

DEL I: Nyckeln till en KiVa Skola

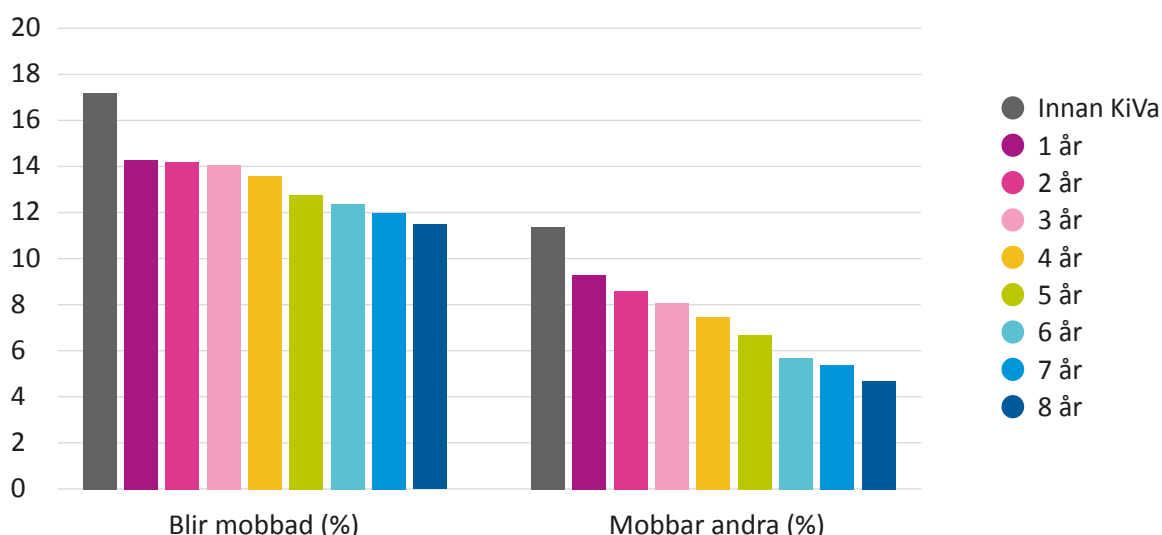
FÖRORD

Det har förflutit över tio år sedan den första KiVa Skola-handboken skrevs, det var alltså på tiden att förnya Lärarens handbok och det övriga materialet!

Under de gångna åren har en förändring till det bättre skett gällande mobbningsproblemet i Finland. I, till exempel, enkäten Hälsa i skolan, som utförs av Institutet för hälsa och välfärd, visar man att andelarna av elever (8:e och 9:e klassister) som utsätts för mobbning och av elever som deltar i mobbning av andra har minskat för varje år efter år 2009. Andelarna hade ökat från början av 2000-talet till och med år 2009. År 2017 är andelarna av såväl elever som mobbas som av elever som mobbar andra mindre än någonsin tidigare under detta årtusende! Vi tror att en av orsakerna till detta är att KiVa Skola-programmet har tagits i bruk av så många av den grundläggande utbildningens skolor – detta skedde år 2009. Ni lärare och övrig personal som arbetar i dessa skolor förtjänar en eloge för ert arbete i kampen mot mobbning.

Information om mobbningserfarenheter samlas årligen genom elevenkäten i skolorna (lågstadier, högstadier och samskolor) som deltar i KiVa Skola-programmet. Under åren 2009-2017 har ca 200 000 elever/år besvarat enkäten. Under denna tid sammantaget nästan två miljoner svar! Det har varit fantastiskt att se att andelarna av såväl mobbade som elever som deltar i mobbning minskar över tid. Dessutom finns ett direkt samband mellan prevalensen av mobbningsproblem i skolan och hur många år som skolan har deltagit i KiVa Skola-programmet (Figur 1). KiVa Skola-programmet har blivit en betydande utbildningsexportprodukt, som används i många andra länder utöver Finland (www.kivaprogram.net). Programmet har tilldelats ett flertal priser både i hemlandet och utomlands¹.

Bild 1. Andelen elever utsatta för mobbning och andelen elever som mobbar i skolor som deltagit i KiVa Skola-programmet under 1-8 år.



1) **Finländska priser:** Vuoden humanistiteko 2008; Vuoden lapsiteko 2010; Helena Kekkosen Rauhankasvatuspalkinto 2011; Campus Awards Finland, hedersomnämnde 2012. **Internationella priser:** European Award for Crime Prevention Award (Europeiska brottsbekämpningspriset) 2009; Social Policy Award for Best Article, Society for Research on Adolescence, US 2012; Innovative Practices on Education and ICT, Zero project 2016.

Fastän utvecklingen går åt rätt håll, så är vi väldigt oroliga över de mobbade barn och ungdomar, där man inte lyckas få mobbningen att upphöra. Deras rätt till en trygg studiemiljö förverkligas inte. Vi måste våga ställa de svåra frågorna, medge att mobbning är allvarligt och ibland ett svårlöst problem samt ständigt söka efter bättre sätt att lösa det.

Vi är glada över att kunna erbjuda er ett förnyat och förbättrat KiVa Skola-program. Vi har uppdaterat allt material: lektioner och videor, instruktioner för utredning av mobbningsfall, elev- och personalenkäterna – allt detta har förnyats. Helt nytt är KiVAppi-applikationen, som handleder i utredningen av mobbningsfall. Då denna lärarhandbok skrevs har vi strävat till att besvara de frågor, som man har ställt oss under årens lopp. Notera att man alltid hittar uppdaterad information bl.a. om framtida webinarier och skolningar på vår hemsida.

Allt behöver inte ändras – därför avslutar vi detta förord med exakt samma ord som i handbokens förra utgåva från år 2009: För att KiVa Skola-programmet ska kunna genomföras krävs att de deltagande skolorna förbinder sig till programmet, och förändringarna sker inte nödvändigtvis ögonblickligen. Allas våra insatser behövs för att trygga barns och ungas rättigheter till en trygg studiemiljö. Vi hoppas att det material som vi utvecklat är till stor hjälp och inspiration för er i detta viktiga arbete för att förebygga och minska mobbning.

Kontakta oss gärna vid behov! Vi erbjuder hjälp bl.a. med utredning av besvärliga mobbningsituationer. All feedback om programmet välkomnas också.

I Åbo, på våren 2018

Christina Salmivalli, Elisa Poskiparta och KiVa Skola® arbetsgruppen



www.kivaskola.fi
kivaskola@utu.fi

UTGÅNGSLÄGE FÖR FÖREBYGGANDE AV OCH INGRIPANDE VID MOBBNINGSSITUATIONER

VARFÖR BÖR MAN DEFINIERA VAD MOBBNING ÄR?

För att man ska kunna ingripa effektivt i mobbning, bör det finnas en gemensam förståelse kring vad mobbning är. Ibland påstås det att man inte behöver (eller inte ska!) definiera mobbning. Detta motiveras så att *1) man bör ingripa i all slags kränkande beteende, även om det per definition inte utgör mobbning* (varför skulle man definiera det alls, alltså), eller så att *2) mobbning är en subjektiv upplevelse som inte kan definieras utifrån*. Dessa påståenden bör kommenteras i korthet.

Det är förstås sant att man i skolan bör ingripa i allt slags oönskat beteende, som kränker eller stör andra. *Att mobbning definieras minskar inte behovet av att ingripa till exempel i ett enskilt slagsmål eller i störande beteende under lektionstid*. Mobbning förutsätter dock *ett annat slags ingripande* och därför är det viktigt att den identifieras och särskiljs från andra utmanande situationer.

Det är även sant att det alltid också är elevens subjektiva upplevelse att man blir mobbad (eller att man inte blir mobbad). Om eleven upplever sig bli mobbad, behöver hen alltid något slags stöd och hjälp. En objektiv definition av mobbning är ändå nödvändig. Om ingen sådan fanns, kunde ingen hållas ansvarig för mobbningsbeteende och man kunde egentligen inte ens diskutera om mobbning med eleverna. Upplevelsen av att något upplevs som kränkande är individuell och varierar därför. Därför definieras inte mobbning som exakta ord eller handlingar (detta utgör mobbning, det där inte), utan ett kriterium för mobbning utgörs av att beteendet medför obehag eller olägenhet för den person som blir utsatt för mobbningen.

Den allmänt använda definitionen för mobbning lyder som följer: *Mobbning är avsiktliga och upprepade handlingar riktade mot en och samma person med syfte att orsaka personen bekymmer eller skada*. Ofta tillägger man att *det är svårt för den mobbade att försvara sig*. Med detta vill man hänvisa till att parterna inte är jämlika med varandra, utan att den mobbade har mindre makt eller styrka än den person eller de personer som mobbar.

”Avsiktligheten” kan kännas som ett utmanande kriterium, eftersom de elever som deltagit i mobbningen kan säga att de inte handlade avsiktligt (”Det var bara på lek!”). Avsiktligheten bör här tolkas så att aktören *förstår eller borde i egenskap av en förständig människa förstå att handlingarna orsakar illamående åt den person som är föremål för dem*. Om man berättar åt dem som deltagit i mobbningen att den andra upplever till exempel ett visst ”smeknamn” som kränkande, kommer användandet av smeknamnet åtminstone därefter att utgöra avsiktligt orsakanden av illamående.

Ibland kan även upprepbarheten utgöra ett besvärligt kriterium: kan inte en handling som sker endast en gång utgöra mobbning? Upprepbarhet ingår i definitionen för mobbning för att man vill särskilja mobbning från enskilda kränkande handlingar. Barn, alldeles som vuxna, kränker varandra – ibland på grund av oförstånd, ibland avsiktligt – i alla möjliga slags sociala situationer. En del av dessa kan parterna sinsemellan reda ut, en del förutsätter ingripande av en vuxen. Även om en enskild handling inte i allmänhet anses utgöra mobbning, innebär detta inte att man inte alls ska ingripa i en enskild handling! Att ingripa i upprepad mobbning förutsätter ändå andra slags åtgärder än att ingripa i en enskild situation. Att ingripa i enskilda, punktvis handlingar (ens varje gång en sådan sker) utgör inte tillräckligt ingripande i mobbning. *I KiVa-programmet ingriper man alltid i det mobbade barnets eller den mobbade ungas helhetssituation*.

NÖDVÄNDIGHETEN ATT INGRIPA I MOBBNINGSSITUATIONER

Man har forskat mycket kring de negativa följderna av att bli mobbad. Det är obestridligt att det förekommer flera problem av olika slag hos mobbade än hos sådana jämnåriga som inte har mobbats både på kort och på lång sikt (ända tills vuxen ålder). Det förekommer mer ångest och depression hos mobbade än hos andra barn och unga, och de upplever sig oftare som ensamma. Vuxna som har mobbats under skolåren har förhöjd benägenhet att insjukna i depression och det kan vara svårt för dem att lita på andra människor. Enligt vissa studier är det även vanligare med fysiska sjukdomar hos mobbade; detta anses kunna bero på att immunförsvaret har försvagats på grund av förlängt stresstillstånd. Upplevelsen av att bli accepterad är ett grundläggande behov hos människan – man kan bli sjuk av att bli mobbad!

Mobbning kan granskas ur en rättslig synvinkel, förutom ur den psykologiska synvinkeln. I mobbning är det alltid fråga om brott mot barnets eller den ungas grundläggande och mänskliga rättigheter. Enligt FN:s konvention om barnets rättigheter har barnet rättighet bl.a. till trygghet, utveckling och till att inte diskrimineras. I Finland har den som ordnar utbildning ett administrativt sett synnerligen strikt lagstadgat ansvar att se till att elevens och studerandes rättighet till en trygg studiemiljö förverkligas. Skolans vuxna har en moralisk och juridisk skyldighet att ingripa i mobbning och förebygga den.

Om man inte ingriper i beteendet hos de barn och unga som mobbar andra, ökar sannolikheten för att de gör sig skyldiga till kränkande och nedtryckande beteende även senare i livet och i sina övriga människorelationer. Det är viktigt att ingripa i mobbning för att befrämja positiv utveckling för alla parter.

Det är en viktig målsättning i sig att förebygga och ingripa i mobbning, men det befrämjar även alla elevers välmående i skolan och anknytning till skolan, studiemotivation och inläring!



FRÅN MOBBNING TILL STÖDJANDE

Det finns mycket forskningsevidens kring handlandet och betydelsen hos handlandet hos de elever som iakttar mobbningen utan att vara inblandade. I en undersökning intervjuades vuxna, som hade blivit mobbade under skoltiden. Det tyngsta och jobbigaste minnet utgjordes till allas överraskning inte av de kränkande saker som en enskild "mobbare" hade sagt eller gjort. Det jobbigaste minnet utgjordes av att de övriga eleverna såg vad som pågick, men ingen ingrep. Man lät allt fortgå från en dag och månad till en annan, kanske till och med skrattade: nog slängde mobbaren ju ur sig träffande kommentarer. Att ingen uppmuntrade, stödde eller försvarade, sårade allra mest. I en annan undersökning observerade vi att de mobbade, som hade ens en kompis som försvarade eller i tysthet stödde den mobbade, mådde bättre än de mobbade som saknade ett dylikt stöd – skillnaden kunde ses till exempel i deras starkare självkänsla.

Det finns skillnader mellan skolklasser i graden av förekomsten av mobbning. Denna variation förklaras till en del av det i vilken grad de elever som följer med mobbningen brukar gå med i den och uttrycker till exempel genom att skratta att det är OK, till och med roligt, eller å andra sidan ställa sig på de mobbades sida. I klasser där det är typiskt att stöda och försvara den mobbade förekommer mobbning betydligt mer sällan. I dessa klasser blir inte heller sådana elever mobbade, som har någon riskfaktor som förhöjer sannolikheten för att bli mobbad.

När de upptäcker mobbning, vågar få elever ingripa i situationen eller ställa sig på den mobbades sida. Istället kan även många sådana barn eller unga, som inte godkänner mobbning, delta i grupp i otrevligt handlande eller kommunicera sitt godkännande till mobbningen till exempel genom att skratta då någon blir mobbad. KiVa Skola-programmets kärnmeddelande, som vi vill förmedla till alla elever, är att *varenda person är ansvarig för det gemensamma välbefinnandet och varenda person kan även påverka det*. Om alla motiveras att för egen del fundera över hur man kan uppmuntra sina klass- och skolkamrater istället för att delta i mobbning eller följa med utan att göra något, har mobbningsproblemet i stor grad redan åtgärdats. Med hjälp av KiVa är en sådan förändring möjlig: vår utvärderingsundersökning visade att allt flera elever i KiVa-skolorna upplevde att de vill ha stöd och uppmuntra andra istället för att trycka ner och mobba andra.

FORSKNING KRING HANDLANDET OCH BETYDELSEN HOS DET HOS ELEVER SOM IAKTTAR MOBBNINGEN UTAN ATT VARA DELAKTIGA:

Kärnä, A., Voeten, M., Poskiparta, E., & Salmivalli, C. (2010). Vulnerable children in varying classroom contexts: Bystanders' behaviors moderate the effects of risk factors on victimization. *Merrill-Palmer Quarterly*, 56, 261-282.

Kärnä, A., Voeten, M., Little, T., Poskiparta, E., Kaljonen, A., & Salmivalli, C. (2011). A large-scale evaluation of the KiVa anti-bullying program: Grades 4-6. *Child Development*, 82, 311-330.

Sainio, M., Veenstra, R., Huising, G., & Salmivalli, C. (2011). Victims and their defenders: A dyadic approach. *International Journal of Behavioral Development*, 35, 144-151.

Salmivalli, C., Voeten, M., & Poskiparta, E. (2011). Bystanders matter: Associations between defending, reinforcing, and the frequency of bullying in classrooms. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 40, 668-676.

Teräsahjo, T. (1997). *Mitä kuvaukset kertovat? Koulukiusaamisen pitkäaikaisseuraamuksien tutkimus esimerkinä fenomenologisesta tutkimusotteesta*. Pro gradu -tutkielma. Turun yliopisto, psykologian laitos.

KIVA SKOLA® -PROGRAMMET I ETT NÖTSKAL

KiVa Skola® är ett åtgärdsprogram för förebyggande av mobbning och för ingripande i mobbning. Det har utvecklats vid Åbo universitet och finansierats av Undervisnings- och kulturministeriet. Förkortningen KiVa bildas av de finska orden **Ki**usaamisen **V**astainen eller **Ki**usaamista **V**astustava, vilket betyder "emot mobbning".



KiVa Skola är en finländsk innovation, som är starkt forskningsbaserad. Det har även samlats mycket forskningsevidens om dess effektivitet. KiVa är ett efterfrågat program, som används i stor omfattning även utanför Finland (www.kivaprogram.net).

I KiVa Skola-programmet kombineras följande karaktäristiska särdrag på ett unikt sätt:

1. ETT MÅNGSIDIGT, KONKRET MATERIAL

Innehåll riktat till såväl lärare som elever och föräldrar

2. DIGITALA VERKTYG OCH INLÄRNINGSMILJÖER

Utnyttjande av nätmiljö, digitala spel och applikationer

3. HELA GRUPPENS PÅVERKAN

För att minska och förebygga mobbning poängteras varje elevs ansvar för det gemensamma välbefinnandet. För de elever som iakttar mobbningen utan att vara inblandade erbjuder programmet trygga medel att stöda den mobbade, och att visa att de inte godkänner mobbningen.

4. ATT GÖRA ELEVERNA OCH VÅRDADSHAVARNA DELAKTIGA

KiVa Skola-programmets lektioner gör eleverna delaktiga i förebyggandet av mobbning. Programmet erbjuder material även för vårdnadshavare samt verktyg för att stöda samarbetet mellan hemmet och skolan.

5. FÖREBYGGANDE OCH INGRIPANDE

KiVa innehåller både *allmänna* och *specifika åtgärder*. *De allmänna åtgärderna* i KiVa Skola-programmet riktar sig till alla elever och är huvudsakligen mobbningsförebyggande. *De specifika åtgärderna* vidtas då mobbning upptäcks och riktar sig speciellt till dem som deltagit i mobbningen och de mobbade barnen och unga, i syfte att få ett slut på den kränkande behandlingen.

6. UPPFÖLJNING AV SITUATIONEN I DEN EGNA SKOLAN

Enkätfeedbacken möjliggör systematisk uppföljning av skolans situation och de förändringar som sker i situationen.

KiVa Skola är alltid ett program för hela skolan, med andra ord är det inte ändamålsenligt att förverkliga programmet i endast en eller två klasser. Det är skolorna, inte enskilda klasser eller lärare, som registrerar sig som användare av programmet. En elev, vars skola infört KiVa Skola-programmet, deltar i de lektioner som hör till de allmänna mobbningsförebyggande åtgärderna under årskurs 1 (10 dubbellektioner) och på nytt under årskurs 4 (10 dubbellektioner). När eleverna börjar i årskurs 7, övergår lektionerna till KiVa-teman (4 teman), som skolan kan förverkliga på olika sätt (till exempel som lektioner eller som hela temadagar). I programmet ingår även material som kan användas på andra årskurser, till exempel Pulmikas-spelen som spelas i smågrupper.

KiVa Skola-programmets centrala åtgärder är samlade i tabell 1.

Tabell 1. KiVa Skola –programmets centrala åtgärder för årskurserna 1-9.

ALLMÄNNA ÅTGÄRDER	ÅK 1-6	ÅK 7-9	(Vägledande) TIDPUNKT
Personal			
Personalens enkät	×	×	Maj
Mötesdag	×	×	Augusti
Affischer	×	×	I kontinuerligt bruk
Rastvakternas reflexvästar	×	×	I kontinuerligt bruk
Elever			
Elevenkät	×	×	Mars
Startskottet	×	×	Augusti
Lektioner och KiVa-spel, åk 1 och åk 4	×		Under hela läsåret
seppo [®] -uppgifterna, åk 1	×		
Teman och KiVa Street, åk 7		×	Under hela läsåret
Pulmikas-spelet, årskurserna 4-9	×	×	
Föräldrar			
Infomeddelande till föräldrarna	×	×	Augusti
Föräldramöte	×	×	September–Oktober
Handbok för föräldrar (www/tryckt)	×	×	I kontinuerligt bruk
Specifika åtgärder: (Skolteamet + klassläraren /- föreståndaren + de olika parterna i mobbningsituationen)			
Utredningsdiskussioner	×	×	Vid behov
Diskussion med några av klasskamraterna	×	×	
Uppföljning	×	×	

INNAN PROGRAMMET INLEDS

KARTLÄGGNING AV SITUATIONEN I DEN EGNA SKOLAN: ELEVENKÄTEN

I KiVa Skola-programmet ingår en webbenkät. Med hjälp av enkäten kan skolorna kartlägga utgångsläget (hur mycket mobbning det förekommer i skolan, hur eleverna upplever sin skola och hur de trivs i skolan) samt jämföra resultaten med situationen i andra finländska KiVa skolor. Skolan kan presentera resultaten av elevenkäten till exempel för personalen under deras mötesdag, för vårdnadshavare på föräldramöten eller för elever på lektionerna. Enkäten ska gärna upprepas vid samma tidpunkt varje år, och på detta sätt kan skolan följa hur situationen i skolan förändras. Det finns en särskild enkät för personalen för att få information om förverkligandet av programmet.

Det berättas mer om att dra nytta av resultaten av enkäterna på sidorna 16–19.

Enkätsvaren från KiVa-skolorna samlas i KiVa-databasen vid Åbo universitet. Med hjälp av databasen följs förverkligandet av och effektiviteten hos KiVa Skola-programmet i de skolor som infört det. Tack vare den ackumulerande informationen kan alla deltagande skolor allt mer reliabelt jämföra sin egen situation med situationen i andra finländska skolor.

SKOLANS KIVA-TEAM

I varje skola som deltar i KiVa Skola-programmet verkar en arbetsgrupp, ett så kallat KiVa-team, som består av minst tre lärare eller övriga vuxna (rektorn, skolhälsovårdaren, skolkuratoren). Teamets huvudsakliga uppgift är att – tillsammans med klasslärarna eller klassföreståndarna – utreda de mobbningsfall som kommer till kännedom. Ofta fungerar teamet eller någon av dess medlemmar som kontaktperson i frågor kring förverkligandet av KiVa Skola-programmet, eller som KiVa-koordinator, som informerar den övriga personalen om saker relaterade till KiVa – naturligtvis kan koordinatoruppgiften även handhas av någon annan. Redan innan själva programmet inleds är det skäl att försäkra sig om att det inom personalen finns vuxna som känner sig redo att förbinda sig till KiVa-teamets verksamhet, bestämma vilka personer som teamet ska bestå av samt komma överens om hur länge teamet verkar i den valda uppsättningen.

Särskilt i årskurserna 7-9 kan det vara en god idé att grunda en "kärngrupp" för förebyggande av mobbning. Denna kärngrupp samlas regelbundet och i den ingår förutom teammedlemmarna även representanter för eleverna (läs vidare på sida 27). Dyliga strukturer stöder dialogen mellan de vuxna och eleverna i skolan samt elevernas delaktighet!



MATERIAL

Nästan allt material för KiVa Skola-programmet kan hittas i elektronisk form på KiVa Skolas slutna nätsida, som man loggar in på adressen www.kivaskola.fi, eller som mobilapplikationer (elevernas KiVa-spel, KiVappi). Varje skola som deltar i programmet får ett skolspecifikt lösenord, som ger tillgång till de slutna KiVa Skola-nätsidorna, som enbart är avsedda för registrerade användare. Affischer och rastvakternas reflexvästar kan naturligtvis enbart skickas per post, och av användbarhetsskäl kan det vara bra att skaffa Lärarens handbok i tryckt form.

MATERIAL SOM BESTÄLLS PER POST:



- 1 Lärarens handbok (även online)
- 2 Affischer
- 3 Rastvakternas reflexvästar
- 4 Handbok för föräldrar (även online)



www.kivaskola.fi

TILLGÄNGLIGT I ELEKTRONISK FORM:



- 5 Lärares handbok fås även i elektronisk form
- 6 KiVa-enkäterna för elever och personal (öppna en gång per år)
- 7 Presentationsgrafik (dia) för lektioner
- 8 Videor för lektioner
- 9 Elevernas KiVa-spel
- 10 Pulmikas som spelas i smågrupper och seppo®-uppgifter
- 11 Presentationsgrafik (dia) för personalens mötesdag
- 12 Presentationsgrafik (dia) för föräldramöten
- 13 Handbok för föräldrar
- 14 KiVAppi-applikationen för KiVa-teamen

En del av KiVa Skola-programmets material uppdateras oftare – därför ingår inte allt i Lärares handbok, utan tilläggsmaterial finns tillgängligt på den slutna nätsidan under fliken ”Material”. Sådant material är bl.a. seppo®-uppgifterna (åk 1) och Pulmikas-spelet (årskurserna 4-9), i vilket eleverna löser utmaningar i social växelverkan. Dessa spel är avsedda för smågrupper. Det är alltså skäl att undersöka hurdant tilläggsmaterial som erbjuds för olika ämnesområden! En del av tilläggs materialet hänför sig inte till någon existerande lektion, utan det kan användas på de årskurser, som inte erbjuds KiVa-lektioner.