OVERLUND SKOLE

# Antimobbestrategi

**Sammen skaber vi tryghed til læring**

Overlund Skole vil med denne antimobbestrategi sætte rammen for, hvilke forventninger børn, unge, forældre, medarbejdere og ledere på Overlund Skole har til hinanden i forhold til at forebygge samt håndtere mobning.

Det er ambitionen at antimobbestrategien skal bidrage til at sikre at Overlund Skole er et læringssted, hvor alle får mulighed for at blive så dygtige som muligt og omgås hinanden i sunde fællesskaber, der bygger på tillid og respekt. Overlund Skole skal være et godt sted at være og et godt sted at lære.

**Grundtanken bag Overlund Skoles antimobbestrategi er:**

## Alle børn og alle situationer er forskellige.
**- derfor vil vi iværksætte individuelle handlinger, for at fremme det enkelte barns trivsel i børnefællesskabet.**

- Det har betydning for det enkelte barn, at alle voksne omkring børnefællesskabet tager ansvar og handler i fællesskab.
- Det har betydning for det enkelte barn, at alle voksne er proaktive og prioriterer det forebyggende arbejde for at sikre, at alle børn trives i fællesskabet.
- Det har betydning for det enkelte barn, at alle voksne anerkender at ændring af en mobbeadfærd og et usundt fællesskab kan være en langstrakt proces - men vi garanterer, at vi vil arbejde professionelt og vedholdende, når et af vores børn er i mistrivsel.

**Indholdsfortegnelse:**


Målsætning og vision for strategien.....Side 2
Definitioner på drilleri, konflikter, mobning og digital mobning.....Side 2
Forebyggende indsatser.....Side 3
Råd og vejledning til forældre..... Side 5
Handlinger til indgriben ved mobning eller digital mobning.....Side 6
8 tegn på mobning..... Side 7


Antimobbestrategien er redigeret af skolebestyrelsen d. 9. november 2026

Bestyrelsesformand
Lars Ehlers

Skoleleder
Stine Bohnstedt

OVERLUND SKOLE

# Antimobbestrategi

Sammen skaber vi tryghed til læring

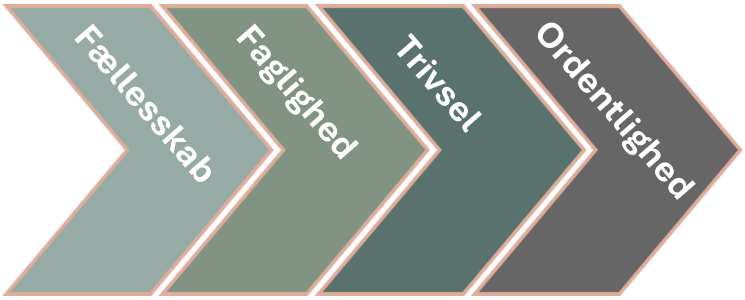
## Målsætning

Målsætningen for Overlund Skoles antimobbestrategi er:

- at forpligte alle med relation til Overlund Skole til at tage ansvar og bidrage aktivt til opfyldelse af antimobbestrategien. Fællesskabet er et fælles ansvar.
- At understøtte at det enkelte barn trives i fællesskabet.
- At sikre at alle voksne omkring barnet tager ansvar og handler, når et barn mistrives i fællesskabet.
- At alle børn oplever, at de trygt kan henvende sig til skolens voksne, og at deres henvendelser bliver taget alvorligt og fulgt op.
- at barnets og børnegruppens forældre inddrages i samarbejdet med skolens medarbejdere for at fremme barnets og fællesskabets samlede trivsel.

## Værdigrundlag

Overlund Skole baserer sit virke på 4 grundlæggende værdier: Se Overlund Skoles vision og værdigrundlag.




## Definitioner

### Drilleri

Drilleri opstår spontant og tilfældigt og er uden systematik.
Drillerier kan være barske og gøre kammerater kede af det.
Ved drillerier forbliver det drillede barn en del af fællesskabet.

### Konflikter

Konflikter er uenigheder, der ikke accepteres og respekteres mellem individer.
Vi er uenige om noget – ikke om nogen.

### Mobning

Mobning er gentagende og systematisk forfølgelse eller udelukkelse af individer.
Det handler om nogen – ikke om noget.

### Digital mobning

Digital Mobning er gentagende og systematiske forfølgelse eller udelukkelse af individer på de digitale platforme.
Digital mobning efterlader individet uden "helle" hverken i hjemmet eller andre steder uden for skolen.

Læs mere om 8 tegn på mobning side 7.

OVERLUND SKOLE

# Antimobbestrategi

Sammen skaber vi tryghed til læring

## Fællesskabet er et fælles ansvar – og alle har en rolle:

## Elevernes rolle:

**Forebyggende indsatser mod mobning:**

Klassens elever bidrager til forebyggelse af mobning, når de efterlever Overlund Skoles værdigrundlag:

- Vi er nærværende og anerkendende i mødet med hinanden
- Vi forpligter os til fællesskabet
- Vi understøtter forskellighed i fællesskabet
- Vi har alle værdi
- Vi fremhæver hinandens ressourcer
- Vi har tillid til hinanden
- Vi taler *med* hinanden og ikke *om* hinanden

Klassens elever bidrager til forebyggelse af mobning ved at engagere sig i undervisningen og fællesskabet, når der arbejdes med temaerne:

- Klassens værdier
- Trivsel, venskab, ensomhed, empati, angst mv.
- Netetik, herunder adfærd på digitale platforme og sociale medier

Klassens elever bidrager til forebyggelse af mobning, når de

- hjælper hinanden med at løse konflikter, evt. ved at inddrage en voksen, når de ikke længere selv kan løse udfordringen.
- lærer af erfaringerne i det sociale fællesskab med henblik på at gøre det bedre i de næste situationer.
- deltager aktivt i dialogen under cirkelsamtalerne i Klassens trivsel

**Handlinger til indgriben ved mobning:**

Hvis et barn føler sig mobbet

- skal barnet henvende sig til en voksen, enten forældre, medarbejdere eller ledelse.

Hvis et barn oplever, at et andet barn bliver mobbet

- skal barnet henvende sig til en voksen, enten forældre, medarbejdere eller ledelse.

## Forældrenes rolle:

**Forebyggende indsatser mod mobning:**

Klassens forældre bidrager til forebyggelse af mobning ved at understøtte klassefællesskabet via sociale arrangementer for både børn og voksne.

- Overlund Skoles bestyrelse har udarbejdet idé-katalog til sociale arrangementer for klassen

Klassens forældre bidrager til forebyggelse af mobning ved at deltage i forældremøder og drøftelser omkring klassens trivsel

- På det årlige forældremøde afsættes der tid, hvor lærerne faciliterer forældredrøftelser af aktuelle og alderssvarende temaer i forhold til at fremme klassens trivsel. Det kan fx være brug af digitale medier (digital dannelse), skolens sundhedspolitik eller forebyggelse af nikotinprodukter.

Et velfungerende forældrefællesskab afspejler sig i sunde børnefællesskaber.
Klassens forældre støtter op om fællesskabet ved at:

- Omtale elever, forældre og medarbejdere på en positiv og anerkendende måde
- Opmuntre eget barn til at lege med forskellige børn og være opmærksom på, om en klassekammerat har behov for en legeaftale
- Være nysgerrig og positiv i mødet med andre børn – alle børn vil gerne være en god kammerat og alle børn vil gerne have en ven.
- Være nysgerrig på eget barns færden på digitale platforme og reager, hvis der opstår misforståelser, drillerier, mobning eller eksklusion.
- Tag ansvar for at eget barn har et godt sprog og kommunikerer pænt og hensigtsmæssigt både i det fysiske fællesskab og på sociale medier.

Når der opstår konflikt mellem børn – i eller uden for skoletiden – er det vigtigt at forældrene taler sammen med det andet barns forældre og med skolens medarbejdere i åben og konstruktiv dialog med henblik på at hjælpe børnene i deres konfliktløsning.

Forældre skal være opmærksomme på:

- at adfærd og sprog smitter
- det er vigtigt at forældre er gode rollemodeller, der bakker op og følger op på fælles beslutninger
- hvordan deres forældrerolle og sprogbrug påvirker børnenes indbyrdes trivsel via sprog, tilgang til eget barn, kammerater, forældre og skolens medarbejdere
- at have positiv og konstruktiv dialog med andre forældre og skolens medarbejdere

**Handlinger til indgriben ved mobning:**

Ret henvendelse til skolens medarbejdere:

- Hvis en forælder har en bekymring om, at eget eller andres børn mistrives i fællesskabet og/eller bliver mobbet, da skal forælderen henvende sig til skolens medarbejdere med det samme, således at skole og forældre hurtigst muligt kan iværksætte handlinger til gavn for at sikre barnets trivsel i fællesskabet.

## Medarbejderens rolle:

**Forebyggende indsatser mod mobning:**

Skolens medarbejdere bidrager til at forebygge mobning ved at:

- Møde eleverne med positivitet, tydelighed og engagement
- Arbejde målrettet for at understøtte et læringsmiljø med gode relationer, tryghed og anerkendelse
- Inddrage trivselsarbejdet systematisk i undervisningen

Skolens medarbejder har ansvaret for gennemførelse af følgende trivselsforebyggende tiltag:

- Den Nationale Trivselsmåling, gennemføres i marts måned.
    - Når resultatet foreligger, behandler klassens medarbejdere i samarbejde med eleverne rapporten og opsætter mål for den kommende periode.
      Medarbejderne udsender herefter et forældrebrev, der beskriver, hvilke tiltag medarbejdere og elever har vedtaget for at vedligeholde og fremme klassens sociale trivsel og det gode læringsmiljø.
      På denne måde gives forældrene mulighed for at støtte op om medarbejdernes og elevernes indsats.

- Elevsamtaler, gennemføres ugentligt hele skoleåret
    - Overlund Skole tildeler alle klasser en ugentlige elevsamtale ressource, hvor en klassens primære medarbejdere tildeles en lektion til at gennemføre elevsamtaler parallelt med klassens undervisning.

- Klasseundervisning i temaerne:
    - Udarbejdelse af klassens værdier – med udgangspunkt i skolens værdigrundlag
    - Trivsel, venskab, ensomhed, empati, angst mv.
    - Netetik, herunder adfærd på digitale platforme og sociale medier

- Cirkelsamtaler i Klassens Trivsel, hvor eleverne lærer en metode til at have dialog om det, der kan være svært at tale om.

Skolens medarbejdere bidrager til at forebygge mobning ved at møde forældrene i deres bekymringer om et barns trivsel og sammen planlægge tiltag for at forbedre den individuelle og fællesskabets trivsel.

Skolens medarbejdere inddrager klassens forældre som de vigtigste samarbejdspartnere, når noget er svært i det sociale fællesskab.

**Handlinger til indgriben ved mobning:**

Ret henvendelse til forældrene:

- Hvis skolens medarbejdere har en bekymring om at et barn mistrives eller mobbes i klassefællesskabet eller SFO, da skal medarbejderen henvende sig til forældrene med det samme, således at skole og forældre hurtigst muligt kan iværksætte handlinger til gavn for at sikre barnets trivsel i fællesskabet.

Udarbejdelse af handleplan:

- Skolens medarbejdere udarbejder og iværksætter handleplan for at fremme den individuelle trivsel i klassefællesskabet.
    - Handleplanen kan fx indeholde trivselsundersøgelse, elevsamtaler/interview, forældremøder mv.

Medarbejderne sikrer, at skolens ledelse orienteres, hvis et barn mistrives og/eller mobbes.

## Ledelsen rolle:

**Forebyggende indsatser mod mobning:**

Skolens ledelse bidrager til at forebygge mobning, ved at skabe en proaktiv skolekultur, hvor ledelse og medarbejdere

- møder eleverne med positivitet, tydelighed og engagement
- arbejder målrettet for at understøtte et læringsmiljø med gode relationer, tryghed og anerkendelse
- inddrager trivselsarbejdet systematisk i undervisningen
- kommunikerer professionelt og med positiv forventning
- møder forældrene i deres bekymringer og sammen planlægger tiltag for at forbedre et barns trivsel

Skolens ledelse bidrager til at forebygge mobning ved at sikre gennemførelse og opfølgning på TOPI og Den nationale trivselsmåling, herunder udarbejdelse af skabeloner til handleplaner og forældrebreve.

Skolens ledelse sikrer at medarbejderne arbejder med udgangspunkt i skolens vision, værdiregelsæt samt antimobbestrategi.

**Handlinger til indgriben ved mobning:**

Ledelsen sikrer, at skolen udviser ansvar og tager alle henvendelser om tegn på begyndende mistrivsel og mobning alvorligt.

Ledelsen sikrer, at forældrene inddrages som vigtige samarbejdspartnere i udarbejdelse og iværksættelse af handlingsplaner.

Når det skønnes nødvendigt, da bistår ledelse medarbejderen i deres arbejde med udarbejdelse af handleplaner for at fremme trivslen. Dette kan fx blive aktuelt, hvis handleplanen kræver tilførsel af ekstra ressourcer i en periode.

OVERLUND SKOLE

# Antimobbestrategi

Sammen skaber vi tryghed til læring

## Råd og vejledning til forældre

### Mulige tegn på mistrivsel

**Når et barn udviser et eller flere af følgende personlighedsændringer over tid:**

- Isolerer sig
- Fagligt mere udfordret
- Fysiske symptomer som ondt maven, hovedet osv.
- Kortere lunte, bliver mere aggressiv
- Grådlabil
- Selvværdsreducering, negativt syn på sig selv
- Bliver hård, tillukket
- Kommer hjem med ødelagte ting, bøger, tøj mv.
- Skolefravær
- Bange for at gå i skole – plager om at blive kørt eller vælger ulogisk skolevej
- Klæber til en voksen og vil ikke ud i frikvarterer
- Får blå mærker, skrammer
- Tager ikke venner med hjem
- Ingen venner i fritiden (ensomhed er mobningens tvilling)
- Urolig nattesøvn og mareridt og gråd
- Er afmægtig og opgivende

### Hvis dit barn bliver mobbet

**Sådan kan man hjælpe sit barn:**

- Styrk barnets selvværd med værdsættelse og nærvær
- Lad være med at blive gal eller aggressiv på de andre børn – det hjælper ikke ens eget barn
- Lyt til barnets fortælling og spørg ind til den, så han eller hun får "læsset det hele af"
- Vær opmærksom på, at der altid er to sider af samme sag
- Sørg for at barnet får mulighed for at udvikle en stærk fornemmelse for sig selv – fx gennem fysiske aktiviteter og fritidsinteresser
- Der skal laves holdbare løsninger, og det kræver fortløbende fokus
- Tag det alvorligt. Slå det aldrig hen som uskyldige drillerier, og råd aldrig barnet til at lade som ingenting. Man skal forholde sig lyttende, undersøgende og tålmodigt i samtalen med det mobbede barn
- Prøv at forhindre, at barnet begynder at tro på det, der mobbes med
- Vær opmærksom på, at mobningen ofte kan eksistere i det fysiske fællesskab og i det digitale

### Hvis dit barn mobber

**Råd til forældre med børn, der mobber:**

- Vær bevidst om egen adfærd: Taler man fx dårligt eller nedsættende om andre i barnets påhør?
- Barnets opdragelse skal hverken være for eftergivende eller for autoritært – begge opdragelsesformer kan bidrage til aggressiv adfærd eller manglende evne til at sætte sig i andres sted
- Tal med barnet om det sociale miljø i klassen Der er mange måder at opfordre til social medansvarlighed
- Tydeligt og bestemt forklare, at sådan en adfærd ikke er acceptabel og prøv at få talt om, hvilke positive handlinger og ting, barnet i stedet skal gøre
- Fokuser på positive adfærdsændringer

OVERLUND SKOLE

# Antimobbestrategi

Sammen skaber vi tryghed til læring

## Bilag: 8 tegn på mobning udarbejdet af DCUM

### 1 Når drilleri ikke længere er for sjov

Drilleri er en form for adfærdssprog mellem mennesker. Det er typisk enkeltstående, tilfældige og spontane situationer, i modsætning til mobning, som er en systematisk udstødelse.
Drilleri kan også være hårdt og generende, men i modsætning til mobning, har drillerier ikke til hensigt at ekskludere nogen fra fællesskabet.

**Det kan være tegn på mobning når...**
...drilleriet ikke længere er karakteriseret ved at være gensidigt, kærligt eller sjovt for begge parter
...drilleriet ikke længere forekommer i enkeltstående og spontane situationer
...drilleriet har til formål at ekskludere én eller flere personer fra fællesskabet

### 2 Når konflikter ikke længere kan løses

Mobning og konflikter har forskellige mønstre og løsningsstrategier.
I konflikter er der et positivt udviklingspotentiale, hvor parterne er ligeværdige og kan motiveres til at finde en løsning. Mobning er en ensidig aggressiv handling, der er personfikseret, og som handler om at ekskludere en eller flere personer fra fællesskabet.

**Det kan være tegn på mobning når...**
...parterne ikke er ligeværdige og de involverede ikke kan motiveres til at finde en løsning på problemet
...konflikten er personfikseret og ikke handler om en given sag
...konflikten har til formål at ekskludere én eller flere personer fra fællesskabet

### 3 Når udstødelseshandlinger bliver systematiske

Mobning er gentagne udstødelseshandlinger i en gruppe, hvor der til sidst tegner sig et fast mønster af, at alle indtager deres rolle, og det er tydeligt for alle, hvem der er udelukket.
Udstødelseshandlinger i forbindelse med mobning bærer præg af eksklusion eller ydmygelse.

**Det kan være tegn på mobning når...**
...udstødelseshandlingerne er systematiske og ikke enkeltstående hændelser
…når frygten for at blive udstødt gør, at eleverne selv udstøder andre
...udstødelseshandlingerne bærer præg af eksklusion og ydmygelse

### 4 Når fællesskaberne er præget af utryghed

Mobning udspringer ofte af utrygge fællesskaber. Et utrygt fællesskab kan opstå, når eleverne ikke har noget positivt at samles om. Derfor holder man i højere grad øje med hinanden, og hvis en person træder ved siden af, er der en risiko for, man bliver nedgjort.

**Det kan være tegn på mobning når...**
...fællesskaberne tidligere har været præget af mobbemønstre
...der er en generel anspændthed mellem eleverne
...eleverne i gruppen holder øje med hinanden

### 5 Når fællesskabet har lav tolerancetærskel

Fællesskabets tolerancetærskel er afgørende for, om der finder mobning sted.
Børn og unge træder ind i fællesskaberne med forskellige forudsætninger, og i et mobbefællesskab er der typisk en lav tolerancetærskel i forhold til forskelle. Det er altså ikke en persons handlinger, adfærd eller personlighed, som er årsagen til mobning, men i stedet fællesskabets lave tolerance overfor forskelligheder.

**Det kan være tegn på mobning når...**
…der ikke er plads til forskellighed i gruppen
…fællesskaberne ikke har noget positivt at samles om
…tonen blandt eleverne generelt er hård

## 6 Når fællesskabet mangler empati

Angsten for at blive ekskluderet fra fællesskabet kan blive styrende for den enkelte, og ligefrem føre til at empati for andre tilsidesættes. Mobbemønstre udspringer således ikke af bevidst ondskabsfuldhed, men skyldes ofte en overlevelsesstrategi, hvor ønsket om at blive accepteret i gruppen fylder mere end medlidenhed med den, der bliver mobbet.

**Det kan være tegn på mobning når...**

…elevgruppen er præget af manglende medlidenhed og bliver ligeglade med offeret
…nedværdigende handlinger accepteres i elevgruppen
…der er en hård tone blandt eleverne på nettet

## 7 Når fællesskabet er præget af magtubalance

Mobning forudsætter en magtubalance, hvor det er socialt accepteret, at en eller flere personer er mindre værd end andre.

**Det kan være tegn på mobning når...**

…det er socialt accepteret, at én eller flere personer er mindre værd end de andre
…der er en magtubalance i fællesskabet
…der er elever, der er usynlige for de andre i de fysiske eller digitale fællesskaber

## 8 Når fællesskabet er præget af ensomhed

Ensomhed kan skabe grobund for mobning.
I klasser eller på årgange, hvor flere oplever ensomhed, forekommer der oftere mobning end i sunde og inkluderende fællesskaber.

**Det kan være tegn på mobning når...**

…elever ofte opholder sig for sig selv og går alene rundt
…elever holder sig tilbage både socialt og fagligt
…der er elever, som ikke er med i de samme grupper som de andre i de digitale fællesskaber