne læringsprosesser, lære å lære i gode faglige og sosiale fellesskap)
- **Lærerrollen- hvordan legge til rette?** (Hvordan lede klassen læringsfellesskap/klasseledelse, relasjonsbygging, inkludering, normer og verdier, voksne som rollemodeller for sosial samhandling)
- **Innhold- hva skal elevene lære?** (Relevante problemstillinger, åpne og rike oppgaver, dialog deltakelse og mestring, tilhørighet)
- **Arbeidsmåter- hvordan skal elevene lære?** Bevisst og langsiktig tenkning om hvordan undervisning i fag skal fremme faglig og sosial læring og et inkluderende fellesskap. (Arbeidsmåter, organisering og læringsarenaer, elevmedvirkning, kjennetegn og øving samarbeid, støtte og veiledning, hensyntaken til elever med [særskilt sårbarhet](#)).
- **Vurdering- hvordan vurdere elevenes læring?** (Dialog om sosial læring og faglig utvikling, rom for å prøve og feile, fremme motivasjon og tro på egen mestring)

Utdanningsdirektoratet skriver videre: *Å oppleve fellesskap og føle seg inkludert er et grunnleggende behov, og viktig for barn og unges utvikling, læring og trivsel. God [klasseledelse](#) og [tilpasset opplæring](#) er avgjørende for at elevene skal oppleve trygghet og inkludering, og få støtte i sin faglige og sosiale utvikling. Bevisstgjøring av hvordan [negativt språk](#) og kroppsholdninger kan hemme utviklingen av gode relasjoner og gode læringsmiljø, bør være sentralt i støtten til elevenes sosiale læring og utvikling. Å skape en felles forståelse for hva som er viktig i et godt læringsmiljø, er også sentralt i [hjem-skole samarbeidet](#).*

Sosial kompetanse

Det er skolens oppgave å bidra i utviklingen til barn og unge, både faglig og sosialt, og hjelpe dem til å mestre livet og delta i sosiale fellesskap med andre. Barn og unge som liker seg på skolen, mobber mindre. Skolen skal arbeide kontinuerlig og systematisk med å skape en *positiv skolekultur*.

I en positiv skolekultur viser elevene omsorg for hverandre og det kommuniseres tydelig at mobbing og krenkelser ikke er tillatt. Tiltakene for en positiv skolekultur gjelder både i skolen og i SFO.

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

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 imellom. 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 temperament 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 temperament og sårbarheter og bruke disse som utgangspunkt for å hjelpe dem med å utvikle *sosial og emosjonell kompetanse*, er en av skolens hovedoppgaver.

Sammen med herværende plan, skal skolens utviklingsplaner og trinnenens/klassenes årsplaner vise hvordan hvert trinn arbeider kontinuerlig og systematisk med sosial og emosjonell kompetanse. Vedlegg 1 til herværende plan viser skolens årshjul for både skoleomfattende og lokale tiltak i det fremmende og forebyggende arbeidet med skolemiljø.

Elevene selv er viktige i arbeidet med å utvikle et godt skolemiljø. *De må ha en aktiv rolle* i det forebyggende arbeidet, både klasse-/trinnsvis og gjennom elevrådet. Elevrådet skal ikke bare orienteres om skolens plan for et inkluderende, trygt og godt skolemiljø, men skal ha et eierforhold til tiltakene i det fremmende arbeidet. Dvs. at de skal delta i utforming av tiltak for skolemiljøet. Det er viktig at arbeidet foregår både i skole- og i 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 mm.

5.3 De voksnes evne til å lede klasser og grupper

Gode relasjoner er viktig, men ikke tilstrekkelig for å skape en god skolehverdag. **Gode strukturer, rutiner og kultur** danner en ramme som gode relasjoner kan utvikle seg innenfor. Det frigjør tid og energi til læring. De **voksnes evne til å lede klasser og grupper** er en like viktig bærebjelke for læring og trivsel som det relasjoner er. **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 krenkelsers og mobbing får etablert seg. På den andre siden kan manglende ledelse i en elevgruppe skape grobunn for usunne relasjoner og gi handlingsrom for negative ledere.

For at elevene skal realisere læringspotensialet sitt, er det avgjørende at læreren har **tydelige og trygge rammer og positive forventninger** til elevene og motiverer dem til arbeidsinnsats og sikrer den enkelte elevs opplevelse av mestring. Et trygt og godt læringsmiljø bærer preg av forutsigbarhet, etablerte rutiner og gode verdier. Lærerne må jobbe systematisk med å formidle forventninger til en elevgruppe, og hvordan de kan samarbeide om å skape et trygt og godt miljø. Strukturen og rammene som etableres, vil hjelpe elevene med å mestre forventningene i skolen. Regler og rutiner er forventninger til sosialt samspill både i lærings situasjoner, i friminuttene og i andre aktiviteter i skolens regi. Det er viktig at det er en enighet på skolen om sentrale prinsipper for god undervisning og klasseledelse.

Klasseledelse kan forstås i tre perspektiver som utfyller og supplerer hverandre; **struktur-, kultur- og læringsperspektivet** der **målet** er å gi elevene en opplevelse av tilhørighet i et fellesskap hvor alle medarbeidere på skolen er både tydelige, varme og samarbeidende i deres samspill med elevene.

Struktur; det lærere gjør for å skape trygghet og oversikt for elevene gjennom rammer og struktur.

Kultur; det lærere gjør for å skape trygge relasjoner gjennom bygging av gruppene fellesnormer og kultur.

Læring; det lærere gjør i samarbeid med elevene for å sikre mestring og progresjon i elevenes faglige og sosiale læring.

Ledelseskompetanse utvikles **best i profesjonelle læringsfellesskap** der kolleger veileder hverandre (konkret og kunnskapsbasert). Skolen/skoleledelsen må etterspørre og legge til rette for samarbeid om klasseledelse.

Verdier og normer som preger en kultur er tett knyttet mot klasseledelse. God **læringskultur** og positivt og trygt **læringsfellesskap** springer ut fra det kontinuerlige arbeidet på gruppe- og skolenivå og de valg og handlinger som klasseleder gjør.

Elevmedvirkning handler om å lytte til og bruke elevenes innspill og tanker på en måte som **forbedrer og utvikler praksis**. Elevmedvirkning kan f.eks. foregå gjennom de daglige møtene med elevene, klassens time/klasseråd, elevråd, gruppesamtaler, elevsamtaler, loggbok og nettpat.

5.4 Positive relasjoner mellom voksne og barn

Barn og unge har et grunnleggende behov for å bli sett, oppleve tilhørighet, utvikle seg og oppleve mestring. Gode relasjoner mellom voksne og barn er helt sentrale byggeklosser i arbeidet med å skape både trygghet, trivsel og læring. Tilsvarende kan dårlige relasjoner hemme læring. Med gode, proaktive strategier kan alle voksne på skolen bidra til at elevene bygger en god selvfølelse og får motivasjon for læring. De voksne kan hjelpe elevene med å regulere følelser og gi dem trøst og hjelp, i tillegg til at de kan være en trygg havn som utgangspunkt for utforsking- kort sagt; voksne skal sørge for å gi elevene faglig og emosjonell støtte. Det at læreren bryr seg og viser interesse, samt har forventning til utvikling hos hver enkelt elev, vil være trygghetsskapende og læringsfremmende.

Gode relasjoner er smittosomt. Når det er gode relasjoner mellom lærer og elever, er det større sannsynlighet for at elevene blir trygge i samspill med andre elever. Flere studier viser at gode relasjoner mellom profesjonelle voksne og elever har en klar beskyttende effekt mot mobbing.

Lærerens væremåte setter standarden for det sosiale samspillet mellom elevene. Barn og unge trenger nærvær av varme og ansvarlige voksne i hverdagen. De skal være gode rollemodeller som er sensitive og varme, viser empati og respekt. De må stille krav til elevene, ha positive forventninger til mestring, rose og korrigerer ut fra elevgruppas kjente og faste normer. Relasjoner kan endres og videreutvikles. Derfor er det viktig at de voksne prioriterer relasjonsarbeidet.

Relasjonen og maktforholdet mellom den profesjonelle voksne og elevene er asymmetrisk. Det er alltid den profesjonelle voksne som har ansvar for relasjonen. Det betyr ikke at den skal løse alle utfordringer selv, men være profesjonell nok til å hente hjelp på riktig sted og be om hjelp når han/hun kjenner at relasjonen er dårlig.

5.5 Samarbeid mellom hjem og skole

Barn og unges viktigste arenaer for utvikling er hjemme og på skolen. Hver for seg har hjem og skole stor betydning for barn og unge, og samarbeidet mellom disse to arenaene har en innvirkning i seg selv.

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.

En god og tillitsfull dialog mellom hjem og skole er et gjensidig ansvar, med det er de som jobber i skolen som har det overordnede ansvaret for å ta initiativ til og legge til rette for samarbeid.

Foreldresamarbeidet kan være med *foreldregruppen som helhet*, med *utvalg som FAU* og i *møter med enkeltforeldre*. Foreldremøtene er en god arena for å skape samarbeid om skolemiljø. Skolen skal gi regelmessig informasjon om klassemiljøet, og formidle at terskelen for å ta kontakt skal være lav.

FAU og SU/SMU skal orienteres om skolens plan for et inkluderende, trygt og godt skolemiljø, få et eierforhold til den og involveres i utformingen av tiltak for skolemiljøet.

Foreldreinvolvering

Samarbeid mellom hjem og skole omfatter både den støtten som foreldre gir til sine barn for å fremme læring og utvikling, og den direkte kontakten mellom skole/lærer og foreldre. Her er følgende stikkord viktige:

- **Gjensidig informasjon, dialog og medvirkning**
- **Faglig utvikling** (felles tro på at hjemmets holdning til læring og utdanning betyr mye for læringsutbyttet)
- **Hvordan kan foreldre bidra til et godt læringsmiljø** (samarbeid og gjensidig informasjon, bli kjent, åpen og trygg relasjon)
- **Når samarbeidet blir vanskelig** (emosjoner og anerkjennelse, fokus framover og tydelig kommunisert plan, arenaer for samarbeidet)

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. 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 tips til hva foreldre kan bidra med i dette arbeidet.

Slik kan du som forelder/foresatt bidra:

Som foresatt er du den viktigste ressursen for ditt barns læring og utvikling. Du kan også være en viktig ressurs for andre barn:

- ✓ Hils på alle du møter på skolen
- ✓ Snakk positivt om andres barn og andre foreldre, skap rom for å heie på eget og andre barn
- ✓ Gjør en innsats for å bli kjent med voksne og barn på skolen
- ✓ Følg opp det som blir bestemt
- ✓ Engasjer deg i å skape et godt miljø
- ✓ Vær opptatt av at alle er med

6 MOBBING



Skolen skal ikkje godta krenkjande oppførsel, som til dømes mobbing, vald, diskriminering og trakassering. (Oppl.l. § 12-3)

Kilde i dette kapitlet: Læringsmiljøsentret ved Universitetet i Stavanger;
<https://laringsmiljosenteret.uis.no/#Skole>

6.1 Hva er mobbing?

Når vi snakker om tradisjonell mobbing menes gjerne fysisk mobbing, verbal mobbing eller utestenging. I tillegg til tradisjonell mobbing har vi digital mobbing.

Kjennetegn ved mobbing:

Aggressiv handling	Styrkeforhold	Over tid
En aggressiv handling rettet mot en person, av en eller flere sammen	Et ujevnt styrkeforhold mellom den eller de som mobber og den som blir mobbet	Det foregår over tid

Vedlagt er

- [en dialogfilm med Erling Roland og Grete Sørensen Vaaland](#) om hva mobbing er
- Dansefilmen [«En mobbehistorie»](#)

6.2 Mobbing- kort om former, aktører og kontekst

Kilde; <https://www.uis.no/nb/laringsmiljosenteret/forskning/hva-er-mobbing#/>

Det er to hovedformer for mobbing; Mobbing ansikt-til-ansikt og digital mobbing.

Tradisjonell mobbing

«Når mobbingen foregår ved fysisk nærhet, gjerne kalt tradisjonell mobbing, kan den være fysisk. Det er langt vanligere at gutter bruker denne formen enn jenter, og fysisk mobbing er generelt ikke den mest utbredte typen. Fysisk mobbing er sjeldent taus, slik at verbal trakassering er en sak i tillegg. Den vanligste formen for tradisjonell mobbing er ondsinnet erting, og den brukes av både gutter og jenter. Utfrysing er en tredje type, og den er relativt sett mest brukt av jenter.

En annen og viktig side ved tradisjonell mobbing er hvorvidt den er åpen eller skjult. Med åpen mobbing mener en her at tegnene er tydelige for den som utsettes for mobbingen og andre som er til stede, mens skjult mobbing er bruk av kamouflerte eller tvetydige tegn. Mobbing mellom jenter har ofte preg av skjulte tegn, men ikke alltid.»

Digital mobbing

«Digital mobbing er når mobbingen foregår via nett. Denne mobbingen fra distanse, kom med teknologien ved årtusenskiftet og har siden økt i omfang. Mobbing via nettet kan være negative meldinger, kommentarer, bilder eller filmsnutter.

Mobbingen kan også foregå direkte mellom den som mobber og den som blir mobbet, for eksempel via sosiale medier og spill. Disse rommene som skapes på nettet mangler den fysiske nærheten som gir tradisjonell mobbing flere strenger å spille på, og som kan gjøre særlig vondt. Samtidig har de virtuelle rommene også muligheter som de virkelige rommene ikke har. Her kan det for eksempel legges ut skadelig materiale i form av tekst, bilder og film som kan være autentisk eller manipulert.

Internett glemmer ikke, og spredningskraften er stor (Roland, 2002; Roland & Auestad, 2005). Digital mobbing er vanskeligere å få pause fra, fordi telefonen og PC-en ikke ofte slås av. Kanskje derfor er det knyttet mer angst til å bli mobbet digitalt enn til tradisjonell mobbing.»

Ulike aktører i mobbing

Tilfeldigheter kan bestemme hvem som mobber og hvem som blir utsatt for mobbing, men noen risikofaktorer er kjente;

Den som utsettes for mobbing

Elever som fort blir redde, eller som ikke har så lett for å skaffe seg venner, er utsatte. Derimot har utseende og klær lite å si (Olweus, 1992; Roland, 2007; Roland & Vaaland, 2003). Muligens er innvandrerelever litt mer utsatte (Bakken, 2003; Fandrem, Strohmeier & Roland, 2009). Ressurssterke elever kan også bli mobbet.

Den som utsetter andre for mobbing

På barnetrinnet er [reaktiv](#) aggressivitet en risikofaktor for å mobbe andre, men ikke like sterk som proaktiv aggressivitet (Roland & Idsøe, 2001). På ungdomstrinnet er proaktiv aggressivitet en meget sterk risikofaktor, mens reaktiv aggressivitet har liten betydning (Fandrem, Strohmeier & Roland, 2009; Roland & Idsøe, 2001). De som mobber er som kategori ikke mye forskjellige fra andre når det gjelder popularitet, men de ser ut til å hente sin status fra et smalere sjikt enn andre elever (Roland, 2007).

Konteksten

Mange tror at den lille bygda, med den lille skolen med små klasser, beskytter mot mobbing. Slik er det ikke. Verken små steder, små skoler eller små klasser gir beskyttelse ifølge omfattende forskning (Olweus, 1992; Roland, 2007). Imidlertid er det betydelige forskjeller i omfanget av mobbing mellom skoler og mellom klasser, også på samme skole. Det gjelder også når en kontrollerer for ulike hjemmeforhold (Olweus, 1992, Roland, 1999, 2007). Hovedforklaringer er kvaliteten til skoleledelsen, kollegialt samarbeid og særlig lærerens arbeid (Roland, 1999, 2007; Roland & Vaaland, 2003). Kvaliteten kommer til uttrykk i forebygging, avdekking og intervensjon.

Det vises her særlig til myndig, autoritativ klasseledelse. Generell forebygging er imidlertid også gode rutiner i skolegården, korridorene og garderobene. Det er på disse arenaene mye av mobbingen foregår, og elevene må vite at de voksne følger nøye med.

Mobbingsfokusert forebygging betyr å ta problemet opp med elevene. Dette kan gjøres på mange måter: samtaler i klassen eller i grupper, rollespill, bruk av litteratur eller skriftlige oppgaver om mobbing. Elevsamtalene egner seg godt; her kan mobbing tas opp systematisk. I tillegg kan

foreldremøtene og de individuelle samtalene med foresatte benyttes. Både tradisjonell og digital mobbing bør drøftes. Når det gjelder digital mobbing, er det hensiktsmessig å opplyse hvor farlig slik mobbing er for dem som står bak mobbingen siden mye kan spores.

6.3 Hva er skjult mobbing?

Teksten er hentet fra Læringsmiljøsentret ved UiS som har hentet teksten fra heftet *Innblikk- Et sosialt-analytisk verktøy for å forebygge og avdekke skjult mobbing* skrevet av Tove Flack.

Skjult mobbing er minst like alvorlig som åpne mobbepormer, og skjult mobbing gir ofte store psykiske skadevirkninger for den som mobbes når det foregår over tid.

Det finnes altfor mange barn og unge som blir mobbet på skjulte måter i årevis, uten at de voksne ser det eller griper fatt i mobbingen på en god måte. Det er stor fare for å bagatellisere det som skjer og å misforstå situasjonen.

Skjult mobbing har et uttrykk som ofte virker u dramatisk og ufarlig for utenforstående, og derfor tror voksne gjerne at vanskene ligger hos den som blir utsatt for mobbingen. «Hun er jo så stille og forsagt», eller «han har jo en veldig spesiell væremåte».

Skjult mobbing kan ofte foregå over svært lang tid og for mange kan den medføre psykiske og sosiale vansker gjennom hele livet.

Når en elev utsettes for skjult mobbing er det en særlig stor utfordring å få tak i samspillet fordi aggresjonene som utøves ofte har et lite dramatisk uttrykk.

Fysiske voldshandlinger er synlige, og trakassering ved bruk av stygge ord er hørlig, men når noen plager medelever indirekte, er aggresjon fordekt. Indirekte mobbing består av mange ulike teknikker som varierer, men som har det til felles at de ikke har et tydelig aggressivt uttrykk slik som slag, spark og stygge bemerkninger.

Skjult mobbing starter ofte med baksnakking og ryktespredning om en person. Prosessen foregår ved at en elev begynner å snakke negativt om en annen elevs utseende, personlighet eller handlinger til andre. Det trenger ikke være slik at personen objektivt sett skiller seg ut fra andre, men når noe blir sagt lenge nok, har det en tendens til å sette seg som en sannhet.

6.4 Andre krenkelser

Kort sagt er krenkelser ord eller handlinger som gjør at en elev blir lei seg eller ikke har det bra. Krenkelser kan ha ulike former og foregå på ulike arenaer. De kan være *fysiske, verbale* eller *indirekte*. Det kan være alt fra enkeltstående ytringer eller handlinger til gjentatte episoder. Krenkelser omfatter, i tillegg til mobbing; vold, rasisme, trakassering og diskriminering. Det kan også 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.

Personalet må sammen, reflektere over **hvor og når** krenkelser kan forekomme, **hvem** som kan være utsatt for å bli krenket eller krenke, samt **hvordan** de som arbeider på skolen skal følge med. Skolen må videre våge å reflektere over de voksnes rolle, og vurdere risiko og sannsynlighet for at voksne kan krenke elever.

6.5 Elevens opplevelse

Uavhengig av definisjonene av mobbing og krenkelser, er det elevens opplevelse og den samlede vurderingen av skolemiljøet som er grunnlaget for at skolen skal ta saken på alvor. Alle elever og foreldre i skolene i Nord-Aurdal kommune skal oppleve at de blir lyttet til, tatt på alvor og får hjelp når noe oppleves vanskelig.

6.6 Nullmobbing.no

Nettstedet nullmobbing.no gir mye informasjon om mobbing og rettigheter for barn, unge og foreldre. Utdanningsdirektoratet står bak nullmobbing.no. Nettsiden gir veiledning knyttet til melding om mobbing, hvordan få hjelp, hva mobbing er, og råd til foreldre om mobbing.

7 FOREBYGGE MOBBING OG ANDRE KRENKELSER

Hovedkilde i dette kapitlet: Læringsmiljøsentret ved UiS; <https://www.uis.no/nb/laringsmiljosenteret/hvordan-kan-skoler-jobbe-med-forebygge-mobbing>

Forebyggende arbeid mot mobbing og andre krenkelser handler om arbeidet som gjøres for å minske risikoen for at mobbing og krenkelser skal skje. Sjansen for å lykkes er større om alle skolens medarbeidere, elever, foreldre, politikere og lokalsamfunn gjør en innsats *sammen og drar i samme retning*. Det vil samlet sett si det fremmede skolemiljøarbeidet.

Et godt læringsmiljø i klassen og på skolen forebygger mobbing til en viss grad. Dette gjelder både det sosiale miljøet, relasjoner og sosiale normer, og den delen av miljøet som knytter seg til læring av fag. MEN det er ikke tilstrekkelig for å hindre mobbing. Skolene våre må derfor arbeide systematisk og kontinuerlig for å forebygge, avdekke og stoppe mobbing!

7.1 Om opplæringsloven §§ 12-3, 12-4 og 12-5

Nulltoleranse	Kontinuerlig	Ansvar
Skolen har nulltoleranse mot krenkende oppførsel som mobbing, vold, diskriminering og trakassering	Skolen arbeider kontinuerlig og systematisk for å fremme inkludering, helse, trivsel, trygghet og læring for elevene	Rektor har ansvaret for at dette blir gjort



...Plikt til å sikre et trygt og godt psykososialt skolemiljø.
(Oppl.l. § 12-4)

Aktivitetsplikten er beskrevet i denne paragrafen, og denne gjelder for **ALLE** som arbeider eller utfører tjeneste på skolen. Den enkelte skole må grunnleggende **vurdere risiko og sannsynlighet** for at krenkelser som mobbing, vold, diskriminering og trakassering kan skje på skolen. Aktivitetsplikten skal sikre at skolene **handler raskt og riktig** når en elev ikke har det trygt og godt på skolen, at ingen voksne på skolen skal kunne snu seg vekk og si at de ikke vet, ser eller kjenner til at elever utsettes for mobbing eller andre former for krenkelser på skolen. Aktivitetsplikten skal videre sikre at **det skal nytte for barn og ungdom å si** fra dersom de ikke opplever skolemiljøet trygt og godt, og den skal ivareta involverte elevers **rett til å bli hørt**.

Aktivitetsplikten omfatter flere delplikter for skolen, som **plikt til å følge med, plikt til å gripe inn, plikt til å melde fra, plikt til å undersøke og plikt til å iverksette og evaluere tiltak** slik at eleven igjen får et trygt og godt skolemiljø. Det skal foreligge en skriftlig tiltaksplan og skolen skal dokumentere hva som blir gjort for å oppfylle aktivitetsplikten.

7.2 Elevens stemme- Hva skal til for å skape en mobbefri skole?

Læringsmiljøsentret ved UiS har bedt elever svare på hva som skal til for å skape en mobbefri skole. Svarene de fikk:

- God innsats både fra elever og lærere.
- Forhindre mobbing i 1-4.trinn, slik at ingen blir trigget til å mobbe selv.
- De eldste elevene deltar i vaktordninger der de eldste elevene (to og to) passer på i skolegården til de yngste elevene.
- Mobbing med blikk er vanlig. Hvis voksne oppdager dette, vil det gjøre en stor forskjell. Det er mest jenter som mobber. Voksne må se og høre bedre og fange opp mobbing med blikk.
- Lærerne må sette seg inn i dette med mobbing og se det fra elevenes perspektiv, se hvordan eleven har det.
- Sørge for at alle har lekekamerater, og ikke være slem mot andre.
- Voksne må høre/tro på elevene og handle når elever eller andre sier fra om mobbing. Det som det varsles om, må tas skikkelig opp, ikke bare si at nå må det stoppe.
- Voksne må være gode forbilder, for barn ser opp til voksne.
- Voksne må ser bedre etter, følge bedre med.
- Mobberne må få hjelp til å skjønne at det er galt å mobbe andre. Voksne/eksperter må snakke med mobberne om hvordan det er å være seg selv og om hvordan DE har det. De må få hjelp både fysisk og psykisk.

Tidsskriftet *Hjem og skole* refererte i nr.2/2019 til **elevenes 10 tips til bedre friminutt**. Tidsskriftet refererte organisasjonen Redd barna sin undersøkelse hos elever på mellomtrinnet:

- Sikre at det er nok voksne ute på inspeksjon.
- Vær oppmerksom, snakk og lek med elevene.
- Gå rundt og ikke stå på samme sted hele friminuttet.
- Bli bedre kjent med barn som går mye alene.
- Bry deg mer, og ikke gripe inn for sent i konflikter og mobbing elevene imellom.
- Ikke bagatelliser det vi forteller deg.
- Ikke aksepter stygge kommentarer og baksnakking i skolegården. Fokuser på positiv språkbruk mellom elevene.
- Ha flere lekeområder ute som er tilpasset de eldre elevene.
- Trivselsledere og gode fadderordninger bidrar til bedre friminutt.
- Legg gjerne opp til flere friminutt i løpet av skoledagen, så får vi energi til skoletimene.

Elevene på NABS har svart på spørsmål knyttet til forebyggende skolemiljø. Hver klasse har gitt sitt bidrag til elevrådet, og så har elevrådet gjennomgått og sammenfattet innspillene sammen med inspektør;

Hva kan jeg gjøre for klassen/ klassemiljøet og skolemiljøet?	Være positiv og engasjert. Si hei til andre, rose andre når de gjør noe bra og fint. Spørre om andre vil være med i lek, inkludere alle, ikke bare bestevennene. Passe på at alle har noen å være med. Leke leker som alle kan være med på, la alle få bestemme. Lytt til hverandre, snakke etter tur, være stille når andre snakker.
--	--

	<p>Sørge for arbeidsro i timene, rekke opp hånda.</p> <p>Vise ansvar ved å gjøre det som forventes og følge skolens regler.</p> <p>Vise omsorg ved å inkludere alle, bry seg, hjelpe og trøste andre som trenger det.</p> <p>Vise respekt ved å stoppe når noen sier stopp og respekt for andres og skolens eiendeler.</p> <p>Ikke mobbe og baksnakke, ikke slå, sparke og gjøre andre vondt.</p> <p>Gi hverandre klemmer.</p>
Hva kan jeg gjøre til og fra skolen/ på skoleveg?	<p>Si hei, smile til andre, være hyggelig.</p> <p>Holde armer og bein for seg selv, la andres ting være i fred.</p> <p>Følge hverandre, spørre om å gå sammen eller sitte sammen på bussen. Gi plass på bussen til de som kommer på.</p> <p>Ta hensyn til andre barn, særlig de som er mindre enn deg.</p> <p>Hjelpe andre.</p> <p>Være med de som ofte sitter alene.</p> <p>Respektere bussjåføren, bruke setebelte, respektere regler på bussen.</p> <p>Si «takk for skyssen» til bussjåføren.</p> <p>Følge trafikkregler.</p> <p>Si ifra til voksne dersom vi ser noen som ikke har det bra.</p>
Hva kan jeg gjøre på fritida? (som påvirker skolehverdagen)	<p>Invitere andre med hjem, også dem jeg ikke kjenner så godt.</p> <p>Snakke med dem som ikke har så mange venner.</p> <p>Leke sammen.</p> <p>Rydde opp i krangler.</p> <p>Få nok søvn og mat.</p> <p>Lage gode rutiner, også for lekser.</p> <p>Si fine ting til andre, skryte av hverandre og det vi gjør.</p> <p>Passe på at det ikke er noen som aldri blir bedt i bursdag eller med i aktiviteter.</p> <p>Snakke positivt om skolen.</p> <p>Stoppe ting som ikke er bra.</p>
Hva kan jeg gjøre på nett (sosiale medier/digitale plattformer)?	<p>Sende fine meldinger, spre positivitet.</p> <p>Være inkluderende.</p> <p>Ikke mobbe, baksnakke eller utestenge.</p> <p>Vise omsorg for noen som har det vanskelig hjemme eller blir utsatt for erting og mobbing.</p> <p>Ikke skrive noe du ikke tør å si. Vær mot andre som du vil at de skal være mot deg.</p> <p>Tenk-trykk-send.</p> <p>Si ifra hvis man ser noe som ikke er bra. Ikke blande seg inn i andres krangler.</p> <p>Sette grenser for skjermtid.</p> <p>Ikke legge ut bilder og videoer av andre.</p> <p>Bli enige om å følge aldersgrenser på film og spill.</p>

7.3 Foreldrenes stemme

NABS hadde høsten 2019 drøftinger på foreldremøter på skolen rundt følgende spørsmål: *Hva kan jeg som forelder gjøre for at mitt og andres barn skal ha et inkluderende fellesskap og trives på skolen, på fritida og på nett?*

Foreldrenes innspill er fra skolens side oppsummert slik:

<p>For klassen/ klassemiljøet og skolemiljøet</p>	<p>Vise gode holdninger, være gode rollemodeller: Språkbruk, inkludering, snakke positivt om andre (skolen, lærere, elever og foreldre). Arrangere og delta på sosiale sammenkomster, barn og voksne. Minst to pr. år Be med barnas venner hjem. Be alle/alle guttene/jentene i bursdager. Inkludere alle. Ha dialog med andre foreldre, skape åpenhet for å ta opp også vanskelige ting. Snakke med barna om hva som foregår på skolen. Ta kontakt med skolen dersom det skjer ting som ikke er greit. Følge opp lekser. Lære seg navn på elever og foreldre.</p>
<p>Til og fra skolen/på skoleveg</p>	<p>Snakke med barna om hva som er greit og ikke, også om trafikksikkerhet (setebelte, hjelmbbruk, trafikkregler og refleks). Lære barna å vise omsorg for andre selv om det ikke er voksne til stede. Snakke om at reglene på skolen også gjelder for skoleveien. Overholde trafikkregler. Oppfordre ungene til å snakke med foreldrene om vanskelige hendelser. Arrangere gå-grupper, være til stede på bussholdeplasser. Snakke med andre foreldre om ting som skjer. Ha oversikt over andre barn som bruker samme skoleveg.</p>
<p>På fritids- arenaer (som påvirker skole- hverdagen)</p>	<p>Hilse på andre barn og foreldre. Heie på og framsnakke alle barn og voksne. Hjelp hverandre med å kjøre til og fra aktiviteter. Hjelp barna til å skape relasjoner og akseptere at alle er forskjellige. Åpent hjem, rom for alle. Vise engasjement for barnas fritidsaktiviteter og delta hvis en kan. Ta kontakt med de du kjenner og ikke kjenner. Delta på dugnader for å bli kjent med andre foreldre. Aldri tolerere nedsettende prat.</p>
<p>Sosiale medier/ digitale plattformer</p>	<p>Respektere aldersgrenser. Snakke med barn og andre foreldre om hva som er greit og ikke, om grenser, om tidsbruk. Være lojal mot felles avtaler. Veilede elevene i nettvett og språkbruk på nett. Vise interesse og følge med på hva barna ser på/holder på med. Ha innsyn i barnas plattformer. Ikke poste bilder av andre barn eller av andre foreldre uten samtykke. Ikke skrive negative kommentarer på sosiale medier. Begrense hvor mye tid vi selv bruker på telefon mens barna er hjemme/våken. Ha nulltoleranse for negative ting som eget og andres barn er involvert i.</p>

7.4 Profesjonelle voksne som kan oppdage mobbing

I det forebyggende arbeidet er det nødvendig å etablere en felles forståelse av mobbing og krenkelser hos de profesjonelle voksne. De profesjonelle voksne må *være kjent med hva mobbing og andre krenkelser er*, med *sine plikter* etter regelverket og *skolens rutiner*. De må få *trening i å følge med* på risikofaktorer i skolemiljøet og på barn og unge som er særlig sårbare. I tillegg må de *kjenne igjen tegn* på mobbing, krenkelser og ekskludering. For å kunne oppdage det, *må de være til stede* i barn og unges lek og samhandling. **Alle voksne må også vite hva som skal gjøres, og faktisk gjøre det, for å forebygge, avdekke og håndtere mobbing og andre krenkelser.**

Hvordan skolen arbeider for å sikre den profesjonelle voksne som kan forebygge mobbing og krenkelser, skal være synlig i skolens plan (se under) og årshjul.

Alle medarbeidere må sammen reflektere over/kartlegge egen skole:

- **Hvor** kan krenkelser forekomme (f.eks. utforming av skolebygg, uteområder og skolevei, skolegård, korridorer, toaletter, garderobes, gymsal, SFO, leksehjelp, skolebuss, på nett/sosiale medier) -> tryggingstiltak settes evt. inn for å minimere risiko etter kartlegging
- **Når** kan krenkelser forekomme (ulike aktiviteter og situasjoner, spesielle tidspunkt, arrangementer, fag, overgangssituasjoner el.l.) -> evt. tryggingstiltak som ekstra tilsyn
- **Hvem** som kan være utsatt for å bli krenket eller krenke (identitetsbasert/gruppebasert mobbing knyttet mot f.eks. funksjonsevne eller etnisitet, religion, kjønn, seksuell orientering, kjønnsidentitet osv.) -> tiltak som reduserer fordommer generelt og trygger aktuelle elever spesielt). SKOLEN SKAL GI Plass TIL ALLE, UAVHENGIG AV ROBUSTHET/SÅRBARHET eller HVEM ELEVEN ER)
- **Hvordan** de som arbeider på skolen skal følge med

Skolen skal sammen reflektere over de voksnes rolle, og vurdere **risiko og sannsynlighet for at voksne kan krenke elever.**

Plikt til å følge med

Krenkelser og mobbing kan være vanskelig å oppdage. Det er sjelden at voksne ser mobbing utspille seg tydelig, og vi kan ikke basere oss på at barn og unge selv skal ta kontakt med voksne for å fortelle om mobbing.

Å ha gode verktøy og rutiner for kartlegging gjennom klassemiljøundersøkelser (f. eks [Spekter](#)), elevsamtaler og observasjon, er derfor en sentral del av det forebyggende arbeidet.

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

Voksne som ser, spør og bryr seg, har større sjanse for å finne ut om noe er galt.

Lowverket har en bestemmelse om skjerpet aktivitetsplikt dersom voksne krenker elever. Alle må være åpne for at dette kan forekomme, og dersom en som arbeider ved skolen, får mistanke til at en annen som arbeider ved skolen, krenker en elev, skal vedkommende straks melde fra til rektor.

Barna selv må kjenne igjen mobbing

En viktig del av det forebyggende arbeidet handler om å *bevisstgjøre barn og unge* på mobbing og krenkelser. De skal vite hva mobbing og andre krenkelser er, at de har *rett til* å ha det trygt og godt på skolen og at de har *rett til å bli hørt og tatt på alvor* når de ikke har det bra. Dette skal bidra til å gjøre det trygt å si ifra.

Barn og unge i skolene i Nord-Aurdal *skal få informasjon* om hva mobbing og andre krenkelser kan gjøre med barn, samt *hva de skal gjøre* når de ser noen bli krenket eller mobbet. Mange elever som har blitt mobbet, synes det at ingen stopper det som skjer, eller at andre ler og støtter mobbingen, er verre enn overgrepet selv. Mobbing fungerer ikke like godt 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 kunnskap og mot til å være uenige og til å hjelpe andre.

Å forebygge digital mobbing

Ved forebygging av digital mobbing og krenkelser er det spesielt viktig å utvikle barn og unges *dømmekraft*. De må *få kunnskap* om eget og andres personvern, hvordan digitale plattformer, teknologi og tjenester fungerer, hvordan de kan brukes og hvilke konsekvenser de kan få. Barn og unge må *bli bevisst* sin tilstedeværelse på nettet og få kunnskap om hva de kan gjøre for å stoppe digital mobbing (f. eks si ifra eller hjelpe andre dersom de er vitne til mobbing på nett, ikke svare på meldinger som er sendt for å såre) og *hvor de kan henvende seg* (f. eks dokumentere mobbingen, politianmelde, blokkere avsendere, ikke dele passord).

Skolen *må gi foreldre god innsikt* i hva elevene får av kunnskap og ferdigheter innen digital dømmekraft. Dette er en forutsetning for at elever og foreldre også kan ha gode samtaler om hvordan man kommuniserer på nettet.

7.5 Lagspill med hjem og lokalsamfunn

Sosialt kompetente barn klarer både å få venner og å beholde venner. Disse barna klarer også å løse konflikter de blir en del av. De ser konsekvensene av sine handlinger og de tar lettere ansvar for eget bidrag til konflikter. Disse barna har en «sosial verktøykasse» de kan bruke når de er sammen med andre barn. Hjemmet er et viktig sted for barna å lære sosial kompetanse. Foreldre blir viktige rollemodeller for barna. Utviklingen av sosial kompetanse starter tidlig og utvikles over tid i nært samspill med foreldre og andre barn.

Foreldre/foresattes rolle i forebygging mot mobbing er derfor sentral. Konstruktivt samarbeid mellom hjem og skole vil i seg selv være forebyggende, og dialog om verdier, holdninger og handlingsmønstre ved mistanke om krenkelser, vil lage gode sikkerhetsnett mot krenkelser i barne- og ungdomsflokkene i kommunen.

En konstruktiv, dialogbasert og verdig kontakt mellom politikere og lokalsamfunn vil også vise veg i det helhetlige og samla forebyggende arbeidet mot krenkelser.

Når foreldre snakker positivt om andre, hjelper det barnet til å utvikle sosiale ferdigheter.

Foresatte kan tenke ut fra samme mønster som aktivitetsplikten i opplæringsloven beskriver:

- **Følge med på/vise interesse for/undersøke** hva som skjer i vennegjengen, til og fra skolen, på telefon og i sosiale medier
- Forsøke å **hjelpe til og støtte (gripe inn) ved** mistanke om krenkelser. Dette gjelder både egne og andres barn
- **Drøfte med, og melde fra** til andre aktuelle foreldre eller skole ved mistanke om krenkelser

Et lokalsamfunn som tilbyr et bredt utvalg av fritidstilbud, vil være et sterkt forebyggende tiltak mot negative og krenkende handlinger. Dette vil gi mulighet for sosiale møteplasser og aktiviteter der ulike interesser og talenter kan utvikles.

Aktivt forebyggende vil det også være å sette søkelys på at **inkludering** er et samlet og felles ansvar for **alle som bor og lever i kommunen**. Et målrettet og tverrfaglig arbeid med inkludering som omfatter både innbyggere/privatpersoner, frivillighet, næringsliv, politikk og kommune, vil trolig kunne gi gode forebyggende effekter mot krenkelser og mobbing.

Foreldre, politikere og andre lokale aktører kan med andre ord bidra positivt til å redusere mobbing ved å være gode rollemodeller!

7.6 Vurdering av barnets beste

Det er tatt inn i ny opplæringslov (01.08.24) at elevens beste skal være et grunnleggende hensyn ved handlinger og avgjørelser som gjelder eleven. Dette må ses i sammenheng med reglene i Grunnloven § 104 andre ledd og barnekonvensjonen artikkel 3. Elevens beste er beskrevet i ny oppl.l. § 10-1. Det betyr at en vurdering av elevens beste også gjøres i saker ved NABS og NAUS.

7.7 Vedlegg 1 om fremmende og forebyggende innsats NABS og NAUS

Det er et eget vedlegg til denne planen, vedlegg 1, som beskriver konkret og detaljert det fremmende arbeidet med skolemiljø og den forebyggende innsatsen mot mobbing. I vedlegget beskrives den skoleomfattende innsatsen på NABS og NAUS, og et årshjul for hver skole beskriver innsatsen på gruppenivå ved hver skole.

8 HÅNDTERE MOBBING OG ANDRE KRENKELSER

8.1 Aktivitetsplikt



Alle som arbeider på skolen, skal følge med på korleis elevane har det, og om mogeleg gripe inn dersom nokon krenkjer ein elev. Aktivitetsplikten omhandler også melde- og undersøkelsesplikt, tiltaks- og dokumentasjonsplikt. (Opplæringsloven § 12-4.)

Aktivitetsplikten skal sikre at skolen handler raskt og riktig når en elev ikke har det trygt og godt på skolen. Aktivitetsplikten utløses dersom en elev ikke har det trygt og godt på skolen, uavhengig av årsak. At en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø kan skyldes forhold som ligger utenfor skolen, men som likevel påvirker hvordan eleven har det der. Da gjelder aktivitetsplikten.

Aktivitetsplikten gjelder alle som arbeider på skolen eller som regelmessig oppholder seg på skolen og eller utførere arbeid eller tjenester der de er i kontakt med/observerer elever.

Aktivitetsplikten har fem delplikter:

1. Plikt til å følge med
2. Plikt til å gripe inn
3. Plikt til å melde fra
4. Plikt til å undersøke
5. Plikt til å iverksette tiltak og evaluere

Skolene i Nord-Aurdal kommune har utarbeida en plakat som definerer aktivitetsplikten med de ulike delpliktene. Denne henger rundt på ulike plasser på både NABS og NAUS.

Plikt til å gripe inn, melde fra og undersøke

Aktivitetsplikten gjelder for alle ansatte og inntreer når en ansatt får mistanke eller kunnskap om at en elev blir utsatt for krenkende ord eller handlinger. Aktivitetsplikten inntreer også om den ansatte er i tvil. Den ansatte skal:

- Ta mistanken på alvor
- Gripe inn og stoppe atferden med en gang og snarest mulig undersøke saken
- Melde fra til rektor

8.2 Avdekke



Alle som arbeider på skolen, skal melde frå til rektor dersom dei får mistanke om eller kjennskap til at ein elev ikkje har eit trygt og godt skolemiljø. Det gjeld også når ein elev seier sjølv at ho eller han ikkje har det trygt eller godt. Skolen skal snarast undersøkje saka. (Opplæringsloven § 12-4)

Det skal være en svært lav terskel for å undersøke en mistanke om krenkelser og mobbing. Ikke vent til mistanken ha bygget seg opp over tid som en følelse av at noe er galt, eller på at det skal være mange små eller store hendelser før du griper inn og melder fra.

Barn og unge kan vegre seg for å si sannheten og kan bagatellisere eller avdramatisere omfanget av ulike grunner.

Alle ansatte skal melde fra til rektor dersom de mistenker at en elev opplever krenkende ord eller handlinger. Selv om situasjonen kan løses innenfor klassen, skal den meldes videre til rektor.

Henvendelser fra elever og foreldre skal tas på alvor

Retten til et trygt og godt skolemiljø er en individuell rettighet som er basert på elevens opplevelse. Det er den enkelte elevs egen opplevelse av skolemiljøet som danner utgangspunktet for skolens håndtering av opplæringsloven § 12-4. 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 skolemiljøet ikke er godt nok og ber om at skolen gjør noe for å bedre det. Dersom skolen er i tvil om foreldrene ber om tiltak, skal de spørre direkte: *Ønsker du/dere at vi skal sette inn tiltak?*

Foreldre tar kontakt med skolen fordi de er bekymret for sitt barns helse, trivsel eller trygghet, og de 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 skolemiljøet. Rektor skal ta ansatte, elever og foreldre som melder fra, på alvor, og har plikt til snarest å undersøke det som har skjedd.

I avdekkingsarbeidet skal skolen sikre at elevens opplevelse kommer fram og at tiltak settes i gang så raskt som mulig. Det er viktig at eleven og foreldrene får en skriftlig melding om at avdekkingsarbeidet er iverksatt og at de blir holdt orientert om hva som vil skje fremover. Prosessen dokumenteres underveis, i tråd med forvaltningslovens føringer og skolens/kommunens rutine for håndtering av krenkelser. Dokumentasjon arkiveres i elevens digitale mappe på skolen.

Verktøy for systematisk avdekking

Krenkelser og mobbing foregår ofte 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 arbeide systematisk for å kartlegge og avdekke hva som egentlig skjer mellom elevene.

Skolen skal ha et bevisst og profesjonelt forhold til avdekking. Avdekkingsarbeidet kan gjøres på flere måter. Gjennom klassemiljøundersøkelser, 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, jf. kommunens/skolens rutine.

Oversikt verktøy for systematisk avdekking:

<i>Klassemiljøundersøkelse</i>
<p>I en klassemiljøundersøkelse kan vi 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.</p> <p>Å observere stress og blikk blant elever kan også gi grunnlag for videre kartlegging. F.eks. Spekter kan brukes i dette arbeidet. Denne egner seg godt for å få informasjon om det som kan være vanskelig å observere for læreren. Klassemiljøundersøkelsene kan gjøres digitalt med verktøy som for eksempel Klassetrivsel.no.</p> <p>Svar i undersøkelsene 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.</p>
<i>Elevsamtaler</i>
<p>Skolene i Nord-Aurdal har elevsamtaler med jevne mellomrom (minst to ganger i året). En elevsamtale med formål om å avdekke krenkelser eller mobbing, trenger ikke å være like omfattende som en ordinær elevsamtale. 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 klassemiljøundersøkelser (se over) som brukes ved skolen, kan også brukes i elevsamtalene.</p>
<i>Systematiske observasjoner</i>
<p>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.</p>

Systematisk observasjon handler om planmessig å observere med ører og øyne hva som foregår i en elevgruppe. Det dreier seg om å få tak i og skrive ned hvordan elevene snakker til og om hverandre, hvilke signaler de gir hverandre og hvordan de samhandler med hverandre på godt og vondt. Gjennom observasjoner kan man fange opp mønster i samhandling som man ellers ikke ser så godt (Flack, 2010).

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 å sette sammen informasjonen som allerede fins og stille spørsmål rundt dette. Spørreordet «*hvorfor*» er viktig, for eksempel: *Hvorfor er Ola alltid hund når de leker rollelek?*

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 iaktatt, 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.

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 Compilo, og rektor skal parallelt melde fra til sin kommunalsjef.

8.3 Stoppe og håndtere



.... og rette opp situasjonen med egne tiltak ... skolen skal lage ein skriftleg plan for tiltaka ... (Opplæringsloven §12-4.)

Krenkelser og mobbing må møtes med kraftfulle tiltak og omfattende virkemidler etter at saken er undersøkt. 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, samt lokale rutiner for arbeidet.

Plikt til å sette inn tiltak

Opplæringsloven gir elevene rett til et trygt og godt skolemiljø, samt til å få gjenopprettet det gode skolemiljøet dersom retten ikke er oppfylt. Saker knyttet til skolemiljøet skal behandles raskt og prioriteres høyt av rektor. Når saken er undersøkt, skal skolen lage en skriftlig plan for arbeidet, jf. rutiner for oppfyllelse av delpliktene i aktivitetsplikten.

Aktivitetsplanen skal vise:

- hvilke problemer tiltakene skal løse
- hvilke tiltak skolen har planlagt
- når tiltakene skal gjennomføres
- hvem som skal gjennomføre tiltakene
- når tiltakene skal evalueres



...Ved handlingar og avgjerder som vedkjem eleven, skal kva som er best for eleven, vera eit grunnleggjande omsyn. (Opplæringsloven § 10-1).

Elevane har rett til medverknad i alt som gjeld dei sjølve etter denne lova, og har rett til å ytre meiningane sine fritt. Elevane skal bli høyrde, og det skal leggjast vekt på meiningane deira etter alder og modning. (Opplæringsloven § 10-2.)

Tiltakene skal være til barnets beste

Tiltakene som settes inn skal være til barnets beste. De må være lovlige, gjennomtenkte, tilpassede og målrettede, slik at man stopper det som påvirker opplevelsen og får gjenopprettet et trygt og godt skolemiljø. Tiltakene skal settes inn både overfor den som krenker og den som blir krenket. Det kan også være systemtiltak som er nødvendig å sette i verk.

Tiltakene skal utarbeides i samråd med eleven selv og elevens foreldre. I tiltaksplanen/aktivitetsplanen skal det komme tydelig fram at eleven er hørt 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, etter en faglig og konkret vurdering, avgjøre hvilke tiltak som vil sikre at elevens rett til et trygt og godt skolemiljø oppfylles.

Skolen, eleven og foreldrene må bli enige om hvor lang tid tiltakene skal prøves ut, før de evaluerer situasjonen. Det skal settes en dato for evaluering av tiltakene. Skolen må dokumentere hva som blir gjort for å oppfylle aktivitetsplikten og skal bruke Nord-Aurdal kommunes mal i dette arbeidet. Sørg for at aktivitetsplanen arkiveres i elevmappe.

Utforming av tiltak

Å stoppe krenkelser og mobbing i skolen er en intervensjon, som ofte 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 kan utformes på ulike nivåer. Svært ofte vil det iverksettes tiltak både overfor de sentrale aktørene og hele elevgruppen samtidig.

1. **Tiltak på individnivå** er tiltak som er knyttet til det enkelte barnets behov i den situasjonen det er i. Individuelle tiltak kan være daglige/jevnlige samtaler, observasjon, voksen tilstedeværelse eller økt kontakt med hjemmet.

-
2. **Tiltak på gruppenivå** kan være at elevgruppen har et særskilt fokus over en periode, hensiktsmessig plassering i klasserommet, etablering av lekegrupper, å skape arenaer for hyggelige opplevelser i små grupper, trening av sosial kompetanse, voksen tilstedeværelse i overgangssituasjoner eller tydelige strukturer i klasserommet.
 3. **Tiltak på systemnivå** kan være etablering av nye regler, omorganisering av skoledagen, økt voksentetthet, økt/endret inspeksjon eller holdningsforebyggende arbeid. Tiltak trenger ikke å hjemles i skolereglene, men sanksjoner må være i tråd med skolereglene. 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 tiltak ved én enkelt krenkelse. Mobbing handler om en snuoperasjon der skolen skal ta tilbake makten fra elevene som står bak mobbingen eller endre omliggende faktorer som ligger til grunn for utryggheten. 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.

- Skolene har skolemiljøteam som arbeider med skolemiljøsakene
- Rektor utnevner en i teamet som er ansvarlig for framdrift og følger opp at skolens rutiner for arbeidet etterleves

Tiltak overfor den som mobber

- Gjennomfør samtale med den/de som mobber i en bevisst rekkefølge og uten at de får samkjørt seg. Gjennomføres på en tydelig og respektfull måte. Hensikten med samtalen er å formidle at atferden må stoppes.
- De som mobber, må følges opp. Det kan være vanskelig for den som mobber 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 han/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 den som mobber og dennes foreldre.

Det er viktig å være klar over at svært mange barn og unge som mobber har opplevd å bli mobbet selv. De voksne rundt den som mobber må forsøke å forstå hva som ligger bak mobbehandlingene og gi emosjonell støtte i arbeidet med å endre atferd.

Tiltak overfor den som blir mobbet

Den som blir utsatt for mobbing skal følges opp. 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 selvhevdelse, 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 re-traumatiseringer (*Tharaldsen, K. B., 2017*).

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

I noen tilfeller vil det være slik at skolen ikke kan se at det foregår krenkelser eller mobbing, men at eleven likevel opplever at han/hun ikke har det bra. I slike situasjoner har eleven fortsatt krav på at det settes inn tiltak rettet mot eleven, eller generelle tiltak for å bedre klasse- eller skolemiljøet.

Når foreldre ikke vil ha tiltak

I noen tilfeller kan det hende at foreldre eller elever sier at skolen ikke skal gjøre noe. Aktivitetsplikten gir skolen en plikt til å handle når de har fått kjennskap til at en elev ikke har det bra, også når foreldrene eller elevene selv ikke vil at skolen skal gjøre noe.

8.4 Sanksjoner

Negative ord og handlinger mot andre skal stoppes og det må settes i verk tiltak for å få til dette. Dersom tiltak skal ha effekt, er det viktig at reaksjonene/sanksjonene for negativ atferd er tydelige, og har trinn for ulike alvorlighetsgrader. Reaksjonene/sanksjonene må være kjent for de elevene det gjelder og deres foreldre, og eleven må forstå hvorfor en sanksjon settes i verk. Sanksjonene skal hjemles i skolens skoleregler og tilpasses situasjonen og eleven.

Skolen må dokumentere bruk av sanksjoner. Dersom sanksjonen er inngripende, skal det fattes enkeltvedtak. Se ellers mer om skolereglene og sanksjoner/tiltak i *Forskrift om skoleregler for elevene ved NABS og NAUS*.

8.5 Følge opp

Elever som har blitt utsatt, eller som selv har utsatt andre for mobbing, 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 evalueringen, skal skolen utforme nye tiltak i aktivitetsplanen. 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 den som har blitt utsatt for mobbing, 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 den som har mobbet 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, skolehelsehelseteam, barnevernstjenesten, politiet eller konfliktrådet.

8.6 Statsforvalterens håndhevingsordning i enkeltsaker

Dersom en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø, kan eleven eller foreldrene melde saken til Statsforvalteren etter at saken er tatt opp med rektor. Statsforvalteren avgjør om plikten til å rette opp situasjonen med egnede tiltak etter oppl.I. § 12-4 andre ledd og plikt til å lage en skriftlig plan etter tredje ledd i samme paragraf, er oppfylt.

8.7 Nettressurs Utdanningsdirektoratet

Utdanningsdirektoratet har utviklet en [nettressurs](#) for skoler med eksempler på egnede tiltak i skolemiljø saker.

8.8 Vedlegg 2 om rutine for oppfyllelse av aktivitetsplikten

Vedlegg 2 til planen (herværende dokument) angir hvordan skolene skal oppfylle delpliktene i aktivitetsplikten (rutine) etter oppl.l. § 12-4.

9 VEDLEGG

Vedlegg 1. Fremmende og forebyggende tiltak skolemiljø- årshjul NABS og NAUS. Eget dokument.

Vedlegg 2. Rutine for oppfyllelse av delpliktene i aktivitetsplikten, jf. oppl.l. § 12-4. Eget dokument.

Adresse: Nord-Aurdal kommune,
Boks 143, 2901 Fagernes.
Mail: nak@nord-aurdal.kommune.no
Tlf.: 61 35 90 00



Foto: Katrine Kammerud