



HANDLINGSPROGRAM MOT MOBBNING

TILL VÅRDNADSHAVARE/FÖRÄLDRAR/ELEVER (Gäller fr.o.m. VT 2017)

Handlingsprogrammet tar upp hur vi arbetar förebyggande på Södermalmskyrkans kristna skola, mot all form av mobbning, kränkning och utanförskap samt om hur vi konkret arbetar mot mobbning när den uppkommer!

Här lyfts fram vad

- **personalen kan/ska göra för att motverka mobbning?**
- **Föräldrarna kan/bör göra för att motverka mobbning?**
- **eleverna kan göra för att motverka mobbning?**

VAD ÄR MOBBNING? (För barn kan man definiera så här)

- Mobbning är när någon eller några är dumma flera gånger, mot en person som är ensam, rädd eller i underläge.
- Mobbning kan vara svordomar, fula ord, könsord, förolämpningar, slag, sparkar, knuffar, fasthållning, att sätta krokben, utfrysning mm.
- Mobbning kan vara hot, miner, suckar, att retas, gester, skratt, fniss, klotter, anonyma brev, sms mm.
- Mobbning kan även förekomma på nätet.

HUR VANLIGT ÄR MOBBNING?

Man räknar med att mellan 3 och 10% av alla barn är mobbade, dvs ca 2 barn i en klass på 20 elever.



VAD SÄGER SKOLLAGEN OCH LÄROPLANEN?

Enligt skollagen ska utbildningen “utformas i överensstämmelse med grundläggande demokratiska värderingar och de mänskliga rättigheterna som människolivets okränkbarhet, individens frihet och integritet, alla människors lika värde, jämställdhet samt solidaritet mellan människor. Var och en som verkar inom utbildningen ska främja de mänskliga rättigheterna och aktivt motverka alla former av kränkande behandling.”

Enligt läroplanen (Lgr11) ska skolan främja förståelse för andra människor och förmåga till inlevelse. Ingen skall i skolan utsättas för mobbning och tendenser till trakasserier skall aktivt bekämpas. Främlingsfientlighet och intolerans måste bemötas med kunskap, öppen diskussion och aktiva insatser.

Utbildningen ska enligt Skolverket utformas på ett sådant sätt att alla elever tillförsäkras en skolmiljö som präglas av trygghet och studiero. En förutsättning för detta är att elever, lärare och annan personal känner ett gemensamt ansvar för arbetsmiljön på skolan och har respekt för varandra. Det är även viktigt att skolan kan samarbeta med elevernas vårdnadshavare för att skapa gemensamma förutsättningar för en trygg skolmiljö. Det finns dock situationer när de åtgärder som vidtagits i ett förebyggande syfte inte är tillräckliga och där skolan kan behöva använda de disciplinära åtgärder som finns i skollagen för att skapa en god studiemiljö.

Rektorn och lärarna har befogenheter att vidta tillfälliga åtgärder för trygghet och studiero, det kan handla om kvarsittning och utvisning, skriftlig varning, tillfällig omplacering av en elev, tillfällig placering av en elev vid en annan skola, avstängning i vissa obligatoriska skolformer, olika slags avstängning i de frivilliga skolformerna.



LÄROPLANENS MÅL OCH RIKTLINJER:

Skolans mål är att varje elev

- respekterar andra människors egenvärde,
- tar avstånd från att människor utsätts för förtryck och kränkande behandling samt medverkar till att hjälpa andra människor,
- kan leva sig in i och förstå andra människors situation och utveckla en vilja att handla också med deras bästa för ögonen [...]

Alla som arbetar i skolan skall ha som riktlinje att

- medverka till att utveckla elevernas känsla för samhörighet, solidaritet och ansvar för människor också utanför den närmaste gruppen,
- i sin verksamhet bidra till att skolan präglas av solidaritet mellan människor,
- aktivt motverka trakasserier och förtryck av individer eller grupper [...]

TILL ALL PERSONAL:

Alla vuxna på skolan är barnens förebilder. Vi måste bry oss om eleverna, tycka om dem och kunna sätta gränser på ett vänligt och bestämt sätt så att vi inte själva kränker andra, varken vuxna eller barn.

Att bry sig om, det är att verkligen observera eleverna, se om någon är ensam eller utfryst, se om någon agerar översittare. Att bry sig om handlar om att öppna ögonen och **se, reagera och agera**.

TILL ALLA FÖRÄLDRAR:

Samtala regelbundet med ditt barn hemma och ställ frågor om trivsel, trygghet och gemenskap i skolan. Ställ frågor om det egna barnet men även om hur de andra barnen har det i klassen. Var uppmärksam på om ditt barn är utsatt för mobbning eller om det är ditt barn som mobbar andra. Oavsett vilket, kan du påverka och hjälpa ditt barn.



Kontakta ditt barns lärare eller elevhälsan på skolan om du misstänker att ditt barn eller något annat barn på skolan far illa på något sätt. Om det är svårt för dig att prata med ditt barn, uppmuntra barnet att prata med någon annan vuxen som barnet har förtroende för. Det är mycket vanligt att barnet inte vill berätta att det är utsatt för mobbning. Känslor av skam och skuld kan hindra barnet från att våga berätta.

Tecken som kan tyda på att barnet är utsatt för mobbning kan vara att barnet

- visar ovilja att gå till skolan
- har ont i magen
- har huvudvärk
- inte vill prata om hur det är i skolan
- inte har några kamrater
- kommer hem med smutsiga, trasiga kläder
- har blåmärken eller ont i kroppen
- verkar nedstämd och ledsen
- äter mer eller mindre än vanligt
- har sömnproblem

En viktig åtgärd är att lära barnet säga ifrån om någon uppträder dumt. För att göra detta behövs ett starkt självförtroende. En person med gott självförtroende tar inte åt sig lika lätt av andras elakheter. Att träna på att säga ifrån på skarpa, prata med vuxna och be om hjälp, är sätt att kunna få både respekt och självförtroende.

TILL ALLA ELEVER:

Vilken roll har du på skolan? **Är du en mobbare**, en som retas, kränker, skrattar bakom ryggen, gör miner, undviker vissa etc. **Sluta omedebart!** Att mobba är olagligt och straffbart och du kan bidra till att en människa får sitt liv förstört!

Är du den som blir utsatt, **mobbad**? Går du omkring med en klump i magen, vill helst stanna hemma, känner dig ensam, utanför och ledsen? Bestäm dig för att nu får det vara nog! **Kontakta någon vuxen** på skolan, din lärare, elevhälsan, kuratorn etc eller berätta för dina föräldrar. Det behöver inte vara så här!



Är du den som **ser på** när mobbning förekommer men går förbi, låtsas att inte se eller inte tycker att det angår dig. **Börja reagera!** Säg ifrån, hjälp den utsatte, berätta för vuxna på skolan, lärare, elevhälsa, kurator eller skolsköterska. Det behöver inte komma fram att det är du som har berättat. Kom ihåg att det inte handlar om att skvallra utan att du är en bra kompis, en som bryr sig om!

Är du den som **bryr dig om** och är med och förändrar situationen för den utsatte? Är du den som **säger ifrån** och ser till att den utsatte får den hjälp han eller hon behöver, som pratar med den ensamme och bjuder in till gemenskap, den som värdesätter alla lika mycket och modigt **ser till att alla behandlas rättvist. Då är du att gratulera!** Man kommer att se upp till dig, känna respect för och tacksamhet till dig. Det kan till och med handla om att du är med och räddar liv!

DETTA GÖR VI FÖR ATT FÖREBYGGA MOBBNING:

- Vi tar upp ämnet mobbning på **Chapel** minst en gång per termin. Eleverna uppmanas då att berätta för en vuxen om de känner till någon mobbningsituation och att det inte handlar om att skvallra utan att bry sig om. Eleverna blir också påmindas om att ingen behöver få veta att de berättat, att man kan vara anonym. På Chapel tas även ämnen upp som t.ex. vänskap, utanförskap, att vara annorlunda, olika funktionshinder.
- Kontinuerliga frågor om trygghet och vänskap tas upp på **fritidsråd**.
- Utanför expeditionen är en **brevlåda** uppsatt med information om att samtliga på skolan kan lägga en lapp, anonymt om man så önskar, med information om oro som har med tryggheten på skolan att göra. Lapparna följs upp på elevhälsan.
- Vi rekommenderar elever och föräldrar att inte dela ut **inbjudningskort** på skolan då endast vissa elever i en klass är bjudna till kalas och liknande.
- Skolledningen uppmuntrar klasslärare/mentorerna att för en kortare period, låta eleverna utse två s.k. **trygghets(kompis)vårdare**. Kuratorn/elevhälsan samlar nya vårdare till ett informations-/uppmuntringsmöte, där man bland annat går igenom hur man förebygger, upptäcker samt tar tag i mobbning. Det är dock alltid läraren/den vuxne som har huvudansvaret.



- Varje klass uppmanas att själva komma på, samt skriva ner, **regler** som ska gälla i klassen och som har med trygghet och vänskap att göra. Reglerna sätts upp i respektive klassrum. Läraren bör också fråga klassen/eleverna vad de önskar att han/hon ska göra för att bidra till ökad trygghet i klassen/skolan.
- Eleverna bör **inte själva välja** vilka grupper eller lag de ska arbeta i, (om det inte är en väldigt trygg grupp). Allt för att motverka känslor av utanförskap och ensamhet.
- **Mentorssamtal:** Klassföreståndare har regelbundet enskilt 5 minuters samtal med varje elev, åtminstone i början och i slutet av varje termin. Alternativt kan en **enkätundersökning** genomföras. Sådana bör även genomföras på fritidshemmet/fritidsklubben. Korta raka frågor ställs, som har med elevens/klassens trygghet och trivsel på skolan att göra. Om det framkommer att en elev känner sig utsatt/mobbed, tar klassföreståndaren aktivt tag i detta och vid behov kontaktas elevhälsan.

Förslag på frågor för samtal/enkät: Hur trivs du i skolan med kamrater/lärare? Hur är det på rasterna, på fritiden, hemma? Vilka är dina kompisar i skolan? Vilka umgås du med? Hur uppträder andra elever mot dig och mot varandra? Har du råkat ut för något jobbigt i skolan eller på nätet? Hur upplever du att dina klasskamrater har det? är någon ensam, utanför? vet du någon som blir mobbad eller som är utanför?

- Förslag på **Samarbetsuppgifter/vänkskapsövningar** för varje årskurs finns lättåtkomligt för att förebygga mobbning. Dessa kan oftast genomföras i alla ämnen så att eleverna får träna på att samarbeta med olika kamrater.
- Vid behov kan **skolkurator** besöka klasser för att prata om mobbning och dess konsekvenser, vad lagen säger etc.
- På **fritidshemmet** arbetar man vissa veckor per termin, särskilt mycket med olika **kompisutmaningar** i syfte att motverka mobbning och utanförskap.
- På **rasterna** är målsättningen den att ha olika **rastaktiviteter** så att eleverna får hjälp att hitta på olika saker att göra. Dessutom strävar vi efter att ha mycket **personal** ute på gården, som rör sig bland eleverna, interagerar med dem samt hör och ser vad som händer och snabbt kan reagera om konflikter eller problematiska situationer uppstår.



- Klassföreståndare uppmuntras att, varje termin tillsammans med klassföräldrar planera in **någon rolig aktivitet**, fest eller liknande med klassen.
- Kortare eller längre **utflykter** av olika slag, utanför skolan, kan bidra till ökad sammanhållning i klassen. För ökad trygghet är det viktigt att få med **extra vuxna**, personal eller föräldrar i den mån det går.
- **Kompissamtal** genomförs veckovis i klasserna. Oftast flickor för sig och pojkar för sig. Ibland görs också kompissamtal i blandade grupper, för att främja vänskapen i hela klassen. **Material med förslag** på samtal finns samlat klassvis i pärmar (i K-studion).
Varje mentor ansvarar för att kompissamtal blir genomförda i klassen. Om läraren behöver hjälp med att genomföra samtalen, kan man vända sig till elevhälsan.
- **Föräldrasamverkan:** Ämnet mobbning tas upp i början av varje läsår på stora föräldramötet. Ett **kontrakt** skickas hem till varje familj, där föräldrar och elever läser igenom och skriver under att man ska motverka all form av mobbning samt att eleven ska berätta om man själv eller någon annan far illa på något sätt på skolan. (se bilaga)
- **“Det enskilda samtalet”** : Ett strukturerat mobbningsamtal med bestämda frågor som lärare/personal utgår ifrån när det gäller att reda ut en misstänkt mobbningsituation.



SKOLANS ANSVAR

Vid mobbning kommer skolledningen att fatta beslut om vilka konsekvenser som kan bli aktuella för förövaren, t.ex. ersättning av kläder, föremål osv. I vissa fall föräldranärvaro på skolan, samtal, polisanmälan/soc-anmälan, medling eller avstängning.

Som skola är det vår skyldighet att se till varje elevs bästa och ge de individuella hjälpinsatser som kan behövas i varje enskilt fall. Det är vår skyldighet och vår målsättning att kunna bistå med rätt insatser både för den som blir utsatt för mobbning och för den som mobbar. Vi tror att det starkaste skyddet både för eleven som blir mobbad, men även för den som utsätter andra för mobbning är en stark känslomässig relation till en vuxen som eleven kan känna förtroende för.

Hur vi lyckas förhålla oss och knyta an till våra barn/elever vare sig det är de som utsätter andra för mobbning eller om det är de som blir utsatta för mobbning kan vara avgörande för hur de utvecklas, integreras och tar till sig både av kunskap och sociala färdigheter.

Exakt hur vi enskilt kan arbeta med att hjälpa elever som blivit utsatta eller som utsätter andra, är individuellt efter person och situation. Men om vi var och en gör vad vi kan enligt de direktiv och rekommendationer som här framkommit, har vi kommit en bra bit på väg. Det viktiga är att alla gör sin del både personal, elever samt föräldrar. När vi samarbetar/samverkar kan vi både förebygga, förhindra och stoppa att elever på vår skola mår dåligt på grund av mobbning. I de fall det behövs vänder vi oss också till olika instanser i samhället för råd och hjälp. Allt för att nå målet, en mobbningsfri skola!



SÖDERMALMSKYRKANS
KRISTNA SKOLA



SAMVERKAN MELLAN SKOLAN OCH HEMMET KRING ALLA ELEVERS TRYGGHET PÅ SÖDERMALMSKYRKANS KRISTNA SKOLA

Till dig som vårdnadshavare: Detta kontrakt är en del i vårt mobbningsarbete på skolan. Vi ber dig sitta ned med ditt barn och läsa igenom, diskutera samt tillsammans skriva under nedanstående kontrakt. Du som vårdnadshavare ansvarar därefter för att kontraktet lämnas in till aktuell klassföreståndare.

KONTRAKT

Jag vill försöka vara en god kamrat och hjälpa andra.

Jag ska själv inte vara dum mot andra, varken i verkligheten, på nätet eller via mobilen.

Jag ska berätta för en vuxen om jag känner till mobbning (även nätmobbning), hot, våld, utfrysning, ensamhet eller andra problem som elever kan råka ut för. Jag kommer också själv att säga ifrån och protestera om jag ser att någon mobbar någon annan.

Mina föräldrar lovar att stödja mig i detta uppdrag och de kommer också att ta kontakt med skolan om något inte är bra.

UNDERSKRIFTER:

Elev

Förälder

Förälder

DATUM: _____

Ingenting är omöjligt! Tillsammans hittar vi lösningar!

Att berätta för någon vuxen/ansvarig om någon annan som inte verkar må bra handlar inte om att skvallra, utan visar på att man är en god kamrat, en som bryr sig om.