

## ELEVENES SKOLEMILJØ



### § 9 A-2

ALLE ELEVAR HAR RETT TIL EIT TRYGT OG GODT  
SKOLEMILJØ SOM FREMJAR HELSE, TRIVSEL OG  
LÆRING

### § 9 A-4

AKTIVITETSPLIKTEN INNEBÆRER AT VI SKAL:

- FØLGE MED
- GRIPE INN
- VARSLE REKTOR
- UNDERSØKE
- SETTE INN TILTAK

## Et trygt og godt skolemiljø!

**En manual for ansatte i skole og på SFO, samt alle andre som «jevnlige oppholder seg på skolen»**

Utarbeidet av

Kristin Andreassen Eide

2020

Manualen er basert på Opplæringslovens kapittel 9, skoleforskning, psykologisk teori og egne erfaringer i arbeidet med skolemiljø siden høsten 2015.

## Innholdsfortegnelse

<a href="#">Innledning</a> .....	3
<a href="#">Forebygging</a> .....	3
<a href="#">Eksempler på forebyggende tiltak i Vestby</a> .....	4
<a href="#">Relasjonsbygging</a>	
<a href="#">Inkluderende barnehage- og skolemiljø</a>	
<a href="#">Mitt Valg</a>	
<a href="#">Lek og Ansvar (LA)</a>	
<a href="#">Tilsyn/miljøtjeneste/inspeksjon</a>	
<a href="#">Foreldremøter</a>	
<a href="#">Nulltoleranse i praksis</a>	
<a href="#">Særskilt sårbare elever</a> .....	7
<a href="#">Avdekking</a> .....	8
<a href="#">Håndtering</a> .....	10
<a href="#">Videre oppfølging</a> .....	14
<a href="#">Å skrive aktivitetsplan</a> .....	15

## 1. INNLEDNING

---

Skole og SFO har en stor plass i livene til barna i kommunen vår, og vi som jobber på disse arenaene må ha et bevisst forhold til at vi er med på å bygge god helse. Vi må sikre at vi bidrar med beskyttelse og motstandsdyktighet. I mange tilfeller vil det oppleves enkelt, men vi vil også møte elever hvor vår bevissthet vil være avgjørende for elevens opplevelse av trygghet i hverdagen.

Opplæringslovens [§9A-2](#) sier at «Alle barn har rett til eit trygt og godt skolemiljø som fremjar helse, trivsel og læring». Vi som ansatte må følgelig vite hvordan vi legger til rette for trivsels- og mestringsopplevelser i et trygt, godt og helsefremmende miljø for alle elever, i tillegg til at vi skal hindre krenkelser og mobbing. Forskning på mobbefeltet har vist at jo bedre vi er på det første, altså bygge gode og trygge miljøer, jo mindre krenkelser og mobbing må vi håndtere.

I drøftingen rundt en elevs trivsel er det viktig å vite at §9A ikke skiller mellom mobbing og annen form for mistrivsel. Det betyr at uavhengig av grunnen til at et barn/ungdom ikke opplever å ha et trygt og godt skolemiljø, skal det iverksettes tiltak etter aktivitetsplikten beskrevet i opplæringslovens [§9A-4](#).

Oppgaven med å sikre et trygt og godt skolemiljø for alle elever kan noen ganger oppleves stor og uoverkommelig, og man kan lett føle seg maktesløs. Denne manualen er utarbeidet i et forsøk på å gjøre tiltak så konkrete og tilgjengelig som mulig for dere som er ansatt eller av en eller annen grunn jevnlig oppholder dere på skolen. Dokumentet har flere hyperkoblinger/linker både i innholdsfortegnelsen og gjennom dokumentet. Dokumentet er tenkt som et slags oppslagsverk, hvor du kan hente det du trenger når du trenger det. Skal du for eksempel jobbe forebyggende med skolemiljø eller ha et foreldremøte med trivsel på agendaen, så kan du klikke deg inn å hente tips til gjennomføringen av dette. Skal du derimot håndtere en §9A-2 sak, så kan du klikke på «håndtering» og komme rett til dette som er beskrevet mot slutten av dokumentet.

## 2. FOREBYGGING

---

### Universell forebygging

Langsiktig og systematisk forebyggende arbeid øker beskyttelsen mot blant annet psykiske helseplager, skolevegring, mobbing, rusmisbruk, kriminalitet og ekstremisme. At arbeidet er langsiktig betyr at det pågår over tid, at det er systematisk betyr at det pågår hele tiden. På den praktiske og økonomiske siden så er forebygging billigere og mindre tidkrevende enn tilpasning rundt og reparering av allerede etablerte vansker. Det handler om bevissthet og de små nyansene i hvordan vi møter elevene i hverdagen. Det er stor gevinst å hente på å drive aktivt forebyggende arbeid.

Forebygging blir ofte beskrevet som tiltak som settes inn før folk blir «syke», og som reduserer tilfeller av sykdom. For å kunne bidra til beskyttelse og motstandsdyktighet er det en forutsetning at vi vet noe om risiko. En av de største risikofaktorene er mangel på tilhørighet, og en opplevelse av utenforskap. Det er derfor viktig å arbeide kontinuerlig for at ingen elever skal måtte oppleve dette.

Universelle forebyggingstiltak er tiltak som iverksettes for å nå hele befolkningen. På skolen er det de tingene vi gjør for alle elevene for å bygge, opprettholde og sikre et trygt og godt skolemiljø.

## Eksempler på universelle forebyggingstiltak i Vestby:

### **Relasjonsbygging**

Skoleforskning vektlegger betydningen av relasjonen mellom lærer og elev som den viktigste investeringen i det forebyggende arbeidet. Dette innebærer lærerens relasjon til enkeltelever, samt lærerens relasjon til gruppen som helhet. Kvaliteten på denne relasjonen er sentral. Det er helt nødvendig at vi som jobber med barn og unge har relasjonell kompetanse. I mange anledninger foregår relasjonsbyggingen i større eller mindre grad helt av seg selv, i andre tilfeller vil det imidlertid oppleves utfordrende. At vi har et bevisst forhold til hvorfor vi gjør som vi gjør, bidrar også til at vi evner å justere oss etter det enkelte elevs behov. Barn og unge, i likhet med oss voksne, har et grunnleggende behov for å bli sett og anerkjent. Allerede i det de går inn skoleporten for første gang vil de sjekke ut hvorvidt vi voksne liker dem. Dersom vi hopper over relasjonsbyggingen, og rett på strukturelle rammer ved skolen, som regler og korrigerende dersom disse ikke etterfølges, vil enkelte elever allerede fra starten av oppleve seg utrygge. Kvaliteten på relasjonen vil derfor avgjøre hvordan barn og unge forstår seg selv og våre tilbakemeldinger til de videre i skoleløpet.

I relasjonsarbeidet er kommunikasjon essensielt. Å tilpasse språket til hver enkelt elev, slik at eleven får en opplevelse av at du ser, anerkjenner og bryr deg om akkurat han eller henne, vil ha en uvurderlig verdi videre i samarbeidet. For eksempel vil et såpass konkret tiltak som å hilse på alle ved døra om morgenen kunne miste sin verdi dersom det går såpass på automatikk at vi glemmer hvorfor vi gjør det. Hvis vi benytter anledningen til å i tillegg komme med et hint om at du ser akkurat den enkelte, så kan det utgjøre en stor forskjell i relasjonen. Dette gjelder spesielt de særskilt sårbare elevene som kommer til å trenge alle små drypp av anerkjennelse de kan få. Vi har mange lignende anledninger hver eneste dag. Hvor ikke det krever mer tid, forståelse eller ressurser. Det krever kun en bevissthet rundt hva som bidrar til gode relasjoner og en justering i språket vårt for å oppnå nettopp dette. Det handler om hvor mange ganger og i hvilket toneleie du sier navnet til et og samme barn, hvorvidt du velger veiledning fremfor korreksjon, rett og slett hvor vidt barnet opplever at liker ham eller henne, at du bryr deg og er på deres lag som motsetning til kommentarer på hvordan du ikke vil at det skal være.

Relasjonsarbeid og en bevisst kommunikasjon er ikke bare gode forebyggingsverktøy, men kan også fungere som tiltak der det allerede er blitt vanskelig. Å justere kommunikasjonen der man har kommet skjevt ut vil kunne bidra til å reetablere en relasjon, og vil være avgjørende for utfallet videre. Det vil alltid være oss voksne sitt ansvar å endre et vanskelig samspill.

### **Inkluderende barnehage- og skolemiljø**

Inkluderende barnehage- og skolemiljø er en satsning i regi av Utdanningsdirektoratet og Fylkesmannen i Oslo og Akershus. I den forbindelse er det, i samarbeid med ansatte i barnehagene, skolene, sfo og barna selv, utarbeidet en kommunal plan for inkludering i vår kommune (link kommer så snart planen er publisert på nettsiden). Det overordnede målet for kommunen er at «Alle barn og unge i Vestby skal oppleve å være betydningsfulle i et trygt og inkluderende fellesskap». Planen beskriver blant annet hva som kjennetegner inkludering blant barna, og hva vi voksne må bidra med for å sikre at det blir sånn. Hver enhet (barnehage og skole) har også utviklet sin egen lokale prosjektplan med fokusområder som er relevante for enheten. Arbeidet med Inkluderende barnehage- og skolemiljø er et av flere universalforebyggende tiltak for å sikre et trygt og godt skolemiljø.

### **Mitt Valg**

I løpet av skoleåret 2015/2016 startet et lengre samarbeid mellom Vestby kommune og Lions Vestby knyttet til implementering av Mitt Valg. Alle skolene var og er fremdeles veldig positive til samarbeidet, og har forpliktet seg til å benytte verktøyet. Alle ansatte i skolen og SFO har fått innføring i programmet, hvor de ansatte også fikk hver sin bok med oppgaver. Mitt Valg er et universelt forebyggende undervisningsprogram i sosial- og emosjonell kompetanse. Mitt Valg er et av verktøyene som må benyttes systematisk for best mulig effekt. Ved behov for å jobbe ytterligere med et klassemiljø, vil det kunne være nyttig å intensivere bruken av programmet. I løpet av skoleåret 2020/2021 vil samtlige skoler gjennom en ny runde med kompetanseheving i programmet, samt få tilgang til digitale ressurser.

For å lese mer om programmet, følg denne linken: <https://www.determittvalg.no/>

### **Lek og Ansvar (LA)**

Høsten 2018 startet Vestby kommune sitt eget aktivitetsprogram, Lek og Ansvar (LA) opp. Lek og Ansvar er aktivitetsprogram for friminutt på barneskolene, og utgangspunktet er at alle barn skal ha muligheten til å delta i organiserte aktiviteter i friminuttet. Noen barn opplever det belastende å skulle spørre andre barn om å leke, ta initiativ til lek, forstå leken eller følge regler. Noen i såpass stor grad at de ofte unngår sosial kontakt, og i verste fall gjemmer seg i friminuttet. Ved å tilby organiserte aktiviteter i friminuttet, vil vi kunne bidra slik at flere opplever seg inkludert og betydningsfulle i fellesskapet.

LA drives av elever fra 4. trinn og oppover, hvor elevene får ansvar for ulike leker. Det stilles visse forventninger til LA- lederne, som blant annet innebærer et større ansvar for å inkludere de som går alene, kunne beskrive leken og å kunne bistå dersom det blir uenighet knyttet til reglene eller utfallene i en lek. Elevene som blir valgt til LA-ledere for halvåret gjennomgår opplæring både i leker og i ansvaret som følger rollen, ved starten av hver periode.

### **Voksnes tilstedeværelse i friminutt**

Inspeksjon, tilsyn eller miljøtjeneste; voksnes tilstedeværelse i overganger, friminutt og andre situasjoner av mer fri aktivitet, kan ha mange forskjellige navn. I tillegg til å snakke om hvor mange voksne som er tilstrekkelig, samt hvilke soner som skal dekkes og hvordan vi best synes, så er det viktig å snakke om hva som forventes av oss voksne i møtet med barna og ungdommene. Barn og unge ønsker at vi er involvert og engasjert i aktivitetene de driver med, ikke kun observerer og griper inn når det blir vanskelig. Er vi ikke kun tilgjengelig men også deltakende, vil vi i stor grad kunne fange opp tendenser til u hensiktsmessig atferd før det forløper. På denne måten drive forebyggende arbeid i praksis.

### **Foreldremøter**

Foreldremøter er en unik arena til å snakke om elevenes skolemiljø i fredstid. Å ikke bare informere foreldrene om skolens arbeid med skolemiljøet, men samtidig invitere foreldrene til å drøfte ulike problemstillinger innenfor tema er et viktig bidrag i det forebyggende arbeidet. Foresatte involveres på et tidlig tidspunkt, og vi får anledning til å snakke om hvordan et godt skolemiljø er et felles ansvar. Det kan være lurt å ha forberedt drøftingsoppgaver, for å så dele foresatte inn i grupper for å drøfte disse. Dersom det blir for ustrukturert kan de kritiske spørsmålene dukke opp, og man kan i verste fall oppleve å bli svar skyldig eller få en følelse av å bli «stilt til veggs». En slik situasjon vil kunne øke avstanden mellom skole og hjem, noe som er det motsatte av det vi ønsker å oppnå.

Eksempler på drøftingsoppgaver kan være:

- Hvordan kan vi foreldre legge til rette for et godt psykososialt miljø blant elevene?
- Hvordan tar vi kontakt med hverandre hvis vi opplever utfordringer med egne eller andres barn som går ut over andre barn?
- Hvordan kan foreldre og skole samarbeide for å bedre språkbruken i gruppa?
- Hvordan bidra til at det er «status» å være ålreit?
- Hvordan sikrer vi i foreldregruppa at ingen blir ekskludert fra felles sammenkomster på trinnet?
- Hvordan tar vi i foreldregruppa imot nye elever på trinnet?
- Hvordan kan vi være synlige gode rollemodeller for våre og andres barn?

I løpet av mange år på skolen vil det i enhver klasse dukke opp utfordringer knyttet til skolemiljø. I den grad utfordringene som dukker opp strekker seg ut over enkeltbarn og påvirker større grupper, eller bidrar til et mer generelt utrygt klassemiljø, vil det være hensiktsmessig å avholde denne type foreldremøter. Det er ikke nødvendig at skolen har tenkt ferdig på hvordan dette skal håndteres før det presenteres til foreldrene, men skolen kan med fordel presentere utfordringene til foreldregruppa med en gang det er identifisert som en utfordring. På denne måten inviteres foreldrene til samarbeid for å løse utfordringen. På denne måten slipper skolen å håndtere frustrasjon fra foreldre på grunn av en opplevelse av manglende informasjon, samtidig som utfordringene i klassen må håndteres. Det er også større sannsynlighet for raskere resultater, da foreldrene kan følge opp skolens arbeid hjemme og motsatt.

### ***Nulltoleranse i praksis***

Nulltoleranse i praksis ved å være aktivt handlende i situasjoner hvor vi ser eller hører krenkelser som vi til vanlig går forbi eller bortforklarer som bagateller. Hver gang vi unnlater å agere kan vi risikere at vi understøtter en elevs opplevelse av å ikke ha verdi, samtidig som vi legitimerer en krenkende atferd. Et samspillsproblem i elevgruppen, eller en opplevelse hos enkeltelever av å bli krenket i såpass stor grad at eleven ikke har et trygt og godt skolemiljø, er sjelden noe som plutselig oppstår. Skal vi veilede elevene til inkludering og felleskap, så er det viktig at vi griper inn også ved tilsynelatende «små» enkeltkrenkelser, slik at vi stopper utviklingen av en grobunn for mer alvorlige, systematiske krenkelser og et dårlig samspill blant elevene.

Vi er lovpålagt null toleranse og systematisk arbeid med skolemiljø ([oppl§9A-3](#)). Studier har påvist en reell forskjell mellom det vi sier vi gjør, og det vi faktisk gjør når det kommer til utøvelse av nulltoleranse. For å sikre at vi har en felles forståelse, så er det viktig å gå gjennom hva som kjennetegner krenkende ord og handlinger med alle ansatte på skolen/SFO. Videre er det nødvendig å gå igjennom i fellesskap hvordan man som voksen skal gripe inn rent praktisk når man observerer krenkende ord eller handlinger. Dette arbeidet skal være en del av arbeidet med voksnes tilstedeværelse blant elevene, og vil øke utøvelsen av nulltoleransen i praksis. En slik gjennomgang skal gjøres i personalet to ganger i året.

### 3. SÆRSKILT SÅRBARE BARN

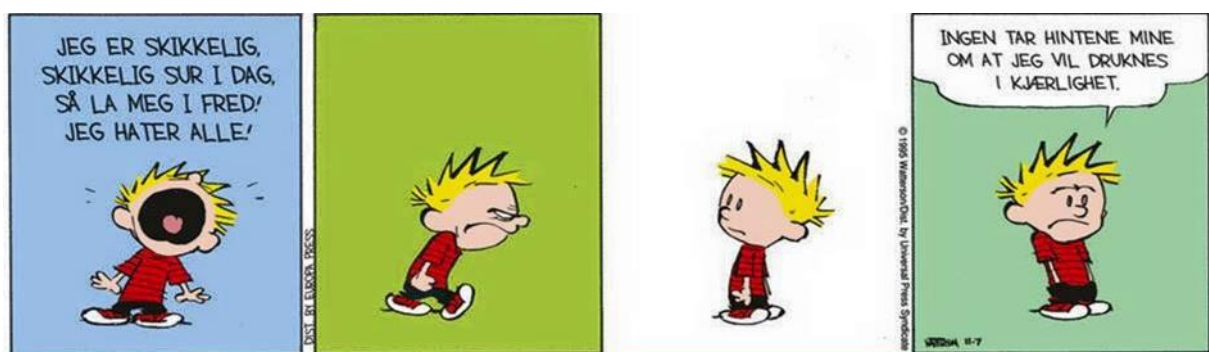
---

#### Selektiv forebygging

Forebygging kan også være å finne det enkelte barn tidlig i «sykdomsbyrden» og iverksette tiltak som hindrer videre negativ utvikling. Dette kan være selektive forebyggingstiltak som retter seg mot en gruppe særskilt sårbare elever, men det kan også være individrettede tiltak som retter seg mot en særskilt sårbart elev. De særskilt sårbare elevene er de barn og unge som allerede bærer med seg en god del risiko for negativ utvikling. I løpet av tiden på skole eller SFO så kan dette være sårbarhet som eleven har hatt med seg allerede fra skolestart, og som også fungerer som en opprettholdende faktor da det er tilstede i elevens liv kontinuerlig. Det kan også være hendelser eller situasjoner som oppstår i løpet av tiden eleven går på skolen og SFO som bidrar til at eleven blir særskilt sårbar i en kort eller lengre periode.

#### Hvem er særskilt sårbare?

Skolen har et skjerpet ansvar for å ivareta elever med særskilt sårbarhet. Særskilte sårbare elever er de elevene som bærer med seg større risiko for utvikling av psykiske helseplager enn andre elever. Dette kan være elever som lever i en vanskelig livssituasjon, elever som har språk-, lese- og/eller skrivevansker, elever som har andre former for lærevansker, elever med funksjonsnedsettelse, elever som har opplevd kriser eller traumer eller andre ting i elevens oppvekstvilkår. Det er ikke nødvendigvis en lett identifiserbar årsak til hvorfor eleven er særskilt sårbar. Uavhengig av årsak, vil det viktigste være at vi klarer å identifisere hvem de er, og bidra til å bygge beskyttelse rundt disse elevene. Det betyr at vi må være ekstra oppmerksomme og bevisste i oppfølgingen av disse elevene. For flere av disse barna og ungdommene kan du som ansatt i skolen eller på SFO være helt avgjørende for at de får det godt med seg selv i fremtiden. Vi kan som oftest ikke fikse hvorfor de er særskilt sårbare, men vi kan kompensere miljøet og være en motvekt til og tilrettelegge ut fra det som er vanskelig. I noen tilfeller vil det være nødvendig å i tillegg kontakte andre hjelpeinstanser som skolehelsetjenesten, BUP, barnevern eller relevante andre. Link kommer til oversikt over kommunens hjelpeinstanser.



Mer om særskilt sårbare elever kan du finne [her](#).

Eksempler på tiltak rundt de sårbare barna:

#### **Relasjonsarbeid:**

For de sårbare elevene er relasjonsarbeid spesielt viktig. Som oftest får vi en følelse av hvem disse elevene er allerede når de begynner på skolen. På ungdomsskolen har vi ofte fått en overføring fra barneskolen, men også her kan vi raskt ane hvem som bærer med seg en særskilt risiko etter bare

kort tid på skolen. Det er ingen skade skjedd ved at vi allerede første dag tar litt ekstra vare på de barn og unge vi tror er sårbare. De som kanskje er litt mer redd, blir litt mer lei seg, litt mer sint eller litt mer stille enn de andre i samme situasjon. For disse barn og unge samt deres foresatte kan det være helt avgjørende at du starter «bli kjent» arbeidet med en gang. Være litt ekstra på i kontaktetableringen med både foreldre og eleven. Vær i forkant og bygg en god allianse rundt eleven. Det trenger ikke være de store tingene, men en ekstra tommel opp, en hyggelig tilleggskommentar i hilsningen på vei inn i klasserommet, noen ekstra setninger i kommunikasjon med foreldre. Tenk også på at eleven trenger å føle at det har en god relasjon til deg, i tillegg til at du opplever å ha en god relasjon til eleven.

Er det elever med spesielle utfordringer, som enten er kjent eller som oppdages ganske tidlig, så lag en plan med en gang. Ikke vent å se hvordan det går. Sammen med andre voksne som vil ha med klassen å gjøre, så må det lages en plan for hvordan en viss type atferd skal møtes, hva som evt skal ignoreres, hvordan kontakten med hjemme skal foregå, og lignende. Dersom vi ikke har en plan, kan vi lett bli løpende etter og korrigerer, i stedet for å gå ved siden av og veilede. Og de to tingene er det veldig stor forskjell på for elevens opplevelse.

Hvordan vi voksne møter elevene i hverdagen har stor betydning for hvordan elevene møter hverandre. Vi er elevenes rollemodeller i alt vi sier og gjør, og hvordan vi behandler elevene legitimerer hvordan elevene behandler hverandre. Det er for eksempel vist at elever som ofte får korreksjon av voksne i plenum, lettere blir krenket av andre elever. Dette understreker betydningen av en bevissthet i vår kommunikasjon fra første dag.

#### 4. AVDEKKNING

---

I noen tilfeller er det nødvendig å gå grundigere til verks for å bli kjent med skolemiljøet, spesielt dersom det foreligger bekymring rundt skolemiljøet til enkeltelever eller dynamikken til grupper av barn.

Avdekking er således både et forebyggende tiltak som kan og bør gjennomføres jevnlig for å bli kjent med dynamikkene i gruppa og bidra i arbeidet med et trygt og godt skolemiljø for alle elevene. Det er også et pålagt tiltak i saker hvor det er meldt eller tatt mistanke om at et barn ikke har det trygt og godt på skolen. Beskrivelsene som følger vil kunne brukes i begge tilfeller, men noen justeringer.

Det er viktig at foresatte informeres om at det skal gjennomføres en kartlegging av miljøet i klassen, på trinnet eller lignende. Informasjonen må inneholde en generell forklaring på hvorfor kartleggingen gjennomføres akkurat nå. Etter at kartleggingen er gjennomført, så er det viktig at foresatte får informasjon om hva som er avdekket, samt informasjon om hvilke tiltak som skal iverksettes basert på kartleggingen. Dersom det etter kartlegging også skal iverksettes tiltak rundt enkeltelever, så skal foresatte til disse elevene kontaktes direkte.

I en fase hvor skolen/SFO skal drive aktivt med avdekking, kan det i enkelte tilfeller være nyttig å trekke inn aktuelle støttesystemer rundt skolen. Det er likevel viktig at de ansatte selv har en aktiv rolle i avdekkingen. At eventuelle tiltak tar utgangspunkt i informasjon som de ansatte selv har fått kjennskap til gjennom egen systematisk kartlegging har mye større verdi og er i større grad gjennomførbare enn om de kun hadde blitt presentert fra utenforstående. Informasjon fra støtteapparatet er fint som et tillegg til egen informasjon.



### **Observasjon**

I løpet av en arbeidsdag har en ansatt mange oppgaver. Det er naturlig at voksne ser samtidig som de underviser og håndterer. Men det er ikke alltid like lett å samtidig få med seg dynamikken i det sosiale spillet blant elevene. Derfor er systematisk observasjon et viktig verktøy når man skal kartlegge skolemiljøet til elevene. I løpet av en observasjonsperiode får de ansatte en helt annen mulighet til å se bakenforliggende årsaker og «triggere» i miljøet, ikke kun atferden som en enkeltstående hendelse. Observasjon innebærer at de ansatte må gå ut av sin vannte rolle, og kun være observatører for en gitt tid. En systematisk observasjon gjennomføres ved at alle relevante voksenpersoner på skole/SFO som er rundt gruppen det foreligger bekymring rundt, deltar i en avgrenset periode, med noe tid til kun observasjon. Når den avgrensede perioden er over så samles observasjonene fra hver og en, og til sammen vil informasjonen bidra til et større forståelse av elevenes miljø.

### **Informasjon fra elevene**

I en avdekkingsfasen er det også viktig å få informasjon direkte fra elevene. Dette kan gjøres på flere forskjellige måter. Informasjonsinnhenting fra elevene kan foregå anonymt og ikke anonymt. Det kan være skriftlig eller i form av et intervju, det kan være strukturert eller ustrukturert. Ulike situasjoner vil kreve ulike metoder for innhenting av informasjon. Det viktigste er at de voksne får et godt inntrykk av skolemiljøet sett fra elevenes øyne. Det kan være en fordel å gjennomføre ikke anonyme undersøkelser med sosiogram, for å få et godt overblikk over hvem som er sammen med hvem, og om det er noen som ikke blir valgt av noen.

Hvis man velger intervju eller samtale med elevene hver for seg, så kan denne samtalen på mange måter også fungere som et tiltak. At elevene får tid alene med en voksen på skolen til å utelukkende snakke om hvordan de har det på skolen, vil for de fleste elevene oppleves positivt. Dersom vi klarer å skape et såpass trygt rom at elevene deler sine bekymringer med oss, så er det større sannsynlighet for at vi også etterspør hvordan de har det ved en senere anledning når vi møter de i gangen, i timen eller ved behov har satt opp en oppfølgingsamtale for å snakke videre om det de er opptatt av. På denne måten blir relasjonen mellom elev og lærer (annen signifikant voksen) styrket, noe som vi vet er et av de aller viktigste tiltakene for god trivsel blant elevene.

Det er viktig at elevene vet hva, med hvem og hvordan informasjonen fra samtalen skal deles. Har eleven sagt noe den vil skal bli i fortrolighet med den ene voksne den har snakket med, så er det viktig at dette opprettholdes. Det er viktig at informasjon fra elevene selv behandles av kloke voksne. Hvis ikke mister elevene tillitt til oss, og de vil ikke være ærlige med oss neste gang vi spør. Det finnes flere eksempler på strukturerte samtaler og intervjuer.

Etter at kartleggingen blant elevene er ferdige, så er det viktig å sammenfatte informasjonen fra observasjonene og informasjon fra elevene. Informasjonen vil gi indikasjoner på nyttige skolemiljøtiltak for miljøet generelt, samt for enkeltelever spesielt.

### **Praktisk gjennomføring**

I en hektisk hverdag er det mange gode ambisjoner, men det kan være lurt å lage en plan for gjennomføring av kartleggingen med et sluttidspunkt for oppsummering og planlegging av tiltak og veien videre. Kartleggingen gir et godt grunnlag i det videre arbeidet med skolemiljøet, og i møter med foresatte. Et veldig godt supplement til egne opplevelser av miljøet.

## 5. HÅNTERING

---

### ***Sjekkliste for aktivitetsplikten***

Ved egenopplevd eller meldt bekymring knyttet til enkeltelever, kan Sjekkliste for aktivitetsplikten etter §9A-4 være et nyttig dokument. Denne legges straks ut på nettsiden.

Ved håndtering av meldte mistrivelsaker er det viktig å huske hvor vondt det er for foresatte når barnet deres ikke har det bra, spesielt når det forekommer på en arena hvor de ikke har anledning til å direkte hjelpe. Foresattes vonde følelser og følelser av maktesløshet viser seg på flere forskjellige måter. Noen viser tristhet, andre aggresjon, noen blir handlekraftige og appellerer til samarbeid, mens andre kan bli pågående i søken etter ansvar og kreve at skolen fikser utfordringene umiddelbart. Det er viktig å huske på utgangspunktet til hvorfor foresatte gjør som de gjør, og at vi egentlig har det samme målet. Det er vi som er på jobb som må være den profesjonelle parten uansett, og ikke gå inn i en diskusjon med foresatte hvor det handler om hvem som har ansvar eller rett. Er relasjonen og tilliten mellom hjem og skole brutt, så er det vår oppgave å reparere denne og invitere til samarbeid for å se fremover, og hjelpe hverandre slik at eleven det gjelder kan få det bedre.

### **Tiltak:**

#### ***Møter med foresatte***

Aller først må vi ta kontakt med foresatte. Skyldes mistrivselen til eleven handlinger fra andre navngitte elever, må vi også ta kontakt med foresatte til eleven som utøver krenkende atferd. I samtalen er det viktig at vi forteller om vår bekymring. Husk at samtalen er en del av kartleggingen, så bruk anledningen til å invitere til samarbeid, la foresatte si noe om hvordan de oppfatter situasjonen, fortell om hva som skal skje videre (kartlegging, hvilken informasjon foresatte kommer til å få underveis, når de kan forvente å få informasjon, hvem de kan kontakte dersom de lurer på noe og når dere skal oppsummere kartleggingen. Husk også at videre kartlegging er et tiltak, som også skal skrives inn i aktivitetsplanen. Selv om kartleggingen vil bidra til flere tiltak når den er gjennomført, så er det viktig at dere også presenterer noen konkrete tiltak som også skrives i aktivitetsplanen, og som skal iverksettes umiddelbart. Dette for å trygge eleven det gjelder, samt trygge foresatte på at vi tar bekymringen på alvor.

#### ***Kartlegging***

Som nevnt er det viktig å iverksette noen tryggingstiltak umiddelbart, spesielt ved mistanke om pågående fysiske eller verbale krenkelser, utestengelse, isolering, ensomhet eller lignende. I tillegg er kartlegging av situasjonen også et viktig tiltak i denne sammenheng. Ofte får vi informasjon fra eleven selv, andre elever eller foresatte. Dette er viktig informasjon, men for å helt kunne forstå dynamikken i sosiale samspill, samt håndtere bekymringene på en måte som ikke gjør vondt verre for eleven som varslet, så er det veldig viktig at vi bruker tid på å danne oss et så helhetlig bilde av situasjonen som mulig. Dette gjøres ved systematisk kartlegging/avdekking som beskrevet [her](#). Når vi skal gjennomføre systematisk kartlegging der hvor det foreligger en konkret bekymring, så er det viktig at kartleggingen ikke drøyer ut i tid. Det kan være lurt å sette av så mye tid som mulig for de neste to ukene til å samle informasjon gjennom samtaler/trivselundersøkelser og observasjoner. Kartleggingen bør se spesifikt etter utløsende årsaker og eventuelle opprettholdende faktorer i miljøet til eleven/elever. Enkelte tiltak fremkommer tydelig ved muligheten til å observere miljøet litt fra utsiden, og sette det i sammenheng med deres tidligere erfaringer med klassen. Etter

kartleggingen er gjennomført så avholder dere et nytt møte med foresatte, hvor dere gjennomgår informasjonen dere har opparbeidet, og legger til tiltak i aktivitetsplanen med bakgrunn i det utvidete situasjonsbildet. Er det vurdert at det trengs hjelp fra skolens støtteapparat, så er det viktig at skolen iverksetter sine tiltak og sin kartlegging i påvente av den eksterne hjelpen. Ingen skal oppleve å måtte vente på iverksettelse av tiltak dersom man ikke har det trygt og godt på skolen.

### ***Elevens stemme***

Det er viktig at det gjennomføres samtale med eleven(e) det gjelder. I denne samtalen skal eleven selv beskrive sin opplevelse av situasjonen. Samtalen bør gjennomføres av en voksen som eleven har en relasjon til og er trygg på. Det kan være kontaktlærer, helsesykepleier eller andre ansatte på skolen. Eleven skal være delaktig i utarbeidelsen av tiltak. Det vil si at eleven skal bli hørt. Det betyr ikke det samme som at det nødvendigvis blir slik eleven ønsker, men elevens meninger skal tas med i vurderingen av hvilke tiltak som skal gjennomføres.

### ***Elevens beste vurdering***

Elevens beste skal alltid være et grunnleggende hensyn i alle vurderinger vi gjør rundt barnet. Det skal fremkomme tydelig at tiltak vi iverksetter er til det beste for barnet. For å vite mer om barnets beste vurderinger, se [her](#).

### ***Relasjonsarbeid***

Også her er relasjonsarbeid essensielt. Elever som opplever å ikke ha det trygt og godt på skolen er helt avhengig av trygge voksne som ivaretar, lytter og tar de på alvor. De trenger at vi voksne tror på deres opplevelse og de trenger å erfare at vi gjør det vi kan for at de skal få det bedre. Dersom barnet eller ungdommen ikke opplever å ha denne trygge voksne, så er det noe av det første vi må sørge for at eleven får. At eleven blir møtt av en voksen han eller hun har en god relasjon til på skolen, er også en viktig trygghet for foresatte, som fremdeles er forpliktet til å sende barnet sitt på skolen.

I relasjonsarbeidet er det viktig å sikre at eleven også opplever å ha en god relasjon til oss, og ikke at det kun er vi som opplever å ha en god relasjon til eleven. Det er når eleven opplever å ha en god relasjon til oss at eleven stoler på oss nok til å dele tanker, gleder, mestring, bekymringer, vonde tanker og annet han eller hun er opptatt av.

Skal du i gang å bygge en relasjon til en elev som er i en vanskelig situasjon, så ikke start med det vanskeligste først. Det er viktig at eleven har tillitt til at du vil han eller henne vel. Start med de dagligdagse tingene og vis interesse for hva eleven er opptatt av. Følg opp ting dere har snakket om, vis at du husker det eleven forteller deg og at eleven er viktig for deg. Så kan man etter hvert bevege seg inn på det som er vanskelig.

### ***Veiledning***

Et tiltak som kan vise seg nødvendig er veiledning. Veiledning kan gjelde både elever og voksne i samspillet. Elever blir ofte utsatt for korreksjon. Det er det mest naturlige å ty til dersom vi opplever at barn og unge utøver en form for atferd som vi ikke ønsker oss. Det er ofte behov for å tydeliggjøre at en slik form for atferd ikke er grei, men ved å kun gi uttrykk for dette sier vi ingenting om hva slags atferd vi faktisk forventer av barn og unge. For mange sier dette seg selv, men ikke for alle. Det er derfor viktig med veiledning. Noen vil trenge veiledning så de ikke utsetter andre for uønsket og krenkende atferd, andre vil trenge veiledning for å bli mer selvsikker og robust. Noen vil trenge begge deler, da all type atferd også den uønskete som oftest har en utløsende årsak. Og det kan hende at et relativt hardt uttrykk skjuler en sår og usikker person. For å kunne hjelpe barn og unge med denne

vanskelige oppgaven det er å navigere i sitt eget følelsesliv og handlingsmønster, er det ofte et behov for at vi voksne også endrer atferd. Samspillet i en klasse eller gruppe inkluderer også oss, og våre handlinger og reaksjoner påvirker barna og ungdommene i stor grad. I denne prosessen kan det være nyttig med et blikk utenfra som kan bidra til å føre prosessen fremover ved hjelp av veiledning av de voksne. Å endre atferd, både for voksne og barn er en krevende prosess, hvor det er spesielt viktig å være konsekvent dersom det skal lykkes. Det kan derfor være godt og hensiktsmessig med litt hjelp og støtte til å stå i prosessen og følge den fulgt ut.

### ***Kommunikasjon og informasjon***

I de mest utfordrende sakene har det også etter hvert blitt et vanskelig samarbeid mellom skolen og hjemmet. I frustrasjon over at et barn/ungdom ikke har det bra, er det lett å lete etter årsaker til hvorfor det er blitt sånn og hvem som har ansvaret for at det har blitt sånn. Dette er en lite hensiktsmessig diskusjon å ta samtidig som situasjonen til barnet/ungdommen ikke er løst. Det er tidkrevende og gjør ikke situasjonen her og nå noe bedre for barnet/ungdommen. I disse sakene er det viktig å forsøke å gjenopprette tillitt raskt. Det er vi som profesjonelle som har ansvaret for dette. Det er ikke tidspunktet hvor vi skal forklare hva vi tror er årsaken eller hva vi har gjort eller ikke gjort tidligere, men vi må prøve å hjelpe oss selv og foresatte å ta utgangspunkt i dagens situasjon og å se fremover. Hva skal til for at barnet/ungdommen får det bedre? Det er viktig med fortløpende informasjon og tett dialog med foresatte, også underveis i prosessen og ikke kun når resultater foreligger. For å kunne gjenopprette en slags tillitt er det også viktig at vi gjør det vi sier vi skal gjøre, når vi sier at vi skal gjøre det. Ser vi at det er noe som ikke blir sånn som vi hadde tenkt, eller at det er noe som ikke kan gjennomføres som planlagt, så er det viktig å kontakte foresatte med en gang og formidle dette. Ikke vent til de etterspør hvorfor det ikke blir/ble gjort. Det er som oftest manglende informasjon og mangel på kommunikasjon som skaper frustrasjon i utgangspunktet, så her gjelder det å være strategisk og trygge foresatte og barnet/ungdommen så ofte man kan med så mye informasjon som mulig. I enkelte saker så kan dette samarbeide være såpass låst at det kan være lurt å ta med seg en nøytral tredjepart.

### ***Stoppe krenkende atferd***

Pågående krenkende atferd skal selvfølgelig stoppes umiddelbart. Av og til er dette enkeltstående hendelser som er lett å observere og stoppe der og da. Men ofte er det noe som foregår i det skjulte, som krever at vi har blikket med oss og vet hva vi skal se etter. Denne typen krenkende atferd understreker behovet for grundig kartlegging. For samtidig som vi kartlegger samspillet og miljøet, så vil vi observere krenkende atferd. Vi vil observere verbal, nonverbal og kanskje også fysiske krenkelser. Selv om vi er i en kartleggingsfase, så er det viktig at vi slår ned på det vi ser. Her er det selvfølgelig veldig viktig å se an situasjonen, men ikke alle situasjoner krever de lange umiddelbare samtaler eller store avbruddene i undervisningen. I det vi kan vurdere som en konflikt i et jevnt maktforhold, holder det med en «Jeg så hva du gjorde, og det er ikke greit». I etterkant skal man ta en prat med eleven(e) det gjelder. Ofte er det også mer hensiktsmessig å ta samtalen en liten stund etterpå, som for eksempel på slutten av dagen. Det er vanskelig å ta inn ny informasjon dersom vi står midt i en følelse, og dersom vi for eksempel tvinger noen til å si unnskyld mens de fremdeles er veldig frustrert, så vil dette ikke være noen ektefølt unnskyldning men noe som er tvunget frem av de voksne. Men når vi har landet litt og fått litt avstand fra det som skjedde, så klarer vi i større grad å se nyansert på det og det er lettere å se at vi kanskje har såret noen med det vi gjorde, og unnskyldningen blir ektefølt. Samtidig er det et bedre utgangspunkt for å ta mot læring om hva vi kunne ha gjort med frustrasjonen vår i stedet for. I noen tilfeller vil det være samme elev som krenker flere ganger, og det er allerede iverksatt individrettede tiltak rundt denne eleven. Da er gjerne oppfølgingen av krenkelsene en del av en mer generell oppfølging. Det er likevel viktig å

signaliserer der og da at det eleven gjorde ikke er greit. Det er også viktig for de som blir utsatt for krenkelsene, at de opplever voksne som ser og som slår ned på krenkelsene. Vi vet hvor vanskelig det er å si fra om disse tingene, så elevene er helt avhengig av at vi voksne har kontroll på hva som foregår i det sosiale samspillet.

Dersom tilfellet er at vi avdekker mer alvorlige krenkelsene, mobbing eller andre grove forhold må vi håndtere dette umiddelbart, og ikke vente med samtaler som i tilfelle beskrevet over.

### ***Oppfølgingsmøter***

Rundt enkeltelever som opplever å ikke ha det bra på skolen er det viktig med et tett samarbeid med foresatte. I starten burde det være hyppige møter. De trenger ikke være så lange, men å ha hyppige treffpunkt er lurt. Det er viktig å avklare neste treffpunkt i hvert møte. Etter hvert som eleven opplever å ha det bedre, så kan møtepunktene være mindre hyppige. Det er likevel lurt å ha noen treffpunkt også etter det ser ut til å gå bra.

### ***Mitt Valg***

Som et klassemiljøtiltak er det fint å intensivere bruken av Mitt Valg, og gjennomføre programmet systematisk en gang i uken. Krenkelsene, uønsket atferd, uro, utrygghet, mobbing m.m skjer i et samspill og ikke som enkeltstående hendelser mellom to personer. Det er derfor spesielt viktig at vi også ser på klassen og miljøet som helhet. Hvordan kan vi gjøre gruppa/klassen/miljøet tryggere.

### ***Voksenstyrte friminutt***

På barneskolen vil vi gjerne kalle det lekegrupper. På ungdomsskolen må vi gjøre det litt annerledes. Men i prinsippet er det friminutt hvor det er vi voksne som, i så stor grad som mulig, styrer hvem som skal være sammen, hvor de skal være og hva de skal gjøre. På ungdomsskolen kan det for eksempel være spillgrupper, te- og boklunsj eller lignende. Mange elever gruer seg til friminuttene. Noen i så stor grad at de ikke vil gå på skolen. Friminuttene er ofte ustrukturerte og uforutsigbare for mange. Og hvis de ikke vet hvem de skal være sammen med eller hva de skal gjøre, eller enda verre, om de har noen å være sammen med i det hele tatt, så kan friminuttene bli en ganske angstfull arena. Ved å skape forutsigbarhet og å ta kontrollen fra elevene, hjelper vi de som er utrygge til å ikke bare bli tryggere i den gitte situasjonen, men også få erfaring med andre medelever som de kanskje ikke ville oppsøkt på egenhånd. Ut i fra en kartlegging av miljøet, kan de voksne sette sammen grupper som de tenker kan fungere sammen, med aktiviteter som vi vet de trives med. Er det en gruppe stille elever som strever med å ta initiativ, så er det kanskje viktig at aktiviteten er mer satt enn dersom det er en gruppe med masse energi som lett tar initiativ til aktiviteter. Det er ikke sånn at vi voksne skal styre hvert friminutt. Elevene skal også ha frihet til å velge. Men dersom vi organiserer for eksempel to friminutt i uka i en periode hvor vi vet det er noen som har det vanskelig, så kan tilbudet stå som et mer frivillig tilbud etter hvert som vi ser effekten av tiltaket. Dette er tiltak som har hatt effekt, også på ungdomsskolen.

### ***Økt voksentetthet***

Ved mistanke om eller kjennskap til områder hvor krenkende atferd forekommer, er det helt nødvendig å øke voksentettheten i dette området for en periode. Typiske områder hvor det kan forekomme krenkelsene eller annen uønsket atferd er på vei inn og ut av klasserommet, i gangen, skjulte områder i skolegården og lignende. Voksnes tilstedeværelse vil virke forebyggende i den forstand at enkelte vil unnlate å gjøre krenkelsene i frykt for å bli oppdaget. Dersom det likevel skulle forekomme, så er det lettere for den voksne å gripe inn i situasjonen. I tillegg vil den voksne med større sannsynlighet ha fått med seg hele situasjonen, og lettere kunne jobbe videre med dette

sammen med de involverte. Det forekommer nemlig rimelig ofte at det sterkeste uttrykket (den som skriker høyest, slår, slenger noe rundt seg eller lignende) gjerne har hatt en foranledning som også er viktig å gripe tak i dersom man skal få slutt på atferden.

### ***Innskrenking av rettigheter***

Har barn og unge fått økt frihet og ansvar på skolen, må de også vise at de er modne nok til å ivareta denne friheten. Har ungdomsskoleelever for eksempel muligheten til å gå på butikken, men det stadig rapporteres om ugreie hendelser på vei til og fra, så er det en rettighet som ungdommene ikke er ansvarlige nok til å benytte seg av enda, og rettigheten må innskrenkes. Blir det stadig støy og uønsket atferd i klasserommet dersom elevene for en kort periode er der alene, så kan ikke de voksne forlate dette rommet, selv om det kun er for å hente noe. Det samme gjelder for digitale treffsteder. Klarer ikke barn og unge være ålreite med hverandre på nett, så har de kanskje ikke noe der å gjøre før de har lært seg det. En beslutning i større grad for foresatte enn for skolen, men med her for å understreke poenget.

### ***Skolehelsetjenesten***

For noen elever vil det være veldig fint å få snakke med helsesykepleier eller andre om hva de har vært igjennom og hvordan de har det. Det er viktig at skolen initierer dette, etter samtykke fra foresatte.

### ***Videre henvisning***

I enkelte tilfeller vil det være nødvendig med videre henvisning til for eksempel BUP. Dette er det foresatte som må gjøre, gjerne gjennom fastlegen. Skolen kan likevel si noe om sin opplevelse av eleven, og hva skolen tror eleven har behov for.

Tiltakene over er eksempler på nyttige tiltak å iverksette. Dere vil også komme frem til tiltak som vil være hensiktsmessig å gjennomføre i deres klasse eller med deres elev som ikke nødvendigvis står beskrevet her. Alle tiltakene som iverksettes skrives inn i aktivitetsplanen til eleven.

## **6. VIDERE OPPFØLGING**

---

Som nevnt over er det viktig med tett oppfølging og hyppige møter med foresatte i starten. Eldre elever kan også være med selv dersom han eller hun ønsker det. Hyppigheten på møtene kan gå ned etter hvert som tiltakene har ønsket effekt. Selv om alle tiltakene har hatt effekt, og eleven tilsynelatende har det trygt og godt, så kan det være lurt å møtes noen ganger med litt lenger tid mellom likevel. Eleven vil være i en sårbar fase, hvor det kanskje er lite som skal til for at det ikke er bra lenger. Elever som har vært utsatt for krenkelser og mobbing over tid, vil gjerne bære preg av dette lenge, selv om krenkelsene og mobbingen har opphørt. Dette vil i stor grad prege hvordan de vurderer situasjoner, tolker hva som skjer og hvordan de ser på seg selv. Rundt disse elevene er det viktig at tiltak vedvarer over tid. Spesielt tiltak som hjelper eleven bearbeide det han eller hun har opplevd, men også tiltak i miljøet som sikrer en trygg og god skolehverdag.

## 7. Å SKRIVE AKTIVITETSPLAN

---

Terskelen for når det skrives aktivitetsplan er lav. Så snart vi har bekymring, eller mottatt fra andre, en bekymring knyttet til en elevs trivsel, og arbeidet med å bedre trivselen til eleven starter så starter også arbeidet med å nedfelle dette i en aktivitetsplan. Enhver handling som vi gjør spesifikt for å bedre skolemiljøet til en elev skal nedfelles i en aktivitetsplan. Noen aktivitetsplaner vil derfor ha kort varighet med relativt få og enkle tiltak, mens andre aktivitetsplaner vil vare lenge og gjerne også oppleve endringer underveis. Aktivitetsplanen er ikke kun et dokument som sikrer elevens rettsikkerhet, men skal også fungere som skolens arbeidsverktøy hvor vi i større grad sikrer at oppfølgingen er systematisk og gjennomtenkt. Der hvor enkelte tiltak raskt er gjennomført, er det noen tiltak som vil ta lenger tid. I tillegg kan det være nye tiltak som etter hvert kommer inn i planen. Samtidig som det iverksettes umiddelbare tiltak, skal også en elevs miljø kartlegges for å sikre at vi har riktig forståelse av situasjonen og iverksetter riktige tiltak. Kartleggingen er en del av tiltakene som skal beskrives og evalueres i aktivitetsplanen.

### **Når avslutte aktivitetsplan?**

Som hovedregel kan aktivitetsplanen avsluttes når eleven opplever å ha et trygt og godt skolemiljø. Men vi vil komme i situasjoner hvor eleven opplever at skolemiljøet er trygt og godt, men foresatte fremdeles er utrygge. Eller hvor vi ser at det er nødvendig med tiltak en stund til, selv om eleven opplever at det er trygt og godt. I disse tilfellene er det lurt at aktivitetsplanen fremdeles fungerer som grunnlagsdokument for tiltakene som er pågående.

*Du vet når en tulipan henger med huet, og så trækker man den inn  
blant de andre for at den skal stå oppreist. Et sånt samfunn vil  
jeg ha.*

Ingrid Ovedie Volden