



Hensikten med samtaler er å undersøke om eleven har det bra sosialt og følelsesmessig, og hvis ikke, tidlig fange opp signaler som gjør det mulig å sette i verk nødvendige tiltak. Det bør være en felles forståelse for dette i personalet rundt eleven og dens foresatte.

I en travel hverdag kan slike samtaler oppleves som krevende å få til. Her får du skissert hvordan en slik samtale med eleven kan være bygget opp:

- Start med å spørre eleven om hvordan eleven har det. Dersom eleven har det vanskelig hjelper det ofte at læreren gir eleven emosjonell støtte, da dette kan redusere elevens stressnivå. Da blir det viktig å bekrefte elevens opplevelser, følelser og tanker. Elever ønsker å bli sett og hørt. Det kan derfor være

mer hensiktsmessig å hjelpe eleven til å tenke og tolke annerledes fremfor å komme med løsninger på situasjoner eleven opplever som vanskelige.

- Spør eleven om det er noe som kan hjelpe. Dersom eleven ikke greier å svare kan du komme med noen konkrete tips. Du kan for eksempel:
 - hjelpe eleven til konstruktive tolkninger av hendelser
 - gå gjennom skoledagen med tanke på det sosiale samspillet i klassen og forberedelse av friminuttene
 - spørre hvem eleven kan være sammen med og hva de kan gjøre sammen
 - samtale om skoleveien

OPPFØLGING ETTER MOBBING

Hjelp til samtaler med den som har vært utsatt for mobbing.



Å bli utsatt for mobbing kan føre til alvorlige, negative konsekvenser, i form av helse- og skolerelaterte utfordringer. Det er viktig med tett oppfølging på skolen også etter at en mobbesak formelt er avsluttet.

Ifølge Opplæringslovens kapittel 9 A skal oppfølging etter mobbing være helt til eleven opplever å ha det trygt og godt på skolen.

Oppfølgingsarbeidet skal bidra til å redusere risikoen for utvikling av senskader og sørge for sosial inkludering. Kontaktlærer, eller en annen som eleven har tillit til, er viktig for god oppfølging etter mobbing. Denne voksne bør være tett på eleven for å fange opp behov for tilrettelegging. Korte, jevnlig samtaler med eleven vil være en god måte å følge opp på. I starten bør slike samtaler skje flere ganger i uken. Når en etter hvert føler seg trygg på at det går bra, kan det trappes ned til én gang i uken og etter hvert en gang i måneden.

Noen av samtalerne kan etter hvert erstattes med den naturlige kontakten den voksne har med eleven gjennom skoledagen.



Disse samtalerne er nødvendige for at eleven gradvis kan bli tryggere på skolen og vil dermed kunne utgjøre en stor forskjell for eleven. De bør pågå over lengre tid enn det eleven selv sier er tilstrekkelig for en trygg og god skolehverdag. Videre må de ansatte ved skolen likevel følge godt med, både i forhold til enkeltelever og klassen som helhet. Dersom situasjonen ikke bedres skal skolens ledelse og helsesykepleier involveres.

Hvordan har du det nå? Fortell

- Still åpne spørsmål

Ev. oppfølgingsspørsmål: hvordan har du det i timene, friminuttene og på skoleveien?

- Legg merke til svaret

Bekreft opplevelser, følelser og tanker

Bruk tid, ikke foreslå løsninger her.

- Dette må være for deg
- Jeg forstår at dette er....

Hvis eleven fortsatt har det vanskelig, still følgende oppfølgingsspørsmål

- Hva gjør at du føler slik du gjør nå? Er det mulig å tenke annerledes om dette?
- Hva tenker du kan hjelpe deg? I timene, i friminuttene, på skoleveien, andre ting?
- Er vi voksne flinke nok til å følge med? Hvordan kan vi eventuelt bli bedre?