

HVEM ER BÆRLANDSFORELDEREN?

Vi, foreldre som har barn på Bærland skole, spør og er interessert i hvordan det har vært på skolen, på besøk hos venner eller på trening. Vi passer også på å spørre hvordan de andre barna har det, både direkte og gjennom samtaler med egne barn.

Vi har/tar oss god tid til både egne og andre sine barn. Vi prøver å ta oss tid til gode lange samtaler med egne barn hver dag.

Vi er ikke perfekte, vi vet ikke hvordan alt skal gjøres eller har tid til å følge nøye opp i alt barnet gjør. Men vi bryr oss, er bevisste på og er opptatt av barnets sosiale miljø (skole/barnehage, trening, kor, jentelag, guttelag, osv).



Barnets sosiale miljø og generelle trivsel er i bevegelse og endring hele tiden, så det er viktig å være bevisst på dette – ikke bare være fornøyd med den «ene samtalen med barnet i fjor».

Det er ikke alltid lett å komme på dette temaet hele tiden i en travel hverdag, så i denne teksten er det satt opp noen tankepunkter for å hjelpe til med å være bevisste og fokusere på barnets sosiale miljø i hverdagen.

TIL FORELDRE MED BARN SOM ER “UTENFOR”

Dersom du har barn som blir mye plaget eller mobbet, eller som sjelden blir invitert, eller på andre måter er/føler seg "utenfor", så er dette svært vondt. Ingen kan sette seg inn i hvor vanskelig det kan være for et barn eller foreldrene i en slik håpløs situasjon.

Klarer du likevel å finne minst en annen forelder som du stoler på og tør forklare situasjonen til? De andre foreldrene vet kanskje ikke hva som skjer før de får det fortalt. Dersom ditt barn er «utenfor», klarer du likevel å stille spørsmålet «Hva er det beste som har skjedd i dag?» og glede deg sammen med barnet over det som er positivt? Klarer du å ikke gi opp? Klarer du og barnet ditt å gi andre en ny sjanse til å vise godhet? Dersom ditt barn er ekskludert ved begivenheter som medelever lager til, tør du å kontakte en forelder og spør om informasjon og om det er mulig for flere å være med?

TIL FORELDRE MED BARN SOM ER “INNENFOR”

Dersom du har barn som trives sammen med andre og som er “innenfor”, er det flott! Det er slik det skal være! Klarer du likevel å forestille deg at barnet ditt er "utenfor" og tenke over hva slags oppførsel du i en slik situasjon hadde ønsket fra de andre foreldrene? Klarer du å vise en slik oppførsel overfor foreldre som har barn som føler seg utenfor?

Selv om du har barn som er “innenfor”, er det viktig å være klar over at mobbing finnes i nærmiljøet til våre barn. Ofte i det skjulte. Tør du ta tvilssituasjoner på alvor? Tør du å gå inn i ubehagelige situasjoner, selv om det ikke er ditt barn det går utover?

Dersom du ser andre som blir mobbet, og det kanskje til og med er ditt barn som er med, snakker du om det som skjer? Stiller du spørsmål til barna dine? "Hva tenker du om dette?" "Har du forslag til hvordan mobbingen kan stoppes?"

Hva med filmkvelder, pizzakvelder, jente- eller guttekvelder, bursdager, treninger, leirer osv.: Inviterer du til slike anledninger? Kan du tenke over om du utelater et mindretall? Hvis ja, kan du forestille deg hvordan det føles for det barnet og foreldrene til barnet som blir utestengt? Merker du forskjell på om du ber åtte eller ti barn?

Er ditt barn inkludert ved slike anledninger? Kan du snakke med foreldre du kjenner godt og forsikre dere om at en eller to ikke er utelatt? Kan du ringe til gutten eller jenta som aldri er med på noe og spør om han/hun vil sitte på til trening eller være med på leir el.?

Til ALLE foreldre, tenk over og vær bevisst på følgende rundt barna:

- ❖ **Pass på at barna holder avtaler**, selv om et mer «spennende» tilbud dukker opp i ettertid.
- ❖ **Oppmuntre til å involvere andre barn med i lek dersom de ser noen er alene.** - Lære opp til å si ifra til en voksen dersom man ser at noen er stygge fysisk eller verbalt mot noen andre: dette er ikke å «bisle», dette er å hjelpe.
- ❖ **Fremsnakke.** Alle har noe positivt ved seg.
- ❖ **Vise respekt for andre.** Selv om vi er forskjellige og har ulike standpunkt, språk, kultur eller vi ikke kjenner «de andre».
- ❖ **Lær barna å snakke høflig til hverandre og vise folkeskikk.** Mobbing starter ofte i det små med ubetenksomme kommentarer og negative holdninger som får utfolde seg.
- ❖ **Stille spørsmål til barna dersom de kommer med negative kommentarer.** «Hva mener du? «Hvorfor mener du det?» «Var det koselig sagt?» «Synes du det selv, eller er det noe noen andre har sagt?». Forsøk å få barnet til å forstå at slike kommentarer ikke er bra.
- ❖ **Sjekk forholdene i klassen, gruppa eller laget med jevne mellomrom.** "Vil hun/han ikke være med, eller får han/hun ikke være med?" "Er det noen som ofte er lei seg?" "Er det noen som ofte erter eller stenger andre ute?"
- ❖ **Vær oppmerksom på kroppsspråk, spontane reaksjoner, taushet, hva som ikke blir sagt.** Barn som blir mobbet tør vanligvis ikke snakke om det. Barn som mobber vil ikke snakke om det.
- ❖ **Følg med på hvordan barnet kommuniserer på mobil og internett.** Følg med på hva som skjer. Slå ned på negativ omtale, både fra og til barnet. Ikke godta at «alle skriver slik».

Denne teksten er inspirert av artikkel om «Zeroforelder», oversatt til bokmål og noen endringer er lagt inn. FAU BÆRLAND SKOLE VÅR 2023.

