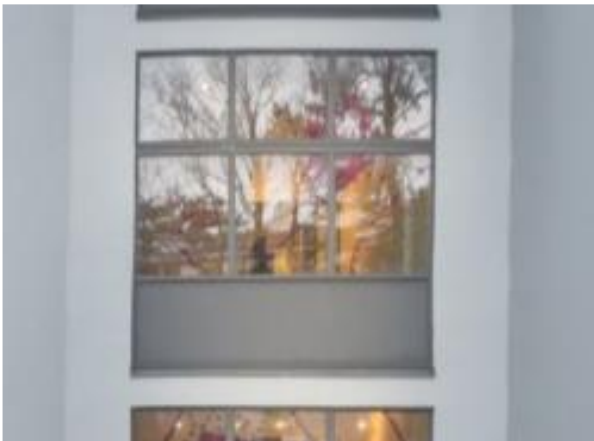




Grim skole



Foreldremøte 9.trinn

Grim skole 1.september 2025

Program

01.09.25

- Presentasjon av skolen
- Trygt og godt skolemiljø
 - Grim skole
- Viktig oppstart
- Signe Endresen, laget rundt ungdommene
- Lene Holmen Berg, MiniRisk
- Kontaktlærerne går med «sine» til klasserommet



Hjelp, vi er kommet i 9.klasse..

- Litt eldre, litt tryggere
- Midt i mellom..
- Skolen blir litt mer alvor
- Hormoner
- Kjæreste
- Teite voksne
- Nye venner – utvide horisonten, flytte på noe grenser..
- Barn- voksen – ungdom? Hvem er de?
- Oppstart
- Klasseaktiviteter
- Helleviga
- De første viktige karakterene til vitnemålet

Koordinerings Gruppa

- Rektor Åse Marit Eikestøl
- Inspektør Silje Habostad
- Inspektør Henrik Nyhus
- Helsesykepleiere Unni Stordalen
- Rådgiver Sigrid Vaage
- Sosiallærer Ingerid Bakke
- TPO koordinator Heidi Thon
- Ungdomsveileder Maria Robstad Hagen
- Sosionom / miljøterapeut – skal ansettes

Grim skole

458 elever (140 + 168 + 150)

18 klasser

71 ansatte



Lærer-utdanner
skole

Studenter fra UiA,
4.år

Praksis observasjon
u.44

Praksis med veiledet
selvstendig uke, uke
9-13



Kristiansand
kommune

Trygt og godt skolemiljø

- Forebyggende
- Når det ikke er greit:
 - innmelding til koordineringsteam
 - Aktivitetsplan
 - tett samarbeid med foresatte
 - elevmegling
 - samarbeid med andre etater

- Flexid
- Dembra
- Vanlig men vondt
- Minirisk
- Sånn funker vi
- ICDP, foreldreveiledning
- Foreldreråd
- Skoleravner
- Ravnefaddere til hver klasse



Formål	Alle barn og unge:
Alle barn og unge opplever trygghet, tilhørighet og mestring	• opplever at de har en naturlig plass i fellesskapet
	• føler seg trygge og erfarer at de er betydningsfulle
	• medvirker i utformingen av sin egen hverdag
	• får like muligheter til å utvikle seg ut fra sine forutsetninger

Skolemiljø

- § 12-2. Retten til eit trygt og godt skolemiljø
- ***Alle elevar har rett til eit trygt og godt skolemiljø som fremjar helse, inkludering, trivsel og læring***
- Melde fra om krenkelser som erting og mobbing
 - Informasjon ligger på nullmobbing.no
 - Si ifra til skolen



Friminutt

- Være ute i friminutt
- Aktiviteter
- Masse baller og utstyr
- Elevrådet – turneringer
- Mediateket
- Aula/Kantine
- Voksne ute blant elevene, miljøteam
- Skoleravner/ravnefaddere



Skoleravnordning

- Ca. 55 elever på årets 10. trinn
- Arrangerer aktiviteter i storefri
 - Fotball på Lille Idda
 - Ulike leker og ballspill i ny skolegård
 - Spill og ulike aktiviteter i Aula
- Ledes av to voksne aktivitetsledere
- Samarbeider med elevrådet, ledelsen og alle voksne som er ute blant elevene i friminutt



Avdeling for oppvekstmiljø og forebyggende tjenester

- **Signe**

Endresen tlf 90271324

signe.endresen@kristiansand.kommune.no

- Avdeling i oppvekst
- Områdekontakt, Gatepuls, miljøterapeuter, Rus undervisning/oppfølging, Familie og foreldreråd
- Tett samarbeid med skoler, politiet, fritid, frivillige organisasjoner, SLT (samordning av lokale rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak) og foresatte.

Lene Holmen Berg



Mini-RISK

Ikke farlig – bare litt ubehagelig

Vanlige følelser: spent, nervøs, gruing, engstelig



Skolene opptatt av at elevene skal være ivaretatt og ha det bra, bygge VI fellesskap

Eksempler på situasjoner: ha presentasjon, rekke opp hånd i klasse, delta i gym, ta buss, spørre venner om å finne på noe, overnatte borte, være alene hjemme, gå i bursdag, gå/handle i butikker, sykdom/bakterier

Utfordrende for foreldre å se egen ungdom ha det vondt – kan skape utfordringer i familielivet

Naturlig ønske om å hjelpe - ungdommen må hjelpes og støttes gjennom situasjonene, ikke hjelpes med å unngå

Vanlige strategier - å slippe situasjoner som gir ubehag



Utfordring at ungdoms ubehag ofte møtes med mye tilrettelegging (eks. gi forsikringer, foreldre kjører, andre overtar oppgaver, slippe å si noe høyt i klassen, slippe presentasjoner, slippe dusjing etter gym, får gå ut av klasserom, bli kjørt til/fra skolen)

Mange legger intuitivt til rette for at ungdommen skal slippe å kjenne på ubehaget – forståelig og gjøres av omsorg og kjærlighet

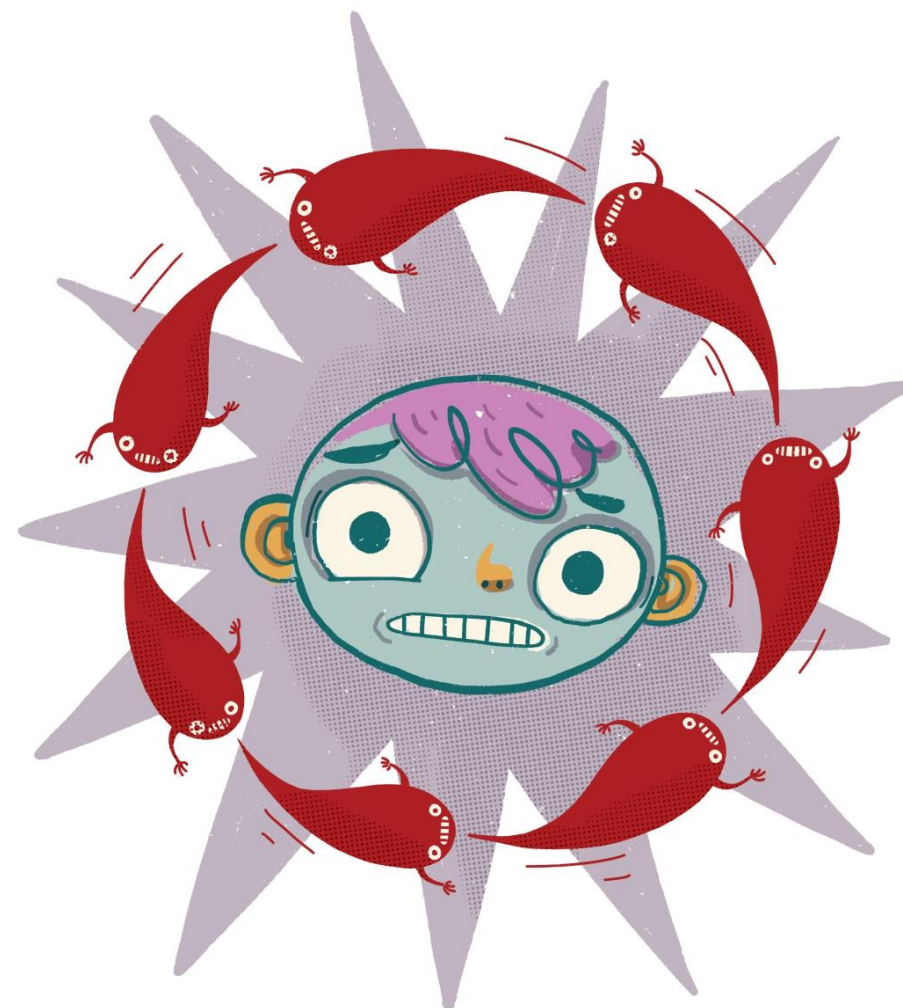
- Kan påvirke familie, forstyrre ungdommens eller foreldrenes hverdag
- Overvurderer sannsynlighet for at noe vondt vil skje og hvor forferdelig det vil være

Tilretteleggingskultur

- En god intensjon om å hjelpe
- Løser situasjon - på kort sikt
- Ungdom/foreldre ofte fornøyd

MEN, paradoksalt:

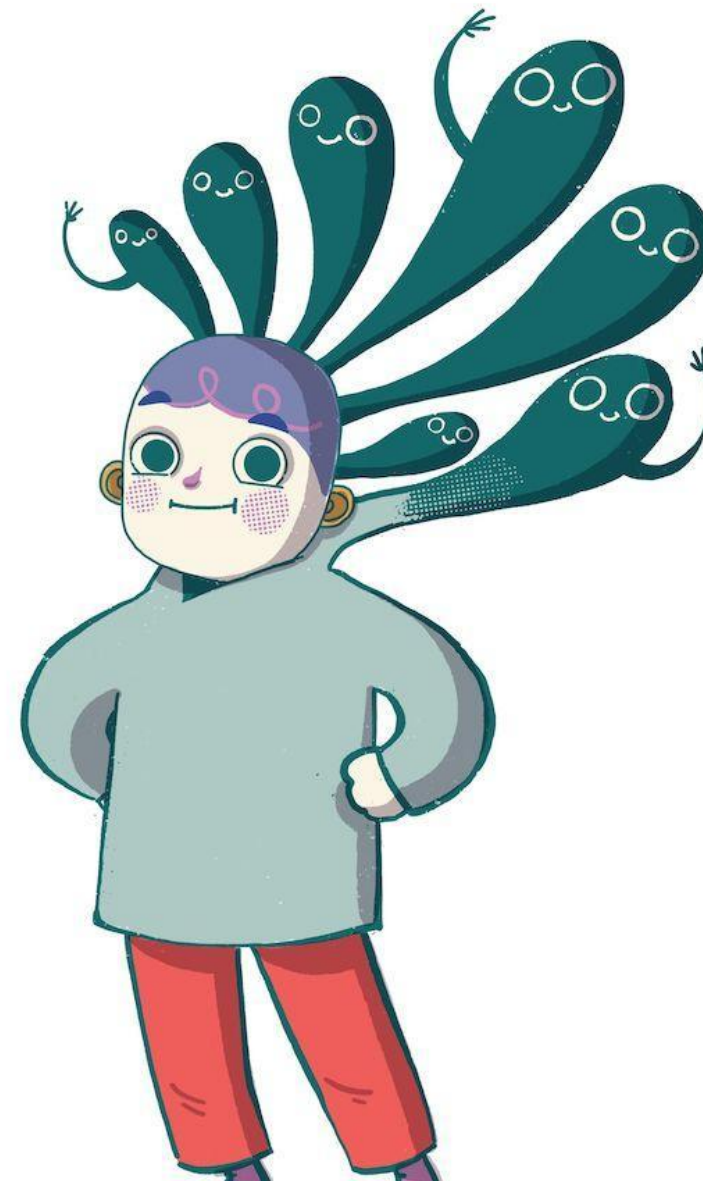
- Opprettholder engstelse
 - Øker engstelse og unngåelse
 - Er ofte tidkrevende og kan kreve stadig mer tid
 - Derfor - ikke hensiktsmessig løsning på lang sikt
 - Viktig kunnskap for foreldre og skole
-
- Ungdom blir fratatt muligheter for **mestring**
 - Kompani Lauritsen & Team Pølsa



Mini-RISK; den viktigste hjelpen

Hjelp ungdommen til å håndtere engstelige følelser og ha mulighet til å gjøre hva de ønsker

Hjelp foreldre og skole for hvordan håndtere engstelige uttrykk på mest mulig utviklingsstøttende måte



Tilrettelegging hjem og skole



Uhensiktsmessig tilrettelegging; ungdommen slipper å gjøre det som fryktes uten at det utarbeides plan for å mestre



Hensiktsmessig tilrettelegging; jobbe systematisk med hvordan ungdommen kan mestre det som fryktes



Generelle holdninger

- Ekte farlig vs ikke ekte farlig
- "Den nødvendige smerten"
- Lyst vs lurt
- Fokus på hva ungdommen ønsker å mestre - finne trinnene mot målet sammen
- Heie og motivere fremfor trøste og tilrettelegge



Hvordan utfordre - hva er lurt?



1)Spør på forhånd hva ungdommen frykter at vil skje, hva konkret er utrygg på

2)Støtt at ungdommen øver på situasjonen, utfordrer følelsen gjennom følelsetrening uten unngåelse

3)Gå gjennom hva som faktisk skjedde i etterkant. Var det like vanskelig og vondt som ungdommen trodde på forhånd?

4)Oppsummer hva ungdommen har erfart - enten det var mindre ille enn antatt eller klarte situasjon tross at det var vanskelig

Heiagjengen(foreldre/skole) heier på fortsettelse av følelsetrening og samarbeider med ungdommen om plan for hvordan tørre mer

Best effekt ved gjentatte øvinger - mengdetrening. Jo mindre foreldre(og skole) tilrettelegger og trygger, jo mer får ungdommen øvet på følelsen

Rollen som hensiktsmessig heilagjeng



e-risk.no

- e-RISK, et digitalt mestringskurs for engstelige barn og unge som trenger hjelp til å tørre og gjøre ting de er redd for(12-18 år), utviklet ved Sørlandet sykehus
- Ungdomsmodul med konkret hjelp til hvordan håndtere engstelse
- **Foreldremodul** med tips om hvordan støtte egen ungdom på hensiktsmessig måte
- Anbefales å samarbeide med sin ungdom



Klasserom

9A	Frank Otto og Caroline	B10	
9B	Marie og Simon	B12	
9C	Cecilie og Jakob	B30	
9D	Ruth og Cecilie R.	A16	
9E	Ragnhild og Natalie	B11	
9F	Julian og Trond	B32	
9G	Marianne og Marit	B22	



Kristiansand
kommune

Telefon 38 07 50 00
post@kristiansand.kommune.no
Kristiansand.kommune.no

Endringer på skoleruta ved Grim skole

- Vår skolerute vil avvike noe fra Kristiansand kommune.
- Det gjelder datoene 6.november (torsdagen før Sørlandsk lærerstevne) som blir planleggingsdag og elevene har derfor fri, og 7.april (tirsdag etter påske) blir da vanlig skoledag.
- 6.november Planleggingsdag (elevene har fri)
- 7.november Planleggingsdag (elevene har fri)
- 7.april Vanlig skoledag

Fraværsprosedyre

- Hvis en elev er borte eller skal forlate skolen i løpet av dagen, melder foresatte til skolen samme dag.
- Melding til skolen gis via Visma-App, på e-post til kontaktlærere, eller ved å ringe til skolen.
- Hvis skolen ikke får melding om slikt fravær, kontakter skolen hjemmet for å etterspørre eleven og årsak til fraværet.
- Det innkalles til møte på skolen hvis en elev har bekymringsfullt fravær:
 - 10% fravær, gyldig eller ugyldig.
 - 10 enkelttimer i en termin.
 - Gjentakende forsentkomming/forlater skolen

Leksehjelp

Tirsdag og
onsdag etter
skolen.

Pedagog og
fagarbeider

House of Math
onsdag etter
skolen

Digital skolehverdag

- Elevene har sin personlige Chromebook
- Skal alltid tas med hjem og lades. Lader tas ikke med på skolen
- [Informasjonsskriv på hjemmesiden](#)



Nasjonale prøver

- 1.september til 26. september
- Lesing og regning
- Kartlegging av grunnleggende ferdigheter
- Resultater blir gitt i utviklingssamtale eller sendes hjem.
- Oppfølging av elever og klasse i etterkant



Mobilhotell - skoleregel

- Pedagogiske årsaker
 - Ta bort forstyrrende element i timer
 - «Fri» fra sosiale medier i skoletiden
- Trygt og godt skolemiljø
 - Unngå filming, bilder. Skåne elever for digital sjikane/mobbing i løpet av skoledagen
 - Være sammen, ansikt til ansikt
- For å lykkes må vi ha hjelp av dere foresatte. Snakk hjemme.



Mobilforbud

*«Mobiltelefon, smartklokke og lignende digitale enheter skal ikke benyttes i skoletiden. Skolen kan gjøre unntak fra dette dersom det foreligger **særlige sosiale, helsemessige, pedagogiske eller sikkerhetsmessige hensyn.** Mobiltelefoner, smartklokke og lignende digitale enheter skal **enten ikke tas med til skolen eller innleveres** av den enkelte elev ved skoledagens start for oppbevaring på et dertil egnet sted.»*



[Anbefalinger om regulering av mobiler og smartklokke i skolen
| udir.no](http://udir.no)

Bygge gode relasjoner

- Lærer – elev relasjon
- Elev- elev relasjon

*Har stor betydning
for motivasjon og
mestring*

- Danne gode klassemiljø og bli godt kjent.
- Foresatte
- Foreldrenes arbeidsutvalg (FAU)



Lene Holmen Berg

- Hovedmålet med Mini-Risk er å gjøre effektiv hjelp til engstelige barn lett tilgjengelig.
- Det er et mål å redusere uhensiktsmessig tilrettelegging og gi fagfolk innen skole og helse kompetanse til å håndtere engstelige barn på en best mulig måte.
- Lære barn og unge nye ferdigheter for å mestre engstelige følelser og klare å gjøre de tingene en ønsker å gjøre
- Lære foreldre og opplæringspersonell å takle ungdommens angst på en hensiktsmessig måte
- Skolehelsetjenesten

Forebyggende politi

- Politikontakt Grim skole:
 - Wenche Reme Mosvold
 - tlf 99090874
 - wenche.reme.mosvold@politiet.no

