

Arbeid mot mobbing

Veileder for ansatte og ledere i grunnskolen





Denne veilederen har vi laget for deg som er ansatt eller leder på en skole, for å hjelpe deg i arbeidet mot mobbing. Her finner du en oversikt over skolens ansvar og tips om hvordan dere kan forebygge, avsløre og løse mobbesaker.

HVA ER MOBING?

I Elevundersøkelsen er mobbing definert slik:

... gjentatt negativ eller «ondsinnert» atferd fra en eller flere rettet mot en elev som har vanskelig for å forsvare seg. Gjentatt erting på en ubehagelig og sårende måte er også mobbing.

Stikkordene her er ondsinnert og ulikt styrkeforhold.

HVA GJØR AT ELEVER MOBBER ANDRE, OG HVA ER RESULTATENE?

Hovedmotivene for at en elev mobber er at han eller hun opplever makt og tilhørighet. Elever som blir utsatt for mobbing, er i en vanskelig situasjon. De kan raskt få en forringet livskvalitet, og mobbing kan hindre utviklingsmulighetene. Den som blir mobbet, risikerer alvorlige skader både på kort og lang sikt. En mobbesituasjon har en tendens til å vare over lang tid, og kan føre til alvorlige skader dersom ingen stopper den.

DERE SOM ANSATTE HAR ANSVAR FOR Å FOREBYGGE OG STOPPE MOBING

Det er ingen tvil om at dere som er ansatte og ledere på skolen, har ansvar for å forebygge og stoppe mobbing. For å klare dette må dere bygge opp en handlingskompetanse i arbeid

mot mobbing. Dere må sette av tid til å drøfte temaet, og utarbeide skriftlige planer for hvordan dere skal opptre. Planen må dere følge i det daglige arbeidet, og den må evalueres.

Dersom dere trenger hjelp til å komme i gang med arbeidet mot mobbing, kan et program være til hjelp. Olweus- og Zero-programmet er utviklet spesielt for å bygge opp et systematisk arbeid mot mobbing. Dersom dere har en god og stabil ledelse, en organisasjon som lett implementerer endringer, og et godt system, kan dere fint greie å bekjempe mobbingen på egen hånd.

I arbeidet mot mobbing må dere legge vekt på

- å bygge opp et godt læringsmiljø på hele skolen
- å følge nøye med på det som skjer på skolen for å avdekke mobbing
- å løse mobbesaker raskt
- å ha kontinuitet i arbeidet mot mobbing og prioritere det høyt

Det er viktig at dere involverer hele skolemiljøet. Dere må engasjere elever og foreldre i arbeidet, og alle må få en forståelse av hvor viktig arbeidet mot mobbing er. Dersom alle parter har et eierforhold til arbeidet og deltar aktivt, er sjansen for å lykkes større. Særlig

viktig er det at foreldre deltar. Uten dem er det vanskelig å få slutt på mobbingen.

Alle må settes i stand til å gå aktivt inn i det forebyggende arbeidet, i avdekkingen og i problemløsningen. De ansatte skal støtte hverandre og stille krav til hverandre om deltakelse.

Autoritativt lederskap må praktiseres av de ansatte. Det vil si at alle skal møtes med respekt, en skal vise omsorg for elevene og stille krav ut fra innarbeidede normer for atferd. Skolen må være preget av en felles god praksis blant de ansatte i møtet med elevene og foreldrene. Elever må få ros for positiv atferd, men må irettesettes når de går over grensen for akseptabel atferd.

SPESELT FOR REKTOR

Dersom dere skal kunne redusere mobbingen, er det helt nødvendig at skoleledelsen går foran og leder arbeidet med å skape en skole med et godt læringsmiljø uten mobbing.

Du som er rektor, må

- følge opp rutinene som dere utarbeider
- sørge for kompetanseutvikling
- sørge for informasjon til alle berørte parter
- sette mobbingen på dagsorden og sørge for at det er kontinuitet i arbeidet
- bestemme om det skal fattes enkeltvedtak i mobbesaker
- følge opp alle klager på de ansatte, for eksempel om lærere som mobber elever
- ta imot varsler om mobbesaker, og sette i gang et arbeid for å løse saken

HVA SIER LOVEN OM MOBING?

I formålsparagrafen for skolen, opplæringsloven § 1–1 siste ledd, står det:

... Skolen og lærebedrifta skal møte elevane og lærlingane med tillit, respekt og krav og gjø dei utfordringar som fremjar danning og lærelyst. Alle former for diskriminering skal motarbeidast.

Opplæringsloven kapittel 9a handler om elevenes læringsmiljø. I § 9a–1 står det at:

... «alle elevar i grunnskolen og vidaregåande skolar har rett til eit godt fysisk og psykososialt miljø som fremjar helse, trivsel og læring».

Det betyr at ingen former for trakassering og mobbing skal tolereres. Ifølge opplæringsloven § 9a–3 har både ansatte og ledelse ansvar for at krenkelser og mobbing opphører straks. Rektor har ansvaret for at skolen jobber kontinuerlig og systematisk med skolemiljøet (§ 9a–4 i opplæringsloven).

Alle ansatte på skolen må sette seg inn i det som står i kapittel 9a i opplæringsloven. Se rundskrivet Udir 2–2010 «Retten til et godt psykososialt miljø etter opplæringsloven kapittel 9a».

1.

Forebyggende arbeid

Et godt psykososialt miljø og et godt læringsmiljø forebygger mobbing. En forutsetning for at dere skal kunne skape et godt miljø, er planmessig, forebyggende arbeid. Ideer til dette finnes i «Materiell for helhetlig arbeid med læringsmiljøet» som er publisert på www.udir.no/laringsmiljo.

Utdanningsdirektoratet har kommet fram til at følgende faktorer er grunnleggende for å utvikle og opprettholde et godt læringsmiljø på skolen. Disse faktorene kommer fram i forskning på elevenes læringsmiljø.

God ledelse, organisasjon og kultur for læring på skolen: At skolen som organisasjon har god ledelse og preges av en kultur for læring, har en indirekte effekt på elevens læringsmiljø og læring. En solid ledelse og organisasjon er en forutsetning for at arbeidet med elevenes læringsmiljø foregår systematisk og kontinuerlig, og at skolen tar i bruk mer forskningsbasert kunnskap.

Lærerens evne til å lede klasser og grupper: Lærerens evne til å lede klasser og grupper er en av de viktigste faktorene i arbeidet mot mobbing og for å skape gode læringsmiljø. God klasseledelse kjennetegnes av en tydelig struktur i undervisningsforløpet og formulering av tyde-



lige mål for elevenes læring og læringsmiljø. Du som lærer må ha høye forventninger til elevene og gi dem konstruktive tilbakemeldinger både faglig og sosialt. For å kunne gi tilbakemeldinger på elevenes atferd er det viktig at skolens ordensreglement er innarbeidet i klassen.

Positive relasjoner mellom elev og lærer: Den autoritative læreren har stor relasjonell kompetanse. Han eller hun bygger bevisst opp en positiv relasjon til hver enkelt elev, og elevene opplever at læreren bryr seg, viser omsorg og støtter dem slik at de opplever trygghet og tillit og blir sett av læreren. Læreren stiller rettferdige krav til elevene, og roser og korrigerer ut fra klassens kjente og faste normer.

Læreren med stor relasjonell kompetanse har flyttet fokuset fra eleven til samarbeidet og relasjonen, og har gått fra egenskapsforklaringer til relasjonsforklaringer. Læreren skaper engasjement og motivasjon for læring og bidrar til god selvfølelse hos elevene.

Positive relasjoner og kultur for læring blant

elevene: Elever som blir sett og anerkjent av læreren, blir trygge også i forhold til andre elever. Kulturen i elevgruppa har betydning for både læring og væremåte. En klasse med kollektiv vi-følelse og et godt samarbeid vil skjerme om og beskytte hverandre og ikke tolerere at noen blir plaget eller krenket. Elevene blir trent i å løse konflikter, og uenighet oppleves ikke som en trussel. De vil oppleve det som positivt å være aktive og interesserte, og de vil akseptere ulikheter. Det er like greit å være flink som å ha faglige eller sosiale utfordringer

Godt samarbeid mellom skole og hjem:

Der som foreldrene og lærerne formidler de samme positive forventningene til elevene, blir det lettere for alle parter. Skolen og hjemmet må nærme seg hverandre og snakke samme språk. Når elevene opplever at de voksne setter de samme grensene for mobbing og asosial atferd, vil dette i seg selv virke forebyggende.

DU SOM ANSATT MÅ:

- Gi god informasjon i møtet med nye elever og foreldre.
- Være spesielt oppmerksom ved overgangene mellom barnehage og skole, og mellom de ulike trinnene.
- Ha inspeksjon og tilsyn i skolegården, i korridorene, på toalettene, i gymnastikkavdelingen og i SFO. Du må også spørre om hva som skjer på skoleveien og i skolebussen.
- Ta opp temaet mobbing i klassemøtene og engasjere elevene i arbeidet. Kravene dere har til holdninger og atferd, må samsvare med generelle normer og den standarden elevene opplever på skolen.
- Gjøre elevene bevisste på hvordan mobbingen foregår, om de ulike rollene elevene kan ha, at det ikke er tillatt å mobbe, hvordan det oppleves å bli mobbet, og at mobberen også tar skade av å mobbe.
- Ta opp tilskuerrollen. Passive elever forsterker mobbesituasjonen, og elevene bør lære hvordan tilskuere kan hjelpe til med å få slutt på mobbingen.
- Ta opp mobbing ved hjelp av mobiltelefon og Internett spesielt. Dette temaet bør dere også behandle på foreldremøtene med jevne mellomrom.

2.

Hvordan kan vi avdekke mobbing?

Mesteparten av mobbingen foregår uten at voksne er til stede. Det kan være vanskelig å oppdage, og svært mange av elevene som blir mobbet, sier ikke ifra om det som foregår. Dere må derfor være aktive på mange måter for å kunne avdekke mobbing. Her er noen aktiviteter dere bør gjennomføre for å avdekke mobbing.

- Dere bør gjennomføre en årlig anonym spørreundersøkelse eller bruke data fra Elevundersøkelsen. Resultatet bruker dere i evalueringen av skolens arbeid og når dere drøfter forebedringstiltak for neste skoleår.
- Dere må fokusere på *kvaliteten* i samspillet mellom elevene. For å gjøre dette bør dere trene på direkte observasjon og på å bruke forskjellige kartleggingsverktøy.
- Dere må prioritere å være til stede og føre tilsyn i friminuttene. Elevene må vite hvordan dere reagerer på problematferd, og dere må være forutsigbare.
- Dere må ta opp mobbing i de individuelle samtaler dere har med elevene, i ukentlige evalueringer i klassen, i foreldresamtalene og på foreldremøter.
- Meldinger om mobbing fra elever og foreldre skal dere alltid ta på alvor.
- Ved mistanke om mobbing må dere intensivere observasjonen, undersøkelser og innhenting av opplysninger.



- For å avdekke «skjult mobbing» må dere arbeide intenst og systematisk over tid. Blant annet må dere observere elevene og ha samtaler med elever, foreldre og eventuelt andre. I tillegg kan dere bruke kartleggingsmaterieell for å få oversikt over det «spillet» som foregår.

NY TEKNOLOGI OG MOBING

Mobbing ved hjelp av mobiltelefon og Internett foregår mest utenfor skolen. Dere må likevel ta opp denne formen for mobbing på skolen.

- Dere bør ha regler for bruk av mobiltelefon og Internett på skolen i ordensreglementet.
- Følg med i bruken og grip inn når elevene bryter reglene.
- Arbeid målbevisst for å lære elevene god nettbbruk.

Siden mobbingen foregår utenfor skolen, kan det bli aktuelt å samarbeide med foreldre, politi og andre for å løse digitale mobbesaker. Mange elever som er utsatt for tradisjonell mobbing på skolen, er også utsatt for digital mobbing.

3.

Hvordan løser vi mobbesaker?

Skolen skal være mobbefri. For å klare dette er det viktig at sakene som oppstår, løses raskt. Dere som er ansatte, må kunne gå konstruktivt inn for å løse mobbesaker. Dere har også en plikt etter opplæringsloven til å bidra til å bekjempe mobbing. Mange er usikre på hvordan de skal håndtere en mobbesak. Derfor er det viktig at alle ansatte på skolen trener på hvordan en sak løses. Dette er rektors ansvar. Dersom du som ansatt på skolen står overfor en mobbesak, skal du gi beskjed til rektor. Vi anbefaler at rektor deltar sammen med de ansatte for å løse saken.

Det er viktig at både rektor og ansatte møter alle involverte med respekt. De som blir mobbet, skal oppleve ansatte som ivaretar dem og som er trygge og tydelige. De som mobber, skal møte ansatte som klart tar avstand fra det som er gjort, men som viser elevene respekt og har forventninger om endret atferd. Alle involverte foreldre skal oppleve ansatte som viser dem og barna deres respekt.

OPPFØLGING AV DEN SOM BLIR MOBDET, DEN SOM MOBBER OG DERES EGET ARBEID

Mobbesaker kan foregå i lang tid på skolen. Dette er ikke akseptabelt. Jo lenger mobbingen varer, jo større skade tar den som blir mobbet. Det er viktig å forsikre de som blir utsatt for



mobbing, om at dere som er voksne følger med og vil gripe inn dersom mobbingen fortsetter. Den som har blitt plaget, trenger hjelp til å bearbeide de vonde opplevelsene. Det kan være aktuelt å trekke inn ekspertise, for eksempel psykologhjelp. Dere må også jobbe for å få den som ble mobbet, inkludert i klassen

Mobbere trenger hjelp til å utvikle en sosialt akseptabel atferdsmåte. Dere må derfor følge utviklingen, vurdere den enkeltes oppvekstsituasjon og eventuelt be om hjelp fra PP-tjenesten, barnevernet eller andre. Forskning viser at mobbere har vanskelig for å greie seg i livet dersom de ikke blir stoppet på et tidlig tidspunkt og får passende hjelp.

Dere må sammen vurdere deres eget arbeid i etterkant av mobbesaker for å lære av det som skjedde, øve mer for å bli bedre rustet til å møte neste sak og friske opp det kontinuerlige arbeidet med læringsmiljøet.

MÅL FOR Å LØSE MOBBESAKER

Følgende mål for å løse mobbesaker har gitt gode resultater. Rektorer og ansatte bør gjennomføre disse punktene.

- 1.** Undersøkelser og observasjon for å skaffe informasjon.
- 2.** Samtaler med den som er blitt plaget, for å skaffe informasjon og gi støtte. Husk at en som er blitt mobbet, som regel underdriver.
- 3.** Samtale med foreldrene til den som er plaget.
- 4.** Samtale med den som mobber. Selv om det er flere som mobber, må dere snakke med én om gangen. Hensikten med samtalen er å gi beskjed om at mobbingen er uakseptabel og må stoppe umiddelbart. Dere inviterer så til samarbeid for å få slutt på mobbingen, gjør avtaler om hva som skal skje, og setter opp en ny samtale.
- 5.** Samtale med mobbernes foreldre hver for seg. Dersom foreldrene ønsker det, kan dere snakke med flere samtidig. Ikke la foreldrene selv ordne opp i elevgruppa.
- 6.** Enkeltvedtak. Rektor avgjør om det skal fattes enkeltvedtak når dere har oppdaget mobbing. Foreldre kan også be om at skolen gjør noe. Da må rektor treffe et enkeltvedtak.
- 7.** Sanksjoner og dokumentasjon. Sett inn sanksjoner overfor mobbere dersom det er nødvendig. Dere bør dokumentere sanksjonene.
- 8.** Oppfølging. Mobbesituasjonen følges inntil den opphører helt. Alle skal kunne gå på skolen sammen og oppleve sosial tilhørighet og trygghet. Etter en tid kan det være gunstig å ha en samtale mellom den som ble plaget, og mobberne. Ikke gjør dette for tidlig. Husk at det tar tid å komme over alvorlige krenkelser.
- 9.** Søk råd og hjelp om nødvendig. Bruk tilgjengelig ekspertise, PP-tjenesten eller andre ressurspersoner i kommunen. Dere kan også kontakte Statped dersom det lokale apparatet trenger assistanse.

4.

Vi må arbeide kontinuerlig mot mobbing

Arbeidet mot mobbing er viktig og må være en selvfølgelig del av deres daglige virke. På skolen skal dere ha et systematisk, bredt basert arbeid for et godt psykososialt miljø. Dette er også lovpålagt. For å sikre kontinuitet må dere ha en oppdatert plan mot mobbing på skolen. Planen skal være kjent for alle, og den skal vise hva de ansatte har ansvaret for.

Noen av aktivitetene kan dere sette inn som faste tiltak i skolens årshjul. Dette kan for eksempel være:

- god start om høsten for bevisst jobbing med læringsmiljøet
- arbeid og møter i skolemiljøutvalget
- arbeid i elevrådets regi
- arbeid i foreldregruppa
- egen mobbeundersøkelse eller gjennomgang av Elevundersøkelsen
- årlig gjennomgang og eventuell revisjon av planen mot mobbing

5.

Også lærere og andre ansatte mobber

Det er ikke bare elever som mobber hverandre. Mobbing forekommer overalt i samfunnet, også mellom voksne og elever. I Elevundersøkelsen oppgir 13 000 elever at de blir mobbet av sine lærere.

Dersom dere oppdager at en ansatt med ord eller handlinger trakasserer eller mobber enkelt-elever eller grupper av elever, er dette meget alvorlig for skolen. Rektor har personalansvaret for de ansatte og er ansvarlig for å følge opp alle klager. Rektor må behandle alle klagesaker om trakassering fra de voksne som en personalsak, og sørge for at dette opphører straks.

Nyttige ressurser og materiell i arbeidet mot mobbing

Bergkastet, Dahl og Hansen: Elevenes læringsmiljø – lærerens muligheter, Universitetsforlaget 2010

Du bestemmer. Et undervisningsopplegg om personvern. Utdanningsdirektoratet, Datatilsynet og Teknologirådet. www.dubestemmer.no

Foreldreutvalget for grunnopplæringen (FUG) www.fug.no/mobbing

Nordahl, T., Gravkrok, Ø., Knudsmoen, H., Larsen, T. M. B., Rørmes, K. (2006). Forebyggende innsatser i skolen. Sosial- og helsedirektoratet, Utdanningsdirektoratet.

Olweus, D. (1992). Mobbing i skolen. Hva vi vet og hva vi kan gjøre. Universitetsforlaget.

Regionsenter for barn og unges psykiske helse (RBUP vest) Olweusprogrammet mot mobbing og antisosial atferd. www.olweus.no

Roland, E. (2007). Mobbingens psykologi. Hva kan skolen gjøre? Universitetsforlaget.

Senter for atferdsforskning. Respekt. Program som setter fokus på mobbing, konsentrasjonsvansker og disiplinproblemer i barne- og ungdomsskolen.

Senter for atferdsforskning, UiS. Informasjon om antimobbeprogrammet Zero og oversikt over materiell utgitt ved Senter for atferdsforskning. <http://saf.uis.no/publikasjoner>

Trygg bruk. Medietilsynets prosjekt for trygg bruk av digitale medier for barn. www.tryggbruk.no

Utdanningsdirektoratet. Elevenes skolemiljø. Kapittel 9a i opplæringsloven. www.udir.no/Brosjyrer/Elevane-sitt-skulemiljo

Utdanningsdirektoratet. Læreplanverket for Kunnskapsløftet www.udir.no/lk06

Utdanningsdirektoratet. Materiell for helhetlig arbeid med læringsmiljøet. www.udir.no/laringsmiljo

Utdanningsdirektoratet. Rundskriv Udir-2-2010 Retten til et psykososialt miljø etter opplæringsloven kapittel 9a. www.udir.no/udir-2-2010

Schweigaards gate 15 B
Postboks 9359 Grønland
0135 OSLO
Telefon 23 30 12 00
www.utdanningsdirektoratet.no