



# Handlingsplan mot vold og trusler



Risørskolen

# Innhold

Forord: Allianse og autoritativ ledelse	4
1.0 Mål for handlingsplanen	5
2.0 Hva gjør vi for å forebygge	5
2.1 Kjøreregler for personalet	5
2.2 På skolenivå	6
2.3 På klassenivå	7
2.4 På elevnivå	7
3.0 Teorigrunnlag	8
3.1 Hva er problematferd?	8
3.2 Toleransevindu	8
3.3 Trappemodell – hvor setter vi grensen for elevene?	9
3.4 Fasemodell eskalerende atferd	10
3.4 Nødrett og nødverge	14
4.0 Verktøykasse	16
4.1 Å rose	16
4.2 Aggresjonsdempende kommunikasjon	17
4.3 Når barna utfordrer	18
4.4 Når du må gripe inn fysisk/bruke tvang	22
4.5 Triggerbok	24
4.6 Ivaretakelsesplan	25
5.0 Når en voldssituasjon oppstår:	27
6.0 Oppfølging i etterkant av en voldsepisode	28
6.1 Når den voldsutsatte er et barn	28
6.2 Når den voldsutsatte er en voksen	29
6.3 Hvordan hjelper vi den som utøver vold?	30
7.0 Arkivering – fyll ut skjema	32
Vedlegg: Rapport om problematferd	
Rapport om tvangsbruk	
Rapport om hærverk	

*Planen bygger på «Handlingsplan problematferd» fra Sannidal skole, med tillatelse.*

*April 2024*



## Forord: Allianse og autoritativ ledelse

For å komme i posisjon til å et godt samarbeid med elevene på skolen er det helt avgjørende at vi på skolen har gode og trygge allianser med elevene og deres foresatte. Skal vi lykkes må alle være på samme lag. Gjensidig tillit mellom skole, hjem og barna er et nødvendig utgangspunkt for å skape et trygt og godt skolemiljø for alle. Det er skolens ansvar å alltid prøve å få til denne alliansen. De foresatte sender de beste barna de har til skolen. Noen av dem har utfordringer vi skal hjelpe dem spesielt med, og som alle synes er vanskelig. Vi er ansatt for å hjelpe til med disse utfordringen. Lykkes vi med de barna som utfordrer oss mest, kan vi ha bidratt vesentlig til at barnet har gode framtidsutsikter.

*«I utgangspunktet bør all kontakt med foreldre ha en positiv form. Dette er enda viktigere for å fremme samarbeid rundt elever fra belastede familier og elever med spesielle behov. Fordi det fokuseres mye på det som er positivt, vil det ofte også være enklere å snakke sammen om evt. problemer som oppstår» UDIR*

Skal vi lykkes i dette, må vi lykkes med en autoritativ ledelse av barna. Vi må bygge en god og varm relasjon til elevene hele tiden. De må ikke være i tvil om at vi liker dem og vil savne dem når de er borte. Videre innebærer det at vi må ha en klasseledelse som er tydelig. Det må være helt klare, forutsigbare reaksjoner på regelbrudd som alle voksne må være helt lojale mot. Elevene må ikke oppleve at utfordrende atferd lønner seg.

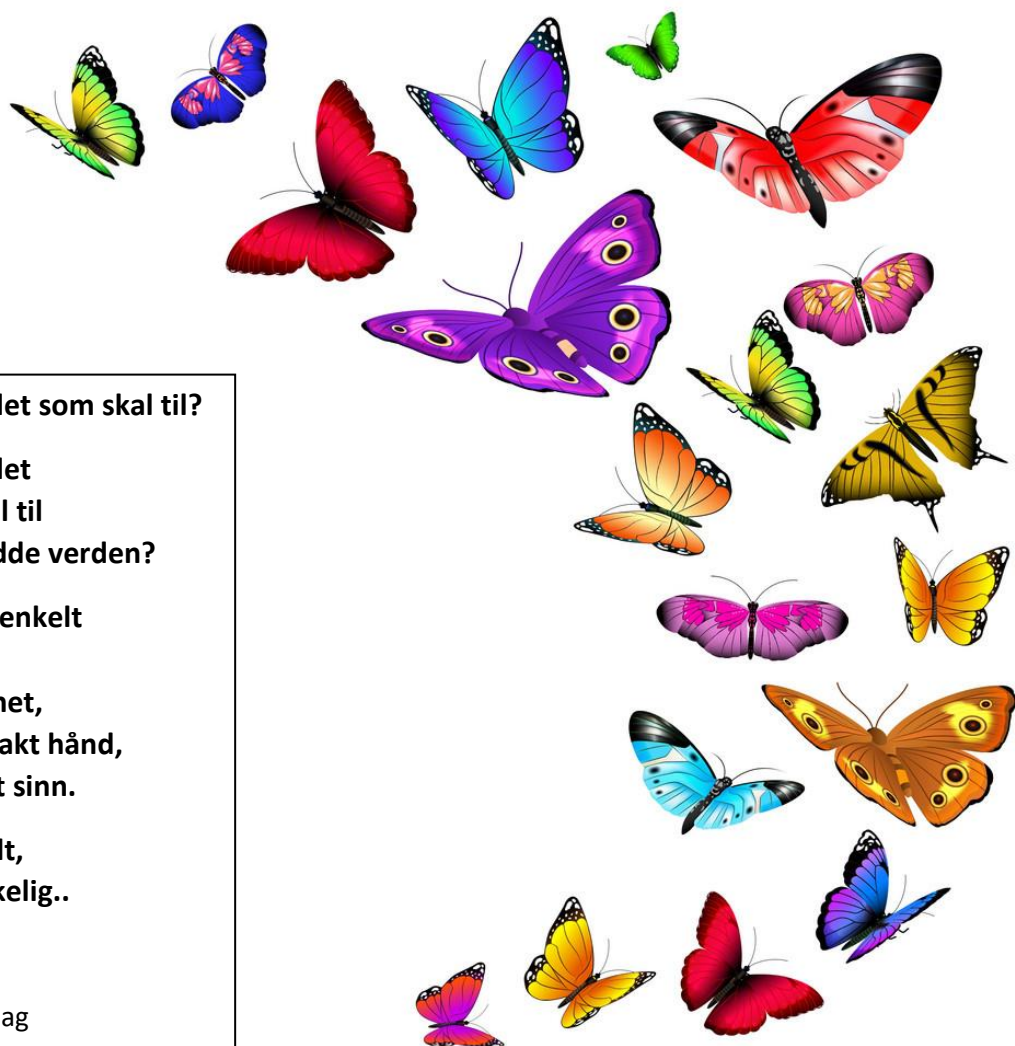
**Hva er det som skal til?**

**Hva er det som skal til for å redde verden?**

**Ganske enkelt godhet, vennlighet, en utstrakt hånd, et åpent sinn.**

**Så enkelt, så vanskelig..**

Martin Nag



## 1.0 Mål for handlingsplanen

- øke bevisstheten om hva alvorlig utfordrende atferd er og hvorfor den oppstår
- forebygge voldssituasjoner
- iverksette tiltak for å hjelpe og trygge dem som utsettes
- hjelpe og ansvarliggjøre dem som utøver vold
- ha klare rutiner for iverksetting av tiltak når det utøves vold og trusler
- bidra til å nå overordnet mål om at Risør skal være et trygt, inkluderende og utviklende samfunn for alle barn og unge (Oppvekstplan)

## 2.0 Hva gjør vi for å forebygge

I følge Lillevik og Øyen (2012) har vi tre grunnprinsipper innenfor forebygging av vold:

1. **Bygge relasjon.** Skap forutsigbare strukturer og en inkluderende skole som fremmer utvikling av sosial kompetanse og evne til konflikthåndtering blant både ansatte og elever.
2. **Vurdere situasjonen.** Vær oppmerksom på særlige risikoforhold som avmakt og frustrasjon hos elever, elever med tidligere voldsatferd og direkte og indirekte trusselsituasjoner.
3. **Håndtere aggresjon.** Møt elevens aggresjon med aggresjonsdempende kommunikasjon.

### 2.1 Kjørereregler for personalet

- **Vær lydhør** overfor elever eller kollegaer som viser tegn på eller melder fra om problemer.
- **Vær lojal** i forhold til oppfølging av handlingsplan mot vold, ordensregler, ute- regler og i andre situasjoner der personalet bør opptre likt overfor elevene. Vær med på å praktisere og stadfeste felles holdninger.
- Gå foran med et **godt eksempel** mht. å behandle elever og kolleger med respekt.
- **Lekeslossing** er ikke tillatt (se uteregler). Hvis vi ser dette stopper vi det. Det er viktig å være bevisst på at lekeslåsning ofte går over i alvorlig slåssing, og at den ene gjerne har overtaket helt fra begynnelsen. Det kan lett skjules at den ene ikke ønsker å delta i lekeslåsningen ved at den som har overtaket bagatelliserer slåssingen/volden til å «bare være lekeslåsning». De voksne **må** ha lik praksis og håndhevelse av regelen.
- Vi voksne må **søke og forstå meningen** med elevens aggresjon. Det kan være andre emosjoner som ligger til grunn, og når vi vet noe om hva disse er kan vi hjelpe eleven til å takle de emosjonene som føles overbelastende eller vanskelige.
- Vi voksne må tilstrebe å bevare roen overfor en utagerende elev, slik at det etterpå blir fokusert på elevens handlemåte og ikke på den voksnes. **For å hjelpe en elev til å regulere seg, må vi være i stand til å regulere oss selv.**
- Når en alvorlig voldssituasjon oppstår jobber ledelsen systematisk med å følge opp alle involverte. Det er alle voksnes ansvar å **støtte hverandre**, og vite at informasjon om hva som har skjedd, hva som har blitt gjort og hva som skal gjøres, vil bli gitt så snart ledelsen har anledning.



## 2.2 På skolenivå

### A. Generelt:

- Hver skole har beredskapsgruppe mot vold (se under) for å støtte personalet i vanskelige saker. På skoler som ikke har en egen beredskapsgruppe vil plangruppa fungere som beredskapsgruppe.
- Ledelsen er ansvarlig for at skolen i starten av hvert semester gjennomgår handlingsplanen med personalet. Samt rutine for [Rutine for håndtering av trusler og vold i arbeidssituasjon](#) og [Rutine for forebygging og opplæring i å håndtere trusler og vold i arbeidssituasjon](#)
- Ledelsen er ansvarlig for at alle nyansatte og vikarer får innføring i handlingsplanen.
- Ledelsen er ansvarlig for at handlingsplanen vises på foreldremøte hver høst.
- Planen er tilgjengelig på skolens hjemmeside.
- Skolen kommuniserer nulltoleranse mot vold overfor elever, foresatte og ansatte.
- Vi bruker [Mitt valg](#) / [Robust ungdom](#) og [Plan for sosial kompetanse i Risørskolen med tiltaksdel.pdf](#) som generelle forebyggende tiltak rettet mot alle elevene på skolen.
- Vi har felles regler for alle steder elevene oppholder seg med utgangspunkt i verdiene respekt, omsorg og selvkontroll.
- Vi har en åpen dialog med foreldrene og inviterer til samarbeid. Vi tar opp vanskelige saker hvis det er behov for det.

### B. Beredskapsgruppe mot vold

Skolen bruker ledelsen og fagpersoner som beredskapsgruppe mot vold. Medlemmene er:

- Rektor
- Inspektør/sosiallærer/ miljøterapeut
- SFO leder
- Ressurspersoner i personalet

Når en voldssituasjon oppstår, og de voksne i situasjonen trenger hjelp å håndtere den, kan man kontakte ledelsen/andre i beredskapsgruppa. De kommer for å bistå, og vurderer videre om resten av gruppa skal kalles inn, utfra situasjonen. Vi bruker mobiltelefon for å kontakte en eller flere i beredskapsgruppa. Gruppa er operativ med de medlemmene som er tilgjengelige.

#### Beredskapsgruppas oppgaver:

- Bidra til at den akutte situasjonen løses.
- Fordele ansvarsområder. Hvem snakker med/ følger opp hvem.
- Snakke med involverte parter, og få deres versjon.
- Kontakte foreldre/foresatte, evt. informere kontaktlærer som kontakter hjemmet.
- Sammen med kontaktlærer vurdere hvilke sanksjoner som er hensiktsmessige ut fra individ og situasjon (eks. tilbake til klassen og gjenoppta vanlige oppgaver, rydde opp etter seg, skjerming fra de andre elevene, utvisning. (jfr. Ordensreglement / Skoleregler gjeldene fra 01.08. 2024)
- Drøfte innad i gruppa underveis ved behov.
- Dokumentere underveis hva som blir gjort og loggføre i Visma sikker sak.
- Evaluere det som har blitt gjort i etterkant. Kan vi gjøre noe annerledes neste gang? Se skjema pkt. 6.4

## 2.3 På klassenivå

- Vi fokuserer på god klasseledelse og godt klassemiljø i hver enkelt klasse (jf. [Plan for godt skolemiljø](#))
- Vi har et læringsmiljø som bidrar til å redusere følelsen av avmakt ved å være oversiktlig og forutsigbart, trygt, anerkjennende og ved at elevene har mulighet til å påvirke sin skolehverdag.
- Vi bruker læringspartner for at elevene skal bli kjent med og trygge på ulike elever.
- Vi har inspeksjon i friminuttene for å skape en trygg ramme for elevene ute. Vaktene bruker gule vester for å være godt synlige. Vi oppmuntrer til lek og positiv samhandling mellom elevene.
- Vi har aktivitetsledere (TL) og andre friminuttsaktiviteter for at elevene skal ha noe morsomt og engasjerende å holde på med i friminuttene.
- Vi oppfordrer foresatte/klassekontakter til å arrangere sosiale treff på fritiden.



## 2.4 På elevnivå

- Vi er bevisste på å ha anerkjennende holdninger. Lærerne viser oppriktig interesse og engasjement for den enkelte elev. En slik anerkjennelse kan bidra til å forebygge elevens følelse av avmakt og aggresjon. Det er også en holdning som kan være aggresjonsdempende i en allerede opphetet situasjon.
- Vi tilpasser opplæring for den enkelte elev slik at alle skal ha mulighet til å føle mestring.
- Vi har tilpassede tiltak rettet mot elever som har utviklet atferdsproblemer.
- Vi har bestemt oss for å like alle elevene, og er nysgjerrige på hva som er årsaken til at de tenker og agerer som de gjør.
- Vi bruker «speilet» på oss selv og leter etter opprettholdende faktorer til at noen elever kommer i situasjoner hvor de får følelsen av avmakt.
- Vi bruker ros som verktøy. Eleven gis flere positive tilbakemeldinger for hver gang vi iverksetter.
- Vi har høy voksentetthet i friminuttene for å bistå elevene i det de måtte trenge hjelp til.
- Vi sikrer informasjonsflyt mellom de voksne ved å dokumentere hendelser i friminuttene, som gjelder andre elever enn de vi har i vår egen klasse.

## 3.0 Teorigrunnlag

### 3.1 Hva er problematferd?

Opplæringsloven bruker betegnelsen «**krenkelseser**» som overordnet begrep for mobbing, vold, diskriminering og trakassering. Begrepet omfatter og krenkelseser som utestenging, isolering og baksnakking.

Problematferd er når en person opptrer på en måte som krenker andre, gjennom ord eller handlinger. Alvorlig problematferd kan sette andres sikkerhet i fare, og kan gjøre aktiviteter og undervisning vanskelig eller umulig.

Astrid Slåttøy (2002) tar utgangspunkt i både elev og miljø når hun definerer problematferd. Atferdsproblemer oppstår i skolen når samhandlingen mellom eleven og skolemiljøets andre deltakere ikke fungerer. Atferdsproblemer er både et tegn på at eleven ikke fungerer i sin rolle, og et tegn på at skolen ikke lykkes i sin undervisnings- og oppdragsfunksjon overfor eleven.

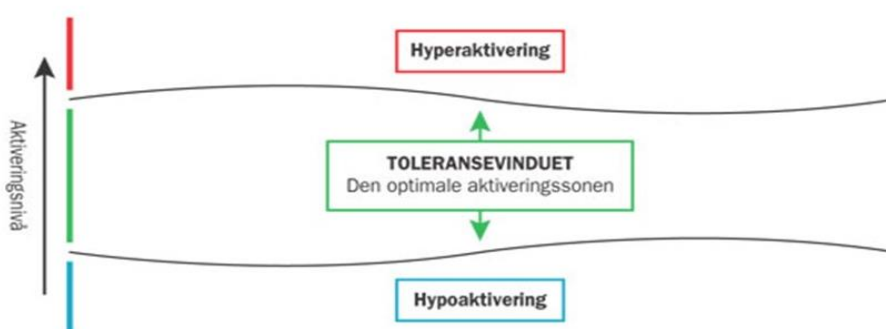
Ut fra dette synet ligger ansvaret for å endre samhandlingsmønsteret på både eleven og skolen. Denne definisjonen peker på at både eleven og miljøet har problemer, og den er dynamisk i den forstand at den legger opp til endring i forhold til flere parter.

#### **Nulltoleranse mot trusler og vold**

Det er nulltoleranse mot trusler og vold i Risørskolen. Det vil si at vi ikke tolererer at noen bruker krenkende språk eller vold/trusler om vold mot noen på skolen. Dette stopper vi umiddelbart og setter også inn tiltak på lang sikt, ved behov.

Selv om vi kan forklare vold, skal vi ikke akseptere volden. Vold er utøvers ansvar.

### 3.2 Toleransevindu



©Nasjonalt utviklingssenter for barn og unge

Alle elever opplever varierende grad av stress og følelsesmessige belastninger i skolehverdagen. For at læring skal skje bør imidlertid eleven være i den optimale aktiveringssonen eller det som betegnes som elevens toleransevindu. Her er eleven rimelig komfortabel, trygg og mentalt påkoblet det som foregår, f. eks i lærings situasjonen. Betingelsene for læring er til stede.



For elever med et hyperaktivert alarmsystem skal det ofte lite til før situasjonen føles utrygg og truende. Vi kan si at toleransevinduet blir smalt. Når situasjonen oppleves truende, utløses overlevelsesresponser som kamp (agresjon), flykt eller frys (se illustrasjon under). Eleven beveger seg ut av toleransevinduet hvor fornuft og dialog kan foregå, og reagerer i stedet primitivt og følelsesstyrt slik de fleste av oss gjør når vi føler oss truet. Eleven er da hyperaktivert og det beste den voksne kan gjøre er å hjelpe eleven til å gjenopprette en opplevelse av kontroll og trygghet. Hypoaktivert er motsatsen, og kan forklares som en tilstand av total overgivelse. Eleven fremstår da som resignert, utmattet og mentalt fraværende. Et mål i det forebyggende arbeidet er å jobbe for at alle elever utvikler et stort og vidt toleransevindu. Skal vi lykkes med dette må vi kjenne til elevene og deres sårbarheter.

### 3.3 Trappemodell – hvor setter vi grensen for elevene?

Øverst	Eleven følger vanligvis reglene
Trappe trinn 1	Eleven bryter regler som ikke er farlige for noen: Lue på, ikke innesko, rekker ikke opp handa.
Trappe trinn 2	Eleven forstyrrer ofte undervisningen for medelever og lærer. Prater høyt, vandrer i klasserommet, banner.
Trappe trinn 3	Eleven nekter å arbeide, nekter å ta opp bøkene, vil bestemme selv, har ofte egen versjon alt det som skjer.
Trappe trinn 4	Eleven bruker fysisk makt, er trakasserende, slåss i timer og friminutt Verbal trakassering, trusler.
Trappe trinn 5	Eleven bruker fysisk makt også mot det voksne personalet Verbal trakassering, trusler.

Hvilket trappetrinn setter vi grensen på? En grense som faktisk gjelder, hvor det blir mye styr for barna, hvor de foresatte blir koplet inn – at elevene opplever at atferden ikke lønner seg? Noen elever vil gå nedover trappen helt til de blir stoppet. Vi ser det spesielt ved skolestart og ved skifte av kontaktlærere. Det kan være elever som er utrygge på de voksne og er usikre på hvilke regler som faktisk gjelder. De vil bestemme selv for å ha kontroll.

Skal vi lykkes i grensesettingen, må alle voksne som jobber med gruppen ha definert helt konkrete regler og reaksjoner og være 100 % lojale mot disse. Samtidig må en være relasjonell varm mot alle elevene, slik at vi har en autoritativ klasseledelse. Blir det autoritært (tydelige ledelse men med kald relasjon til elevene), kan det fort bli hardt mot hardt, slik at begge taper.

#### Tidlig inngripen:

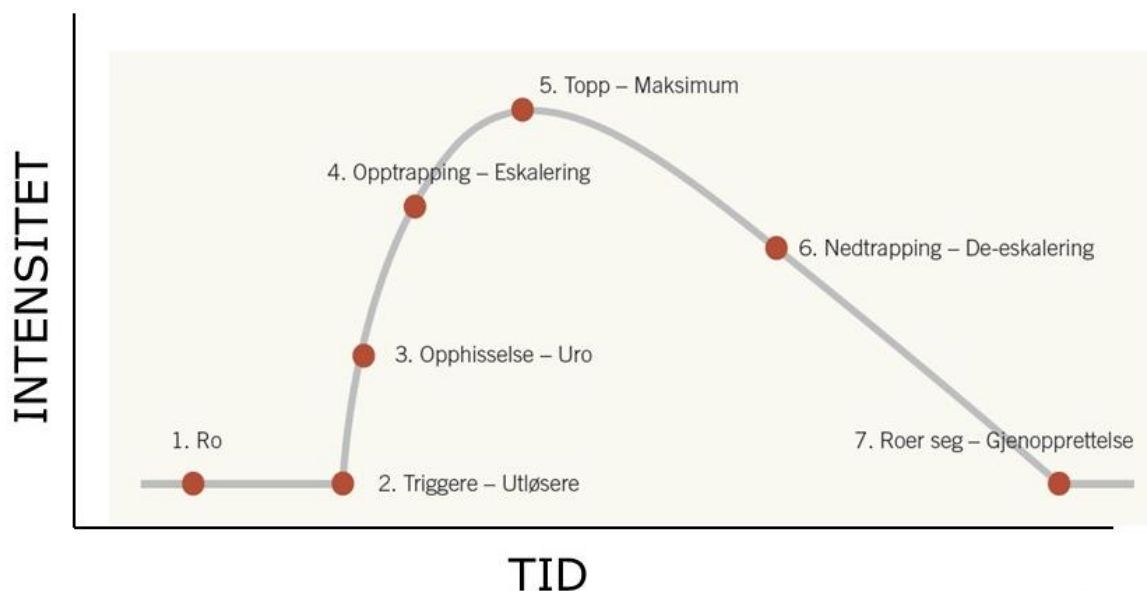
Det er svært krevende å bevege seg oppover trappa. Ved å sette grensene tidlig i skoleforløpet kan vi hjelpe elevene til å unngå å fortsette nedover i trappa. Ved å ha klare regler og forventninger for hva som er akseptabelt, og tydelige konsekvenser for uakseptabel atferd i henhold til Skolereglene, vil en kunne klare å unngå at atferden eskalerer. Det er positivt at elever som vil være i opposisjon gjør det på trappetrinn 1 – derfor er slike regler viktige.

Forskning viser at barn som tidlig i skolegangen bryter grenser og utøver vold mot andre (barn og voksne) har større sjans for å ende opp med et aggresjonsproblem som voksen. Barn må lære å regulere følelsene sine, og finne andre strategier for samhandling med andre.

Ved å stoppe alle på første trappetrinn, ha null toleranse på negativ atferd, kan man hindre at elever utvikler negativ adferd. Alle må gripe inn for å unngå at elevene fortsetter ned trappen.

### 3.4 Fasemodell eskalerende atferd

Fasemodellen for eskalerende atferd er utviklet av Walker, Colvin og Ramsey (1995), og gir en rekke eksempler på utvikling av negativ atferd og viser ulike strategier for hvordan utagering kan reduseres og dempes. Modellen egner seg godt til analyse av aktuelle situasjoner hvor elever viser alvorlig problematferd og når man står ovenfor elever som gjentatte ganger ikke følger beskjeder selv om det introduseres og gjennomføres negative konsekvenser.



Bearbeidet etter: Walker, Colvin & Ramsey (1995)

Fase 1	Tiltak
<b>Eleven er i ro</b> Eleven er rolig, arbeider, følger beskjeder, følger regler, er i god aktivitet og samarbeider med andre. Eleven trenger spesifikke positive tilbakemeldinger, men kan ha utfordringer med for høye krav til egen mestring.	<b>Tiltak når eleven er i ro:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Legge til rette for egnet struktur og variasjon i undervisningen</li><li>- Etablere et forutsigbart miljø og innarbeide rutiner.</li><li>- Anerkjenne elevens positive atferd</li><li>- Undervise i sosiale ferdigheter</li></ul>

Fase 2	Tiltak
<p><b>Triggere – utløsere</b></p> <p>Eleven reagerer på en situasjon eller person som oppleves provoserende. Det kan være endringer i rutiner, for høye krav til skoleprestasjoner, konflikt med andre elever, mobbing eller andre samarbeidsvansker. Eleven kan ha problemer med å akseptere hjelp eller korrigerende.</p>	<p><b>Tiltak mot utløsende hendelser:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lære og støtte eleven i å ta i bruk sine sosiale og kognitive ferdigheter.</li> <li>- Hjelp eleven til å gjenkjenne og få bedre kontroll over sine følelser.</li> <li>- Lære og støtte eleven i å ta i bruk studieferdigheter og læringsstrategier.</li> <li>- Analysere problemutløsende hendelser og veilede i alternativ atferd.</li> <li>- Anvende triggerbok (hva skjedde i forkant, hvor, når og hvem var involvert)</li> <li>- Anvende og undervise i problemløsende ferdigheter.</li> </ul>

Fase 3	Tiltak
<p><b>Opphisselse og uro</b></p> <p>Eleven sin atferd er ufokusert og uproduktiv. Atferden er enten økende (hyperaktivering) eller avtagende (hypoaktivering). Økende atferd kan være høy stemmebruk, vandring, søkende blikk, ufokusert oppmerksomhet, korte intetsigende svar, travle hender, urolig kropp, sporadisk arbeid, og inn/ut av grupper. Avtagende atferd kan være tilbaketrekking, lav stemme, dårlig blikk-kontakt og sosial isolering.</p>	<p><b>Tiltak mot uro, ufokusert og uproduktiv atferd:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kommenter og aksepter eleven sin følelse på en støttende måte.</li> <li>- La eleven være i fred for å hente seg inn/ redusere stress, tilby avslapningsaktiviteter eller gå til skjermet sted.</li> <li>- Tilby enkle, strukturerte og tidsavgrensede oppgaver som eleven mestrer og liker å jobbe med.</li> <li>- Reguler kontakten – avstand/nærhet.</li> </ul>

Fase 4	Tiltak
<p><b>Opptrapping – eskalering</b></p> <p>Eleven sin atferd og uttrykk øker i intensitet og styrke. Eleven nekter å samarbeide, argumenterer, provoserer, fornærmer, forstyrrer, truer og kan ødelegge inventar/ utstyr.</p>	<p><b>Tiltak når atferden opptrappes:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kontroller egne følelser og unngå å heve stemmen, true, snakke nedsettende eller gi moraliserende svar. Si gjerne: «jeg skjønner at du er sint, men nå må du sette deg ned og være rolig, eller...» (informere om den avtalte konsekvens eller avtale).</li> <li>- Vær rolig og nøytral med avdempet kroppsspråk, vær saklig og behandle eleven respektfullt</li> <li>- Holde rimelig og trygg avstand til eleven.</li> <li>- Anerkjenn eleven ved et hvert tilløp til samarbeid.</li> <li>- Få eleven på tomannshånd for å unngå stigmatisering og tap av verdighet.</li> <li>- Avslutt samtalen hvis utageringen trappes opp.</li> </ul>

Fase 5	Tiltak
<p><b>Topp – maksimum</b>  Elevens atferd er ukontrollert og sterkt utagerende. Eleven slår, kaster, sparker, skriker eller ødelegger materielle ting. Eleven kan hyperventilere eller stikke av. Atferden kan være selvdestruktiv eller representere en fare for andres sikkerhet.</p>	<p><b>Kortsiktig tiltak for å fremme sikkerhet:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tilkall flere voksne</li> <li>- Forsøk å få eleven på tomannshånd – be andre elever forlate stedet.</li> <li>- Vurder nøye om eleven bør stoppes ved fysisk inngripen. Husk at dette skal være i mildest mulig form.</li> <li>- Unngå å bruke mange ord, si hva du gjør og gjør det du sier.</li> <li>- Skjerm eleven for å redusere stress og oppmerksomhet rundt hendelsen.</li> <li>- Skjerm eleven for å unngå stigmatisering og påfølgende skam/skyldfølelse.</li> <li>- Følg opp eleven med å gi en enkel oppgave/aktivitet snarest mulig.</li> <li>- Informer rektor og fyll ut skjema pkt.7</li> </ul> <p><b>Langsiktig strategi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ta lærdom av tidligere hendelser.</li> <li>- Vurder om det er forhold ved skolen/klassen som kan bidra til alvorlige episoder.</li> <li>- Lag gode planer og retningslinjer for alvorlige hendelser (handlingsplan mot vold og trusler, PLIVO) som evalueres regelmessig og gjøres kjent for alle i personalet.</li> <li>- Sørg for gode informasjonsrutiner til alle involverte.</li> </ul>

Fase 6	Tiltak
<p><b>Nedtrapping</b>  Elevens atferd er preget av utmattelse og resignasjon. Eleven unngår øyekontakt, er lei seg (vil gjøre opp for seg), er forvirret, benekter, skylder på andre eller ønsker ikke å snakke om det som har skjedd.</p>	<p><b>Tiltak i nedtrappingsfasen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Led eleven til et stille rom med tilsyn</li> <li>- Gi eleven tid til å roe seg</li> <li>- Gi korte enkle oppgaver som eleven kan mestre på egenhånd</li> <li>- Foreslå at eleven kan skrive om det som har hendt.</li> <li>- Tilbakefør eleven til klassen og gjenoppta vanlige rutiner.</li> </ul>

Fase 7	Tiltak
<p><b>Roer seg – gjenoppretting</b></p> <p>Eleven har roet seg ned og viser vilje til å utføre oppgaver uten hjelp fra læreren. Eleven er forsiktig og avmålt i kontakt med de andre, fungerer dårlig i gruppearbeid og liker ikke å snakke om det er som har skjedd.</p>	<p><b>Tiltak når eleven roer seg:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tilbakefør eleven til klassen og gjenoppta vanlige rutiner.</li> <li>- Vent med å ta opp det som har hendt til eleven er mottakelig for kommunikasjon.</li> <li>- Hjelp eleven til å sette ord på følelsene sine.</li> <li>- Hjelp eleven til å ta ansvar for sin del av utageringen.</li> <li>- Anerkjenn alle tilløp til problemløsende atferd. Hjelp eleven til å finne alternative måter og strategier for å løse problemer på i fremtiden.</li> <li>- Hjelp eleven med å gjenopprette relasjoner til medelever og lærere som har vært involvert.</li> <li>- Be om at eleven hjelper til å rydde opp etter seg.</li> <li>- Formidle tro på at eleven kan lykkes med hjelp og støtte (mestringsperspektiv)</li> <li>- Lag en plan med klare trinn for hva som skal gjøres videre hvor eleven selv er aktivt deltagende.</li> <li>- Informere foreldre om gode løsninger og inviter de til å samarbeide med skolen om framtidige planer, negative konsekvenser og grensesetting.</li> </ul>

(Pals, NUBU 2017)



### 3.4 Nødrett og nødverge

Hvis elevens utagering blir voldelig kan det være nødvendig at de voksne griper fysisk inn for å stoppe eleven. Fysisk inngripen kan variere fra ulike grader av berøring og håndledning – til aktiv holding av eleven.

Aktiv holding er ikke tillatt innenfor opplæringsloven, og kan kun brukes dersom det er fare for liv og helse (nødverge/nødrett) eller eiendom

For å møte elever som står i fare for å forårsake skade er det viktig at de voksne er trygge i ulike tilnæringsmetoder, og at de har et **konfliktdempende fokus**. Man må være bevisst sitt valg med tanke på å holde trygg og kontrollert avstand eller gripe fysisk inn. Bevissthet rundt hvor den voksne er i sitt «toleransevindu» er avgjørende. Valg av handlinger skal ikke være styrt av emosjoner som sinne og irritasjon.

**Håndledning** vil si å lede med oss eleven for eks. ut av klasserommet til et mer egnet sted. Man kan vise med kroppen/armene hvor man vil at eleven skal gå, og evt. legge hånda på armen, eller rundt eleven hvis det kjennes naturlig. Denne formen for fysisk inngripen er tillatt innenfor lovverket.

#### **Nødrett / nødverge gir rett til å bruke tvang/gripe inn fysisk**

Adgangen til å bruke nødrett og nødverge er snever, og kan bare brukes når det er nødvendig for å forsvare noen eller noe mot risiko for skade.

##### **Straffeloven § 17. Nødrett**

En handling som ellers ville være straffbar, er lovlig når

- a) den blir foretatt for å redde liv, helse, eiendom eller en annen interesse fra en fare for skade som ikke kan avverges på annen rimelig måte, og
- b) denne skaderisikoen er langt større enn skaderisikoen ved handlingen.

##### **Straffeloven § 18. Nødverge**

En handling som ellers ville være straffbar, er lovlig når den

- a) blir foretatt for å avverge et ulovlig angrep,
- b) ikke går lenger enn nødvendig, og
- c) ikke går åpenbart ut over hva som er forsvarlig under hensyn til hvor farlig angrepet er, hva slags interesse som angrepet krenker, og angriperens skyld.

Regelen i første ledd gjelder tilsvarende for den som iverksetter en lovlig pågrepelse eller søker å hindre at noen unndrar seg varetektsfengsling eller gjennomføring av frihetsstraff.

Utøving av offentlig myndighet kan bare møtes med nødverge når myndighetsutøvingen er ulovlig, og den som gjennomfører den, opptre forsettlig eller grovt uaktsomt.

Eksempler på situasjon hvor man bruker nødrett/nødverge kan være at en lærer **må bruke fysisk makt for å hindre at en elev skader seg selv eller andre, eller skader fast eiendom eller løsøre**. Det kan for eksempel være nødvendig å bruke fysisk makt for å stoppe en slåsskamp, beskytte elever eller seg selv mot en elev som opptre truende og voldelig, eller stanse en elev som forsøker å ødelegge eiendeler.

**Det må vurderes i det enkelte tilfelle om vilkårene for nødverge eller nødrett er oppfylt.** For å unngå at det oppstår en situasjon hvor det er nødvendig å gripe inn med nødverge/nødrett er det viktig å ha kjennskap til elevenes utfordringer og forsøke å forebygge at slike situasjoner oppstår. I slike tilfeller vil personell fra helse- og omsorgstjenesten som kjenner elevens spesielle utfordringer og behov knyttet til diagnose eller andre forhold, f.eks. Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP), PPT eller habiliteringstjenesten i spesialisthelsetjenesten, kunne gi veiledning (udir.no).

Hvis en situasjon eskaleres til et punkt hvor man ikke er i stand til å ta kontroll over voldsutøver, og det fare for liv og helse til både voldsutøver og andre elever/ voksne må man kontakte foresatte og eventuelt **ringe politiet** for å be om hjelp. Det er fortrinnsvis medlemmene i beredskapsgruppa (se punkt 3.4) som tar en slik avgjørelse. Fokus i en sånn situasjon er å minimere skader på personer og skjerme elever og voksne.



## 4.0 Verktøykasse

### 4.1 Å rose

Det vi gir oppmerksomhet til får vi mer av. Vi liker elevene våre og heier på de når de gjør de tingene de skal. For at ros skal ha best mulig effekt er det viktig at den er konkret, og at den er ektefølt. Her er noen tips til hvordan vi kan rose elever uten å bare si; «nå var du flink»:

- ✚ «det var smart tenkt»
- ✚ «du løser oppgaven din på en god måte»
- ✚ «du har utviklet deg»
- ✚ «innsatsen din er fantastisk»
- ✚ «jeg kan se at du har øvd mye»
- ✚ «du gav ikke opp, selv om det var vanskelig»
- ✚ «du er et godt eksempel for andre»
- ✚ «jeg kan se at du har gjort ditt beste»
- ✚ «jeg er stolt av valget ditt»
- ✚ «dette klarte du kjempebra»





## 4.2 Aggresjonsdempende kommunikasjon

Bidra til	Aggresjonsdempende kommunikasjon
Oversikt, forutsigbarhet og trygghet	<ul style="list-style-type: none"><li>- Skap trygg og kontrollert avstand og gjensidig retrettmulighet.</li><li>- Snakk rolig og forståelig</li><li>- Skap en vinn-vinn situasjon, let etter kompromisser</li><li>- Spør om eleven kan sette ord på årsaken til sinne</li><li>- Vær bevisst på å senke farten</li><li>- Vær raus, ta imot og tål noe av elevens sinne</li><li>- Tål å bli avvist</li><li>- Sett grenser og vær tydelig på hva du kan møte eleven på og hva du ikke kan fire på</li><li>- Synliggjør eventuelle konsekvenser dersom den aggressive atferden fortsetter.</li></ul>

Alternativer og valg	<ul style="list-style-type: none"><li>- Oppfordre eleven til å bidra til problemløsning</li><li>- Let etter kompromisser og foreslå løsninger</li><li>- Synliggjør valg og muligheter eleven har.</li></ul>
----------------------	---

Innflytelse og påvirkningsmulighet	<ul style="list-style-type: none"><li>- Se og hør eleven. Ta eleven på alvor.</li><li>- Snakk med og ikke over hodet på eleven</li><li>- Anerkjenn elevens sinne (eks: jeg skjønner at du er sint, og du har sikkert gode grunner for å kjenne det slik)</li><li>- Oppfordre til selvkontroll (eks: dette vet jeg at vi kan finne ut av)</li><li>- Vurder om noen andre kan/bør overta samhandlingen dersom situasjonen låser seg helt.</li><li>- Ikke lås deg fast i maktkamp. Hvis eleven sier: jeg vil ikke snakke med deg, jeg vil snakke med noen andre, vurder om det lar seg gjøre. Det er sjelden noe å tape på det.</li></ul>
------------------------------------	--

(Lillevik og Øien 2012)

### 4.3 Når barna utfordrer

Barn kan ha behov for å beskytte seg mot de voksne. Det kan være at de er redd for å ikke mestre, redd for å dumme seg ut eller lignende. De kan ha behov for å ha kontrollen selv. Da bruker de gjerne noen strategier for å sette de voksne ut av spill. Opplever de at det fungerer, fortsetter de å bruke det. Her er tatt med både mindre alvorlige ting og mer alvorlige episoder.

Her er tips fra kollegiet til hva man kan gjøre når man blir utsatt for ulike strategier:

<b>Barnet avviser meg</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Vær nysgjerrig på hva som er årsaken til avvisningen, heller enn å avvise tilbake.</li><li>- La barnet få litt tid, før du igjen henvender deg som vanlig; med gode beskjeder.</li><li>- Hvis det passer sånn; snakk gjerne med barnet når det er innenfor toleransevinduet sitt om hvordan du opplevde avvisningen, og spør barnet om det er noe du kan gjøre annerledes for at dere skal kommunisere bedre.</li><li>- Ved å invitere til å finne gode løsninger sammen, hjelper man barna til å forstå at vi må tilpasse oss hverandre for å kunne samarbeide.</li></ul>
<b>Barnet banner og bruker trakasserende språkbruk mot meg</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fortell barnet at her på skolen snakker vi hyggelig til og med hverandre, og behandler hverandre med respekt. Behold roen. For å dempe andres aggresjon er det avgjørende å være dempet selv. Det er fint om en annen enn den som blir snakket stygt til irrettesetter, hvis det passer sånn og er naturlig.</li><li>- Gi ros når barnet sier hyggelige ting til voksne eller medelever.</li></ul>
<b>Barnet løper og vil gjemme seg (som lek)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Gi ros når barnet sier hyggelige ting til voksne eller medelever. Gi beskjed om at du ikke kommer til å løpe etter, for å unngå å oppmuntre til en lek som barnet finner morsom. Gå rolig etter. Vær tydelig på hva du ønsker at barnet skal gjøre. Bruk gode beskjeder.</li><li>- Bruk gjerne humor, og finn måter å avlede barnet på.</li><li>- Gi ros når barnet velger å følge beskjed.</li></ul>

**Barnet løper for å komme bort fra meg (vil være i fred)**

- Gå rolig etter (som over). Gi gode beskjeder. Går det an å lage avtale med barnet om at han/hun skal komme tilbake om noen minutter? Avhenger av situasjon og barnets alder.
- Be om hjelp av bakvakt dersom du eller noen andre voksne ikke har anledning til å forlate klasserommet.
- Gi ros når barnet velger å følge beskjed.
- Hvis barnet nekter å følge beskjed om å komme inn kan vi ringe til foreldrene og be de komme og hjelpe oss. Lag gjerne avtale med aktuelle foreldre på forhånd, sånn at de er klar over at vi kan ringe. Vi må kun si at vi skal ringe dersom vi har tenkt å gjøre det.

**Flere barn løper ut og heller vil leke**

- Be om hjelp fra flere voksne ved behov.
- Jobb for å få delt barna, det er lettere å nå inn til et barn enn om de er mange sammen. Spill på de elevene du har god relasjon til og størst sjanse til å nå inn til.
- Bruk gode beskjeder, og minn barna på å ta gode valg.
- Minn barna på at nå går de på skolen og ikke i barnehagen.
- Gi ros når barna velger å følge beskjed.
- Hvis barnet nekter å følge beskjed om å komme inn kan vi ringe til foreldrene og be de komme og hjelpe oss. Lag gjerne avtale med aktuelle foreldre på forhånd, sånn at de er klar over at vi kan ringe. Vi må kun si at vi skal ringe dersom vi har tenkt å gjøre det

**Barnet ignorerer å gå dit du ber han/henne om**

- Vær nysgjerrig på hva som er årsaken til ignoreringen/avvisningen, heller enn å avvise tilbake.
- La barnet få litt tid, før du igjen henvender deg som vanlig; med gode beskjeder.
- Hvis det passer sånn; snakk gjerne med barnet når det er innenfor toleransevinduet sitt om hvordan du opplevde avvisningen/ignoreringen, og spør barnet om det er noe du kan gjøre annerledes for at dere skal kommunisere bedre.
- Gi ros når barnet velger å følge beskjed.

**Barnet er sint og tar opp en stein**

- Pust dypt inn og minn deg selv på at i utgangspunktet er det få personer som egentlig ønsker å kaste stein på noen. Barnet er mest sannsynlig lei seg, fortvila og/eller frustrert.
- Skap trygghet for barnet ved å bevare roen, senk tempo, bruk rolig stemme. Unngå å provosere. Bruk enkle ord, for eks: «stopp», «legg ned steinen» og bruk navnet på barnet.
- Tenk på sikkerheten til deg selv og de som evt er rundt. Be evt. andre barn om å trekke seg unna.
- Beskytt deg selv ved å holde hendene opp foran deg, og stå sideveis for å unngå evt. skader på vitale organer om eleven kaster steinen.
- Be om hjelp fra voksne i nærheten, evt. be de ringe bakvakt.
- Hold eleven under oppsyn, men gi eleven tid og rom til å roe seg. Å prate om ting når man er langt utenfor toleransevinduet har liten hensikt.
- Oppmuntre/ros alle former for konfliktløsende atferd «så bra at du la fra deg steinen», «så fint at du snakker med rolig stemme», «nå kan jeg hjelpe deg» «dette skal vi finne ut av sammen»
- Hvis du anser faren for at eleven skal skade seg selv, andre personer eller materiell med steinen som stor – er det (jf. nødverge/nøddrett) anledning til å gripe inn fysisk. Du er ikke pålagt å gripe inn fysisk når det er sannsynlig at du kan bli skadet selv. Man bør være flere voksne for å gripe inn fysisk.
- Se kap. 4.4 for gode råd til hvordan man griper inn fysisk.
- Når eleven har fått roet seg tar vi en samtale om hva som har skjedd før eleven tilbakeføres til klassen og gjenopptar vanlige rutiner.
- Se kap. 6 i forhold til videre oppfølging av voldsutsatte/voldsutøver.
- Fyll ut gjeldende skjemaer, se kap. 7 og vedlegg.

**Barnet nekter å ta på regnklær/uteklær**

- Behold roen. Gi gode beskjeder. Forklar behovet for uteklær/regnklær; at vi kan bli syke dersom vi ikke kler oss etter været og spør hva han/hun tror mamma/pappa hadde sagt dersom de visste at han/hun flyr ute uten riktige klær.
- Tilby å hjelpe med å finne fram tøy.
- Gi ros når barnet velger å følge beskjed.

**Barnet er sint og løper etter en annen elev.**

- Skill elevene, med minst mulig inngripen. Beskytt den eleven som løper unna.
- Be om hjelp fra voksne i nærheten, evt. be de ringe bakvakt.
- Tenk på sikkerheten til deg selv og de som evt er rundt. Be evt. andre barn om å trekke seg unna.
- Eleven som løper etter er mest sannsynlig utenfor sitt toleransevindu. Skap trygghet for vedkommende ved å bevare roen, senk tempo, bruk rolig stemme. Bruk enkle ord som navnet til vedkommende og «stopp».
- Hvis du anser faren for at eleven skal skade seg selv, andre personer eller materiell som stor – er det (jf. nødverge/nøddrett) anledning til å gripe inn fysisk. Du er ikke pålagt å gripe inn fysisk når det er sannsynlig at du kan bli skadet selv. Man bør være flere voksne for å gripe inn fysisk.
- Gi eleven tid til å roe seg. Å prate om ting når man er langt utenfor toleransevinduet har liten hensikt.
- Led eleven til et stille rom med tilsyn. Noen kan ha behov for å være alene for å roe seg ned. Lag avtale om dette hvis du anser det som trygt at eleven kan være litt alene («eks: «jeg venter her på utsiden av døra, si fra til meg når du er rolig»).
- Gi korte enkle oppgaver som eleven kan mestre på egenhånd. Senk tempo og bruk rolig stemme.
- Foreslå at eleven kan skrive om det som har hendt.
- Når eleven er rolig tar vi en samtale om hva som har skjedd før eleven går til klassen og gjenopptar vanlige rutiner.
- Se kap. 6 i forhold til videre oppfølging
- Fyll ut gjeldende skjemaer, se kap. 7 og vedlegg.

**To barn sloss i skolegården.**

- Be om hjelp fra voksne i nærheten, evt. be de ringe bakvakt.
- Bruk navn og si «stopp»
- Skill elevene, med minst mulig inngripen. Gå mellom de to som sloss, og før med deg den eleven du tar ansvar for.
- Gi eleven tid til å roe seg. Å prate om ting når man er langt utenfor toleransevinduet har liten hensikt.
- Led eleven til et stille rom med tilsyn. Noen kan ha behov for å være alene for å roe seg ned. Lag avtale om dette hvis du anser det som trygt at eleven kan være litt alene («eks: «jeg venter rett på utsiden av døra, si fra til meg når du er rolig»)
- Gi korte enkle oppgaver som eleven kan mestre på egenhånd. Senk tempo og bruk rolig stemme.
- Foreslå at eleven kan skrive om det som har hendt.
- Når eleven er rolig, tar vi en samtale om hva som har skjedd før eleven går til klassen og gjenopptar vanlige rutiner igjen.
- Se kap. 6 i forhold til videre oppfølging
- Fyll ut gjeldende skjemaer, se kap. 7 og vedlegg.

## 4.4 Når du må gripe inn fysisk/bruke tvang

Tilkall en annen voksen. Du må ikke være alene i slike situasjoner.

<b>Plassering</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Hold deg utenfor rekkevidde hvis du ikke <i>må</i> gripe fysisk inn.</li><li>• Hvis du må gripe inn bør du holde deg tett inntil kroppen til eleven for å unngå skader.</li><li>• Å ha noen tett på seg rett bak eller rett foran kan føles invaderende (8-tallet), men å komme inn sidevendt fra siden føles bedre.</li><li>• Du kan beskytte deg selv ved å holde armene opp foran deg.</li></ul>
<b>Bevar roen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Viktigst av alt er: «<b>Pust med magen</b>». For å roe noen må man klare å være rolig selv.</li><li>• Det hjelper ikke om alle teknikkene er riktige dersom du ikke greier å holde roen. Fokus er å være trygg for barnet og å hjelpe dem til å komme innenfor sitt toleransevindu igjen.</li><li>• I en holde- situasjon er eleven mest sannsynlig utenfor sitt toleransevindu og hvilke ord man bruker spiller mindre rolle. Har du fokus på din egen pust og holder den dyp og rolig kan det være den beste måten å roe ned et utagerende barn.</li></ul>
<b>Å holde en elev</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Skal være minst mulig inngripende</li><li>• Omsorgsfull holding: Du kan holde armene dine rundt eleven slik at elevens armer låses inn til kroppen eller ned langs siden. Dette kan oppleves omsorgsfullt/ å bli tatt vare på. Pass på å ikke klemme barnet. Tanken med «omsorgsfull holding» er at det er trygt at noen som tar kontroll når man selv mister kontrollen/ er ute av toleransevinduet sitt.</li><li>• Unngå å låse elevens armer på ryggen (hvis det er mulig). Å få armene holdt fast på ryggen kan oppleves som å bli blottlagt. Ved å holde armene foran kroppen eller ned langs siden kan man også unngå slag.</li><li>• Unngå tommelgrep, da dette kan gjøre vondt for barnet.</li><li>• Holde i deg selv: Hold rundt barnet og fest hendene i din egen arm.</li><li>• Sett deg gjerne ned med eleven ved siden av deg hvis det er mulig. Dette gjør at man kan slappe mer av i kroppen. Med små barn kan det være greit å ha de på fanget, dersom relasjonen tillater det. Det kan oppleves som for intimt for noen.</li><li>• Beskytt ditt eget hode, unngå at eleven skal kunne skalle deg. Legg hode mot skulderen på den du holder.</li><li>• Eksempler på hva du kan si til eleven med rolig, trygg stemme: «Jeg må holde deg for å passe på at du og de andre får det bra igjen.» «Jeg liker deg, og vil passe på deg selv om dette gikk galt» «Jeg vil slippe deg så snart jeg er trygg på at du er rolig igjen/har kontrollen selv...» «Har du kontrollen nå?» «Si fra når du er klar til å gå rolig sammen med meg inn til grupperommet» «Er du sulten? Vil du ha litt vann?»</li></ul>

<b>Minst mulig inngripen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lovverket tillater ikke at vi holder aktivt lenger enn nødvendig.</li> <li>• Hvis man kan skjerme eleven fra de andre elevene (lede/bære med seg inn på et rom), kan det være hensiktsmessig.</li> <li>• Her kan du være sammen med eleven til han/hun er rolig. Hvis eleven er i et rom hvor sannsynligheten for å klare å skade seg selv er liten - er det ikke lenger anledning til å holde eleven aktivt.</li> <li>• Er man redd eleven skal skade andre elever/voksne hvis han/hun forlater rommet, kan man stå foran døra/utenfor døra for å sikre at eleven ikke får anledning til dette.</li> <li>• Forklar barnet rolig de valgene du gjør.</li> <li>• Det er ikke anledning å låse elever inne alene på et rom.</li> <li>• Hvis sjansen for at du blir skadet er større enn at eleven skader seg selv eller andre – bør man la eleven gå. Dette blir en vurderingssak i hvert enkelt tilfelle. Vurder dette sammen med andre voksne som står i situasjonen.</li> <li>• Er det fare for at du selv kan bli skadet må du <u>alltid</u> tilkalle en annen voksen.</li> </ul>
<b>Evaluering etter en situasjon:</b>	<p>I etterkant av situasjonen kan du vurdere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Var det nødvendig å holde eleven?</li> <li>• Var det nødvendig å holde eleven med så stor kontroll og inngripen?</li> <li>• Var det nødvendig å holde så lenge?</li> <li>• Kan man ikke svare ja på alle disse spørsmålene er det ikke anledning til å bruke nødrett/nødverge i denne typen situasjoner.</li> <li>• Rektor, inspektør og miljøterapeut/sosiallærer/helsesykepleier tilbyr debriefing.</li> </ul>
<b>Skjema</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fyll ut aktuelt skjema så raskt som mulig. Se kap. 7.</li> </ul>

## 4.5 Triggerbok

Når en elev gjentakende opplever å komme i situasjoner hvor han/hun mister kontrollen og utøver vold/trusler om vold kan det være hensiktsmessig å bruke en triggerbok. I samtalen i etterkant av en episode kan vi sammen finne ut hva som trigget eleven. Både hva som skjedde (ytre triggere) i forkant, og også hvilke tanker eleven hadde (indre triggere) som gjorde at situasjonen ble vanskelig. Man kan sammen med eleven snakke om og skrive ned hva han/hun kan tenke og gjøre neste gang vedkommende kommer i en lignende situasjon. Triggerboken må tilpasses utfra elevens modenhet. Bruk gjerne bare en kladdebok, og skriv for hånd.

### Eksempel:

Situasjon: (ytre triggere)	Hva tenker jeg: (indre triggere)	Hva er lurt å tenke: (påminnelser)	Hva er lurt å gjøre: (dempere)
<i>X slenger en negativ kommentar til meg i busस्कøen</i>	<i>Blir irritert og «varm i toppen» Føler at X alltid er ute etter meg</i>	<i>Skal jeg gidde å bruke energien min på X? Han er jo bare ute etter å terge. Han skal ikke få gleden av å klare å irritere meg.</i>	<i>Late som ingenting. Snu meg vekk/overse. Snakke med noen andre.</i>
<i>X går ikke av huska selv om det er byttetid</i>	<i>Blir sur når folk ikke følger reglene. «Han skal alltid drøye tida når jeg står i kø!»</i>	<i>Er det så viktig for meg å huske, når det bare blir krangel? Er det en voksen i nærheten som kan hjelpe meg?</i>	<i>Finn på noe annet. Spør en voksen om hjelp</i>
<i>De er noen som ikke følger reglene i bingen.</i>	<i>«Det er så typisk han å ikke gidde å følge reglene» «Han bare ødelegger for alle andre!»</i>	<i>Minne meg selv på at det bare er et spill, og at det ikke er så farlig. «Hva er det verste som kan skje om noen jukser, ikke følger reglene?»</i>	<i>Ta en pause Løpe en runde Si fra til en voksen og få hjelp til å passe på at reglene følges.</i>

Snakk om og skriv ned positive konsekvenser ved å følge planen, og tilsvarende negative hvis man ikke følger planen.

Eksempel på positive konsekvenser:	Eksempel på negative konsekvenser:
<i>Jeg slipper å komme i situasjoner hvor jeg mister kontrollen. Jeg lar være å slå/sparke Ved å øve blir jeg flinkere til å bevare kontrollen Kanskje flere har lyst til å være venn med meg hvis jeg holder meg unna bråk. Jeg blir oftere invitert med i lek</i>	<i>Jeg kan skade andre Jeg får kjeft Jeg får dårlig samvittighet Det blir mye styr Knytte opp mot konsekvensene fra PALS?</i>



## 4.6 Ivaretakelsesplan

Elever som utfordrer oss ofte krever at vi voksne er gode til å samarbeide og etterstreber å reagere likt på både positiv og negativ atferd. Sosiallærer/miljøterapeut/helsesykepleier eller andre ressurspersoner på skolen kan sammen med kontaktlærer og enkeltelever utarbeide en ivaretakelsesplan. Elevens involvering i planen avgjøres av alder og modenhet. Foreldre inviteres til å komme med innspill til planen.

Overordnet mål for en ivaretakelsesplan er at alle elever skal ha en trygg og god skolehverdag som fremmer helse, trivsel og læring, og at eleven skal oppleve mestring i klasserommet.

Planen skal inneholde konkrete mål for hva vi ønsker å oppnå, og tiltak for å nå disse målene. Det skal presiseres hvem som har ansvaret, og hvilke konsekvenser det får for eleven å ikke følge planen. Planen tilpasses den enkelte elev og kan for eks. inneholde ulike former for belønningssystemer. Det er viktig å finne belønninger som motiverer eleven for å gjøre det han/hun skal – og underskifter fra både elev, lærer og foreldrene kan være med på å forplikte alle til å følge opp planen.

### Eksempel på hvordan en ivaretakelsesplan kan se ut:

Her har man i samtale med eleven og lærere kommet fram til 3 problemområder man ønsker å konsentrere seg om.

- Eleven kjenner seg ofte trøtt og uopplagt
- Han føler at han ikke har venner
- Han opplever stadig å komme til kort i undervisningen – noe som resulterer i at han «melder seg ut» og ikke får jobbet med fag.

<b>Mål 1:</b> X har gode kvelds- og morgenrutiner	
<b>Hva gjør vi i forkant:</b> X lager seg gode rutiner om kvelden. For eks. kan dette være: - X legger bort skjerm/mobil i god tid før leggetid, så den ikke holder han våken. - X lager seg en kopp med varm drikke for å koble av og finne roen (te, kakao). - X legger seg innen kl. 22 – gjerne tidligere om han skal stå ekstra tidlig opp.  X tar medisin som foreskrevet. X spiser frokost hver dag for å få i gang kroppen.	<b>I situasjonen:</b> Foreldrene minner på at det nærmer seg leggetid.  Hvis X ikke legger bort skjerm på egenhånd tar foreldrene den fra han.
<b>Ansvar:</b> X og foreldre	<b>Ansvar:</b> X og foreldrene
<b>Mål 2:</b> X opplever å ha gode relasjoner til sine medelever	
<b>Hva gjør vi i forkant:</b> X snakker hyggelig med/til sine medelever Arbeide med læringspartner Ha ansvar i friminutt sammen med andre X har fast avtale med skolens ressursperson hver onsdag i 2. time. Temaer vi snakker om kan være: - Vennskap, hvordan skaffe og holde på gode venner - Hensiktsmessige strategier når man føler seg ertet, utestengt - Fokuserer på de tingene vi kan gjøre noe med	<b>I situasjonen:</b> X må huske på at de andre som regel ikke vil han noe vondt. Kan han ha misforstått?
<b>Ansvar:</b> X, ressursperson	<b>Ansvar:</b> X

**Mål 3:**

X opplever mestring i klasserommet.

**Hva gjør vi i forkant:**

X etterstreber å komme uthvilt og opplagt til skolen.

X må passe på at han har det utstyret han trenger til timen (bøker, skrivesaker, pc).

Lærer forklarer hva som skal gjøres i timen.

Lærer tilrettelegger undervisningen slik at X får oppgaver han mestrer.

X gjør den oppgaven han får beskjed om.

X kan bruke pc til skriveoppgaver. Han bruker egen PC.

Når X har utført oppgaven kan han tegne som belønning for godt arbeid.

X kan ikke forlate klasserommet uten avtale med lærer.

X bruker samtalene med miljøterapeut til å snakke om ting som opptar han, som kan ødelegge for at han får konsentrert seg i timene.

**Ansvar:**

X, lærer, skolens ressursperson

**I situasjonen:**

Lærer spør X om han har forstått oppgaven, og om det er noe han trenger for å komme i gang.

X ber om hjelp om det er noe han ikke forstår.

**Belønning:**

X får et stempel pr gjennomførte økt i eget skjema.

Et stempel = 5 minutter.

Når X har spart seg opp 30 minutter kan han be om å veksle inn disse. Lærer finner tid i løpet av dagen (evnt. neste dag dersom det er sent på dagen) hvor han kan be med seg en medelev eller to ut av klassen og spille brettspill.

**Ansvar:**

X, lærer

## 5.0 Når en voldssituasjon oppstår: Bidra til at den akutte situasjonen løses

- Kontroller egne følelser og unngå å heve stemmen, true, snakke nedsettende eller gi moraliserende svar.
- Bruk aggresjonsdempende kommunikasjon (se pkt. 4.2) og pust med magen.
- Vær rolig og nøytral med avdempet kroppsspråk, vær saklig og behandle eleven respektfullt.
- Hold rimelig og trygg avstand til eleven.
- Sørg for at eleven har mulighet til å selv gå ut av situasjonen (fluktrute).
- Unngå å bruke mange ord; si hva du gjør og gjør det du sier. Bruk «Gode beskjeder».
- Anerkjenn eleven ved et hvert tilløp til samarbeid.
- Skjerm eleven fra de andre.** Skjerming fra de andre kan redusere stress og oppmerksomhet rundt hendelsen.
- Unngå stigmatisering og tap av verdighet, og påfølgende skam/ skyldfølelse.
- Unngå at elever blir skadet.**
- Be evt. andre elever forlate stedet.
- Tilkall flere voksne**
- Hold rimelig og trygg avstand til eleven.
- Vurder nøye om eleven bør stoppes ved fysisk inngripen. Husk at dette skal være i mildest mulig form. Må du gripe inn, si hva du vil gjøre. Det er ikke plikt å gå fysisk inn i situasjonen hvis du kan bli skadet.
- Vurder om beredskapsgruppa skal kontaktes. Send evt. bud.
- Støtt kollegaer som står i situasjonen, evt. avløs dem dersom dette er mest hensiktsmessig.



## 6.0 Oppfølging i etterkant av en voldsepisode

### 6.1 Når den voldsutsatte er et barn

#### A. Samtale med barnet

Voldsofferet skal etter en voldssituasjon ha samtale med kontaktlærer, miljøterapeut/sosiallærer eller en fra skolens ledelse. Situasjonen/problemet klargjøres og vurderes etter samtalen.

Det er viktig at barnet som har vært utsatt ivaretas med en eller flere samtaler over tid. Da kan det også vurderes om det er behov for ekstern bistand.

I etterkant av en hendelse ivaretar sosiallærer/miljøterapeut/helsesykepleier eleven i tillegg til kontaktlærer.

**B. Varsel til foresatte.** Foresatte skal orienteres pr. telefon snarest mulig etter hendelsen. Foresatte skal også ha informasjon om videre oppfølging og eventuelt tilbud om samtale. Kontaktlærer/en fra beredskapsgruppa har ansvaret for at dette blir gjort.

#### C. Utfylling av skademeldingsskjema- på kontoret.

Skolekonsulent fyller ut skademeldingsskjema. Skademelding kan være aktuelt selv om eleven ikke sendes til lege.

#### D. Legebesøk.

Ved fysisk vold skal det vurderes om det utsatte barnet skal sendes til lege. Det vanlige er at foresatte tar med barna til lege. Går ikke dette, vil en fra skolen følge. Det skal da skrives rapport fra undersøkende lege.

#### E. Skvære opp situasjon.

Når voldsoffer er klar og det er naturlig, skal voldsutøver be om unnskyldning for det som skjedde/ha en samtale for å skvære opp. Det må vurderes i hvert enkelt tilfelle. Er det et ujevnt forhold (mobbesaker), må en vurdere det spesielt.

#### F. Videre oppfølging

Det utsatte barnet bør ha oppfølging/kontakt utover kvelden. Kontaktlærer/en fra beredskapsgruppa har ansvaret for at dette blir gjort.

Det vurderes om det skal opprettes varsling jf. kapittel 9a i opplæringsloven.

Kontaktlærer/beredskapsgruppa sikrer at barnet blir fulgt tett opp de nærmeste dager. Dette gjøres med jevne spørsmål om hvordan det går, økt fokus på tilsyn, jevne forespørsler til hjemmet.

#### G. Informasjon

Skoleledelsen avgjør om det allerede samme dag skal gis informasjon og gå gjennom hendelsesforløpet med ansatte som ikke var direkte involvert. Informasjon kan bidra til nødvendig oversikt og trygghet, og hindre unødige spekulasjoner og ryktespredning. Informasjonen bør inneholde hva som har hendt, hvem var involvert, hva har blitt gjort (evt. også av andre instanser) og hva er planlagt videre.

#### H. Arkivering

Se punkt 7

## 6.2 Når den voldsutsatte er en voksen

### **MELDING OM VOLD MOT ANSATT.**

Meld fra til en i beredskapsgruppa/ledelsen hvis du tror eller vet at en kollega utsettes for psykisk eller fysisk vold fra elever, og til verneombudet eller skolens ledelse dersom du tror eller vet at det foregår psykisk eller fysisk vold mot en ansatt fra kolleger.

#### **A. Samtale**

Når voldsutsatte er en voksen, er det naturlig at en i beredskapsgruppa følger opp denne med samtale. Situasjonen debriefes ved at man snakker gjennom situasjonen. Ledelsen vurderer sammen med den ansatte om vedkommende kan fortsette i arbeidet eller må få seg en pause/gå hjem. Ledelsen legger til rette for å ivareta voldsutsatte på best mulig måte.

#### **B. Utfylling av skademeldingsskjema- på kontoret og QM+ på det kommunale intranettet.**

Kontorsekretær fyller ut skademeldingsskjema.

Skademelding kan være aktuelt selv om en ikke går til lege.

Fyll ut som uønsket hendelse i QM+.

#### **C. Legebesøk og bedriftshelsetjenesten**

Det vurderes om det er behov for legebesøk. Den utsatte vurderer sammen med lege om han/hun har behov for sykemelding (ved fravær utover den samme dagen).

Det vurderes om det er behov for ekstern bistand fra kommunens bedriftshelsetjeneste **Falck Norge**.

#### **D. Skvære opp situasjon med offeret**

Når voldsoffer er klar og det er naturlig, skal voldsutøver be om unnskyldning for det som skjedde/ ha en samtale der det blir skværet opp.

#### **E. Videre oppfølging**

Det vurderes om den utsatte bør ha oppfølging/kontakt utover kvelden. En fra beredskapsgruppa har ansvaret for at dette blir gjort. Beredskapsgruppa sikrer at den voksne blir fulgt tett opp de nærmeste dager. Dette gjøres med jevne spørsmål om hvordan det går. Det er viktig at han/hun ivaretas med en eller flere samtaler over tid.

#### **F. Informasjon**

Skoleledelsen avgjør om det allerede samme dag skal gis informasjon og gå gjennom hendelsesforløpet med ansatte som ikke var direkte involvert. Informasjon kan bidra til nødvendig oversikt og trygghet, og hindre unødige spekulasjoner og ryktespredning. Informasjonen bør inneholde hva som har hendt, hvem var involvert, hva har blitt gjort (evt. også av andre instanser) og hva er planlagt videre.

#### **G. Arkivering**

Se punkt 7.0

## 6.3 Hvordan hjelper vi den som utøver vold?

### A. Når utøver er elev.

- Led eleven til et stille rom med tilsyn. Gi eleven tid til å roe seg.
- Gi korte enkle oppgaver som eleven kan mestre på egenhånd.
- Vent med å ta opp det som har hendt til eleven er mottakelig for kommunikasjon.
- Hjelp eleven til å sette ord på følelsene sine. Foreslå at eleven kan skrive om det som har hendt.
- Hjelp eleven til å ta ansvar for sin del av utageringen.
- Anerkjenn alle tilløp til problemløsende atferd. Hjelp eleven til å finne alternative måter og strategier for å løse problemer på i fremtiden.
- Hjelp eleven med å gjenopprette relasjoner til medelever og lærere som har vært involvert.
- Be om at eleven hjelper til å rydde opp etter seg.
- Formidle tro på at eleven kan lykkes med hjelp og støtte (mestringsperspektiv)
- Lag en plan med klare trinn for hva som skal gjøres videre hvor eleven selv er aktivt deltagende.
- Tilbakefør eleven til klassen og gjenoppta vanlige rutiner.

### B. Orientering til foresatte

- Informere foreldre om situasjonen (kontaktlærer/sosiallærer/miljøterapeut/SFO- leder). Oppmuntre dem til å være med på å finne gode løsninger og inviter de til å samarbeide med skolen om framtidige planer, negative konsekvenser og grensesetting.
- Inviter til møte dersom det er naturlig (se pkt. E)

### C. Fyll ut rapporterings skjema:

De voksne som har vært i situasjonen fyller ut aktuelt skjema: «Rapport om problematferd», «Rapport om tvangsbruk» og «Rapport om hærverk». Se punkt 7 og vedlegg.

### D. Videre vurderinger

I tilfeller av grov vold drøfter beredskapsgruppa videre reaksjoner for eleven samme dag. Personalet må kanskje omdisponeres, rom frigjøres m.m. Rektor har anledning til å bortvise eleven for resten av dagen i henhold til vedtatte Ordensregler / skoleregler.

### E. Møte med foresatte

Vi må arbeide for å få et godt samarbeid mellom skole og hjem for å finne en vei videre. Det er vanlig at kontaktlærer/beredskapsgruppa så raskt som mulig innkaller eleven og foresatte til møte der situasjonen til eleven belyses og videre tiltak drøftes. Elevenes deltakelse vurderes (bør han/hun være med, evt. hvor lenge). Vi må bl.a. bli enige om hva vi gjør neste gang det skjer en voldsepisode.

Kontaktlærer avtaler møter framover for å sikre at utviklingen går i riktig retning.

### F. Langsiktig strategi

Kontaktlærer, sosiallærer/ miljøterapeut og evt. ledelse avtaler møte for å vurdere:

- Ta opp i ressursteam og be om råd der?
- Undersøke situasjonen til eleven; se på trivselsundersøkelser?
- Har eleven et trygt og godt skolemiljø – eller skal det lages en varsling?
- Skal det utarbeides en ivaretagelsesplan?
- Skal vi lage en «Triggerbok» sammen med eleven?
- Relasjonskartlegging for eleven – hvordan sikre allianse?
- Regelmessige samtaler med sosiallærer, miljøterapeut, helsesykepleier, (individuell eller gruppe).
- Bruk av psykologisk førstehjelp som øvelse i sinnemestring

- Økt voksentetthet i timene over en periode, evt. om-disponering av personalet?
- Økt voksentetthet i friminuttene?
- Fokusering på utvikling av det sosiale samspillet i klassen. Skal en gjennomføre «Klassetrivsel» undersøkelse?
- I svært alvorlige saker skal det
  - o skrives en rapport til ledelsen i enhet for Oppvekst i kommunen.
  - o vurderes bekymringsmelding til barnevernet. Ledelsen følger da vanlig rutiner for dette.
  - o vurderes om skolen skal ta kontakt med politiet. Anmeldelse av forhold fra skolen må gjøres i samarbeid med oppvekstledelse og kommunedirektør.

#### **H. Vold fra ansatt mot en elev.**

Dersom en ansatt ved skolen utøver fysisk eller psykisk vold mot en elev, er dette en personalsak for skolens ledelse. Eleven følges opp på vanlig måte.

Ansatte som får kjennskap til at slikt forekommer, har plikt til å melde dette til ledelsen, eventuelt via verneombud eller tillitsvalgt.

Skolen følger kommunens rutine for varsling av saker i forhold til opplæringslovens kap. 9a, 5.



## 7.0 Arkivering – fyll ut skjema

Ved å fylle ut disse skjemaene har vi dokumentasjon dersom det skulle komme spørsmål i etterkant. **Det er ikke anledning å lagre disse opplysningene på egen datamaskin.**

### **Skjema: Hendelsesrapport**

Når det har vært utøvet vold på skolen, skal de voksne som har vært involvert i situasjonen fylle ut skjemaet «**Hendelsesrapport**». Skriv utfyllende opplysninger på baksiden av arket. Bruk navn på dem som har vært i situasjonen, voksne og barn.

Hendelsesrapportene leveres til skolekonsulent/sekretær og lagres i skolens arkiv/VSS i:

- elevmappa til den som utøver vold
- elevmappa til den/de som er utsatt for vold

### **Skjema: Rapport om tvangsbruk**

Når det har vært utøvet tvang på skolen, skal de voksne som har vært involvert i situasjonen fylle ut skjemaet «**Rapport om tvangsbruk**». Skriv utfyllende opplysninger på baksiden av arket. Bruk navn på dem som har vært i situasjonen, voksne og barn.

Når situasjonen har roet seg skal rapporten gås gjennom med eleven, og han/hun får anledning til å komme med sin versjon av situasjonen. Den voksne som går gjennom rapporten med eleven bistår eleven i å få skrevet dette inn i rapporten.

Rapporten leveres til skolekonsulent/sekretær som lagrer i skolens arkiv/VSS

- i elevmappa til involvert elev

### **Skjema: Rapport om hærverk**

Rapporten gås gjennom med eleven slik han/hun får anledning til å komme med sin versjon av situasjonen. Den voksne som går gjennom rapporten med eleven bistår eleven i å få skrevet dette inn i rapporten.

Rapporten leveres til skolekonsulent/sekretær som lagrer i skolens arkiv/VSS.

- elevmappa til involvert elev
- Hærverket rapporteres i QM+ under eiendom

### **Digitalt skjema: Logg inn i QM+**

Blir voksne utsatt for alvorlig hendelse, vold eller trusler, skal det fylles ut et digitalt skjema i QM+. Du finner tilgang til QM+ på kommunens intranett. Alle opplysninger her er underlagt taushetsplikt, så ikke skriv navn eller initialer.

Trenger du hjelp til å fylle ut i QM+ (vikar e. lign. ), kontakt administrasjonen eller en i det faste personalet.



# Rapport om problematferd

Navn: .....

Klasse: 1 2 3 4 5 6 7 a) b)

Dato: .....

Klokkeslett: .....

Kontaktlærer: .....

Rapportert av: .....

## Mindre problematferd:

- Trass/ulydighet/nekte å følge beskjed
- Uakseptabel språkbruk/ uttrykksform
- Fysisk «egling»/plaging
- Krangling/ trass
- Forstyrring
- Uakseptabel bruk av digitalt utstyr
- Baksnakking
- Ulovlig opphold utenfor skolens område

Annet: .....

## Større problematferd:

- Utestenging
- Diskriminering
- Maktmisbruk/trusler
- Trakasserende/respektløs språk/uttrykksform
- Hæverk
- Misbruk av materiell
- Slåssing/fysisk utagering
- Misbruk av digitalt utstyr
- Misbruk av tenn-utstyr
- Ildspåsettelse
- Bruk/besittelse av farlig gjenstander/våpen

Annet: .....

## Mulig motiv/ grunn:

- Få oppmerksomhet fra medelev(er)
- Få oppmerksomhet fra voksne
- Få/oppnå noe/oppgave/aktivitet
- Unngå medelev(er)
- Unngå noe/oppgave/aktivitet
- Vet ikke
- Annet: .....

## Sted:

- Klasserom
- Spiserom
- SFO
- Uteområde
- På tur
- Biblioteket
- Gymsal
- Skoleveien
- Buss
- Toalett
- Garderobe
- Kontor/personalrom
- Gang/fellesområde
- Parkeringsplass
- Annet: .....

## Andre involvert:

- Ingen
- Medelev(er) Navn: .....
- Ansatte Navn: .....
- Lærer Navn: .....
- Vikar Navn: .....
- Ukjent

## Konsekvens:

- Samtale/problemløsning
- Vist til ledelsen/rektor
- Kontaktet foresatte
- Tap av privilegium
- Erstatning
- Redusert friminutt/sitte inne
- Vist bort fra time/sted/aktivitet
- Utvisning
- Ukjent konsekvens
- Annet: .....

**Situasjonsbeskrivelse:** (Skriv evt. utfyllende opplysninger på baksiden)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Rapporten leveres til kontaktlærer.  
Kontaktlærer følger opp eleven og evt. foresatte/ andre ansatte.  
Kontaktlærer orienterer sosiallærer / miljøterapeut/ / inspektør/  
rektor og leverer den videre til kontoret for arkivering.  
Skolekonsulent/ sekretær arkiverer i elevens mappe i VSS.

# Rapport om tvangsbruk

Navn: .....

Klasse: 1 2 3 4 5 6 7            a) b)

Dato: .....

Klokkeslett: .....

Kontaktlærer: .....

Rapportert av: .....

Foresatte til eleven er orientert: ...../ det er avtale om å ikke orientere hver gang .....

## Hvorfor ble tvang benyttet

- Unngå skade hos eleven selv
- Unngå skade på andre
- Unngå stor skade på inventar

## Situasjonsbeskrivelse:

.....

.....

.....

.....

.....

## Hva kunne vært gjort for å unngå tvangsbruken:

.....

.....

.....

.....

## Elevens beskrivelse av situasjonen:

.....

.....

.....

.....

Rapporten leveres til rektor

# Rapport om hærverk

Navn: .....

Klasse: 1 2 3 4 5 6 7      a) b)

Dato: .....

Klokkeslett: .....

Kontaktlærer: .....

Rapportert av: .....

Foresatte til eleven er orientert: .....

Skjema er levert til kontoret: .....

**Hva ble ødelagt:**

.....  
.....

**Elevens beskrivelse av situasjonen:**

.....  
.....  
.....

**Den voksnes beskrivelse av situasjonen:**

.....  
.....  
.....

**Fylles ut av ledelsen:**

- Denne meldingen er lagt i elevmappen
- Hærverket skal erstattes av eleven. Regning og kopi av denne meldingen er sendt foresatte.
- Hærverket skal ikke erstattes. Foresatte er orientert.

**Begrunnelse for beslutningen om erstatning/ikke erstatning:**

.....  
.....  
.....