



HAREID KOMMUNE



Bilete: Mimsy Møller / [CC BY-NC](#)

Førebygging og hand- lingsplan for trygt og godt skulemiljø i Hareid

2025-2029

Innhald

DEL A

TEORIGRUNNLAGET OG FØREBYGGING AV TRYGT OG GODT SKULEMILJØ

1. Innleiing og grunnlag for planen:

Grunnlova og FNs barnekonvensjon om det beste for barnet.

Opplæringslova kapittel 12, Skulemiljøet til elevane

Opplæringslova kapittel 11, Tilpassa opplæring og individuell tilrettelegging

Opplæringslova kapittel 10, Det beste for eleven, medverknad, skoledemokrati, foreldre-samarbeid, skulereglar og plikt til å delta

Læring og omsorg – Kvalitetsplan for god oppvekst

Skulane, sektoren og kommunen sine satsingsområde og planar

2. Omgrep-felles forståing og kjernekomponentar

Mobbedefinisjonar og paradigmeskiftet innanfor mobbing. God pedagogisk praksis.

3. Korleis fremje eit trygt og godt skulemiljø og kjenneteikn på gode klassemiljø

Den autoritative klasseleiarrolla, gode relasjonar og tilknytningsteoriar

Byggje vi-kjensla og klasselaget gjennom fokus på livsmeistring, folkehelse og fellesska-pande didaktikk

Tydlege skulereglar med handheving av omsorgsfull kontroll

Kompetansebygging i skulane på førebygging, risikofaktorar og psykisk helse

4. Elevar sitt digitale liv

Det digitale livet til elevane og påverknad det har på trygt og godt skulemiljø

5. Laget rundt barna og det tverrfaglege samarbeidet

Stortingsmelding 6: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-6-20192020/id2677025/>

Barn og unges helsetenester: <https://www.helse-mr.no/avdelinger/klinikk-for-psykisk-helse-og-rus/avdeling-for-psykisk-helsevern-barn-og-ungdom/barn-og-unges-helseteneste>

BTS for Hareid kommune: <https://www.hareid.kommune.no/bts-hareids/>

6. Samarbeid med heimen

Skule-heim samarbeid

Omsynet til det beste for eleven

7. Oppfølging av elevar som har opplevd mobbing

Arbeide med traumesensitiv tilnærming og psykisk helse i skulane når eleven har opplevd mobbing.

DEL B

HANDLINGSRETTLEIAR FOR EIT TRYGT OG GODT SKULEMILJØ

Handlingrettleiaren skal vere tema i skulane kvar haust i internkontrollsystemet vårt, og vere ein «levande» plan som kan reviderast årleg etter som vi lærer nye metodar og pedagogiske grep for trygge og gode skulemiljø. Vi tek med både teljingar og fortellingar for å heile tida utvikle oss.

8. Handtere mobbing, krenkingar og retten til eit trygt og godt skulemiljø

Opplæringslova med verktøy, skulen si aktivitetsplikt og dokumentasjonsplikt, elevmedverknad og årshjul for arbeidet knytt til opplæringslova

9. Avslutning

10. Kjeldeliste

1. Innleiing og grunnlag for planen

Skulane i Hareid har hatt ei arbeidsgruppe som har utarbeidd denne planen. Planen skal vere eit styringsdokument, eit verdigrunnlag for arbeidet og gi nødvendig teoretisk grunnlag. Vi treng eit lag i skulane for å byggje og trygge dei tilsette sitt arbeid med å innfri lovkrava som handlar om retten til eit trygt og godt skulemiljø og ein inkluderande praksis. 1. august 2017 kom lovkravet om eit trygt og godt skulemiljø. Med ny opplæringslov frå 1. august 2024 har lova fått enkelte nye justeringar og endringar som denne planen byggjer på.

Hareid, juni 2025

Arbeidsgruppe:

Lene Renate Veiseth	Rådgivar sektor for læring og kultur
Hege Tretnes	Rektor Hareid skule
Siv-Marit Røyset Kaldhol	Rektor Hareid ungdomsskule
Unni Dragsund	Rektor Hjørungavåg skule
Heidi-Beate S Grimstad	Lærer på Hareid skule
Synnøve Kvalsund	Lærer på Bigset skule
Øyvind Rolvsjord	Lærer på Hareid ungdomsskule
Ranja Dimmen Alme	Lærer på Hjørungavåg skule

Planen har vore på høyring til dei tilsette i skulane og alle har fått uttalt seg gitt sine innspel. Ungdomsrådet i Hareid har hatt «workshop» på temaet mobbing og elevrådet ved skulane har hatt planen og mobbing som tema. Ungdomsrådet arbeidde med korleis det høyrdest ut, korleis det såg ut og korleis det kjendest ut rundt dei når det vart trygt og godt skulemiljø. Teoridelen og handlingsdelen er gjennomsyra av deira tankar.

Arbeidsgruppa har tatt med seg innspela inn og tatt dei faglege vurderingane saman med rektorgruppa for å slutføre planen. Planen er sett for 4 år, til og med skuleåret 28/29 og er godt forankra i teori og forskning på feltet.

FN s barnekonvensjon ligg som øvste ledestjerne for arbeidet vårt. Barnekonvensjonen seier at barn har rett til å uttale seg, og at ein alltid skal ha barn beste som grunnleggande omsyn. Alle barn under 18 år som oppheld seg i Noreg, er omfatta av barnekonvensjonen. Opplæringslova seier at alle tilsette skal sikre at alle elevar har eit trygt og godt skulemiljø, der alle barn kjenner at dei er ønska som deltakarar i eit leikande og lærande fellesskap der dei er inkluderte og får vere med å medverke ut frå sin ståstad og føresetnadar. Inkludering kan ein sjå på som fagleg inkludering, sosial inkludering og faktisk opplevd inkludering. Det er Opplæringslova kapittel 12 som set denne standarden for skulane. § 12-2 seier *Alle elevar har rett til eit trygt og godt skulemiljø som fremjar helse, inkludering, trivsel og læring.* Dette kapitlet heng også saman med kapittel 11 i Opplæringslova om tilpassa

opplæring og individuell tilrettelegging. Like viktig i arbeidet med å skape trygge, gode og inkluderende skulemiljø, er Opplæringslova kapittel 10 som omhandlar det beste for eleven, medverknad, skoledemokrati, foreldresamarbeid, skulereglar og plikt til å delta.

Skulane i Hareid har kapitel 10, 11 og 12 som satsingsområde dette- og dei neste åra, gjennom samskaping, kollektivt utviklingsarbeid på språk og lesing, tilpassa opplæring, modular på Udir på inkludering, psykisk helsepedagogikk og læringsmiljøet. Høgskulen i Volda er saman med oss i dette arbeidet gjennom desentralisert kompetanseutvikling og Kompetanseløft satsing. Vi får også god draghjelp gjennom BTS modellen og barn og unges helsetjenester Møre og Romsdal. Hareid held også på med ein førebyggjande plan for barn og unge som vi må setje i samanheng med dette arbeidet. Udir har bygd gode kompetansepakkar i emnet som skulane skal nytte i kompetansearbeidet dei komande åra. Denne planen er godt forankra i modulane sitt faglege innhald. Vidare i planen vil vi gå meir i detalj kring lovverket sine delplikter. Hareid sin Kvalitetsplan; *Læring og omsorg*, dannar verdigrunnlaget i sektoren.

<https://www.helse-mr.no/avdelinger/klinikk-for-psykisk-helse-og-rus/avdeling-for-psykisk-helsevern-barn-og-ungdom/barn-og-unges-helseteneste>

<https://www.hareid.kommune.no/bts-hareids/>

https://bibsyst.instructure.com/search/all_courses

2. Omgrep-felles forståing og kjernekomponentar

Mobbedefinisjonar:

Olweus og Roland sine teoriar kring mobbing er godt planta i skulemiljøa gjennom fleire år og vi kan seie at dei har vore pionerar innan feltet. Ein av skulane i kommunen har tidlegare vore Olweus skule. Skulane har også vore gjennom læringsmiljøprosjekt i Stavanger si satsing på SIM team (innsatsteam mot mobbing). Begge desse byggjer på definisjonene til Olweus og Roland.

Olweus sin definisjon: "En person er mobbet eller plaget når han eller hun, gjentatte ganger og over en viss tid blir utsatt for negative handlinger fra en eller flere personer" (Olweus, 1997). I tillegg skiller Olweus mellom direkte og indirekte mobbing. Direkte mobbing er aktive, observerbare angrep på mobbeofferet, mens indirekte mobbing innebærer isolering og sosial utestengning (Olweus, 1997).»

Roland sin definisjon: "Mobbing er langvarig vold, psykisk og/eller fysisk, rettet mot eit offer og utført av enkeltpersoner eller grupper" (Roland, 1983). Roland legg større vekt på aggresjonsaspektet enn Olweus, og han har ein definisjon som kan oppfattast meir innsnevra enn

Olweus sin. Begge skildrar mobbing som negative handlingar over tid, utført av ein eller fleire og det er eit ujamnt styrkeforhold (Lund §Helgeland) (Bru et al.). Med denne tenkjemåten kan barn og unge bli tildelt rolla som mobbar, offer og forklaringar og tiltak blir retta i hovudsak mot den enkelte deltakar eller deltakarar i mobbesituasjonen. Det enkelte barn kan stå i fare for å verte definert som «aggressivt», som «plagaren» og handlingane definert som intensjonelle.”

Dei siste åra har det kome nyare forskning innanfor mobbefeltet. Mange omtalar det som eit paradigmeskifte med danske forskarar som Dorthe Marie Søndergaard i spissen. I Noreg har Professor Ingrid Lund gått i førarsetet. Søkjelyset blir retta meir og tydeligare mot dei komplekse sosiale prosessane som hender når mobbing oppstår. Ein går vekk frå individfokuset på ein mobbar og eit mobbeoffer. Ein går frå individperspektivet til samspelet mellom elevar og dei sosiale prosessane som er i ei klasse og på ein skule. Ein kan skildre det som angsten for å verte ekskludert og lengta til å høyre til, og haldningar og handlingar i dei sosiale prosessane. Kjensler på ville vegar kan vere ein tanke i dette som Ingrid Lund skildrar der inkludering og ekskluderingsprosessar er i bevegelse og kan verte ein del av kulturen i fellesskapet som eleven er ein del av.

Skulane og barnehagane bør difor ta med seg tidlegare forskning som bakteppe og gå inn i den nyare forskinga med den nye mobbedefinisjonen i sitt arbeid. I denne definisjonen tar vi i større grad inn det komplekse og sosiale gruppefenomenet som finns når mobbing oppstår.

«Mobbing av barn og unge er handlinger frå voksne og/eller barn og unge som hindrer opplevelsen av å høre til, å være en betydningsfull deltaker i fellesskapet og mulighet til medvirkning» (Lund §Helgeland, 2020 s 19). Ein kan seie at ein skiftar fokus frå individ til kontekst og sosiale prosessar og det underordna er den individuelle opplevinga av utanforskap og gruppedynamikkar (Lund §Helgeland, 2020).

Gruppemekanismar som sosiale drivkrefter i mobbing:

Frå å spørje *kvifor* nokre barn vert mobbarar og mobbeoffer, spør ein *korleis* vart det slik. Kjenneteikn ved negative gruppedynamikkar kan vere:

Sosial eksklusjonsangst og utryggheit.

Ein utrygg kultur og frykt for eksklusjonar. Det er eit grunnleggande behov for menneske å føle seg akseptert, anerkjent og verdsett. Om dette behovet vert trua, kan det føre til sosial panikk. Det kan føre til at gruppa finn seg ei felles skyteskive eller ein “avvikar”.

Sosiale og moralske ordenar.

Grupperingar og hierarki i barne-/elevgruppa. Etablerte normer for passande og upassande atferd. Det å vere flink i fotball kan til dømes gi status, medan det å vere med i korps ikkje gjer det. Markering av identitet som tippar over i mobbing. Vi/dei andre, inne/ute. Posisjonering i uformelle sosiale hierarki.

Foraktproduksjon og ekstreme eksklusjonar.

Foraktproduksjon framfor verdigheitsproduksjon. Ekstreme eksklusjonar som rettar seg mot bestemte individ. Dette kan få uttrykk i kroppsspråk som å snu ryggen til, himle med augene eller ved bruk av humor som latterleggjer personen.

Moralske fråkoplingar og legitimerande forteljingar. Finne «avvikaren».

Forteljingar som legitimerer og rettferdiggjer mobbing. Det kan bli konstruert og identifisert ein «avvikar». Eleven vert avhumanisert og ekskludert. Ein skyldar på offeret og set avvikar-skapande merkelappar som «idiot», «ekkel», «rar» på barnet for å legitimere og normalisere mobbinga. Sosial stempling og stigma som skaper samhald og bekreftar «normalitet» til resten av gjengen

Nettsider ein kan nytte om ein treng å forstå dette betre og som skulane kan bruke i utvikling og endingsarbeidet.

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/filmsider/film-sosiale-dynamikker/>

<https://youtu.be/EAVY4bXwvJQ?si=cBJ44wO6UoUcAITp>

<https://www.livetogsann.no/1-7-trinn/mobbing/4-personalkurs-aktivitetsplikta-i-praksis/>

Å skape trygge og gode klassemiljø er noko av det viktigaste skulane arbeider med og gir grobott for trivsel og læring. Difor vert det så viktig for skulane å utvikle seg på å sjå og analysere gruppedynamikkar gjennom observasjonar og kartleggingar. Dersom ein ser at dei sosiale prosessane er på avvegar må ein setje inn tiltak. Skuleleiinga og Støttande team har kompetanse på å ta pedagogisk analyser og kan t.d. nytte LP modellen til Thomas Nordal som utgangspunkt eller Parantesmetoden til Helle Rabel Hansen som verktøy. Skulane nyttar også Spekter som ligg fast i Kartlegging og tiltaksplanen vår. Elevundersøkinga vert tatt kvart år og i årshjulet vårt ligg der faste rutinar på arbeid med tala for å sjå trendar over tid og setje seg utviklingsmål i einingane kring tala. Dersom skulane har behov for støtte i dette arbeidet kan ein nytte PPT sin kompetanse i treffetid og /eller Støttande team kan køyre ei pedagogisk analyse saman med personalgruppa rundt ei klasse. Skular i Hareid kan nytte Støttande team også i det førebyggjande arbeidet med å byggje kompetanse eller dersom ein treng støtte i saksarbeidet.

Oppsummert må skulane arbeid med dei ulike mobbedefinisjonane, gjenkjenningskompetanse på gruppedynamikkar, nytte kartleggingar og verktøy for å bryte negative mønster. Tiltak, evaluering og nye tiltak til ting er snudd. Her kan PPT og Støttande team nyttast i kompetansearbeidet.

3. Korleis fremje eit trygt og godt skulemiljø og kjenneteikn på gode klassemiljø**Den autoritative vaksenrolla:**

Dersom ein skal skape gode trygge skulemiljø der ein førebygger mobbing og negative gruppedynamikkar er den autoritative vaksenrolla heilt sentral. Kvalitetsplanen for god oppvekst i Hareid byggjer på denne vaksenrolla og den skal gjennomsyre alle ledd i sektoren vår.

Den autoritative vaksenrolla kan ein dele inn i ni eigenskapar delt i tre hovudområde som formar relasjonar og god relasjonsbygging. I botnen for denne måten å tenkje ligg Baumrind sin modell om autoritative vaksne, og i tillegg legg ein til empati/affekt som ein dimensjon (Fallmyr, 2020).

Fyrste område er *struktur og krav* og der ligg 1. pålitelegheit, 2. tydelegheit, 3. forutsigbarheit. Ein lærar viser dette både gjennom modellering og handlingar. Denne typen lærar legg vekt på meistringsopplevingar og tilpassa opplæring. Han jobbar for å ivareta regler og grenser konsekvent. Tydelegheit betyr også å motivere og utfordre med passelege krav slik at elevar har noko å strekke seg etter. Dersom han i tillegg er tydelig og ikkje vag skaper det eit trygt klima i klassa. Lærarar som er gode på dette har kontroll på sine egne kjensler.

Det andre området er *anerkjenning og støtte* og der ligg 4. openheit/involvering, 5. anerkjenning 6. humoristisk sans/evne til å skape positive kjensler. Det som kjenneteiknar lærarar som har utvikla dette er lærarar som byr på seg sjølv og tør å spørje elevane kva dei tenkte t.d. om denne timen eller dette opplegget. Læraren etablerer eit sett av verdiar og haldningar gjennom openheit og sin måte å vere på. Han anerkjenner elevane sine interesser, det dei tenkjer er vanskeleg, draumar dei har etc. Denne typen lærar vil sjå etter symptom som elev treng hjelp til og er dyktig på å tilpasse ting til eleven sine forutsetningar og vanskar. Har i tillegg læraren humoristisk sans på ein oppbyggjane måte kan det skape gode kjensler og fellesskapsopplevingar som byggjer klassekulturen positivt

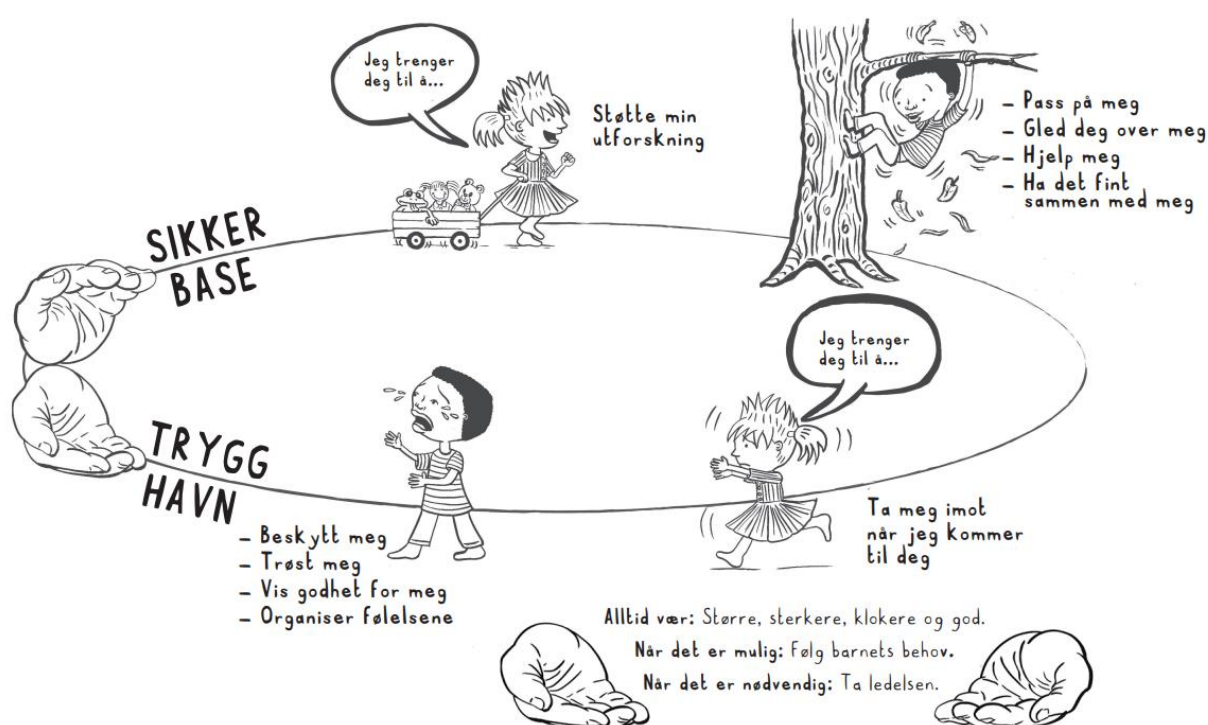
Det siste området er *empati/bevisstheit* kring kjensler og der ligg 7. konflikthandtering, 8. kjenslehandtering og 9. empati. Konflikhtar skjer i alle klasser og er, noko du må rekne med å handtere i lærarrolla ein naturleg del av lærarrolla. Å vere god på konflikthandtering der ein undersøker og ikkje overkøyer er viktig. I tillegg må ein vere god på å validere kjensler til elevane, samregulere og anerkjenne at det kan vere vanskeleg. Kjenslene skal ikkje kontrollerast eller fjernast. God empati krev også at ein har kunnskap om eleven sin indre verden og tolking av den (Fallmyr, 2020)

Skal ein få til utvikling på desse områda i skulen krev det at kvar enkelt jobbar med vaksenrolla si, egne reaksjonsmønster og mentaliseringsevner. Ein kan seie ein må sjå seg sjølv utanfrå og eleven innanfrå. Det krev at ein jobbar med seg sjølv og sine eigen mønster i relasjon med andre (Brandtzæg et al. 2019).

Gode og trygge relasjonar mellom vaksne og elevar og mellom elevar:

Forsking seier at relasjonane mellom lærar og elev er best i 1.-3. trinn på barneskulen, og dette er noko ein skal ha med seg i tankane oppover skulesystemet når vi veit at dei faglege krava også aukar. I tillegg veit vi også at ein god relasjon mellom elev og lærar er ein beskyttande faktor for elevar som er i risiko for å utvikle psykiske vanskar, og psykiske vanskar er noko som igjen påverkar relasjonane (Fallmyr, 2020). I fylgje tilknytningsteorien ser ein at elev- lærar relasjonar har mykje å seie for elev-elev relasjonar for ein kan bruke læraren som ressurs til å byggje andre relasjonar. Det kan også påverke elevane sin åtferd overfor kvarandre. Ein ser også at elevar som kanskje har svake sosiale ferdigheiter treng dei vaksne sin hjelp til å byggje venskap (Havik 2016). Effekt av god kjenslehandtering i skulen må ein ikkje undervurdere og særskilt til elevar som har tilpassingsvanskar av ulik grad (Fallmyr, 2020). Dette bør ein ha med seg som bakteppe i analysearbeid ein gjer i skulen.

Tryggheits-sirkelen som teoriforankring:



Trygge barn vil søkje vaksne tilknytingspersonar for å få hjelp. Blir ein utsett for stress søker ein hjelp til å roe seg ned eller i beste fall den vaksne ser stresset og hjelper til å roe. For utrygge barn eller barn som er utrygge i relasjonane kan ein bli gåande alene med stressreaksjonane og ikkje få nødvendig reguleringsstøtte når hjernen er i alarmberedskap. For at læraren eller omsorgspersonar skal bli eit nødvendig tryggheitsanker må dei genuint kjenne at du er innstilt på å forstå dei og sjå behova deira. Tryggheitssirkelen skildrar to grunnleggande behov. Nemleg behovet for utforskning og tilknytning og dette vert i modellen vist som to hender med to utspring i ein sirkel, trygg base og trygg hamn. Trygg base viser at du skal støtte barnet si utforskning og

trygg hamn at du skal ta imot når barnet kjem til deg for tilknytning og emosjonelt påfyll. I modellen skildrar ein det som barnet treng lading. For elevar kan læraren vere ladestasjonen men også andre elevar kan gi lading. Behovet for lading kan vise seg i mange uttrykk i eit skuleelev, det kan vere kroppshaldning, ansiktsuttrykk, eller det motsett tøys og verte uroleg. Difor er det så viktig at vi ser eleven innanfrå og kvar eleven er i sirkelen. Viktig at vi også er merksame på at nokre elevar treng meir lading enn andre (Brandtzæg et al.)

Tryggheitssirkelen er eit godt verktøy. Vi skal alltid vere større, sterkare klokare og god og det vil seie at vi må vere bevisst vaksenrolla og sjå oss sjølv utanfrå. Når det er mogeleg skal vi fylgje eleven sitt behov og når det er nødvendig skal vi ta tak og leie (Brandtzæg et al.). Dette er ikkje alltid like enkelt i ei klasse med mange behov, ein må anerkjenne det, men om vi i skulen snakkar språket og evaluerer oss sjølv og vår eiga vaksenrolle i Tryggheitssirkelen er vi på veg til endring kring barn og ungdomar og det er ei viktig førbygging kring trygge og gode miljø for barn og ungdomar i Hareid.

Vi-kjensla, det gode klasselaget og fellesskapande didaktikk.

Å bygge laget gjennom faget. Den nye sosiokulturelle forståinga av mobbing og omgrepet fellesskapande didaktikk:

Fellesskapande didaktikk vart utvikla i møte mellom praksisfeltet sin etterspørsel etter den nye sosiokulturelle forståinga av mobbing og forskarar som såg ein betre utnytting av praksisfeltet sin kompetanse. Ein sterk ambisjon har vore å bevege mobbeforskinga frå «skulen sin periferi» til å handle om kjerneverksemda, **nemleg undervisninga**. I praksis kjenneteiknar fellesskapande undervisning om tre forhold:

1. Kontekstnær som vil seie at ein set fagkunnskap i samspel med praksiskunnskap henta frå lærarane og elevane sin bakgrunn.
2. Denne måten å tenkje på er elevsentrert og bruker elevane sine styrker, kunnskap og ressursar for at elevane skal lære av kvarandre og i fellesskapet.
3. Den etablerer ein ny autoritetsbalanse i klassen der makt og innflytelse over undervisning fordelast meir likeverdig mellom lærarar og elevar og bidreg til å forsterke relasjonar i klasserommet.

Det sentrale i denne tenkinga er at lærarane sitt arbeid med klasserommet sin kultur og verdiar påverkar og gir mogelegheiter til å bli verdsett i eit fagleg og sosial fellesskap. Ei fellesskapande klasseleiing vil seie at ein involverer elevane gjennom å integrere fagleg og sosial praksis i klasserommet som både formar kulturen og forsterkar elevane sitt fellesskap med meining, verdigheit og inkludering. *Det er undervisninga sitt mål, innhald og metodar som skapar*

fellesskapande didaktikk gjennom korleis ein arbeider med både fagleg, sosial og emosjonell læring knytt til undervisning og fag.

Arbeid mot mobbing skal ikkje ligge utanfor undervisninga, men gjennom skulen si kjerneverksend skal ein byggje kulturar og «det gyldige vi» der alle elevar sitt bidrag i fellesskapet er likeverdig og nødvendig for klasseseselskapet si læring og utvikling. Det sosiale, emosjonelle og det faglege må vere i ei symbiose. Vi kan ikkje berre risikovurdere det faglege, men like så viktig vert det å risikovurdere det sosiale og det emosjonelle i planlegging av undervisninga vår.

Å etablere det «gyldige vi» inneberer ikkje berre å etablere eit kollektiv i klassa som er inkluderande, men som alle også identifiserer seg med og ynskjer å slutte seg til, altså opplevd inkludering. Det handlar difor om det sosiale limet som kan gje identifikasjon og samhøyrighet mellom alle elevar og ulikskapen ein har i klassa. Også Udir skriv i si fagleg innramming i t.d. den nasjonale satsinga som Hareid har vore ein del av at fellesskapane didaktikk er god pedagogiske praksis. I Udir sine kompetansepakkar til skulane vert ordet fellesskapande undervisning nytta. Skulemiljø, læreplanar og fellesskapande didaktikk heng saman. Ordet *inkludering* som har kome inn i lovkravet tydeleggjer dette. Verdiane i den overordna delen og prinsippa som skal gjennomsyra skule sin praksis og dei tverrfaglege emna livsmeistring og folkehelse underbyggjer også.

Tydelege skulereglar med handheving av omsorgsfull kontroll

Knytt til fellesskapet ligg også handheving av omsorgsfull kontroll. Når ein har gode relasjonar til ein elev, når ein ser eleven innanfrå, gjenkjenner eleven i trygghetssirkelen og «ser» kva eleven har behov for vert det viktig å balansere vektskåla der ein handhevar klassa og skulen sine reglar med nødvendig støtte for at eleven skal meistre å vere ein del av dette kllassesamfunnet og dei sett av reglar og verdar som finst der. Nokre elevar vil trenge tett og nær støtte, ofte lading og ein strek oppleving av at dei vaksne på skulen vil hjelpe med reguleringa. Medan andre elevar regulerer seg greitt sjølve fordi dei å har bygd verktøya dei treng for å regulere seg i høve skulen sine forventningar og reglar. I skulen har vi alle sortar av elevar med ulike diagnoser, utviklingstraume, tilknytingsmønster etc. og nokon vil trenge sterkt den emosjonsfokuserte vaksne som er god på handheving av omsorgsfull kontroll der ein balanserer empati, varme og støtte med tydelege reglar. Det vil skaper trygghet i læring for alle elevar om ein plantar kva verdar og normer som skal gjelde på skulen og i klassa, og ein ser at dei vaksne på skulen går samla om dei verdiane. Læraren som modell for elevane og tryggheita i at det vert handheva med tydelegheit smittar på klimaet og den psykologiske tryggheita i klassa og på skulen. Dette er med på å skape likeverdigheit og vennskap. God og likeverdig handtering av

skulereglar vert svært viktig, og at det er knytt forventning og kriterier til skulereglane som elevar og heimar forstår.

Lærar har stor påverknad på kor godt eit barn og ungdom vert likt av andre og tilsette i skulen som har høg kompetanse på klasseleiing, relasjon, psykisk helse, diagnosar etc vert nødvendig for å byggje gode inkluderande klassemiljø der det er trygge lærar-elev relasjonar, men like viktig trygge elev-elev relasjonar. Skulen har kanskje hatt ein tradisjon på å individualisere eit problem med «ja, men haldningar, ja men han bidreg ikkje med noko, ja men ho ekskluderer seg sjølv, ja men han er veldig hissig etc.» Mobbing er eit sosialt fenomen og vi må sjå på alle elevar som likeverdige partnarar i det sosiale fellesskapet. Vi må ikkje gjere individ svake med individforklaringar, alle elevar har den legitime retten til å høyre til og å ha reel påverknad på fellesskapet. Vaksne skaper vennskap og vaksne i skulen med å gi nødvendig støtte for meistring av skulen sine fellesskap og reglar. Ei haldning og ein kunnskap i høve eit menneskesyn er ikkje implementert i oss før det kjem ut i handlingane våre. Trår vi feil som vi alle gjer i møte med menneske må vi ha evne til å evaluere oss sjølv og reparere. Evne til å mentalisere kan øvast på, klasseleiing kan øvast på, og kompetanse kan utviklast i profesjonsfellesskapet.

Dersom elevar til stadigheit bryt skulereglar vert det viktig å ta ei analyse av miljøet rundt eleven og klassemiljøet for å bryte negative mønster og skape nye hensiktsmessige strategiar. Utrygge klassemiljø der fleire elevar ikkje forhold seg til skulereglar kan gje grobott for mobbing og krenkelsar og ikkje minst skape utryggheit som går utover læringa. I slike saker må rektor, dei tilsette, eleven og heimen involverast og i nokre samanhengar det tverrfaglege laget som Støttande team, PPT, BUP og andre. Skuleleiinga må ha klare reglar for handheving av vald og truslar i skulen, men den aller viktigast faktoren er tidleg inn med rette tiltak - som verkar. Førebygging tidleg er samfunnsøkonomisk i forhold til reparasjon som ungdom eller vaksen. Gjenkjenning og tiltakskompetanse vert svært viktig.

Oppsummert må skulane arbeide med kriteria som ligg i den autoritative vaksenrolla, bryte ned og arbeide med kva det betyr for den enkelte lærar. Kva får eg til, kva må eg arbeide for å endre til det beste for min relasjon til elevane og relasjonen elevane mellom slik at dei kan nytte lærar og elevar som trygghetanker. Metodar og teori i dette arbeidet er kjenneteikn på den autoritative vaksenrolla, fellesskapande didaktikk, trygghets-sirkelen og omsorgsfull kontroll.

4. Elevar sitt digitale liv

I dagens samfunn kjem nettbrett, sosiale medier og smarttelefonar veldig tidleg inn i barn sitt liv. Elevar og barn i dag lever ikkje berre i den fysiske verden, men også i ein digital verden allereie frå 7 -9 års alder. Dette er elevar si fritid, men for å skape trygge gode og inkluderande klassemiljø vert det digitale livet til elevane også dratt inn i skulen anten vi vil det eller ei. Digital krenking skjer via digitale plattformer som t.d. sosiale medium, meldings-appar og nettforum. Staten arbeider no med tydeligare aldersgrenser og det vert spennande å sjå om ein får til endringar på dette området som vil bidra positivt inn i skulen og elevane sine miljø. Krenking på nett kan ha alvorlege konsekvensar for elevane si psykiske helse og trivsel. Det er viktig at tilsette i skulen har kunnskap om korleis dei kan identifisere og handtere slike situasjonar. Krenkinga skjer ikkje fysisk, men som erting, baksnakking, bildedeling, truslar, utestenging av ulike grupper som for eksempel snapchat, whats app og liknande.

Elevar som vert utsett for krenkingar og i verste fall mobbing har ingen friplass fordi denne mobbinga kan skje når som helst og på alle døgnetts tider. Der er ein klar samanheng mellom sårbarheit, einsemd og digital mobbing. Gutar mobbar både gutar og jenter, jamaldrande og yngre, medan jenter mobbar hovudsakleg andre jenter og oftast jamaldrande. Der er framleis store mørketal om barn og unge sitt digitale liv. Dersom elevar fortel om negative erfaringar i det digitale livet som påverkar deira sosiale fundering på skulen, vert det viktig at skulen bedreg saman med heimen med nødvendige tiltak for eleven si psykiske helse. Også her kan ein nytte trefftid til PPT for råd og rettleiing eller ein kan kople på Støttande team i arbeidet. Alvorlege krenkingar på nett krev også at skule samarbeider med politi, barnevernstenesta og BUP om nødvendig. Ein kan også ta med seg case eller elevsaker med samtykke til dialogbasert inn-taksmøte med BUP der dei tverrfaglege er representert. Ein melder saker til rådgjevar i sektoren eller leiande helsejsukepleiar. Skulen har også tverrfagleg team der dette kan vere tema både på individ og systemnivå.

Som skule må vi fortsette å ha det digitale livet til elevane som tema på skulen gjennom t.d. Livet og sånt for å lære og øve på gode digitale val i det førebyggjande arbeidet. Vi har gjennom samarbeid med Tussa hatt Barnevakten på laget vårt årleg og dette vert berre viktigare og viktigare for at skule og heim skal gå saman for endring og trygghet i barn og unge sitt digitale liv. Så håper vi at vi får drahjelp av staten på aldersgrenser på sosiale medier blant anna. Det er mykje bevegelse i dette feltet.

Sjustjerna har våren 2025 arbeidt med ein plan for skadeleg innhald på nett, og gjennom eit nytt program som heiter Cisco Umbrella har skulen sine maskiner fått blokkeringar både heime og på skulen for å trygge elevar sitt digitale liv enno betre på skulen sine plattformer. Skulane har også fjerna alle sosiale media på skulen sine maskiner i det forebyggjande arbeidet.

Oppsummert må skulane arbeide med elevar sitt digitale liv i lærargruppa, elevgruppa og foreldregruppa gjennom t.d. Livet og sånt, elevsamtalar og foreldremøte/dialogsamtalar.

5. Laget rundt barna og det tverrfaglege samarbeidet

Psykisk helse i skulen krev lærarar som har pågangsmot, engasjement og kompetanse for å nemne noko. Lærarar skal ikkje vere terapeutar, men kan arbeide terapeutisk gjennom å bygge kunnskap om å identifisere og sette i gang støttesystem, kunne møte relasjonelt og autoritativt, kunne tilpasse undervisninga og utvikle kompetansen i å leie dei sosiale prosessane i ei klasse. Dette er svært betydingsfulle tiltak for ein elev sitt liv. Gjennom læraren sitt stabile nærvær og støtte kan dei verkeleg gjere ein skilnad for eleven. Skulane klarer ikkje bygge dette aleine, men det krev ein kollektiv kultur og samarbeidet i laget og støtteinstansane rundt elevane. Laget må vere med å anerkjenne kompleksiteten, utvikle kompetansen, byggje lærarane si meistringstru og motverke overbelastningar.

Hareid har gjennom BTS og Barn og unges helsetenester program som kan hjelpe skulen med verktøy og korleis få hjelp. Hareid har gode etablerte fora for tverrfagleg samarbeid gjennom trefftid med PPT, Støttande team (læringsmiljøteam/psykisk helse team) tverrfaglege team, gjennom foreldremøter med tverrfagleg deltaking, dialogbaserte møter med BUP og Samarbeidsforum for barn og unge i toppen. I alle desse fora kan ein ta med arbeid kring kompetansebygging på trygt og godt skulemiljø, og også enkeltsaker. Skulane har også godt og tett samarbeid med helsesjukepleiarane. Støttande team er eit ambulerande lågterskel team ein ta kontakt med både i det førebyggjande arbeidet og når utfordring oppstår. Dei kan bidra med pedagogiske analyser og nødvendige endringsprosessar. God foreldreinvolvering og ivaretaking av heimane i vanskelege mobbesaker er svært viktig. Heimen og eleven må kjenne at dei er aktive deltakara og med på dei tiltaka som vert prøvd ut. Barns medverknad og beste prinsipp skal alltid vere rådande og sterkt i alle tiltaka.

Oppsummert må skulane nytte laget når saker vert kompliserte eller vanskelege. Ein kan også nytte laget i det førebyggjande arbeidet.

6. Heim-skule samarbeidet og det beste for eleven

I mobbeombodet for Møre og Romsdal sin rapport for 2023-24 vert det i deira funn vektlagt at der skular og heimar samarbeider godt pregar dette skulekulturen positivt og kjem elevane til gode. Vi må fortsette i Hareid arbeidet med å lage gode foreldremøte der heimane i stor grad får medverke, ha diskusjonar, verte kjende med kvarandre og byggje ein kollektiv foreldrekultur i klassa. Skulen og heimen saman må lage gode strategiar og verte einige om korleis samarbeidet skal vere i klassen, reglar vi skal ha, kva heimane

kan bidra med på fritid og setje krav til ein kollektiv foreldrekultur som går saman og støttar kvarandre. Det krev at både skulen og heimen arbeider med trygge relasjonar i foreldrelaget. Foreldra må verte kjende med kvarandre og bli trygge på kvarandre.

Mobbeombodet framhevar i sin rapport at det er viktig å unngå uheldig polarisering – noko som ofte kjem fram i mediebilete i form av motstridige narrativ om valdelege elevar, kravstore foreldre, makteslause lærarar etc. Skulen og heimen må arbeide aktiv for å trygge samarbeidet der alle er likeverdige samarbeidspartnarar til det beste for klassa og ved behov den enkelte eleven.

Skulen og heimen har eit felles oppdrag med å gjere elevane trygge, oppleve livsmeistring og førebu dei for framtida. I Hareid må vi samarbeide tettare enn nokon gong grunna vanskeleg kommuneøkonomi og teljingar og fortellingar vi ikkje er fornøgde med. Ny opplæringslov tydeleggjer dette samarbeidet i enno større grad. Skulane må ta ansvar for skuledemokratiet, ha aktive klasseråd, elevråd og FAU/SU. Skuleeigar må ha tydeleg retningslinjer gjennom krav, forventningar og støtte gjennom arbeid på leiarnivået, gjennom kollektivt utviklingsarbeid og gjennom kommunalt foreldreutval, KFU.

Skulane må arbeide for god kompetanse kring det beste for eleven. Fokus på kompetansebygging i psykisk helse og læringsmiljø må ligge sterkt i Hareid i det førebyggjande arbeidet. Det beste for eleven skal alltid vere eit grunnleggjande omsyn. Skulane har etablert tverrfaglege team i alle einingar det dette kan vere jamt på saklista og noko ein heile tida må vere beviste på og ta omsyn til. Leiaransvaret som ligg til rektor her er stort og ein må jobbe med at alle lærarar har god kompetanse på barns beste vurderingar, sjå eleven innanfrå og eleven sine behov gjennom elevsamtalar, oppdagarkompetanse og uttrykka eleven gir gjennom handlingane sine. Å kjenne til kjernekomponentar til særskilt sårbare barn og ha gjenkjenningsskompetanse i eit barn sine behov vert svært viktig. Eleven har rett til å uttale seg, rett til informasjon og bli høyrte og tatt på alvor. Elevperspektivet vert tydeleggjort i nytt lovverk.

Oppsummert kan ein seie at skule og heim må samarbeide tett om gode løysningar for barns beste og vi må arbeid for gode fellesskapande foreldrekulturar.

7. Oppfølging av elevar som har opplevd mobbing

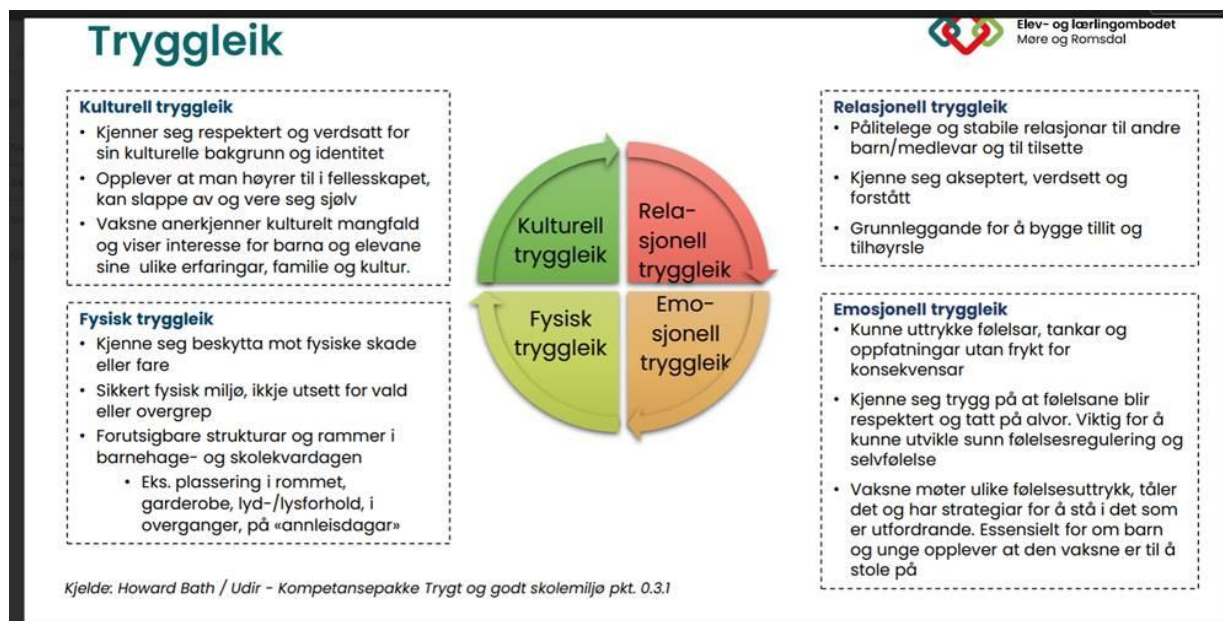
For elevar som har opplevd omfattande mobbing over mange år kan det setje djupe varige spor. Kroppen og hjerne har levd under press og stress. Stress-responssystemet vårt vert påverka. For elevar som opplever mobbing over lang tid kan dette ha gitt påkjenningar som påverkar toleransen vår for stress vidare i livet. Vi skal gjennom livet opparbeide oss

tolegrenser for stress, og er ein viktig del av barn si utvikling, men mobbing kan ein sjå på som giftig stress. For elevar som har opplevd dette over tid gir det ei større aktivering av stress-responssystemet. Giftig stress er negative påverkingar vi står i utan relasjonell støtte. For nokre elevar kan det setje seg som eit traume og ein kan få traumelikande reaksjonar. Difor vert det viktig at dei vaksne på skolen kan noko om traumesensitiv tilnærming og omsorg.

Eit traume inneber overveldande og ukontrollerbare hendingar som har ei ekstraordinær psykisk påkjenning for barnet som utsettast for hendinga. Hendingane kan opptre brått og uventa, men kan også gjenta seg i meir eller mindre identisk form. Barnet kan ikkje hindre hendinga og barnet kjenner seg hjelpelaus og sårbar. Traume tyder skade og kjem frå medisinen. Krisepsykologien tok over ordet og ein gjekk frå psykisk traume over til berre traume. Når barn har opplevingar som påverkar dei i ulik grad kan ein seie at der er eit brot i internforbindelsen mellom tankar og kjensler. Barn som er prega av traume har vanskar med å styre og kontrollere kjensler tilpassa tid, stad og situasjonen.

Ein liknande måte å definere traume på er ei hending eller vedvarande hending som overveldar ein person sin kapasitet til å integrere den emosjonelle opplevinga. Ein kan oppleve det som ein trussel mot eige, eller nære andre sitt liv eller kroppsleg integritet. Der er ulike oppfatningar i feltet, men ein ser eit gradvis aukande fokus på barn og konsekvensar av traumatiske belastningar som skjer tidleg i livet som t.d. mobbing og omsorgssvikt. Traumepsykologi og utviklingspsykologi integrerer seg i kvarandre. Med denne tilnærminga kan ein seie at traumebevisstheit handlar mykje om å forstå korleis ein bør møte eit barn i eit reguleringsperspektiv og gi nødvendig reguleringsstøtte.

Eit barn som er utsett for skremmande hendingar som skapar frykt og stress og samtidig som ein ikkje får hjelp til å regulere affekten kan gi store skadeverknadar og forstyrre barnet si vidare utvikling. Utviklingstraume handlar om eit dobbelt belastningsforhold der barnet utsettast for traumatiske belastningar samtidig som omsorga og den relasjonelle støtta sviktar. Dette kan vere barn som har vakse opp i omsorgssvikt, barn som har stått i krig og vald som kanskje ikkje har hatt gode vaksne som gir reguleringsstøtte, men også mobbing over tid. Noko som er viktig å merke seg er at vi ser at allereie utsett barn med traumatisk bakgrunn er meir utsette for mobbing. Dette er også viktig at vi har kunnskap om. Hareid har mange fleirspråklege i læringsmiljøet med ulike opplevingar i livet og vi må også vere bevist på eventuell negativ sosial kontroll i eit fleirkulturell klasserom. Mobbing må vi sjå i eit traumeperspektiv og vi kan kjenne igjen mange av symptoma og stressreaksjonane. Det er også ein klar samanheng i utanforskap, einsamheit og mobbing. Vi må kompetanseheve oss og arbeide for vere utforskande lærarar som har eit nyfikent blikk på barn og unge, som har mot til å spørje og kjenne igjen teikn og som arbeider aktivt for å verte trygghetsanker for elevane.



Dei tre pilarane i traumebevisst omsorg er også viktig å ha med seg, *trygghet, relasjon og effektivregulering* og setje dei i samanheng med det ein veit om hjernen som alarm og reguleringssystem og handtering av stress. Skulen vil trenge å jobbe med kjernekomponentane i dei tre pilarane sidan dei kan ha betydning for den omsorga og samreguleringa elevar som har opplevd omfattande mobbing, treng. I artikkelen under finn de døme på “trygghetspilarane” ein kan nytte i arbeidet. Sjå lenkje: [Tre pilarar i traumebevisst omsorg](#)

For tilsette i skulen og elevar kan handmodellen og toleransevinduet nyttast som for forståing kring åtferd og kvifor barn og ungdomar reagerer som dei gjer.

Ein kan seie at dette er litt forenkla modellar, men likevel vil det kanskje kunne byggje eit språk for dei tilsette og eleven saman. Også heimen kan få rettleiing og bli kjent med dette gjennom skulen. Å skape eit felles rasjonale og ei samstemt forståing kan verte ein viktig faktor. Dette kan bidra til at vi arbeider samstemt, med same språk i eleven sitt omsorgssystem for at nettopp eleven skal forstå seg sjølv, få regulerande erfaringar og trygghet både heime og på skulen

Handmodellen 1	Toleransvindauget
Handmodellen 2	Hjernen og kjensler
Toleransevindauget for barn	Den tredelte hjernen

Oppsummert må vi byggje kompetanse på å sjå mobbing i eit traumeperspektiv, skape trygghet og nytte nødvendige verktøy i arbeidet.

DEL B HANDLINGSRETTLEIAR FOR EIT TRYGT OG GODT SKULEMILJØ

8. Handtere mobbing, krenkingar og retten til eit trygt og godt skulemiljø

Opplæringslova §12.2 er veldig tydleg på ansvaret vårt. Alle elevar har rett til eit trygt og godt skulemiljø som fremjar **helse, inkludering, trivsel og læring**. Det nye i denne opplæringslova er inkludering. Det vert presisert at skulemiljøet femnar både det fysiske og psykososiale miljøet. Vi har eit skjerpa ansvar for dei særskilt sårbare. Skulen skal arbeide i systemet kontinuerleg for at alle elevane skal ha eit trygt og godt skulemiljø gjennom arbeidet på skulen og i klassene i samarbeid med heimen (viser til teorigrunnlaget, del A i planen)

Opplæringslova med verktøy:

§	Innhald	ansvar
§12-2 §12-3 Retten til eit trygt og godt skulemiljø	Arbeide førebyggjande og ikkje godta krenkjande oppførsel som til dømes mobbing, vald, diskriminering og trakassering. Arbeide kontinuerleg for trygt og godt skulemiljø som fremjar helse, inkludering, trivsel og læring. Teorigrunnlaget i planen, del A Rutiner:	Alle
Nulltoleranse og det førebyggjande arbeidet	1. Arbeide i profesjonsfellesskapet med teorigrunnlaget i planen gjennom teamarbeid og pedagogisk utviklingsarbeid i skulane på alle nivå. Arbeid med modular om inkludering på Udir og fortsette kompetansearbeidet på psykisk helse i skulen.	Rektor, ressurslærer og plangruppe i samarbeid med sektorleiinga og Høgskulen i Volda
	2. Trygt og godt skulemiljø og skulefråvær som tema på kvart steg/team-møte. Rutine som fast sak.	Steg/teamleiarar. Myndiggjerande leiarskap gjennom rektor
	3. Gode inspeksjonsrutinar, klare kriterium, nok vaksne og vikarplan ved fråvær. Inspeksjonslogg	Rektor og dei tilsette
	4. Kartlegge skuleområdet for «blindsoner» både ute og inne. Setje inn tiltak.	Rektor og dei tilsette
	5. Kartlegge og overvake særskilt sårbare elevar	Rektor og dei tilsette
	6. Praktisere/arbeide mot den autoritative vaksenrolla med 9 eigenskapar	Dei tilsette

	7. Omsorgsfull kontroll i høve reglar, orden og åtfærd, gi reguleringsstøtte og regulering gjennom emosjonar/validering/co-regulering	Dei tilsette
	8. Fellesskapande didaktikk i planlegginga, bygge klasselaget og vi-kjensla	Dei tilsette
	9. Aldersblanda aktivitetar, skape fellesskapskjensla i skulen, med mål om å skape positiv gjensidig avhengigheit av kvarandre. Skulen sin plan for arbeidet/skulen lagar plan for arbeidet.	Rektor og dei tilsette
	10. Kontinuerleg relasjonsarbeid lærar-elev, elev-elev, trygghetsanker. Nytte sosioaogram i relasjonsarbeidet.	Dei tilsette
	11. Kartlegge gruppedynamikkar og bryte negative mønster tidleg. Bruke pedagogisk analyse som verktøy og lage handlingsplanar for å bryte negative dynamikkar. Evaluering og nye tiltak. Systematisk arbeid.	Rektor og dei tilsette Støttande team/PPT
	12. Kople på dei tverrfaglege om nødvendig. Helse-sjukepleiarar, Støttande team, trefftid med PPT, BTS handlingsrettileiar, Barn og unges helsetenester, tverrfagleg team, dialogbasertinntaksmøte BUP	Dei tverrfaglege ved behov
	Malar i Vigilo skal nyttast. Dokumentasjonsplikt.	Dei tilsette
§ 12-4 Aktivitetsplikt	<i>Følgje med, gripe inn, melde frå til rektor (straks), undersøke, setje inn tiltak, opprette sak om nødvendig, samarbeid, tiltak og evaluering. Dokumentasjonsplikt.</i> 1. A. Kva problem skal løysast. 2. B. Kva tiltak skulen har planlagt. 3. C. Når tiltaka skal gjennomførast. 4. D. Kven som skal gjennomføre tiltak 5. E. Når tiltaka skal evaluerast. Malar i Vigilo	Alle Rektor Kontaktlærer koordinerer
	Kvar skule med rektor må ha tydlege rutine og rammer for dette arbeidet så den enkelt tilsett veit sine arbeidsoppgåver.	Rektor og dei tilsette
	Rektor rapportere månadleg til kommunalsjef på aktivitetsplanar og skulefråvær i privat kanal på teams.	Rektor
	Rektor og kontaktlærer diskutere om ein skal kople på laget i sakene ut frå kompleksitet. Køyre nødvendige pedagogiske analyser, systematisk arbeid og evalueringar.	Rektor og kontaktlærer Dei tilsette Støttande team
	§12-5	
	Skjerpa plikt til å melde frå om vaksne som krenkjer. Ein skal straks melde frå til rektor.	Alle

§ 12-6 Statsforval- taren si handheving av plikta	Elev og heim kan melde saka vidare til Stasforvaltaren om dei meiner eleven ikkje har det trygt og godt. Statsforvaltaren kan etter undersøking pålegge kommunen å rette opp	Elev og heim
§ 10- 2 §10-4 §10-5 §10-6 §10-7	Kapitel 10 i ny opplæringslov presiserer at elevane har rett til medverknad og til å ytre meiningane sine. Skulen skal sørge for at elevane og foreldra får vere med på å planlegge, gjennomføre og vurdere verksemda til skulen. Skulen skal legge til rette for at elevane skal kunne ytre seg, oppmuntre til deltaking og hjelpe elevane i arbeidet med skuledemokratiet.	Rektor og dei tilsette
	Kvar skule skal ha eit elevråd og eit arbeidsutval.	Rektor og lærar knytt til elevråd
	Elevane skal vere aktivt med i opplæringa og følgje skulreglane. Fråvær i skulen skal fylgjast opp	Dei tilsette
	Kommunen gir forskrift (skulereglar) om organisering av skuledemokratiet og om rettar og pliktar for elevane	Skulemyndigheit
	Handheve omsorgsfull kontroll og nødvendig reguleringsstøtte	Dei tilsette
	Bryte negative mønster med kartlegging og verksame tiltak	Rektor og dei tilsette Støttande team
	Plan for bekymringsfullt skulefråvær, systematisk arbeid	Rektor og dei tilsette fylgjer opp årshjulet og kartleggingar i planen
	Elevråd, FAU/SU ved skulane og kommunalt foreldreutval	Rektor og kommunalsjef
§ 11-1 Tilpassa opplæring §11-2 Tilfredsstil- lande ut- bytte	Kommunen skal sørge for at lærarane følger med på om opplæringa er tilpassa og at elevane får tilfredsstil- lande utbytte av opplæringa uavhengig av føresetnadar. Er det tvil om dette skal det meldast rektor. Skulane skal følgje med på utviklinga og setje inn rette tiltak. Om nødvendig skal ein vurdere om eleven treng individuell tilrettelegging. 1. Kartlegging og tiltaksplanen til skulane i Hareid. Fylgje årshjulet og sette inn tiltak. Evaluering og nye tiltak.	Rektor og dei tilsette fylgjer opp årshjulet og kartleggingar i planen

Årshjul for arbeidet knytt til opplæringslova:

Tidspunkt	aktivitet	ansvar
Heile året	Arbeid med utviklingsarbeid på skulen for gjenkjenningskompetanse og handlingskompetanse kring det psykososiale miljøet til elevane. Nytte Støttande team og/eller PPT inn i systemarbeidet, køyre pedagogiske analyser og kompetansearbeid Systemsaker og individsaker inn i Tverrfagleg team og/eller dialogbasert inntaksmøte BUP Systematisk arbeid med elevsamtalar Opprette aktivitetsplanar etter observasjon, elevsamtalar og analyser/kartleggingar. Setje inn tiltak og evaluering. Barn beste og barns medverknad i fokus Arbeid med skulemiljøet i elevråd og klasseråd Arbeid med skulemiljø i FAU/KFU Kontinuerleg arbeid med Livet og sånt med fokus på folkehelse og livsmeistring og demokrati og medborgarskap. Skulane lagar ein plan for dette arbeidet så det vert systematisk og lærande. Kontinuerleg arbeid med fellesskapande didaktikk i klassene, bygge laget gjennom faget. Sosiale aktivitetar, skulen sin eigen plan Leikepatruljen. Skape gode leikeområde og aktivitetar for inkludering Ha trygt og godt skulemiljø som tema kontinuerleg i elevrådet og klasserådet ned vekt på barn og unge sin medverknad Tverrfaglege læringsarena for elevar med praktisk tilnærming og med stort fokus på elevstyrker Følgje opp bekymringsfullt skulefråvær med mål om nødvendige og verksame tiltak. Bruke trefftid til PPT og Støttande team ved behov	Rektor, kontaktlærer og dei tilsette
August	Gjennomgang av handlingsplanen for trygt og godt skulemiljø med fokus på førebygging, lovverk og plikter. Fastsetting av inspeksjonsplan og kriteria for inspeksjon. Kartlegge blindsoner og dei særskilt sårbare. Arbeid med orden og åtferdsreglar, kriteria i omsorgsfull kontroll Arbeid med klassereglar på trinna, skape felles språk og forståing. Elevmedverknad. Bli kjent samtale/oppstartsamtale 1. trinn og 8. trinn	Rektor, kontaktlærer og dei tilsette

September	Foreldremøte på 1.-10. trinn i samarbeid med dei tverrfaglege (eigen foreldremøteplan). Lærande møter med høg foreldreaktivitet. Mål i løpet av møte er å setje ned konkrete tiltak foreldra skal arbeide med i klassemiljøet Kartleggingsprøver på trinna, vurdere tilfredsstillande opplæring og setje inn nødvendige tiltak	Rektor og kontaktlærer
Oktober November	Skulane gjennomfører Spekter. Skårer og set inn tiltak. Evaluerer og nye tiltak om nødvendig. Kartlegge gruppedynamikkar i klassene. Arbeid med å bryte negative mønster. Hjelpemiddel i dette arbeidet er LP modellen og Parantesmetoden som munnar ut i konkrete tiltak i elevmiljøet og kring elevar. Snukultur. Kan nytte Støttande team i arbeidet eller trefftid med PPT. Kompliserte saker inn som individsak i Tverrfagleg team eller dialogbasert inntaksmøte BUP. Elevsamtalar kontinuerleg. Nytt verktøy som Toleransevindaug, handmodellen, Psykologisk fyrstehjelp, Hei spelet og verktøy i Livet og sånt. Systematisk arbeid med elevundersøkinga og sjå den i samanheng med Spekter. Arbeid med nødvendige aktivitetsplaner i samarbeid med elev og heim. Elevstemma i fokus. Tiltak og evaluering. Oppfølging av skulefråvær (sjå eigen plan) Felles foreldremøte på barneskulane og HUS (Barnevakta, elevane sitt digitale liv)	Rektor, kontaktlærer og dei tilsette Støttande team, PPT, helse
November	Dialogsamtale med elev og heim. Setje inn nødvendige tiltak. Kople på laget om nødvendig.	Kontaktlærer og faglærer
Januar Februar	Kartleggingsprøver på trinna, vurdere tilfredsstillande opplæring og setje inn nødvendige tiltak. Klasseforeldremøter på ungdomsskulen (eigen plan)	Rektor, kontaktlærer og dei tilsette
Mars	Skulane gjennomfører Spekter. Skårer og set inn tiltak. Evaluerer og nye tiltak om nødvendig. Kartlegge gruppedynamikkar i klassene. Arbeid med å bryte negative mønster. Hjelpemiddel i dette arbeidet er LP modellen og Parantesmetoden som munnar ut i konkrete tiltak i elevmiljøet og kring elevar. Snukultur. Kan nytte Støttande team i arbeidet eller trefftid med PPT.	Rektor, kontaktlærarar og dei tilsette Støttande team, PPT, helse

	Kompliserte saker inn som individsak i Tverrfagleg team eller dialogbasert inntaksmøte BUP. Elevsamtalar kontinuerleg. Nytte verktøy som Toleransevindaugget, handmodellen, Psykologisk fyrstehjelp, Hei spelet og verktøy i Livet og sånt. Systematisk arbeid med elevundersøkinga og sjå den i samanheng med Spekter,. Arbeid med nødvendige aktivitetsplaner i samarbeid med elev og heim. Elevstemma i fokus. Tiltak og evaluering. Oppfølging av skulefråvær (sjå eigen plan)	
April Mai	Dialogsamtalar med elev og heim. Setje inn nødvendige tiltak. Kople på laget om nødvendig.	Kontaktlærer og faglærer

9. Avslutning:

Del A skal ligge som teorigrunnlag i skulane og gjennom haldningar, ny kunnskap og handlingar skal dette teorigrunnlaget gradvis samskapast i utviklingsarbeidet kollektivt i kommunen, i skulane, i SFO og ut i kvar tilsett. Teoridelen har også mange verktøy for arbeidet med trygt og godt skulemiljø. Rektor ved skulen set føringar for dette arbeidet og må lage strukturar og rutinar i utviklingstid/teamarbeid gjennom profesjonsfelleskapet.

Del B er handlingsretteleiarer vår for korleis vi best mogeleg kan skape kontroll kring elevgruppa vår og best mogeleg byggje det trygge og gode skulemiljøet. Vi vil nok feile, det viser teljingane våre, men med å ha tydelege rutinar, evaluere, arbeide med skuleutvikling, gjenkjenningsskompetanse og endringskompetanse skal vi utvikle oss og verte sterkare. For å få til dette vert det gode laget rundt eleven, heimen og læraren svært viktig. Det er ingenting vi ynskjer meir for elevane våre enn at dei skal ha trygge og gode skular der dei trivast og kjenner seg inkludert både fagleg og sosialt. Vi set oss store mål, for elevane våre fortener berre det beste.

10. Kjedeliste:

<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/filmsider/film-sosiale-dynamikker/>

<https://youtu.be/EAVY4bXwvJQ?si=cBJ44wO6UoUcAITp>

[Livet og sånn](#)

<https://www.livetogsann.no/1-7-trinn/mobbing/4-personalkurs-aktivitetsplikta-i-praksis/>

(<https://www.uis.no/nb/forskning/hva-vet-vi-om-digital-mobbing>)

<https://www.helse-mr.no/avdelinger/klinikk-for-psykisk-helse-og-rus/avdeling-for-psykisk->

Bru, E., Idsøe Cosmovici, E., Øverland, K. (2022). *Psykisk helse i skolen*. Universitetsforlaget.

Brandtzæg, I., Torsteinson, S., Øiestad, G. 2019. *Se eleven innenfra, relasjonsarbeid og mentalisering på barnetrinnet*. Gyldendal.

Lund, I. & Helgeland, A. 2020. *Mobbing i barnehage og skole. Nye perspektiver*. Cappelen Damm akademisk.

Roland, E. (2015). *Mobbingens psykologi. Kva kan skolen gjøre?* Universitetsforlaget.

Nordanger, D.Ø., Braarud, H.C. (2020) *Utviklingstraumer. Regulering som nøkkelbegrep i en ny traumepsykologi*. Fagbokforlaget.

Fallmyr, Ø. (2020). *Følelshåndtering og relasjonsbygging i skolen*. Universitetsforlaget.

Restad, F. & Sandmark, J. (2021). *Mobbeforebygging i et fellesskapsperspektiv, nye stemmer i praksis*. Kommuneforlaget AS.

Hansen Rabøl, H. (2021). *Parentes metoden, tenke og handlingsstrategier mot mobbing*. Kommuneforlaget AS.

Slette, Ø. (2024). *Ny Opplæringslov 2024, med forarbeider og lovspeil*. Fagbokforlaget.

Mobbeombudet sin årsrapport 2023-24

Johannessen, K.N. & Bakken, A. (2020). *Frå uro til ro. Utfordrende atferd og barns muligheter for læring*. Gyldendal.

Raundalen, M. & Schults, J.H. (2006). *Krisepedagogikk*. Universitetsforlaget.

Kvalheim, G. (2020). *Vett på nett*. Hertervig Forlag.