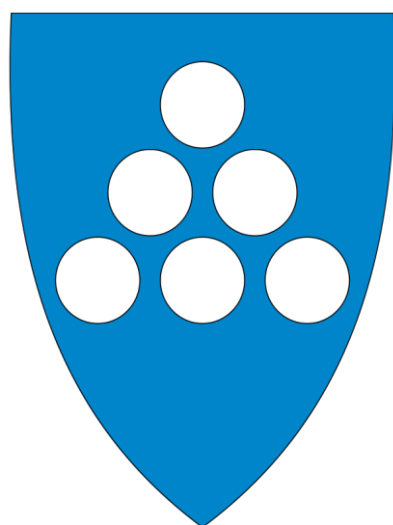


# BOKN BARNE- OG UNGDOMSSKULE



**Plan for forebygging av  
mobbing og trakassering**

# BOKN BARNE- OG UNGDOMSSKULE

***Bokn skule har og vil i framtida ha eit sterkt fokus på mobbing og krenkande handlingar mot elevar. I opplæringslova, §9a, står det om elevane sitt skulemiljø:***

## *§ 9a-1. Generelle krav*

Alle elevar i grunnskolar og vidaregåande skolar har rett til eit godt fysisk og psykososialt miljø som fremjar helse, trivsel og læring.

## *§ 9a-2. Det fysiske miljøet*

Skolane skal planleggjast, byggjast, tilretteleggjast og drivast slik at det blir teke omsyn til tryggleiken, helsa, trivselen og læringa til elevane.

Det fysiske miljøet i skulen skal vere i samsvar med dei faglege normene som fagmyndighetene til ei kvar tid anbefaler. Dersom enkelte miljøtilhøve avvik frå desse normene, må skulen kunne dokumentere at miljøet likevel har tilfredsstillande verknad for helsa, trivselen og læringa til elevane.

Alle elevar har rett til ein arbeidsplass som er tilpassa behova deira. Skulen skal innreiast slik at det blir teke omsyn til dei elevane ved skulen som har funksjonshemmingar.

Dersom ein elev eller forelder, eller eit av råda eller utvala ved skulen der desse er representerte, ber om tiltak for å rette på fysiske miljøtilhøve, skal skulen snarast mogleg behandle saka etter reglane om enkeltvedtak i forvaltningslova. Om skulen ikkje innan rimeleg tid har teke stilling til saka, vil det likevel kunne klagast etter føresegnene i forvaltningslova som om det var gjort enkeltvedtak.

## *§ 9a-3. Det psykososiale miljøet*

Skulen skal aktivt og systematisk arbeide for å fremje eit godt psykososialt miljø, der den enkelte eleven kan oppleve tryggleik og sosial tilhøyring.

Dersom nokon som er tilsett ved skulen, får kunnskap eller mistanke om at ein elev blir utsett for krenkjande ord eller handlingar som mobbing, diskriminering, vald eller rasisme, skal vedkommande snarast undersøkje saka og varsle skuleleiinga, og dersom det er nødvendig, og mogleg, sjølv gripe direkte inn.

Dersom ein elev eller forelder ber om tiltak som vedkjem det psykososiale miljøet, deriblant tiltak mot krenkjande åtferd som mobbing, diskriminering, vald eller rasisme, skal skulen snarast mogleg behandle saka etter reglane om enkeltvedtak i forvaltningslova. Om skulen ikkje innan rimeleg tid har teke stilling til saka, vil det likevel kunne klagast etter føresegnene i forvaltningslova som om det var gjort enkeltvedtak

Definisjon på mobbing: ***«Med mobbing eller plaging forstår vi psykisk og/eller fysisk vold rettet mot et offer, utført av enkeltpersoner eller grupper. Mobbing forutsetter et ujevnt styrkeforhold mellom offer og plager, og at episodene gjentas over tid.»***

*Bokn skule er ein «OLWEUS» skule. Det vil seie at skulen fylgjer ein «mal» om korleis ein skal handtera ei melding om mobbing, og kva ein kan gjere for å førebyggja mobbing.*

*Programmet er eit tiltaksprogram som kan vise til vitskapeleg dokumentert effekt. Framfor alt handlar dette programmet om dei vaksne sine haldningar, åtferd og rutinar, både på skulen og heime.*

**Olweusprogrammet mot mobbing og antisosial åtferd har som mål å:**

- Auka bevisstgjerjing og kunnskap om mobbeprobem, samstundes vil ein og fjerna myter og årsaker til mobbing.
- Få lærar og foreldre til aktivt å engasjera seg.
- Gje støtte til og effektiv vern til den som er utsett for mobbing.
- Innføre nokre enkle og klåre reglar mot mobbing:
  - Me skal ikkje mobbe andre.
  - Me skal forsøka å hjelpa andre som blir mobba.
  - Me skal vere saman med elevar som er aleine.
  - Viss me veit om nokon som blir mobba, skal me seie det til læraren eller ein annan voksen. Me skal og fortelje det heime.

#### **Tiltak på skulenivå:**

- Elevundersøking med spørjeskjema.
    - Innblikk.
    - Spørjeskjema som vert fylt ut av eleven før foreldre/elevsamtale.
  - Felles markering av satsinga av arbeidet mot mobbing.
    - Klassane har egne markeringar og samtalar om mobbing
    - Morgonsamlingar
  - Høg vaksentettleik i friminutta:
    - Dørene på skulen blir låst opp for elevane 08.05. då er det vaktar på alle trinn. Det er ekstra vakt på born som har vedtak på dette.
    - Elevane får hente ut leiker, leikar på lekeplassen og i naturområde som tilhøyrar skulen.
    - Det er alltid åtte vaktar i friminutta, som er jamt fordelt på trinna. Det er og eigen vakt kun i ballbingen.  
På stadar der mange born samlar seg(slå ball)er det ei fast vakt. Av og til har me såkalla «raud eller blå vakt», det vil seie at det er born me skal ha eit særskilt auge på. Då vert det sett inn ekstra vakt på det/dei borna.
- 
- Det er to bussvakter på kvar bussavgang. Elevane er delt opp i to grupper. 1 – 7. klasse i ei gruppe+ ei vakt. 8 – 10.klasse + ei vakt i ei gruppe.
- Oppretting av samordningsgruppe på skulen.
    - Tverrfagleg gruppe: Rektor, helsesyster, sosialrådgjevar og barnehagestyrar.
    - Plangruppe: Rektor, inspektør, PP koordinator, trinnleiarer, sosialrådgjevar.
  - Pedagogiske samtale grupper.
    - Kvart trinn har egne møter ein gong per veke. Møtet blir leia av trinnleiar.

---

---

### Tiltak på gruppenivå:

- Skulereglar mot mobbing – ros og sanksjonar.
  - Det er hengt opp klassereglar i kvart klasserom. Dei blir regelmessig lese opp.
- Klassemøter – lærar og elevar.
  - Kontaktlærar har «Klassens time» etter behov.
  - Elevrådsmøter
- Foreldremøte.
  - Foreldremøter vår og haust (fast)
  - Foreldremøter med ulike tema.

### Tiltak på individnivå:

- Samtaler med mobbere og mobbeutsatte.
  - Når det blir meldt i frå om mobbing eller mulig mobbing, vil dei involverte bli henta inn til samtale. Fyrste samtale er med rektor og inspektør, og alle involverte vil få høve til å forklara kva som er skjedd. Viss det vert sett som naudsynt, vil ein fylgje opp med tre nye samtalar, då med inspektør og sosialrådgjevar.
- Samtalar med foreldre til innblanda elevar.
  - Foreldra skal – og vil få beskjed om det har skjedd noko som ein ser alvorleg på. Viss skulen meiner det er ekstra alvorleg, vil foreldra bli innkalla til eit møte.
- Individuelle tiltaksplanar.
  - Når det vert meldt om mobbing, skriv rektor, om det er nødvendig, eit enkelt vedtak for eleven det gjeld.
  - Tiltak vert sett opp i vedtaket.
  - Tiltak som er aktuelle:
    - ‘ samtalar med begge partar med sosialrådgjevar
    - ‘ ekstra vakt for den som har vert mobba
    - ‘ ekstra vakt på den som mobbar

***Skulen har som mål at alle elvane skal ha ein god og trygg skuledag, og at ingen skal oppleve mobbing og trakassering. Dei vaksne på skulen har eit ansvar for at elevane kan føle meistring, både fagleg og sosialt. Når det er påvist at det skjer mobbing:***

### Handlingsplan når det er mistanke om mobbing:

	Observasjon / konklusjon	Tiltak som skal gjerast	Ansvar for tiltaket	Utført; dato og sign.
1	Eleven synest isolert frå dei andre i friminutta, eventuelt også i andre situasjonar.  Ingen har rapportert om sosial isolering eller andre former for mobbing. Usikkert om det gjeld mobbing.	Varsle elevens kontaktlærer og sosialrådgjevar.  Lever dette skjemaet til eleven sin kontaktlærer med påteikning (på baksida) av kva saka gjeld.  Lever rektor <b>kopi</b> av skjemaet	Den som har gjort obser- vasjonen.	
		Kontakte andre lærarar/ass. som arbeider med eleven, for å samle informasjon	Kontakt- lærer	
		Organisere ein diskre men intensiv og kortvarig observasjon av korleis dei andre elevane møter eleven.	Kontakt- lærer	
		Lage eit notat (på baksida) og informere rektor.	Kontakt- lærer	
2	Dersom konklusjonen er at eleven ikkje er sosialt isolert eller på annan måte mobba.	Den som varsla/starta saka blir informert om resultatet.  Notatet blir makulert. Saka blir avslutta.	Rektor	
3	Dersom det er framleis er usikkert om dette er mobbing.	Intensiverte observasjonar i timane og i friminutta.	Kontakt- lærer	
		Kontakt med foreldra.	Kontakt- lærer	
		Trivselsundersøking i klassen med bruk av mellom anna intervju og sosiometrisk metode.	Kontakt- lærer	
		Lage eit notat og informere rektor om situasjonen.	Kontakt- lærer	
4	Dersom konklusjonen er at miljøet i klassen er bra, og eleven ikkje er sosialt isolert eller på annan måte mobba.	Den som varsla/starta saka blir informert om resultatet. Foreldra blir kontakta (av kontaktlærer). Notatet blir arkivert i elevmappa. Saka blir avslutta.	Rektor	
5	Dersom det framleis er usikkert om dette er mobbing.	Det blir søkt hjelp, til dømes frå PPT, og det skal setjast inn tiltak for å betre miljøet rundt eleven.	Rektor	
		Den som varsla/starta saka blir informert om resultatet. Foreldra blir orientert (av kontaktlærer). Saka blir avslutta som	Rektor	

		einskildsak og arkivert, men observasjonane skal halde fram parallelt med at tiltaka for å betre miljøet rundt eleven. Ved eventuelle nye episodar som skaper bekymring skal det opnast ny einskildsak.		
6	Ved avslutning av perioden med tiltak for å betre klassemiljøet.	Dei som har vore involvert blir informert om avslutning og resultat	Rektor	

Handlingsplan når det er påvist at mobbing skjer:

	Observasjon / konklusjon	Tiltak som skal gjerast	Ansvarleg for tiltaket	Utført (dato og sign.)
7	Det er påvist at det skjer mobbing, men mobbinga er utan dramatiske innslag	Lage eit notat om situasjonen, informere rektor.	Kontaktlærer	
		Ha samtale med den som blir mobba og med foreldra	Kontaktlærer	
		Gjere avtale med den som blir mobba og med foreldra om det som skal skje vidare.	Kontaktlærer	
		Rektor og/eller kontaktlærer har samtale med dei som mobbar	Rektor	
		Rektor og/eller kontaktlærer har samtale med foreldra til dei som mobbar	Rektor	
		Oppfølging med observasjon av utviklinga vidare.	Kontaktlærer	
		Ny kontakt med foreldra og eleven etter ei tid for å høyre korleis det går.	Kontaktlærer	
8	Dersom utviklinga i saka er tilfredsstillande	Den som varsla/starta saka blir informert om resultatet. Foreldra blir informert. Notata blir arkivert i elevmappa. Saka blir avslutta.	Rektor	
9	Dersom utviklinga i saka ikkje er tilfredsstillande	Varsle rektor.	Kontaktlærer	
		Kontakt med foreldra. Ta avgjerd om vidare saksgang. (Saka kan ikkje avsluttast før utviklinga er tilfredsstillande)	Rektor	

*Skulen meiner at det å kunne ta omsyn til kvarandre og vise omsorg, er førebyggjande mot mobbing og utestenging.*

### **Oktober:**

Basar - Til inntekt for årets TV-aksjon. Alle elevane har oppgåver knytt til dette, og dei må samarbeide på tvers av klassetrinna. Det blir laga gevinstar og mat som vert lodda ut og seld.

### **Desember:**

Juleverkstad - Det vert sett av ein dag til dette. Elevane kan velje kvifor ein stasjon dei vil vere på. Gruppene blir sett saman med elevar frå alle trinn.

Juleavslutning - Heile skulen deltek i dette, enten at elevane opptrer, eller er scenearbeidar. Dei har og ansvar for mat og rydding. Foreldra vert invitert på dette arrangementet.

### **Februar:**

Karneval - Mykje dans og musikk. Opptog gjennom skulen. Det er premie for beste kostyme. Mat og drikke er gratis for alle elevane.

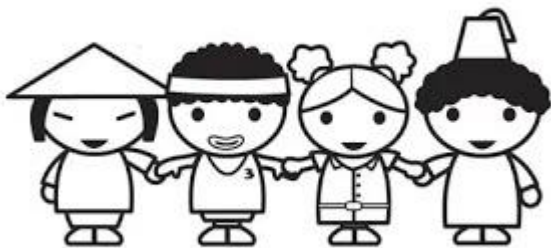
### **April:**

Matematikkdagen - Matematikkoppgåver som både er teoretiske og praktiske.

### **Juni:**

Friidrettsdag – Det vert lagt opp til mange forskjellige øvingar. Dagen vert avslutta med ein fotball – eller vollyballkamp mot lærarane.

Dessertbord – Siste skuledag. lærarane lagar mange ulike dessertar til elvane.



*Skulen har og ulike verktøy som kan avdekka mobbing og utestenging, endra haldningar og styrka born mentalt.*



## **Innblikk:**

Er eit verktøysskjema/kartleggingsskjema som er utarbeida av senter for åtferdsforskning i Stavanger for å førebygge og avdekke skjult mobbing. Dette skal vere eit førebyggjande lavterskeltilbod for alle elevene ved Bokn skule.

*«Forskning viser at det er større sjanse for at dei vaksne grip inn og stoppar det som skjer når mobbing har ei fysisk eller direkte verbal karakter, enn når plaginga føregår på ein meir indirekte måte. Den store utfordringa når det gjeld skjult mobbing, er å få tak i kva som faktisk skjer mellom dei elevene det gjeld.*

*INNBLIKK er det å forstå samspillet mellom elevar.*

*Skjult mobbing kan være svært vanskeleg å oppdaga.*

Når ein brukar INNBLIKK, vil det være enklare for skulen å setja i gang tiltak som fremjar eit positivt psykososialt skulemiljø.

## **Psykologisk førstehjelp:**

Psykologisk førstehjelpskrin er eit skrin som kan vere til hjelp for born for å lære seg å takle situasjonar som kan opplevast som vanskelege. Born treng av og til hjelp til å handtera følelsar. I denne metoden er tanken at det ein kan klare i saman med foreldra og lærerar, skal ein klare sjølv etter kvart. Dette vil og kunne gje born meir sjølvtilitt og styrka dei.

Det viktigaste i denne metoden er at ein skal få det betre ved å ta styring over tankane sine og få kontroll over kva ein gjer når de vanskelige kjenslene blir for sterke.

Omgrepa *grøne og raude tankar* vert brukt som eit hjelpemiddel mot å skilje mellom dei tankane som hjelper oss og dei som skaper trøbbel for oss.

Tanken er å få dei grønne tankene til å vinne over de røde tankene slik at barnet kan se at det dei er redde for ikke er så farlig likevel.

## **Marius Mus:**

Er eit samtaleverktøy. Det er samtalebilete som tar opp forskjellige tema. Av og til skjer det ting som borna opplev som vanskeleg. Då kan dei ha eit ekstra behov for å bli høyrd og sett. Når me brukar desse samtalebileta, kan det vere lettare å fortelje kva som plagar dei.

## Art:

ART står for **Aggression replacement training**, og er eit program for trening av sosial kompetanse.

Programmet er multimodalt, det vil seie at det vert jobba med fleire ulike delar for å utvikle sosial kompetanse.

ART består av 3 komponentar:

- **Sosial ferdigheitstrening:**  
Lære prososiale ferdigheiter (ferdigheit som er positiv, konstruktiv og hjelpande) slik at ein kan handtere dagleglivets utfordringar (å be om hjelp, å reagere på erting, å stå i mot press).
- **Sinnekontroll:**  
Lære å kjenne att eigne og andre sine følelsar, handtere sinne (unngå å kome i trøbbel).
- **Moralsk resonneringstrening:**  
Diskutere moralske dilemma og aldersrelevante tema (utvikle evne til moralsk tenking).

## Morgonsamling:



*Alle elevane har rett på eit godt og trygt psykososialt miljø. Dei har og rett til å føle seg verdsett, bli sett og høyr. Samstundes så har elevane og eit ansvar for at alle har det bra på skulen vår. Morgonsamlinga skal vere med på å fremje eit positivt skulemiljø*

*Skulen vil starte opp med morgonsamlingar etter haustferien. Me er visse på at dette er eit godt tiltak mot mobbing og utestenging.*

**Program for morgonsamlinga:**

**MORGONSAMLING 1.-4. KLASSE**

- Velkommen.
- Song/dans
- Oppsummering frå sist gong.
- Filmsnutt/samtale
- Tema.
- Klasseinnslag. Kort innslag.
- Diplom til elevar som har gjort noko bra i skulen.
- Påskjøningskort. Ta opp den klassen som har flest påskjøningskort, ut i frå prosent.
- Diplom til den med mest påskjøningskort.
- Avslutt med song.

**MORGONSAMLING 5.-7. KLASSE**

- Velkommen.
- Song/dans (ein song med armrørsle)
- Oppsummering frå sist gong.
- Filmsnutt/samtale
- Refleksjon.
- Tema.
- Klasseinnslag.
- Diplom til nokon som har gjort noko bra på skulen.
- Påskjøningskort. Ta fram den klassen som har mest kort, ut i frå prosent.
- Diplom til den med mest påskjøningskort.
- Avslutt med song/dans.

**MORGONSAMLING 8-10. KLASSE (kun 8. klasse i 2017-2018)**

Desse morgonsamlingane er eit samarbeid mellom skulen og helsesyster. Her tar me opp ulike tema som går på psykososialt miljø, ungdomstid og psykisk helse.

## **MOT:**

MOT i ungdomskulen er eit heilhetleg pedagogisk program. Elevane møter MOT 14 gonger over tre år. Besøka har ein varighet på 1 – 2 ½ time.

*«Gjennom dialog, øvelser, rollespill og ung til ung-formidling bevisstgjøres ungdom til å ta vare på hverandre og ta egne valg».*

MOTs målgruppe er alle ungdommar der ein skule eller kommune har inngått ei partneravtale med MOT. Det er dokumentert at MOT har effekt på fleire område:

- Sjølvtilitt, optimisme og mot hos ungdom.

- I tillegg blir opplæringskvalitet og læringsorientering styrka ved bruk av MOT.

MOT førebygg hyppig mobbing, mistrivsel, gruppepress, einsamhet og rusmisbruk. MOT vernar òg mot dei mest negative utslaga i ungdomstida.

## **Politiet si ungdomsgruppe:**

Skulen samarbeider òg med politiet si ungdomsgruppe. Denne gruppa har fokus på førebygging mot mobbing og det å bevega seg mot kriminelle miljø. I kvart distrikt er det ein kontaktperson som skulen kan henvenda seg til om det er naudsynt. Dei har lang erfaring med å møta ungdommar. Saman med foreldre, skule og andre organisasjonar der born og unge er med, skal me skapa trygge oppvekstvilkår som sikrar at ungdom er bevisste i forhold til gråsoner og miljø som skaper grobott for kriminalitet.

## **Skulehelsetenesta ved Bokn skule:**

Skulehelsetenesta er ofte et bindeledd mellom skulen og familien. Helsesøster tar kontakt med lege etter behov og ønskje, og kan og hjelpe til med å formidle kontakt med andre hjelpeinstansar, for eksempel fastlege, psykisk helseteneste, fysioterapeut, PPT, barnevernsteneste og spesialisthelsetenesta.

Helsesyster i Bokn har i tillegg vidareutdanning i psykososialt arbeid for barn og unge og har dermed mykje kompetanse i psykiske helse hos barn.

Skulehelsetenesta gir tilbud om:

- Støttesamtaler (til elever som opplev å ha det vanskeleg på skulen eller i familien, for eksempel ved mobbing, sorg, vennskap, etter ein skilsmisse eller ved sjukdom i familien og samtaler vedrørande psykisk helse)
- Veiledning til foreldre og lærarar
- Helsesyster deltar fast på møter i tverrfaglig gruppe for born og unge(fagteam)
- Saman med skulen sitt øvrige personale, har skulehelsetenesta ansvar for å følgje opp elevar med spesielle behov og tilretteleggje tilhøva best mogleg
- Miljøretta tiltak med fokus på arbeidsmiljø til elevane

## **Sosialrådgjevar:**

Tilbyr samtaler og er med på å planlegge, og å setje i gang tiltak mot mobbing.

Sosialrådgjevar har eit tett samarbeid med Skulehelsetenesta og er med i tverrfagleg gruppe

*På denne nettsia kan du mellom anna få råd om kva du kan gjere:*

- *Viss du vert mobba.*
- *Viss du kjenner nokon som vert mobba.*
- *Viss barnet ditt vert mobba.*



## Dine rettigheter:

### Du har rett til å ha det bra på skulen

Viss du ikkje har det bra, har du rett til hjelp frå dei vaksne på skulen. Dette står i ei lov som heiter opplæringslova.

### Du bestemmer om du har det bra

Rektor, lærarar eller andre elever kan ikkje vite betre enn deg korleis du har det på skulen. Viss du meiner at du ikkje har det bra, skal rektor og dei andre som jobbar på skulen ta deg alvorleg og hjelpe deg.

### ***Kan rektor eller ein lærar la vere å gjere noko fordi ho/han meiner at det ikkje skjer mobbing på skulen?***

Nei. Det er di oppleving av korleis du har det som betyr noko.

### Det treng ikkje vere mobbing for at du skal få hjelp

Det held at du ikkje har det bra. Det kan til dømes vere at du er einsam, ikkje har venner eller gruer deg til å gå på skulen.

### Vaksne på skulen skal stoppe mobbing og plaging

Viss ein vaksen på skulen veit om – eller trur – at du eller andre elevar blir mobba eller plaga, skal ho eller han alltid:

- stoppe det med ein gong.
- undersøke det som har skjedd.
- sei frå til rektor.

Rektor skal hjelpe deg. Ho eller han har ansvar for at mobbinga og plaginga ikkje fortsetter og at du får det bra. Rektor skal fortelle foreldra dine kva som har skjedd og kva skulen skal gjere.

### Alle barn har rett til å seie si meining og bli høyrd

Det står i FN sin barnekonvensjon. FN sin barnekonvensjon er ein avtale mellom de fleste land i verda og seier noko om korleis barn skal ha det. Norge har skrive under på denne avtalen.

Når vaksne på skulen vurderer kva dei må gjere for at mobbinga skal stoppe, og du skal få det bra, skal dei spørje korleis du har det og lytte til kva du meiner. Du treng ikkje svare viss du ikkje vil.