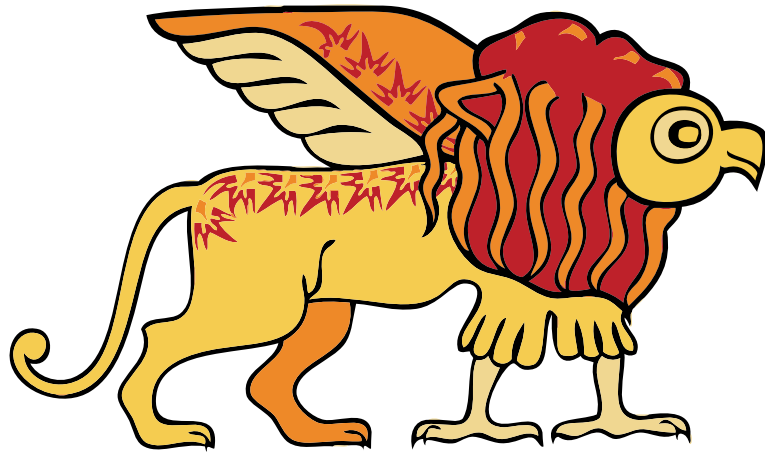




Gripsholms förskola

*Plan mot diskriminering och
kränkande behandling -
likabehandlingsplan*

Innehållsförteckning:

1. Gripsholms förskolas vision och värdegrund
2. Främjande arbete
3. Förebyggande arbete
4. Rutiner på förskolan, åtgärdande arbete
5. Förankring, hur görs planen känd?
6. Utvärdering och uppföljning
7. Kontaktuppgifter till barnvårdsteam och barnhälsan.
8. Bilagor
 - Gripsholms förskolas trivselrelger
 - Arbetsgång för arbetet i elevvårdsteamet
 - Definitioner, lagtexter och styrdokument
 - Handlingsplan mot mobbning
 - Antimobbningsteamet

1. Gripsholms förskolas vision och värdegrund

Gripsholms förskola vill ge barnen alla möjligheter att utvecklas till självständiga, reflekterande individer med social kompetens, väl förberedda för livet. Vidare är förmåga till inlevelse, etiska ställningstaganden och empati grundläggande i kommunikation med andra människor något vi alltid jobbar aktivt med.

Våra ledord innefattar *Hjärta* som står för personligt engagemang och drivkraft men också ett medmänskligt och empatiskt förhållningssätt.

De normer och förhållningssätt som vi förväntar oss av varandra i samhället skall också råda i förskolan. Förskolan utgör barnens arbetsplats likväl som de vuxnas varför ömsesidig respekt för olikheter och åsikter och samarbete skall uppmuntras mellan vuxna och barn.

Gripsholms förskolas värdegrund överensstämmer med förskolans läroplan, FN:s konventioner om de mänskliga rättigheterna samt Barnkonventionen. Förskolan ska behandla alla lika och ingen diskriminering får förekomma. Oavsett kön, etisk tillhörighet, religion eller trosuppfattning, sexuell läggning eller funktionshinder ska eleven känna sig trygg i att hon/han får en likvärdig utbildning.

För att förebygga mobbning och negativa normer och ge alla barn möjlighet att utveckla sin egen personlighet arbetar vi aktivt med värdegrundsfrågor. Vi fostrar främst våra barn genom att vara goda förebilder och genom vårt förhållningssätt lägger vi grunden till positivt lärande och utveckling. Arbetet med att skapa ansvars-kännande, tänkande barn ligger således både på förskolans och hemmets ansvar.

Vi på Gripsholms förskola arbetar aktivt för att alla barn ska känna sig trygga och bemötas med respekt. Alla ska trivas och känna glädje över att gå till förskolan. Genom att skapa ett positivt klimat och en god stämning vill vi minimera riskerna för kränkningar och diskriminering.

Lokalerna, närmiljön och personalen gör att vi kan erbjuda en trygg förskola med stora möjligheter att skapa en stimulerande miljö för både barn och vuxna. Vår plan mot kränkande handlingar och vår handlingsplan för att förhindra och hantera mobbning ska vara väl förankrad hos all personal, vi agerar omedelbart då problem uppstår. För att barnen redan från start ska känna trygghet med vuxna samarbetar rektor, förskollärare och övriga pedagoger nära med varandra. Man planerar tillsammans barnens dag så att dagen blir så överblickbar som möjligt. Detta ger ett helhetsperspektiv för barn, föräldrar och personal och skapar en gemensam värdegrund för regler och förhållningssätt.

Vi visar varandra respekt och empati genom att:

- Vi tar oss tid, lyssnar aktivt och ser alla.
- Vi hälsar på varandra och tilltalar varandra på ett trevligt sätt och helst med namn.
- Vi bejakar alla känslor, men tillåter inte någon att slå, skada eller säga dumma saker.
- Vi tar allas åsikter på allvar, uppmuntrar olik tänkande och bemöter alla med respekt, även om vi inte håller med.
- Vi har positiva förväntningar på alla.
- Vi uppmuntrar varandra och tar tillvara alla tillfällen till att berömma.
- Vi ber om förlåtelse/ursäkt när vi gjort fel.
- Vi följer regeln: - Jag är mot andra, som jag vill att andra skall vara mot mig.
- Vi följer gemensamma uppsatta regler och överenskommelser.
- Vi är tydliga och står vid vårt ord.

Vi skapar trygghet genom:

- Ett tillåtande klimat.
- Att alltid visa att "Jag tycker om dig, även om jag inte tycker om det du gjort nu."
- Att vi visar att alla duger även om man misslyckas ibland.
- Att barnen lär känna och kan vända sig till alla vuxna på förskolan.
- Fasta rutiner, gemensamma regler och kontinuitet.
- Att vara tydliga i vad som gäller.
- God framförhållning för att undvika stress.
- Att alla ska känna att de har möjlighet att påverka sin situation.
- Fadderverksamhet.
- Väl fungerande mobbnings- och barnvårdsteam.
- Samverkan med hemmen i en öppen dialog.

2. Främjande arbete

Det främjande arbetet handlar om att stärka de positiva förutsättningarna för likabehandling på förskolan, dvs. förskolans uppdrag att arbeta för demokratiska värderingar och respekt för de mänskliga rättigheterna.

Det här gör vi på Gripsholms förskola:

- Aktivt arbete med heartware - ett av skolans ledord som handlar om en positiv mental inställning, att sprida glädje och harmoni till människor i sin omgivning för att bidra till ett bra arbetsklimat och trivsel i gruppen.
- Vi uppmuntrar samarbete och kontakt mellan grupperna genom att ordna åldersblandade aktiviteter. Exempelvis vid:
 - Friluftsdagar och expeditioner
 - Temadagar
- I samband med utvecklingssamtalen (två ggr/år) frågas barnen frågor gällande trivsel, men även gällande barnets bemötande av andra i förskolan (t.ex. visar hänsyn och respekt, låter andra vara med i leken mm.). Detta diskuteras under samtalet tillsammans med föräldrarna.

Ansvar och utvärdering:

Rektor ansvarar för att hela förskolans personal känner till och arbetar aktivt med att följa förskolans värdegrund och jobba främjande mot kränkning och diskriminering. Personalen ansvarar för att arbetet med ovanstående punkter följs i grupperna. Insatserna utvärderas i samband med varje arbetslagsmöte som hålls på förskolan varje vecka. Större gemensamma genomgångar av utvärderingar görs efter avslutat läsår på personalens planeringsdagar i juni samt inför skolårets uppstart i augusti.

3. Förebyggande arbete

Det förebyggande arbetet på Gripsholms förskola handlar om att avvärja de risker som finns för diskriminering, trakasserier eller kränkande behandling som kan förekomma på förskolan. För att veta vilka dessa risker är genomförs under läsåret olika former av kartläggningar.

Kartläggning

På Gripsholms förskola använder vi oss av följande kartläggningsmetoder:

Elever:

- Samtliga barn svarar på frågor gällande bl.a. trivsel i förskolan inför varje utvecklingssamtal. Svaren är underlag för diskussion tillsammans med läraren och föräldrar på samtalet.

Föräldrar:

- Föräldrarna fyller varje vår i en utvärderingsenkät där bl.a. trivselsfrågor tas upp. - Föräldrarna fyller i kommunens elektroniska trivselenkät.
- Dokumentation från föräldrarådet som träffas tre gånger/läsår.

Personal på förskolan:

- Dokumentation från möten med barnvårdsteam som träffas enligt behov.
- Dokumentation från arbetslagsmöten som hålls varannan vecka.
- Dokumentation från mötet med gemensamma arbetslag.

Ansvar och utvärdering:

Rektor har det övergripande ansvaret för att uppmärksamma och åtgärda riskfaktorer på förskolan. Det är varje enskild förskollärares ansvar att det förebyggande arbetet i grupperna genomförs och följs upp.

Uppföljning av åtgärderna sker under planeringsdagarna i juni samt inför uppstarten av ett nytt skolår i augusti.

4. Rutiner på förskolan - åtgärdande arbete

Hur gör vi för att upptäcka trakasserier/kränkande behandling på förskolan?

- Personalen känner till handlingsplanen och vet hur vi ska agera när vi får information och att barn på förskolan blir utsatta för trakasserier/kränkning/mobbning.
- Vi pratar ofta med barnen om hur de ska agera om de själva eller någon kompis blir utsatt. De vet att de genast ska vända sig till någon vuxen på förskolan eller hemma.
- Tät kontakt med hemmen. Utöver utvecklingssamtal, föräldramöten och möten med föräldrarådet håller föräldrarna tät kontakt med både förskollärare och rektor.

Hur gör vi när det uppdagats att ett barn blivit trakasserat/kränkt av annat barn?

- När ett barn eller förälder berättar om mobbningen för pedagogen, utreder pedagogen omgående vad som har hänt. Pedagogen tar ställning till om det är frågan om systematisk mobbning, en mera tillfällig konflikt, ett gräl eller om någon blivit sårad pga ett missförstånd.
- Föräldrarna informeras alltid om deras barn har varit involverat. I första hand sköts diskussioner som handlar om mobbning ändå mellan förskolans pedagoger och barnen.

Du kan stöda ditt barn ytterligare genom att:

- Fundera tillsammans på hur man kan klara sig ur enskilda mobbningssituationer. De enklaste sätten är de bästa. Mobbaren har t ex svårt att fortsätta om den mobbade inte reagerar utan bara lämnar situationen. Man kan också öva sig på att att NEJ, SLUTA på ett bestämt och övertygande sätt
- Hur kan man öka den mobbades självförtroende?
- Föräldrarna kan uppmuntra barnet att bjuda hem en kompis
- Den mobbade kan uppmuntras att delta i hobbyer för att träffa och lära känna nya kamrater

Hur gör jag som förälder om mitt barn utsätter andra barn för kränkning i förskolan?

Det är svårt att ta till sig att ens eget barn utsätter andra. Men om det är så måste du göra något åt det. Gör helt klart för barnet att du inte accepterar ett sådant beteende. Ta kontakt med förskolan så att vi kan hjälpas åt att lösa problemet.

5. FÖRANKRING - hur görs planen känd?

Planen mot diskriminering och kränkande behandling förankras enligt följande:

- På personalens planeringsdagar i augusti
- På förskolans hemsida
- På det första föräldrarådsmötet i början av skolutgåret
- Arbetslagsmötet som hålls varannan vecka och då återkommer arbetslaget till planen
- Utvärdering och revidering av planen i hela personalgruppen under utvärderings- och planeringsveckan i juni efter skolutgårets slut

6. Utvärdering och uppföljning

Rektor och arbetslaget ansvarar för att de planerade åtgärderna genomförs under läsåret. Planen utvärderas och följs upp under planeringsdagarna i juni. Ytterligare en utvärdering görs under planeringsdagarna i augusti när följande läsårsplan görs upp.

7. Kontaktuppgifter

Vid frågor eller funderingar är ni välkomna att höra av er till:

Rektor

Annika Bärnlund

annika.barnlund@gripsholmsskolan.se

Barnvårdsteamet

Annika Bärnlund (rektor för förskolan)

Nina Lidfors (rektor för skolan)

Juho Friberg (biträdande rektor skolan) Ia Husberg (biträdande rektor skolan)

Jessica Nylund (speciallärare) Linda Sundell (speciallärare) Felicia Lytz (speciallärare) Maria Zinovjev Altebo (kurator) Ida Häggdahl (kurator)

Skolhälsovården

Marianne Wilander (skolsköterska) Anders Nilsson (skolläkare)

Bilaga 1

TRIVSELREGLER PÅ GRIPSHOLMS FÖRSKOLA

Vi visar varandra respekt och empati genom att:

Vi tar oss tid, lyssnar aktivt och ser alla.

Vi hälsar på varandra och tilltalar varandra på ett trevligt sätt och helst med namn.

Vi bejakar alla känslor, men tillåter inte någon att slå, skada eller säga dumma saker.

Vi tar allas åsikter på allvar, uppmuntrar oliktankande och bemöter alla med respekt.

Vi har positiva förväntningar på alla.

Vi uppmuntrar varandra och tar tillvara alla tillfällen till att berömma.

Vi ber om förlåtelse/ursäkt när vi gjort fel.

Vi följer regeln: - Jag är mot andra, som jag vill att andra skall vara mot mig.

Vi kommer i tid.

Vi följer gemensamma uppsatta regler och överenskommelser.

Vi är tydliga och står vid vårt ord.

Bilaga 2

Barnvård på Gripsholms förskola

Förskolans och skolans barnvårdsteam består av rektor, speciallärare, kurator, skolläkare och skolsköterska. Teamet träffas en gång per vecka och ansvarar för att uppmärksamma, åtgärda samt följa upp elevärenden på förskolan och skolan. Vid behov kallas även skolläkare, antimobbningsteamet eller enskilda pedagoger till mötet.

Om föräldrar/lärare eller övrig personal känner oro över ett barns inlärningstakt, sociala relationer, hälsa, beteende, frånvaro osv. kan ärendet vidareförmedlas till barnvårdsteamet. Teamet ansvarar för att utreda vidare samt komma med förslag på åtgärder. Barnvårdsteamet sköter även kontakten till andra instanser såsom BUP, SOC m.fl.

Syftet med Barnvårdsarbetet på Gripsholms förskola och skola är att säkerställa att alla barn ges förutsättningar att, efter egna förmågor och behov, utvecklas kognitivt, socialt, fysiskt och psykiskt. Rektor och barnvårdsteamet ansvarar för barnvården, men det är på allas ansvar att samtliga barn på förskolan mår bra och utvecklas optimalt.

Arbetsgång vid akuta elevärenden på förskolan:

1. Problemidentifiering
 2. Förskollärare / annan personal som uppmärksammat problemet gör ett första ingripande ELLER informerar barnvårdsteamet.
 3. Kartläggning av bakomliggande orsaker till beteendet/situationen. Förslag på åtgärder.
 4. Vårdnadshavare och förskollärare informeras
 5. Extra anpassningar, utredning av behov av särskilt stöd, särskilt stöd samt upprättande av åtgärdsprogram vid behov
 6. Uppföljning
- ◆ Skolläkare, skolsköterska eller speciallärare kan vid behov kopplas in oavsett stegen ovan.
 - ◆ Samtliga vuxna på skolan har anmälningsplikt om man märker att ett barn far illa. Det är i första hand rektorn som gör en anmälan till socialtjänsten.

Bilaga 3 - Lagtexter, styrdokument och definitioner.

Gripsholms förskolas plan mot diskrimineringen och kränkande behandling utgår ifrån följande bestämmelser:

- Enligt 3 kap. 16 § diskrimineringslagen ska huvudmannen varje år upprätta en plan med en översikt över de åtgärder som behövs för att dels främja lika rättigheter och möjligheter för de barn, elever eller studenter som deltar i eller söker till verksamheten, oavsett kön, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionshinder eller sexuell läggning, dels förebygga och förhindra trakasserier. Planen ska innehålla en redogörelse för vilka av dessa åtgärder som utbildningsanordnaren avser att påbörja eller genomföra under det kommande året. En redovisning av hur de planerade åtgärderna har genomförts ska tas in i efterföljande års plan.
- Enligt 6 kap. 8 § skollagen ska huvudmannen se till att det varje år upprättas en plan med översikt över de åtgärder som behövs för att förebygga och förhindra kränkande behandling av barn och elever. Planen ska innehålla en redogörelse för vilka av dessa åtgärder som avses att påbörjas eller genomföras under det kommande året. En redogörelse för hur de planerade åtgärderna har genomförts ska tas in i efterföljande års plan.
- Enligt 4 kap. 8 § skollagen ska huvudmannen ha skriftliga rutiner för att ta emot och utreda klagomål mot utbildningen. Information om rutinerna ska lämnas på lämpligt sätt.
- Enligt förordningen (2006:1083) om barns och elevers deltagande i arbetet med planer mot diskriminering och kränkande behandling ska planerna upprättas, följas upp och ses över under medverkan av barnen eller eleverna vid den verksamhet för vilken planen gäller.

Förbud mot diskriminering och kränkande behandling:

- Enligt 2 kap. 5 § diskrimineringslagen får den som bedriver verksamhet inte diskriminera något barn eller någon elev som söker till eller deltar i verksamheten. Anställda och uppdragstagare i verksamheten ska likställas med utbildningsanordnaren när de handlar inom ramen för anställningen eller uppdraget. Enligt 6 kap. 9 § skollagen får huvudmannen eller personalen inte utsätta ett barn eller en elev för kränkande behandling.
- Enligt läroplanerna för förskolan ska alla som arbetar i skolan aktivt motverka diskriminering och kränkande behandling av individer eller grupper. (Lpfö 18)

Att främja:

- Enligt 3 kap. 14 § diskrimineringslagen ska huvudmannen bedriva ett målinriktat arbete för att aktivt främja lika rättigheter och möjligheter för de barn eller elever som deltar i eller söker till verksamheten, oavsett kön, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionshinder eller sexuell läggning.
- Enligt 6 kap. 6 § skollagen ska huvudmannen även se till att det inom ramen för varje särskild verksamhet bedrivs ett målinriktat arbete för att motverka kränkande behandling av barn och elever.

Att förebygga:

- Enligt 3 kap. 15 § diskrimineringslagen ska huvudmannen vidta åtgärder för att förebygga och förhindra att något barn eller någon elev som deltar i eller söker till verksamheten utsätts för trakasserier som har samband med kön, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionshinder eller sexuell läggning eller för sexuella trakasserier.
- Enligt 6 kap. 7 § skollagen ska huvudmannen även se till att det genomförs åtgärder för att förebygga och förhindra att barn och elever utsätts för kränkande behandling.
- Enligt läroplanerna för förskolan ska läraren uppmärksamma och i samråd med övrig skolpersonal vidta nödvändiga åtgärder för att förebygga och motverka alla former av diskriminering och kränkande behandling. (Lpfö 18)

Att upptäcka och anmäla :

- Enligt 6 kap. 10 § skollagen är en lärare, förskollärare eller annan personal som får kännedom om att ett barn eller en elev anser sig ha blivit utsatt för trakasserier eller kränkande behandling i samband med verksamheten skyldig att anmäla detta till förskolechefen eller rektorn. En förskolechef eller rektor som får kännedom om att ett barn eller en elev anser sig ha blivit utsatt för kränkande behandling är skyldig att anmäla detta till huvudmannen. Anmälningsskyldigheten gäller på motsvarande sätt om ett barn eller en elev anser sig ha blivit utsatt för trakasserier eller sexuella trakasserier på sätt som avses i diskrimineringslagen (2008:567). För verksamhet som avses
- Enligt läroplanerna för förskolan ska läraren uppmärksamma och i samråd med övrig skolpersonal vidta nödvändiga åtgärder för att förebygga och motverka alla former av diskriminering och kränkande behandling. (Lpfö 18)

Att utreda och dokumentera:

- Enligt 2 kap. 7 § diskrimineringslagen och 6 kap. 10 skollagen är en huvudman som får kännedom om att ett barn eller en elev som deltar i eller söker till verksamheten anser sig ha blivit utsatt för

trakasserier, sexuella trakasserier eller kränkande behandling i samband med verksamheten skyldig att skyndsamt utreda omständigheterna kring de uppgivna trakasserierna eller kränkningarna.

Att åtgärda

- Enligt 2 kap. 7 § diskrimineringslagen och 6 kap. 10 § skollagen ska huvudmannen om det förekommer trakasserier, sexuella trakasserier eller kränkande behandling vidta de åtgärder som skäligen kan krävas för att i framtiden förhindra trakasserier och kränkande behandling.

Bilaga 4 - Handlingsplan mot mobbning

Vad är mobbning?

- Att gräla och vara av olika åsikt är inte mobbning
- Att retas eller leka häftigt är inte mobbning
- Mobbning är handlingar som är avsiktliga och återkommande och som riktar sig mot en försvarslös person

Mobbningens former

- Verbal mobbning är vanligast
- Den indirekta mobbningen är lömsk
- Fysisk mobbning kan ge anledning till att göra brottsanmälan
- Mobiltelefon- och internetmobbning är mobbningens nya former

”Det värsta är inte de elaka människornas elakhet, utan de goda människornas tystnad.”

Mobbning berör hela gruppen

- Mobbare, ca 7-10 %
- Medlöpare, ca 7-10 %
- Förstärkare, ca 15-20 %
- De mobbade, ca 5-15 %
- De mobbades försvarare, ca 15-20 %
- De tysta godkännarna, ca 25-35 %

Även om det finns vissa gemensamma drag, såsom aggressivitet och brist på empati, som karakteriserar sådana barn som mobbar andra barn, är det många riktigt vanliga barn och unga som gör sig skyldiga till mobbning genom att bete sig illa gentemot någon i gruppen - ibland pga tanklöshet. Barn som mobbar har ofta behov av att synas och höras, bli beundrade och få makt i gruppen. Som offer för mobbningen väljs ofta ett barn som är osäkert, blygt eller som redan tidigare har en sämre ställning i gruppen eller någon som har få eller inga vänner. Den mobbade lider av situationen och den kan även på längre sikt föra med sig synliga följder, såsom depression och ett sviktande förtroende för andra människor. Mobbningen utgör även en risk för mobbaren. Om ingen

ingriper i mobbarens handlingar tillräckligt effektivt, kan även hans eller hennes välmående och utveckling hotas allvarligt.

Tecken som kan tyda på att mobbning förekommer

Om eleven till skillnad från tidigare,

- är rädd för att gå till/från förskolan
- överhuvudtaget är ovillig att gå till förskolan
- klagar på att han/hon är sjuk
- kommer hem från förskolan med t ex trasiga kläder eller smutsig skolväska
- kommer hem och är hungrig (har inte vågat äta mat)
- förändras och blir tillbakadragen, tyst och verkar ha förlorat självförtroendet
- förändras och blir mera stressad och ångestfylld
- har förlorat aptiten
- gråter sig till sömns
- tappat bort sina saker
- får oförklarliga blåmärken, sår och skramor - blir tjurig, lättretlig och "besvärlig"
- ofta är utan kompisar och inte längre tar hem kompisar på besök
- vägrar berätta vad som oroar eller är fel, eller ger ofta icke trovärdiga förklaringar till det som hänt

Inga enskilda tecken berättar med säkerhet att barnet utsätts för mobbning. Varje förälder känner sitt barn och hans eller hennes sätt att visa sitt illamående på. Det väsentliga är ofta om det skett en förändring i beteendet i förhållande till det tidigare, t ex om ett barn som tidigare tyckt om att gå till skolan plötsligt inte längre vill gå dit. Om det inte går att hitta någon förklarlig orsak till förändringen, finns det orsak att diskutera både med barnet och med skolans personal huruvida det är möjligt att barnet utsätts för mobbning.

Åtgärder mot mobbning i förskolan

Förebyggande åtgärder

Förskolläraren ansvarar för att kontinuerligt beröra ämnet mobbning, likabehandling och alla barns rätt i gruppen.

Åtgärder i enskilda mobbningsfall

När en förälder tar kontakt med förskolan eller när ett barn berättar om mobbningen för pedagogen, tar pedagogen först ställning till om det är frågan om systematisk mobbning, en mera tillfällig konflikt, ett gräl eller om någon blivit sårad pga ett missförstånd.

I alla de fall som uppfyller tecknen på mobbning förmedlas informationen vidare till arbetslaget som börjar utreda fallet och diskuterar med de olika parterna.

Arbetslaget diskuterar först med det mobbade barnet och därefter enskilt med varje barn som deltagit i mobbningen.

När man kommit överens om hur de skall ändra sitt beteende, bestämmer man en ny träff - en sk uppföljningsdiskussion.

Föräldrarna informeras alltid om deras barn har varit involverat i ett fall som behandlats av teamet. Vid behov kan föräldrarna bli ombedda att komma till skolan för att reda ut saker.

I första hand sköts diskussioner som handlar om mobbning ändå mellan förskolans vuxna och barnen.

Åtgärder hemma

Frågor är viktiga. ”Hur var det i förskolan i dag?” eller ”Hur gick det i förskolan i dag?” är vardagliga men viktiga frågor. De ger information om barnets dag, hans eller hennes känslor och sinnesstämning samt kamratrelationer. Frågorna visar också att föräldrarna är intresserade av barnets tid på förskolan. De kan också fungera som en öppning till en diskussion om eventuella problem gällande kamratrelationer som barnet kan ha.

När du nästa gång frågar om hur dagen varit, reservera tid så att ni kan diskutera ämnet i lugn och ro. Utöver orden lönar det sig att ”lyssna” till känslorna, röststyrkan, miner, gester och kroppsställningen. Det är inte meningen att diskussionen skall vara ett förhör, utan en dialog där man ömsesidigt utbyter tankar om det som skett under dagen. Det lönar sig att ställa sådana frågor, som barnet inte kan besvara med enbart ja eller nej.

Att stöda den mobbade hemma

- Om du misstänker att ditt barn blir mobbat, prata om det med honom eller henne
- Uppmuntra ditt barn att berätta om saken, tala om att du står bakom ditt barn till 100 procent
- Säg klart och tillräckligt många gånger att mobbningen inte är hans eller hennes fel
- Lova inte att hemlighålla saken eftersom det då är omöjligt att ingripa
- Fundera tillsammans på hur man kan klara sig ur enskilda mobbningssituationer. De enklaste sätten är de bästa. Mobbaren har t ex svårt att fortsätta om den mobbade inte reagerar utan bara lämnar situationen. Man kan också öva sig på att att NEJ, SLUTA på ett bestämt och övertygande sätt
- Hur kan man öka den mobbades självförtroende?
- Föräldrarna kan uppmuntra barnet att bjuda hem en kompis
- Den mobbade kan uppmuntras att delta i hobbyer för att träffa och lära känna nya kamrater