

VALG 2013: Hva gjør vi med mobbing?

## Smerten etterpå

Nina Strand

journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening

Lena Knutli

Hvordan greide en skole i Trondheim å stoppe mobbingen? Og hvordan hindre at barn går med kronisk alarmtilstand i kropp og sjel, selv etter at mobbingen tar slutt?



SNART PÅ HJEMVEI: Elever i 9. klasse ved Sunnland ungdomsskole i Trondheim slår av en prat med vennene før de drar hjem. Men for mobbeutsatte elever, er skoleveien noe av det skumleste.

Vi står i en skolegård i Trondheim, fotografen og jeg. Det er dagens siste friminutt på Sunnland ungdomsskole, og det syder. Ungdommer samler seg i små og store grupper, noen småløper, andre står helt stille, fordypet i mobiltelefonen eller lesende på notater, kanskje til prøven i neste time. Vi lytter til suset av unge stemmer avbrutt av skarpe utrop og latter fra gutter som knuffer og dytter hverandre vennskapelig. Eller? Er det konflikter på gang? Skjuler de muntre stemmene en styggere virkelighet,

kanskje at en av dem blir plaget av dem som står rundt? Hvordan skulle vi i tilfelle se det, med våre amatørblikk?

*Vi sprikte i holdninger, reaksjoner og metoder. Vi trengte et felles fundament, og så at et antimobbeprogram var midt i blinken*

Ingrid Kjelsberg, rektor ved Sunnland ungdomsskole

For vi vet det jo: Skolegården, det som skulle være elevenes fristed, pusterommet og arenaen for lek og vennskapelig samvær, er for noen elever det mest utrygge stedet på skolen. Mens lærerne får ned pulsen på sofaen i lærerværelset, går noen elever med bankende hjerte ut av klasserommet, engstelige for hva som venter av trakassering og mobbing. Friminuttet oppleves som alt annet enn fritt uten myndige voksne som tar ansvar.

## Mann med gul vest

Loven legger ansvar på kommunene for å beskytte elever mot mobbing. I februar i år ble Søgne kommune dømt til å betale 650 000 kroner i en erstatning til en ung mann utsatt for årelang mobbing. Sentralt i begrunnelsen var opplæringslovens paragraf 9a, som sier at alle elever har rett til et trygt og godt læringsmiljø. Som 14-åring hadde gutten fra Søgne vært på selvmordets rand. Begge de sakkyndige psykiaterne konkluderte ifølge NRK med at han har en varig invaliditet som følger av mobbingen han ble utsatt for.

Psykologtidsskriftet ba om å få komme til Sunnland ungdomsskole fordi vi vet at skolen har stort trykk på forebygging og håndtering av mobbing og atferdsvansker. Men også fordi skolen har en dramatisk mobbehistorie bak seg, der ledelsen og lærerne ble satt på hard prøve og valgte tøffe virkemidler for å få slutt på mobbingen.

En mann i neongul refleksest dukker opp i skolegården. «Respekt», står det på vesten. En lærer? Nei, en barne- og ungdomsarbeider, viser det seg, som har i oppdrag å mingle blant elevene. Være der de er, snakke med dem, synlig og tilgjengelig og med skarpt blikk, fange opp det som skjer. Nå geleider han oss inn til rektor Ingrid Kjelsberg og fagleder Robert Flataas, som venter på rektors kontor;

Sunnland er en av ca. 20 skoler i Trondheim som bruker det forebyggende programmet Respekt, mens om lag ti skoler bruker et tilsvarende program, LP-modellen, der forbokstavene står for læringsmiljø og pedagogisk analyse. Det er fem år siden skolen valgte å bli en «Respekt-skole», forteller rektor.

– På den tiden hadde vi en elevgruppe som var ganske røff og krevende. Det var mye atferdsproblemer, og vi voksne sprang mye. Det ble klart for oss at vi lærere reagerte ulikt, vi sprikte i holdninger, reaksjoner og metoder. Vi trengte et felles fundament, og så at et antimobbeprogram var midt i blinken.

## Den store styrkeprøven

En tid senere kom den store styrkeprøven, som gjorde at de ansatte til slutt valgte å ta i bruk sterkere metoder enn noen gang tidligere. Historien som nå følger – om den store styrkeprøven og om D-dagen – er noe endret, slik at ingen involverte skal bli identifisert. Det var en mobbesak som hadde gått i flere år. De hadde en elev med en alvorlig mobbehistorie fra barneskolen. Det hadde foreldrene gitt beskjed om da han begynte på Sunnland. Ledelsen hadde fått inntrykk av at dette

nå var et avsluttet kapittel. Men etter hvert var gutten stadig innblandet i det skolen først oppfattet som konflikter mellom likeverdige elever. I virkeligheten var det fortsettelsen av mobbingen fra barneskolen. Han var utsatt for nettmobbing, og noen hadde kastet stein på vinduene hjemme, blant annet.

– Vi var en skole med stor bevissthet om slike problemer, og prøvde ut mye av det vi hadde lært gjennom kurs og veiledning, forteller rektor.



INNENFOR–UTENFOR 1: En god relasjon mellom lærer og elev bidrar til at elevene snakker med lærerne og varsler om eventuell mobbing, mener de på Sunnland ungdomsskole i Trondheim. Lærer Jarle Rotås tar seg tid til en prat med elever på 9. trinn.

De visste at minst ti gutter var involvert. De hadde dem under oppsikt, snakket med dem enkeltvis og i grupper. Lærerne førte logger fra inspeksjonene i friminuttene, intervjuet elevene om skoleveien, snakket med involverte. Det ble holdt møter med foreldrene til den utsatte gutten, og forebyggende enhet i politiet ble involvert. De forsøkte å alliere seg med fotballmiljøet gutten var i, men han sluttet med fotball, så den muligheten forsvant. De prøvde å skjerme den utsatte gutten på ulike måter, og han fikk være i gymsalen med venner i friminuttene.

Men mobbingen fortsetter. Gutten lider. Foreldrene fortviler og er sinte på skolen. Nå klager de til Fylkesmannen, og får medhold i at skolen har brutt opplæringslovens paragraf 9a. Ledelsen blir klar over at skolen er kommet til et punkt hvor de må finne helt nye vinklinger og redskaper. Mobbingen må stoppes. De innser at dette klarer de ikke alene, de må hente hjelp utenfra.

Da ledelsen samles etter sommerferien, bestemmer de seg for å ta kontakt med Erlend Moen i kommunens skoleteam for råd om takling av mobberne. Moen er ansatt i Trondheim kommune for å lede arbeidet mot mobbing i trondheimskolen, og for å veilede 52 skoler i arbeidet med atferdsvansker og mobbing blant elevene. Han blir en nyttig samtalepartner i ukene fremover. Og tilfeldigvis er Erling Roland fra Læringsmiljøseneteret i Stavanger i byen akkurat da. Ham kjenner de fra da skolen ble kurset i skoleutviklingsprogrammet Respekt, så skolen tar kontakt. Kunne de få en prat? Ja, svarer Roland.



– Hadde jeg ikke fått den samtalen, vet jeg ikke om vi ville ha lykkes slik vi gjorde, sier faglederen. Roland forstår den alvorlige situasjonen skolen er i, og råder til å bruke sterk lut. Skolen får detaljerte råd om valg av tid, sted, og fremgangsmåte. Ledelsen lærer at ferier gir et vindu for handling. For etter ferier oppstår et maktvakuum: Nå må mobberne re-etablere sin status, skaffe seg allierte og finne sine ofre. Det blir bestemt at første skoledag etter sommerferien skal bli starten på en effektiv og målrettet aksjon mot mobberne.

## D-dagen

To dager før skolestart møter lærerne til planlegging av skoleåret. De blir presentert for et detaljert opplegg. Med rektor og fagleder i spissen forbereder trinnlærerne seg mentalt og praktisk på en løype med mange ukjente hindre og veivalg.

– Vi gjennomgikk opplegget gjennom «walk through – talk through», slik for eksempel alpinister gjør når de forbereder seg på hver enkelt sving og utfordring i bakken, og tenker seg ulike alternativer, sier Flataas.



INNENFOR–UTENFOR 2: Morten Stavensli øver sammen med klassekamerater på å skrive jobsøknad. Arbeidsform velger de selv, og om de vil jobbe sammen eller alene. En utfordrende situasjon hvis ingen vil samarbeide med deg.

Første skoledag strømmer elevene inn i skolegården på Sunnland. Fagleder Robert Flataas står klar på skoletrappa. Han er spent. De aktuelle lærerne er godt forberedt, og topp motivert. Men utfordringene kan bli store, det er en uoversiktlig situasjon. Da Flataas senere holdt foredrag om dette på Lerkendalseminaret i Trondheim, et årlig møte som fokuserer på mobbing og atferdsvansker i skolen, kalte han første skoledag for D-dagen.

- En krigsmetafor fra 2. verdenskrig. Sammenligner du kampen mot mobbing med krig?
- Nei. Parallellen ligger i den nitide planleggingen, det å ta høyde for at ting kan utvikle seg helt annerledes enn du har tenkt, og at du har tenkt igjennom hva som da må gjøres.
- Så dere hadde en plan B?

- Ikke bare en plan B, men også plan C, D, E, F og G, smiler Flataas.

Som tidligere offiser i Forsvaret var det naturlig for Flataas å ta i bruk ledererfaring derifra i i planleggingen av den helt spesielle skolestarten.

- Det gjelder å samle seg om en felles visjon, ett sluttbilde som viser hvor en vil, og hvordan situasjonen skal være da, forteller faglederen. Skolen ville ha en øyeblikkelig slutt på mobbingen, men de ville samtidig ivareta mobberne som del av fellesskapet. Så jobbet de med å lage klare delmål: Hva er målet etter første time? Første dag? Første uke? Og så videre. Men innenfor de rammene måtte hver lærer ha frihet og rom for å gjøre sine egne vurderinger, løse utfordringer slik han eller hun mente var riktig.

Etter nøye undersøkelser visste ledelsen nå at mobberne besto av 16 gutter med en kjerne på tre. Blant de tre var en leder, av hensyn til anonymiseringen kalt «kongen». Og det er nettopp for umiddelbart å gripe tak i ham, at fagleder Flataas venter på trappa første skoledag. Idet gutten dukker opp i skolegården, før han rekker å ta kontakt med andre, blir han bedt om å følge med på faglederens kontor. Ikke for å ha en samtale, som så mange ganger tidligere, men for å motta en kraftfull beskjed:

- Han ble forklart om mobbetrappen, som trinn for trinn beskriver konsekvensene for dem som mobber, sier Flataas. Første trinn er at foreldrene ringes opp. De blir bedt om å hente eleven på skolen samme dag. Når foreldrene kommer til skolen, har de også samtale med trinnleder eller fagleder. Hjelper ikke det, er andre trinn i mobbetrappa at eleven flyttes ned eller opp et trinn, og får tilpasset undervisning der. Tiltaket evalueres etter en måned. Hjelper ikke det heller, må mobberen flytte til en annen skole. Det er et vedtak som må gjøres av oppvekstkontoret i kommunen.

Etter møtet med «kongen», henter Flataas de to andre hovedmobberne fra klasserommet, først den ene og så den andre. De skal ikke få snakke sammen. De får samme beskjed. Deretter går faglederen inn i alle klasserom; snakker med elevene om hva som har skjedd, og forteller om mobbetrappa.

## Sterkere enn gevinsten ved å mobbe

– *Kraftige tiltak. Var det ingen av lærerne som protesterte?*

- Nei. Vi hadde ikke gjort dette hvis vi ikke var enige, svarer faglederen.

- *Hvilke reaksjoner får dere fra andre lærere når dere presenterer denne fremgangsmåten?*

- Noen synes det er dramatisk. Men tanken er at mobbingen skal koste mer enn den smaker. Når jeg møter innvendinger fra lærere på andre skoler, pleier jeg å spørre dem om tiltakene de bruker i dag fungerer. Hvis svaret er nei, må de jo gjøre noe nytt. Mobbing er overgrep, det nytter ikke alltid bare med prat. Vi hadde prøvd mye, men det fungerte ikke. Da var det på med stålhanskene, vi måtte vise at vi mente noe, at overgrepene måtte slutte. En må bruke den kraften som trengs for å få slutt på det.

Mobbingen stoppet. Og på slutten av skoleåret fikk ledelsen takk fra overraskende hold.

## Villedende mobbetall

«Under tre prosent av mobbingen oppdages,» rapporterte NRK Buskerud 25. september i fjor. Bakgrunnen var en undersøkelse i Ringerike kommune, som viste at bare et lite antall barn som rapporterte at de var blitt mobbet, ble oppdaget. Skolenes rutiner for å avdekke mobbing er åpenbart mangelfulle, kommenterte daværende kommunepsykolog Ingrid Sønstebø, som mente at de lave tallene ikke var unike for Ringerike kommune.

## *Mobbing er overgrep, det nytter ikke alltid bare med prat*

Robert Flataas, fagleder ved Sunnland ungdomsskole

I den årlige Elevundersøkelsen svarer om lag 7 prosent av elevene at de blir mobbet mellom to og tre ganger i måneden. Kan vi stole på disse tallene? Før intervjuavtalen på Sunnland besøkte jeg skoleveileder Erlend Moen og kollegaen Geir Mosand på kontoret ved det sentrale skoleteamet i Trondheim. Her jobber åtte ansatte med å veilede og kurse skoleledere og lærere, og de mest utfordrende mobbesakene vil ofte havne hos dem. Moen setter spørsmålstegn ved tallene fra Elevundersøkelsen. Det er feilkilder både fordi elevene ikke svarer seriøst og overdriver, men også fordi de som virkelig blir mobbet, skammer seg over det, og ikke orker å svare ja. Han erfarer at enkelte av de mest alvorlige mobbesakene har skjedd i klasser som ikke har rapportert om mobbing i det hele tatt.

– Mobbing er skambelagt. Man skjuler det for seg selv og for andre.

Moen er mer opptatt av at skolene han veileder blir flinkere og mer presise i sine henvendelser til kontoret hans, at lærerne selv er bedre til å oppdage mobbing.



LEK ELLER ALVOR? En glad guttegjeng i skolegården. Men det er ikke alltid lett for en inspiserende lærer å oppdage om noen utsettes for negative handlinger.

– Lærerne tar i bruk verktøy for å avdekke mobbing, de er bedre til å stoppe den og tar lettere kontakt med oss i skoleteamet nå enn tidligere. *Det er gode tall, sier han.*

Derfor henger han heller ikke med hodet over at antall saker som meldes inn til kontoret, stiger. Han mener økningen gjenspeiler vissheten om at det nytter å få bukt med overgrepene.

– Vi får ofte spørsmål om vi ser nedgang i mobbetallene. Nei, ikke nødvendigvis. For det som tidligere opplevdes som umulige tilfeller, blir nå definert og meldt inn til oss. Undersøker man også under sofaen etter lørdagsvasken, vil man ofte oppdage mer støv. Det er her vi er i Trondheim nå.



## – Vi har metodene

Det går an å stoppe mobbing. Ganske raskt også, ifølge Moen og Mosand. Optimistisk? Ja, men først og fremst realistisk, mener de. Det finnes gode metoder både for å oppdage mobbing og for å stoppe den.

Det er opp til skolene å lære metodene, og ta dem i bruk. Skoleteamet har klokkertro på forskningsbaserte programmer, som Respekt, LP-modellen, Zero, Olweusprogrammet og Pals. Oversatt forskning, kaller de programmene, som virker når de brukes kontinuerlig og på riktig måte.

– Det finnes lærere som ikke har mobbing i klassene sine. De har kompetanse i og interesse for læringsmiljøarbeid. Mobbing stopper hvis voksne vet hva en skal gjøre, sier Moen.



ALLTID PÅ NETT: Berit Mogstad Loktu er livlig til stede med vennene i skolegården og samtidig på nettet via telefonen. Slik kan en pleie vennskap, mens andre bruker muligheten til å plage medelever uten å bli sett av voksne.

Lærere som ikke kjenner til mekanismene bak mobbing, kan bli lurt, mener de to pedagogene. Kanskje forstår ikke lærerne at klassens urokråke egentlig er et engstelig og stresset barn som gjør klønete forsøk på å få innpass hos de andre, eller reagerer når begeret blir fullt. Kanskje ser de ikke at det er en kultur i klassen som gir rom for plaging av andre, og at de som er ekstra sårbare, lider mer enn andre under det. Kanskje overser de alvorlig mobbing, og lar være å avdekke hva som egentlig skjer, slik at barn som har det vondt, men kunne vært hjulpet med enkle midler, hadde fått det bedre.

## Rask hjelp

Mosand og Moen forklarer at skoleteamet først og fremst skal være en støtte for ledelsen ved skolen og for lærerne. Akkurat nå står de på farten til en skole som har bedt om veiledning for å takle en gutt som strever. De voksne er uenige både om hva som er problemet, og hvordan barnet skal takles. Henvendelsen fra skolen kom i går. Dette er helt vanlig. Skoleteamet rykker ut på kort varsel til skoler som melder inn problemer.

*De voksne har ofte sett at eleven blir holdt utenfor, uten å sette inn tiltak. Det er på en måte blitt en normaltilstand at eleven har gått rundt alene*

Psykolog Hilde Nordstrand, Risvolla helsestasjon, Trondheim

Så har de jevnlig kurs for lærere. Blant temaene er forståelse og håndtering av sinte gutter, og barn som strever med tilhørighet fordi de har dårlige strategier for sosialt samvær. Ungdomsskolelærerne ønsker hjelp til å takle elever som trekker seg tilbake fra fellesskapet, og gjerne selv definerer seg som annerledes enn de andre.

– De voksne tror at disse ungdommene ikke bryr seg. Men blir ungdommene møtt på en ordentlig måte, ser en ofte at motivasjonen kommer, forteller Moen.

Barn som har mange dårlige opplevelser, vil ofte feiltolke andre og er lette å provosere, ifølge Mosand.

– Det oppstår en vond sirkel i samspillet med andre. Barn med en mer positiv minnebank vil ofte handle mer hensiktsmessig, også når de blir provosert, sier han.

Kollega Moen nikker enig. I kveld skal han holde et foredrag om mobbing for foreldrene på en av byens barneskoler, og vil gi råd nettopp om hvordan foreldrene kan bidra positivt til barnas minnebank. Han vil forklare dem hvor viktige de som foreldre er for å forebygge mobbing.

## En serie av krenkelsler

De skulle gjerne hatt psykologer mer med på laget. For når mobbingen opphører, står lærerne tilbake med et barn med lav selvfølelse og negative tanker om seg selv. Enkelte plages fortsatt med angst, noen har mistet tilliten både til de voksne og til andre ungdommer.

Moen og Mosand kjenner godt igjen beskrivelsen psykolog og forsker Thormod Idsøe kom med i marsutgavens temasak om mobbing: Mange av barna har posttraumatiske symptomer og trenger hjelp for det. Det dreier seg ofte om en serie av krenkelsler. Mobbingen har pågått over flere år, noen ganger uten at barnet har sagt fra. Fordi barnet skammer seg, eller fordi det ikke vil gjøre foreldrene triste. Etter hvert gir barnet plagerne rett: Jeg er jo teit. Jeg er stygg. Jeg fortjener ikke venner.





ETTERTENKSOM: Rektor Ingrid Kjelsberg liker å observere elevene fra kontorvinduet. Men sverger til forskningsbaserte metoder for å avdekke mobbing eller konflikter.

– Vi tror også at mange av barnas foreldre vil slite med traumer. Barnet deres har hatt det vondt, men noen opplevde å ikke bli trodd da de kontaktet skolen. Vi vet at søsken også kan få det tungt. Enkelte av disse familiene kunne trenge hjelp av psykolog, sier Moen. Det samme gjelder mobberne, som har fått status og makt gjennom å være ekkel.

– Når mobbingen stoppes, avskjæres den sosiale gevinsten disse opplevde ved å plage. Hva står de tilbake med da? Vi mener det skulle vært automatikk i et helsetilbud for mobbeutsatte barn, familiene deres og for mobberne.

Mobbing virker som ringer i vann. Nylig ble det publisert en undersøkelse som viser at skoler med mye mobbing får dårligere faglige resultater. Moen er ikke overrasket. Mobbing skaper utrygghet og usikkerhet hos alle i miljøet, og det sluker energi både hos den som rammes og de rundt. Tilliten forsvinner mellom barna, mellom barn og voksne på skolen – og i nabolaget, mellom foreldre som har barn som er mobbet og foreldre med barn som har mobbet.

## Halvorsen eller Støre?

Moen mener at mobbing er undervurdert som grunnmekanisme i psykiske vansker. Mobbing skaper psykiske vansker i seg selv, samtidig som de som blir ofre i utgangspunktet har en sårbarhet. Både i møte med fagfolk via jobben og privat gjennom kona som er psykolog, hører han at mange ungdommer, men også voksne med psykiske plager, har en mobbehistorie i bagasjen. I et godt og trygt skolemiljø kan barn med vanskelig bakgrunn og økt sårbarhet likevel greie seg fint. Sårbarheten får ikke næring.

Han synes det er trist å vite at mobbing kan forsterke sårbarheten til utsatte barn, når en vet det finnes gode metoder for å forebygge og stoppe mobbingen.

– Får man psykologer og politikere til å øke sitt engasjement, er jeg overbevist om det blir færre elever som trenger psykisk helsehjelp. Det er ikke enkelt å endre barns erfaringer eller bygge robusthet,

i alle fall ikke mens deres sårbarhet blir utnyttet av andre. Gjennom å stoppe mobbing vil disse barna få det bedre på skolen, og i tillegg legger en grunnlaget for å kunne jobbe med deres sosiale ferdigheter og psykiske helsevansker, sier Moen.

Er dette Halvorsens eller Støres bord? Ja takk, begge deler, mener Moen. Mobbing dreier seg om skole, men i høy grad også om psykisk helse. Derfor vil han ha psykologene inn i den faste løypa av fagfolk som jobber med mobbing og atferdsproblemer i kommunen.



DELER KUNNSKAP: Selv ved alvorlige mobbesaker forventer enkelte skoler at eleven raskt legger hendelsene bak seg, erfarer psykologene Hilde Nordstrand (t.v.) og Mette Borgersen. Da forklarer de vanlige reaksjoner, og at det er normalt at barnet i ettertid sliter med vanskelige følelser.

Foto: Privat

## Elevenes talsperson

Intervjuet må hastig avbrytes, de to pedagogene må dra til skolen som trenger veiledning om gutten som blir mobbet. Samtidig vil de gjerne hjelpe Psykologtidsskriftet frem til Risvollan helsestasjon, der vi har en avtale med psykologene Hilde Taarneby Nordstrand og Mette Jung Borgersen. Vi slenger oss i bilen alle tre, og journalisten får lytte til de siste drøftingene veilederne imellom: Hvordan sørge for at de voksne får en felles forståelse av barnet og av hva som er gode intervensjoner? Jeg slippes av ved helsestasjonen i samme øyeblikk som psykolog Hilde Nordstrand svinger inn på parkeringsplassen – rett fra oppdrag på en av byens ungdomsskoler.

Nordstrand og Borgersen jobber tett med helsesøster når de kobles inn i saker ved skolene. Det starter ofte med at lærere bekymrer seg for elever som er triste, sinte, eller som ikke vil gå på skolen. Noen ganger som ettervirkning etter mobbing. Andre ganger blir mobbingen avdekket i samtaler med psykologene. Eleven har ikke villet si noe om dette, og læreren har ikke sett at *det* var problemet. Det kan også hende at ungdommen selv har blitt plaget lenge, uten at de har innsett at de er mobbet, forklarer Nordstrand.

– De har kanskje hatt sosiale vansker i årevis og har vært utestengt så lenge at de har blitt vant til det. Dette er barn og unge med lav selvfølelse. De voksne har ofte sett at eleven blir holdt utenfor, uten å sette inn tiltak. Det er på en måte blitt en normaltilstand at eleven har gått rundt alene.

Når elever sliter med angst og depresjon, kan det ligge mobbing under, erfarer de to psykologene, som bruker kompetansen sin i mange sammenhenger. Eksempelvis til å forklarer lærere og ledelse at elevens manglende konsentrasjon, tristhet eller irritasjon er vanlige reaksjoner etter å ha blitt mobbet. Psykologene ser at selv etter alvorlige mobbesaker forventer enkelte skoler at eleven nå vil legge hendelsene bak seg.

– Vi må forklare at dette kan ta tid, og at den som er mobbet, fortsatt kan slite med vanskelige følelser for den som mobbet dem, forteller Borgersen, som også erfarer at de som mobbet, selv får sterke reaksjoner i ettertid. De har blitt tatt, og mistet status, rolle og posisjon. De kan føle skam og få angstreaksjoner.

Psykologene går gjerne inn i rollen som barnets støttespiller i prosessen rundt mobbing. De står sammen med barnet, og dytter på skole eller foreldre hvis avtalte tiltak ikke følges opp.





FORELDREMØTE: I gymsalen på Solbakken ungdomsskole i Trondheim. Erlend Moen fra skoleteamet holder et flammende foredrag og forteller hvor viktige foreldrene er for å skape vennskap mellom barna.

– Vi er mye rundt på skolene, og det fører til at det er lettere å ta kontakt med oss, sier Nordstrand. Likevel skulle de gjerne kommet tidligere inn i mobbesaker, og de skulle gjerne bidratt mer i det forebyggende arbeidet skolene gjør, både overfor elevene selv og foreldrene deres.



## Rektor i vinduet

Rektor Kjelsberg på Sunnland hører til dem som gjerne skulle se mer til psykologen. Tidligere var Hilde Nordstrand tettere tilknyttet skolen, og gjorde en glimrende innsats i vanskelige saker, forteller hun.

*– Får man psykologer og politikere til å øke sitt engasjement, er jeg overbevist om at vil færre elever som trenger psykisk helsehjelp*

Erlend Moen, skoleteamet i Trondheim kommune

– Vi har mange elever som trenger mer skolerte samtalepartnere enn lærerne. Psykologen hadde andre innfallsvinkler og forslag, men hun kunne også trygge lærerne i at løsningene de valgte, var gode. Så flott at du gjorde dette, kunne hun si. Så ga hun oss faglig påfyll og nye innspill til intervensjoner og tiltak.

Rektors lyse og romslige kontor vender ut mot skolegården. Ikke sjelden går hun bort til vinduet og kikker ut på ungdommene. Kan hun oppdage mobbing og konflikter på den måten? Bare unntaksvis, og først og fremst brukes veldokumenterte metoder i antimobbearbeidet, understreker rektor, og forteller at skolen jobber mye for å få til en kultur der det å si fra ikke oppfattes som sladring, men som et uttrykk for at de tar vare på hverandre.

– Jeg synes vi ser endringer her. Ofte er det andre elever som forteller om en som ikke har det bra. Men dette er noe vi må jobbe med *hver dag*. Blant ungdom vil det alltid være kamp om å være øverst i hierarkiet, ha flest venner og de kuleste klærne. Alle kan ikke være bestevenner, men vi vil at alle skal ha det bra, sier hun.

Én måte å sikre det på er å jobbe for at *alle* bevisstgjøres om sitt bidrag – enten det er elever eller voksne. Derfor mannen i gul vest i skolegården. Derfor snakkes det like mye om *de voksne* som om *lærerne* når skolen diskuterer atferdsproblemer. Det inkluderer kantineansatte, vaktmester og assistenter. Derfor ansetter skolen voksne med annen kompetanse enn lærerutdanning, som miljøarbeidere, barnevernspedagoger og barne- og ungdomsarbeidere.

– Alle barna er våre barn. Slik vil vi at de voksne skal tenke, sier fagleder Flataas.

## Hver dag er en antimobbedag

Å være knyttet til et antimobbeprogram er ingen engangshappening. Skal en lykkes med å forebygge mobbing, krever det innsats hver dag, ifølge Kjelsberg og Flataas. Relasjonen mellom lærer og elev er avgjørende, og må jevnlig gis næring. Derfor mottas elevene hver time av en lærer som hilser på dem i døra, og som gjerne kommenter dem positivt: «Så fin du er på håret i dag», eller «Gratulerer med gårsdagens seier på fotballbanen». Når elevene står ved pulten og læreren hilser klassen i fellesskap, kan han si positive ting til dem som gruppe. Elevene skal merke at læreren ser dem og bryr seg.

– Vi ønsker å skape vi-følelse blant elevene og mellom lærere og elever. Det hjelper ikke om læreren er faglig og pedagogisk dyktig hvis hun ikke greier å skape en relasjon til den enkelte eleven, ved å bry seg om dem og gi av seg sjøl, sier rektor.

Elevrådsrepresentant Ingeborg Klungerbo bekrefter skolens vekt på det jevne arbeidet. Da hun begynte i 8. klasse, ble elevene presentert for «respekt-reglene», og diskuterte hvordan en skal være mot hverandre på skolen.



UBESKYTTET: Korridorene er ofte utenfor lærernes synsfelt og kontroll. Noen elever frykter veien inn til klasserommet. Thomas Åsheim og Berit Mogstad Loktu på vei ut til skolegården.

Da skolen valgte å jobbe ut fra Respektprogrammet, var det viktig å få oppslutning fra alle lærerne. Rektor tok derfor en grundig runde med lærerkollegiet, som enstemmig sluttet seg til. – Vi var enige om at vi skulle satse 100 prosent, dette kunne ikke være halvhjertet.

Fra da av skulle dette være fundamentet Sunnland skole skulle stå på, sier Kjelsberg. Men det krever jevnlig bekreftelse, jevnlig oppdatering og jevnlig evaluering. Hver vår diskuterer de om det er ting som bør endres i måten det jobbes på. Hver høst setter ledelsen av en halv studiedag hvor personalet minner hverandre om det viktigste i arbeidet for et godt og inkluderende skolemiljø. Nye lærere blir sendt på kurs i Respekt-metodikken.

– *Har ikke nye lærere disse kunnskapene med seg fra lærerutdanningen?*

– Det er vel sånn at nye lærere jevnt over er gode faglig, men kan for lite om temaer som klasseledelse, relasjonsbygging og mobbing, kommenterer Flataas. – Men dette kan læres. Og de som er faglig dyktige, er også tryggere i lærerrollen.

## Lærer empati

Vi skal få hilse på en klasse, og henger oss på Berit Mogstad Loktu og Thomas Åsheim fra 9. trinn, som leder an gjennom de nakne korridorene. Et ubeskyttet område på skolen, ofte utenfor lærernes kontroll og oppmerksomhet. En mulighet for de som vil plage andre uten å bli oppdaget. Elevene leder an til klasserommet, der en lærer veileder elever i å skrive jobbsøknader. Det er liv og røre: Elever sitter i smågrupper eller for seg selv, noen skriver, noen fordyper seg i mobiltelefonen mens de snakker med elever rundt seg; de får nemlig lov til å bruke smart-telefonen for å søke informasjon, forteller Flataas.

Dagens skole er basert på stor grad av egenaktivitet, selvstendig arbeid, bruk av nettet og samarbeid med medelever. Men hvordan kan læreren vite om en elev jobber faglig eller skriver slemme meldinger på Facebook til henne som sitter i naborommet? Hvordan fange opp diskre kroppsspråk

som gir en medelev beskjed om at hun ikke er ønsket rundt bordet? Læreren kan for eksempel støtte seg til sosiometriske undersøkelser som kartlegger relasjoner og vennskapsbånd i klassen. Da kan hun oppdage hvem som ikke har slike bånd, og hvem som er mest populære. Men også hvem som liker å jobbe faglig sammen. Dette er et godt utgangspunkt for å arbeide med læringsmiljøet. På Sunnland har de gode erfaringer med sosiometrien både i sammenheng med det faglige arbeidet og i den generelle klasseledelsen.

Samtidig er skolen opptatt av å utvikle empatien og egenomsorgen hos elevene. På 9. trinn settes det av tre hele dager til prosjektet «Alle har en psykisk helse». Her kan elevene velge fra mange temaer, få forelesninger og delta i aktiviteter. Men når det gjelder forståelsen av hvordan det er å bli mobbet, og hvilke konsekvenser det kan få, trekker Berit og Thomas frem dokumentarfilmen «Bully», sett av alle Trondheims ungdomsskoleelever i januar. Det var Erlend Moen fra skoleteamet som sørget for at elevene kom seg til kinoen og at de fikk et undervisningsopplegg om filmen etterpå. Og filmen gjorde inntrykk, forteller Berit og Thomas. De tror mange med dem fikk bedre forståelse for hvordan føles å bli mobbet, og hva alvorlig mobbing kan føre til for noen.



FOROVERLENT: I rektors bokhylle står et par elegante joggesko sammen med en pappeske merket «Respekt». Respektprogrammet krever innsats hver dag, ifølge rektor Ingrid Kjelsberg og fagleder Robert Flataas.

## En uventet takk

Vi har fått Sunnlands fortelling om D-dagen, den vel planlagte storaksjonen mot et mobbemiljø på skolen. Hvordan gikk det etterpå? Flataas forteller at gutten som ble mobbet, aldri møtte opp til skolestart. Foreldrene hadde kanskje mistet troen på at skolen ville makte å få slutt på mobbingen, og meldte gutten inn på en annen skole. Men mobbingen tok slutt.

En av de siste dagene det skoleåret, banker det på døra til faglederen. Der står han som hadde ledet an mobbegjengen, han som Flataas hadde speidet etter på trappa første skoledag. Gutten vil takke for at han ble hjulpet løs fra rollen som mobber.

– Han hadde faktisk følt en lettelse. Dette var en rolle som hadde gitt ham status og tilhørighet, men som hadde sine kostnader. Og siden skolen hadde gått så hardt ut, kunne han på en måte komme ut av mobbingen med æren i behold overfor de andre ungdommene, forklarte han.

Og så levde skolen lykkelig alle sine dager?

Dessverre ikke, svarer Ingrid Kjelsberg. Riktignok har skolen utviklet gode og effektive metoder for å forebygge og håndtere mobbing. Mange utsatte barn går videre uten varige mén. Men fortsatt får skolen elever fra barneskolen med mobbeerfaringer i ryggsekken. Familien varslet, men ble møtt med mye prat og lite handling. Nå sitter ungdommen på pulten, sterkt preget og uten tiltro til voksne. Rektor ser også at elever som har blitt mobbet på Sunnland, fremdeles er i alarmberedskap etter at mobbingen stoppet. Hva betyr det? Kari sitter på pulten, hun lukker seg inne. Fortsatt med angst for å bli hundset på hjemveien, fortsatt livredd for å ta ordet i klassen. Per blir rasende når en klassekamerat tilfeldig dulter borti ham i korridoren på vei inn. Han kjefter, er frekk og tar godlynte kommentarer i verste mening.

– Det er trist å være vitne til, og vi greier ikke alltid å gi dem god nok hjelp, sier Kjelsberg. – Tenk om vi kunne hatt en psykolog nå også som vi kunne benyttet til «lavterskelsamtaler» for akkurat disse elevene.

– *Hvem har hovedansvaret for å gi skolen bedre betingelser i antimobbearbeidet: Halvorsen eller Støre?*

– Her er det ikke snakk om enten–eller, men helt klart både–og, svarer rektor. Psykologtidsskriftet kommer tilbake med svar fra helseministeren og kunnskapsministeren.

### **Valg 2013: Hva gjør vi med mobbing?**

I anledning valgåret ønsker vi å bidra til at psykisk helse kommer på politikernes dagsorden. Denne reportasjen er en del av en serie om mobbing som startet i mars. Har du tips eller reaksjoner? Kontakt [nina@psykologtidsskriftet.no](mailto:nina@psykologtidsskriftet.no)