

Antimobbestrategi 2026

Formål

Formålet med Vrigsted Efterskoles antimobbestrategi er at tydeliggøre for alle i og omkring skolen, hvordan vi arbejder forebyggende og handler på udfordringer og problemer i undervisningsmiljøet, der har karakter af mobning eller diskrimination, samt beskrive hvem der har ansvar for hvilke områder.

Hvad er mobning?

Mobning er det, som sker, når en person, eller mindre gruppe, over længere tid holdes ekskluderet af en gruppe f.eks. klassekammeraterne eller en vennegruppe. Det kan f.eks. ske ved, at personen ignoreres, holdes udenfor, bagtales, latterliggøres eller behandles nedværdigende.

Mobning udspringer af utrygge kulturer og skyldes således ikke onde individer, men onde mønstre.

I grupper, kan mobning være den samværsform, der skaber sammenhængskraft.

At forstå mobning handler derfor om at få øje på gruppens mønstre, at afdække elevernes indbyrdes samspil og positioner. Bekæmpelse af mobning, handler således ikke om at udpege offer og mobber, men om at ændre gruppedynamikker i elevgruppen.

Digital mobning

Sociale medier udgør en vigtig del af danske børn og unges sociale liv, og digital mobning kan derfor ikke adskilles fra fysisk mobning. Når der foregår mobning, sker det altså oftest på tværs af fysiske og digitale rum. Herunder er nogle af forhold, der er særlige for digital mobning, og som kan være med til at forstærke mobningens mekanismer og konsekvenser.

- **Tid og rum ophæves** – Digital mobning er hævet over tid og rum. For dem, der bliver mobbet, betyder det, at de potentielt kan blive udsat for mobning døgnet rundt og få oplevelsen af ikke at kunne undslippe.
- **Anonymitet** - Når mennesker kommunikerer med hinanden i digitale rum, er der tale om ansigtsløs kommunikation. Det betyder blandt andet, at man aldrig kan være sikker på, hvem eller hvor mange, der er involveret i afsendelsen af en besked eller oprettelsen af en gruppe. Man har også mulighed for at oprette profiler med dæksnavne. For den, der bliver mobbet, kan det føles meget ubehageligt ikke at vide, hvor eller hvem mobningen kommer fra.
- **Eksponering** – Mobningen foregår et offentligt sted, hvor alle kan læse med. Det kan forstærke usikkerheden og følelsen af at miste kontrol.
- **Forråelse** - Den ansigtsløse kommunikation gør, at tonen kan blive hård, fordi man ikke kan se modtagerens reaktion. Man kan ikke se hinanden eller høre hinandens toneleje, og derfor kan modtageren heller ikke se, hvad der er for sjov, og hvad der er alvor. Det er altså også nemmere at misforstå hinanden digitalt.

Signaler der kan være tegn på mobning

Mobning og utryghed i elevfællesskabet er et komplekst fænomen, som kan være vanskeligt at opdage. Dansk center for undervisningsmiljø har beskrevet 8 markører, som er typiske i miljøer som er præget af utryghed og som derfor kan føre til, eller være tegn på mobning.

1. Når drilleri ikke længere er for sjov
2. Når konflikter ikke længere kan løses
3. Når udstødseshandlinger bliver systematiske
4. Når der er utryghed i fællesskabet
5. Når der er lav tolerancetærskel i fællesskabet
6. Når der er mangel på empati
7. Når der er magt ubalance i fællesskabet
8. Når der er ensomme elever i fællesskabet

Forebyggelse, ansvarsfordeling og håndtering

At forebygge mobning handler om at vi på skolen hele tiden har øje for og arbejder aktivt med sunde og inkluderende kulturer i elevgruppen.

På en efterskole har man på den ene side særlige muligheder for at opnå viden om elevernes gruppekulturer, fordi man har eleverne hele døgnet, og derfor er i stand til både at monitorere og påvirke deres gruppekulturer meget intensivt. På den anden side skiftes næsten hele elevgruppen ud hvert eneste år, således at forebyggelsen ikke kan have en langsigtet karakter, men snarere skal være strukturelt funderet i skolens årsplan og de generelle trivselsproblematikker.

På Vrigsted Efterskole benytter vi både observationer, kontaktgruppemøder og elevsamtaler til at danne os et overblik over gruppedynamikkerne på skolen.

Når man skal identificere en målgruppe i en forebyggelsesindsats, skelner man mellem primær, sekundær og tertiær forebyggelse. I en forebyggelsesindsats i forhold til mobning, vil det kun være den primære forebyggelse der defineres som forebyggelse. Den sekundære og tertiære er her indgriben i en kendt problematik.

Primær

Rettet mod en bred population/målgruppe fx:

- Alle elever
- Alle elever i I og X klasserne
- Alle 8./9. klasser

Sekundær

Rettet mod grupper som viser tegn på utryghed i fællesskabet fx:

- En klasse
- En kontaktgruppe
- Grupper der finder sammen i negative fællesskaber

Tertiær

Rettet mod personer, som allerede er i et miljø hvor mobning er eller har været present adfærd. Søger at forhindre gentagelse/recidiv, fx:

- Unge der enten udstøder eller bliver udstødt
- Grupperne ovenstående agerer i
- Unge med en adfærd der opfattes utryghedsskabende i fællesskabet.

Helt overordnet ønskes det at målrette de fleste forebyggelsesindsatser omkring primær forebyggelse. Indsatserne skal være bredt funderet i form og indhold, således, at informationer og viden når bredt ud, og på mange forskellige måder. Et af udgangspunkterne er åbne og inkluderende indsatser, der kan bidrage til at skabe attraktive ungefællesskaber. Arbejdet tager ikke udgangspunkt i "selvkontrol" eller "robusthed", og lignende metaegenskaber, men derimod i den normative fortælling der skabes i ungdomsgrupperne. Denne kan være med til at skabe det attraktive ungdomsliv, med åbne og inkluderende fællesskaber, hvor de unge kan noget og kan gå op i noget. Dernæst skal der arbejdes målrettet med sekundær og tertiær forebyggelse for de grupper der viser tegn på adfærd der kan føre til mobning eller lignende. Den præcise målgruppe og de forskellige indsatser skal tilrettes ud fra resultaterne fra de monitoreringsmetoder vi benytter.

Ansvarsfordeling

Ledelsen skal;

- Skabe en ramme så der er fokus på inkluderende fællesskaber.
- Sikring af fællesskabende aktiviteter i efterskoleprogrammet, der kan inkludere alle elever.
- Have en klar antimobbestrategi der overholdes.
- Kommunikere denne strategi tydeligt til lærere, elever og forældre.
- Stille en passende mængde ressourcer til rådighed.
- Tage fat i enkeltsager, der betoner en uhensigtsmæssig kultur og kan være medskabende til mobbelignende situationer.
- Ansvarlige for at god digital adfærd defineres ved f.eks. et minikursus for alle lærere og elever.

Lærerne skal;

- Overholde skolens værdiregelssæt, og dermed gå foran som gode rollemodeller.
- Have fokus på fællesskaberne og sikre, at alle er med i gruppen, og skaber rammerne for at alle er inkluderet og ligeværdige i dem.
- Hjælpe eleverne til at forstå hvordan man kan handle på det, hvis de oplever mistrivsel og mobning.

Eleverne skal;

- Sige fra hvis de oplever en dårlig gruppekultur.
- Gøre opmærksom på hvis de oplever en dårlig gruppekultur.
- Acceptere at åbenhed er en nødvendighed - tingene må ikke være hemmelige.
- **Dialog** – der er altid flere sider af samme sag
- Være med til at udvikle løsninger eller muligheder
- Være villige til at rykke sig for at tage hensyn til de andre, at man er udviklingsparat
- Tage fat i personalet før forældrene

Forældre skal;

- Kontakte skolen (kontaktlærer eller ledelse) ved information/observation på en enkelt elevs mistrivsel eller en gruppes mistrivsel;
- Være klar over og acceptere, at vi skal handle på den viden vi får
- Støtte op om deres børns udvikling
- Indgå i en refleksion og ikke være alt for subjektive
- Acceptere at åbenhed er nødvendigt for dialog; tingene må ikke være hemmelige
- Have tillid til skolens ansatte;

Håndtering

Vrigsted Efterskole har et ønske om at gribe hurtigt og effektivt ind ved diskrimination, mobning eller hvis der er tegn på en utryg kultur, som kan danne grobund for mistrivsel og mobning.

Når skolen erfarer, eller modtager en henvendelse om at der er problemer blandt eleverne, der kan have karakter af mobning, diskrimination eller lignende iværksættes følgende handleplan:

Handleplan angående det psykiske undervisningsmiljø

- 1) Skolen modtager en henvendelse eller erfarer selv, at der er problemer i en elevgruppe angående det psykisk undervisningsmiljø.
- 2) Skolen undersøger problematikken med fokus på om problemerne har karakter af mobning eller lignende. Det er vigtigt, at det ikke kun er den/de elever der har problemer der undersøges, men hele den gruppe de er en del af, med henblik på at ændre hele gruppens dynamikker. Undersøgelsen kan både have form af samtaler og observationer.
- 3) Hvis undersøgelsen viser at der er tale om problemer med det psykiske undervisningsmiljø i form af mobning eller lignende, skal der laves en handleplan.
- 4) Lav handleplan med udgangspunkt i det kollektive møppesyn. Handleplanen skal ikke kun bestå af samtaler, men også indeholder programelementer der er velegnede til at adressere de problemer i gruppen der er konstateret i undersøgelsen. Handleplanen skal være udarbejdet og sat i værk senest 10 dage efter skolen er blevet opmærksom på problemerne.
- 5) Handleplanen revideres efter behov, men hurtig handling er vigtigere end nedskrevne planer. I praksis kan planen være et samspil af mundtlige aftaler og intern skriftlig kommunikation, dvs. ikke nødvendigvis en samlet nedskrevet plan.
- 6) Uanset ovenstående træffer skolens ledelse straks de midlertidige foranstaltninger, som her og nu er nødvendige, for at der kan gribes ind over for de konstaterede problemer.

Samværsværdier på Vrigsted Efterskole

Det er ambitionen, at samværsværdierne bliver anvendt overalt på skolen, blandt både elever og ansatte.

Samværsværdier i overskrift	Det forstår vi ved værdierne – Hvad skal værdierne fremme
Respektfuld kommunikation	Skæld ud er ikke konstruktivt og bør ikke finde sted. Dialog skal kunne være kritisk, nuanceret og kompliceret - også når emnerne er vanskelige. Værdien skal fremme skolens dialogiske praksis.
Deltagelse	Deltagelse er et fundament for en dialogdrevet skole. Efterskolen skal give den tryghed og selvtillid, som det kræves for at sætte sig selv i centrum for gennemførelsen af aktiviteter, debatter og arrangementer, hvor der ofte er over 100 deltagere. Idealet er den ansvarlige verdensborger, der med udgangspunkt i universelle værdier som menneskerettigheder, demokrati og medmenneskelig forståelse påtager sig et medansvar for sin egen og menneskehedens fremtid. Værdien skal fremme evnen til at blive klar over hvad man tænker og føler, og kunne sige det højt i et fællesskab.
Diversitet er en styrke	Vrigsted Efterskole ser diversitet i former, størrelser, farver, religiøs- politisk overbevisning, seksualitet og køn, mm. i både elevgruppen og lærergruppen som en styrke. Skolens optag af elever fra alle egne af Danmark skal udvide den enkeltes syn på verden. Værdien skal fremme den gensidige respekt på tværs af alle elever og ansatte, og derigennem sunde gruppekulturer.