

*Din fede frikadelle*

© 2000 by Gitte Abildtrup Møller og  
 CDR-Forlag, Skolebakken 11, DK-8000 Århus C  
 Tlf. 8612 3078 – fax 8619 9566  
 www.forlagene.dk / cdr@forlagene.dk  
 Omslag: Ulla Rose Andersen  
 Fotos: Ulla Rose Andersen  
 Tryk: Nørhaven A/S  
 Bind: Bogbinderiet Centrum  
 ISBN 87-7841-197-1

## Ekspedtion:

Boghandlen eller direkte hos NBC, fax 5636 4039

## INDHOLD

<i>Forord</i> .....	7
<i>Jeg blev mobbet hver dag i fem år</i> Kennet, 12 år.....	9
<i>Din fede frikadelle</i> Maria, 15 år.....	17
<i>En eller to kan sagtens ødelægge det hele</i> Amalie, 10 år .....	25
<i>Vi accepterer ikke, at nogen bliver mobbet</i> Henriette Rasmussen, lærer .....	32
<i>Pludselig var det mig, der mobbede</i> Simon, 13 år .....	40
<i>Jeg føler mig så lille</i> Naja, 12 år .....	47
<i>Vi skal bryde de onde cirkler</i> Per Schultz Jørgensen, formand for Børnerådet.....	52
<i>De kunne bare ikke lide mig</i> Martin, 14 år .....	62
<i>Vores klasse har mange problemer</i> Siri, Sofie og Nikoline, 5. klasse.....	69

<i>Det er en hjælp at blive hørt</i> Jens Andersen, psykolog.....	77
<i>Det gik ud over mig, fordi jeg er så tynd</i> Julie, 14 år.....	88
<i>Alt gik i stykker inden i mig</i> Louise, 11 år.....	96
<i>Jeg er ikke en svag person</i> Line, 13 år.....	104
<i>Et kursus i at løse konflikter</i> Inger Bollerup, lærer.....	110
<i>Vi blev beskyldt for at mobbe</i> Sidsel, Siri, Anne og Lærke, 7. klasse.....	119
<i>Der kan også ligge et ansvar hos den, der bliver mobbet</i> Jeppe, far til Sidsel.....	130
<i>Mobning på skoleskemaet</i> Thorkild Andersen, skoleinspektør, og Sara og Stine, 8. klasse.....	140
<i>Mere om mobning</i> .....	151
<i>Adresser og telefonnumre</i> .....	158

## FORORD

I de seneste år har der for alvor været fokus på mobning i medierne. Avisoverskrifterne har været mange og alvorlige:

*Ni-årig tvunget ned i en affaldscontainer*

*Prestige i at mobbe andre*

*Tusindevis af børn lider under mobning*

*Voksne passive over for mobning*

Samtidig viser de nyeste undersøgelser, at ca. 25 procent af de danske børn på et eller andet tidspunkt i deres skoletid oplever at blive mobbet. Det er et stort tal, ikke mindst når man sammenligner med Norge, hvor 15 procent af børnene oplever mobning, og med Sverige, hvor tallet er så lavt som seks procent.

Det er umuligt at give et præcist svar på, hvorfor så mange danske børn oplever at blive mobbet, hvem det går ud over, og hvad der sætter det i gang. Det er også svært at give et præcist svar på, hvad det egentlig vil sige at blive mobbet! Og hvor går grænsen mellem drilleri og mobning? Det er tilsyneladende ofte en følelse inden i det enkelte barn. En følelse af at være udenfor.

Mobning er ikke et nyt fænomen i Danmark. Men ifølge Dansk Sprognævn var det først i 1972, at man begyndte at bruge ordet mobning til at beskrive konflikter mellem børn.

Om der er mere mobning i dag end tidligere, findes der ikke noget svar på. Flere eksperter mener, at det ikke er tilfældet, og heldigvis er de rigtig grove sager stadig de færreste. Uanset hvor store eller små tallene er, så er det en kendsgerning, at der er børn, som hver dag i større eller mindre grad lever med problemet. Et problem, der fylder meget i hverdagen og er skyld i, at

mange får ødelagt deres livsglæde og lysten til at gå i skole.

Derfor er der også nye og utraditionelle tiltag i gang landet over for at forebygge mobning. Blandt meget andet planlægger Ungdomsringen at lave en ung til ung kampagne, mens Børnerådet og Børns Vilkår har allieret sig med kendte danskere, der har oplevet mobning i deres skoletid, for at sætte fokus på problemet.

I denne bog er det først og fremmest børnene, der kommer til orde. Interviewene viser, at mobning er mange ting, og at børnene oplever problemet meget forskelligt. Nogle har stadig problemerne tæt inde på livet, for andre et det et overstået kapitel. Alle børnene har selv meldt sig til at medvirke i bogen, men nogle af dem ønsker at være anonyme.

Det er vigtigt at understrege, at det er det enkelte barns oplevelse af situationen, der er beskrevet. Havde man hørt alle de involverede parter i en sag, ville der sikkert være mange forskellige historier og opfattelser af situationen. For mens det ene barn føler sig mobbet, oplever et andet barn måske ikke, at det mobber, og et tredje barn betragter det måske som drilleri for sjov.

Bogen indeholder også interviews med fire voksne, der professionelt beskæftiger sig med problemet.

Bogen er tænkt til undervisningsbrug for 3.-7. klasse. Samlet giver den intet entydigt svar på, hvordan man forhindrer mobning. Men mit håb er, at den kan være med til at skabe indsigt, debat og eftertanke hos børn, lærere og forældre. Der er ingen tvivl om, at alle parter har et ansvar for at løse det problem, at mange danske børn dagligt bliver mobbet.

*Gitte Abildtrup Møller*

*»Selv om jeg ind imellem havde det godt, lå mine oplevelser i skolen hele tiden over mig som en sort sky, og jeg fik det mere og mere dårligt. Jeg tænkte på det hele tiden og havde svært ved at sove om aftenen.«*

## JEG BLEV MOBBET HVER DAG I FEM ÅR

Kennet er 12 år og går i 6. klasse. Han har skiftet skole to gange på grund af mobning. Han begyndte i børnehaveklasse på en privatskole, men efter et

år med problemer flyttede han til en almindelig folkeskole.

Der fik Kennet det på ingen måde bedre. Han blev mobbet dagligt i fem år, inden han i slutningen af 5. klasse kom til Vallekilde-Høvre Friskole, hvor han nu går.

»Jeg kan ikke huske så meget fra den første skole, jeg gik på. Jeg fik ret hurtigt problemer i klassen, men jeg kan ikke rigtig fortælle, hvad de sagde og gjorde. Det er så lang tid siden. Jeg ved bare, at jeg ikke havde det godt, og jeg husker tydeligt, at jeg glædede mig til at skifte skole.



Jeg var sikker på, at det ville være lykken. At nu ville jeg få en masse nye kammerater. Men problemerne fra børnehaveklassen fulgte med. Få uger efter, at jeg var startet på den nye skole, begyndte de også at mobbe mig der.

Det var både pigerne og drengene. De mobbede mig med mit fornavn og efternavn, selv om det egentlig er ret almindelige navne. Det var lige meget. Så mobbede de mig med, at jeg var meget høj. De kaldte mig for eksempel *Langelænder*. Drengene slog mig også tit.

Lige meget hvor jeg var, og hvad jeg sagde, så kunne de finde på at gå hen og slå til mig og på den måde få mig ind i en slåskamp, selv om jeg egentlig ikke havde lyst. Én gang er jeg også blevet truet med en kniv.«

## Mine venner kunne ikke gøre noget

»Jeg blev mobbet dag efter dag. Og jeg var den eneste i klassen, det gik ud over. Det stod på både i frikvarternerne og i timerne. I timerne skete det for eksempel, hvis vi havde gruppearbejde, og læreren ikke lige var ved vores bord. Så begyndte de med det samme. De skubbede, kaldte mig øgenavne og så videre. Jeg hadede at have gruppearbejde og var heller ikke ret god til at samarbejde, for jeg ville egentlig helst arbejde alene. Det var meget lettere for mig.

Selv om jeg blev mobbet hele tiden, havde jeg ikke problemer med at følge med i timerne. På den måde påvirkede det mig ikke. Jeg var også en af de bedste til flere af fagene. For eksempel fik jeg den højeste karakter i engelsk. Jeg ved ikke, om de var efter mig, fordi de var misundelige. Men den dreng, der var værst til at mobbe, havde i hvert fald svært ved at følge med i timerne og fik næsten altid dårlige karakterer.

I de fem år jeg gik på den skole, havde jeg kun to

venner. Det var en fra min klasse og en fra parallelklassen. Ellers var alle andre fra både min klasse og parallelklasse efter mig. Det er først nu, efter jeg har skiftet skole, at jeg har fået nogle flere venner fra min gamle parallelklasse.

Mine venner kunne ikke rigtig gøre noget, da jeg blev mobbet. De prøvede ind imellem at sige noget, og var der en slåskamp, forsøgte min ven fra klassen at forsvare mig. Han kunne for eksempel finde på at give ham, der startede det hele, et blå øje. Men det hjalp ikke.

Jeg snakkede nogle få gange med min kammerat om, hvor dårligt jeg havde det. Han var godt klar over det, men vidste ikke hvad han skulle gøre.

I fritiden spillede jeg fodbold, og det var fint nok. Der var en af de større drenge, der beskyttede mig, og så turde de andre ikke sige noget til mig. Han sagde også til mig, at skete der noget, skulle jeg bare hente ham. Men han kunne jo ikke altid være hos mig. En af de gange jeg havde brug for hjælp, var han lige midt i en fodboldkamp, og så kunne han jo ikke bare forlade banen.«

## En sort sky

»Selv om jeg ind i mellem havde det godt, for eksempel til fodbold, lå mine oplevelser i skolen hele tiden over mig som en sort sky, og jeg fik det mere og mere dårligt. Jeg kunne næsten ikke holde det ud, og jeg følte, at det ødelagde hele mit liv.

Jeg tænkte på det hele tiden og havde svært ved at sove om aftenen. Næsten hver morgen tænkte jeg, at jeg aldrig mere ville gå hen i skolen. Derfor pjækkede jeg også meget.

I en periode på to-tre måneder bildte jeg jævnlige mine forældre ind, at jeg var syg, så jeg ikke kunne komme i skole. Når min mor og far bestilte tid hos læ-

gen, sagde jeg, at jeg havde det godt igen. Hele familien undrede sig nok over, at jeg var så syg. Men jeg fortalte ikke, at det hele handlede om, at jeg blev mobbet. Nogle morgener lod jeg som om, jeg kørte i skole, men cyklede bare et eller andet sted hen. Engang imellem tog jeg ned til min mormor, og så snakkede vi lidt om tingene. Hun sagde, at jeg altid kunne komme ned til hende, hvis jeg var ked af det.«

Kennets oplevelser er endnu meget tæt på. Han har det bedre i dag, men det påvirker ham stadig meget at fortælle om, hvordan han blev mobbet. Han bliver ked af det, og han føler, at de voksne omkring ham svigtede, da han havde det dårligst.

»Jeg prøvede nogle gange at sige noget til lærerne, men jeg synes ikke, de gjorde noget ved det. Hvis de tog problemet op i timerne, var det noget med at sige, at jeg ikke havde det så godt, og at klassen skulle holde op med at mobbe. Så blev der ikke snakket mere om det.

Jeg prøvede også at snakke med min far og mor om problemerne i skolen. Jeg tror, at de var klar over, at jeg havde det dårligt, men det var svært for mig at snakke om. Jeg vidste ikke, hvor jeg skulle begynde, for der var så meget, og det ville tage en evighed at fortælle.

Nogle gange var jeg bare så ked af det, når jeg kom hjem fra skole. Det blev ved med at køre rundt inden i hovedet på mig. Så ringede jeg til min far på hans arbejde og fik lov til at komme ned til ham. Jeg hjalp ham med hans arbejde og snakkede med ham. Min far hørte altid på, hvad jeg sagde, men han sagde ikke selv så meget.

De gange, vi snakkede om det derhjemme, sagde mine forældre tit til mig, at jeg skulle ignorere det, når de mobbede mig. Men det hjalp ikke, de blev jo bare ved. Vi snakkede også flere gange om, at jeg skulle skifte skole, men min mor og far syntes, at vi lige skulle se tiden an. De troede måske, at problemerne ville løse sig. Men når jeg ser tilbage på det, skulle jeg have skiftet skole meget før.

Jeg synes ikke, at mine forældre hjalp mig nok. Jeg tror, det ville have været en god idé, hvis de var taget med mig op i skolen og havde snakket ordentligt med lærerne. Jeg ved ikke, hvorfor de ikke gjorde det. Det var måske, fordi de ikke havde tid. Min far arbejdede meget, tog tidligt af sted og kom sent hjem, og min mor koncentrerede sig om sin uddannelse og var næsten altid begravet i lektier og måske til møde om aftenen. Så på den måde følte jeg, at de svigtede mig. Men jeg skulle nok også selv have været bedre til at gøre opmærksom på mine problemer.«

## Computerspil mod klassekammeraterne

»Når jeg blev mobbet, prøvede jeg at lukke alt ude. Men det kunne jeg ikke altid. Nogle gange blev jeg vred og hidsig, og jeg er også gået amok engang. Det gjorde dem lidt forskrækkede, tror jeg.

Engang hev jeg også en ørering ud på en af dem, der mobbede. Han fik en lærestreg og holdt lav profil over for mig efter det. En dag havde jeg også en hjemmelavet kniv med, og den dag vidste de godt, at de ikke skulle gøre noget ved mig. Det var selvfølgelig ikke særlig smart at have kniv med i skole, men jeg var bare så presset.

Men for det meste prøvede jeg at vende ryggen til. Og så skyndte jeg mig bare hjem, når jeg ikke kunne holde det ud mere. Uden at sige noget til nogen pakkede jeg mine ting og gik. Det var mest i frikvartetterne, men to gange er jeg gået midt i en time. Jeg kan ikke lige huske, hvad der skete, men jeg pakkede i hvert fald mine ting og gik. Lærerne reagerede ikke rigtig. Jo, de sagde vist, at det måtte jeg ikke, men ellers gjorde de ikke noget.

Nogle gange var jeg alene hjemme, når jeg kom fra

skole. Havde det været en meget dårlig dag, brød jeg sommetider helt sammen og græd og græd. Så gik jeg ind og tændte computeren for at få det til at stoppe. Det hjalp, selv om jeg gik rundt med det inden i mig selv i stedet.

Jeg elsker at spille computer, især strategi-spil, fordi de kræver, at man har en god hjerne. Når jeg havde det dårligt, spillede jeg tit *Doom* og *Quake*. Så legede jeg, at dem, jeg skød, var mine klassekammerater.

Jeg startede med at skyde dem i foden, og de fik først lov til at dø, når jeg havde pint dem et stykke tid. Lærerne var jeg ikke så voldelig imod, de fik bare et skud mellem øjnene.

Jeg spiller stadig computerspil mod min klasse på den gamle skole, og det er næsten altid mig, der vinder. Det har jeg det godt med.«

## Jeg ved ikke, hvordan man kan løse problemerne

»Jeg mener, at det, jeg blev udsat for, var grov mobning. Mobning er noget, der sker hver dag i lang tid. Dag ud og dag ind. Det er meget værre end drilleri.

Drilleri kan godt være sjovt. Men skal man drille hinanden, er det vigtigt, at man på forhånd har aftalt, at det er i orden.

På den gamle skole var der én, jeg havde den aftale med. Han vidste godt, at han ikke måtte drille mig med mit navn, det kunne jeg ikke holde ud. Og det respekterede han. Det var mere sådan noget med, at hvis jeg lavede et mål til fodbold, sagde han: *Hvor var det dårligt*, og så grinede vi af det.

Jeg ved ikke, hvordan man kan løse problemet med mobning. Jeg kunne i hvert fald ikke løse mit problem. Jeg prøvede at gå til selvforsvar og har også gået til taekwondo sammen med en kammerat, men det hjalp

*»Når jeg havde det dårligt, spillede jeg tit Doom og Quake. Så legede jeg, at dem, jeg skød, var mine klassekammerater. Jeg startede med at skyde dem i foden, og de fik først lov til at dø, når jeg havde pint dem et stykke tid.«*



ikke. Kom jeg ind i en slåskamp, kunne jeg alligevel ikke bruge det. Det var, som om jeg gik helt i sort og ikke vidste, hvordan jeg skulle reagere.

I de år tænkte jeg tit, at der ikke var nogen vej ud af problemerne. Lige meget hvad jeg gjorde, hjalp det ikke.«

## Nu vågner jeg glad om morgenen

I slutningen af 5. klasse besluttede Kennet og hans forældre, at han skulle skifte skole.

»Jeg glædede mig til at begynde i friskolen, og jeg var ikke bange. Jeg kendte et par stykker fra skolen i

forvejen, som jeg godt kunne lide. Jeg troede på, at det nok skulle gå.

Og for første gang i alle de år jeg har gået i skole, har jeg det nu godt. Jeg vågner glad om morgenen og vil gerne af sted. Før spillede jeg syg, men nu vil jeg i skole, selv om jeg virkelig er syg. Nogle gange står jeg også tidligt op og går hen på skolen, så jeg kan være her i længere tid.

Efter jeg har skiftet skole, har jeg ikke rigtig oplevet at blive mobbet. Selvfølgelig kan der være problemer her, men de handler om andre ting. Jeg er nok stadig sårbar og føler mig let truet, hvis der er noget. Det kan jeg reagere stærkt på, og det skyldes nok, at jeg er blevet mobbet i så mange år. Jeg ved ikke, hvorfor det er

anderledes her på friskolen, men det er måske, fordi mange af de børn, der går her, også selv har prøvet at blive mobbet. De ved, hvordan det er, og hvor ondt det gør. Hvis jeg oplevede, at nogen blev mobbet her, tror jeg, at jeg ville gribe ind. Også selv om jeg måske ville være bange for, at det så kunne gå ud over mig igen.

Jeg tror også, at det er en fordel, at skolen er så lille, og at mange af eleverne kender hinanden godt. Og lærerne er meget søde og gode til at tage problemer op. Vi snakker ikke meget om mobning, men det er heller ikke nødvendigt, for det sker ikke så meget her.«

»I dag tænker jeg ikke længere så meget over det, der er sket. Det er mest i situationer som nu, når vi sidder her og snakker om det. Så kommer det frem igen, og så kan jeg godt mærke, at det stadigvæk er svært at tænke tilbage på. Det er jo heller ikke ret lang tid siden.

Var jeg blevet på den gamle skole, tror jeg ikke, at jeg gik i skole længere. Jeg ville altid pjække, og så ville jeg sikkert ikke få en eksamen og et arbejde, når jeg var færdig. Heller ikke selv om jeg egentlig godt kunne lide det faglige i skolen. Det at blive mobbet fyldte alt for meget og ødelagde mit liv.«