



Mobbing

– de voksnes ansvar.



FUG

Innhold

Mobbing – de voksnes ansvar	
Hva er mobbing?	3
Retten til et trygt og godt skolemiljø	4
Informasjonsplikt	5
Aktivitetsplikt	5
Hvis barnet mitt blir mobbet	6
Hvis barnet mobber	7
Vis vilje til å løse problemet	7
Hva skolen skal gjøre	8
Aktivitetsplan	9

Hvordan samtale om det vanskelige på en trygg og god måte?

Snakk med barnet	11
Ulike måter å spørre på	12
Ulike måter å lytte på	13
Andre nyttige råd	13

Forebyggende arbeid, råd, hjelp og klagerett

Foreldrenes arbeidsutvalg, FAU	15
Mobbeombudene	16
Foreldreutvalget for grunnopplæringen, FUG	16
PMM	17
Statforvalteren og klagerett	18

Vi voksne kan være gode forbilder

FUGs 10 råd for samarbeid og inkludering	19
--	----

Mobbing – de voksnes ansvar

Hva er mobbing?

Alle barn og unge har rett til å ha det trygt og godt på skolen og utvikle seg både faglig og sosialt. Mobbing skaper utrygghet – noe som igjen gjør at mange ikke lærer godt på skolen. Når noen blir mobbet, rammer det klassefelleskapet. Et godt samarbeid mellom skole og foreldre er derfor uvurderlig, både for å gjenopprette trygghet for alle og forebygge at lignende ting skjer igjen.

Det finnes flere definisjoner på mobbing, men i bunn og grunn handler det om at barn og unge blir utsatt for handlinger som skaper utrygghet eller følelse av utenforskap.

Det er viktig at vi skiller mellom mobbing og konflikt. Mobbing handler gjerne om at man gjentatte ganger utsettes for negative handlinger og at det er en ubalanse i styrkeforholdet mellom de involverte. Konflikter derimot, er uunngåelig der barn og unge møtes og samhandler. Slike situasjoner kan oppleves ubehagelige, uten at de er skadelige for de involverte. Det å stå i ubehag og klare å løse konfliktsituasjoner selv eller med veiledning fra voksne kan bidra til økt selvstendighet og robusthet i møte med omgivelsene.

Ulike former for mobbing

Mobbing kan skje mellom enkeltbarn, mellom et barn og en gruppe, eller mellom barn og voksne.

Mobbing kan skje

- ved bruk av kallenavn, skjellsord eller uthenging (verbal)
- ved bruk av negativt kroppsspråk, blikking, avvisning eller utfrysning (sosial)
- ved at noen bevisst ødelegger andres klær eller eiendeler (materielt)
- ved at noen blir truet, latterliggjort, lurt eller tvunget til å gjøre noe (psykisk)
- ved at noen blir slått, dyttet eller sparket (fysisk)
- ved å bli hengt ut eller holdt utenfor på digitale plattformer og spill

Retten til et trygt og godt skolemiljø

I Norge er det lovfestet nulltoleranse for krenkelser som mobbing, vold, trakassering og diskriminering. Ifølge opplæringsloven § 12-2 har alle barn rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, inkludering, trivsel og læring. Det gjelder på skolen, SFO og leksehjelp.

Ulike aktiviteter utenfor skoletid, både digitale og fysiske, kan også påvirke tryggheten til den enkelte i skolehverdagen. Som foreldre må vi derfor være bevisste på at de valg vi tar på vegne av egne barn, kan få konsekvenser for deres og medelevers trygghet og trivsel i skolehverdagen.

Skolen har en lovpålagt plikt til å jobbe systematisk med å forebygge, avdekke og håndtere mobbing. Enten barn utøver eller utsettes for mobbing, er det til syvende og sist de voksnes ansvar. Barn trenger hjelp og veiledning av varme og engasjerte voksne som tør å sette grenser, formidle verdier og fremme vennskap i ord og handling. Dette gjelder ikke bare i skoletiden, men også når elevene er hjemme, på fritidsaktiviteter eller aktive på digitale arenaer.

Overordnet del av læreplanen er tydelig på at elevene og hjemmet også har ansvar for å bidra til et godt fellesskap og miljø. Skole og hjem bør derfor jobbe sammen om å skape trygge, gode klassemiljøer.

Slik den enkelte elev bidrar til fellesskapet på skolen, bidrar fellesskapet til den enkeltes trivsel, utvikling og læring.

Overordnet del av læreplanen

Informasjonsplikt

Ifølge § 10-8 i opplæringsloven har skolen informasjonsplikt. Som det står i paragrafens første ledd, skal skolen gi elever og foreldre den informasjonen de har bruk for, blant annet om opplæringen, den enkelte eleven, skolemiljøet og skolereglene, og om de rettighetene og pliktene elevene ellers har. Hjem og skole har et gjensidig ansvar for å melde ifra dersom vi får mistanke eller konkret kunnskap om at et barn eller en ungdom ikke har det trygt og godt på skolen. Som foreldre må vi ha forståelse for at det kan være vanskelig for lærerne å fange opp alt som skjer i skolehverdagen. Iblant kan vi foreldre også sitte med viktig kunnskap om situasjoner på fritiden som kan få konsekvenser for elevene i skolehverdagen. Da må vi si ifra.

Vi skal også ha med oss at elevene gjerne har ulike versjoner av hva som har skjedd. Det er faktisk helt naturlig at barn og unge forteller den versjonen som gagnar dem best. Som foreldre må vi ha dette med oss når vi går i dialog med skolen. Når lærere og foreldre snakker sammen, kan det bidra til å få bedre oversikt over situasjonen slik at det blir enklere for skolen å komme med tiltak.

Aktivitetsplikt

Skolen har aktivitetsplikt. Det innebærer at alle ansatte skal følge med på hvordan barna har det på skolen, og gripe inn hvis de oppdager en slåsskamp, utfrysning, verbal krenking eller lignende. Videre har alle som jobber på skolen plikt til å varsle rektor hvis de får mistanke om at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø. Dette gjelder også hvis eleven selv forteller om opplevd utrygghet. Skolen skal snarest undersøke saken og rette opp situasjonen med egnede tiltak. I særlig alvorlige tilfeller skal rektor også melde fra til skoleeier.

Hvis barnet mitt blir mobbet

Som voksne må vi være oppmerksomme på at mobbing ofte skjer i det skjulte, gjerne der voksne ikke er til stede. Mobbing skjer også gjennom blikk og kroppsspråk. Legg merke til forandringer i barnas humør og oppførsel. Kanskje har de ikke lyst til å gå på skolen, de føler seg syke eller dropper undervisningen. Ofte endrer motivasjon og lærelyst seg og barna bruker mindre tid med venner.

Det er mange grunner til at barn og unge synes det er vanskelig å fortelle voksne om mobbing. De vanligste grunnene er at

- de vil ikke uroe foreldrene
- de er redde for å bli mobbet enda mer
- de vil ikke sladre på andre
- de skammer seg over en handling de har vært innblandet i (bilder, video på nett)
- de er redde for at foreldrene skal bli sinte og fordømmende
- de regner ikke med at foreldrene har god nok digital kompetanse til å forstå og kunne hjelpe
- mobbing er forbundet med skam

Det kan være helt tilfeldig hvem som mobber og hvem som blir mobbet. Forskning viser at gutter er minst like utsatte som jenter og at de sjeldnere forteller om det. Derfor bør vi ikke omtale hendelser som «jentegreier» eller «guttegriker». Generelt gjelder det å ikke bruke karakteristikk som undergraver hvordan barnet selv opplever skolehverdagen sin. Vi bør i stedet oppmuntre barnet til å fortelle, og vise gjennom ord og handling at vi er til stede i situasjonen.

Hvis vi får mistanke eller konkret kunnskap om at barnet vårt blir mobbet, må vi si ifra om situasjonen til kontaktlæreren, noen i skolens ledelse eller andre voksne ved skolen som vi har tillit til. Som forelder kan vi forvente å bli lyttet til i en slik situasjon.

Hvis barnet mitt mobber

Det finnes mange ulike årsaker til at et barn mobber eller krenker andre. Det kan handle om å ha makt eller ønske om å posisjonere seg, eller det kan være en måte å markere at man hører til i en gjeng eller gruppe. Noen mobber fordi de er redde for å bli mobbet eller holdt utenfor selv. Mobbing kan også henge sammen med dårlig selvbilde eller andre vanskelige forhold i og rundt barnet.

Hvis vi blir gjort oppmerksom på at vårt eget barn mobber eller krenker andre, vil det naturlig nok sette mange følelser i spill. Det kan kjennes både sårt, ubehagelig og vanskelig. For noen vil det også være krevende å ta inn over seg at mobbingen er en realitet.

Det vanskelige i situasjonen fristiller oss imidlertid ikke fra å ta ansvar som foreldre. Skolen er avhengig av at vi tar informasjonen på alvor og samarbeider konstruktivt – med mål om å finne en løsning som er til hjelp for alle involverte og for klassemiljøet som helhet.

For oss foreldre er det derfor viktig å holde hodet kaldt og hjertet varmt dersom beskjeden kommer; ikke gå i forsvarsposisjon, men heller tenke at dette er noe vi må ta på alvor og komme til bunns i. Hvis vi klarer å håndtere egne følelser og reaksjoner på en god måte, vil det ha en positiv innvirkning på hvordan situasjonen utvikler seg - både for eget barn og for andre som er involvert.

Vis vilje til å løse problemet

Ta kontakt med skolen og be om et møte så raskt som mulig. Ikke vent til neste utviklingssamtale eller foreldremøte. Del informasjonen du har, selv om den ikke skulle tale så godt for ditt eget barn. Vis vilje til samarbeid og dialog for å løse problemet, og spør gjerne om det er noe spesifikt du kan bidra med videre.



Hva skolen skal gjøre

Uansett om du er forelder til et barn som blir utsatt for mobbing, eller det er barnet ditt som utsetter andre, kan du altså forvente å få informasjon fra skolen om hva som skal bli gjort. Hvis du har hatt dialog med en lærer om saken, og ikke hører noe fra skolen i løpet av de nærmeste dagene, bør du kontakte rektor for å sikre at vedkommende kjenner til det som foregår. Skolen har plikt til å starte undersøkelse og iverksette tiltak innen en uke.

Undersøkelse innebærer at

- alle involverte bør få mulighet til å fortelle hvordan de opplever situasjonen
- skolens ansatte kan ta i bruk observasjon av elevgruppen i læringssituasjoner og friminutt
- skolen kan ta i bruk undersøkelser, kartleggingsverktøy eller sosiogram for å få oversikt over trivsel og samspill i elevgruppen
- barnet ditt har rett til å bli hørt og til å få snakke med voksne det stoler på
- du som forelder kan bli invitert til samtale for å gi skolen informasjon og råd

Det finnes ingen mal for hvordan skolen skaper- eller gjenskaper et trygt og godt skolemiljø. Alle elever er forskjellige, det gjelder også for situasjonene de kommer opp i. Derfor vil tiltakene som skal gjenopprette trygghet variere fra sak til sak.

En bred undersøkelse kan være avgjørende for å forstå situasjonen og finne ut hva skolen kan gjøre for å hjelpe. Ved å få belyst saken godt, vil skolen ha bedre forutsetninger for å sette inn tiltak som virker.

Tiltakene bør være både individuelle og kollektive. Med det menes at noen tiltak bør ha fokus på eleven som ikke har det trygt og godt, mens andre tiltak bør beskrive hvordan det skal jobbes med klassemiljø og fellesskap. Det er heller ikke uvanlig at elever som utsetter andre for mobbing, selv har behov for tiltak.

Tiltakene skal gjøres skriftlig i form av en aktivitetsplan som sendes foreldrene i løpet av 14 dager. Aktivitetsplanen omtaler kun tiltakene som gjelder ditt barn og klassefellesskapet, ikke andre involverte enkeltelever.



Aktivitetsplan

En aktivitetsplan er en plan med tiltak som skal bidra til at eleven får det trygt og godt igjen på skolen.

Aktivitetsplanen skal inneholde informasjon om

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

Planen bør evalueres underveis og skal følges helt til eleven har det trygt og godt igjen. Hvis planen ikke fungerer, må skolen finne andre tiltak.



Hvordan samtale om det vanskelige på en trygg og god måte?

Snakk med barnet

Før du begynner å snakke med eget barn om saken, bør du sørge for å finne ro i situasjonen. Tenk gjerne igjennom hva du trenger å vite for å kunne hjelpe eget barn og skolen med å komme videre i saken.

Lover og regler kan være en god inngang til samtalen. Opplæringsloven sier at alle elever har rett til et trygt og godt miljø som fremmer helse, inkludering, trivsel og læring. I samme lovverk presiseres det at skolen skal ha nulltoleranse for mobbing og andre krenkelser.

Som foreldre bør vi støtte tydelig opp om dette i samtaler med eget barn, samtidig som vi uttrykker forståelse for at det er lett å trå feil eller ta ukloke valg, både når man er alene og sammen med andre.

La barnet selv få mulighet til å fortelle hva som har skjedd eller hva som pågår. Vær bevisst på at ulike måter å spørre på kan generere ulike typer svar, og at måten du lytter på kan være av verdi. Ha i tankene at det er viktigere å få belyst situasjonen heller enn å finne bevis.



Ulike måter å spørre på

Noen spørsmålsformuleringer gir oss ja- eller nei-svar. Slike lukkede spørsmål kan også inneholde skjulte råd og føringer fra oss voksne. De er med andre ord ikke alltid hensiktsmessige å bruke hvis man ønsker å få et godt innblikk i hva som har skjedd. Spørsmål som begynner med et spørreord, fungerer ofte bedre.

Åpne spørsmål gir oss lengre, mer utdypende svar. Vi kommer ofte langt med å lage spørsmål som begynner med spørreordene hva, hvem, hvor, når og hvordan.

Eksempler på lukkede / åpne spørsmål:

- Er du sint? / Hva føler du i denne situasjonen?
- Synes du dette er riktig? / Hva er riktig for deg?
- Liker du å være med denne gjengen? / Hva synes du om å være en del av denne gjengen?
- Var det vanskelig? / Hvordan opplevde du det?

Det kan være klokt å forsøke å unngå spørsmål som begynner med hvorfor. Ordet setter barnet i forsvarsmodus. Den umiddelbare responsen kan bli forklaringer, unnskyldninger og rettfærdiggjøring.



Ulike måter å lytte på

I vanskelige situasjoner spesielt, kan det vi hører bli blandet sammen med egne indre tanker. Vi vurderer og evaluerer underveis og risikerer å plassere det vi hører «i vårt eget hodes arkivskuffer». Det er ikke alltid til barnets og situasjonens beste.

Ved fokusert lytting forsøker vi å forstå det som blir sagt ut fra barnets ståsted. Ved å vise empati og stille oppfølgingsspørsmål underveis, viser du at du lytter og ønsker å forstå. Still spørsmål som viser at du også vil sikre at du har forstått riktig.

I en slik samtale kan det ellers være aktuelt å ta alle sanser aktivt i bruk, lytte til barnets stemmeleie og observerer barnets kroppsspråk.

Nedenfor finner du tre enkle råd for aktiv lytting:

- Sette ord på det du hører, så objektivt som mulig.
- Våg å la det bli stille underveis i samtalen, stillhet gir barnet rom for refleksjon .
- Observere effekten av det du sier til barnet.

Andre nyttige råd:

- Ved å gjenta det som blir sagt, sammenfatte det og speile situasjonen, kan du hjelpe barnet til å ta den andres perspektiv.
- Fang opp nøkkelord som kan ha en spesiell verdi i sammenhengen. Gjenta disse mens barnet får snakke videre.
- Hvis barnet begynner å unnskyldte, bortforklare eller spore av, så sett ord på at det er ditt ansvar som voksen å hjelpe til med å holde samtalen på rett spor
- Sørg for å gjøre noen avklaringer underveis gjennom å oppsummere, bekrefte eller korrigere.



Forebyggende arbeid, råd, hjelp og klagerett

Det finnes flere ulike aktører, både lokalt og nasjonalt, som bidrar aktivt inn i arbeidet mot mobbing og utenforskap.

Foreldrenes arbeidsutvalg, FAU

Opplæringsloven sier at hver grunnskole skal ha et arbeidsutvalg som er valgt av foreldrene på skolen. Foreldrene kan velge å organisere seg på andre måter. Kommunen skal sørge for at det blir fastsatt hvilke andre brukerorgan skolen skal ha.



Opplæringsloven er også tydelig på at foreldre skal få være med på å planlegge, gjennomføre og vurdere virksomheten til skolen, blant annet det som har med skolemiljøet, kvalitetsutvikling i opplæringa og fastsetting av skoleregler å gjøre.

FAU skal ikke behandle saker som gjelder enkeltelever, men kan bidra inn i skolens systematiske arbeid for et trygt og godt skolemiljø - både gjennom å bidra til at skolens rutiner og forebyggende arbeid gjøres kjent blant alle foreldre, men også gjennom å ta initiativ til aktiviteter som fremmer inkludering og bidrar til at elever og foreldre blir godt kjent med hverandre.



Mobbeombudene

Alle fylker i Norge har et mobbeombud som skal sikre barn og unges rettigheter til et trygt og godt miljø i barnehage og grunnskole. Det er et tilbud til foreldre og barn som ønsker hjelp og veiledning – men også til skolene.

Mobbeombudet er en uavhengig ressursperson med taushetsplikt og fungerer som et lavterskeltilbud som skal hjelpe barn og ungdom i vanskelige situasjoner. I tillegg jobber ombudet med forebygging og bidrar gjerne med kurs og foredrag på ulike områder.

Foreldreutvalget for grunnopplæringen, FUG

FUG er et nasjonalt utvalg av foreldre, oppnevnt for fire år av gangen. Utvalget gir råd til myndighetene og skal ivareta foreldrenes og elevenes interesser i skolen, i tillegg til å jobbe for å fremme et godt hjem-skole-samarbeid.



I FUG sin administrasjon finnes flere rådgivere som er tilgjengelige pr telefon og via kontaktskjema alle hverdager. Rådgiverne svarer på spørsmål og kan gi konkrete råd knyttet til saker som oppleves vanskelige for foreldrene.

PMM

Partnerskap mot mobbing består av 15 organisasjoner som jobber for å motarbeide mobbing blant barn og unge. To ganger i året deler Partnerskap mot mobbing ut midler til prosjekter og tiltak som bidrar til økt lokal kompetanse og bedre samarbeid mot mobbing og krenkelsler. Det spiller ingen rolle om tiltakene er små eller store, om søker er lokal eller nasjonal, så lenge prosjektet bidrar til å nå partnerskapets mål:

- å sette arbeidet mot alle former for mobbing på dagsorden
- at barn og unge blir involvert i et helhetlig arbeid for et inkluderende oppvekst- og læringsmiljø
- å styrke og utvikle kompetanse og kapasitet til å motvirke mobbing i lokalsamfunnet



Statsforvalteren og klagerett

Statsforvalteren passer på at kommunene følger reglene når de tilbyr tjenester, sjekker om kommunale vedtak er lovlige, og behandler klager på enkeltvedtak som kommunene har gjort.

Dersom eleven ikke har et trygt og godt skolemiljø, kan eleven selv eller foreldrene klage til Statsforvalteren. Det forutsettes at

- det er gått en uke fra du meldte fra til rektor om at barnet ditt blir mobbet og at du fortsatt ikke har fått tilbakemelding om at tiltak er iverksatt
- aktivitetsplanen som er laget, ikke bedrer situasjonen for barnet ditt

Statsforvalteren ser på om følgende plikter er oppfylt:

- plikten til å rette opp situasjonen med egnede tiltak
- plikten til å lage en skriftlig plan

Statsforvalteren kan avvise klagen dersom

- saken ikke er tatt opp med rektor
- det er under en uke siden saken ble tatt opp
- eleven ikke lenger går på den aktuelle skolen



Vi voksne kan være gode forbilder

Husk at du er barnets viktigste forbilde, både generelt i hverdagen og når det oppstår vanskelige situasjoner. Det hjelper ikke at du påpeker viktigheten av å være snill og grei, hvis du selv snakker nedsettende om folk. Snakk positivt om andre, vær raus og inkluderende. La deg gjerne inspirere av rådene vi i FUG har samlet:



FUGs 10 råd for samarbeid og inkludering

1. Smil og si «hei» til barn, ungdom og foreldre. Vi trenger alle å bli sett og møtt for den vi er.
2. Vær nysgjerrig på det som foregår blant barn og unge, både fysisk og digitalt. Forsøk å forstå framfor å dømme. La det være lov å trå feil.
3. Våg å være den kjipe voksne som setter krav og grenser. Allier deg med andre foreldre. Barn og unge trenger rammer og varme, trygge, tydelige voksne som følger opp.
4. Finn juvelen i barn og ungdom – også de som ikke er dine egne. Alle har et talent eller en egenskap vi kan verdsette.
5. Tenk «alle med» når noe skal skje. Spør etter de som uteblir.
6. Ta egne og andres barn og ungdommer «på fersken» i å gjøre noe bra. Det vi fokuserer på, får vi mer av!
7. Vær ambisiøs, ikke bare på eget barn og ungdommers vegne, men også på vegne av fellesskapet. Elever trives og lærer best der hvor klassemiljøet er trygt og godt.
8. Ingen kan gjøre alt, men alle kan gjøre litt! I sum kan du og foreldregruppen du tilhører, bidra med mye – på mange områder.
9. Det du ikke vet, kan du ikke gjøre noe med. Si ifra til skolen, både når ting fungerer og når det oppstår krevende situasjoner. Jobb for at det samme er mulig innad i foreldregruppa.
10. Alt kan sies – det handler bare om hvordan man sier ting. Vær vennlig og oppriktig. Vis interesse og lytt. Ha respekt for andres synspunkter og rom for å skifte mening.



Meld deg
på FUGs
nyhetsbrev



Kontakt oss dersom du
ønsker råd og veiledning,
materiell eller foredrag

post@fug.no
477 99 200

foreldreutvalgene.no



**Foreldreutvalget
for grunnopplæringen**