


# PLAN MOT MOBING

## RUGTVEDT SKOLE

*HOVEDMÅL:*

*På Rugtvedt skole skal ingen bli utsatt for mobbing og plaging! Det skal være et trygt sted å være.*



GJØR MOT ANDRE  
DET DU VIL AT  
ANDRE SKAL  
GJØRE MOT DEG

## 1. FORORD

Elevrådet kom høsten 2008 frem til at de ønsket en plan mot mobbing ved skolen. Dette tok de selv tak i. Miljøarbeider kom med ni punkter som elevrådet tok med ut i klassene. Der ble disse punktene diskutert og snakket om, deretter skrevet ned og tatt med tilbake til elevrådet. Svarene fra alle klassene ble satt sammen, og danner nå grunnlaget for denne planen mot mobbing. Det er valgt å gjengi elevenes tanker og meninger ut fra hvordan de har skrevet og formulert seg. I tillegg er det fylt ut med erfaringer og stoff fra annen litteratur.

Elevrådets initiativ til en mobbeplan kom rett før statsminister Jens Stoltenberg skrev under et nytt manifest mot mobbing, "Manifest mot mobbing 2009-2010". Sammen om dette er Foreldreutvalget i Grunnskolen, Utdanningsforbundet, KS, Fagforbundet og Skolenes Landsforbund. Disse har sammen med regjeringen Stoltenberg et mål med manifestet: Nulltoleranse mot mobbing.

Når vi har valgt å lage en plan mot mobbing ved skolen er det en grunn for det. Vi har derfor satt oss noen mål som vi ønsker å oppnå. Mål er viktig for å ha noe å jobbe etter.

*HOVEDMÅL: På Rugtvedt skole skal ingen bli utsatt for mobbing og plaging!  
Det skal være et trygt sted å være.*

Rugtvedt skole har altså samme mål som regjeringen Stoltenberg, nulltoleranse mot mobbing.

For å nå et så stort mål som det vi har satt som hovedmål, trenger vi noen mindre mål, delmål, på veien. For å nå dem er det viktig at hver og en på skolen deltar.

*DELMÅL: Den enkelte elev må selv tenke igjennom og passe på hvordan han eller hun er mot andre, og eventuelt endre egen væremåte i mer positiv retning.*

*"Plan mot mobbing" skal være et hefte som brukes som utgangspunkt for diskusjoner og refleksjoner rundt temaet mobbing i klassene. Dette for jevnlig å ha fokus på alvorligheten ved å mobbe.*

Med en slik plan ønsker vi fokus på temaet mobbing. Dette fordi vi vet at det forekommer, men vi klarer ikke alltid å se det. Når det jevnlig blir tatt opp i klassene håper vi flere tenker gjennom sin egen væremåte, og at de ser

hvilke negative konsekvenser det kan få for andre. Vi ønsker, som sagt i hovedmålet, at Rugtvedt skole skal være et trygt og godt sted å være.

## 2. HVA ER MOBBING?

"En person er mobbet eller plaget når han eller hun, gjentatte ganger og over en viss tid, blir utsatt for negative handlinger fra en eller flere personer" (Dan Olweus)

Det finnes flere ulike typer mobbing. Den **verbale** mobbingen, de stygge ordene og språket, er kanskje den vi først tenker på. Under der kommer også den **nonverbale** mobbingen, altså kroppsspråk, blikk, himling med øynene o.l. Men det kan også være **fysisk** mobbing, hvor en til stadighet blir slått, sparket, dultet til osv. **Psykisk** mobbing, som utestengelse, baksnakking o.l. er også en vanlig form. De siste årene ser vi også at mobbing **via internett og mobiltelefon** blir mer og mer utbredt. Her er det kanskje enda lettere å være stygg mot andre, for da slipper en å se mobbeofferet i øynene.

### Elevenes egne tanker om "Hva er mobbing?"

- Si slemme ting/stygge ord.
- Plaging og erting over lang tid.
- Mobbing av utseende.
- Baksnakking.
- Verbal og fysisk mobbing.
- Se ned på folk.
- En måte å være slem på.
- Fryse ut/holde noen utenfor.
- Spre falske rykter.
- Blikk/kroppsspråk.

## 3. HVEM BLIR MOBBET?

Alle kan bli mobbet. Dette varierer ofte fra klasse til klasse, gruppe til gruppe, år til år. Noen blir mobbet for utseende, noen for klær, andre for væremåte, religion eller fordi de skiller seg ut. Noen kan bli mobbet fordi de er flinke på skolen, andre fordi de ikke er så flinke. Uansett er mobbing sårende og krenkende for den som blir utsatt for det.

## 4. HVEM ER MOBBERE?

### Elevenes egne tanker om "Hvem er mobbere?"

- Folk som sliter selv, som ikke har det så bra.
- De som tror de er bedre enn andre.
- Jenter mobber jenter.
- Noen som er sjalu på andre.
- Det er oftest de som har det vanskeligst selv, hjemme og med selvtilliten.
- Noen mobber for å ikke bli mobbet selv.
- Grupper.
- De som blir mobbet, mobber.
- De som er usikre på seg selv.
- Noen som ikke er så flinke til ting selv.
- Misunnelige.
- Noen som vil være kule.

Alle kan vi bli mobbere, hvis ikke vi er bevisst på det selv. Det er lett å bli tøff sammen med andre, kanskje tøffere enn vi egentlig er. Det er lett å slenge ut et ord fordi "alle andre" gjør det, eller si ting uten å tenke på hvordan det er for den som er mottaker.

Når det gjelder mobbing har også **tilskuerne** en betydelig rolle. Er du tilstede i en mobbesituasjon uten å gjøre noe for å hindre at en blir mobbet, er du selv med på mobbingen.

Tips hvis en du er sammen med mobber:

- Be mobberen slutte, si ifra at det han eller hun gjør er galt.
- Vis tydelig overfor både mobber og mobbeoffer at dette synes du er galt.
- Gå vekk! Selv om det er bestekameraten din, eller en du liker godt, vis han eller henne at dette er galt.
- Si ifra til en voksen at noen blir mobbet.

Klarer du dette, har du vist at du har tatt avstand fra mobbing.

## 5. HVOR SKJER MOBBINGEN?

### Elevenes egne tanker om "Hvor skjer mobbingen?"

- I aatriet ved mellomtrinnet.
- Bak gymsalen.
- Ved "fuglehuska".
- På fotballbanen.
- På hjemveien.
- I fotballbingen.

- I klasserommene.
- I gangene, særlig ved naturfagrommet/kantina (ungdomsskolen).
- På rampa.
- I kantina.
- På bussholdeplassen og bussen.

Ut fra elevenes egne tanker foregår det mobbing stort sett overalt, noe som er tankevekkende. Det er tydelig at så lenge ikke voksne er tilstede kan det forekomme mobbing hvor som helst.

## 6. FOREBYGGING

Dette er vel definitivt det viktigste punktet i en plan mot mobbing. Hva kan vi gjøre, og hva gjør vi allerede, som er med på å forebygge at mobbing skjer på vår skole.

Det aller viktigste er at den enkelte begynner med seg selv, tenke gjennom: Hvordan er jeg mot andre? Hva gjør jeg for at det ikke skal skje mobbing i min klasse?

Nedenfor kommer elevenes tanker om forebygging, samt hva vi allerede gjør ved Rugtvedt og hva vi ennå kan bli bedre på.

### Elevenes tanker om "Forebygging"

- Respekttere hverandre.
- Ikke holde folk utenfor, inviter dem heller med.
- Ikke spre falske rykter.
- Være snille og greie med hverandre.
- Ikke gi positiv respons til mobberne.

### Hva gjøres på Rugtvedt skole for å hindre mobbing og situasjoner der mobbing kan skje?

- Fadderordning for 1. 2. og 3. klasse.
- Klasseregler.
- Voksenvakter med vest i friminuttene.
- Miljøarbeider i friminuttene.
- Trivselsprogram i spisefri med trivselsledere fra 4.trinn, mellomtrinn og ungdomstrinn.
- Turneringer i midttimene.
- Reglement for Rugtvedt skole sendes med hjem for underskrift hver høst, slik at både elever og foreldre vet hvordan det er ønskelig å ha det. Forpliktende.
- Aktivt elevråd.
- Det arbeides jevnlig med "Det er mitt valg" i klassene, fra 1.-10.klasse.

- Felles aktiviteter på tvers av trinnene, som f.eks. mattedag, tur til Rognstranda, BeatBox m.m.
- Saker som har med elevenes skolemiljø å gjøre, tas jevnlig opp i Skolemiljøutvalget, der elevene har 3 representanter.

#### Forslag fra elever og voksne på hva vi kan gjøre for mer forebygging

- "Plan mot mobbing" skal jevnlig tas frem i klasserommet og snakkes om.
- De voksne bruker gul vest når de har inspeksjon.
- Flere voksne ute i friminuttene.
- De voksne som har inspeksjon må følge mer med, være mer observante.
- Mobbepanel. To elever, miljøarbeider/sosiallærer/lærer og rektor sitter i et mobbepanel for skolen. Saker som gjelder mobbing skal tas opp i mobbepanelet, for så å jobbes videre med av dem som sitter der.
- Hvis det er avdekket mobbing skal de voksne ved skolen vite hvem det er som er utsatt, slik at de kan ha et ekstra øye med disse elevene når de har inspeksjon.

## 7. HVORDAN FINNE UT AT DET FOREKOMMER MOBBING? AVDEKKING.

Det å finne ut at det skjer mobbing i en klasse, i skolegården eller på hjemveien er ikke alltid så lett. Voksne trenger ofte hjelp fra elevene for å finne det ut. Her kommer viktigheten med det å si ifra inn. Når en ser noen som blir mobbet, eller selv blir mobbet, SKAL og MÅ en si ifra. Det er ikke å sladre! Når det gjelder mobbing er sladre et ikke-ord. Det at en tør å si ifra kan hjelpe en annen, eller deg selv, fra å få skolehverdagen ødelagt.

#### Elevenes tanker om "Hvordan finne ut at det forekommer mobbing?"

- Se når folk er lei seg.
- Se etter ringer rundt en person.
- Se og høre det på folk.
- Se og høre etter.
- Øyevitne.
- Eksempel: "Ahh, den genseren kledde bare ikke deg." Ikke alle som ser på syns kanskje dette er mobbing. DERFOR må de rundt si ifra hvis de ser eller hører noe.
- Det er vanskelig å finne mobbing.

Både elever og voksne syns det er vanskelig å finne ut når, hvor og med hvem mobbing skjer. Derfor er det viktig at alle står sammen mot mobbingen, og at alle vet de har et ansvar for at Rugtvedt skal være en mobbefri skole.

## 8. HVA GJØR VI NÅR VI FINNER UT?

Hva vi gjør når vi har funnet ut at det forekommer mobbing i en klasse er viktig. Noen ganger har en funnet det ut tidlig, slik at det går greit å ordne opp for én voksen, andre ganger kan det ha holdt på i lang tid, og flere voksne må til. Rektor skal alltid varsles! Miljøarbeider eller sosiallærer kan hentes inn der det trengs flere voksne. I alvorlige mobbesaker kan det være at mellomleder eller rektor også må inn, blant annet for å vise alvoret i dette. Nedenfor kommer først en liste med elevenes tanker om hva vi skal gjøre når vi oppdager mobbing, så hva elevene kan gjøre og til slutt en saksgang på hvordan vi som voksne skal gå frem når mobbing er avdekket. Saksgangen må selvsagt brukes etter skjønn, ingen sak er like. Noen mobbesaker løser seg etter noen samtaler, mens i andre saker må foreldre og kanskje flere voksenpersoner inn før det stopper. Det viktigste er at det blir tatt tak i av voksne, og gjort noe med!

### Elevenes tanker om "Hva gjør vi når vi finner ut?"

- Si ifra til nærmeste lærer.
- Gå unna.
- Ikke blande seg inn.
- Følge med.
- Kontakt med lærer og foreldre.
- Felles holdning mot mobbing.

### Hva bør elevene gjøre når de vet at noen blir mobbet?

- Si ifra til en voksen.
- Hvis en ansatt mobber en elev, må eleven gi beskjed til en annen voksen.
- Si ifra til mobberne at det de gjør er galt.
- Vise mobbeofferet at de er der for dem. Gi dem en forståelse at det er andre som også reagerer på dette.

### SAKSGANG FOR DE VOKSNE - HVA GJØR VI?

Det er laget en egen mal for å løse saker som gjelder mobbing/krenkende handlinger ved skolen. Denne skal de voksne følge. (Utarbeidet i august 2011)

Ifølge denne planen skal de voksne

- Ta alle henvendelser fra elever, medelever og voksne alvorlig.
- Undersøke og observere for å skaffe seg informasjon. Notere ned det som blir observert, få med dato. Dokumentasjon er spesielt viktig ved mistanke om mobbing.
- Varsle rektor og kontaktlærer på eget varslingskjema
- Snakke med mobbeofferet.
- Ha samtale med de foresatte til den som blir plaget.

- Snakke med mobber. Er det flere mobbere, samtale med én og én først. Hvis det er behov, snakke med mobberne samlet senere.
- Snakke med mobbernes foreldre hver for seg.
- Rektor avgjør om det skal fattes et enkeltvedtak når det er oppdaget plaging/mobbing. Foresatte eller eleven selv kan også be om at det gjøres noe. Da må rektor fatte et enkeltvedtak.
- Sette inn sanksjoner overfor mobber. (Se punkt 9).
- Oppfølging: Mobbesituasjonen følges til den opphører helt. Alle har rett på et trygt skolemiljø.
- Hvis mulig, etter en tid snakke med mobbeoffer og mobber sammen. Ved flere mobbere, samtale med mobbeoffer og én og én av mobberne. Ikke gjøre dette for tidlig.
- Søke råd og hjelp fra andre om nødvendig.
- Ved mistanke om mobbing av elever fra ansatte, må ledelsen varsles. Rektor har ansvar for videre oppfølging.

Annet som kan være aktuelt:

- Hvis svært alvorlig, gi mobbeoffer beskyttelse : Elever som er sammen med han/henne i friminuttene, ekstra voksne ute eller muligheten til å være inne i friminuttene.
- Hente inn flere voksne, for å vise at dette her er alvor.
- Gjøre avtaler med mobbere og med mobbeoffer. Skrive ned avtalen(e), og la elevene skrive under på dette.

I samtalene er det viktig å få frem hvor alvorlig dette med mobbing er. Gi også beskjed om konsekvenser og sanksjoner dette fører til. La mobberne høre at den voksne gir beskjed til mobbeoffer om at han eller hun skal si ifra om ny mobbing eller kommentarer på at saken har kommet frem. Dette for å ufarliggjøre det med å si ifra for mobbeoffer.

## 9. REAKSJONER/KONSEKVENSER/SANKSJONER

Når det er avdekket mobbing ved skolen, må de voksne reagere på dette. Saksgangen over er en vei å følge, i tillegg vil det være naturlig å gi den som har utøvet mobbingen en konsekvens eller sanksjon. Trivselsreglene kan brukes, der er det et eget punkt om konsekvenser ved brudd på reglene ved skolen. Det er her satt opp to punkter før trivselsreglene, fordi disse **bør** være en del av sanksjonene som elevene som mobber får.

### Hvilke konsekvenser/sanksjoner kan brukes?

- Brev med hjem (barne- og ungdomstrinnet).
- Trivselsreglens punkt om brudd på reglene:
  - Muntlig irettesettelse.
  - Skriftlig advarsel.
  - Bortvisning fra timen eller resten av dagen.
  - Bortvisning inntil 3 dager på ungdomstrinnet.
  - Nedsatt ordens- og oppførselskarakter på ungdomstrinnet.
  - Alvorlige brudd blir anmeldt til politiet.

### Elevenes tanker om "Reaksjoner/konsekvenser/sanksjoner"

- Noen burde snakke med mobberen/mobberne på en ordentlig måte som gjør at de skjønner det.
- Ringe til foreldrene.
- Tenke over det.
- Være inne i friminuttene

## 10. ETTERORD

Skolen har nå sin egen plan mot mobbing, etter ønske fra elevrådet, og i samsvar med regjeringens mål om at alle skoler skal ha en plan for hvordan de arbeider mot mobbing. Det er nå opp til hver og en av oss hvordan vi bruker den, men det er ønskelig at den blir brukt jevnlig i klassene, slik at også elevene vil føle at dette er noe de har kjennskap til og kan noe om. Ha den også som et oppslaghefte når dere kommer borti mobbing ved skolen. Selv om du ikke følger den helt, så kan den være et utgangspunkt for arbeidet videre.

Det viktigste budskapet i planen må være dette med å si ifra. Det å tørre å trosse mobberne, velge å hjelpe enten seg selv eller andre, det skal det mot til, men er så utrolig viktig!

På Rugtvedt skole er det nulltoleranse for mobbing, det vil si at mobbing ikke godtas i noen form. Vi har alle at ansvar for at vi klarer det. Hver enkelt må passe på seg selv, og på hverandre.

Sammen er vi gode!

## 11. LITTERATUR

- Elevenes tilbakemeldinger
- "Manifest mot mobbing 2009-2010"
- Trivselsreglene på Rugtvedt skole
- Roland, Erling og Sørensen, Grete Vaaland: Mobbing i skolen. (Kirke-, utdannings- og forskningsdepartementet 1996)
- Olweus, Dan: Mobbing i skolen. Hva vi vet og hva vi kan gjøre.
- "Plan mot mobbing", Kvaleberg skole, Stavanger

Rugtvedt skole, 27. november 2009

Revidert 13. september 2011

-----  
Elevrådsleder

-----  
Miljøarbeider

-----  
Rektor

### Vedlegg:

- Mal for å løse mobbesaker
- Varsling ved kunnskap eller mistanke om krenkende ord eller handlinger §9a
- Henstilling om tiltak etter §9a