



## 5 FORELDRETIPS OM VENNSKAP

### 1. Snakk hyggelig hjemme!

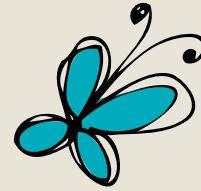
Foreldre er barnas viktigste rollemodell. Hvordan vi snakker sammen hjemme, er med på å forme barnas oppfatning av hva som er greit og ikke greit. Når noe er vanskelig eller vondt, trøst og gi barnet ditt støtte. Forsøk å spørre og gå dypere for å forstå hva som egentlig har skjedd. Ikke snakk negativt om andre barn, om foreldrene deres, om læreren eller om skolen. Bekymringer bør heller tas opp direkte med barnehagen eller skolen, med foreldrekontakter eller FAU.

### 2. Lek på kryss og tvers!

Når et barn leker med andre barn i ulike grupperinger, får de lekeopplevelser som er med på å gi trygghet, mestring og læring. De får prøve nye måter å tenke på, være på og leke på, samtidig som flere barn får være med i leken. Vi voksne kan legge til rette for flere slike lekeopplevelser.

**Alle barn har rett til å trives og føle tilhørighet.** Barnehagen og skolen skal skape et godt miljø for lek og læring og legge til rette for godt samspill og vennskap. Her har alle voksne rundt barna et stort ansvar, som ansatt i skolen/barnehagen eller som forelder. I denne folderen får dere som foreldre/foresatte noen tips til hva dere kan gjøre for å bidra.

**Det beste vi kan gjøre for barnas trivsel i barnehagen og på skolen, er å engasjere oss!** Bli kjent med barna og de andre foreldrene, og finn på aktiviteter sammen. Snakk om hva som er greit og ikke greit å gjøre og si til andre – både ansikt til ansikt, på mobil og på nett. Snakk om hva dere sammen kan gjøre for å skape et godt miljø. Gi beskjed til læreren dersom du ser eller hører ting som tyder på at noen ikke har det bra.



### 3. Sørg for at alle blir invitert!

Det kan være vondt å ikke bli invitert i bursdag eller på fest. Vi voksne må sørge for at ingen faller utenfor. Inviter alle barna på avdelingen eller i klassen, alle jentene, alle guttene eller en annen inkluderende inndeling. Snakk om bursdagsregler på foreldremøtet. Hva skal til for at alle opplever å være inkludert? Hvordan kan dere foreldre samarbeide med barnehagen og skolen for å lykkes med dette? Det beste du kan gjøre for eget barn, er også å gjøre noe for andres barn.

### 4. Hjelp barna å være modige!

Det krever mot, trygghet og øvelse å stå imot utestenging, å invitere andre med i leken og å si fra hvis noen blir dårlig behandlet. Lær barnet ditt at det er viktig å ikke plage og ekskludere andre, og at det er like viktig å prøve å hjelpe eller si fra til en voksen hvis man ser at noe vondt skjer. Jo flere som gjør det, jo vanskeligere blir det å stenge noen ute eller plage andre.

### 5. Vær åpen, positiv og lyttende!

Det kan være vanskelig å fortelle til andre at ens eget barn er alene og trenger venner. Det kan også være vanskelig å være åpen om at eget barn plager eller stenger andre ute. Unngå å bruke ord som «mobber» og «mobbeoffer». Ofte er situasjonen mer uklar og komplisert enn vi først tror. Vis at du er åpen og forstår – da blir det lettere for andre å fortelle og for deg å hjelpe. Mobbing er handlingsmønstre som kan endres med støtte og hjelp fra voksne.

**Mobbing og utestenging angår ikke bare de barna som er direkte involvert, men påvirker hele gruppa negativt.** Derfor bør alle bry seg, uansett om det skjer i barnehagen, på skolen, i fritiden, på nett, i sosiale medier eller via mobil. Barna trenger vår hjelp for å forstå de alvorlige konsekvensene mobbing og utestenging kan ha. Vi må vise dem hvordan de kan møte hverandre med respekt, og lære dem å verdsette ulikheter. Barn er forskjellige, og det er bra!

