

## Eksempler på aktiviteter for å snakke om mobbeadferd og mobbing

### Aktivitet 1: Hva er mobbeadferd og mobbing?

Verbal: å bruke ord som sårer (erting, trusler, osv)

Fysisk: å gjøre handlinger som er fysisk vondt (slå, sparke, dytte)

Relasjonell: å bruke relasjoner på en måte som gjør vondt (ekskluderer andre, spre rykter, si at noen ikke får være vennen din, å få noens venn til ikke være venn lengre)

Relasjonell mobbing: lære barna hvordan man kan si nei på en hyggelig måte, (eksempel, «unnskyld, men vi er midt i leken, men det er ikke så lenge til vi er ferdige»)

### Aktivitet 2: Å bruke fortellinger eller å lese bøker

Forslag på bok:

- Mattis er alene (Ingrid Lund og Ane Tollrød Fosse)

Ved å bruke ulike fortellinger kan en hjelpe dem med å sette ord på mobbing, anerkjenne deres opplevelser, tilby og forsikre dem om muligheten med å få hjelp.

### Aktivitet 3: Erting eller mobbing

Lære barna forskjell på erting og mobbing

- Markus spinger veldig fort, så barna kaller han «rakett- Markus»
- Aksel kommer alltid sist når barna løper om kapp, derfor kaller de han «Snegle- Aksel»
- Nicolai er liten av vekst og gråter og derfor kaller de han «Baby- Nicolai»
- Mari er sterk, derfor kaller de henne «Super- Marie»
- Natalie er smart, derfor kaller de henne for «Glupingen»
- Madelen er størst i gruppen, derfor kaller de henne «Store, stygge Madda»

Diskuter et kallenavn om gangen, og spør barna:

- Hvordan vet du at et kallenavn er morsomt eller sårende?
- Hva er hensikten til den som bruker kallenavn? Prøver den som bruker kallenavn, å være snill eller slem?
- Hvordan tror du den som blir erta, føler seg?

#### **Aktivitet 4: Med eller uten vilje?**

Hensikten er å hjelpe barna med å forstå forskjellen mellom å gjøre noe ved en feil og å såre «med vilje»

- Gunnar ser ikke Ida og trør uheldig på tåen hans.
- Tommy er sint på Robert og trør hardt på tåen hans
- Tanja ser ikke Eddi sitt legotårn og dytter det overende
- Christina liker ikke Janne og skribler over tegningene hennes
- Mario kaster sekken sin i gangen og løper ut for å lek. Når Anne løper etter han for å være med, snubler hun i sekken hans

Diskuter hvert eksempel.