

**Att förebygga, upptäcka
och stoppa
MOBBNING**

Höistad-modellen

GRUNDFRÅGA:

Hur vill vi att våra elever/barn ska
minnas sin skola när de slutar?

Det är våra attityder som
påverkar våra elever mest
- inte våra metoder

Som elev kan du förvänta dig av oss...

- att vi bemöter dig med respekt
- att vi vill dig väl
- att vi kommer att göra allt för att hjälpa dig om du råkar illa ut
- att vi kommer att ge dig så mycket kunskaper som möjligt

Vi förväntar oss av dig som elev...

- att du bemöter andra med respekt
- att du aldrig bidrar till att någon råkar illa ut
- att du använder ett vårdat språk
- att du aldrig medverkar till någon form av skadegörelse
- att du tar ansvar för skolarbetet och gör ditt bästa

Som förälder kan du förvänta dig av oss...

- att all personal arbetar för att ditt barn ska känna trygghet i skolan
- att vi ingriper mot alla former av kränkningar
- att vi vill ge ditt barn så mycket kunskaper som möjligt
- att vi vill ditt barn väl

Vi förväntar oss av dig som förälder...

- att du hjälper ditt barn ta ansvar för skolarbetet
- att du ser till att ditt barn kommer i tid
- att barnet är utvilat och har ätit frukost
- att du ställer upp på det vi kommit överens om

- att du meddelar skolan om ditt barn råkat illa ut
- att du meddelar oss om ditt barn gjort någon annan illa

AKTIVA FÖRÄLDRAMÖTEN.

- Hur vill vi att våra barn ska minnas skolan när de slutar?
- Hur kan vi få en bra sammanhållning bland oss föräldrar?
- Vad kan vi göra så att alla känner att man ingår i ett nätverk?
("Vi är överens")

Föräldrabank:

- Vad kan föräldrarna bidra med?
- Finns det andra vuxna?
- Vad kan användas för barnen?
 - kunskaper
 - intressanta yrken
 - hobbies
 - idrott

Ex på samtalsfrågor föräldrar - barn.

Vad behöver man för att:

- känna trygghet i skolan?
- för att få arbetsro?
- för att känna sig respekterad?
- det ska kännas kul att gå till skolan?
- för att kunna lära sig och trivas i skolan?

Definition av mobbning:

När en eller flera personer upprepade gånger under en längre tid utsätter en eller flera individer för medvetna, destruktiva handlingar och/ eller uteslutning.

Ställningstagande mot kränkningar och mobbning:

Vi accepterar aldrig någon form av mobbning eller annat kränkande beteende!
Om vi upptäcker att detta förekommer, kommer vi med all kraft att se till att det upphör!

Vi kommer också att jobba förebyggande mot alla former av kränkande beteenden.

Kartläggning av

- a) Skolans fysiska miljö
- b) Klassen
- c) Enskilda individer

Finns det platser man vill undvika?

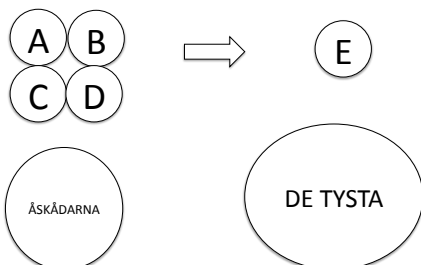
- Omklädningsrummen
- Toaletterna
- Skolgården
- Korridorerna
- Klassrummen
- Matsalen
- Skolbussen

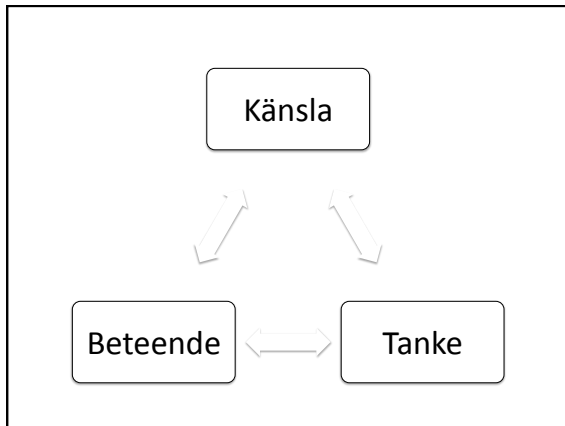
Att kartlägga klassen.

1. Allmänt.
 - hur är stämningen? Trivseln? Sammanhållning? Ledarskapet. Harmoni?
2. Hierarkin.
 - dominanta ledare? Medlöpare?
3. Någon som inte verkar ha det bra?
 - drar sig undan, blivit tystlåten, grubblande?

Att ha enskilda samtal med eleverna

- Finns det någon i klassen som brukar bestämma?
- Finns det några som brukar hänga på den som bestämmer?
- Finns det någon i klassen som inte har det bra?
- Vad kan du göra för honom / henne?
- Vad kan han / hon bidra med?





"Berätta hur det känns när du":

- tänker på skolan
- är på väg till skolan
- tänker på klasskamraterna
- tänker på ...
...spec. områden på skolan som:
skolgården, matsalen, korridoren etc.
- ...eller vissa lektioner: idrott, slöjd etc.

TANKE / BETEENDE.

- när du kommer in i klassrummet - vad tänker/gör du då?
- när/om du ska ta kontakt med andra - vad tänker/gör du då?
- när du är ute på rast - vad tänker/gör du då?
- när du ska gå och äta - vad tänker/gör du då?

Att berätta om en spec. händelse

- berätta vad som hände.
- vad gjorde du när det hände?
- hur kändes det när det hände?
- hur kändes det efteråt?
- vad är värst av allt detta?
- vad önskar du mest av allt?

Några gemensamma drag hos mobbare

- dominant
- stort ego
- trivs ej i skolan
- har få goda vänner
- litar sig med likasinnade
- är självsäker

- har en idealiserad bild av sig själv
- depressiv
- negativ
- skapar situationer där man får möjlighet att tillskansa sig makt
- använder ofta tvång, hot

- har vissa sociala färdigheter
- är manipulativ
- låg empatisk förmåga
- är medveten om vad man gör - men inte konsekvenserna

Den som blir mobbad kan vara:

- ängslig
- osäker
- undfallande
- avvikande
- fysiskt svag
- duktig, kompetent, ambitiös
- provocerande

Den mobbade

- får lågt självförtroende och självkänsla
- misstror omvärlden
- svårigheter i sociala sammanhang
- blir ineffektiva på att försvara sig
- kan mobba andra

Den mobbade blir berövad på

Sitt människovärde

Tillit

Sitt unika jag

Vi blir berövade det som gör oss
till människor!

Förlusten ersätts med

- Skam
- Självförakt
- Förändrad självbild (andras uppfattning om mig – blir min egen)
- Sårbarhet
- Förstärkta särdrag (man blir mer av det man blir retad för)

Signaler på att något inte är bra.

- blivit tystare
- verkar håglös
- verkar nedstämd
- ingen ringar
- kompisar följer inte med hem
- slutar umgås med kompisar
- vill inte gå ut på rast

- misstror omvärlden: "ingen kan hjälpa"
- misstror sin egen förmåga: "kan inte"
- hopplöshetskänslor: "ingen idé"
- tillbakadragen
- isolerar sig, drar sig undan
- uttrycker ensamhetskänslor

- har ofta ont i magen, huvudvärk
- ofta sjuk, dålig aptit
- pratar inte om skolan hemma
- pratar ofta negativt om klasskamraterna

- tar omvägar hem
- saker, pengar försvinner
- hyperaktiv eller passiv
- lättretlig
- skolresultaten har försämrats

Om ditt barn blir utsatt för mobbning.

- överreagera inte
- visa att du tror på barnet
- tala om att inte är barnets fel
- berätta vad du kommer att göra
- säg att det är skolans ansvar att stoppa mobbingen
- kontakta skolan

- försök inte lösa problemet själv
- dokumentera händelser anknutna till mobbingen
- träna och uppmuntra ditt barn att säga ifrån
- visa att du finns där och att du stöttar

Om ditt barn mobbar.

- ta händelsen på allvar
- överreagera inte
- visa ditt allvar - utan skäll
- moralisera inte
- få barnet att sätta sig in i den mobbades situation
- kom överens om hur ni ska skapa en förändring

- ha regelbundna samtal om hur det går
- uppmuntra positiva förändringar
- håll kontakt med skolan
- låt ditt barn fundera på hur man kan gottgöra den mobbade
- försök ta reda på orsaken
- fråga inte varför!

Markeringssamtal med konstaterade mobbare

Betona mobbarens ansvar för sitt handlande

Att man förstår konsekvenserna av sitt handlande

Och att man är medagerande

Börja
positivt



Allvar



Avsluta
positivt

Uppföljning

- Rehabilitering
- Stödsamtal
- Träning

Kom i håg

- Barn påverkas av det som dominerar vardagen
- Det räcker att vara tillräckligt bra
- Den bästa gåvan vi kan ge våra barn är rötter och vingar!
