

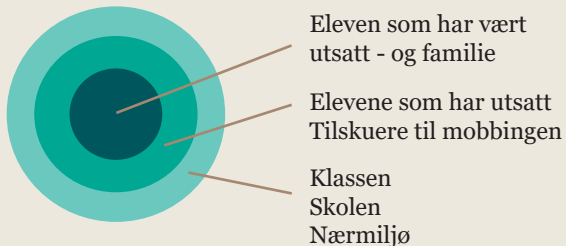
Oppfølging etter mobbing

Hvorfor oppfølging?

En mobbesak er ikke ferdig selv om mobbingen er oppdaget og stoppet. For å unngå eller redusere negative konsekvenser av mobbing må det jobbes med enkeltelevers opplevelser og emosjoner knyttet til det som har skjedd, i tillegg til hele miljøet rundt de elevene som har vært en del av mobbesituasjonene.

I klassemiljø hvor mobbing har foregått kan det utvikle seg et svært negativt læringsmiljø for alle elever.

Det er flere nivå av oppfølging i etterkant av en mobbesak: eleven som har vært utsatt, de som har utsatt andre, samt klasse, skole og familier. I noen tilfeller må oppfølging også gjennomføres i nærmiljøet.



I denne brosjyren ser vi først og fremst på oppfølging på individ- og klassenivå. For mer utfyllende informasjon vedrørende dette og andre nivå, se våre nettsider: www.læringsmiljøseneteret.no

Mulige konsekvenser for den som utsettes for mobbing kan være:

- Nedsatt selvtillit
- Ensomhet
- Psykosomatiske problemer som hode- og magesmerter
- Emosjonelle plager, depresjon og angst
- PTSD
- Aggressiv atferd

Når mobbing har foregått over tid kan flere faktorer påvirkes negativt. Det kan gå ut over læringsmiljøet:

- Elevsyn og forventninger
- Relasjoner: elev - lærer
- Relasjoner: elev - elev
- Klasseledelse
- Samarbeid mellom skole og hjem
- Normer og regler
- Læring

Mekanismer i mobbing

Proaktiv aggresjon

Dette er når noen systematisk bruker negative handlinger for å oppnå et positivt utbytte, for eksempel i form av makt eller tilhørighet. Ved å stenge noen ute forsterkes båndet mellom de som står sammen om denne handlingen.

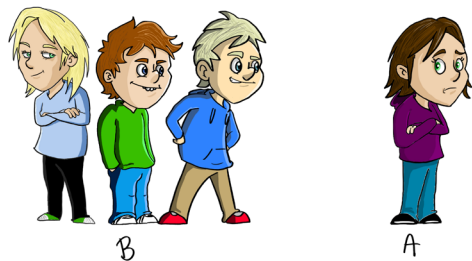
Sosial eksklusjonsangst

Sosial eksklusjonsangst er angsten for å bli holdt utenfor eller for ikke å bli godtatt. Når denne øker, kan mennesker gjøre handlinger de normalt sett ikke ville gjort.

Moralsk frakobling

Vi kan alle gjøre kognitive fordreininger. Det vil si å lage forklaringer på hvorfor vi noen ganger handler mot våre moralske standarder, altså hva vi mener er rett og galt. Slike forklaringer kan bidra til at elever kan mobbe hverandre selv om de vet at det er galt.

Oppfølging på individnivå



Den utsatte eleven (A)

Bygg tillit

- En voksen person følger saken
- En psykososial ressursgruppe på skolen med særlig ansvar for å følge opp saker som handler om kapittel 9 A støtter den som har ansvar for saken
- Eleven som har vært utsatt for mobbing skal få en beklagelse fra rektor/leder
- Foreldresamarbeid og -støtte er avgjørende

Kartlegg behov

- Psykisk helse: Hvilke behov har eleven? Bør eleven henvises videre? Er det nødvendig med hjelp fra helsesykepleier, kommunale tjenester eller liknende?
- Faglige prestasjoner: Er det en endring i prestasjonene?
- Sosial situasjon: Hvordan er det med nære relasjoner?

Elev(er) som har utsatt andre for mobbing (B)

Kartlegg behov

- Psykisk helse
- Faglige prestasjoner
- Sosiale situasjoner

På samme måte som overfor den som har blitt utsatt for mobbing.

Forstå mekanismene

- Makt og tilhørighet: Hva er det som gjør at dette skjer? Hvilke behov ligger under?
- Krav og støtte: Tydeliggjør forventinger om samarbeid, men også at eleven(e) skal få støtte
- Foreldresamarbeid er her avgjørende

Vær oppmerksom på dobbeltroller i kartleggingen. I noen situasjoner kan de som utsetter andre for mobbing og de som utsettes for mobbing være de samme.

Tilskuere (C)

Kartlegg behov

- Krav og støtte: Tilskuerrollen i mobbesituasjoner påvirker utfallet av mobbing ved at tilskuerne reagerer på mobbing, enten direkte eller indirekte

- Tren på alternativ atferd:

1. Stoppe
2. Støtte
3. Varsle

Dette virker også preventivt

- Sosial og emosjonell læring

Strategi for oppfølging i klasserommet

Sikre lærerautoritet

- **Autoritativ ledelse**
Balanse mellom god relasjon og tydelighet, kontroll og krav
- **Sosial og akademisk læring**
Emosjonell støtte og læringsstøtte er viktig
- **Sosial og moralsk utvikling**
Øke sosial og moralsk kompetanse og være rollemodell for elevene

Forstå maktspill og skape et støttende læringsmiljø

- Undersøk klassen som system. Bruk gjerne sosiogram. Hvordan er relasjonene, strukturene og hierarkiet i klassen?
- Etabler et miljø der negative tanker om seg selv og andre blir korrigert
- Jobb med å endre følelses- og

ungvåelsesstrategier til tilpassede strategier

- Sett sosial støtte og sosial fungering i klassen på dagsorden
- Jobb med gruppesammensetning. Se særlig de prososiale elevene som gode gruppeledere. Disse kan gjerne få ekstra oppfølging av lærer og må roses og støttes i gruppelederoppgaven. Denne oppgaven bør gå på omgang.

Tilrettelegg for sosial og emosjonell læring i klasserommet

Gi elevene kunnskap, holdning og ferdigheter som stimulerer til prososial atferd

- Forstå og styre følelser
- Sette seg og oppnå mål
- Føle og vise empati for andre
- Danne og beholde gode relasjoner
- Ta ansvarfulle avgjørelser (konsekvensforståelse)

Organisering av oppfølging etter mobbing

- Skoleeier setter standarden: etablerer prosedyrer og koordinerer tjenester. Oppretter team/gruppe på kommunalt nivå
- Rektor etablerer rutiner på skolen. Organiserer for en gruppe/team som har hovedansvar for oppfølging
- Det er viktig å trygge elever og foreldre ved å involvere og informere



Oppfølging individ- og klassenivå

Kontaktlærer, annen tillitsperson og andre lærere/voksne på trinnet

Oppfølging skolenivå

Rektor, sosiallærer, kontaktlærer eller den som følger saken, helsesykepleier, PPT

Psykososial ressursgruppe/ innsatsteam

Oppfølging kommunalt nivå

PPT, helsestasjon, familievernkontor, BUP, barnevern

Kommunens innsatsteam/ beredskapsteam



Universitetet i Stavanger

Telefon: 51 83 29 00

E-post: laringsmiljosenteret@uis.no

laringsmiljosenteret.no