

# ANTIMOBBESTRATEGI

Nordjyllands Idrætsefterskole Stidsholt



## Indholdsfortegnelse

<b>Formål .....</b>	<b>2</b>
<b>Hvad forstår vi ved mobning? .....</b>	<b>2</b>
Mobning kan fx være: .....	2
1. Verbal mobning .....	2
2. Social mobning / udelukkelse .....	2
3. Fysisk mobning .....	3
4. Digital mobning / mobning over sociale medier .....	3
<b>Forebyggelse – sådan arbejder vi med trivsel .....</b>	<b>3</b>
Vi forebygger bl.a. gennem:.....	3
<b>Tidlig opmærksomhed – tegn på mistrivsel .....</b>	<b>3</b>
<b>Handlepligt – når der opstår bekymring .....</b>	<b>4</b>
<b>Procedure ved mistanke om mobning eller alvorlig mistrivsel.....</b>	<b>4</b>
1. Reager med det samme .....	4
2. Informér relevante voksne .....	4
3. Undersøg situationen .....	4
4. Vurder og iværksæt handling.....	5
<b>Samarbejde med forældre .....</b>	<b>5</b>
<b>Akut bekymring og underretningspligt .....</b>	<b>5</b>
<b>Støtte til den elev, der er ramt .....</b>	<b>6</b>
<b>Arbejdet med de elever, der udøver mobning .....</b>	<b>6</b>
<b>Opfølgning og evaluering .....</b>	<b>7</b>
Opfølgning kan fx bestå af: .....	7
<b>Hvis en elev oplever mobning.....</b>	<b>7</b>

## Formål

Antimobbestrategien på Stidsholt skal:

- fremme trivsel, tryghed og fællesskab
- forebygge mobning og anden krænkende adfærd
- sikre tidlig opsporing og hurtig handling ved mistrivsel
- tydeliggøre ansvar, procedurer og opfølgning for både elever, medarbejdere og ledelse

På Stidsholt skal alle elever have mulighed for at udvikle sig **fagligt, personligt og socialt** i et trygt og inkluderende fællesskab. Vi forventer, at alle bidrager aktivt til en kultur præget af **respekt, ansvar, tillid og plads til forskellighed**.

Vi accepterer ikke mobning – hverken fysisk, verbal, social eller digital.

På Stidsholt er trivsel et fælles ansvar.

Et trygt skolemiljø opstår ikke af sig selv – det skabes hver dag gennem tydelige voksne, ansvarlige elever og et fællesskab, hvor alle har ret til at høre til.

**Mobning tolereres ikke.**

Vi reagerer tidligt, handler tydeligt og følger op, indtil situationen er løst.

## Hvad forstår vi ved mobning?

Mobning er ikke drilleri eller enkeltstående konflikter. Mobning opstår, når en eller flere personer **gentagne gange eller systematisk** udsætter en anden for handlinger, som opleves sårende, nedværdigende, ekskluderende eller krænkende.

Mobning handler ofte om **ubalancer i magt, position eller social adgang** og kan foregå åbent eller skjult.

**Mobning kan fx være:**

### 1. Verbal mobning

- nedladende kommentarer
- øgenavne
- hån, latterliggørelse eller ydmygelse
- truende eller krænkende sprogbrug

### 2. Social mobning / udelukkelse

- at blive holdt udenfor fællesskaber
- ignorering eller systematisk isolation
- bagtalelse og rygtespredning
- manipulation af relationer og gruppedynamikker

### 3. Fysisk mobning

- skub, slag, fastholdelse eller anden fysisk krænkelse
- ødelæggelse eller skjul af personlige ejendele
- truende adfærd eller intimidering

### 4. Digital mobning / mobning over sociale medier

- sårende beskeder, kommentarer eller opslag
- ydmygende billeder, videoer eller memes
- deling af private oplysninger, billeder eller videoer uden samtykke
- eksklusion fra fælles chats, grupper eller onlinefællesskaber
- falske profiler eller impersonering
- rygter, "screenshots", udstilling eller latterliggørelse på sociale medier
- chikane via Snapchat, Instagram, TikTok, Messenger, Discord, gaming-platforme m.m.

## Forebyggelse – sådan arbejder vi med trivsel

Stidsholt ønsker ikke kun at reagere på mobning, men aktivt at **forebygge** den.

Vi forebygger bl.a. gennem:

- tydelige forventninger til respektfuld adfærd
- faste samtaler om trivsel, fællesskab og omgangstone
- fokus på klasse-, linje- og elevfællesskaber
- voksne, der er synlige, nærværende og handlekraftige
- opmærksomhed på elever i sårbare positioner
- undervisning og samtaler om sociale medier, samtykke, deling, grænser og digital dannelse
- trivselsmålinger, evalueringer og opfølgning
- samarbejde mellem elever, lærere, kontaktpersoner, forældre/værger og ledelse

### Tidlig opmærksomhed – tegn på mistrivsel

Vores fokus på den enkelte elevs trivsel sikres blandt andet af:

- lærerne – særligt kontaktlærerne
- kontaktteamet
- særlige støttelærere
- ledelsen
- det øvrige personale

Alle kontaktlærere har pligt til at være særligt opmærksomme på elever, der fx:

- har meget fravær
- virker triste, modløse eller ængstelige
- trækker sig fra fællesskabet

- ikke deltager aktivt i undervisning eller sociale sammenhænge
- ændrer adfærd markant
- virker tavse, indesluttede eller socialt isolerede
- udviser stærk uro, vrede eller afmagt
- giver udtryk for utryghed – også i relation til sociale medier

Mistrivsel kan både være tegn på, at en elev bliver udsat for noget, selv udøver krænkende adfærd, eller er fanget i et usundt fællesskab.

## Handlepligt – når der opstår bekymring

Enhver medarbejder, der oplever eller får mistanke om mistrivsel, mobning eller anden krænkende adfærd, har pligt til **straks at reagere**.

Det gælder også, hvis eleven ikke selv direkte beder om hjælp.

Man må aldrig afvente "for at se tiden an", hvis der er tegn på alvorlig mistrivsel eller mobning.

## Procedure ved mistanke om mobning eller alvorlig mistrivsel

### 1. Reager med det samme

Den medarbejder, der bliver opmærksom på situationen, skal:

- tage elevens oplevelse alvorligt
- skabe ro og tryghed omkring den udsatte elev
- standse adfærden her og nu, hvis det er muligt
- sikre, at sagen ikke bagatelliseres eller overlades til eleverne alene

### 2. Informér relevante voksne

Sagen bringes hurtigt videre til relevante personer, typisk:

- kontaktlærer
- forældre
- relevante kolleger (særligt kontaktteamet)
- ledelsen
- evt. støttepersoner eller ressourcepersoner

### 3. Undersøg situationen

Der gennemføres en hurtig og grundig afdækning af, hvad der foregår. Det kan fx indebære:

- samtale med den elev, der oplever sig udsat
- samtale med involverede elever

- samtale med vidner eller kammerater
- observation af sociale dynamikker i undervisning og fritid
- gennemgang af relevante digitale forhold, hvis der er tale om digital mobning (fx screenshots, beskeder, opslag eller delinger – med respekt for lovgivning og elevens integritet)

#### 4. Vurder og iværksæt handling

Der skal altid handles konkret. Indsatsen afhænger af sagens karakter og alvor, men kan fx være:

- individuelle elevsamtaler
- fællesskabssamtaler eller konfliktmægling (kun når det er fagligt forsvarligt)
- skærpet voksenopmærksomhed, særligt i kontaktteamet
- pædagogiske eller sociale tiltag i elevgruppen
- tydelige aftaler og krav til adfærd
- inddragelse af forældre
- midlertidige beskyttende tiltag for den udsatte elev

**Det er altid de voksnes ansvar at stoppe mobning.** Ansvarret må ikke placeres hos den elev, der er ramt.

## Samarbejde med forældre

Forældre er de vigtigste samarbejdspartnere i arbejdet med trivsel og forebyggelse.

Afhængigt af sagens karakter bør det overvejes at inddrage:

- forældre
- kontaktteam
- ledelse
- evt. sociale myndigheder/andre fagpersoner

Ved inddragelse af forældre lægges vægt på:

- tydelig og respektfuld kommunikation
- fokus på løsninger frem for skyld
- fælles ansvar for elevens trivsel og udvikling

## Akut bekymring og underretningspligt

Enhver medarbejder **skal** ved formodning om:

- akut selvskade
- selvmordstanker eller selvmordsfare
- alvorligt omsorgssvigt
- vold, overgreb eller anden alvorlig fare

**straks reagere** ved at kontakte ledelsen og relevante myndigheder efter gældende regler.

Der kan i sådanne tilfælde være pligt til at kontakte sociale myndigheder og/eller udarbejde en **underretning**.

Akutte bekymringer må aldrig udsættes til næste dag.

## Støtte til den elev, der er ramt

Når en elev udsættes for mobning eller anden krænkende adfærd, skal skolen sikre, at eleven oplever:

- at blive taget alvorligt
- at blive beskyttet
- at der handles hurtigt og tydeligt
- at der følges op over tid
- at ansvaret ikke placeres hos den udsatte

Støtten kan bestå af:

- faste trivselssamtaler
- tæt voksenkontakt
- hjælp til at genetablere tryghed og tilknytning til fællesskabet
- støtte i forhold til klasse/linje/gruppe
- eventuel inddragelse af relevante fagpersoner

## Arbejdet med de elever, der udøver mobning

Når elever har udøvet mobning eller krænkende adfærd, skal der reageres tydeligt og konsekvent – men også pædagogisk.

Formålet er både at **stoppe adfærden** og arbejde med ansvar, empati og ændring af adfærd.

Det kan indebære:

- tydelige samtaler om ansvar og konsekvenser
- konkrete krav til ændret adfærd
- tæt voksenopfølgning fra kontaktlæreren
- genoprettende samtaler, når det er forsvarligt og hensigtsmæssigt
- arbejde med fællesskab, normer og medløberkultur
- samtaler med ledelse og forældre

Der arbejdes ikke kun med "den enkelte elev", men også med de fællesskaber, der gør mobning mulig.

## Opfølgning og evaluering

En sag er ikke afsluttet, når den akutte episode er stoppet. Der skal altid ske **systematisk opfølgning**.

Opfølgning kan fx bestå af:

- aftalte opfølgningssamtaler med de involverede
- vurdering af, om eleven igen føler sig tryk
- observation af elevgruppen og fællesskabet
- justering af tiltag, hvis problemet ikke er løst

Ledelsen sikrer, at der jævnligt udarbejdes **trivsels- og evalueringsundersøgelser**, hvor der blandt andet er fokus på:

- det sociale miljø på Stidsholt
- elevernes oplevelse af tryk og tilhørsforhold
- omgangstone og fællesskab

Antimobbestrategien evalueres løbende og revideres efter behov, så den forbliver relevant og anvendelig.

## Hvis en elev oplever mobning

Hvis en elev oplever mobning, mistrovel eller utrykhed – fysisk, socialt eller digitalt – skal eleven vide, at det altid er i orden at søge hjælp.

Eleven kan henvende sig til fx:

- kontaktlærer
- kontaktteam
- en anden lærer eller medarbejder
- støttelærer
- ledelsen

Det er aldrig at "sladre" at bede om hjælp, når nogen bliver holdt udenfor, ydmyget eller krænket.