

PLAN FÖR ATT FÖREBYGGA OCH INGRIPA I VÅLD, MOBBNING OCH TRAKASSERIER

NÄRPES STADS SKOLOR
ÅRSKURSERNA F-6, 7-9



1. Syfte

Syftet med planen är att i enlighet med lagen om grundläggande utbildning (628/1998, 29§) skydda eleverna mot våld, mobbning och trakasserier.

Närpes stads skolor ska ha nolltolerans mot mobbning.

Rektorn ansvarar för att informera all ny personal om skolans plan för att förebygga och ingripa i våld, mobbning och trakasserier. Planen finns tillgänglig som bilaga i [läroplanen](#).

2. Vad är mobbning?

Alla i personalen bör känna till hur man definierar mobbning. Även eleverna och elevernas vårdnadshavare bör känna till skolans definition.

En person är mobbad när han eller hon, upprepade gånger och under en viss tid, blir utsatt för negativa handlingar från en eller flera personer.

Ett bråk, slagsmål, konflikter eller fula kommentarer är nödvändigtvis inte mobbning. Det är ändå en kränkande handling och skolans personal bör reagera och ingripa i ett tidigt skede på dylikt beteende.

När det gäller mobbning på nätet, uppfylls inte alltid definitionen för traditionell mobbning, ex behöver nödvändigtvis inte nätmobbning ske upprepade gånger eller under en viss tid. Läs vidare i kapitel 7.

2.1. Olika typer av mobbning

Psykisk mobbning handlar t.ex. om att ignorera, utesluta, frysa ut, himla med ögonen, visa miner och tecken.

Fysisk mobbning innebär bl.a. att knuffa, sparka, slå, förödmjuka, trakassera, förstöra egendom, retas.

Verbal mobbning går t.ex. ut på att härma, håna, ge öknamn, sprida rykten, hota verbalt, skicka fiendliga sms, elaka skämt, skratta åt någon.

Nätmobbing innebär bl.a. att förmedla kränkande, elaka meddelanden, fotografier, skvaller eller lögner. Nätmobbing sker på internet. Den kan pågå 24 h i dygnet och finns tillgänglig för en stor användarkrets.

Sexuella trakasserier är icke-önskvärt verbalt, icke-verbalt eller fysiskt beteende av sexuell karaktär. Kan ta sig uttryck t.ex. som kränkningar av elevens integritet vad beträffar kön eller sexualitet, osakligt prat som anspelar på sex, tvetydiga skämt samt kommentarer eller frågor om kroppen, osakliga meddelanden via olika sociala medier, fysiska närmanden, förslag till sexuellt umgänge eller sexuellt ofredande. Se vidare kapitel 7.

3. Förebyggande arbete

I arbetet mot mobbning och trakasserier är de vuxnas attityder och det förebyggande arbetet av största betydelse. Verksamhetskulturen i skolan är väsentlig, och de vuxnas sätt att agera överförs till eleverna, som tillägnar sig gemenskapens värderingar och attityder. Till exempel överförs modeller för kommunikation och språkbruk samt könsroller till de studerande. Det är viktigt att skapa en trygg och stödjande atmosfär som bygger på respekt gentemot varandra.

Förebyggande åtgärder	Underlag för läsårsplanering
Verksamhetskulturen och värdegrunden	<p>I Närpes stads läroplan för den grundläggande utbildningen fastställs de principer för utveckling av verksamhetskulturen som gäller för alla skolor.</p> <p>Värdegrunden hålls levande genom en fortgående växelverkan mellan i första hand lärare och elev, men även mellan lärare och vårdnadshavare samt kollegialt.</p> <p>Delaktigheten är en central del av skolans verksamhetskultur och skolan ska stärka varje elevs delaktighet. Enligt lagen om grundläggande utbildning ska skolan ha en elevkår. Elevkåren och dess organ har som uppgift att främja samarbetet mellan eleverna och öka elevernas påverkningsmöjligheter och delaktighet.</p> <p>Också vårdnadshavarna ska göras delaktiga i skolans verksamhetskultur.</p>
Ordnings- och trivselregler	<p>Gemensamma ordningsregler för Närpes stads skolor. Varje skola uppgör egna trivselregler som kontinuerligt beaktas och diskuteras i den dagliga verksamheten.</p> <p>Reglerna samt planen för förebyggande av och ingripande i mobbning synliggörs och tillkännages för elever, vårdnadshavare och personal.</p>
Rastövervakning/-kustodiering	<p>Personaltäthet under raster bestäms utgående från behov, men bör vara tillräcklig i förhållande till skolans storlek och skolgårdens utformning.</p> <p>För att aktivera eleverna, öka gemenskapen på skolan och tryggheten för ensamma elever rekommenderas olika former av rastaktivitet och rastverksamhet. Vuxenledda rastaktiviteter påverkar relationer och lärande positivt, minskar antalet konflikter på rasterna och kan leda till ökad social förmåga bland eleverna.</p> <p>Tips på olika rastaktiviteter hittas t.ex. på Skolan i rörelse (liikkuvakoulu.fi) eller på facebook gruppen rastaktivisterna!</p>
Vänelevsverksamhet	<p>Vänelevsverksamhet förverkligas i samtliga skolor. Verksamheten underlättar stadieövergångar samt främjar elevernas delaktighet.</p>
Trivselenkäter	<p>Trivselenkäter kan användas i förebyggande syfte, för att t.ex. öka skoltrivseln. Enkäter som används/kan användas är:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enkät inför lärandesamtal till elev och vårdnadshavare. - Skolhälsovårdens årliga hälsoundersökningar. - Omfattande hälsoundersökning åk 1, 5 och 8.

	<ul style="list-style-type: none"> - Sociogram i åk 4-5 i enlighet med specialpedagogens testkalender. - Skolmiljöundersökning vart tredje år (enkät både till elever och vårdnadshavare). - Skolkuratorns kartläggningar vid behov. - Trivselenkät till vårdnadshavare. - THL:s Hälsa i skolan -undersökning vartannat år, berör åk 4, 5, 8 och 9. - Övriga enkäter vid behov.
Fortbildning för personal	<p>Regelbunden fortbildning gällande nya arbetsmetoder och insikter i frågor som rör mobbning och trakasserier. Närpes stads styrgrupp för elevvård informerar om aktuell fortbildning.</p> <p>Regelbundna fortbildningstillfällen för personal som ingår i skolornas antimobbningsteam.</p>
Förebyggande arbetsmetoder/-program	<p>Skolan kan använda sig av olika mobbningsförebyggande arbetsmetoder, t.ex.</p> <ul style="list-style-type: none"> - KiVa – lektioner. - StegVis/Stegen. - Friends. - Folkhälsans material för främjande av kamratrelationer. - Barnavårdsföreningens material. - Gruppstärkande lekar, övningar, drama (ex Bella-grupp). <p>Närpes stads styrgrupp för elevvård ger direktiv för gemensam metod, avvaktar UBS åtgärdsprogram för skolornas säkerhetskultur (under utarbetande). Oavsett val av metod är förbindelse till metoden och uppföljning viktigast!</p>
Skolfrånvaro	Handlingsplanen för oroväckande skolfrånvaro följs.
Övrigt	<p>Övrig mobbningsförebyggande verksamhet kan t.ex. vara</p> <ul style="list-style-type: none"> - Temadagar (jämställdhet, inkludering, mångfald). - Nätetikett-lektioner. - Medfostrare. - SOME-ambassadörer (äldre elever som undervisar yngre i nätetikett). - Teater med för- och efterarbete (TIU). - Kompismassage. - Avslappning. - Lektioner kring förebyggande av sexuella trakasserier. - Föräldraträffar kring t.ex. kamratfrämjande, föräldraengagemang, nätetikett. - Skolcoachen i åk 7-9 en stor tillgång och är en verksamhet med låg tröskel.

4. Hur upptäcka mobbning?

Att upptäcka mobbning är allas ansvar.

Skolans personal skall vara observant och extra uppmärksam på elever som går ensamma och verkar ledsna, nedstämda. Lärare och övrig personal i skolan är skyldiga att informera klasslärare eller rektorn vid misstanke om mobbning. Mobbning kan även upptäckas genom t.ex. trivselenkäter, i samband med lärarnas lärandesamtal, genom skolkuratorns kartläggningar eller i samband med skolhälsovårdens årliga hälsoundersökningar samt skolmiljöundersökningar vart tredje år.

Föräldrar uppmanas kontakta klasslärare eller rektor vid skolan vid misstanke eller vetskap om att ens eget barn eller andra barn blir utsatta för mobbning.

Elever skall anmäla till klasslärare eller annan personal i skolan om man själv blir utsatt eller ser någon annan bli utsatt.

5. Hur hantera mobbningsfall?

Misstanke/vetskap om mobbning, trakasserier

Vid misstanke om mobbning, trakasserier skall den personal som fått kännedom om ärendet föra det vidare till skolans antimobbningsteam. Gällande förskolan kan förskolans personal be någon ur teamet medverka i utredningen tillsammans med förskolans personal. Sällningsblankett kan användas. Berörd personal i skolan informeras.



Antimobbningsteam

Varje skola bör ha ett antimobbningsteam bestående av cirka 3-5 medlemmar. Teamet har huvudansvar för att utreda misstänkt mobbning. Medlemmar till skolans antimobbningsteam väljs med fördel för några år åt gången. Varje mobbningsfall utreds av åtminstone två av antimobbningsteamets medlemmar. Kom ihåg att mobbning och trakasserier är ett brott och i vissa fall kan en brottsanmälan till polisen bli aktuell.



Samtal med den mobbade

Samtal med den som man misstänker blir utsatt för att få konkret information om: vad har hänt, hur ofta sker mobbningen, vem, vilka mobbar, var sker mobbningen, hur länge har det pågått.

Under samtalet framhåller antimobbningsteamet att mobbningen måste upphöra, att den mobbade inte skuldbeläggs, att den mobbade själv inte ensam måste lösa problemet, att ärendet inte tas upp inför hela klassen samt kommer överens om uppföljningsdag.

Samtalen med den mobbade sker utan de övriga elevernas vetskap.

Samtalen dokumenteras skriftligt med datum och klockslag och förvaras på ett för den enskilda skolan lämpligt sätt.

Samtal med mobbaren/mobbarna

Då antimobbingsteamet fått vetskap om vad som pågår kallas mobbarna till samtal en i gången. I vissa fall kan det finnas skäl att även diskutera igenom mobbningen enskilt med åskådarna.

De som utreder mobbningen

- Berättar för mobbaren att man vet vad som försiggår.
- Talar om att mobbning inte accepteras, direkt tillsägelse.
- Talar om vad skolan tänker göra.
- Frågar mobbaren hur mobbningen skall upphöra, vad kan han/hon göra för att det skall bli bättre.
- Uppgör överenskommelse, ev skriftligt kontrakt om fortsättning.
- Bestämmer dag för när man följer upp samtalet och kontraktet.

Samtalen sker utan de övriga elevernas vetskap.

Samtalen dokumenteras skriftligt med datum och klockslag på ett för den enskilda skolan lämpligt sätt.



Kontakt till vårdnadshavarna

Trakasserier, mobbning eller våld som skett i skolan eller under skolvägen och som kommit till rektorns och lärarens kännedom meddelas till vårdnadshavaren eller någon annan laglig företrädare för de inblandade eleverna (29 § i Lag om grundläggande utbildning).

Efter att ett mobbningsfall behandlats i antimobbingsteamet, kontaktas alltid vårdnadshavarna till både den mobbade och mobbaren/mobbarna. Kontakten tas av en medlem i teamet. Vårdnadshavarna informeras också om överenskommelser som gjorts och uppföljning.

Eftersom vårdnadshavarna har det primära ansvaret för sitt barns fostran, och skolan enligt läroplanen skall stödja hemmets fostrande uppgift, är kontakten till hemmet av stor betydelse. Den mobbade behöver vårdnadshavarnas stöd eftersom mobbning ofta är en starkt negativ upplevelse. Även mobbaren/mobbarna behöver stöd och verktyg för att upphöra med mobbningen och följa det skriftliga kontraktet.



Uppföljning

Uppföljningen är mycket viktig för den mobbade. Under veckan/veckorna som följer direkt efter antimobbingsteamets samtal, bör skolans vuxna och framförallt teammedlemmarna kontinuerligt följa med hur den mobbade mår. Detta bör dock ske diskret.

Uppföljningssamtalet hålls efter en till ett par veckor. Man bör följa upp att överenskommelserna mellan offret, mobbaren och läraren hålls för att kunna konstatera att mobbningen verkligen har upphört. I samtal med offret utreds om någon förbättring märkts, finns det ännu saker som är jobbiga eller har ingen förändring alls skett? Därpå följer samtal med mobbaren/mobbarna och deras utlovade beteendeförändring utvärderas. Uppföljningssamtal kan behöva hållas upprepade gånger under en längre tid.

Om mobbningen inte upphör, vidtar skolan disciplinära åtgärder. Om detta inte heller hjälper, kan annan lämplig myndighet kopplas in (sociala myndigheter eller polisen). Vid svåra och fortgående mobbningsfall bör lärarna och skolans övriga vuxna beredas möjlighet till arbetshandledning.

Stödinsatser

Rehabilitering av de inblandade kan vara nödvändig för att alla ska hitta nya sätt att umgås och vid behov få bearbeta det som de varit med om. Eleverna kan stödas genom samtal med lärarna, och vid behov erbjudas stödsamtal med skolkuratoren, skolpsykologen eller vid K5:s psykosociala enhet. Gruppstärkande övningar kan även fungera som en rehabiliteringsåtgärd.

6. Förebyggande av och ingripande i sexuella trakasserier

6.1 Förebyggande

I läroplansgrunderna för den grundläggande utbildningen definieras sju delområden inom mångsidig kompetens. Förebyggandet av sexuella trakasserier är ett ämnesområde som ingår t.ex. i delområdena vardagskompetens och kulturell och kommunikativ kompetens. Förebyggande av sexuella trakasserier ingår således i flera läroämnen, t.ex. hälsokunskap, gymnastik, samhällslära och modersmål och litteratur.

Genom att tillsammans behandla och diskutera sexuella trakasserier som fenomen hjälper man barnen och de unga att identifiera trakasserier samtidigt som de lär sig hur man ska agera också i obehagliga och svåra situationer¹.

Närpes stads skolor har även en [plan för jämställdhet och likabehandling](#) och varje skola har en skolspecifik jämställdhetsplan. I denna plan kan skolorna ytterligare precisera hur man reagerar på och hanterar sexuella trakasserier.

6.2 Ingripande

Varje anställd vid läroanstalten som har upptäckt eller fått kännedom om sexuella trakasserier ska se till att ärendet börjar utredas omedelbart. Elever och vårdnadshavare uppmanas kontakta läraren eller rektorn så att läroanstalten kan ingripa och skydda de studerande mot faktorer som äventyrar deras säkerhet.

Ingripande i ett fall där en elev i skolan misstänks för sexuella trakasserier sker på liknande sätt som vid utredning av mobbning: händelseförloppet utreds, alla parter hörs, en bedömning av om trakasserier har skett görs och beslut om åtgärder och uppföljning fattas.

Den studerande som gjort sig skyldig till trakasserier tilldelas en disciplinär påföljd. Den som blivit utsatt och den som gjort sig skyldig till trakasserier hänvisas till den individuella elevvårdens psykolog- och kuratorstjänster.

Misstanke om sexualbrott mot en minderårig ska anmälas till polisen och barnskyddet. I oklara fall kan man utan att ange namn konsultera polisen och barnskyddet för att få råd.

Elevvården kan erbjuda stöd och hjälp och elevvårdens personal kan även ta upp sexuella trakasserier som skett vid läroanstalten till allmän diskussion och på så sätt bidra till att förhindra trakasserier i fortsättningen. Elevvårdens personal kan även erbjuda lärarna konsultativt stöd för att bedöma behovet av individuell elevvård och stödja den studerande¹.

¹ Utbildningsstyrelsen (2018). *Handbok för att förebygga och ingripa i sexuella trakasserier i skolor och läroanstalter*. Helsingfors: Utbildningsstyrelsen.

7. Mobbing på nätet

Nätmobbing och vanlig mobbing bör tas lika allvarligt. De båda mobbningsformerna skall ses som en helhet av ett problem hos den person som mobbar. Nätmobbingen bör motarbetas på samma sätt som motarbetet mot traditionell mobbing.

När mobbing sker på nätet eller i mobilen kan detta göra mobbingen värre för den utsatte. Detta beror på flera olika orsaker, t.ex. att parterna inte står ansikte mot ansikte och utan kroppsspråk går man miste om mycket av kommunikationen, mobbingen kan ske dygnet runt, anonymiteten kan göra att man inte vet vem som står bakom en kommentar, offentligheten gör att det är många som kan se det som publicerats, man kan bli utestängd från olika digitala gruppforum samt att denna typ av mobbing oftast sker utanför de vuxnas synfält.

Barn och unga måste få lära sig regler för vad som är okej att lägga ut på nätet om sig själv, men också lära sig att respektera att andra kan ha olika gränser för vad de vill skall få finnas på nätet. Både hemmet och skolan uppmanas diskutera kring etikett på nätet, d.v.s. vilka oskrivna och skrivna regler och rekommendationer som finns för uppförande på Internet. Den som blivit utsatt måste också få lära sig hur hen kan skydda sig från att bli illa behandlad på nätet. Dessa tre viktigaste verktyg för att systematiskt skydda sig är att *spara bevis*, *anmäla* och *blockera*.

Det är av största vikt att skolan och hemmet samarbetar kring mobbing som skett via nätet, eftersom mobbingen oftast inträffat på fritiden, men kan framkomma i skolan och påverka kamratrelationerna där. I likhet med traditionell mobbing bör den som får kännedom om att mobbing eller kränkande saker publicerats i något forum mot en elev, föra ärendet vidare till skolans antimobbingsteam för behandling.

8. Vad kan jag som förälder göra för att förebygga mobbing?

Enligt forskning kan man som förälder bidra på flera sätt för att främja goda kamratrelationer och förhindra mobbing. Inför uppdaterandet av denna plan fick vårdnadshavare möjlighet att fylla i en enkät gällande skoltrivsel². Där framkom även flertalet av nedanstående tips på hur föräldrar kan förebygga mobbing.

Prata med ditt barn! Det absolut viktigaste är att barnen vågar berätta! Barn behöver kunna prata med vuxna om det som händer i verkliga livet eller på nätet.

Var en förebild! Som förälder kommer du alltid att vara en förebild, och oftast är det inte det du säger utan det du gör som barnet tar efter. Det du säger innanför hemmets fyra väggar har stor betydelse för vilket språkbruk ditt barn utvecklar! Prata positivt om skolan och barnets klasskamrater.

Engagemang! För att främja barnens trivsel i skolan och goda relationer är det viktigt att du som förälder engagera dig, både i skolan och i ditt barn. Som förälder är du en av de viktigaste länkarna när det gäller att främja goda kamratrelationer samt förebygga mobbing och utanförskap. Lär känna skolan och de andra barnen och föräldrarna, delta aktivt i föräldramöten och bekanta dig med skolans arbete mot mobbing och trakasserier.

Hjälp barnen att vara modiga! Det kräver mod, trygghet och övning att bjuda med andra i leken, att säga till om man ser någon blir dåligt behandlad eller stå emot uteslutande beteende. Lär ditt barn att lika viktigt som det är att inte mobba eller utesluta andra, är det att försöka hjälpa till eller säga ifrån till en vuxen om man ser att något dumt händer, både i skolan eller på nätet. Som vuxen ska du även våga säga ifrån om du ser barn behandla andra barn illa, oavsett om du känner dem eller inte.

² En enkät gällande skoltrivsel riktades till alla vårdnadshavare till elever i Närpes stads grundskola och gymnasium, under tiden 13–31.3.2019.

Uppmärksamma skolan vid minsta misstanke om mobbning! Ha hellre fel än riskera att ignorera barnet.

Samarbeta med skolan! Ta kontakt med de vuxna i skolan om det är något ni funderar över eller är missnöjda med.

Inkluderande inbjudning! Tänk på hur inbjudningar till kalas och dylikt görs så att ingen blir exkluderad.

8.1 Barn på nätet och föräldrarollen

Sociala medier och internet ger barn och unga fantastiska möjligheter att få information, bekräftelse och känna tillhörighet, men det gör också att barn i en allt yngre ålder blir sårbara för intryck, press och prövningar de inte alltid har ålder och mogenhet till att hantera på egen hand. Det ställer helt nya krav på föräldrarollen. Barn behöver stöd, vägledning och gränser på nätet så att de kan hitta god information, lära sig behandla varandra med respekt och veta hur de skall hantera skrämmande och obehagliga upplevelser.

Att tala med barnen om användning av nät och mobil är det absolut viktigaste för att ge barnen en god och trygg vardag med digitala medier. Förbud och skuldbeläggande av ungas aktiviteter och intressen ökar bara klyftan mellan vuxna och barn. Det är mycket allvarligt eftersom forskning säger att barn behöver träna på att undvika oönskat innehåll i en trygg miljö tillsammans med vuxna.

Gör inte det nya till syndabock. Genom att förbjuda t.ex. en app, blir bara tröskeln att våga berätta ännu högre. Ett bättre sätt att närma sig är att fråga öppet om vad som har hänt och be barnen visa dig det om de vill. Då är det större chans att barnet kommer och berättar för dig när de har upplevt något obehagligt eller kränkande. Lär dem att ta skärmbild om de får något obehagligt meddelande eller bild samt råd barnen att inte besvara kommentarer.

I stället för enbart filter och förbud måste vi verka för att alla barn får lära sig att använda nätet och mobiler på ett rimligt sätt. Vi vuxna måste lära oss att vara ett stöd för de unga. Lyssna, prata, fråga, fundera tillsammans. Inte låtsas som att inget hänt, men inte heller överföra våra panikkänslor på dem³.

9. Uppföljning

Handlingsplanen för att förebygga och ingripa i våld, mobbning och trakasserier ska fungera som ett verktyg för skolans personal och det är viktigt att den ständigt utvärderas och utvecklas. På det sättet hålls även diskussionen kring mobbning och trakasserier aktuell.

³ Dunkels, Elza. (2018). *Vad gör unga på nätet*. Malmö: Gleerups Utbildning AB.

Dunkels, Elza. (2016). *Nätmobbing, näthat och nätkärlek*. Stockholm: Gothia Fortbildning AB.