

Abildsø skole

Plan for trygt og godt skolemiljø

2026

1. Skolens mål for et trygt og godt skolemiljø

Retten til et trygt og godt skolemiljø (§ 12-2)

Alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, inkludering, trivsel og læring.

Skolen skal støtte og bidra til elevenes sosiale læring og utvikling gjennom arbeid med fagene og i skolehverdagen forøvrig. (Overordnet del 2.1 LK20)

Elevenes identitet og selvbilde, meninger og holdninger blir til i samspill med andre. Sosial læring skjer både i undervisningen og i alle andre aktiviteter i skolens regi. Faglig læring kan ikke isoleres fra sosial læring. I det daglige arbeidet spiller derfor elevenes faglige og sosiale læring og utvikling sammen.

Skolen skal utvikle inkluderende fellesskap som fremmer helse, trivsel og læring for alle. (Overordnet del 3.)

Et raust og støttende læringsmiljø er grunnlaget for en positiv kultur der elevene oppmuntres og stimuleres til faglig og sosial utvikling. Føler elevene seg utrygge, kan det hemme læring. Trygge læringsmiljøer utvikles og opprettholdes av tydelige og omsorgsfulle voksne, i samarbeid med elevene. De ansatte på skolen, foreldre og foresatte og elevene har sammen ansvar for å fremme helse, trivsel og læring, og for å forebygge mobbing og krenkelser.

Skolemiljøet omfatter det fysiske miljøet, det psykososiale miljøet og læringsmiljøet.

1.1 Skolens visjon/mål for skolemiljøet

På Abildsø skole skal vi lære sammen. Det er et viktig prinsipp at faglig og sosial læring skjer parallelt. Trygge stabile voksne er viktig for å skape gode relasjoner med elevene og mellom elevene. Dette er avgjørende for et trygt og inkluderende læringsmiljø. Læringsmiljøet skal fremme helse, trivsel, inkludering og læring. For å sikre elevenes rettigheter for et trygt, godt og inkluderende læringsmiljø, skal skolen arbeide forebyggende og sette inn tiltak tidlig. Abildsø skole godtar ikke krenkende oppførsel som mobbing, vold, diskriminering og rasisme.

2. Skolens felles forståelse og holdninger

Abildsø skole har gjennomført en prosess som sikrer at alle har en felles forståelse av relevante begreper som for eksempel mobbing, krenkelser, utenforskap, nulltoleranse, slik at alle vet hva de skal følge med på, og er i stand til å ta elevenes subjektive opplevelse på alvor.

2.1 På Abildsø skole definerer vi krenkende atferd som en fellesbetegnelse for alle former for atferd som uoverlagt eller tilsiktet rammer andre mennesker fysisk eller psykisk. Det omhandler mobbing, vold, rasisme, seksuell trakassering og andre diskriminerende og

hatefulle ytringer, knyttet til religion, livssyn, legning/leveform eller funksjonsevne.

2.2 Skolens felles forståelse av relevante begreper er mer inngående definert i skolens handlingsplan mot krenkende atferd.

2.3 På Abildsø skole er vårt elev- og læringssyn basert på følgende:

Abildsø skole bygger sitt menneskesyn og elevsyn på menneskeverdets ukrenkelighet og at alle mennesker er like mye verdt.

- Skolen skal være mobbefri
- Alle elever skal oppleve et trygt og godt læringsmiljø
- Den som blir mobbet eller krenket, skal oppleve ansatte som ivaretar dem, og som er trygge og tydelige. De skal kunne stole på at skolen tar dem på alvor.
- Elever som mobber eller krenker, skal møte ansatte som klart tar avstand fra det som er gjort, men som viser elevene respekt og har forventninger om endret atferd. De skal få oppfølging og veiledning av ansatte.
- Alle elever skal få et undervisningstilbud som gir utbytte ut ifra den enkeltes forutsetninger. Lærerne skal gjennomføre inkluderende undervisning hvor alle elever skal føle seg inkludert i fellesskapet.
- Alle foresatte skal oppleve ansatte som viser dem og barna deres respekt.

2.4 Abildsø skoles plan bygger på et fellesskapsorientert mobbesyn. (Byrådssak 268/22)

Fellesskapsorientert mobbesyn:

«Mobbing av barn og unge er handlinger fra voksne og/eller barn og unge som hindrer opplevelsen av å høre til, å være en betydningsfull deltaker i fellesskapet og muligheten til medvirkning.»

(Helgeland & Lund 2020)

2.5 Slik ivaretar Abildsø skole de fem grunnleggende faktorene for et trygt og godt skolemiljø:



Omsorgsfull kontroll

Omsorgsfull kontroll handler om klasseledelse, struktur, rammer og rutiner. Ansatte skal hjelpe elevene til å ta gode valg gjennom tydelig kommuniserte forventninger, og innarbeide gode rutiner for samhandling på skole og AKS.

God klasseledelse forutsetter at lærere etablerer gode regler og rutiner som organiserer aktivitetene i timene og overgangen mellom dem på en god måte. Lærere skal framstå som tydelige, forutsigbare voksne som viser elevene tillit og dermed får tillit tilbake. Vi skal strekke oss langt for at elevene skal lykkes med å mestre oppsatte regler. Tilretteleggingen skjer gjennom gode strukturer og rutiner i elevgruppa.

Relasjoner

Anerkjennelse og respekt skal ligge til grunn for all samhandling mellom lærer og elev i skolen. Elevens opplevelse av god relasjon til læreren er av avgjørende betydning for elevenes motivasjon og lærelyst. Læreren har relasjonsansvaret og må ta det relasjonelle ansvaret overfor elevene. Å ta det relasjonelle ansvaret overfor elever og ansvar for spillet mellom elever, innebærer bevisst og systematisk arbeid over tid. En positiv relasjon mellom elev og lærer, er en av de faktorene som har størst effekt på elevenes læring.

Hjem-skole samarbeid

Skolen og foresatte må sikre et godt samarbeid bestående av god dialog, informasjonsflyt og medvirkning. Ved å etablere et godt samarbeid med foresatte, får skolen bedre innsikt i hvilke behov eleven har, hvordan eleven fungerer, og det blir enklere å legge til rette for eleven i skolehverdagen. Skolen er avhengig av hjemmets tillit, derfor er det viktig at skolen har gode rutiner for å invitere foresatte til dialog om elevenes skolesituasjon. Dette skjer gjennom utviklingssamtaler og fortløpende kontakt mellom foresatte og kontaktlærer/sosiallærer/leder ved behov.

Læreplanforståelse og elevenes læring

Skolen har fokus på tilpasset opplæring, åpne og rike oppgaver som kan løses på ulike måter, tilpassede tilbakemeldinger til elevene, motivasjon og relasjon, samarbeid og elevmedvirkning. Dette for å bygge et godt læringsmiljø og legge til rette for gode læringssituasjoner for alle elever. Elevene skal delta aktivt og kunne uttale seg om saker som angår dem. Det kan være i elevråd, i klassen, i undervisningssituasjoner om bl.a. regler, rutiner, tilbakemeldinger og i oppnåelse av læringsmål.

Vennskap og inkludering

Å ta elevens behov for vennskap og inkludering på alvor, er nødvendig for å sikre alle elever et trygt psykososialt miljø. Lærerne skal ha som mål å skape et trygt sosialt miljø der alle elevene føler seg inkludert og anerkjent av både voksne og barn. Dette skal være et fokus og kontinuerlig arbeid gjennom hele skoleåret og hele skoleløpet. Dette gjøres ved å fokusere på elevenes sosiale læring så vel som det faglige. Tydelige regler og forventninger til sosialt samvær er viktig, og elevene skal være med på prosessen med å lage reglene.

3. Medvirkning

Skolen involverer ulike parter i å medvirke for et trygt og godt skolemiljø, samt planlegging og gjennomføring av skolemiljøarbeidet. Dette foregår på ulike nivåer:

3.1 Elevene medvirker i planlegging og gjennomføring av tiltak gjennom:

Lærernes dialog med elevene om klassemiljø, sosial kompetanse og undervisningsformer, er grunnleggende for å få til et godt skolemiljø. Dette skjer gjennom:

- Elevsamtaler

- Elevlogger og annen skriftlig kommunikasjon
- Undersøkelser på klassenivå. Gjennomføres høst og vår i hht årshjul, og v/behov.
- Utviklingssamtaler med elev og foresatte høst og vår.
- Elevundersøkelsen 5. – 10. trinn høst, Trivselsundersøkelsen 1. – 4. trinn høst
- Elevråd 5. – 10. trinn

3.2 De ansatte medvirker i planlegging og gjennomføring av tiltak i følgende fora:

- Klassemøter, trinnmøter og seksjonsmøter
- Profesjonsfellesskapet m/alle lærerne
- Assistentmøter
- AMU og MBU

3.3 Skolen involverer skolens rådsorganer og utvalg i arbeidet med trygt og godt skolemiljø.

- Driftsstyret (DS)
- Foreldrenes arbeidsutvalg (FAU)
- Skolemiljøutvalget (SMU)
- Elevrådet 5-10

3.4 Beskrivelse av hvordan skolen informerer ansatte, foresatte og elever om innholdet i kap. 12.

- Informasjon ansatte v/oppstart nytt skoleår + skolemelding underveis i året
- Foresatte informasjon v/oppstart nytt skoleår; skolemelding og foreldremøter
- Elevene får informasjon ved oppstart nytt skoleår og i elevrådet

4. Skolens evaluering av skolemiljøarbeidet

Skolen har en plan for evaluering av skolemiljøarbeidet, og evaluerer kontinuerlig alle elementer som inngår i planen.

Hva	Hvordan	Når	Ansvar
Gjennomgang og evaluering av skoleregler og <i>Plan for trygt og godt skolemiljø</i>	Fellesmøte for personalet	Planleggingsdager høst	Ledelsen
Gjennomgang av skoleregler, §12 m/utdrag fra <i>Plan for trygt og godt skolemiljø</i> , utarbeidelse av klasseregler	I hver klasse Skoleregler og informasjon om § 12 sendes foresatte	Ved skolestart	Kontaktlærer Rektor
Gjennomgang og evaluering av <i>Plan for trygt og godt skolemiljø</i>	I elevrådet	Første elevrådsmøte høst <i>Trygt og godt skolemiljø</i> tema alle møter gjennom året	Elevrådskontakt
Gjennomgang av <i>Plan for trygt og godt skolemiljø</i>	I MBU, AMU, FAU, SMU, DS	Første møte etter skolestart	Ledelsen

5. Årshjul

Skolen har et årshjul der det framgår hvordan man jobber systematisk med skolemiljøet. Årshjulet inneholder oversikt over fellesskapende aktiviteter for alle skolens elever, arrangementer som inkluderer foresatte, når man gjør ulike undersøkelser (Delplikt 1 Følge med), og følger opp disse. Se eget dokument.

6. Skolens systematiske arbeid for å fremme et trygt og godt skolemiljø

Et trygt og godt skolemiljø er mer enn fravær av mobbing og andre negative faktorer. Skolen arbeider kontinuerlig for å fremme elevenes helse, inkludering, trivsel og læring. Dette gjøres ved å arbeide systematisk med å fremme faktorer som gir et positivt skolemiljø for elevene.

6.1 Tiltak som fremmer trygt og godt skolemiljø på skolenivå, når de gjennomføres, og hvem som er ansvarlig.

Holdningsarbeid: På Abildsø skole baseres holdningene på respekt; respekt for hverandre og hverandres eiendom. Vi aksepterer og anerkjenner at vi er forskjellige. Det er nulltoleranse for mobbing, plaging, trusler og vold.

For å sikre kontinuitet i tiltak for å forebygge og avdekke mobbing og krenkende atferd, settes tiltak på skolen inn i et årshjul.

Handlingsplanen, §12.2-4 og ordensreglementet gjennomgås med samtlige elever og ansatte i starten av hvert skoleår. Vi sikrer at ansatte har en felles forståelse av hva skolen anser som krenkende atferd og mobbing og sikrer at brukerundersøkelser og oppfølgingsplaner blir gjennomført i hht. årshjul.

6.2 Tiltak som fremmer trygt og godt skolemiljø på klasse/trinn-nivå, når de gjennomføres, og hvem som er ansvarlig.

Lærer utøver tydelig ledelse på en slik måte at klassen/gruppen oppleves som et trygt sted for alle elever

- Læreren/assistenten har høy bevissthet om betydningen av relasjonen lærer/assistent - elev og tar ansvar for kvaliteten på denne relasjonen
- Kontaktlæreren og klassen lager klasseregler mot mobbing og krenkende atferd. Læreren setter fokus på ansvarlig kommunikasjon på sosiale medier. Klasseregler skal henge synlig i klasserommet og gjennomgås flere ganger i året
- Lærer/assistent sørger for gode arbeidsforhold i klasserommet
- Læreren gir tydelige beskjeder og instruksjoner, og undervisningen har en tydelig og god struktur.
- Læreren bruker inkluderende undervisningsmetoder med mål om mestring, medvirkning og tilhørighet for alle elever.

6.3 Tiltak som fremmer trygt og godt skolemiljø på individnivå, når de gjennomføres, og hvem som er ansvarlig.

Lærer skal være en tydelig voksen som eleven kan ha tillit til. Læreren skal være en god klasseleder. Det vil si at:

- Den enkelte elev skal bli sett, hørt og snakket med - hver dag om mulig
- Lærers forventninger til enkeltelevener bør fremme elevens faglige og sosiale læring
- Læreren skal legge opp til tilpasset opplæring og mestring for den enkelte. Elever som til stadighet mislykkes, kan lett utvikle utrygghet, følelsen av å mislykkes, uønsket atferd etc.

- Grunnet ubalanse i makt - og styrkeforholdet mellom voksen og elev på en skole, hviler det et ekstra ansvar på de voksne til å uttrykke seg på en måte som ikke oppleves krenkende. Det gjelder spesielt bruk av ironi, sarkasme og humoristiske utsagn på bekostning av eleven.
- Planlagte elevsamtaler er viktig, men like viktig er de jevne samtaler som tas der det er naturlig. I samtalen tas både det faglige og sosiale aspekt opp. Jevnlig logg er også et godt redskap for kommunikasjon med den enkelte. Elevene skal oppleve at de har lærere som bryr seg om dem og deres interesser, og oppmuntrer eleven.

7. Skolens systematiske arbeid for å forebygge brudd på retten til et trygt og godt skolemiljø

Skolen arbeider systematisk for å minske risikoen for at utenforskap og krenkelser forekommer.

7.1 Rutiner skolen har for å forebygge brudd på retten til et trygt og godt skolemiljø, og hvem som er ansvarlig.

- Skolen gjennomfører risikovurderinger på skolenivå, klassenivå og AKS ved oppstarten av nytt skoleår og fortløpende gjennom året. Risikovurderingene skal sikre forebyggende tiltak rundt aktiviteter på skolen, eksterne aktiviteter, overganger, skolegård/inspeksjonsrutiner mm.
- På skolen har vi oppsøkende inspeksjon. Med det menes at man er godt synlig med gul vest, oppsøker sammenstimlinger av elever, stiller spørsmål/prater med elever og aktivt går inn for å bygge gode relasjoner, samtidig som man har blikket vendt utover for å holde oversikt.
- Kontaktlærere, sosiallærere og ledelsen har rutiner og fokus på oppfølging av bekymringsfullt fravær fra 1. – 10. trinn.
- Skole og AKS samarbeider om gode rutiner for den daglige overgangen og overføring av nødvendig informasjon.

7.2 Beskrivelse av hvordan skolen skaffer seg oversikt over særskilt sårbare elever.

- Elevoppfølging er fast punkt på lærernes ukentlige trinnmøte.
 - Tett dialog mellom kontaktlærer, nærmeste leder og sosiallærer
 - Jevnlige møter mellom sosiallærere og helsesykepleiere om særskilt sårbare elever.
- Det er svært viktig at alle elever har voksenpersoner på skolen de har tillit til og kan stole på. Det betyr at voksne skal møte alle elever på en god måte og ta alle signaler og bekymringer på alvor.
- Elev- og utviklingssamtalene inneholder dialog om trivsel i tillegg til fag. Et tett samarbeid mellom skole og hjem hvor bekymringer og informasjon om manglende trivsel, konflikter og krenkende atferd deles, er svært viktig for skolen. Skolen har da en handlingsplikt.

7.3 Skolens systematiske arbeid med å følge med på skolemiljøet ([første delplikt 12-4](#)).

Skolen gjennomfører elevsamtaler og utviklingssamtaler høst og vår i tillegg til sosiogram, undersøkelser av klassemiljøet, logg og observasjoner løpende gjennom året, i hht årshjul.

Kontaktlærer analyserer undersøkelsene i samarbeid med klassens lærere og nærmeste leder, og utarbeider tiltaksplaner. Dette dokumenteres skriftlig av kontaktlærer.

7.4 Beskrivelse av hvordan skolen følger opp resultatene fra Elevundersøkelsen.

Resultatene fra Elevundersøkelsen drøftes i ledelsen, av lærere på trinn og seksjoner m/nærmeste leder og gjennomgås i møte med alle lærerne. Resultatene sammenholdes med øvrige observasjoner, undersøkelser og erfaringer med elevmiljøet, og tiltak utarbeides i henhold til dette. Resultatene bearbeides også i elevrådet, i FAU og DS (driftsstyret).

8 Håndtere brudd på retten til trygt og godt skolemiljø (§ 12-4/5)

Skolens aktivitetsplikt

5 delplikter:



Delplikt 1 (Følge med) er kontinuerlig og gjelder alle ansatte. Å følge med er en nødvendig aktivitet for å avdekke, og er derfor en del av skolens forebyggende arbeid. De andre delpliktene utløses av kjennskap til, eller mistanke om.

Skolen har et system for å sikre at alle ansatte kjenner aktivitetsplikten. Skolen har også gode rutiner ved tilfeller av mistanke om eller kjennskap til krenkelser og mobbing.

8.1 Beskrivelse av hvordan skolen sikrer at ansatte har en felles forståelse av hva som utløser aktivitetspliktene

Aktivitetsplikten gjennomgås med alle ansatte i oppstarten av et nytt skoleår, og forståelse sikres gjennom møter i de ulike seksjonene, i Plussklassen og på AKS. Plikten til å følge med omfatter systematiske tiltak for å observere og lytte til elevstemmen i det daglige, i alle faglige og sosiale aktiviteter. Det omfatter bl.a. kvalitet på inspeksjonsrutiner for friminutt, regelmessige samtaler med elever og foresatte og tiltak rettet særskilt mot enkeltelever. Alle voksne på Abildsø skole har en kontinuerlig plikt til å følge med på om elevene har det trygt og godt, og at de aktivt skal gjøre en innsats for å avdekke mobbing.

8.2 Skolens rutiner for å gripe inn og hvordan man dokumenterer.

Hvis en som arbeider på skolen observerer en situasjon der en elev utsettes for krenkelse, har personen plikt til å umiddelbart gripe inn for å stoppe krenkelsen, hvis det er mulig. Det kan f.eks. være snakk om å stanse og snakke med elever som verbalt krenker andre, stanse en utfrysningssituasjon, bryte opp en krangel eller en slåsskamp eller avverge skade på eiendom eller gjenstander. Dokumentering: Se *Handlingsplan mot krenkende atferd*.

8.3 Skolens rutiner for å varsle (rektor og skoleeier) og hvordan man dokumenterer. (Rundskriv – varsle)

Opplæringsloven viser til at hvis en ansatt har observert, har mistanke om, eller fått kjennskap til at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø, har den ansatte plikt til å gi rektor beskjed om dette.

Melde fra til rektor – kan melde direkte eller gjennom sosiallærer/nærmeste leder, som melder videre til rektor. Digitalt skjema i portalen og på Tavla. Meldingen skal alltid dokumenteres skriftlig.

Melde fra til skoleeier, ved alvorlige tilfeller eller ved mistanke om at ansatte krenker

elever, skal rektor melde fra til skoleeier så raskt som mulig. - skjemaportalen
Dokumentering fysisk inngripen – Ansatt melder fra til rektor – digital dokumentasjon

8.4 Skolens rutiner for å undersøke + hvordan man dokumenterer. (Rundskriv – Undersøke)

Ved mistanke om at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø, skal skolen snarest undersøke saken.

Elevsamtalen (mal)

Undersøkelse Trygt og godt skolemiljø

Kartlegging av trygge deler av skolehverdagen individnivå/klassenivå

Sosiogram

Logg

Observasjon fra lærere/assistenter

Analyse av innhentet informasjon v/alle involverte voksne.

Skriftlig dokumentasjon v/ kontaktlærer, sosiallærer, leder ut ifra hvem som gjennomfører.

8.5 Skolens rutiner for å utarbeide tiltak til aktivitetsplan/tiltaksplan. (Rundskriv – tiltak)

Skolen skal utarbeide en aktivitetsplan når det settes i verk tiltak i en skolemiljøsak. Det vil si at det skal lages en aktivitetsplan når en elev ikke har det trygt og godt på skolen. Sosiallærer og leder drøfter tiltak og aktivitetsplan utarbeides av sosiallærer i samarbeid med lærere. Barnets beste skal alltid være grunnlaget for tiltakene. Elevens medvirkning i utarbeidelse av tiltakene står her sentralt. Eleven skal få uttale seg om alle forhold i saken som angår han/henne.

8.6 Beskrivelse av hvordan skolen jobber med gjenopprettende prosesser når tilliten er brutt mellom elev-elev, lærer-elev, skole-foresatte.

Elev – elev: La begge elever gi sin versjon og sitt perspektiv før de møtes og trygge dem på at målet er å løse problemet, ikke gi skyld. Gjennomføre en gjenopprettende samtale med mål om å skape forståelse og gjenopprette relasjonen.

- La hver elev forklare hva som skjedde fra sitt perspektiv og hvordan det føltes da det skjedde.

- La hver elev fortelle hvordan de ble påvirket av det som skjedde og be dem si noe om hvordan de tror den andre ble påvirket.

- Begge sier noe om hva de trenger for å gjenopprette tilliten, hva som kan gjøres neste gang, og om det er noe den andre kan gjøre for at man kan føle seg trygg igjen.

- Lag en avtale, om ønskelig

- Lærer sjekker inn jevnlig og hører hvordan det går, tilbyr individuelle samtaler ved behov.

Lærer – elev: Mål om å gjenskape relasjon og tillit. Lærer må koble seg på når eleven viser følelsesmessige reaksjoner overfor seg, og lytte aktivt etter hva som er viktig for eleven. Viktig å stille spørsmål og vise interesse for det eleven er opptatt av, og spørre hva som skal til for å gjenopprette tilliten.

Skole – foresatte: Invitere til samtale, tenke høyt sammen, og lytte og vise interesse for å finne løsninger sammen. Spørre hva som skal til for å gjenopprette tilliten.

8.7 Skolens rutiner for å følge opp og evaluerer igangsatte tiltak

For å følge opp og evaluere igangsatte tiltak, har skolen hyppige interne møter og

samtaler med eleven og foresatte.

- Kontaktlærer har jevnlig samtaler med eleven og jevnlig kommunikasjon med foresatte
- Jevnlig kommunikasjon mellom kontaktlærer, sosiallærer og nærmeste leder rundt eleven og aktivitetsplanen.
- Evaluering av aktivitetsplanen i hht fastsatt dato; elev, foresatte, kontaktlærer/sosiallærer/leder.

Kilder

Mal: Utdanningsetaten i Oslo

Utdrag fra *Inkluderende læringsmiljø* (Bergkastet, Duesund, Westvig)