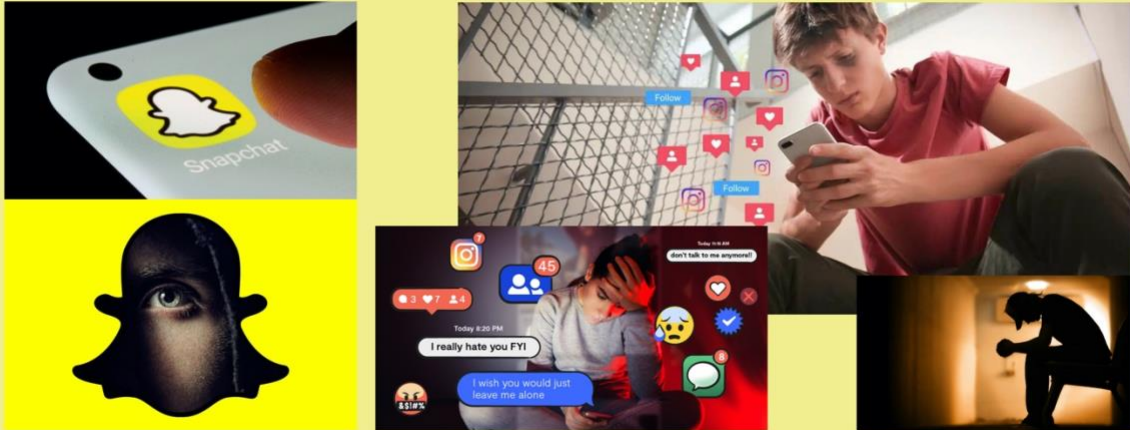


# Podcast: I Krænkernes Klør

## Episode 4: **MOBNING PÅ SNAPCHAT**

Klassetrin 7.-10. Fag Dansk, samfundsfag, seksualundervisning, teknologiforståelse



### INDHOLD

Podcasten omhandler D – en 14-årig dreng, der laver TikTok-videoer, men bliver mobbet over Snapchat af sine skolekammerater. Det bliver så slemt, at D må skifte skole, men det hjælper ikke – på den nye skole bliver han også mobbet. Til sidst konfronterer D en dreng og siger: "Nu skal du stoppe".

#### **Snapchat**

Snapchat er et socialt medie, der bruges til kommunikation og deling af enhver slags. Det er kendt for, at beskeder slettes, og derfor ikke efterlader spor af samtaler.

#### **Digital mobning**

Modsat fysisk mobning, er digital mobning ikke afhængig af geografi og tidspunkter. Det kan foregå når som helst og hvor som helst. Offeret lever i konstant uvished om, hvornår og hvorfra, mobberne slår til.

### SPØRGSMÅL

1. Hvorfor har nogle børn og unge 'brug for' at mobbe over sociale medier som Snapchat?
2. Har du selv mobbet/blevet udsat for mobning over Snapchat eller andre sociale medier?
3. Har du oplevet, at fysisk mobning blev digital? Eller kender du en, der har oplevet det?
4. En del ofre bliver også mobbere. Hvorfor tror du, de gør er?
5. Ville du konfrontere en, der digitalt mobbede dig eller en ven? Forklar dit ja/nej.
6. Vil du slette din Snapchat profil, hvis du bliver udsat for hadbeskeder/digital mobning?
7. Hvordan vælger du, hvem du vil være venner med på Snapchat?
8. Hvad kan man gøre for at sikre sig selv bedre på Snapchat?



## OPGAVER

- **OPGAVER 1 - klassen**

Læs **KILDE 1**: "Digital mobning opleves af mange børn og unge". Drøft i klassen hvad man kan gøre for at stoppe mobning på sociale medier.

- **OPGAVE 2 – grupper på 2-3 personer & klassen**

Lav en brainstorm på ideer til hvordan man kan være mere sikker på Snapchat. Ideer skrives ned og fremlægges for klassen.

- **OPGAVE 3 – hjemmeopgave - grupper på 2-3 personer**

Brug spørgsmålene fra side 1 og stil dem til din familie, venner, osv. Skriv deres svar ned eller optag deres svar med din mobil – hvis de giver dig lov – og fremlæg for klassen.

- **OPGAVE 4 – hjemmeopgave**

Læs **KILDE 2**: "Fem gode råd: Sådan stopper du digital mobning" og lav en version til børn og unge. Fremlæg den for klassen.

- **OPGAVE 5 – hjemmeopgave**

I podcasten fortæller D, at han konfronterer en dreng og siger "Nu skal du stoppe".

Skriv en fiktiv historie om et offer der slipper fri af mobningen. Find inspiration i **KILDE 3**: "Flere børn bliver mobbet i skolen – i lang tid var Adrian en af dem".



**KILDE 1**: "Digital mobning opleves af mange børn og unge". (Det Kriminalpræventive råd)

**KILDE 2**: "Fem gode råd: Sådan stopper du digital mobning" (DR)

**KILDE 3**: "Flere børn bliver mobbet i skolen – i lang tid var Adrian en af dem" (TV2 ØST)

### Projektet er støttet af

Johan Schrøders Fond, Skibsreder Per Henriksen, R og hustrus Fond, Inge & Asker Larsens Fond, Asta & Jul. P. Justesens Fond Fonden af 1982, Toyota Fonden, Enid Ingemanns Fond, Rørkærfonden, Lizzi og Mogens Staal Fonden, Gangstedfonden

## KILDE 1

### Digital mobning

Mobning kan både foregå på nettet og mobilen. Her er nogle eksempler på, hvordan børn og unge bliver mobbet, og hvad du kan gøre.

Det er nemmere at mobbe, når man ikke står over for personen.

Online mobning kan fx ske ved, at den mobbede modtager hadebeskeder. Den kan også foregå ved udelukkelse eller eksklusion fra online fællesskaber.

### Mobning døgnet rundt

Børn og unge, som bliver mobbet på nettet, frygter ikke blot at komme i skole, men også at være online i deres fritid. Den der bliver online-mobbet har nemlig aldrig fred.

Der er desværre mange eksempler på, at pinlige billeder og videoer bruges til at mobbe med ved, at de bliver delt på digitale platforme. Mobning kan også ske ved, at der oprettes hadegrupper på Facebook mod en person. Det tager et sekund at klikke "synes godt om" en hadebesked på siden, men det kan tage år for den det går ud over at komme sig over.

Det særligt belastende ved drilleri og mobning online:

- Den det går ud over har aldrig fred - det kan ske på alle tider af døgnet
- Det er lettere at skrive en led besked, end at sige lede ting ansigt til ansigt
- Man kan ikke altid finde ud af, hvem der står bag
- Det er tit usynligt for andre.

Børn, forældre og lærere kan hente flere gode råd mod digital mobning på [Sikker chat](#).

#### Gode råd

##### Send en sød besked

Vær den der tør sige fra, når en anden bliver mobbet. Kontakt den det går ud over i øjeblikket. Når man er udenfor fællesskabet, har man brug for nogen, der vil tale med en. Så tal/sms/send en sød besked til en der bliver holdt uden for – så viser du, at personen ikke står alene.

- Fortæl om mobningen til lærere og forældre, eller tal med dine venner om det, og om hvad I kan gøre.
- Der er mange måder at gribe ind på, hvis du oplever eller hører noget, der ikke er ok. Du kan fx tale med den det går ud over eller sige det til en voksen, du stoler på. Du kan også sige til dem, der gør det, at det ikke er i orden.
- Fortæl det til nogen du stoler på, hvis du selv bliver mobbet. Også selv om det kan gøre ondt at snakke om.
- Tæl til ti før du sender et billede videre – tænk lige på, om det kan det være sårende for nogen!
- Husk at beskeder kan opfattes meget anderledes, end de er tænkt
- Få hjælp ved at ringe til eller chatte med [Børnetelefonen](#) eller [Red Barnets SletDet-rådgivning](#).

### 5 gode råd: Sådan stopper du digital mobning

Mobning på nettet fordobler risikoen for selvmordsforsøg og selvskade, viser ny forskning. Få fem gode råd til, hvordan du fjerner digital mobning.

Af Mette Scheel Persson og Anders Worup



Spredning af nøgenbilleder, grimme kommentarer og trusler på de sociale medier. Digital mobning er blevet en lige så virkelig del af de sociale medier som statusopdateringer og likes.

*Digital mobning kan være i form af spredning af billeder af seksuel karakter, lede kommentarer eller ironiske likes. (Foto: © Kasper palsnov, Scanpix)*



**Det kan blive slemt nok at blive mobbet face to face, men det er mere under kontrol.**

LOTTE RUBÆK, PSYKOLOG

Faktisk viser en undersøgelse fra [Børnerådet i 2017](#) blandt 1390 elever i niende klasse, at hver sjette elev har været udsat for mobning på nettet det seneste år. Det kan have alvorlige konsekvenser. Ny forskning fra [Swansea University](#) viser nemlig, at ofre for digital mobning har

dobbelt så stor risiko for at forsøge at begå selvmord og selvskade i forhold til børn, der ikke har været udsat for digital mobning.

## Oplever du mobning?

Hvis du er barn, kan du ringe til den anonyme rådgivningstelefon [Børnetelefonen](#) på 116 111.

Du kan også chatte, sms'e eller sende et brev til brevkassen.

Du har også mulighed for at ringe eller skrive til Red Barnets [Slet Det-rådgivning](#) og blandt andet få hjælp til at fjerne mobningen fra internettet.

Mobning på nettet kan nemlig føles værre end mobning i skolegården, fortæller Lotte Rubæk, psykolog på Børne- og Ungdomspsykiatrisk Center på Bispebjerg Hospital.

- Det vil være mit gæt, at mobning er grovere og mere grænseoverskridende, når det foregår i den direkte kommunikation på de sociale medier, siger hun.

Hun forklarer, at mobningen er mere synlig for andre på nettet, hvilket kan give en følelse af, at man mister kontrollen. Man ved nemlig aldrig, hvor mobningen havner henne, og hvem der ser den.

## Sådan bekæmper du digital mobning

De hadefulde kommentarer og den digitale chikane kan sprede sig med lynets hast.

Derfor kan det være svært at vide, hvordan man kan kontrollere mobningen og komme den til livs. DR har spurgt antimobbekonsulent Naja Kinch Sohn fra Red Barnet om, hvad man selv kan gøre, hvis man har et barn, der bliver udsat for mobning på nettet eller selv er udsat for digital mobning.

### 1. Trøst dit barn

Hvis dit barn fortæller dig, at han eller hun bliver mobbet på nettet, skal du huske at trøste dem, fordi barnet ikke skal sidde alene med sine bekymringer.

Som forælder skal man fjerne isolationen ensomheden fra barnets skuldre.

### 2. Indsaml dokumentation på mobningen

Mobningen på nettet skal dokumenteres, så den kan stoppes.

- Man kan tage et skærmbillede med de beskeder, der har foregået. Man kan også tage et skærmbillede af de billeder, der er blevet lagt på nettet, så man har dokumentation for det, siger Naja Kinch Sohn.



**Stort set al mobning der foregår på sociale medier, sker mellem børn der kender hinanden.**

NAJA KINCH SOHN, RED BARNET

og





- Stort set al mobning der foregår på sociale medier, sker mellem børn der kender hinanden. Typisk fra skolen. Fortæl derfor skolen om, hvad der foregår, siger Naja Kinch Sohn.

### 3. Anmeld mobningen

Man skal anmelde mobningen, og hvad der er sket, hvis for eksempel Facebooks eller Instagrams regler er blevet overtrådt, siger Naja Kinch Sohn.

For at anmelde noget, skal man finde det opslag, kommentar eller materiale, der er blevet delt og give besked til det sociale medie.

Man kan også bruge den indsamlede dokumentation for mobningen, hvis man ikke længere kan finde opslaget, kommentaren eller materialet.

### 4. Slet mobningen fra de sociale medier

Mobning på de sociale medier kan sprede sig med lynets hast. Derfor er det vigtigt at slette indholdet ved at anmelde det eller at prøve at finde det.

- Børn, der bliver mobbet digitalt, kan modtage dødstrusler og rigtig mange grimme ting om sig selv. Hjælp dit barn med at slette indholdet, så det ikke ligger og forfølger barnet, siger Naja Kinch Sohn.

Det kan være svært at vide, hvordan man skal gribe opgaven an, men Naja Kinch Sohn opfordrer til, at man kan ringe og skrive til [Red Barnet](#), hvis man er i tvivl.

### 5. Opdrag dit barn

Naja Kinch Sohn mener ikke, at man skal være bange for at tale med sit barn om de sociale medier. Også selvom man måske ikke selv ved så meget om, hvordan de fungerer.

- Det handler ikke om, hvordan Snapchat fungerer rent teknisk. Det

handler mere om, hvordan man er sammen med andre mennesker, siger hun.

I den forbindelse er det vigtigt at opdrage sit barn til at have en god adfærd på nettet. Ligesom i den fysiske verden skal man nemlig også lære at opføre sig pænt på de sociale medier.

En god måde at starte på er at spørge, om barnet ikke vil forklare, hvad Snapchat går ud på, eller hvad de laver. Det vil de fleste børn faktisk gerne, siger Naja Kinch Sohn.

#### Du skal sige det højt

Hvis du selv bliver mobbet, er det vigtigt, at du siger det til nogen. Det er nemlig den eneste måde, du kan få hjælp på, forklarer Naja Kich Sohn.

- Mobning rammer tilfældigt, og det er ikke noget, man selv er ude om. Man har ret til at få hjælp, og det kan man kun få, når man fortæller det.



**Mobning rammer tilfældigt, og det er ikke noget, man selv er ude om.**

NAJA KINCH SOHN, RED BARNET

## KILDE 3

**Flere børn bliver mobbet i skolen - i lang tid var Adrian en af dem**

**Adrian blev udsat for mobning dagligt på sin gamle skole. Nye tal viser, at han langt fra er den eneste.**

*Af Mette-Marie Andersen*

Der bliver ikke sparet på kram, søde ord og jokes på gangene på Julemærkehjemmet i Skælskør.

I løbet af ni uger har 13-årige Adrian fået flere nye tætte venskaber og er blevet en del af et fællesskab, som han ikke havde før.

- Det føles så godt at komme herved til folk, der forstår en og synes, man er sød og rar, siger han.



*Mobningen gjorde, at Adrian kom i mistrivsel. Derfor kom han på julemærkehjemmet i Skælskør.*

*Foto: Mette Mørk - TV2 ØST*

Tidligere var Adrians hverdag præget af mobning, når han var i skole.

- Jeg var nødt til at komme væk fra min gamle skole, fordi der var så mange, der mobbede mig. Der var ikke nogen, der kunne lide mig. Jeg blev smadret op af væggen af elever fra 9. klasse hver dag, fortæller han.

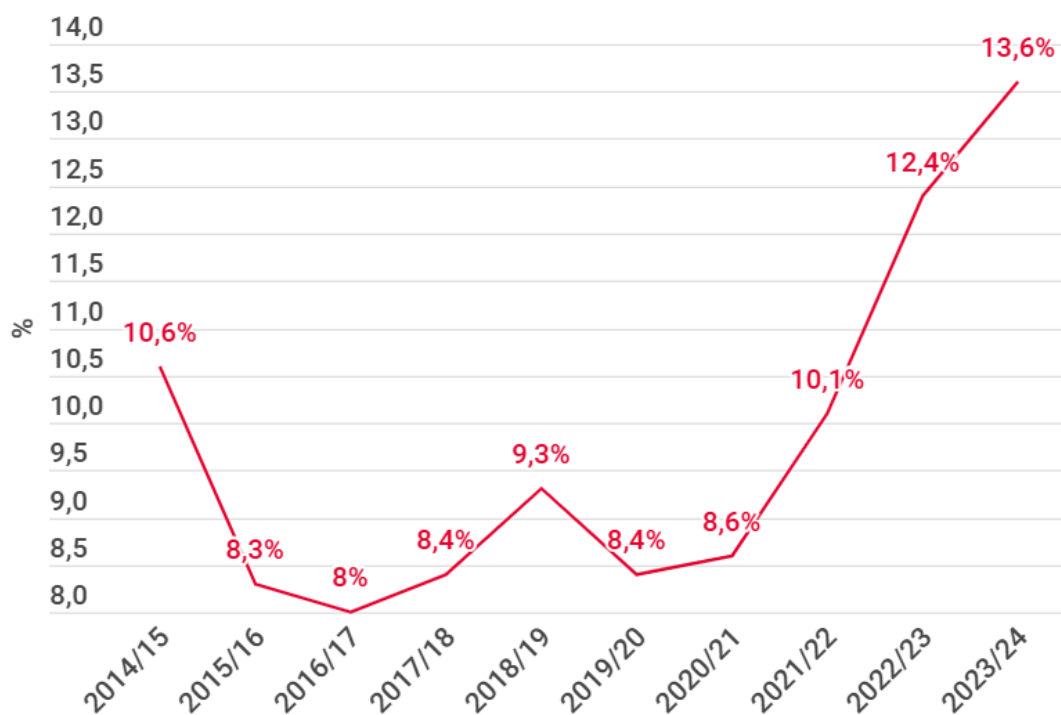
Og Adrian står ikke alene med sine oplevelser.

## Tre elever i hver klasse

Den nyeste nationale trivselsmåling fra Børne- og Undervisningsministeriet viser, at 13,6 procent af eleverne i 4.-9. klasse har oplevet mobning inden for det seneste skoleår.

### Er du blevet mobbet i dette skoleår?

Andel, der har svaret enten "en gang i mellem", "tit" eller "meget tit" i 4.-9. klasse.



KILDE: Børne- og Undervisningsministeriet GRAFIK: Nick Abildgaard

Det svarer til mere end tre elever i hver klasse, og det er ifølge Børns Vilkår den højest målte andel, siden man begyndte at lave de nationale trivselsmålinger. I TV2 ØST' sendeområde er andelen større end på landsplan.

Her svarer 14,6 procent af børnene i 4.-9.klasse, at de er blevet mobbet i det seneste skoleår.

- I Børns Vilkår ser vi med stor bekymring på de her tal. De fortæller jo, at der rundt omkring i klasserne sidder i gennemsnit mere end tre elever, som er i risiko for at komme i mistrivsel og som ikke har optimale læringsbetingelser, fordi de ikke er en del af trygt klassefællesskab, siger Lone Smidt, der er uddannelseskonsulent i Børns Vilkår.

## Èt klassetrin skiller sig ud

Om få dage udkommer Børns Vilkår med deres årlige svigtrapport.

I den fremgår det, at den samlede andel af børn, der oplever mobning, er steget siden skoleåret 2019/2020. Dengang var det 8,4 procent af eleverne, der oplevede at blive mobbet.

Det fremgår også af rapporten, at mobning er særligt udbredt på mellemtrinnet. 4. klasse er det klassetrin, hvor flest elever oplever at blive mobbet.





Lone Smidt er uddannet lærer og arbejder som uddannelseskonsulent i Børns Vilkår.

Foto: Børns Vilkår

Her svarer 17,5 procent, at de har oplevet at blive mobbet i skoleåret 2023/2024. Det kan ifølge Børns Vilkår skyldes, at det er et klassetrin med mange forandringer.

- Vi ved, at der er øget risiko for, at mobning opstår i overgange i børns liv, eller når der sker forandringer omkring børnene, siger Lone Smidt og uddyber:

- I 4. klasse går man fra indskoling til mellemtrinnet. Det betyder, at der mange steder kommer nye voksne i klassen, SFO bliver erstattet af klub,

og der sker også andre nye ting i børnenes skoledag. Det er også her, hvor børnene kommer i før-pubertet, og det kan påvirke børnenes relationer.

- Det understreger bare vigtigheden af, at vi har et kontinuerligt fokus på børnenes relationer og rammer, siger hun.

## Kan forfølge en hele livet

Ifølge Børns Vilkår kan mobning have store konsekvenser.

- Vi ved, at mobning har alvorlige konsekvenser. For børn, der oplever mobning, kan mobningen sætte spor i form af ensomhed, dårligt selvværd, manglende skoleglæde og i nogen tilfælde også skolefravær, siger Lone Smidt og fortsætter:

- Og det er alt sammen noget, der påvirker det enkelte barns trivsel og læring i skolen, men vi ved også, at konsekvenserne kan forfølge den enkelte gennem hele livet.

Det bakkes op af videnscentret Dansk Center for Undervisningsmiljø, der blandt andet arbejder med at forebygge mobning i folke-, privat- og efterskoler.

- Statistikkerne viser, at hvis man har været udsat for massiv mobning gennem sin skolegang, så har man sværere ved at gennemføre en uddannelse, og man er i større risiko for ikke at komme ind på arbejdsmarkedet, siger Lisbet Alnor, der er chefkonsulent i Dansk Center for Undervisningsmiljø.

- Hele det erfaringsgrundlag, vi som mennesker får i kraft af vores skolegang, er så afgørende for, hvordan vi møder og træder ind i andre sammenhænge på ungdomsuddannelser og på arbejdsmarkedet, siger Lisbet Alnor.

## Kommer af utrygge fællesskaber

Man kan måske tro, at det er bestemte typer børn, der mobber eller bliver mobbet, og at det er et individuelt problem.

Men ifølge både Dansk Center for Undervisningsmiljø, Red Barnet og Børns Vilkår opstår mobning typisk i utrygge fællesskaber, hvor børnene keder sig eller mangler noget meningsfuldt at samles om.

Derfor er det også fællesskabet, man skal tage fat i, når man skal mobning til livs. Og det kan ifølge Lisbet Alnor med fordel være i selve måden, man underviser på.

- Vi ved, at indsatser, der er med til at udvikle fællesskaber, hvor medlemmerne af fællesskabet kan bidrage og blive værdsat, er med til at minimere mobning, siger Lisbet Alnor og fortsætter:  
- Det kan i allerhøjeste grad være i god, faglig undervisning, hvis den er tilrettelagt på en måde, hvor eleverne kan se mening med det, de laver, hvor de bliver motiverede og kan bidrage til det, som undervisningen sigter på.

## Strategi ender i skuffen

Siden 2017 har det været lovpligtigt for alle skoler at have en offentlig tilgængelig antimobbestrategi. Men ifølge Børns Vilkår ender det mange steder som et 'skuffedokument', der ikke bliver efterlevet.

- Vi oplever også, at fagpersonerne på skolerne selv efterspørger mere viden om mobning og om, hvordan man skal forebygge og håndtere det, når det opstår, siger Lone Smidt.

Derfor mener Børns Vilkår, at man både i Børne- og Undervisningsministeriet og på skolerne er nødt til at tage emnet mere alvorligt.

- Ministeriet skal sikre, at kompetencerne til at håndtere og forebygge mobning er til stede ude på skoler, og at skolelederne har de redskaber, der skal til, for at gøre de her antimobbestrategier til et dokument, der også er implementeret i praksis, siger Lone Smidt.



*Mattias Tesfaye (S) har været børne- og undervisningsminister siden 2022.*

*Foto: Tina Mortensen - TV2 ØST*

## Minister vil ikke lave nye regler

Selvom andelen af børn, der oplever mobning, kun er steget siden 2019, ser børne- og undervisningsministeren ikke grund til at ændre på reglerne på området. Men han erkender, at udviklingen går den forkerte vej.

- Skolerne og lærerne har et ansvar for, at eleverne trives og har det godt i skolen. Det arbejder de hårdt med, og fra ministeriets side prøver vi at hjælpe skolerne alt det, vi

kan. Og det er også en prioritet for mig, at de her trivselsmålinger skal gå i den rigtige retning.

### *Hvordan vil du understøtte skolerne i det?*

- Undervisningsministeriet overvåger hele tiden, hvordan det går i den danske folkeskole, og hvis der er nogle skoler, der slår negativt ud på de her trivselsmålinger, så kan der komme en kontakt mellem skolerne og ministeriet, hvor vi hjælper dem, så godt vi kan, siger Mattias Tesfaye (S).

For mange børn, der oplever mobning, ender det med et skoleskift. Det gjorde det også for Adrian.