

Plan for et trygt og godt skolemiljø

Ulsrud videregående skole 2024/25

1. Skolens visjon/mål for et trygt og godt skolemiljø

Alle Ulsrud-elever opplever å ha en meningsfull deltakelse og tilhørighet i et fellesskap sammen med andre i skolen.

Ulsrud videregående skole skal være et trygt og inkluderende sted hvor alle trives, utvikler seg faglig og sosialt, og opplever respekt og støtte fra både medelever og ansatte.

Alle elever har rett til et skolemiljø som fremmer, helse, inkludering, trivsel og læring. Vi skal aktivt jobbe for å forebygge og håndtere mobbing, krenkelser og utenforskap.

Skolen skal sikre et trygt fysisk miljø for alle elever. Dette innbefatter godt vedlikeholdte bygninger, tilgjengelige fasiliteter og trygge uteområder.

Skolen skal fremme et psykososialt miljø hvor elevene føler seg trygge, respekterte og inkluderte. Dette innebærer at vi har klare retningslinjer for orden og oppførsel, samt tilbyr støtte og veiledning til elever som opplever utfordringer.

Skolen skal tilrettelegge for et læringsmiljø som støtter elevenes faglige og sosiale utvikling. Dette inkluderer bruk av varierte undervisningsmetoder, tilpasset opplæring, og et fokus på å bygge positive relasjoner mellom lærer og elev.

2. Skolens felles forståelse og holdninger

Skolen skal gjennomføre en prosess som sikrer en felles forståelse av relevante begreper som for eksempel mobbing, krenkelser, utenforskap, nulltoleranse, slik at skolen vet hva de skal følge med på, og er i stand til å ta elevenes subjektive opplevelse på alvor. Den 20. desember 2024 jobbet alle ansatte på skolen med caseoppgaver som omhandlet krenkelser og rasisme. Dette er første ledd i dette arbeidet.

Ulsrud videregående skole vil fra skoleåret 2025/26 delta på Dembra. Ved å delta på Dembra vil skolen gjennomgå et lengre prosjekt med kurs og veiledning for å skape varige positive endringer i skolemiljøet ved å jobbe aktivt for inkludering, mot fordommer og rasisme.

Skolen skal opprette en Dembra-gruppe som koordinerer arbeidet med Dembra på skolen. Ledelse og lærere skal være representert i denne gruppen. Gruppen vil holde jevnlig planleggingsmøter og ha møter med sin egen Dembra-veileder. Skolen vil også opprette en Dembra-gruppe for elever som kan gi innspill til arbeidet.

Dembra-gruppen skal lede en enkel utviklingsprosess som involverer hele personalet på skolen. Prosessen skal bestå av kartlegging av behov, og valg av satsningsområder for skolens Dembra-arbeid, utvikling av en plan for arbeidet med nye og eksisterende tiltak, gjennomføring av tiltakene og evaluering med tanke på videre satsning.

Gruppen har ansvar for å sikre forankring av Dembra hos rektor og øvrig personale, samt innvolvering av elever.

Det vil også gjennomføres tre kursøker for hele personalet i løpet av skoleåret som gjennomføres av skolens Dembra-veileder og andre eksperter fra HL-senteret.

Det gjennomføres oppstartsmøte med Dembra våren 2024.

2.1 Begrepsavklaring

Krenkelser:

Krenkelse er en handling eller ytring som oppleves som et angrep på noens personlige integritet, selvforståelse eller virkelighetsforståelse. Dette kan inkludere fornærmelser, ydmykelser eller andre former for nedverdiggende behandling. Krenkelse er ofte en subjektiv opplevelse, noe som betyr at det som oppleves som krenkende for én person, kanskje ikke oppleves slik for en annen.

Rasisme:

Rasisme er en form for diskriminering basert på etnisitet, nasjonalitet eller hudfarge. Det innebærer at mennesker blir behandlet ulikt eller urettferdig på grunn av disse egenskapene. Rasisme kan manifestere seg både gjennom direkte handlinger og utsagn, samt indirekte ved å skape systemer eller strukturer som utestenger eller undertrykker visse grupper. Hverdagsrasisme refererer til små, ofte subtile hendelser i hverdagen som kan være rasistiske, selv om de kanskje ikke er ment å være det. Dette kan inkludere rasistiske ytringer, blikk, latterliggjøring eller uttrykk for forakt. Slike handlinger kan være usynlige for de som ikke rammes av dem, men de bidrar likevel til strukturell diskriminering og kan ha alvorlige konsekvenser for de som opplever dem.

Seksuell trakassering:

Seksuell trakassering innebærer uønsket seksuell oppmerksomhet som oppleves som plagsom, krenkende eller nedverdiggende. Dette kan inkludere alt fra uønskede kommentarer om kropp og utseende til fysisk berøring. Å motta nakenbilder eller videoer med seksuelt innhold regnes også som seksuell trakassering (Likestilling og diskrimineringsombudet).

Hatefulle ytringer:

Hatefulle ytringer er uttalelser som truer, håner, fremmer hat, forfølgelse eller forakt mot noen på grunn av deres gruppebaserte tilhørighet, som hudfarge, nasjonal eller etnisk opprinnelse, religion, seksuell orientering, kjønnsidentitet eller funksjonsnedsettelse. Slike ytringer kan være både verbale og symbolske, og de er straffbare etter norsk lov, spesielt straffeloven § 185.

2.2 Skolens felles forståelse av relevante begreper

Ulsrud videregående skole vil gjennomføre Dembra i tidsrommet august 2025 – desember 2026. Deltagelse i Dembra innebærer at skolen gjennomfører en satsning på demokratisk beredskap og forebygging av gruppefiendtlighet (se over om Dembra).

I tillegg vil dette være tema som tas opp og jobbes med jevnlig i ulike møtefora på skolen.

2.3 Elev- og læringssyn

Ulsrud videregående skole anerkjenner og tar hensyn til elevenes subjektive opplevelser. Dette innebærer at elevenes følelser, tanker og erfaringer blir tatt på alvor og innlemmet i skolens praksis. Elevene oppfordres til å delta aktivt i beslutningsprosesser som angår deres skolehverdag.

Skolen legger vekt på at læring skjer både i undervisningen og i alle andre aktiviteter i skolens regi. Undervisningsmetodene er tilpasset for å møte elevenes ulike behov og måter å lære på. Lærerne jobber for et miljø der alle elevene kan oppleve mestring og utvikling.

2.4 Fellesskapet

Gjennom skoleåret arrangeres aktiviteter og prosjekter som fremmer fellesskap og samarbeid blant elevene. Se 5. og 6. under. Disse aktivitetene har fokus på å bygge positive relasjoner mellom elever, lærere og andre ansatte. Dette inkluderer regelmessige sosiale aktiviteter som midttimeaktiviteter og større arrangementer som kulturdagen og revy. Dette er tiltak som skal fremme respekt og forståelse blant elevene og mellom elever og ansatte.

Vårt mål er å skape et støttende miljø der alle kan føle seg trygg og verdsatt. Dette innebærer også å ha klare regler og retningslinjer, samt å ha et system for å håndtere konflikter på en god måte.

2.5 Fem grunnleggende faktorer for et trygt og godt skolemiljø



Omsorgsfull kontroll

Ulsrud videregående skole skal ha klare regler og forventninger for oppførsel som alle elever og ansatte er kjent med. Vi skal etterstrebe og håndtere regler og konsekvenser konsekvent og rettferdig. Vi kombinerer kontroll med omsorg ved å vise forståelse og støtte til elever som bryter regler ved å ha samtaler og veiledning med dem.

Relasjoner

Vi oppmuntrer til positive relasjoner mellom elever og lærere gjennom aktiviteter som midttimeaktiviteter og andre sosiale aktiviteter på skolen som fremmer samhold og relasjonsbygging.

Vennskap og inkludering

Vi skal fremme en kultur av respekt og aksept for mangfold. Deltagelse i Dembra vil være en viktig del av dette arbeidet.

Hjem-skole-samarbeid

Vi skal ha en åpen og regelmessig kommunikasjon mellom skolen og hjemmet gjennom foreldremøter, nyhetsbrev og digitale plattformer.

Læreplanforståelse og elevens læring

Vi innlemmer faglig og sosial læring ved å bruke undervisningsmetoder som fremmer begge aspekter. Dette inkluderer tverrfaglige aktiviteter, og prosjektbasert læring blant annet gjennom satsing på fagdager.

Vi tilpasser undervisningen til elevenes individuelle behov, ved bruk av differensierte oppgaver og FTO-planer for de elevene som trenger dette.

3. Medvirkning

Beskrivelse av hvordan elevene medvirker i planlegging og gjennomføring av tiltak.

Hver uke har elevene «klassens time» der det åpnes for diskusjon om miljøet i klassen og generelt på skolen. Klassens elevrådsrepresentant videreformidler aktuelle saker til elevrådet, som igjen er involvert og bidrar i skolens arbeid for et trygt og godt skolemiljø.

Elevrådet spiller blant annet en stor rolle i å arrangere felles sosiale arrangementer på skolen.

Beskrivelse av hvordan de ansatte medvirker i planlegging og gjennomføring av tiltak.

De ansatte medvirker i planlegging og gjennomføring av tiltak i fellesmøter, planleggingsdager, kontaktlærerforum og i annet teamarbeid. I kontaktlærerøktene gjennomføres det blant annet en evaluering/tilbakemelding på arbeid med skolemiljø i oppstarten av skoleåret.

Beskrivelse av hvordan skolen involverer skolens rådsorganer og utvalg i arbeidet med trygt og godt skolemiljø.

Skolemiljø er et fast punkt på sakslista når skolens rådsorganer møtes. Dette gjelder AMU, MBU, SMU og skolens driftsstyre.

Beskrivelse av hvordan skolen informerer ansatte, foresatte og elever om innholdet i kap. 12.

I løpet av skoleoppstart, inviteres foreldre til foreldremøte på skolen. Her står informasjon om innholdet i kapittel 12 sentralt. Denne informasjonen ligger også tilgjengelig på skolens hjemmeside.

Kapittel 12 er også et sentralt tema i planleggingsdager for ansatte. Dette gjelder både i planleggingen før skolestart, og i felles møter og planlegging resten av året

4. Skolens evaluering av skolemiljøarbeidet

Skolen skal ha en plan for evaluering av skolemiljøarbeidet. Evalueringen av skolemiljøarbeidet skal foregå i følgende fora:

- Personalgruppe
- Ledergruppe
- Elevrådet
- MBU
- Skolemiljøutvalget

5. Årshjul 2024/25

Måned	Innhold
August	<ol style="list-style-type: none">1. Velkomstsamtaler1. Bli kjent-aktiviteter2. Hvordan bruke elevhåndboka?3. Ulsrudfest4. Foreldremøte
September	<ol style="list-style-type: none">2. Temperatursjekk
Oktober	Tilbud i høstferien: bowling, kino e.l. Markering av verdensdagen for psykisk helse Dembra: Hvordan påvirke politikk og samfunn? Brotherhood: Fordomsøvelse IMDI: Identitet og tilhørighet (VG1) Midtveissamtaler Elevrådet: markering av Halloween
November	Elevundersøkelsen Åpen dag Dembra: Identitetskart IMDI: Identitet og tilhørighet (VG1)

Desember	<p>IMDI: Identitet og tilhørighet (VG1)</p> <p>Luciatog</p> <p>Juleavslutning</p>
Januar	<p>Klasselunsj</p> <p>Temperatursjekk</p> <p>Dembra: Forumteater</p> <p>Sykveld</p> <p>Undervisningsevaluering</p>
Februar	<p>Dembra: Urfolk og nasjonale minoriteter i norgeshistorien</p> <p>Vinteraktivitetsdag</p> <p>Elevrådet: Valentines day</p> <p>Tilbud i vinterferien: bowling, kino e.l.</p>
Mars	<p>Dembra: Begrepsøvelse – Hva vil det si?</p> <p>IMDI: Negativ sosial kontroll på skolen (VG2)</p> <p>IMDI: Dialogarbeid – rasisme og diskriminering (VG3)</p> <p>Midtveissamtaler</p>
April	<p>Skolerevy</p> <p>Kulturdag</p>
Mai	<p>Escape Ulsrud</p>
Juni	<p>Sommeravslutning</p>

6. Skolens systematiske arbeid for å fremme et trygt og godt skolemiljø:

a. Tiltak som fremmer trygt og godt skolemiljø på skolenivå

Tiltak	Beskrivelse	Når	Ansvar
«Innskolering»	Flere av timene i starten av skoleåret blir brukt til opplegg som handler om at elevene skal bli kjent med skolen og det å være elev her. Stikkord: omvisning, gjennomgang av regelverk, bli kjent med skolens ansatte.	Oppstart	Ledelsen/pedagoger
Ulsrudfest	Årets første skoleuke rundes av med en fest for hele skolen. Grilling, «17. mai-leker», kulturinnslag.	Oppstart	Ledelsen/elevtjenesten/pedagoger
«Hei-hei»	Hver morgen sitter en fra elevtjenesten i B-inngangen og hilser på alle som kommer.	Daglig	Elevtjenesten
Midttimeaktiviteter	I midttimen arrangeres det ulike aktiviteter som elevene kan bli med på. Dansing, håndarbeid, løping og futsal-turnering er noe av det som tilbys.	Ukentlig	Ledelsen/elevtjenesten/pedagoger
«Chillern»	Et eget rom innredet og satt av til hending og «chilling» for elevene. Her kan man spille PlayStation, fotballspill, kort, biljard, gjøre lekser eller bare sosialisere med medelever. Kveldsåpent	Hele skoleåret	Miljøterapeuter/pedagoger
Guttegruppe	En samtalegruppe for gutter der man setter fokus på aktuelle problemstillinger.	Månedlig	Miljøterapeuter/mangfoldsrådgivere
Ferietilbud	Skolens miljøteam arrangerer aktiviteter i noen av skoleferiene. Her kan man melde seg på for eksempel kino, bowling eller jobbsøkerkurs.	Høst- og vinterferie	Miljøterapeuter
Markering av verdensdagen for psykisk helse	Elevtjenesten står på stand og snakker med elevene om psykisk helse. Ofte inviteres ulike aktuelle organisasjoner til å bidra.	10. oktober	Elevtjenesten
Halloween-fest	Utkledning, godteri, opptredener og fest.	Oktober/november	Elevrådet
Felles samling/avslutning i aulaen	Opptredener, taler, sang.	Jul og sommer	Ledelsen
Markering av valentisdagen	Elevrådet feirer kjærlighetens dag for hele skolen, ofte med hjertedekorasjoner og godteri.	Februar	Elevrådet

Vinteraktivitetsdag	Hele skolen deltar på den årlige vinteraktivitetsdagen. Her kan man melde seg på skitur, kjøring i slalåmbakke eller diverse aktiviteter på «Camp Ulsrud» som aking, snørugby, isfiske eller lassokasting.	Februar	Ledelsen/elevtjenesten/pedagoger
Kulturdag	Vi feirer kultur mangfold med dans, nasjonaldrakter, konsert, mat, standup og quiz,	April	Ledelsen/elevtjenesten/pedagoger
Revy	Alle som vil, kan melde seg på og bli med på revyen. Her kan man bidra med sang, dans, skuespill, skriving av manus, rigging, lyssetting, billettsalg, PR eller annet.	April	Elevtjenesten
Escape Ulsrud	Escape Ulsrud er en tverrfaglig dag for hele skolen, med aktiviteter som fokuserer på et eller flere av FNs bærekraftsmål. Opplegget er inspirert av «Escape Room».	Mai	Ledelsen/pedagoger

b. Tiltak som fremmer trygt og godt skolemiljø på klasse/trinn-nivå

Tiltak	Beskrivelse	Når	Ansvar
Dembra-økter	Vi bruker undervisningsopplegg fra Dembra for å forebygge utenforskap og udemokratiske holdninger. Oppleggene er utarbeidet for å bygge demokratisk kompetanse hos elevene, med inkludering og deltakelse, kritisk tenking og mangfoldskompetanse som sentrale prinsipper.	5-6 ganger ilt. skoleåret	Pedagoger
IMDI-økter	Skolens mangfoldsrådgivere er rundt i klassene og gjennomfører opplegg om identitet, tilhørighet, negativ sosial kontroll, rasisme og diskriminering.	I løpet av skoleåret	Mangfoldsrådgivere
Klassekart med jevnlig bytter	Kontaktlærer bestemmer hvor i klasserommet elevene skal sitte. Dette byttes på jevnlig, slik at alle får sittet med alle.	Hele skoleåret	Kontaktlærer
Klassetur	Skolen har som mål at alle klassene drar på en klassetur i løpet av skolegangen. Reisemål og lengde varierer.	I løpet av skolegangen	Kontaktlærer/trinnleder
Klassens time/kontaktlær erøkt	Denne timen brukes til å snakke om aktuelle saker som angår klassen. Her er det også satt av tid til at elevrådsrepresentanten diskuterer med resten av klassen.	Ukentlig	Kontaktlærer

c. Tiltak som fremmer trygt og godt skolemiljø på individnivå

Tiltak	Beskrivelse	Når	Ansvar
Velkomstsamtale	Alle elever blir kalt inn til samtale med sin kontaktlærer før felles oppstart i klassen. Her får man muligheten til å bli litt kjent og å snakke om aktuelle områder for det kommende skoleår.	Oppstart	Kontaktlærer
Kontinuerlig relasjonsarbeid	I relasjonen mellom en elev og en ansatt (på skolen), er det alltid den ansatte som har ansvaret for kvaliteten på relasjonen. Alle ansatte som er i kontakt med elevene, jobber for en god relasjon gjennom hele skoleåret.	Hele skoleåret	Alle ansatte

7. Skolens systematiske arbeid for å forebygge brudd på retten til et trygt og godt skolemiljø

Skolens aktivitetsplikt innebærer at alle ansatte skal følge med på elevenes skolemiljø og gripe inn ved mobbing og krenkelser. Hvis noen mistenker at en elev ikke har det bra skal rektor varsles. Skolen skal undersøke saken og sette inn tiltak.

Skolen skal ha nulltoleranse mot mobbing, vold, diskriminering og trakassering. Dette er lovfestet og betyr at skolen tar alle henvendelser om dårlig skolemiljø på alvor.

Skolemiljøutvalget skal jobbe aktivt for et trygt og godt skolemiljø. De møtes to ganger i året.

Se videre punkt 5 og 6 for tiltak.

8. Håndtere brudd på retten til trygt og godt skolemiljø (§12-4/5) Skolens aktivitetsplikt

- Følge med:** Ansatte må kontinuerlig overvåke skolemiljøet for å sikre alle elever har det trygt og godt.
- Gripe inn:** Ved mistanke om eller kjennskap til krenkelser som mobbing, vold, diskriminering eller trakassering, skal skolen umiddelbart gripe inn.
- Varsle:** Rektor skal varsles dersom det er mistanke om at en elev ikke har et trygt og godt skolemiljø.
- Undersøke:** Skolen må undersøke situasjonen grundig for å forstå hva som har skjedd og hvordan eleven har det.
- Sette inn tiltak:** Skolen skal iverksette egnede tiltak og lage en skriftlig plan for tiltakene. Tiltakene skal følges opp og evalueres til eleven opplever at skolemiljøet er trygt og godt.