

Gode råd til forældre om mobning blandt børn

- **Engagement**
 - Spøg dit barn, hvordan det har det lige nu. Spørg til kammeraternes trivsel i klassen. Vis interesse og lyt
 - Reager hvis du fornemmer mistrivsel
 - Deltag i klassearrangementer
 - Styrk klassefællesskabet
 - Venskabsgrupper
 - Udflugter for hele klassen
 - Tøsetur for pigegruppen og deres mødre
 - Herretur for drenge og fædre
 - Familie-rundbold på skolens græsplæne
 - Besøg en arbejdsplads
 - Fælles cykeltur, overnatning, spisning på skolen, skøjtetur, ”Stropetur”
 - Lav øvelser fra Den Sorte Box – kan også anvendes i forældregruppen som appetitvækkere
- **Rollemodel**
 - Snak positivt om de andre forældre/børn/lærere
 - Vis interesse for skolen og klassen
 - Fortæl den gode historie om klassen. Fokusér på klassens styrker og italesæt dem
 - Vær åben når der opstår konflikt. Lyt og imødekom dit barn. Men husk at der er flere oplevelser af en konflikt. Skal konflikten optrappes eller nedtrappes? Du har et valg!
 - Tilbyd at deltage på klasseseture. Sender signalet: Jeg vil gerne være sammen med jer!
- **Klæde dit barn på til fællesskabet**

- Støt dit barn i at lave aftaler med alle kammerater i klassen – både i skolen og i fritiden
 - Støt dit barn i at reagere – turde gå mod strømmen og ikke bare være passiv tilskuer
 - Når man er sammen : Hvordan er man en god gæst? Hvordan er man en god vært?
- **Samarbejde i forældregruppen**
 - Åben dialog om:
 - Fødselsdagspolitik i klassen
 - Hvordan håndterer vi konflikter blandt børnene?
 - Hvordan er stemningen i klassen? Kan børnene grine sammen eller griner de af hinanden?
 - Lad klassetrivsel være et fast punkt på alle forældremøder
 - Lad børnenes kommunikation (SMS, MNS, Chat) være fast punkt på alle forældremøder.
 - Opstil dilemmaer/ udsagn som diskuteres på forældremøder:
 - ”En mobiltelefon skal slukkes om natten”
 - ”Jeg tjekker mit barns telefon, når han sover. Så ved jeg hvad han laver”
 - ”Det er lærers ansvar at udrede problemer, der opstår i skolen”
 - ”Forældre skal tage medansvar for elevernes samvær – også når børnene er i skolen”
 - ”Mit barn fortæller aldrig noget fra skolen. Hvad gør jeg?”
 - ”Hvad er succeskriteriet for vores klassearrangementer? At alle familier deltager? At alle elever deltager?”
- **Mobning**
 - Tag ansvar og reager
 - Tag mobning alvorligt
 - En passiv indstilling er dybt frustrerende for børnene og kan legitimere mobning
 - Fokuser på løsninger frem for skyld
 - Inddrag de andre voksne

- Støt dit barn
- *Hvis dit barn bliver mobbet*
 - Tag dig god tid til at lytte
 - Tag dit barns historie alvorligt
 - Fortæl barnet at mobningen ikke er acceptabel
 - Støt barnets selvværd – modsig mobbeudsagn
 - Dyrk barnets styrker – skab en positiv historie om barnet
 - Bevar roen – tag ansvaret fra barnet
 - Tag kontakt til lærere og skoleledelse
- *Hvis dit barn mobber eller er medløber:*
 - Undgå at skælde ud
 - Tal åbent med dit barn om mobningen
 - Hjælp barnet til at reflektere over den andens situation
 - Vær opmærksom på om dit barn er presset
 - Find i fællesskab på ideer til bedre måder at være sammen på
 - Hjælp barnet til at bryde mønsteret
 - Tal med lærere og forældre om klassens sociale miljø
- *Hvis dit barn er tilskuer*
 - Ros dit barn for at bryde tavsheden og tage stilling
 - Støt dit barn til at hjælpe, trøste og forsvare
 - Tal om hvad der konkret kan gøres i mobbesituationer
 - Fra sladrehank til modig
 - Fra passiv tilskuer til ridder

Hvis du vil vide mere om mobning

www.bornsvilkar.dk

<http://www.sammenmodmobning.dk>

Ring til ForældreTelefonen 35 55 55 57

Litteratur

”Er du *med* mod mobning?”, DCUM

”Mobbeland”, Birk Christensen & Helle Rabøl Hansen

”Jamen, hvorfor mobber de?” Luise Bæk Iversen & Tanja Kirkegaard

”Mobning, sociale processer på afveje”, Kofoed & Søndergaard