



Ombudet for
barn og unge

Akershus, Buskerud og Østfold

Sammen om et trygt og godt skolemiljø

Foreldremøte – Døli skole 1. – 3.
trinn

Janne Myraas

3. mars 2025



Hvem er vi?

- 7 ansatte
- Gir råd og veiledning, lavterskel og taushetsplikt
- Skal fange opp avvik gjennom å arbeide tett på systemene, og melder bekymring ved behov
- Rapporterer til Fylkestingene i Akershus, Buskerud og Østfold

Hvilke arenaer jobber vi på?



Folkehøyskoler

Bursdagen

Russetiden

Nabolaget

Foreldre og familie

Korpset

Idrettslaget

Barnehage 0-6 år

Barneskole 6-13 år

Ungdomsskole
13-16 år

Videregående
opplæring
16 år og oppover

Lekeplassen

Trossamfunn

Foran
skjermen

Fritidsklubben

Kulturskolen

Speideren

Turlaget



Ombudet for
barn og unge

Akershus, Buskerud og Østfold

Verdier

Modige på barn
og unges vegne

Involvere barn og
unge i arbeidet vi
gjør

Høy faglig
kvalitet

§ 12-2: Retten til et trygt og godt skolemiljø

- § 12-2 viderefører dagens § 9 A-2
- Tilføyning av begrepet «inkludering» gir en dekkende beskrivelse av hva som skal til for at skolemiljøet skal være trygt og godt.
- Bestemmelsen omfatter både det fysiske og psykososiale miljøet. 

Dagens § 9 A-2

Alle elevar har rett til eit trygt og godt skolemiljø som fremjar helse, trivsel og læring.»

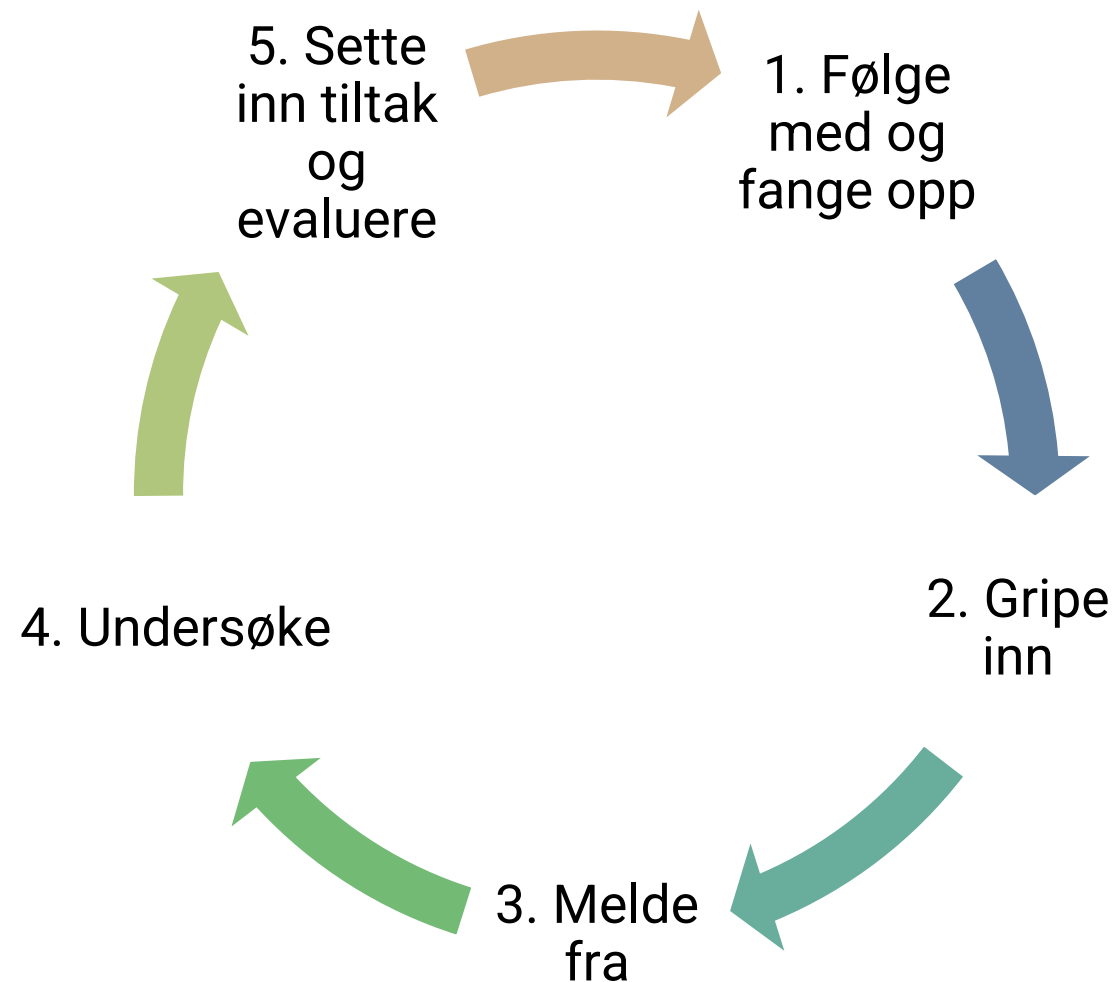
Ny § 12-2

«Alle elevar har rett til eit trygt og godt skolemiljø som fremjar helse, **inkludering**, trivsel og læring.»



Aktivitetsplikten

- Aktivitetsplikten inneholder fem handlingsplikter, og et krav til å dokumentere hva som blir gjort for å oppfylle aktivitetsplikten. 



* Dokumentere hva som blir gjort for å oppfylle aktivitetsplikten





Opplæringsloven § 12-3.

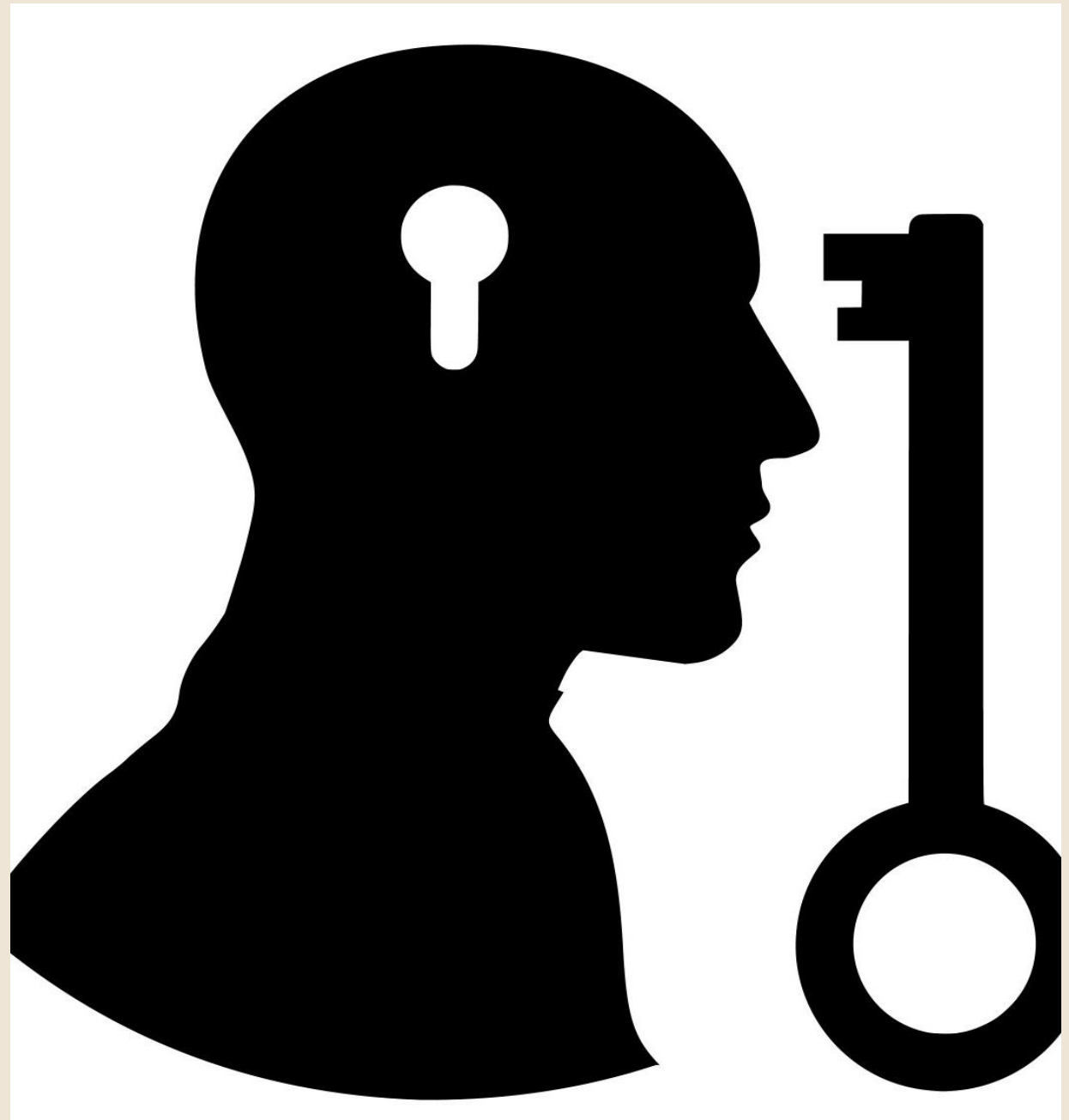
Nulltoleranse

«Skolen skal ikkje godta krenkjande oppførsel, som til dømes mobbing, vald, diskriminering og trakassering»

Hva er det du gjør i livet ditt som viser at du er en nulltolerant person?



For å forstå mobbing må man ha **kunnskap** om hvordan ulike faktorer spiller inn.





«Mobbing er handlinger av barn og/eller voksne som hindrer opplevelsen av å høre til, **å være en betydningsfull person i fellesskapet** og ha muligheten til medvirkning»

(Lund m. fl, 2015)

Mobbing kan være:



- å bli baksnakket
- å få spredt et rykte om seg
- å bli holdt utenfor
- å bli presset eller truet til å gjøre ting for andre som en ikke vil
- å bli kalt noe stygt eller få en stygg kommentar for eksempel om utseende, klær, tro, eller dialekt
- å bli slått, dyttet eller pirket på
- å få sekken sin, eller noe annet en eier, kastet rundt
- å ikke få være med i grupper på sosiale medier
- å aldri få kommentarer eller likes på bilder eller andre ting
- å få sårende eller stygge meldinger, bilder og videoer
- at noen sprer bilder eller video av noen som er nakne



Tidligere forklarte man
mobbing
ut ifra et individfokus.

Man la forklaringen på at det
er
noe med den ungen.



Forskning viser at vi må se og forstå
mobbing ut ifra den
settingen og det samspillet barnet er en
del av.



Moralsk kompass



Behov for å
høre til og frykten
for å stå utenfor





Sosial klatring

- Hvem er kule og hvem er ikke kule?
- Hvem bestemmer?
- Utestenging, baksnakking, ordbruk og ryktespredning
- Inn- og utgrupper
- Behov for å høre til

Sosiale ferdigheter er det viktigste foreldre kan lære barne sine

Terje Ogden



Empati = å ha forståelse for andres perspektiver, tanker og følelser, kunne leve seg inn i andres situasjon, vise medfølelse og ta hensyn og kunne tolke og forstå følelsesuttrykk

Samarbeidsferdigheter = handler om å kunne dele med andre, hjelpe andre, ta imot beskjeder og følge regler

Selvhevdelse = er å kunne hevde seg selv og egne meninger på en god måte, våge å stå imot gruppepress, ta initiativ og bli med i lek og samtaler som allerede er i gang, delta uoppfordret og invitere andre

Selvkontroll = er å tilpasse seg ulike situasjoner, takle konflikter og utsette egne behov og ønsker i situasjoner som krever turtaking, kompromisser og felles avgjørelser

Ansvarlighet = er å kunne følge regler og beskjeder, vise respekt for egne og andres eiendeler og arbeid. Kunne ta ansvar for egen læring og for sin del av fellesoppgavene

Hvorfor oppstår mobbing?

– om mobbingens mekanismer

Samarbeid mellom hjem og skole





Ombudet for
barn og unge

Akershus, Buskerud og Østfold

Det viktige samarbeidet



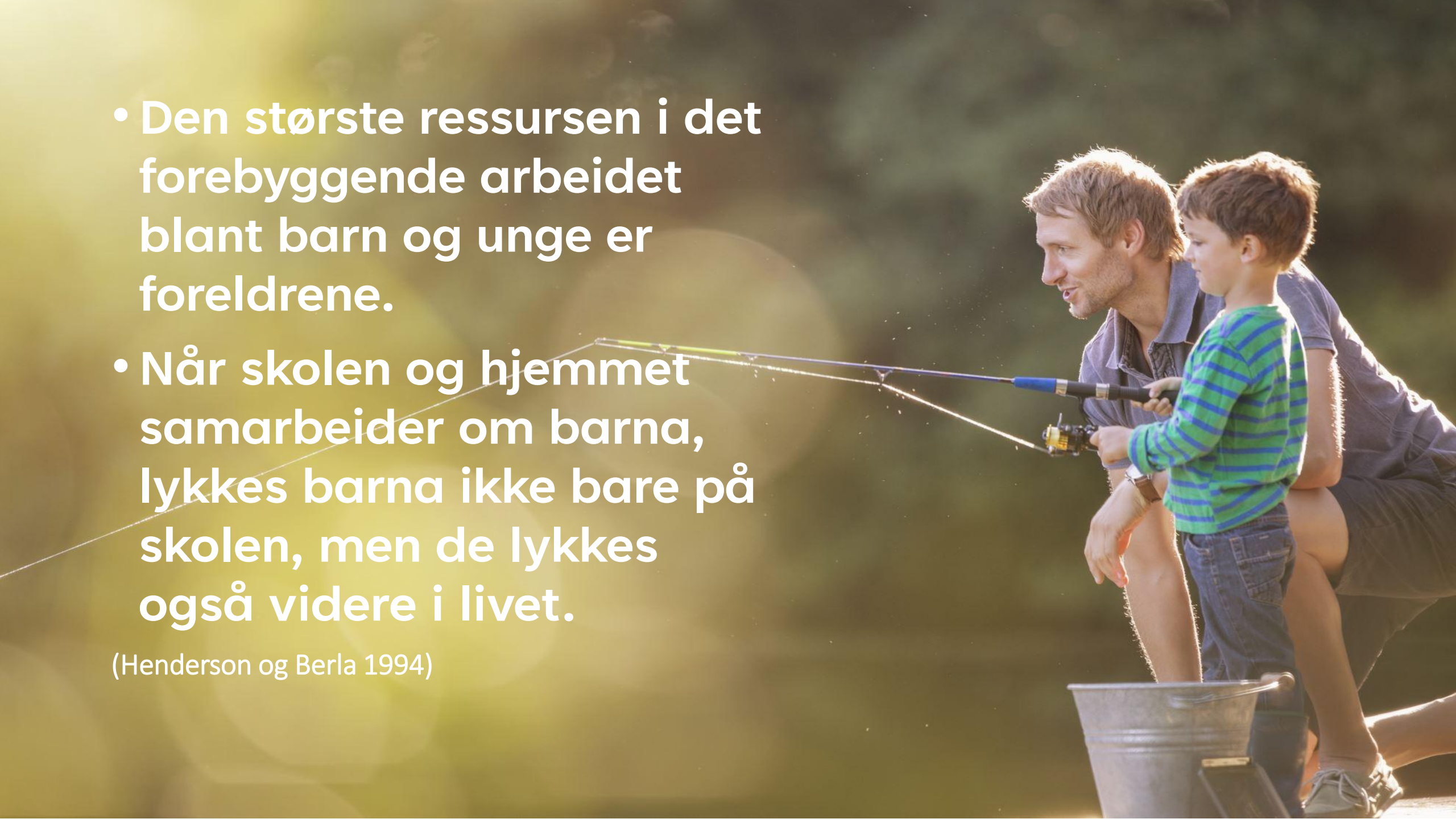
Den nye loven er tydelig på at skolen har plikt til å sørge for foreldremedvirkning gjennom skoledemokrati. § 10-4 sier at:

«Skolen skal sørge for at elever og foreldre får være med på å planlegge, gjennomføre og vurdere virksomheten til skolen, gjennom å arbeidet med skolemiljøet, kvalitetsutvikling i opplæringa og fastsetting av skolereglene.



- Den største ressursen i det forebyggende arbeidet blant barn og unge er foreldrene.
- Når skolen og hjemmet samarbeider om barna, lykkes barna ikke bare på skolen, men de lykkes også videre i livet.

(Henderson og Berla 1994)





Hvordan ser vi på medelevene til barna våre?

Vi opplever barn på ulike måter

Vår oppfatning påvirker våre forventinger og handlinger

Hvordan vi snakker om andre hjemme påvirker hvordan barna våre tenker og snakker om andre



Eksemplets makt



Hvordan kan foresatte bidra til et godt skolemiljø



Gode relasjoner mellom lærere, foreldre og elever er med på å bygge en positiv skolekultur som kan ha en forebyggende effekt på negativ atferd elevene imellom.

Foreldrenes samarbeid med skolen og hverandre vil påvirke elevenes læringsmiljø.

At foreldre kommuniserer positive holdninger til skolen og støtter opp om skolens normer og verdier, bidrar til å fremme det samme hos elevene.





Bli kjent

Det er viktig at skolen hjelper foreldrene med å bli kjent med hverandre og hverandres barn.

Bruk de anledningene skolen har som, foreldremøter og andre sosiale aktiviteter som klassen har.

Ved at foreldrene engasjerer seg sammen med læreren i elevgruppen, og ikke bare har fokus på egne barn, vil de fungere som rollemodeller for hvordan man kan bidra til å fremme et positivt fellesskap i klassen.



Hvordan kan dere
som foresatte
bidra til
utenforskap?





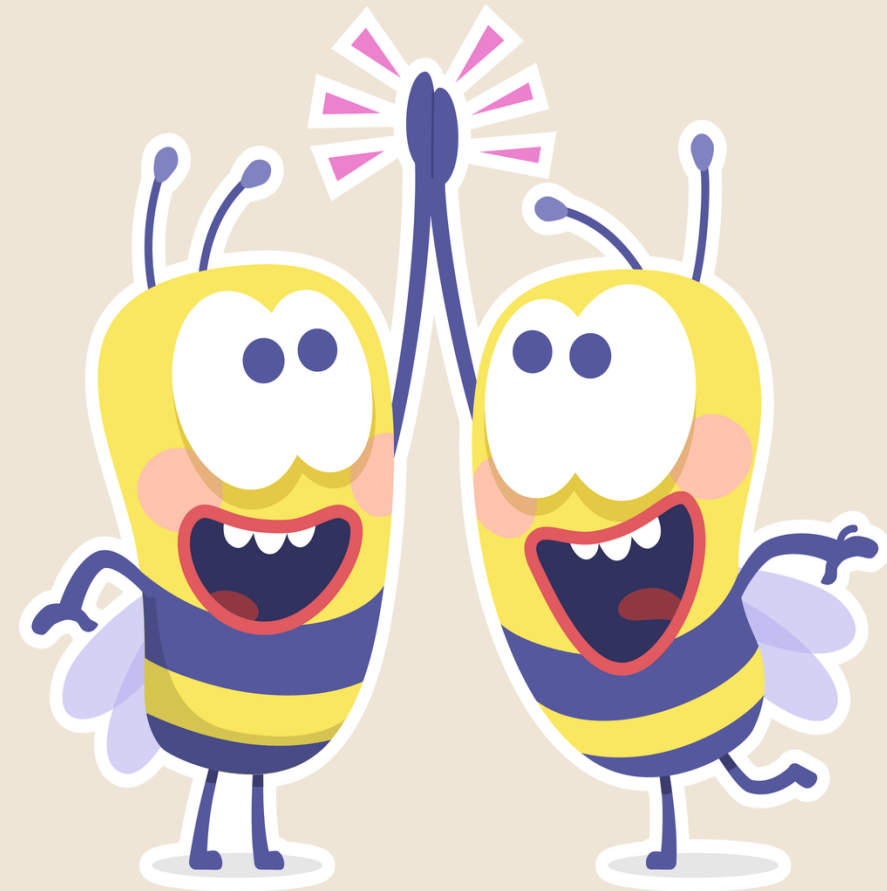
Hvordan skal vi
foresatte bidra til
et inkluderende
oppvekst og
læringsmiljø for
barna våre?



Hvordan bygge et inkluderende miljø

Foreldrenes ansvar

- Invitere venner/klassekamerater hjem og møte opp når noen har tatt initiativ
- Vennegrupper/klassearrangementer
- Inkludere alle i bursdagsfeiringer og gå i de bursdagene barnet ditt blir invitert til
- Delta i sosiale aktiviteter og på foreldremøter
- Snakke positivt om og med andre, både hjemme og på nett
- Være åpen, positiv og lyttende – være tilstede
- Trøste og hjelpe barn, men ikke alltid løse problemene for dem
- Skape en trygg base hjemme som er hyggelig og der barnet føler seg bra nok
- Ha grenser og regler, men tilpasse det til barnets nivå



Inkluderende tips til foresatte



- Lær deg navn på alle barna i klassen
- Husk å heie på alle barna, ikke bare dine egne
- Si HEI til alle du møter på skolen og i nabolaget
- Spør barnet ditt hvordan hen har hatt det på nett i dag
- Vær opptatt av at alle er med
- Snakk positivt om andre barn og foresatte
- Snakk positivt om skolen
- Hjelp barnet ditt å lage avtaler med andre barn
- Oppmuntre barnet ditt til å hjelpe de som strever litt ekstra
- Gå ALDRI forbi – vær en voksen – SI I FRA.



Kort evaluering



Kontaktinfo



Takk for i dag!

Nettside: afk.no/ombud, bfk.no/ombud, ofk.no/ombud

Kontaktinfo



Janne
Myraas

930 72 533

jannem@bfk.no