

Bilaga, till Handlingsplan mot mobbning

Föräldradel

Utsätts ditt barn för mobbning?

Elever, lärare, skolläda och elevvårdspersonal kan göra mycket, men det är nödvändigt att även hemmen hjälper till. Barn berättar inte alltid om mobbning eftersom de tror att detta kan uppfattas som skvaller eller svek.

Skolans personal eller anti-mobbningsteamet berättar aldrig varifrån de fått sin information utan tar itu med problemet så att ingen utpekats eller drabbas. Det är viktigt att du som förälder/vuxen tydligt visar att du inte accepterar att mobbning förekommer. Om skolan och hemmet tydligt tar avstånd från mobbning får detta en positiv inverkan på barnet. Prata med barnet hemma om eventuell mobbning förekommer. Vem är utsatt? Är någon ensam eller utfryst?

Det finns möjliga tecken på mobbning som kan vara hemmen till hjälp. Barnet kan vara utsatt för mobbning ifall han eller hon:

- Verkar ledsen och deprimerad eller har stora humörsvängningar
- Sover dåligt
- Har ont någonstans (magen/huvudet)
- Ogillar skolan
- Sällan har vänner
- Ofta kommer hem med smutsiga kläder, förstörda saker och/eller försvunna saker i kombination med undvikande förklaringar
- Ofta har blåmärken eller skråmor utan naturlig förklaring
- Sällan blir bjuden på kalas eller tillställningar
- Visar en allmän olust för skola

Är ditt barn en mobbare?

Att vara förälder till ett barn som mobbar kan vara psykiskt påfrestande och som förälder kan du känna skuld känslor. Att få reda på att ens barn kränker kan vara en jobbig insikt. Som förälder har du ett ansvar att reagera om du känner till eller får reda på om ditt barn utsätter någon för mobbning eller annan kränkande handling.

Som förälder kan du:

- Prata med ditt barn
Det är viktigt att tydligt göra klart att du inte accepterar att man mobbar eller kränker andra. Du kan prata om situationen och försöka få ditt barn att sätta sig in i hur den mobbade kan tänkas uppleva situationen. Låt barnet veta att du finns där för att lyssna, stötta och hjälpa. Kom överens med barnet om en strategi för att skapa en förändring. Det kan t ex vara att be om ursäkt.
- Ha skolkontakt
Stäva efter att skapa en positiv och öppen dialog med skolan.
- Uppmuntra ditt barn.

Som förälder kan du försöka stärka ditt barns empatiska förmåga och självkänsla och på detta sätt förbygga mobbing. Uppskattande ord motiverar barnet till samarbete och positivt stöd stärker barnets självkänsla.

Är ditt barn en medlöpare?

Mobbaren har ofta ett antal kamrater som ger henne/honom stöd men som inte själva tar initiativet till mobbningen. Dessa barn är dock lika skyldiga till mobbningen.

Är ditt barn en åskådare?

En elev eller vuxen som ser att någon utsätts för mobbning är skyldig att berätta om detta för lärare eller anti-mobbningsgruppen.