

# Antimobbestrategi for Lykkegard

Udarbejdet af ledelsen på Lykkegard juni 2023.  
Opdateret juli 2024.

## Indhold

1. Antimobbestrategiens formål og opbygning	3
2. Definition på mobning og digital mobning	3
3. Hvad gør vi for at forebygge mobning – herunder også digital mobning?	5
4. Hvilke markører kan vise, at et barn eller en ung bliver mobbet	6
5. Markører, der kan være tegn på mobbemønstre i et socialt gruppefællesskab	6
5. Hvordan skal der intervereres, når mobning er konstateret?	7
6. Fremadrettede fokuspunkter og implementeringsstrategier	8
7. Bilag A: Pædagogisk tilgang og inspiration til interventionsmuligheder til personalet	9

## Antimobbestrategiens formål og opbygning

### Formål

På Lykkegard arbejder vi kontinuerligt og præventivt med at skabe et mobbefrit miljø. Derfor arbejder vi løbende med børnenes og de unges trivsel, samt personalets interventionsmuligheder og kompetenceudvikling. Med Antimobbestrategien vil vi forebygge, at mobning opstår ved vedvarende at arbejde på at skabe en forpligtende fællesskabskultur med tolerance og respekt for hinanden, hvor børn og unge kan trives, er trygge, kan udvikle sig og lære uden frygt for mobning.

Antimobbestrategien skal skabe et inkluderende miljø, som sikrer, at alle føler sig accepteret og trygge uanset deres baggrund, udseende eller evner – og dette både i afdelingerne, i grupper og for den enkelte.

Mobning er et problem, der vedrører os alle; uagtet om vi er mobbere, ofre eller passive. Mobning skal løses i fællesskab, og alle har et ansvar for at tage del i indsatsen, både børn/unge, forældre, personale og ledelse. Med Antimobbestrategien vil vi sikre, at alle ved, hvordan vi skal intervenere for at stoppe mobning, samt støtte ofrene til mobningen.

Forældre og pårørende til børnene og de unge spiller en vigtig rolle i Antimobbestrategien. Gennem samarbejde med forældre og pårørende kan der skabes en stærkere og mere omfattende indsats mod mobning.

### Opbygning i Antimobbestrategien

Strategien er delt i 5 dele:

1. Definition på mobning og digital mobning
2. Hvad gør vi for at forebygge mobning?
3. Hvad gør vi, når mobning er konstateret?
4. Fremadrettede fokuspunkter og implementeringsstrategier
5. Bilag med pædagogisk tilgang og inspiration til interventionsmuligheder til personalet

Strategien skal være et dynamisk redskab, som kan bruges i hverdagen, og skal revideres løbende.

Strategien bygger blandt andet på ideer fra Red Barnets "DropMob":

<https://skole.redbarnet.dk/viden/dropmob/>

### Definition på mobning og digital mobning

Den svensk-norske psykolog Dan Olweus forklarer, at mobning skal forstås ud fra kollektive mønstre, som styrer gruppedynamikkerne gennem blandt andet eksklusionsangst, identitetsskabelse, gruppetilhørsforhold og "longing for belonging" til en gruppe.

Dan Olweus' definition på mobning er:

"En person bliver mobbet, når han eller hun gentagne gange og over tid er udsat for negative handlinger fra en eller flere personer (...) En negativ handling foregår, når en person intentionelt påfører, eller forsøger at påføre, et andet menneske skade eller ubehag."

Ifølge Dan Olweus skal tre kriterier være opfyldt for, at man kan tale om mobning:

1. Det handler om aggressiv eller ondsindet adfærd, som
2. gentages og står på over en vis tid
3. i en mellemmenneskelig relation, der præges af en vis ubalance i styrke- eller magtforholdet.

Et enkelt drilleri er derfor (der stod altså) ikke mobning, idet mobning foregår over længere tid.

Ligeledes skelner Dan Olweus mellem direkte og indirekte mobning.

Direkte mobning:

Fysisk kontakt: at skubbe, hive i tøj, spænde ben osv.

Mimik og ubehagelig gestik: at rulle med øjnene, sukke, vende ryggen til m.m.

Tilråb og verbal nedværdigelse: at sige lede ting, f.eks. komme med racistiske tilråb, håne, true o.l.

Indirekte mobning:

Sladder og bagtalelse: at starte rygter i klassen, mistænkeliggøre en person osv.

Isolation: at udelukke fra fællesskab, undlade at svare på henvendelser og andre lignende handlinger.

### **Definition af digital mobning – inspireret fra Red barnets hjemmeside (juli 2024).**

Mobning på nettet kaldes også "digital mobning", "online mobning" eller "cybermobning."

Mobning kan se forskellig ud; det kan være forfølgelse, udelukkelse fra fællesskabet, ydmygelse og latterliggørelse eller få tilsendt hadefulde kommentarer. Mobning er voldsomt for den, der bliver udsat for det, og mobning på digitale platforme er særligt, fordi der er vilkår ved teknologien, der kan vanskeliggøre at intervenere for at stoppe det samt få mobningen til at eskalere.

Kendetegn ved mobning på nettet:

- Tonen kan blive hårdere end i det fysiske rum (fx skolegården), fordi deltagerne sidder på afstand, i skjul bag skærmen.
- Mobning kan foregå på alle tider af døgnet. Man kan ikke søge tryghed, sikkerhed og fred hjemme på værelset. Du kan aldrig få en pause, fordi internettet følger dig hele tiden.
- Dem, der mobber, kan være anonyme.
- Beskeder om offeret kan hurtigt offentliggøres, og kan cirkulere rundt i medierne i længere tid.
- Mobning kan være usynlig for de voksne, fordi de ikke er til stede på platforme eller i de fora, hvor mobningen foregår.
- Mobning på nettet og mobilen kan være svært at håndtere for dem, som det går ud over. Derfor er det så vigtigt at forebygge, at platformene bruges til at chikanere eller udelukke andre.

### **Hvad gør vi for at forebygge mobning på Lykkegard?**

På Lykkegard lægger vi stor vægt på at arbejde med anerkendelse og relation som forebyggelse mod mobning og til at fremme trygge miljøer for både beboere og personaler.

Anerkendelse er en central del af vores praksis, hvor vi søger at forstå og anerkende børnene og de unges værdi og oplevelser, samtidig med at vi arbejder på at skabe fælles mulighedsrum for aktiviteter og forståelse for andre mennesker.

Derudover har vi i det daglige fokus på børnenes og de unges trivsel igennem pædagogiske interventioner og organisatoriske strukturer:

- ✓ 4 gange årligt foretages en trivselsmåling på alle beboere, som kan danne baggrund for specifikke indsatser i en gruppe eller afdeling.
- ✓ Beboermøder på alle afdelinger, hvor beboerne kan give deres ideer til, hvordan dagligdagen på Lykkegard kan blive bedre. Derudover er møderne også et værktøj til udvikling af beboernes sociale kompetencer og udvikle deres evne til at indgå i et demokratisk samfund med dialogen i fokus, da beboerne trænes i at sige deres ønsker højt i plenum, lytte til hinanden, lære at anerkende hinanden, sætte grænser på en hensigtsmæssig måde og drøfte uoverensstemmelser på en konstruktiv facon.
- ✓ Beboerne spiser sammen til aftensmad og her trænes deres sociale kompetencer ved at personalet er opmærksomme på og intervenserer, når de unge har brug for støtte til at italesætte ønsker, konfliktløse og lytte til hinanden mm.
- ✓ En god relation er med til at modvirke mobning, idet det at være en del af et fællesskab kan modvirke ensomhed, og derfor arbejder personale med at detektere relationelle forbindelser både internt og på tværs af afdelinger, og skaber rum for at relationer kan etableres og udvikles. Dette blandt andet ved at tilbyde beboerne ture eller aktiviteter på tværs af afdelinger.
- ✓ Der er en årlig sommerfest for beboere, personaler og pårørende på tværs af afdelinger, som skal fremme kendskab til hinanden og fællesskabsfølelse.
- ✓ Der er en årlig rejse på tværs af afdelinger, som skal fremme kendskab til hinanden og mulige relationelle forbindelser.
- ✓ Forældresamarbejde, hvor vi lytter til forældrenes betragtninger og ideer.
- ✓ Personalet er som rollemodeller opmærksomme på, hvordan de omtaler andre afdelinger, personaler og beboere – og at det altid foregår med respekt.

### **Forebyggelse af digital mobning**

Tidlig fokus på god digital kommunikation er vigtig. Ved at arbejde med konkrete øvelser i at kommunikere på nettet, håndtere konflikter, blokere brugere og sikre private indstillinger, kan vi hjælpe børnene/de unge.

Derudover er tydelige forventninger til digital adfærd med til at forebygge konflikter på nettet.

### **Hvilke markører kan vise, at et barn eller en ung bliver mobbet (med inspiration fra sundhed.dk)?**

Børn eller unge, der mobbes, lider ofte i stilhed og fortæller ikke deres omgivelser om det. De synes, det er pinligt, og de kan være bange for, at mobningen bliver forværret, hvis den bliver afsløret. Derfor er det ekstra vigtigt, at personalet og pårørende er opmærksomme på børnenes og de unges trivsel både på gruppeniveau og for den enkelte.

### **Tegn på mobning hos et barn/en ung:**

Fravær fra skole eller dagtilbud

Psykosomatiske symptomer (hovedpine, mavepine, søvnbesvær, træthed)  
Manglende fokus og koncentration  
Svært ved at samarbejde med andre  
Aggressiv eller destruktiv adfærd  
Nervøs adfærd  
Stille indadvendt adfærd  
Ensomhed og social isolation  
Ked af det  
Tristhed og depression  
Usikkerhed, lavt selvværd og negativt selvbillede  
Skiftende eller markant andre adfærdsmønstre  
Fysiske mærker på kroppen (enten fra andre eller fra selvskade)  
Angst for det sociale liv

### **Markører, der kan være tegn på mobning og mobbemønstre i et socialt gruppefællesskab:**

Højt konfliktniveau  
Hårdt sprog og negativt evaluerende kultur  
Meget opdelte grupperinger  
Kamp om dominansforhold og positioner  
Ekskluderende normer og mangel på 'vi'-praksis og -fortællinger  
Lav hjælpsomhed i gruppen og manglende fortrolighed  
Hånende humor og latterliggørelse

### **Hvordan skal der interveres, når mobning er konstateret?**

#### **Beboerens kontaktperson**

- Tager samtaler med barnet/den unge om oplevelsen; herunder giver anerkendelse og spørger ind til, hvordan han/hun har det, og hvad han/hun har brug for, samt forsikrer ham/hende om, at det ikke er hans/hendes skyld.
- Orienterer afdelingsleder
- Tager temaet/episoden op på et personalemøde, hvor der kan udarbejdes en handleplan
- Kontakter de pårørende/netværket
- Kontakter dagtilbud, skole, dagbeskæftigelse eller lignende for at fortælle om barnet/den unges oplevelse samt evt. koordinere indsatsen. Hvis beboeren er over 18 år, skal han/hun give samtykke til orienteringen
- Hvis nødvendigt, etableres konfliktmægling mellem mobber og offer eller i gruppen

#### **Afdelingsleder**

- Går ind i konkrete sager, når det af medarbejdere og forældre skønnes hensigtsmæssigt
- Afdelingsleder sikrer en koordineret indsats mellem skole og ophold

- Sikrer at de nødvendige ressourcer og kompetencer findes blandt personalet i forhold til at skabe trivsel, tolerance, respekt og tryghed i beboergruppen
- Sikrer rammer for vedvarende fokus og opfølgning på Antimobbestrategien.

### **Forældre**

På Lykkegard vil vi gerne indgå i samarbejde med forældre om barnet/den unge og mobning. Dette kan gøres individuelt ift. et enkelt barn eller unge, eller på hele afdelingen, hvis det skønnes nødvendigt.

Forældre kan være opmærksomme på:

- At adfærd og sprog smitter, og at de også er en rollemodel i forhold til børnenes trivsel; sproget og tilgangen til eget barn, andre beboere, kammerater, andre forældre og personaler
- At bakke op om fælles beslutninger
- At være opmærksomme på deres barns brug af sociale medier
- At tale med Lykkegards personale om mobning, så snart den opdages

### **Fremadrettede fokuspunkter og implementeringsstrategier**

Vores antimobbestrategi ligger på Lykkegards hjemmeside.

Derudover skal vi i det kommende år have implementeret en struktur, så det sikres, at der holdes et kontinuerligt fokus på og tales om, hvordan miljøet er for beboerne på Lykkegard på afdelings- og ledelsesniveau. På ledelsesniveau er ambitionsniveauet, at emnet behandles en gang i kvartalet.

På beboermøder kan personalet bruge materialer fra Red Barnets Drop Mob eller Børns vilkår. Ligeledes skal der faciliteres en dialog om hvordan beboerne oplever miljøet på Lykkegard.

Der skal i løbet af 2025 oprettes et forældreråd, som også kan arbejde med at forebygge mobning.

Medio 2025 evalueres på ledelsesniveau hvor vi er i processen ift. at få implementeret og arbejde med at have et mobbefrit og trygt miljø for beboere og personaler på Lykkegard.

## Bilag A: Pædagogisk tilgang og inspiration til interventionsmuligheder til personalet

### Pædagogisk tilgang

Vores menneskesyn og pædagogiske tilgang bygger på principperne om ligeværdighed, respekt og empati, hvor vi stræber efter at etablere relationer, der er baseret på tillid og forståelse.

Vi anerkender, at ægte relationer kræver tid, tålmodighed og engagement, og at det altid er personalet, som har ansvaret for relationen. Vi tilskynder til åbenhed og ærlighed i vores kommunikation, så beboerne føler sig trygge til at udtrykke deres tanker, følelser og behov.

På Lykkegard anvender vi RAM-tilgangen, der stammer fra mentaliserings teorien. Denne tilgang, der er forkortelsen for 'Roligere, Ansvarligere og Mentaliserende', er essentiel for at skabe et trygt og støttende miljø, hvor vi kan styrke vores relationer og fremme mentalisering.

### Interventionsmuligheder

Kender du et barn, der bliver udsat for digital mobning, kan du kontakte Red Barnets specialiserede rådgivning SletDet, der hjælper børn, unge, forældre, pårørende og fagpersoner med at håndtere digitale krænkelser.

<https://sletdet.redbarnet.dk/>

Her kan I læse, hvad man skal være opmærksom på, når børn og unge er på nettet, samt finde inspiration til at tale med børnene og de unge om at begå sig på nettet:

<https://bornsvilkar.dk/digital-mobning/>

<https://skole.redbarnet.dk/materialer/tilgaengelig-doenet-rundt/?vis#/oevelse-2-startside>

<https://skole.redbarnet.dk/materiale/boerns-digitale-liv/>

Har barnet eller den unge downloadet en ny app, kan du være opmærksom på det følgende:

- Hvis appen ikke koster penge, hvad "betaler" man så med? Er der fx reklamer, man ikke kan undgå?
- Hvilke personlige oplysninger får appen adgang til? Fx lokation eller kontakter? Kan man slå det fra?
- Hvad vil barnet bruge appen til? Har appen for eksempel et socialt element, og giver den adgang til interaktion og fællesskab med andre børn? Hvem vil barnet gerne kommunikere eller spille med?
- Er der noget i appen, der kan gøre det svært at stoppe med at bruge den igen?
- Hvem kan komme i kontakt med barnet via appen? Kan man vælge, om ens profil skal være åben eller lukket? Og hvad er fordelene og ulemperne ved de to muligheder?
- Kan man i appen støde på indhold, som barnet ikke har lyst til at se? Hvad kan barnet gøre, hvis det sker? Undersøg sammen, hvor man kan anmelde uønsket indhold i appen og tal om, hvornår man skal tage fat i en voksen, man stoler på.
- Er der notifikationer i appen? Hvad kan fordelene og ulemperne være ved, at appens notifikationer er slået til eller fra? Hvordan kan det opleves at få eller ikke få notifikationer?
- Foreslå, at I laver indstillingerne til appen sammen. Og tjek gerne indstillingerne med jævne mellemrum, da nogle indstillinger går tilbage til default ved opdateringer.