

Trivsel

Denne DCUM-vejledning beskriver trivsel.

Efter en indkredsning af begrebet trivsel og betydningen heraf giver vejledningen indblik i, hvilke krav der er til skolers og uddannelsessteders arbejde med trivsel. Afslutningsvis gives gode råd og anbefalinger.

DCUM-vejledningen tager udgangspunkt i elevers, studerendes og andre uddannelsesdeltageres ret til et sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt undervisningsmiljø, der fremmer deres mulighed for trivsel, sundhed, udvikling og læring, og som omfatter det fysiske, psykiske og æstetiske miljø.

Vejledningen skal støtte undervisningsmiljørepræsentanter og andre interesserede i triv- selsarbejdet som del af arbejdet for et godt undervisningsmiljø.

DCUM-vejledninger er baseret på undervisningsmiljølovens regler, på regler i anden lovgivning og på DCUMs viden om og erfaring med trivsels- og undervisningsmiljøforhold.

Trivsel

Trivsel er afgørende for den enkelte elevs og studerendes velbefindende og er nært koblet til læring og udvikling. Trivsel og undervisningsmiljø har flere sammenfaldende berøringsflader, og det er derfor svært at lave et skarpt skel mellem god trivsel og et godt undervisningsmiljø.

Hvad er trivsel?

Begrebet trivsel har mange facetter. Ifølge Psykologisk Pædagogisk Ordbog (Hans Reitzel, 2006) henviser trivsel til tilfredshedsbegrebet hos en person som en generel følelsesmæssig holdning eller tilstand. Begrebet anvendes ofte om børns almindelige velbefindende i skolen, blandt andet i forbindelse med betydningen af et godt fysisk og psykisk miljø.

Trivselsbegrebet bruges ikke kun om individer men kan også omhandle grupper som f.eks. skoleklasser. Elever og studerendes trivsel er under påvirkning af mange forskellige forhold som bl.a. hjemmemiljøet, fritidsinteresser og uddannelsesstedets undervisningsmiljø. Denne vejledning koncentrerer sig om de trivselsforhold, som skolen eller uddannelsesstedet har mulighed for at arbejde med. Trivsel kan med fordel ansues fra et tredimensionelt perspektiv:

1. Psykisk og fysisk velbefindende
2. Faglige og personlige kompetencer
3. Oplevelse af støtte og inspiration fra omgivelserne

1. Psykisk og fysisk velbefindende

Psykisk velbefindende handler om oplevelsen af egen identitet og følelsen af tryghed.

At tro på sig selv som menneske og opleve at være accepteret og del af et fællesskab er med til at øge tilliden til egne evner og muligheder. Det har positiv indflydelse på graden af engagement og deltagelse i skolelivet, hvis man som elev og studerende oplever mening og glæde.

Fysisk velbefindende handler om den kropslige sundhed som god appetit, lyst til bevægelse og gode søvnvaner. Disse faktorer har betydning for om eleven oplever fysiske symptomer som træthed, ondt i maven, ondt i hovedet eller stress. Psykisk og fysisk velbefindende skal ses som sammenhængende faktorer, der kan påvirke hinanden gensidigt

2. Faglige og personlige kompetencer

Trivsel handler også om faglige og personlige kompetencer – om at udvikle og styrke en persons handlingskompetence og troen på at kunne lykkes. Både personlige og faglige kompetencer udvikles ud fra tidligere erfaringer, og afhænger i høj grad af, om eleven og den studerende kan sætte sig et mål, gøre en indsats og tro på at målet kan nås. En anden central personlig kompetence handler om evnen til at mestre og rejse sig efter modgang, traumer og nederlag, og skal ses som en form for personlig robusthed. Endvidere handler kompetencebegrebet også om at kunne udvikle positive relationer, empati og det at kunne fungere i en gruppe. Der er tæt sammenhæng mellem det at kunne tage initiativ, være deltagende og en persons trivsel.

FORSKNINGS-
KORTLÆGNING
AF UNDERVIS-
NINGSMILJØ OG
TRIVSEL, 2014

ANBEFALINGER
FRA EKSPERT-
GRUPPEN FOR
UDARBEJDELSE
AF NATIONALT
TRIVSELSMÅL

3. Oplevelse af støtte og inspiration fra omgivelserne

At opleve støtte og inspiration fra familie, klassekammerater og lærere er også væsentlige faktorer for at kunne trives. F.eks. er gode kammerater i skolen, tillidsvækkende voksne og opbakning fra hjemmet betydningsfuldt i forhold til det at være i trivsel. Omgivelserne, herunder et godt fysisk, psykisk og æstetisk undervisningsmiljø, er centrale elementer i trivselsbegrebet. De omtalte trivselsfaktorer påvirker og påvirkes af hinanden konstant, og må derfor ses i tæt sammenhæng.

Konsekvenser af mistrivsel

Et godt undervisningsmiljø med gode trivselsvilkår har positiv betydning for elever og studerendes potentiale for læring. Mistrivsel hos elever og studerende har en række skadelige konsekvenser, der påvirker deres udvikling, læring og skolegang.

For den enkelte elev eller studerende kan mistrivsel have personlige konsekvenser, som kommer til udtryk i elevens eller den studerendes almene udvikling. Det kan være i form af lavt selvværd, mangel på tillid til egne evner, søvnproblemer, stress, ensomhed og utryghed.

Mistrivsel kan forplante sig i et klassefællesskab og have vidtrækkende konsekvenser og skabe dysfunktionelle grupper og udstødemønstre, der kan resultere i mobning. Det er afgørende for en elev eller en studerendes trivsel, at vedkommende har adgang til og bliver inviteret ind i et fagligt og socialt fællesskab.

Også de fysiske rammer kan have en negativ indvirkning på elevernes og de studerendes trivsel. Dårlig akustik og uhensigtsmæssig indretning kan begrænse mulighederne for varierede læringsstile og kreative læreprocesser samt være med til at skabe forstyrrende støj og uro. Endvidere kan det have indflydelse på elevernes koncentrationsevne og motivation til læring og fordybelse. Mangel på udluftning og dårlige toiletforhold kan ligeledes have en negativ effekt på elever og studerendes fysiske trivsel.

FORSKNINGS-
KORTLÆGNING
AF UNDERVIS-
NINGSMILJØ OG
TRIVSEL, 2014

MOBNING
GENTÆNK

Undervisningsmiljøloven

Det er både vigtigt og lovpligtigt, at skoler og uddannelsessteder systematisk arbejder med at udvikle og forbedre deres undervisningsmiljø, og heri ligger arbejde for bedst mulig trivsel for alle. Undervisningsmiljøloven siger, at elever og studerende har ret til et godt undervisningsmiljø, så undervisningen kan foregå sikkerheds- og sundhedsmæssigt fuldt forsvarligt. Undervisningsmiljøet omfatter uddannelsesstedets psykiske, fysiske og æstetiske miljø, som skal fremme elevernes muligheder for trivsel, udvikling og læring. Det er skolen og uddannelsesstedets ansvar at sikre det gode undervisningsmiljø – i samspil med elever og studerende.

Trivsel kan forstås som et resultat af et sundt fysisk, psykisk såvel som æstetisk undervisningsmiljø. Trivsel afhænger i høj grad af, at nogle grundlæggende vilkår omkring eleven og den studerende er i orden. Disse vilkår relaterer sig både til den personlige, den psykosociale og den kulturelle trivsel, men i ligeså høj grad til den fysiske og æstetiske trivsel. Fysisk trivsel handler bl.a. om indeklimafaktorer (lyd, lys, luft og temperatur), inventarets tilstand, toiletforhold og rengøring. Æstetisk trivsel knytter sig til rummenes stemning, atmosfære, indretning og brug, fx kan den rette belysning og inspirerende udsmykning være med til at skabe æstetisk trivsel.

Konkrete krav til arbejdet for trivsel

På uddannelsesområdet er der forskellige krav til trivselsarbejdet. Der skelnes mellem krav for folkeskolen og for ungdomsuddannelser.

Folkeskoler

Skolens leder skal ved hvert skoleårs begyndelse oplyse elever og forældre om skolens ordensregler og værdiregelsæt. Værdiregelsættet skal være retningsgivende for god adfærd og give pejlemærker for, hvordan der opnås god trivsel samt et godt psykisk undervisningsmiljø på skolen. Værdiregelsættet skal herunder indeholde en overordnet antimobbestrategi. En antimobbestrategi skal sætte fokus på konsekvenserne af mobning og derved understøtte skolernes trivselsarbejde. Værdiregelsættet og dermed antimobbestrategien skal offentliggøres på folkeskolens hjemmeside.

Folkeskoler skal endvidere fra skoleåret 2015-2016 gennemføre en årlig trivselsundersøgelse. Trivselsundersøgelsen kan med fordel afvikles gennem Termometeret, som er et elektronisk spørgeskemaværktøj, der er udviklet særligt til den årlige trivselsmåling. Trivselsundersøgelsen giver gennem målrettede spørgeskemaer viden om elevernes selvrapporterede trivsel. Undersøgelsen kan med fordel kombineres med skolens undervisningsmiljøvurdering, UVM, og vil dermed udgøre en kortlægning af undervisningsmiljøet, som er fase 1 i den lovpligtige UVM.

Ungdomsuddannelser

Ungdomsuddannelser skal have et reglement for orden, som kan understøtte gode samværsformer og god adfærd generelt på skolen eller uddannelsesstedet. F.eks. skal studie- og ordensregler i gymnasiale uddannelser bidrage til et godt undervisningsmiljø og indeholde regler for almindelig orden og samvær.

BEKENDTGØRELSE
OM FREMME AF
GOD ORDEN I
FOLKESKOLEN §1

GENNEMSIGTIG-
HEDSLOVEN
§ 2, STK 2

UVM.DK/
DEN-NYE-
FOLKESKOLE

BEKENDTGØRELSE
OM STUDIE- OG
ORDENSREGLER
I GYMNASIALE
UDDANNELSER
§§ 1-2

DCUM anbefaler

En aktiv undervisningsmiljøvurdering

Den lovpligtige undervisningsmiljøvurdering er med til at sikre, at uddannelsesstedet systematisk arbejder aktivt med elevernes og de studerendes trivsel og undervisningsmiljø. Det er en god måde at bringe eleverne og de studerendes stemmer i spil. Hvordan oplever de egentlig selv deres trivsel og undervisningsmiljø? En UVM kan danne grundlag for det videre opfølgende arbejde med trivsel på uddannelsesinstitutionerne.

UVM'en består af følgende fire faser:

1. Kortlægning af undervisningsmiljøet
2. Beskrivelse og vurdering af resultaterne
3. En handlingsplan til forbedring af undervisningsmiljøet
4. Retningslinjer for opfølgning på handlingsplanen.

Trivselsmedarbejdere

Udvælg en eller flere trivselsmedarbejdere, der skal være med til at sikre, at der kontinuerligt er fokus på arbejdet med trivsel. Det er vigtigt med en åben og inddragende proces omkring de forskellige trivselsindsatser, for at skabe ejerskab hos både undervisere, pædagogisk personale og elever/studerende. Trivselsmedarbejderen kan være ansvarlig for udarbejdelse af trivselsmålinger, undervisningsmiljøvurdering og antimobbestrategi samt skabe tydelighed om, at alle parter er gensidigt forpligtet på uddannelsesstedets trivselsfremmende indsatser. Trivselsmedarbejderen kan med fordel samarbejde med ledelsen, nærliggende uddannelsesinstitutioner, inklusionsvejledere o.l. samt elev- og studenterråd.

Årlig trivselsdag

Grundskolerne har gennem flere år fejret national trivselsdag den første fredag i marts hvert år, men andre uddannelsessteder kan også med fordel afholde en årlig trivselsdag. Hvert uddannelsessted kan tilrettelægge dagen, som det passer bedst, og eventuelt kan man gå sammen og holde en fælles trivselsdag på tværs af uddannelsessteder.

Antimobbestrategi

Alle skoler og uddannelsessteder kan have stor gavn af at udarbejde en antimobbestrategi – uanset om det er lovpligtigt for den aktuelle uddannelsestype eller ej. Med en antimobbestrategi kan skoler og uddannelsessteder sikre en organiseret og handlingsorienteret indsats for trivsel og mod af mobning.

Baggrund

Retskilder

Bekendtgørelse af lov om folkehøjskoler, efterskoler, husholdningsskoler og håndarbejds-skoler (frie kostskoler): LBK nr 916 af 13/08/2014

Bekendtgørelse om fremme af god orden i folkeskolen: BEK nr 697 af 23/06/2014

Bekendtgørelse om studie- og ordensregler i de gymnasiale uddannelser: BEK nr. 1222 af 4. December 2006

Folkeskoleloven (Bekendtgørelse af lov om folkeskolen): LBK nr 665 af 20/06/2014

Friskoleloven (Bekendtgørelse af lov om friskoler og private grundskoler m.v.) LBK nr 917 af 13/08/2014

Gennemsigtighedsloven (Bekendtgørelse af lov om gennemsigtighed og åbenhed i uddannelserne m.v.): LBK nr. 880 af 19. September 2005

Undervisningsmiljøloven (Lov om elevers og studerendes undervisningsmiljø): Lov nr. 166 af 14. marts 2001

Litteratur

Endelig anbefalingsrapport, ekspertgruppen om elevers trivsel i folkeskolen i relation til nationale trivselmålinger, 2014

Første anbefalingsrapport, ekspertgruppen om elevers trivsel i folkeskolen i relation til nationale trivselmålinger, 2014

Forskningkortlægning, Undervisningsmiljø og trivsel: Rambøll Management, Aarhus Universitet og Dansk Clearinghouse for Uddannelsesforskning, 2014

Knoop, Hans Henrik og Lyhne, Jørgen (red.): Positiv psykologi positiv pædagogik, Dansk Psykologisk Forlag, 2008

Koefoed, Jette og Søndergaard, Dorte Marie (red.): Mobning gentænkt, Hans Reitzels Forlag 2013
Parter omkring grundskolen: Trivselserklæringen, 2004

umv.dk > Den nye folkeskole > Lovgrundlag