

«Sammen i barnehagen»



Plan mot utestenging og mobbing

Barnehagene
i Hallingdal





HALLINGDAL

Innhold

Innledning	3
Bakgrunn	4
Definisjon	5
Mål	5
Kjennetegn og ulike former for mobbing	6
Forebygging	7
Avdekking	8
Tiltak	9
Samarbeid mellom hjem og barnehage	10
Kontinuitet	11
Rutine	12
Litteraturliste	12
Arbeidsgruppe	12





HALLINGDAL

Innledning

De siste årene har det vært økt fokus på mobbing som et betydelig samfunnsproblem i Norge og at negativ adferd mot barn kan gi langvarige skader. I den senere tid har det også blitt satt fokus på at mobbing forekommer i barnehagen.

Voksne har ansvar for barns oppvekstmiljø. Forebygge og stoppe mobbing er og blir et voksenansvar, men det blir også viktig å motivere barna til å si fra når andre ikke har det bra. Voksne må ikke stilltiende akseptere at barn blir utsatt for negativ adferd over tid. Det skal tydelig vises at utestenging og mobbing er uakseptabelt.

Forskrift om miljørettet helsevern for barnehager har klare føringer på at barnehagene skal drive et holdningsskapende arbeid og ha en plan for å sikre alle barn et godt psykososialt miljø. Forskriften sier også at planen skal beskrive hvordan barnehagene jobber kontinuerlig og systematisk for å oppnå dette. I tillegg skal det være rutine for årlig evaluering av arbeidet og oppfølging av eventuelle hendelser.

I Hallingdal jobber alle barnehager systematisk med det psykososiale miljøet. Dette handler om samspill og hvordan vi er mot hverandre. Det gjelder samspill mellom alle parter i en barnehage:

- barn-barn
- voksne-barn
- voksne-voksne

Med voksne menes både de som arbeider i barnehagen og foreldrene. Derfor er planen ment å være både et arbeidsverktøy for ansatte og en informasjon for foreldre om hvordan barnehagene og foreldrene sammen kan håndtere dette temaet. Barnehagene kan ikke ta ansvar for dette arbeidet alene. Foreldrene må være bevisst sine holdninger og bidra til godt samspill også utenfor barnehagen.

Arbeidet i barnehagen må også sees i sammenheng med skolens arbeid rundt barnas psykososiale miljø, jf kommunenes plan for overgang mellom barnehage og skole.

Hvilke valg og prioriteringer som gjøres i den enkelte barnehage, må komme frem barnehagens årsplan og/eller andre dokumenter.

Tidligere har begrepene erting og utestenging vært mer vanlig å bruke om barnehagebarn. Nå har begrepet mobbing blitt akseptert å bruke om systematisk negativ adferd retta mot bestemte barn over tid. Derfor har vi også benyttet begrepet mobbing i denne planen.

Planen er utarbeidet av barnehageansvarlige i Hallingdal og gjelder for barnehagene i alle kommunene. Planen er politisk vedtatt og ble sendt ut på høring til barnehagene før den ble vedtatt, og vil bli evaluert i løpet av 2017. Barnehageansvarlige i Hallingdal ønsker personalet og foreldre lykke til med samarbeidet om et godt psykososialt miljø til beste for alle barn!

Hallingdal, august 2015





HALLINGDAL

Bakgrunn

Storting og regjering har gitt føringer for dette arbeidet. Videre følger utdrag fra ulike dokumenter som forplikter barnehagene til å arbeide med temaet og som det kan hentes mer informasjon fra.

Manifest mot mobbing

Regjeringen har utarbeidet et manifest mot mobbing (2011 – 2014) som alle kommunene i Hallingdal har skrevet under på. Der står det bl.a. nedfelt:

«Alle barn og unge skal ha et godt og inkluderende oppvekst og læringsmiljø med nulltoleranse for mobbing».

Manifestet henviser til bl.a. FN's barnekonvensjon, barnehageloven og forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler.

Lov om barnehager

Lov om barnehager er grunnleggende for all drift i barnehagen. Utdrag fra § 1:

«Barnehagen skal møte barna med tillit og respekt, og anerkjenne barndommens egenverdi. Den skal bidra til trivsel og glede i lek og læring, og være et utfordrende og trygt sted for fellesskap og vennskap. Barnehagen skal fremme demokrati og likestilling og motarbeide alle former for diskriminering».

Rammeplan for barnehager

Rammeplan legger føringer for arbeidet i barnehagen:

- Barnehagene har en samfunnsoppgave i tidlig forebygging av mobbing.
- Personalet skal arbeide for et inkluderende miljø som motvirker mobbing.

Veilederen «Barns trivsel – voksnes ansvar, forebyggende arbeid mot mobbing starter i barnehagen»

Veilederen handler om hvordan ansatte kan støtte barnas sosiale utvikling og arbeide for å skape et godt psykososialt miljø som forebygger mobbing og krenkelser.

Forskrift om miljørettet helsevern i barnehage om det psykososiale forhold § 12

«Virksomheten skal fremme trivsel og gode psykososiale forhold».

Momenter fra veileder til forskriften:

- Barnehagen må ha oversikt over barnas psykososiale miljø
- Barnehagen skal ha en plan for å sikre barna et godt psykososialt miljø

Stortingsmelding nr 16 (2006-2007) «...og ingen stod igjen. Tidlig innsats for livslang læring».

Utdrag fra Stortingsmelding nr 16:

«Regjeringen ønsker å forbedre utdanningssystemets evne til å møte den enkeltes behov gjennom å tilrettelegge opplæringen på en god måte. Tidlig innsats er en nøkkel i dette arbeidet. Tidlig innsats må forstås både som innsats på et tidlig tidspunkt i barns liv, og tidlig inngripen når problemer oppstår eller avdekkes i førskolealder, i løpet av grunnopplæringen eller i voksen alder».





HALLINGDAL

Prosjekt i Hallingdal

Alle barnehager er forpliktet til å arbeide for et godt og inkluderende oppvekst- og læringsmiljø for alle barn. Dette arbeidet er allerede påbegynt i Hallingdal via flere prosjekt:

- «Felles løft for tidlig innsats» med tema sosial kompetanse.
- «KUPP» (kompetanseutvikling av pedagogiske prosesser) med tema barns psykososiale miljø og psykisk helse.

Definisjon

Det er ulike definisjoner av begrepet mobbing. I denne planen er Pål Rolands definisjon brukt fordi planen bygger på prosjektet «Barns psykososiale miljø i barnehagen», høsten 2014, der Pål Roland var foredragsholder.

Mobbing defineres som:

«Mobbing er fysiske eller sosiale negative handlinger, som utføres gjentatte ganger over tid av en person eller flere sammen, og som rettes mot en som ikke kan forsvare seg i den aktuelle situasjonen». (Pål Roland)

Mål

HOVEDMÅL

- Barnehagene i Hallingdal jobber forebyggende mot utestenging og mobbing.

DELMÅL

- Alle barn opplever trygghet og inkludering.
- Alle barn har minst en lekevenn i barnehagen.
- Barnehagene legger vekt på tidlig innsats for å oppnå inkluderende fellesskap.
- Ingen barn utsettes for krenkende ord og handlinger verken fra andre barn eller voksne.

FOR Å NÅ MÅLET VIL VI:

- Jobbe systematisk med målene, evaluering og dokumentasjon.
- Styrke innsatsen gjennom økt bevissthet og aktivt arbeid for å forebygge, avdekke og håndtere utestenging og mobbing.
- Styrke samarbeidet mellom hjem og barnehage for å oppnå gjensidig ansvar for et godt barnehagemiljø / oppvekstmiljø.
- Arbeide for å styrke barns sosiale kompetanse.
- Legge til rette for kompetanseheving og implementere det i barnehagens eget arbeid.





Kjennetegn og ulike former for mobbing

Ulike former for mobbing

Det finnes ulike former for mobbing og forskjellige måter å gruppere denne atferden på:

- Direkte mobbing – både fysisk og psykisk. Er synlig og derfor lettere å oppdage.
- Indirekte mobbing – er vanskeligere å oppdage. Ofte relasjonell mobbing, sosial ekskludering m.m.
- Digital mobbing – mer utbredt i skolealder.

(Ingrid Lund, 2014)

Definisjon

Mobbingen kan arte seg som fysisk/psykisk plaging, trakassering, trusler, erting, håning, negativ omtale/tiltale, utestenging og/eller ignorering over tid. Det er ikke mobbing ved vilkårlig erting, enkeltepisoder med konflikter eller slåssing, enkelttilfeller av utestenging m.m. Dette er noe som kan forekomme i barns lek og samspill, og er en del av barnas læring av sosiale normer, verdier og moral. Som oftest ordnes dette opp i, etter hvert og uten problemer for noen av partene.

Eksempel: Når et barn sier eller gjør noe og ser at den andre blir lei seg og dermed stopper med det han/hun sier eller gjør, er det ikke mobbing. Det er derimot mobbing om barnet utnytter gråten eller sårbarheten og fortsetter sin adferd. Det et barn kan reagere kraftig på, kan prelle av på et annet.

(Senter for Adferdsforskning)

Eksempler på fysisk mobbing / direkte mobbing

Lettest å oppdage:

- Slå, dytte, knuffe, klore, lugge, blåmerker
- Istykkerrevne klær, ødelegge og gjemme ting for hverandre
- Lukke døren rett foran noen
- Springe vekk fra
- Gjemme seg for noen

Eksempler på psykisk og stille mobbing / indirekte mobbing

Den vanligste formen, men også vanskeligst å oppdage fordi den skjer i det skjulte:

- Utestenging
- Ikke hilse, ignorere/taushet, overse/betraktes som luft
- Mimikk og kroppsspråk (vende ryggen til, steinansikt, sukking, grimaser)
- Ikke spørre om å være med, ikke inkludere
- Manglende anerkjennelse, bekræftelse og ros

Eksempler på verbal mobbing

Lettere å oppdage enn den psykiske, men ikke alltid:

- Erting, bli ledd av
- Ekle ting kan sies i det stille, gjerne bak de voksnes rygg, hvissing
- Si stygge ting og sårende kommentarer





HALLINGDAL

- Bruke ord/kallenavn/kalt dumme ting
- True og håne

Eksempel på hvordan voksne sin språkbruk kan oppleves som krenkende for barn:

- «Jeg bryr meg ikke om hvor lei deg du er. Gå dit og sett deg!»
- «Se på meg når jeg snakker til deg!»
- «Gjør som seg sier...ellers....!»
- «Du er bare så.... Du er gammel nok til å vite bedre!»
- «Du er jammen en ordentlig skrikerunge!»
- «Ikke si noe som helst. Bare gå ut og tenk over hva du har gjort!»
- «Hvis ikke du rydder nå, så får du ikke.....!»
- «Hvis du ikke spiser opp maten din, så må du....!»

Det er viktig å være klar over måten ett utsagn blir sagt på, vil ha mye å si for hvordan barnet opplever det som blir sagt.

Alle kan oppleve noe av dette fra tid til annen, enten ved å utsette andre for det eller bli utsatt for det selv, men det er når et barn opplever at disse eller lignende handlinger vedvarer og gjentar seg over tid, at det handler om mobbing.

Det er viktig å være oppmerksom på at barna ikke settes i bås på bakgrunn av kjennetegn. Når styrkeforholdet mellom den som mobber og den som blir mobbet konstant er i ubalanse og et barn opplever det som trist, vondt og vanskelig, er det mobbing. Ofte handler det å bli mobbet om å føle seg utenfor.

Forebygging

Mobbing er en form for aggresjon, og Alsaker (2004) som har forsket på mobbing i barnehagen, hevder at negative handlinger som faller inn under mobbebegrepet, har en sterk stressende og negativ effekt på barn i tidlig alder. Derfor understreker hun at forebygging er viktig allerede i barnehagen.

Den kanskje aller viktigste innsatsen for å forebygge er det generelle arbeidet med å skape et godt og trygt miljø. Et miljø der alle blir inkludert, og der de voksne jobber aktivt for å hindre at barn blir holdt utenfor leken. Utestenging og mobbing kan forebygges ved at kompetente voksne legger til rette for utvikling av gode sosiale ferdigheter, og skaper et aksepterende og inkluderende miljø med et godt og åpent foreldresamarbeid. Barnehagen må ha en tydelig holdning til at utestenging og mobbing ikke er akseptabel adferd. Negativ atferd må avlæres, og det er de voksnes ansvar at det blir gjort. Dette gjelder både de ansatte i barnehagen og barnas foreldre.

Forebyggende tiltak skal:

- Styrke barnas selvhevdelse.
- Utvikle barnas evne til å vise empati (sette seg inn i andre barns situasjon).
- Skape respekt og trygghet.





- Styrke barnas generelle sosiale kompetanse i samspill med andre barn.

Forslag til forebyggende tiltak:

Barn:

- Gi barna mulighet til samtaler om trivsel i hverdagen.
- Observasjon av barnas samspill.
- Skjerme barnas lek.
- Øve barna til å si positive ting om hverandre.
- Lage sosiale regler med positive fortegn, sammen med barna.

Voksne:

- Være konsekvent i forhold til uakseptabel atferd.
- Bruke verktøy til å kartlegge voksnes holdninger til hvert enkelt barn.
- Være til stede i hverdagen gjennom lek, samtaler og være lyttende voksne.
- Være bevisste rollemodeller, hvordan forholder vi oss til hverandre?
- Bruke praksisfortellinger og eventuelt film/video til refleksjon inn i møtene.
- Barn og voksne lager miljøregler sammen for å oppnå et godt fellesskap.
- Søke blikkontakt i samtaler med barna.
- Være anerkjennende og gi omsorg.
- Sette tydelige og forståelige grenser.
- Gi ros til barna og de voksne.
- Være utviklingsstøttende for det enkelte barns behov.
- Være tidlig ute med samtale hvis mobbing observeres, både hos den som mobber og den som blir mobbet.
- Være observant i forhold til barns inkludering.
- Ta opp mobbing og uønsket atferd som tema på første foreldremøte på høsten og informere om mobbeplanen.

Forslag til verktøy som kan brukes i forebyggende arbeid:

- «Du og jeg og vi to», Kari Lamer.
- «Steg for steg», Infovest forlag.
- «Åtte temaer for godt samspill», Foreldreveiledningsprogrammet, BFD.
- «De utrolige årene», Webster Stratton.
- «Være sammen» og bruk av kontaktbarometer, Pål Roland og medforfattere.
- «Systematiske barnesamtaler», Merethe Holmsen.

Avdekking

Utestenging og mobbing kan være vanskelig å oppdage og man skal være observant på endringer av barns adferd. Det kan ofte være et tegn på at noe er galt. Ved at hjem og barnehage har et tett samarbeid og en god dialog vil det være lettere å fange opp endringer hos barnet tidlig. Foreldrene/foresatte ser barna sine i andre situasjoner enn ansatte i barnehagen og partene kan på den måten utfylle hverandre.





Endret adferd som kan være tegn på at barn blir mobbet:

- Vil ikke gå i barnehagen.
- Begynner å tisse på seg etter å ha vært tørr.
- Endrer spise- og sovevaner.
- Blir engstelig og redd.
- Blir oppfarende og fort sint.
- Får dårlig selvbilde/selvtillit.
- Nekter å fortelle hva som er galt.
- Plager yngre barn eller søsken.
- Blir «klengete» og søker mer voksenkontakt enn før.
- Blir veldig stille og usynlig.

Observasjon

For å avdekke utestenging og mobbing er det viktig at personalet jobber aktivt med observasjon av hvordan barna trives og hvordan de er mot hverandre. Det er nødvendig å bruke ulike observasjonsmetoder for å forstå hva som foregår. Man skiller ofte mellom usystematiske og systematiske observasjoner:

- **Usystematiske observasjoner**
Er de observasjonene som gjøres hver dag uten at det er planlagt, og som ikke har noe fast mønster eller bestemt fremgangsmåte.
- **Systematiske observasjoner**
Er de observasjonene som må planlegges, og som krever stor grad av nøyaktighet. Observasjonene gjøres ofte etter en mal/skjema. Film og foto vil også kunne være nyttig verktøy i arbeid med observasjon.

Tiltak

Oppdages utestenging og mobbing i barnehagen, skal det settes inn tiltak umiddelbart. Om ikke voksne reagerer på dette, vil vi overfor barna godkjenne dette som en akseptabel adferd. Det er viktig å få formidlet til alle barn hvordan vi skal være ovenfor hverandre og hva som ikke er greit å finne seg i.

Voksne må hjelpe barna til å forstå at deres handlinger kan påføre andre skade, f.eks. å gjøre de oppmerksomme på at den ene er lei seg pga. den andres væremåte.

Forslag til tiltak når utestenging og mobbing er oppdaget:

- Snakke med de involverte barna. Gi barna mulighet til å sette ord på det som har skjedd.
- Formidle til barna at dette ikke er akseptabel atferd.
- Hjelp barna til å forstå andres følelser.
- Hjelp barna til å snu negativ atferd og gi dem positive handlingsalternativer.





HALLINGDAL

- Gi barna som blir utsatt for mobbing positiv oppmerksomhet/heve statusen.
- Styrke barnas selvfølelse, både mobber og offer.
- Lære barna å reagere når andre barn blir plaget.
- Bekrefte barnet positivt når det sier ifra om at andre eller det selv blir plaget.
- Styrk det barnet ER og ta avstand fra det det GJØR.
- Lage små grupper for å bli kjent (med hverandre) i andre situasjoner, f.eks. turer, språkgrupper, lekegrupper.

Samarbeid mellom hjem og barnehage

Det er svært viktig at foreldrene involveres med en gang personalet i barnehagen får mistanke om at det forekommer utestenging og mobbing. Like viktig er det at foreldrene melder i fra til barnehagen dersom de oppdager utestenging og mobbing blant barna. Det er av vesentlig betydning at barn, foreldre og personale snakker sammen for å få slutt på utestengingen og mobbingen, og at de voksne har en plan for hvordan dette kan forebygges og stoppes.

I tillegg til å følge opp eget barns trivsel og velvære, har det stor betydning at foreldre også bryr seg om andres barn og inkluderer dem i egen hverdag. Det kan gjøres ved å hilse på de andre barna i barnehagen, slå av en prat og invitere med andres barn hjem. Foreldrene kan også bidra til å fremme et godt miljø i barnehagen ved å snakke positivt om barnehagen, personalet, de andre barna og deres familier utenom barnehagetiden.

Barnehagen representerer et komplimenterende miljø i forhold til hjemmet. Barnet skal i barnehagen videreutvikle det som er grunnlagt i hjemmet. Samarbeid mellom personalet og foreldre er en selvfølgelig del av barnehagens arbeid. Barnehagen skal bistå hjemmene i deres omsorg og oppdrageroppgaver, og på den måten skape et godt grunnlag for barnas utvikling.

Foreldre har en viktig rolle i forhold til å avdekke et barns endrede adferd og føre dialog med barnehagen om dette. Det er lav terskel for å melde i fra til barnehagen dersom foreldre avdekker endret adferd eller mistriivsel hos barnet. Se punkter under «Avdekking» tidligere i planen.

Foreldre kan drive forebyggende arbeid ved å:

- Være engasjerte også i de andre barna.
- Hilse på og prater med barn og foreldre du møter i barnehagen.
- Støtte opp under barns vennskap ved å vise at du liker barnets venner, prater med dem og inviter dem med på aktiviteter.
- Trene barnet i å snakke om følelser og om hvordan det oppleves å bli holdt utenfor og forskjellsbehandlet. Oppmuntre barnet til å dele og være raus.
- Være gode rollemodeller, som snakker fordelaktig og positivt om andre barn og deres foreldre i barnas påhør.





- Gripe inn når barn viser uønsket atferd rettet mot andre barn, og på den måten vise at dette ikke er godtatt.
- Være gode modeller i konfliktløsning og hjelpe barna til å finne gode måter å løse konflikter på.
- Være bevisst på hva som legges ut i sosiale media. Dette er ikke stedet for å ta opp vanskelige ting. Tips: Er du fornøyd – si det til dine venner, er du misfornøyd – si det til dem det gjelder.
- Foreldre og barnehagen samarbeider om felles «regler» for invitasjon til bursdagselskaper, slik at ingen barn holdes utenfor.

Tiltak i hjemmet:

- Ta signaler på alvor hvis barnet endrer adferd og ta kontakt med barnehagen.
- Møte opp på foreldremøter og foreldresamtaler.
- Lytte til barnet og prate med barnet om hverdagen deres.
- La barnet være delaktig på sosiale arenaer for å ivareta vennskap og videreutvikle sosial kompetanse.

Viktig å tenke gjennom:

- Hvordan ville du ha likt at ditt barn er det eneste som aldri blir bedt i bursdag?
- Hvordan ville du likt at ditt barn overses/omtales negativt av andre foreldre?
- Hvordan ville du likt at ditt barn diskuteres rundt andres middagsbord?
- Hvordan ville du likt at ditt barn blir kommentert negativt i garderoben mens det hører på?
- Hvordan ville du likt at ditt barn blir "syndebukk" selv om det ikke er tilstede?
- Hvordan ville du likt at ditt barn aldri blir bedt med andre hjem?

«Det du tror om meg,
slik du er mot meg,
hvordan du ser på meg,
slik blir jeg»

M. Jennes

Kontinuitet

For å holde kontinuitet i arbeidet med planen skal den være oppe til vurdering årlig. Den vil bli evaluert både av personalet på personalmøter og planleggingsdager, og av foreldregruppa på bl.a. foreldremøter. Planen er tilgjengelig i barnehagen og på kommunens hjemmeside.





HALLINGDAL

Rutine

Det er utarbeidet rutine mot utestenging og mobbing på bakgrunn av planen. Denne er å finne sammen med andre rutiner for barnehagen.

Litteraturliste

- Manifest mot mobbing, 2011-2014
- Lov om barnehager
- Rammeplanen for barnehagen
- Veileder «Barns trivsel - voksnes ansvar..», UDIR
- Forskrift for «Miljørettet helsevern for barnehage»
- Stortingsmelding nr 16 2006-2007 «...og ingen stod igjen...»
- «Mobbing i barnehagen» FUB 2014
- «Mobbing i barnehagen» BFD – dep
- «Kompetanseløft i barnehagen» Pål Roland m.fl, 2014
- «De er jo bare barn – om barnehagebarn og mobbing» Pedlex Norsk skoleinformasjon/Ingrid Lund, 2014

Arbeidsgruppe

Følgende arbeidsgruppe har utarbeidet «Sammen i barnehagen» - Plan mot utestenging og mobbing:

- Wenche Elisabeth Olsen, Gol kommune
- Else Skogen Tandberg, Nes kommune
- Karin Heiene, Ål kommune
- Grete Svarteberg Lundekvam, Ål kommune (sekretær)

