



RINGERIKE  
KOMMUNE

# Trivsel i Ringerikes kommunale barnehager

Barnehagenes plan for å sikre barna  
et godt psykososialt miljø.



## Innhold

Innledning .....	4
Definisjoner av mobbing .....	4
Hvordan kan vi ansatte støtte barnas sosiale utvikling og skape et godt psykososialt miljø som forebygger mobbing og krenkelser? .....	5
Hvordan kan foreldre støtte barnas sosiale utvikling og skape et godt psykososialt miljø som forebygger mobbing og krenkelser? .....	6
Tiltak ved avdekking av mobbing .....	7
Kjernespørsmål til bruk i anti-mobbearbeidet .....	8
Rutiner .....	9
Skjema for møter .....	10
Tiltaksplan ved vold .....	11

## Barnehagen formidler grunnleggende verdier som fellesskap, omsorg og medansvar.

- Barn skal ha et fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring
- Alle skal bidra til godt samarbeid til barnas beste, og foresatte må sikres medvirkning og medbestemmelse
- Voksne skal vite at de har et ansvar for at barn blir inkludert i gode oppvekst- og læringsmiljøer
- Voksne skal opptre som tydelige voksne og være gode rollemodeller overfor barn
- Alle som har ansvar for barn skal ha gode ferdigheter i forebygging og håndtering av mobbing
- Alle som arbeider med barn skal ha gode ferdigheter i verdi- og holdningsskapende arbeid blant barn og voksne
- Barn skal ha et fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring

*Barne- og familiedepartementet.*

## Innledning

Barna i våre kommunale barnehager skal ha et positivt og trygt miljø. Barna skal ikke bli utsatt for krenkende ord eller handlinger som mobbing, diskriminering, vold, rasisme eller utestenging i barnehagen. Når krenkende adferd oppdages, skal det reageres umiddelbart og iverksettes tiltak.

Denne planen er vårt hjelpemiddel i arbeidet for å jobbe i tråd med Barnehageloven og Forskrift for miljørettet helsevern for skoler og barnehager.

Barnehageloven sier at barnehagen skal samarbeide med hjemmet, ivareta barnas behov for omsorg og lek, og fremme læring og dannelse som grunnlag for allsidig utvikling. Barnehagen skal møte alle 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.

Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler § 12, psykososiale forhold sier at virksomheten skal fremme trivsel og gode psykososiale forhold.

Ifølge Rammeplanen skal barnehagen tilby barna et omsorgs- og læringsmiljø til barnas beste. Barnehagen skal sikre barna et trygt miljø og skåne dem for fysisk eller psykisk skade. De ansatte skal ivareta barna, skape et inkluderende miljø og arbeide for at dagens barnehagebarn verken opplever å bli krenket eller kommer til å krenke andre i morgen. Fordi der hvor barns selvfølelse krenkes, ligger kimen til hensynsløshet, mobbing og manglende empati. Med psykososialt miljø menes de mellommenneskelige forholdene i barnehagen, det sosiale miljøet og hvordan barna og personalet opplever dette.

I vår plan for å sikre barna et godt psykososialt miljø vektlegger vi at:

- Barnehagen har en samfunnsoppgave i tidlig forebygging av diskriminering og mobbing. Sosial kompetanse er derfor vesentlig for å motvirke utvikling av problemadferd som diskriminering og mobbing
- I barnehagen skal barna være en del av et trygt fellesskap. Her skal de erfare samspill med andre og utvikle sosial kompetanse
- Gjennom holdningsskapende arbeid og konkret handling i samarbeid med hjemmene skal personalet i barnehagen skape et trygt, inkluderende og stimulerende barnehagemiljø som forebygger mobbing
- Barnehagen skal fremme positive handlinger og arbeide for at negative samhandlingsmønstre ikke utvikler eller fester seg

## Definisjoner av mobbing

- Mobbing er når en person over **gjentatte ganger og over tid** utsettes for negative handlinger. Dette kan dreie seg om trakassering, plaging, slag og spark, utfrysing, sårende erting og lignende. Det typiske for situasjonen er at barnet **ikke er i stand til å forsvare seg**. Dersom partene som står mot hverandre er like sterke eller det handler om enkeltstående episoder, defineres det ikke som mobbing
- Det dreier seg om negative, fysiske eller psykiske handlinger begått av en eller flere mot en annen. Handlingene er planlagte eller ondsinnede
- Den som blir utsatt for erting, plaging eller utestenging, er lett tilgjengelig som en del av et fellesskap han eller hun ikke har valgt selv
- Det er ubalanse i maktforholdet slik at det er vanskelig å forsvare seg
- Det er ikke mobbing ved vilkårlig erting, enkelt episoder med konflikter, slåssing eller enkelte tilfeller av utestenging. Dette er slik som kan forekomme i barns lek, og som oftest ordnes dette opp i, etter hvert og uten problemer for noen av partene.

## Hvordan kan vi ansatte støtte barnas sosiale utvikling og skape et godt psykososialt miljø som forebygger mobbing og krenkelser?

### 1. Enhetsleder har ansvar for å sette det psykososiale miljøet på dagsordenen:.

Skape et inkluderende miljø med gode samhandlingsmønstre mot enkeltbarn, grupper av barn eller hele barnehagen.

Kreve kontinuerlig innsats av alle over tid.

### 2. Tilstedeværende og tilgjengelige voksne.

Barn har behov for å bli sett, hørt og bekreftet. Oppmerksomhet fra kompetente, varme, tilstedeværende voksne er en forutsetning for barns trivsel i barnehagen. Måten voksne svarer og bekrefter barnet, er avgjørende hvordan barnet opplever seg selv.

### 3. Voksne har ansvar for å bygge gode relasjoner til hvert barn.

De voksne må være tålmodige å se alle. Barn har behov for forutsigbarhet, stabilitet, beskyttelse og trygghet i nær relasjon til andre. Arbeidet med relasjoner mellom voksne og barn og barna imellom. Når barna er trygge er utgangspunktet for læring og mestring det beste.

### 4. Voksne er etiske rollemodeller for barna.

De ansatte har som rollemodeller ansvar for å etterleve og formidle barnehagens verdigrunnlag. De skal støtte og ta hensyn til enkeltbarnet i tillegg til at de skaper et trygt og samtidig utfordrende sted for vennskap og aktiv deltagelse i fellesskapet. Alle barn har en verdi i seg selv og alle har rett til en mening. Gode rollemodeller snakker ikke nedsettende til eller om andre, verken barn, foreldre eller kollegaer. De praktiserer empatisk væremåte og gir ros til både barn og medarbeidere. De ansatte skal ta alle meldinger fra barn og foreldre på alvor!

### 5. Barn ønsker å påvirke sin egen hverdag.

De ansatte må være oppmerksom på kommunikasjonssignalene til barnet, tolke dem og inngå i samhandling og dialog på barnet eller hans eller hennes premisser. Å bli møtt med forståelse når en uttrykker egne intensjoner verbalt eller med kroppsspråk, er en viktig forutsetning for barnets selvfølelse, mentale helse og samhandling med andre. Barna skal ha medinnflytelse på innholdet i barnehagedagen.

**Forslag til refleksjon og samarbeid i veilederen;** Barns trivsel – voksnes ansvar fra Udir.  
Se side 9,13, 15,17,28 og 30.

## For å mestre dette må den voksne jobbe frem mot:

### En moden voksen som:

- tar personlig ansvar
- er trygg på seg selv, og bevisst sine egne kvaliteter
- har evne til å kanalisere og kontrollere egne følelser
- er bevisst og kan forholde seg til egen og andres sosiale arv
- villig til å motta veiledning og evner å endre praksis

### En tydelig voksen som:

- bruker JEG- budskap
- er bevisst sitt ansiktsuttrykk, tonefall, stemmebruk og kroppsholdning
- gir personlige tilbakemeldinger
- er konsekvent og forutsigbar

### En bevisst voksen som:

- har kunnskap, innsikt og refleksjon nok til å følge opp de barna som trenger "det lille ekstra"
- legger til rette for mestrings- opplevelser for hvert enkelt barn
- har evnen til å lytte
- reflekterer over egen praksis og på hvordan egne valg påvirker arbeidet med barna
- velger å innta en positiv innstilling

### **En aktivt observerende voksen som:**

- benytter systematisk observasjon
- er bevisst enkelt barn, foreldre og personalets forutsetninger, ønsker og behov
- fremhever hvert enkelt barns sterke sider

### **En kunnskapsrik voksen som:**

- kjenner til hva som forventes av barn på ulike alderstrinn
- holder seg faglig oppdatert
- vet at barns reaksjoner og sosiale ferdigheter alltid er kompetente og meningsfulle ut fra barnets synsvinkel
- vet å skille mellom selvfølelse og selvtillit

### **En samhandlingsvillig voksen som:**

- er samarbeidsvillig
- har evnen til å omgå andre mennesker og bidrar til trivsel
- undrer seg sammen med barnet
- har humor og viser glede
- slipper andre til

### **En omsorgsfull voksen som:**

- handler omsorgsfullt ovenfor alle barn en er betrodd
- viser omsorg overfor familier og medarbeidere

### **En forståelsesfull voksen som:**

- forlenger og forsterker barnets ytringer
- er ydmyk i forhold til hvordan familier velger å leve sine liv

### **En anerkjennende voksen som:**

- ser, bekrefter og ivaretar barnas behov
- er klar over og aksepterer at alle har rett til sin egen oppfatning
- gir barn rett til medbestemmelse
- ser det unike i hvert enkelt barn og løfter det frem
- veileder i stedet for å kritisere
- setter grenser

«Personalet skal behandle hvert barn som subjekt i eget liv med rett til sin egen opplevelsesverden, og med mulighet til å påvirke egen hverdag» Bæ

## **Hvordan kan foreldre støtte barnas sosiale utvikling og skape et godt psykososialt miljø som forebygger mobbing og krenkelser?**

1. Vær en god rollemodell for ditt eget og andres barn.
2. Støtt opp om holdninger som barnehagen fremmer.
3. Sette i gang og delta på felles arrangement.
4. Følg med og veiled barna i bruk av sosiale medier.
5. Jobb aktivt for å styrke ditt barns sosiale kompetanse.
6. Innta en positiv holdning til barnehagen, og snakk positivt om andre barn.
7. Svar på brukerundersøkelsen.
8. Snakk med barnet om barnehagehverdagen.
9. Ta kontakt dersom deres barn forteller at andre blir mobbet/ertet/plaget.
10. Vær godt forberedt til foreldresamtalen.

## Tiltak ved avdekking av mobbing

- A. Samtale med de involverte og barna
- B. Styrke barna
- C. Foreldersamtale
- D. Vurdere om det er grunn for å søke hjelp hos andre faginstanser/samarbeidspartnere
- E. Gjennomgå egen praksis og organisering på tjenestestedet

### Samtale med barna hver for seg og samlet.

I samtalen med barnet er det viktig å bygge opp barnets selvtillit, dets tro på seg selv og dets positive egenskaper og ferdigheter, samt lære barnet adekvat atferd i mobbesituasjoner. Samtale med barnet bør i all hovedsak dreie seg om virkningen på barnet av det de gjør, og samtidig gi en klar og entydig beskjed om at slik adferd er totalt uakseptabelt. Om mulig bør også disse barna lære seg alternativ atferd overfor hverandre.

Et virkemiddel som har god effekt i barnehagen, med tanke på å forstå hva mobbing gjør, er drama/teater og praksisfortellinger. Gjennom ulike former for dramatiske fremstillinger, hvor også barna er aktivt med, vil barna kunne:

- kjenne seg igjen i mobbesituasjonene
  - få i gang tankevirksomhet rundt mobbing
  - bearbeide tankene og følelsene gjennom dramatisk lek, tegninger osv
  - identifisere seg med positive og sympatiske rollefigurer
- A. Typiske adferdsmønstre hos barn som blir plaget: lav selvtillit, engstelige, skye og beskjedne, gråter lett og kan ikke forsvare seg, verken fysisk eller verbalt. De føler seg ofte ensomme i barnehagen. Er ofte mindre likt av sine jevnaldrende. Tiltak for å styrke mobbeofferet kan være:
- Fremhev i gruppen hva han/hun er god på
  - Hjelpe han/hun til å kunne gi de andre barna gode og fornuftig svar
  - Jobb med generell styrking av selvtillit og mestring
  - Jobb aktivt med vennskap og lek
- B. Samtale med foreldrene til barna. Vurdere i hvert enkelt tilfelle om dette skal være hver for seg eller sammen. Barnehagen forteller hva som er avdekket og på hvilken måte vi vil jobbe med situasjonen fremover. Viktig å lytte til foreldrenes tanker og ideer rundt dette, de kjenner barna best! Et godt foreldresamarbeid hvor man jobber mot felles mål, både hjemme og i barnehagen, er her av stor betydning!
- C. Eksempler på andre faginstanser er PPT, BUP og Helsestasjon.
- D. Gjennomgang av egen praksis og virksomhet. Se om det er noe ved miljøet som har effekt på det som har skjedd (personalet og virksomheten).



## Kjernespørsmål til bruk i anti-mobbearbeidet:

- Er de voksne anerkjennende og støttende overfor barnas eget initiativ og tanker, eller mer preget av å formidle egne tanker, beskjeder og kontroll?
- Blir alle barna lagt merke til, eller er det noen som alltid blir sett og hørt, mens andre ofte blir oversett?
- Er det slik at noen barn får mye positiv oppmerksomhet, mens andre ofte får negativ oppmerksomhet?
- Har de voksne større tålmodighet med og evne til å følge opp enkelte barn, mens andre blir raskere avbrutt?
- Har de voksne bevissthet om forskjellen på humor og ironi?
- Er miljøet preget av gjensidig omsorg, anerkjennelse og varme, eller preges det mye av erting og kritiske kommentarer?
- Er miljøet i hovedsak inkluderende, eller preges det ofte av ekskludering av enkeltbarn?
- Er samspillet mellom barna preget av klare sosiale hierarkier eller av likeverdighet og veksling av hvem som bestemmer og hvem som får være med?
- Er det en trygg og avslappet tone preget av humor, spontanitet, oppmuntring og glede over hverandres mestring, eller er miljøet snarere preget av prestasjonskrav og konkurrerende holdninger?



## Rutiner

Tiltak	Ansvar	Gjennomført *Dato og signatur
1. Den som observerer mobbing informerer pedagogisk leder og styrer. Tas opp på neste avdelingsmøte. Beskriv så konkret som mulig hva som har skjedd. Hva har barnet/barna gjort? <hvordan har de voksne forholdt seg? Bli enige om tiltak videre.	Alle	
2. Snakk med barna om det som har skjedd. Be barna komme med forslag til hva vi kan gjøre videre. Sammenfatt barnas forslag med dem personalet har kommet fram til.	Den ansatte som står barnet nærmest	
3. Foreldre til den/de som blir mobbet og den/de som mobber blir informert og tatt med på råd (situasjonsavhengig).	Pedagogisk leder	
4. Evaluering av hvordan det går etter 1-2 uker. Nye samtaler med barna ved behov.	Pedagogisk leder	
5. Informasjon eller samtale med foresatte etter behov.	Styrer og pedagogisk leder	
6. Ny informasjon/ samtaler ved behov. Evt. videre tiltak.	Pedagogisk leder	
7. Ny evaluering etter et halvt år og evt. tiltak	Pedagogisk leder	

## Skjema for møter

Dato: \_\_\_\_\_

Hva saken gjelder	Dette skal det arbeides med

Dato for oppfølgingsmøte: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Underskrift pedagogisk leder

\_\_\_\_\_  
Underskrift enhetsleder

\_\_\_\_\_  
Underskrift foresatt

\_\_\_\_\_  
Underskrift foresatt

## Tiltaksplan ved vold

1. Stopp vold
2. Hør begge barnas versjoner
3. Si at du respekterer hvordan de føler det, men stå fast ved at destruktive handlinger ikke godtas
4. Spør om det rimer med slik en god venn gjør, eller med avtaler vi tidligere har gjort
5. La barna foreslå hvordan dette kan rettes opp? skal noen trøstes nå? skal man reparere/kjøre noe? forslag til videre løsning som er rettferdig og lar seg gjennomføre
6. Gjør avtaler
7. Påse at avtalen følges opp
8. Ros det (forhåpentligvis) gode resultatet!
9. Ikke gi opp!
10. Informere og samarbeide med foreldrene evt. andre faginstanser
11. Skrive skademelding ved behov