

Antimobbe & Trivselsstrategi

Nordbakkeskolen

01.05.2017

Skolebestyrelsen

Indhold

• Forord	2
• Trivselskanon for Nordbakkeskolen	3
10 forældreråd om forebyggelse af mobning	5
10 råd til forældre til et barn, der mobbes:	6
• Trivselsordbog	7
AKT.....	7
AKT lærer	7
Drille	7
Mistrivsel	8
Mobbe/ mobning:	9
Konflikt:	10
Konflikthåndtering.....	10
Klassemødet:	11
Klasse-regler:	11
Kontaktforældre/råd:	11
Legegrupper:	12
Legeaftaler:.....	12
Legepatrulje:.....	12
SSP:	12

Forord

For Nordbakkeskolen er trivsel af afgørende betydning. Hvis børnene på skolen trives, kan rigtig mange situationer, eksempelvis mobning, undgås, og børnene vil få et større udbytte af skolen både socialt og fagligt.

På Nordbakkeskolen ønsker vi, at børnene kan færdes i et miljø, hvor de både oplever og viser respekt for alle børn og voksne og hvor der er ro til at fokusere på læringsprocessen.

Hvis vi skal skabe god trivsel, har vi brug for jeres hjælp. Derfor er det vigtigt at I, som forældre, bakker op.

På Nordbakkeskolen har vi:

- Jævnligt en snak i klasserne om gode regler for samvær.
- Fokus på, at vores gårdvagsordning fungerer optimalt.
- Samarbejder på tværs af klasser, mellem lærere og pædagoger m.fl., således at alle får kendskab til og føler sig trygge ved hinanden.
- Vi arbejder med konfliktløsning, elevsamtaler, klassemøder osv.
- Elevrådet arbejder løbende med trivsel som emne
- Skolebestyrelsen har fokus på god trivsel
- Hvert år laves en undervisningsmiljøundersøgelse mellem eleverne, der tages op i teamet og evt. handles der konkret ud fra resultatet på klassemøder el. lig.
- God ide med etablering af legepatrulje, sociale arr i klasserne og på tværs af klasser.

Vi skaber med denne antimoppe & trivselsstrategi et klart overblik over hvad der arbejdes med på hvert klassetrin samt synliggørelse af indsatsmulighederne. Den indgribende indsats vil altid være situationsbestemt, men det er ALTID et fælles skoleproblem, hvis en elev føler sig mobbet.

Det er vigtigt at man aldrig vurderer, men forholde sig til, når et barn føler sig moppet.

Trivselskanon for Nordbakkeskolen

Klasse	Obligatorisk indsats	Placering	Ansvarlig	Øvrige muligheder
0. – 3.	Kontaktforældre etableres	Første forældremøde i starten af skoleåret	Klasselærer/ forældre	SSP forløb om konflikthåndtering
	Kontaktforældre udarbejder årsplan over klassens sociale arrangementer	Umiddelbart efter skolestart	Kontakt-forældre	SSP deltager ved forældremøde og informerer om
	Klassens regler	Starten af skoleåret	Lærer, elever og forældre informeres.	klassefællesskab og forældrenetværk
	AKT og SSP præsenteres. De informerer om klassefællesskab og forældrenetværk	Første forældremøde	Klasselærer kontakter SSP/AKT (Evt. koordineret med årgangen)	Jævnligt evaluer klassens regler og justere dem.
	Legegrupper og legeaftaler	I perioder og efter behov mindst to frikvarterer om ugen.	Klasselærer	
	Diamantforløb/ arbejde med vrede.	Kursus i indskolingen	AKT vejleder sammen med pædagog/ klasselærer	
	Klassemøder	Ugentlig (periodevis)	Lærer og pædagog. Struktur introduceres af	

			AKT vejleder.	
4.	Kontaktforældre etableres	Første forældremøde i starten af skoleåret	Klasselærer/ forældre	SSP forløb om konflikthåndtering
	Klassemøder	Ugentligt (periodevis)	Lærer og pædagog. Struktur introduceres af AKT vejleder.	SSP deltager ved forældremøde og informerer om
	Konflikthåndteringskursus/ mægling	Efterår 4. kl	AKT- vejleder i samarbejde med klasselærer.	klassefællesskab og forældre netværk
	Kontaktforældre udarbejder årsplan over klassens sociale arrangementer	Umiddelbart efter skolestart	Kontakt-forældre	Jævnligt evaluer klassens regler og justere dem.
	Klassens regler	Starten af skoleåret	Lærer, elever og forældre	
	AKT og SSP præsenteres. De informerer om klassefællesskab og forældre netværk	Første forældre-møde	Klasselærer kontakter SSP/AKT (Evt. koordineret med årgangen)	
5.- 6.	Kontaktforældre udarbejder årsplan over klassens sociale arrangementer	August/september	Kontakt-forældre	Jævnligt evaluer klassens regler og justere dem.
	Klassens regler	Starten af skoleåret	Lærer, elever og forældre	

	Etablering af legepatrulje	August	Lærer	
	Klassemøde	Ugentligt (periodevis)	Lærer/ pædagog/ AKT vejleder	

10 forældreråd om forebyggelse af mobning

1	Tal ikke dårligt om dine børns kammerater – eller om deres forældre	Det "forstyrrer" barnets opbygning af kammeratskabsnetværk. Forældreattituder påvirker også hele børnegruppens tolerancekultur
2	Støt dit barn i at dyrke 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 kammerater er meget isolerede
3	Sæt spot på "usynlige" kammerater i dit barns klasse, dvs. børn der ikke nævnes, aldrig er med hjemme osv.	"Usynlige" klassekammerater kan være isolerede mobbede børn, der trænger til at blive trukket med ind i lege og aftaler.
4	Tilskynd dit barn til at forsvare den klassekammerat, der ikke kan forsvare sig selv.	Det er især håndsrækningen fra en skolekammerat, der bryder isolationen omkring barnet, der mobbes.
5	Giv invitationer til børnefødselsdage fra klassekammeraterne høj prioritet. Dvs. sørg for at dit barn så vidt muligt tager med til alle 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 lavstatus i klassen kritiseres ofte for fødselsdagens indhold. Det er forbundet med stor ulykkelighed at blive ramt på sin familieintimitet.
7	Når du selv holder fødselsdag for dit barn, så husk den sociale fødselsdagspolitik: alle, ingen, eller alle piger, eller alle drenge.	Selektive fødselsdagsinvitationer markerer manglende respekt for klassen eller gruppen som et samlet konkret fællesskab. At blive sprunget over i rækken af

		inviterede gæster opleves meget smertefuldt.
8	Det er en god ide at prioritere samvær/arrangementer o. lign. med de andre forældre i dit barns klasse	Socialt samvær i forældregruppen smitter af på det sociale samvær eleverne imellem.
9	Støt læreren og pædagogen, der prioriterer det sociale liv i børnegruppen	Lærere og pædagoger, der sætter konkrete initiativer i gang for at forbedre det sociale liv i klassen, har brug for forældreopbakning.
10	Brug evt. klasseforældrerepræsentanterne i dit barns klasse i antimobbe-arbejdet.	Det kan være en god ide at få afklaret, om der er andre i forældregruppen, der har gode ideer, eller som har andre synsvinkler på både konkrete mobbesager eller på generelle mobbesager

10 råd til forældre til et barn, der mobbes:

1	Sig aldrig: "Du skal bare lade som ingenting." Det er lige præcis det, dit barn ikke kan
2	Lyt til dit barns fortællinger.
3	Spørg ind til dit barns fortællinger, så han eller hun får "læstet" det hele af.
4	Løft skylden væk fra barnets skuldre.
5	Vis forståelse – vær solidarisk, men lad være med at blive gal på de andre børn – det hjælper ikke dit barn.
6	Vurderer du, at dit barn står i en situation, som han/hun ikke kan ændre, så henvend dig til lærerne eller pædagogerne.
7	Henvend dig evt. direkte til forældrene til det barn eller de børn, som dit eget barn mener er "mobberen eller mobberne".
8	Kontakt andre forældre i klassen, som du er på god fod med. Formålet er at skabe en positiv alliancering omkring barnet
9	Lykkes det ikke, bør du henvende dig til skoleledelsen.
10	Styrk dit barns selvværd med værdsættelse og nærvær.

Trivselsordbog

AKT: Adfærd, kontakt og trivsel

AKT lærer: Nordbakkeskolens AKT lærer. Man henvender sig til skolens kontor eller klasselæreren ved Adfærd, ,Kontakt eller Trivselsproblemer.

Drille: Drilleri kan ske ved at kommentere, råbe ad, eller aktivt gøre noget, der har med en anden person at gøre.

Alle oplever drilleri, og alle prøver også at drille. På den måde er drilleri ikke usundt, når bare drilleriet ikke er konstant.

Formålet med drilleri er først og fremmest at opnå kontakt. Det kan være for at skabe en morsom situation. Men det kan også være at tirre den anden til at 'komme på banen', at markere en uenighed eller for at opnå en reaktion og relation med den anden person.

Der er en gensidighed i drilleri - der kan drilles tilbage, og en sund og stærk relation eller et venskab kan godt være karakteriseret ved gensidigt, kærligt eller sjovt drilleri. Det gensidige består altså i, at drilleri udfordrer den andens grænse og byder op til sjov/leg: "er du med på en spøg - gi'r du mig igen? Og kan du grine af dig selv sammen med mig/os, for jeg/vi vil dig ikke ondt?"

Drilleri udfordrer og byder op til kontakt/sjov på en godmodig og spøgende måde - med et glimt i øjet kan man sige mange ting.

Drilleri kan være humoristisk og være ment som en kærlig opmærksomhed/udstilling, hvor man 'leger' med den anden persons grænser eller ømme punkter, fx udseende, handlinger, reaktioner osv. Da sker det med en opmærksom på den andens reaktion og grænser. Drilleriet sker i nuet, er kortvarigt og skal fungere til at skabe ligeværdighed/markere grænser i relationen.

Drilleri kan også være hårdt og genere, men har ikke til formål at ekskludere nogen fra fællesskabet eller at nedgøre den anden. Dog er drilleri, der har til formål at genere den anden eller irritere den anden på vej over i en mere konfliktfyldt arena. Drilleri antager en anden form, når 'legen' ophører, når det bliver en alvorlig magtkamp, når det kortvarige i nuet bliver permanent, og når den andens grænser alvorligt overtrædes/ikke respekteres.

Hvis drilleriet ikke stopper og bliver ubehageligt, kan det være nødvendigt med hjælp fra andre, fx andre elever eller en voksen.

Mistrivsel: Du skal være vågen overfor tegn på mistrivsel. Medarbejdere, der er direkte beskæftiget med børn, har en øget pligt til skærpet opmærksomhed og det er vigtigt, at du tager ansvar og initiativ, så der kan ske tidlig opsporing og indgriben, hvis der er behov herfor.

Tegn på mistrivsel, hvis barnet:

- Har mærker efter fysisk mishandling
- Virker angst/skræmt
- Er trist, depressiv og/eller socialt isoleret
- Er urolig og har svært ved at koncentrere sig
- Bliver indadvendt eller aggressiv
- Ofte (og tilsyneladende uden grund) ødelægger ting
- Ikke udvikler sig alderssvarende
- Ændrer adfærd – og ændringen ikke kan henføres til almindelig udvikling
- Virker passiv - mangler nysgerrighed og interesse for omgivelserne
- Er mistænksom overfor og har manglende tillid til omgivelserne
- Har ringe selvværdsfølelse
- Har problemer med at få kontakt til andre børn – evt. holder sig for sig selv eller bliver holdt udenfor
- Ofte har konflikter med andre børn
- Er ukritisk i sin kontakt og eks. meget kontaktsøgende overfor de voksne
- Har indlæringsvanskeligheder
- Har motoriske problemer
- Virker forsømt (mht. mad, bad, søvn, påklædning, manglende tandhygiejne m.v.)
- Har mange fysiske klager eller psykosomatiske symptomer (hovedpine, mavesmerter, ufrivillig afføring mm.)
- Har spiseforstyrrelser (stærkt over- eller undervægtig)
- Tit forsømmer skolen eller daginstitutionen
- Har alkohol- eller misbrugsproblemer
- Har kammerater, der udtrykker bekymring for barnet/den unge

Mobbe/ mobning:

Mobbe er en:

- *er en eller gentagne krænkende handlinger, der overskrider den enkeltes grænser*
- *indebærer en ubalance i magtforholdet mellem den/dem, der mobber og den, der bliver mobbet*
- *er et socialt fænomen, der involverer to eller flere personer*

Mobning samt tegn på mobning og mistrivsel skal tages alvorligt, fordi mobning:

- er ødelæggende for børn og unges livsglæde, selvværd og sundhed
- er årsag til mistrivsel, som kan føre til depressioner, angst og i værste fald selvmord hos dem, der udsættes for mobning
- har alvorlige konsekvenser for andre end den, mobningen er rettet mod
- er moralsk forkvaklende og rykker grænserne for acceptable adfærd og almindelig sund fornuft
- påvirker selvforståelsen, tilliden, moralen og de sociale identiteter for alle i mobningens nærmiljø, fx en gruppe/klasse
- skaber dårlig psykisk/socialt undervisningsmiljø ned mistillid og eksklusion til følge

Mobning er de handlinger, der bevidst forsøger at skade og nedgøre en anden person. Det kan medvirke til at ekskludere denne person fra et fællesskab eller markere denne persons sociale position som uinteressant, kedelig, uværdig og perifer i forhold til de magtfulde i gruppen. De magtfulde i en gruppe kan dermed gøre det helt tilladeligt at udøve krænkende handlinger mod en eller flere personer. At blive mobbet er at blive nedgjort og gjort til genstand for andres sociale spil om indflydelse og magt. Mobning er ikke en naturlig del af livet. Det er ikke noget, som af og til med selvfølgelighed opstår, når mennesker er sammen. Men mange kender desværre til mobning. Mobning kan aldrig være positiv. Mobning er ødelæggende for alle i og omkring det.

Mobning kan ikke løses alene mellem de involverede eller eleverne uden hjælp eller indgriben fra voksne. En indsats for at stoppe mobning og genoprette en situation og relationerne kræver ofte samarbejde mellem flere voksne, fx i lærerteamet, en AKT lærer eller anden ressourceperson, ledelsen og forældrene.

Konflikt: Konflikter opstår, når en uenighed er så stor, at det skaber en anspændt situation og relation mellem to eller flere parter. Alle oplever konflikter, og alle oplever at være en del af store og små konflikter. På den måde er konflikter en helt naturlig del af livet, når man er sammen med andre mennesker. Konflikter er ikke skadelige, hvis de håndteres og løses på en konstruktiv måde. I konflikter er man 'lige gode om det': Man støder sammen i konflikten, der kan forværres gennem flere gensidige påstande og angreb. Parterne i konflikten har nemlig begge noget på spil, noget at kæmpe om i konflikten. Man har konflikten tilfælles, og begge parter har et valg om at handle enten optrappende eller nedtrappende i konflikten. Hvis konflikten bliver langvarig og indeholder flere og flere negative situationer, bliver en ellers ligeværdig relation skæv, og magtbalancen forskydes - men den kan gå frem og tilbage mellem parterne.

Nogle konflikter vokser sig så store og indebærer så fjendske billeder af relationen, at den ene part i en konflikt bliver krænkende i sine handlinger eller trækker flere andre med ind i konflikten, som dermed udvikler sig til mobning eller andre former for krænkende handlinger. Der er altså både positive og negative konflikter. De positive konflikter håndteres konstruktivt med parterne som medansvarlige, sagen løses, og relationen genoprettes på en måde, der er til gavn for begge parter. De negative håndteres måske slet ikke, i hvert fald ikke på en konstruktiv måde, konflikterne vokser og skader de involverede, så det ikke er muligt at genoprette relationen. Ofte kan parterne i konflikten selv løse konflikten, særligt hvis striden er overfladisk og kortvarig. Hvis konflikten accelererer, kan det være nødvendigt med hjælp udefra til at håndtere den. Det kan være andre elever i klassen, en god ven, en voksen i familien eller i skolen. Måske der skal en neutral tredjepart til, en konfliktmægler - enten en elevmægler eller en voksenmægler.

Konflikthåndtering

Konflikthåndtering handler om at forstå og løse konflikter på forskellige måder. Når man oplever en konflikt, er der forskellige måder, man kan reagere på.

Konflikthåndtering kan medvirke til, at man bliver opmærksom på, hvordan man reagerer på konflikter.

Konflikter kan udvikle eller fastlåse – det afhænger af, hvordan vi håndterer og gennemlever dem. Ofte er vi kørt fast i vaner og indlærte mønstre, som kan være

svære at ændre. Derfor kommer konflikterne let til at erobre os og fylde for meget i vores hverdag. Men man kan lære at møde konflikter åbent og konstruktivt

At møde en konflikt

Man kan møde en konflikt ved at slå, gå eller stå:

- At slå – er det samme som at angribe modparten enten sprogligt eller fysisk
- At gå – er at gå bort fra konflikten for at undgå den
- At stå – betyder at man forsøger at løse konflikten på en god måde

Klassemødet: Klassemødet er et arbejds møde. Det afholdes en gang om ugen (1 lektion) efter behov i en periode. Formålet er, at skabe et trygt forum hvor børnene lærer at lytte, reflektere, finde løsninger, håndtere kriser og konflikter – en solid bund for forståelse for fællesskabets forpligtelser og ansvar og dermed klassens trivsel.

Klasse-regler: I alle fællesskaber er der behov for at have fælles spilleregler – et sæt rammer, som alle er forpligtet i forhold til. Det er vigtigt at eleverne er aktivt med til at formulere reglerne. Klassens regler bør revideres en gang eller to årligt. Reglerne skal hænge synligt i klassen. Der findes mange gode eksempler på, hvordan man kan lave regler sammen med klasserne. I kan starte med at lave et mindmap på tavlen med jeres ideer. Hvis I synes, det er svært at komme med forslag, som alle kan høre, kan I skrive jeres forslag ned på papir, og så kan jeres lærer skrive dem op på tavlen. Snak om reglerne, så alle synes, de er gode. Skriv reglerne ned på et flot stykke papir og hæng dem op på opslagstavlen i klassen.

Kontaktforældre/råd: Alle klasser på Nordbakkesolen skal have et kontaktforældreråd. I klasserådet sidder ca. 3-5 forældre. Kontaktforældregruppen etableres hvert år enten kort før sommerferien eller lige efter sommerferien.

Kontaktforældrenes opgaver:

- At formidle/være bindeled til de andre forældre i klassen.
- At planlægge/være tovholder på sociale arrangementer uden for skoletiden.
- Umiddelbart efter sommerferien, udarbejde årsplan over klassen sociale arrangementer.
- Bidrage med hvad der rør sig i forældregruppen og blandt elever

- Vende forhold omkring klassen og tage initiativ til at få relevante diskussioner på dagsordenen.
- Evt. deltage ved indbudte skolebestyrelsesmøder med henblik på dialog, sparring og inspiration om valgte emner.

Når kontaktførelserne er fundet, indskrives de på intranettet, sådan at det er synligt for alle, hvem der er kontaktførelser i de pågældende klasser.

Legegrupper: Legegrupper gør, at alle børnene kommer til at lege med nogen i klassen, som de måske ikke selv ville vælge. Det kan have en god og positiv betydning for fællesskabet i klassen. Legegrupper er specielt egnede til indskoling/mellemtrin. Klassen inddeles i grupper – drenge/piger, 4 - 6 i hver gruppe. Legegrupperne leger sammen i 1-2 frikvarterer om ugen (eller efter behov).

Legeaftaler: er med til at børnene prøver at lege med andre end dem de selv lige ville vælge og derved kommer til at kende deres kammerater. På første forældremøde opfordres der til at lave legegrupper.dvs. grupper på 3-4 børn, der i løbet af året arrangerer hver en dag, hvor de leger sammen. Enten hjemme eller et andet sted. Det er forældrenes ansvar.

Se information og hent inspiration på www.forældrefidusen.dk

Legepatrulje: Legepatruljen har et mål om at få børn til at bevæge sig mere i løbet af skoledagen gennem leg i frikvartererne. De ældre elever bliver uddannet til legepatruljer på én-dagskurser. På skolen er det legepatruljens opgave at sætte gang i legen for de yngre skoleelever. Legepatruljen er på den måde både med til at skabe mere liv i skolegården - både fysisk og socialt!

SSP: SSP er et lokalt samarbejde mellem Skole, de sociale myndigheder og Politi, hvis mål er at forebygge kriminalitet blandt børn og unge.