



Bakkegårdsskolen den 23. september 2023

På de følgende sider finder du Bakkegårdsskolens nuværende antimobbestrategi. Skolebestyrelsen har på bestyrelsesmøde den 23. september 2023 taget beslutning om, at antimobbestrategien skal gendokumenteres, så den tager udgangspunkt i, at mobning hænger sammen med et usikkert fællesskab.

Der ønskes derudover flere og tydeligere handlevejledninger for personale og forældre, når der opstår mobning, også digitalt. Mobning er et fælles anliggende.

Derfor igangsætter bestyrelsen en proces, som igennem inddragelse af elever, forældre og personale skal skabe en ny antimobbestrategi.

# Trivselshandleplan

## og antimobbestrategi



## Bakkegårdsskolen

# INDHOLDSFORTEGNELSE

---

Mål	side 4
Mål og praksis	side 4
Forebyggende indsats – antimobbestrategi	side 5
Forebyggende indsats – Lærerens og pædagogens rolle	side 5
Forebyggende indsats – Forældrenes rolle	side 6
Definitioner – drilleri	side 8
Definitioner – konflikter	side 8
Definitioner – groft drilleri	side 8
Definitioner – mobning	side 9
Definitioner – digital mobning	side 9
Indgribende indsats – en fælles opgave	side 11
Hvordan opdager man mobning	side 12
Mulige tegn på mistrivsel	side 12
Hvis ens eget barn bliver mobbet	side 13
Hvis dit barn mobber	side 12
Find materialer og læse mere	side 14

# MÅL

---

Læring og trivsel går hånd i hånd på Bakkegårdsskolen. Vi betragter læring og trivsel som gensidigt forbundne fænomener. Gode og engagerede læreprocesser, hvor man mødes med passende udfordringer, skaber i sig selv god trivsel. Samtidig er god trivsel og følelsen af at høre til i fællesskabet vigtige forudsætninger for læring.

## Vores målsætning er

- Det skal være lærerigt og rart at gå i skole og SFO.
- Alle mødes med passende udfordringer
- Vi ser forskellighed og mangfoldighed som en styrke
- Skolens hverdag er præget af en høj tolerancekultur med plads til forskellighed og mangfoldighed
- Alle føler sig set, hørt og taget alvorligt
- Den forebyggende indsats mod mobning er i gang hele tiden
- Vi arbejder forebyggende ved at skabe positive fællesskaber med plads til alle
- Vi arbejder forebyggende ved at sætte fokus på den positive adfærd og tydelige positive forventninger
- Vi accepterer ikke mobning – men vi er bevidste om og forberedte på, at det kan forekomme og vi griber hurtigt ind ved mistrivsel

# MÅL OG PRAKSIS

---

## I praksis betyder det, at

- Vi alle tager ansvar og passer på hinanden og skolens fysiske og æstetiske miljø
- Vi arbejder med positive fællesskaber og forebyggelse, som mindsker antallet af akutte situationer
- Der sættes hurtigt ind, hvis det enkelte barn eller den enkelte medarbejder ikke trives
- Vi har viden om og en plan for, hvordan vi griber ind i konflikter og mobbesituationer

## FOREBYGGENDE INDSATS – EN ANTIMOBBESTRATEGI

---

***På Bakkegårdsskolen accepterer vi ikke mobning  
Men vi er bevidste om og forberedte på at mobning kan fore-  
komme  
Og vi griber hurtigt ind, hvis vi konstaterer mobning***



### **På Bakkegårdsskolen**

- Har vi Fokus på klassens trivsel gennem hele skoleforløbet
- Sætter lærer og pædagog løbende fokus på trivsel og fællesskab
- Har alle klasser klasseregler med fokus på positive forventninger og fællesskab med aktiviteter for alle
- Sættes trivsel og brug af sociale medier på alle forældremøder
- Har Peer Educator – hvor store elever er rollemodeller, der hjælper og lege med de yngre
- Benytter det norske koncept Trivselsprogram – hvor elever uddannes til trivselsledere, der skaber aktive frikvarterer
- Har et stærkt AKT-team, der hjælper elever og lærere med at skabe trivsel
- Har Fri for mobberi som fast koncept i indskoling
- Gode traditioner for fællesskabet på skolen (bl.a. morgensang for hele indskoling hver dag, fællessamlinger i aula, diskofest i SFO, Halloween og fastelavn i SFO, aftenåben i SFO, motionsdage for hele skolen, PROM for udskoling, årlig trivselsdag for hele skolen og venskabsklasser)

## FOREBYGGENDE INDSATS – LÆRERENS OG PÆDAGOGENS ROLLE

---

Læreren og pædagogen møder barnet med positivitet, tydelighed og engagement.

De har fokus på klassens sociale liv og laver forebyggende aktiviteter. Der arbejdes målrettet med at skabe gode relationer, tryghed og anerkendelse. Dette sker både i den *daglige* undervisning og i SFO samt ved *særlige* lejligheder som hygge, ture, aktivitetsdage, klassemøder, børnesamtaler, og anvendelse af andre pædagogiske redskaber til fremme af rummeligheden og accepten af hvert enkelt barn.

Der arbejdes med at skabe gode fællesskaber. De voksne sætter sammen med klassen fokus de positive handlinger – sproget i klassen, sådan taler vi sammen – de gode aktiviteter der styrker fællesskabet i undervisningen, i pauserne og i fritiden.

Børn har behov for at *lære*, hvordan man kan løse konflikter, eller tale uden at såre, eller at bruge sociale medier osv. De voksne anvender aldersrelevant materiale (se sidst i denne plan) til klassens arbejde med trivsel.

I hver klasse laves klasseregler, som hænges op.

Hvert år laves en trivselsundersøgelse for alle elever. Lærerne og pædagogerne på årgangen bruger resultatet til at se på, hvad der er behov for på den pågældende årgang. Klasse-trivsel.dk kan anvendes som supplement til trivselsundersøgelsen.

De voksne søger hjælp og rådgivning hos skolens AKT-team samt hos skolens Resourcecenter TaskForce.

Trivsel sættes på dagsordenen til forældremøder og til skolehjem samtaler. På Bakkegårdsskolen arbejder vi bevidst med den anerkendende samtale.

## FOREBYGGENDE INDSATS – FORÆLDRENES ROLLE

---

Forældrene i en klasse spiller en meget stor rolle for klassens fællesskab og trivsel.

### Vi sikrer et godt skolehjemssamarbejde og forældreinvolvering ved:

- Klasseforældreråd der bl.a. arrangerer samvær for børn og forældre.
- Når forældrene deltager og bidrage i fællesskabet, så smitter dette altid af på børnene.
- Fælles leveregler for klassen – og forældreopbakning hertil
- Lav regler for fødselsdage – fx at man inviterer *alle* drengene/pigerne eller hele klassen
- Forældre er opmærksomme på, om en klassekammerat har behov en legeaftale
- Lave legeaftaler Forældre opfordrer til at lege med nye – ikke altid de samme
- Nogle klasser har glæde af legegrupper – så alle prøver at lege med alle
- Den gode tone
- Synlig skolebestyrelse
- Stor opbakning og fremmøde ved forældremøder og sociale arrangementer



*Vi taler altid pænt om skolen, skolens medarbejdere, klassekammeraterne og deres familie*

### Gode forældreråd til god trivsel og forebyggelse af mobning

Som forældre er man forebillede for sit barn gennem hele skoleforløbet. Vi anser derfor forældre som en helt central medspiller i trivselsarbejdet.

Det er meget vigtigt i forebyggelsen af mobning, at man i hjemmet tale pænt om skolen, klassekammeraterne og andre forældre i barnets påhør. Børn lærer de gode vaner, når I som forældre viser dem med sprog og handlinger, hvordan rummeligheden og tolerancen udspiller sig i fællesskabet. Med andre ord, børn gør kun, hvad de har lært. Deres adfærd er præget af de rollemodeller, som de spejler sig i. Mange mobbekonsulenter ynder at sige, at mobning oftest begynder ved hjemme ved spisebordet. Negative ord om barnets kammerater eller medarbejdere på skolen forplanter sig let til modvilje mod bestemte kammerater eller voksne.

Giv dit barn opmuntring til at indgå legeaftaler på kryds og tværs i børnegruppen. Det er en god erfaring for dit barn at få mange forskellige legeoplevelser med forskellige børn. Samtidig sikrer det, at alle børn i klassen får legeaftaler.

Sæt spot på "usynlige" klassekammerater, børn der aldrig nævnes, aldrig er med hjemme osv.

"Usynlige" kammerater kan være isolerede mobbede børn, som trænger til at blive budt ind i lege og aftaler. Børn, der er i klemme i børnegruppen, har brug for en håndsrekning fra et andet barn.

Vær åben og positiv, når andre forældre fortæller om deres barns problemer. Det er svært at stille sig op på et forældremøde og fortælle, at ens barn er alene og har brug for legeaftaler og venskaber, føler sig ensom. Det er lettere hvis andre forældre er positive og lyttende.

Hvis dit barn har et problem med en klassekammerat, så hjælp dit barn med at løse konflikten. Ofte kan en konflikt være udtryk for forskellige synspunkter. Kontakt kammeratens forældre, hvis dit barn ikke kan løse konflikten med din hjælp alene. Om nødvendigt, så kontakt klassens lærere og pædagoger.

Indfør en social fødselsdagspolitik. Det gør ondt på et barn, der ikke inviteres med, hvis invitationer forbeholdes særligt udvalgte i gruppen. Inviter enten alle piger, alle drenge eller hele klassen. Samtidig er det vigtigt, at dit barn så vidt muligt deltager i alle fødselsdage – det udtrykke respekt for fødselaren. Fødselsdagsfester er forskellige, og det er det er spændende.

## DEFINITIONER

---

### Drilleri

Almindeligt drilleri er ofte af spontan karakter og kærligt ment. Er man i et trygt miljø, kan drilleri være en almindelig del af et hyggeligt fællesskab, hvis man f.eks. med lune kritiserer en ven.

Nudansk Ordbog definerer dét at drille som:

- Bevidst at genere nogen ved at lave sjov med vedkommende eller komme med let hånende bemærkninger.

For det er bestemt ikke sikkert, at dén der bliver drillet også selv synes, at det er sjovt. For nogle børn betyder drilleri ikke så meget, mens andre bliver lidt eller meget kede af det.

Drilleri kan også være af godmodige karakter og er som regel kærligt ment, når det foregår i en god tone, og det respekteres hvis dén, der bliver drillet, siger fra.



### Konflikter

Det er i skolen børn og unge for alvor konfronteres med krav om samspil og samarbejde med andre mennesker, som de ikke nødvendigvis har valgt at være sammen med. Her skal de udvikle sig selv og fællesskabet.

Konflikter opstår, når personer eller grupper er uenige.

Blandt børn udvikler konflikter sig tit fra verbale til korporelle handlinger. Der er ikke tale om mobning, når to fysisk eller psykisk lige stærke personer er involveret i en konflikt. *”Der er ikke tale om mobning, når to personer omtrent lige stærke fysisk og psykisk er i konflikt, skændes eller slås” (Professor i psykologi Dan Olweus).*



### Groft drilleri

Groft drilleri defineres ligesom mobning, hvor en person udsættes for negative handlinger, men er et enkelte stående tilfælde.



## Mobning

Mobning er i et overgreb, hvor der er tale om ubalance i magtforholdet mellem parterne, og hvor overgrebet varer ved over længere tid.

Nyere forskning i mobning (Helle Rabøl Hansen 2016) ser mobning som en social dynamik. Ud fra denne viden og forståelse mobber børn ikke, fordi de er onde. Mobning kan optræde som udstøddelsesdynamik, når kulturen i en gruppe er usund. Ud fra denne forståelse handler det om at skabe positive fællesskaber for alle børn.

Antimobbekonsulent Helle Rabøl Hansen<sup>1</sup> definerer mobning på følgende måde:

- Mobning er gruppens systematiske forfølgelse eller udelukkelse af en enkelt person på et sted, hvor denne person er tvunget til at være.

Den norske professor i psykolog Dan Olweus<sup>2</sup> har følgende definition:

- En person er mobbet eller bliver moppet, når han/hun gentagne gange over en vis tid bliver udsat for negative handlinger fra én eller flere personer.

Negative handlinger kan eksempelvis være fysiske som skub, slag, spark, krads, bid eller at blive spyttet på. Det kan være verbale trusler og nedværdigende sprogbrug eller hån, men også nonverbale handlinger som grimasser, gestikulation eller ved fysisk at vende ryggen til vedkommende.

Negative handlinger kan også udtrykkes mere indirekte gennem isolering og udelukkelse af vedkommende eksempelvis fra sociale sammenhænge, aktiviteter eller gruppearbejde. Mobning er krænkende og et overgreb, hvor der er tale om asymmetri i magtforholdet mellem de involverede, og hvor overgrebet foregår over længere tid.



## Digital mobning

"Mobiltelefonmobning er, når udstødelse via telefonchikane er koordineret mellem flere personer i en grupped med samme tilhørsforhold.

Udstødelse med mobilen som redskab indeholder en ny dimension, som vi ikke har set tidligere. Den, som det går ud over, har ikke længere "helle" i hjemmet eller andre steder uden for skolen. Mobil-mobning rykker helt ind i privatsfæren, for man kan modtage sms'er og billedbeskeder hvo som helst og når som helst." (Helle Rabøl Hansen)

Fællesskaber over internettet f.eks. Facebook kan have samme negative funktion. Man hænges ud i det offentlige rum med både tekst og billeder.

### Hvad er særligt ved drilleri og mobning online

<sup>1</sup> Helle Rabøl Hansen, Birk Christensen "Mobbeland" 2003, Forlag: Gyldendal.

<sup>2</sup> Dan Olweus "Mobning i skolen" 2000, Forlag: Hans Reitze.

- Den, det går ud over, har aldrig fred – det kan ske mens man ligger i sin seng
- Det er lettere at skrive en led sms end at sige lede ting ansigt til ansigt
- Man kan ikke altid finde ud af, hvem der står bag
- Det er usynligt for andre

### Hvad gør vi på Bakkegårdsskolen i forhold til digital mobning

- Brug af sociale medier sættes på dagsorden ved forældremøde (jf. skolen politik for social medier)
- Klasselærerne arbejde forebyggende med at lærer eleverne hvordan man færdes og opfører sig på nettet – opgaver fra dcum.dk, cyberhus og dr.dk kan indgå
- 5. årgang får foredrag og debatoplæg om sociale medier

Se opgaver for mellemtrinnet om digital mobning her:

[www.dr.dk/skole/klassens-tid/elevopgaver-ofrene-digital-mobning](http://www.dr.dk/skole/klassens-tid/elevopgaver-ofrene-digital-mobning)

**OPGAVE 3: MINIPROJEKT**  
Se klippet:

[Jeg hader dig](#)

Trine fra 5.B skriver en hademail til sin rivalinde i klassen, Sabrina. Trine sender mailen over Arto, så Sabrina kan se, at den kommer fra hende.

Forestil dig, at du er Sabrina og modtager hademailen. Hvad gør du? Udfør et lille rollespil i klassen i små grupper. Bestem selv hvilke roller, der skal spilles. Fx Trine, Sabrina, klasselæreren, skoleinspektoren, Sabrinas mor m.fl.

**Se bagefter klippet:**  
[Trusler over arto.dk](#)

Gjorde Sabrina det rigtige, da hun fik hademailen fra Trine?

Diskuter fordele og ulemper med Sabrinas løsning og jeres egne rollespil.

▶ [Nyttige links til læreren](#)

---

**ELEVOPGAVER**

- ▶ [Mobberne - Om mobning](#)
- ▶ [Mobberne - Er du medløber](#)
- ▶ [Mobning - Mobber du?](#)
- ▶ [Ofrene - Det daglige helvede](#)
- ▶ [Ofrene - Digital mobning](#)
- ▶ [Stop mobning - Hvad kan andre gøre?](#)
- ▶ [Stop mobning - Hvad kan du gøre?](#)

---

**RELATEREDE TEMAER**

- ▶ [Elevrådet](#)

Her er en god mini-bog for indskolingen:



## INDGRIBENDE INDSATS – EN FÆLLES OPGAVE

---

Vi griber altid ind, hvis der er mistriksel eller mobning i en klasse. Alle voksne skal tage problemet op, hvis der viser sig tegn på mobning eller mistriksel. Børnene opfordres ligeledes til at gå til en voksen, hvis de ser eller oplever mobning. Den, der oplever, ser eller føler mobningen foregå, kontakter klasselæreren eller pædagogen.

Skulle der opstå mobning, ønsker Bakkegårdsskolen at løse dette i et samarbejde mellem klasselærer/klassepædagog, elever og forældre. Lærer/pædagog tager initiativ til at dette sker.

Forældrenes rolle i den indgribende indsats er at indgå åbent og konstruktivt i problemløsningen.

Mobning takles bedst ved at skabe gode fællesskaber. Både den mobbede, mobberen og de øvrige elever skal kunne gå ud af konflikten med værdighed i behold. Det er ikke dig, der er noget galt med, men det er handlingen, der er forkert.

Klasselæreren kan søge vejledning hos skolens AKT-team og skolen Ressourcecenter TaskForce. En AKT-pædagog kan evt. besøge klassen for at arbejde med de sociale relationer i klassen.

I tilfælde af konflikter eller mobning tager klasselærer/klassepædagog/akt-pædagog samtaler med de involverede parter. Klassens lærere og pædagoger følger udviklingen til problemet er løst – og holder ledelsen og forældrene orienterede. Forældrene kan få sparring hos læreren eller pædagogen.

Skolens pædagogiske personale opfordrer som udgangspunkt forældre til at tage kontakt til hinanden, hvis der opstår problemer mellem børnene. Ens eget barn kunne jo også komme til at gøre noget uhensigtsmæssigt, og så vil man jo helst have det at vide. Hvis to forældre kan tage dialogen i en god og ikke anklagende tone, så er dette ofte en rigtig god vej til at stoppe de negative handlinger.

Hvis ovenstående handlinger ikke løser problemet, indkalder klasselæreren til et møde, hvor alle betydende voksne omkring barnet (enten det mobbende barn eller mobberen) mødes til en drøftelse af situationen. Hvis det ønskes kan ledelsen deltage.

Du kan læse mere om, hvad du som forældre kan gøre under følgende afsnittet "Forebyggende indsats – forældrenes rolle" (side 5-6) samt under "Hvis ens eget barn bliver mobbet" (side 12) og "Hvis dit barn mobber" (side 12)

### **Klar tolerance**

Politikken *Klar Tolerance* er et udtryk for, hvad vi ikke vil acceptere, nemlig:

- at bruge et groft eller nedladende sprog over for andre elever og/eller ansatte
- at lave hærværk mod inventar eller bygninger
- at fremsætte trusler
- at være voldelig
- at udvise en adfærd, som virker skræmmende eller krænkende på andre elever og/eller ansatte

Derfor forventer vi at eleverne skal:

- tale pænt til hinanden og om hinanden
- passe på skolens materialer og ting og bidrage til at holde orden

- hjælpe hinanden med at løse konflikter på en god måde og tænke over hvordan ens adfærd opfattes af andre med forståelse for skelnen mellem sjov og alvor
- udvise en adfærd der bidrager positivt til det sociale fællesskab
- handle så ovenstående er synligt

## HVORDAN OPDAGER MAN MOBNING

---

Mobning opstår især i grupper, hvor det sociale klima er kendetegnet af manglende fællesskabsfølelse, og hvor negativt ladede værdier er normsættende. Mobning skyldes lav tolerance i gruppen og kendetegnes ved en meget snæver opfattelse af, hvad er "det rigtige og forkerte" i gruppen – eksempelvis tøj, udseende, fritidsinteresser osv.

Nyere forskning peger på, at aktivering af tilskuerne er en af de vigtigste ressourcer i kampen mod mobning. Manglende indgriben fra omgivelserne fungerer som en accept og legitimering af mobningen.

## MULIGE TEGN PÅ MISTRIVSEL

---

Det kan være svært at opdage mobning, da det kan ske i det skjulte og på "usynlige" måder. Det barn, der bliver mobbet, vil ændre adfærd. Hvis man har mistanke om mobning skal man altid kontakte klasselæreren/pædagogen. Her følger en liste over mulige advarselssignaler, som fortæller, at er noget galt – ikke nødvendigvis mobning – men tegn som vi voksne må reagere på.

Når en elev udviser et eller flere af følgende personlighedsændringer over tid:

- Kortere lunte, bliver mere aggressiv
- Fysiske symptomer som ondt maven, hovedet osv.
- Bliver fagligt dårligere
- Isolerer sig
- Grådlabil
- Selvværdsreducering / negativt syn på sig selv
- Bliver hård / tillukket
- Barnet kommer hjem med ødelagte ting, bøger, tøj mv.
- Barnet vil ikke i skole – generelt eller på bestemte tidspunkter
- Barnet er bange for at gå i skole – plager om at blive kørt eller vælger ulogisk skolevej
- Barnet klæber til en voksen og vil ikke ud i frikvarterer
- Får blå mærker, skrammer
- Barnet tager ikke venner med hjem
- Barnet har ingen venner i fritiden (ensomhed er mobningens tvilling)
- Barnet har urolig nattesøvn og mareridt og gråd
- Er afmægtig og opgivende



## HVIS ENS EGET BARN BLIVER MOBBET

---

Hvis man som forældre får mistanke om, at ens barn bliver mobbet, er det vigtigste, man kan gøre at vise forståelse og støtte barnet. Lyt til barnets beskrivelse af oplevelsen og giv det troen på, at man sammen kan løse problemet.

De voksne på skolen samt de implicerede forældre skal kontaktes. Det er vigtigt, at man som forældre fokuserer på at søge en løsning og beder om hjælp.

Sådan kan man hjælpe ens barn:

- Sig aldrig "du skal bare lade som ingenting" – det er præcis det ens barn ikke kan
- Styrk barnets selvværd med værdsættelse og nærvær
- Lad være med at blive gal eller aggressiv på de andre børn – det hjælper ikke ens eget barn
- Lyt til barnets fortælling og spørg ind til den, så han eller hun får "læstet det hele af".
- Vær opmærksom på, at der altid er to sider af samme sag
- Sørg for at barnet får mulighed for at udvikle en stærk fornemmelse for sig selv – f.eks. gennem fysisk aktiviteter, fritidsinteresser og skolen. Et meget forsigtigt, nervøst og usikkert barn er let offer for mobning.
- Der skal laves holdbare løsninger, og det kræver fortløbende fokus.
- Hvis ens barn bliver mobbet, skal man tage det alvorligt. Slå det aldrig hen som uskyldige drillerier, og råd aldrig barnet til at lade som ingenting.
- Man skal forholde sig lyttende, undersøgende og tålmodigt i samtalen med det mobbede barn.
- Prøv at forhindre, at barnet begynder at tro på det, der mobbes med.

## HVIS DIT BARN MOBBER

---

Hvis man opdager, at ens barn mobber andre børn, bør man undgå at påføre ens barn skyldfølelse, men bør i stedet forsøge at få barnet til at føle sig ansvarlig – også for en løsning. Det er vigtigt at fokusere på mobningen (handlingen) ikke på barnet. Det er ikke barnet, der er problemet. Det er selve mobningen, der er uacceptabel. Klasselæreren/pædagogen samt de implicerede forældre skal kontaktes. Det er vigtigt, at forældrene fokuserer på at søge en løsning og beder om hjælp.

Råd til forældre med børn, der mobber

- Man bør være bevidst om egen adfærd: Taler man f.eks. ofte dårligt eller nedsættende om andre i barnets påhør?
- Man bør opdrage sit barn hverken for eftergivende eller for autoritært – begge opdragelsesformer kan bidrage til aggressiv adfærd eller manglende evne til at sætte sig i andres sted.
- Man bør tale med sit barn om det sociale miljø i klassen. Der er mange måder at opfordre til social medansvarlighed på.
- Man bør tydeligt og bestemt forklare, at sådan en adfærd ikke er acceptabel og prøv at få en snak i gang med barnet om, hvilke positive handlinger og ting, barnet i stedet skal gøre. Fokuser på positive adfærdsændringer.

## FIND MATERIALER OG LÆS MERE

---

Eleverne skal inddrages i trivselsarbejdet. Det er dem, det handler om, og derfor er det dem, der skal være med til at løse eventuelle problemer.

Det tager tid at udvikle sociale kompetencer, men tiden er givet godt ud.

På hjemmesiden [www.dcum.dk](http://www.dcum.dk) er der mange ideer til arbejdet med trivsel og forebyggelsen af mobning. DCUM er et videnscenter, der arbejder med at udvikle et godt undervisnings- og børnemiljø på skoler og i daginstitutioner.



[www.dr.dk/skole/klassens-tid/mobning](http://www.dr.dk/skole/klassens-tid/mobning)

TEMA

### Mobning



FAG: KLASSENS TID OG DANSK  
TRIN: MELLETRIN

Er du en mobber? Eller har du prøvet at blive mobbet? Se Gepetto News' anti-mobbekampagne, spil dilemmaspejlet og se eksempler på mobning.

#### TIL LÆREREN

Trin: Melletrin

- ▶ Generel lærervejledning
- ▶ Nyttige links til læreren

#### ELEVOPGAVER

- ▶ Mobberne - Om mobning
- ▶ Mobberne - Er du medløber
- ▶ Mobning - Mobber du?
- ▶ Ofrene - Det daglige helvede
- ▶ Ofrene - Digital mobning
- ▶ Stop mobning - Hvad kan andre gøre?
- ▶ Stop mobning - Hvad kan du gøre?

[www.detdigitalespejl.dk](http://www.detdigitalespejl.dk)



[www.bornsvilkar.dk](http://www.bornsvilkar.dk)

bornsvilkar.dk

**BØRNS VILKÅR** Støt

SAMMEN STØRER VI SVIGT

taler og kæmper børnenes sag.

**SVIGT**

Børn i Danmark udsættes for ting, de knap tør hvilske om til en voksen på BørneTelefonen.

Læs mere

**MOBNING**

Børn fortæller os, at de går i skole med en knude i maven og hjem med ondt i hovedet.


Læs mere

**SKILSMISSE**


Skilsmisse er en kæmpe omvæltning. Vi støtter børn og deres forældre i skilsmissen.

Læs mere

Godt råd mod digital mobning



Sådan forebygger du mobning



[www.bornetelefonen.dk](http://www.bornetelefonen.dk)

**BØRNE TELEFONEN**  
- din linje til én der lytter

🔍

Børn hjælper børn    Brevkassen    Chatten    SMS    Ring 116 111    Nattelinjen    Temaer

Sur eller mobbet,  
glad eller droppet?

[www.friformobberi.dk](http://www.friformobberi.dk)

## HVAD ER FRI FOR MOBBERI?

Fri for Mobberi er et antimobbeprogram til børnehave og indskoling, som Mary Fonden og Red Barnet står bag.

Fri for Mobberi er pædagogisk materiale til børn, men også til fagfolk og forældre. Materialet har til formål at styrke børnefællesskabet og forebygge mobning.

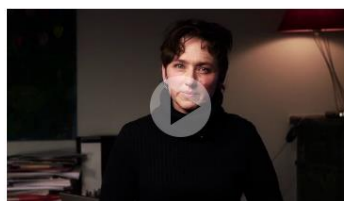
Fri for Mobberi er baseret på det nye mobbesyn, som bl.a. forsker Helle Rabøl Hansen repræsenterer: Der findes ikke onde børn, kun onde mønstre.

Fri for Mobberi er i dag ude i ca. 50 % af alle danske børnehaver og i ca. 40 % af alle skoler og SFO'er.

Fri for Mobberi består af en kuffert med pædagogiske redskaber som fx samtaleavler, massage, rytmik og bøger. Kufferten findes i en variant til børnehave og i en til skole/SFO - og der kommer snart en kuffert til 0-3-årige.

Der er også udviklet digitalt Fri for Mobberi-materiale, som er målrettet til 0.-2. klasser, hvor centrale elementer fra kufferten - i kombination med nye - er digitaliseret og kan tilgås på tablet og Smartboard. Det digitale Fri for Mobberi Universet kan bruges selvstændigt i indskolingen eller i kombination med den fysiske kuffert.

Der følger et obligatorisk instruktørkursus med for en fagfolk, når man køber Fri for



Se video med Helle Rabøl Hansen

[www.redbarnet.dk/skole/sikkerchat](http://www.redbarnet.dk/skole/sikkerchat)



## God mini-bog til indskolingen

Kåte From og Rikke Melbak

# Altid online

Bertram og Melina og den digitale verden

Illustreret af Claus Møller



Når trivselstemaer fra skolens sundheds- og seksualundervisning integreres i faglige forløb, højner det klassens trivsel. Det var tesen, da undervisningsprojektet Destination Trivsel blev skudt i gang for tre år siden. Og ifølge den netop offentliggjorte evaluering af projektet holder den tese stik.

[www.underviserportal.dk/grundskole/aktuelt/destination-trivsel-trivsel-gennem-faglighed](http://www.underviserportal.dk/grundskole/aktuelt/destination-trivsel-trivsel-gennem-faglighed)



**Forløb til indskolingen, mellemtrin og udskoling om**

[Sprog](#)

[Ensomhed](#)

[Familie](#)

[Krop](#)

[Sociale medier](#)