

# HANDLEPLAN FOR GOD TRIVSEL

## Lystrup Skole accepterer ikke mobning

### Mål:

Mobning skal forebygges og stoppes, fordi det kan skade både offer og mobber hele livet og påvirke læringen og det sociale klima i klassen.

På Lystrup Skole accepterer vi ikke mobning. Vi arbejder aktivt på at have et miljø, der kan forebygge og minimere antallet af børn, der udsættes for mobning og andre krænkelser.

### Definition:

For at kunne definere mobning er det vigtigt at kunne adskille de to begreber drilleri og mobning.

#### Drilleri:

Kan være af både godmodig og ondskabsfuld karakter. Begge dele kan i sidste ende føre til mobning. Karakteren af drilleriet opfattes forskelligt afhængig af de involveredes personlighed. Forekommer ofte mellem to ligeværdige personer.

#### Mobning:

Det er mobning, når en eller flere personer regelmæssigt og over længere tid udsætter nogen for krænkende handlinger, som kan opfattes som sårende eller nedværdigende. De krænkende handlinger bliver dog først til mobning, når de personer, som de rettes mod, ikke er i stand til at forsvare sig imod dem.

Mobning drejer sig om en social proces, der involverer såvel den mobbede, som mobberne og vidnerne til mobning.

Mobning kan foregå åbent og direkte eller skjult og indirekte:

- Direkte mobning kan være udkældning, råb, overfusning, grove drillerier, trusler eller underkendelse af personens arbejdsindsats eller kvalifikationer.
- Skjult og indirekte mobning kan foregå i form af fx mimik, kropssprog, hentydninger, sladder, bagtalelse, ignorering af en person eller fratagelse af ansvar og arbejdsopgaver.

### **Der findes flere forskellige former for mobning, vi har særlig fokus på:**

- **Digital mobning**  
Digital mobning er, når en eller flere personer gentagne gange forfølger eller udelukker en udvalgt person gennem digital teknologi (mobil eller websites). Disse personer og den udvalgte person oplever en social tilknytning til de digitale fællesskaber. Den digitale mobning kan foregå via SMS/MMS, mails, andre tekstbeskeder fx beskeder i gæstebøger, i chatrooms m.m.
  - Det kan foregå døgnet rundt, ikke kun på skolen
  - Det spredes hurtigt til et stort publikum
  - Det skrevne sprog kan virke hårdere og grovere
  - Man kan ikke altid se, hvem afsenderen er
  - Afsenderen mente det måske ikke som mobning

- **Ignorering**

Mobning behøver ikke at være aktive handlinger. Det kan fx være at blive ignoreret eller overset. Her er nogle typiske handlinger:

- Udelukkelse fra det sociale fællesskab i undervisning, frikvarterer og fritid
- Bagtalelse, angreb eller kritik og sårende bemærkninger
- Fjendtlighed eller tavshed
- Tilbageholdelse af information
- Nedvurdering af ofrenes udseende, deres arbejdsindsats eller deres kompetence
- Vender det blinde øje til, når man opdager nogen der mobbes.

### **Status:**

- Deltagelse i projektet "50 skoler bryder mobbekurven"
- Veletableret AKT gruppe
- Der er iværksat elevmæglere
- Vi har en antimobbepolitik/handleplan for trivsel
- Der er nedsat et "mobbe"-udvalg
- Venskabsklasser.
- Alle klasser har elevsamtaler.
- Klassemødet
- Samarbejdsbaseret problemløsning

### **Forebyggelse:**

#### **Handlinger**

Det er lærernes og pædagogernes opgave at forsøge at skabe så trygge rammer i klassen at mobning ikke opstår. Denne tryghed skal opbygges allerede fra børnehaveklassen. Metoder til opbyggelse af denne tryghed er afhængig af både lærerpersonlighed og elevsammensætning. Læreren skal give signaler om at mobning ikke accepteres (f.eks. klassens sociale regler) Eleverne må gøres bevidste om problemet, så de der evt. havner i en mobningssituation erkender/registrerer undertrykkelsen og vil kunne fortælle en voksen om forholdet.

- Årlig status over mobning i klassen, kan fx
  - være på grundlag af elevsamtaler.
  - indføres i klassens sociale udviklingsplan.
- Opbygge et godt skole-hjem-samarbejde, hvor forældrene kender hinanden og klassens elever – eksempelvis med sociale fællesarrangementer i klassen.
- Fælles oplæg for det pædagogiske personale om konflikthåndtering.
- Klassemødet benyttes som systematisk metode på alle klassetrin
- Gode og smukke fysiske rammer.
- Undersøgelser af trivslen
- Motiverer eleverne til at blive gode konfliktløser, bl.a. via elevmægleruddannelsen

#### **Beredskab:**

Generelt skal der være fokus på alle 3 dele i "Mobbetrekanten", både den mobbede, mobberen og resten af flokken. Men her følger beskrivelse af et trinvis beredskab:

Alle henvendelser om mobning skal tages seriøst og alle voksne skal gribe ind ved mobning og uhensigtsmæssig adfærd.

*Den, der føler sig mobbet, skal fortælle det til en voksen. Den voksen kan være en forælder, lærer, pædagog eller en fra ledelsen.*

Grundig samtale med det barn der har været udsat for mobning og vurdering af om der kræves særlig beskyttelse af den mobbede.

Grundig samtale med det barn der har mobbet.  
Mulighed for voksenmægling  
Samtale med de involveredes forældre

Teamet udarbejder en plan, hvor det vurderes hvilken tilgang og hvilke samtaler der vil være mest effektive, hvordan resten af klassen/gruppen involveres og hvordan en evt. opfølgende indsats bør være.

Orientering af ledelse, forældre, øvrige lærere/pædagoger

Evt. indkalde til særskilte forældremøder med hele eller dele af forældregruppen.  
Evt. inddragelse af ledelse, skolepsykolog, sundhedsplejerske, Specialcenteret, AKT-lærer, en evt. udefra kommende konfliktløser.  
Evt. opfølgning på forløbet og justering af plan.

Fortsætter mobningen, trods alle anstrengelser for at løse problemet, kan der iværksættes sanktioner som f. eks.:

- Indkalde mobberens forældre til samtale med klassens lærere og evt. ledelsen
- Ledelsen tager samtaler med mobberen/offeret
- Overveje alternative løsningsforslag fx anbefaling af et andet skoletilbud

**Denne handleplan for god trivsel skal revideres mindst hvert 3. år.**

#### **Gode råd og inspiration:**

- Gode råd om digital mobning
- 10 gode forebyggende råd til forældre om mobning
- Gode råd til forældre til et barn der føler sig mobbet
- Gode råd til forældre hvis barn opleves at mobbe
- Gode ideer/links

## **TIL FORÆLDRE OM MOBNING**

### **Digital mobning**

Mobning på Internettet og mobilen handler ikke om digital teknik, men om menneskelige holdninger. Kommunikation med børnene om, hvordan de har det , når de er online, er afgørende i kampen mod digital mobning.

Hvis dit barn mobber eller bliver mobbet

- Tag mobningen alvorligt.
- Gem eksempler på mobil chikane og trusler.
- Hvis det sker på internettet så gem logget eller lav en printudgave af hjemmesiden.
- I tilfælde af konflikt tag da udgangspunkt i konkrete hændelser.
- Involver eventuelt andre forældre og/eller skolen i konkrete mobningssager.
- Kontakt politiet ved mistanke om lovovertrædelse, og lad dem vurdere hændelsen.  
Se mere under "Gode ideer/links"

## 10 gode forebyggende råd til forældre om mobning

Nr.	Råd	Baggrund
1	Tal ikke dårligt om dine børns klassekammerater - eller om deres forældre	Det "forstyrrer" barnets opbygning af kammeratskabsnetværk. Forældreattituder påvirker også hele klassens tolerancekultur
2	Støt dit barn i at dyrke mange forskellige bekendtskaber på kryds og tværs i klassen.	Det er en styrke for barnet at have flere bekendtskaber at bygge på. Samtidig mindsker det muligheden for, at nogle klassekammerater er meget isolerede
3	Sæt spot på "usynlige" kammerater i dit barns klasse. Børn der ikke nævnes, aldrig er med hjemme o.s.v.	"Usynlige" klassekammerater <u>kan være</u> isolerede mobbede børn, der trænger til at blive trukket med ind i lege og aftaler
4	Opmuntre dit barn til at forsvare den klassekammerat, der ikke kan forsvare sig selv.	Det er især håndsrækningen fra en klassekammerat, der bryder isolationen omkring barnet, der mobbes
5	Giv invitationer til børnefødsels-dage fra klassekammeraterne høj-prioritet. Dvs. sørg for at dit barn så vidt muligt tager med til alles fødselsdage	Det udtrykker respekt for klassekammeraten, der har fødselsdag, at invitationen tages alvorligt
6	Fortæl dit barn, at fødselsdagsfester er forskellige, og det er en del af spændingen	Barnet med lav-status i klassen kritiseres ofte for fødselsdagens indhold. Det er forbundet med stor ulykkelighed at blive ramt på sin familie intimitet. Forskellige fødselsdagsformer øger spændingen.
7	Når du selv holder fødselsdag for dit barn så husk den sociale fødselsdagspolitik: alle, ingen eller "alle piger" eller "alle drenge". Denne ordning opfattes som retfærdig af de fleste børn	Selektiv fødselsdagsinvitationer markerer manglende respekt for klassen som et samlet konkret fællesskab. At blive sprunget over i rækken af inviterede gæster opleves meget smertefuldt.
8	Prioriter samvær med de andre forældre i klassen	Socialt samvær i forældregruppen smitter af på det sociale samvær eleverne imellem
9	Støt læreren der prioriterer det sociale liv i klassen	Lærere der sætter konkrete initiativer i gang for at forbedre det sociale liv i klassen, har brug for forældreopbakning, så projektet ikke mislykkes.
10	Brug forældrerepræsentanter og skolebestyrelse i antimobbe-arbejdet.	Forældrerepræsentanter og skole-bestyrelse kan være med til at gøre mobbeindsatsen til en topprioriteret skoleindsats

Brug ovenstående råd forebyggende, fx til forældremøder.

**Udover de 10 generelle forebyggende forældreråd er der behov for specifikke råd til både den mobbedes forældre og mobberens forældre:**

## **Gode råd til forældre til et barn der føler sig mobbet:**

- Sig aldrig: "Du skal bare lade som ingenting". Det er lige præcis det, dit barn ikke kan.
- LYT til dit barns fortællinger
- SPØRG ind til dit barns fortællinger, så han eller hun får "læsset" det hele af.
- Løft skylden væk fra dit barns skuldre.
- Vis forståelse - Vær solidarisk men. . .
- lad være med at blive gal eller aggressiv på de andre børn - det hjælper ikke dit eget barn.
- Hvis du vurderer, at dit barn står i en situation, som hun eller han ikke kan ændre på - - henvend dig til læreren eller lærerteamet.
- Henvend dig også til pædagogerne i SFO
- Henvend dig evt. også til andre forældre i klassen, som du er på god fod med.
- Formålet med henvendelserne er at skabe en positivt samarbejde omkring barnet.
- Lykkes det ikke, bør du henvende dig til skoleledelsen.

## **Gode råd til forældre hvis barn opleves at mobbe:**

- Hold hovedet koldt – undgå at overreagere.
- Prøv at undgå trusler som bare vil lukke munden på dit barn.
- Din hensigt skal være at samarbejde med dit barn uden at opbygge modstand.
- Undgå at påføre dit barn skyldfølelse, men få barnet til at føle sig ansvarlig.
- Fokuser på mobningen ikke på barnet, løsninger frem for problemet.
- Få barnet til at fortælle, og find ud af hvad barnet tror der sker.
- Beskriv hvordan du ser situationen, og hvad du mener om den.
- Forklar klart og tydeligt at det er i orden at forsvare sig selv, men ikke at mobbe.
- Forklar hvordan det mobbede barn føler.
- Kontakt straks skolen og find ud af hvordan dit barn opfører sig i skolen. Vent ikke til næste forældremøde. Bed skolen om at følge op, og bed om at få besked om resultatet.

## Gode ideer/links:

### Indskoling:

- "Den gode stol" - sig kun gode ting om og til hinanden.
- "Rundkreds" giver kendskab til hinanden og øger trygheden. Hvad kan vi lide, hvad oplever vi, hvad tænker vi, hvad er jeg god til
- Forskellige fælles regel-lege: ex. "frugt-salat", "banke bøf", "blinke-morder"
- Generelle aktiviteter i klassen om tegne tegninger, rappe, synge, danse, samtale om ex.:
  - "Hvad er en god ven?", "Hvordan hjælper man hinanden?"
  - Rollespil
  - Dukketeater
  - Regler for fødselsdage

### Mellemtrin og udskoling

- Forum-teater
- Film og bøger om mobning og børns sociale liv
- Spørgeskema-undersøgelser
- Rollespil

### Lærerne

- Sociogram - kortlægning af klassens sociale liv og interne grupperinger
- Fælles holdninger og opstillinger af sociale mål
- Trivselsregler

### Forældrene

- De gode råd til forældre (se bilag)
- Værdi-spil om ansvar og værdier i klassen

### Links

- [www.kidsandmedia.dk](http://www.kidsandmedia.dk)
- Center for digital pædagogik/Cyberhus: [www.cfdp.dk](http://www.cfdp.dk)
- [www.mobbeland.dk](http://www.mobbeland.dk)

### Litteraturhenvisninger:

- Byreus Katrine: "Du har hovedrollen i dit liv"
- Hansen, Helle Rabøl: "Mobbeland"
- Roffey, Tarran, Majors : "Er du min ven? Om børns venskaber"