

STEINAR THORVALDSEN, BODIL BAKKELUND WESTGREN,
GUNSTEIN EGEBERG, JOHN A. RØNNING

Mobbing, digital mobbing og psykisk helse hos barn og unge i Tromsø

Et utvalg av barne- og ungdomsskoler (alder 9–16 år) deltar i forskningsprosjektet «Trivsel i Tromsø». Disse skole-
lene gjennomfører over flere år en omfattende undersøkelse av elevmiljøet. Denne artikkelen presenterer noen
av resultatene fra prosjektets første skoleår (2013/14, N=878) og viser funn som er gjort om sammenhengen
mellom psykiske vansker og ulike former for mobbing og trakassering.

Våre hovedfunn: Det er signifikant forskjell i den rapporterte psykiske helse mellom gruppene «Mobbet» og
«Ikke mobbet». Elever som rapporterer å bli mobbet, har større forekomst av spesielt emosjonelle vansker, ad-
ferdsvansker og venneproblemer. Dette forholdet er tydelig for alle typer trakassering (fysisk, verbal, sosial, di-
gital), og den digitale har negative effekter på lik linje med de tradisjonelle formene. Gode vennerelasjoner er
den enkeltfaktoren som synes å ha størst beskyttelseeffekt mot mobbing.

Nøkkelord: Mobbing, nettmobbing, trakassering, psykiske vansker, SDQ



Steinar Thorvaldsen:
Professor ved Universitetet i Tromsø,
institutt for lærerutdanning og pedago-
gikk. steinar.thorvaldsen@uit.no



Bodil Bakkelund Westgren:
Pedagogisk psykologisk rådgiver ved PPT
i Tromsø. bodil.bakkelund.west-
gren@tromso.kommune.no



Gunstein Egeberg:
Arbeider i Utdanningsdirektoratet, Første-
amanuensis II ved Universitetet i Tromsø,
institutt for lærerutdanning og pedago-
gikk. gunstein.egeberg@uit.no



John A. Rønning:
Professor ved Universitetet i Tromsø,
institutt for klinisk medisin. john.ron-
ning@uit.no

Abstract:

A selection of schoolchildren (age 9-16 years) participates in the research project «Well-being in Tromsø». Their schools carry out a comprehensive survey of the schoolchild environment over several years. This article presents some of the results from the project's first year (2013/14, N = 878) and shows findings about the relationship between mental problems and various forms of bullying and harassment. Main findings: There is a significant difference in the reported mental health between the groups «Bullied» and «Not bullied». This relation is evident for all types of harassment (physical, verbal, social, cyber), and cyberbullying has a negative effect similar to the traditional forms. Good peer relation is the factor that seems to give the greatest protection against bullying.

Keywords: Bullying, cyberbullying, digital harassment, mental health problems, SDQ

MOBING ER HØYT på agendaen i skolepolitikken og et hyppig tema i mediene. På tross av omfattende forskning på feltet er mange problemstillinger ikke tilstrekkelig belyst. I denne sammenhengen er digital mobbing i en spesiell stilling ettersom denne formen for mobbing er relativt ny, og dermed mindre belyst enn de tradisjonelle. Dan Olweus argumenterer for at digital mobbing deler mange av trekkene fra de tradisjonelle formene, og at tiltak som er utviklet for disse, også er virksomme for de digitale (Olweus, 2013). Vi mangler fortsatt empiriske studier som sammenligner konsekvenser av digital og tradisjonell mobbing. I denne artikkelen er det spesielt forholdet mellom mobbing (og trakassering) i tradisjonelle og digitale former og psykisk helse som undersøkes.

Olweus definerte tidlig mobbing på følgende måte:

En person er mobbet eller plaget når han eller hun, gjentatte ganger og over en viss tid, blir utsatt for negative handlinger fra en eller flere andre personer» (Olweus, 1992, s. 17). Olweus vektla videre at det er ulikt maktforhold mellom partene, slik at den som blir mobbet, har van-

skeligheter med å forsvare seg, samt at handlingene er intenderte (Olweus, 2013).

Digital mobbing blir typisk definert som mobbing utført med elektroniske virkemidler som for eksempel mobiltelefon og sosiale medier (Smith mfl., 2008; Vandebosch & Van Cleemput, 2008). Denne formen for mobbing skiller seg fra den tradisjonelle på flere måter (Langos, 2012; Slonje, Smith & Frisé, 2013; Staksrud, 2013; Smith, 2015). Blant annet kan mobberen være anonym, og den potensielle tilskuerskare kan være mye større. Anonymitet kan føre til at maktbalansen blir større. Digital mobbing er ikke bundet til tid og sted på samme måte som de tradisjonelle mobbepatternene. Med tanke på repetisjon og varighet skiller digital mobbing seg fra de tradisjonelle formene; det er mer uklart hvordan man skal forstå dette kriteriet i en digital sammenheng. Episoder kan ligge i ro en periode for så å aktiveres på et senere tidspunkt, som for eksempel et krenkende bilde som republiseres på et senere tidspunkt. Bevisstheten om denne muligheten påvirker forståelsen av varighet. Delingsmønsteret på nett involverer ofte mange personer, og det blir dermed uklare grenser for hvem som skal

defineres som mobber. Et siste moment er at digital mobbing åpner for bruk av kraftfulle multimediale ressurser slik som bilder og video. Forskingen på kjønn, alder og digital mobbing har gitt varierende resultater. Noen finner en sammenheng, andre ikke. En oversiktsartikkel om fenomenet digital mobbing er publisert i 2014 (Kowalski, Giumetti, Schroeder & Lattanner, 2014).

Det er velkjent at digital mobbing og de mer tradisjonelle mobbeformene ofte overlapper hverandre, slik at elever som opplever mobbing, blir utsatt for mer enn én form (Ybarra, Boyd, Korchmaros & Oppenheim, 2012; Olweus, 2013). Likevel, det er ikke omforent hvordan digital mobbing skal forstås i relasjon de tradisjonelle formene: som en del av et felles begrep eller som et eget (Erdur-Baker, 2010; Ybarra, Diener-West & Leaf, 2007).

Mobbing handler som nevnt om makt og avmakt (Roland, 2007). Den eller de som står for mobbingen, utøver sin makt over et annet individ, og reaksjonene de får er med på å bekrefte dette maktforholdet. Den som opplever å bli mobbet, opplever samtidig avmakt:

Makt over mobbeofferet og tilhørighet i gruppa, dette er to sterke drivkrefter bak mobbing. Imidlertid er også en annen type sosiale krefter i virksomhet, nemlig nedbryting av hemninger mot å skade andre (Roland, 2007, s. 74).

Mobbingen har flere aktører: mobber, mobbeoffer og tilskuere. Den som står for mobbingen, er ofte avhengig av tilskuere, som bevisst eller ubevisst er med på å opprettholde mobbingen. Tilskuerne styrker mobberens følelse av makt og hans posisjon i gruppa, selv om de forholder seg passive til

selve handlingen. Reaksjoner fra tilskuerne vil også bidra til å fjerne hemninger hos mobberen og legitimere handlingene. Roland (2007) beskriver mobbing som et ritual der mobberen starter med et forspill, for så å gjennomføre selve mobbeepisoden før han eller hun gjennom samtaler med sine «allierte» legitimerer mobbingen.

Denne artikkelen omhandler også trakassering. Mens mobbing åpenbart er et teoretisk og komplekst begrep som det for noen elever kan være vanskelig å fullt ut forstå (Smith, Madsen & Moody, 1999), betegner begrepet *trakassering* en konkret operasjonalisering av det teoretiske begrepet. Det gir et mer målbart og tydelig bilde av handlingene barn og unge utsettes for i form av *fysisk, verbal, sosial* og *digital* trakassering (Arora, 1994). Om de tre første kategoriene brukes her fellesbetegnelsen *klassisk* eller *tradisjonell* trakassering. Opprinnelig var man opptatt av de fysiske og verbale former for trakassering. Sosiale eller indirekte former, som ryktespredning eller utestenging, finnes presentert i rapporter fra slutten av 80-tallet (Lagerspetz, Björkqvist & Peltonen, 1988). Fra begynnelsen av 2000-tallet kom forskningsrapportene om de digitale former. Disse utgjør etter hvert et betydelig bidrag.

Både trakassering og mobbing kan ses på om former for aggresjon. Trakassering er definert i Bokmålsordboka som å «forfølge på smålig vis, stadig sjikanere» (Bokmålsordboka, 2018). Det norske akademis ordbok bruker følgende forklaring: «(til stadighet) forulempe, plage; sjikanere» (NAOB, 2018). Eksplisitt i disse forklaringene ligger a) det å utsette noen for en negativ handling og b) gjøre dette gjentatte ganger. Implisitt kan man vurdere om ikke forklaringene åpner for intensjonalitet og

ubalanse i makt. Det er ikke usannsynlig at de fleste som forfølger andre eller som stadig plager og forulemper dem, har intensjoner bak handlingene. Det er også naturlig å tenke at hvis en negativ handling skal pågå over tid, ligger det ofte en ubalanse i maktforholdet til grunn. Likevel, i motsetning til mobbing ligger perspektiver på intensjonalitet og ubalanse i makt mer perifert når vi snakker om trakassering.

Den *digitale* trakasseringen foregår på nett, i ulike sosiale medier og på mobiltelefon ved bilder, filmer, statusoppdateringer og kommentarer som spres raskt og når svært mange. Stadig nye personer kan «henge seg på» med «likes» og kommentarer før de sprer det videre. Den som utsettes for denne trakasseringen, har ingen kontroll på hvem og hvor mange som har sett de digitale meldingene. Det er vanskelig å forsvare seg mot dette, og det er umulig å sikkert vite om det er borte eller fortsatt sirkulerer.

Mye av denne trakasseringen skjer anonymt. Mange opptrer på nett under andre navn enn sitt eget og bruker sin digitale kompetanse til å skjule sin identitet (Smith, 2015; Vandebosch & Van Cleemput, 2008). Den teknologiske utviklingen skjer raskt med stadig nye tjenester og kanaler. Når man kan være anonym, tør mobberen å ty til sterkere virkemidler og skriver ting på nett som man ikke ville sagt ansikt til ansikt.

Digital trakassering har flere fellestrekk med sosial trakassering; det handler blant annet om utestenging og sladder. Noen opplever at de ikke blir invitert inn i grupper på sosiale medier som de selv ønsker å være med i. Dette kan for eksempel skje ved at noen som inviterer til bursdag på Facebook, skriver navnet på den eller de

som ikke er invitert. Enkelte legger ut meldinger om personer de ikke liker, og oppfordrer andre til å følge opp disse meldingene. Andre barn og unge opplever at bilder og statusoppdateringer får få eller ingen «likes».

De danske forskerne Jette Kofoed og Dorte Maria Søndergaard leder forskningsprosjektet *Exploring Bullying in Schools (EXbus)* ved Århus Universitet (Kofoed & Søndergaard, 2009). EXbus-forskerne ser på flere perspektiver ved mobbing og åpner for at dette er et fenomen med mange ulike årsaker. Kofoed og Søndergaard drøfter og eksemplifiserer i sin bok fenomenet mobbing mer som sosiale prosesser på avveie enn som et uttrykk for ondskap. De anser mobbing som noe som henger mer sammen med klima i klassen og på skolen, enn med den enkelte elev. For barn og unge handler det ofte om å være innenfor eller utenfor fellesskapet, der den enkelte har behov for å bli akseptert og inkludert. Dette kan lede til handlinger som skader enkeltindivider. Sammenhengen mellom mobbing og disse formene for skader og vanskeligheter er sentralt i denne artikkelen.

Psykiske vansker

Helsedirektoratet skiller mellom begrepene psykisk helse, psykiske vansker og psykiske lidelser.

Psykisk helse referer [sic] til utvikling av og evne til å mestre tanker, følelser, atferd og hverdagens krav i forhold til ulike livsaspekter. Det handler om emosjonell utvikling, evne til velfungerende sosiale relasjoner og evne til fleksibilitet (Sosial- og helsedirektoratet, 2007, s. 8).

Det dreier seg om mestring av ordinære dagligdagse situasjoner, men også slike

som oppleves som vanskelige og stressende. God psykisk helse handler om å utvikle et positivt selvbilde, ha overskudd, trives og oppleve velvære.

Det er mange ulike momenter som samlet gir en god psykisk helse. Vi kan gjennom å beskrive våre styrker og vansker fortelle mye om vår psykiske helse. Våre styrker og vansker sier noe om hvilke personlige ressurser vi har, og dette gjelder så vel voksne som barn og unge. Barn og unge gjennomgår en omfattende utvikling på alle livets områder, og ulike faktorer bidrar til dette. Denne utviklingen vil variere i forhold til den enkeltes modenhet, alder og kjønn. Vi utvikler oss gjennom hele livet. Ifølge Rutter og Rutter (2000) kan utviklingen ses i et biologisk, fysiologisk, miljømessig og psykisk perspektiv. I denne artikkelen vektlegges det psykiske perspektivet.

Psykiske vansker på sin side rokker ved den daglige fungeringen i større eller mindre grad.

Psykiske vansker refererer til symptombelastning som for eksempel grad av angst, depresjon, søvnvansker osv. Vanskene vil, avhengig av type og omfang av symptomer, i ulik grad påvirke daglig fungering i forhold til mestring, trivsel og relasjoner til andre mennesker» (ibid.).

Psykiske lidelser i sin tur «referer [sic] til psykiske vansker av en slik type eller grad at det kvalifiserer til en diagnose» (ibid.).

Ifølge Folkehelseinstituttet (2014) regner man med at 15–20 % av barn og unge mellom 3 og 18 år har psykiske vansker som fører til nedsatt fungering på et eller flere områder. Tallene er basert på sentrale studier over tid. Forekomsten av depresjon øker i ungdomsårene, og da har dobbelt så mange jenter som gutter angst- og depre-

sjonsplager. Alvorlige adferdsvansker er mest utbredt blant guttene (ibid.).

I denne artikkelen fokuseres det på *psykiske vansker* og ikke psykiske lidelser.

Sammenhenger mellom mobbing og psykiske vansker

Mobbing er en miljømessig faktor som påvirker barn og unges psykiske helse (Cope-land, Wolke, Angold & Costello, 2013). Olweus (1992) pekte tidlig på mobbing som en sterk risikofaktor for å utvikle både akutte og senere psykiske vansker. Ifølge en review av 37 studier viser en stor mengde forskning på konsekvensene av mobbing en klar kobling mellom mobbing og selvmord (Kim & Leventhal, 2008). Barn og unge som opplever ulike former for mobbing og trakassering over lang tid, står i fare for å utvikle angst, de opplever stadig utrygghet og strever også etter hvert med et dårlig selvbilde. Kjønn og alder er her avgjørende for hvordan de mestrer ulike situasjoner.

Vatn mfl. (2007) har gjort et omfattende litteratursøk i databaser, originalartikler og oversiktsartikler for å finne kunnskap om sammenhengen mellom mobbing og psykiske helseplager. Dette arbeidet er begrenset til å omfatte barn og unge. De finner grunnlag for å hevde at

[m]obbing kan settes i sammenheng med en rekke helseplager, og resultater fra tverrsnittsun- dersøkelser og prospektive studier viser gjennomgående en signifikant assosiasjon mellom det å bli mobbet og symptomer på dårlig psykisk og somatisk helse (Vatn mfl., 2007, s. 1941).

I studien fant de støtte for hypotesen om at det er mobbingen som fører til psykiske vansker, men de fant ikke støtte for at psykiske vansker gjør en person utsatt for

mobbing. En oversiktsartikkel av Arseneault, Bowes og Shakoor (2010) konkluderer også med at mobbing fører til dårligere psykisk helse, selv når det korrigeres for faktorer som familiebakgrunn og psykiske problemer som eksisterte før mobbingen begynte. Det er fortsatt uklart om tradisjonell og digital mobbing relaterer seg til psykiske vansker på samme måte (Perren, Dooley, Shaw & Cross, 2010; Beckman, Hagquist & Hellström, 2012; Bonanno & Hymel, 2013; Sjursø, Fandrem & Roland, 2016). En slik studie av tradisjonell og digital mobbing (Campbell, Spears, Slee, Butler & Kift, 2012) fant at ofrene for digital mobbing rapporterte om signifikant sterkere symptomer på depresjon og angst, sammenlignet med de som var utsatt for klassisk mobbing.

I forbindelse med konsekvensene for de som utsettes for mobbing, vil vi også se nærmere på aktuelle beskyttelsesfaktorer, definert i denne sammenheng som forhold som demper risikoen for å utvikle problemer. Tidligere forskning har kommet fram til ulike resultater når det gjelder hvilken beskyttelse støtte fra jevnaldrende kan være for barn og unge som utsettes for mobbing og trakassering (Læringsmiljø-senteret, 2017). Flere studier gir imidlertid støtte til at opplevd sosial støtte fra venner kan virke beskyttende mot emosjonelle plager, særlig blant gutter. Tetzchner (2012) trekker fram vennskap som en form for sosial kapital der barn og ungdom opplever trygghet og tilhørighet. Relasjoner kan ses på som det usynlige limet mellom mennesker (Nordhagen, 2004).

Problemstilling

I denne studien har vi formulert følgende problemstilling for nærmere belysning:

- Hvordan er utbredelsen av og sammenhengen mellom mobbing, digital mobbing og psykiske vansker hos barn og unge?
- Hvilke psykososiale beskyttelsesfaktorer er de mest effektive mot mobbing?

Materiale og metode

Datamaterialet er fra skoleåret 2013–14 og består av elevsvar fra to ungdomsskoler, en kombinert barne- og ungdomsskole og to barneskoler. Geografisk er to av disse skolene plassert i sentrum av Tromsø, og tre ligger i ulike bydeler utenfor bykjernen og kan vurderes som representative for skolene i byen. Utvalget var på 1321 elever, og 878 av disse elevene deltar i vårt forskningsprosjekt (svarprosent på 66,5). Utvalget fordeler seg likt på kjønnene.

«Trivsel i Tromsø» (Rønning, Thorvaldsen, Pettersen, Eidsvik & Skaalvik, 2012; Thorvaldsen, Stenseth, Egeberg, Pettersen & Rønning, 2016) benytter *SDQ-Nor* (norsk utgave) og *Opplevelser av å bli mobbet* og *Digital mobbing*. Spørreskjemaet *Strength and Difficulties Questionnaire* (SDQ) er utarbeidet av Robert Goodman for kartlegging av ressurser og psykiske vansker hos barn og unge og ble første gang publisert i 1997 (Goodman, 1997; Heyerdahl, 2003). SDQ er en videreutvikling av Rutter-skalaen (Rutter & Rutter, 2000), og det er høy grad av korrelasjon mellom disse to skjemaene. SDQ er tatt i bruk i mange studier og er blitt tilgjengelig gjennom oversettelse til 70 språk; den norske versjonen kom ut i 1999. SDQ spør etter styrker og vansker innenfor disse fem områdene: emosjonelle vansker, adferdsvansker, hyperaktivitet, venneproblemer og prososial adferd. En høy totalskåre på de fire første områdene angir store proble-

mer, det samme gjør en høy skåre innenfor hvert av de fire vanskeområdene. En høy skåre på prososial adferd angir stor grad av prososial og vennlig adferd overfor andre mennesker. Respondentene skal ta stilling til utsagnene og skåre fra 1 til 3 på Likert skala (1 «stemmer ikke», 2 «stemmer delvis», 3 «stemmer helt»). Det er ikke fastsatt kliniske verdier for SDQ i Norge.

Spørreskjemaet om mobbing skiller mellom klassisk mobbing og digital mobbing samt fire trakasseringskategorier (fysisk, verbal, sosial, digital). Disse spørreskjemaene er ikke så grundig validert som spørreskjemaet SDQ, men Rønning, Handegaard og Sourander (2004a, s. 1071) konkluderte ut fra en studie i Norge med at spørreskjemaet har akseptable psykometriske egenskaper for måling av klassisk mobbing og trakassering.

Til sammen 15 spørsmål om fysisk/verbal/sosial trakassering er basert på «Life in Schools Checklist» (Arora, 1994), og åtte nye spørsmål om digital trakassering er utviklet for prosjektet «Trivsel i Tromsø». Barna og ungdommene blir bedt om å svare slik de har hatt det de 2–3 siste månedene, og må velge blant alternativene 1 «aldri», 2 «bare en eller to ganger», 3 «to eller tre ganger i måneden», 4 «omtrent en gang i uken», 5 «mange ganger per uke». I tillegg får de spørsmål om mobbingen skjer i eller utenom skoletiden. Terskelverdi for klassifisering som mobbing/trakassering settes til «to eller tre ganger i måneden» eller høyere (Solberg & Olweus, 2003).

Vi brukte Cronbachs alfa for å måle reliabilitet (indre konsistens) i våre funn. Reliabiliteten for spørreskjemaets del om mobbing er tilfredsstillende, alle områdene ligger mellom 0,77 og 0,84. Når det gjelder SDQ, er Cronbachs alfa tilfredsstillende for Emosjonelle vansker, Hyperaktivitet og Prososial ad-

ferd. Dette er ikke tilfellet med Adferdsvansker og Venneproblemer, her er Cronbachs alfa lav, henholdsvis 0,45 og 0,57. Rønning, Handegaard, Sourander og Mørch (2004b) fant også lave alfaverdier for Adferdsvansker (0,44 for jentene og 0,54 for guttene). Lav alfakoeffisient kan komme av respondentenes forståelse av spørsmålene. Det kan være at begreper oppfattes annerledes ut fra kultur og ordvalg eller tvetydighet i spørsmålene. Noen barn kan være preget av nylige opplevelser når de skal svare. Disse to variablene bør derfor studeres nærmere.

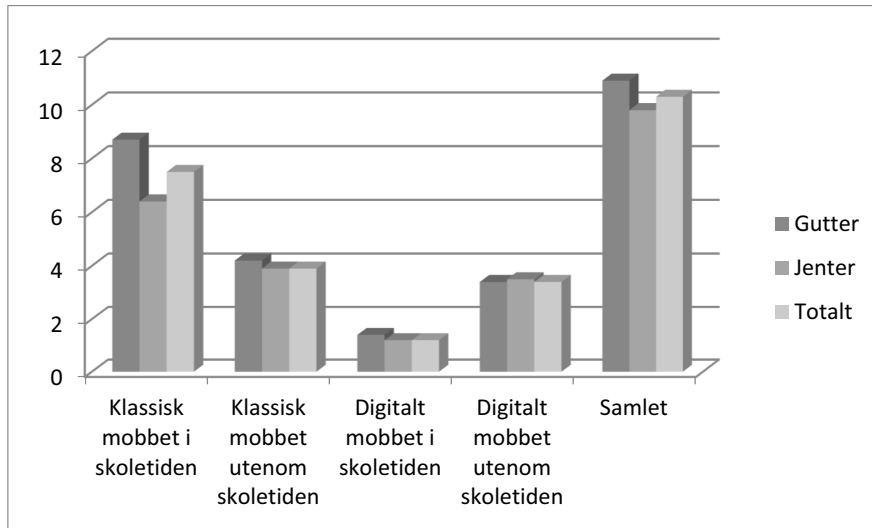
IBM SPSS Statistics versjon 23 benyttes til behandling av data og utarbeiding av statistikk. T-tester mellom uavhengige grupper benyttes for å finne forskjeller mellom de elevene som rapporterer at de utsettes for mobbing og trakassering, og de som ikke opplever denne adferden. Disse forskjellene kan ses som korrelasjoner mellom SDQ-områdene og trakasseringsområdene.

Effektstørrelsen, Cohen's d, er knyttet til forskjellen mellom to grupper målt i standardavvik. Den framkommer som forskjellen mellom gruppegjennomsnittene delt på gjennomsnittlig standardavvik for disse to gruppene. King, Rosopa og Minimum (2011) refererer til Cohen, som har foreslått at små, middels og store effekter kan defineres som d-verdier på henholdsvis 0,2/0,5/0,8 (King mfl., 2011, s. 246).

Forskningsprosjektet «Trivsel i Tromsø» er godkjent av Regional Etisk Komite; REK-Nord. All deltakelse er frivillig og krever samtykke.

Resultater

De grunnleggende fenomenene mobbing og trakassering studeres først hver for seg i denne artikkelen før de ses i sammenheng med psykisk helse.



Figur 1: Prosentvis forekomst av mobbing, både klassisk og digital.

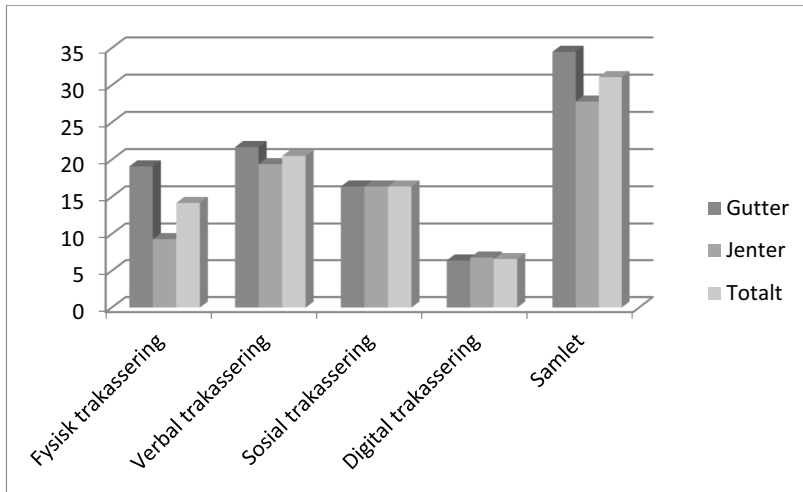
Histogrammet i Figur 1 viser at guttene utsettes for mest klassisk mobbing i skoletiden; 8,7 % av guttene og 6,4 % av jentene svarer at de blir mobbet i dette omfanget. Samlet svarer 7,5 % av elevene at de blir utsatt for klassisk mobbing i skoletiden to til tre ganger i måneden eller oftere. Når det gjelder digital mobbing, skjer den først og fremst utenom skoletiden: 3,4 % av guttene og 3,5 % av jentene opplever dette. I skoletiden er tallene henholdsvis 1,4 % og 1,2 %.

Samlet svarer 10,9 % av guttene og 9,8 % av jentene at de blir mobbet på en eller flere måter (48 gutter og 43 jenter). Dette utgjør samlet 10,4 % av elevene i vårt datagrunnlag. Ungdata for samme skoleår i Tromsø angir 9 % (Bakken, 2015), men det er vanskelig å sammenligne disse tallene da det dreier seg om to ulike undersøkelser.

Dersom man ser på forekomsten av trakassering, kommer det fram andre og høyere tall (Figur 2).

Her er det større forskjeller mellom gutter og jenter. Spesielt gjelder det fysisk trakassering. 19,1 % av guttene svarer at de utsettes for dette, mens det gjelder 9,3 % av jentene. Flere gutter enn jenter opplever verbal trakassering, henholdsvis 21,7 % og 19,4 %. Når det gjelder sosial trakassering, rapporterer gutter og jenter likt (16,4 %), mens digital trakassering rammer jentene i noe større grad enn guttene (6,4 % av guttene og 6,8 % av jentene). Samlet viser dette at 31,1 % av barn og unge opplever en eller flere former for trakassering.

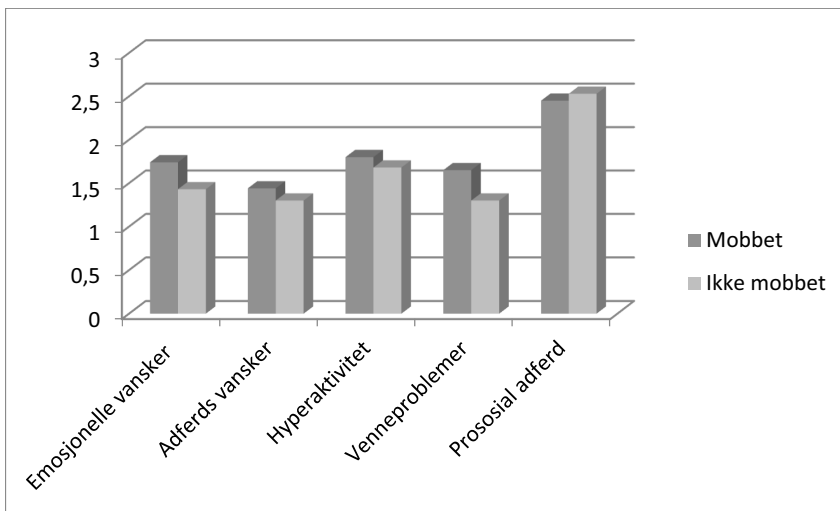
Figur 3 viser sammenhengen mellom mobbing og psykisk helse. Gruppen «Mobbet» skårer høyest innenfor alle de fire vanskeområdene og lavest på prososial adferd sammenlignet med gruppen «Ikke mobbet». De største forskjellene er på *Emosjonelle vansker*, der gruppen «Mobbet» har en gjennomsnittsverdi på 1,74 og gruppen «Ikke mobbet» har 1,43. Når det gjelder *Adferdsvansker*, har gruppen «Mobbet» en gjennomsnittsverdi på 1,44, mens



Figur 2: Prosentvis forekomst av trakassering, både klassisk og digital.

«Ikke mobbet» har gjennomsnittsverdi 1,3. På *Hyperaktivitet* er gjennomsnittsverdiene henholdsvis 1,8 og 1,68. Når det gjelder *Venneproblemer*, er gjennomsnittsverdiene henholdsvis 1,65 og 1,3. På *Prososial adferd* har «Mobbet» en gjennom-

snittsverdi på 2,45, mens «Ikke mobbet» har en gjennomsnittsverdi på 2,53. De siste verdiene går motsatt vei av de andre SDQ-områdene (jo høyere score, jo mer positiv adferd).



Figur 3: Gjennomsnittsverdier for SDQ for gruppene «Mobbet» og «Ikke mobbet».

Tabell 1: Mobbet/ikke mobbet sett i forhold til psykisk helse / SDQ. Tabellen viser gjennomsnitt, standardavvik (SD) og effektstørrelse. p-verdiene er beregnet med T-test for to uavhengige grupper. Prososial adferd er ikke inkludert i samlevariabelen SDQ.

SDQ	Samlevariabel Klassisk og digital mobbing (elevrapportert)		T-test	
	Mobbet (n=91) Gj.snitt (SD)	Ikke mobbet (n=787) Gj.snitt (SD)	p-verdi	effekt- størrelse
Emosjonelle vansker	1,74 (.49)	1,43 (.42)	<,001	,681
Adferdsvansker	1,44 (.33)	1,3 (.27)	<,001	,466
Hyperaktivitet	1,80 (.41)	1,68 (.42)	,008	,289
Venneproblemer	1,65 (.43)	1,3 (.30)	<,001	,958
Prososial adferd	2,45 (.46)	2,53 (.39)	,064	-,18
Samlevariabel SDQ	1,82 (.22)	1,64 (.19)	<,001	,878

Tabell 1 viser en statistisk sammenligning mellom de to gruppene «Mobbet» (fokusgruppe) og «Ikke mobbet» (kontrollgruppe). Det er en signifikant forskjell mellom gruppene for alle SDQ-områdene bortsett for *Prososial adferd*. Effektstørrelsen er stor for *Venneproblemer* ($d=0,958$) og middels stor for *Emosjonelle vansker* ($d=0,681$). Samlevariabelen for SDQ har en effekt-

størrelse på 0,878, noe som karakteriseres som stor.

Tabell 2 viser korrelasjonene mellom de ulike områdene i SDQ og de ulike områdene for trakassering. I samfunnsvitenskapelige sammenhenger er det vanlig å regne 0–0,20 som svak korrelasjon, 0,30–0,40 som relativt sterk, og over 0,50 som en sterk korrelasjon (Johannessen, 2007, s. 115).

Tabell 2: Korrelasjon mellom SDQ-områdene og ulike former for trakassering. Prososial adferd er ikke inkludert i samlevariabelen SDQ.

Korrelasjon	Emosjonelle vansker	Adferds- vansker	Hyper- aktivitet	Venne- problemer	Prososial adferd	Samle- variabel SDQ
Fysisk trakassering	,122***	,251***	,179***	,181***	-,131***	,209***
Verbal trakassering	,294***	,284***	,214***	,340***	-,101**	,375***
Sosial trakassering	,294***	,284***	,204***	,309***	-,045	,383***
Digital trakassering	,211***	,182***	,090**	,199***	-,060	,226***
Alle trakassering- variablene	,245***	,286***	,195***	,288***	-,125***	,319***

**Korrelasjonen er signifikant på 0,01-nivå (2-halet)

***Korrelasjonen er signifikant på 0,001-nivå (2-halet)

Tabellen viser flere signifikante korrelasjoner, og for området *Venneproblemer* er kor-

relasjonen relativt sterk ($r=0,309$ – $0,340$). For de andre delområdene i SDQ er korre-

lasjonen forholdsvis svak, men totalscoren for SDQ har en relativt sterk og signifikant korrelasjon på 0,319 i forhold til totalscoren for trakassering. Når det gjelder korrelasjonen mellom *Prosocial adferd* og de ulike trakasseringsvariablene, skiller den seg fra de andre med korrelasjonskoeffisienter fra -0,060 til -0,131. Det er altså en svak tendens til at de som skårer høyt på proaktivitet, skårer lavt på trakassering. *Prosocial adferd* er det området som korrelerer svakest med trakasseringsvariablene.

Figur 3 viser at *Venneproblemer* er den faktoren som viser størst forskjell mellom gruppen «Mobbet» og «Ikke mobbet». Samtidig er det liten differanse mellom kjønnene når det gjelder *Venneproblemer*. Jentene skårer noe lavere enn guttene, med gjennomsnittsverdi på henholdsvis 1,31 og 1,34. Tabell 3 sammenligner gruppene «Trakassert» og «Ikke trakassert» med hensyn til *Venneproblemer* (VEP). Kan vennereelasjoner beskytte barn og unge mot mobbing og trakassering?

Tabell 3: Trakassert / ikke trakassert sett i forhold til Venneproblemer (VEP). Tabellen viser gjennomsnitt, standardavvik (SD), effektstørrelse og T-test for to uavhengige grupper.

T-test	Trakassert Gj.snitt (SD)	Ikke trakassert Gj.snitt (SD)	p-verdi	Effekt- størrelse
VEP vs. fysisk trakassering	1,46 (.41)	1,31 (.31)	<.001	0,41
VEP vs. verbal trakassering	1,53 (.40)	1,28 (.29)	<.001	0,72
VEP vs. sosial trakassering	1,56 (.42)	1,29 (.30)	<.001	0,75
VEP vs. digital trakassering	1,54 (.47)	1,32 (.32)	<.001	0,55
VEP vs. samlevariabel trakassering	1,46 (.39)	1,28 (.28)	<.001	0,56

Effekten av *Venneproblemer* på området «digital trakassering» er moderat ($d=0,55$), og effekten på områdene «verbal» og «sosial» trakassering er moderat til stor. Totalt sett har *Venneproblemer* en effektstørrelse på 0,56, noe som innebærer en moderat effekt. Gjennomsnittet for elevene i gruppen «Trakassert» er i alle tilfeller høyere ($>0,15$) enn for gruppen «Ikke trakassert», og disse forskjellene er statistisk signifikante.

Diskusjon av hovedfunn og konklusjon

Prevalens av ulike former for mobbing og trakassering

Resultatene viser at det er mest klassisk mobbing i skoletiden. Dette kan komme av at skolen er møtepunktet for alle elevene.

Her finner de som står for mobbingen, tid og rom til å utføre sine krenkende handlinger. Skolen har ulike aktiviteter, noen mer strukturerte enn andre. De strukturerte aktivitetene foregår ofte i regi av lærere. Her er det mulig for de voksne å ha bedre oversikt over hva som skjer mellom elevene, og å ta hensyn til den enkelte elev. I de ustrukturerte aktivitetene, slik som i friminutter og lek, har ikke de voksne like god oversikt over det som skjer. Olweus (1992) tok tidlig til orde for en styrking av inspeksjonen i skolens utetid for å kunne ha bedre tilsyn med elevenes aktiviteter.

Digital mobbing foregår både i og utenom skoletiden, men til forskjell fra klassisk mobbing skjer dette mest utenom skoleti-

den. Guttene rapporterer om mer digital mobbing i skoletiden enn det jentene gjør. Jentene på sin side rapporterer om litt mer digital mobbing utenom skoletiden enn guttene, henholdsvis 3,5 % og 3,4 %. Elevenes tilgang til datamaskiner varierer i skoletiden, og det vil som oftest være avklarte oppgaver som skal utføres. Dette tilsier at elevene finner lite rom for å trakassere andre. Mange skoler har også innført restriksjoner i bruk av mobiltelefoner i skoletiden. Utenom skoletiden, på hjemmebane, er situasjonen en helt annen. Her er barn og ungdom ofte alene i flere timer av gangen, og foresatte kan ha liten kontroll på hva de gjør. Dette kan være med på å forklare hvorfor den digitale mobbingen i større grad skjer på fritiden.

Assosiasjoner mellom mobbing og psykiske vansker

Som mye tidligere forskning gir også våre resultater en klar indikasjon på at det er en sammenheng mellom det å bli utsatt for mobbing og ulike psykiske vansker (Myklestad, Roysamb & Tambs, 2012; Sjørød mfl., 2016). Nyere forskning, blant annet ved Læringsmiljøsen-teret ved Universitetet i Stavanger, har vist at mobbing setter fysiske og psykiske spor (Læringsmiljøsen-teret, 2015, 2017).

Samlet sett er det en signifikant økning i gruppen «Mobbet» sammenlignet med gruppen «Ikke mobbet» når det gjelder psykiske vansker, og for delområdene emosjonelle vansker, adferdsvansker og venneproblemer. Effektstørrelsen er midtels til stor (0,5–1,0). Vi kan tolke dette som at redusert mobbing vil kunne bidra til å forbedre den psykiske helse, noe som er i samsvar med oppsummeringen til Vatn mfl. (2007):

Mobbing er en av mange faktorer som kan settes i sammenheng med barn og unges helse. De ulike plagene som er assosiert med mobbing er multikausale, men selv om en faktor verken er nødvendig eller tilstrekkelig for sykdomsutvikling, kan det å få til mindre mobbing ha forebyggende effekt på helseplager blant barn og unge (Vatn mfl., 2007, s. 1943–44).

Assosiasjoner mellom digital trakassering og psykiske vansker

Mobbing og trakassering har som kjent sammenheng med et bredt spekter av helseproblemer. Et viktig siktemål for vårt studium var å undersøke om den digitale trakasseringen relaterer seg til psykiske vansker på samme måte som klassisk trakassering (fysisk, verbal, sosial) gjør. Våre resultater viser at den digitale trakasseringen i snitt har ganske lik kobling mot psykiske helseproblemer som fysisk, verbal og sosial trakassering. Korrelasjonene er signifikante og størst for sosial trakassering, og deretter følger verbal, digital og fysisk trakassering. Tendensen tegner et bilde av situasjonen med medium styrke og understreker alvorlet forbundet med digital trakassering. De negative psykiske effektene av digital trakassering er imidlertid ikke sterkere enn de som følger de tradisjonelle trakasseringsformene.

Resultatene viser også at det er flere som rapporterer om trakassering enn om mobbing, og så og si alle som rapporterer om mobbing, rapporterer i tillegg om trakassering. Siden det er brukt samme terskelverdi i tid for mobbing og trakassering, handler dette om at trakassering foregår hyppigere, og at elevene definerer mobbing strengere. Er mobbing derved en mer alvorlig form for trakassering siden mobbing også handler om ulike maktforhold mel-

lom partene? Hvis mobbing var mer alvorlig, burde det også vært sterkere korrelert med psykiske vansker. Ytterligere analyser må gjøres for å avklare dette.

Beskyttelsesfaktorer

Prososial adferd er en viktig, positiv egenskap. Barn og unge som skårer høyt på prososial adferd, er vennlige, empatiske og hjelpsomme, og Haugen (2008) beskriver dem som barn og ungdom som har en positiv holdning til omgivelsene. Når en skal vurdere om noen sider ved barn og unges psykiske helse beskytter mot mobbing, er det derfor naturlig å se på nettopp prososial adferd. Er barn og unge med prososial adferd utsatt for mindre mobbing og trakassering enn andre? Vår undersøkelse har ingen viktige funn på dette området, selv om vi kan observere en svak tendens i denne retning.

Et vanskeområde som skiller seg ut i vår undersøkelse, er *Venneproblemer*. Her er det en relativt sterk korrelasjon mellom dette området og sosial og verbal trakassering. Dette kan delvis tilskrives et visst begrepsoverlapp mellom variablene som brukes for henholdsvis venneproblemer og trakasseringsproblemer. I tillegg indikerer de at barn og unge som har problemer med å få gode relasjoner til jevn gamle, også blir utsatt for sosial og verbal trakassering. Verbal trakassering skjer ved mer eller mindre åpenlys kommentering og kalling. Sosial trakassering er en mer subtil form for trakassering og fører til at barn og unge stenges ute. Sammenhengen kan også beskrives som at barn og unge som skårer lavt på venneproblemer, har gode vennerelasjoner og utsettes for lite verbal og sosial trakassering. Ved å stå utenfor fellesskapet vil en mangle sosial støtte, og en går glipp av aktiviteter der det foregår mye sosial læring.

Det å bli avvist fra fellesskapet går ut over barn og unges selvfølelse og utgjør en risiko for utvikling av psykiske vansker. Barn og unge som har venner, blir utsatt for mindre mobbing og trakassering, så vennerelasjoner er potensielt en god beskyttelsesfaktor.

Kofoed og Søndergaard (2009) omtaler mobbing som *sosiale prosesser på avveie*. Det handler om enten å være innenfor eller å bli satt utenfor fellesskapet. De som står utenfor, utsettes for mobbing og trakassering, og de som har definisjonsmakt, leder an i fellesskapet og står ofte bak mobbingen og trakasseringen. Rørnes (2007) beskriver hvordan denne definisjonsmakten kan vendes til det positive, ved bevisstgjøring i forhold til posisjon og ansvar i fellesskapet. Dette kan handle om hvordan voksne opptre som forbilder og ledere, og om hvordan voksne selv setter grenser og reagerer på mobbing og trakassering.

Vennerelasjoner er en faktor med potensielle til å kunne beskytte mot mobbing og trakassering (effektstørrelse 1,0). Venner gir sosial støtte, og barn og ungdom opplever at de er innenfor i en sosial kontekst. Barn og ungdom med venneproblemer er mer sårbare, de mangler sosial støtte og utsettes lettere for mobbing (Lund, 2011). Gode vennerelasjoner kan bidra til å hjelpe barn ut av stressende situasjoner med mobbing og trakassering.

Note: Denne artikkelen er basert på en mastergradsoppgave skrevet av Bodil Bakkelund Westgren: «*Det er fint å bli spurt*». *En kvantitativ studie av sammenhengen mellom psykisk helse og mobbing hos barn og ungdom*. UiT – Norges Arktiske Universitet, 2016. Spørreskjema er tilgjengelig fra nettsiden: <http://www.uit.no/tit>.

REFERANSER

- Arora, T. (1994). Measuring Bullying with the 'Life in School' Checklist. *Pastoral Care in Education*, 12(3), 11–15. doi: 10.1080/02643949409470880
- Arseneault, L., Bowes, L., & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: 'Much ado about nothing'? *Psychological Medicine*, 40, 717–729. doi: 10.1017/S0033291709991283
- Bakken, A. (red.) (2015). *Ungdata: nasjonale resultater 2014 (NOVA rapport 7/2015)*. <http://www.ungdata.no/Forskning/Publikasjoner/Nasjonale-rapporter> [Lesedato 27.02.18]
- Beckman, L., Hagquist, C., & Hellström, L. (2012). Does the association with psychosomatic health problems differ between cyberbullying and traditional bullying? *Emotional and Behavioural Difficulties*, 17, 421–434. doi: 10.1080/13632752.2012
- Bonanno, R. A., & Hymel, S. (2013). Cyberbullying and internalizing difficulties: Above and beyond the impact of traditional forms of bullying. *Journal of Youth and Adolescence*, 42, 685–697. doi: 10.1007/s10964-013-9937-1
- Campbell, M., Spears, B., Slee, P., Butler, D., & Kift, S. (2012). Victim's perceptions of traditional and cyberbullying, and the psychosocial correlates of their victimisation. *Emotional and Behavioral Difficulties*, 17, 389–401. doi: 10.1080/13632752.2012.704316
- Copeland, W. E., Wolke, D., Angold, A., & Costello, J. (2013). Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA Psychiatry*, 70, 419–426. doi: 10.10001/jamapsychiatry2013.504
- Erdur-Baker, O. (2010). Cyberbullying and its correlation to traditional bullying, gender and frequent and risky usage of internet-mediated communication tools. *New Media & Society*, 12(1), 109–125. doi: 10.1177/1461444809341260
- Folkehelseinstituttet (2014). *Psykisk helse hos barn og unge – Folkehelse rapporten 2014*. <http://www.fhi.no/artikler/?id=110703> [Lesedato 4.01.16]
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A Research Note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(5), 581–586.
- Haugen, R. (red.) (2008). *Barn og unges læringsmiljø 3 – med vekt på sosiale og emosjonelle vansker*. Kristiansand: Høyskoleforlaget AS.
- Heyerdahl, S. (2003). SDQ – Strength and Difficulties Questionnaire: En orientering om et nytt spørreskjema for kartlegging av mental helse hos barn og unge, brukt i UNGHUBRO, OPPHED og TROFINN». *Norsk Epidemiologi*, 13(1), 127–135.
- Kim, Y. S., & Leventhal, B. (2008). Bullying and suicide. A review. *International journal of adolescent medicine and health*, 20(2), 133.
- King, B. M., Rosopa, P. J., & Miniun, E. W. (2011). *Statistical Reasoning in the Behavioral Sciences*. 6th ed. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Kofoed, J., & Søndergaard, D. M. (red.) (2009). *Mobning – sociale prosesser på afveje*. København: Hans Reitzels forlag.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the Digital Age: A Critical Review and Meta-Analysis of Cyberbullying Research Among Youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073–1137. <http://psycnet.apa.org/journals/bul/140/4/1073.pdf> [Lesedato 30.01.17]
- Langos, C. (2012). Cyberbullying: the challenge to define. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 15(6), 285–289. doi: 10.1089/cyber.2011.0588
- Lagerspetz, K. M. J., Björkqvist, K., & Peltonen, T. (1988). Is indirect aggression typical of females? Gender differences in aggressiveness in 11- to 12-year-old children. *Aggressive behavior*, 14(6), 403–414. doi: 10.1002/1098-2337(1988)14:6<403::AID-AB2480140602>3.0.CO;2-D
- Lund, I. (2011). Sårbare elever i skolen. Ulike perspektiver og tilrettelegging av læringsmiljøet. *Spesialpedagogikk*, 2. Læringsmiljøsementer, Universitetet i Stavanger (2015). <http://laringsmiljosenteret.uis.no/mobbing/konsekvenser-av-mobbing/> [Lesedato 18.01.16]
- Læringsmiljøsementer, Universitetet i Stavanger (2017). *Å bli utsatt for mobbing – en kunnskapsoppsummering om konsekvenser og tiltak*. <http://www.uni.no/nb/uni-helse> [Lesedato 7.06.17]
- Myklestad, I., Roysamb, E., & Tambs, K. (2012). Risk and protective factors for psychological distress among adolescents: a family study in the Nord-Trøndelag Health Study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47, 771–782.
- NAOB. (2018). *NAOB – Det Norske Akademis ordbok*. <https://www.naob.no/ordbok> [Lesedato 22.02.18]
- Nordhagen, R. (2004). Helse og livskvalitet hos barn – takk begge deler. *Livsmot. Barn i Norge 2004. Årsrapport om barn og unges psykiske helse*. Oslo: Voksne for Barn.
- Olweus, D. (1992). *Mobbing i skolen. Hva vi vet og hva vi kan gjøre*. Oslo. Gyldendal Norsk Forlag AS
- Olweus, D. (2013). School bullying: development and some important challenges. *Annu Rev Clin Psychol*, 9, 751–780. doi: 10.1146/annurev-clinpsy-050212-185516
- Perren, S., Dooley, J., Shaw, T., & Cross, D. (2010). Bullying in school and cyberspace: Associations with depressive symptoms in Swiss and Australian adolescents. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 4, 28. doi: 10.1186/1753-2000-6-1

- Roland, E. (2007). *Mobbingsens psykologi. Hva kan skolen gjøre?* Oslo: Universitetsforlaget AS.
- Rutter, M., & Rutter, M. (2000). *Den livslange utvikling – forandring og kontinuitet*. Dansk utgave. København: Hans Reitzels Forlag AS.
- Rønning, J. A., Handegaard, B. H., & Sourander, A. (2004a). Self-perceived peer harassment in a community of Norwegian school children. *Child Abuse & Neglect*, 28, 1067–1079.
- Rønning, J. A., Handegaard, B. H., Sourander, A., & Mørch, W.-T. (2004b). The Strengths and Difficulties Self-Report Questionnaire as a screening instrument in Norwegian community samples. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 13, 73–82.
- Rønning, J. A., Thorvaldsen, S., Pettersen, G. O., Eidsvik, A. K., & Skaalvik, K. (2012). *Forskningsprosjektet Trivsel i Tromsø*. <http://www.uit.no/tit> [Lesedato 30.01.17]
- Rørnes, K. (2007). *Det motstandsdyktige «mobbeviruset»*. Kristiansand: Høgskoleforlaget AS.
- Sjursø, I. R., Fandrem, H. & Roland, E. (2016). Emotional Problems in Traditional and Cyber Victimization. *Journal of School Violence*, 15, 114–131.
- Slonje, R., Smith, P. K., & Frisén, A. (2013). The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 26–32. doi: 10.1016/j.chb.2012.05.024
- Smith, P. K., Madsen, K. C., & Moody, J. C. (1999). What causes the age decline in reports of being bullied at school? Towards a developmental analysis of risks of being bullied. *Educational research*, 41(3), 267–285.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49, 376–385. doi: 10.1111/j.1469-7610.2007.01846
- Smith, P. K. (2015). The nature of cyberbullying and what we can do about it. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 15(3), 176–184.
- Solberg, M. E., & Olweus, D. (2003). Prevalence estimation of school bullying with the Olweus Bully/Victim Questionnaire. *Aggr. Behav.*, 29, 239–268.
- Sosial- og helsedirektoratet (2007). *Veileder i psykisk helsearbeid for barn og unge i kommunene*. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet.
- Staksrud, E. (2013). *Digital mobbing: hvem, hvor, hvordan, hvorfor – og hva kan voksne gjøre?* Oslo: Kommuneforlaget.
- Tetzchner, S. von (2012). *Utviklingspsykologi*. 2. utgave. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Thorvaldsen, S., Stenseth, A.-M., Egeberg, G., Pettersen, G. O., & Rønning, J. A. (2016). Cyber Harassment and Quality of Life. I Eyvind Elstad (red.), *Digital Expectations and Experiences in Education*, 163–182. Sense Publishers.
- UiB. (2018). *Bokmålsordboka*. <http://ordbok.uib.no> [Lesedato 22.02.18]
- Vandebosch, H., & Van Cleemput, K. (2008). Defining cyberbullying: a qualitative research into the perceptions of youngsters. *Cyberpsychol Behav*, 11(4), 499–503. doi: 10.1089/cpb.2007.0042
- Vatn, A. S., Bjertness, E., & Lien, L. (2007). Mobbing og helseplager hos barn og ungdom. *Tidsskrift for den Norske legeforening*, 15, 1941–1944.
- Ybarra, M. L., Diener-West, M., & Leaf, P. J. (2007). Examining the Overlap in Internet Harassment and School Bullying: Implications for School Intervention. *Journal of Adolescent Health*, 41(6), S42–S50. doi: 10.1016/j.jadohealth.2007.09.004
- Ybarra, M. L., Boyd, D., Korchmaros, J. D., & Oppenheim, J. K. (2012). Defining and measuring cyberbullying within the larger context of bullying victimization. *Journal of Adolescent Health*, 51(1), 53–58. doi: 10.1016/j.jadohealth.2011.12.031