

HERØY
kommune



Plan for arbeid med trygt og godt læringsmiljø



EI BÅTLENGD FØRE

Innhald

DEFINISJON AV SENTRALE OMGREP	5
Læringsmiljø	5
Krenking	5
Digital krenking/mobbing	5
Mobbing	6
TRYGT OG GODT LÆRINGSMILJØ	7
RETTAR OG VERDIGRUNNLAG	8
Barnet si røyst	8
EIT HEILSKAPLEG OG SYSTEMATISK ARBEID - FØREBYGGJANDE ARBEID	11
Skulen sitt indre liv - det daglege arbeidet	11
Samarbeid heim-skule	11
Bygge fellesskap mellom elevar og mellom elevar og vaksne	12
Elevar som har særlege utfordringar	12
Arbeid med relasjonar	14
Aktivitatar i klassa	14
ARBEID MED GRUPPELEIING/KLASSELEIING	16
VIKTIGE FAKTORAR Å VERE MERKSAME PÅ	18
Skulefråvær/skulevegning	18
Digital mobbing	18
TILTAK NYTTA I SKULANE I HERØY PER I DAG SOM FREMMAR	20
SKULEMILJØ OG SAMARBEID	20
Interne arrangement/tiltak	20
Kartleggingstiltak - førebyggjande og avdekkande	20
Kommunale tiltak	20
NETTRESSURSAR SOM HAR GODE TIPS I DET PRAKTISKE ARBEIDET	
MED LÆRINGSMILJØ	21
LITTERATUR	22

Vedlegg

1. Retningslinje for arbeide med §9A
2. Tips til arbeid med miljø
3. Speed-friending – introduksjon
4. Friminuttoppdrag
5. Bli kjend –prat
6. Samtaleguide elev og forledresamtaler i 9A saker
7. Relasjonskartlegging Kari Pape – barn vaksenrelasjonar i ei gruppe
8. Relasjon L-E : Meg og mi elevgruppe
9. Elevsamtalespørsmål
10. Aude øy
11. Rutine for oppfølging av elevfråver – nærversarbeid i skulen
12. 9A-4 Aktivitetsplakaten
13. Rutine for spekterundersøking
14. Analyseskjema for spekterundersøking
15. Aktivitesplan for klassesak (mal)



Definisjon av sentrale omgrep

LÆRINGSMILJØ

Med læringsmiljø meiner ein dei miljøfaktorene i skulen som har innverknad på elevane si sosiale og faglege læring og elevane sin generelle situasjon i skulekvardagen. Eit godt og inkluderande læringsmiljø bidreg til positiv læring og utvikling for den einskilde elev og skal samstundes sikre eleven ein kvardag som fremjar helse og trivsel.

Faktorar knytt til miljø i skulen er i hovudsak relatert til vennskap og deltaking i sosiale og faglege fellesskap, relasjonar til medelevar og vaksne, normer og regler, verdiar, forventningar til lek, læring og til det fysiske miljøet på skulen.

KRENKING

Krenking er ord eller handling som barn/unge opplever som krenkande for eiga verdigheit og integritet, eller som gjer at dei kjenner seg ekskludert frå eit fellesskap. Krenking kan ha ulike former. Det kan vere alt frå enkelståande ytringar eller handlingar til gjentekne episodar.

Det omfattar mellom anna mobbing, vald, rasisme, trakassering og diskriminering. Det kan også vere erting, plaging, negative kommentarar, baksnakking, ryktespreiing, utfrysing eller andre handlingar som gjer at barn og unge kjenner seg utrygge, opplever ubehag eller ikkje kjenner seg inkludert i fellesskapet.

De kan vere fysiske, verbale eller indirekte, og mange blir utsett for fleire typar krenkingar samstundes, og frå ulike grupper.

Fysiske krenkingar kan vere å dytte, slå, sparke eller kaste stein på ein annan.

Verbale krenkingar kan vere trugsmål, kalling eller kommentarar.

Indirekte krenkingar inneber at den som krenkar, utfører ekskluderande handlingar overfor ein annan utan å bli identifisert. Dette kan til dømes vere baksnakking, å bli venn med ein annan som hemn eller negativt kroppsspråk. Dei indirekte krenkingane kan ofte vere vanskeleg for vaksne å oppdage.

DIGITAL KRENKING/MOBGING

Ubalanse i makt mellom den som blir mobba og de(n) som utfører mobbinga kan vere vanskelegare å oppdage ved digital mobbing enn ved tradisjonell mobbing.

Ein mykje brukt definisjon på digital mobbing tek utgangspunkt i definisjonen på tradisjonell mobbing og framstiller digital mobbing som ei aggressiv, viljestyrt handling utført av enkeltpersonar eller gruppe ved hjelp av digitale former for kontakt, repetert over tid, mot ein svakare part som har vanskeleg for å forsvare seg.

Digital mobbing kan vere meir intens fordi det kan skje døgnet rundt, og det når deg også i heimen. Det skjer på sosiale arenaer der barn/ungdom gjerne vil vere. Mange kan sjå det, og det er lett å spreie og vanskeleg å slette.

Digital mobbing startar ofte i relasjonar som er etablerte på skulen, og dei som er utsett for krenkingar ansikt til ansikt på skulen, er ofte meir utsett for digital mobbing.

MOBBING

Krenking blir mobbing når åtferda er gjentatt negativ eller ondsinna, og den kjem frå ein eller fleire, retta mot ein som har vanskeleg for å forsvare seg. Det kan vere utestenging, spreiking av løgner, trugslar, negative kommentarar om utsjånad og fysiske krenkingar som slag, dytting og sparking. Gjenteken erting på ein ubehageleg eller sårande måte er også mobbing.

Det er mobbing når:

- nokon blir utsett for negative hendingar frå ein eller fleire
- hendingane går over tid
- det er eit ujamnt styrkeforhold mellom den som plagar og den som blir plaga

Mobbing er også handlingar som tek frå ein person kjensle av tilhøyre og kjensle av å verte sett og sett pris på i ei gruppe. Mobbing skil seg frå det som vi ser som ei konflikt mellom likeverdige partar. I ein konflikt er ei tradisjonell mekling eit naturleg tiltak for å løyse saka.

Mobbing er eit alvorleg overgrep mellom ein sterk og ein svak part, der målet er å skaffe seg makt ved å audmjuke eller skremme den andre. Mobbing skal stoppast med det same. Uavhengig av definisjonane av mobbing og krenking, er det eleven si subjektive oppleving av skulemiljøet som er grunnlaget for at skulen skal ta saka på alvor.



Trygt og godt læringsmiljø

Tryggleik og trivsel er ein føresetnad for at barn skal vere i posisjon til å lære. Eit oppvekstmiljø som legg til rette for tryggleik og læring krev tett samarbeid og felles innsats frå alle tilsette i skulen, elevar og foreldre.

Arbeid med trivsel og trygt miljø i skulen skal motverke mobbeåtferd, einsemd og fremje fagleg læring.

Gode relasjonar er kjerneingrediensen i eit slikt læringsmiljø. Barna har vener, vi har eit tillitsfullt forhold mellom lærar og elev, og samarbeidet mellom heim og skule er prega av respekt og felles forståing.

Forsking slår fast at elevmedverknad og foreldresamarbeid er avgjerande for å skape trygge miljø og å lukkast med det førebyggjande arbeidet knytt til krenkingar og utanforskap.

Skulen skal arbeide for å utvikle eit inkluderande fellesskap som fremjar helse, trivsel og læring for alle. Dette inneber at den einskilde

elev skal oppleve å høyre til eit sosialt fellesskap med jamaldrande. Opplæringa skal vere tilpassa den einskilde sine evner og behov, slik at elevane lærer og utviklar seg både menneskeleg og fagleg.

Vi skal ha eit raust og støttande læringsmiljø der elevar, tilsette og føresette samarbeider med eit felles mål: *Herøyskulen har nulltoleranse for alle former for krenkande åtferd og mobbing.*

I skulen vil vi ha:

- vaksne som vil dei vel, ser dei og passar på
- elevar som er rause ved å inkludere alle, ta vare på kvarandre og skulemiljøet
- elevar som er modige og står opp for seg sjølve, hjelper ein venn og tør å heve røysta si.

Denne planen gir føringar for korleis Herøyskulen skal arbeide for å skape eit trygt og godt skulemiljø etter § 9A i opplæringslova, og korleis vi skal handtere krenkingar og mobbing når det skjer.

Rettar og verdigrunnlag

Opplæringslova §9A-3 handlar om nulltoleranse og førebyggjande arbeid:

Skulen skal ha nulltoleranse, mot krenking som mobbing, vald, diskriminering og trakassering. Skulen skal førebygge brot på retten til eit trygt og godt skulemiljø ved å arbeide kontinuerlig for å fremje helsa, trivselen og læringa til elevane.

Denne paragrafen vart endra i lova i 2020, for å presisere at skulen har eit ansvar for å arbeide førebyggjande med skulemiljøet med å sikre at elevane har det trygt og godt. Det vert også presisert i lova at elevane skal få delta i arbeidet. Det betyr at lova krev at skulen arbeider jamt med førebyggjande arbeid, slik at hendingar ikkje skal skje. Lova er også tydeleg på at elevane må takast med på råd og deira stemme må bli høyrd når det gjeld skulemiljø og tiltak.

I arbeidet for et trygt og godt skulemiljø er anerkjenning av barn og unge si oppleving og medverknad eit grunnleggjande prinsipp.

Barn skal bli tatt på alvor av profesjonelle vaksne som tek ansvar for å følgje opp saken når dei fortel om korleis dei har det. Formålsparagrafen i opplæringslova slår fast verdigrunnlaget for skulen. I opplæringslova §1-1 står det at blant anna at formålet med opplæringa er at elevane skal utvikle: *kunnskap, dugleik og haldningar for å kunne meistre liva sine og for å kunne delta i arbeid og fellesskap i samfunnet.*

Eit grunnleggjande utgangspunkt for all verksemd i skulen er at elevane skal få realisere sitt potensial, til det beste for seg sjølv og andre.

BARNET SI RØYST

Barnet sin rett til å uttrykke sine synspunkt og bli høyrd i saker som vedkjem dei, er forankra i barnekonvensjonen både som en sjølvstendig rett og som eit gjennomgåande prinsipp.

Barn sin rett til medverknad er nedfelt i Opplæringslova § 1-1 sjette ledd og i ny Overordna del – verdiar og prinsipp i opplæringa. Elevmedverknad inneber at alle elevar skal bli høyrte og ha moglegheit til å påverke sin eigen skulekvardag på eigne premiss. Dersom alle elevar opplever at dei har reell medverknad til skulekvardagen, bidreg dette til større trivsel, eit meir inkludert læringsmiljø og betre fagleg utvikling.

Elevane kan bidra i arbeidet med skulemiljø gjennom elevråd, klassemøter, faste møter med rektor og andre former for samarbeid. Avhengig av alder og modning, er det viktig at dei får bidra med innspel og eigne tankar. Tilsette i skulen må snakke med dei om klassemiljø og vennskap, bruk gjerne klassemøte med desse tema. Gjer elevane medvetne om korleis dei kan påverke og utvikle læringsmiljøet i klasse og skule.





Eit heilskapleg og systematisk arbeid – førebyggjande arbeid

SKULEN SITT INDRE LIV - DET DAGLEGE ARBEIDET

Det er viktig å tenkje korleis ein kan førebygge og styrke skulemiljøet og skape ein trygg arena for alle elevar. Eit vesentleg element for å skape trygge miljø er god kompetanse hjå dei tilsette.

Personalet i skule og SFO må sette tema om mobbing og læringsmiljø på dagsorden i jamleg. Skulane skal ha gode rutinar for korleis læringsmiljøet skal ivaretakast i det daglege arbeidet.

SAMARBEID HEIM-SKULE

Samarbeid med heimen er svært viktig dersom skulen skal lukkast i arbeidet med eit inkluderande læringsmiljø. Det er skulen som har ansvar for å legge til rette for at dette samarbeidet kan gjennomførast. Skulen har ansvar for at møte mellom heim og skulen er positivt og har ein dialog som er prega av openheit og likeverd. Skulen må informere heimen om korleis dei arbeider med læringsmiljøet og vere tydeleg på korleis føresette kan bidra i dette arbeidet.

Skulen treng føresette som også kan bidra inn i skulen og som kan støtte elevane og skulen i lærings- og miljøarbeid.

Skulen er pålagde å informere føresette om kva rettår dei har knytt til trygt og godt læringsmiljø. I starten av kvart skuleår skal skulen informere foreldre om arbeidet med trygt miljø og invitere foreldre til aktive bidrag for å styrke dette arbeidet.

Ein del av denne prosessen er også at føresette vert kjende med kvarandre både i klassa og på tvers av klassene. Føresette som kjenner kvarandre, samarbeider betre både førebyggjande og når ting vert vanskeleg.



BYGGJE FELLESSKAP MELLOM ELEVAR OG MELLOM ELEVAR OG VAKSNE

Forsking seier at relasjonsarbeid er svært viktig og at ein gjennom å forsterke dette arbeidet kan bygge gode og trygge klassemiljø. Mobbing er ofte eit symptom på ein ukultur i ei klasse/gruppe. Gjennom ulike aktivitetar kan ein bygge fellesskap og styrke relasjonar. Positive relasjonar fremmar læring, helse og trivsel. Negative, svake eller brotne relasjonar til medelever og tilsette, kan føre til at elevar ikkje har det trygt og godt på skulen. I slike situasjonar må skulen sette i verk systematiske tiltak som kan betre relasjonane.

Elevar som har ein god relasjon til dei vaksne har mindre risiko for å bli utsett for mobbing og andre krenkingar. Motsett vil elevar som har ein svak eller utfordrande relasjon til dei vaksne i skulen ofte vere i ein sårbar situasjon. Ein positiv relasjon bygger på dei vaksne sin vilje til å bry seg om alle elevane, vise interesse for den enkelte og hans eller hennar situasjon, støtte elevane fagleg og sosialt, og ha

forventingar om utvikling. Dette er viktig for alle elevar, og særleg viktig for elever som av ulike årsaker strevar på skulen. Skulen er ein viktig arena for å utvikle vennskap.

Fellesskapet med jamaldrande er ein viktig beskyttelsesfaktor mot mobbing og andre krenkingar. Negative relasjonar til medelever, blant annet på grunn av krenking og mobbing, utgjer ein stor risiko for psykiske vanskar, redusert læringsutbytte og anna negativ utvikling. Derfor er det viktig at skulen har tiltak som bidreg til å styrke samhøyet og fellesskapet på tvers av vennegrupper. Skulen må også lære elevane korleis dei aktivt kan støtte elevar som ikkje har det trygt og godt, vise empati overfor dei og stå opp mot mobbeåtferd og krenkingar.



ELEVAR SOM HAR SÆRLEGE UTFORDRINGER

Skulen har eit særleg ansvar for å ivareta elevar med ei særskilt sårbarheit. Slik sårbarheit kan vere knytt til eleven sin religion, seksuell orientering, funksjonsnivå, at eleven har åtferdsvanskar eller sosioemosjonelle vanskar eller det kan være utfordringar knytt til familie og heimesituasjon. Elevar kan også være særskilt sårbare i periodar som følgje av til dømes sjukdom/død i familie. Elevar som tidlegare har vore utsette for mobbing kan også gjere at dei er særskilt sårbare. Det er vesentleg for den einskilde lærar eller lærarsteam tenkje igjennom: Har vi elevar i klassen som er særskilt sårbare eller har særlege utfordringar? Korleis vert desse elevane møtt og tekne i vare.

Når elever er i ein sårbar situasjon, er det viktig at skulen kjenner att og forstår, og ikkje gjer sårbarheit stigmatiserande for eleven. Samtidig er det viktig å vere medvitne på elevar og grupper som kan trenge noko meir enn andre. Det er også viktig å vere merksam på

at digitale hendingar kan medføre ei forsterka sårbarheit. Barn og unge som er i sårbare situasjonar på andre område, kan vere ekstra sårbare på nett. Skulen må kjenne til faktorar som kan auke sårbarheit hos barn og unge.

Desse faktorane kan vere:

- individuelle (som sjukdom, diagnosar, temperament, språkvanskar)
- familie (som omsorgssvikt, psykisk sjukdom, samlivsbrudd, rus, høgt konfliktnivå)
- jamaldrande (som krenkingar, utfordring i å etablere og bli i stabile vennerelasjonar)
- miljøet (som fattigdom, kriminalitet, mangel på sosialt nettverk)

Sårbarheitsfaktorane blir forsterka dersom eleven ikkje har det trygt og godt på skulen. Motsett vil trygt og godt verne mot auka sårbarheit. Det er viktig at skulen har særleg blikk for elevar som strevar og har utfordringar av ulike slag og særskilt ser på utanforskap.



ARBEID MED RELASJONAR

Opplæring og trening i sosial kompetanse gir elevar sosial dugleik, som dei treng for å forstå lek og aktivitetar, og som igjen opnar for vennskap. Skap gode møte mellom elevane, der dei kan finne kvarandre. Sørg for at alle får høve til å finne ein venn. Legg til rette for lek og aktivitetar i små grupper. Respekter og støtt ulike former for vennskskapsrelasjonar mellom barn, og ver merksam på at vennskskapsrelasjonar kan vere meir komplekse enn ein trur. Det er svært viktig at heimane bidreg inn i arbeidet med å støtte barna i å etablere gode venskapsforhold.

Kjenneteikn på god praksis for arbeid med relasjonar:

- Ta ansvar for relasjonen og vise interesse for kvar enkelt.
- Bruk smil, glede og humor bevisst for å skape ei god og trygg stemning i gruppa.
- Sørg for at alle elevane blir sett og gitt merksemd i løpet av ein dag.
- Fang raskt opp kva signal, reaksjonar og behov som vert formidla.
- Bruk blikkontakt og kroppsspråk bevisst.
- Gi konkret ros, oppmuntring, stadfesting og anerkjenning medan andre høyrer på.
- Ta imot støtte og rettleiing i arbeidet med relasjonar.
- Forsterk positiv åtferd gjennom positive forventningar tilpassa føresetnader.
- Framhev gruppa positivt og det gruppa kan vere stolte av for å bygge fellesskapskjensle.
- Ha jamlege samtalar med elevane for å halde kontakten med kvar enkelt, både faste og etter behov.
- Kartlegg relasjonar kvar haust og vår og sett inn tiltak etter behov.

AKTIVITETAR I KLASSA

Det er mange aktivitetar som kan vere med på å auke elevtrivsel og sikre gode miljø både i klassa og skulen. Det kan vere nyttig for systematikken i dette arbeidet, at ein del av desse aktivitetane vert lagt inn i skulen sin årsplan. Dette kan gjelde aktivitetar som skulen har god erfaring med, faste opplegg ved skulestart, relasjonskartlegging og andre aktivitetar og hendingar som skulen gjennomfører. Ved å ha det på årsplan/årshjul for skulen kan det vere meir forpliktande og sikre at det ikkje vert gløymt.



Arbeid med gruppeleiing/klasseleiing

Forskning viser at læraren sitt arbeid som leiar av gruppa er den enkeltfaktor som har størst betydning for læringsmiljøet og dermed for eleven si læring. Klasseleiing er lærar si evne til å skape eit positivt klima, etablere arbeidsro og motivere til arbeidsinnsats. Ein vaksen som skapar gode relasjonar, og som gir elevane oppleving av både å bli verdsett og anerkjent, vil stå fram som ein viktig vaksen.

Utdanningsdirektoratet seier at:

Klasseledelse handler om lærerens arbeid som bidrar til elevenes faglige, sosiale og emosjonelle læring og utvikling, og spanner over et bredt praksisfelt. Det dreier seg om ledelse av grupper som lag, av den enkelte elev som aktør i en gruppe, og om lærerens tilrettelegging for læring i elevfellesskapet.

Det er få tiltak som er så veldokumentert i arbeidet for eit trygt og godt skolemiljø som god klasseleiing. Varm og tydeleg klasseleiing bør derfor vere grunnlaget for all pedagogisk praksis på skolen. Når ein elev ikkje har det trygt og godt, er det ekstra viktig at lærarane som underviser i same klasse har ei felles forståing og brukar klasseleiing aktivt for å skape eit trygt miljø.

Å skape eit godt miljø mellom elevane i klassa er ikkje noko som ein kan overlate til elevane åleine. Fellesskap vert skapt gjennom dei vaksne si aktive involvering og leiing. I arbeidet med å stoppe krenking og utvikle eit trygt og godt miljø må lærar sette inn tiltak som fremmer empati og samarbeid mellom elevane. Å mobilisere relasjonelt ansvar, sosial støtte og empati på tvers av etablerte vennegrupper, er eit sentralt tiltak for å bygge et fellesskap i klassa og på skulen.

Kjenneteikn på god klasseleiing:

- Å ha høg bevisstheit om kor viktig dialogen lærer-elev er.
- Å ta ansvar for kvaliteten på relasjonen lærer-elev.
- Å gi tydelege beskjedar og instruksjonar.
- Å gi kvar einskild direkte tilbakemeldingar på arbeidsinnsats, læringsmål og åtferd.
- Å etablere positivt klima og arbeidsro.



Viktige faktorar å vere merksame på

SKULEFRÅVÆR/SKULEVEGRING

I skulen sitt arbeid med læringsmiljø og særleg i arbeidet med å undersøkje om elevar har det trygt og godt, er det naudsynt å ha blikket på det som skjer kring eleven. Vi veit at mange faktorar påverkar eleven sine handlingar.

Forskar ved Læringsmiljøsentret ved UIS, Trude Haavik forklarar det slik:

Skolevegrere er elever som vil, men ikke klarer å gå på skolen. Det kan føre til langvarig fravær dersom de ikke får den hjelpen de trenger tidlig nok.

Disse elevene er vanligvis hjemme i skoletiden, og foreldrene er som regel klar over det. En elev med skolevegring kan bli følelsesmessig opprørt bare ved tanken på å gå på skolen og kan få angstanfall og bli aggressive når foreldrene prøver å få de på skolen.

3,6 prosent av elever fra 6.–10. trinn i Norge rapporterte skolevegringsrelaterte grunner til sitt fravær. Disse elevene kan være i fare for å utvikle skolevegring om de ikke blir identifisert og får hjelp tidlig.

– Årsakene til skolevegring er som regel sammensatt, men ofte skyldes det en intens frykt, angstproblematikk og eller depresjon. Det kan også skyldes opplevelsen av et utrygt læringsmiljø og uforutsigbare skoledager eller aktiviteter.

Herøy sin plan for oppfølging av elevfråver bygg på Trude Havik sitt arbeid og ligg som vedlegg til planen.

DIGITAL MOBBING

Mobbing og krenkingar som føregår via digitale plattformer som spel, meldingar og sosiale medium kallar vi digital mobbing.

Forsking seier at dersom nokon vert utsett for mobbing/krenkingar i dei sosiale møtestadane dei deltek, opplever dei nesten alltid også krenking, mobbing eller utestenging digitalt.

Digital mobbing er svært alvorleg for den som vert utsett for dette av tre årsaker:

- Det er meir angstskapande enn anna mobbing fordi det følgjer deg på alle arenaer og ein veit oftast ikkje spreingsgrad.
- Dei digitale krenkingane er lettare å skjule, slik at dokumentasjon i høve avdekking er svært vanskeleg.
- Digitale krenkingar føregår på arenaer som korkje skulen eller heimen rår over.

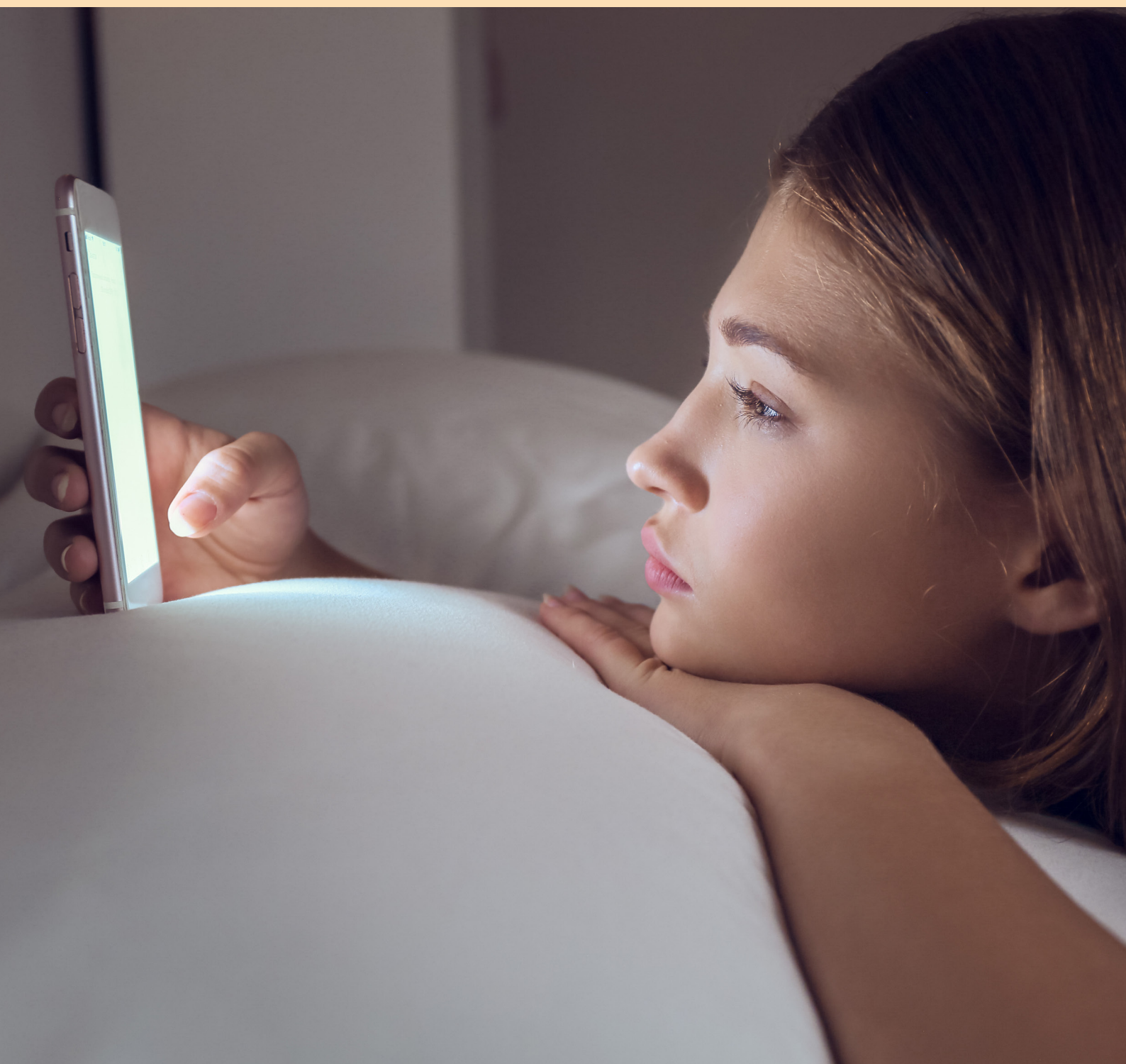
Sjekkliste ved førebygging, avdekking og stopping av digitale krenkingar, mobbing og utestenging:

- Heim og skule må samarbeide om å lære elevane digital dømmekraft. Sjå tips i nettressursar.
- Skulen må leggje til rette for tverrfaglege møte med foreldregruppene, der ein tek opp utfordringar med barna sin bruk og deltaking på digitale arenaer.
- Kommunen og KFU (kommunalt foreldreutval) må årleg ha dette tema på dagsorden. For å styrke foreldra sin kompetanse og evne til grensesetting og å gi barna si støtte til å meistre denne arenaen.
- Dersom skulen får varsel om utrygt miljø, må ein alltid i avdekkingsfasa ha med den digitale arenaen.

- Der heim eller skule fangar opp uheldig aktivitet på spel eller sosiale medium må ein straks varsle kvarandre, for å så raskt som mogleg greie å gripe inn.
- Skulen kan leggje til trette for samarbeidsarena der politiet si førebyggjande eining kan informere foreldra om sitt arbeid og

kva saker/situasjonar som er politisaker knytt til: til dømes deling av bilete, sosiale medium med meir.

Ressursar i førebygging, avdekking og stopping av digitale krenkingar, sjå vedlegg 6.



Tiltak nytta i skulane i Herøy per i dag som fremmar skulemiljø og samarbeid

INTERNE ARRANGEMENT/TILTAK:

- Trivselsvakt/aktivitetsvakt i friminutt
- Miljøkomité i foreldregruppa som finn på fellesarrangement for klasser
- Ulike elevrådsarrangement: labbedans, vaffelsal, karneval
- Turar i fjell og fjøre med fagleg og sosial målsetjing
- Klasseturar med og utan overnatting
- Fadderordning for nye førsteklassingar
- Arbeid med fellessamlingar i skulen der elevane opptrer, arrangere for kvarandre, foreldre, besteforeldre, bygda
- Temaforeldremøte: fellesreglar (lekser, besøk, bursdagsselskap med meir), nettvett, helserelatert (med innleiing frå helsesjukepleiar, kommunepsykolog, PPT).
- Aldersblanda aktivitetar med oppløyst timeplan og fagleg fokus som engelskdag, matematikkdag, norskdag
- Leiketimar – der elevane i klasser/grupper får lære gamle regelleikar. Dette er samværsformer der ein ikkje treng å vere god på sosiale kodar for å meistre og delta på ein positiv måte (målet er å gi elevane leike-repertoar som skaper positiv aktivitet)
- Skulestartveke/miljøveke for å «riste saman» elevane i skulen ved starten av nytt skuleår. Der er alltid nokon som er nye eller nokon som har «mista sine nære» fordi dei har flytta på seg.

KARTLEGGINGSTILTAK –

FØREBYGGANDE OG AVDEKKANDE:

- Spekterkartlegging både ved mistanke om mobbing, men på fleire skular som fast førebyggjande tiltak 2 gongar i året.
- Elevundersøking på 7. og 10. trinn kvar seinhaust.
- Relasjonskartlegging
- Elevsamtaler med 2 gongar årleg i alle klasser med fokus på fagleg meistring og trivsel
- Kontaktmøte med heimane der meistring og trivsel er tema 2 gongar i året.

KOMMUNALE TILTAK:

- MOT – Herøy kommune er MOTkommune og arbeidet med «unge motivatorar» og MOT i klassene på alle ungdomsskular er særskild viktig for det førebyggjande arbeidet i høve ungdommar sin trivsel og tryggleik i oppvekstmiljøet.



Nettressursar som har gode tips i det praktiske arbeidet med læringsmiljø

- <https://www.udir.no/>
Har mange ressurser innafor sentrale tema i skulen. Har også filmar til bruk og tips for undervisning.
- <https://www.uis.no/nb/laringsmiljosenteret#Skole>
Har omfattande ressurser om mobbing, læringsmiljø, gruppeleiing, inkludering, elevsamtalen, psykisk helse, sosial kompetanse, samarbeid med heimen. Korte filmar med refleksjonsspørsmål
- <https://www.livetogsann.no/>
Livet&Sånn er eit gratis opplæringsmaterieill for folkehelse og livsmeistring, utarbeidadav Ålesund kommune med støtte frå Møre og Romsdal fylkeskommune. Barne og ungdomstrinn.
- <https://www.linktillivet.no/>
Livsmestring I Norske Klasserom . LINK er et undervisningsopplegg Utarbeidd av TVTS Sør.
- <https://www.uis.no/nb/skolevegring-hva-kan-laerere-og-foresatte-gjore>
Tema skulevegring, med fokus på kva skule og foreldre kan gjere.
- <https://rvtssor.no/ressurser/>
Mange gode ressurser til bruk på ulike tema. Om trygt og godt miljø, åtferd, traumer. Inklusive filmar og oppgåve til bruk.
- <https://www.barnevakten.no/foredrag/foredragstilbud/confident-me/>
Confident Me – Ein skuletime som hjelper elevane til å betre sjølvkjensla gjennom auka medvit om mediepåverknad. Confident Me – ein skuletime for betre kroppsbilete og sjølvkjensle består av ein elevpresentasjon, ei lærarrettleiing, aktivitetsark og diskusjonskort.
- <https://www.barnevakten.no/tema/>
Mange nyttige tema og tips.
- <https://mentalhelse.no/vart-arbeid/venn-1/for-skoler>
- <https://www.reddbarna.no/skole/>
Undervisningsmaterieill for alle trinn, ulike tema.
- <https://forandringsfabrikken.no/>
Fleire tema og hefter med oppgåver til bruk i skulen.
- <https://www.reddbarna.no/skole/ingenutenfor/rollemodeller/>
- <https://brukhue.no/>
Kampanje mot digital mobbing, undervisningsopplegg for klasser med meir.
- <https://www.medietilsynet.no/digitale-medier/skole/undervisnings--og-samtaleverktoy-om-nettthat/>
Nyttig om nettbruk, oppgåver, filmar med meir.

- <https://www.oygarden.kommune.no/tjenester/skule-og-sfo/skule/mobbing/trygg-i-felleskap/>
- <https://forandringsfabrikken.no/verktoy-trygt-i-klassen-2020/>
Verktøyhefte: Korleis kan lærarar gjere klasserommet trygt, og korleis kan elevar møtast med varme og kjensler? Har gode døme på aktivitetar i klassa og andre sentrale ting for å skape eit trygt miljø og gode relasjonar.
- <https://www.reddbarna.no/skole/ingenutenfor/elevmedvirkning/>
- <https://pptytrenordmore.wordpress.com/ta-grep/>
Hefter, utarbeidd av PPT-Ytre Nordmøre. Hefta er aktuelle på tema og gir gode tips på mange tema som skulen møter. Kan lastast ned digitalt og kan også skrivast ut.



Litteratur

Bakken B & Østvik. K (2021) Å skape et godt klassemiljø . Fagbokforlaget

Bakken. B (2019) Å snu vanskelige klasser. Pedlex

Lund I. & Helgeland A. (2020) Mobbing i barnehage og skole . Nye perspektiv.

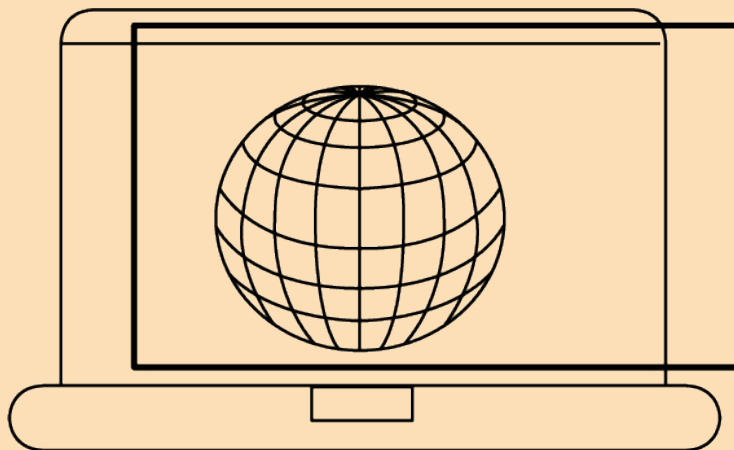
Cappelen Damm Akademisk

Roland E (2020) Mobbeloven. Opplæringslovens Kapittel 9A og god praksis. Fagbokforlaget.

Mosand G & Moen E (2020) Håndtering av mobbing i skolen. Hvordan sikre et trygt skolemiljø i praksis? Pedlex

Haavik, T (2018) Skolefravær - å forstå og håndtere skolefravær og skolevegring.

Gyldendal Norsk forlag as



Herøy kommune
Rådhusgata 5
Postboks 274
6099 Fosnavåg

Layout, utforming og korrektur: Kommunikasjonsavdelinga

Illustrasjonsfoto: Adobe Stock

