

Tiltag mod mobning



Hvad kan skole og
fritidsinstitution gøre

Tiltag mod mobning – hvad kan skole og institution gøre?

Redaktion Lars Theilgaard, Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen

Redaktionsgruppe:

Hanne Brusch	Fritidshjemmet Vokseværket
Flemming Gerhardt	Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen
Ruth Ingemann	Familie- og Arbejdsmarkedsforvaltningen, 6. kontor
Jette Lentz	PPR Syd
Ane Lykkegaard	Københavns Lærerforening
Lisbeth Palm Olesen	Københavns Lærerforening
Bjarne Pedersen	Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen
Nina Raaschou	Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen
Jørgen Springborg	Skole og samfund, København
Anne Sørensen	Københavns Skolelederforening
Charlotte D. Sørensen	Fritidshjemmet Skansebjerg
Lars Theilgaard	Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen

Grafisk formgivning: Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen, 0401-03

Foto: Lars Nybøll

Tryk: FAFtryk

Udgivet februar 2004

Oplag 5.000 eksemplarer

Indhold

Forord	4
Indledning	5
Fakta om mobning	6
Definition	6
Forskel på mobning, konflikter og drillerier	6
Hvor udbredt er mobning?	7
Hvilke former for mobning ser vi?	8
Hvem er mobningsofre?	8
Hvem er mobbere?	9
Mobber piger og drenge lige meget?	10
Hvor foregår mobning?	10
Handleplan for at øge trivslen og mindske mobning	11
Hvorfor nødvendigt med en handleplan?	11
Positivt udgangspunkt	11
Helhedsbetragtning	12
Skolens undervisningsmiljø og KESO	12
Hvad skal en handleplan omfatte?	13
Forskellige tilgange til mobning	13
Hvordan kommer vi i gang?	16
Hvem har ansvaret og hvor skal aktiviteterne placeres?	17
Ledelsens rolle	18
Inddragelse af børnene	18
Inddragelse af forældrene	19
Værktøjskassen	20
Metoder med et forebyggende sigte	20
Metoder med et behandlende sigte (beredskab)	21
Metoder med et kompetencefremmende sigte	22
Metoder med et opfølgende sigte	23
Andre metoder	24
Kortlægning af mobning/trivsel	25
Hvorfor er det vigtigt med en kortlægning?	25
Forslag til et spørgeskema	25
Forslag til meget kort undersøgelse	26
Andre skemaer (UVM og DCUM)	26
Andre kortlægningsmetoder	27
Litteraturliste	29
Oplægsholdere, foredrag, teater, m.m.	32
Ressourcepersoner og grupper	33
Bilag	34
Huskeliste ved udarbejdelse af anti-mobningspolitik	38
Noter	39

Forord

Mobning blandt børn er et overgreb som alle ansvarlige børn og voksne må sige fra overfor. Vi kan ikke acceptere at mobning finder sted, og derfor må alle børn gå sammen for at komme denne plage til livs. Det er på denne baggrund at Uddannelses- og Ungdomsudvalget i Københavns Kommune har besluttet at opfordre alle skoler og institutioner til at lave en antimobningspolitik.

Med dette inspirationshæfte vil vi give skoler og institutioner inspiration og grundlag for det lokale arbejde med at formulere en politik der modvirker mobning og samtidig sikrer at vore børn kan færdes i et trygt og positivt miljø.

Det er blevet påvist at mobning ofte hænger sammen med trivselsniveauet på skolen eller fritidshjemmet. Jo bedre trivsel des mindre mobning. En hård og sur tone hos de voksne er f.eks. med til at præge situationen. Derfor skal indsatsen mod mobning ikke ses som et enkeltstående tiltag, men ses i lyset af det store arbejde der i forvejen gøres for at øge trivsel og tryghed i skole og fritidshjem. At sætte de voksnes skæld-ud-politik på dagsordenen og se den i sammenhæng med en politik mod mobning kan derfor have god mening.

Det er naturligvis ledelsen på skolen og fritidshjemmet der i første omgang har ansvaret for at arbejdet med at formulere en politik mod mobning kommer i gang, og at indsatsen forankres i dagligdagen. Men det også vigtigt at alle skolens og institutionens aktører inddrages i arbejdet med at bekæmpe mobning. Både ledelse, personale, børn og forældre skal medvirke, hvis det skal lykkes. Opbygning af fælles værdier og normer kan medvirke til at alle ved hvad der er acceptabelt og ikke acceptabelt, således at fællesskabet kan styrkes.

Børn der bliver mobbet har krav på beskyttelse. Men det er også vigtigt at voksne ikke uden videre tanke "stjæler" børnenes konflikter ved at dømme, straffe og behandle. Et offer kan have et berettiget krav på at vide hvad mobbere og medløbere tænker og føler. Og omvendt er det vigtigt at disse børn på en ordentlig måde bliver konfronteret med den plage de forvolder. En politik mod mobning handler også om at udvikle indsigt, værdighed, ansvar og at lære at tage affære.

Indsatsen mod mobning på skoler og fritidshjem i København understøttes af andre aktiviteter som Uddannelses- og Ungdomsudvalget har sat i gang, herunder udviklingsprogrammet "Et godt skoleliv for alle", Københavns Elevsikkerhedsorganisation, mønsterbrydningsindsats og etablering lektiecafeer, elevcentre på skolerne. Desuden arbejder PPR løbende med problemstillingen.

Jeg håber at dette hæfte vil være en støtte for det videre arbejde og glæder mig til at følge de lokale aktiviteter.

Med venlig hilsen



Per Bregengaard
Uddannelses- og Ungdomsborgmester

Indledning

Uddannelses- og Ungdomsudvalget vedtog i februar 2003 at skoler og institutioner skal fortsætte deres arbejde mod mobning og Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen skal igangsætte initiativer til udvikling af skolers og institutioners arbejde med at mindske mobning og øge trivslen blandt børnene. Dette skal ske ved at:

- Give skoler og institutioner redskaber og inspiration således at der udarbejdes en "anti-mobnings-politik" på alle skoler og institutioner bl.a. ved at inddrage hidtidige erfaringer.
- Tydeliggøre skoler og institutioners opgaver omkring mobning
- Opfordre skolerne og institutionerne til at øge forældreinddragelsen
- Udarbejde et enkelt og overskueligt undersøgelsesmateriale til at kortlægge mobning og trivsel blandt børnene
- Kvalificere personalet til at håndtere mobbesituationer og forebygge mobning
- Udarbejde idé- og inspirationsmateriale til undervisning i klassen og aktiviteter i institutionerne
- Sætte fokus på mobning og trivsel i forbindelse med elevråd og elevsikkerhedsudvalg
- Sætte mobning i perspektiv i forhold til de sociale, adfærds- og trivselsmæssige problemstillinger der i øvrigt arbejdes med i skole og institution

Vi håber med dette hæfte at give både skoler og institutioner inspiration og støtte til at igangsætte og tilrettelægge det lokale arbejde med at formulere en "antimobbepolitik" på den enkelte institution.

Vi har forsøgt at beskrive mange veje til arbejdet med at minimere mobning og øge trivslen. Samtidig har vi forsøgt at lægge op til et positivt udgangspunkt hvor det ikke kun handler om at straffe og finde skyld, men i højere grad om at skabe visioner og drømme. Hvis visionen om at skabe mobbefri skoler og institutioner skal lykkes er det vigtigt, at alle aktører i skole og institution involveres, dvs ledelse, personale, børn og forældre. Ved at holde fast i fælles værdier og normer for både voksnes og børns trivsel og ved at handle hurtigt og målrettet mod negativ adfærd kan skole og institution skabe et godt psykisk arbejds- og undervisningsmiljø.

Heldigvis har de fleste skoler og institutioner allerede arbejdet med et eller flere af de elementer der indgår i en handleplan mod mobning og for bedre trivsel. Derfor er opgaven ikke ny og udfordringen er derfor snarere at koordinere og målrette indsatsen.

Arbejdsgruppen bag dette hæfte har bestået af:

Hanne Brusch	Fritidshjemmet Vokseværket
Flemming Gerhardt	Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen, B&U Syd
Ruth Ingemann	Familie- og Arbejdsmarkedsforvaltningen, 6. kontor
Jette Lentz	PPR Syd
Ane Lykkegaard	Københavns Lærerforening
Lisbeth Palm Olesen	Københavns Lærerforening
Bjarne Pedersen	Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen, B&U NØ
Nina Raaschou	Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen, B&U NØ
Jørgen Springborg	Skole og samfund, København
Anne Sørensen	Københavns Skolelederforening
Charlotte D. Sørensen	Fritidshjemmet Skansebjerg
Lars Theilgaard	Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen, B&U Syd

Fakta om mobning

Lærere og pædagoger bruger dagligt meget tid på at hjælpe børnene med at løse deres indbyrdes konflikter, og det kan være svært at skelne mellem hvad der er drilleri, konflikter eller mobning. Samtidig foregår megen mobning ofte i det skjulte og kommer ikke umiddelbart til de voksnes kendskab.

Mobning er ikke en harmløs foreteelse, som hører med til børns opvækst. Mobning er en plage der kan og skal bekæmpes. Det kræver en systematisk og målrettet indsats med udgangspunkt i børns trivsel og med klassen/børnegruppen som centrum.

For at komme mobning til livs er det vigtigt at vide noget om den teori og forskning der er foretaget om mobning. Hvor meget hver enkelt lærer eller pædagog skal vide er naturligvis forskellig fra institution til institution, men en eller anden fælles viden og indsigt omkring omfang og årsager er væsentlig. Derudover kan der på den enkelte skole eller institution være en eller flere ressourcepersoner med særlig viden om mobning og børns trivsel.

Definition

Der er mange myter om mobning. Ofte benyttes begrebet mobning i flere betydninger eller som synonym for mere uskyldige former for drillerier eller konflikter mellem børn. Det er derfor vigtigt at præcisere begrebet inden man går i gang med at lave en handleplan.

Den norske specialist på området, professor i psykologi Dan Olweus, definerer mobning på følgende måde: "En person er mobbet eller plaget, når han eller hun gentagne gange og over en vis tid bliver udsat for negative handlinger fra én eller flere personer".

Negative handlinger kan fx være:

- Direkte fysisk vold fx skub, slag, spark etc.
- Handlinger ledsaget af trusler og hån samt det at sige ubehagelige og lede ting.
- Handlinger uden ord ved brug af grimasser, gestus, ved at vende vedkommende ryggen eller ved ikke efterkomme en persons ønsker for at irritere eller såre.

Negative handlinger kan også udtrykkes mere indirekte gennem social isolering og udelukkelse fra gruppen.¹ Det er denne definition der er taget udgangspunkt i i dette hæfte.

Forskel på mobning, konflikter og drillerier

Der er en gradvis overgang fra drilleri til konflikter og egentlig mobning, og det viser sig i praksis at mobning ofte kan starte som generende og grovere drillerier.

Drilleri

Almindeligt drilleri er ofte af spontan karakter og kærligt ment. Drilleri er ifølge Nudansk Ordbog "bevidst at lave sjov med eller genere nogen, fordi man selv synes, det er sjovt". Men det er ikke sikkert at den drilleriet går ud over, synes det er sjovt. For nogle børn betyder drilleri ikke så meget mens andre bliver meget kede af det.

Konflikter

Konflikter opstår når personer eller grupper er uenige, og blandt børn udvikler konflikter sig tit fra verbale til korporlige handlinger. Det er vigtigt at understrege at der ifølge Olweus ikke er tale om mobning når to fysisk eller psykisk lige stærke personer er involveret i en konflikt eller er oppe at slås. Mobning derimod er et overgreb hvor der er tale om asymmetri i magtforholdet mellem de involverede, og hvor overgrebet bliver over længere tid.

For at man kan kalde noget for mobning, skal en person altså gentagne gange have været udsat for ubehagelig, nedværdigende eller sårende behandling fra en eller flere personer, der bevidst udfører disse negative handlinger.

Hvor udbredt er mobning?

Undersøgelser har gennem de seneste 10 år vist stabile tal for hvor mange børn der er blevet udsat for mobning i danske skoler, nemlig omkring 25 %.

Heldigvis viser de nyeste undersøgelsesresultater at der nu er ved at ske et fald og vel at mærke et markant fald. Det er tal fra den danske del af den internationale undersøgelse Health Behaviour in School-Aged Children der viser dette fald. Undersøgelsen bliver gennemført hvert fjerde år i en række europæiske lande, og den sidste undersøgelse er fra 2002.

Denne viser at inden for de sidste fire år – fra 1998 til 2002 - er antallet af børn der er blevet mobbet to eller flere gange om måneden, faldet fra 25 % til 11 %. På samme måde er antallet af børn mellem 11 og 15 år der selv har mobbet andre to eller flere gange om måneden, faldet fra 33% i 1998 til 11% i 2002.²

Der er dog også tal som er næsten uforandrede siden 1998, idet der stadig er ca. 7% af de danske skolebørn der udsættes for mobning flere gange om ugen.

	Er blevet mobbet 2 eller flere gange/måned			
	Piger		Drenge	
	1998	2002	1998	2002
11 år	32%	14%	33%	15%
13 år	25%	12%	29%	12%
15 år	14%	7%	14%	7%
Total	1998		2002	
	25%		11%	

	Har mobbet andre 2 eller flere gange/måned			
	Piger		Drenge	
	1998	2002	1998	2002
11 år	18%	5%	37%	13%
13 år	22%	8%	45%	19%
15 år	20%	5%	44%	20%
Total	1998		2002	
	33%		11%	

	Er blevet mobbet 2 eller flere gange/uge	
	1998	2002
	Total	7%

Hvilke former for mobning ser vi?

Mobning kan finde sted på mange forskellige måder, og som det fremgår af definitionen kan der være tale om mange forskellige negative handlinger.

Traditionelt deles mobning op i den direkte og den indirekte mobning. Den direkte mobning kan karakteriseres ved fysiske handlinger mod offeret, så som spark, slag eller verbale tilråb, mens den indirekte form kan karakteriseres ved psykiske "angreb" og mere handler om at sprede rygter, lyve eller udelukke offeret fra fællesskabet.

Mobningsformerne udvikler sig hele tiden. Inden for de seneste år er der således eksempler på mobning via mobiltelefon (sms-beskeder), e-mails eller ligefrem hade-hjemmesider på nettet, rettet mod en bestemt person.

Mobning og mobiltelefoner

Sms-mobning opleves på mange skoler og institutioner som et voksende problem efterhånden som flere og flere børn får egen mobiltelefon. Der foreligger ingen danske undersøgelser af omfanget, men en norsk undersøgelse fra 2001 viser at 14 % af skoleeleverne her har været udsat for mobning via mobiltelefonen.³

Denne form for mobning har et uhyggeligt perspektiv idet mobningen på denne måde kan trænge helt ind i hjemmet og dermed ind i et område hvor den mobbede skulle føle sig tryk. Samtidig er der også en tendens til at sms-mobning kan virke grovere – forstået på den måde at de meddelelser der sendes, ofte har en grovere ordlyd end mundtlige bemærkninger. De børn der udfører mobningen, skal ikke stå ansigt til ansigt med den det går ud over, og derfor får den måske lige en tand mere. Det er samtidig en nem måde at mobbe på som ikke kræver den samme overvindelse som mere traditionelle mobningsformer. Endelig kan denne form for mobning være meget svær at opdage for de voksne. Det kræver at barnet henvender sig til den voksne og fortæller hvad der er sket.

Udbredelsen af mobiltelefoner kan også virke forstærkende på mobningen på andre måder end ved brug af sms. Initiativtagerne til mobningen kan ved at ringe rundt til medløbere nemt lave aftaler om hvad der skal ske eller sprede rygter, og det kan foregå fuldstændig skjult for de voksne.

De nyeste mobiltelefoner med mulighed for at tage og sende billeder forstærker muligheden for dette misbrug.

Andre former

Fænomenet virtuel mobning eller netmobning (eng: "flaming") er et personangreb på internettet. Mobbeofferet kan fx blive udstillet på forskellige hjemmesider for børn og unge eller på hjemmelavede hade-sites.

De nye og effektive kommunikationsformer kan altså have flere negative sider hvis nogle vil misbruge dem. Et forbud mod mobiltelefoner på skoler og institutioner løser næppe problemet – udfordringen bliver tværtimod at lære børnene en etisk omgang med de nye medier. Selvom der som nævnt er mange ting der virker forstærkende på mobning når den foregår via mobiltelefon eller computer, er det i bund og grund "bare" en anden form for mobning, og de grundlæggende strategier for at hindre at mobningen finder sted er stadig de samme. Hverken mobiltelefon eller computer er årsager til mobningen. De er blot avancerede redskaber til at udføre de krænkende handlinger.

Læs mere i pjecen: "Send mange smil – skriv med stil" fra TDC/Børns vilkår på www.tdc.dk/mobil.

Hvem er mobningsofre?

Det passive mobningsoffer er ifølge Dan Olweus oftest kendetegnet ved et ængsteligt og passivt reaktionsmønster kombineret med fysisk svaghed for drengenes vedkommende. Pigerne ved vi ikke så meget om. Når børn bliver forulempet, reagerer især de yngre børn med gråd og forsøger ikke at forsvare sig. De føler sig ensomme, har et lavt selvværd og søger ikke hjælp.

Et mobningsoffer kan imidlertid også opleves som provokerende og være kendetegnet ved urolig adfærd og manglende koncentration. Et opfarende temperament medfører tit konflikt med andre børn. Ifølge Dan Olweus forekommer denne type mobningsoffer ikke nær så ofte som det passive mobningsoffer.

Som gruppe er mobningsofrene for drengenes vedkommende klart fysisk svagere end gennemsnittet.⁴

Hvem er mobbere?

Dan Olweus beskriver mobberne som børn præget af aggressiv og dominerende adfærd over for kammerater og tit også over for voksne og forældre. De har ofte en rimelig positiv selvopfattelse mens de har ringe eller ingen medfølelse for deres ofre. Deres popularitet ligger på eller noget under gennemsnittet, og betydeligt under gennemsnittet i de ældste klasser, men de når aldrig samme lave popularitetsniveau som mobningsofrene. Der er intet i undersøgelserne der tyder på at mobberne under overfladen er angste og usikre i højere grad end andre børn, snarere tværtimod.

Gruppen af medløbere der deltager i mobningen, men ikke selv tager initiativet, er blandet i sin sammensætning og rummer ofte usikre og ængstelige børn.

Dan Olweus' undersøgelser fra 1980'erne viser at mobberne som gruppe fire gange så ofte begår kriminalitet i ungdoms- og voksenalderen, sammenlignet med kontrolgruppen som bestod af drenge der hverken var mobbere eller ofre for mobning. Flere nyere undersøgelser bekræfter at elever som er aggressive og mobber andre, tilsyneladende har en større risiko for senere at blive indblandet i problemadfærd i form af kriminalitet og alkoholmisbrug.⁵

Hvem er tilskuere?

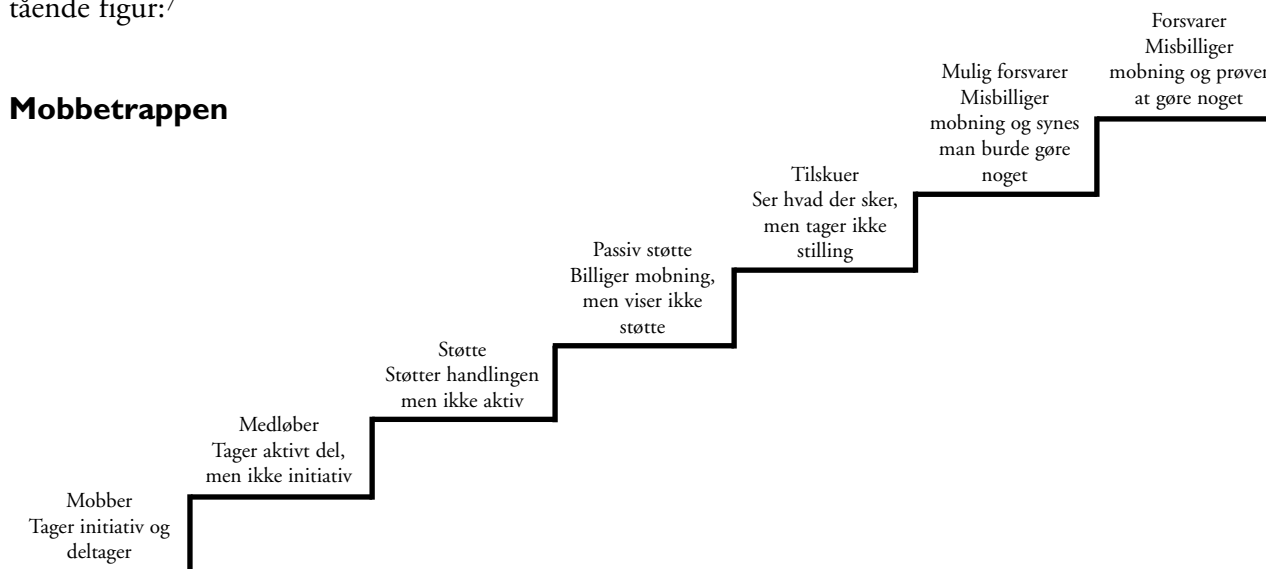
Billedet af hvilke børn der udfører eller deltager i mobning og hvilke der er udsat for mobning, er ikke bare sort og hvidt. Der er nemlig mange mellemstadier der er med til at gøre billedet broget og komplicere indsatsen for at modvirke mobning.

Undersøgelser viser nemlig at nogle børn både mobber andre og selv bliver mobbet, således at der kan opstilles fire mobbemiljøer:⁶

	Er ikke/sjældent blevet mobbet	Er ofte/jævnligt blevet mobbet
Deltager ikke/kun sjældent i at mobbe andre	55% De veltilpassede	14% Ofrene
Deltager ofte/af og til i at mobbe andre	19% Mobberne	12% Både- og gruppen

Ser man på børnenes handlinger eller reaktioner på en akut mobbesituation, viser det sig at de indtager vidt forskellige roller. Dan Olweus har også forsket i dette mønster og hans resultater kan illustreres ved nedens-tående figur:⁷

Mobbetrappen



Disse og andre forskningsresultater lægger op til at man i højere grad bør gå bort fra tænkning om én skyldig (mobberen) og én forulempet (offeret). Det er i lige så høj grad et spørgsmål om hvordan man udnytter det store potentiale der ligger i de børn som ikke selv deltager i eller udsættes for mobning. Lidt firkantet kan man sige at denne gruppe også bærer et ansvar idet de accepterer at mobningen finder sted. Dermed er der lagt op til en bredere indsats der medtager flere aspekter.

Mobber piger og drenge lige meget?

Drenge er mere udsat for mobning end piger, og dette er særlig markant i de ældste klasser. Til gengæld udsættes pigerne i højere grad for indirekte og mere subtil mobning end for direkte mobning. Drenge og piger er lige udsatte for indirekte mobning.

Det er drenge der udfører en stor del af mobningen mod piger, mens ca. 75% af de mobbede drenge udelukkende bliver mobbet af drenge.⁴

Hvor foregår mobning?

Vi ved at mobningen ikke stopper ved skoleporten, men følger med i fritiden. Der er derfor brug for at fokusere på emnet både i skole og fritidsinstitution.

Mobning i skolen

Mange skoler og skoleforvaltninger rundt om i landet har arbejdet med forebyggelse af mobning som et fælles projekt. En vigtig erfaring fra disse projekter er at mobning ofte hænger sammen med trivselsniveauet på skolen. Jo bedre trivsel, des mindre mobning. En anden vigtig erfaring er at dialogen med og mellem skolens brugere og samarbejdspartnere om mobning har stor betydning for effekten af indsatsen.

Overordnet set er det skolens leder der har ansvar for at der bliver udarbejdet handleplaner og trivselsstrategier. Lærerne er imidlertid krumtappen i arbejdet med mobning. Det er dem der kender eleverne og er med til at udvikle sociale kompetencer hos eleverne og sociale relationer mellem dem. Der er en klar sammenhæng mellem det sociale miljø og udbredelsen af mobning. Klasser hvor samværet fungerer godt, er i mindre grad ramt af mobning og en indsats for at skabe et godt samværsmiljø i klassen vil påvirke udbredelsen af mobning i skolen. Ligeledes har tilstedeværelsen og efterlevelsen af regelsæt for indbyrdes opførsel i klassen og frikvartererne stor betydning for graden af mobning. I de klasser hvor læreren ofte tager initiativet til fælles drøftelse af hvordan man bør opføre sig overfor hinanden, er der en mindre grad af mobning. Drillerier og konflikter kan ikke undgås, men kan tackles så det ikke bliver til mobning, fx ved hjælp af en bevidst brug af konflikthåndtering. Opbygning og formidling af fælles værdier for en skole styrker den enkelte og fællesskabet. Det er vigtigt at alle ved hvad der er acceptabelt og hvad der ikke er acceptabelt. Læring foregår bedst i trykthed og i et socialt forum hvor der er respekt, tillid og plads til alle. Også derfor må vi have mobning væk!⁸

Mobning i fritidshjem

Omkring mobning i fritidshjem har vi ikke de samme undersøgelsestal at holde os til. Grundlæggende bygger fritidshjemmets arbejde på loven om social service hvilket betyder at børnenes daglige trivsel og udvikling er en hovedopgave på fritidshjemmet. Det er derfor helt almindeligt at det enkelte barn og børnegruppen, ud fra personalets iagttagelser, diskuteres jævnligt på personalemøder og med børnenes forældre. Ud fra disse samtaler vægtes en eventuel indsats på barnet og gruppen.

Mange fritidshjem har formuleret et regelsæt der beskriver hvordan man ønsker at samværet mellem børnene på institutionen skal være. I det daglige samvær på fritidshjemmet opstår der en lang række konflikter børnene imellem. Det er en helt naturlig del af børnenes dagligdag og udvikling. Derfor er det vigtigt at det enkelte fritidshjem har forholdt sig til hvordan de voksne indgår i, og hjælper med at løse, børnenes konflikter. Det er dialogen mellem børn, ansatte og forældre der hele tiden er i fokus i forhold til den daglige trivsel på fritidshjemmene.

Handleplan for at øge trivslen og mindske mobning

Selvom mobning har været diskuteret meget i de senere år, efterlyser mange ledelser, lærere, pædagoger og forældre stadig konkrete værktøjer til bekæmpelse og forebyggelse af mobning. Dette fremgår også tydeligt af den undersøgelse af skolernes indsats som Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen gennemførte i november 2002.⁹ Kun ti skoler svarede bekræftende på at de har formuleret en egentlig mobbepolitik, svarende til 16 %. Otte skoler oplyste at de er i gang med at forberede en, mens resten (42 skoler) ikke havde en egentlig mobbepolitik. Til gengæld har næsten alle skoler gennemført tiltag med fokus på elevernes trivsel og samvær og dermed indirekte på at minimere antallet af elever der udsættes for mobning.

Hvorfor nødvendigt med en handleplan?

Når så mange børn udsættes for mobning i skolen som alle undersøgelser tyder på, må man som ansvarlig skole og institution naturligvis forholde sig til det. Langt de fleste skoler og institutioner har som mål at give børnene de bedste muligheder for deres almene udvikling og læring, men noget tyder altså på at dette mål ikke nås for alle børn. Hvis man ikke trives, får man mindre udbytte af undervisningen og mindre lyst til at deltage i fællesskabet. Derfor må skole og fritidshjem sammen og hver for sig forholde sig aktivt for at fremme trivslen og nedbringe antallet af børn der udsættes for mobning og andre krænkelser.

Heldigvis viser erfaringerne at tingene kan ændres. I både Sverige og Norge har man en lang tradition for at arbejde med tiltag mod mobning, og her er det lykkedes at få antallet af børn der mobbes, til at falde drastisk. Danske undersøgelser på området viser da også en meget stor forskel i hyppigheden af mobning fra skole til skole. Altså kan tingene ændres, men det kræver at såvel skole som fritidshjem erkender at man til stadighed må arbejde aktivt for at bekæmpe mobningen og øge børnenes trivsel. Mange skoler eller fritidshjem undskylder sig med at på lige netop vores institution er problemet ikke særligt stort, men denne selvforståelse virker blokerende, og mobningen flourerer måske allerede uden at hverken lærere eller pædagoger er klar over det. Når mobningen pludselig bliver så grov at problemet ikke længere kan skjules, står skolen eller institutionen helt uforberedt og uden beredskab.

Positivt udgangspunkt

Når man som skole eller institution skal i gang med at opstille en anti-mobbepolitik og handleplaner mod mobning, er det vigtigt at man ikke udelukkende fokuserer på det negative. Selvfølgelig er mobning i sig selv en negativ og skadelig handling, men derfor behøver det ikke kun at dreje sig om at placere skyld og finde fejl. De børn der udfører mobningen har også problemer. Sigtet må være at såvel de(n) der har mobbet som den der er blevet mobbet, sammen med de øvrige børn i gruppen kan leve i fredelig sameksistens. At tage et positivt udgangspunkt giver langt flere handle- og løsningsmuligheder end hvis man kun taler om mobning som et problem. Denne tankegang er bl.a. præsenteret af sundhedsplejerske og konsulent Berit Hertz der påpeger at tiltag mod mobning ikke altid skal tage udgangspunkt i en årsag/virkning-tænkning hvor man skal have fundet frem til den eller de "skyldige" som derefter skal straffes. Det gælder i højere grad om at skabe nogle rammer hvor børnene føler sig anerkendt, og at fremelske børnenes visioner og drømme og selv lade dem komme med løsningsforslag og ideer.

"At fokusere på drømmen bag problemet mobning giver en energi, som har livskraft og gejst i sig, i modsætning til den håbløshed, der ofte flourerer, når man kun taler om mobning som et problem" (Citat Berit Hertz).

Se i øvrigt afsnittet om AI-metoden, side 22)

Helhedsbetragtning

Det er vigtigt at lave en overordnet betragtning over hvad skolen eller institutionen allerede gør – eller har gjort – for både at øge børnenes trivsel og at forhindre at nogle udsættes for mobning eller andre krænkelser. Med andre ord kan arbejdet med at formulere en anti-mobningspolitik være en god anledning til at se på hvad man allerede gør på trivselområder og hvilken effekt det har på børnenes sociale liv.

Det er således ikke en ny opgave som skolen eller fritidshjemmet skal i gang med, men nærmere en overordnet betragtning af den aktuelle indsats set i forhold til skolens eller institutionens målsætning.

Skolens undervisningsmiljø og KESO

I skolen vil det være naturligt også at tage udgangspunkt i arbejdet med elevernes undervisningsmiljø og elevsikkerhed. Dette arbejde er fastsat ved Lov om elevers og studerendes undervisningsmiljø der trådte i kraft 1. august 2001. Undervisningsmiljøet indeholder en fysisk, psykisk og en æstetisk dimension. Det psykiske undervisningsmiljø omhandler bl.a. faktorer af betydning for elevernes psykosociale trivsel og består både af sociale og individuelle faktorer som f.eks.: fællesskab, venskab, samarbejde, sociale spilleregler, sociale kompetencer, mobning og chikane, konflikter, omgangstone, indfølingsevne, medbestemmelse, m.m.

Alle skoler skal udarbejde en undervisningsmiljøvurdering som skal være et redskab for ledelsen og sikkerhedsgruppen til at forbedre undervisningsmiljøet. Undervisningsmiljøvurderingen er en skriftlig vurdering af det fysiske, psykiske og æstetiske undervisningsmiljø på uddannelsesstedet og skal indeholde en kortlægning, vurdering og en handleplan og prioriteringer for forbedringer.

I Københavns Kommune er arbejdet med undervisningsmiljøet forankret i KESO (Københavns Elevsikkerheds Organisation) og der er på hver skole etableret et elevsikkerhedsudvalg med repræsentanter for 6. - 9./10. klassetrin. Dette elevsikkerhedsudvalg skal med støtte fra de ansattes sikkerhedsrepræsentant lave en kortlægning af skolens undervisningsmiljø og i samarbejde med skolens ledelse lave en samlet undervisningsmiljøvurdering. Som et særligt element i elevsikkerhedsudvalgets arbejde er understreget arbejdet med elevernes trivsel, herunder initiativer til at modvirke mobning. I den udarbejdede vejledning for elevsikkerhedsudvalget (KESO-mappen) opfordres elevsikkerhedsudvalget til mindst én gang om året at tage spørgsmålet om mobning op og evt. tage initiativ til at der sættes særligt fokus på dette område.

Læs mere på Dansk Center for Undervisningsmiljø's hjemmeside www.dcum.dk og i Evaluering af de københavnske folkeskolars arbejde med elevsikkerhedsorganisationen, Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen, november 2003

Hvad skal en handleplan omfatte?

En forstærket indsats vedr. trivsel og mobning kræver en handleplan. Principielt adskiller en handleplan på mobningsområdet sig ikke fra andre handleplaner, men alligevel er der nogle forhold som det er vigtige at have sig for øje inden man går i gang.

For det første bør man opstille et formål for arbejdet og nogle klare mål som der kan arbejdes frem imod. Formålet kan fx være at vi på xx-fritidshjem ikke accepterer mobning og vil arbejde aktivt på at opbygge et miljø der kan forebygge og minimere antallet af børn der udsættes for mobning og andre krænkelser.

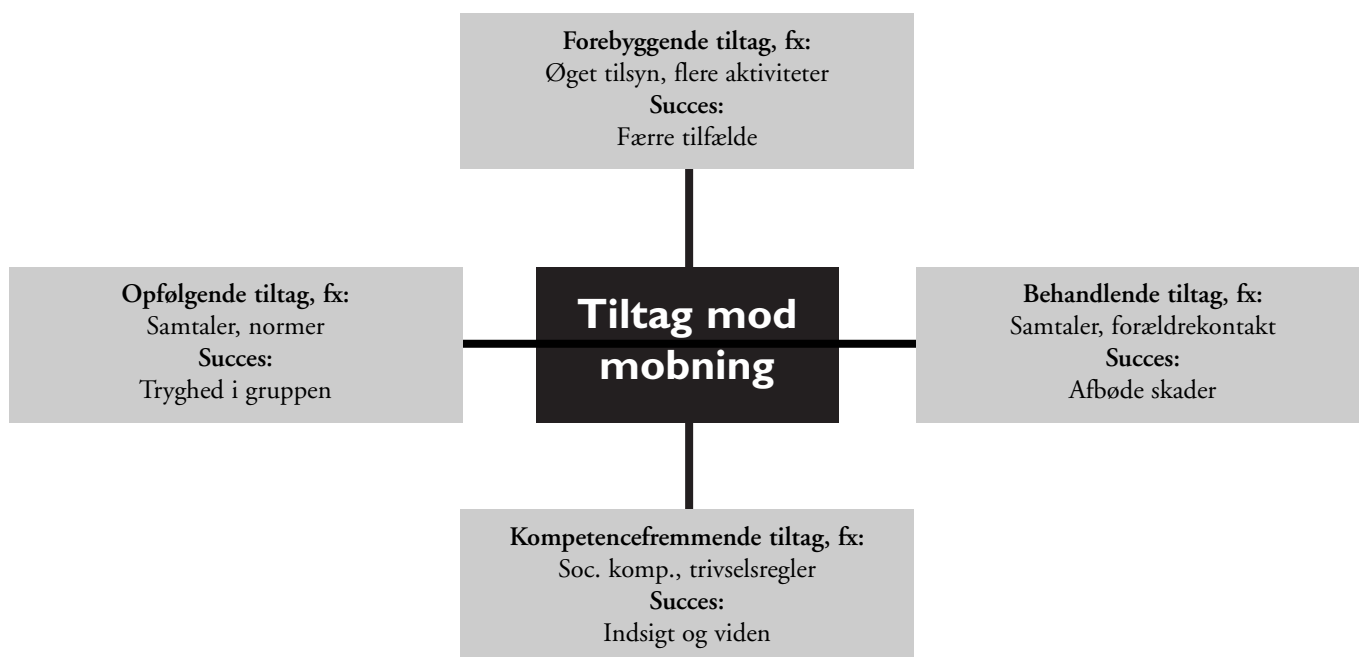
Dette overordnede formål kan så udmøntes i en række operationelle mål som fx:

- Vi vil udvikle redskaber til at afklare omfanget af mistrivsel og mobning
- Vi vil øge pædagogernes bevidsthed om mobning og dens årsager

Til sidst kan man så beskrive de konkrete tiltag der skal sættes i værk, og klargøre ansvars- og indsatsområderne (læs mere i "Hvordan kommer vi i gang?", side 16)

Forskellige tilgange til mobning

Der er ofte behov for at klarlægge hvilke tiltag der kan arbejdes med i skole og fritidsinstitutioner når man vil opfylde en målsætning om at nedbringe mobning. Dette kan illustreres ved følgende model:



Modellen viser fire forskellige tilgange til arbejdet med at modvirke at mobning forekommer. Der er ikke tale om et enten-eller: at man enten holder sig til den ene tilgang eller til den anden. Det er tværtimod vigtigt at man kommer hele vejen rundt og arbejder med alle tilgange. En handleplan for bedre trivsel og mod mobning bør derfor forholde sig til alle fire elementer. Modellen burde måske derfor hellere have bestået af cirkler der kunne overlape hinanden, men vi har valgt ovenstående illustration for overskuelighedens skyld.

Forebyggende tilgang

Den forebyggende tilgang fokuserer på at hindre at mobning opstår. Det kræver både at der arbejdes med konkrete tiltag (fx øget tilsyn i form af flere gårdvagter) samt mere overordnede tilgange (fx det sociale miljø, gruppedannelser og teorier, normer, roller, m.m. Desuden er det en fordel hvis de voksne kender til teorier om og årsager til mobning samt signaler og tegn på mistrivsel.

Skolens kultur er også en vigtig del af forebyggelsen. Kultur forstås her som den måde vi er sammen med hinanden og omgås hinanden på. Anerkender vi hinandens ret til at være forskellige? Er der en stemning på skolen/institutionen om at vi grundlæggende accepterer hinanden, sådan som vi nu engang er, eller er der en stemning om at du kun er god nok, hvis du præsterer et eller andet bestemt? Her er det ikke kun kulturen i børnegruppen der er vigtig, men også blandt de voksne. Den rummelighed de voksne udviser over for hinandens forskelligheder og over for børnenes forskelligheder, vil ofte have en afsmittende virkning på kulturen i børnegruppen.

En vigtig del af kulturen er samtalekulturen. Sproget er skolens og ofte også institutionens vigtigste kommunikationsredskab, og den måde børn og voksne bruger sproget på har stor betydning for hvordan man trives. I hvor høj grad lytter man til hinanden, i hvor høj grad bemærker man når en kollega eller et barn har gjort noget godt, i hvor høj grad bagtaler man hinanden?

Et andet vigtigt element i det forebyggende arbejde er en kortlægning af de konkrete forhold på skolen/fritidshjemmet. Hvor mange føler sig udsat for mobning eller mistrivsel, hvor på institutionen foregår det oftest, etc? I en sådan analyse kunne man lede efter tegn på elementer der hæmmer/fremmer mobning. Denne kortlægning kan ske ved anvendelse af konkrete spørgeskemaer om mobning og trivsel, men også skolernes undervisningsmiljøvurdering kan lægges til grund.

Succeskriteriet for den forebyggende tilgang er at den hindrer at mobning forekommer og at den fjerner evt. årsager til at den opstår.

Eksempler på forebyggende elementer:

- Fokus på lærernes undervisning og de voksnes rolle (elementer der fremmer/hæmmer mobning)
- Pædagogernes og lærernes pædagogiske relationskompetence
- Klassens/børnegruppens sociale liv
- De professionelle samarbejde - internt og med forældrene
- Øget tilsyn i frikvarterer eller ved leg
- Nedsættelse af trivselsudvalg, trivselskonsulent eller lign.
- Aktivitetsmuligheder på udearealer
- Information og viden til lærere/pædagoger, forældre og ikke mindst børn
- Spørgeskemaundersøgelser eller anden dokumentation for børnenes trivsel og omfanget af mobning

Behandlende tiltag (beredskab)

Den behandlende tilgang drejer sig først og fremmest om at fastlægge procedurer og opstille et handleberedskab når det konstateres at børn udsættes for mobning. Handleberedskabet skal tydeliggøre hvad hver enkelt lærer/pædagog skal gøre, hvem der er ansvarlig for hvad og dermed sikre en ensartethed i indsatsen.

Denne tilgang fokuserer bl.a. på de voksnes kompetencer så som:

- at kunne iagttage og at kunne/turde gribe ind
- at kunne føre en undersøgende og åben dialog og at kunne løse konflikter

Succeskriteriet for den behandlende tilgang er at den afbøder skadesvirkningerne og retter op på den skade der evt. er sket.

Eksempler på behandlende elementer (i tilfælde af mobning):

- Grundig samtale med det barn der har været udsat for mobning
Her er det vigtigt at vise forståelse og tage henvendelsen alvorligt og spørge nøje ind til hvad der er sket
- Vurdering af om der kræves særlig beskyttelse af den mobbede
I særlige tilfælde ved alvorlige trusler og hvis barnet viser frygt kan det være nødvendigt at lave særlige foranstaltninger i form af adskillelse

- Første samtale med det barn der har mobbet
I denne samtale er det vigtigt at høre den anden parts fortælling og vurdering og måske opnå et mere nuanceret billede af situationen.
 - Beslutning om videre samtaleform og -teknik og udarbejdelse af plan
Med udgangspunkt i den konkrete episode og det øvrige kendskab til børnegruppen må voksengruppen afgøre hvilken tilgang og hvilke samtaler (teknik) der vil være mest effektiv
Ud over vurdering af samtaleform med de implicerede bør man også i voksengruppen drøfte hvordan man vil involvere resten af klassen/gruppen – ikke mindst evt. tilskuere til episoden. Det kan fx være klassesamtaler, kammerat-samtaler eller andet.
Planen må også tage højde for om der skal iværksættes særlige tiltag eller forløb i gruppen/klassen og hvordan en evt. opfølgende indsats skal være.
 - Orientering af forældre, ledelse og øvrige lærere/pædagoger (fritidshjem)
Det behøver ikke nødvendigvis være i denne rækkefølge, og den konkrete situation må afgøre hvem der skal orienteres og hvornår. I første omgang er det naturligvis de implicerede børns forældre det drejer sig om, og igen må den konkrete situation afgøre om de øvrige forældre skal orienteres og hvordan.
- De sidste punkter på denne liste er ikke altid aktuelle og må medtages afhængig af den aktuelle situation:
- Involvering af forældrene i det videre arbejde med at løse problemet
Skal der indkaldes til særskilte forældremøder med dele af eller hele forældregruppen?
 - Evt. inddragelse af ledelsen, psykolog eller sundhedsplejerske
 - Opfølgning på forløbet og justering af plan
Som tidligere nævnt er mobningstilfælde tit komplicerede og kræver en længerevarende indsats. Nye perspektiver og ny viden vil dukke frem efterhånden som mønsteret afdækkes, og det kan derfor være at den første plan ikke længere er holdbar, men at der må flere og andre tiltag til.
 - Evt. sanktioner hvis mobningen fortsætter
Spørgsmålet om sanktioner mod de børn der har stået bag mobningen, vækker ofte diskussion. Arbejdet med at følge op på et aktuelt mobningstilfælde er ikke nødvendigvis et spørgsmål om at placere fejl og skyld. Det er i lige så høj grad et spørgsmål om at få en gruppe børn til at fungere socialt sammen igen og at afdække potentialer og udvikle kompetencer hos de enkelte – både mobbere, mobbede og tilskuere.
Alligevel kan det – igen afhængigt af det aktuelle tilfælde – komme på tale at iværksætte – om ikke sanktioner – så dog foranstaltninger der kan give et pusterum i det opsamlende arbejde, som fx at flytte det barn der har udført mobningen, midlertidigt til en anden klasse.
Hvis der er direkte vold eller trusler herom med i forløbet, må konkrete foranstaltninger mod dette vurderes.

Kompetencefremmende (sundhedsfremmende) tiltag

Det kan være svært at skelne denne tilgang fra den forebyggende. Men den kompetencefremmende tilgang sigter ikke primært mod løsning af problemet – men at problemløsningen selvfølgelig kan være et resultat heraf. Det primære i denne tilgang er udviklingen af børnenes kompetencer på en lang række områder: handlekompetence, sociale kompetence, kompetence til at løse konflikter m.m. Man kan med andre ord sige at tilgangen bidrager til forebyggelsen via børnenes kompetenceudvikling, men at denne alene hverken løser eller forhindrer problemet.

Succeskriteriet for den kompetence- eller sundhedsfremmende tilgang er udvikling af børnenes viden og indsigt i mobningen og dens årsager, deres ideer, ønsker og visioner til at øge trivsel samt deres erfaring med at gribe ind over for forhold der relaterer sig til mobning.

Eksempler på kompetencefremmende elementer:

- Venskabsklasser (skolen)
- Fælles emnedage om trivsel og mobning – i indskolingen i samarbejde med fritidshjem/KKFO (samtænkning)
- Arbejde med børnenes sociale kompetencer (fx ud fra materialet Trin for Trin)
- Alle klasser udarbejder egne spilleregler for at fremme den sociale trivsel og forståelse
- Afholdelse af kurser i konfliktløsning for både børn og voksne

Opfølgende tiltag

Denne tilgang vil også have mange sammenfald med både de forebyggende og kompetencefremmende tiltag. Forskellen ligger først og fremmest i tidspunktet for iværksættelsen af indsatsen. Når vi taler om opfølgende tiltag, vil det typisk sige at indsatsen etableres efter at mobning har fundet sted. Mange af de initiativer og foranstaltninger der sættes i værk med forebyggende og kompetenceudviklende sigte, vil også have en positiv effekt når mobningen har fundet sted og der skal gøres en konkret indsats for at få børnegruppen til at fungere igen. Mobning stoppes sjældent ved et enkelt tiltag eller i løbet af kort tid. Der kræves en strategi over en længere periode.

Succeskriteriet for opfølgningen er tryghed i gruppen og etablering af normer og adfærdsmønstre der gør at alle børn – både de der har været udsat for eller aktivt deltaget i mobningen og de som har været udsat for krænkelsen – igen kan fungere hensigtsmæssigt sammen.

Eksempler på opfølgende elementer:

- Intense samtaleforløb – individuelt eller i grupper
- Etablering af særlige projekter der kan opbygge nye og positive gruppenormer
- Tiltag til vedligeholdelse af elevernes psykiske arbejdsmiljø
- Arbejde med børnenes sociale kompetencer (fx ud fra materialet Trin for Trin)
- Cirkeltid i klassen – hvordan har vi det? (se Quality Circle Time side 23)
- Øget forældresamarbejde – evt. særligt forældreråd

Hvordan kommer vi i gang?

Handleplaner kan være udformet på forskellige måder, men bør først og fremmest indeholde klare målsætninger for indsatsen og derefter værktøjer til at udføre den på skole-, klasse- samt individniveau.

Målsætning

I den overordnede målsætning for folkeskolen i København er det understreget at "børnene skal føle sig trygge og nyde beskyttelse mod krænkelse af enhver art". Det samme gælder i serviceloven som ligger til grund for fritidshjemmenes arbejde, hvor det hedder at "dagtilbuddet skal i samarbejde med forældrene give børn omsorg og støtte det enkelte barns tilegnelse og udvikling af sociale og almene færdigheder..."

Sådanne overordnede målsætninger har ofte et visionspræg og er derfor ikke særlig konkrete og målrettede. Målet for skolens eller institutionens plan mod mobning må derfor være at sikre at man virkelig lever op til den overordnede målsætning på disse områder og således er med til at fremme gode relationer mellem alle børn på skolen/institutionen og sikre tryghed og gensidig respekt. Planen skal med andre ord angive nogle konkrete og operationelle mål og handleplaner til at opfylde målsætningerne.

Definition

Det er vigtigt at definere hvad man på skolen og institutionen forstår ved mobning – ikke mindst for at kunne skelne mellem egentlig mobning og drilleri. Man kan naturligvis ikke definere mobning helt frit – en skole kan jo heller ikke selv definere hvad den forstår ved undervisning. Vi vil derfor anbefale at man benytter den definition vi tidligere har anført i dette hæfte og evt. lave lokale tilføjelser som den enkelte institution finder væsentlige. Det vigtige er at alle på skolen eller fritidshjemmet kender til definitionen og forstår hvad der ligger bag ordene.

Hvad gør vi allerede?

For at kunne påpege evt. mangler eller områder hvor indsatsen bør styrkes, kan det være en god idé at beskrive hvad skolen eller institutionen allerede gør for at hindre mobning og øge børnenes trivsel og tryghed. Dette kan gøres på mange måder og enten være funderet i en mindre arbejdsgruppe eller nogle ressourcepersoner som så kan forelægge resultatet til diskussion blandt de øvrige ansatte.

Uanset hvilken metode man vælger, vil vi anbefale at man bruger den tidligere nævnte opdeling i forebyggende, behandlende, kompetencefremmende og opfølgende tiltag til at strukturere den videre diskussion. Se også under andre metoder, side 24.

Kortlægning og undersøgelser

Efter - eller samtidig med - at der arbejdes med en beskrivelse af hvad man allerede gør på skolen eller institutionen kan der være behov for at få et kvantitativt billede af børnenes trivsel på skolen og af hvor mange der føler at de bliver mobbede. Hertil findes flere spørgeskemaer og metoder. Se også afsnittet "Kortlægning af mobning", side 25.

Udarbejdelse af politik og opstilling af handleplan

Efter beskrivelses- og kortlægningsfasen kan man begynde at formulere en egentlig politik og opstille handleplaner. Det er vigtigt at det sker på alle niveauer i institutionen: blandt ansatte, børn og forældre som alle skal være med til at analysere og kommentere beskrivelserne. Derved sikrer man at der kommer så mange synspunkter med som muligt, og at der opbygges en fælles forståelsesramme for det videre arbejde.

Sandsynligvis har arbejdet i beskrivelses- og kortlægningsfasen afsløret nogle mangler eller frembragt nogle nye ideer. Næste skridt kan så naturligt være at man opstiller nogle visioner for hvad man vil opnå og ud fra disse formulerer nogle konkrete mål. Når målene er fastlagt kan man påbegynde at opstille en egentlig handleplan hvor der kan lægges strategier for det videre arbejde.

En huskeliste ved udarbejdelsen af en anti-mobbepolitik findes i bilag 4, side 38.

Opfølgning og evaluering

Evaluering og opfølgning bør naturligvis være en del af skolens eller fritidshjemmets plan mod mobning. Her må der skelnes mellem de etablerede tiltag og rutiner og de nye initiativer, som evt. skal udvikles. Sidstnævnte skal selvfølgelig evalueres som i et hvilket som helst andet udviklingsprojekt, men det er også vigtigt at man til stadighed ser på de gamle rutiner og løbende spørger om de nu også tjener det overordnede formål. Mange skoler eller institutioners selvforståelse omkring mobning og "hvad man plejer at gøre" kan følge med som en automatik og virke blokerende for klarsyn.

Hvem har ansvaret og hvor skal aktiviteterne placeres?

En vigtig del af arbejdet med at udforme handleplaner og politikker på mobbeområdet er at klargøre ansvarsfordeling og tydeliggøre hvem der gør hvad. Som tidligere nævnt har de fleste skoler og fritidshjem allerede mange tiltag og aktiviteter som på en eller anden måde er medvirkende til at øge trivslen, udvikle børnenes almene, personlige og sociale kompetencer og dermed til at modvirke at mobning opstår. Erfaringerne viser dog også at disse tiltag ofte foregår på mange forskellige niveauer, og at det ikke altid er helt tydeligt hvem der har ansvaret for, at de sættes i værk eller følges op. For at undgå misforståelser eller ansvarsforflygtigelse er det derfor vigtigt at opdele handlingerne i hvad der foregår på et overordnet, organisatorisk niveau, og hvad der henlægges til arbejdet i klassen eller den enkelte børnegruppe.

Aktiviteter på skole- og institutionsniveau

Ansvar: Ledelsen, men ansvaret kan uddelegeres til andre på skolen/institutionen

- Udfærdigelse af anti-mobbepolitik og indarbejdelse i målsætningen
- Spørgeskemaundersøgelse af børnenes trivsel og omfanget af mobning
- Fælles formidling og drøftelse af mobbeteori i medarbejdergruppen
- Nedsættelse af trivselsudvalg/anti-mobningsudvalg
- Øget tilsyn/gårdvagt med børnene på udearealer
- Flere og bedre aktivitetsmuligheder på udearealer
- Trivselsdag eller temadag arrangeret for og sammen med børnene
- Særlig kursusdag for elevråds- og elevsikkerhedsrepræsentanter
- Etablering af venskabsklasser
- Forbedring af børnenes fysiske og psykiske miljø (undervisningsmiljø)
- Inddragelse af forældre- og skolebestyrelse
- Temaaften for forældre
- Opfølgning på de organisatoriske tiltag
- Relevant litteratur og materiale (pædagogisk center)

Aktiviteter på klasseniveau eller i børnegruppen

Ansvar: Lærerteamet omkring klassen eller pædagoger omkring børnegruppen

- Temaforløb om trivsel og mobning i undervisning og aktiviteter
- Trivselsregler i klassen eller børnegruppen
- Fødselsdagspolitik
- Fælles holdninger i lærer- eller pædagoggruppen
- Børnenes sociale og almene kompetencer
- Fælles, positive oplevelser (udflugter, teaterture, m.m.)
- Inddragelse af forældrene via forældremøder, forældreråd, m.m.
- Fokus på voksenrollen og betydningen af tydelige og konstruktive normer
- Klassens temperatur: kendskab til klassen/børnegruppen og det sociale samspil
- Afholdelse af klasse- eller børnemøder hvor børnene kan drøfte trivsel
- Styring af gruppedannelse ved gruppearbejde og -aktiviteter

Aktiviteter på individuelt niveau

Ansvar: Den enkelte lærer eller pædagog

- Individuelle samtaler med børnene om ansvar for det sociale liv i klassen/gruppen
- Opstilling af sociale mål for det enkelte barn

Ledelsens rolle

Ledelsen har det overordnede ansvar for tilrettelæggelsen af skolens/institutionens indsats i forhold til at øge børnenes trivsel og mindske mobningen. Det er vigtigt at inddrage alle aktørerne omkring skolen eller fritidshjemmet i denne indsats og derfor kan ledelsen også med fordel uddelegere mange af opgaverne.

Inddragelse af børnene

En handleplan for at øge trivslen og mindske mobning har naturligvis børnene som den primære målgruppe. Derfor er det oplagt at inddrage børnene i hele forløbet omkring formuleringen af en politik på området.

I fritidshjemmet

Ved at gøre trivsel og/eller mobning til et fokus- eller indsatsområde og beskrive i årsplanen, hvordan man vil arbejde med det, kan fritidshjemmet tydeliggøre over for børnene at dette er noget man arbejder bevidst med – og mener det alvorligt. Det kan være et tilbagevendende punkt på børnemøder. Målet skal være at man når frem til en fælles forståelse af hvad der kan accepteres og hvad der ikke kan. Der skal skabes tryghed så alle tør sige noget. Derudover kan man lave egentlige projekter som har til mål at lære børn at samarbejde på tværs af alder og køn.

I institutionerne er de voksne synlige blandt børnene på en helt anden måde end eksempelvis i en skolegård eller i det hjemlige udemiljø. Pædagogernes daglige kontakt med børnene kan skabe en tryghed der betyder at langt de fleste vil fortælle hvis de føler sig utrygge.

I skolen

I skolen kan børnene inddrages på flere måder: dels gennem de repræsentative udvalg, elevrådet og elevsikkerhedsrådet, og dels gennem undervisningen. Både elevråd og elevsikkerhedsudvalget (KESO) kan naturligt tage opgaven omkring trivsel og mobning op. I KESO's vejledende årsplan er der direkte opfordret til at dette gøres mindst én gang årligt og i samarbejde kan de to råd være med til at tilrettelægge temauger, fællesarrangementer og andre tiltag, der kan forbedre elevernes trivsel på skolen.

I undervisningen kan børnenes erfaringer og forslag inddrages løbende når der arbejdes med emner omkring trivsel og mobning. Det er trods alt børnene der ligger inde med ekspertisen på dette område, og hvis de initiativer som skolen sætter i værk, senere skal sætte sig spor hos eleverne, er det vigtigt at de føler at de har medindflydelse på forløbet. Erfaringerne viser at børnene har mange forslag og ideer til hvordan trivslen kan øges på skolen og også gerne vil være med til at lave konkrete handlinger der kan ændre tingene. Mange lærere bli-

ver overraskede over hvor seriøse og præcise eleverne er i deres formuleringer når de får ordet og skal hjælpe hinanden.

Læs mere i bogen "Mobning - også elevrådets ansvar", af Helle Boelt Hindsgaul, Kroghs Forlag, 2003.

Inddragelse af forældrene

Forældre har et personligt ansvar for deres barns adfærd og trivsel, men det kan være svært for forældre at vide om deres børn har en rimelig adfærd og hvordan de trives i skolen eller på fritidshjemmet. Alligevel må forældrene støtte både barnet og skole/institution i de fælles bestræbelser på at skabe gode relationer mellem børnene og på at det enkelte barn opfører sig på en måde, så det kan indgå i fællesskabet.

Uanset om ens barn er udsat for mobning eller mobber andre, er det forældrenes pligt at skride til handling straks de bliver klar over det. Offeret har brug for al den støtte og kærlighed som kun forældre kan give, mens mobberen skal gøres ansvarlig for sine gerninger og hjælpes og støttes til at udvise en anden adfærd.

Som forældre bør man først tale med lærerteamet eller pædagogerne om problemerne og sammen aftale om sagen kan løses omkring de involverede eller om der er behov for at inddrage flere. Føler man som forældre at der ikke er lydhørhed over for ens problemer blandt de involverede lærere eller pædagoger, må man henvende sig til ledelsen og skolebestyrelsen/forældrebestyrelsen, men det bedste er selvfølgelig hvis forældrene, lærerne/pædagogerne og børnene selv kan skabe et bedre miljø i klassen.

Det er meget præcist beskrevet af Hansen & Henriksen: *"I en god forældregruppe med gensidig respekt er det også lettere at aftale og håndtere en fælles holdning til mobning. Hvis erkendelsen hos alle i forældregruppen er, at mobning ikke kun rammer mobbeofferet, er det også lettere at gøre alle børns velbefindende til et fælles forældreprojekt."*¹⁰

Forældrene bør også se på sig selv og vurdere om de har en adfærd som fremmer mobning i skolen eller på fritidshjemmet. Det er påvist at en negativ grundindstilling karakteriseret ved mangel på varme og engagement klart øger risikoen for at børn bliver aggressive og fjendtlige over for deres omgivelser, ligesom for lidt kærlighed og omsorg og mangel på rammer under opvæksten kan bidrage til et aggressivt reaktionsmønster. Magtorienterede opdragelsesformer med anvendelse af fysisk afstraffelse kan også øge barnets aggressionsniveau.

Inddragelse af skolebestyrelsen

Forældrene i skolebestyrelsen kan stille krav om at mobning tages op og at skolen formulerer en overordnet politik eller handleplan til modvirkning af mobning. Måske vil skolebestyrelsen have indført som princip at trivsel, tryghed og antimobning (klassens sociale liv) skal drøftes mindst en gang om året på et forældremøde.

Inddragelse af forældrebestyrelsen

Forældrebestyrelsen på det enkelte fritidshjem kan formulere og vedtage principper der tilgodeser det daglige samvær børnene imellem, og har således mulighed for i tæt samarbejde med personalet at gå meget tæt på de indsatsområder som fritidshjemmet skal fokusere på i det kommende år.

Der også mulighed for at forældrene kan være repræsenteret i det udviklingsforum der er etableret omkring samtænkningen mellem den enkelte skole og de tilknyttede fritidshjem. Dette udviklingsforum har til formål at udvikle samarbejdet mellem institutionerne ud fra de målsætninger og principper der er vedtaget omkring samtænkningen. Her har forældrene ikke blot mulighed for at sikre at den enkelte skole eller det enkelte fritidshjem forholder sig aktivt til problemer omkring mobning, men der vil tillige være lejlighed for at øve indflydelse over for den fælles indsats som skoler og fritidshjem kan lave og måske sammen formulere en fælles handleplan eller politik.

En indsats for at bedre trivslen og bekæmpe mobningen lykkes ikke uden forældrenes opbakning og aktive medvirken hvad enten det er i skolen eller på fritidshjemmet. Sammen må forældre, lærere og pædagoger i deres adfærd og tale vise børnene at "Mobning vil vi ikke have".

Værktøjskassen

Herunder bringes en oversigt over nogle metoder til at modvirke mobning og øge børnenes trivsel. Der tales om en bred vifte af værktøjer med mange forskellige tilgange til emnet. Nogle værktøjer er decideret udviklet til at forebygge eller mindske mobning, mens andre først og fremmest har til hensigt at øge børnenes trivsel, selv-værd og tryghed. Der er tale om meget korte beskrivelser af de enkelte værktøjer, men efter hver beskrivelse er angivet hvor man kan finde flere informationer.

Vi har forsøgt at ordne værktøjskassen efter den samme opdeling der blev anvendt ved beskrivelsen af tilgange til mobning, vel vidende at der igen er tale om mange overlap og at mange af værktøjerne har flere sigter.

Metoder med et forebyggende sigte

Høibys metode

Psykolog Helle Høiby har udviklet nogle meget konkrete værktøjer til hvordan man kan tage fat på mobningsproblemer på skolerne. Helle Høibys metode bygger på Dan Olweus' forskning samt på erfaringer fra mange års arbejde i Albertslund Kommune. Helle Høiby har arbejdet med social trivsel på skolerne gennem mere end 20 år, og metoden er udviklet på baggrund af denne erfaring.

Metoden lærer børnene at sige fra over for dårlige oplevelser. Mobning betragtes som et overgreb og de børn der har udført mobningen får at vide at det er en uacceptabel adfærd. Problemet kortlægges med individuelle samtaler med mobber, offer og medløber. Metoden har således både en forebyggende og behandlende tilgang, men som det fremgår af oversigten også et opfølgende forløb.

Høiby inddeler metoden i 3 faser:

1) Orienterings- og undersøgelsesfase med individuelle samtaler med børnene.

I denne fase skal skoleledelse og forældre orienteres om mobningen. De børn der er direkte involveret, skal have besked om hvad der skal ske i den kommende tid. Derefter tages der individuelle samtaler med alle børn i klassen.

2) Omvæltningsfasen

Når samtaler med børnene er blevet analyseret, planlægges de individuelle samtaler med offeret, mobberen/mobberne og medløberne. Umiddelbart efter disse samtaler afholdes klassemøde og gruppearbejde.

3) Opfølgningsfasen

I opfølgningsfasen skal man sikre sig at alle børnene lærer at blive gode kammerater. Det skal ske gennem klassemøder og evt. samtaler med involverede elever og forældre og/eller et samlet forældremøde.

Læs mere i "Ikke mere mobning" af Helle Højby, Kroghs Forlag, 2002.

Østerholmsmodellen

Østerholmsskolen i Stockholm har udviklet en konkret handlingsplan for hvordan man forebygger og stopper mobning. Planen går ud på at give lærerne en teoretisk baggrund for mobning, at arbejde med personlige øvelser, enquirer, elevøvelser i grupper, informere forældre og holde samtaler med mobbere og ofre. Efter tre år viste en evaluering at mobningen på skolen var mere end halveret. Østerholmsmodellen må derfor siges at indeholde elementer fra både en forebyggende og kompetencefremmende tilgang.

Yderligere information om Østerholmsmodellen kan findes i bogen: "Mobning kan stoppes – Håndbog i bekæmpelse af mobning" af Anncha Lagerman & Pia Stenberg, Billesø & Baltzer Forlag, 2000.

Personligt møde med hjælpende tredjepart

Et personligt møde mellem den, der er blevet mobbet, og den der har ført an i mobningen, kan under visse forudsætninger sætte en stopper for mobningen. Dette kræver hjælp fra en mægler eller en procesleder. Det er mæglerens opgave at sikre at rummet er og opleves trygt at være i og udtale sig i for begge parter. Det er nød-

vendigt at begge parter møder frivilligt op til mæglingen. Mæglingen handler nemlig om at skabe eller genskabe en dialog, og dialog kan ikke skabes under tvang. Dette implicerer at mægleren er mødeleder, skitserer spilleregler og sørger for at begge parter behandles respektfuldt. Et sådant møde skal der være mindst en times tid til hvor ikke andre opgaver står i kø. Mægleren skal personligt have haft kontakt til begge parter inden dette møde.

En mægling følger ganske bestemte faser og spilleregler. Spillereglerne er: Ingen må afbrydes, ingen må omtales nedsættende, alle gør sig umage for at løse problemet. Faserne i mæglingen kan kort beskrives som: først historiefortælling, så forhandling. Først fortæller den der er blevet mobbet, uden at blive afbrudt hvad der er sket og hvordan det har påvirket ham. Den mobbede får støtte under fortællingen af den voksne som er den neutrale procesleder. Imens lytter den der har ført an i mobningen. Bagefter fortæller den der har ført an, hvad han oplever der er sket, og hvad han har tænkt og følt ved det. Så stiller parterne, hjulpet af mediator, spørgsmål til hinanden og en dialog kommer i gang. Sluttelig aftales hvordan man kan undgå at mobningen gentager sig. En aftale – ofte skriftlig – indgås, og et evalueringsmøde aftales.

Det åbner ofte for større gensidig forståelse at høre hinandens fortælling. Mæglerens grad af støtte og forståelse og aktive procesledelse er afgørende for succes. En indvending mod at anvende mægling i situationer med mobning har været at da mobning er et overgreb, kan der ikke mægles. Men mægling som metode bruges verden over med begge parters tilfredshed i sager om overgreb, der er langt grovere end mobning.

Læs mere i bogen "Fra konflikt til dialog i skolen" af Nina Raascou, Kroghs Forlag, 2003.

Spilleregler i klassen/gruppen

At lave spilleregler for opførsel i klassen/gruppen kan i mange tilfælde virke forebyggende på mobning, samtidig med at det udvikler børnenes handlekompetence på området. Det kræver dog flere ting: for det første skal børnene i høj grad være med til at udforme spillereglerne, eventuelt efter et gruppearbejde og en længere demokratisk proces. Med andre ord skal spillereglerne blive til på en måde så eleverne føler ejerskab til dem. For det andet skal det i klassen jævnligt evalueres hvordan det går med at overholde spillereglerne. En gang imellem kan nogle spilleregler stryges og nye føjes til. For det tredje skal spilleregler formuleres positivt, dvs. som det vi vil gøre, og ikke som det der er forbudt. Der er mere sandsynlighed for at reglen: "Alle rydder op efter sig selv hver dag" vil have den ønskede effekt end en sætning der lyder: "Vi sviner ikke." For det fjerde skal reglerne ophænges et synligt sted, fx på store plancher i lokalet.

Læs mere om spilleregler i "Spilleregler for ro i klassen" ved Per Kjeldsen og John Månsson, Adapta. 1999.

Metoder med et behandlende sigte (beredskab)

Olweus' metode

Den norske professor Dan Olweus har gennemført et stort forskningsarbejde om mobning og derfor danner Olweus metoder ofte grundlag for andre metoder.

Ifølge Dan Olweus må der gribes til handling på tre forskellige niveauer når det gælder det forebyggende arbejde for et positivt miljø på skolerne: På skolen, i klassen og over for den individuelle elev.

Foranstaltninger på skoleniveau:

- Undersøgelse med spørgeskema
- Pædagogisk dag om mobning
- Bedre tilsynsordning og øget indgriben i frikvartererne
- Mere attraktivt udemiljø
- Oprettelse af kontakttelefon
- Forældremøder
- Miljøudviklingsgrupper for lærere
- Studiekredse for forældre

Foranstaltninger på klasseniveau:

- Klasseregler mod mobning – tydeliggørelse, ros og sanktioner
- Klassemøder
- Rollespil, litteratur

- Læring gennem samarbejde
- Positive fællesaktiviteter
- Klasseforældremøder og enkeltsamtaler

Foranstaltninger på individuelt niveau:

- Alvorlige samtaler med mobbere og mobbeofre
- Samtaler med forældrene til indblandede elever, evt. sammen med eleverne
- Visioner med henblik på at hjælpe mobbede/mobbende elever
- Hjælp fra "neutrale" elever i klassen
- Hjælp og støtte til forældrene
- Samtalegrupper for forældre til mobbede/mobbende børn
- Skole- eller klasseskift

Olweus' metode har både forebyggende og behandlende elementer, men især på det individuelle niveau bærer metoden præg af at behandle problemet ved at finde fejl og placere skylden.

Læs mere i bogen "Mobning i skolen" af Dan Olweus, Hans Reitzel, 2000.

Metoder med et kompetencefremmende sigte

Laserows metode

Denne metode er udviklet af Sylvia Laserow på baggrund af hendes erfaringer fra mobning blandt voksne. I erhvervslivet oplevede Sylvia Laserow at mange ledere var konfliktsky og ikke turde/ville gribe ind over for selv meget tydelig mobning.

Sylvia Laserow udviklede derfor et kursus på 15 lektioner som opbygger børnenes kompetence og giver dem en baggrund for at de aktivt og konkret kan gå imod mobning. I løbet af kurset lærer børnene at kommunikere i stedet for at slå, at håndtere situationer som kunne blive til mobning, med empati i stedet for med aggressive og krænkende reaktioner.

I løbet af de 15 lektioner arbejdes bl.a. med følelser, sanser, kropssprog, empati, ansvar, kammeratskabssamtaler.

Læs mere om metoden i bogen "Stop mobning - trinvis i 15 lektioner" af Sylvia Laserow, Alinea, 2003.

Trin for Trin

Undervisningsprogrammet "Trin for trin" er et materiale til udvikling af børns sociale kompetencer. Formålet er at lære børn sociale færdigheder og give dem en følelse af selvværd som gør dem i stand til at arbejde for fælles trivsel. Materialet er bl.a. udarbejdet til forebyggelse af mobning og vold.

Programmet lærer børn fra 4-10 års alderen om:

- Empati
- Impulskontrol og problemløsning
- Selvkontrol og håndtering af aggression

Også denne metode har et forebyggende sigte, men lægger samtidig vægt på at opbygge børnenes sociale og personlige kompetencer.

Læs mere i "Bogen om Trin for trin: en artikelsamling om et undervisningsmateriales teori og praksis", redigeret af Lone Gregersen, Special-pædagogisk forlag, 2002.

AI-metoden (Appreciative Inquiry)

Appreciative Inquiry er inspireret af den systemiske tænkning som gør op med den traditionelle lineære tankegang om at hvis vi kan finde årsagen til et problem, kan vi også finde løsningen på det. Metoden handler derfor ikke om at finde skyld, men om at styrke relationer, udvikle selvværd og ansvarlighed.

De systemiske tanker med de værdsættende interviews er egentlig udarbejdet for at få voksne til at arbejde bedre sammen, men er også særdeles brugbare og anvendelige i skoleklasser med dårlig trivsel eller mobningsproblemer. Eleverne finder det befriende ikke hele tiden at skulle tage udgangspunkt i problemer. Vi ved fra den nyere

udviklingspsykologi at mennesker ikke kan ændre sig i et negativt defineret felt. AI giver redskaber til at skabe rammer i klassen hvor eleverne føler sig positivt defineret.

Mobning og dårlig trivsel i en skoleklasse eller i en institution opfattes som et komplekst problem hvor der ikke umiddelbart kan findes én løsning til at stoppe problemet. Der lægges vægt på at undgå at udpege enkelte elever som et problem, hvad enten det drejer sig om mobberen eller de mobbede. Hvis man gør det, har mobberen risiko for at blive fastlåst i rollen som ballademager, eller offeret fastlåst som svag og sårbar. Dermed er der fare for at begge undgår at blive ansvarlige for deres egne handlinger.

Et centralt element i AI er at eleverne interviewer hinanden om hvad der er lykkedes for dem, og hvilke drømme og ønsker de har for klassen/gruppen fremover. På en struktureret måde får de på skift mulighed for at sige nogle anerkendende ting til hinanden og formulere hvad de kunne ønske sig mere eller mindre af. Der rundes af med at eleverne hver især udtrykker hvad de ser af muligheder for at få det bedre sammen. Der arbejdes med hele klassen/gruppen, men af hensyn til dynamikken må grupperne ikke blive for store. Der kan også arbejdes individuelt med enkelte elever, men aldrig uden at inddrage hele klassen i de anerkendende opfølgingsrunder. Læs mere om metoden : www.detmuligt.dk, "Sund mobning" af Berit Hertz i Systemisk Forum 3/2001, eller "Værdsat – Værdsættende samtale i praksis", red. Charlotte Dalsgaard m.fl., Psykologisk Forlag, 2002.

Metoder med et opfølgende sigte

Quality Circle Time eller Fortællecirklen

"Quality Circle Time" er udviklet af den engelske uddannelseskonsulent Jenny Mosley og er en konkret praksis som lærer børn, ansatte og forældre i en institution hvordan de i fællesskab kan forebygge mobning ved at arbejde struktureret med at opbygge selvværd og evnen til at skabe positive relationer til såvel kammerater som de voksne i institutionen. Herigennem kan der skabes en tryk atmosfære hvor alle kan lære og ingen behøver at føle sig truet af vold og mobning.

"Quality Circle Time" og fortællecirklen giver mulighed for – i en positiv atmosfære og i trygge rammer – at lytte til andre og formulere egne problemstillinger. Den øgede indsigt i hinandens forskellighed giver eleverne en større mulighed for at kunne værdsætte, anerkende og respektere forskellighed og støtte hinanden i at udvikle et større selvværd.

Metoden involverer såvel de voksne som børnene og udvikler således den fælles forståelsesramme og aktive indsats som skal til for at skabe positive relationer i institutionen. Samtidig opbygger den gennem dialogen det demokratiske sindelag og den tryghed og trivsel for alle som er basis for at forstå og acceptere de fælles spille-regler "The Golden Rules" og nødvendigheden af at disciplinere sig.

Læs mere om metoden på www.circle-time.co.uk og i "Fra konflikt til dialog i skolen" af Nina Raaschou.

Tiltag til vedligeholdelse af elevernes psykiske arbejdsmiljø

I skolen er mange forskellige børn fra forskellige kulturer og miljøer forsamlede på lidt plads. Af hensyn til ikke alene alles trivsel, men også til varetagelsen af det faglige indhold, er det nødvendigt at læreren bevidst igangsætter processer og regelmæssigt afsætter tid til aktiviteter der gør eleverne bedre til at kommunikere, samarbejde og anerkende sig selv og hinanden. Et trygt samtalemiljø i klassen vil ikke alene minimere mobning, det er også en nødvendig forudsætning for et demokratisk læringsmiljø. Sådanne tiltag kan kaldes tiltag til vedligeholdelse af elevernes psykiske arbejdsmiljø eller undervisningsmiljø. Disse tiltag indlæres gennem legeprægede øvelser og bliver således også et kærkomment afbræk i en ofte meget boglig dagligdag. Desuden vil øvelserne ofte åbne børns og voksnes øjne for sider af hinanden og tanker hos hinanden, de ikke kendte før. Stereotyper og fordomme om hinanden nedbrydes.

Lærerteamet kan starte med at spørge sig selv: Hvad kan klassen selv, hvad kan den næsten og hvad kan den ikke, når det angår anerkendelse, kommunikation og samarbejde? Ud fra disse overvejelser kan der opstilles mål for indsatsen og man kan vælge sine egne øvelser ud. Øvelser til arbejdet med elevernes psykiske arbejdsmiljø er beskrevet mange steder, men her vil vi især nævne:

- "Fra Konflikt til dialog i skolen", af Nina Raaschou, Kroghs Forlag, 2003
- "Dit liv - dit valg- ideer til kriminalpræventiv undervisning på mellemtrinnet", Det Kriminalpræventive Råd, 1999
- "Du har hovedrollen i dit liv", af Katrin Byréus, Teaterforlaget Drama, 1995

Derudover kan mange ideer hentes på : www.dkr.dk under Skolens sociale liv/Isbjergs-modellen.

Andre metoder

Forumspil

Forumspil er en metode der både kan bruges forebyggende og behandlende. Den kan anvendes i en større gruppe børn i institutionen eller i klassen. Kort fortalt går den ud på at belyse et emne, et problem eller en konflikt ved hjælp af rollespil. Rollespillene spilles først en gang hvor det skal ende dårligt. I et mellemspil drøfter proceslederen, typisk læreren eller pædagogen, med publikum hvordan aktørerne mon har det. Dernæst genopføres spillet, men publikum opfordres nu til at råbe stop når de ønsker at vise en alternativ handling.

Forumspil bruges enten til at belyse konflikter man måske kunne komme i, en slags feedforward, eller til at belyse alternative løsninger på en konflikt der har været. Hvis der spilles en virkelig konflikt, skal de virkelige aktører ikke spille sig selv.

Metoden fremmer empati og fantasi. Den er velegnet hvor der er mange drenge og/eller mange tosprogede, fordi det er en metode der lægger vægt på krop og handling i stedet for evnen til sproglig nuancering.

Læs mere i "Du har hovedrollen i dit liv" af Katrin Byreus, Teaterforlaget Drama, 1995 og i "Fra konflikt til dialog i skolen" af Nina Raaschou, Kroghs Forlag, 2003.

Aktive vurderinger

Aktive Vurderinger er et enkelt og konkret redskab når man arbejder med børn og unge inden for emner som mobning, tobak, sex og samliv, rusmidler m.v. Aktive Vurderinger er god i det forebyggende arbejde fordi den uden en løftet pegefinger kan få deltagerne til at snakke sammen og blive bevidste om at de selv har en vigtig rolle i forhold til egen adfærd. Målet med Aktive Vurderinger er at man får øvet sig i at tænke selvstændigt, at udtrykke egne meninger og følelser, at vurdere og træffe valg samt at se konsekvenserne heraf. Desuden man får mod til at stå inde for egne meninger over for en gruppe.

Metoden er introduceret i Sverige af John Steinberg som en pædagogisk metode til at indlede samtaler om emner der er forskellige holdninger til. Aktive Vurderinger gør eleverne bevidste om hvad de egentlig vil og hvad de mener om forskellige ting på en positiv måde. Den voksne optræder ikke vurderende i dialogen, men er åben over for og styrker de valg og vurderinger som børnene tager. Gennem leg og øvelser opbygges børnenes engagement, og de lærer at træffe valg som er vigtige for dem. I arbejdet med vurderingsøvelser må hvert enkelt barn opbygge en bevidsthed om egne tanker og følelser og bearbejde de vurderinger og attituder som de præsenteres for.

Aktive vurderinger består af en række øvelser hvor børnene skal vise deres synspunkter både med ord og med kroppen. Børnene markerer med andre ord deres holdninger, så deres kammerater kan se dem. Aktive vurderinger kan også bruges som forøvelser til arbejde med forumteater.

Læs mere i "Den mystiske kuffert – og andre historier, lærervejledning", Tobaksskaderådet, 1999 og i "Du har hovedrollen i dit liv" af Katrin Byréus, Teaterforlaget Drama, 1995.

Mind Map-metoden

En Mind Map kan være en god metode til at danne et overblik og give grundlaget for en beskrivelse i stikordsform over nye tiltag. Mind Map er en måde at strukturere sine tanker på hvor man udarbejder et mønster af notater frem for at notere lineært. Derved opnår man et overblik over helheden og detaljerne på en gang, og dette overblik kan så afsløre mangler, indsatsområder eller nye tiltag. Mind Map kan bruges i arbejdet med voksne, men bruges også i arbejdet med at klarlægge børnenes tanker.

Læs mere om metoden i "Mind map - streg for streg" af Kirsten Andersen og Mariann Bach Nielsen, Mnemosyne Kurser & Forlag, 1999.

Café-metoden

Formålet med denne metode er at udveksle erfaringer og viden om mobning/trivsel. Café-metoden appellerer til fantasien og kreativiteten og den har dialogen i centrum. Tanken bag metoden er at finde muligheder og løsninger og i fællesskab definere og acceptere disse. Café-metoden skaber ingen sandheder, men er et procesredskab til at strukturere og sætte rammer for dialogen.

Et vigtigt element i metoden er café-lederne hvis opgave er at sætte dialogen i gang, at sætte rammer for dialogen og at stille supplerende spørgsmål – men aldrig svar.

Læs mere om metoden i "Nøgler til forandring", Danmarks Evalueringsinstitut, 2001.

Kortlægning af mobning/trivsel

Der findes efterhånden flere forskellige metoder til at få belyst børnenes trivsel og forekomsten af mobning på den enkelte institution og skole. De er meget forskellige og kræver en større eller mindre indsats, men fælles for dem alle er at de giver et godt grundlag for arbejdet med at øge trivslen og minimere og forebygge mobning.

Hvorfor er det vigtigt med en kortlægning?

Når man som skole eller fritidshjem skal til at nedfælde en mobbepolitik, er det naturligt at stille spørgsmålet: "Forekommer der egentlig mobning her på vores institution eller skole?". Ganske vist er tallene fra de mange landsdækkende undersøgelser sikkert kendte, men hvordan ser det ud lige her hos os - lige her og nu? Det viser sig jo netop i de store landsdækkende undersøgelser at mobbefrekvensen svinger utrolig meget – fra skole til skole og fra institution til institution. Derfor kan det være svært for den enkelte skole og institution at forholde sig til de gennemsnitlige tal, og dette forstærker vigtigheden af at få et mere detaljeret overblik over den lokale situation.

Mange undersøgelser viser at de voksne professionelle let kan overse eventuelle mobningsproblemer blandt børnene. Derfor er det nødvendigt at man på skolen eller institutionen lægger sig fast på metoder hvormed man regelmæssigt skaffer sig en viden om, der faktisk forekommer mobning og hvor. På skolen/institutionen kan man beslutte at lave en sådan kortlægning hvert eller hvert andet år. Det vil sikkert være gavnligt hvis de voksne beslutter en fælles tidsramme. Fx kan november måned være den måned hvori kortlægningen foregår hvert år eller hvert andet år.

Forslag til et spørgeskema

Undersøgelser der dækker alle børn på skolen eller institutionen skal kunne fortælle, om problemet eksisterer, hvor og i hvor høj grad. Metoderne skal være nemme at anvende for de voksne. I stedet for at få mange detaljer – selv om de kan være nok så interessante – er det vigtigere at de voksne regelmæssigt holder fokus på om der forekommer mobning, for så at handle på det.

Børnehaveklasse – tredje klasse.

På disse klassetrin anbefaler vi at den voksne finder ud af problemets omfang ved hjælp af samtaler med børnene, og at samtalerne gennemføres enten på skolen eller som led i samtænkningen mellem skole og fritidshjem. Samtalerne kan foregå enkeltvist, gruppevist eller i hele klassen. Det kan være børnehaveklasselederen, klasselæreren eller en pædagog der kender barnet, der foretager samtalerne. Eventuelt kan sundhedsplejerske eller skolens adfærd/kontakt/trivsels-lærer foretage nogle af samtalerne. Det er ikke nødvendigt at anvende ordet mobning i samtalerne. Det er den voksnes ansvar at afgøre om de ting børnene fortæller, må siges at være mobning.

Individuelle samtaler kan tage udgangspunkt i følgende spørgsmål, som bliver foreslået af Helle Høiby i bogen "Ikke mere mobning":

- Kan du lide at gå i skole?
- Er der timer du er særlig glad for? Hvilke?
- Er der timer du ikke så godt kan lide? Hvorfor?
- Hvordan har du det med frikvartererne? Er der gode frikvarterer? Hvem leger du med?
- Er der frikvarterer hvor du ikke har det så godt? Hvad sker der dér?
- Hvem af børnene i klassen synes du bestemmer mest? Hvorfor tror du det er dem der bestemmer?
- Hvem sidder du ved siden af/i gruppe med? Hvordan går det?
- Tror du alle i klassen har det godt? Er der nogen du synes det er synd for? Er der ubehagelige drillerier eller nogen der bliver mobbet?

- Hvis du selv kunne vælge, hvem ville du så allerhelst have som dine bedste kammerater i klassen? Du må vælge 3 – en på førstepladsen, en på andenpladsen og en på tredjepladsen.
- Har du forslag til hvordan I kunne få det endnu bedre sammen i klassen?
- Er der ellers noget om kammeratskabet i klassen du vil fortælle?

Sådanne individuelle samtaler er naturligvis mere tidskrævende en fx en kvantitativ analyse. Derfor skal det overvejes ud fra den konkrete situation hvad man vil sætte i gang, men det kan være nødvendigt at gennemføre individuelle samtaler hvis der er et utrygt og kontrollerende miljø i klassen.

Gruppesamtaler. Grupper med fire børn der menes at føle sig trygge overfor hinanden. Spørgsmålene går på miljøet i klassen og fritidshjemmet:

- Nævn det gode i jeres klasse – hvordan er kammeratskabet som helhed?
- Hvordan er drengegruppen? Hvordan er pigegruppen?
- Hvordan har lærere og elever det med hinanden.
- Er der nogen der bestemmer, blandt piger og blandt drenge? Bestemmer de på en god måde – hvordan, eller på en dårlig måde – hvordan?
- Er der nogen der bliver drillet eller holdt udenfor? Hvem? Af hvem?
- Hvordan er det i fritidshjemmet?

Den voksne procesleder følger hovedspørgsmålene op med uddybende spørgsmål hvor der med andre ord spørges ind til emnet.

Erfaringen med sådanne gruppesamtaler er at børn er meget opmærksomme på og vidende om de sociale relationer i klassen. De børn der ikke er involveret i mobning, er ofte vidende om det og bekymrede.

Fjerde - sjette klasse – spørgeskema.

På disse klassetrin kan man naturligvis stadig gennemføre samtaler med enkelte elever, grupper af elever eller hele klassen. Man kan dog også vælge at lave en kvantitativ analyse i form af et spørgeskema til alle elever.

I bilag 1 på side 34 præsenteres et forslag til spørgeskema der dels er inspireret af et lignende spørgeskema fra Roskilde Kommune, dels de kortlægningskemaer som 45 norske skoler anvendte i forbindelse med toårige forsøg med skolemægling.

Syvende - niende klassetrin

Der er ikke udarbejdet forslag til et spørgeskema på disse klassetrin. Her kan skemaerne fra DCUM eller UVM bruges (se afsnittet andre skemaer) eller skolen kan udbygge det forslag til spørgeskema der er lavet til 4. - 6. klasse.

Forslag til meget kort undersøgelse

Den absolut mest enkle måde at kortlægge omfanget af mobning på vil være at følge de spørgsmål som WHO anvender i Skolebørnsundersøgelsen (HSBC 2002) under afsnittet om mobning. Her stillede man eleverne i de udvalgte 5., 7. og 9. klasser følgende spørgsmål om mobning:

- Er du blevet mobbet inden for de sidste to måneder?
- Har du selv mobbet nogen inden for de sidste to måneder?

Et forslag til dette korte spørgeskema findes i bilag 2, side 36.

Andre skemaer (UVM og DCUM)

Hvis man vil have mere at vide om omfanget af mobning har Undervisningsministeriet udsendt et omfattende spørgeskema i "Mobbepakken" der blev udsendt til alle landets skoler i august 1999. Dette spørgeskema bygger på de spørgeskemaer som Dan Olweus har brugt i sine store undersøgelser i hhv. Norge og Sverige sidst i 80'erne. Spørgeskemaet findes i to former: et til brug for 2. - 4. klasse og et til 5. - 10. klasse. Begge skemaer er meget omfattende, og det giver naturligvis et større arbejde med den efterfølgende databehandling. Man bør altså være forberedt på at det er tidskrævende at bearbejde elevernes besvarelser, og i vejledningen til spørgeskemaet anbefales det at der sættes to personer til at registrere og opsummere elevernes svar. Der er udviklet regneark der kan lette ved registrering og analyse, men det kræver stadig at alle data skal tastes ind. Til gengæld

får man et meget detaljeret og nuanceret billede af mobningens art og karakter på skolen som kan være et vigtigt udgangspunkt for det videre arbejde. Den sproglige nuancering i spørgsmålene er dog så stor at skemaerne er bedst egnede til børn der har dansk som modersmål. Dermed er de næppe anvendelige på skoler med en høj procent tosprogede elever.

Materiale og skema kan hentes via Undervisningsministeriets hjemmeside www.uvm.dk

I august 2001 trådte lov om elevers og studerendes undervisningsmiljø i kraft, og som følge heraf blev Dansk Center for Undervisningsmiljø (DCUM) etableret. Dette center har til opgave at støtte skoler og uddannelsesinstitutioner i arbejdet med at forbedre undervisningsmiljøet. Til brug for dette arbejde har centeret udviklet et spørgeskema om undervisningsmiljøet i grundskolen, 5. - 10. klasse. Dette spørgeskema går naturligvis på at afdække skolens undervisningsmiljø som helhed, herunder de fysiske rammer, de sundhedsmæssige forhold og elevernes generelle trivsel på skolen i almindelighed; men skemaet indeholder også en række spørgsmål om mobning.

Undersøgelsen kan udføres af skolen selv, men centeret tilbyder også at foretage undersøgelsen og databehandlingen mod betaling.

Skemaet kan downloades fra Dansk Center for Undervisningsmiljø's hjemmeside www.dcum.dk

Andre kortlægningsmetoder

De foranstående kortlægningsmetoder har alle været på skoleniveau og taget udgangspunkt i et struktureret spørgeskema eller vejledning. Der kan dog også bruges andre metoder til at registrere børnenes trivsel og eventuelle mobningstilfælde.

Trivselsprofil og pædagogisk vejledning

Dansk Center for Undervisningsmiljø har udviklet et IT-program hvor klasselæreren i 5.- 9. klasse på en nem måde kan få et billede af sin egen classes trivselsprofil, og derefter klikke sig igennem til en pædagogisk vejledning på de områder hvor trivselen i den pågældende klasse trænger til at forbedres. Selve den pædagogiske vejledning indeholder mange råd der også er relevante for yngre klassetrin. Profilen tilvejebringes ved at eleverne enkeltvis på skærmen udfylder et skema.

Systemet stilles gratis til rådighed for alle skoler og vil være klar omkring maj 2004. Nærmere beskrivelse på www.dcum.dk fra maj 2004.

Tag temperaturen på klassen

Formålet med denne aktivitet er på en hurtig og overskuelig måde at give et billede af hvordan klassen er her og nu. Ved hjælp af nogle få, enkle spørgsmål kan eleverne give deres vurdering af hvordan klassen fungerer. Spørgsmålene kan bl.a. gå på samarbejde, gruppedannelse, respekt for hinanden, m.m.

Svarene kan gradueres enten som enig/uenig eller på en skala fra 1 – 10. Dermed kan resultatet hurtigt listes op, fx ved en grafisk afbildning der giver et overblik over klassens situation her og nu. Ud fra dette kan elever og lærere se om der skal laves særlige tiltag på nogle områder, og hvis spørgsmålene besvares regelmæssigt, fx hver anden måned, kan man hurtigt konstatere hvis der sker ændringer

Forslag til en sådan temperaturmåling findes som bilag 3 på side 37.

Opsamling på elevsamtaler

Mange skoler har i de senere år gennemført individuelle elevsamtaler. Disse samtaler har til formål at give et billede af hvordan den enkelte elev har det i klassen såvel fagligt som socialt. Samtalerne kan foregå ud fra faste samtaleark eller en udarbejdet spørgeguide. Efter samtalerne kan lærerteamet gøre op hvordan hver enkelt elev trives i klassen og evt. konstatere om der er optræk til eller finder mobning sted. Det er ikke nødvendigt at anvende ordet mobning i samtalerne. Det er den voksnes ansvar at afgøre om de ting børnene fortæller, må siges at være mobning.

Sundhedssamtaler med sundhedsplejersken

Sundhedsplejersken på skolen gennemfører en årlig sundhedssamtale med alle elever – enten enkeltvis eller i grupper. Denne samtale er et led i sundhedsplejerskens forebyggende virksomhed som det er beskrevet i "Lov om forebyggende sundhedsordninger for børn og unge", og selvom samtalerne altså har et alment sundhedsfremmende sigte og ikke direkte har fokus på mobning, vil det i mange tilfælde være muligt at afgøre hvorvidt et barn mistrives i skolen og evt. føler sig mobbet. Derfor er det vigtigt at der samles op på disse samtaler i samarbejde mellem sundhedsplejerske og klasselærer.

Litteraturliste

Abildstrup, Gitte Møller: "Din fede frikadelle"

Børn fortæller om mobning
Opgavehæfte til kopiering 23 s.
Aarhus : CDR Forlag, 2000, 159 s.

AMOR- antimobberåd

Artikelsamling om udstødelse blandt skolebørn. Redaktion John Aasted Halse, Birk Christensen, Helle Rabøl Hansen
Børns Vilkår, 2001, 128 s.

Arendrup, Bente: "Hvorfor gør vi det? Mobning – den onde cirkel".

En arbejdsbog om gruppevold, om årsager og behandlingsmuligheder samt 13 historier fra hverdagen. Desuden forslag til oplæg til lærerdrøftelse og forældreaften.
Samleren, 1977

Byréus, Katrin: "Du har hovedrollen i dit liv"

En praktisk håndbog i anvendelse af Augusto Boals Forumteater med børn og unge. Mange praktiske øvelser.
Teaterforlaget Drama, 1995, 142 s.

Charlish, Anne: "Lad os tale om mobning"

Mobning, dens årsager og virkning, psykisk og fysisk, belyst gennem en drengs og to pigers historie
Flachs, 1997, 32 s.

Hansen, Helle Rabøl: "Mobbeland"

Definition af mobning, konsekvenser af mobning. Bogen stiller skarpt på tilskuerens rolle og er skrevet til børnene selv.
Gyldendal, 2003, 40 s.

Dit liv – dit valg

Ideer og inspiration til den kriminalpræventive undervisning på mellemtrinnet
Det Kriminalpræventive Råd, 1999, 95 s.

Grib konflikten – om konstruktiv konflikthåndtering i skolen

Det Kriminalpræventive Råd, 2003, 96 s.

Halse John Aasted: "Skolens sociale liv: skolen er andet end fag!"

Indhold: Skolens fag og sociale liv! Den virkelighed, barnet lever i og kommer fra; Skolens organisation og struktur; Hvad skal man lære i skolen? Mobning som symptom på skolens sociale liv; Den nye lærerrolle
Dafolo, 1999

Høiby, Helle: "Ikke mere mobning: værktøjer for lærere og pædagoger."

Mobning er et stort problem i Danmark; Mobning og drilleri; mobningens myter og virkelighed; mobningens pris for aktørerne; Lærerrollen – et kapitel for sig; værktøjskassen; sådan kan mobning stoppes ; sådan kan mobning forebygges
Kroghs Forlag, 2002, 90 s.

Höistad, Gunnar: "Mobning : forebyggelse og løsninger."

Billesø & Baltzer, 1999, 160 s.

Larsson, Eva: "Mobningens psykologi"

Med afsæt i en case om konsekvenserne af lang tids mobning beskrives dels de mekanismer som får ofre, mobbere og ansvarlige til at fornægte problemerne, dels de tegn lærere og andre voksne kan aflæse og bruge som grundlag for indgriben.

Gyldendals Uddannelse, 2002, 197 s.

Laserow, Sylvia: "Stop mobning: trinvis i 15 lektioner"

Empati, livskundskab, kammeratsamtaler, konfliktløsning, social kompetence .

Alinea, 2002

Mobbedreng – en håndbog om mobning

Redaktør Helle Rabøl Hansen og Klaus Henriksen

Børnerådet, 1999, 105s.

Mobning kan stoppes: Håndbog i bekæmpelse af mobning

Anncha Lagerman og Pia Stenberg; på dansk ved Niels Jørgen Bisgaard.

Håndbog for personalet på skoler om hvordan mobning blandt eleverne forebygges og stoppes. Svenske erfaringer ligger til grund for ideer og handlingsplan. Indeholder øvelser og spørgeskemaer.

Billesø & Baltzer, 2000, 70 s

Mobning ud af Århus

Værktøjsmappe der skal give skolerne inspiration og grundlag for at tilrettelægge en indsats mod mobning.

Århus Kommunale skolevæsen, 2003,

Hindsgaul, Helle Boelt: Mobning - også elevrådets ansvar.

Bogen giver anvisninger på hvordan eleverne kan inddrages i arbejdet med at forebygge mobning.

Kroghs Forlag, 2003, 55 s.

Olweus, Dan: "Mobning i skolen: hvad vi ved og hvad vi kan gøre?"

Hans Reitzel, 2000, 106 s.

Raaschou, Nina: "Fra konflikt til dialog i skolen"

Om konstruktiv kommunikation i skolen, om mediation og hvordan såvel børn som voksne kan bruge disse redskaber.

Kroghs Forlag 2003, 131 s.

Rasmussen, Tove Uhrbrand og Bodil Bang-Larsen: "Fortællekredsen: sociale kompetencer på en sjov og naturlig måde".

Regler og muligheder for at bruge fortællekredsen med mange eksempler.

Dafolo, 2003, 71 s.

Stones, Rosemary: "Bander og mobning : en debatbog for unge om chikane"

Om verbale og fysiske overgreb, psykisk terror, årsager til og omfang af mobning, deltagelse i bander, hjælp til den mobbede samt historisk overblik over emnet.

Bogfabrikken Fakta, 1999. 62s.

Skolens Sociale Liv – Rapport fra et udviklingsprojekt 2000 – 2002

Redaktion: Lotte Christy

Det Kriminalpræventive Råd, 2003,

Skolebørnsundersøgelsen 2002

Redaktion Pernille Due og Bjørn E. Holstein

Den danske del af det internationale projekt Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), som Danmark har deltaget i de seneste 15 år.

Institut for Folkesundhedsvidenskab, Københavns Universitet, 2003

Theilgaard, Lars: "Mobning: et overset problem eller en overdreven bekymring?"

En teoretisk gennemgang af mobningens definition, årsager og forklaringer.

Forskn.center for Miljø-og Sundhedsundervisning, Danmarks Lærerhøjskole, 1999, 34.s

Trin for trin 1: Social og emotionel læring for børn i alderen 4-6 år

Redaktion: Lone Gregersen og Bente Lindhard ; oversættelse: Helle Lindhard Stiegmann

CESEL, i kommission hos Special-pædagogisk forlag, 2000, 107 s.

Trin for trin 2: social og emotionel læring for børn i alderen 7-8 år

Redaktion: Lone Gregersen og Bente Lindhard ; oversættelse og bearbejdning: Ruth Seiding

CESEL, i kommission hos Special-pædagogisk forlag, 2000, 117 s.

Værdsat: værdsættende samtale i praksis

Redaktion: Charlotte Dalsgaard, Tine Meisner og Kaj Voetmann

Psykologisk Forlag, 2002

For yderligere information samt opdatering af litteratur henvises til:

Center for Undervisningsmidler, Artillerivej 126, 2300 København S, telefon 3268 7400

www.cu.dk

Oplægsholdere, foredrag, teater, m.m.

På UUFnet vil der løbende blive meddelt aktuelle tilbud om oplæg og foredrag, m.m. der kan bruges i forbindelse med tiltag mod mobning. Her nævnes derfor blot et par stykker som arbejdsgruppen har fået kendskab til under udarbejdelsen af dette materiale:

Fortællekompagniet

Rådmandsgade 10, baghuset, 2200 København N

Telefon: 26 28 21 26

Hjemmeside www.fortaellekompagniet.dk

LOPEdeVega

Lundtoftegade 20, 4. th, 2200 København N

Telefon: 26 19 46 67

Hjemmeside www.lopedevega.dk

TeaterBUDet

V/Dorthe Højsted

Københavns Kommunes Kursuscenter

Sundholmsvej 22, 2300 København S

Telefon 82 32 50 38

e-mail: dortehoejsted@hotmail.com

Lad Sjælen Synge – et foredrag til børn og unge

V/ Beathe Strands Barndorff

Telefon 35 38 89 13

Fiction&Work

Henrik Lauge

Telefon 27 29 40 40

Hjemmeside www.fictionandwork.dk

Forum-X

V/Christine Pedersen

Telefon 26 70 61 02

Hjemmeside www.forum-x.dk

Ressourcepersoner og grupper

Lokalt

Skolesundhedstjenesten: Sundhedsplejersken på skolen
Specialcenter, funktionslærer samt evt. AKT-lærer
PPR: Pædagogisk Psykologisk Rådgivning, telefon 35 38 43 90
SSP-samarbejdet, SSP-sekretariatet, telefon 33 17 31 30
Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen: Lars Theilgaard, telefon 33 66 43 60

Nationalt

Dansk Center for Undervisningsmiljø, telefon 72 26 54 00 www.dcum.dk
Børnerådet, telefon 33 78 33 00, www.brd.dk
Børns Vilkår, telefon 33 55 55 59, www.bornsvilkar.dk
Skole og samfund, telefon 33 26 17 21 www.skole-samfund.dk
Center for Konfliktløsning, telefon 33 14 03 29 www.konfliktloesning.dk
Det Kriminalpræventive Råd, telefon 43 44 88 88, www.dkr.dk

Udvalgte links

Danmarks Radio om mobning: www.dr.dk/Undervisning/Mobning/index.htm
Skolebørnsundersøgelsen 2002: www.pubhealth.ku.dk/hbsc/

For andre links henvises til materialet på UUFnet: www.uufnet.kk.dk/

Bilag I

Spørgeskema om drilleri og mobning (10 - 14 år) (Må gerne kopieres)

1. Er du?

Dreng Pige

2. Er du glad for at gå i skole?

Ja Nej

3. Er du blevet drillet i skolen inden for de sidste 2 måneder?

Aldrig Af og til Tit

4. Hvis du er blevet drillet - hvad er du blevet drillet med?:

5. Hvis du er blevet drillet - hvem har drillet dig? (du må gerne sætte flere krydser)

Børn fra din egen klasse eller årgang

Børn fra mindre klasser

Børn fra større klasser

Andre

Mest piger

Mest drenge

6. Er du blevet mobbet i skolen inden for de sidste 2 måneder?

Aldrig Af og til Tit

7. Hvis du er blevet mobbet - hvad er du blevet mobbet med?:

8. Hvis du er blevet mobbet - hvem har mobbet dig? (du må gerne sætte flere krydser)

Børn fra din egen klasse eller årgang

Børn fra mindre klasser

Børn fra større klasser

Andre

Mest piger

Mest drenge

9. Har du været med til at mobbet andre inden for de sidste 2 måneder?

Aldrig Af og til Tit

10. Kender du nogen fra skolen der er blevet mobbe inden for de sidste 2 måneder?

Ja Nej

11. Hvor sker drilleri og mobning mest? (du må gerne sætte flere krydser)

I frikvartererne
I timerne
På vej til og fra skole
Andre steder
I fritidshjem/fritidsklub

12. Hvem er bedst til at hjælpe de børn der er blevet mobbet eller drillet? (du må gerne sætte flere krydser)

Lærerne (i skolen)
Pædagogerne (i fritidshjem/fritidsklub)
Forældrene
Venner og kammerater
Andre

13. Hvad kan børn gøre for at forhindre mobning?

14. Hvad kan du selv gøre for at forhindre mobning?

15. Hvad kan de voksne gøre for at forhindre mobning?

Bilag 2

Et par korte spørgsmål om mobning (Må gerne kopieres)

1. Er du blevet mobbet inden for de sidste to måneder?

Nej

Ja, en enkelt gang

Ja, nogle gange (2 - 3 gange)

Ja, flere gange (næsten hver uge)

2. Har du været med til at mobbe andre inden for de sidste to måneder?

Nej

Ja, en enkelt gang

Ja, nogle gange (2 - 3 gange)

Ja, flere gange (næsten hver uge)

3. Hvad kan børn gøre for at forhindre mobning?

4. Hvad kan du selv gøre for at forhindre mobning?

5. Hvad kan de voksne gøre for at forhindre mobning?

Bilag 3

Tag temperaturen på klassen (Må gerne kopieres)

Klassens temperatur	Enig	Uenig
Vi er positive	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi er aktive	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi arbejder godt sammen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi kan nemt danne grupper når vi skal arbejde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi lytter til hinanden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi respekterer hinanden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi tager fælles beslutninger	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi taler ordentligt til hinanden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi taler ordentligt om hinanden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi respekterer hinandens grænser	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi holder ikke nogen uden for fællesskabet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi mobber ikke hinanden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Der er arbejdsro i timerne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi respekterer lærerne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vi er interesserede og positive i undervisningen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bilag 4

Huskeliste ved udarbejdelse af anti-mobningspolitik (Må gerne kopieres)

Begrundelse og formål	Hvorfor gør vi dette og hvad vil vi med planen? Udgangspunkt i værdigrundlag og målsætning. Vigtigt med en signalværdi og konkret mål for indsatsen.
Definition	Hvad er det vi her på stedet forstår ved mobning? Det kan være en allerede fastlagt definition eller der kan være lokale dimensioner med. Klarhed om forskel på drilleri, konflikt og mobning.
Etablerede tiltag	Hvad gør vi allerede? Tiltag af forebyggende og kompetencefremmende karakter. I stikordsform nogle af de tiltag, projekter eller traditioner som allerede er etableret og hvordan de er medvirkende til at øge trivslen/forhindre mobning. Evt. deles op i tiltag på institutions-, klasse/gruppe- og individniveau.
Mål for nye tiltag	Hvad mangler vi og hvordan kommer vi videre? Beskrivelsen af de etablerede tiltag har måske afsløret nogle mangler eller afstedkommet nye visioner. På disse nye områder skal der opstilles mål. Målene skal være beskrevet så det efterfølgende er muligt at konstatere om de er opnået eller ej.
Beredskab	Hvad gør vi når mobning er konstateret? Tiltag af behandlende karakter. Opstilling af rutiner og ansvar for at de bliver udført. Da mobningstilfældene ofte kan variere meget er det ikke sikkert at der kan opstilles en "standardrutine", men i stedet beskrives nogle handlemuligheder .
Indragelse af børn	Hvordan får vi børnene inddraget? For at handleplanen kan sættes sig spor hos børnene, er det vigtigt at de inddrages i alle faser og får medindflydelse på planen.
Inddragelse af forældre	Hvordan får vi forældrene inddraget? Forældrene har et stort og naturligt ansvar i spørgsmål om børnenes trivsel på skole/institution. Derfor skal samarbejdet med forældrene beskrives yderligere, fx på forældremøder .
Ressourcepersoner	Hvem kan børn, ansatte og forældre henvende sig til? Det kan fx være en ressourceperson, "trivselskonsulent" eller en anden voksen med særlig indsigt på området. Det kan også være elevsikkerhedsudvalget på skolen eller børn der har særlig status og respekt blandt kammeraterne
Opfølgning	Hvad gør vi for at mobning ikke sker igen? Opfølgende tiltag. Mobning stoppes sjældent ved et enkelt tiltag eller i løbet af kort tid. Derfor kræves ofte en strategi over en længere periode med forskellige opfølgende foranstaltninger. Her skal der heller ikke opstilles en standardliste, men blot være tale om en slags huskeliste.
Evaluering	Hvad skal der evt. ændres ved planen? Planen skal selvfølgelig hele tiden justeres og revideres så den til stadighed sikrer den størst mulige trivsel blandt børnene. Derfor bør planen tages op til diskussion en gang årligt.
Formidling	Hvordan gøres planen kendt for alle? Det er vigtigt at alle skolens parter er bekendt med og gør brug af planen. Derfor skal der også - specielt i starten - være overvejelser om hvordan kendskabet udbredes. Fx hvordan den præsenteres for børnene og om der skal laves en særlig information til forældrene

Noter

- ¹ Dan Olweus: "Mobning i skolen", 2000
- ² Bjørn Holstein og Pernille Due: HBSC 2002
- ³ Kilde: Spesial-pedagogikk, nr. 3/2002
- ⁴ Omskrevet fra pjecen "Mobning skal ud af skolen", Københavns Lærerforening 1999, med tilladelse
- ⁵ "Mobning og udvikling af kriminel adfærd", Rådgivende Sociologer for DCUM, 2003
- ⁶ Mette Rasmussen, Pernille Due og Bjørn Holstein: "Skolebørnsundersøgelsen 1998"
- ⁷ Efter Dan Olweus: "Mobberingen: Elevers reaksjonsmåter/roller i en akut mobbesituasjon"
- ⁸ "Skolens sociale liv", Rapport fra et udviklingsprojekt 2002-2003
- ⁹ "Spørgeskemaundersøgelse af skolernes indsats mod mobning", Københavns Kommune, Uddannelses- og Ungdomsforvaltningen, januar 2003.
- ¹⁰ Hansen og Henriksen, kronik i Politiken den 14. december 2002