



# SÅDAN BIDRAGER ELEVERNE I 7.-10. KLASSE



Red Barnet

SKOLE  
OG  
FORÆLDRE

Sådan laver I en antimobbestrategi, der virker

# INDHOLDSFORTEGNELSE

**INDLEDNING TIL FAGPERSONEN** 3

**KORT OM UNDERVISNINGEN** 5

**FORBEREDELSE** 5

**DREJEBOG FOR UNDERVISNINGEN** 8

|   |    |
|---|----|
| Indledning  | 8  |
| Vi er alle forskellige!                           | 9  |
| Vi hjælper hinanden (håndtering af mobning)       | 9  |
| Vi styrker fællesskabet (forebyggelse af mobning) | 11 |
| Gentag øvelsen med ny case                        | 11 |
| Klassens handleplan                               | 12 |

**VIL I ARBEJDE MERE MED RELATEREDE EMNER?** 12

**FÆLLES MÅL** 13



# INDLEDNING TIL FAGPERSONEN



## Hvorfor inddrage eleverne i antimobbestrategien?

### Børn er eksperter i deres eget liv

Der er stor forskel på, hvilke mobbesituationer eleverne oplever, afhængigt af deres alder. Og der er forskel på, hvordan eleverne foretrækker at håndtere udfordringer i deres liv.

I skal derfor inddrage eleverne, når I undersøger, hvordan I bedst muligt forebygger og griber ind over for mobning.

Skolen er ved at udvikle en antimobbestrategi. Som en del af den proces skal hver klasse lave sin egen handlingsplan mod mobning.

### Planen har to formål:

1. Den får klassen til at sætte fokus på forebyggelse og håndtering af mobning.
2. Den fungerer som klassens bidrag til skolens antimobbestrategi.

Når klassen har lavet deres handleplan, giver elevrådsrepræsentanten en kopi af planen til den arbejdsgruppe, der er nedsat på skolen til at formulere antimobbestrategien.

DropMob anbefaler, at I hænger planen op i klasseværelset, så I dagligt bliver mindet om, hvordan I forebygger og håndterer mobning i klassen. Vi anbefaler også, at klassens handleplan bliver delt med klassens forældre og fagteam.

I kan vælge at hænge alle skolens handleplaner et samlet sted på skolen. Skolen kan fx lave en 'mobbefri gang'.

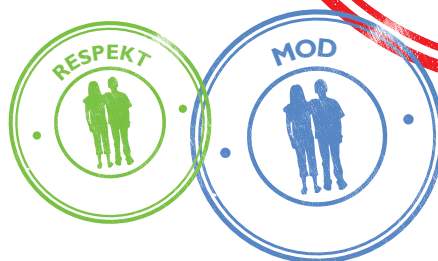
### Målgruppe

Undervisningen er målrettet elever i 7-10. klasse. Undervisningsmetoden er den samme for alle klassetrin, men indholdet og refleksionsniveauet er forskelligt fra klasse til klasse.

Du kan gennemføre undervisningen i klassen, eller du kan undervise eleverne på tværs af årgangen. Forløb for årgangen kan styrke elevernes relationer på tværs af klasserne.

### Er der overhovedet mobning i udkolingen?

Ja, der kan opstå mobning på alle klassetrin. Udfordringen for eleverne i udkolingen kan være, at deres roller i klassen er blevet så vante, at ingen - ikke engang der, der bliver mobbet - tænker over, at det er mobning



### Tidsforbrug

Det vil være forskelligt, hvor meget tid du kan afsætte til arbejdet med klassens handleplan. DropMob anbefaler en dobbelttime, men brug meget gerne mere tid, så I kan gå i dybden med klassens trivsel.

Der kan opstå et behov for at gå mere i dybden med bestemte emner i de forskellige klasser. Fx om net-etik, fælles aktiviteter for klassen eller tolerance af forskelligheder DropMob anbefaler, at I tager jer tid til disse snakke i klassen og får skrevet jeres aftalæ ind i klassens handleplan, inden I afleverer den til arbejdsgruppen.

Vælger du at bruge mere tid til undervisningen i klassen, kan I fx lave en eller flere af følgende aktiviteter:

- Inddrag flere cases, så I kommer hele vejen rundt om klassens hverdag.
- Lav separate klasseaftaler inden for de emner der har skabt særlig interesse eller spørgsmål blandt eleverne, fx om brug af digitale mediesprog og kropssprog eller fester
- Bed klassen om selv at finde på flere cases, eller du kan finde på en. Eleverne skal så i fællesskab finde frem til, hvordan de vil håndtere casen og forebygge den.

# KORT OM UNDERVISNINGEN

Klassen laver deres handleplan gennem et undervisningsforløb, der bliver faciliteret af en af klassens fagpersoner. Det er en fordel, at det er en fagperson, der kender klassen godt.

Undervisningen er opbygget sådan, at eleverne forholder sig til konkrete cases og diskuterer, hvordan de vil forebygge og håndtere situationerne. Eleverne skal derudover tage stilling til, hvornår og hvordan de har brug for støtte fra en fagperson eller forælder.

## FORBEREDELSE



Få svar på de oftest stillede spørgsmål om mobning i 'Spørgsmål og svar om mobning', som du downloader inde på [skole.redbarnet.dk](http://skole.redbarnet.dk).

### Vælg to cases

Alle elever og klasser er forskellige. DropMob har derfor lavet 16 cases, der alle er inspirerede af sande fortællinger fra børn og unge. Forud for undervisningen vælger du to cases, som du vil bruge i klassen. Du kan evt. udvælge casene i samråd med klassen eller klassens elevrådsrepræsentant. Casene har forskellige temaer, så du kan vælge de cases, der er relevante for netop din klasse. Det vigtigste er, at du vælger cases, der har paralleller til klassens hverdag, så de danner bro til den handleplan, som klassen skal ende med at have.

### CASES

- De usynlige børn
- Alene i frikvartererne
- Sociale medier
- At interessere sig for noget andet
- Øgenavn
- Når grænsen er nået
- Venskaber
- Ord, der gør ondt
- Købe venner
- Grin som forsvar
- Klassens klovn
- Tæskeholdet
- Udfordringen
- Fest
- Populær eller ydmyget?
- Du er for sart



## HVAD GØR DU, HVIS CASENE IKKE PASSER TIL DIN KLASSE?

Her er et par forslag:

- Skriv selv en case med udgangspunkt i dit kendskab til klassen. Pas dog på, at du ikke kommer til at udstille eleverne.
- Få eleverne til at skrive cases og finde på forslag til håndtering.

Vær opmærksom på, at casene også er til for at eleverne kan drøfte forebyggelse af mobning. I kan derfor sagtens diskutere casene, selvom der ikke er mobning i jeres klasse.

Casene er ikke nødvendigvis beskrivelser af mobbesituationer, men situationer, der kan føre til mobning, eller som er et symptom på mobning.

Det er en fordel, når I arbejder med emnet mobning, at I diskuterer handlemuligheder ud fra en opdigtet case. Det gør emnet mindre følsomt, og det får eleverne til at sænke paraderne.



### Klargør værktøjer



Du downloader og printer alle værktøjer til undervisningen inde på [skole.redbarnet.dk](http://skole.redbarnet.dk).

### MATERIALER:

- Kort
- Cases
- Skabelon til handleplan
- Elefantsnot eller tape

### Klargør lokale

Eleverne skal kunne bevæge sig rundt imellem lokalets fire hjørner og lokalets midte som en del af undervisningen. Det kan derfor være nødvendigt at flytte rundt på borde og stole for at give plads til eleverne.

I hvert af lokalets fire hjørner hænger du et af kortene med tallene 1-3 eller en lysende pære op. I figuren er vist hvordan. De gule felter markerer hvor borde og stole kan stå.

På lokalets interaktive tavle eller på en computer åbner du skabelonen til at lave klassens handleplan. Du kan også have printet skabelonen ud, så du skriver direkte på den.



# DREJEBOG FOR UNDERVISNINGEN

## HURTIGT OVERBLIK

- Indledning. 5 minutter
- Opvarmingsleg: 'Vi er alle forskellige'. 5 minutter
- Diskussion af case: 'Vi hjælper hinanden'. 15 minutter
- Diskussion af case: 'Vi styrker fællesskabet'. 15 minutter
- Gentag 'Vi hjælper hinanden' og 'Vi styrker fællesskabet' med den næste case. 30 minutter
- Opsamling: Klassens handleplan. 5 minutter

## INDLEDNING

Du starter undervisningen med at fortælle klassen, at I i dag skal lave klassens handleplan mod mobning. Dels for at I i klassen kan blive gode til at respektere hinanden. Dels fordi hele skolen er i gang med at lave en antimobbestrategi. En antimobbestrategi er en plan for hvad alle, det vil sige elever, forældre, lærere og pædagoger skal gøre for at sikre, at der ikke er nogen, der bliver mobbet. Det er også en plan for hvad de samme personer skal gøre, hvis der alligevel er en elev, der bliver mobbet.

Fortæl eleverne, at de er eksperter i deres liv. Derfor er det vigtigt, hvad de mennesker kan gøre for at undgå mobning, og hvad man skal gøre, hvis der er en, der bliver mobbet. Forklar klassen, at du vil skrive deres fælles holdninger og beslutninger ind i klassens handleplan. Når undervisningen er forbi, giver klassens elevrådsrepræsentant en kopi af planen til den arbejdsgruppe, der laver antimobbestrategien. På den måde bliver alle elever inddraget i at lave antimobbestrategien.



Nogle skoler vælger at inddrage elevrådet ved at elevrådsrepræsentanterne giver dem handleplanerne. Elevrådet samler derefter handleplanerne til nogle mere overordnede handleplaner for hvert grundtrin.



## VI ER ALLE FORSKELLIGE!

Du starter undervisningen med at 'varme eleverne op' ved hjælp af en lille øvelse. Til at starte med samler du eleverne inde i midten af lokalet. Du inddeler nu eleverne gentagne gange i to grupper, der skal gå til hver deres ende af lokalet for at understrege ligheder og forskelle mellem dem. Du finder selv på kategorier, som du inddeler eleverne efter

Det kan fx være: 'Alle, der spiller et instrument/ikke spiller et instrument', 'Alle, der har/ikke har blå øjne' osv.

### Inddel efter interesser

Du kan også inddele eleverne efter interesser, så eleverne kan lære nye sider af hinanden at kende.

Du runder øvelsen af med at tale med eleverne om, at en klasse altid har mange forskelligheder. Forskellighederne er gode, fordi alle i klassen kan bidrage med noget forskelligt. Og det styrker fællesskabet.

Vær opmærksom på, at der i nogle klasser kan være uskrevne regler for, hvad der er acceptabelt. Det kan fx være, hvilket tøj de har på, hvilken sport de dyrker eller hvilke sociale platforme de har profiler på. I disse klasser skal du være varsom med, hvad du inddeler klassen efter, så du ikke ved et uheld kommer til at udstille de elever, der ikke lever op til klassens uskrevne regler.

Hvis du får fornemmelsen af, at du 'rammer et ømt punkt' for klassen, kan du med fordel snakke med klassen om det ved at spørge til klassens uskrevne regler på en nysgerrig og anerkendende måde.

**VI HJÆLPER HINANDEN (håndtering af mobning)** Eleverne skal nu finde frem til, hvordan de vil håndtere mobning. Du samler eleverne i midten af lokalet igen. Denne gang læser du en case op. Når du har læst casen, gennemgår du de fire forslag til håndtering af casen med klassen.

Forslagene til håndteringen af casen er opdelt sådan, at tre af forslagene er givet på forhånd. Fjerde forslag er 'den opfindsomme'. Det betyder, at eleverne her selv skal finde på en måde at håndtere casen på. De fire muligheder udelukker ikke hinanden, så eleverne må gerne vælge flere af dem.

Når du gennemgår forslagene, dedikerer du hvert hjørne i klassen til et forslag, så forslag et læses op ved hjørne #1, forslag to læses op ved hjørne #2 osv. 'Den opfindsomme' er illustreret ved et billede af en lysende pære.

### Alle kan tage ansvar

Gennem casene beder vi den enkelte elev om at vælge handlinger, som de vil udføre for at stoppe og forebygge uhensigtsmæssige mønstre i klassen. Dette skal dog ikke forstås sådan, at det er den enkelte elevs ansvar at gøre noget. Men alle kan tage et ansvar, og alle har en rolle, når der opstår mobning.

### Stem med fødderne

Eleverne skal nu 'stemme med deres fødder' ved at stille sig i det hjørne, som repræsenterer den måde, de vil håndtere casen på. Når alle har placeret sig i et hjørne, spørger du dem, hvorfor de har valgt, som de har. De elever, som har placeret sig ved den opfindsomme, skal fortælle, hvilke forslag de har.

På Fortunaskolen i Esbjerg Kommune valgte de elever der gerne ville kombinere flere af forslagene, at stille sig ved den opfindsomme'. Her kunne de forklare, hvordan de ville sammensætte forslagene. Nogle elever havde svært ved at vælge, hvor de ville stå. Disse elever blev derfor stående i midten af lokalet og lyttede til deres klassekammeraters holdninger. Bagefter fik de en ny mulighed for at placere sig.

Hvis der er elever, der har svært ved at placere sig, kan I med fordel snakke om, hvad der gør det svært:

- Det er svært at finde på en løsning, der virker
- Det er svært at relatere sig til casen
- Det er utrygt at fortælle klassen, hvad man mener

Derudover kan der være andre grunde.

På nogle skoler har eleverne i grupper lavet casene om til rollespil, som de filmer på deres telefoner. Gennem rollespillene viser eleverne, hvordan de vil håndtere casen.

Du kan nu facilitere en dialog i klassen om casen og de forskellige forslag til at håndtere situationen. I kan fx opstille fordele og ulemper ved de forskellige forslag på tavlen. Det er vigtigt at understrege, at der er mange gode måder at håndtere casen på, og at den ene ikke nødvendigvis udelukker den anden.

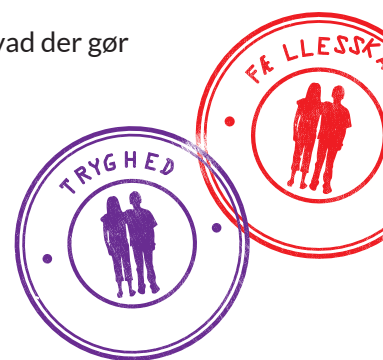
På bagsiden af casene finder du nogle opmærksomhedspunkter til casen og forslag til dialog om casen. Det er op til dig, om du tager dialogen i klassen før eller efter at eleverne stemmer med fødderne.

### Handleplan

Rund øvelsen af med at spørge eleverne, om der er nogle af forslagene, som de vil have med i deres handleplan.

Skriv klassens beslutninger ind i handleplanen under overskriften 'Sådan hjælper vi hinanden'.

Spørg også, om der er noget, de mener at lærere, pædagoger eller forældre skal hjælpe dem med. Deres svar skal også ind i planen under overskriften 'Sådan støtter lærere, pædagoger og forældre os'.





← **KLASSENS  
HANDLEPLAN**

Der er flere metoder til at få elevernes beslutninger skrevet ind i klassens handleplan:

- Du skriver elevernes beslutninger ind i skabelonen i løbet af undervisningen – elektronisk eller i hånden.
- Eleverne skriver deres beslutninger ind i skabelonen på jeres interaktive tavle.
- Du skriver elevernes beslutninger ind i skabelonen efter undervisningen. På et senere tidspunkt sikrer du dig med eleverne, at de er enige med dig i det, du har skrevet. Risikoen ved denne metode er, at det bliver dine ord og prioriteringer, der bliver fremhævet, frem for elevernes.

### VI STYRKER FÆLLESSKABET (forebyggelse af mobning)

Du beder nu eleverne om at komme ind i midten af lokalet igen. I skal lave samme øvelse som i 'Vi hjælper hinanden' ud fra samme case. Denne gang skal eleverne dog forholde sig til, hvordan de kan undgå, at samme situation sker for dem.

Du bruger samme fremgangsmåde som før, hvor du gennemgår hvert forslag til at forebygge situationen. Igen går du rundt fra hjørne til hjørne og dedikerer et forslag til hvert hjørne. I samler op ved at skrive elevernes beslutninger ind i klassens handleplan under overskriften 'Sådan styrker vi fællesskabet i klassen'. Husk også at spørge, om der er noget, lærere, pædagoger eller forældre skal hjælpe dem med. Skriv deres svar ind i handleplanen under overskriften 'Sådan støtter lærere, pædagoger og forældre os'.

### GENTAG ØVELSEN MED NY CASE

Afhængigt af hvor meget tid du har afsat, kan I nu gentage øvelsen med en anden case.

Vær opmærksom på, at der kan opstå et behov i klassen for at gå mere i dybden med emner inspireret af casene. Du kan med fordel prioritere disse snakke i klassen og så bruge færre cases eller afsætte mere tid.

### KLASSENS HANDLEPLAN

Du afslutter undervisningen ved, at I sammen gennemgår klassens handleplan. Efter undervisningen kan du printe planen ud og hænge den op i klassen og evt. andre steder på skolen.

Klassens elevrådsrepræsentant overrækker planen til den arbejdsgruppe, der formulerer antimobbestrategien.

### VIL I ARBEJDE MERE MED RELATEREDE EMNER?

Arbejdet med klassens handleplan kan gøre jer opmærksomme på områder, der gerne vil arbejde mere i dybden med. Red Barnet tilbyder en lang række gratis undervisningsmaterialer via [skole.redbarnet.dk](http://skole.redbarnet.dk).



# FÆLLES MÅL

DropMobs forløb for 7-10. klasse er forankret i de nye forenklede Fælles Mål ([www.ffm.emu.dk](http://www.ffm.emu.dk)). DropMob har fokus på, hvordan eleverne får kompetencer til at trives bedre i skolen og sammen skabe trygge og tolerante børnefællesskaber i skolen. Her er det kort beskrevet, hvordan DropMob relaterer sig til formål og kompetenceområder for de mest relevante Fælles Mål: Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, dansk og samfundsfag.

## **Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab**

I arbejdet med DropMob er formålet blandt andet, at eleven er i stand til at diskutere forebyggelse af vold og overgreb af både fysisk, psykisk og seksuel karakter. Derudover vil eleven arbejde med at vurdere følelsesmæssige dilemmaer i relationer.

## **Dansk**

I DropMob er fokus primært på kompetenceområdet kommunikation. Her er fokus på, at eleven har viden om demokratisk dialog, som alle kan deltage i aktivt, åbent og analytisk. Eleven har viden om sproglige normer og omgangsformer i forskellige situationer – også på internettet.

## **Samfundsfag**

I arbejdet med DropMob kan du inddrage kompetenceområdet 'sociale og kulturelle forhold' i faget samfundsfag. Her er fokus på, at eleven har viden om sociale grupper og fællesskabers betydning for socialisering og identitetsdannelse.



**Red Barnet**

**SKOLE  
OG  
FORÆLDRE**