



**«Ikke bare si at det  
kommer til å ordne seg.»**



**Redd Barna**

Elevs stemmer om trivsel og mobbing

# INNHOOLD

Forord.....	3
Innledning.....	4
Elevers rett til å påvirke skolehverdagen sin.....	5
Metode.....	6
Hvordan opplever dine elever skolemiljøet?.....	9
Elevers stemmer om hva som påvirker skolemiljøet.....	10
Hva er bra med skolen?.....	11
Vennskap og trivsel.....	12
Gode og trygge klassemiljøer.....	13
Positiv elevkontakt på nett.....	15
Variert og aktiv læring skaper trivsel.....	17
Elevene kjenner ikke til sine rettigheter.....	18
Hva er utfordringene med skolemiljøet?.....	19
Slik opplever vi utrygge klassemiljøer.....	20
Mobbing tas ikke tak i tidsnok.....	23
Utestengt og ensom i det store fellesskapet.....	26
Baksnakking og stygge kommentarer.....	29
Digital mobbing og skremmende innhold på nett.....	32
Å se barnet bak handlingen.....	34
Ønsker mer tilgjengelige voksne.....	35
For få voksne og for lite lek i friminuttene.....	36
Elevenes 10 tips til bedre friminutt.....	37
Vi blir ikke lyttet til!.....	38
Elevrådet har for liten innflytelse i skolen.....	40
For lite aktiv læring i skolen.....	43
Kjeft og forskjellsbehandling i klassen.....	45
Lekser er en belastning.....	47
Dårlig skoleøkonomi.....	48
Ønske om mer tid til spising.....	48
Lærerne og foreldrene påvirker i stor grad skolemiljøet.....	49
Dette ønsker elevene av læreren.....	50
Foreldre bør være gode rollemodeller.....	56
Dette kan elever selv gjøre for å skape et trygt klassemiljø.....	58
Elevenes anbefalinger til skolen og foreldrene.....	60
Redd Barnas råd til beslutningstakere.....	66
Redd Barnas skolemateriell.....	72
Anbefalte ressurser til bruk i skolen.....	73

# FORORD

Elevene er eksperter på hvordan de har det på skolen, og på hva som gjør at de trives og opplever mestring i hverdagen. Elevene ser dessuten ofte konflikter og mobbing som skjer elever imellom, som kan være vanskelige for lærere og andre voksne å oppdage. Det er derfor viktig at elevene selv får sette ord på hvilke utfordringer de opplever med skolemiljøet. Alle elever bør få mulighet til å komme med forslag til tiltak som kan bidra til å skape trivsel og forebygge mobbing på skolen.

Alle barn har rett til å uttrykke sine meninger og bli hørt i alle saker som angår dem, jf. FNs barnekonvensjon artikkel 12. Redd Barna har besøkt tre klasser på mellomtrinnet ved ti skoler rundt omkring i landet for å høre hvordan elevene opplevde skolehverdagen sin, hva de opplevde som bra, og hvilke utfordringer de opplevde på skolen. Søkelystet har særlig vært satt på trivsel, elevmedvirkning, tilhørighet til klassen og forebygging av mobbing, men skolebesøkene har utviklet seg ulikt etter hva elevene har vært engasjert i og har ønsket å snakke om.

Takk til alle skolene som har tatt oss hjertelig imot. På vegne av elevene som har bidratt, håper vi at deres stemmer og funnene i dette heftet kan bidra til å styrke elevenes trivsel, inkludering og medvirkning på din skole.

Heftet inngår som en del av *Ingen utenfor*, som er Redd Barnas arbeid i skolen for å skape vennskap, trivsel og inkludering og for å forebygge mobbing.

Vi takker Utdanningsdirektoratet for støtte til heftet.

Hilsen Redd Barna

Alle elever har  
rett til eit trygt og godt  
skolemiljø som fremjar helse,  
trivsel og læring.  
*Opplæringsloven § 9A-2*

**Utgiver:** Redd Barna, 2019

**Redaktør:** Anne Elin Kleva

Takk til alle elever som har bidratt med innhold til heftet, og takk til alle skoler som har tatt imot Redd Barna og bidratt til at elevenes stemmer blir hørt.

Redd Barnas *Ingen utenfor*-arbeid er utviklet etter mange års erfaring med å involvere elever, foreldre og lærere i arbeidet med å skape trivsel og et godt skolemiljø.

[reddbarna.no/ingenutenfor](http://reddbarna.no/ingenutenfor)

**Illustrasjoner:** Tomas Drefvelin

**Grafisk design:** Brød&tekst, brodogtekst.no

**Trykk:** 07-Media

# INNLEDNING

Alle barn har rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, trivsel og læring, jf. opplæringsloven kapittel 9A. Å involvere elevene i skolens systematiske arbeid med å fremme trygge klassemiljøer er både klokt og rett. Barns rett til å bli hørt skal gjelde i alle de forhold som berører barn, også på skolen, enten det gjelder undervisningen, fysiske forhold eller det psykososiale skolemiljøet.

Med dette heftet ønsker vi å løfte elevenes stemmer om hva som er bra med skolen, hva elevene mener kan bli bedre, og deres forslag til hvordan skolen kan forebygge mobbing og skape trivsel.

Vi har snakket med hele klasser og med elevråd, og vi har ikke hatt til hensikt å samle inn enkeltelevers fortellinger om alvorlige mobbesaker i dette heftet. Aller mest har vi vært opptatt av elevenes forslag til løsninger.

**Les hvilke tilbakemeldinger vi fikk fra elevene som vi snakket med. Stemmer de overens eller ikke med din opplevelse av skolehverdagen og din rolle som lærer? Hvilke av tilbakemeldingene fra elevene kan du kjenne deg igjen i på din skole?**



## Elevers rett til å påvirke skolehverdagen sin

Barns rett til å uttrykke sine synspunkter og bli hørt i saker som angår dem, er forankret i barnekonvensjonen både som en selvstendig rettighet og som et gjennomgående prinsipp. Barns rett til medvirkning er dessuten nedfelt i opplæringsloven § 1-1 sjetted ledd og i ny Overordnet del – verdier og prinsipper i opplæringen.

Elevmedvirkning innebærer at alle elever skal bli hørt og ha mulighet til å påvirke sin egen skolehverdag på sine egne premisser. Hvis alle elevene opplever at de har reell innflytelse på sin skolehverdag, bidrar det til større trivsel, et mer inkluderende læringsmiljø og bedre faglig utvikling.

For å komme dit må lærerne og skoleledelse legge til rette for at elevene kan ta initiativ, og elevene må få informasjon og støtte på hvordan de kan medvirke, og de må oppleve å bli sett og hørt på ekte. De må også få oppleve at det de bidrar med får innvirkning på det som skjer.

Skolen er en viktig arena for barn fordi barn ikke bare tilegner seg kunnskap der, men også oppfatninger om hva kunnskap og forståelse er, og hva det vil si å lære. Skolen er også barns viktigste sosiale arena for å lære å være sammen med andre, samarbeide om oppgaver, dele kunnskap og erfaringer. Da er det viktig at skolemiljøet oppleves som et trygt fellesskap for alle elever der det er lov å prøve ut egne tanker og ideer uten å få vite at det er «feil».

### INFO

«Skolen skal være et sted der barn og unge opplever demokrati i praksis. Elevene skal erfare at de blir lyttet til i skolehverdagen, at de har reell innflytelse, og at de kan påvirke det som angår dem. De skal få erfaring med og praktisere ulike former for demokratisk deltakelse og medvirkning, både i det daglige arbeidet i fagene og gjennom for eksempel elevråd og andre rådsorganer. Dialogen mellom lærer og elev, og mellom skole og hjem, må være basert på gjensidig respekt. Når elevenes stemme blir hørt i skolen, opplever de hvordan de selv kan ta egne bevisste valg. Slike erfaringer har en verdi her og nå, og forbereder elevene på å bli ansvarlige samfunnsborgere.»

*Utdrag fra ny Overordnet del – verdier og prinsipper i opplæringen kap. 1.6 Demokrati og medvirkning.*

## Metode

Redd Barna har besøkt ti skoler med god geografisk spredning og i alle landsdeler, og med ulikt elevtall, og på hver skole har vi snakket med elever på 5., 6. og 7. trinn for å innhente innspill fra elevene om hvordan skoler kan forbedre det psykososiale miljøet for elevene. På noen av skolene har vi også hatt samtaler med elevråd. Til sammen har vi snakket med 850 elever.

Gjennom bruk av ulike skriftlige og muntlige aktiviteter, og gode samtaler med elevene i ring, har elevene fortalt oss om hva de opplever som bra med skolen, og hvilke utfordringer de opplever i skolehverdagen. Elevene snakket om hvordan de opplevde klassemiljøet, hva som skapte uro, og hva som skapte trivsel i klassen, undervisningen, friminuttene, hva en god venn er, hva en god lærer er, foreldres ansvar, kontakten på sosiale medier, spill og mye mer.

Vi utfordret elevene på hva de mener skaper en trygg skole, og vi kartla hvordan det sto til med elevmedvirkning og elevråd i klassene vi besøkte. Hver klasse fikk utdelt et fiktivt kart over skolen og området rundt, der elevene skulle tegne smile- og surefjes på de områdene de opplevde som trygge eller ikke på skolen, på skoleveien og sosiale medier.

Elevene fikk også utdelt et skjema med påstander om hvordan de opplevde timene og klassen sin, om de fikk påvirke skolehverdagen, og hvordan de opplevde elevrådsarbeidet på skolen. Se kartet og skjemaet på de to neste sidene. Bruk dem selv i din klasse, ved å laste dem ned fra [reddbarna.no/ingenutenfor](http://reddbarna.no/ingenutenfor)

Til sist ba vi elevene skrive ned råd til voksne om hva vi kan gjøre for å skape trivsel og forebygge mobbing i skolen.

BESTILL

### Elevmedvirkning: Å bli inkludert, verdsatt og hørt

Redd Barna har i samarbeid med Barneombudet, Elevorganisasjonen, UNICEF, Barne- og ungdomsorganisasjonene i Oslo (Ungorg), Voksne for Barn og Foreldreutvalget for grunnopplæringen (FUG) og Elev- og lærlingombudene laget et informasjonshefte om elevmedvirkning.

Se elektronisk versjon av heftet her:

[reddbarna.no/elevmedvirkningshefte](http://reddbarna.no/elevmedvirkningshefte) eller bestill på [reddbarna.no/skole](http://reddbarna.no/skole)



Her ser du skjemaet med påstander, som alle elever svarte på:

FNs barnekonvensjon artikkel 12:

## Alle barn har rett til å si hva de mener, og meningene deres skal bli tatt på alvor

Det betyr at du har rett til å si meningene dine både om det som skjer på skolen, i familien din og i det samfunnet du lever i. Du skal ikke bli tvunget til å si hva du mener, og ingen kan bestemme hva du skal mene. Når du sier det du mener, skal du bli lyttet til og meningene dine skal bli tatt på alvor.

**Huk av på JA eller NEI om du opplever at påstandene stemmer for deg!**

<b>Lærerne lytter til det jeg har å si, og jeg trives på skolen</b>	<b>JA</b>	<b>NEI</b>
Jeg tør å si det jeg mener høyt i klassen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan være meg selv i klassen og jeg føler meg trygg i klasserommet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg opplever at de voksne er interessert i hva jeg mener om viktige saker.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg er med og skaper et godt klassemiljø.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lærerne og de voksne tar ansvar for at vi har det fint i klassen vår.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det er lett å leke med de andre i klassen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg hjelper andre elever i timen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan bidra med ideer og forslag til læreren min om hvordan vi skal jobbe med fagene.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Læreren spør meg om hva jeg synes om leksene som vi har på arbeidsplanen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Læreren hører på hvordan jeg føler det går med meg i de ulike fagene.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Jeg synes at elevrådet fungerer bra og det er lett å ta opp saker</b>	<b>JA</b>	<b>NEI</b>
Jeg vet hva elevrådet er, hvem de er og hvordan jeg kan ta opp saker til elevrådet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Når vi har valg til elevråd er det rettferdig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg opplever at vi får tid i klassen til å høre hva elevrådet har å si og til å ta opp nye saker som vi er opptatt av.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg forstår hva elevrådet snakker om, når de tar opp saker i klassen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg tror at elevrådet kan påvirke det som skjer på skolen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Hvordan opplever dine elever skolemiljøet?

For å skape et trygt klassemiljø, er det viktig å spørre elevene ofte om hvordan de har det, hvilke utfordringer de opplever med skolemiljøet og hvilke forslag til tiltak de har til å skape trivsel og forebygge mobbing. I tillegg er det viktig å snakke ofte sammen med kollegaer for å avdekke utfordringer og mobbing som skjer på skolen.



**Her er forslag til spørsmål som du kan diskutere med kollegaer:**

- Spør vi ofte elevene våre om hva de mener er bra med skolen og hvilke ting de opplever som utfordrende og vanskelig?
- Kjenner vi oss igjen i de utfordringene som elevene har fortalt om i heftet?
  - Involverer vi elevene i arbeidet med å skape trygge klassemiljøer?
    - Får vi alle elevene til å delta i dette arbeidet?
  - I hvor stor grad har vi mobbing, utestengelse og uro i klassen?
  - Er vi flinke til å lytte og gjøre noe med det elevene forteller oss?
  - Hvordan gjennomføres inspeksjon her på skolen og er vi flinke nok til å bry oss om det som skjer i skolegården? Har vi nok voksne ute?
  - Hvordan opplever elevene våre undervisningen i timene?
  - Hvordan fanger vi opp de ensomme elevene?
  - Hvordan tar vi vare på elever som skaper uro i timene?
  - Tror dere våre elever opplever forskjellsbehandling i timene?
  - Reagerer vi likt på de samme handlingene til gutter og jenter?
  - Hvordan kan vi på best mulig måte tilrettelegge spising så elevene får et godt samhold og tid til å spise uten stress?
- Kunne vi valgt ut noen satsingsområder det neste skolesemesteret på hvordan vi kan involvere elevene i arbeidet med å skape et trygt og inkluderende skolemiljø?
- Hvordan kan vi legge til rette for at elevrådet i større grad fanger opp hva som er viktig for elevene, og at de får reell innflytelse på hvordan skolemiljøet er?
- Hva trenger vi av ledelsen ved skolen for å involvere elevene i det daglige arbeidet med undervisningen og skolemiljøet?

### TIPS!

Last ned en PDF-fil som heter *Ressursark til Elevers stemmer om trivsel og mobbing*, for å kunne bruke det fiktive skolekartet og andre aktiviteter i din klasse for å kartlegge hvordan dine elever opplever klassemiljøet.  
[reddbarna.no/ingenutenfor](http://reddbarna.no/ingenutenfor)

## Elevers stemmer om hva som påvirker skolemiljøet

Her ønsker vi å trekke fram det viktigste av hva elevene snakket om og engasjerte seg i. Under skolebesøkene definerte ikke Redd Barna hva trivsel eller mobbing var, men det var elevene som skulle trekke fram hva de opplevde som bra med skolen, og hva de opplevde som dårlig.

Her har vi derfor satt opp de hovedtemaene som elevene mente fremmet og hemmet trivsel i klassen, og hva som kunne føre til uro, mobbing og utrygghet i klassen.



### Hva fremmer trivsel og et trygt klassemiljø?

- Godt vennskap mellom alle elevene i klassen
- Å bli hørt og få mulighet til å påvirke alt som skjer på skolen
- Klassemøter og tid til å snakke sammen
- Mer lek på tvers av kjønn og grupperinger, skaper bedre samarbeidskultur og rom for å feile
- Lærere som ser elevene, hører på dem og er snille og rettferdige.
- Lærere som griper inn i konflikter og stopper mobbing tidlig, samt slår ned på negative kommentarer
- Lærere som underviser på en måte som elevene forstår
- Mer lek og variert undervisning. Fysisk aktivitet og praktiske og estetiske fag på alle trinn
- Mer tid og ro til å spise sammen, og flere og lengre friminutt
- Flere oppmerksomme voksne og trivselsledere ute i friminuttene
- Foreldre som bryr seg, og som samarbeider godt med hverandre



### Hva skaper et dårlig miljø og mobbing i klassen?

- Mobbing, inkludert utestengelse og baksnakking
- Negative kommentarer og stygt språkbruk både fra barn og voksne
- Digital mobbing
- Ensomhet og ikke-tilhørighet
- Når elever ikke blir hørt når de sier ifra
- Når voksne ikke tar tak i konflikter med en gang, men griper inn og håndterer dem altfor sent
- Når voksne ikke klarer å løse situasjoner på en god måte
- For mye kjefting fra de voksne
- Forskjellsbehandling i klassen og lærere som favoriserer enkeltelever
- Mye stillesitting og lite variert undervisning, som skaper uro
- Dårlig samarbeid mellom foreldrene

## HVA ER BRA MED SKOLEN?

Mange elever trives godt på skolen. Da Redd Barna spurte elevene om hva som gjorde skolen bra, og hva som gjorde at de gledet seg til å gå på skolen hver dag, var det flere ting som gikk igjen. Men for alle skolene vi besøkte, var det særlig to ting som telte mest, nemlig å få være sammen med gode venner og å ha snille og rettferdige lærere.

«Klassen er tøysete og fin»  
Elev i 7. klasse

«Jeg har det bra på skolen siden jeg har mange gode venner og flotte lærere.»  
Elev 7. klasse



## Vennskap og trivsel

«Jeg trives veldig godt på skolen, fordi jeg har venner jeg kan være med i friminuttene og overalt. Så jeg koser meg på skolen.»

*Elev 7. klasse*

«Det som er dårlig med denne skolen, er ingenting, fordi denne skolen er så bra!»

*Elev 5. klasse*

Vennskap imellom elevene betydde svært mye for elevenes trivsel på skolen. Elever ved samtlige skoler trakk fram at det å få tid til å være sammen og leke med venner på skolen og på fritida, var viktigst for dem. Ofte var det venner de snakket først med, hvis de trengte noen å være fortrolige med. Elevene mente de fleste på skolen behandlet hverandre bra.

Da vi spurte elevene om hva som kjennetegner en god venn, svarte de at det er en som:

**bryr seg** er morsom

man kan gå til for å prate med

**trøster** gir komplimenter

**er snill** blir med og leker hvis du spør

**passer på deg** er omsorgsfull

ikke sier hemmeligheter videre til andre venner og foreldre holder avtaler

**ikke baksnakker deg**

sier imot baksnakking

«Jeg har mange venner her. Lærerne er veldig snille, og de lærer oss veldig bra.»

*Elev 7. klasse*

«Å leke med venner som jeg ikke møter i helgene.»

*Elev 5. klasse*

«Jeg liker denne skolen, fordi det er veldig mye vennskap.»

*Elev 7. klasse*

«Jeg synes skolen er bra, for jeg lærer så mye der. Også fordi jeg ikke blir mobbet.»

*Elev 5. klasse*

«Vi har det som oftest bra på skolen. Alle har venner. Lærerne hjelper deg.»

*Elev 5. klasse*

## Gode og trygge klassemiljøer

«Jeg og vennene mine har det bra. Alltid noen å være sammen med i friminuttene, gode lærere, godt undervisningsopplegg, god trivsel.»

*Elev 7. klasse*

«Jeg har ekte venner som alltid er der for meg når jeg ikke har det bra.»

*Elev 5. klasse*

Hva betyr trygge og gode klassemiljøer ifølge elevene selv? Elever som fortalte at de hadde et godt klassemiljø, var tilfredse med skolehverdagen, og de opplevde at det var lett å si ifra hvis det var noe

galt. De mente det var viktig å være hyggelige mot hverandre, og de sa at det er få som mobbet og ertet hverandre. I de klassene hvor det var godt miljø, var elevene også mer positive til fagene og timene på skolen.

«Jeg trives på skolen og har det bra. Alle i klassen er gode venner, så alt er bare bra.»

*Elev 7. klasse*

«Det er så stille i klassen og godt miljø, og det liker jeg.»

*Elev 7. klasse*



«Alle kan snakke med lærere om de har det vondt hjemme.»

*Elev 7. klasse*

«Lærerne er flinke til å se hvis noen er lei seg.»

*Elev 7. klasse*

Læreren er i følge elevene selv den voksenpersonen som påvirker klassemiljøet i størst grad. Det betyr mye for klassemiljøet at elevene har en lærer som ser dem, hører på dem, og som er snill og rettferdig. For de elevene som har det vondt hjemme, er læreren spesielt viktig. Les mer om hva elevene ønsker av læreren sin, på s. 50.

«Det er ikke så mange her, og det er lettere å få venner her. Jeg føler meg trygg, fordi jeg vet at klassen bryr seg om meg.»

*Elev 7. klasse*

«Vi er litt for mange i klassen, og det blir veldig fort bråkete her.»

*Elev 6. klasse*

«Mange elever gjør at det blir flere å leke med.»

*Elev 5. klasse*

Mange elever mente at klassestørrelse spilte inn på hvordan klassemiljøet var, og om det var uro i klassen.

Klassene Redd Barna besøkte, hadde ulike størrelser. De elevene som hadde få i klassen, opplevde det som en fordel at de var få elever i klassen. Samtidig fortalte elevene at det var fint å ha mange elever på skolen, for da ble det flere elever å leke med.

«Det er bra at skolen har trivselsledere, og at de fleste har venner.»

*Elev 5. klasse*

Flere elever poengterte at ordningen med trivselsledere, som setter i gang aktiviteter i friminuttene, førte til et bedre skolemiljø. Gode faddere var viktig for at elever som begynte på skolen deres, skulle trives der. Elever i noen få klasser problematiserte fadderordningen på skolen, og fortalte blant annet:

«Noen fadderbarn angriper og slår fadderne sine, og det er ikke særlig hyggelig for fadderne.»

*Elev 6. klasse*

«Jeg så noen faddere som lærte fadderbarna sine å lekesloss. Jeg sa ifra til læreren, men det var mot slutten av friminuttet, så han fikk ikke tatt tak i det.»

*Elev 5. klasse*



## Positiv elevkontakt på nett

«Jeg har mye kontakt med de andre på sosiale medier. Men ikke med alle.»

*Elev 7. klasse*

I stort sett alle klassene vi besøkte, hadde de fleste kontakt med hverandre på spill og sosiale medier etter i fritiden. I noen klasser hadde alle Snapchat, og i andre klasser hadde to tredjedeler det. Det var forskjeller mellom klassene i hvor stor grad de brukte sosiale medier som kontaktforum alle elevene imellom.

«Jeg får ikke lov å se på telefonen min når jeg legger meg, men jeg gjør det allikevel. Minst en time.»

*Elev 7. klasse*

«Jeg får ny hund av foreldrene mine i dag, og det gjør jeg fordi jeg skal bruke mindre tid på skjerm.»

*Elev 7. klasse*

Elevene brukte mye tid på skjerm etter skoletid. Svært mange elever bruker mer enn tre timer på internett etter skoletid. Mange enda mer. I en klasse brukt sju elever over 5 timer på skjerm etter skoletid på hverdager.

Hvor mye tid elevene brukte på mobil og nett, begrenset seg etter om hvorvidt elevene hadde andre fritidsaktiviteter den dagen eller ikke, og etter hvilke grenser foreldrene satte på hvor lang tid de fikk bruke på mobil, nett og sosiale spill.

I klasser der elevene fortalte om godt foreldresamarbeid, hadde elevene klarere grenser på skjermbruk enn i de klassene der elevene snakket om at foreldrene hadde mindre samarbeid og kontakt.

«Vi leker ikke. Men vi leker sammen over nettet.»

*Elev 7. klasse*

«I går spilte jeg i 7 timer etter skoletid.»

*Elev 5. klasse*

I de klassene hvor det var godt miljø, fortalte elevene at det også er et godt miljø blant elevene på sosiale medier. I de samme klassene var det også større bevissthet om at man skal spørre andre om de kan legge ut bilder av dem, og at det ikke er greit å skrive stygge kommentarer på andres bilder eller profiler. De hadde også lavere terskel for å si ifra til en voksen hvis de opplever noe skummelt på nett eller mobbing på sosiale medier.

Mange elever opplevde fellesskap og vennskap gjennom å spille spill som for eksempel Fortnite, og mange mente de klarte å skille mellom det som skjer i spillet, og hvordan de var med hverandre i skolegården. Men noen elever var uenige, og mente at spillingen påvirket språket deres og hvordan de snakket sammen.

### TIPS!

Bestill Redd Barnas *Ingen utenfor*-materiell for å involvere elevene i arbeidet med å skape et trygt klassemiljø.  
[reddbarna.no/ingenutenfor](http://reddbarna.no/ingenutenfor)



Mange elever snakket mye sammen på Fortnite. I flere klasser var det over halvparten som spilte ofte. De fleste av brukerne var gutter, men noen jenter spilte også, gjerne da i de klassene der elevene snakket om bedre vennskap på tvers av kjønnene.

«Jeg kan ikke si at jeg har møtt noen slemme på spill.»

*Elev 6. klasse*

«Jeg får ikke spille med noen jeg ikke kjenner. Jeg spiller kun med venner.»

*Elev 5. klasse*

De fleste elevene som spilte Fortnite, var klare på at de ikke skulle spille med folk de ikke kjente, men at de

kunne spille med venner fra skolen eller andre de kjente. Samtidig kom det opp at noen hadde vært utsatt for motspillere som tydelig hadde vært voksne som ønsket kontakt med barn på spillet. Da var elevene imidlertid flinke til å blokkere dem eller «mute» dem.

Les mer om negative erfaringer elever hadde med sosiale medier og spill, under avsnittet *Digital mobbing og kontakt på sosiale spill* på s. 32.



«Vi tuller bare på Fortnite. Vi veit hvem som ikke tåler det.»

*Elev 6. klasse*

## TIPS!

Bestill Redd Barnas nettvettmateriell for å jobbe med nettvett og digital dømmekraft i klassen. [reddbarna.no/nettvett](http://reddbarna.no/nettvett)

## Variert og aktiv læring skaper trivsel

«Det er bra at man kan lære om forskjellige fag. Og at vi kan møtes og ha det artig og leke, og at vi kan bli bedre på ting som for eksempel matte, naturfag og KRLE.»

*Elev 5. klasse*

«Vår lærer bruker elevene til å lære bort ting. For eksempel en gang kom fire elever opp, og hver elev skulle være noe – sola, jorda, månen og sånn.»

*Elev 7. klasse*

«De voksne er flinke til å lære bort og forklare.»

*Elev 7. klasse*

Elever som trivdes godt på skolen, snakket om at de også hadde lærere som var flinke til å lære bort og forklare. Elevene likte å lære nye ting, men det var viktig for dem at undervisningen er variert, og elevene ville gjerne lære gjennom lek og fysisk aktivitet. Mange elever trakk fram at lærerne som er snille og morsomme, er med på å skape en god skolehverdag. Noen elever fortalte at de likte å bli stilt krav til, og at lærerne har forventninger til dem.

«Vi har noen snille voksne som leker og lærer oss kule, morsomme og nye ting.»

*Elev 7. klasse*

«I naturfagtimene vil vi helst ut og lære om naturen. Da vil vi huske godt.»

*Elev 7. klasse*

«Det er bra at det er internasjonal uke.»

*Elev 5. klasse*

«Det er bra at vi har fysisk aktivitet. For ellers hadde mange flere elever vært veldig urolige.»

*Elev 5. klasse*

Elevene likte godt å ha lengre prosjekter eller temadager, og de skulle gjerne hatt mer av det. Best av alt likte elevene de praktiske og estetiske fagene, som gym, kunst og håndverk, mat og helse. Elevene mente dette er fag som bidrar positivt til klassemiljøet og til mindre uro, og de ønsket å ha fagene hvert år.

«Jeg vil ha mer Kunst & Håndverk»

*Elev 5. klasse*

## Elevene kjenner ikke til sine rettigheter

På samtlige skoler kjente ikke elevene til opplæringsloven og da særlig kapittel 9A, som dreier seg om at alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, trivsel og læring. Da vi spurte om de visste hva skolen er pliktet til å gjøre hvis en elev opplever eller sier ifra om mobbing, eller om de visste om klageretten deres til rektor eller

fylkesmannen, var det ingen som kjente til dette.

Redd Barna kjenner til rutinen skoler har om å informere foreldrene om aktivitetsplikten og klageretten på høstens foreldremøte, men vi spør om skolene har glemt å informere godt nok elevene selv?



«Når ein elev seier at skolemiljøet ikkje er trygt og godt, skal skolen så langt det finst eigna tiltak, sørgje for at eleven får eit trygt og godt skolemiljø. Det same gjeld når ei undersøking viser at ein elev ikkje har eit trygt og godt skolemiljø.»  
*Opplæringsloven kapittel 9A-4 fjerde ledd*

«Skolen skal informere elevane og foreldra om rettane i dette kapitlet. Skolane skal òg informere om aktivitetsplikta etter §§ 9 A-4 og 9 A-5 og om høvet til å melde saka til Fylkesmannen etter § 9 A-6.»  
*Opplæringsloven kapittel 9A-9 første ledd*

## HVA ER UTFORDRINGENE MED SKOLEMILJØET?

Her kan du lese om hvilke utfordringer elevene opplever med skolehverdagen, og hva de mener må til for at de skal oppleve mindre mobbing og bedre trivsel på skolen.

Under skolebesøkene definerte ikke Redd Barna hva mobbing eller utrygge klassemiljøer var, men når elevene selv snakket om når de ikke hadde det bra på skolen eller brukte begrepet mobbing, var det flere temaer som gikk igjen på de fleste skolene som du kan lese om i dette kapitlet.



## Slik opplever vi utrygge klassemiljøer

«Elever må bli flinkere til å invitere med inn i leken. Ikke bare være venn med de du synes er kule.»

*Elev 7. klasse*

«Det som ikke er så bra, er at jentene kan fort bli sure, hvis noen leker mye sammen uten en ordentlig grunn.»

*Elev 7. trinn*

«Det er dårlig at folk skal tøffe seg og få andre til å mobbe folk.»

*Elev 7. klasse*

I noen klasser fortalte elevene om et utrygt miljø, hvor de opplevde mobbing og uro med mye baksnakking, utestengelse og stygge kommentarer. Flere elever i de samme klassene mente at det kunne være tøft å mobbe, og at de populære hadde lettere for å få venner og unngå å bli mobbet selv.

«Jeg trives i klassen, men ikke alltid så trygg fordi alle kommenterer på hverandre.»

*Elev 7. klasse*

«Ha klassemøter der alle i klassen snakker om hva de kan gjøre for å få et bedre klassemiljø.»

*Elev 6. klasse*

«Godkjenn forskjellene mellom folk.»

*Elev 6. klasse*

Mange elever påpekte at de ble slitne av stygge kommentarer og

flere opplevde at de ikke kunne være seg selv i klassen. De samme elevene opplevde at det ikke alltid var like lett å leke og være sammen med de andre. Elevene ønsket mer tid til å snakke sammen om hvordan de har det i klassen, og flere elever mente det er viktig at elevene burde bli mer tolerante overfor hverandre og godkjenne at elevene er forskjellige.

«Ha mer lek i timen sånn at vi leker sammen.»

*Elev 5. klasse*

«Jeg blir vanligvis aldri valgt når det er gruppearbeid med to og to.»

*Elev 7. klasse*

Elevene mente at en viktig faktor for å få til et godt klassemiljø og for å forebygge mobbing var at læreren klarte å få elevene til å fungere godt sammen i klassen som et fellesskap der alle følte seg inkludert, og at læreren var oppmerksom på dette hele tiden. Dette kunne lærerne blir flinkere til, mente de, og elevene ønsket også mer tid til å snakke og leke sammen i klassen utenom friminuttene. Når det gjaldt samarbeid i klassen, fortalte noen elever at de aldri ble valgt når det skulle være gruppearbeid med to og to.

«Ikke flinke til å leke på tvers – mest gutter og jenter.»

*Elev 5. klasse*

«Hvis en jente snakker med en gutt. Så blir det fort at noen snakker om det, ikke sant?»

*Elev 6. klasse*

«Lærerne er ikke flinke til å blande jenter og gutter i grupper.»

*Elev 5. klasse*

«Hvis jeg hadde lekt med en jente i klassen i friminuttet, hadde jeg sikkert blitt mobbet for det resten av skoleåret.»

*Elev 6. klasse*

I de klassene der elevene opplevde stor uro, mye baksnakking og utestengelse, sa elevene at jentene og guttene var mer sammen hver for seg. I de samme klassene kunne man bli mobbet hvis man var gutt og lekte med jenter - og motsatt. De elevene som ga uttrykk for at de hadde et godt klassemiljø, fortalte derimot at de var gode på å leke og samarbeide på tvers av kjønn.

«At gutter og jenter leker bra sammen.»

*Elev 7. klasse*

«Jeg synes vi skulle hatt lekegrupper to eller tre ganger i uka. Fordi jeg føler at det alltid er noen jenter som leker gruppevis hver dag sammen, mens jeg skulle ønske at man burde lekt mer sammen på tvers.»

*Elev 6. klasse*

Elevene opplevde også at det var vanskelig å leke med andre som var med i en gruppe, som de kalte det,

enten om det var en gruppe venner i klassen eller en gruppe venner på skolen på tvers av klasser. I de klassene som elevene påpekte dette som et problem, snakket de også om at det ikke var så godt klassemiljø.

«Jeg tør ikke si ting høyt, for jeg er redd jeg gjør feil, og at andre skal le.»

*Elev 5. klasse*

«Man må være lik de andre, eller så gidder de ikke å leke med deg.»

*Elev 5. klasse*

«Hvis man ikke vil, så må man ikke prate.»

*Elev 6. klasse*

I noen klasser ga flere elever tilbakemelding på at de ikke turte si høyt i klassen hva de mener. Noen fortalte at de syntes det var skummelt både fordi de ikke visste hvordan læreren ville reagere, og fordi de var redde for at medelever skulle le.

«Jeg trives i klassen, fordi jeg har så mange venner her. Det eneste problemet her er at det er så mye støy i klassen.»

*Elev 7. klasse*

«5. klasse var verst. Begge lærerne våre var sykmeldte. Da fikk vi inn nye vikarer nesten hver uke, og ingen fulgte med. Det ble mer kaos i timen.»

*Elev 7. klasse*

«Sliti med mange forskjellige lærere og utskifting av lærere. 6 lærere i løpet av de første fire årene.»

*Elev 7. klasse*

I klasser som hadde hatt stor utskifting av lærere og mye bruk av vikarer, opplevde elevene at støy i klassen var et stort problem, og at det krevde altfor mye oppmerksomhet.

Elevene mente at det ville blitt roligere i klassen hvis de hadde hatt en lærer fast gjennom flere år, så lenge læreren var snill, rettferdig og flink til å se elevene som de er.

«Noen lærere er ikke særlige hyggelige, og det er også noen som alltid tar jenters parti.»  
*Elev 7. klasse*

«En lærer kalte broren hans for analfabet. Og en annen i klassen for idiot. Og så sa hun at XX var dum i klasserommet. Og så dyttet hun meg inn i et skap da jeg ikke klarte en oppgave på mat og helse.»  
*Elev 7. klasse*

«En lærer satte seg oppå en av elevene og rev i stykker tegningen til en annen elev.»  
*Elev 7. klasse*

I noen få klasser, var det en eller flere lærere som førte til utrygt klassemiljø. Elever på en skole hadde opplevd at læreren angrep elever fysisk. «Voksne må slutte å angripe elevene», ba

mange av elevene om. «Ikke bruk vold. Vær snill», var ett av rådene til lærere som elevene skrev ned mot slutten av dagen.

Øvelsen med det fiktive skolekartet viste at mange elever opplevde skolen som trygg. Allikevel opplevde noen elever at klasserom, ganger, gymsal, skolegård og internett kunne være både trygge og utrygge steder å være, eller bare utrygge. Elevene mente de voksne på skolen måtte være mer oppmerksomme og være alle steder der elevene oppholdt seg.

«En gang ble halve klassen kastet av bussen og måtte gå langt hjem, fordi noen hadde tullet med stoppknappen.»  
*Elev 6. klasse*

Flere elever opplevde skoleveien som utrygg. På en skole foreslo elevene at skolebussen burde være gratis for alle elever, uavhengig av hvor langt unna skolen de bodde. Noen elever hadde opplevd å bli avvist av bussjåføren hvis de ikke hadde penger til billett, og at de måtte gå hjem.

«Voksne må snakke sammen for at utenforskap ikke skal skje.»  
*Elev 5. klasse*

## Mobbing tas ikke tak i tidsnok

«Vær alltid nærme barna. I tilfelle det skjer noe.»  
*Elev 5. klasse*

«Voksne må være flinke til å gripe inn hvis det er noe som ikke er bra.»  
*Elev 5. klasse*

«Jeg gruer meg til å gå på skolen. Jeg blir mobba og har sagt ifra til alle voksne på skolen. De har ikke gjort noe. Jeg har blitt mobba i seks til sju år, og blir det fortsatt.»  
*Elev 7. klasse*

«Jeg lærte på skolen at jeg ikke skal bry meg om andre. Dette var i gymmen; da sa læreren at vi ikke skal bry oss om hva andre gjør. For eksempel hvis andre blir mobbet.»  
*Elev 6. klasse*

Mange elever opplevde at lærerne og andre voksne på skolen ikke tar mobbing alvorlig nok. Det var mange elever som ga tilbakemelding på at de ikke opplever å bli hørt eller trodd på når de sier ifra om mobbing og at de ikke har det bra på skolen, og som mente de voksne bagatelliserer det elevene forteller.

Tilgjengelige og nære voksne som ser hva som skjer, og som griper inn med en gang, er svært viktig for å stoppe mobbing, ifølge elevene selv.

«Bry dere mer. Ikke bare si at det kommer til å ordne seg. Vær strengere når det gjelder mobbing.»  
*Elev 7. klasse*

«Det som er dårlig, er at når noen krangler og voksne kommer inn for å prøve å løse det ved å si at vi må fikse det selv, så blir det verre. Og når de hører en fortelling, så kan det skje at den personen lyver om noe, da kan det hende at en voksen tror på den personen.»  
*Elev 7. klasse*

«Voksne kan ta tak i ting med en gang i stedet for å drøye ting.»  
*Elev 7. klasse*

Elevene mente lærere ofte ikke tok tak i konflikter tidlig nok, og at de ikke klarte å håndtere og stoppe mobbing. Derfor mente flere av elevene at de i mindre grad sa ifra til læreren hvis det skjedde noe vondt, fordi det ikke ville ha endret noe til det bedre. Elevene hadde langt lavere terskel for å snakke med medelever om det som hadde skjedd, eller si ifra til foreldrene sine.



«Elevane skal få ta del i planlegginga og gjennomføringa av arbeidet for eit trygt og godt skolemiljø.»  
*Opplæringsloven kapittel 9A-8 første ledd*

«Skolen gjør for lite for å stoppe mobbingen.»

*Elev 5. klasse*

«Ikke gå forbi et barn som blir mobbet.»

*Elev 5. klasse*

«Lærerne har ikke hjulpet til med konflikter mellom elevene før i femte.»

*Elev 7. klasse*

Elevene sa det var viktig at lærerne følger bedre opp konflikter hele tiden, og at de klarer å finne gode kompromisser når det blir konflikt. Lærerne burde også mer oppmerksomme på å følge opp i etterkant, så ikke konfliktene blusset opp igjen.

Gjennom samtaler viste det seg at i mange klasser hadde elevene erfart at det hadde vært et skille før og etter ved lærerskifter, der læreren de hadde fått, hadde vært langt flinkere til å ta tak i konflikter og stoppe dem før de utviklet seg til mobbing.

«Snakk med medelevene og prøv å få dem til å stå opp for mobbeofferet for å få mobbingen til å slutte.»

*Elev 7. klasse*

«Jeg har blitt mobbet siden 3. klasse med den personen som sluttet på skolen i år. Jeg slet med skolen pga. det som har skjedd, og har ikke hatt det bra, fordi ingen tok tak i det før jeg gikk i 6. klasse.»

*Elev 7. klasse*

«Lærerne sier at vi skal ha jentemøte. Men det har vi aldri hatt.»

*Elev 5. klasse*

Elevene mente at lærerne måtte bli flinkere til å snakke mer kontinuerlig med elevene om hvordan de har det på skolen, og at hvis elevene opplevde at de ville bli lyttet til, så ville de også i større grad tørre å si ifra.

«Kanskje bruke 15 minutter en dag i måneden på å spørre hver elev hvordan den har hatt det de siste ukene, så hvis det har vært mobbing, så kan de stoppe forttere enn å vente til man tør å si ifra.»

*Elev 6. klasse*

«De kan ha flere samtaler med oss om hvordan vi skal være mot hverandre.»

*Elev 5. klasse*

«Si stopp, ringe til foreldrene til mobberne og hør på hvert eneste ord barna sier!!! Det gjør ingen jeg har møtt.»

*Elev 5. klasse*

Elevene mente det hadde liten hensikt å la en elev som hadde blitt mobbet, sitte sammen med de som hadde mobbet dem, når læreren skal forsøke å håndtere situasjonen.

Noen elever påpekte at hvis mobbingen fikk foregå i for lang tid uten at den ble stoppet, eller håndtert feil, ville det nærmest være umulig for de voksne å stoppe mobbingen.

«Det er vanskelig å prate med de som plager deg, direkte.»

*Elev 7. klasse*

«Det hjelper ikke å si ifra til læreren. Hvis de personene ikke kommer overens allikevel. Lærerne prøver så godt de kan, men de får det ikke til.»

*Elev 7. klasse*

Noen tiltak skoler bruker for å skape vennskap og motvirke ensomhet, kan virke mot sin hensikt. Vennebenk er en egen benk i skolegården der elever som ikke har noen å leke med,

kan sette seg, og andre elever skal da komme bort og spørre om de vil være med og leke. På én skole mente elevene i flere klasser at vennebenk virket mot sin hensikt. Dette er et godt eksempel på at det er viktig å høre med elevene om hvordan de opplever tiltak skolen setter i gang, for å få tilbakemelding om det fungerer godt eller ikke.

«Terskelen er høy for å sette seg på vennebenken. Det er flaut å sette seg der.»

*Elev 7. klasse*

### Samtale med noen elever i 7. klasse

Elev 1: I fjor hadde vi den mobbingen.

Redd Barna: Hva er en mobbing?

Elev 1: Da står vi i ring, og viser hva mobbing er.

Elev 2: Det som var dumt, var at læreren vår ikke brydde seg om det, så vi fikk ikke gjort det.

Redd Barna: Var det mange her som gjorde det her? Hvordan opplevde dere at mobbingen fungerte? Lærte dere noe av det?

Elev 3: Jeg syntes det fungerte, fordi vi hadde godt rollespill. Vi så veldig godt at det er ikke sikkert at man ser det så tydelig, men at man ser at det er utestenging.

Elev 4: I vår klasse ble det ikke veldig seriøst, fordi folk tok sjansen til å tulle så veldig og ha det gøy, så da ødela de egentlig så vi ikke fikk gjort det. Så hver gang vi gjør det i vår klasse, så fungerer det aldri.

Elev 5: Læreren vår hadde vært streng i forkant på at de som ble valgt ut til å gjøre det, kunne ikke tulle, hvis de tullet, ville de bli byttet ut, og da tok alle det seriøst. For det er dumt hvis noen utnytter situasjonen og tuller.

Elev 6: I vår klasse syntes jeg det fungerte veldig bra. Vi var veldig snille og så på det de gjorde.

Elev 7: I vår klasse fungerte det bra, fordi vi kunne selv skjønne hvilken person vi var i den mobbingen.

## Utestengt og ensom i det store fellesskapet

«Noen er ikke hyggelige. Føler at de som ikke er snille, ikke ser meg.»

*Elev 7. klasse*

«At jeg noen ganger føler meg ensom. At noen tror jeg sier slemt om dem.

At jeg noen ganger blir glemt. At ingen spør meg. Jeg blir ikke invitert til gøyete ting bortsett fra én gang.»

*Elev 6. klasse*

Flere av elevene fortalte at de opplevde utestengelse ved at de stadig ikke ble sett av sine medelever, ikke ble bedt med på sosiale ting, ikke ble lagt til i grupper på sosiale medier, ikke ble snakket til, ikke spurt og ikke hadde noen å være med i friminuttene. Som en sjetteklassing skrev ned på en lapp da hun skulle skrive hva som ikke var bra med skolen:

«Mange utestenger, og lærerne kan bli sinte på hele klassen selv om det bare er noen som har snakket. Det kan føre til at andre kan få en skyldfølelse.»

*Elev 7. klasse*

«Viktig å si ifra hvis du ser noen som blir utestengt. Si ifra direkte eller til en voksen.»

*Elev 5. klasse*

«At noen ganger er det sånn at andre utestenger uten at de egentlig vet det selv. At det er mange som blir veldig sure. Det er noen som sitter alene i friminuttene.»

*Elev 7. klasse*

Elevene fortalte at lærerne ikke klarte å fange opp når elevene stengte hverandre ute, og at lærerne ikke var gode nok til å håndtere det hvis det ble fanget opp.

«Det er ikke alltid noen som går bort til de som er alene.»

*Elev 7. klasse*

«Har få venner, så jeg føler meg utenfor. Og er man seg selv, får man ikke venner.»

*Elev 5. klasse*

«Vær mer ute i friminuttene, for det er noen som står alene.»

*Elev 7. klasse*

Det å føle seg ensom sammen med alle medelevene i klassen, eller i skolegården i friminuttene, opplevdes som vondt for de elevene som turte å snakke eller skrive om det. Elever fra samtlige skoler som vi besøkte, mente at de voksne på skolen ikke var flinke nok til å fange opp de elevene som gikk mye alene, særlig i friminuttene.

Mange elever mente at de voksne blandet seg altfor mye inn i hvordan bursdager og andre sosiale treff skulle arrangeres, og at involveringen fra skolen og foreldre av og til kunne gjøre klassemiljøet verre.

«Vi må få lov til å be de vi vil ha med mest.»

*Elev 5. klasse*

«Man må invitere enten bare jentene eller bare guttene, eller invitere hele klassen, for jeg vil ha fred.»

*Elev 5. klasse*

«Det er dumt å invitere noen du har kranget med.»

*Elev 5. klasse*

«Jeg tror ikke noen vil be foreldrene sine om å ringe noen som har en fest hvor jeg ikke er invitert.»

*Elev 7. klasse*

Flere klasser har bursdagsregler, men jo høyere opp i trinn, jo mindre snakker klassen om regler og anbefalinger rundt bursdager, og det skaper usikkerhet rundt om de hadde bursdagsregler. Noen elever mente at de burde kunne be de dem likte å være sammen med. Andre mente de enten måtte be alle jentene eller alle guttene, eller alternativt alle fra klassen. Hvis de ikke ba alle, burde de ikke levere ut invitasjoner på skolen. Samtidig sa flere av elevene

at alle uansett til slutt ville høre om bursdager eller annet man ikke hadde blitt invitert til, og da ville det oppleves som ekskluderende.

«Jeg og XX er upopulære. Og de andre i klassen hadde to fester uten oss, og vi ble veldig lei oss. Jeg sa ifra til læreren, men hun bare sa at det var flere som ikke var invitert. Da sa jeg ifra til de som hadde festen, men de brydde seg ikke. Så det er ikke noe jeg kan gjøre med det. Men jeg ble lei meg.»

*Elev 7. klasse*

«Noen tenker negativt om andre som ikke er så populære.»

*Elev 7. klasse*

Noen elever snakket om at det var vanskelig å ikke være populær, og at de ofte ikke ble invitert med på bursdagsfester, sosiale treff og lignende. Andre elever mente at man måtte få lov til å invitere dem man selv ville være sammen med.



«Jeg ble skikkelig lei meg når jeg ikke ble invitert.»

*Elev 7. klasse*

### Samtale med elever i 7. klasse

**For å vise hvilken kompleks problemstilling invitasjoner til bursdager/fester var for elevene, vil vi her vise et utdrag fra en av samtalen vi hadde med elever i en 7. klasse:**

«La oss si at du er kjempevenn med noen. Og så må du invitere han i bursdagen.»

«Kanskje unngå å bli uvenn med han. Kanskje han blir greiere med deg, hvis du inviterer han.»

«Jeg synes man skal invitere alle. Selv om du er uvenn med noen. For det ødelegger jo for noen.»

«Hvis noen hadde vært uvenn med meg og kom, så hadde han sikkert ødelagt bursdagen min.»

«Man burde invitere alle sammen, og så får den personen velge å ikke komme. I 2. klasse inviterte jeg alle, og da var det en som ødela bordtennisbordet mitt.»

«Jeg er enig i at man ikke skal invitere 9 av 10 gutter i klassen. Men hvis én er slem mot deg, er det bedre å invitere bare noen.»

«Hvis du ikke inviterer han som er slem mot deg, kan han bli enda slemmere mot deg.»

«Hvis noen sier slemme ting mot deg hver dag, må du ta det opp med læreren, for det er jo mobbing. Hvis det er en uvenn, kan du be han oppføre seg hvis han kommer.»

«Hvis du inviterer en som er slem mot deg, kan du risikere at han kommer.»

## Baksnakking og stygge kommentarer

«Kanskje man føler seg som tøff når man baksnakker.»

*Elev 5. klasse*

«Jeg tror ikke det er noe mer baksnakking på denne skolen enn andre. Det vil alltid være baksnakking. Det er baksnakking overalt også på arbeidsplasser, fordi det alltid vil være noen som ikke trives.»

*Elev 7. klasse*

«Folk er sinnssykt flinke til å baksnakke i denne klassen. Og folk vet det – det er det verste.»

*Elev 6. klasse*

Baksnakking opplevde de fleste klasser, men i ulik grad. Elevene i de aller fleste klassene påpekte at baksnakking ikke var greit uansett, men at man kanskje opplevde det som tøft. Imidlertid var det tydelig i en klasse at elevene ikke mente at baksnakking var mobbing:

«Når du sier noe stygt om andre og de ikke hører det, så er det baksnakking. Ikke mobbing. De finner det jo ikke ut.»

*Elev 7. klasse*

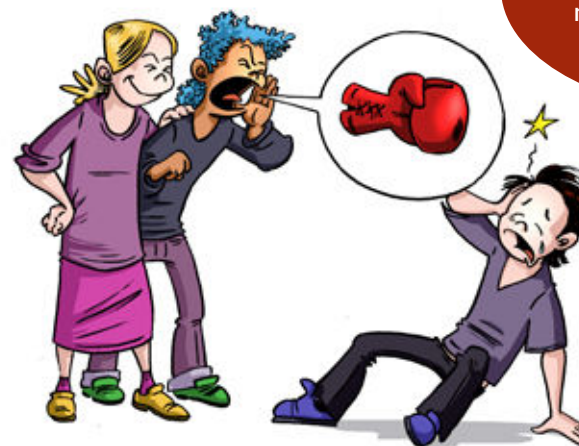
«Det er mange som sprer rykter, og guttene respekterer ikke jentene.»

*Elev 7. klasse*

«Uansett om du har noe inni deg som er noe dumt om en annen, bør du holde det inni deg, for hvis du sier det, kan du skape et rykte som sprer seg veldig fort.»

*Elev 7. klasse*

Elevene fortalte at rykter spredde seg veldig fort på skolen, og at det er vanskelig å stoppe rykter når de først hadde begynt å bli spredd.



«Jeg blir lei meg hvis jeg hører navnet mitt, men jeg holder det inni meg.»  
*Elev 6. klasse*

«Noen ganger når man krangler, baksnakker man den man har kranglet med, etterpå. Elever som er populære, får andre til å oppleve seg som duster.»  
*Elev 5. klasse*

«Guttene sier ting direkte til hverandre, så ler vi, og så er vi ferdige med saken.»  
*Elev 7. klasse*

Mange elever mente at en måte å stoppe baksnakkingen på var at de som hører på, må si ifra til de som baksnakker. De syntes imidlertid det ikke var lett å si imot baksnakking, verken til de som baksnakker, eller til voksne. Hvorfor? Årsakene var mange. Elevene var redde for å bli sett på som «sladrehank», de opplevde ofte at det bare gjorde ting verre, at de kunne miste venner, og at det ble større drama. En fellesnevner for alle var at de ikke opplevde at lærerne klarte å finne måter å stoppe baksnakkingen på.

«Lærerne finner ikke måter å fikse det på. Fordi det skjer bak ryggen til lærerne, så de ser ikke hva som skjer.»  
*Elev 5. klasse*

«Jeg tør å si ifra, men jeg vil ikke. Da ser vennene mine at jeg sladrer. Det er teit å sladre.»  
*Elev 5. klasse*

«Jeg synes det er frekt å baksnakke. Særlig hvis det er en voksen som baksnakker. For voksne skal være forbilder for barn.»  
*Elev 5. klasse*

Elevene mente at de ble påvirket av hvordan foreldrene hjemme snakker sammen. De ble også påvirket av andre voksne og medelever. Mange elever påpekte at voksne har et særskilt ansvar for å ikke snakke stygt eller baksnakke, fordi de bør være gode forbilder.

«Jeg har opplevd at mange elever mobber uten å mene det. For noen elever kan det være sårende, selv om eleven som sa ting, ikke har ment det vondt og bare tulla.»  
*Elev 7. klasse*

«At noen ikke er så hyggelige, og jeg får innimellom stygge kommentarer.»  
*Elev 7. klasse*

«Lærerne burde passe på guttan mer siden guttan sier stygge ting til jentene.»  
*Elev 6. klasse*

I de klassene der elevene fortalte at det var mye mobbing og dårligere klassemiljø, var det i større grad akseptert med styggere språkbruk. Uavhengig av om elevene ble utsatt for baksnakking eller slengt stygge kommentarer etter seg, var det tydelig at elevene opplevde det som ubehagelig og vondt hvis de selv ble utsatt for det. Noen mente at elever brukte for mye tid til å kommentere

på hverandre – om hva andre gjør, og hvordan de ser ut.

«Det er mye baksnakking på Fortnite. Når vi spiller, baksnakker noen av og til.»  
*Elev 5. klasse*

«Det er mange som går inn i en random match, og sier noen stygge ting.»  
*Elev 5. klasse*

Elever sa det var lavere terskel for å si stygge ting på sosiale medier og sosiale spill. På Fortnite kunne man også bli utsatt for stygge kommentarer fra andre spillere man ikke kjente.

«Straffe stygge kommentarer.»  
*Elev 6. klasse*

«Pass på at ingen slenger stygge kommentarer til andre.»  
*Elev 7. klasse*

Elevene mente at lærerne burde bli flinkere til å ikke akseptere stygge kommentarer eller baksnakking i klassen, og at det burde bli større oppmerksomhet på positivt språkbruk i klasserommet og skolegården. Elevene var klare på at positivt språk er med på å skape godt klassemiljø, og at elever må lære at språk kan såre medelever mer enn det avsenderen har ment.

«Det er mye kommentarer på kropp og utseende.»  
*Elev 7. klasse*

«Vi sier mye stygt mot hverandre.»  
*Elev 5. klasse*

«Det er mye verre når elever går flere sammen og sier stygge ting, enn når en sier det.»  
*Elev 5. klasse*

### TIPS!

Høsten 2020 lanserer Redd Barna en ny ressurs til lærere, om hvordan dere kan jobbe med å forebygge stygt språkbruk i klassen, for å bevisstgjøre elevene på hvordan kommentarer og språk kan bidra til et dårligere klassemiljø.



# Digital mobbing og skremmende innhold på nett

«I 6. klasse var vi mest stygge mot hverandre på meldinger. Det var på Snapchat det skjedde mye vonde ting med mye skriving av kommentarer.»  
*Elev 7. trinn*

«Det er noen få som ikke er så snille mot andre, og noen ganger spesielt på nett.»  
*Elev 7. klasse*

Elevene hadde mye kontakt med hverandre på sosiale medier og på telefonen på fritiden. Mange opplever kontakten seg imellom på sosiale medier som bra, men elever i mange av klassene snakket om at det hadde vært stygge kommentarer på sosiale medier og mobbing på nett, og elevene mente at de voksne måtte følge bedre med på hva som skjer på sosiale medier.

«Det som ofte skjer med meg, er at det ofte er mye tulling på meldinger, som du kan oppfatte som forskjellig.



På TikTok har det skjedd veldig, veldig mye. Jeg vet i hvert fall det at det er to som har blitt sagt veldig stygt om, folk har lagd videoer om dem og skrevet stygge ting til dem som eksempel, «Dere er så stygge» og lignende. Og det førte til at jeg slettet TikTok.»  
*Elev 5. klasse*

«De må bry seg ganske mye om hva vi gjør på mobilen, og passe på oss.»  
*Elev 5. klasse*

«Lærerne og foreldrene visste ikke om hva som skjedde på snapchat.»  
*Elev 7. klasse*

Mange elever opplevde at sosiale medier påvirket klassemiljøet enten positivt eller negativt, og i flere klasser hadde elevene opplevd perioder med mye stygge kommentarer på sosiale medier. Elevene mente at det var de voksne som hadde ansvaret å stoppe mobbingen på nett og mobil. Jevnt over mente de foreldrene hadde det største ansvaret blant voksne, og at foreldre måtte bry seg mer om det som skjer på nett. Noen mente imidlertid det var flaut å si ifra til foreldrene og få foreldrene til å rydde opp seg imellom.

«Da vil læreren bare skrive det opp på tavla, og da blir det så mye støy.»  
*Elev 5. klasse*

«Når vi sier ifra om ting, synes jeg lærerne tar det på en verre måte. Fordi de sier det til foreldrene på en verre måte, enn det som hadde skjedd. Lærerne gjør jo egentlig ikke noe med det annet enn å si ifra til foreldrene.»  
*Elev 5. klasse*

«Jeg gikk en hel dag og hadde vondt i magen på grunn av det som skjedde på sosiale medier, før jeg turte å si ifra til mine foreldre. De ringte læreren og sa ifra. Det hjalp å si ifra, fordi den som hadde gjort det, slettet videoen.»  
*Elev 5. klasse*

Få elever ville sagt ifra til læreren hvis det skjedde mobbing på sosiale medier. Da vi spurte hvorfor, mente de fleste elevene at det ville bli bare verre, og at de som mobbet, ville si enda styggere ting til dem i etterkant. Men noen sa det hjalp å si ifra.

«Hver eneste gang jeg spiller Fortnite, så er det noen som kommer inn og bare bråker, og så har jeg møtt ofte pedofile inne der. De sier ofte mange rare og ekle ting. ... Jeg går ut av runden eller muter dem.»  
*Elev 6. klasse*

«Det var en som hadde kontakt på TikTok, og da avtalte de å møtes etter to måneder på XXX.»  
*Elev 6. klasse*

Når elevene opplevde skremmende innhold, gikk de ikke automatisk til sine foreldre for å fortelle hva de hadde sett. Det var mer vanlig å

legge nettbrettet bort hvis de hadde sett noe skremmende eller forsøke å blokkere den kontakten på sosiale medier eller spill som hadde tatt kontakt. Men noen elever så ikke noe problematisk i det å møte noen ukjente som de hadde snakket med på TikTok og andre sosiale medier.

«Pappa er politi, så han har de fleste sosiale mediene fordi han vet hva som kan skje, så han passer på meg og søsknene mine.»  
*Elev 7. klasse*

«Det var en periode mange var på Omegle, det et sånt anonymt sted, og så sendte de snapen min rundt, og så fikk jeg 40 år gamle menn, og eldre og yngre som added meg, og som skrev at jeg måtte sende nudes og som sendte meg nudes uten at jeg ønsket det.»  
*Elev 7. klasse*

Det var noen elever som ufrivillig hadde opplevd å få tilsendt «nudes», som er naken- eller lettkledd bilder, på sosiale medier der det gikk an å sende anonyme meldinger og bilder.

Elever opplever ofte å få tilsendt kjedemeldinger, som inneholder trusler om at noe negativt skal skje hvis de ikke sender meldingen videre, for eksempel at mora deres vil bli drept. Elevene sa imidlertid at de var opptatt av ikke å videresende dem.

## Å se barnet bak handlingen

«Si ifra til de voksne at de må snakke med de som mobber, fordi de kanskje ikke har hatt det så bra, så de mobber andre.»

*Elev 7. klasse*

«Hjelp elever som mobber – det kan hende at de har det vanskelig.»

*Elev 7. klasse*

Elevene mente det var viktig at lærerne snakket med de elevene som mobbet andre, om hvorfor de mobbet, og hva de fikk ut av å mobbe andre. Elevene var tydelige på at de som mobber, ikke ville sagt ifra selv om de trengte hjelp, fordi de er redde for å få trøbbel og kjeft.

«I gymmen ber læreren om at de som ikke har gjort det de skal, skal stille seg i et hjørne, mens de andre elevene står et annet sted. Da ser jo alle elevene hvem som har gjort noe galt. Det er ikke greit.»

*Elev 6. klasse*

I noen klasser hadde elevene opplevd at læreren hadde måter å sortere snille elever på fra elever som ikke hadde gjort det de hadde fått beskjed om, og de opplevde at det ikke bidro til et bedre klassemiljø – snarere tvert imot.



## Ønsker mer tilgjengelige voksne

«Vær oppmerksom hele tiden.»

*Elev 7. trinn*

«De voksne på skolen har påvirkning på hvordan vi er imot hverandre.»

*Elev 7. klasse*

«Uansett hvor dårlig en voksen har det, skal man alltid passe på at barnet har det bra imens.»

*Elev 7. klasse*

Elevene mente de voksne burde være gode rollemodeller og ta ansvar for at elevene skal ha det bra sammen, og at de voksne måtte være tydelige og tilgjengelige uansett hvordan de voksne selv hadde det. Dette gjaldt både voksne på skolen og foreldrene hjemme. Noen ganger kunne imidlertid innblanding fra de voksne gjøre vondt verre.

«Små kranbler blir store, fordi man blander seg i saker man ikke skal blande seg i.»

*Elev 7. klasse*



«Jeg ville gått til noen jeg stoler på, som hører på meg, og som det er koselig å være sammen med.»

*Elev 5. klasse*

De fleste elevene svarte foreldrene da de ble spurt om hvilken voksenperson de ville gått til og fortalt om mobbing i klassen eller på nett. Noen kunne gått til læreren, men det var ikke førstevalget til elevene, og det avhang av om elevene hadde et godt forhold til læreren sin og om læreren hadde klart å håndtere konflikter og mobbing på en god måte tidligere.

Få av elevene oppga helsesykepleieren som den første de ville gå til hvis de ikke hadde det bra på skolen. Da vi spurte elevene om hvorfor, var forklaringen på alle skolene vi besøkte, at helsesykepleieren var sjelden til stede og derfor ikke var tilgjengelig for elevene. Elevene mente det ville ha vært mer naturlig for dem å gå dit hvis helsesykepleieren alltid var der og hvis hun/han kom innom klasserommet eller var mer synlig i gangene og skolegården.



## For få voksne og for lite lek i friminuttene

«De som har inspeksjon, skal ikke bare stå og snakke med andre som har inspeksjon, men heller være sammen med barna i friminuttene.»

*Elev 6. klasse*

«Flere friminutt, sånn at vi får mer energi til timen!»

*Elev 7. klasse*

For elevene var friminuttene et godt pusterom; for å få tid til å snakke og leke med venner, få frisk luft, og for å være fysisk aktive. Elevene mente det var viktig for skolemiljøet å få være sammen med venner på tvers av klasser og trinn.

Mange av elevene vi snakket med, opplevde ikke at det var nok voksne ute i friminuttene. Dessuten følte de at de voksne ikke brydde seg nok, og at de ikke var tilgjengelige og oppmerksomme nok til å være der det ofte kunne skje hendelser som ikke burde skje.

«Følge med og ikke bare stå på ett sted hele tiden.»

*Elev 7. klasse*

«Voksne på skolen må begynne å hjelpe til litt mer i friminuttet hvis noen er lei seg.»

*Elev 7. klasse*

«Bli bedre kjent med barn som går alene i friminuttene.»

*Elev 7. klasse*

Elevene opplevde at de som hadde inspeksjon på skolen ikke var flinke nok til å fange opp de elevene som gikk mye alene i friminuttene. Å føle seg ensom i friminuttet kunne for enkeltelever oppleves veldig tungt, når de så medelever leke og le sammen, uten at de selv ble inkludert.

«Det er dårlig at man ikke har kongen på haugen. Fordi da kan man bli mer urolige.»

*Elev 5. klasse*

«Det er for mange sandkasser og for få lekesteder, men skolen har ikke råd til det.»

*Elev 7. klasse*

«Jeg synes det er dumt at det er veldig lite ting å gjøre ved uteplassen for 5.-7. trinn.»

*Elev 6. klasse*

Noen elever opplevde at skoleledelse og lærere var så opptatt av sikkerhet at elevene mistet mulighet til å leke i friminuttene. Det var ikke lov å klatre i trærne. Det var ikke lov med «kongen på haugen» eller kanonball.

Elevene opplevde at de fikk færre og færre ting å gjøre i friminuttene, noe de mente førte til mer baksnakking og uro. Elever på flere skoler mente at skolegården var mer tilrettelagt for elever på småtrinnet, og at det var for få leker tilpasset elever på mellomtrinnet.

## ELEVENES 10 TIPS TIL BEDRE FRIMINUTT

- 1 Sikre at det er nok voksne ute på inspeksjon.
- 2 Vær oppmerksom, og snakk og lek med elevene.
- 3 Gå rundt og ikke stå på samme sted hele friminuttet.
- 4 Bli bedre kjent med barn som går mye alene.
- 5 Bry deg mer, og ikke grip inn for sent i konflikter og mobbing elevene imellom.
- 6 Ikke bagatelliser det vi forteller deg.
- 7 Ikke aksepter stygge kommentarer og baksnakking i skolegården, og fokuser på positivt språkbruk mellom elevene.
- 8 Ha flere lekeområder ute som er tilpasset de eldre elevene.
- 9 Trivselsledere og gode fadderordninger bidrar til bedre friminutt.
- 10 Legg gjerne opp til flere friminutt i løpet av skoledagen, så vi får energi til skoletimene.



## Vi blir ikke lyttet til!

«De voksne sier bare at jeg skal gå unna når noen har mobbet og jeg sier ifra, men de gjør ikke noe mer med det. Og da blir ting bare verre.»  
*Elev 5. klasse*

«Hør på elevene hvis de sier ifra om mobbing.»  
*Elev 6. klasse*

«Hvis vi sier ifra til læreren, sier han ofte at vi skal legge det på øverste hylle og glemme det.»  
*Elev 6. klasse*

Elever ønsker å bli trodd og at de voksne gjør noe med det de forteller. Mange elever fortalte at de forsøker å si ifra om ting som skjer, men svært ofte opplever de ikke at de voksne tar dem på alvor eller gjør noe med det elevene sier ifra om. Da temaet om at voksne ikke hørte på elevene,

kom opp, spurte vi dem om de opplevde det ofte. I en klasse var «konstant» den første reaksjonen til den første eleven som svarte.

«Spør barna hvordan de har det. Ofte. Prøv å forstå ting fra dems side.»  
*Elev 6. klasse*

«Spørre mer én og én om hvordan de har det.»  
*Elev 7. klasse*

«Andre kan slå og sparke, og så juger de til læreren, så dem som er slått, får skylda.»  
*Elev 5. klasse*

Å stadig ikke bli trodd på eller at de voksne bagatelliserer det elevene sier, fører til at elevene sjeldnere sier ifra. Mange sa også at de ikke ville



sagt ifra til de voksne, fordi de er redde for at situasjonen blir verre. Det var flere som hadde opplevd å si ifra om mobbing, men så hadde det endt med at de selv fikk skylda.

«Vi prøver å si ifra, men de sier bare at vi skal legge det bak oss. De er for opptatt av mattetimer og sånn.»  
*Elev 5. klasse*

«Gjør noe med det vi sier til dem.»  
*Elev 7. klasse*

Under skolebesøkene viste det seg en klar tendens: I de klassene der elevene hadde opplevd mye mobbing, utestengelse og baksnakking, fortalte elevene om at de i mindre grad fikk påvirke undervisningen og elevene følte seg ikke trygge i klasserommet og flere slet med å si ting høyt i klassen.

«Vi får ikke klassens time. Så vi prøver nå å gjøre noe med det.»  
*Elev 5. klasse*

«Mer klassens time så alle kan prate om miljøet i klassen.»  
*Elev 6. klasse*

«Ha klassemøter der alle i klassen snakker om hva de kan gjøre for å få et bedre klassemiljø.»  
*Elev 6. klasse*

Det var et tydelig behov i mange av klassene vi besøkte, at de ville ha mer tid til å snakke sammen om hvordan de kunne få det bedre i klassen. Elevene ønsket at de skulle ha klassemøter eller egen klassens time på timeplanen, der de kunne få snakke sammen, tid til lek for å bli bedre kjent og tid til å ta opp flere saker i klassen til elevrådet.

De klassene som hadde avsatt tid til klassens time, satte stor pris på det.

«Vi får god tid til klassemøtene.»  
*Elev 7. klasse*

«På fredag skulle vi ha klassens time og da var læreren vår borte. Fordi læreren var borte hadde vi vikar, fikk vi ikke ha klassens time, og jeg synes vi kunne ha det selv om læreren var borte. For det var sikkert var mange som ville ta opp saker. Vi har klassens time hver fredag, men skulle gjerne hatt det litt flere ganger. Hvis det er alvorlige ting noen vil ta opp, så er det dumt å måtte vente.»  
*Elevrådsrepresentant 6. klasse*

### TIPS!

Bestill plakaten *Glødetermometer* fra Redd Barna for å henge opp i klasserommet, og bruk den aktivt for å ta temperaturen i klassen på hva elevene mener om undervisningen og skolemiljøet.  
[reddbarna.no/ingenutenfor](http://reddbarna.no/ingenutenfor)



## Elevrådet har for liten innflytelse i skolen

«Det som er bra med å være i elevrådet, er at man hjelper skolen til å bli et bedre sted.»  
*Elevrådsrepresentant 7. klasse*

«På lista over hvem jeg kan si ifra til, er ikke elevrådet. Skummelt at det sitter noen der fra klassen.»  
*Elev 5. klasse*

«Ville ikke gått til elevrådet. De er ikke voksne. De er også elever.»  
*Elev 5. klasse*

Mange elever ved samtlige skoler opplevde ikke at det var naturlig å gå til elevrådet for å snakke om dårlig skolemiljø eller mobbing på skolen. Både fordi det ikke oppleves som relevant, og fordi det i elevrådet er andre elever, og ikke voksne.

«Det blir tatt opp mange saker, og noen av dem blir det gjort mye med.»  
*Elevrådsrepresentant 7. klasse*

«Mange er engasjert i det vi snakker om på elevrådsmøtet.»  
*Elevrådsrepresentant 6. klasse*

Et elevråd vi fikk snakke med, sa at det positive med elevråd er at de får elevene en stemme på skolen, og at elevrådet kan skape mer demokrati på skolen. Samtidig mente det samme elevrådet at de hadde liten innflytelse på det som skjedde på skolen, og at det til syvende og sist var ledelsen som bestemte utfallet av sakene som elevrådet fremmet. Det var ofte elevrådet ikke fikk tilbakemelding om hvorfor saker ikke fikk gjennomslag, og hvis de fikk det, var det oftest skoleøkonomi som var svaret.

«Ledelsen har makt til å ikke gjøre noe, selv om det er gjennomførbart og hele elevrådet er enig.»  
*Elevrådsrepresentant 6. klasse*

«Elevrådet har mye mindre makt enn det jeg vil det skal ha.»  
*Elevrådsrepresentant 6. klasse*

«Rektor holder i elevrådet. Gøy å snakke med han. Han har mange av de samme meningene som oss. Men det skjer ikke med noen av sakene vi tar opp.»  
*Elev 7. klasse*

Mange elever tvilte på om elevrådet kunne påvirke det som skjer på skolen. Flere av elevene visste heller ikke hvordan de kunne fremme saker, eller hvilke typer saker de kunne ta opp med elevrådet. Elever fra mange klasser opplevde heller ikke at elevrådsvalget var rettferdig.

«Det er flere som velger vennene sine, for de som ikke har venner, har ingen sjanse til å bli valgt inn i elevrådet.»  
*Elev 5. klasse*

«Noen ganger i vår klasse tør ikke elever å legge lapper i forslagskassa, fordi de er redd for å bli hengt ut. Ordenselevene leser opp lappene. Og da kan de noen ganger si: «Denne spesielle personen tenker dette...», før de leser forslaget, og da vet alle elevene hvilken elev som har foreslått det.»  
*Elev 6. klasse*

På flere skoler har de forslagskasse i klasserommet, hvor elever kan levere forslag til saker. Dette kan fungere godt hvis det er elevrådet som leser opp eller tar vare på forslagene. Men elevrådsrepresentantene fortalte at det også kan føre til at elever blir uthengt.

«Ikke tid til å ta opp saker med elevrådet. Har aldri møter i klassen for å ta opp saker.»  
*Elev 5. klasse*

«Vi burde ha en time der vi kan fortelle om elevrådet og om hvordan man kan ta opp saker.»  
*Elevrådsrepresentant 6. klasse*

«Ledelsen velger hvilke saker som blir ivarettatt. Det er kanskje det jeg liker minst med elevrådet.»  
*Elev 7. klasse*

I mange av klassene Redd Barna besøkte, fortalte elevene at de ikke får tid til å snakke sammen i klassen om saker som engasjerer dem. Elevrådsrepresentantene fikk lite veiledning på hva slags type saker de kunne snakke om i klassen for å engasjere medelevene, og hvordan de kunne ta opp sakene i elevrådet.

Mange elevråd har få møter gjennom året, og lærerne prioriterer ikke å sette av tid på timeplanen til at elevene kan ha klassemøter for å diskutere og fremme saker. Hvordan selve elevrådet fungerte, var helt avhengig av den voksenpersonen på skolen som holdt i elevrådet.



«Elevrådet skal fremme fellesinteressene til elevene på skolen og arbeide for å skape godt lærings- og skolemiljø. Rådet skal også kunne uttale seg i og komme med framlegg i saker som gjeld nærmiljøet til elevene.»  
*Opplæringslova § 11-2 fjerde ledd*



Redd Barna skal i samarbeid med elever, lærere og fagpersoner utvikle en veileder til elevråd, som vil bli lansert i løpet av 2020.



### Samtale med en elevrådsrepresentant i 7. klasse

«Jeg har vært i elevrådet en gang i tredje klasse. Jeg har opplevd at elevrådet blir som en forslagsboks til ledelsen, at vi egentlig ikke har så mye makt. Selv om hele elevrådet er enige om at vi skal gjøre noe, og at vi har ressurser til det, kan ledelsen si at vi ikke skal gjøre det. Og da blir det ikke så mye vits i å ha et elevråd.»

«Men klarte du å si ifra til ledelsen at det ikke var greit?»

«Det fikk jeg egentlig ikke sjanse til. Jeg var i elevrådet i fjerde klasse da, og hadde ikke noe å si uansett.»

«Følte du at du hadde mindre å si i elevrådet da du gikk på et lavere trinn?»

«Nei, men jeg visste ikke så mye om de ulike tingene. Men i etterkant ser jeg at det det ikke var så godt system.»

## For lite aktiv læring på skolen

«Vi sitter jo bare og lærer fra en bok.»  
Elev 7. klasse

«Det hjelper ikke å si ifra at vi synes det er kjedelig.»  
Elev 6. klasse

Elevene ønsket å lære nye ting, og mange trivdes godt i flere fag. Imidlertid opplevde elever i de fleste klassene som vi besøkte, at en god del av undervisningen var for ensformig og umotiverende, og de ønsket å gjøre annet enn bare oppgaver og skriving. De ønsket mer praktisk læring og flere morsomme måter å lære på.

«I de andre timene sitter vi bare og skriver, og lærerne sier: «Regn ut den og den siden.» Men vi kunne gjort det på en annen måte, mer praktisk. Gått ut for å lære. For eksempel lære matte gjennom orientering ute.»  
Elev 5. klasse

«Så vi sitter mye stille. Det blir vi urolige av.»  
Elev 6. klasse

Elever ved samtlige skoler vi besøkte, ga tilbakemelding om at det var for mye stillesitting og tavleundervisning og lite variert undervisning i skolen, og at dette førte til mindre læring og mer uro i timene. Flere påpekte at lærere burde forklare oppgaver og lekser bedre, så elevene kunne forstå bedre hva de skal gjøre. Kanskje en måte å variere på kunne være å gi elevene mer ansvar for gjennom-

føringen av undervisningen? Én elev fortalte at gymmen var gøy fordi elevene fikk være med på å styre timene.

«La elevene bestemme litt hva vi skal gjøre i timen.»

Elev 7. klasse

Et generelt funn ved de fleste skoleklassene vi besøkte, var at elevene ikke ble involvert i hvordan klassen skulle jobbe med fagene, og elevene opplevde i mindre grad at de fikk bidra med ideer til hvordan timene skulle gjennomføres, og/eller få mulighet til å si ifra om hvilken undervisningsform som var best for dem.

«De kan prøve å gjøre sånn at jeg ikke føler meg så dårlig i fag.»  
Elev 6. klasse

«For mange lekser og for mange presentasjoner. Det blir mye press.»  
Elev 6. klasse

Om læreren hadde en positiv holdning til elevene sine eller ikke, virket inn på om elevene opplevde mestring eller ikke. Det å få ros betydde mye for elevene. For mange lekser og presentasjoner stresset elevene og førte til at flere elever ikke opplevde at de mestret hverdagen, og de grudde seg til å gå på skolen.

«Det er dårlig at vi ikke begynner med mat og helse før i 6. trinn.»

*Elev 5. klasse*

«Og det er noen ganger at vi dropper mange andre timer for å ha matte og norsk.»

*Elev 5. klasse*

«Jeg synes at alle barn bør bli behandlet likt så at noen ikke får ha gym og andre må ha matte.»

*Elev 6. klasse*

«Mer fysisk aktivitet i timene!»

*Elev 5. klasse*



### TIPS!

Lek i skolehverdagen er viktig for å bygge et positivt klassemiljø, fremme læring og livsmestring og for å forebygge skoletretthet. På denne nettsiden finner du tips til gode leker og øvelser som dere kan gjøre det neste halve skoleåret. Det er RVTS Sør og deres satsing LINK – om livsmestring i norske klasserom – som står bak.

[linktillivet.no/filer/Ovelser\\_og\\_leker\\_LINK.pdf](http://linktillivet.no/filer/Ovelser_og_leker_LINK.pdf)

Elevene ønsket generelt mer fysisk aktivitet og læring gjennom lek i alle skolefagene. Det var de praktiske og estetiske fagene som elevene likte spesielt godt. Elevene likte svært dårlig å miste disse timene til fordel for norsk, matte og andre fag, og de ønsket at det skulle være like mye av disse timene på hvert trinn så det ikke avtar jo høyere du kommer opp på barneskolen. Elever som ble tatt ut av klassen, likte dårlig å bli tatt ut i timene til de praktiske og estetiske fagene.

## Kjeft og forskjellsbehandling i klassen

«Noen ganger så kjefter lærerne på de som ikke har gjort noe, og de vet egentlig ikke hva som har skjedd.»

*Elev 7. klasse*

«Være mer positive, ikke være negative. Lærere må slutte å henge ut elever.»

*Elev 7. klasse*

Mange elever snakket om at de ble kjeftet på for mye. Og mange sa at de ble kjeftet på for ting de ikke har gjort. Kjeft opplevdes som negativt for hele klassemiljøet – det skapte riktignok ro med en gang, men elevene ble også mer irriterte, og det skapte enda mer uro.

«Ikke skrike til elevene hvis de bråker.»

*Elev 7. klasse*

«Hun er en god lærer, men hvis hun først kjefter, så får du mye kjeft. Og da gruer du deg til å gå på skolen dagen etter.»

*Elev 6. klasse*

Elevene opplevde det som ubehagelig å bli kjeftet på eller kritisert foran alle i klassen. Noen elever foreslo at det var bedre hvis læreren snakket med elevene enkeltvis, og de mente lærerne ofte kunne si ifra om ting på en hyggeligere måte.



«Jeg har opplevd at en lærer snakker stygt om andre elever i klassen.»

*Elev 7. klasse*

«Når jeg har rukket opp hånda en halvtime, så plutselig rekker ei jente hånda si opp, og da får hun ordet med en gang.»

*Elev 6. klasse*

«Selv om guttene rekker opp hånda først, velger XXX alltid jentene først. Hun tror vel at guttene skal bare tulle, men ofte er guttene ganske seriøse.»

*Elev 6. klasse*

Elevene ble påvirket av hvordan lærerne snakket om medelever og hvordan lærerne forskjellsbehandlet enkeltelever. Det var mange klasser, hvor både jentene og guttene mente det var stor forskjellsbehandling mellom jenter og gutter både når det gjaldt kjeft og ellers reaksjon på samme type atferd. Elevene var helt klare på at dette var med på å skape mer uro og dårligere miljø i klassen. De visste godt hvilke lærere som var rettfærdige og ikke forskjellsbehandlet, og hvilke lærere som hadde favoritt-elever eller ga ulik reaksjon på lik oppførsel hos jenter og gutter.

«Ikke ha favoritt-elever.»

*Elev 5. klasse*

«Læreren har alltid oversett meg og ikke likt meg. Hun har alltid ignorert meg, også når jeg rekker opp hånda og trenger hjelp i klassen.»

*Elev 6. klasse*

«Læreren har oversett bursdagen min to år på rad. Vi får vanligvis låne stolen av læreren den dagen vi har bursdag, men jeg får ikke lov til det.»

*Elev 6. klasse*

Elever på mange av skolene vi besøkte, var opptatt av at noen av lærerne forskjellsbehandlet elever, at mange lærere hadde egne favoritt-elever, og at dette var dårlig for klassemiljøet. Flere sa at det er tydelig hvem som alltid får ros eller fordeler, og hvem som alltid får tilsnakk og kjeft.

«To som alltid får lov til å gå eller gjøre ting, og de andre får ikke lov.»

*Elev 6. klasse*

«Jeg har blitt anklaget for ting jeg ikke har gjort, fordi jeg har vært urolig.»

*Elev 7. klasse*

«Slutte å kjeft bare på guttene.»

*Elev 5. klasse*

## Lekser er en belastning

«Voksne som er på jobb, de slipper lekser når de kommer hjem. Det er urettferdig, det. Jeg synes vi skal ha skole på skole. I stedet for å ha skole hjemme.»

*Elev 6. klasse*

«Jeg er ikke spesielt glad i lekser, fordi det tar av fritiden vår.»

*Elev 5. klasse*

Svært mange av elevene ved samtlige skoler oppga lekser som noe negativt med skolen. Mange av elevene vi snakket med, ønsket å bli ferdig med lekser på skolen, for å få mer fritid og mindre stress etter skoletid. Samtidig opplevde mange at skoledagen var for lang, og at de begynte for tidlig på skolen.

«Prøv å forstå det barnet tenker på. For eksempel måten de gjør lekser på.»

*Elev 7. klasse*

«Hjemmelekser er veldig slitsomt, og det er noen ganger jeg ikke orker å gjøre dem. Så jeg bare blir trist av det.»

*Elev 5. klasse*

«Voksne kan spørre om det faktisk er for mye arbeid for elevene.»

*Elev 6. klasse*

Flere elever slet med å forstå leksene, og de fleste ville helst slippe lekser. Det var også gjennomgående at lærerne ikke spurte elevene om

hvordan de opplevde det var å jobbe med leksene, og hva elevene lærte av leksene.

«Vi lærer ikke noe av leksene. Det er bare pugging.»

*Elev 7. klasse*

«Hvis du ikke har gjort leksene dine, så gruer du deg til å gå på skolen. Fordi læreren sier høyt i klassen hvem som ikke har gjort leksene.»

*Elev 6. klasse*

Mange elever ble stresset hvis de ikke mestret leksene eller ikke rakk å gjøre dem. Flere var redde for lærerens reaksjon hvis de kom på skolen uten å ha gjort leksene, og noen nevnte de kunne slite med søvnproblemer på grunn av det.

«Hvis vi glemmer leksene, ikke bli sur!»

*Elev 7. klasse*

«Kan vi ikke bare slippe lekser?!»

*Elev 7. klasse*



## Dårlig skoleøkonomi

«Vi har dårlig drikkevann. Det smaker ikke noe godt. Rørene er sikkert rustne inni. Vi vil heller ha et helt nytt bygg.»  
Elev 6. klasse

«Jeg har ofte vondt i hodet fordi det er så trykkende luft her.»  
Elev 6. klasse

«Vi har ingen leker. Skolen svarte at det hadde de ikke råd til.»  
Elev 5. klasse

Mange klasser påpekte at skolen hadde altfor dårlig økonomi, og at det gikk utover trivselen og miljøet på skolen. Ønsker om nye lekeappa-

rater og andre fysiske forbedringer ved skolen ble ikke fulgt opp av ledelsen.

«Vi hadde jobbet lenge med å få et godt klassemiljø, og da de slo oss sammen med den andre klassen i fysisk aktivitet, ble det dårlig igjen.»  
Elev 6. klasse

På en skole opplevde noen klasser å bli slått sammen med andre klasser i gym og fysisk aktivitet, fordi skolen manglet nok lærere og ville spare penger. Dette mente elevene påvirket klassemiljøet svært negativt.

## Ønske om mer tid til spising

«Vi må sitte på våre faste plasser, og se på den skjermen og spise, og så får vi kun lov til å snakke sammen de siste tre minuttene før vi må gå ut.»  
Elev 6. klasse

Mange elever opplevde at det var stressende å ha spising, fordi de ikke

fikk nok tid til å spise opp matpakka. Det var vanligst å se på skjerm mens de spiser. Mange elever ønsket varm skolemat, og mente det ville bedre skolemiljøet.

«Det er dårlig at vi ikke har varm mat. Hvis man har glemt mat en dag, så får man kanskje ikke mat før man kommer hjem.»  
Elev 5. klasse

### TIPS!

Helsedirektoratet anbefaler at skolen setter av minimum 20 minutter til spising, og at tid til håndvask og til å finne fram mat og rydde etter seg bør komme i tillegg. Les mer:

[helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-skolen](https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-skolen)

## LÆRERNE OG FORELDRENE PÅVIRKER I STOR GRAD SKOLEMILJØET

Elevene hadde sterke meninger om hva en god lærer er, og hvilke egenskaper læreren bør ha. De hadde også sterke meninger om at de ble påvirket av foreldre.

«Vær gode forbilder og få barna til å stole på dere så de føler de kan fortelle alt.»  
Elev 7. klasse

«Læreren vår har tro på at hver og en i denne klassen har mulighet til å bli noe stort, og han gir oss alle god motivasjon og han hjelper oss mer. Han gjør oss flinkere. Han liksom dytter oss oppover.»  
Elev 7. klasse



## Dette ønsker elevene av læreren

«Bra lærere misbruker ikke makten sin. De behandler oss, slik som de selv vil bli behandlet. En lærer bestemmer veldig mye. Det er viktig at læreren ikke har en syndebukk, som går igjen og igjen hele tiden, og som til sist ikke tør å si imot fordi læreren har all makt i klassen.»

*Elev 7. klasse*

«At man føler seg velkommen, og at man har lyst til å gå på skolen, fordi vi har gode lærere.»

*Elev 7. klasse*

Mange av elevene vi snakket med var veldig fornøyde med læreren sin og opplevde at lærerne var flinke til å lære bort og se elevene. De hadde en god relasjon til læreren og følte seg trygg i klasserommet når læreren var til stede. I de samme klassene var det tydelig et godt klassemiljø etter hvordan elevene beskrev skolehverdagen sin.

«Vi lærer altfor mye med bare ord. Vi vil lære på andre måter enn bare å svare på spørsmål.»

*Elev 5. klasse*

«Læreren sier at vi ikke får se på telefonen vår, men så ser hun på sin egen rett etterpå.»

*Elev 6. klasse*

«Gi oss mer spennende oppgaver. Variere litt. Det vil skape mer ro i klassen.»

*Elev 5. klasse*

Elevene likte å lære om nye ting, men flere mente at noen av lærerne kunne bli bedre på å undervise i fagene sine, slik at elevene forsto det som ble sagt og gjort, og at det måtte bli mer variert undervisning. Elevene mente det ville bli mer ro i klassen hvis undervisningen ikke ble kjedelig.

Lærerne burde oftere spørre elevene om de forsto undervisningen og leksene, og hvordan elevene likte å lære nye ting. Elevene fortalte at det var lettere å fortelle om både gode og vonde opplevelser til lærerne som var gode på å undervise.

«Tilpasse vanskelighetsgrad på arbeid.»

*Elev 7. klasse*

«Jeg har dårlig lesehastighet og liker ikke å lese for klassen. Føler ikke alle lærere vet om det og tar det seriøst. De sier jeg må lese.»

*Elev 7. klasse*

Elevene ønsket at lærerne i større grad skulle tilpasse undervisningen for alle elever, og at de skulle ta hensyn til elever som trengte ekstra hjelp.

«Du kan lett si ifra hvis det er noe.»

*Elev 5. klasse*

«Gode lærere som hjelper oss med vonde ting.»

*Elev 5. klasse*

«Hvis vi ikke har lærere som er strenge nok, så blir det uro. Kan være streng, så lenge de er kule nok og forstår oss.»

*Elev 7. klasse*

Elevene var tydelige på at lærerne måtte være snille og rettferdige, men også på at lærerne måtte reagere med en gang negative ting skjer, nettopp for å skape et godt miljø i klassen. Lærerne kunne være strenge, så lenge elevene opplevde dem som rettferdige.

Elevene ønsket av lærerne at de klarte å finne gode kompromisser, følge opp og stoppe konflikter imellom elevene før det ble mobbing. I mange tilfeller opplevde elevene at de voksne på skolen ikke var gode på å håndtere mobbing.

«En veldig god venn av meg ble mobbet. Hun som mobbet fikk bare fordeler, f.eks. fikk dra på Plantasjen og i byen fikk is og kjeks og saft hos helsesøster. Synes voksne burde løst det på en litt annen måte.»

*Elev 7. klasse*

«Noen lærere bare forstår deg og er der, og blir mer kjent med barna.»

*Elev 7. klasse*

«Ta vare på dem så de føler de kan stole på deg.»

*Elev 7. klasse*

«En lærer var altfor snill, og lot elever slippe unna med en advarsel.»

*Elev 7. klasse*

«Være snill, være streng og være presis.»

*Elev 5. klasse*

Læreren var en viktig person i elevenes liv. Derfor var det også viktig for elevene at læreren var en god rollemodell, inkluderende og så alle elevene som de var. Læreren måtte være flink til å spørre hvordan elevene hadde det, og være interessert i det elevene svarer. For elevene var det også viktig at de måtte få lov til å feile, uten at læreren latterliggjorde dem overfor de andre elevene.

«Vær en person som er der hvis du trenger det.»

*Elev 6. klasse*

«Når noen gjøre noe feil, ikke le.»

*Elev 5. klasse*

«Lærerne må gi ros, være tålmodige, snille, samtidig være strenge.»

*Elev 7. klasse*

«Noen lærere kan kjeft på elever som ikke har gjort noe. Og når vi prøver å si det, sier de at voksne har rett, og at vi må stole på det.»

*Elev 7. klasse*

Elever ved flere av skolene opplevde at en del lærere var urettferdige og var for strenge. Hvis lærerne var for strenge og kjefet for mye, sa elevene at de fortere ble sintere i klassen og at det påvirket negativt inn på klassemiljøet. Noen elever fortalte om at lærere kunne snakke stygt til elever, og noen elever opplevde seg diskriminert av læreren sin.

«De må stoppe å være diskriminerende.»  
Elev 7. klasse

Elevfavoritter og forskjellsbehandling var noe som svært mange elever opplevde som problematisk og noe som var negativt for klassemiljøet. De ønsket heller muntlige tilbakemeldinger og veiledning en og en, framfor å bli kjefet foran de andre i klassen.

Da vi spurte elevene om hva som kjennetegner en god lærer, svarte de en som:



«Finn forslag til leker som alle kan være med på.»  
Elev 7. klasse

«Spør regelmessig om hvordan noen har det.»  
Elev 7. klasse

«Snakk med mobberne og snakk med mobbeofrene. Hvorfor mobber dere? Hva får dere ut av å mobbe andre?»  
Elev 7. klasse

Elevene mente læreren er helt sentral i arbeidet med å skape et trygt klassemiljø, og mange lærere er gode på å inkludere og skape en trygg skolehverdag for elevene. De ønsket imidlertid å bli mer involvert i hvordan undervisningen var, og bli spurt oftere om hva de synes om lekser, undervisningen, friminuttene og alt ellers på skolen.

«De voksne kan være litt mer på når noen krangler og sloss.»  
Elev 5. klasse

«Jeg synes det er bra at lærerne er veldig åpne om hva som er dumt og hva vi må gjøre bedre, sånn at hvis noen har blitt mobbet, er det bra at lærerne tar det opp med klassen. For det er ikke sikkert man vet at man visste at man hadde gjort noe dumt, så lærer man det til neste gang.»  
Elev 5. klasse

«Snakk med medelevene og prøv å få dem til å stå opp for mobbeofferet for å få mobbingen til å slutte.»  
Elev 7. klasse

Elevene sa det var viktig med voksne som er oppmerksomme og til stede der elevene oppholder seg, og at lærerne følger med hele tiden på hvordan elevene har det sammen og er mot hverandre. Lærerne burde gripe inn med en gang det skjer noe.

«Lærerne virker usikre på hvordan de skal ta tak i ting.»  
Elev 7. klasse

«Det virker som om lærerne ikke orker å ta tak i det. Kanskje de er redde for hva foreldrene vil si?»  
Elev 7. klasse

Det var viktig for elevene at lærerne hjelper til med å oppklare regler, så det ikke blir unødvendige krangler mellom elevene, og at lærerne er flinke til å få elevene til å fungere godt sammen som klasse. Elevene snakket også om at lærerne burde bli flinkere til også å ta ansvar for elever som ikke gikk i egen klasse, og som de ikke kjente så godt.

«Om du ser noen mobbe, gå fort bort og stopp mobbingen, selv om du ikke kjenner dem.»  
Elev 7. klasse



«Gå bort til de som er alene. De gode og populære elevene er de som blir valgt ut først. Man føler seg ekstra dårlig når man blir stående igjen og må være på reservelaget.»

*Elev 7. klasse*

Det var mange elever som spilte inn at lærerne måtte bli mer oppmerksomme på de som gikk alene, og gå bort til de som var ensomme i klasserommet og i skolegården. Hvis lærerne ser noe uvanlig, må de gå bort og spørre om hva som skjer. Lærerne burde også velge grupper for elevene, og ikke la elevene velge lag selv. I en klasse foreslo elevene at de kunne ha mer logg, for at lærerne skulle fange opp den mobbingen og utestengingen som skjedde.

«Dere kan spørre litt oftere hva vi har gjort i friminuttet»

*Elev 7. klasse*



«Etter hvert friminutt får alle hver sin lille lapp, og så skal vi skrive om hva som skjedde i friminuttet, om du har gjort noe bra, om du har gitt deg et kompliment eller om du har blitt erta eller noe sånt, og gi det til læreren. Og de gode tingene som har blitt skjedd, sier hun det som regel høyt for klassen.»

*Elevrådsrepresentant 7. klasse*

Elevene ønsket at lærerne skulle bry seg i større grad om hva som skjedde i friminuttene, og at alltid høre med elevene hvordan friminuttet har vært når de kommer inn til timen.

## DU KAN UTGJØRE EN FORSKJELL

Som lærer har du både en unik mulighet og en plikt til å se og hjelpe barn som lever i en vanskelig hjemmesituasjon. Hvis elevene opplever at de er trygge i klassen og har en god relasjon til deg og de voksne på skolen, vil det være lettere for dem å fortelle om vonde hemmeligheter de bærer på. For sårbare barn kan du være en voksen som utgjør en forskjell.

Noen ganger kan barn fortelle direkte, men ofte kommuniserer barnet indirekte og gjennom kroppsspråk. Barn som opplever

omsorgssvikt, vold eller seksuelle overgrep, trenger voksne som ser dem, tror på dem og vil hjelpe. Det er viktig at skolen rutiner for hva man gjør når man er bekymret for et barn.

Redd Barnas digitale verktøykasse «Jeg er her» har informasjon, undervisningsmaterie-ll og verktøy du kan bruke på skolen for å forebygge og avdekke vold og overgrep mot barn: [reddbarna.no/jegerher](https://reddbarna.no/jegerher)



## OM OPPLYSNINGSPLIKTEN

**Alle ansatte i skolen har en individuell plikt til å gi opplysninger til barnevernet når de er bekymret for at et barn er i en situasjon som beskrevet under. Opplysningsplikten etter barnevernloven går foran taushetsplikten.**

Opplysningsplikten til barnevernstjenesten er todelt. Du har en selvstendig plikt til å gi opplysninger til barnevernet når det er grunn til å tro at barn

- blir mishandlet hjemmet
- blir utsatt for overgrep, alvorlig omsorgssvikt, kjønnslemlestelse
- viser vedvarende alvorlige atferdsvansker

Du har også en plikt til å svare når barneverntjenesten ber om opplysninger.

For å se lovteksten, se opplæringsloven på [lovdata.no](https://lovdata.no) § 15 ledd 3.

Du trenger ikke å vite helt sikkert hva som har skjedd – det er opp til barnevernet å utrede barnets behov og eventuelt involvere politiet hvis det er en straffbar handling.

**Dersom du tror omsorgspersonen(e) kan være involvert i volden eller overgrepene, skal de ikke varsles om at du melder barnevernet.**

Om kollegaer eller ledelse har samme bekymring, har du fortsatt et ansvar for å forsikre deg om at barnevernet har blitt informert om bekymringen. Hvis du ønsker råd om du bør melde fra om en bekymring du har, kan du alltid ringe til en barneverntjeneste eller til politiet og drøfte saken anonymt.

Det er også mulig å melde bekymring direkte til politiet hvis man har mistanke om at et barn er utsatt for et lovbrudd som for eksempel vold eller seksuelle overgrep. Dette er særlig relevant der det kan være mulig å sikre bevis, fordi vold eller overgrep nettopp har skjedd, eller der man frykter at barn kan være i umiddelbar fare.

For mer informasjon, se [bufdir.no/barnevern](https://bufdir.no/barnevern) og [pliktt.no](https://bufdir.no/taushetsplikten)

# Foreldre bør være gode rollemodeller

«Foreldre bør snakke sammen, bli venner og bli bedre kjent, for da lærer barna sikkert det samme og blir bedre kjent og venner.»

*Elev 7. klasse*

«Spør hver gang jeg kommer hjem etter skolen: « Hvordan har du hatt det i dag? »»

*Elev 7. klasse*

Et godt foreldresamarbeid er viktig for å få til et godt skolemiljø, mente elevene. Elevene vi snakket med, var opptatt av at foreldre i klassen må snakke sammen, være venner og være gode forbilder. De mente også at foreldre må ta ansvar for å stoppe mobbing når de ser det, og snakke med barna sine om at mobbing og utenforskap ikke er greit, særlig fordi elevene ser opp til foreldrene sine.

«Høre på hva vi vil si, og ikke krangle foran oss, og være veldig snille og hjelpe oss.»

*Elev 5. klasse*

«Dumt at foreldre baksnakker foran barna. Barn ser opp til foreldre og lytter til dem.

Når foreldrene baksnakker, så baksnakker også barna.»

*Elev 7. klasse*

Barn fanger opp mye mer enn vi gjerne tror, av det som skjer hjemme. Elevene sa de ble påvirket i stor grad av hvordan foreldrene deres er, og særlig derfor burde foreldre være gode forbilder. Flere mente at de selv hadde lært å baksnakke av foreldrene. Noen elever nevnte at de ble påvirket av at en av foreldrene var deprimert.

«Foreldre må snakke med barna og oppdra barna sine bedre.»

*Elev 5. klasse*

«Få barna til å invitere med hjem de som barnet ikke leker mye med.»

*Elev 5. klasse*

«Det kan jo hende at barna liker hverandre, men hvis foreldrene har hatt en diskusjon og ikke er enige, så kan det påvirke forholdet mellom elevene.»

*Elev 7. klasse*

«Foreldre som oppdrar barn burde holde seg for god for å baksnakke.»

*Elev 6. klasse*



Når det gjaldt vennskap og inkludering, mente elevene at foreldrene kunne både tilrettelegge for eller ødelegge godt samhold elevene imellom. Elevene fortalte om bedre klassemiljø der foreldrene hadde mer og tettere samarbeid. Men i de klassene der det var dårligere miljø, snakket elevene om at foreldrene ikke kjente hverandre så godt eller ikke samarbeidet så tett.

«Foreldre skal prøve å la barna leke og ha bursdag med hvem de vil.»

*Elev 7. klasse*

«Foreldre kan være for overbeskyttende. Hvis en elev har gjort en gal ting, så snakker foreldrene om at det er farlig å være sammen med den eleven.»

*Elev 7. klasse*

Elevene fortalte om at foreldre kunne være for overbeskyttende og blande seg for mye inn i hvem elevene skulle leke med, og på den måten ødelegge for vennskap og hele miljøet i klassen.

«Foreldre kan vente med sosiale medier til de mener at barnet er gammelt nok.»

*Elev 7. klasse*

«Voksne kan fokusere mer på det barn gjør, og det som skjer. Følge mer på barna. Ikke bare se på mobilen hele tiden.»

*Elev 5. klasse*

«Mamma spør meg hele tiden om hva som skjer på sosiale medier, men jeg svarer aldri.»

*Elev 7. klasse*

Da elevene snakket om nettkontakt, mente de at mange av foreldrene skulle bry seg mer om hva elevene gjør på nett og mobil, og at foreldre selv ikke skulle være så oppslukt i egen mobil. Flere elever mente at foreldrene ikke skulle ha adgang til samtaler og lignende de hadde på sosiale medier.

«Husk å gjøre litt spesielle ting med barna iblant.»

*Elev 7. klasse*

«Hjelpe mer til med lekser og ikke klage så mye om at vi må hjelpe til med alt hjemme.»

*Elev 7. klasse*

De aller fleste elevene sa at de hadde et godt forhold til sine foreldre, og elevene sa at mamma eller pappa var den første de ville gå til hvis de hadde det vondt. Samtidig ønsket de mer tid sammen med foreldrene og at de ble mer med på aktiviteter på fritiden.

## TIPS!

Bruk Redd Barnas diskusjonskort til foreldremøter, *På nett med barna*, for å få foreldre til å snakke sammen om hvordan de kan involvere seg i det forebyggende arbeidet mot mobbing og skape et bedre klassemiljø.

[reddbarna.no/ingenutenfor](http://reddbarna.no/ingenutenfor)

# DETTE KAN ELEVER SELV GJØRE FOR Å SKAPE ET TRYGT KLASSEMILJØ:

«Vær oppmerksom.  
Vis empati.»  
*Elev 6. klasse*

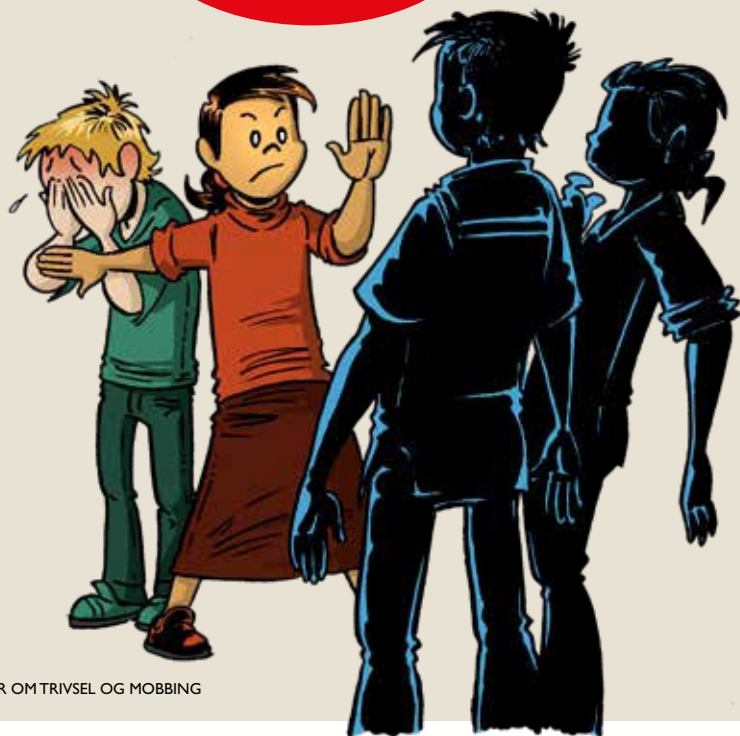
«Smil og  
vær snill mot alle.»  
*Elev 5. klasse*

«Si ifra hvis  
du har det dårlig.»  
*Elev 5. klasse*

«Gi fine  
kommentarer.»  
*Elev 5. klasse*

«Det er viktig å  
finne en du stoler på, for  
å kunne si ifra.»  
*Elev 5. klasse*

«Godkjenn  
forskjellene mellom folk.»  
*Elev 6. klasse*



«Vær tålmodig  
med hverandre.»  
*Elev 5. klasse*

«Spør før du  
legger ut bilde av andre.»  
*Elev 7. klasse*

«Ikke si nei hvis  
noen spør om å være  
med i leken»  
*Elev 5. klasse*

«Vi kan forebygge  
mobbing med å si ifra til  
de som mobber at det  
ikke er greit.»  
*Elev 7. klasse*

«Inviter alle  
med i bursdag»  
*Elev 5. klasse*

«Hvis du hører noen  
medelever som sier noe  
styggt om andre, si ifra at  
det ikke er greit.»  
*Elev 7. klasse*

«Ikke snakk stygt  
til og om hverandre.»  
*Elev 7. klasse*

«Hvis det er  
nettmobbing, bør man si  
ifra til en lærer eller si ifra  
til den personen.»  
*Elev 7. klasse*

«Du er med på  
mobbingen, når du ikke  
stopper den.»  
*Elev 6. klasse*

«Bli flinkere til å  
invitere med andre inn i  
leken. Ikke bare vær venn  
med de du synes kule.»  
*Elev 7. klasse*

«Hvis du ser noen  
som er alene, spør om å  
leke sammen.»  
*Elev 5. klasse*

«Tør å si ifra til  
en voksen hvis du opplever noe  
skummelt på telefonen.»  
*Elev 7. klasse*

«Alltid være  
positiv med å havne med  
andre i gruppe.»  
*Elev 7. klasse*

Utskriftversjon av  
disse tipsene finner du  
på [reddbarna.no/](http://reddbarna.no/)  
ingenutenfor



# ELEVENES ANBEFALINGER TIL SKOLEN OG FORELDRENE

Her er elevenes anbefalinger til skolen og foreldrene, om hva som skal til for at elevene skal kunne trives bedre, og for at mobbing skal kunne forebygges.

## 1 Bygg vennskap og få oss til å fungere godt sammen i klassen

«Det burde være mindre utestenging og mer blanding av vennegrupper.»  
Elev 7. klasse

«Oppklare regler, så det ikke blir krangel.»  
Elev 5. klasse

Gode vennskap i klassen, der alle elevene føler seg trygge og trives, og snille og rettferdige lærere, er ifølge elevene det viktigste for at elevene skal ha det godt på skolen. Elevene mente mer lek og samarbeid på tvers av kjønn og etablerte vennegrupper på skolen var viktig.

Hvis læreren klarer å se hver enkelt elev, og få klassen til å fungere godt sammen, ville det bidra til et tryggere og bedre klassemiljø. Elevene ønsket også at lærerne skulle legge opp til mer sosiale aktiviteter og turer med klassen, for å skape et bedre samhold.

## 2 Lytt til oss og la oss få mulighet til å påvirke undervisningen og skolemiljøet

«Slutt med å ikke høre etter.»  
Elev 5. klasse

«Vis at du bryr deg, og gjør noe!»  
Elev 7. klasse

Svært mange elever fortalte at når de forsøkte å si ifra om dårlige ting som skjedde, ble de i altfor stor grad ikke tatt alvorlig eller avfeid med at de voksne bagatelliserte det elevene fortalte. Dette førte til at elevene sjeldnere sa ifra.

Lærerne burde oftere spørre elevene i fellesskap og én og én om de forsto undervisningen og leksene, og hvordan elevene likte å lære nye ting. Elevene mente det ville bli mer ro i klassen hvis undervisningen ble mer variert, at elevene forsto mer av det som ble sagt, og at de ikke opplevde timene som kjedelige.

## 3 Reager riktig og tidsnok på mobbing og utestengelse

«Stoppe ting med en gang det skjer. Passe på å si høyt hva mobbing er, og si veldig tydelig at det ikke er greit.»  
Elev 6. klasse

«Tett på elevene sånn at det ikke blir baksnakking.»  
Elev 7. klasse

Elevene mente de voksne burde gripe inn med en gang det skjer konflikter og mobbing imellom elevene for å stoppe det tidlig. Lærerne burde bli bedre på å håndtere situasjoner og passe på at ting ikke forverrer seg når elevene sier ifra.

Elevene mente at lærerne burde bli flinkere til å snakke mer kontinuerlig med elevene om hvordan de har det på skolen, og at hvis elevene opplevde at de ville bli lyttet til, så ville de i større grad tørre å si ifra. Mangel på nok voksne, særlig ute i friminuttene, var noe elevene påpekte, og at lærere burde bli mer oppmerksomme og bli flinkere til å fange opp de som gikk mye alene.

## 4 Reager og stopp baksnakking og stygge kommentarer

«Læreren bør ta ansvar for å si imot baksnakking. Lærere må bry seg mer.»  
Elev 5. klasse

Mange av elevene fra alle skolene vi besøkte, la stor vekt på at lærerne og foreldrene måtte ta et større

«Hjelp barn til å skjønne at det er galt å mobbe.»  
Elev 6. klasse

ansvar og si imot baksnakking og stygt språkbruk. For mange opplevde at de voksne overhørte hva som ble sagt, når elevene baksnakket eller de sa stygge ting, uten å si ifra at det ikke var greit.

Elevene mente at både lærere og foreldre burde bli bedre forbilder og ikke snakke stygt selv, samt ikke snakke nedsettende mot enkeltelever foran hele klassen. Det påvirket hvordan elevene så på hverandre og snakket til hverandre.

Elevene anbefalte at fokus på positivt språkbruk i klasserommet, i hjemmet og på sosiale medier, er med på å skape godt klassemiljø, og at elever må lære at språk kan såre medelever mer enn det avsenderen har ment.

## 5 Se eleven bak handlingen

«Prøve å hjelpe mobberen med å ha det bedre med seg selv og dermed slutte å mobbe andre.»  
Elev 5. klasse

Elevene mente det var viktig at lærerne og skolen tok bedre vare på elever som utsatte andre for mobbing eller gjorde andre dårlige ting på skolen, nettopp fordi de elevene kanskje ikke hadde det så godt eller selv hadde opplevd vonde ting.

## 6 Fang opp ensomme elever og inkluder dem i fellesskapet

«Bli mer oppmerksom på at noen går alene.»

*Elev 5. klasse*

Elevene anbefalte at de voksne skulle bli bedre på å fange opp elever som er ensomme og går mye alene, og inkludere dem i fellesskapet på skolen. Ettersom vennskap var det viktigste for elevene for å trives på skolen, mente de at voksne hadde et ansvar for å tilrettelegge for at alle elever hadde noen å være sammen med og leke med.

## 7 Bry dere mer om hva vi gjør på nett og mobil

«La alle bli med på snapchatgruppe når det er for hele trinnet.»

*Elev 7. klasse*

Elevene anbefalte at både lærere og foreldre burde bry seg mer og spørre om hva som skjer på sosiale medier og spill. Det var de voksne som hadde ansvaret for å stoppe mobbing og stygge kommentarer på nett og mobil. Jevnt over mente de foreldrene hadde det største ansvaret blant voksne, og at foreldre måtte bry seg mer om det som skjer på nett, og spørre om hva som skjer på sosiale medier, og hvordan elever opplever spillverdenen.

## 8 Gi tilbakemeldinger på oppførsel og atferd, men ikke kjefte på oss

«Når læreren kjefter, blir vi bare mer irriterte. Bedre at læreren skriver det opp og snakker med én og én i friminuttet.»

*Elev 5. klasse*

Elevene oppfattet kjefte og tilsnakk foran hele klassen som noe av det som i størst grad gjorde klassemiljøet dårligere, og som påvirket hvordan elevene så på og var imot hverandre. De ønsket at lærere skulle handle og si imot dårlig oppførsel og stygge kommentarer, men de mente at lærerne heller burde ta elever ut eller snakke med dem etter timen, framfor å kritisere dem foran alle andre i klassen.

## 9 Ikke gjør forskjell på oss i klassen

«Hvis jentene skriver mye på pulten, overser læreren det. Hvis en av gutta gjør det, må vi sitte igjen ti minutter etter at skolen er slutt.»

*Elev 5. klasse*

Ikke ha favorittelever, var elevenes råd. Det påvirket klassemiljøet og hvordan elevene var imot hverandre. I flere klasser kom det også tydelig fram at det var stor forskjellsbehandling mellom jentene og guttene, både med hensyn til hvem som fikk hjelp i timen, og hvem som fikk si noe, og i tilfeller der jentene og guttene hadde hatt samme negative atferd. Både jentene

og guttene i mange av klassene fortalte at lærerne favoriserte jentene mest, mens guttene kom dårligere ut av omtrent like situasjoner.

## 10 Sett av tid til klassens time eller klassemøter

«Jeg vil at vi skal snakke mer om hvordan vi har det på skolen, i klasserommet.»

*Elev 7. klasse*

Det var en klar anbefaling fra elevene at de hadde behov for klassens time eller klassemøter regelmessig for å få tid til å snakke sammen om hvordan de kunne få det bedre i klassen, og som de også kunne bruke til lek for å bli bedre kjent og løse opp konflikter samt tid til å ta opp flere saker til elevrådet. De klassene som hadde avsatt tid til klassens time, satte stor pris på det.

## 11 Trivselsledere og flere voksne ute i friminuttene

«Flere voksne ute i friminuttene, og de må snakke med elevene og være der det ofte skjer vonde ting.»

*Elev 6. klasse*

Elevene ønsket at lærerne skulle være mer på steder der det ofte skjedde negative ting, og på alle skolene kommenterte elevene at det var for få voksne ute i friminuttene. Flere påpekte også at lærere som hadde inspeksjon, måtte bry seg i større grad og gå rundt og snakke med elevene, og ikke minst få inkludert de

«Vær gode forbilder!»

*Elev 7. klasse*

som gikk alene, i lek med andre elever. De ba voksne om å bli trygge på alle barn, og ta ansvar for at alle barn skulle ha det bra på skolen – ikke bare elevene i egen klasse.

Trivselsledere og fadderordninger var tiltak mange elever mente fungerte godt, men tiltak som vennebenk fungerte mot sin hensikt.

## 12 Gi elevrådet veiledning og mer påvirkningskraft

«Elevrådet har mye mindre makt enn det jeg vil det skal ha.»

*Elevrådsrepresentant 6. klasse*

Elevene ønsket å få opplæring i starten av skoleåret hva elevrådsarbeid er, og hvordan de kunne fremme saker på skolen. De ville også ha rettferdige valg av elevråd, at det ble elevrådsmøter oftere, og at det ble satt av jevnlig tid til klassemøter, der de kunne snakke om saker som elevene engasjerte seg i, og for å diskutere saker fra elevrådet med medelever.

Elevene ønsket mer innflytelse på det som skjedde på skolen, og at ledelsen tok de sakene som elevrådet fremmet mer seriøst. Elevene ville ha tydelig tilbakemeldinger på hvorfor saker fikk eller ikke fikk gjennomslag.



### 13 Foreldre må involvere seg og samarbeide godt

«Foreldre påvirker hvordan vi er mot andre.»

*Elev 5. klasse.*

Elevene var helt klare på at foreldre som bryr seg mer, og som samarbeider godt med hverandre, er med på å skape et godt klassemiljø og forebygge mobbing. De mente foreldre må ta et større ansvar for å stoppe mobbing når de ser det, og si imot baksnakking og stygg språkbruk.

Foreldre burde også bli mer bevisste på at de er rollemodeller, og tenke på hvordan de snakker hjemme og om andre, ettersom barn ser opp til foreldrene sine og ofte handler likt som dem.

### 14 Involver oss mer i undervisningen og mer praktisk læring

«Når man blir ferdig med de oppgavene man har fått, kan man heller gjøre noe litt gøyere enn å få dobbelt så mange oppgaver. Da er det kanskje flere som prøver å bli ferdig.»

*Elev 5. klasse*

Elever ved samtlige skoler vi besøkte, anbefalte at undervisningen burde bli mer praktisk orientert, morsommere, og at elevene gjerne kunne få lære mer gjennom lek. Elevene ville gjerne

i større grad bli spurt om hvordan de opplevde undervisningen og leksene – og at de tilbakemeldingene de hadde, faktisk fikk påvirke hvordan undervisningen ble videre i klasserommet.

Flere av elevene påpekte at lærere burde forklare oppgaver og lekser bedre, så elevene i større grad forsto hva de skulle gjøre. Noen elever som hadde gode erfaringer med at læreren deres hadde gitt elever i klassen ansvar for gjennomføringen av timen, anbefalte dette videre som en måte å variere undervisningen på og involvere elevene mer.

Elever som ble tatt ut av klassene, på grunn av spesialundervisning var tydelige på at de ikke ville bli tatt ut av skoletimene i de praktiske og estetiske fagene.

### 15 Gi oss leksefri eller lekser som vi forstår

«Hjelp oss med å forstå leksene.»

*Elev 7. klasse*

Mange av elevene ønsket leksefri skole, fordi lekser spiste tid fra fritiden deres, og fordi elevene opplevde at leksene stresset dem, særlig fordi de ofte ikke forsto oppgavene som ble gitt i leksene.

Redd Barna spurte elevene om de i stedet for å jobbe med lekser hjemme heller ville ha litt lengre skoledager de første tre dagene i uka slik at de kunne samarbeide og

«Læreren vår har aldri spurt om hva vi synes om leksene.»

*Elev 5. klasse*

«Bli bedre til å lytte.»

*Elev 7. klasse*

«Ikke gå forbi før du vet hva som skjer.»

*Elev 6. klasse*

få hjelp av en lærer som var til stede. Da ønsket mange elever det. Men ikke alle var enige i at litt lengre skoledager var bra, fordi mange mente at skoledagen var lang nok, og de ville ikke miste fritiden sin.

De aller fleste elevene ønsket helst å slippe helt lekser. Hvis de skal fortsette med lekser, anbefalte elevene at lærere måtte bli flinkere til å forklare leksene bedre på forhånd, og ikke gi helt ukjent stoff i lekse.

### 16 Sett av nok tid til spising

«Det er for lite tid til spising.»

*Elev 7. klasse*

Mange elever anbefalte at skolen måtte sette av mer tid til spising før storefri, uten at det forkortet tiden avsatt til storefri. Elevene opplevde ofte at det ble stressende å ha spising og dermed fant de ikke mye glede i det å spise sammen. I klassene vi besøkte, var det vanligst å se på skjerm mens de spiste. Elevene ønsket også tid til å kunne snakke mer sammen mens de spiste.

# REDD BARNAS RÅD TIL BESLUTNINGSTAKERE

Her er Redd Barnas råd til beslutningstakere og politikere om hva dere kan gjøre for å etterkomme elevenes anbefalinger:

## 1 Bedre tilrettelegging for økt elevmedvirkning i skolen

«Vi prøver å si ifra, men de sier bare at vi skal legge det bak oss. De er for opptatt av mattetimer og sånn.»  
*Elev 5. klasse*

Elevmedvirkning må sees i lys av barnekonvensjonen og særlig barns rett til å bli hørt, og ikke bare som en del av demokratiopplæringen i skolen. Samtidig må elever erfare reell innflytelse i saker som berører dem, for å utvikle demokratisk kompetanse. Analysen av Elevundersøkelsen 2017 viste at lærerne så på elevmedvirkning som en tidstyv.

Skoler bør få økt bemanning og mindre dokumentasjonskrav, så lærere får bedre tid i klasserommet og større rom for å legge til rette for økt elevmedvirkning.

Redd Barna anbefaler at man med de nye læreplanene som trer i kraft høsten 2020, sikrer at kompetansemålene og lærebøkene gir større rom for økt elevmedvirkning slik at elevene opplever mer aktiv læring igjennom hele opplæringsløpet.

## 2 Kompetanseløft for å fremme gode og trygge skolemiljø

«Skolen gjør for lite for å stoppe mobbingen.»  
*Elev 5. klasse*

Mange elever på samtlige skoler som vi besøkte, opplevde at flere lærere ikke klarte å håndtere og stoppe mobbing på skolen. Redd Barna har tidligere også erfaringer med at lærere etterspør mer kompetanse for å forebygge og håndtere mobbing, inkludert digital mobbing.

Redd Barna anbefaler at det gis nok ressurser til kompetanseutvikling for å forebygge mobbing i skolen, herunder også digital mobbing, så flere skoleansatte og skoleeiere får tilbud om å følge regjeringens tiltak mot mobbing, spesielt det nettbaserte kurset som når ut til hver ansatt. For mer info, se

[udir.no/kvalitet-og-kompetanse](http://udir.no/kvalitet-og-kompetanse)

## 3 Styrk satsing på nettvett i skolen og skap inkluderende fellesskap på nett

«Lettere å si stygge ting på internett, fordi vi ikke ser de vi snakker til.»  
*Elev 7. klasse*

Barn og unge må lære om ansvarlig, inkluderende og trygg bruk av nett og sosiale medier, og det må være fokus på at det er like viktig å være inkluderende mot hverandre i spill og sosiale medier som ellers. Det er viktig at barna lærer at negative kommentarer og ekskludering på nett er like alvorlig som om det skjer i skolen.

Skolen må tilrettelegge for at foreldre sammen setter grenser og rammer for barnas spill og nettbruk, og både foreldre og skolen må ta et felles ansvar for at barn får vite at de skal si ifra til voksne hvis det skjer noe ubehagelig eller ekkelt på nett, enten det skjer mellom medelever eller andre.

## 4 Sikre bedre bemanning i skolen og maksgrenser på skoleklasser

«Jeg synes det skulle vært flere voksne på skolen. Det er veldig ofte det ikke er noen voksne til stede, hvis jeg ser noen som har slått seg eller noen som blir mobbet og trenger hjelp.»  
*Elev 7. klasse*

«Vi er litt for mange i klassen, og det blir veldig fort bråkete her.»  
*Elev 6. klasse*

Elevene ønsket flere lærere på skolen, mer hjelp i timene og mer tid med læreren utover det som skjer i klasserommet. Redd Barna anbefaler derfor at lærernormen styrkes ytterligere slik at voksentettheten i skolen økes. Dette kan bidra til bedre tillitsforhold mellom lærerne og elevene, og elevene kan i større grad oppleve at lærerne er mer tilgjengelige og at de har mer tid til å lytte til dem.

Redd Barna etterlyser politisk vilje til å sette en maksgrænse på størrelsene til klassene i skolen. Mindre klasseromstørrelser er noe elevene selv etterspør, og forskning har vist at mindre skoleklasser fører til mindre støy i klasserommet, bedre læring for alle elever og mer tid for læreren til å følge opp hver enkelt elev.

# REDD BARNAS RÅD TIL BESLUTNINGSTAKERE

## 5 Sikre bedre finansiering til skolene via kommuneøkonomien

«Det er ikke skolens feil at vi har så dårlig fotballbane. Det er kommunens feil fordi den er så fattig.»

*Elev 5. klasse*

På flere av skolene vi besøkte, snakket elevene om at skolen hadde dårlig økonomi. Elevene påpekte at skolen ikke hadde råd til nye møbler i klasserommet og nye lekeapparater eller oppgradering av uteområdet til skolen. Flere snakket om at det var altfor dårlig drikkevann på skolen og så dårlig luftkvalitet at de ofte fikk vondt i hodet.

Det var også noen klasser som hadde opplevd sammenslåing av klasser i enkelttimer fordi skolen ikke hadde råd til vikarer ved sykdom eller foreldrepermisjon. Dette forverret klassemiljøet i betydelig grad, mente elevene.

Redd Barna anbefaler at skoleøkonomien styrkes ytterligere så skoler har råd til god luftkvalitet, godt drikkevann, gode uteområder og ikke minst nok kvalifisert personale til å tilby elever skoletimer uten å måtte slå sammen skoleklasser.

## 6 Sikre tryggere skoleveier for alle elever

«2-300 meter bort her fra skolen, er resten av veien hjem helt for jXXXXlig.»

*Elev 7. klasse*

Det var mange elever som opplevde skoleveien som utrygg på grunn av den manglet gangfelt og det var mye trafikk. På en skole foreslo elevene at skolebussen burde være gratis for alle elever, uavhengig av hvor langt unna skolen de bodde, fordi flere elever hadde opplevd å bli kastet av bussen fordi de ikke hadde penger til billett.

Redd Barna anbefaler at det må sikres tryggere skoleveier og at grensen for gratis skoleskyss reduseres.

## 7 Bedre helsesykepleierdekning

«Hvis det skjer noe, så tenker jeg aldri på henne, for hun er jo aldri her.»

*Elev 7. klasse*

Få av elevene oppga helsesykepleieren som en voksenperson de ville gått til hvis de ikke hadde det bra på skolen. Helsesykepleieren var til stede kun én til to dager i uka, og derfor ikke var tilgjengelig for elevene. Elevene mente det ville bli mer naturlig for dem å gå til helsesykepleieren hvis hun/han alltid var til stede og hvis hun/han kom innom klasserommet eller var mer synlig i gangene og skolegården.

Redd Barna anbefaler at myndighetene styrker helsesykepleierordningen ytterligere for å sikre at alle barn i Norge har tilgang på en helsesykepleier. Vi anbefaler også at det opprettes flere studieplasser for utdanning av flere helsesykepleiere.

## 8 Mer tid og rom for lek, aktiviteter og kreativ læring

«Så vi sitter mye stille. Det blir vi urolige av.»

*Elev 6. klasse*

Redd Barna vil vise til ny *Overordnet del - verdier og prinsipper i opplæringen* kapittel 1.4, der det står:

«Barn og unge er nysgjerrige og ønsker å oppdage og skape. I opplæringen skal elevene få rike muligheter til å utvikle engasjement og utforskertrang. Evnen til å stille spørsmål, utforske og eksperimentere er viktig for dybdelæring. Skolen skal respektere og dyrke fram forskjellige måter å utforske og skape på. Elevene skal lære og utvikle seg gjennom sansning og tenkning, estetiske uttrykksformer og praktiske aktiviteter.»

Redd Barna anbefaler at fagfornyelsen med de nye læreplanene som trer i kraft høsten 2020 legger til rette for mer lek, aktiviteter og kreativ læring.

# REDD BARNAS RÅD TIL BESLUTNINGSTAKERE

## 9 Mer fysisk aktivitet og praktiske og estetiske fag på timeplanen

«Det er bra at vi har fysisk aktivitet. For ellers hadde mange flere elever vært veldig urolige.»

*Elev 5. klasse*

Elevene ønsket mer fysisk aktivitet i skolen, og at det skulle være lik mengde fysisk aktivitet på hvert trinn så det ikke avtar jo høyere du kommer opp i opplæringsløpet.

Elevene uavhengig av kjønn likte aller best de praktiske og estetiske fagene, som gym, kunst og håndverk, mat og helse. I tillegg mente elevene at dette er fag som bidrar positivt til klassemiljøet og til mindre uro, og ønsket å ha disse fagene hvert år.

Redd Barna anbefaler at disse fagene bør styrkes i skolen, og at de nye læreplanene fra høsten 2020 fører til mer praktisk læring i de tradisjonelt teoritunge fagene.

## 10 Lovfest rett til klassens time

«Ha klassemøter der alle i klassen snakker om hva de kan gjøre for å få et bedre klassemiljø.»

*Elev 6. klasse*

Forskrift til opplæringsloven § 1-4a slår fast at elevene har rett til tid og mulighet til å arbeide med saker knyttet til elevdemokrati. Fordi dette ikke er nærmere spesifisert i verken lov eller forskrift, blir det opp til skolen å vurdere hvor mye tid elevene får til elevdemokrati på klassenivå. I en travel skolehverdag der det faglige trykket er stort, blir det liten tid til elevrådsarbeid og klassens time.

Det bør lovfestes rett til klassens time i alle klassesetrinn, og klassens time bør ikke tas fra andre fag, men ha sitt eget timetall etter fag- og timefordelingen.

## 11 Lovfest rett til elevråd fra 1. trinn

«1.–3. klasse burde også få lov til å være med i elevrådet.»

*Elevrådsrepresentant 6. klasse*

I dagens lovverk er det lovbestemt at det ved hver grunnskole skal være elevråd med representanter for elevene fra 5. til 10. trinn. FNs barnekonvensjon artikkel 12 gjelder alle barns rett til å medvirke. Det følger ingen aldersgrense av denne, men det er en rettighet som vokser i takt med alder og modenhet.

Derfor bør den nedre grensa endres, og det bør lovfestes at elevråd skal ha representanter fra 1. trinn, slik at alle elever på barneskolen skal ha rett til å være representert i elevrådet.

## 12 Lag en barnevennlig versjon av opplæringsloven

Under skolebesøkene erfarte vi at elevene ikke kjente til sine rettigheter i skolen. Derfor anbefaler vi at Kunnskapsdepartementet lager en enklere versjon av opplæringsloven som gjør den mer tilgjengelig og forståelig for nettopp målgruppen: elevene.

I dette arbeidet bør barn og unge involveres underveis og kvalitetssikre at innholdet blir forståelig for målgruppen. Den endelige versjonen bør gjøres tilgjengelig på bokmål, nynorsk, samiske språk, kvensk og flere minoritetsspråk.

# REDD BARNAS SKOLEMATERIELL

Last ned eller  
bestill materiell på  
[reddbarna.no/skole](http://reddbarna.no/skole)



## INGEN UTENFOR

Metodehefte for lærere med aktiviteter for å jobbe for et godt og inkluderende klassemiljø.

For 1.–7. trinn



## VÆR EN VENN PÅ NETT

Et ressurshefte for å snakke med barn om deres digitale hverdag.

For 1.–4. trinn



## TENK FØR DU DELER

Metodehefte om ansvar, grenser og respekt på nettet og i sosiale medier.

For 5.–7. trinn



## DISKUSJONSKORTENE PÅ NETT MED BARN?

Diskusjonskortene tar opp hverdagslige utfordringer knyttet til blant annet tidsbruk, aldersgrenser, stygg språkbruk, ekskludering og press til å se skremmende innhold. Hvert diskusjonskort inneholder spørsmål om hvordan foreldre kan samarbeide for å sette grenser og rammer for barn sammen.

Til bruk på foreldremøter

# ANBEFALTE RESSURSER TIL BRUK I SKOLEN

I tillegg til Redd Barnas egne ressurser til å bygge gode klasse- miljøer og jobbe med nettvett i skolen, [reddbarna.no/ingenutenfor](http://reddbarna.no/ingenutenfor) og [reddbarna.no/nettvett](http://reddbarna.no/nettvett), kan vi anbefale følgende nettsider:

## UTDANNINGSDIREKTORATET

Utdanningsdirektoratet har gode nettsider om skolemiljø og regelverk. [nullmobbing.no](http://nullmobbing.no) er rettet mot elever og foreldre. Vi anbefaler også skoler å sjekke innholdet på siden under, spesielt der det står «Tiltak i skolemiljø saker»:

[udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/](http://udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/)

## MOBBEOMBUD

er et eget ombud opprettet som ressursperson for elever og foreldre som opplever mobbing. Ombudet skal både drive forebyggende arbeid og være en uavhengig instans der foreldre og elever kan søke råd og veiledning. Alle fylker/regioner i landet har et mobbeombud.

[elevombud.no/mobbing](http://elevombud.no/mobbing)

## KONFLIKTRÅDET

er en statlig tjeneste som tilbyr megling som metode for å håndtere konflikter. Hensikten er at partene gjennom dialog kan finne fram til gode løsninger enten det gjelder å gjøre opp for konkrete lovbrudd, eller gjenopprette mellommenneskelige relasjoner. Konfliktrådene har hatt flere saker der skjult mobbing som «blikking», har ført til trusler og voldsepisoder på skolen.

[konfliktradet.no](http://konfliktradet.no)

## FORELDREUTVALGET FOR GRUNNOPPLÆRINGEN (FUG)

er et nasjonalt og uavhengig organ som gir tips og veiledning til foreldre om samarbeid mellom hjem og skole. [fug.no](http://fug.no)

## NRK SUPER

har mange gode serier, som dere kan bruke i undervisningen for å snakke med elevene om hvordan de ønsker å ha det i klassen. Søk opp seriene: *Være venner*, *Lik meg* og *Jenter*, på [nrksuper.no](http://nrksuper.no) Sjekk også ut læringsopplegget til BlimE, som NRK Super har laget i samarbeid med Redd Barna: [nrk.no/skole/blime-i-skolen-1.14178849](http://nrk.no/skole/blime-i-skolen-1.14178849)

## DUBESTEMMER.NO

Utdanningsdirektoratet og Datatilsynet har laget undervisningsopplegg om personvern og digital dømmekraft for barn og unge mellom 9 og 18 år. Oppleggene oppfyller kompetansemålene i læreplanene. [dubestemmer.no](http://dubestemmer.no)

# BARNEKONVENSJONEN I KORTVERSJON

## – omskrevet for barn av Redd Barna

### 1 og 2 Gjelder alle barn under 18 år

Alle mennesker under 18 år regnes som barn. Alle barn har de samme rettighetene.

### 3 Til barnets beste

Alle tiltak som angår barn, skal ta hensyn til barnets beste.

### 4 Statens ansvar

Staten har ansvaret for at alle barn får sine rettigheter oppfylt.

### 5 og 18 Foreldreansvaret

Foreldrene har hovedansvaret for å oppdra barn.

### 6 Rett til liv

Alle barn har rett til å vokse opp.

### 7 og 8 Identitet

Alle barn har rett til et navn og en nasjonalitet, og de har rett til å beholde disse.

### 9 Holde familien sammen

Ingen barn skal skilles fra foreldrene sine mot sin vilje hvis det ikke er til barnets beste.

### 10 og 22 Først familier sammen

Alle flyktningbarn skal gis beskyttelse, humanitær hjelp og hjelp til å komme sammen med familien sin igjen.

### 11 Ulovlig bortføring og tilbakehold

Ingen barn skal tas ulovlig ut av et land eller hindres fra å reise tilbake.

### 12 Å si hva de mener

Alle barn har rett til å si hva de mener og til å bli hørt i saker som angår dem.

### 13 og 17 Få og gi informasjon, massemedier

Alle barn har rett til å søke etter, motta og gi informasjon. Staten skal beskytte barn mot skadelig informasjon.

### 14 og 15 Frihet til å tenke, tro og delta

Alle barn har rett til å tenke og tro på det de selv ønsker. Barn har rett til å delta i organisasjoner.

### 16 Privatliv

Alle barn har rett til privatliv.

### 19 Beskyttelse mot misbruk

Staten skal beskytte alle barn mot fysisk eller psykisk mishandling, forsømmelse eller utnytting fra foreldre og andre omsorgspersoner.

### 20 Barn uten familie

Alle barn uten familie har rett til beskyttelse og omsorg.

### 21 Adopsjon

Adopsjon av barn skal foregå slik loven bestemmer, og være til barnets beste.

### 23 Funksjonshemmede barn

Alle barn med funksjonshemninger har rett til et godt liv, og de har krav på spesiell støtte.

### 24 Helse

Alle syke barn har rett til den beste medisinske behandling staten kan gi.

### 25 Barn under offentlig omsorg

Alle barn på sykehus, barnehjem og andre institusjoner har krav på at det følges nøye med på hvordan de har det.

### 26 Sosialtjenester

Foreldre skal gi barn økonomisk trygghet, og staten skal hjelpe foreldrene med dette når dette er nødvendig.

### 27 Levestandard

Alle barn har rett til god nok levestandard slik at de har det de trenger for å leve og for å ha en meningsfylt hverdag.

### 28 og 29 Utdanning

Alle barn har rett til utdanning som gir dem mulighet for utvikling.

### 30 Minoriteter og urbefolkning

Alle minoritetsbarn har rett til å snakke sitt eget språk, ha sin egen kultur og sin egen tro.

### 31 Lek og fritid

Alle barn har rett til hvile, fritid og lek.

### 32 Barnearbeid

Alle barn skal beskyttes mot økonomisk utbytting. Arbeid skal ikke svekke muligheten til å gå på skole eller utvikle seg.

### 33 Narkotika og rus

Alle barn skal beskyttes mot ulovlig bruk, salg og produksjon av narkotiske stoffer.

### 34, 35 og 36 Utnytting

Alle barn skal beskyttes mot alle former for utbytting (for eksempel seksuelt misbruk, bortføring og salg).

### 37 Fengsel og tortur

Alle barn skal beskyttes mot tortur og umenneskelig behandling.

### 38 Barn i krig

Alle barn under 15 år skal beskyttes mot å bli vervet som soldater eller å delta i krig. I noen land er aldersgrensen 18 år.

### 39 Hjelp til å få det bra igjen

Alle barn som er blitt misbrukt, utnyttet eller forsømt, skal få hjelp til å få det bra igjen.

### 40 Beskyttelse ved lovbrudd

Alle barn som er anklaget eller dømt for lovbrudd, har rett til en behandling som sikrer deres verdighet og fremmer deres respekt for menneskerettighetene.

### 41 Når andre lover er bedre

Barnekonvensjonen gjelder ikke hvis andre nasjonale eller internasjonale lover sikrer barnet på en bedre måte.

### 42 Få vite om barns rettigheter

Staten skal sørge for at barn og voksne blir kjent med Barnekonvensjonen.





I dette heftet løfter vi elevers stemmer om hva som er bra med skolen, hva elever mener kan bli bedre, og deres forslag til hvordan skolen kan skape trivsel og forebygge mobbing.

Les hvilke tilbakemeldinger Redd Barna fikk fra elevene som vi snakket med. Hvilke av tilbakemeldingene fra elevene kan du kjenne deg igjen i på din skole?

**Redd Barna tilbyr skoler nettressurser og gratis undervisningsmateriell. Les mer og bestill på:**

**[reddbarna.no/skole](https://reddbarna.no/skole)**



**Redd Barna**

[reddbarna.no](https://reddbarna.no)