

Årsrapport 2024-2025

Mobbeombudet i Innlandet



Innhold

Forord	3
Innledning	4
Barnehage- og skoleåret 2024-2025	4
Henvendelser til mobbeombudet- tallenes tale for individsaker	5
Ombudets arbeid med individsaker	6
Hvem tar kontakt med mobbeombudet i Innlandet?	8
Hvordan kommer man i kontakt med mobbeombudet i Innlandet?	8
Hvem handler sakene om?	9
Responstid	9
Forebyggende og utadrettet virksomhet	10
Markedsføring og kommunikasjon	12
Kompetanseutvikling, nasjonalt og lokalt samarbeid	13
ELMO	13
ELMO Innlandet og inkluderende avgangsmarkering	13
Samarbeid med andre ombud	14
Nasjonal kompetanseheving for mobbeombudene og elev- og lærlingombudene, Læringsmiljøsenteret i Stavanger og WABF	14
Statsforvalterens skolemiljøteam i Innlandet	14
Barn og unges beredskapsråd i Innlandet	14
Parenthood skolefravær	14
Webinar og konferanser	15
Effekter og resultater av mobbeombudets arbeid	15
Forebyggende arbeid	16
Individsaker og drøftinger vedrørende trygt og godta barnehage- og skolemiljø	17
Elevundersøkelsen 2024	18
Hvilke tendenser ser mobbeombudet i Innlandet?	19
"Det er ikke plass til meg" - manglende inkludering	20
Ufrivillig skolefravær	21
Mobbeombudets råd	23
Felleskapets betydning- inkluderende fellesskap og trygt og godt barnehage- og skolemiljø	23
Ufrivillig skolefravær	25
Et år er slutt	25
Nytt år- nye muligheter	26
Litteraturliste	27

Forord

Barnehage- og skoleåret 2024–2025 er nå tilbakelagt, og mobbeombudet ser tilbake på et år preget av høy aktivitet og mange møtepunkter. I Innlandet er det et stort engasjement for å skape trygge og gode oppvekstmiljøer i barnehager og skoler. Samtidig rapporterer flere skoler om en mer utfordrende barne- og ungdomskultur, noe som også gjenspeiles i andre samfunnsarenaer både lokalt og nasjonalt.

Henvendelsene til mobbeombudet dette året har i stor grad handlet om barn og unges opplevelse av utenforskap, manglende vennerelasjoner og utfordringer knyttet til skolenærvær. Dette var en tendens mobbeombudet så i fjor, men i år viser det seg et enda tydeligere bilde av denne problematikken. Selv om vi kan telle antall henvendelser er det viktig å huske at hvert tall representerer minst ett barn og én familie i Innlandet som opplever utrygge og vanskelige dager. Og for skoler og barnehager er ett barns opplevelse av utrygghet og mistriivsel ett barn for mye! Derfor retter også årets rapport søkelyset mot fellesskap, inkludering og ufrivillig skolefravær.

Å høre til et fellesskap er et grunnleggende behov for oss alle, og fellesskapets verdier og holdninger er med på å forme "mine" handlinger. I et fellesskap preget av usikkerhet kan behovet for å tilhøre føre til at man gjør negative handlinger dersom dette er det som gir en følelse av tilhørighet i gruppa. På den andre siden kan det også motivere til positive

handlingers dersom gode verdier og holdninger preger fellesskapet. Dette gir voksne et stort handlingsrom: Ved å arbeide aktivt med verdier og holdninger, kan vi styrke de positive fellesskapene. Voksne har en mulighet til å gjøre en forskjell ved å engasjere seg i barnas sosiale miljø og vise gjennom handling hvordan inkludering ser ut i praksis. Kong Harald sa i sin nyttårstale 31. desember 2023 "For meg ligger det et trassig håp i dette ene ordet: Vi. Vi er et lite, men romslig og vakkert ord. For vi, det favner oss alle. Det er det motsatte av oss og dem. Det er det motsatte av å sette hverandre i bås."

Vi må bygge fellesskap som er store nok til å inkludere alle, rause nok til å romme forskjeller og trygge nok til å tåle feil og gi muligheter for å rette opp i dem. For alle trenger et sted å høre til, og det er et arbeid som krever innsats fra oss alle.

"Du setter lys på det som er rett foran nesa vår, og som mange derfor kan gå forbi. Det likte jeg godt, og det at det ligger så "lavt" gjør at jeg tenker at alle kan få det til. Det er som du sier, ingen kan gjøre alt, men alle kan gjøre noe"

Foresatt etter foreldremøte, barnehage, Innlandet

En varm hilsen fra Marianne

Innledning

Denne rapporten gir en samlet fremstilling av mobbeombudets arbeid i Innlandet i perioden 1. august 2024 til 31. juli 2025. Mot slutten av rapporten presenteres noen utviklingstrekk fra sakene mobbeombudet har vært involvert i, og med bakgrunn i disse erfaringene gis det anbefalinger til kommunene i Innlandet knyttet til arbeidet med å fremme trygge, inkluderende og gode barnehage- og skolemiljø.

Mobbeombudets lokale mandat, vedtatt av Innlandet fylkesting i 2021, fastslår at **"Mobbeombudet skal primært bistå barn, elever og foresatte i utfordrende situasjoner hvor barn og elever ikke opplever et trygt og godt barnehage- og skolemiljø, ikke avgrenset til mobbesaker. Mobbeombudet skal også arbeide på overordnet nivå med informasjon, forebygging og støtte til skole- og barnehageeiere og myndigheter"**

(Innlandet Fylkesting, 2021).

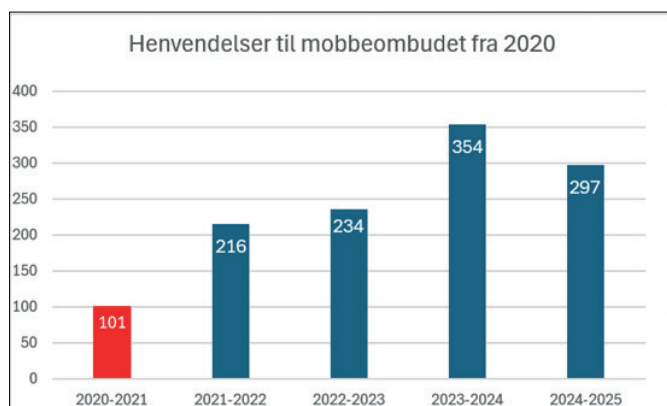
I perioden august 2021- januar 2025 besto mobbeombudsteamet for barnehager og grunnskoler i Innlandet av Marianne Vigdal-Olsen og Lars Idar Vandli. Fra januar har Marianne Vigdal-Olsen vært alene i ombudstjenesten. Marianne har over 20 års erfaring fra ulike roller i grunnskole og voksenopplæring, og har utdanning på masternivå innen relevante fagområder. Hun innehar høy kompetanse knyttet til barnehage- og skolefeltet – med særlig fokus på inkluderende læringsmiljøer. Ny rådgiver tiltrer stillingen 1. september 2025.



Marianne Vigdal-Olsen

Barnehage- og skoleåret 2024-2025

Mobbeombudet har opplevd en jevn økning av henvendelser fra år til år. Høsten 2024 var det en ytterligere økning i antall henvendelser. Fra januar til juni har tjenesten vært preget av halvert kapasitet, noe som har medført en nedgang i antall besvarte henvendelser på våren. Mobbeombudet vet at det er flere ubesvarte telefonhenvendelser våren 2025, og tjenesten har ikke vært like tilgjengelig som tidligere. Alle henvendelser som har kommet inn pr mail har blitt besvart, men det har ikke vært kapasitet til å ringe tilbake til ubesvarte telefonanrop. Det er ikke ført en oversikt over antall ubesvarte telefonhenvendelser, og følgelig viser oversikten under kun de henvendelsene som er besvart av ombudet. Dette er nærmere beskrevet i kapittelet Responstid.



Tabellen viser antall henvendelser til mobbeombudet i Innlandet siden 2020. Merk: skoleåret 2022-2021 var sterkt preget av Covid-restriksjoner. Det har vært en økning i antall henvendelser hvert år siden skoleåret 2020-2021 fram til 2024-2025. Høsten 2024 hadde mobbeombudet nok en økning av henvendelser. Våren 2025 ble tjenesterressursen halvert, og dette førte til en nedgang i antall besvarte henvendelser. Skoleåret 2024-2025 endte opp med 297 besvarte henvendelser til mobbeombudet i Innlandet, en nedgang på 57 saker fra i fjor.

Henvendelser til mobbeombudet- tallenes tale for individsaker

Totalt har mobbeombudet i Innlandet besvart 297 henvendelser i 2024-2025. Disse henvendelsene har resultert i ulike aktiviteter fra ombudets side. Bistand i individsaker, møtevirksomhet, veiledning og rådgiving til foresatte og/eller ansatte, og kontakt med støtteressurser til skolen eller barnehagen er blant oppdragene ombudstjenesten har utført i løpet av denne perioden. I mange tilfeller har arbeidet med individsaker ført til videre oppfølging i form av foreldremøter og møter med ansatte, og i enkelte tilfeller også på kommunenivå. Dette omtales i kapittelet "Forebyggende og utadrettet oppdrag".

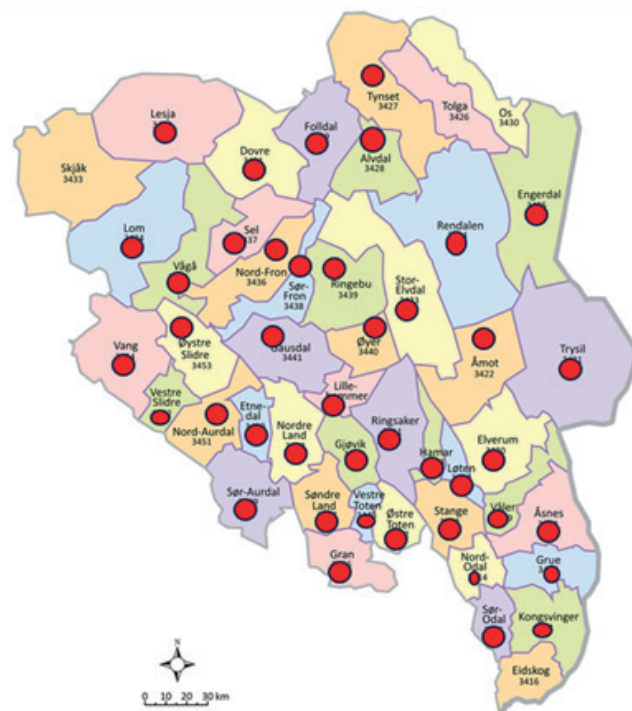
Noen henvendelser har vært raske å svare ut mens mange henvendelser har resultert i mer omfattende oppfølging og ressursinnsats fra ombudets side. Det er et mål for ombudet å trekke seg ut når laget rundt barnet; barnehagen, skolen og deres støttesystemer, gjør det de skal. Men i noen saker er tilliten til barnehagen eller skolen så skjør at barnet og/eller foresatte ikke makter å være i møter uten støtte. Derfor følger mobbeombudet i noen tilfeller opp saker over lengre tid- også mer enn et år.

"Tusen takk for at du kunne være med i dag. Jeg vet ikke helt hvordan jeg med ord skal kunne få sagt hvor stor pris jeg setter på din støtte, den var uvurderlig. Tror også at skolen satte stor pris på din deltakelse og at de ser seg tjent med dine innspill. Jeg gruet meg litt til møtet i dag, men dette ble så bra som det bare går an, og fokuset var akkurat der det skulle være:-)"

Ønsker deg en fin dag og en nydelig helg:-)"

Foresatt, barneskole, Innlandet

Mobbeombudet registrerer med glede at 42 av de 46 kommunene i Innlandet har vært i kontakt med tjenesten i løpet av dette skole- og barnehageåret. Det kan tyde på at mobbeombudsordningen har blitt en mer kjent og tilgjengelig ressurs for kommunene. At så mange kommuner har benyttet seg av mobbeombudets tjenester, kan også tolkes som et tegn på økt bevissthet og vilje til å søke støtte i arbeidet med å sikre trygge og inkluderende oppvekstmiljø. Kartet på siden gir en visuell framstilling over hvilke kommuner mobbeombudet har mottatt henvendelser fra dette året.



Kartet viser at mobbeombudet har mottatt henvendelser fra 42 av Innlandets 46 kommuner skole- og barnehageåret 2024-2025.

Ombudets arbeid med individsaker

Fortsatt er en stor overvekt av henvendelsene til mobbeombudet fra foresatte i grunnskoler, men de siste årene har det vært en gradvis økning i antall individsaker fra barnehage-sektoren. Flere foresatte og ansatte tar kontakt i saker som berører enkeltbarns opplevelse av miljøet i barnehagen. Mobbeombudet vurderer denne utviklingen som positiv, og ser det i sammenheng med en økt bevissthet rundt det psykososiale miljøet i barnehagen og kjennskap til barnehagelovens kapittel VIII, som omhandler barns rett til et trygt og godt barnehagemiljø. Det antas at økningen og kan skyldes en bedre forståelse for hvordan mobbeombudet kan bistå i slike saker. Tallene blir presentert i kapittelet "Hvem handler sakene om?"

De som henvender seg til mobbeombudet befinner seg i ulike og komplekse situasjoner hvor fellesnevneren er opplevelse av et utrygt psykososialt miljø i barnehagen eller på skolen, og hvor retten til et trygt og godt leke- og læringsmiljø i liten grad er oppfylt. Dette innebærer at hver henvendelse må møtes med en lyttende og anerkjennende holdning, og det er avgjørende å være oppmerksom på det unike i hver enkelt sak. Det er sjelden enkle løsninger, og mobbeombudets arbeid består i stor grad av å støtte barnehagen og skolen med skreddersydde tilnærminger og tiltak. I tillegg bistår mobbeombudet skoler og barnehager med et fokus på forståelsen av lovverket og kunnskap og forskning fra relevante fagområder.

"Dette var veldig bra og helt ufarlig. Tenker at dette er noe de ansatte kan ha stor nytte av fordi rådene er så praksisnært samtidig som det er tydelig og overordnet. Det er og fint at dere trekker inn lovlighetsvurdering og vurdering av barnets best i det vi gjør. Det skjerper oss, og samtidig får det oss til å stå tryggere i vurderingene våre."

Skolefaglig rådgiver etter et drøftingsmøte, Innlandet

Mobbeombudet opplever at mange av de som tar kontakt har behov for hjelp til å strukturere og tydeliggjøre sakens innhold, både når det gjelder utfordringer, tiltak som er forsøkt, og hva som gjenstår. Mange bærer på vonde og smertefulle erfaringer, og det kan ta tid å komme frem til kjernen i det som oppleves som vanskelig. Erfaring viser også at jo lenger en sak har pågått, desto mer uoversiktlig kan den ha blitt for alle involverte. Å gå gjennom saken på nytt kan bidra til å se sammenhenger og identifisere elementer som tidligere har vært oversett. Dette gir et bedre grunnlag for videre arbeid og målrettet støtte.

"Det hjalp veldig å få snakket med deg, nå fikk jeg litt lettere skuldre."

Foresatt, barnehage, Innlandet



Bilde: Mostphotos

Noen henvendelser kan besvares raskt ved å gi konkret informasjon eller avklare spesifikke spørsmål. Men i de fleste tilfeller ønsker den som tar kontakt å diskutere en situasjon og få råd om hva de bør gjøre videre. Mange har behov for jevnlig veiledning, støtte og råd, uten at det nødvendigvis krever at ombudet deltar i møter. Dette er henvendelser hvor foresatte, ansatte eller andre i støtteapparatet rundt barnet tar kontakt for å drøfte hvordan man kan håndtere utfordringer barnet, barnehagen eller skolen står i. Det kan og være at en barnehage eller skole vil ha et blikk utenfra i situasjoner hvor man "har gått seg litt fast" eller hvor man opplever lite framgang. Noen ønsker også å drøfte saker anonymt med ombudstjenesten.

"Skolen har lært mye og delt mye i fellesskap om hvordan man kan tenke system- og gruppetiltak i individsaker. Det å løfte blikket for å se et større bilde har vært nyttig - og nødvendig for oss. Tusen takk for at du hjalp oss med det."

Rektor, ungdomsskole, Innlandet

En økende andel av henvendelsene gjelder saker hvor det er behov for mer omfattende hjelp. Dette innebærer at ombudet deltar i møter med barnehagen eller skolen, og har jevnlig kontakt med både hjemmet og barnehagen eller skolen mellom møtene. Felles for disse sakene er at samarbeidet mellom hjem og barnehage/skole ofte er vanskelig, sakene har gjerne pågått lenge, og utfordringene er alvorlige og komplekse. Foreldrene er svært bekymret for barnets situasjon, og har ofte lite tillit til barnehagens eller skolens vurderinger og praksis. Mange foreldre uttrykker en sterk maktesløshet og frustrasjon over samarbeidet med barnehagen/skolen og støttesystemene.

"Hei. Takk for sist. Og takk for hjelpen med utarbeidelsen av aktivitetsplanen og bistand i møtene. Det setter vi veldig pris på. Vi har følt oss så ensomme i det å se barnet vårt sin situasjon, men når du deltar i møtene opplever vi at skolen ser saken med nye briller. Du løfter situasjonen ut av "hvem har gjort hva og hvem har skylda" og setter fokus på "hva bør gjøres nå, og hvem tar ansvar for det som skal gjøres?" - og det synes vi er et godt perspektiv. Hva som har skjedd får vi gjort lite med, men det er viktig at alle bidrar til noe annen videre. Takk for dine perspektiver."

Foresatte, barneskole, Innlandet

Fra januar 2025 har ombudet deltatt på mange samarbeidsmøter via Teams i stedet for fysisk deltakelse grunnet bemanningssituasjonen i ombudstjenesten. Dette har ført til at mobbeombudet har deltatt i mange saker, men Teams er ikke optimalt i setninger med sårbare barn og voksne. Digital deltakelse bidrar ikke alltid til nok ivaretagelse og trygghet. Dette halvåret har ombudet erfart at for noen kan det utgjøre en forskjell om man er fysisk tilstede, ikke minst i forhold til emosjonell støtte og opplevelsen av å ha noen som "ser meg".

"Takk for at du kunne møte fysisk i dag. Jeg gruer meg alltid til disse møtene, og føler meg så alene. Det er godt å slippe å komme inn i rommet alene når skolen sitter der med 3-4 ansatte som ler og prater sammen, og som blir stille når jeg kommer inn i rommet."

Foresatte, barneskole, Innlandet

Hvem tar kontakt med mobbeombudet i Innlandet?

Barnehage- og skoleåret 2024–2025 kom flesteparten av henvendelsene til mobbeombudet fra foresatte til barn og elever i skole og barnehage. Det kom og mange henvendelser fra ansatte i barnehager og skoler som ønsket råd og veiledning i møte med konkrete utfordringer i sin barnehage eller skole. Mobbeombudet opplever i liten grad at elever tar direkte kontakt. Noen av henvendelsene er anonyme.

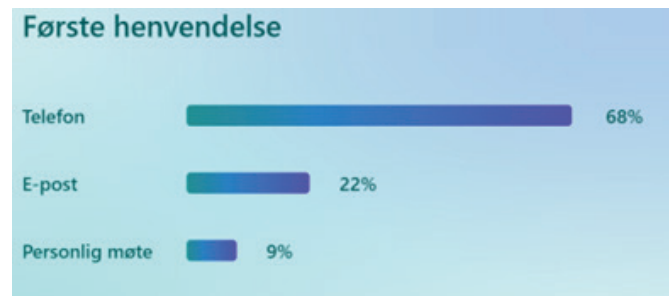
Videre har ulike samarbeidspartnere og støttesystemer knyttet til barnehage og skole også vært i kontakt med mobbeombudet. Dette inkluderer blant annet helsesykepleiere, miljøterapeuter, familieveiledere, sosial- og miljøarbeidere, ansatte i kommunale tjenester samt fagpersoner fra BUP og PPT. Forebyggende team knyttet til skolenærvær, psykisk helse, kriminalitet og rus har tatt kontakt for rådgiving opp mot rettigheter knyttet til trygt og godt skolemiljø, og mobbeombudet har hatt faginnlegg til meklere i Konfliktrådet i Innlandet.

Mobbeombudet mottok også henvendelser fra mediene med ønske om kommentarer, innspill eller vurderinger knyttet til aktuelle saker. Erfaring viser at resultatene fra Elevundersøkelsen ofte vekker stor interesse, og flere medie henvendelser i løpet av året var relatert til dette. Ombudet gir kun uttalelser til media på generelt grunnlag.

Hvordan kommer man i kontakt med mobbeombudet i Innlandet?

Som tidligere har de fleste av henvendelse dette året kommet via telefon og e-post. I tillegg har flere valgt å ta direkte kontakt for å drøfte utfordringer knyttet til barnas situasjon etter foreldremøter etc.

Totalt ble det registrert 297 henvendelser dette året. Som det framkommer av bildet kom 68% av henvendelsene via telefon, 22% via e-post og 9 % ble formidlet gjennom personlig oppmøte. Dette underbygger hvor viktig det er at ombudstjenesten er tilgjengelig på telefon.



"Takk for praten i dag, det gjorde godt å få snakket med noen som forstår hva vi står i. Jeg tok kontakt med skolen og ble møtt på en veldig forståelsesfull måte."

Foresatte, barneskole, Innlandet



Bilde: KI generert

Hvem handler sakene om?

Mobbeombudstjenesten har laget en oversikt over kjønn og gruppetilknytning i sakene vi mottar. I oversikten ser vi at sakene som mobbeombudet er involvert i samsvarer med data som framkommer på landsbasis i Elevundersøkelsen. Flesteparten av sakene vi mottar omhandler elever på mellomtrinn og ungdomstrinn. Kjønnsmessig er det en liten overvekt av saker som omhandler jenter. Anonyme drøftinger gir en feilkilde i kjønnsfordeling, da det er mange som ikke oppgir kjønn ved slike henvendelser.



Bildet viser en oversikt over hvilke aldersgrupper henvendelsene til mobbeombudet omhandler. 12% omhandler barnehagebarn, 16% dreier seg om barn på småtrinnet (1.-4. trinn). 37 % av henvendelsene omhandler elever på mellomtrinnet (5.-7. trinn), mens 33% omhandler ungdomsskoleelever.



Bildet viser en oversikt over kjønnsidentifisering for barn og elever i sakene mobbeombudet mottar. 37% av henvendelsene omhandler gutter, 47% omhandler jenter, 4% har ukjent, flere kjønn eller annen identifisering. *Kolonnen "ikke relevant" gjelder saker hvor det ikke er relevant for ombudet eller henvender å oppgi kjønn. I 10% av årets henvendelser var ikke kjønnsidentifisering oppgitt. Dette kan for eksempel gjelde anonyme drøftinger.

Responstid

Mobbeombudet etterstreber å opprettholde rask responstid på henvendelser. Fram til januar 2025 har tjenesten klart å besvare henvendelser fra foresatte, ansatte og andre som har kontakt via e-post innen én arbeidsdag, og ombudstjenesten ringte opp igjen til ubesvarte telefonnumre. Fra januar 2025 og fram til sommerferien har situasjonen vært en annen. Tjenesteressursen ble halvert, og ombudet har dermed ikke hatt kapasitet til samme oppfølging. Når man ringer til mobbeombudet i Innlandet får man en automatisk svarmelding hvis telefonen ikke kan besvares. Den automatiske svarmeldingen oppfordrer innringer til å sende en e-post uten sensitivt innhold til mobbeombudet, eller ringe tilbake på et annet tidspunkt.

Ombudet har ikke kunnet prioritert å ringe opp igjen til ubesvarte anrop i vår, mens henvendelser via e-post har blitt håndtert så snart det har vært tid til dette. Ombudet har og hatt automatisk svar på e-postkontoen i perioder med mye oppdrag eller reiser for å gi informasjon om når henvender kan forvente et svar. Mobbeombudets responstid fra januar til sommeren har følgelig vært lengre, og det er sannsynlig at noen av de som ikke har kommet gjennom på telefon ikke har tatt videre kontakt med ombudstjenesten.

Saker som kommer til mobbeombudstjenesten er, som nevnt tidligere, ofte svært komplekse. Derfor oppleves det godt for den som tar kontakt å få rask respons. For mange er det slik at man har stått i en vanskelig situasjon over tid, og vurdert lenge hvem man skal ta kontakt med. Ombudets erfaring viser at rask respons gir den som tar kontakt mulighet til å dele sin bekymring og få veiledning på et tidspunkt hvor behovet oppleves som svært stort. Den første kontakten kan bidra til at vedkommende føler seg bedre rustet til å håndtere situasjonen videre på egen hånd. Selv om henvender får raskt svar på

sin henvendelse, betyr det ikke nødvendigvis at mobbeombudet har kapasitet til å delta i fysiske møter på kort varsel.

"Hei! Tusen takk for at dere er så tilgjengelige og raske til å svare! Og mange takk for utfyllende oppfølgingsmail. Møtet med deg fikk i gang mange gode refleksjoner i etterkant, vi fikk mye igjen for dette! Takk for god hjelp og bistand så langt."

Sosiallærer, ungdomsskole, Innlandet

Forebyggende og utadrettet virksomhet

Dette året har mobbeombudstjenesten gjennomført 61 forebyggende oppdrag ute i kommunene i Innlandet. Oppdragene har blant annet bestått av foreldremøter, temakvelder, bidrag på planleggingsdager og politiske møter. Ombudet har hatt oppdrag i både kommunale og private barnehager og skoler, og oppdragene er ofte lagt til kveldstid for å sikre deltakelse fra både ansatte og foresatte. Ved flere tilfeller har også andre aktører blitt invitert med, og noen kommuner har arrangert folkemøter eller åpne møter for alle som har hatt ønske eller interesse av å delta. Dette har vært oppdragsgivernes ønske, og det har ført til at mobbeombudet har nådd ut til mange personer per oppdrag. Målgruppen for de forebyggende tiltakene har med andre ord vært bredt sammensatt dette året, og mange av oppdragene har samlet store forsamlinger der ansatte, foresatte og ulike støtteressurser har deltatt sammen. Dette kan bidra til at deltakerne får et felles kunnskapsgrunnlag og referanseramme for videre arbeid med oppvekstmiljøet, samarbeid mellom foresatte og mellom hjem-skole/barnehage.

"Tusen takk for så konkrete råd og at dere er hands on i praksisfeltet. Dere er lette å få tak i, og så gode å drøfte med. Og tusen takk for du var så tydelig og grundig i gjennomgangen av aktivitetsplikten, lovverket og rammet det inn med Barnekonvensjonen opp mot trygt og godt skolemiljø. Det var så klargjørende for meg. Og du er spot on på det vi og erfarer!"

Helsesykepleier i Innlandet, etter faginnlegg for helsesykepleiere og psykisk helseteam for barn og unge



Bilde: KI generert

Tilbakemeldinger i etterkant av de forebyggende oppdragene har vært svært positive. Både foresatte og ansatte gir uttrykk for at både innhold og form har vært relevant og engasjerende. I foreldremøtene har mobbeombudet særlig lagt vekt på å belyse mobbingens sosiale mekanismer, barnas rettigheter og barnehagen/skolens plikter når barn opplever å ikke ha et trygt og godt skole- eller barnehagemiljø. Det rettes og oppmerksomhet mot foresatte og øvrige voksne sine roller i arbeidet med å bygge trygge og inkluderende fellesskap. Mobbeombudets budskap er at det trengs bevisste, tilstedeværende voksne for å skape robuste og rause fellesskap i nærmiljøet. Ved å gjøre foresatte oppmerksomme på hvordan deres handlinger påvirker fellesskapet, søker mobbeombudet å styrke foreldrenes engasjement i arbeidet med å skape trygge oppvekstmiljøer – ikke bare for eget barn, men for hele barnegruppen.

"Tusen takk for besøket, det var et virkelig bra fremlegg. Viktig, levende og engasjerende!!

Tilbakemeldinger fra foresatte som deltok i går kveld var at dette burde alle foreldrene ha hørt, så vi håper at du kan komme til de andre skolene i kommunen også."

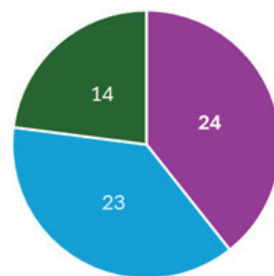
Avdelingsleder, ungdomsskole, Innlandet

I løpet av året har mobbeombudet også gjennomført flere forebyggende oppdrag rettet mot ulike aktører utenfor barnehage- og skolesektoren. Dette inkluderer møter med lokal- og fylkespolitikere i ulike råd og utvalg, samt møter med ungdomsråd i Innlandet. Videre har ombudet bidratt med faglige innspill til kommende barne- og ungdomsarbeidere ved et interkommunalt læringscenter for voksne. I tillegg har mobbeombudet møtt lærerstudenter ved Universitetet i Innlandet, avdeling Hamar, for å gi en innføring i arbeidet med trygge og inkluderende oppvekstmiljøer.

"Tusen hjertelig takk, dette var utrolig nyttig og interessant for oss! :) Vi takker så mye for at du delte kunnskap med oss."

Tilbakemelding etter innlegg for lærerskolestudenter

Forebyggende oppdrag 2024-2025



Forebyggende oppdrag 2024-2025 ■ Barnehage ■ Skole ■ Øvrige

Diagrammet viser antall forebyggende oppdrag mobbeombudet har gjennomført dette året. Totalt ble det gjennomført 61 forebyggende oppdrag dette året, hvorav 23 har vært i skole, 24 har vært i barnehage og 14 har vært hos andre relevante samarbeidspartnere.



Bilde: KI generert

Markedsføring og kommunikasjon

Facebook benyttes fortsatt som markedsføringskanal for mobbeombudet. Gjennom året har det blitt publisert innlegg om aktuelle temaer og en liten hilsen til barnehager, skoler eller kommuner i forbindelse med de forebyggende aktivitetene. Denne strategien har vist seg effektiv, og det er planlagt å videreføre den kommende perioden. Av hensyn til personvern og for å sikre trygg håndtering av sensitiv informasjon er det ikke mulig å kontakte mobbeombudet via Facebook Messenger.

Alle kommuner får tilsendt informasjonsplakater med oppfordring om videre distribusjon til skoler, barnehager, voksenopp-læringssentra, helsestasjoner og legekantor. Informasjonsplakatene er og sendt til tannklinikkerne i Innlandet med en oppfordring til å henge de opp på venterommene, da mange foresatte følger barna sine til tannlegetimer. Årsrapporten og tilhørende informasjon om mobbeombudets arbeid blir også sendt ut til kommunene etter den er behandlet i fylkestinget. Erfaringene viser at slike utsendelser har effekt: Foresatte, FAU, SU og ledere i skole og barnehage tar kontakt for å be om bistand i både forebyggende og pågående saker. Dette kan tyde på at informasjonen når frem og bidrar til økt kjennskap til mobbeombudsordningen i fylket. Det er gledelig å registrere at ombudet har hatt henvendelser fra de fleste kommunene og at informasjonsplakater ofte er synlige i barnehager og skoler som ombudet besøker.

Mobbeombudet har hatt en runde med annonsering på informasjonsskjermene på bussene til Innlandet trafikk i år. Dette skjedde i høst. Det er og planlagt for to slike kampanjer kommende barnehage- og skoleår.

Ombudet verdsetter at Statsforvalteren i Innlandet informerer om mobbeombudstjenesten til personer som henvender seg dit med spørsmål eller klage vedrørende barnehage- eller skolemiljø. Erfaringer viser at foresatte og skole opplever det som uproblematisk at både Statsforvalteren og mobbeombudet er involvert i en skolemiljøsak, da rollene og mandatene er ulike for de to tjenestene. Skoler og foresatte gir derimot uttrykk for at det oppleves som en stryke at mobbeombudet er deltakende i skolemiljø saker som er til behandling hos statsforvalteren fordi ombudet har et annet blikk og gjerne kommer litt tettere på prosessene i skolen.

Deltakelse i ulike møtefora med foresatte og ansatte i og rundt barnehager og skoler har vært en viktig arena for å synliggjøre mobbeombudets samfunnsoppdrag. Mange forteller at de har blitt kjent med ombudsordningen gjennom andre, noe mobbeombudet vurderer som svært positivt. Dette bidrar til å styrke kjennskapet til tjenesten blant innbyggerne i Innlandet. Samtidig får ombudet informasjon fra både ansatte og foresatte som indikerer at ikke alle er kjent med tjenesten. Derfor vil det jobbes videre med markedsføring.

"Dette var så bra! Stemningen ute etter møtet var ferdig var veldig bra, og det var stor enighet om at dette vil vi ha igjen! Så samme tid, samme sted, neste år!"

Kommunalsjef oppvekst etter temamøte for alle barnehagene i kommunen, Innlandet

Kompetanseutvikling, nasjonalt og lokalt samarbeid

For å sikre at mobbeombudstjenesten holder høy faglig kvalitet og er oppdatert på utviklingen innen feltet er kontinuerlig kompetanseutvikling en sentral del av arbeidet. Med et fagteam bestående av to personer – et ombud og en rådgiver – er det avgjørende å videreutvikle egen kompetanse og å søke ny kunnskap.

Fagområdet som omhandler inkludering og fellesskap spenner over flere fagdisipliner, og innsikt fra ulike faglige arenaer bidrar til en mer helhetlig forståelse av barn og unges oppvekstvilkår. Den sårbarheten som ligger i å være et lite team forsterker behovet for tett samarbeid og systematisk kompetansebygging for å sikre en solid og velfungerende tjeneste.

ELMO

ELMO er det nasjonale samarbeidsforumet for elev- og lærlingombud og mobbeombud i Norge. Forumet samler ombudene jevnlig til faglige samlinger hvor sentrale temaer og oppgaver drøftes. Her deles erfaringer fra praksisfeltet, og det legges til rette for refleksjon og læring i lys av det nasjonale mandatet. Gjennom ELMO får mobbeombudene anledning til å lære både av og med hverandre, noe som bidrar til faglig utvikling og styrking av ombudstjenesten nasjonalt.

ELMO Innlandet og inkluderende avgangsmarkering

ELMO Innlandet er fagfellesskapet for mobbeombudsteamet og elev- og lærlingombudsteamet i fylket. Her deles erfaringer

og vi drøfter felles utfordringer. Dette er og en arena for å videreutvikle egen praksis og lære sammen. Det er etablert en fast møtestruktur som gir rom for regelmessige faglige samtaler om barnehage- og skolemiljø, og hvor ombudstjenestene kan støtte og rådgi hverandre. Mobbeombudet viderefører også praksisen med å involvere elev- og lærlingombudet i skolemiljø saker for 10. trinn elever når elev og foresatte samtykker til dette. Denne involveringen skjer på våren, og har som mål å bidra til en tryggere overgang til videregående skole.

Mobbeombudet har også vært deltaker i arbeidsgruppa som har arbeidet med å fremme en inkluderende avgangsmarkering i Innlandet, i regi av Kompetanse og tannhelse. Ombudet takker Kompetanse og tannhelse for denne involveringen.



Bilde: KI generert

Samarbeid med andre ombud

Mobbeombudsteamet i Innlandet er del av et nasjonalt nettverk av ombud, og det er etablert gode rutiner for uformell sparring via telefon og digitale plattformer. Å kunne drøfte saker og situasjoner med kollegaer som kjenner kompleksiteten i ombudsrollen, gir verdifull støtte og nye perspektiver – særlig i saker som oppleves fastlåste. Slike drøftinger foregår alltid anonymt. Mobbeombudsrollen kan være ensom, og i vår har denne støtten vært av stor betydning for mobbeombudet i Innlandet. En stor takk rettes til andre ombud for samtaler og støtte dette halvåret.

Nasjonal kompetanseheving for mobbeombudene og elev- og lærlingombudene, Læringsmiljøsenteret i Stavanger og WABF

Læringsmiljøsenteret ved Universitet i Stavanger gir kompetanseheving til alle mobbeombud og elev- og lærlingombud i Norge etter avtale med Utdanningsdirektoratet. I 2024-2025 har det vært 5 todagerssamlinger hvor oppdatert forskning og kunnskap om mobbing, inkludering og barns og unges sosiale utvikling ble satt i fokus. Samlingene legger til rette for faglig fordypning, erfaringsutveksling og nettverksbygging på tvers av fylkesgrenser og fagdisipliner, og avholdes vekselvis på Gardermoen og i Stavanger.

Mobbeombudet deltok og på det verdensomspennende faglige forumet World Anti-Bullying Forum som i år fant sted i Stavanger, med Universitetet i Stavanger som vertskap. Her møttes forskningsmiljøer fra hele verden for å sette mobbing og mobbeforebygging på agendaen, og det var tre intense dager med mye læring som fant sted i juni.

Statsforvalterens skolemiljøteam i Innlandet

Mobbeombudsteamet og elev- og lærlingombudet har faste samarbeidsmøter med Statsforvalterens skolemiljø- og barnehageteam to ganger i året. I 2024–2025 ble møtene gjennomført i oktober og april. Her drøftes aktuelle utfordringer og praksis i barnehager, grunnskoler og videregående skoler i fylket. Mobbeombudet vil takke for det gode samarbeidet og tilgjengeligheten Statsforvalteren tilbyr, både knyttet til faglig sparring, rådgiving og for å kunne drøfte utfordringer anonymt.

Barn og unges beredskapsråd i Innlandet

Mobbeombudet deltar i Statsforvalterens beredskapsråd for barn og unge i Innlandet. Rådet har som mål å ivareta barn og unges interesser i beredskapssituasjoner, og å styrke tverretattlig samarbeid til det beste for barn og unge i slike sammenhenger.

Parenthood skolefravær

Høsten 2024 ble mobbeombudet invitert til å delta som fagperson i pilotering av Parenthood Skolefravær i Løten kommune. Dette er et gruppetilbud for foreldre til barn som strever med å gå på skolen. Målet med Parenthood er å styrke og støtte foreldre gjennom erfaringsdeling, bevisstgjøring, påfyll av kunnskap og mulighet til å utvide sitt nettverk. Parenthood er ikke et behandlingstilbud, men et pusterom og en arena for å møte andre foreldre og fagpersoner i dialog. Kvelden ga grobunn til mye refleksjon, og mobbeombudet vil takke både kursledere og deltakere for åpenhet og erfaringsutveksling.

Webinar og konferanser

Mobbeombudsteamet er opptatt av å være faglig oppdatert. Dette året har ombudet blant annet deltatt på den nasjonale Ungdata-konferansen og den regionale konferansen Ung i Innlandet. I tillegg har ombudstjenesten deltatt på ulike webinarer fra bl. a Barneombudet, Redd Barna, Politiet, Utdanningsdirektoratet, Statped, Statsforvalteren og RVTS (Regionale ressursentre om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging). Gjennom året har også ombudet deltatt på seminarer knyttet til inkluderende undervisningspraksis, skolenærværarbeid, ung utenforskap, og psykisk helse. På tampen av året ble World Anti-Bullying Forum avholdt i Stavanger, og mobbeombudet deltok på hele konferansen.



Bilde: Mostphotos

Effekter og resultater av mobbeombudets arbeid

"Takk for at du ble med i møtet i går. Jeg tror skolen fikk noe ny innsikt i hvordan X (barnet) egentlig har det på skolen. Du stilte spørsmål på en måte slik at h*n svarte annerledes enn tidligere, og h*n følte at situasjonen ble bedre belyst. X (barnet) opplevde at du forsto og så "alt sammen" og det var så godt for oss å se at h*n ble tatt på alvor. Tusen takk!"

Foresatte til ungdomsskoleelev, Innlandet

I henhold til mandatet er en av mobbeombudets hovedoppgaver å bistå barn, elever og foresatte i situasjoner der barn og unge ikke opplever et trygt og godt psykososialt miljø i barnehage eller skole. Ombudet skal tilby veiledning, informasjon og kompetanseheving, og fungere som en støtte

barnehageansatte, barnehage- og skoleeiere og andre som har behov for råd knyttet til retten til et trygt og inkluderende oppvekstmiljø.

Tilbakemeldinger fra barn, foresatte og ansatte i barnehager og skoler er en viktig indikator for hvilken betydning mobbeombudets arbeid har. En annen verdifull indikator er at mange tar kontakt etter anbefaling fra andre som tidligere har vært i dialog med ombudet. Når noen deler positive erfaringer om tjenesten kan det bidra til økt synlighet og tillit, og det kan senke terskelen for å ta kontakt i krevende situasjoner. Fra tallgrunnlaget kan det se ut til at mange av de som tar kontakt kjenner til ombudet gjennom ombudets deltakelse på foreldremøter eller andre kompetansehevende tiltak. Mobbeombudet opplever også at vi ofte blir invitert tilbake til skoler, barnehager og kommuner vi tidligere har samarbeidet med, enten i forbindelse med individsaker eller forebyggende arbeid. Dette tyder på at tjenesten oppleves som relevant og nyttig.

Det er alltid mange faktorer som har innvirkning på individsaker mobbeombudet er involvert i, men et fellestrekk er at minst en av partene i saken opplever situasjonen som fastlåst og svært krevende, og at det er et eller flere barn som rammes. Effekten av mobbeombudets arbeide kan løftes fram gjennom tilbakemeldinger ombudet mottar fra de som tar kontakt. Noen av disse er gjengitt gjennom sitater i rapporten, og nedenfor følger en oppsummering av noen av de mest sentrale tilbakemeldingene ombudet har mottatt i løpet av 2024–2025.

Forebyggende arbeid

"Dette var veldig bra, inspirerende og tankevekkende å være med på. Og det jeg likte best var at det er det du trekker fram ligger så lavt på skalaen at "alle kan få til noe". Du tar tak i ting som ligger FØR forebygging, liksom. Eller tidlig i forebyggingen. Jeg trodde vi skulle høre om alt som går galt og hva vi gjør da, men du setter fokus på hva vi alle kan gjøre for at det IKKE skal gå galt. Det likte jeg godt!"

Pedagogisk leder i barnehage etter et temamøte for ansatte og foresatte i alle barnehagene i kommunen, Innlandet

Mobbeombudets forebyggende arbeid i 2024–2025 har hatt som mål å styrke kompetanse og bevissthet både hos ansatte, foresatte og andre relevante aktører. I alle forebyggende oppdrag legges det vekt på å formidle barnas rettigheter, barnehagens og skolens plikter, samt det juridiske rammeverket som regulerer det psykososiale miljøet. Et annet perspektiv som blir viet stor oppmerksomhet i de forebyggende oppdragene er voksne sin rolle som bidragsyter og rollemodell for inkludering og raushet, og hvordan dette formidles både gjennom handlinger og prat.

Tilbakemeldinger etter slike oppdrag viser at presentasjonene ofte bidrar til refleksjon og samtaler i foreldre- og personalgrupper. Mange opplever at hverdagsutfordringer blir belyst med nye vinklinger, noe som igjen kan åpne for alternative måter å forstå og håndtere krevende situasjoner på.

"Dette er et av de beste foreldremøtene jeg har vært på, både som ansatt i skolen og som mor selv. Du gir oss mye å tenke på, og setter fokus på at selv små grep kan gjøre store forskjeller."

Tilbakemelding fra rektor etter foreldremøte, Innlandet

I møte med oppdragsgivere – enten det er skole- eller barnehageeiere, rektorer, styrere, kontaktlærere eller representanter fra SU og FAU – er mobbeombudet tydelig på at effekten av slike tiltak avhenger av videre oppfølging. Uten en plan for hvordan informasjonen skal brukes i etterkant, er det en risiko for at innlegget skaper engasjement der og da, men hvor fokuset forsvinner i mengden av andre oppgaver. Forskning viser at forebyggende arbeid krever kontinuitet og forankring i det daglige arbeidet. Det er viktig å holde temaene levende ved å knytte dem til konkrete hendelser og erfaringer i hverdagen.



Bilde: Mostphotos

Individsaker og drøftinger vedrørende trygt og godta barnehage- og skolemiljø

"Vil bare si takk for at mobbeombudet finnes! Den støtta som du gir til både oss og barnehagen har vært gull verdt, og du har vært god til å se ting i sammenheng og bidra til å tenke litt nytt. Tusen takk for at du har deltatt i møter med oss, og hjulpet oss å holde fokus på de viktige og riktige tingene."

Foresatt, barnehage, Innlandet

Når mobbeombudet deltar i samarbeidsmøter, kommer vi tett på det enkelte barnet, de voksne som står rundt barnet og skolens eller barnehagens praksis. I mange tilfeller møter vi også barnet selv. I individsakene uttrykker både barn og foresatte ofte svært stor fortvilelse over situasjonen de er i, og mange uttrykker at de har en følelse av å stå alene i møte med barnehagen eller skolen. Flere foreldre forteller at de opplever økt støtte og anerkjennelse når mobbeombudet er til stede i møtene. De gir uttrykk for at de blir bedre ivaretatt, og at deres perspektiver i større grad blir lyttet til.

Både foresatte og ansatte gir tilbakemelding om at det er verdifullt å ha med en ekstern aktør som kan bidra med et blikk utenfra. Det å se saken med nye briller kan bidra til å sette situasjonen inn i en større sammenheng. Foresatte fremhever også at det er nyttig å ha med noen som kan forklare komplekse fagbegreper og regelverk på en annen måte enn det barnehagen eller skolen selv gjør.

"Vi setter pris på at du deltar på møtene og ser at det hjelper."

Foresatt, barnehage, Innlandet

Ansatte forteller at mobbeombudets tilstedeværelse ofte bidrar til mer balanserte møter. De uttrykker at ombudet kan knytte praksis og hendelser opp mot gjeldende lovverk og rutiner på en måte som gir ny innsikt og forståelse hos de foresatte, som igjen kan bidra til å se skolen eller barnehagens arbeid i nytt lys. Mange ansatte opplever også at de får verdifull veiledning og støtte til å utforske ulike handlingsalternativer i krevende saker.

"Jeg vil bare takke for gode råd og veiledning. Det er godt å bare få drøftet det man står med noen på utsiden. Det gir noen nye tanker. Det er og godt å høre at man ikke har tenkt helt feil, men at enkelte ting kan ta litt mer tid."

Rektor, barnehage, Innlandet

En av de viktigste funksjonene mobbeombudet har, er å styrke og støtte de voksne som står nærmest barnet – slik at de kan arbeide systematisk og målrettet i situasjoner der barnet ikke opplever et trygt og godt miljø. Dette skjer blant annet gjennom dialog, rådgivning, veiledning og kunnskapsdeling.

Forskning viser at sosial støtte i belastende situasjoner kan redusere symptomer på negativt stress og fremme mestring (Langeland, 2017). Når foresatte og ansatte opplever anerkjennelse og forståelse for situasjonen, skapes det et bedre grunnlag for å finne målrettede og bærekraftige løsninger. Mobbeombudet fungerer ofte som en brobygger mellom barnets, foresattes og skolens perspektiver, og bidrar til å belyse saken fra flere sider.

Bare det å vite at man har støtte tilgjengelig, kan i seg selv være en viktig mestringsressurs (Langeland, 2017).

"Tusen takk for at dere både er hands on og har et overordnet perspektiv. Dette var veldig ufarlig og nyttig for oss. Dere gir konkrete råd og trekker inn viktige faglige perspektiver som gjør at vi blir mer bevisst og får ting på stell. Det var godt at dere møtte oss på det vi har gjort bra, og gir oss motivasjon til å fortsette."

Avdelingsleder, ungdomsskole, Innlandet



Bilde: Mostphotos

Elevundersøkelsen 2024

Elevundersøkelsen er en kartlegging hvor elever fra 5.- 10. trinn og elever på videregående skoler svarer på spørsmål knyttet til hvordan de opplever sin skolehverdag. Elevundersøkelsen er obligatorisk å gjennomføre for 7. trinn, 10. trinn og 1. vgo, men kan gjennomføres på alle trinn fra 5.-10. klasse og alle trinnene i videregående skole. Undersøkelsen gjennomføres hvert år, med datainnsamling i november- desember, og offentliggjøring av resultater i januar.

Elevundersøkelsen 2023 viste en markant økning av elever som følte seg mobbet på skolen på alle trinn. Elevundersøkelsen 2024 viser at kurven til en viss grad har flatet ut, med opprettholdende høye tall både nasjonalt og i Innlandet. I 2023-24 rapporterte 12,8 % av 7. trinnselevne at de opplevde mobbing på landsbasis, mens andelen i Innlandet var 12,5 %. I år er andelen 12,3 % på landsbasis, mens den i Innlandet er 12,1 %. For 10. trinn var andelen som følte seg mobbet i 2023 på 10,9 % på landsbasis og 10,1 % i Innlandet. I år er andelen på landsbasis sunket til 10,6 %, mens den har økt til 10,7 i Innlandet. Dette innebærer at det er en fortsatt en økning av andelen elever som rapporterer om mobbing blant 10.trinnselevne i Innlandet. Til tross for gjentatte høye mobbetall oppgir også de aller fleste elevene at de har et godt læringsmiljø, og de trives godt på skolen. Dette gjelder og for elevene som rapporterer om mobbing.

Bak tallene i Elevundersøkelsen er det barn og ungdom, som alle har et behov for, og en rett til å tilhøre et fellesskap. Forebygging er viktig- og kontinuerlig, systematisk arbeid med trivsel og samspill er nødvendig i skolene. Noen sentrale punkter i dette arbeidet er tydelig klasseledelse og å utvikle trygge relasjoner mellom elever og mellom elever og voksne. Videre er samarbeid med hjemmene og det å involvere elevene i arbeidet med å etablere og å håndheve trivselsregler for hvordan vi skal være mot hverandre viktig (Udir, 2024). Dette skaper en opplevelse av medvirkning, felles ansvar og fellesskap i elevgruppa, hvor det kan bli en større bevissthet hos den enkelte at "det jeg gjør eller sier påvirker andre". Det å etablere et fellesskap som rommer alle, et felles "VI", er sentralt i arbeidet mot mobbing.

Hvilke tendenser ser mobbeombudet i Innlandet?

"Jeg håper du faller av sykkelen og skader deg skikkelig slik at du ikke kan komme i barnehagen på kjempelenge."

Samtale mellom to barn i leksituasjon i barnehagen, hørt av en ansatt, Innlandet

I løpet av året har mobbeombudet fått mange sterke og vonde historier fra barn og unge i Innlandet. Ofte blir erfaringene formidlet gjennom foresatte, men i flere tilfeller har barna valgt å dele sine opplevelser selv. En historie kommer fra småtrinns eleven som ofte kommer i konflikt med medelever, og som forteller med skjelvende underleppe og usikkert blikk **"Jeg vet ikke når de er snille, så da er det best at jeg er slem først"**.

En annen historie kommer fra mellomtrinns eleven som sier at det beste med sommerferien er å **"slippe unna de som plager meg- kanskje jeg får være i fred hele sommeren"**.

En mellomtrinns elev forteller: **"Det verste er ikke det de sier eller gjør. Det verste er når de ikke sier eller gjør noen ting. Når jeg står der, men alle ser tvers gjennom meg, som om jeg er luft. Og når jeg sier noe, er det ingen som hører eller bryr seg. Da skjønner jeg jo at lærerne tenker at de har sluttet å plage meg, og da er det heller ingen lærere som hjelper meg. Da er det bedre at de slår, tenker jeg. For da ser i alle fall lærerne at det skjer noe"**.

En ungdomsskoleelev beskrev hvordan pauser var verre enn timene- **"timen kan jeg sitte og jobbe med mitt, men i pausene er det om å gjøre å komme seg raskest mulig til do, og så**

finne den dobåsen som er nærmest veggender er det bare en side(vegg) man må passe seg for. Så er det å håpe at du får være i fred til det ringer inn. Før hadde jeg med telefonen på do, men nå må jeg bare sitte der å vente til det ringer. Jeg har blitt skikkelig god til å vente...".

Det er og mange opplevelser fra barnehagen. Noen opplever at tingene deres blir borte eller ødelagt, slik skolestarteren som fikk de nye joggeskoene som sto litt gjemt på gardero-behylla fylt opp med solkrem første dag h*n fikk bruke de i barnehagen. Andre opplever utenforskap i lekesituasjoner, slik som barnehagebarnet som sier **"Jeg liker måltider best jeg, for da har jeg noen å sitte ved siden av"**.

I den regionale planen for det inkluderende Innlandet pekes det på at "inkludering handler om å kunne delta på like vilkår i sosiale fellesskap, ha like muligheter for å mestre og ha reell innflytelse på reglene i fellesskapet" (Regional plan for det inkluderende Innlandet, s. 5). For mange av barna og ungdommene som mobbeombudet møter er nettopp deltakelse i sosiale sammenheng en sentral utfordring. Historiene og møtene mobbeombudet har tatt del i handler i stor grad om noen få, men grunnleggende behov: å høre til, å være en del av et fellesskap, og å få være seg selv. Ombudet så trendene i fjor, men sakene i 2024-2025 forsterker fjorårets tendenser. Derfor velger ombudet å sette lys på de to temaene som ble løftet fram i fjorårets rapport, og som har blitt ytterligere forsterket dette året.



Bilde: Mostphotos

"Det er ikke plass til meg" - manglende inkludering

"De voksne sier "alle skal få være med i leken". Da får jeg vondt i magen. For jeg vet at da må jeg lete etter noen å leke med, og når jeg finner noen, så er leken full. Det er ikke plass til meg. Og sånn er det å være meg, liksom."

Barneskoleelev, Innlandet

"Det er ikke så moro å spille fotball når man aldri får ballen. De ser meg ikke, liksom. Og nå roper jeg heller ikke om jeg har en bra posisjon, fordi det er flaut når alle vet at jeg «er med» men ingen sentrer til meg. Ikke engang treneren får laget til å spille med meg. Og når det er slik på fotballen- da kan du tenke deg hvor mange som spør om jeg vil være med å finne på noe ellers."

Ungdomsskoleelev, Innlandet

I løpet av skole- og barnehageåret 2024–2025 har mobbeombudet møtt mange barn og unge i Innlandet som ikke opplever å ha en naturlig plass i fellesskapet. Inkludering – både i og utenfor barnehage og skole – er et felles ansvar. Den nye opplæringsloven som trådte i kraft 1. august 2024 slår i § 12-2 fast at **"alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø som fremmer helse, trivsel, læring og inkludering"**. Dette innebærer at skolen aktivt skal bidra til at alle elever opplever tilhørighet. Men det er ikke nok at bare skolen og barnehagen jobber med dette. Vi trenger nærværende og bevisste voksne på alle arenaer der barna er. Gode fellesskap formes ikke bare i barnehagen og på skolen, men også på fritidsarenaer. Derfor er samarbeid mellom hjem, skole og andre oppvekstarenaer avgjørende for å skape et inkluderende oppvekstmiljø.

Mobbeombudet ser at utenforskap er et gjennomgående tema i mange av sakene ombudet involveres i. Selv i miljøer med høy bevissthet og godt arbeid, kan barn og unge oppleve å stå utenfor.

Å ikke føle tilhørighet setter dype spor – uavhengig av alder, kjønn eller bakgrunn. Det kan føre til utvikling av u hensiktsmessige mestringsstrategier som tas med videre i livet. Sosiale ferdigheter utvikles i samspill med andre, og barn trenger trygge, kompetente voksne som rollemodeller. Inkludering kan ikke bare formidles som en verdi – den må vises i praksis. Spørsmål som: Hvem inviteres i bursdag? Hvem får være med hjem? og Hvem får sitte på til trening? er konkrete eksempler på hvordan voksne kan bidra til eller motvirke utenforskap. Holdninger til inkludering formes i samspill med andre, og de kan påvirkes og endres. Det er handlingen, ikke tanken, som teller.

"Mamma, jeg vil ikke i barnehagen noe mer. X (et annet barn) sier at ingen liker meg, og at jeg er dum. Men jeg er ikke dum, jeg er lei meg. Det er bare de voksne som er snille med meg."

Barnehagebarn, Innlandet

Digitale plattformer kan både styrke og svekke barns sosiale tilhørighet. For noen gir sosiale medier og eksempelvis gamingplattformer mulighet til kontakt, mens for andre forsterker de følelsen av å være utenfor. Mobbeombudet erfarer at barn som opplever utenforskap i det fysiske miljøet ofte også opplever digitalt utenforskap, og at de digitale arenaene som regel er uten vokseninvolvering. Dette fører igjen til at barna opplever mindre støtte i disse settingene, til tross for at mange har store deler av fritida si på denne arenaen. Barn og unge forteller at de blir ekskludert fra chattekanaler, fjernet fra grupper eller ikke sluppet inn på spillplattformer. Mange uttrykker uro over at det finnes grupper de ikke er en del av, og at de derfor ikke vet hva som blir sagt eller delt om dem, og hvem det blir delt med. Dette skaper stor grad av usikkerhet og stress for mange, og gjør det vanskeligere å gjenopprette trygge fellesskap.

"Jeg vet ikke jeg, kanskje det var lettere i gamle dager? Mamma sier at jeg bare skal gå ut og finne noen... Men det er jo ingen "å finne" tilfeldig, liksom. Jeg ser jo hvor folk er på Snap, men jeg kan ikke bare møte opp der, det blir bare rart. Enten er man invitert, eller så er man ikke invitert. Og jeg er nesten alltid ikke invitert. Så da blir jeg alene da."

Barneskoleelev, Innlandet

Mobbeombudet får også mange henvendelser knyttet til netthets. Dette kan dreie seg om spredning av bilder eller videoer med krenkende innhold, trusler og ryktespredning. I flere tilfeller har dette gått så langt at det blir til straffbare handlinger, men hvor aktørene er under den kriminelle lavalderen. Dette understreker behovet for økt bevissthet rundt digital dømmekraft og nettvett. Barn og unge må gjennom økt kunnskap og bevissthet settes i posisjon til å kunne se hvor grensen

går, at "det jeg sier og gjør har noe å si for andre" og hvordan man kan gjøre opp for seg dersom man har gjort noe feil. Dette kan ikke bare gjøres på skolen, her må også foresatte på banen fordi barna er digitalt aktive på hjemmearenaen. Samtidig er det viktig at foresatte tar ansvar for å sette grenser og sørge for at aldersgrenser på sosiale medier og spillplattformer overholdes.

"SoMe (sosiale medier) stresser meg skikkelig. Plutselig kommer det noe dritt, et eller annet sted. Man er aldri trygg, liksom. Og det er ikke tvil om at det er meg de "outer" (henger ut). Det verste er at jeg ikke vet alt som blir gjort, hvem andre som har sett det, og hva de tenker om meg."

Ungdomsskoleelev, Innlandet

Ufrivillig skolefravær

"Jeg vet ikke hvorfor det er slik, men jeg kommer meg bare ikke på skolen. Alle har prøvd alt, og her sitter jeg, da..."

Ungdomsskoleelev, Innlandet

I Opplæringslovens §10-6 er det presisert at skolen har en plikt til å følge opp elever med skolefravær. Hensikten med presiseringen er å legge til rette for økt skolenærvær, som igjen er en viktig faktor for mulighetene til å gjennomføre og bestå utdanningsløpet. I svært mange av sakene som mobbeombudet har vært involvert i dette skoleåret er ufrivillig skolefravær en allerede etablert utfordring, mens det i noen saker er en gryende bekymring hos foresatte og skoleansatte.

Mobbeombudet er kjent med at flere barn og unge i Innlandet tilbringer skoledagene hjemme. Til tross for at kommunene har etablert rutiner for oppfølging, er det flere elever og foresatte som opplever at det blir lite konkrete og virkningsfulle tiltak i skolefraværssaker. Samtidig ser ombudet at samarbeid mellom hjem og skole, og oppfølging av elever med fravær kan være krevende. Sakene er gjerne komplekse, og det kan være vanskelig å identifisere hva som forårsaker eller opprettholder fraværet. Skolen kan sjelden løse alle de opprettholdende faktorene alene, og mange foreldre beskriver følelser av frustrasjon, skyld, skam og utilstrekkelighet. Svært mange foreldre forteller at skolefraværssituasjonen påvirker familielivet i stor grad.

"Når andre venner snakker om stress i hverdagen lurer jeg på om de vil prøve å stå i våre sko ei uke. Når alt handler om å få barnet ditt på skolen, og du går på nåler hver morgen for å ikke stresse, mase, krangle eller gi opp... Og så kommer du til parkeringsplassen, og ungen klarer ikke å gå ut av bilen. Og der sitter du, med en ungdom som sitter i fosterstilling på en parkeringsplass og inn på telefonen tikker det en påminnelse om at om 15 min starter møtet på jobben... Da skulle jeg gitt mye for litt normalt hverdagsstress."

Foresatt, ungdomsskole, Innlandet

Både skole og hjem kan bli usikre på hvilke tiltak som faktisk vil hjelpe, og hva som kan risikere å forsterke belastningen for barnet. Mobbeombudet har de siste årene deltatt på ulike seminarer om ufrivillig skolefravær. Forskerfeltet peker på at dette er en sammensatt problematikk hvor mange faktorer spiller inn, både på skolen og i hjemmet. En fellesnevner som løftes frem i forskningen er tidsfaktoren: Jo tidligere man

etablerer samarbeid og setter inn tiltak for å opprettholde et skolenærvær, jo mindre synes risikoen for langvarig og komplekst fravær å være. En annen faktor er betydningen av å ha en god og trygg relasjon til en voksen trygghetsperson i skolehverdagen.

Mobbeombudets perspektiv i slike saker er å skape så stor grad av forutsigbarhet i skolehverdagen som mulig for eleven det gjelder. Videre forsøker mobbeombudet å få til refleksjoner rundt hva barnet kan trenge av trygghetstiltak for å komme til skolen og hva barnet kan trenge når det faktisk har klart å komme på skolen. Tiltak som kan øke elevens nærvær, skape trygghet og ivareta det "normale" i hverdagen kan bidra til å bryte et negativt mønster for barnet.



Bilde: KI generert

"Tusen takk- det var nyttig å snakke med deg om situasjonen. Jeg er selv helseutdannet, men det er noe annet å være forelder i slike saker, altså. Man blir rådvill, derfor er det så viktig å ha noen andre å drøfte med!"

Foresatt, ungdomsskole, Innlandet

Mobbeombudets råd

Tendensene som ble formidlet i fjorårets rapport om utenforskap og ufrivillig skolefravær har dette året blitt mer framtrædende i de sakene mobbeombudet blir involvert i. Derfor vil rådene fra fjorårets rapport belyses i denne rapporten. Mobbeombudet erfarer at mange henvendelser bærer preg av lav tillit mellom hjem og skole eller barnehage. Tillit bygges over tid, men tillit kan raskt forvitre. Når den svekkes, påvirker det både samarbeidsklimaet og relasjonene mellom barn, foresatte og ansatte. Foresatte beskriver ofte en følelse av maktesløshet og dyp bekymring for barnas situasjon, mens barna selv formidler at de verken føler seg sett eller forstått. Samtidig møter også mobbeombudet mange ansatte som arbeider iherdig for å skape trygge og inkluderende miljøer, men som opplever det som krevende når innsatsen ikke gir de resultatene man håper eller forventer.

Mobbeombudet ønsker å dele noen råd til skoler og barnehager knyttet til arbeidet med inkluderende barnehage- og skolemiljøer og skolenærvær. Rådene er basert på møter med praksisfeltet, fagmiljøer og kompetansesentre.

Felleskapets betydning- inkluderende fellesskap og trygt og godt barnehage- og skolemiljø

Skap og vedlikehold en felles forståelse for nulltoleranse og trygt og godt barnehage- og skolemiljø blant alle ansatte

- Våre tolkninger av det som skjer påvirkes ofte av våre tidligere erfaringer og egne verdier. Dette gjør at ansatte kan oppfatte situasjoner i barnegruppa ulikt. Derfor er det avgjørende at personalet sammen utvikler en felles forståelse av hva nulltoleranse for krenkelser innebærer "for vår barnehage eller skole".
- Hvordan ser et trygt og godt miljø ut "hos oss"? Hva legger vi i delplikten "følg med"? Når, hvordan og hvorfor griper vi inn i barnas samspill? Disse vurderingene gjøres kontinuerlig gjennom dagen, og jo oftere slike spørsmål løftes i personalgruppen, desto mer bevisst blir den enkelte. Dette kan bidra til en felles forståelse og kollektiv oppmerksomhet rundt skolens aktivitetsplikt og nulltoleranse i praksis.



Bilde: Mostphotos

Fremmer skolens eller barnehagens praksis helse, inkludering, trivsel og læring for alle barna?

- Mobbeombudet oppfordrer alle ansatte i både skoler og barnehager til å gjennomføre en risikovurdering av egen praksis. Still deg spørsmålet: Fremmer denne undervisningsøkten eller dette opplegget inkludering for alle barna i gruppa eller klassa? Hvis svaret er nei – hva kan justeres for å oppnå det?
- Denne bevissthet er nødvendig for å realisere lovens intensjon. Undervisning og pedagogisk opplegg som fremmer helse, inkludering, trivsel og læring handler både om faglig og sosial mestring, tilpasning og tilrettelegging. Samtidig er det et viktig utgangspunkt for å bygge fellesskap og motvirke et økende individfokus i samfunnet.

Gjør alle voksne bevisste på fellesskapets betydning

- Å skape et inkluderende fellesskap er et samfunnsoppdrag som krever innsats fra flere enn barnehage og skole, og foresatte spiller en nøkkelrolle i dette. Det er viktig å synliggjøre for foresatte hvordan fellesskapet påvirker "mitt barn", og hvordan "mitt barn" påvirker fellesskapet. Alle barn trenger å høre til. Hvis ett eller noen få barn opplever utrygghet i fellesskapet, påvirker det hele gruppen – også de som tilsynelatende har det bra.
- Skap arenaer der foresatte blir kjent med hverandre og med hverandres barn. Forskning fra blant annet Lyng & Eriksen (2019) viser at vi utvikler mer empati for dem vi kjenner. Dette understreker betydningen av relasjonsarbeid – både mellom barn og mellom voksne.

- Et fellesskap der foresatte støtter og heier på hverandre har stor verdi for alle. Å vite at noen ønsker at jeg skal komme på foreldremøtet, eller at noen holder av en plass til meg kan gjøre en stor forskjell på veien mot et fellesskap som er trygt for alle.



Bilde: Mostphotos

Ufrivillig skolefravær

Mobbeombudet erfarer at mange skoler kan bli usikre på hvilke tiltak som er hensiktsmessige fra skolens side i saker med ufrivillig skolefravær. Mange skoler opplever også å bli stående litt alene i arbeidet fordi det kan ta tid å få på plass et støtteapparat for skole og hjem. Samtidig legges det et større ansvar over til skolene med tanke på oppfølging av skolefravær i den nye opplæringsloven, jmfør §10-6. Derfor ønsker mobbeombudet å gi noen generelle råd for tidlig innsats, da forskning viser at tid er en avgjørende faktor i slike saker.

Rask og systematisk fraværsoppfølging

- Etabler gode rutiner for oppfølging av fravær. Mobbeombudet har erfart at mange foreldre melder barnet "syk" over lengre tid før det blir tydelig at fraværet skyldes andre forhold. Vurder om det er behov for nye rutiner eller å kunne registrere annet fravær digitalt, slik at dialogen mellom hjem og skole kan starte tidligere.
- Skap forutsigbarhet ved å informere om hva som skjer på skolen når eleven er hjemme, og prøv å opprettholde kontakt med eleven. Tett kontakt og godt samarbeid med hjemmet er avgjørende. Legg til rette for trygghet og forutsigbarhet i skolehverdagen. En voksen trygghetsperson som barnet har en god relasjon til, kan bidra til å etablere en tryggere skolehverdag.
- Husk at skolefravær er et symptom med mange mulige årsaker. Still spørsmålene: Hva trenger barnet? Hva trenger familien? – og lytt til svarene.
- Fokuser på hva skolen konkret kan bidra med. Prøv å opprettholde kontakten med barnet i en eller annen form gjennom skoleuka.

Laget rundt barnet og skolen

- Skolen kan ikke løse alle opprettholdende faktorer alene. Etabler derfor et tverrfaglig samarbeid der foresatte, barnet og relevante støttesystemer involveres.
- Mobbeombudet oppfordrer kommunene til å styrke det interne laget rundt eleven, skolen og hjemmet – parallelt med å koble på eksterne ressurser. Kommunale tjenester kan ofte mobiliseres raskere, og tidlig innsats er avgjørende i arbeidet med ufrivillig skolefravær.

Et år er slutt

Barnehage- og skoleåret 2024–2025 er nå avsluttet, og mobbeombudet ser tilbake på et år preget av mye reising og mange møter med barn, foresatte og ansatte i Innlandet. Høsten 2024 hadde mobbeombudet en økning på antall henvendelser og forebyggende oppdrag, men grunnet ressursituasjonen våren 2025 har ikke tjenesten vært like tilgjengelig som tidligere. Dette har resultert i mange ubesvarte telefoner i tillegg til en liten nedgang i antall henvendelser ombudet har mottatt.

Slik det er orientert om i kapittelet "Responstid" har ikke ombudet hatt kapasitet til å ringe tilbake til de ubesvarte anropene, og det er ikke ført en oversikt over antall tapte anrop. Ombudet erkjenner at noen av de som har forsøkt å komme i kontakt med tjenesten ikke har lyktes med dette. Det er sannsynlig at noen av disse ikke har tatt kontakt på et senere tidspunkt. Responstida for de som henvendte seg til ombudet i vår økte også noe. Mobbeombudet har vært nødt til å gjøre harde prioriteringer av involvering, tidsbruk og støtte i de ulike henvendelsene i vår. Dette har vært krevende vurderinger, men de som har henvendt seg til ombudet har

vist stor forståelse for situasjonen. Mange av de forebyggende oppdragene for våren var allerede avtalt før ressursituasjonen ble endret. Derfor har ombudet strukket seg langt for å gjennomføre oppdragene slik de var planlagte.

Våren har gitt ombudet utfordringer knyttet til å kunne utfylle mandatets oppgaver. Et stort flertall av samarbeidsmøter har blitt avholdt på Teams for å skape rom for ombudets deltakelse i flere møter gjennom en arbeidsdag og for å sikre mest mulig tilgjengelighet på telefon. Mobbeombudet har erfart at behovet for støtte og veiledning er stort, og at ombudets fysiske tilstedeværelse ofte er ønsket av både foreldre og ansatte. I saker som omhandler skolemiljø er det ofte mange involverte, og følelsene kan være sterke. Dette påvirker samarbeidsklimaet og relasjonene mellom både barn og voksne, og for noen foresatte kan det å møte noen utenfor møtelokalet som man kan ta følge med inn være en trygghetsfaktor. Det å få inn en utenforstående part kan også bidra med nye perspektiver, spørsmål og refleksjoner, og åpne for alternative løsninger.

"Tusen takk for at du har deltatt i møter, veiledet både oss og skolen og lyttet til barnet vårt og oss. Det er krevende å stå i dette alene, og det å få snakket med deg har hjulpet oss både med å sortere tanker og å se framover. Takk for alt du har bidratt med."

Foresatt, barneskole, Innlandet

Nytt år- nye muligheter

Gjennom året har mobbeombudet gjort seg mange refleksjoner rundt barns behov for tilhørighet, og balansen mellom individuelle rettigheter og fellesskapets betydning. Fellesskapet bygges ikke på individuelle premisser, det skapes gjennom samhandling og felles erfaringer. Mobbeombudet har tro på at det å rette oppmerksomheten mot inkluderende barne- og ungdomsmiljøer både i og utenfor barnehagen og skolen er veien å gå. Det er viktig å løfte denne bevisstheten hos alle voksne som omgir barn og unge. Trygge voksne som er tydelige rollemodeller og som viser inkluderende verdier i praksis, bidrar til å skape trygge og rause fellesskap.

For 80 år siden, i 1945 skrev Halldis Moren Vesaas diktet "Tung tids tale". Diktets første strofe er "Det heiter ikkje eg – no lenger. Heretter heiter det: vi. Eig du lykka er ho ikkje berre di". Og det er dette lille ordet, "vi", som gjør at det ikke er nok at "mitt barn" har det fint. Hvis noen i flokken opplever utrygghet "eier" også flere i flokken den. Derfor står vi igjen med en essensiell oppfordring: Ingen kan gjøre alt – men alle kan gjøre noe. **Hva kan DU bidra med?**

"Jeg ville bare takke deg for alt du har bidratt med. Du har vært til så fantastisk hjelp for oss 😊"

Foresatt, ungdomsskole, Innlandet



Bilde: Stockbilde Microsoft 365

Mobbeombudet ønsker å rette en stor takk til alle møter og samarbeid gjennom barnehage- og skoleåret 2024–2025, og ser frem til nye møtepunkter i året som kommer.

Vennlig hilsen

Marianne Vigdal-Olsen

Mobbeombudet i Innlandet

Litteraturliste

Hans Majestet Kong Haralds tale nyttårsaften 2023. Hentet fra: [Kongens nyttårstale 2023 - Det norske kongehus](#)

Langeland, E. (2017). Salutogenese- teori og praksis. Publisert 15. juli 2011, endret 30.november 2017. Hentet 22.06.2023 fra: <https://napha.no/content/14219/salutogenese---teori-og-praksis>

Lyng, S. & Eriksen, I. (2018). *Elevens psykososiale miljø: gode strategier, harde nøtter og blinde flekker*. Fagbokforlaget.

Opplæringsloven. (2023). https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2023-06-09-30/KAPITTEL_4-4#%C2%A713-4

Regional plan for det inkluderende Innlandet. Hentet fra: <https://innlandetfylke.no/tjenester/plan-statistikk-og-folkehelse/regionale-planer-og-strategier/regional-plan-for-det-inkluderende-innlandet/>

Utdanningsdirektoratet. (2023, 29.09). Hva er nytt i ny opplæringslov?. Hentet fra: <https://www.udir.no/regelverk-og-tilsyn/skole-og-opplaring/ny-opplaringslov/hva-er-nytt-i-ny-opplaringslov/>

Utdanningsdirektoratet. (2024, 22. 01). Vi må prioritere de tiltakene vi vet gir et godt skolemiljø. Hentet fra: <https://www.udir.no/tall-og-forskning/brukerundersokelser/elevundersokelsen/mobbetallene-fortsetter-a-oke/>

Vesaas, H. M. (1945). Tung tids tale. Hentet fra Cappelen Damm: ["Tung tids tale" av Halldis Moren Vesaas | Boktips](#)



Innlandet
fylkeskommune