

# Hvad gør du, når du ser noget grænseoverskridende?



---

**"Kreativ udvikling af børn og unge"**



# Indledning:

*Kære du, der oplever andres grænser blive overskredet.*

*Uagtet om du er kvinde, mand, non-binær eller andet, så er teksten her skrevet til dig, der gerne vil hjælpe, men som er i tvivl om, hvordan du bedst muligt gør det.*

## Hvad er grænseoverskridende adfærd

Grænseoverskridende adfærd er, når nogen har en adfærd, som overskrider de normer, vi forventer, at vi har overfor hinanden. Grænseoverskridende adfærd kan blandt andet opstå, når forskellige kulturer, generationer og aldre mødes. Det er derfor vigtigt, at vi samarbejder og tager det seriøst, når vi indgår i fællesskaber. Grænseoverskridende adfærd kommer i forskellige former og alvorsgrader. Det kan for eksempel være, hvis du kommer til at overfuse en arrangør til et arrangement, eller hvis nogen siger et nej, som ikke bliver respekteret.

## Hvis du er tryk og i sikkerhed

Din hjælp kan altid bruges, og selvom du er i tvivl, er det altid bedre at tjekke ind om, hvorvidt det, der sker foran dig, er noget, begge parter er interesserede i. Du kan tjekke ind ved roligt at gå over og spørge, om alt er i orden, gerne på et tidspunkt, hvor der ikke er social opmærksomhed på vedkommende. Vær opmærksom på, at det kan gøre en forskel, om der er andre i nærheden, når du spørger.



## Hvis du er utryk eller ikke i sikkerhed

Forsøg at finde hjælp enten i form af andre deltagere eller arrangører. Derefter forsøg at notere væsentlige detaljer i det, der sker foran dig. Dine observationer kan være væsentlige for den efterfølgende håndtering af sagen. Bystanderprincippet (Everyday Sexism Project Danmark, RighToBe) arbejder med de **6 D'er**, som er en god tommelfingerregel for, hvad du kan gøre i situationen:

1. **Dan et overblik** - identificér hvilken strategi er den bedste og få en idé om, hvad der sker.
2. **Distrahér** - skab en distraktion ved f.eks. at råbe højt, banke på hos naboen, lade som om du kender vedkommende, eller starte en samtale ved for eksempel at spørge om vej.
3. **Del ansvaret** - undgå at stå alene med situationen ved at inddrage en vagt, en leder, en arrangør, en ejer, politiet, de nærtstående eller dine venner.
4. **Dokumentér** - tilbyd dig selv som et vidne, evt. film, tag screenshots medvidere.
5. **Del din støtte** - og hjælp videre - like støttende kommentarer/kommentarer der siger fra, hvis det sker på nettet, erklær, at du tror på den, der er udsat for grænseoverskridende adfærd. Spørg den berørte, om de er okay, har brug for hjælp til at komme på et hospital/ til en ven/hjem/til en psykolog.
6. **Direkte konfrontation** - Fortæl, hvad du ser, og hvordan du opfatter det, så du skaber opmærksom på situationen. Læg ansvaret for debatten på den, der siger noget dumt. Lav en joke for at mildne situationen. Stil dig mellem dem fysisk, så den berørte kan komme væk.

*Bifrosts kodeks:*

*- Der er altid plads til en til - Man er altid medskaber af sin oplevelse - Man skal behandle alle med respekt - Man skal altid vise hensyn.*

# Når situationen er stoppet

Det første, der skal ske efter, at situationen er stoppet, er:

- **Er det ulovligt**, skal myndighederne involveres, for eksempel politi og kommune, for at tjekke om, hvorvidt det er noget, der er ulovligt, men kun, [hvis den, det er gået ud over, ønsker det](#). Hvis du er i tvivl, kan du altid ringe 114 eller til Bifrost, og hører dem ad, hvordan man forholder sig til det, der er sket. Hvis du ikke er komfortabel med at ringe til instanserne i første omgang, kan du med fordel ringe til offerrådgivningen, når grænser brydes eller dit lokale akutnummer.
- **Hvis det ikke er "ulovligt"**, så er det der, hvor du griber fat i foreningen eller arrangørerne for at håndtere situationen, hvis den, der har oplevet det, er interesseret i at gå videre med det. Er der tryghedsværter til stede, er det en fordel at kontakte dem, da de har et overblik over arrangementets ressourcer og muligheder.

## Efterfølgende

Efter du har stået i situationen, er det vigtigt, at du tager vare på dig selv og finder ud af, hvad du har brug for. Hvad er dine behov? Hvordan får du mulighed for at tale om situationen på en tryk måde? Hvordan får du afrundet fortællingen? Ofte er det, folk har brug for, mad, søvn og omsorg. Det kan dog variere, hvad de enkelte behov er. Husk samtidig at give plads til, at du ikke altid har overskud, energi eller overblik til at reagere i en situation. Det er vigtigt at kunne tilgive dig selv, hvis du ikke kan handle.

## Kontaktbog for hjælp og rådgivning

- Hvis du har brug for rådgivning til egen eller andres krise eller ulykke, så ring med fordel til **Offerrådgivningen.dk** - ring anonymt på TLF nr. 116006. Det kan professionelle offerrådgivere guide dig videre i dit gældende forløb.
- Hvis du har brug for psykisk sparring, så ring med fordel til <https://psykiatrifonden.dk/> - på TLF 39 25 25 25. Her sidder professionelle klar til at svare og guide dig videre i dit forløb.
- Hvis du har brug for juridisk sparring, så kontakt med fordel DUF's juridiske rådgivning - som du kan finde her: <https://duf.dk/medlemstilbud/juridisk-raadgivning>. Her sidder jurister specialiseret i foreningsregi klar til at sparre og guide dig videre i din situation.
- Hvis adfærden sker i Bifrost-regi, så orienter dig med fordel i Landsforeningens samværspolitik, og yderligere kontaktmuligheder på [Landsforeningenbifrost.dk/kontakt](https://landsforeningenbifrost.dk/kontakt). Her sidder Bifrosts sekretariat klar til at guide dig videre i din situation.