



Oslo kommune
Utdanningsetaten
LOFSRUD SKOLE

Et trygt og godt skolemiljø



Handlingsplan mot krenkelser som
mobbing, vold, diskriminering og
trakassering.

MÅL:

Alle elever skal oppleve et trygt og godt skolemiljø preget av respekt, toleranse, likeverd og inkludering, fritt for krenkelser og mobbing

Opplæringsloven § 9A-1

Kapitlet her gjelder for elever i grunnskolen og den vidaregåande skolen. Kapitlet gjelder òg for elever som deltek i leksehjelpsordningar og i skolefritidsordningar, med unntak av §§9 A-10 og 9 A-11

Opplæringsloven § 9A-2

Alle elever har rett til eit trygt og godt skolemiljø som fremjar helse, trivsel og læring.

Opplæringsloven § 9A-3

Skolen skal ha nulltoleranse mot krenking som mobbing, vald, diskriminering og trakassering. Skolen skal arbeide kontinuerlig og systematisk for å fremje helsa, miljøet og tryggleiken til elevane, slik at krava i eller i medhald av kapitlet blir oppfylte. Rektor har ansvaret for at dette blir gjort.

Hva er krenkelse som mobbing, vold, diskriminering og trakassering?

Med krenkelse forstår vi en person som føler seg utsatt for negative handlinger og/ eller atferd fra en eller flere personer. Negative handlinger og/ eller atferd kan være:

- utestenging
- blikk
- taushet
- grimaser
- sukk, fakter
- baksnakking, ryktespredning
- utfrysing
- bruk av nedsettende ord, hån
- trusler
- bruk av vold, spyting, slag, spark
- spenning av ben
- fastholding
- mm.

Dette gjelder også når det blir sagt/gjort på "tull".

Digital krenkelse.

Krenkelse på internett og gjennom mobiltelefoner er annerledes enn ansikt til ansikt. Slik krenkelse kan skje til alle døgnets tider, og kan foregå på sosiale medier som Facebook, Instagram, Snapchat, Ask og lignende.

All krenkelse er utfordrende å verne seg mot. Krenkelsen kan få større omfang ved at den kan bli spredd til en stor gruppe av mottakere og være vanskelig å stoppe. Mange elever som er utsatte for psykisk og/ eller fysisk vold, atferd (krenkelse) på skolen, er også utsatt for digital krenkelse.

Vårt arbeid mot krenkelser:

1. Forebyggende arbeid
2. Prosedyrer for å avdekke krenkelser, herunder varsling
3. Tiltak når krenkelser avdekkes
4. Videre oppfølging

1. Forebyggende arbeid mot krenkelser

Arbeidet med å skape god trivsel, et godt arbeidsmiljø og motarbeide krenkelser, er et kontinuerlig arbeid. Alle skolens ansatte må alltid ha dette som fokus.

SKOLENIVÅ Ansvar: skolens ledelse	• Gode varslingsrutiner • Gode inspeksjonsrutiner • Felles regler, lojalitet • Elevundersøkelsen, alle trinn • Krenkelser og skolemiljø som fast tema i elevrådet • Krenkelser som tema på foreldremøter og i FAU • Digital krenkelse, tema på 8. trinns foreldremøte høst • Skolen har regler for bruk av mobiltelefon og internett • Målbevisst arbeid for å lære elevene god nettbruk. • Samarbeid med foresatte, politi og andre for å avdekke og løse digitale krenkelser • Årlig gjennomgang og ev revisjon av handlingsplan mot krenkelser • Årlig oppdatering av personalet om nye nettarenaer for ungdom • Politiet delta foreldremøte 9. trinn ang. strafferettslighet
KLASSENIVÅ Ansvar: kontaktlærer faglærer medlærer assistent andre voksne	• Gode varslingsrutiner • Gode relasjoner lærer – klasse/grupper • Tydelig og forutsigbar klasseledelse • Hva er ønsket og hva er uønsket atferd? • God start på høsten med bevisst jobbing med læringsmiljøet og det sosiale miljøet • Klassen lager klasseregler; ordens- og trivselsregler • Bevisstgjøring i f.h.t. krenkelser, ulike roller, tilskuerrollen • Elevene må få tydelig ansvar for miljøet i klassen • Brukerundersøkelser m/kartlegging av klassens sosiale miljø (Vedlegg 1, 2) én gang pr semester 9. og 10., hyppig ved oppstart 8. trinn • Større brukerundersøkelse alle klasser des. og mai (vedlegg 3) m/påfølgende tiltaksplan pr klasse. • Gode fellesopplevelser og trivselstiltak • Krenkelser på nett – fast opplegg 8., 9. 10. trinn • Litteratur/filmer til samtale: 8. trinn – <i>Dem sparker deg i sjela også</i> (DVD 28 min) m/samtale 9. trinn – <i>Bully</i> (DVD 94 min) m/samtale 10. trinn – <i>Lærer Bjørndals metode</i> (vedlegg 4) m/samtale
INDIVIDNIVÅ Ansvar: alle ansatte, voksne, elever, foreldre/fore- satte	• Gode relasjoner lærer - elev • Elevsamtaler der trivsel er sentralt • Positiv forsterking av ønsket atferd • Utviklingssamtaler der trivsel er sentralt • Klasse-, trinn-, sos.ped.møter, ressursteam • Tilbud om oppfølging av helsesøster

Noen varselsignaler ved mistanke om krenkelser:

(Fra heftet "Mobbing blant barn og unge", Dan Olweus og Cecilia Solberg + eget)

Når ungdommen:

- kommer hjem med istykkerrevne eller skitne/våte klær, ødelagte bøker eller har "mistet" ting uten å kunne gjøre skikkelig rede for hva som har skjedd
- har blåmerker, skader, kutt og skrammer uten noen troverdig forklaring på hvordan det er oppstått
- ikke tar skolekamerater med seg hjem og sjelden er sammen med andre elever etter skoletid
- virker redd for eller har motvilje mot å gå på skolen om morgenen
- velger en "ulogisk" vei til og fra skolen
- mister interessen for skolen og får dårlige karakterer
- virker ulykkelig, nedfor, deprimert eller har humørsvingninger med plutselige utbrudd av irritasjon og sinne
- har ofte dårlig appetitt, hodepine eller vondt i magen
- har urolig nattesøvn med mareritt, gråter kanskje i søvne
- stjeler eller ber om ekstra penger fra familien (for å blidgjøre mobberne)
- kommer regelmessig litt for sent for å slippe å møte de andre elevene
- aldri er med på sosiale tiltak som turer, ekskursjoner mm
- går mye alene
- stadig blir observert i friminutt med "sosialt sterkere" elever, som ber om å få låne penger

2. Prosedyrer for å avdekke krenkelser

Mobbingen er kompleks, og den er designet for ikke å bli oppdaget. (Kari Myklebust)

- **Varsling**

Varsel fra eller om en elev eller ansatt på skolen skal umiddelbart sendes rektor (jfr §9 A-4, Aktivitetsplikten).

- Alle som arbeider på skolen skal følge med på om elevene har et trygt og godt skolemiljø, og gripe inn mot krenkning som mobbing, vold, diskriminering og trakassering.
- Alle som arbeider på skolen skal varsle rektor dersom de får mistanke om eller kjennskap til at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø. Rektor skal varsle skoleeier i alvorlige tilfeller.
- Ved mistanke om eller kjennskap til at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø, skal skolen snarest undersøke saken.
- Når en elev sier at skolemiljøet ikke er trygt og godt, skal skolen så langt det finnes egnede tiltak sørge for at eleven får et trygt og godt skolemiljø. Det samme gjelder når en undersøkelse viser at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø.
- Skolen skal sørge for at involverte elever blir hørt. Hva som er best for elevene skal være et grunnleggende hensyn i skolens arbeid.

- **Tilsyn**

Inspeksjon er grunnleggende viktig for elevenes trygghet og sikkerhet utenfor klasserommet

- Ingen elever skal sendes ut før friminuttet har begynt.
- Alle voksne skal gripe inn overfor uønsket oppførsel, uansett om man har tilsyn eller ikke.

Alle som har tilsyn med elevene i Gata skal:

- være presis til inspeksjon
- ha på refleksvest
- være tydelig og synlig
- være oppsøkende og i bevegelse
- stygg språkbruk, trusler og truende språk (også når det blir sagt på *tull*) og uakseptable slengbemerkinger, skal bli påtalt og korrigert.
- *lekeslåssing*, fysisk voldsom lek og springing i Gata skal stoppes

- **I klassen/gruppa**

- hold øyne og ører åpne, vær oppmerksom på kroppsspråk, signaler, blikk og ironi, gruppedynamikk
- lærer setter alltid sammen grupper; elever skal aldri velge grupper selv

- **Kommunikasjon**

- Mobbing og trakassering skal regelmessig være tema på trinnmøter
- Mobbing og trakassering skal være tema i elevsamtaler og utviklingssamtaler, særlig med tanke på skjult mobbing og mobbing gjennom sosiale medier.

3. Tiltak når mobbing avdekkes

SKOLENIVÅ Ansvar: skolens ledelse	• Skolens rektor skal varsles umiddelbart • Øyeblikkelig reaksjon. • Tiltaksplan utarbeides (mal). I planen skal det stå: a) Hvilket problem tiltaket skal løse b) Hvilke tiltak skolen har planlagt c) Når tiltakene skal gjennomføres d) Hvem som er ansvarlig for gjennomføring av tiltakene e) Når tiltakene skal evalueres • Oppfølging av involverte • Ved mistanke om mobbing må observasjonen intensiveres, og det må gjøres undersøkelser og innhenting av opplysninger.
KLASSENIVÅ Ansvar: kontaktlærer faglærer medlærer assistent andre voksne	• Krenkelser som avdekkes gjennom logg eller anonyme spørreundersøkelser på klassenivå, skal sendes rektor umiddelbart. • Ansvarliggjøre elevene i forhold til å bidra til at alle har et trygt og godt skolemiljø Ansvar for å gripe inn, varsle (melde fra) • Klassesamtaler
INDIVIDNIVÅ Ansvar: alle ansatte, voksne, elever, foreldre/fore- satte	• Samtaler og tett oppfølging av offer v/kontaktlærer og rådgiver. (mal) (referatføres) Klargjøring av situasjonen; hendelsesforløp og omfang kartlegges Støtte, løfte om fortløpende informasjon av hva som skal skje videre Avtale oppfølging • Samtaler og tett oppfølging av krenker v/kontaktlærer og rådgiver. Inngå avtaler/kontrakter, tidfestet og med tett oppfølging (mal) (referatføres) Konfrontere eleven med alvoret i situasjonen La eleven få anledning til å uttale seg men ikke gå i diskusjon. Få eleven til å stoppe krenkningen og forplikte seg på positiv atferd overfor offeret • Foresatte til offer trekkes inn. (referatføres) • Foresatte til krenker trekkes inn. (referatføres) Det søkes i samarbeid med hjemmet å finne tiltak som hindrer gjentakelse. Ev. inngås en skriftlig kontrakt. Krenker skal forplikte seg på positiv atferd overfor offeret. • Kontakt med PPT, BUP, helsetjenesten, politi der det er formålstjenlig.

REAKSJONER

Skolens ordensreglement følges.

Det grunnleggende prinsippet er en konsekvenstrapp:

1. Samtale med krenker og foresatte hvor det eventuelt blir opplyst om nedsatt oppførselskarakter.
2. Krenker kan få redusert sin bevegelsesfrihet. Utestengelse fra friminutt og utestengelse fra klassens og skolens arrangementer med henvisning til Opplæringslovens § 9 A-3.
3. Bortvisning av krenker inntil tre dager.
4. Krenker kan måtte skifte klasse/grupper.
5. I helt spesielle tilfeller kan skolebytte på krenker vurderes.

4. Videre oppfølging

- Krenkelsen skal følges inntil den opphører helt. Tiltaksplan skal følges.
- Regelmessig kontakt med offeret v/kontaktlærer/rådgiver. Dialog med hjemmet.
- Tiltakene som er iverksatt med krenker, som skal hindre gjentakelse, følges opp jevnlig av kontaktlærer/rådgiver. Dialog med hjemmet.
- Etter en tid kan det være gunstig å ha en samtale mellom offer og krenker.
- Etter en tid kan styrt logg gjennomføres med klassen offeret går i, ev også gruppe (r), for å kvalitetssikre hva som skjer rundt eleven. Dette skal gå både på undervisning og friminutt.
- Når krenkingen av offer m/foresatte karakteriseres som avsluttet, avsluttes tiltaksplanen og tiltakene evalueres.
- Vurdere om krenker trenger ekstern hjelp til å utvikle en sosialt akseptabel atferdsmåte.

Tiltaksplan mot krenkelser som mobbing, vold, diskriminering og trakassering.

Jfr Opplæringslovens §9 A-4 (6), Skolen skal lage ein skriftleg plan når det skal gjerast tiltak i ei sak. I planen skal det stå:

- a) Kva problem tiltaka skal løyse
 - b) Kva tiltak skolen har planlagt
 - c) Når tiltaka skal gjennomførast
 - d) Kven som er ansvarleg for gjennomføringa av tiltaka
 - e) Når tiltaka skal evaluerast.
-

Dato			
Varsler			
Hva varsles, er avdekket			
Hvem er offer			
Hvem er krenker			
Hva er krenkelsen			
Hva har blitt avdekket i undersøkelse, samtale			
Hva skal tiltakene løse			
Tiltak	Hva	Når	Ansvar
Når evaluering			

Klasse: _____ Dato: _____

		Helt enig	Litt enig	Litt uenig	Helt uenig
1	Jeg har blitt venner med mange i denne klassen.				
	Skriv her navnet på de beste vennene dine i klassen:				
2	I denne klassen blir du godtatt selv om du ikke er like flink som andre.				
	Hvis du er litt eller helt uenig. Beskriv situasjoner og elever som gjør at du føler det sånn.				
3	I denne klassen blir du godtatt selv om du er litt annerledes.				
	Hvis du er litt eller helt uenig. Beskriv situasjoner og elever som gjør at du føler det sånn.				

4	De andre i klassen hjelper meg hvis det er noe jeg ikke får til eller ikke skjønner.				
	Beskriv her om det er spesielle elever som hjelper deg og hvilke fag det gjelder:				
5	Klassekameratene bryr seg om hvordan jeg har det.				
	Beskriv situasjoner og elever som gjør at du føler det sånn.				
6	Klassekameratene mine liker meg.				
	Beskriv situasjoner og elever som gjør at du føler det sånn.				

7	Det er elever i klassen som jeg ikke går så godt sammen med.				
	Beskriv situasjoner og elever som gjør at du føler det sånn.				
8	Det er elever i klassen som snakker stygt til andre elever.				
	Beskriv situasjoner og elever som gjør at du føler det sånn.				
9	I klassen er det elever som går alene i friminutt.				
	Hvis ja. Hva kan du gjøre med det?				

10	Det er elever i klassen som blir mobbet.				
	Hvis ja: Beskriv situasjoner og elever som gjør at du føler det sånn.				

Kartlegging av det sosiale samspillet

Vedlegg 2

Det kan ofte være hensiktsmessig å få en oversikt over de sosiale mønstrene i en klasse. Dette kan effektivt gjøres ved at du ber elevene om å skrive ned navnet på de tre elevene de vil helst være sammen med i timer og i friminutt.

Nedenfor er det satt opp et nettverkskart på bakgrunn av en slik sosiometrisk undersøkelse. De elevene som her har mange piler pekende på navnet sitt er sosialt attraktive i klassen. De elevene som ikke har noen piler til sitt navn kan være sosialt isolerte.

Hvem vil du helst være sammen med i timene?

Skriv ned tre navn

1

2

3

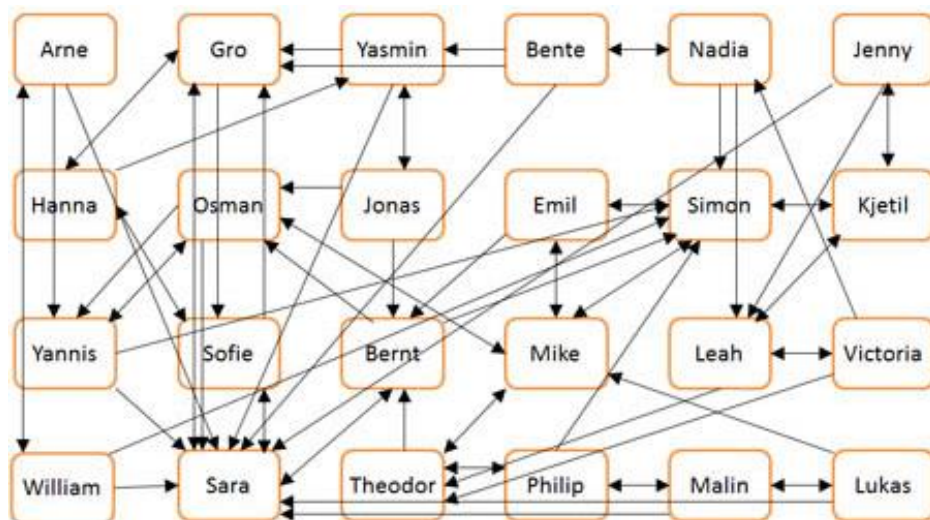
Hvem vil du helst være sammen med i friminuttet?

Skriv ned tre navn

1

2

3



Lærer Bjørndals metode

Vedlegg 4

Det banker på klasseromsdøren til klasse 9B. De er omtrent halvveis i en norsktime. Utenfor står klasseforstanderen. Når klassen ser ham, retter de seg i ryggen. Han har den effekten på dem, og de skjønner at det må være alvor når han oppsøker dem midt i timen til en annen lærer.

- Jeg vil snakke med Arne, Per, Lise, Ingrid, Gunnar og Tone. Dere blir med meg inn på et grupperom nå.

De navngitte elevene kikker på hverandre, spørrende, reiser seg og går ut av klassen.

- Sett dere ned, sier klasseforstanderen kontant når han har lukket døren bak dem på grupperommet. Og hør nøye etter:

- Else var ikke på skolen i går. Hun er her ikke i dag heller. Hun er hjemme. Hun har så vondt i magen at hun ikke greier å komme seg på skolen. Jeg har nettopp snakket med moren hennes, som fortalte meg at Else har hatt det slik i hele høst.

Elevene ser usikkert på læreren, på hverandre, men kjenner igjen historien hans.

- Else kommer ikke på skolen fordi hun hater å være her. Det har blant andre dere ansvar for.

- Vi? Men ingen av oss har da noen gang ... prøver Lise seg.

Det var en gang en lærer. Han visste hvem han skulle snakke med da en av elevene hans ble mobbet på skolen.

- Nei, ingen av dere har plaget Else. Det er ikke dere som raljerer med henne når hun må lese høyt i timen, som dytter, eller som kommenterer hvordan hun ser ut. Det er det Rune og Egil som gjør. Nei, deres ansvar ligger i at dere ikke gjør noe for å stoppe det. Dere har til felles at dere er blant klassens mest respekterte; best i gym, best på skolen, god i fotball, eller bare populær blant alle. Ingen har større makt enn dere i den klassen. Men dere bruker

makten til å sole dere, ikke til å hindre at Else blir plaget av dem som trenger noen som er enda svakere enn seg å hakke på. Ikke til å sørge for at hun får delta, være med. Det er patetisk, og jeg er enormt skuffet over dere, sier læreren.

ELEVENE STIRRER PÅ ham, så ned i bordet. Rødmer. Har kjent på følelsen. Har tenkt at de skulle si noe, men har ikke gjort det. Klarer ikke si noe nå. Læreren fortsetter.

- Jeg forventer at dere, *særlig dere*, tar ansvar, sier han, og smeller en hånd i bordet. Jeg forventer at dere ordner opp, at dere gjør det dere kan for å stoppe dette. Og dere skal gjøre det uten å fortelle om denne samtalen. Den er mellom oss, og nåde dere om jeg får høre om den utenfor dette rommet!

NOEN DAGER SENERE sitter klassen i en ny norsktime. En svak lærer har nok en gang latt seg overtale av Egil til at Else skal lese høyt fra boken. Hun er hektisk rød i kinnene, stammer, klarer ikke komme i gang. Rune ler høyt, rister på hodet. Da reiser Arne, klassens desiderte ener i gym, seg. Peker på Rune: «Og du! Du holder godt kjeft, din idiot!»

Rune holder godt kjeft. Han får beskjed på et språk han forstår, av en autoritet han begriper seg på.

DEN LILLE GRUPPEN elever fra grupperommet snakker aldri om det spesielle møtet de hadde med læreren de så gjerne lytter til. De prøver bare å påvirke der de kan. Trykket mot Else blir umerkelig mindre og mindre, men elevene fra grupperommet føler liten stolthet. De kommer til å skamme seg resten av livet for at de ikke grep inn før.

DET VET JEG, for jeg satt på det grupperommet den gangen, midt på 1980-tallet. Jeg satt der og hørte den legendariske læreren Øyvind Bjørndal, en mann hele klassen vår respekterte dypt og inderlig, filleriste meg og flere av vennene mine etter en høst der vi hadde forsømt oss.

JEG HAR TENKT på episoden mange ganger i årene etterpå. På metoden til Bjørndal, så effektiv, så grunnleggende enkel. Det er umulig å glemme en slik vekker, og det gjør noe med synet på ansvar resten av livet.

Else kan takke Øyvind Bjørndal for at livet ble litt lettere etter hvert. Men vi som satt på grupperommet har kanskje enda større grunn til å takke ham.