

BEKÆMPELSE AF MOBNING

– gode eksempler fra grundskolen



Indhold

	SIDE
Indledning	3
1 Kan lærerens opførsel legalisere mobning? <i>Klostermarksskolen</i>	4
2 Samhørighed via venskabsordning <i>Hellevad Skole</i>	6
3 Skolernes Klods Hans <i>Søndervangskolen</i>	8
4 Ind ad døren til tryghed <i>Bregnbjergskolen</i>	11
5 Vær en god kammerat – sig nej til mobning! <i>Skolen på Duevej</i>	13
6 God tone – mindre mobning <i>Parkskolen</i>	15
7 Hvis du er en ven, får du en ven! <i>Nordre Skole</i>	17
8 Fokus på forældreinvolvering <i>Dybvad Skole</i>	20
9 Den uendelige historie <i>Spjald Skole</i>	22

Bekæmpelse af mobning
- gode eksempler fra grundskolen

Inspiration til hvordan der kan arbejdes for mindre mobning og større trivsel i grundskolen.

Tak til de skoler, som har bidraget med deres erfaringer.

Udgivelsesdato: Maj 2006

Udgiver: Dansk Center for Undervisningsmiljø

Tekst: Projektmedarbejder Trine Kjær

Foto: DCUM

Grafik og layout: Jørn Rasmussen

www.grafiskdesign.nu

ISBN-nr.: 87-990623-5-6

Indledning

Mobning er et socialt fænomen og en meget kompleks problematik, som handler om usunde sociale relationer, normer og gruppedynamik. Alle parter i skolen har gavn af at forebygge og bekæmpe mobning både konkret i forhold til eleverne og i form af antimobbestrategier. Det er op til den enkelte skole at skræddersy en indsats, som passer til skolens måde at arbejde på og skolens værdier. I de følgende ni artikler beskrives, hvordan ni grundskoler arbejder for at forebygge og bekæmpe mobning.

Artiklerne handler om skolernes erfaringer med at sætte fokus på det psykiske undervisningsmiljø i dagligdagen. Artiklerne er målrettet grundskolens ledelse, lærere og elever, som kan få en fornemmelse af, hvordan man kan arbejde systematisk for at forebygge og bekæmpe mobning og skabe større trivsel i hverdagen. Skolerne har brugt forskellige tilgange til arbejdet eksempelvis klassemøder, appreciative inquiry, assertionstræning, oprettelse af trivselsråd, venskabsordninger, fokus på sproget og fokus på forældreinvolvering. Artiklerne belyser dermed, hvordan et udsnit af metoder til bekæmpelse af mobning anvendes i praksis.

Fokus på trivsel i skolen kan forbedre elevernes undervisningsmiljø. Undervisningsmiljø er alle de forskellige påvirkninger, eleverne oplever i forbindelse med deres hverdag i skolen. Det psykiske undervisningsmiljø drejer sig grundlæggende om, hvordan eleverne har det med sig selv, hinanden, deres lærer, de faglige krav og udfoldelsesmuligheder i undervisningen. Et godt psykisk undervisningsmiljø er blandt andet kendetegnet ved fællesskab, venskab, tryghed og tillid.

Dansk Center for Undervisningsmiljø, DCUM, håber, at de gode eksempler kan inspirere flere skoler til at bekæmpe mobning, skabe større trivsel og et godt undervisningsmiljø på skolerne. Artiklerne kan bidrage til at synliggøre forskellige metoder og indgangsvinkler til organisering af en indsats for at forebygge og bekæmpe mobning. Endvidere kan de gode eksempler forhåbentlig skabe kontakter mellem skoler, som kan gøre brug af hinandens viden og erfaringer.

Læs mere om mobning og undervisningsmiljø på www.dcum.dk

Her findes blandt andet forskellige værktøjer så som Termometeret, Skolelisten, skema til udformning af en antimobbestrategi og en lokal trivsels erklæring. Endvidere er der link til DCUM's kampagnesite *Brug Konflikten* om konflikthåndtering.

Kan lærerens opførsel legalisere mobning?



Hvordan tackler man, at børn nogle gange er onde ved hinanden?

Er læreren med til at opbygge og fastholde et dårligt klima i klassen?

Hvordan kommer man med kritik af en kollega uden at såre vedkommende?

NOGLE TING ER SVÆRE AT TALE OM OG HÅNDTERE I HVERDAGEN

På Klostermarksskolen har de voksne stillet sig selv og hinanden svære spørgsmål blandt andet om, hvordan kropssprog og kommunikation kan påvirke klimaet på skolen og i klassen både positivt og negativt. Metoden, de har brugt til at opnå ligeværdig og åben kommunikation er assertionstræning.

BEDRE KOMMUNIKATION

For at videreudvikle evnen og styrke modet til at formulere sig åbent, ærligt og personligt var alle Klostermarksskolens lærere og pædagoger på assertionskursus v. Kirsten Rudbeck i 4-6 dage. Deltagerne var samlet i hold på 12 og sluttede af med at have en dag, hvor de alle var med. Forventningerne til kurset var, at ligeværdig kommunikation fremmer det psykiske arbejdsmiljø og styrker den enkeltes engagement og motivation på arbejdspladsen.

-Det var meget vigtigt for os, at få et fælles udgangspunkt for at signalere ligeværd. Det kommer sig blandt andet af, at Klostermarksskolen gerne vil være en levende skole, der bygger på fællesskab, fortæller skoleleder Børge Krogh.

På kurset fik lærerne diskuteret svære emner som for eksempel at give og modtage kritik. Hvis kritik er nedgørende, så smuldrer ligeværdigheden, men gives kritikken assertivt bevares ligeværdigheden. Assertiv kritik sker ved, at man udtrykker sine følelser og behov respektfuldt og åbent. At modtage kritik kan også være vanskeligt. I den situation gælder

det om at lade være med at gå i forsvar og føle sig umulig eller uduelig. Assertionstræning handler også om at lære at modtage og give anerkendelse, ros og komplimenter på en måde, så det opleves som berigende og ærligt ment – både for den, der giver, og den, der modtager.

- Det har betydet, at den enkelte lærer er blevet meget bevidst om betydningen af egen adfærd, og samtidig er det blevet lettere at sparre med kollegerne, fordi man har det fælles udgangspunkt, siger Børge Krogh.

TRIVSELSKONSULENTEN

For yderligere at sætte fokus på trivsel blev der i 2004 oprettet en stilling som trivselskonsulent på skolen. Hos trivselskonsulenten kan børn og voksne søge råd og vejledning om kommunikation, mobning og konflikter.

- Vores fælles viden om assertiv kommunikation betyder, at alle kender og forholder sig til tanken om ligeværd, og det har blandt andet gjort, at det er blevet nemmere at rumme forskellighed. Det gælder både blandt børn og voksne, fordi vi som voksne er rollemodeller for børnene”, fortæller Helle Meisner, som er skolens trivselskonsulent.

Hvis der opleves mobning eller andre problemer med samværet i en klasse, så kan klasselæreren hente hjælp hos Helle Meisner til løsning af problemet. Nogle gange fungerer hun som observatør og sparringspartner, andre gange er det hende, som styrer forløbet. Udgangspunktet for skolens arbejde med mobning



ASSERTIONSTRÆNING PÅ KLOSTERMARKSSKOLEN

På skolen er lærere og pædagoger blevet undervist i assertionstræning af Kirsten Rudbeck, som er assertionstræner og tidligere lærer. Hun har blandt andet skrevet bogen *Den usynlige rygsæk*, der handler om unge og selvværd. I bogen sættes der fokus på opvækstens betydning for den enkeltes selvbillede, selvtillid og selvværd. I *Den usynlige rygsæk* vises de unge læsere, at man har valgmuligheder, og at man kan tage ansvaret for sin egen tilværelse.

På Klostermarksskolen i Aalborg prioriteres ligeværdig kommunikation højt.

og trivsel er Helle Høibys bog *Ikke mere mobning*. Om valget af metode fortæller Helle Meisner:

- Som udgangspunkt var det mere eller mindre tilfældigt, at det blev Helle Høiby. Vi læste materialet og blev fanget af det, fordi vores holdninger ligger tæt op ad Helle Høibys holdninger. Siden har vi læst meget andet litteratur, men vi har holdt fast i Helle Høiby som basisviden.

Nu holdes der klassemøder efter Helle Høibys metode hver fjortende dag, og alle klasser er forpligtede på at have fokus på elevernes sociale kompetencer, klassens liv og tryghed.

ELEVER PÅ KURSUS I KOMMUNIKATION OG SELVVÆRD

For pigerne i 8.-9.kl. afholder Helle hvert efterår et kursus i kommunikation og selvudvikling. Det er et kursus som strækker sig over 16 timer fordelt på to dage. På kurset bliver der talt om mobning, identitet, selvværd og selvtillid. Kurset er meget efterspurgt, og det skaber et specielt sammenhold blandt pigerne.

- Vi får skabt et fortroligt rum, hvor det er tilladt at fortælle om meget personlige og følsomme ting, som piger i den alder kan have brug for at tale med

andre om. I dagligdagen kan de have svært ved at finde den rette tid og det rette sted til at tale om de ting, fortæller Helle Meisner.

Der er for øjeblikket ikke et tilsvarende kursus for drengene, men det er efterspurgt, så det kommer der nok i fremtiden.

AT GØRE ÅBENHED TIL EN DEL AF SKOLENS KULTUR

Alle skal kunne komme på kontoret på Klostermarksskolen. Ikke som lærerens afstraffelse af en elev, men som et sted, der altid er åbent for små og større problemer. Alle ved, at på kontoret, dér kan man altid finde en voksen.

- Vi viser, at vi tager sig af de små ting, og børnene får tillid til, at de voksne tager sig af tingene. Alle børn opfordres til at finde en voksen, hvis der er problemer. Der er sat mange voksne på i frikvartererne, men hvis børnene alligevel ikke lige kan finde en voksen, så kommer de til kontoret og finder en, som tager sig af det. Ingen problemer er for små, siger Børge Krogh.

>> www.klostermarksskolen.dk

Samhørighed via venskabsordning

2

På Hellevad Skole i Rødékro Kommune har en særlig venskabsordning mellem skolens store og små klasser fungeret de sidste fem år. Det skaber en rolig og tryk skolestart for de yngre elever og en ansvarsfuld holdning hos de ældre elever. Da venskabsordningen skaber samhørighed, er den forebyggende overfor mobning.

FRIKVARTER 9.30-10

Alle skal være ude i frikvartererne på Hellevad Skole. Der bliver leget i huler og kroge, der bliver spillet fodbold og leget kædetik og meget meget andet. Børnene fordeler sig på boldbanerne, i skolegården og på den skønne naturlegeplads, der er anlagt rundt om skolen. Der er plads til alle, og de legende børn udstråler glæde og harmoni. Og selvom legende og boldspillende børn råber til hinanden og kommer med begejstrede og mindre begejstrede udbrud, så er der en fornemmelse af ro og af, at tingene hviler i sig selv. En af grundene til den milde stemning er skolens særlige venskabsordning.



På Hellevad skole skal børnene være ude i frikvartererne. 4. kl. leger kædetik i et af de områder der er forbeholdt de store fra 4.- 7. kl.

PÅ BESØG I FEMTE KLASSE

Som femteklaseselev er man én af dem, der tager imod de nye børnehaveklasser, viser dem rundt på skolen og hjælper dem i den første tid. De tager også på gåtur rundt i Hellevad, hvor de øver færdselsreglerne sammen med de små. Hvad synes eleverne i femte klasse om venskabsordningen?

- Det er godt, at man kan vise dem fra børnehaveklassen, hvad de kan lave i frikvartererne, siger én af drengene.

- Jeg synes, at det er godt, at man lærer at tage sig af hinanden, og det er sjovt at vise de små, hvordan de skal gøre tingene, siger en anden.

I klassen er der bred enighed om, at man også selv skal lære at sige til, hvis man ikke har lyst eller tid til at være sammen med børnehaveklassebørnene, og man skal lære at sige det på en pæn måde.

I BØRNEHAVEKLASSEN

Børnene i børnehaveklassen vil gerne bruge meget tid sammen med deres større venner. Nogle vil gerne være sammen med de store fra femte klasse i alle frikvarter, og alle sætter stor pris på den hjælp, de får. De fortæller, hvordan de til deres fødselsdag går sammen med deres skoleven til købmanden, og køber slik eller andre lækkerier til klassen. Også børnehaveklasselæreren Pia Jessen er begejstret:

- Det er trygge børn, som starter her i børnehaveklassen, og det betyder meget for, hvordan dagligdagen forløber. Det er så dejligt den første skoledag, hvor de børn, som skal starte i skole, løber deres skoleven



Sidste år lavede daværende 7. kl. dette flotte maleri om mobning og venskaber. Maleriet pynter i skolegården.

i møde. Nogle gange er det næsten som om, at forældrene bliver helt overflødige, for børnene har allerede en kontakt, som er spændende og som hellere end gerne vil hjælpe og vise rundt, siger hun.

TREDJE KLASSE: OVERGANGEN MELLEM AT VÆRE DE SMÅ OG VÆRE DE STORE

I tredje klasse har børnene et pusterum. De er ikke skolevenner for andre klasser, men de har heller ikke en ældre skoleven. Det mener børnene i tredje klasse er helt ok. Det er fint med en pause. Men det er helt sikkert, at de glæder sig til, at det er dem som skal modtage skolens nye børnehaveklasser og til den rolle at være den store og mest ansvarsfulde. Allerede i tredje klasse besøger de børnehavebørnene i børnehaven og leger med de børn, som de senere skal være skolevenner for. De har ikke på dette tidspunkt fået tildelt en personlig skoleven, det sker først i fjerde klasse, hvor samværet mellem skolebørnene og børnehavebørnene også udvides.

Klasselæreren for 3. klasse fortæller:

- Det er fint med et friår i perioden mellem at have en skoleven og være en skoleven. Det år bruger børnene til at forberede sig til at være de store, og de går og glæder sig til, at det er dem, som skal hjælpe de små, siger hun.

SKOLENS ÆLDSTE ELEVER: SYVENDE KLASSE

Syvende klasse er skolens ældste klasse, og med det at være de ældste følger der naturligt et vist ansvar. Eleverne er tilhængere af ven-ordningen og de har lært meget ved at være rollemodeller for de små. Deres egne ord for hvad de her lært er tålmodighed, hjælpsomhed, og det at sige fra på en pæn måde, når de små vil være sammen med én hele tiden. Netop det, at de små nogle gange vil være for meget sammen med én, nikker alle i klassen genkendende til.

- Netop derfor er det så vigtigt, at de store har områder både inde og ude, hvor de kan være i fred for de

små, siger klasselærer Birgitte Yde.

Et af de seneste tiltag i skolegården er en afdeling, som de store har for sig selv. Desuden kan 4.-7. klasse som et særligt privilegium bruge elevrådsælderen og gymnastiksalen i det store frikvarter om vinteren. Denne ordning styres af elevrådet.

FÆLLESSKAB OG ANSVARLIGHED

Det var skoleinspektør Birte Kjems, som kom med det oprindelige udspil til venskabsordningen. Det udspil er så blevet diskuteret og arbejdet videre på.

- Det gælder om at bruge hinanden, for på den måde udvikles tingene. Vi vil gerne have, at børnene også bliver bedre til at bruge hinanden, og føler et ansvar overfor sig selv og deres skolekammerater. Det kan give dem en større følelse af fællesskab, siger Birte Kjems.

Det er også for at styrke fællesskabet, at mobiltelefoni ikke er tilladt – heller ikke i frikvarteret.

- Hvis man taler i telefon eller skriver sms'er, så er man ikke hundrede procent til stede – man fravælger dem, man er sammen med, idet man har opmærksomheden et andet sted, fortæller Birte Kjems.

Venskabsordning og styrkelse af fællesskab handler om holdninger, om at præge holdninger og om at lære børnene ansvarlighed. Det er for eksempel børnenes opgave at planlægge, forberede og holde skolefest, men det er også deres ansvar, at rydde op næste morgen. Alle børn deltager i arbejdet og det giver anledning til endnu engang at samles om et projekt. Og børnene på Hellevad Skole er vant til at tage fat, for fire gange om året gør de hovedrent på skolen. I den forbindelse er det vigtigt at få meldt ud, at beslutningen ikke er taget for at drille børnene, men for at lære dem ansvarlighed overfor fællesskabet og de rammer, der er stillet til rådighed.

>> www.hellevadskole.dk

I eventyret gør Klods Hans op med plejer-mentaliteten og vinder prinsessen. På Søndervangskolen i Glostrup bryder man med plejer-mentaliteten, når det gælder undervisningsmiljøet, for de vil gerne prøve alternative undervisningsmiljøer, som kan fremme trivslen, det kreative og det faglige element.

På Søndervangskolen vægtes værdier som åbne sanser, åbent sind, spontan begejstring, selvtillid, opfindsomhed og gå-på-mod – netop som Klods Hans, der kan, vil, tør og gør, selvom han må bryde grænser. Søndervangsskolen er i fuld gang med at skabe kompetencemiljøer. For eksempel er en fløj malet i farvestrålende farver, og der er kommet opklappelige borde og bænke på mange gange. Samtidig arbejdes der med det psykiske miljø, for det skal være lystbetonet at gå i skole. Større elevdeltagelse og et fælles ansvar for værdierne er med til at skabe en aktiv skole uden mobning.

UNDERSVNINGSMILJØARBEJDET

Søndervangsskolens store indsats for at fremme undervisningsmiljøet startede i 2002, og bunder i et ønske om at motivere eleverne til aktivt at påtage sig et medansvar både for undervisningen og for undervisningsmiljøet.

- Vi havde og har et ønske om, at gøre arbejdet med undervisningsmiljøet nærværende for eleverne. Vi har valgt at organisere arbejdet afdelingsvis, for så kan vi inddrage eleverne bedst muligt og styrke deres ansvarlighed og engagement, fortæller Lis Skaarup, som er afdelingsleder for mellemtrinnet.

Hvert år arbejder elever og lærere med et tema inden for rammen undervisningsmiljø. Eksempelvis var forbedring af det æstetiske miljø i klasselokalerne temaet i 2004. Et stort fælles tema gør det vanskeligere at engagere alle elever, derfor bliver det i de kommende år afdelingerne, som skal på banen, når der skal væl-



Boblen i indskolingsafdelingen er et tilbud til børn i faldende trivsel.

ges tema, og børnene skal være med til at vælge, så temaet bliver vedkommende for dem.

KOMPETENCEMILJØER

Det kontinuerlige arbejde med undervisningsmiljø har bevirket, at skolens arealer fremtræder mere indbydende, og der er skabt kompetencemiljøer, som indbyder til læring. Kompetencemiljøer handler ikke kun om de fysiske rammer, men også om pædagogiske, faglige og samarbejds-mæssige miljøer. Når der

skabes kompetencemiljøer, gives der bedre mulighed for fleksible og afvekslende arbejdsformer.

Kompetencemiljøer kan skabes ved at gøre indretningen fleksibel, så den understøtter forskellige aktiviteter eller arbejdsformer. Samtidig med forandringerne i det fysiske rum, har elever og lærere på skolen arbejdet med deres læringsstil/undervisningsstil. Alle elever i overbygningen har fået afdækket deres læringsstil – både den mest dominerende og den næst dominerende. I hvert klasseværelse hænger der et lærings-spejl, som viser klassens læringsstile.

- Det, vi har gjort for at skabe kompetencemiljøer, er blandt andet at opsætte sofaer, flydebænke med hynder og flytbare afskærmningsvægge, så eleverne kan skabe arbejds-, hygge- og stilleområder. Et andet eksempel er, at vi har indkøbt høje stole og duge, så bordtennisbordene også kan bruges som arbejdsborde, fortæller Lis Skaarup.

GLADE BØRN LÆRER BEDST

Det psykiske undervisningsmiljø er vigtigt for børnenes trivsel. Skolen har arbejdet med sociale kompetencer for at lære eleverne at indgå i sociale relationer med gensidig respekt og tolerance. Især i mellemtrinnsafdelingen er der fokus på mobning.

- Det er vigtigt, at skolen kan udvikle fælles rammer, hvor helhed og sammenhæng giver den enkelte elev tryghed. Derfor har vi på mellemtrinnet arbejdet med at få en fælles forståelse af, hvad mobning er, hvordan vi kan forebygge, og hvad elever, forældre og lærere kan gøre, fortæller Lis Skaarup.

Når eleverne begynder i mellemtrinnsafdelingen underskriver klassen en trivselserklæring og de trivselsregler, som er udarbejdet af eleverne og elevrådet. I løbet af året er der arrangementer om mobning.

Alle lærere på Søndervangskolen skal turde berøre

vanskelige og følsomme områder, og derfor har alle været på kursus i enten assertionstræning eller konflikthåndtering. Det har givet lærerne et fælles sprog. Endvidere er en del af lærerne i mellemtrinnsafdelingen uddannet i Helle Høibys metode, der benyttes forebyggende og ved mistanke om mobning.

TRÆD VARSOMT – HER BLIVER MENNESKER TIL

Alle børn på skolen har mulighed for at få en timeout i et beskyttet og voksenressourcestærkt miljø. For mellemtrinnet og overbygningens elever kaldes det "pusterummet". Her er der i alle frikvarterer åbent for elever, der konstant løber ind i sociale konflikter med øvrige elever. I pusterummet er lærernes opgave at træne elevernes sociale kompetencer, så de bliver bedre til at tackle vanskelige situationer.

For indskolingsafdelingen er "boblen" et tilbud til børn i faldende trivsel. Børnene er i boblen i en kortere periode, hvis der er problemer med at deltage i den almindelige undervisning. I boblen er der kun lidt undervisning, i stedet koncentrerer de sig om principperne i adfærd, kontakt og trivsel (AKT). Der arbejdes med social træning blandt andet ud fra materialet Trin for Trin.

- Boblen er en stor succes, blandt andet fordi personalet fra Boblen kan gå med ud i klassen og observere, hvad det er, som går galt. Det betyder, at arbejdet bliver kontekstorienteret i stedet for elev/individorienteret. Endvidere letter det samarbejdet til klassens lærer, som måske også skal ændre nogle ting for at muliggøre, at eleven igen trives i klassen. I nogle tilfælde er børn urolige, fordi de og læreren ikke har fundet barnets rette læringsstil, fortæller Lis Skaarup.

MEDANSVAR

Det er de voksnes ansvar, at der bliver taget hånd om konflikter, men eleverne er selv med til at komme



ANTIMOBBEARBEJDET PÅ SØNDERVANGSKOLEN

- I indskolingen arbejdes der systematisk med "Trin for trin". Eleverne arbejder med det sociale og det emotionelle, og arbejdet er en integreret del af undervisningen. Der bruges ca. 1 time ugentligt.
- I mellemtrinsafdelingen arbejdes der målrettet henimod en "mobbefri" afdeling, hvor der udarbejdes forpligtende og skriftlige aftaler med eleverne. Der holdes klassemøder på 20 minutter 1-2 gange om ugen.
- I overbygningen bevidstgøres eleverne yderligere om, at medbestemmelse hænger sammen med pligter og ansvar. Der holdes 5 fællesmøder om året, hvor der sættes fokus på elevrådets arbejde, og hvor regler og pligter synliggøres.
- Hele skolen fejrer hvert år Skolernes Trivselsdag den 10. marts.

Søndervangskolens gangarealer er udstyret med klapborde, som kan bruges til gruppearbejde eller til hygge i frikvartererne.

med løsningsforslag. Dårlige undskyldninger for ikke at tage hånd om en given konflikt eller om et mobbe-problem accepteres ikke.

- Søndervangsskolen er en skole, hvor alle er i konstant læring og udvikling, og vi forsøger at give lærerne redskaber, som udvikler deres tilgang til konflikter og mobning. Der er flere afgørende faktorer i arbejdet med at stoppe mobning. Det er engagerede lærere, pædagoger og forældre, der tager medansvar samt mobilisering af det tavse flertal. Alle har medansvar for trivslen i skolen, siger Lis Skaarup.

Medansvar gælder ikke kun om at passe på hinanden, men også om at passe på skolen. For eksempel har eleverne selv været med til at lave en legeplads-labyrint og pilehegn i skolegården, og derfor vil de også gerne passe på det. Skolen styrker også elevernes medansvar på skolebestyrelsesmøderne, hvor eleverne ikke bare bliver hørt, men får lov til at fylde utrolig meget.

BEDRE UNDERVISNINGSMILJØ – STØRRE TRIVSEL

Søndervangskolen involverer eleverne i arbejdet med undervisningsmiljø, og det skaber mulighed for en skole, som giver plads til udvikling for alle. Det relaterer sig også til skolens nærhedsprincip, der går ud på, at så mange beslutninger og handlinger som muligt foregår i klasseregi.

- Elevernes arbejde tages alvorligt, og vi fortæller dem, at medindflydelse kræver medansvar og forpligtigelser, slutter Lis Skaarup.

>> www.sondervangskolen.glostrup-komm.dk

Ind ad døren til tryghed

4

På Bregnbjergskolen i Vojens har de oprettet et Trivselsråd, hvor elevrepræsentanter fra alle klasser sætter fokus på tryghed i skolen. Arbejdet i Trivselsrådet giver eleverne medansvar for det sociale klima og herved forebygges mobning.

I Trivselsrådet er der 24 elever, som mødes omkring ti gange om året for at tale om mobning, konfliktløsning og sociale kompetencer på tværs af klassetrin. Alle i Trivselsrådet skal tage opgaver eller oplæg med tilbage til deres klasser, og det betyder, at der jævnligt bliver talt om trivsel og samvær i klasserne. Trivselsrådet har endvidere til opgave at deltage i planlægningen af den årlige Trivselsdag, som afholdes på skolen. På Trivselsdagen får eleverne lejlighed til at være sammen på en anden måde, end de plejer samtidig med, at de forøger deres viden om et bestemt emne under overskriften trivsel.

HVEM KAN VÆRE MED?

Alle må være med i Trivselsrådet, men der er nogle ting, som man bør overveje inden, man melder sig. Man skal være villig til at bruge nogle timer på at blive undervist i, hvad mobning er. Man skal bekymre sig for andre, og kunne fornemme, når andre ikke har det godt eller bliver uretfærdigt behandlet. Endvidere må man gerne være god til både at lytte og snakke med andre om deres problemer.

- Det er bedst, hvis alle klasser er repræsenterede. Det første år vandt tanken om et Trivselsråd ikke tilslutning fra udskolingen. Det var usejt, synes eleverne fra 8. og 9. klasse, fortæller Karin Lund, som er lærer på skolen og koordinater for Trivselsrådet.

- Næste år var jeg rundt i de store klasser for at fortælle om rådets arbejde. Jeg fortalte blandt andet, at vi havde brug for nogle elever, som bekymrer sig for andre – nogle som vil investere lidt tid og bruge

energi på at gøre skolen til et trygt og rart sted at være. Efterfølgende fik alle klasser en repræsentant, og en del er repræsenteret med to elever, siger Karin Lund.

HVAD SNAKKER DE OM?

I Trivselsrådet snakker eleverne for eksempel om, hvor på skolen der er risiko for mobning, og hvad man kan gøre for at stoppe det.

- Jeg kan huske, at vi lavede et mobbekort over skolen. Vi fik en tegning af skolen, og så satte vi krydser de steder, hvor vi mente, der var mest mobning. Bagefter snakkede vi om, hvorfor det var de steder, der blev mobbet, fortæller Steffen fra 8. kl.

- I vores klasse har vi også talt om mobning, fordi der var en, der blev mobbet. Men nu er det holdt op. Vi brugte nogle af de ting, som vi har lært om mobning her i Trivselsrådet, siger Maria fra 7. kl.

I Trivselsrådet snakker de også om girafspog, ulvesprog, konfliktrappen, og de diskuterer sange eller digte, som på en eller anden måde handler om trivsel eller mistrivsel. En del af tiden bruges til gruppearbejde, og der er som regel mindst tre klassetrin repræsenteret i hver gruppe. De store hjælper de små.

EMNERNE TAGES OP I KLASSEN

Alle skolens lærere har givet tilsagn om at bruge lidt undervisningstid på Trivselsrådets arbejde. På den måde får medlemmerne af Trivselsrådet et rum, hvor



TRIVSELRÅD OG ELEVRÅD PÅ BREGNBJERGSKOLEN

På Bregnbjergskolen findes to råd, hvor eleverne har mulighed for at påvirke rammerne for deres skoledag:

- Trivselsrådet varetager opgaverne omkring skolens psykiske undervisningsmiljø og trivsel
- Elevrådet varetager opgaverne omkring elevernes fysiske og æstetiske undervisningsmiljø.

Samarbejde mellem Trivselsråd og Elevråd er en forudsætning for helhed i skolens undervisningsmiljøarbejde og undervisningsmiljøvurderinger. Enkelte elever deltager i både Trivselsråd og Elevråd, og det gør kommunikationen enkel og flydende.

Eleverne i Trivselsrådet er stolte af deres funktion som formidlere af trivsel og tryghed.

de kan fortælle deres klassekammerater om det, de har arbejdet med. Ofte får eleverne også en opgave, som skal løses eller diskuteres i klassen.

- Det er ikke altid, at det er så let at finde tid i klassen til at tale om det fra Trivselsrådet, for nogle gange er der noget fagstof, som vi er kommet bagud med, og så skal vi lige igennem det først. For det meste når vi alligevel det hele, fortæller Steffen.

DEN ÅRLIGE TRIVSELSDAG

Mens trivselsrådet kun har eksisteret i 2 år, så har Bregnbjergskolen i 5 år afholdt en årlig Trivselsdag. I 2005 handlede den om mobning, og året inden var det sproget, som var på dagsordenen. Trivselsrådet er med til at fastsætte emnet og kommer med bud på dagens indhold. Karin Lund har som koordinator af Trivselsrådet til opgave at formidle ideerne til sine kolleger. På Trivselsdagen er der fokus på samvær og fællesoplevelser, mens alle arbejder med et bestemt emne, der kan udvikle og fremme trivslen på skolen.

EN INDSATS FOR AT FOREBYGGE MOBNING

Trivselsdagen og Trivselsrådet er en del af skolens præventive indsats mod mobning, og arbejdet er værdifuldt for alle, der færdes på skolen.

- Vores Trivselsråd er lige så vigtigt som vores elevråd, og børnene vokser ved at være med. Det er ikke kun ressourcestærke elever og søde børn, der er med, siger skoleleder Lisannete Qvortrup.

- En anden rigtig god ting er, at man i trivselsrådet arbejder på tværs af afdelingerne. I dagligdagen kan det være svært at få etableret et samarbejde på tværs af afdelingerne, men i Trivselsrådet lykkes det virkelig godt at få eleverne til at arbejde på tværs, siger hun.

At arbejde med trivsel er ikke et projekt, som afsluttes, det er en vedvarende proces, som de vil holde fast i på skolen:

- Trivselsrådet er en forebyggende instans, og det er en fortsættende proces, der ikke er målrettet et bestemt resultat, hvorefter arbejdet kan afsluttes, for der kommer hele tiden nye elever og nye tendenser, vi skal forholde os til. Vi erklærer os ikke mobningsfri, men vi lader heller ikke som ingenting, slutter Lisannete Qvortrup.

>> www.bregnbjergskolen.skoleintra.dk

Vær en god kammerat – sig nej til mobning!

Elever skal turde sige fra overfor mobning – både hvis de oplever det personligt eller ser andre blive mobbet. Med udgangspunkt i ugentlige klassemøder lærer eleverne på Skolen på Duevej at være åbne og ærlige omkring de problemer, de har eller oplever. Det er skolens kultur, at det ikke er at sladre, når man gør opmærksom på, at en anden elev har brug for hjælp. Det er at være en god kammerat!

På Skolen på Duevej var det skolebestyrelsen, som tog initiativ til at fokusere på skolens sociale miljø. Lærere, pædagoger og ledelse greb ideen, og når alle voksne på en skole bliver enige om en fælles indsats for et godt kammeratskab, virker det i sig selv forebyggende overfor mobning.

Skolens sociale værdigrundlag blev udarbejdet, og de voksne forpligtede sig på, at arbejde med klassens sociale liv. Det har resulteret i, at der i alle klasser er indført klassemøder en gang ugentligt efter Helle Høibys metode, og i frikvartererne er der indført ”venner i gården”. Fokus på det sociale miljø er blevet en del af skolens hverdagskultur, og det har betydet mindre mobning og bedre omgangstone.

KLASSEMØDET

Et klassemøde er børnenes møde. Det er et arbejds-møde – ikke et hyggemøde. På mødet får klassen mulighed for at snakke om ting, som børnene synes, er problemer. Børnene sidder i en rundkreds, så alle kan se hinanden og have øjenkontakt med hinanden. Læreren sørger i kraft af sin rolle som ordstyrer for, at de øvrige børn lytter til, hvad der bliver fortalt, og hvis det er nødvendigt, formidler og tydeliggør læreren dét, der bliver sagt med kommentarer som:

”Er det rigtig forstået, at ...”

”Sig til hende, hvad du blev ked af”

”Hvad kan du svare til det?”

Klassemøder er en enestående mulighed for, at hvert enkelt barn kan blive set, hørt og respekteret. For

eleverne på Skolen på Duevej har klassemøderne betydet, de er blevet bedre til at udtrykke sig, og derfor er der blevet en bedre stemning på skolen.

ELEVERNE ER VIGTIGE RESSOURCER

- Skolens fundament for indsatsen mod mobning ligger i klasserne, og eleverne er en vigtig ressource. Det er i klasserne, at elever og lærere sammen kan forebygge mobning. De voksne har det overordnede ansvar for, at der er et godt socialt miljø i klasserne og på skolen. Derfor kan de ikke vælge arbejdet med klassens sociale liv fra, fortæller skoleleder Niels Christophersen.

FÆLLES METODISK UDGANGSPUNKT

For at ruste de voksne til arbejdet i klasserne var Helle Høiby ude på skolen for at holde kursus for lærere, ledelse og pædagoger. Desuden har psykolog Jørn Nielsen undervist i, hvordan man skaber gode klasser og i konflikthåndtering.

- Det fælles udgangspunkt gør det lettere for den enkelte lærer eller pædagog at arbejde mod mobning. Desuden er Helle Høiby meget inspirerende og hendes metode er fremragende, siger Niels Christophersen.

- I dagligdagen er der sat tid af til at snakke om det sociale klima i klassen, alle arbejder med det og alle har fået redskaber til det arbejde. Det er et godt udgangspunkt for at gøre arbejdet mod mobning til en del af skolens kultur. I den forbindelse er det selv-

følgelig også meget vigtigt, at alle mærker ledelsens opbakning, fortsætter han.

VENNEGRUPPE HJÆLPER OG TRØSTER

"Venner i gården" er et andet af skolens tiltag mod mobning, og også her trækkes der på elevernes ressourcer. "Venner i gården" er en gruppe på 20-25 elever fra 6.-8. klasse, som i frikvarteret hjælper og trøster mindre børn, som virker ensomme. De sætter gang i lege og skaber kontakter til børnenes kammerater. Børnene i gruppen er uddannet til at spotte mobning og videreformidle til en voksen.

- Det er vigtigt at få børnene med, fordi de ser andre ting end de voksne. Det er skolens generelle holdning, at alle bør fortælle, hvis de oplever, at et andet barn har brug for hjælp. Derfor bekæmper vi holdningen om, at man sladrer, for det man i virkeligheden gør, er at hjælpe, siger Niels Christophersen.

>> www.frb-du.dk

PÅ KLASSEMØDER SKAL KOMMUNIKATIONEN OVERHOLDE FØLGENDE REGLER:

- Lyt!
- Afbryd ikke den, der taler.
- Tal for dig selv.
- Giv klar besked. Tag udgangspunkt i dig selv.
- Undgå undskyldninger ("jeg gjorde det, fordi...").
- Tal om nu og her.
- Gå fra spørgsmål til personlige udsagn.
- Spørg om hvad og hvordan (ikke: hvorfor).
- Tal direkte til den, det drejer sig om.
- Vær konkret – tag udgangspunkt i helt konkrete hændelser.
- Vær ansvarlig for de vedtagne aftaler og regler.

Helle Høiby: *Ikke mere mobning*, Kroghs Forlag 2002



Skolen på Duevej bekæmper mobning med Helle Høibys metode. Helle Høiby er cand.pæd.psyk., pædagog og læreruddannet. Hun arbejder med børns trivsel og har blandt andet udgivet *Ikke mere mobning*, der indeholder værktøjer for lærere og pædagoger. Værktøjerne er praktiske forslag til, hvordan man kan forebygge eller løse et mobbeproblem i en klasse.

Eleverne på Skolen på Duevej siger nej til mobning på skolen og ja til at være gode kammerater.

God tone – mindre mobning

6

På Parkskolen i Ballerup har eleverne arbejdet intensivt med forskellen på god og dårlig sprogbrug. Det har reduceret grimt og voldsomt sprog, hvilket har betydet mindre mobning og færre konflikter.

På Parkskolen er det ikke usædvanligt at lærere og elever minder hinanden om at huske den gode tone. Det skyldes skolens store indsats mod udsagn, som sårer modparten eller er fjendtlige, og dermed virker nedbrydende i stedet for fremmende for et godt skolemiljø. I kampen mod grimt og voldsomt sprog satte elever og lærere "den gode tone" på skoleskemaet i fire uger. Resultatet er en fælles bevidsthed og forståelse for effekten af grimt og pænt sprog.

UD MED FUCK-KULTUREN

I 2002 blev de på Parkskolen opmærksomme på, at elever, lærere og forældre følte, at sprogbrugen mellem eleverne indbyrdes og i visse tilfælde mellem lærere og elever, blev oplevet som ubehagelig. Nogle elever følte sig mobbet på grund af det grimme sprog.

- Den umiddelbare reaktion, når der tales om uhen-sigtsmæssig adfærd er ofte, at der må sanktioner til. Eleverne skal straffes. Forældrene skal tage sig af det. Vi ville gerne gå en anden vej, fortæller skoleinspektør Poul Erik Jensen.

Derfor stod der i fire uger i begyndelsen af april 2004 "den gode tone" på skoleskemaet i alle klasser på Parkskolen.

SPROGLIG OG KUNSTNERISK KREATIVITET

For at alle skulle få en samlet start, og for at styrke sammenholdet på skolen, så alle filmen *Elina – som om jeg ikke fandtes* i den lokale biograf, som skolen havde lejet. Dernæst var klasselæreren ansvarlig for projektet i de enkelte klasser, som fik stillet en bun-

den og en fri opgave. Den bundne opgave bestod i udarbejdelse af plancher vedrørende henholdsvis god og dårlig sprogbrug. I den frie opgave skulle der produceres et indslag, som eleverne kunne opføre for hinanden. Det kunne være teater, digte, sange eller lignende.

Efter de fire uger stod omkring 400 friske og glade elever i hallen. Omgivet af plakater, plancher, kunstværker og malerier, ventede de spændt på at fremlægge deres produkter, og på at se de andre klassers optræden. Der var sange, digte, film og skuespil.

- Det var en stor dag, som alle på skolen var fælles om. Der var rigtig mange gode indslag, fortæller elevrådsformand Mikkel Frederiksen fra 8. a.

DEN GODE TONE

Ordlyden på plancherne fra den bundne opgave dannede udgangspunkt for de voksnes formulering af en fælles opfattelse af, hvordan man er sammen på Parkskolen. Den gode tone blev dermed en del af skolens ordensreglement:

- Vi taler med hinanden på en positiv måde. Vi lytter og er opmærksomme på hinanden.
- Vi tager hensyn til hinanden. Vi er tolerante og løser problemerne ved at tale sammen.
- Vi hjælper hinanden. Vi er taknemmelige, når andre hjælper os.
- Vi respekterer, at vi er forskellige. Vi respekterer, hvad andre siger.
- Vi ønsker alle med i fællesskabet. Vi vil gerne have andre med i legen.

UDDRAG FRA 6. A'S KLASSERAP

Når din hjerne bare helt er gået i stå
Og der er nog'n, der bli'r mobbet
– sådan helt droppet
Det er ikke særlig godt
For der kommer tit et cut
Det er det – vi synger om
Det er det – vi synger om

Så "luk røven" vil vi ikke høre på
Og hvis din finger viser fuck
– så er det bare nok
Lad os få den gode ton'
I verdens bedste zon'
Det er det – vi synger om
Det er det – vi synger om



Elevernes produktioner fra projektet om sprogbrug pynter på Parkskolens gange.

At forandre børns sprog er et stort projekt, som ikke lige klares med 4 ugers tema om god tone, det kræver opfølgning og som et led i den proces blev projektet evalueret i uge 8-12 2005. I den periode skulle alle elever nedskrive de eksempler på dårligt sprog, som de hørte og oplevede. Samtidig blev alle elever, forældre og ansatte hørt om, hvorvidt de syntes, der var blevet levet op til målet. Monja som er næstformand i elevrådet og tilflytter til skolen fortæller:

- Jeg synes, at tonen på Parkskolen er bedre end på andre skoler. Alle har nogle at lege med nede i gården, og der er ikke nogle, som bare står alene og græder. Det kunne der godt være på min gamle skole.

SPROGET UDVIKLER SIG FRA GENERATION TIL GENERATION

- At sætte fokus på sproget i skolen er et sted at starte, men vi må også indse, at børn påvirkes mange andre steder i kulturen, det være såvel hjemme som via radio og tv for unge, hvor der ofte bruges et grænseoverskridende sprog, siger Poul Erik Jensen.

Desuden er der det faktum, at sproget skifter i generationer. Viceskoleinspektør Pia Dreising har dette bud på, hvad der sker:

- Problematikken med, at voksne finder børn og unges sprog forkasteligt, har altid været der. For mange voksne er det blevet legalt at sige sgu, fanden, helvede, kraftedeme, og mange tænker måske slet ikke over, at de bander meget, for det er ikke længere så grænseoverskridende at bruge de udtryk. Når børn er grænseoverskridende i deres sprog bruger de seksuelt ladede udtryk. Det virker meget grænseoverskridende for de voksne.

Børn og voksnes forskellige opfattelse af sproget er imidlertid ingen hindring for, at alle kan arbejde med at tale pænere til hinanden. På Parkskolen vil de blive ved med at holde fast i temaet og styrke den gode tone på bekostning af den dårlige.

>> www.parksk.dk

Hvis du er en ven, får du en ven!



Børns evne til at skabe og fastholde venskaber er afgørende for deres trivsel både i og uden for skolen, derfor prioriteres børns venskaber højt på Nordre Skole i Viborg.

Gode sociale færdigheder og evner for at skabe venskaber opstår ikke af sig selv – det er noget, som skal tillæres. På Nordre Skole vægtes samhørighed og anerkendelse højt. Når børn og voksne oplever, at deres indsats værdsættes, skabes der automatisk positive cirkler, der bidrager til endnu bedre relationer mellem alle. En grundlæggende imødekommende opførsel på skolen skaber et varmt og indbydende miljø og danner grundlag for en positiv tilgang til uenigheder og konflikter.

SÅDAN ER VI PÅ NORDRE SKOLE

At skabe bedre trivsel og større samhørighed på en skole er en lang proces. Trivsel angår både det generelle fællesskab på skolen og sammenholdet i de forskellige grupper, som børn og voksne indgår i. Det kan være i klassen, i lærergruppen, i elevrådet eller i andre sammenhænge. Samhørigheden bliver der værnet om via traditioner og fælles mentalitet.

- Vi arbejder hele tiden for at skabe sammenhold og fælles fodslag. For eksempel tager alle lærere på kursus i to dage inden skolestart efter sommerferien. I de to dage lægges der vægt på et fagligt emne, men også på det sociale og hyggen. Emnerne har for eksempel været arbejdet i selvstyrende teams og Appreciative Inquiry, fortæller skoleinspektør Mogens Schnejder.

- Elevrådet er hvert år på ryste-sammen-tur, hvor de lærer forskellige samarbejdsøvelser, og også i klasserne forsøger vi at skabe kropsånd for eksempel via samarbejdsøvelser. I klasserne læser de også skønlitteratur, der lægger op til en snak om mellem-

menneskelige forhold, og som kan lede videre til en diskussion om klimaet i klassen. Det kan være Ole Lund Kirkegaards *Gummi Tarzan* eller Leif Esper Andersens *Du skal ikke tro du er noget*, fortæller han.

HVAD ER DU MEST GLAD FOR I SKOLEN?

Nysgerrige og positive spørgsmål skal være med til at fremme gode processer på skolen. Det kan være spørgsmål som "Hvad synes du, er det bedste ved skolen?", "Hvad synes du, er bedst ved undervisningen?" og "Hvordan kunne det blive endnu bedre?"

- Det er vigtigt, at vi spørger ind til børnenes meninger. Positive spørgsmål skaber en positiv ånd og en god stemning blandt lærere og elever, fortæller Mogens Schnejder.

MISTRIVSEL ER ALLES PROBLEM

På Nordre Skole har alle pligt til at tage hånd om mistrivsel. Det gælder ledelse, lærere, forældre og elever. Det er vigtigt, at ledelsen og lærerne sender tydelige og ens signaler. Derfor har de på skolen udarbejdet folderen *En skole uden mobning*.

- *En skole uden mobning* er lavet til elever og forældre på Nordre Skole. Her kan de læse, hvad skolen kan gøre, hvad eleverne selv kan gøre, og hvad forældrene kan gøre. Det er vigtigt at engagere alle parter i forebyggelsesarbejdet, siger Mogens Schnejder.

I hæftet findes desuden generelle forhold omkring mobning, en definition og en plan for forebyggelse

og indgriben. Der er små eksempler på børns oplevelse af mobning og drilleri, og der er en oversigt over de materialer, som findes på skolen. Folderen gives til alle, som starter på skolen.

- I hæftet er det udspecificeret, hvordan vi gør på Nordre Skole, hvis vi møder mobning. Det er vores fælles afsæt og fra forældrene har vi fået meget positiv respons på det, siger Mogens Schnejder.

APPRECIATIVE INQUIRY

Appreciative Inquiry er en metode til at flytte menneskers opmærksomhed fra en traditionel problemorienteret tankegang til en ressourceorienteret tankegang. Filosofien er, at bag ethvert problem gemmer der sig en drøm om noget bedre. Appreciative Inquiry fokuserer på det, som virker og på videreudvikling ud fra det, som går godt. Succeser og ønsker er ressourcer, og man taler om drømme og ambitioner frem for at analysere problemer.

DCUM's materiale *Ha' det godt i skolen* er et forløb om undervisningsmiljø, der bygger på Appreciative Inquiry.

I løbet af skoleåret skal klasselæreren sætte mobning på dagsordenen og snakke om forskellen på drilleri og mobning. Eleverne skal lære at håndtere smådrillerier, og de skal lære at sige fra overfor grovere drillerier og mobning.

VÆRDSÆTTENDE SAMTALER

Nogle konflikter bliver løst ved hjælp af redskaber fra Appreciative Inquiry, hvor man flytter fokus fra den traditionelle problemløsning, hvor man undersøger, hvad problemet er, og i stedet klarlægger, hvad man ønsker, og hvordan man kan udnytte ressourcerne til at opnå dette.

- På et tidspunkt var der to drenge, som skændtes meget og ofte. Jeg aftalte et møde med dem, hvor de hver især skulle fortælle om den andens gode egenskaber. Bagefter snakkede vi om, hvad der skulle til, for at de ikke skændtes mere, og de kom med mange forslag, som vi lavede en aftale ud fra. To gange med fjorten dages mellemrum holdt vi opfølgingsmøder om, hvordan det gik. Selvom de til det første møde fortalte, at det gik fint, syntes jeg, at vi skulle mødes igen. På den måde holder vi fast – også når det går godt, fortæller Mogens Schneider.

ELEVERNE HAR MEDINDFLYDELSE

Elever skal have medindflydelse for det giver automatisk større medansvar. Derfor har skolens elevråd haft stor indflydelse på de samværsregler, som de har vedtaget på Nordre Skole. I de enkelte klasser laves der klasseregler, der også handler om opførsel og samvær. Eksempler på nogle af reglerne i en 6. klasse:

- Vi vil være søde mod hinanden.
- Vi må ikke tage andres ting.
- Man skal flytte sig, når bordets ejer kommer ind.
- Hvis vi driller lidt og der bliver sagt "La 'Vær'" – så skal vi stoppe med at drille.



KULTUREN PÅ NORDRE SKOLE ER KENDETEGNET VED:

- Hvis du er en ven, får du en ven
- Mobning accepteres ikke
- Alle lærere tager sig af alle børn
- Korpsånd og god stemning
- Husk at rose når det går godt

Børns evne til at skabe og fastholde venskaber er vigtig for deres trivsel både i og uden for skolen.

Endvidere er eleverne med til at lave undersøgelser om mobning på skolen. De deler spørgeskemaer ud i klasserne og tæller op bagefter.

DEMOKRATI

Når det drejer sig om de generelle forhold på skolen, så kommer eleverne til orde via elevrådet. Børnene fra elevrådet er gode til at tage spørgsmål og oplæg med ud i klasserne, så alle får mulighed for at blive hørt. Fra elevrådet går informationer videre til skolebestyrelsen. Elevrepræsentanterne i skolebestyrelsen gennemgår dagsordenen med en voksen, så de har mulighed for at have en mening om tingene og turde sige den højt. I skolebestyrelsen er der stor lydhørhed overfor elevernes ideer.

- Jeg finder det utrolig vigtigt, at alle elever på skolen bliver taget med i de beslutninger, hvor det er relevant. Både det formelle og det uformelle demokrati skal virke. Vi forsøger at give alle elever en reel op-

levelse af, at demokrati er en værdi, der er værd at bevare, siger Mogens Schneider.

Eleverne på Nordre Skole er med til at bestemme mange ting omkring deres dagligdag. For eksempel var der klager over, at buskene i den lille skole gård stak – nu er der plantet nye, som ikke stikker. Der er også blevet lavet hygge-/cafémiljø for de store ved skoleboden, fordi de syntes, at de manglede et hyggeligt sted at være.

- Når børnene er med til at bestemme, hvad der skal laves, så bliver de glade for det og bruger det, siger Mogens Schneider.

>> www.no.viborgskoler.dk

Fokus på forældreinvolvering



For at skabe den bedste grobund for trivsel ønskede de voksne på Dybvad Skole ved Sæby at involvere forældrene til skolens elever. Der blev indkaldt til storforældremøde med mødepligt, hvor alle fik mulighed for at give deres besyv med, og derved blive involveret og forpligtet. Mødet blev spiren til en lang række initiativer, hvor der blev sat fokus på at fremme trivslen på skolen. Nu plejes trivslen ved, at klasserne hver især ugentligt fører tilsyn med ve og vel.

STORFORÆLDREMØDE MED MØDEPLIGT

Jesper Koldtoft er trivselskoordinator på Dybvad Skole, og han er omdrejningspunktet i såvel det daglige trivselsarbejde på skolen som planlægning af særlige arrangementer.

- At indkalde til et storforældremøde med mødepligt var en ny og spændende måde at stille krav til forældrene på. Vi syntes, at det var uhyre vigtigt at få forældrene med i projektet fra starten, for på den måde kunne forældrene få reel medindflydelse. Samtidig blev jorden gødet for det fremtidige arbejde for koordination mellem trivselsarbejdet i hjem og skole, fortæller Jesper Koldtoft.

På Dybvad Skole tager man mødepligt alvorligt, så forældrene i klasseforældrerådene ringede rundt til dem, som ikke havde meldt sig til. De forklarede, hvorfor det var vigtigt, at man mødte op, og den indsats betød, at næsten samtlige hjem var repræsenteret.

PEPTALK OG PROVOKATION

Forældreaftenen startede med en peptalk holdt af skolelærer og psykolog Per Kjeldsen. Per Kjeldsen havde den aften mange ord i munden blandt andet om, hvordan forældrene skal gide at tage besværet med at lære børn, hvad der er rigtigt og forkert i tilværelsen. Hvis børn er usikre overfor normer, kan det betyde en manglende evne til at indgå i forpligtende fællesskaber. Erfaringerne hjemmefra er udgangspunkt for adfærden i skolen, og derfor skal alle børn lære, at de indgår i og er forpligtet overfor fællesskabet i familien og i skolen.

- Det var et rigtig godt startskud. Forældrene blev provokeret og udfordret på en god måde af Per Kjeldsen, og det dannede grundlag for en god diskussion bag efter, fortæller trivselskoordinator Jesper Koldtoft.

Efter peptalken fordelte forældrene sig i grupper, hvor de fik til opgave at komme med et bud på indholdet i en trivselsfolder.

FEST FOR TRIVSELSFOLDER OG KONTRAKT

Indholdet i trivselsfolderen blev med udgangspunkt i forældrenes kommentarer efterfølgende stykket sammen af lærerne. I dag indeholder folderen en definition af mobning, en plan for en mobningsfri skole samt en handleplan i tilfælde af mobning. Selve udgivelsen blev fejret med en festdag, hvor alle elever også skrev under på en trivselskontrakt i form af en lang papyrusrulle, som blev overrakt til borgmesteren. Ved samme lejlighed blev der plantet symbolske trivselstræer ude og inde. Træerne skal passes og plejes for at vokse sundt – det samme skal trivslen blandt skolens elever og lærere.

- Det var virkelig en festdag med pomp og pagt for alle forældre, børn og lærere. Vi havde alle noget at fejre, fordi alle havde deltaget i arbejdet, fortæller Jesper Koldtoft.

KONTINUERLIGT TRIVSELSARBEJDE

Kontrakten som alle elever skrev under på, forpligtede hver klasse til jævnligt at undersøge trivslen i

klassen. På den måde er arbejdet med trivsel blevet en del af dagligdagen på skolen. Eksempelvis har de i en af skolens klasser valgt hver fredag på røde sedler at skrive, hvad der har været skidt eller træls i løbet af ugen og på grønne sedler at skrive, det som har været godt. Sedlerne afleveres til klasselæreren, som tager en snak med klassen om de sedler, der er kommet ind. Antallet af henholdsvis røde og grønne sedler sender et signal om stemningen i klassen.

TRIVSELSBAROMETER FOR DE MINDSTE

I de små klasser er der hver torsdag sat tid af til at fylde et trivselsbarometer med kugler i forskellige farver.

- Om torsdagen arbejder børnene med emnet trivsel i klasserne, og inden de får fri, afleverer de ugens kugle til klasselæreren. Børnene skal gennem arbejdet i klassen få afklaret, hvilken farve kugle, som passer til deres egen uge, fortæller skolens leder Sysse Jørgensen.

En rød kugle betyder, at eleven har haft en rigtig dum uge, hvor eleven er blevet mobbet, selv har mobbet eller har set nogle blive mobbet. En gul kugle er udtryk for en "både-og"-uge. Eleven har måske haft nogle problemer, som er under bearbejdning i samarbejde med lærerne. Den grønne kugle symboliserer en rigtig god uge uden problemer.

- Vi aflæser barometret om fredagen til morgensamlingen, og vi gør det gerne lidt højtideligt, så børnene lærer, at det er vigtigt og alvorligt. Både børn og voksne ser trivsel som et vigtigt element i forståelsen af, hvordan vi er som skole, siger Sysse Jørgensen.

>> www.dybvad-skole.dk



Centralt på skolen hænger en opslagstavle, hvor børn og voksne kan læse nyheder om trivsel på skolen

Den uendelige historie

9

Bastian fra Den uendelige historie bliver opslugt i fortællingen om Fantásien, hvor han udvikler selvtillid og mod – Spjald skoles ”uendelige historie” er processen mod den mobbefri skole. Det er en proces som hele tiden er i udvikling, og som man aldrig kan afslutte, for eleverne udvikler sig hele tiden, og der kommer nye til.

I *Den uendelige historie* kæmper hovedpersonen Bastian mod andre børns ondsindede drillerier indtil han via en gammel bog glemmer alt det triste i hverdagen. Han bliver opslugt af historien, og udvikler sig til en dreng med selvtillid. På Spjald Skole er de en del af historien om den mobbefri skole. Kontinuerligt arbejde med mobning blandt lærere og elever gør kampen mod mobning til en del af skolens kultur. Vedholdende fokus på den sociale dimension giver børnene selvværd, ansvarlighed og mod til at sige stop, hvis de ser tegn på mobning.

At tage stilling til mobning og sende tydelige signaler om, at mobning ikke accepteres, er en strategi til at begrænse, at mobning overhovedet opstår.

- Det vi har, er et signal om, at vi ikke vil acceptere mobning, og det er meget vigtigt. Alle skal vide, at vi ikke accepterer mobning på skolen, og det tror jeg også, at alle er klar over, siger skoleleder Vagn Graversen.

RÅD MOD MOBNING

Arbejdet mod mobning startede med, at nogle lærere interesserede sig særligt for området, og som følge heraf blev der nedsat en studiekreds, som siden blev til skolens trivselsråd. Trivselsrådet er både rådgivende og direkte intervenerende i forhold til mobning.

- I trivselsrådet har vi samlet en ekspertise, som står til rådighed for kollegerne. Rådets største indsatsområde er det præventive arbejde, for der skal arbejdes for at fastholde fokus på mobning. Vi planlægger

relevante arrangementer og trivselskabende aktiviteter. Endvidere lægger vi vægt på at indsamle viden, og vi supplerer løbende vores antimobbebibliotek med nye titler, siger Tom Thuesen, der er afdelingsleder og medlem af trivselsrådet.

En anden del af rådets funktion er at stå til rådighed for kolleger. Alle kan henvende sig for at få henvisninger til relevant litteratur eller for en kollegial snak om mobbeproblemer og mulige løsningsforslag. Hvis der skal afdækkes en mobbesituation i en klasse, samarbejder medlemmer af trivselsrådet gerne med klasselæreren omkring elevinterviews.

ARRANGEMENT FOR FORÆLDRE OG LÆRERE

I Spjald Kulturhus afholder skolen hvert år et arrangement for lærere og forældre. I 2005 var det med Tine Guldager Lang som er pædagogisk konsulent i Albertslund Kommune.

- Foredraget med Tine Guldager Lang var en stor succes. Vi lærte en masse om mobningens væsen, signaler om mobning, konsekvenser ved mobning, om myter og virkelighed og om hvordan, der kan skabes en fælles holdning mod mobning, fortæller Tom Thuesen.

INDARBEJDELSE I HVERDAGEN

På skolen afholdes der forskellige arrangementer, som er målrettet de forskellige aldersgrupper, og det sætter en bestemt vinkel på mobning samtidig med, at børn og voksne kan sætte begrebet sammen med en oplevelse eller en fortælling. Særlige arrangementer



På Spjald Skole arbejder de vedvarende mod mobning

ter kan på den måde være en velkommen saltvandsindsprøjtning, som gør det lettere at forholde sig til mobning. Imidlertid er det i hverdagen, alle oplever vigtigheden af, at det sociale sammenspil fungerer.

- Det betyder meget, at alle tager ansvar, for hvis man lader stå til, så kan mobning hurtigt udvikle sig. Hvis en klasse har én, som bliver mobbet, så spiller hele netværket rundt om mobningen en rolle. Det drejer sig selvfølgelig om dem, som mobber, men også om medløberne, det tavse flertal, de voksne og den, der bliver mobbet, fortæller Tom Thuesen.

For at fastholde fokus på de sociale kompetencer er det besluttet, at der hver måned afholdes klasser møder som en trivselsskabende aktivitet i alle klasser. I nogle

klasser holdes klasser møderne oftere. Klasser mødet varer omkring en halv time, og der skabes et forum, hvor børnene kan fortælle hinanden, hvad de synes fungerer eller ikke fungerer, hvad de ikke vil finde sig i, eller hvis der er noget, de er blevet kede af.

HVAD SIGER ELEVERNE?

Angelica og Anette fra 8. c. synes godt om klasser møderne, men erkender, at der er nogle ting, som er svære at tale om.

- I vores klasse holder vi klasser møder hver uge og det er godt, fordi så kan vi snakke om ting, man måske ikke ellers ville sige til hinanden. Det handler tit om de følelser, man har overfor hinanden, siger Angelica.

- Vi laver også nogle øvelser, der går ud på at lære at snakke om det, der er svært. Det handler om at være ærlig, og sige gode og dårlige ting til hinanden, selv om det er svært. Men man kan sige meget på en pæn måde, siger Anette.

FREMADSKRIDENDE MEN VEDVARENDE

I efteråret 2004 udråbte Spjald Skole sig som mobbefri skole

- Det har vi fået en del kommentarer til, for hvordan kan man sige det så fast. Vi mener det først og fremmest som en hensigtserklæring, og vi vil kæmpe for, at skolen kan leve op til at være mobbefri. Derfor fortsætter arbejdet mod mobning på Spjald Skole, slutter skoleleder Vagn Graversen.

>> www.spjald-skole.skoleintra.dk

ARRANGEMENTER FOR FORSKELLIGE MÅLGRUPPER

På Spjald Skole har der været mange arrangementer omkring mobning og trivsel. Arrangementerne retter sig mod forskellige målgrupper. Eksempler på arrangementer, som er afholdt i løbet af et skoleår:

- For eleverne
 - 0.-3. klasse: Bugtalsshowet "Holger mobbes"
 - 3.-6. klasse: Teaterforestilling "Den grimme Ellen"
 - 7.-9. klasse: Stand-up-comedy om mobning med Oluf Christensen
- For lærerne
 - Bøgerne "Grib konflikten" og "Mobbeland" udleveres til alle medarbejdere.
 - Foredrag om kropssprog ved Brian Hansen
 - Mediationskursus (CVU)
 - 4 lærere deltog i DCUM's konference mere trivsel – mindre mobning.
- For forældre og lærere
 - Foredrag med debattør Bertil Nordahl
 - Foredrag med hjerneforsker Ann Knudsen.

dcum.

Dansk Center for Undervisningsmiljø · Danish Centre of Educational Environment
www.dcum.dk · dcum@dcum.dk · tlf. +45 722 654 00 · fax +45 722 654 01
Postboks 2077 · Blommevej 40 · DK - 8900 Randers