

Mobning

Efterskolens handlingsplan



På Vejlefyjordskolen tager vi afstand fra mobning! Vi erkender, at mobning kan opstå hvor som helst og når som helst, men har også erfaret, at et positivt miljø med gode rammer mindsker risikoen for mobning.

Vi er et inkluderende fællesskab med rummelighed til forskellighed. Vi ønsker ved hjælp af inklusion at skabe værdighed for alle elever, så også den enkelte får mod på sit eget liv og forstår vigtigheden af at hjælpe andre.

Det er vigtigt, at vores elever får de nødvendige sociale kompetencer gennem fællesskabet med skolens ansatte og kammerater.

Fra skolens side er udvikling af motivation, empati, ansvarlighed og en evne til at håndtere konflikter i særlig fokus, så eleverne bliver rustet til at være gode studerende og gode kammerater

Hvad er mobning?

"Mobning er, når en person gentagne gange over en vis tid bliver udsat for negative handlinger fra én eller flere personer. Der er en vis ubalance i styrkeforholdet. Den, der bliver udsat for de negative handlinger, har problemer med at forsvare sig og er ofte næsten hjælpeløs over for den eller dem, der plager ham eller hende. Mobning er ikke en konflikt, men et overgreb." (Dan Olweus, professor i psykologived Bergen Universitet)

På Vejlelfjord Efterskole ønsker vi at gå foran med et godt eksempel og vise, at vi altid tager elevernes mistro og evt. mobning alvorligt.

Vi er et fællesskab, der er baseret på ligestilling og gensidig respekt, og derfor er den sociale eksklusion af den, der mobbes, helt uacceptabel.

Som skole vil vi på det kraftigste opfordre dig som elev til at søge støtte, hvis følgende oplevelser kendetegner din dagligdag på Vejlelfjord Efterskole:

- At du bliver tiltalt med nedværdigende øgenavne
- At du oplever trusler og hån
- At du bliver holdt udenfor socialt
- At du får ødelagt dine ejendele
- At du bliver truet eller tvunget psykisk til at gøre noget, der overskrider dine grænser
- At du bliver slået eller sparket fysisk

Mobning kan foregå åbenlyst for alle, digitalt eller det kan foregå i det skjulte, hvor man næsten ikke bemærker, hvordan bestemte grimasser eller en manglende opmærksomhed er med til at isolere en person eller fryse vedkommende ud af klassen eller ud af skolen.

Hvorfor fortæller man ikke om mobningen?

Nogle vil hellere lide inden for fællesskabet end stå udenfor. De afviser at få støtte, for de ser det mere som en trussel end en hjælp at blive udråbt som offer. De håber på fællesskabets accept. Andre er bange for at blive mobbet endnu mere, hvis det kommer frem, at de er en "stikker". Atter andre vil ikke give deres forældre bekymringer, for det er i bund og grund skamfuldt ikke at kunne klare sig selv, tænker de.

Vi håber, at du ikke "gemmer dig" i flokken. Konsekvenserne af mobning kan

være meget alvorlige. Mobning er en belastende oplevelse, der både kan skade dig fysisk og psykisk.

Hvilken skade gør mobning?

Udsættes vi for mobning, kan det være svært at komme i gang med dagens aktiviteter, da energien mangler og alt tyder på, at vores krop er i en kronisk stresstilstand.

Selvværdet svækkes.

Derudover bliver vi også rystet i vores basale antagelse om verden og os selv. Vi fungerer normalt i hverdagen ud fra en overbevisning om, at ulykker, kriminalitet og alvorlig sygdom mm. sker for andre mennesker, men ikke for os selv. Verden er nemlig et retfærdigt sted og folk får, hvad de fortjener, og fortjener det, de får.

Men når vi gentagne gange bliver udsat for krænkende og nedværdigende adfærd, kan det være svært at se meningen med mobningen og forstå, hvorfor det lige præcis går ud over en selv. Kan vi ikke finde en mening med sådanne overgreb, kan vi få en følelse af ikke at være værdsat af andre som den, man er, og at man ikke har lov til at være den, man er. Dette kan gå ud over vores helbred og velbefindende fx med angstsymptomer til følge.

Hvad gør skolen forebyggende mod mobning?

Alle lærerne på Vejlefjord Efterskole har et **fortløbende fokus** på elevernes trivsel og på evt. problemer med mobning.

Introduktionsprogrammet i starten af hvert skoleår har til formål at binde eleverne sammen, både i kontaktgrupper og klasser samt i det store fællesskab

Skolen har ligeledes mange **sociale arrangementer** og fælles oplevelser der styrker sammenholdet, som f.eks. udlandsture, fester, koncerter og ekskursioner.

Der er hver dag en **vagtlærer** til stede på skolen. Denne er altid tilgængelig for samtaler. Vagtlæreren iværksætter jævnligt hyggeaktiviteter, der skal fremme fællesskabet på skolen.

Endelig afholder **kontaktlærerne** individuelle samtaler med hver enkelt elev for at fremme trivslen hos alle.

Vejlefjord Efterskole har en størrelse der også gør det muligt at henvende sig direkte til skoles ledelse om problemer, der bekymrer dig.

Husk, at mobning angår ALLE. Der findes ingen uskyldige tilskuere! Alle har pligt til at videregive information om observeret mobning til skolens lærere eller ledelse.

Hvad gør skolen, når mobning er konstateret?

- Læreren (ofte kontaktlæreren) tager en eller flere samtaler med de implicerede og iværksætter nødvendige tiltag for straks at stoppe mobningen og modvirke, at den igen opstår
- Hvis mobningen fortsætter, kontaktes ledelsen, som tager stilling til det videre forløb
- De, der mobber, skal opleve, at det får konsekvenser at svigte det sociale ansvar på skolen. I yderste konsekvens kan mobning medføre bortvisning

Hvad gør du, når du møder mobning?

Hvis du som klassekammerat oplever, at en anden mobbes, så undgå at være:

- Kynikeren – ”Det skal du ikke være ked af”
- Martyren – ”Det er da ingenting, da jeg gik i skole...”
- Forhørslederen – ”Jeg vil vide det hele”
- Redningsmanden – ”Det skal jeg nok klare for dig”
- Men **LYT** i stedet opmærksomt
- Og **hjælp** den mobbede kammerat til at tage **nødvendige skridt**, som fx at henvende sig til skolens lærere eller ledelse
- **Følg gerne med** din kammerat, så du er sikker på, at problemet kommer i gode hænder.

Hvordan bør du forholde dig, når du oplever digital mobning?

Når du er på nettet, er det vigtigt, at du udvikler din egen 'code of conduct', idet du udtrykker dig ansvarligt og i respekt for forskelligheder - også selv om nettet muliggør en anden distance og anonymitet, end når du står ansigt til ansigt med den, du taler med.

På den måde er du med til at bekæmpe digital mobning og er en god ambassadør for hele elevflokket på Vejlefjord Efterskole.

