



Trivselsplan for Alvdal ungdomsskole

Denne planen omhandler følgende:

- Trivselsarbeid, forebygging av krenkende ord og handlinger
- Skolens arbeid for å avdekke krenkende ord og handlinger
- Problemløsning av mobbesaker
- Kontinuiteten i arbeidet

Forord

”Du skal ikke så inderlig vel tåle den urett som ikke rammer deg selv” sier Arnulf Øverland i et dikt.

Vi har ikke lov til å lukke øynene for at mobbing skjer; for vi vet at det skjer av og til, og da er det fellesskapets plikt å reagere.

Alle har krav på trygt og godt skolemiljø; trygghet og trivsel er grunnleggende forutsetninger for et godt læringsmiljø. Et godt og støttende arbeids- og læringsmiljø er noe vi skaper sammen og noe vi skal ha på Alvdal ungdomsskole.

Skolen skal ha gode prosedyrer for å redusere krenkende ord og handlinger adferd. Erfaringer har vist at målrettet og systematisk arbeid har forebyggende effekt og fører til økt trivsel blant elevene. Handlingsplanen vil være et nyttig redskap for å skape et godt og stimulerende arbeidsmiljø samtidig som den hjelper skolen i arbeidet med å avdekke episoder der elever blir utsatt for krenkende ord eller handlinger, inkludert mobbing, og bidrar til sikkerhet i hvordan disse episodene skal håndteres.

«Dersom nokon som er tilsett ved skolen, får kunnskap eller mistanke om at ein elev blir utsett for krenkjande ord eller handlingar som mobbing, diskriminering, vald eller rasisme, skal vedkommande snarast undersøkje saka og varsle skoleleiinga, og dersom det er nødvendig og mogleg, sjølv gripe direkte inn.» Opplæringsloven §9a-3, 2. avsnitt.

Denne planen som nå foreligger er revidert med tanke på at vi skal fokusere på trivsel for alle elever ved skolen. Samtidig er det også skolens handlingsplan dersom noen føler seg krenket av andre ved skolen. Det er skolens plikt å jobbe forebyggende, og det er også klart at skolen har en handlingsplikt både når vi tror og når vi vet at noen er utsatt for krenkelser Derfor er dette smeltet sammen i en og samme plan.

Alvdal, august 2016

Rektor Erik Vangen Jordet

Postadresse	Besøksadresse	Telefon	Org.nr. NO 939984194 MVA
2560 ALVDAL	Alvdal ungdomsskole Grindegga	62 48 91 70	Bankgiro: 1895.06.00140 Kto. Skatt: 7855.05.04382
E-post: alvdal.ungdomsskole@alvdal.kommune			



Innholdsfortegnelse

Forord 1	
Innholdsfortegnelse	2
Trivselsplan for Alvdal ungdomsskole	3
Mål: 3	
Definisjon av krenkende ord og handlinger:	3
Definisjon av mobbing:	3
Prinsipper for arbeidet	3
1. Trivselsarbeid og forebygging	3
I. Relasjon lærer – elev	3
II. Relasjon lærer – elevgruppe	4
III. Relasjon elev – elev	4
IV. Relasjon lærer – foreldre	4
V. Skolens samarbeid med hjemmene.....	5
VI. Når elevene begynner ved Alvdal u-skole.....	5
VII. Overgangen fra barnetrinn til ungdomstrinn	6
VIII. Sikring av skolens fellesareal og skolevei	6
2. Avdekking og forebygging av krenkende adferd og mobbing.....	7
Arbeid med forebygging:	7
I. Vakt og tilsynsordninger.	7
II. Kommunikasjon lærer – elev – foreldre	7
III. Arbeid med sosial kompetanse	8
3. Problemløsning av mobbesaker	8
I. Ved mistanke om mobbing	8
II. Problemløsning ved mobbesaker.....	8
III. Skolens prosedyrer når mobbing er meldt eller avdekket	8
IV. Samarbeid med andre instanser ved mobbing	9
V. Prosedyrer for samarbeid med parter utenfor skolen.....	9
VI. Arbeid i etterkant av en mobbesak	9
4. Kontinuitet.....	9
I. Ansvarskjede	10
II. Faste tiltak i årshjul.....	10
III. Ansvarlig for årlig gjennomgang og eventuell revisjon av planen.....	10



Trivselsplan for Alvdal ungdomsskole

Mål:

Alle elever ved Alvdal ungdomsskole skal oppleve et trygt og godt arbeidsmiljø fritt for krenkende adferd på skolen. Ungdomsskolen skal være en arena der alle trives og kan lære.

Definisjon av krenkende ord og handlinger:

Krenkende ord og handlinger kan for eksempel være mobbing, vold, rasisme og utestenging, eller enkeltstående utsagn om utseende eller funksjonshemninger.

Definisjon av mobbing:

Med mobbing eller plaging forstår vi psykisk og/eller fysisk vold rettet mot et offer, utført av enkeltpersoner eller grupper. Mobbing forutsetter et ujevnt styrkeforhold mellom offer og plager, og episodene gjentas over tid.

Prinsipper for arbeidet

Skolens arbeid for trivsel og mot krenkende ord og handlinger beskrives i skolens handlingsplan og bygger på fire prinsipper:

- **Trivselsarbeid og forebygging**
- **Avdekking av uønskede ord og handlinger**
- **Problemløsning av mobbesaker**
- **Kontinuitet i arbeidet**

1. Trivselsarbeid og forebygging

Mål: Alle elever skal oppleve et godt arbeidsmiljø der de kan realisere sitt potensiale for læring.

I. Relasjon lærer – elev

Læreren er en tydelig voksen som eleven kan ha tillit til.

Det betyr at læreren er:

- en tydelig leder som følger skikk og bruk – en voksenperson eleven har tillit til
- lojal mot regelverket og er konsekvent i sine reaksjoner
- har autoritet og gir tydelige instruksjoner

Tiltak:

- Det skal gjennomføres drøftinger i kollegiet og på hvert team for å skape felles holdninger med tanke på relasjoner til elevene



- Det gjennomføres minimum to elevsamtaler i halvåret
- Det gjennomføres to utviklingssamtaler i året
- Elevene tas med i planlegging av undervisning

II. Relasjon lærer – elevgruppe

Læreren utøver tydelig ledelse på en slik måte at gruppen opplever som et trygt sted for alle elevene

Det betyr at læreren er:

- en tydelig leder som er rettferdig
- en person som har en godt utviklet empati
- en person som har respekt for individet

Tiltak:

- læreren er autoritativ men ikke autoritær
- alle elever må bli sett/ha blikkontakt med læreren i løpet av en arbeidsøkt
- variasjon i undervisningsmåter
- det brukes tid i klassene for å skape et godt klassemiljø
- elevene reiser seg når en ny lærer kommer inne i gruppen
- tydelige regler for opphold i elevenes arbeidsrom
- alle elever skal behandles med respekt

III. Relasjon elev – elev

Elevene i gruppen tar vare på hverandre og er opptatt av at alle har det trygt

Det betyr at man:

- ikke viser misnøye med å komme på gruppe med andre eller sitte sammen med andre
- ikke sender spydigheter
- er bevisst egen språkbruk
- viser respekt for andres personlighet
- viser respekt for andre saker/utstyr
- deltar i felles oppgaver, rydding og fordeler arbeid likt

Tiltak:

- forebygge gjennom samtaler og rollespill i klasserommet
- ta opp mobbesaker med en gang de skjer
- arbeide med det psykososiale miljøet i elevgruppa
- gi tydelig uttrykk for hva som er uakseptabel atferd
- det gjennomføres trivselstiltak på tvers av klassetrinn, for eksempel turneringer, turer med mer

IV. Relasjon lærer – foreldre

Relasjonen mellom lærer og den enkelte elevs foreldre er preget av respekt, tillit og samarbeidsvilje



Det betyr at relasjoner som er preget av faktorene respekt, tillit og samarbeidsevne kjennetegnes av at det uformelle og muntlige tillegges like stor vekt som det formelle og skriftlige

Tiltak:

- kontaktlærerfunksjonen skal ha tilstrekkelig med ressurs til jobben, kontaktlærere velges av rektor
- ta raskt muntlig kontakt med foreldre for å informere om episoder som har skjedd på skolen
- det avholdes minimum to utviklingssamtaler i året
- det gjennomføres elevsamtale før utviklingssamtalen
- arrangere fellesmøter i tillegg til møter for trinnet
- skolen gjennomfører ulike arrangement der foreldre kan treffe lærere, for eksempel åpen skole, skoleball, hyggekvelder (foreldrekvelder)

V. Skolens samarbeid med hjemmene

Skolen har et åpent og aktivt samarbeid med foreldrene som gruppe

Det betyr at:

- samarbeid med hjemmene er en to-veiskommunikasjon
- samarbeidet skole – hjem er en dialog

Tiltak:

- skolen lager en årsplan for samarbeid med hjemmet (oversikt over møter og «dugnader»)
- følgende tema blir tatt opp i foreldremøte hver høst:
 - skolens ordens- og oppførselsreglement
 - skolens trivselsplan
 - ulike tema som blir gjennomført på trinnet

VI. Når elevene begynner ved Alvdal u-skole

Lærer møter gruppen på en måte som signaliserer trygg ledelse, ivaretagelse som basis for gjensidig tillit

Det betyr at læreren

- er trygg i sin rolle
- har faglig trygghet i det daglige arbeidet
- har blikk for hver enkelt elev
- er lojal i forhold til skolens regler og normer

Tiltak:

- læreren har til første skoledag laget navnelapper som viser hvor elevene skal sitte
- elevene reiser seg når læreren kommer inn i rommet til første time
- gjennomgå ordens- og oppførselsreglementet m/konsekvenser
- gjennomføre ”bli-kjent-opplegg”
- arrangere et foreldremøte like etter skolestart
- gjennomføre samtale rett etter skolestart hvor bare foreldrene er til stede



VII. Overgangen fra barnetrinn til ungdomstrinn

Overgangen fra barnetrinnet til ungdomstrinnet skal oppleves som forutsigbart og trygt for elevene

Det betyr:

- at lærerne som skal overta elevene, får relevant informasjon om elevene
- at lærerne møter elevene om våren før de begynner på 8. klassetrinn

Tiltak:

- all hensiktsmessig informasjon om eleven må følge eleven fra barnetrinn til ungdomstrinn; dette for å skape grunnlag for korrekt kartlegging/ tilpasset opplæring
- lærerhospitering. Lærere fra ungdomstrinnet hospiterer i barneskolene slik at elevene stifter bekjentskap med sine nye lærere på "hjemmebane" (ønskelig at lærerteamene er klare tidlig om våren)
- 7. klassene besøker ungdomsskolen på våren
- ledelsen ved ungdomstrinnet gir elevene på 7. klassetrinn en generell orientering om trinnet
- foreldrene til 7. klassingene innkalles til informasjonsmøte på ungdomsskolen om våren
- foreldrene kalles inn til et foreldremøte tidlig på høsten i 8. klasse der de møter alle lærere på trinnet.

VIII. Sikring av skolens fellesareal og skolevei

Skolen har prosedyrer og sjekkpunkter som gjør at skolens fellesarealer, uteområde, gymnastikksal m/garderober og skolevei oppleves som trygge steder. Skolen har ikke tilsyn på skolevegen, men skolens oppførselsreglement er gjeldende for elevene til og fra skolen

Det betyr at alle elever skal føle seg trygge overalt mens de er på skolen, når de oppholder seg i skolens uteområde eller til og fra skolen.

Tiltak:

- skolen må drive kontinuerlig holdningsskapende arbeid i mindre grupper på trinnet eller når hele trinnet er samlet
- ved skolestart og midt i hvert semester drøfter kollegiet om skolens tilsynsordning fungerer tilfredsstillende.
- trinnene vurderer årlig rutinene og med særlig blick for ekstra utsatte plasser i forhold til å avdekke krenkende adferd.
- alle voksne i skolen har ansvar for å ta opp forhold ved tilsynsordningen som ikke fungerer tilfredsstillende
- alle voksne i skolen må gå inn i episoder hvor elever bryter skolens ordens- og oppførselsreglement eller bryter regler for vanlig folkeskikk



2. Avdekking og forebygging av krenkende adferd og mobbing

Mål: All krenkende adferd som foregår i og ved skolen blir avdekket og håndtert.

Tiltak

- det skal årlig gjennomføres en undersøkelse (elevundersøkelsen fra UDIR) for eventuelt å avdekke mobbing i og ved skolen for alle trinn.
- rektor har ansvar for at elevundersøkelsen blir gjennomført samtidig på alle klassetrinn.
- kontaktlærerne sørger for at den blir gjennomført i sine klasser.
- resultatene for hele skolen presenteres for elevene og foreldrene. Til elevene skal det vurderes om deler av eller hele resultatet for trinnet skal brukes dersom det kan være hensiktsmessig.

Arbeid med forebygging:

I. Vakt og tilsynsordninger.

Mål: alle voksne i skolen har ansvar for å bidra at tilsynsordningen fungerer godt.

Tiltak:

- skolens administrasjon sørger for at det blir satt opp tilsynslistene. Dette gjøres hver høst i løpet av planleggingsdagene.
- i arealet som hvert klassetrinn disponerer, har en voksenperson som arbeider på trinnet, tilsyn i alle pauser/friminutt.
- det er tilsyn i kantina for lærer/assistent som har tilsyn på rom 3 og 4 og ekstra tilsyn i samfunnshuset i matfri.
- hvis personen som har tilsyn er forhindret i å utføre tilsyn etter oppsatt plan, har denne personen ansvar for at en annen ivaretar denne funksjonen. Ved sykdom sørger kontaktlærerne for at en annen overtar tilsynsfunksjonen.
- i alle undervisningsrom er det satt opp en oversikt som viser hvilke personer som har tilsyn i arealet
- kontaktlærerne er ansvarlig for at tilsynsordningen fungerer på trinnet.
- særlige utsatte punkter og tidsrom for inspeksjonen skal vurderes på det enkelte trinn, men disse punktene skal ha særlig fokus da de anses for å være mest utfordrende:
 - overgang time/friminutt/time, særlig når elevene skal inn eller ut.
 - garderobene i forbindelse med kroppsøving

II. Kommunikasjon lærer – elev – foreldre

Tiltak:

- kontaktlærer er ansvarlig for at krenkende adferd og mobbing tas opp som tema i alle faste utviklingssamtaler med elever og foreldre to ganger årlig
- kontaktlærer gjennomgår trivselsplanen for sin klasse ved skolestart
- kontaktlærer tar opp krenkende adferd og mobbing som tema i alle faste elevsamtaler minst to ganger årlig



- kontaktlærere sørger for at krenkende adferd og mobbing som tema blir tatt opp i foreldremøter på trinnet
- denne trivselsplanen deles ut til alle foreldre ved første foreldremøte etter skolestart om høsten når elevene begynner på 8. trinn. Den er også tilgjengelig på kommunes hjemmeside.

III. Arbeid med sosial kompetanse

Tiltak:

- skolen skal hele tiden jobbe med den generelle delen av læreplanen der det er et tydelig fokus på sosial kompetanse. Dette skal skje ved at vi bruker tid på det sosiale i klassene, på trinnet og felles for hele skolen.
- det settes av tid til dette arbeidet gjennom blant annet utedager, samt at kontaktlærere fokuserer på dette gjennom skoleåret.
- det brukes ekstra tid til dette arbeidet ved skolestart hvert skoleår, og særlig for de nye 8. klassene.
- helsesøster gjennomfører samtaler med elevene etter egen plan. Her skal det være særskilt fokus på å skape gode relasjoner blant elevene gjennom gjensidig forståelse for hverandre

3. Problemløsning av mobbesaker

I. Ved mistanke om mobbing

Ved mistanke om mobbing, må alle lærere/voksne på teamet bli gjort oppmerksom på dette og være ekstra årvåkne. Det skal føres enkel loggbok til situasjonen er avklart.

Kontaktlærer orienterer om saken i samlet kollegium slik at alle er informert og kan bidra i observasjoner og kartlegging.

Lærer tar kontakt med antatt offer for å informere om hva vi tror og hva vi gjør.

II. Problemløsning ved mobbesaker

Mål: Skolen tar ansvar og initiativ for å stoppe mobbing. Dette gjøres på måter som i neste omgang forebygger mobbing ved skolen

Skolens fellesstrategi skal sikre at skolens tilsatte, foreldre og elever som tar opp en mobbesak, vet at den blir seriøst behandlet etter retningslinjer man er blitt enige om. Mobbing er ingen konflikt, men et overgrep. Derfor skal ikke slike saker løses gjennom mekling.

III. Skolens prosedyrer når mobbing er meldt eller avdekket

Samtalene med elevene struktureres vanligvis i denne rekkefølgen:

- samtale med mobbeofferet
- samtale med plagerne hver for seg
- samtale med plagerne samlet



Som regel vil det være kontaktlærer som arbeider med mobbesaker, men dette skal gjøres i tett samarbeid med rektor. Det skal fattes enkeltvedtak ovenfor den eleven som er utsatt for mobbing.

Læreren skriver ned observasjoner og faktainformasjon fra følgende:

- individuell samtale med offeret
- oppfølgingssamtaler med offeret
- individuell samtale med plager/plagerne
- gruppesamtale med plager/plagerne
- samtale med foreldrene til offer
- samtale med foreldrene til plager/plagerne

IV. Samarbeid med andre instanser ved mobbing

Aktuelle samarbeidspartnere utenfor skolen er skolehelsetjenesten, pp-tjenesten, BUT (barne- og ungdomsteam), BUP (barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk), NAV, barnevernstjenesten.

V. Prosedyrer for samarbeid med parter utenfor skolen

Kontaktlærer/lærer som har saken, drøfter aktuelle samarbeidspartnere med dem som arbeider på teamet.

Den som har saken, tar, etter samråd med rektor, kontakt med aktuell/e samarbeidspartner/e
Ansvar for å følge opp prosedyrene er skolens rektor.

VI. Arbeid i etterkant av en mobbesak

Det er kontaktlærer/e som er ansvarlig for alt arbeidet rettet mot elever i etterkant av en hendelse.

Etter at en mobbesak er løst eller at det er tatt affære for å endre situasjonen, vil det være nødvendig å arbeide strategisk i forhold til de ulike partene: mobbeofferet, mobberne og tilskuerne. Målet med dette arbeidet må være å forebygge at de kommer i noen av disse rollene seinere.

Dette skal gjennomgås i elevgruppa i etterkant av en mobbesak:

Ulike faser for å behandle en mobbesak i gruppemøte med elevene

Møte med foreldrene på klassa/trinnet, ansvarlig: kontaktlærer

Dette skal gjennomgås i kollegiet i etterkant av en mobbesak:

Gjennomgang av saken med tanke på hva den viser av organisering og rutiner som ikke fungerer godt nok. Ansvarlig: kontaktlærer/e i samarbeid med rektor.

Informasjon til andre ansatte basert på det som kommer fram i punktet over

Enkeltvedtak som innebærer tiltak eller handling må gjøres kjent for de som blir involvert og skal følge opp saken. Ansvarlig for dette er rektor.

4. Kontinuitet

Mål: Skolens arbeid med å forebygge, avdekke og stoppe mobbing foregår kontinuerlig

Postadresse	Besøksadresse	Telefon	Org.nr. NO 939984194 MVA
2560 ALVDAL	Alvdal ungdomsskole Grindegga	62 48 91 70	Bankgiro: 1895.06.00140
			Kto. Skatt: 7855.05.04382



I. Ansvarskjede

Prinsippet er at problemer løses på lavest mulige nivå, men at lærere vet når saker skal meldes videre og vet hvem de kan henvende seg til hvis problemene ikke kan løses på deres nivå. Det vil altså være som en trapp der problemene søkes løst lavest mulig, men der en går lenger opp i trappen når det er nødvendig.

- Nivå 1: lærer, kontaktlærer, lagleder, foreldre (skolens ledelse som drøftingspartner)
- Nivå 2: som nivå 1, representant fra skolens ledelse, som overtar ledelsen i saken og skolehelsetjenesten
- Nivå 3: som nivå 2 og representanter fra aktuelle hjelpeinstans utenfor skolen – f. eks. pp-tjenesten, lensmannsetaten, NAV, barnevernet, BUP.

II. Faste tiltak i årshjul

For å sikre kontinuitet i tiltak for å forebygge og avdekke mobbing settes faste tiltak på skolen inn på skolens årshjul i Compilo. De viktigste rutineene er som følger:

- rektor gjør trivselsplanen kjent for alle elever ved oppstarten av skoleåret
- rektor gjennomgår orden og -oppførselsreglementet med konsekvenser ved oppstarten av skoleåret.
- trivselsplanen er tilgjengelig for alle på internett, ansvarlig er rektor
- kontaktlærer sørger for at trivselsplanen blir gjennomgått med alle elevene ved skolestart
- kontaktlærer har ansvar for at mobbing som tema blir tatt opp med elevene to ganger i løpet av semesteret – i tillegg til gjennomgangen ved skolestart.
- kontaktlærer tar opp trivsel og mobbing i alle elevsamtaler og foreldrekonferanser.
- rektor sørger for at tilsynsordningen drøftes ved skolestart og i løpet av skoleåret.

III. Ansvarlig for årlig gjennomgang og eventuell revisjon av planen

Planen gjennomgås etter følgende plan:

- innen 1. mars: i elevrådet
- innen 1. april: i skolens styringsgruppe
- innen 1. mai: i lærerkollegiet
- innen 1. mai: i FAU
- innen 1. juni: i samarbeidsutvalget