

Inkluderande barnehage- og skulemiljø hausten 2018-desember 2020



No er det ikkje lenge igjen til dette prosjektet formelt sett er over, og eg vil seie tusen takk for innsatsen. Å arbeide med at barn og unge i Vinje skal ha eit trygt og godt oppvekstmiljø er noko eg opplever at alle dykk er engasjert i. Dette er ikkje noko me starta å jobbe med hausten 2018, men eg håpar at dette prosjektet har gjeve dykk endå meir kompetanse på dette området, og at de no har fleire idear og verktøy som de kan bruke når de jobbar med dette i praksis!

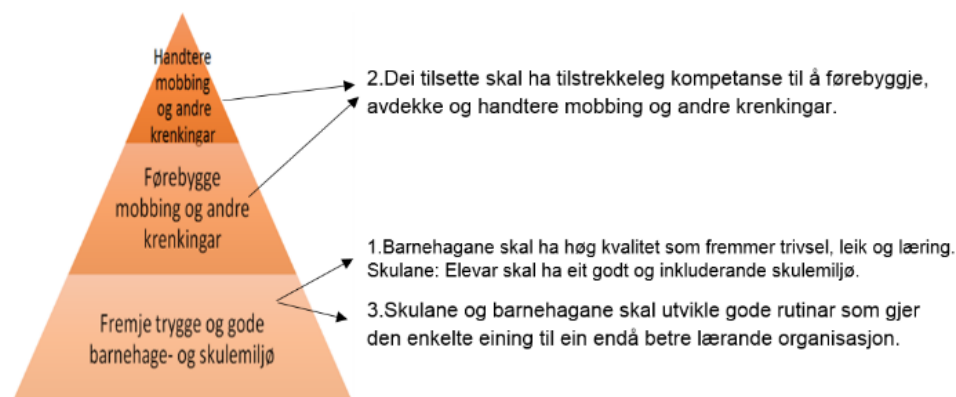
Sjølv om prosjektet formelt sett er over i desember er eg trygg på at arbeidet med inkludering vil fortsette i alle barnehagar og skular, og på SFO. Dette er eit arbeid me aldri blir ferdig med, og noko me alltid vil kunne lære meir om.

Her kjem ei lita oppsummering av prosjektet. Den inneheld noko av det me har vore igjennom i løpet av desse to og eit halvt åra. Lykke til vidare med den gode jobben de gjer for at barna i Vinje skal ha eit trygt og godt barnehage- og skulemiljø!

Helsing Grethe

Overordna mål for prosjektet, Vinje kommune

1. Barnehagane skal ha høg kvalitet som fremmer trivsel, leik og læring.
Skulane: Elevar skal ha eit godt og inkluderande skulemiljø.
2. Dei tilsette skal ha tilstrekkeleg kompetanse til å førebyggje, avdekke og handtere mobbing og andre krenkingar.
3. Skulane og barnehagane skal utvikle gode rutinar som gjer den enkelte eining til ein endå betre lærande organisasjon.



Fremje trygge og gode barnehage- og skulemiljø

1. Skulane: Elevar skal ha eit godt og inkluderande skulemiljø.

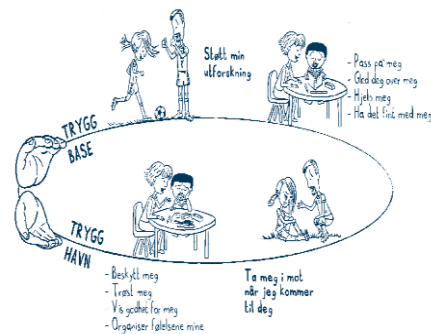
Barnehagane: skal ha høg kvalitet som fremmer trivsel, leik og læring.

3. Skulane og barnehagane skal utvikle gode rutinar som gjer den enkelte eining til ein endå betre lærande organisasjon.

Tema me har jobba med i høve dette:

- Vaksne sin relasjonskompetanse: å vere autoritative vaksne, å gje reguleringsstøtte
- Relasjonskartlegging vaksen-barn: banking time, lysglimtjakt m.m.
- Tryggleikssirkelen: haimusikk m.m.
- Klasseleiing/ Gruppeleiing
- Aktive personalmøte: IGP, dialogspel, film, forelesning, rollespel m.m.

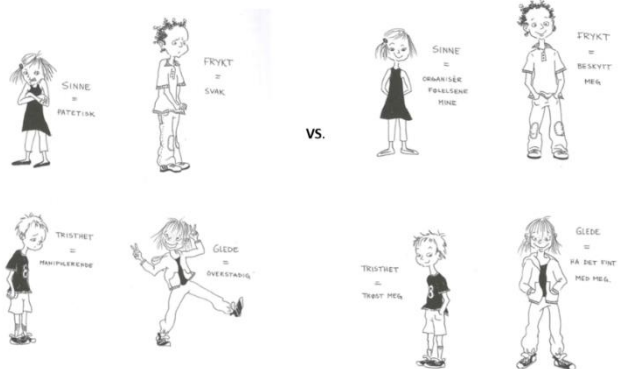
Større	Å ha noen som er større er trygghet, men innebærer også organisering, planlegger og har kontroll på situasjonen
Sterkere	Sterkere betyr beskyttelse, men emosjonelt sterkere indikerer at noen har kontroll når barnet blir dysregulert Noen ganger er ikke den voksne sterkere, og kan bli frekk og ufin mot barnet (gå på samme nivå som barnet). Når voksne blir "svak" på den måten merkes det umiddelbart og blir utrygt for barnet.
Klokere	Trenger voksne som forstår mer enn dem Som kan forklare det som skjer rundt dem på en annen måte Bidrar til trygghet Inkluderer det som skjer med barna emosjonelt VIKTIG Å BALANSERE STOR OG STERKE MED GODHETEN – å ta tak, men være god
God	Å beholde godheten for barnet når man må sette grenser og ta tak At barna opplever oss som vennlige og snille Om vi mister godheten, blir vi slomme



Haimusikk:

- Me vaksne er forskjellige mtp. kva me tåler og korleis me reagerer i ulike situasjonar
- Me har ulikt temperament og ulike erfaringer frå eigen oppvekst og frå livet som vaksen.
- Haimusikk= falsk alarm, fortida spøker i notida
- Eksempel på ting som kan framkalle haimusikk hos den vaksne: rot, klenging, sinne osv.
- Haimusikken kan gjere oss *urimeleg sinte* eller *fjerne og tilbaketrukne*. Dette kjem som ein sla respons på *noko* som *følast uhåndterleg*.
- Når me er slitne eller stressa, speler haimusikken *lettare*

<https://vimeo.com/145329119>



«Banking time»

- Sette av fast tid (10-15 minutter) 2-3 ganger per uke i 6 uker til en positiv aktivitet (Williford mfl. 2017)
 - Booste relasjonen til et barn/en elev
 - Tanken bak - gode relasjoner fremmer trivsel og læring
- Avtale med ledelsen/resten av teamet = tid og mulighet
- Barnet/eleven velger hva man skal gjøre (blant realistiske forslag)
- Bør ha veiledning hver 2. uke



Regulere egne følelser, forts

- Se seg selv utenfra (Brandtzæg mfl. 2018)
- Vær bevisst på egne emosjonelle reaksjoner
 - Oppgitthet, irritasjon, sinne osv
 - Fysiologiske reaksjoner
 - Hjertebank, svette, trøtthet
 - Definerer av barnet/den unge
 - «ER slik og slik....»

Regulere egne følelser, forts (Brandtzæg mfl., 2018)

- Ha strategier/verktøy, for eksempel
 - Indre og positivt selvsnakk
 - Puste dypt
 - Ta tak i noe fysisk
 - Avtale med kollega – «time out»
 - Skift fokus fra egne emosjoner til barnets/den unges behov
 - Forstå barnet/den unge innenfra – hvorfor?
- Etterarbeid med refleksjon (alene/team)
- Si unnskyld ved behov – kan reparere relasjonen



«Lysglimtjakt» – en mulig strategi

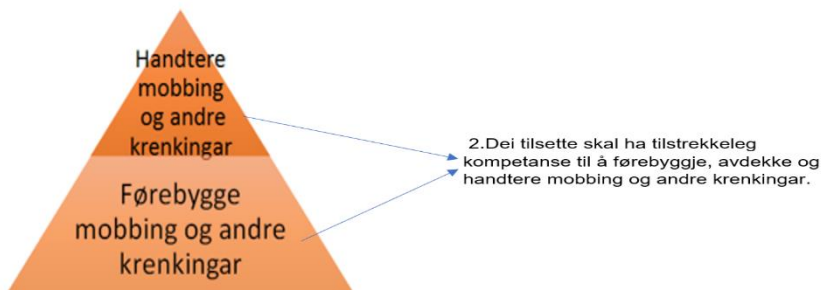
- «Catch them being good»
- De neste ukene:
 - Lete bevisst etter positive kontaktmuligheter i hverdagen der barnet/eleven
 - Har det bra
 - Viser glede
 - Holder på med noe av interesse
 - Prøver å gjøre som forventet
 - Gi positiv oppmerksomhet nonverbalt og verbalt



Tips til korleis ein kan bygge gode relasjonar til elevane



- **Bli kjent** med elevane
- Lær namna til elevane, tenk over korleis du brukar dei!
- Vis interesse for elevane sine liv utanfor skulen
- Snakk med elevane lytt til det dei har å seie, og ta dei på alvor
- Møt elevane med høflegheit, venlegheit, tillit og respekt
- Ver **trygg** og **forutsigbar**
- By på deg sjølv- la elevane bli kjent med meir enn læraren (del erfaringar og ting frå eige liv).
- Hugs på ting som skjer i livet til dei ein skilde elevane, ta opp tråden frå tidlegare
- Bruk humor, men **ver varsam**
- **Sjå alle, seie «hei ... (namn)» kvar morgon**, og «**ha det... (namn)**» når elevane går
- **Skryt!** Fortel når du synes det er hyggeleg å vera i klassa
- Ta dei i det **uformelle** (bli med på litt tull og sprell/ bli med å leike)
- Ta deg tid i **mindre grupper**
- Ta deg tid til dei ein treng å bygge relasjon med (jf. banking time, lysglimtjakt)
- Ha eit stort fokus på å gje konkret ros
- **Jobb med relasjon i fredstid**
- Gje god læringsstøtte, og legg til rette for mesitring
- **Bruk blikkontakt, fysisk kontakt og nonverbale signal** for å **bekreft** elevane på ein **positiv måte**



Tema me har jobba med i høve dette:

Kunnskap om krenkingar og mobbing

- Definisjonar
- Mobbingas psykologi/mekanismar i ein etablert mobbesituasjon
- Reaktiv og proaktiv aggresjon
- Konsekvensar av mobbing

Inkluderande praksis

Tema: Når vaksne krenkar barn

Aktivitetsplikten/ §9A

1. Å følgje med:

- Korleis følgje med på elevar?
- Teikn på at elevar ikkje har det trygt og godt på skulen

2. Å gripe inn

3. Å varsle

4. Å undersøke

- pedagogisk analyse
- systematisk observasjon

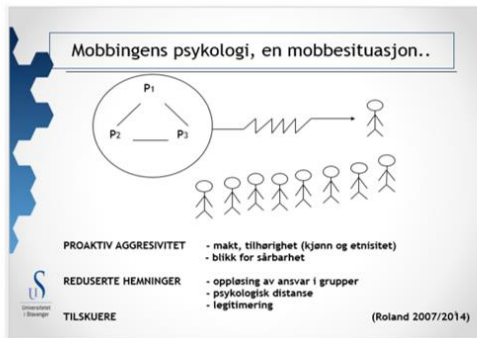
5. Å sette inn tiltak og evaluere

- Barns beste vurderingar
- Barns rett til å bli høyrte
- Aktivitetsplanar

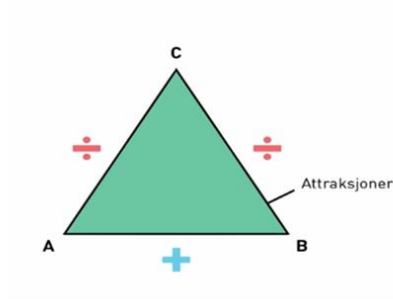
Mekanismer i ein etablert mobbesituasjon

Den som blir utsett for mobbing
 Den som utsett andre for mobbing
 Tilskuere

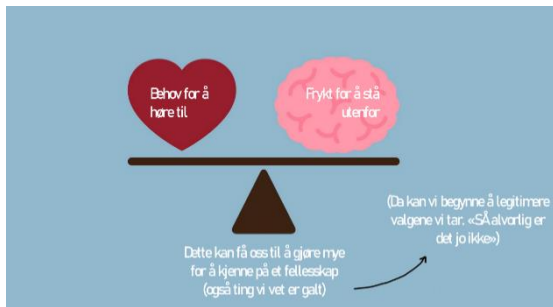
1. Mobbingens psykologi



Figuren/modellen handler om hva som skjer når det utøves mobbing.



Avgjerande drivkreftar = belønning/opprethaldande faktorar = tilhørse og makt



1.0. Omgrepsavklaring

«Mobbing av barn er handlinger fra voksne og/eller barn som hindrer opplevelsen av å høre til, å være en betydningsfull deltaker i fellesskapet og muligheten til medvirkning» (Lund, Helgeland & Kovac, 2017).



Tradisjonell: "Intensjonell negativ handling, gjentatt over tid, og hvor det er ubalanse i styrkeforholdet mellom den/de som utøver, og den som blir utsatt for handlingene" (Olweus, 2010).

Eksempel på dette er:

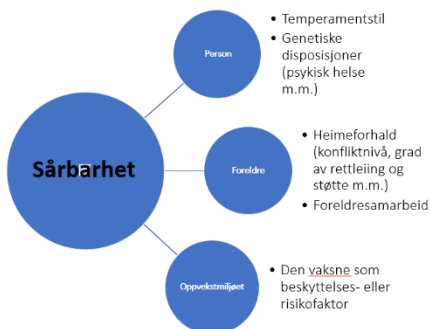
- Verbal mobbing; seie stygge ting
- Fysisk mobbing; slå, sparke
- Utestenging; eit barn blir haldt utanfor

Vaksne kan også krenke barn med ord og handlingar viss kommunikasjonen og relasjonen med barna ikkje er prega av respekt og toleranse.

Barnehagen og skolen har et skjerpet ansvar overfor barn med en særskilt sårbarhet. *Slik sårbarhet kan være knyttet til for eksempel elevens religion, seksuelle orientering, kjønnsuttrykk, funksjonsevne, at eleven har atferdsvansker eller forhold ved elevens familie og hjemmesituasjon. At en elev tidligere har vært utsatt for krenkelser, kan også gjøre en elev særskilt sårbar (Udir, 2019).*

Kva er sårbarhet?

- Ikkje ein konstant storleik
- Alle er sårbare i periodar av livet.
- Forskjell mellom barn og vaksne: dei vaksne kan ta ansvar sjølv, barna er avhengig av vaksne for å handtere dette.



Fortid- nåtid- framtid

Særskilt sårbarhet:

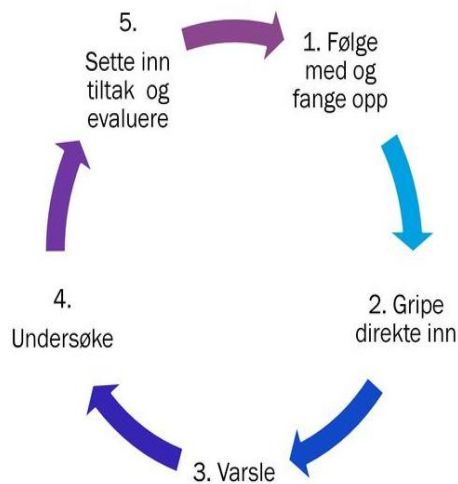
- Varighet
- Intensitet
- Antall sårbarhets/risikofaktorar
- Antall livsområder (person, foreldre, oppvekstmiljø)

Barn	Person	Foreldre	Oppvekstmiljø (fritid)	Opplæringsmiljø
Anna	Språkvansker	Skilsmisse	Fritidsaktiviteter?	Sosialt/vennskaps rel.

Kapittel VIII Psykososialt barnehagemiljø:

Kva	Når
1. § 41 Nulltoleranse og forebyggende arbeid	Krenkingar: Barnehagen skal ikke godta krenkelser som for eksempel utestenging, mobbing, vold, diskriminering og trakassering. Alle som arbeider i barnehagen, skal gripe inn når et barn i barnehagen utsettes for slike krenkelser. Barnehagen skal forebygge tilfeller hvor barn ikke har et trygt og godt barnehagemiljø ved å arbeide kontinuerlig for å fremme helsen, trivselen, leken og læringen til barna (lovvedtak 132, 2019-2020).
2. § 42 Plikt til å sikre at barnehagebarna har et trygt og godt psykososialt barnehagemiljø= aktivitetsplikten -Følgje med -Melde frå -Undersøke -Sette inn tiltak	Ved mistanke om eller kjennskap til at et barn ikke har et trygt og godt barnehagemiljø.
3. § 43 Skjerpet aktivitetsplikt dersom en som arbeider i barnehagen, krenker et barn	Dersom en som arbeider i barnehagen, får mistanke om eller kjennskap til at en annen som arbeider i barnehagen, utsetter et barn for krenkelser som utestenging, mobbing, vold, diskriminering eller trakassering , skal vedkommende straks varsle barnehagens styrer.

Kva?	Når?	Kven?
Å følge med	På om barna har eit trygt og godt barnehagemiljø eller ikkje	Alle i barnehagen
Å gripe inn	Når barn blir utsett for krenkingar av andre barn eller vaksne	Alle i barnehagen
Å melde frå	Ved mistanke eller kjennskap til at eit barn ikkje at det trygt og godt i barnehagen .	Alle i barnehagen
Å undersøke	T.d. når: -Undersøkingar synar at eit barn ikkje har det trygt og godt i barnehagen -Når barn seier i frå -Når foreldre seier i frå	Barnehagen sin plikt
Å setje inn tiltak, evaluere og følgje opp	T.d. når: -Undersøkingar synar at eit barn ikkje har det trygt og godt i barnehagen -Når barn seier i frå -Når foreldre seier i frå	Barnehagen sin plikt



Kva?	Når?	Kven?
Å følge med	På om elevar har eit trygt og godt skulemiljø eller ikkje	Alle på skulen
Å gripe inn	Når barn blir utsett for krenkingar av andre barn eller vaksne	Alle på skulen
Å varsle	Ved mistanke eller kjennskap til at ein elev ikkje at det trygt og godt på skulen	Alle på skulen
Å undersøke	T.d. når: -Undersøkingar synar at ein eller fleire elevar ikkje har det trygt og godt på skulen -Når elevar seier i frå -Når foreldre seier i frå	Skulen sin plikt
Å setje inn tiltak, evaluere og følgje opp	T.d. når: -Undersøkingar synar at ein eller fleire elevar ikkje har det trygt og godt på skulen -Når elevar seier i frå -Når foreldre seier i frå	Skulen sin plikt

Regel omskerpa aktivitetsplikt 9a-5

- Dersom ein som arbeider på skolen, får mistanke om eller kjennskap til at ein annan som arbeider på skolen, utset ein elev for krenking som mobbing, vald, diskriminering og trakassering, skal vedkommande straks varsle rektor.
- Rektor skal varsle skoleeigaren. Dersom det er ein i leiinga ved skolen som står bak krenkinga, skal skoleeigaren varslast direkte av den som fekk mistanke om eller kjennskap til krenkinga. Undersøking og tiltak etter § 9 A-4 tredje og fjerde ledd skal setjast i verk straks.



Kven har kva for plikter?

- Dersom ein som arbeider på skolen, får mistanke om eller kjennskap til at ein annan som arbeider på skolen, utsett ein elev for krenking som mobbing, vald, diskriminering og trakassering, skal vedkommande straks varsle rektor.

KVEN: ein som arbeider på skolen

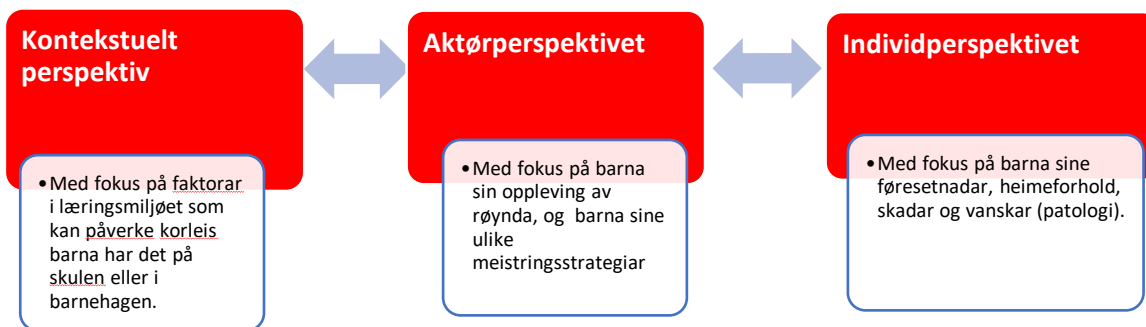
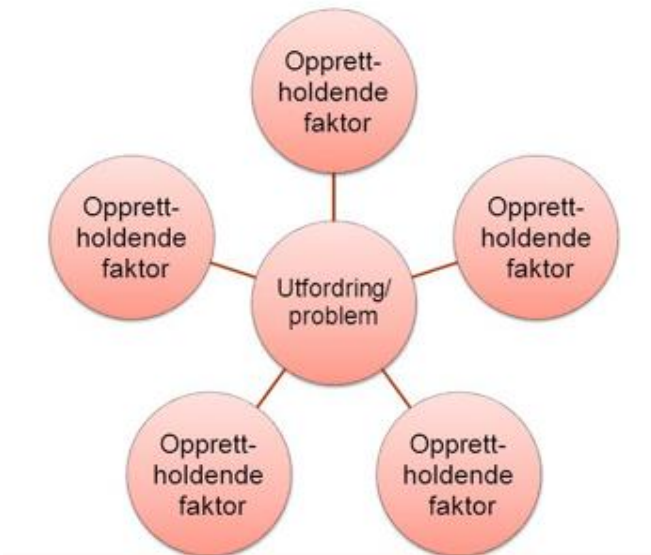
NÅR: ved mistanke om eller kjennskap til

KVA: at ein som arbeider på skulen krenkar

PLIKT straks varsle rektor



- Krenkar vaksne i skulen med overlegg?
«Lærarmobbing» kan forklarast på tre måtar
 - Det **finst vaksne på skulen** som **ynskjer** «å ta elevar»
 - Lærarar** kjem til kort i ein pressa situasjon
 - Ubetenksomhet
 - Det er **elevar** som opplever eit motsetningsforhold til **vaksne**



Hvordan lage en god aktivitetsplan

5 trinn til en god aktivitetsplan

Opplæringsloven § 9A-4 sier at skolen skal lage en skriftlig aktivitetsplan. En god aktivitetsplan skal dokumentere og synliggjøre om de små skrittene går i riktig retning. Planen skal lages når det skal settes inn tiltak i en sak, og skal minimum omfatte:

- ✓ Hvilket problem som skal løses
- ✓ Hva skolen har planlagt
- ✓ Når tiltakene skal gjennomføres
- ✓ Hvem som er ansvarlig
- ✓ Når skal tiltakene evalueres

Nytten av planen er avhengig av at den forholder seg direkte til noen spørsmål som alltid må vurderes og besvares når tiltak er aktuelt. Det er disse spørsmålene som gir strukturen i tiltaksplanen, og det er svarene som til sammen gir planen innhold.

1. Hva er barnets situasjon og behov i dag?
 2. Hva er barnets situasjon når ønsket endring er oppnådd?
 3. Hva skal til for å nå målene?
 4. Hvor lenge skal tiltakene vare?
 5. Hvordan skal vi finne ut om tiltakene fører mot målet?
- Problembeskrivelse
 - Målbeskrivelse
 - Tiltaksbeskrivelse
 - Tidsperspektiv
 - Evaluere





ÅMOT

GJER EIN FORSKJELL

ÅMOT SKULE SI KVITTERAVIS
 Avisa som tek for seg lokale saker om inkludering

Les om 10. klasse sin tur med **Aktive fredsreiser**

Har du spørsmål om Aktiv 365, finn ut meir her!

Finne ut kva elevane ved Åmot skule tenkjer om vennskap

Kva gjer eigentleg 8. klasse på songa?

Kjedar du deg? Ta ein kviss eller løys eit kryssord då vel!

2. Klasse





Jolekalender

-Utfordringar i løpet av ein skuledag



MÅNDAG	TYS DAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG
2. Desember Smil til nokon du ikkje kjenner så godt	3. Desember Sei noko hyggeleg til 5 elevar	4. Desember Sei hei til nokon du ikkje vanlegvis seier det til	5. Desember Spør nokon om korleis dagen deira er	6. Desember Ønsk minst 3 personar god helg
9. Desember Gi bort 3 joleklemmar	10. Desember Gå bort til nokon som er aleine i friminuttet og spør korleis dei har det	11. Desember Leik med nokon i friminuttet som du ikkje plagar å leike med	12. Desember Gi eit hyggeleg kompliment til nokon	13. Desember Få nokon til å le
16. Desember Skriv ein hyggeleg lapp til nokon	17. Desember Fortel til ein ven at du er glad i han eller ho	18. Desember Gje nokon eit hyggeleg jolekort	19. Desember Gje bort 3 joleklemmar	20. Desember Sei «God joleferie» på ein hyggeleg måte til så mange som mogleg

GOD JOL



Kva skjer vidare?

1.Følge ein vidareføringsplan

Det blir i desse dagar jobba med å ferdigstille ein vidareføringsplan med tema som Vinjebarnhagen og Vinjeskulen ynskjer å jobbe vidare med framover. Det er barnehagestyrarane og skulesjefane som vil ha det overordna ansvaret for at denne planen blir følgt opp. Sentrale tema i denne planen er:

- Rutinar- aktivitetsplikten/§9A/ Kapittel VIII Psykososialt barnehagemiljø.
- Samtalekompetanse
- Inkludering og livsmeistring
- Oppfølging etter mobbing

2.Oppretting av ei IBSM-gruppe med representantar frå barnehage og skule

Me ynskjer å opprette ei IBSM-gruppe med representantar frå barnehage og skule som kan møtast 2-4 gonger i året. Gruppen vil kunne bidra til å hjelpe barnehagestyrarane og skulesjefane med å følgje opp vidareføringsplanen, og sørge for at me jobbar aktivt med nokon IBSM-tema- også etter prosjektslutt. Vidare er det ynskjeleg at denne gruppa kan lage ein kort og enkel IBSM-foreldremøteplan med konkrete tema og forslag til opplegg. Tema knytt til korleis heile oppvekstmiljøet kan bidra til at barna har eit trygt og godt oppvekstmiljø bør tas opp på alle foreldremøte! Ein kan t.d. bruke 15-20min på slike tema kvar gong ein har møte. Prosjektgruppa trur at det vil vere lettare å gjennomføre dette dersom me får på plass ein kort og enkel felles plan på det.

3.Halde liv i logoen!

Me ynskjer at logoen skal leve vidare også etter prosjektslutt. Hjelp oss med dette.

4.Fortsette å jobbe med IBSM-tema med barn og foreldre

Det er viktig at me fortsett å jobbe med IBSM-tema både med barna og foreldra. Me oppfordrar dykk til å fortsette å ha små IBSM-økter med barna, og minne kvarandre på dette. I tillegg meiner prosjektgruppa at det å lage ei IBSM-avis eller IBSM-utstilling kvart barnehage- og skuleår vil vere lurt. Dette har Åmot skule gode erfaringar med. Elevane fekk jobba kreativt med dette temaet, og prosessen med å lage avisa førte til mange gode drøftingar kring temaet inkludering. Gode ressursar de kan bruke med barnegruppa kan de mellom anna finne på onedrive-kontoen til IBSM. Her kan me tipse kort om Salaby sin side: «Eg veit» og bruk av Fuelboxkorta.

Prosjektgruppa meiner også at foreldremøta bør ha eit lite «IBSM-hjørnet» der de tar opp tema knytt til inkludering(t.d. korleis kan foreldre bidra til eit inkluderande miljø? informasjon om aktivitetsplikten o.l). Bruk gjerne casar og refleksjonsspørsmål for å få til gode drøftingar i foreldregruppene. Casar og gode refleksjonsoppgåver kan de mellom anna finne på IBSM sin onedrivekonto. IBSM-gruppa vil også kunne bidra med gode idear til opplegg på foreldremøta.

5.Revidere handlingsplan/rutinar kring §9A/Kap 8 barnehagelova

Det vil foregå eit arbeid med å sjå igjennom handlingsplanar mot mobbing i etterkant av dette prosjektet. Her vil oppvekstsjef, barnehagestyrarane og skulesjefane sjå på om det er rutinar me evt. bør endre på. Det er ein stor fordel dersom rutineane og praksisen knytt til oppfølging av aktivitetsplikten blir så lik som mogleg i Vinjebarnehagen og Vinjeskulen.

Mbh Prosjektgruppa IBSM

Lenkar til ressursar:

Arbeid med barna:

<https://www.jegvet.no/>

<https://www.snakkemedbarn.no/>

<https://spinnvillefolelser.abup.no/>

<https://www.linktillivet.no/> (Livsmestring i norske klasserom)

Foreldremøte:

<https://www.reddbarna.no/vaart-arbeid/barn-i-norge/nettvett/tilforeldremoetet>

Kompetanseheving (gode foredrag m.m).

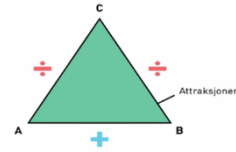
<https://www.snakkemedbarn.no/>

<https://www.dropbox.com/sh/fwa652sg2l26rxr/AABmOHX5fNr7DjSaCEXP5KdKa?dl=0> (Her finn de presentasjonar og filmar av foredrag knytt til IBSM-tema). Under finn de filmar av foredrag som eg særleg anbefalar:

<https://vimeo.com/313782905> (Relasjonar- hvordan og hvorfor, May Britt Drugli).

<https://vimeo.com/362075896> (Livsmestring, Cecilie Evertsen Stanghelle)

<https://vimeo.com/362287093> (Håndtering av mobbing og andre krenkelser, Pål Roland). I dette foredraget blir denne figuren forklart:



<https://vimeo.com/386261146> (Barn med særskilt sårbarhet, Ingrid Lund).

<https://vimeo.com/386469857> (Erfaringer fra et mobbeombud, Kjerstin Owren).

<https://vimeo.com/386467426> (Følelshåndtering og relasjonsbygging, Øyvind Fallmyr).

<https://vimeo.com/460464665/6975a16545> (Inkludering, Marco Elsafadi).

Onedrivekontoen IBSM:

<https://onedrive.live.com/about/nb-no/signin/>

Brukarnamn: ibsmvinje@outlook.com

Passord: alleskalmed2018