

Advarselssignaler på at dit barn er udsat for mobning:

- Barnet vil ikke i skole/SFO
- Barnet er bange for skolevejen
- Barnet får blå mærker, skrammer og skader
- Barnets tøj, bøger og andre ting bliver ødelagt, uden barnet kan gøre rede for, hvordan det er sket.
- Barnet har få eller ingen jævnaldrende venner og har ikke kammerater med hjem.
- Bliver dit barn sjældent inviteret til fester eller fødselsdage
- Barnet holder op med at gå til fritidsinteresser.
- Barnet sover uroligt og har mareridt.
- Barnet udviser aggressiv adfærd eller
- Barnet virker sky og ængstelig
- Barnet mister interessen for skolen og klarer sig pludseligt fagligt dårligt.
- Barnet er deprimeret og har pludselige humørskift.
- Barnet har uforklarlige sygdomme.

Advarselssignaler på at dit barn kan være mobber:

- Har du svært ved at få dit barn i tale?
- Svarer dit barn igen og virker aggressivt
- Har dit barn ringe empatiske evner (Empati = evnen til at leve sig ind i andres situation)
- Prøver dit barn ofte grænser af og har svært ved "at stoppe mens legen er god"?
- Har dit barn svært ved at respektere et nej?
- Taler han/hun ofte negativt om bestemte skolekammerater?
- Er dit barn ofte voldeligt
- Virker dit barn dominerende over for andre børn?

Et godt udgangspunkt for:

ET GODT BØRNELIV



- at føle sig elsket og værdsat som den man er
- at føle sig som en del af et fællesskab
 - Familien er givet, kammeraterne skal erobres
 - Samværet med voksne er præget af ulighed
 - Samværet med jævnaldrende af lighed
 - Udstødelse er ikke bare ensomhed, men tab af mulighed for at indøve sociale færdigheder:
 - Knytte bånd
 - Øve intimitet
 - Håndtere kriser
 - Lære empati
 - Erfare fællesskab

”Helst ønsker man at
være elsket
I mangel derpå beundret
I mangel derpå frygtet
I det mindste være
afskyet
Og foragtet.”

- **Vis interesse for dit barns skolegang.**
- **Lyt aktivt, når dit barn fortæller om skolen. Spørg hvordan det går i skolen. Vis interesse for klassens sociale liv.** det betyder meget for den enkelte klasses udvikling af fællesskabsfølelse og et godt kammeratskab, at alle forældre viser interesse for det sociale liv i klassen. Snak med dit barn om hvordan det oplever klassens fællesskab og om dets egen rolle og måde at agere på.
- **Vær aktiv i rollen som forælder.** Kom til de møder skolen indkalder til.
- **Drøft på et af de første forældremøder og løbende,** hvordan I i forældregruppen vil forholde jer til evt. mobning, og drøft hvilke værdier I har i forældregruppen i forhold til børnenes opførsel.
- **Vær ikke tilbageholdende med at tage kontakt til dit barns lærer/pædagog, hvis der er noget dit barn er ked af.**
- **Fortæl skolen hvis du synes du ser noget, der ligner mobning,** eller hvis du registrerer, at dit barns væremåde og omtale af kammerater viser tegn på mobning.
- **Støt dit barn i at dyrke mange forskellige bekendtskaber på kryds og tværs i klassen.**
- **Når dit barn får ny siddeplads er det en god ide, at invitere den nye sidekammerat med hjem.**
- **Vis i ord og handling at du ikke accepterer mobning.**
- **Opfordringer og opmuntring:** sørg for at opmuntre dit barn til at forsvare den klassekammerat der ikke kan forsvare sig selv
- **Vær med til at arrangere eller deltag i gode arrangementer** som giver børn og forældre sjove og rare fællesoplevelser.
- Lave overordnede sociale spilleregler i klassen: dette kunne være regler for fødselsdage f.eks. at alle eller ingen skal inviteres med, eller kun pigerne eller kun drengene. En fødselsdag varer nemlig 3 dage: når indbydelserne kommer ud, selve fødselsdagen og snakken dagen efter om hvad man oplevede, gaverne og legene.
- Opfordre sit barn til at deltage i de fødselsdage de bliver inviteret til, ikke vælge nogle fra
- **Aldrig tale nedsættende om andre elever eller forældre.** Dårlig trivsel og mobning kan starte hjemme ved middagsbordet. Det kan være her børnene lærer, at det er i orden at dømme andre og tale dårligt om kammeraterne. Dermed føler de en accept af de handlinger, de udfører i klassen eller på skolen. Tal derfor ikke dårligt om dine børns klassekammerater – eller om deres forældre eller om skolen – henvend dig direkte til den du har noget på hjertet overfor

- **Støt indlevelsessevne hos dit barn:**

I en konflikt er der altid to parter og to fortolkninger af det oplevede. Lær dit barn at se sig selv i forhold til den sammenhæng, det indgår i. Prøv at lade være med at tage dit barns parti med det samme, når det fortæller om konflikter eller dårlige oplevelser med kammerater eller lærere.

Væn dig til, at spørge ind til situationen i stedet. Stil opklarende spørgsmål, så der kommer nuancer frem. Spørg f.eks.: ”Hvad skete der lige inden, du gik ud af legen/ gruppearbejdet”, ”Hvad skete der lige før han slog”, ”Hvad var det der gjorde at han sagde sådan, tror du”, ”Hvad gjorde du bagefter”

Barnet skal lære at reflektere over andres reaktioner og følelser, og det har de ikke mulighed for, hvis vi som forældre støtter oplevelserne umiddelbart ved f.eks. at sige: ”det var også dumt gjort af ham”, ”det skal du ikke finde dig i”, ”Hun er også underlig lige som sin far”