Innlandet fylkeskommune

Årsrapport 2025-2026

Mobbeombudet i Innlandet



Innhold

Forord **1**

Innledning **3**

Barnehage- og skoleåret 2025-2026 ..... **3**

Henvendelser til mobbeombudet- tallenes tale for individsaker 4

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 10

Forebyggende og utadrettet virksomhet **11**

Escape-sekker 13

Markedsføring og kommunikasjon **14**

Kompetanseutvikling, nasjonalt og lokalt samarbeid **15**

ELMO 15

Nasjonal kompetanseheving for mobbeombudene og elev- og lærlingombudene, Læringsmiljøsenteret i Stavanger 16

Samarbeid med andre ombud 16

Statsforvalterens skolemiljøteam i Innlandet 16

ELMO Innlandet 16

Parenthood skolefravær 17

Webinar og konferanser 17

Effekter og resultater av mobbeombudets arbeid **17**

Forebyggende arbeid 18

Individsaker og drøftinger vedrørende trygt og godt barnehage- og skolemiljø 19

Elevundersøkelsen 2025 ..... **20**

Hvilke tendenser ser mobbeombudet i Innlandet? **21**

Mobbeombudets anbefalinger **24**

Et år er slutt **25**

Litteraturliste **27**

Forsidebilde: Adobe Stock

Forord

Barnehage- og skoleåret 2025–2026 er nå tilbakelagt. Mobbeombudet ser tilbake på et år med stor aktivitet, mange møter og mye reisevirksomhet. I Innlandet finnes det et sterkt engasjement for å skape trygge og gode oppvekstmiljøer i barnehager og skoler. Samtidig rapporterer flere om en mer urolig og krevende barne- og ungdomskultur, en utvikling som også gjenspeiles i samfunnet for øvrig.

Årets henvendelser til mobbeombudet i Innlandet gir et tydelig bilde av barn og unge som opplever utenforskap, manglende vennerelasjoner og økende grad av skolefravær. Vi har også møtt mange voksne i barnehager og skoler som er bekymret for språkbruk i barnegruppene, og hvordan dette også preger både trygghet og atferd mellom barna. Bak hvert tall finnes det barn og familier som opplever utrygghet og vanskelige dager. For barnehager og skoler er ett barn som ikke opplever tilhørighet, ett barn for mye.

I arbeidet med disse sakene blir et forhold særlig tydelig: Hvordan vi forstår og omtaler barn og unges utfordringer, har betydning for hva vi gjør. Mobbeombudet erfarer at språket har hardnet, både mellom barna og slik det kommer til uttrykk i hvordan voksne, både i private og i offentlige rom, omtaler barn og ungdom. Språket vi bruker er ikke nøytralt. Det gjenspeiler verdiene og holdningene våre, og det former handlingene våre.

I statsministerens nyttårstale for 2025 ble fellesskapet løftet fram som en kritisk faktor for oss alle. Der sa Støre «Vi blir til i møte med hverandre. Det forplikter oss til å møte barn og unge i øyehøyde, med respekt og vilje til å forstå. Fellesskapet er ikke vedlikeholdsfritt, det må bygges og ivaretas, hver dag.» Å høre til i et fellesskap er et grunnleggende behov. Fellesskapets verdier og holdninger former handlingene våre og hvordan vi snakker om og med hverandre. I utrygge fellesskap kan behovet for tilhørighet drive frem negative handlinger, mens trygge og inkluderende fellesskap gir grobunn for det motsatte. Dette gir voksne et stort ansvar og et handlingsrom. Gjennom bevisst arbeid med språk, holdninger og verdier kan vi bidra til å utvikle fellesskap som inkluderer flere. Årets rapport setter fokus på språk som en markør for fellesskap og inkludering.

Alle barn fortjener å tilhøre et fellesskap som er stort nok til å inkludere alle, raust nok til å romme forskjeller, trygt nok til å tåle feil og robust nok til å tilgi. For alle barn trenger et sted å høre til. Og det ansvaret ligger hos de voksne.

> "Tusen takk for at du kunne snakke med meg og X (barnet) i går. Du er en god støtte for oss, og det er til uvurderlig hjelp :) "
>
> Foresatt, ungdomsskole, Innlandet

Vennlig hilsen fra Hilde og Marianne

Innledning

Denne rapporten gir et bilde av mobbeombudets arbeid i Innlandet i perioden 1. august 2025 til 31. juli 2026. Mot slutten av rapporten presenteres noen utviklingstrekk fra sakene mobbeombudet har vært involvert i og med bakgrunn i disse erfaringene gis det anbefalinger til arbeidet med å fremme trygge, inkluderende og gode barnehage- og skolemiljøer i Innlandet.

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).

Mobbeombudsteamet for barnehager og grunnskoler i Innlandet har fra høsten 2025 bestått av Marianne Vigdal-Olsen og Hilde Lund. Marianne er erfaren i ombudstjenesten, og har med seg over 20 års erfaring fra ulike roller i grunnskoler og voksenopplæring. Hilde tiltrådte som rådgiver i mobbeombudet 1. september. Hun har mer enn 20 års erfaring fra ulike roller i grunnskolen, og har gjennom sitt arbeid opparbeidet seg bred kompetanse innen både pedagogiske og elevrettede spørsmål. Hilde har også erfaring fra Skolefraværsteamet i Stangehjelpa, hvor hun arbeidet tett med elever, foresatte og skoler for å finne gode løsninger på komplekse utfordringer.



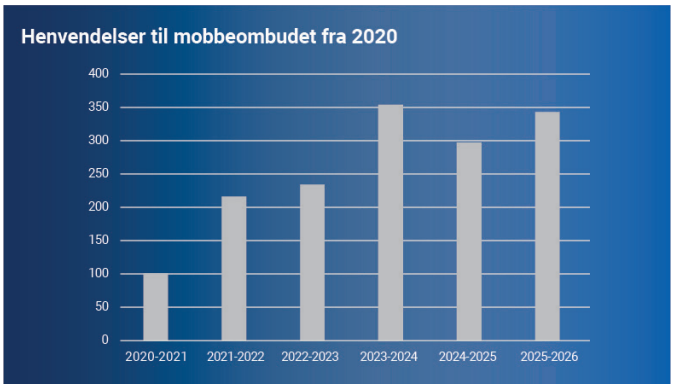
Marianne Vigdal-Olsen



Hilde Lund

Barnehage- og skoleåret 2025-2026

Mobbeombudet har opplevd en jevn økning i antall henvendelser fra år til år, med unntak i 2024-2025 hvor ombudets kapasitet var redusert grunnet en vakant stilling gjennom hele vårhalvåret. Høsten 2025 var ombudstjenesten igjen fullt bemannet, og kapasiteten økte.



Tabellen viser antall henvendelser til mobbeombudet i Innlandet siden 2020. Merk: skoleåret 2020-2021 var sterkt preget av Covid-restriksjoner. Det har vært en økning i antall henvendelser hvert år siden skoleåret 2020-2021 fram til 2024-2025. Skoleåret 2025-2026 viser igjen en økning av henvendelser.



Bilde: Adobe Stock

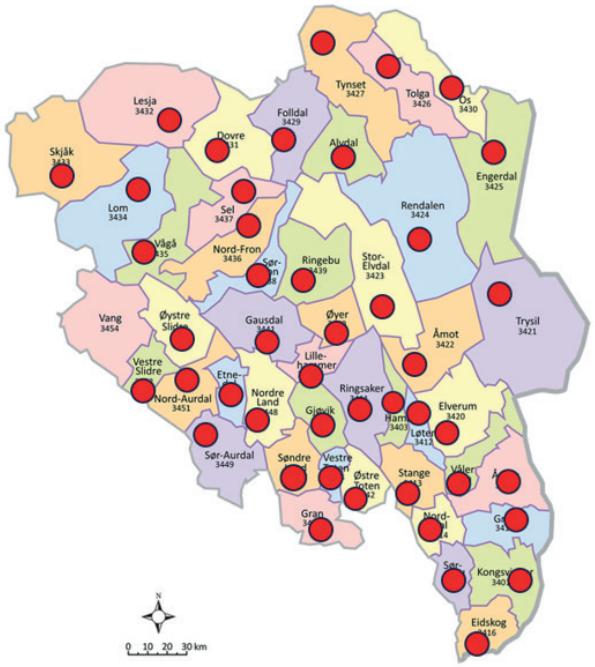
Henvendelser til mobbeombudet - tallenes tale for individsaker

Totalt har mobbeombudet i Innlandet besvart 343 henvendelser i individsaker barnehage- og skoleåret 2025-2026. Bistand i individsaker, veiledning og rådgiving til foresatte og ansatte eller kontakt med støtteressurser til skolen eller barnehagen, er blant oppdragene ombudstjenesten har utført dette året. I mange tilfeller har arbeidet med individsaker ført til videre oppfølging i form av foreldremøter og møter med ansatte, og i noen 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 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 flere saker er tilliten til barnehagen eller skolen så skjør, at barnet og/eller foresatte ikke ønsker å delta i møter uten ombudets deltakelse. Derfor følger mobbeombudet i noen tilfeller opp saker over lengre tid, også mer enn et år.

> "Tusen takk for kjempegod hjelp og informasjon :)
>
> Mobbeombudet er en god samtalepartner og støtte i en svært belastende situasjon. Det er gull for både oss og barnet vårt at du deltar i møter, det skaper en annen dynamikk hvor samarbeidskonfliktene dempes til fordel for å holde fokus på det viktigste, -at barnet vårt får det bedre. Og det er som du sier- der har vi alle et ansvar."
>
> Foresatt, ungdomsskole, Innlandet

Mobbeombudet registrerer med stor glede at 45 av 46 kommuner i Innlandet har vært i kontakt med tjenesten i løpet av året. Dette kan indikere at mobbeombudsordningen har blitt en mer kjent og tilgjengelig ressurs for kommunene. At 45 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 oppvekstmiljøer.



Kartet viser at mobbeombudet har mottatt henvendelser fra 45 av Innlandets 46 kommuner skole- og barnehageåret 2025-2026.

Ombudets arbeid med individsaker

En stor overvekt av henvendelsene til mobbeombudet kommer fra foresatte i grunnskoler, men de siste årene har det vært en gradvis økning i antall individsaker fra barnehagesektoren. 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 også kan skyldes at mobbeombudet har hatt mange forebyggende oppdrag ute i barnehagene, noe som igjen kan øke forståelse for hvordan mobbeombudet kan bistå i barnehagemiljøsaker. Tallene blir presentert i kapittelet «Hvem handler sakene om?»

De som henvender seg til mobbeombudet befinner seg alle i ulike og komplekse situasjoner, selv om alle henvendelsene knytter seg til opplevelsen av et utrygt psykososialt miljø i barnehagen eller på skolen, og hvor retten til et trygt og godt leke- og læringsmiljø i liten grad blir oppfylt. Dette innebærer at hver henvendelse må møtes med en 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 skolens arbeid med å skreddersy sine tilnærminger og tiltak.

> "Vi har jo tatt kontakt med dere før også, og opplever det alltid som veldig fint. Vi får mulighet til å drøfte saker åpent og ærlig, for så å få råd fra noen helt på utsida. Det er godt å få luftet ut litt frustrasjon og å bli møtt med forståelse, samtidig som dere stiller forventninger til oss. Dere hjelper oss og med å se ting i en helhet og jeg liker at dere klarer å relatere det til lovverket for oss. Dere er gode å ha!"
>
> Rektor, ungdomsskole, 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 kan igjen gi et bedre grunnlag for videre arbeid og målrettet støtte.

> "Tusen takk for alle samtaler og god hjelp. Mobbeombudet har vært til uvurderlig støtte for både meg og X (barnet). Uten deg hadde vi ikke klart å komme oss til der vi er i dag."
>
> Foresatt, barnehage, Innlandet



Bilde: Adobe Stock

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 situasjonen for et eller flere barn 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 også 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 slike saker anonymt med ombudstjenesten.

Mobbeombudet registrerer en økende grad av henvendelser hvor det er behov for mer omfattende og langvarig bistand. Dette innebærer at ombudet deltar i flere 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 meget krevende, sakene har gjerne pågått lenge, og utfordringene er alvorlige og komplekse. Foreldrene er svært bekymret for barnets situasjon, og har ofte liten tillit til barnehagens eller skolens vurderinger og praksis. Mange foreldre uttrykker også en sterk følelse av maktesløshet og frustrasjon over samarbeidet med barnehagen/skolen og støttesystemene.

"Denne samtalen er verdt mange millioner kroner.

Tusen, tusen takk for at du hørte på meg og forstår meg."

Foresatt, barneskole, Innlandet

"Jeg føler at mobbeombudet ivaretar saken og ser vårt barns situasjon på en veldig god måte, for så å belyse det utfra lovverk og praksis. Det gjør at jeg kan delta med litt lavere skuldre, jeg trenger ikke å forklare eller forsvare. Jeg kan bare fortelle hva barnet vårt sier og så blir det tatt på alvor."

Foresatte, ungdomsskole, Innlandet



Bilde: Adobe Stock

Mobbeombudet er i liten grad involvert i ungdomskriminalitet og vold i skolene. Dette skyldes ikke at det ikke skjer i skolene i Innlandet, men kommunene og skolene henvender seg trolig til andre instanser for bistand ved slike typer skolemiljøproblematikk. Ombudet har ved enkelte anledninger blitt koblet på av skolen eller foresatte i etterkant av slike hendelser for å bidra med råd og veiledning knyttet til arbeidet med å gjenopprette et trygt og godt skolemiljø for en eller flere parter.

> "Vi har fått så mye god hjelp og råd fra dere, takk for at dere finnes og er så lett tilgjengelig. Dere er så gull å ha for oss som føler oss rådløse og ensomme i det vanskelige."
>
> Foresatte, ungdomsskole, Innlandet

Hvem tar kontakt med mobbeombudet i Innlandet?

Majoriteten av de som tok kontakt med mobbeombudet i 2025-2026 var foresatte til barn i grunnskolen og/eller barnehagen. Det var 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 selv. Noen av henvendelsene er anonyme.

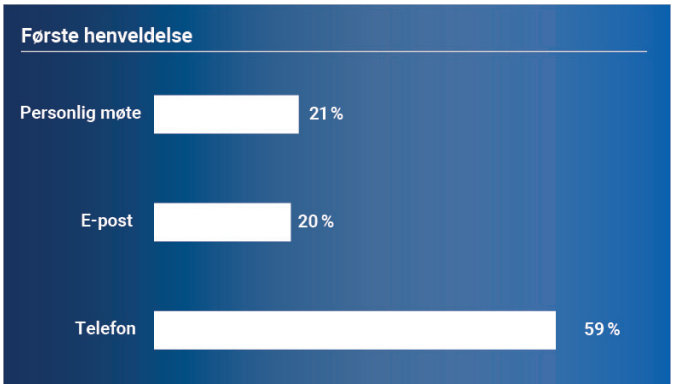
Skolens og barnehagenes samarbeidspartnere og støttesystem har også tatt kontakt med mobbeombudet. Dette inkluderer blant annet helsesykepleiere, miljøterapeuter, familie-veiledere, sosial- og miljøarbeidere, ansatte i kommunale tjenester samt fagpersoner fra BUP og PPT. Ombudstjenesten har også hatt henvendelser fra kommunale forebyggende team knyttet til psykisk helse, kriminalitet og rus som søker råd og veiledning knyttet til barnas rettigheter innenfor opplæringsloven og trygt og godt skolemiljø.

Mobbeombudet har hatt flere henvendelser fra mediene dette barnehage- og skoleåret, særlig i perioder hvor det var behov for kommentarer eller vurderinger knyttet til aktuelle saker. Erfaring viser at resultatene fra Elevundersøkelsen ofte vekker stor interesse, og flere mediehenvendelser i løpet av året har vært relatert til disse funnene. Ombudet gir kun uttalelser til media på generelt grunnlag.

Hvordan kommer man i kontakt med mobbeombudet i Innlandet?

Som tidligere har de fleste av henvendelsene dette året kommet via telefon og e-post. I tillegg har flere valgt å ta direkte kontakt med ombudet for å drøfte utfordringer knyttet til barnas situasjon i pauser eller rett etter forebyggende oppdrag. Dette omtales som «personlig møte». Når kontakt er opprettet blir gjerne utfallet at det avtales et nytt tidspunkt for å videreføre veiledningen.

Totalt ble det registrert 343 henvendelser dette året. Som det framkommer av bildet kom 59 % av henvendelsene via telefon, 20 % via e-post og 21 % ble formidlet gjennom personlig møte, Dette underbygger hvor viktig det er for ombudstjenesten å være tilgjengelig på telefon og å delta i forebyggende oppdrag og andre relevante fora.



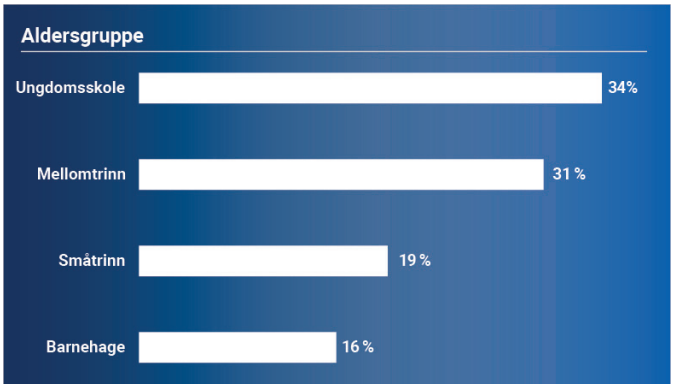
Bildet viser en oversikt over hvilken kanal som brukes for første kontakt med mobbeombudstjenesten.

"Takk for at du er så lett tilgjengelig på telefon. Det er godt å kunne snakke med noen som kan forstå hva vi står i. Jeg lurer jo av og til på om jeg holder på å bli sprø."

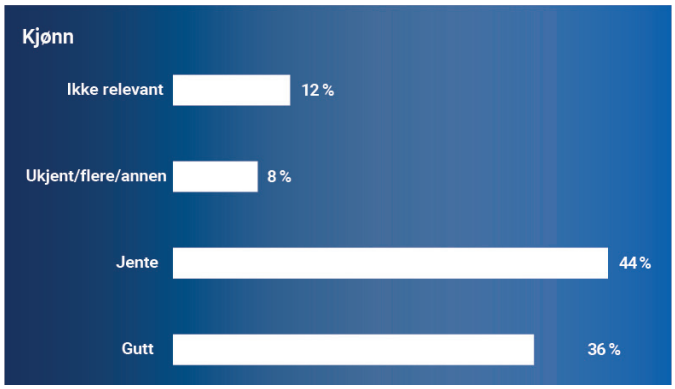
Mor, ungdomsskole, Innlandet

Hvem handler sakene om?

Mobbeombudstjenesten har laget en oversikt over kjønn, alder og barnehage/klassetrinn i sakene vi mottar. I oversikten ser vi at sakene som mobbeombudet er involvert i samsvarer med hva som gjelder på landsbasis, og det som framkommer i Elevundersøkelsen. Flesteparten av sakene vi mottar omhandler elever på mellomtrinn og ungdomstrinn. Ombudet ser positivt på at det er en liten økning i henvendelser fra barnehagen, fra 12 % i fjor til 16 % dette året. Kjønnsmessig er det en liten overvekt av saker som omhandler jenter. Anonyme drøftinger gir en liten 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. 16 % omhandler barnehagebarn, 19 % dreier seg om barn på småtrinnet (1.-4. trinn). 31 % av henvendelsene omhandler elever på mellomtrinnet (5.-7. trinn), mens 34 % omhandler ungdomsskoleelever.



Bildet viser en oversikt over kjønn på barna i sakene mobbeombudet mottar. 36 % av henvendelsene omhandler gutter, 44 % omhandler jenter, 8 % har ukjent, flere kjønn eller annen identifisering. *Kolonnen «ikke relevant» gjelder saker hvor det ikke er relevant for ombudet eller henvender å oppgi kjønn. Dette kan for eksempel gjelde anonyme drøftinger.



Bilde: Adobe Stock

Responstid

Mobbeombudsteamet er glade for at vi har opprettholdt en kort responstid på henvendelser dette året. Det innebærer at de som har henvendt seg til ombudet via e-post har fått tilbakemelding innen én arbeidsdag. Dette oppleves som veldig positivt for de som tar kontakt. Mobbeombudet mottar flest telefonhenvendelser, og derfor er det viktig å sikre en god tilgjengelighet her også. Dette er gjort ved å ha ett felles telefonnummer inn til tjenesten, med 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.

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. Mange 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 viktig. Vi ser at 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.

> "Det er så godt å ha en utenfra som ser ting med et nytt blikk og er tydelig og klar i sine tilbakemeldinger. Tusen takk for gode råd, og for at dere er så lette å få tak i. Det har jo lett for å være slik at det først er når det virkelig brenner at man søker hjelp. Det er det veldig godt å slippe lang ventetid, og der innfrir dere!"
>
> PPT-rådgiver, ungdomsskole, Innlandet



Bilde: Adobe Stock

Forebyggende og utadrettet virksomhet

"Jeg har fått veldig mange gode råd og tips som jeg bare kan gå rett tilbake til klasse-rommet og bruke. Det er veldig godt at du er så praksisnær og tydelig, samtidig som du klarer å løfte det opp til en ny sammenheng og koble på forskning for oss."

Kontaktlærer, barneskole, Innlandet

Mobbeombudstjenesten har gjennomført 69 forebyggende oppdrag ute i kommunene i Innlandet dette året. Oppdragene har blant annet vært foreldremøter, temakvelder, bidrag på planleggingsdager og politiske møter. Ombudsteamet har hatt oppdrag i både kommunale og private barnehager og skoler og i andre relevante fora. Denne virksomheten er ofte lagt til kveldstid for å sikre deltakelse fra både ansatte og foresatte.

"Hei! Vil bare takke for i går. Vi har fått så mange gode tilbakemeldinger fra foreldre om at det var «matnyttig» og mange gode refleksjoner. Ansatte var også fornøyde og syns det var veldig bra med fokus på fellesskapet og foreldrerollen.

Styrer, barnehage, Innlandet

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.

"Takk for fremlegget deres! Det var så fint at dere setter ting i perspektiv. Når dere kommer på forebyggende oppdrag for oss som er foreldre har vi veldig gode muligheter til også å bidra forebyggende."

Foresatt, barnehage, Innlandet

I år ble mobbeombudet i Innlandet invitert til å være foredragsholder under Barnehagebe-redskapskonferansen 2026 på Gardermoen, hvor vårt fokus var lagt til hvorfor, og hvordan et trygt og godt barnehagemiljø er beredskap i seg selv. Målgruppa på denne konferansen var barnehageansatte, styrere og eiere fra hele Norge.

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 belyses mobbingens sosiale mekanismer, barnas rettigheter og barnehagen og skolens plikter når barn opplever å ikke ha et trygt og godt skole- eller barnehagemiljø. Det rettes også oppmerksomhet mot foresatte og øvrige voksne sine roller i arbeidet med å bygge trygge og inkluderende fellesskap.

Mobbeombudets budskap er at det er nødvendig med bevisste, tilstedeværende voksne for å skape robuste og rause fellesskap i nærmiljøet. Ved å gjøre foresatte bevisste 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.

> "Det var veldig fint å delta på både presentasjonen for ansatte og for foresatte. Poengene vektes litt ulikt og det ga meg muligheten til å reflektere enda grundigere over innholdet. Dere gir oss mye å tenke på som både bekrefter og anerkjenner praksisen vår, men det bringer også inn nye aspekter."
>
> Ansatt og foresatt, barnehage, 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 læringssenter for voksne. Mobbeombudet har og møtt lærerstudenter og barnehagelærerstudenter ved Universitetet i Innlandet, avdeling Hamar, for å gi innføring i arbeidet med trygge og inkluderende oppvekst-miljøer.

> "Hei! Tusen takk for supert innlegg- og takk for at dere tok turen hit :) Vi hadde etter-arbeid etter lunsj og studentene var veldig fornøyde og syntes de hadde lært mye nyttig og viktig."
>
> Ansatt, universitetet i Innlandet



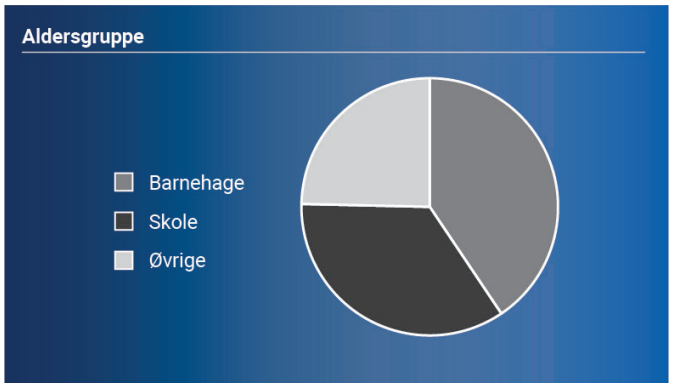
Bilde: Adobe Stock

Escape-sekker

Høsten 2025 investerte mobbeombudet i Innlandet i 12 Escape-sekker knyttet til opplæringslovens kap. 12, om trygt og godt skolemiljø og aktivitetsplikten. Disse sekkene er utviklet for ansatte i skolen, og baserer seg på Escaperoom- metodikken. Her må man samarbeide for å løse skolemiljøutfordringene som eleven «Kim» opplever på skolen. Underveis i spillet vil man møte på hindringer som krever at gruppa drøfter og reflekterer sammen, og gjennom spillets gang jobber ansattgruppa seg gjennom delpliktene i aktivitetsplikten (Opplæringsloven, §12-4). I mobbeombudets mandat framkommer det at ombudet skal bistå kommuner og skoler i arbeidet med forebygging, informasjon og kompetanseheving knyttet til retten til et trygt og godt skolemiljø. Escape-sekkene inngår nå som et av flere tilbud mobbeombudet kan gi skolene i dette arbeidet.

"Dette var gøy og nyttig! Det er en helt annen måte å jobbe med kap.12. En tror jo at det er noe man kan, men her var det mye å lære også!"

Ansatt, barneskole, Innlandet



Diagrammet viser antall forebyggende oppdrag mobbeombudet har gjennomført dette året. Totalt ble det gjennomført 69 forebyggende oppdrag, hvorav 24 har vært i skole, 28 har vært i barnehage og 17 har vært i andre relevante fora



Bilde: Innlandet fylkeskommune

Markedsføring og kommunikasjon

Mobbeombudet bruker fortsatt Facebook som en kanal for markedsføring. 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.

Mobbeombudet sender ut informasjon om tjenesten til alle kommuner i løpet av året. På høsten får kommunene e-post med informasjonsplakater med oppfordring om videre distribusjon til skoler, barnehager, voksenopplæringssentra, helsestasjoner og legekontor. Informasjonsplakatene er også sendt til tannklinikkene i Innlandet med en oppfordring til å henge de opp på venterommene, da mange foresatte ofte følger sine barn til tannlegetimer. Årsrapporten og tilhørende informasjon om mobbeombudets arbeid blir sendt ut til kommunene etter den er behandlet i fylkestinget. Rundt nyttår sendes en ny informasjon om ombudets tilbud og arbeid til kommunene og rektorer/styrere. Erfaringene viser at slike utsendelser har effekt: Foresatte, FAU, SU og ledere i skole og barnehage tar kontakt for å be om bistand til forebygging og hjelp i 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 gjennomført en runde med annonsering på informasjonsskjermene på bussene til Innlandstrafikk i år. Dette skjedde i høst, og pågikk over en tidsperiode på 3 måneder. Stadig flere busser i Innlandstrafikk har infoskjermer, og det betyr at annonseringen når ut til stadig flere av de som kjører buss. Dette er en tjeneste ombudstjenesten fortsatt blir fakturert for, men det vurderes som en god informasjonskanal da mange busser har skjerm og mange elever i Innlandet har skoleskyss.

Statsforvalteren i Innlandet informerer om mobbeombudstjenesten til personer som henvender seg dit med spørsmål eller klage vedrørende barnehage- eller skolemiljø. Dette verdsetter ombudstjenesten høyt. 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 uttrykk for at det tvert imot er en styrke for prosessen at mobbeombudet er deltakende i skolemiljøsaker fordi ombudet har et annet blikk og gjerne kommer litt tettere på skolehverdagens praksis.

> "Hei :)Har hørt så mye bra om innleggene deres på foreldremøter dere har i barnehager. Vi ønsker også å få besøk av dere:) Vi synes temaet er viktig og ønsker å inkludere foreldrene i dette. Er der noe ledige før jul en gang?"
>
> Styrer, barnehage, Innlandet

Deltakelse i ulike møtefora med foresatte og ansatte i og rundt barnehager og skoler har vært en viktig arena for å synliggjøre mobbeombudets samfunnsoppdrag. Ombudsteamet erfarer at bruk av representasjonstøy ved deltakelse på konferanser, seminarer og forebyggende oppdrag gjør det

enklere for andre å ta kontakt. Dette vises og i statistikken for henvendelser, hvor antall henvendelser ved «personlig møte» har hatt en økning fra 9 % i fjor til 21 % dette året. «Personlig møte» innebærer at ombudet blir kontaktet direkte av deltakere underveis eller etter et innlegg for å opprette kontakt, søke råd eller drøfte en sak.

Mange foreldre og ansatte forteller at de har blitt kjent med ordningen gjennom andre, noe mobbeombudet vurderer som svært positivt. Dette bidrar til å styrke kjennskapen til tjenesten blant innbyggerne i Innlandet. Til tross for dette får ombudet fortsatt informasjon fra både ansatte og foresatte som indikerer at ikke alle er kjent med tjenesten. Derfor vil ombudet videreføre markedsførings-fokuset.

Mobbeombudet er en tjeneste for alle som jobber med – og for et godt barnehage- og skolemiljø, uavhengig av størrelse på barne- og ansattgruppa. Det er et viktig premiss at tjenesten er tilgjengelig for alle, og uansett størrelse eller hvor i Innlandet man er lokalisert.

> "Takk for at dere tar dere tid til å reise langt for å møte så små enheter som hos oss."
>
> Styrer, barnehage, 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 viktig. Med et fagteam bestående av to personer – et ombud og en rådgiver – er det avgjørende å videreutvikle egen kompetanse og å søke ny kunnskap for å sikre tjenestens profesjonalitet og utvikling.

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 oppvekst-svilkår. Den sårbarheten som ligger i å være et lite team forsterker behovet for tett samarbeid og systematisk kompetansebygging for å sikre en sterk, relevant 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.



Bilde: Adobe Stock

Nasjonal kompetanseheving for mobbeombudene og elev- og lærling-ombudene, Læringsmiljøsenteret i Stavanger

Utdanningsdirektoratet har videreført sitt samarbeid med Læringsmiljøsenteret ved Universitetet i Stavanger for å tilby kompetanseheving til landets mobbeombud og elev- og lærlingombud. I skole- og barnehageåret 2025-2026 har det vært fire todagerssamlinger hvor ombudene har fått presentert oppdatert forskning og kunnskap om mobbing, inkludering og barns og unges sosiale utvikling. Samlingene legger til rette for faglig fordypning, erfaringsutveksling og nettverksbygging på tvers av fylkesgrenser, og avholdes på Gardermoen eller i Stavanger.

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 anonymt med kollegaer som kjenner kompleksiteten i ombudsrollen, gir verdifull støtte og nye perspektiver – særlig i saker som oppleves fastlåste. Slike drøftinger foregår alltid anonymt.

Statsforvalterens skolemiljøteam i Innlandet

Mobbeombudsteamet og elev- og lærling-ombudet har faste samarbeidsmøter med Statsforvalterens skolemiljø- og barnehageteam to ganger i året. I 2025-2026 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.

ELMO Innlandet

ELMO Innlandet er fagteamet for elev- og lærlingombudsteamet og mobbeombud-steamet i Innlandet, hvor ombudstjenestene deler, støtter, samskaper og videreutvikler praksis knyttet til temaer som begge ombudstjenestene vil nyte godt av. Dette samarbeidet bidrar til et godt faglig fellesskap og en mulighet for erfaringsdeling og faglig støtte. Det er laget en fast møtestruktur som gir rom for regelmessige drøftinger om temaer som rører seg i barnehager og skoler i Innlandet. Mobbeombudet viderefører også praksisen med å involvere elev- og lærling-ombudet i skolemiljøsaker for 10. trinnselever, under forutsetning av at elev og foresatte samtykker til dette. Denne involveringen skjer på våren, og har som mål å bidra til en tryggere overgang til videregående skole.



Bilde: Adobe Stock

Parenthood skolefravær

I vår ble mobbeombudet invitert til å delta som fagperson i 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 en arena for å møte andre foreldre og skape dialog med fagpersoner, og hvor mobbeombudet blir koblet på knyttet til skolemiljø, utenforskap og samarbeid med systemet rundt barn, foresatte og skole.

Webinar og konferanser

Mobbeombudsteamet er opptatt av å være faglig oppdatert. Dette året har ombudet blant annet deltatt på den nasjonale Ungdatakonferansen, Skolelederkonferansen og Idrettskonferansen, hvor temaet var mangfold. I tillegg har ombudstjenesten blant annet deltatt på ulike webinarer fra Redd Barna, Politiet, Utdanningsdirektoratet, Statped, Statsforvalteren og RVTS (Regionale ressurssentre om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging). Gjennom året har også ombudet deltatt på seminarer og konferanser knyttet til inkluderende undervisningspraksis, skolenærværsarbeid, ungt utenforskap, og psykisk helse. På tampen av året var mobbeombudet foredragsholder på Barnehageberedskapskonferansen 2026.

Effekter og resultater av mobbeombudets arbeid

> "Jeg opplever at du ser meg, forstår det jeg opplever og tar tak i det som er vanskelig for meg. Det er fint å ha en slik når ting er vanskelig og man gruer seg for å si det."
>
> Ungdomsskoleelev, etter samarbeidsmøte med skolen, Innlandet

Mobbeombudet bistår i saker der barn og unge ikke opplever et trygt og godt psykososialt miljø. Sakene er ofte komplekse og preget av at minst én part opplever situasjonen som fastlåst. Ombudet gir støtte, veiledning og kompetanseheving til barn, foresatte og ansatte, og bidrar til å styrke arbeidet med et inkluderende oppvekstmiljø.

Tilbakemeldinger fra brukere er en sentral indikator på effekt. Mange tar kontakt etter anbefaling fra andre, og ombudet blir ofte invitert tilbake til kommuner, skoler og barnehager. Dette tyder på høy relevans og tillit til tjenesten.



Bilde: Adobe Stock

Forebyggende arbeid

"Tusen takk for et supert innlegg som dere hadde for oss! Kjempegode tilbakemeldinger – og en veldig fornøyd gjeng som ber meg hilse så mye og bringe videre at de fikk med seg veldig mye nyttig som de kan bruke videre i barnehagene sine. Og når dere kom med strålende godt humør og utfylte hverandre på en så fin måte, så gjorde dere et veldig godt inntrykk. Det kommer helt sikkert henvendelser til dere fra flere av dem!

Takk for foiler og takk igjen for at dere stilte opp på så kort varsel – det er vi veldig takknemlig for!"

Barnemyndighet, tilbakemelding etter fagdag med alle styrere i barnehager i kommunen, Innlandet

Det forebyggende arbeidet i 2025–2026 har hatt som mål å styrke kompetanse og bevissthet hos ansatte og foresatte. Ombudet formidler barns rettigheter, virksomhetenes plikter og det juridiske rammeverket, samtidig som det legges vekt på voksnes rolle i arbeidet med å skape inkluderende miljøer.

"Tusen takk for at dere er så lett tilgjengelige, positive og engasjerte. Jeg har gledet meg til dette innlegget- og mine forventinger ble innfridd. Vi trenger noen å rådføre oss med noen ganger, og jeg opplever at mobbeombudet er en slik instans. Dette har vært så positivt for oss, selv om dere og peker på ting som vi må forbedre eller endre på. Tusen takk!"

Kommunalsjef for oppvekst, etter faginnlegg til ansatte, Innlandet

Tilbakemeldinger viser at innleggene bidrar til refleksjon og nye perspektiver i personal- og foreldregrupper.

"Takk for en fin blanding av bekreftelse og utfordringer på egen praksis. Nyttig presentasjon som flere burde få kjennskap til."

Ansatt, barnehage, Innlandet

I møte med oppdragsgivere er mobbeombudet tydelig på at effekten avhenger av lokal oppfølging. Uten forankring i videre arbeid kan tiltak bli kortvarige. Forskning og erfaring viser at forebygging krever kontinuitet og kobling til praksis i hverdagen.

"Tusen takk for gode råd og tips som er så praksisnært! Du treffer spikeren på hodet i det vi står i, og det gir oss gode refleksjoner om nye måter å se utfordringene på. Nå skal vi tilbake på skolen og jobbe videre med dette."

Rektor, barneskole, Innlandet etter innlegg på planleggingsdag



Bilde: Adobe Stock

Individsaker og drøftinger vedrørende trygt og godt barnehage- og skolemiljø

"Tusen takk for at du er med i møter! Det oppleves så godt og støttende, og det er verdifullt med noen som kommer med nye blikk inn i dette. Du er veldig god til å balansere mellom å finne det positive og å sette fokus på hva og hvordan vi kan jobbe videre. Det kjennes så godt ut- og måten du framstår på ufarliggjør mobbeombudet. Du er god til å bygge bru mellom oss, opplever jeg!"

Foresatt, barnehage, Innlandet

I individrettede saker kommer ombudet tett på barnet, foresatte og praksisen i barnehage og skole. Mange foresatte beskriver en stor fortvilelse og opplevelse av å stå alene før kontakt med ombudet. De rapporterer om økt støtte, tydeligere dialog og bedre ivaretakelse når ombudet deltar.

"Dere gjøre en viktig og god jobb! Tusen takk for at du er så enkel å nå og for gode råd. Det setter vi enormt stor pris på. Ingenting er verre enn å levere barnet ditt til barnehagen for så å lure på om h*n har det bra. Aktivitetsplanen hjelper oss. Nå vet vi hva barnehagen gjør og tenker, og kan etterspørre det i samtaler med dem."

Foresatt, barnehage, Innlandet

Både foresatte og ansatte fremhever verdien av et eksternt blikk som kan forklare regelverk, bidra til nye perspektiver og sette situasjonen inn i en større sammenheng.

"Tusen takk for at du tok deg tid til meg. Det var veldig godt å få drøftet saken med deg, som både kjenner til hvordan praksisfeltet er, og samtidig ser ting fra utsida. Denne praten gjorde godt, og hjalp meg. Tusen takk!."

Ass rektor, barneskole, Innlandet

Ansatte gir uttrykk for at ombudet bidrar også til mer balanserte møter og støtter ansatte i å utforske handlingsalternativer. En sentral funksjon er å styrke de voksne rundt barnet slik at arbeidet blir mer systematisk og målrettet.

Når partene opplever anerkjennelse og forståelse, øker grunnlaget for gode løsninger. Ombudet fungerer ofte som brobygger mellom perspektiver, noe som kan redusere belastning og fremme mestring. Dette underbygges av forskning som viser at sosial støtte i belastende situasjoner kan redusere symptomer på negativt stress og fremme mestring (Langeland, 2017).

"Hei. Må bare fortelle deg at X (barnet) var veldig fornøyd etter samtalen i går. H*n følte at du lyttet og forsto det h*n sa, og at du klarte å sette fokus på det i møtet med skolen. Dette ble en god opplevelse for både h*n og oss."

Foresatt, ungdomsskole, Innlandet

Elevundersøkelsen 2025

Elevundersøkelsen er en kartlegging fra Utdanningsdirektoratet 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. og 10. trinn. Undersøkelsen gjennomføres hver høst, med datainnsamling i oktober-november.

Elevundersøkelsen har de siste årene vist en markant økning av elever som føler seg mobbet på skolen på alle trinn. I 2024 flatet kurven noe ut, mens det i 2025 er en utvikling i positiv retning for de nasjonale tallene. I Innlandet er ikke bildet like positivt. Man kan se en liten nedgang i tallene for 7. trinn, mens for 10.trinn vises en tilnærmet lik trend. Tallene er fortsatt bekymringsfullt høye, både nasjonalt og for Innlandet. Til tross for høye mobbetall oppgir de aller fleste elevene at de har et godt læringsmiljø, og de trives godt på skolen. Dette gjelder også for elevene som rapporterer om mobbing.



Bilde: Adobe Stock

Trinn	Skoleåret 2023-2024		Skoleåret 2024-2025		Skoleåret 2025-2026	
Trinn	Nasjonalt	Innlandet	Nasjonalt	Innlandet	Nasjonalt	Innlandet
7. trinn	12,8 %	12,5 %	12,3 %	12,1 %	11,3 %	11,7 %
10. trinn	10,9 %	10,1 %	10,6 %	10,7 %	9,6 %	10,8 %

Tabellen viser prosentvise tall for opplevd mobbing i 7. og 10 trinn fra Elevundersøkelsen de siste tre årene.

Ombudet ønsker å påpeke at det er store variasjoner mellom kommunene. Noen kommuner lykkes i større grad enn andre i arbeidet med å forebygge mobbing og øke elevenes trivsel. Ombudet oppfordrer skoleeiere til å engasjere seg i dette arbeidet, analysere tallene sammen med skolene og se på «hva lykkes vi med, og hva må vi ha søkelys på videre».

Det er viktig å huske at bak tallene i Elevundersøkelsen finner vi barn og ungdom som alle trenger, og har rett til, å høre til i et fellesskap med jevnaldrende. Opplevelsen av utenforskap har ofte store ringvirkninger- og det rammer flere enn bare den ene. Familien blir preget, men også de andre barna i leke- eller læringsmiljøet vil kunne kjenne på utrygghet knyttet til «når kan dette ramme meg?». Dette er et klart funn i rapporten «Mobbing i en hardere elevkultur» (Wendelborg, Mordal & Tangen, 2026).

For å sikre fellesskapet må skolene arbeide kontinuerlig og systematisk med trivsel og samspill. Nøkkelen ligger i varm og tydelig klasseledelse, gode relasjoner mellom elever og voksne, og et tett samarbeid med hjemmene. Like viktig er det å gi elevene en aktiv rolle i å utforme og følge opp trivselsregler som setter standarden for hvilke verdier man skal jobbe mot. Jo mer de voksne i barnehagen og skolen lykkes med å jobbe med verdier fremfor regler, desto mindre trenger de å innta rollen som grensevakt (Utdannings-direktoratet, «Positiv læringskultur»). Når de voksne legger vekt på verdier, skapes en opplevelse av medvirkning, felles ansvar og fellesskap i gruppen. Dette kan også gjøre det tydeligere for den enkelte at «det jeg gjør har noe å si for andre». Å etablere et fellesskap som rommer alle, et felles VI, er helt sentralt i arbeidet mot mobbing.



Bilde: Adobe Stock

Hvilke tendenser ser mobbeombudet i Innlandet?

I de to foregående årsrapportene har ufrivillig skolefravær stått sentralt, og dette er fortsatt et aktuelt og komplekst tema både lokalt og nasjonalt. Opprettelsen av en ekspertgruppe fra Utdanningsdirektoratet understreker at denne utfordringen vedvarer i norsk skole. Samtidig løfter Regional plan for det inkluderende Innlandet frem inkludering som deltakelse på like vilkår, med mulighet for mestring og innflytelse i fellesskapet (s. 5). Dette peker på betydningen av systematisk arbeid for tilhørighet og deltakelse. Funn fra nyere forskning viser at barns trivsel i stor grad er situasjons- og relasjonsavhengig, og særlig knyttet til lek, vennskap og muligheten for å delta i fellesskapet (Lenes m.fl., 2026).

På tvers av saker, møter og veiledning ser mobbeombudet særlig tre tendenser:

- Barns opplevelse av tilhørighet er avgjørende for trivsel, deltakelse og nærvær
- Omgangstonen i enkelte barne- og ungdomsmiljøer oppleves som tøffere, og grensene mellom humor, erting og krenkelser blir mer utydelige.
- Det brukes i økende grad kategoriserende beskrivelser av barn, der handlinger knyttes tett til identitet og person.

> "Jeg smiler til de voksne jeg, pappa. For da slipper jeg å si at jeg ikke har noen å leke med – da kan jeg bare fortsette å tegne eller bygge lego."
>
> Barnehagebarn, Innlandet

Erfaringer fra Innlandet viser at språkbruken og omgangstonen i noen miljøer har blitt tøffere, og at grensene mellom spøk og krenkelser dermed blir mer uklare. Utsagn som «det var bare kødd» eller «slik er det hos oss» kan bidra til å normalisere negative handlinger. Ombudet ser også hvordan språk kan brukes til å regulere tilhørighet og inkludering i lek- og samværs-
situasjoner.

> "Jeg håper du faller av sykkelen og skader deg skikkelig slik at du ikke kan komme i barnehagen på kjempelenge."
>
> Samtale mellom barn i leksituasjon, barnehagen, hørt av ansatt, Innlandet

Slike uttrykk viser hvordan språk kan brukes til å etablere grenser for tilhørighet og deltakelse i fellesskapet. På den måten kan man si at språk fungerer som en indikator på kulturen i barnegruppa.

Forskning og erfaring viser at barns handlinger må forstås i sammenheng med relasjoner, situasjon og utvikling. Barn gjør noe, de er ikke det de gjør.

> "Jeg er veldig glad for at dere bruker benevnelsen «begynnende mobbeatferd» og har fokus på at atferd også er en del av sosial utvikling. Vi opplever mange foreldre som er nokså harde i benevnelsene sine når det gjelder andres barn. Det kan være «utspekulerte barn», «voldsutøver», «slemme barn», og «mobbere», helt ned til småbarngruppa."
>
> Barnehageansatt, Innlandet

Når barn møtes med faste negative forventninger, får det også konsekvenser for hvordan de opplever seg selv og relasjonene rundt seg.

> "Det er jo akkurat det samme hva jeg sier og gjør, for lærerne har jo allerede bestemt seg. Jeg merker jo at de ikke liker meg."
>
> Ungdomsskoleelev, Innlandet

Foreldreperspektivet peker i samme retning.

> "Vi spør oss selv ofte hjemme, hvorfor er det ingen utfordringer med vårt barn i timer der det er andre lærere, og hvorfor har andre voksne så mye fint å si om barnet vårt, når det kun kommer negative tilbakemeldinger fra kontaktlærer?"
>
> Foresatt, ungdomsskole, Innlandet.

Mobbeombudet i Innlandet vil understreke at barns handlinger alltid må tas på alvor. Det er avgjørende at krenkende atferd, vold og mobbing stoppes og følges opp. Samtidig er det like viktig at alle barn møtes med en forståelse av at de er i utvikling, og at de trenger voksne som ser bak handlingene og tar ansvar for å skape trygge rammer for læring og tilhørighet. Å skille mellom barn og atferd er et grunnleggende premiss i arbeidet med trygge og inkluderende miljøer. Et barn er ikke «slem» eller «voldelig», men kan gjøre handlinger som oppleves slik av andre. Dette skillet er avgjørende for å kunne møte barn med både

tydelighet, ivaretakelse og omsorg, og for å opprettholde fokus på utvikling og endring.

> "Det er vondt for oss når vi hver gang vi snakker med skolen sitter igjen med følelsen av at de voksne på skolen ikke liker ungen vår. Vi vet at h*n gjør ting h*n ikke skulle gjort, men h*n er en nydelig unge."
>
> Foresatt, barneskole, Innlandet

Når et barn opplever miljøet som utrygt, påvirker det hele fellesskapet (Wendelborg, Mordal & Tangen, 2026). Det er derfor ikke tilstrekkelig at «mitt barn har det bra». Å være del av et utrygt miljø påvirker alle barn, blant annet gjennom språkbruk, samspill og utvikling av empati over tid. Regjeringens forslag om endringer av skolens adgang til å pålegge opplæring utenfor egen gruppe aktualiserer grunnleggende spørsmål om hvordan vi som samfunn forstår inkludering. Det utfordrer oss alle til å reflektere over hvilke signaler vi gir gjennom språk, praksis og regelverk, og om vi bidrar til å styrke fellesskapet eller til å forsterke utenforskap.



Bilde: Adobe Stock

Mobbeombudets anbefalinger

Med utgangspunkt i disse tendensene anbefaler mobbeombudet i Innlandet å styrke arbeidet med språk som en integrert del av utviklingen av trygge og inkluderende barnehage- og skolemiljøer. Ombudets anbefaling er at man både har fokus på språkbruk mellom barna i barnegruppa og det språket voksne bruker om barna.

Utvikle et bevisst og felles språk i profesjons-fellesskapet

Bruk et inkluderende, nyansert og ikke-stigmatiserende språk om barn i alle sammenhenger. Barn er ikke det de gjør – de er i utvikling. Hvordan vi snakker om barn, med barn og rundt barn, er avgjørende for hvilke fellesskap vi bygger, og for hvilke muligheter barn får til å oppleve tilhørighet, mestring og utvikling.

- Sett av tid til refleksjon over hvilke begreper som brukes om barn og deres atferd.
- Drøft hvordan språk påvirker forståelse, forventninger og handlinger i møte med barn.
- Etterstreb et språk som beskriver handlinger og situasjoner framfor å definere barn.
- Forankre arbeidet i felles verdier, normer og faglig forståelse i hele personalgruppa.
- Vær oppmerksom på hvordan språk påvirker tillit mellom hjem og barnehage/skole.
- Involver foresatte i arbeidet med normer og språkkultur da kulturen må utvikles innenfra og gjelde på alle arenaer.

Utvikle en bevisst kultur i barnegruppa

- Jobb systematisk med språk-, verdi- og normarbeid i barnegruppa. Ha særlig søkelys på hvordan barna snakker til og om hverandre, da språk er en viktig markør for kultur og sosiale normer.
- Etabler felles forståelse for hva som er akseptabelt å si og gjøre mot hverandre - «hva er greit hos oss?» Husk å involvere barna i dette arbeidet.
- Vær aktivt oppmerksom på og adresser sosiale hierarkier som kommer til uttrykk i språkbruk og samhandling.
- Støtt barn i å utvikle en inkluderende kultur gjennom veiledning i lek og samspill.
- Modellér ønsket språkbruk og sosial kompetanse gjennom egen væremåte og kommunikasjon.



Bilde: Adobe Stock

Et år er slutt

Barnehage- og skoleåret 2025-2026 er nå historie, og mobbeombudet ser tilbake på et år preget av mange møter med barn, ungdom og voksne i Innlandet. Fra 1. september var det igjen to ansatte i tjenesten, og det økte kapasiteten til flere fysiske oppmøter i individsakene. Dette er noe foresatte og ansatte i barnehage og skole har uttrykt som positivt. Ofte kan møtene oppleves overveldende, og foresatte uttrykker at det er støttende å ha med mobbeombudet som holder fokuset på barnets rett til et trygt og godt barnehage- eller skolemiljø.

> "Det oppleves som ryddig og godt å ha deg med i møter, og vi føler at du ivaretar situasjonen på en trygg måte. Vi har hatt gode erfaringer med mobbeombudet tidligere, og det er veldig fint å ha dere å søke veiledning hos."
>
> Foresatt, barneskole, Innlandet

«Du er så jævla støgg at du fortjener ikke livet». Dette var meldingen som dukket opp på telefonen til en 6.klassing mens h*n satt på bussen på vei til skolen. Hvem den var sendt fra, vites fortsatt ikke. Hva som var bakteppet er også uklart. Men at dette påvirket resten av skoledagen og tida etter, det er det ingen tvil om. Og dette var kun en av mange meldinger, på mange ulike arenaer i dette barnets liv. Vi hører ukentlig om voksne som mener at «barn og unge har blitt så lite robuste», eller at «de tåler så lite, dagens barn». Og vi hevder det motsatte. Vi hevder, basert på møtene vi har med foresatte, barn og ansatte, at barn og unge i dag har et enormt krysspress, og faktisk tåler mye mer enn det mange av oss voksne ville ha gjort. Ville du gledet deg til å gå på jobb hvis du fikk denne meldingen fra ukjente som du antok at var en av dine arbeidskollegaer? Ville du trivdes, mestret uforutsigbarhet og vært klar for nye utfordringer på jobb med mange slike meldinger i innboksen din? Vi antar at svaret på det er nei. Uansett hvor gammel man er, skal man ikke tåle hets, trusler og krenkelser. Og vi møter ukentlig barn og unge som har tålt for mye.

Ditt barnesyn viser seg i hvordan du møter barn som strever, hvordan du snakker om dem, og hvordan du handler i krevende situasjoner. Det gjelder ikke bare når vi blir observert, men også i de små øyeblikkene i hverdagen. Som Øystein «Pølsa» Pettersen sier: «Hvor god er du når ingen ser deg?» Dette utfordrer oss til å reflektere over sammenhengen mellom det vi sier og det vi gjør.

Selv om det jobbes godt i barnehagene og skolene i Innlandet ser mobbeombudet at det er for mange barn og unge som opplever disse miljøene som utrygge, og det er oftest sammensatte årsaker til dette. I lys av «Totalforsvarsåret 2026», der beredskap og samfunnets motstandskraft er sentrale tema, blir også barnehagen og skolens rolle i å skape trygge og gode arenaer for utvikling og læring viktig. Mobbeombudet i Innlandet hevder at trygge og gode barnehage- og skolemiljøer i seg selv er beredskap. Det handler om en opplevelse av å tilhøre en flokk som har meg, tåler meg, holder meg, og som sammen med meg møter det vanskelige, uansett alder.

Det er viktig å huske at språket vårt ikke er nøytralt. Ordene vi bruker, og holdningene de uttrykker, former praksisen rundt barn og unge vi skal ivareta. Det påvirker hva vi ser, hva vi reagerer på, og hva vi lar passere. Når barn omtales med begreper som knytter handling tett til identitet, kan det få konsekvenser for hvordan vi møter dem, og hvilke tiltak vi velger. Derfor er det viktig å skille mellom barn og handling, og holde fast på at fellesskapet

forstås som en sentral del av løsningen, også når situasjoner er krevende. Barn er aldri et problem, men barn kan ha et problem i møtet med læringsmiljøet.

I mellomkrigstida skrev Arnulf Øverland «du må ikke tåle så inderlig vel, den urett som ikke rammer deg selv» i diktet «Du må ikke sove!» (Øverland, 1936). Disse ordene er fortsatt en påminnelse om vårt felles ansvar, ikke bare for egne handlinger, men for hverandre og for fellesskapet vi er en del av. Mobbing og krenkelser påvirker hele miljøet, ikke bare den eller de som er utsatt. Gjennom bevisst og inkluderende språkbruk kan vi bidra til å bygge fellesskap, styrke tilhørighet og forebygge mobbing. Det er et ansvar vi alle deler, og et arbeid vi må fortsette å holde høyt på agendaen.

> "Vet ikke hvordan jeg skal få satt ord på hvor mye din støtte og hjelp har betydd for oss og barnet vårt dette året. Det nærmeste jeg kommer er tusen, tusen, tusen takk!"
>
> Foresatt, barneskole, Innlandet.

Mobbeombudet ønsker å rette en stor takk til alle møter og samarbeid gjennom barnehage- og skoleåret 2025-2026, og ser frem til nye møtepunkter i året som kommer.

En varm hilsen fra

Hilde Lund og Marianne Vigdal-Olsen

Mobbeombudsteamet i Innlandet



Bilde:Mostphotos

Litteraturliste

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

Lenes, R. m.fl (2026). *Barns trivsel i barnehagen sett fra barnas perspektiv*. Læringsmiljøsenteret. UiS. Hentet fra : barns trivsel i barnehagen

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/

Statsministerens nyttårstale (2025): Statsministerens nyttårstale 2025 - regjeringen.no

Utdanningsdirektoratet. (2026). *Elevkulturen har blitt tøffere. Dypdykk i Elevundersøkelsen*. Hentet fra: Elevkulturen har blitt tøffere | udir.no

Utdanningsdirektoratet. (2025). *Positiv læringskultur.* Hentet fra: Film: Positiv læringskultur | udir.no

Voksne for barn (2026): *Barn i Norge 2026. Barnas skole - Hvordan vi får en bedre skole av å lytte mer til barna* Hentet fra: https://vfb.no/content/uploads/2026/05/Barnas-skole-1.pdf

Wendelborg, C., Mordal, S. & Tangen, S. (2026). *Mobbing i en hardere elevkultur. Elevenes og de ansattes erfaringer med skolemiljø, utenforskap og rapportering*. NTNU Samfunnsforskning AS. Hentet fra: NTNU Samforsk | Mobbing i en hardere elevkultur: Elevenes og de…

Øverland, A. (1936). Du må ikke sove. Publisert i Samtiden.



Innlandet
fylkeskommune