

# Digital mobbing

*-en undersøkelse av de skolebaserte antimobbeprogrammene  
KiVa og Olweus og deres effekt på digital mobbing*

Doris Angelica Quintana-Danielsen



**Masteroppgave i pedagogikk**

**Pedagogisk-psykologisk rådgivning**

**Institutt for Pedagogikk**

**Det utdanningsvitenskapelige fakultet**

**UNIVERSITETET I OSLO**

**Vår 2014**



© Doris Angelica Quintana-Danielsen

2014

Digital mobbing – en undersøkelse av de skolebaserte antimobbeprogrammene KiVa og Olweus og deres effekt på digital mobbing

Doris Angelica Quintana-Danielsen

<http://www.duo.uio.no/>

Trykk: Representeren, Universitetet i Oslo

# Sammendrag

**TITTEL:**

Digital mobbing

-en undersøkelse av de skolebaserte antimobbeprogrammene KiVa og Olweus og deres effekt på digital mobbing

**AV:**

Doris Quintana-Danielsen

**EKSAMEN:**

Masteroppgave i pedagogikk

Studieretning pedagogisk-psykologisk rådgivning

**SEMESTER:**

Våren 2014

**STIKKORD:**

digital mobbing

mobbing

sosial kognitiv læringsteori

## **Problemområde**

Denne oppgaven har som sitt mål å rette oppmerksomheten mot digital mobbing og å se nærmere på rollen som skolebaserte antimobbeprogrammer kan ha for forebyggingen – eller reduksjonen av digital mobbing blant barn og unge. Arbeidet mot mobbing i skoler har den siste tiden blitt innlemmet i barn og unges skolehverdag, gjennom skolebaserte programmer som alle elever må gjennom. Dette fokuset som rettes mot mobbing har som mål å redusere mobbingen i skolen. Hva med digital mobbing? Mye av den digitale mobbingen pågår utenfor skoletiden (Staksrud 2013). Vil skolebaserte antimobbeprogrammer kunne virke inn på denne typen mobbing som i stor grad skjer utenfor lærernes arbeidstid? I denne oppgaven vil jeg se nærmere på to skolebaserte antimobbeprogrammer; Olweus-programmet og KiVa. Disse programmene har det til felles at de er intervensjonsprogrammer som har som mål å redusere omfanget av mobbetilfeller blant skoleelever. Programmene blir implementert som del av skoleopplæringen for flere elever i blant annet Norge (Olweus) og Finland (KiVa). Begge har sitt hovedfokus på «tradisjonell» mobbing, altså den mobbingen som foregår ansikt til ansikt gjennom fysisk og verbal aggresjon, utestenging eller baksnakking.

## **Metodisk tilnærming, kilder og teoretisk bakgrunn**

For å besvare problemstillingen i oppgaven har litteraturstudie blitt brukt, og i hovedsak er oppgaven basert på nyere nasjonal og internasjonal forskning på det aktuelle feltet. Artikler om digital mobbing og tradisjonell mobbing, samt evalueringsrapporter fra antimobbeprogrammene Olweus og KiVa, utgjør mesteparten av kildene til oppgaven. Boken til Elisabeth Staksrud (2013), «Digital mobbing. Hvem, hvor, hvordan, hvorfor – og hva kan voksne gjøre?» vil også bli brukt for å forklare hva digital mobbing er. Oppgaven har sosial kognitiv læringsteori som sitt teoretiske utgangspunkt. Teorien anser menneskelig atferd som et produkt av interne kognitive og personlige faktorer i mennesket og sosiale mekanismer som tilpasning og forandring (Bandura, 2001). Mobbing, både tradisjonell og digital, kan betraktes på som et produkt av interaksjonen mellom individuelle faktorer hos mobbere og mobbeofre og påvirkning fra miljøet. Hvis skoleelever blir lært opp i å forstå hva mobbing er, hvordan takle den, hvem de kan kontakte om de blir utsatt for mobbing, og til slutt hvordan få slutt på mobbing, kan dette være med på å bidra til at elevene endrer sine praksiser rundt det å mobbe andre eller være tause vitner til at andre plages over tid.

## **Hovedfunn**

Evalueringsrapportene fra Olweus - programmet og KiVa antimobbeprogram viser en nedgang i antall rapporterte mobbetilfeller etter programmets slutt, også for de elevene som opplevde å bli mobbet gjennom digitale medier. Funnene tyder på at skolebaserte antimobbeprogrammer ikke bare bidrar til en nedgang i antall rapporterte tilfeller av tradisjonell mobbing, men også digital mobbing (Olweus, 2012, Salmivalli et.al, 2011). Arbeidet med slike programmer viser seg å være effektiv, men en bør også rette fokuset mot foreldre og deres rolle i forebyggingen og reduksjonen av digital mobbing (Staksrud, 2013). Tilgangen på digital teknologi og barn og unges aktive deltakelse i sosiale medier vil trolig kreve en ny form for årvåkenhet hos lærere og foreldre i forbindelse med det å oppdage digital mobbing. Derfor kan det virke som om kombinasjonen mellom skolebaserte antimobbeprogrammer og oppfølging fra foreldre kan bidra til å redusere eller forebygge forekomster av digital mobbing blant barn og unge. Programmer som er rettet mot å redusere eller forebygge tradisjonell mobbing bør samtidig vie større oppmerksomhet til digital mobbing, slik at barn og unge lærer seg gode håndteringsstrategier som de kan bruke hvis de skulle oppleve ubehagelige digitale situasjoner som for eksempel mobbing gjennom Internett og mobiltelefon.



# Forord

Denne oppgaven er dedikert til alle barn og unge som opplever en eller annen form for mobbing i hverdagen, og til alle som nå er voksne, men sitter igjen med vonde minner fra barndommen eller ungdomstiden på grunn av mobbing. Til N.C.C.: takk for tillitten du viste meg da du fortalte meg din historie, og for at du inspirerte meg til å skrive om digital mobbing. Jeg håper at en større bevisstgjøring rundt temaet kan føre til at færre opplever det du måtte gjennom.

Skriving av masteroppgave har vært en spennende, men krevende oppgave, og jeg har klart å komme i mål takket være flere personer:

Først og fremst vil jeg takke Hans Christian Arnseth, min veileder, som har kommet med oppmuntrende ord og konstruktiv kritikk underveis i skriveprosessen.

Tusen takk til familien, uten deres støtte og oppmuntring ville ingenting ha blitt skrevet. Mamma og pappa, dere har inspirert meg til å studere og til å fortsette å stå på videre, selv om veien av og til har vært vanskelig. Gracias! Søstre mine, Claudia og Natalia, dere har sørget for å dra meg ut av studiebobla, holdt meg med godt selskap og gitt meg mye å le av. Takk!

Jeg vil takke min kjære Christer – uten deg ville ikke mastergraden vært en realitet. Takk for at du fikk meg til å fortsette på studiet, og for den støtten du har vist meg hele veien. Michael, du har vært super til å la mamma lese og jobbe med skolen. Gleder meg til jeg kan være den som hjelper deg med lesingen og skolearbeidet.

Medstudiner på kullet: det har vært en sann glede å ha studert sammen med dere. Takk for at dere alltid var så positive og greie, og for at dere gledet dere over andres bragder. Ønsker dere alle det beste videre!

En stor takk til Stine Jonsrud som tok seg tid til å korrekturlese oppgaven før innlevering. Takk for gode tilbakemeldinger!

Oslo, mai 2014

Doris Angelica Quintana-Danielsen





*«What makes cyberbullying so dangerous... is that anyone can practice it without having to confront the victim. You don't have to be strong or fast, simply equipped with a cell phone or a computer and a willingness to terrorize» (King, 2006, fra Kowalski, Limber & Agatston, 2012, s. 1).*

# Innholdsfortegnelse

1	Innledning.....	1
1.1	Problemstillinger .....	4
1.2	Avgrensninger .....	5
1.3	Disposisjon .....	6
2	Digital mobbing.....	8
2.1	Mobbing som et gruppefenomen .....	11
2.2	Hvor mange blir utsatt for digital mobbing? .....	13
2.3	Mulige konsekvenser av digital mobbing.....	15
2.4	Digital mobbing på timeplanen .....	17
3	Teoretisk bakgrunn.....	20
3.1	Sosial kognitiv teori.....	20
3.2	Læring og sosial kognitiv teori.....	21
3.3	Mestringstro.....	24
3.4	Mobbing og sosial kognitiv teori.....	25
4	Antimobbeprogrammene KiVa og Olweus .....	31
4.1	KiVa.....	31
4.2	Effekt av KiVa på mobbing og digital mobbing – to studier .....	34
4.3	Olweus-programmet mot mobbing og antisosial atferd .....	38
4.4	Effekt av Olweus-programmet på mobbing og digital mobbing.....	42
5	KiVa og Olweus – fungerer disse programmene mot digital mobbing?.....	47
5.1	KiVa og digital mobbing .....	48
5.2	Olweus – programmet og digital mobbing .....	49
5.3	Skolebaserte programmer og digital mobbing.....	51
6	Konklusjon .....	55
6.1	Hva vet voksne om digital mobbing? .....	55
6.2	Forebygging av digital mobbing.....	56
6.3	Voksne som rollemodeller.....	57
6.4	Håndteringskompetanse.....	59
6.5	Oppsummering .....	62
	Litteraturliste .....	65

Fig. 1. Forekomst av tradisjonell mobbing sammenliknet med digital mobbing blant barn i Europa og Norge. Tall fra EU Kids-undersøkelsen 2010. ....	13
Fig. 2. Tall fra den norske Elevundersøkelsen 2013. «Trygg miljø» på skolen.....	14
Heftene «Arbeid mot mobbing» og «Manifest mot mobbing 2011 – 2014» (www.udir.no)..	18
Gjengitt med tillatelse av Utdanningsdirektoratet.....	18
Fig. 3. Banduras modell om resiprok determinisme (Learning Solutions Magazine, 2014). ..	21
Fig. 4.: Representasjon av mestringsstro (Bandura, 1977) .....	25
KiVa logo, gjengitt med tillatelse av C. Salmivalli, 2014.....	31
Fig. 5: Tall fra undersøkelsen i USA i årene 2007 – 2010. Viser hvor mange som blir mobbet verbalt kontra digitalt. N = 447000. ....	45
Fig. 6: Tall fra undersøkelsen i Norge i årene 2006 – 2010. Viser hvor mange som blir mobbet verbalt kontra digitalt. 41 Osloskoler og 9000 elever. ....	45
Fig. 7. Hva norske og europeiske barn gjorde etter at de ble mobbet på Internett (2010, i %). Tall fra EU Kids Online undersøkelsen. ....	60

# 1 Innledning

I mars 2013 ble Sverige rystet av en tragisk hendelse der overgrep og trakassering på nettet antakeligvis drev en 13 år gammel jente til å begå selvmord. Jenta ble påkjørt av et tog i Kumla, Sverige, men politiet tror ikke dødsfallet skyldtes en ulykke. De tror jenta tok sitt liv etter å ha blitt mobbet på nettet over en lang periode. Jenta hadde tidligere lagt ut en video på YouTube der hun fortalte om mobbingen, og der hun blant annet fortalte at hun hadde fått meldingen: «Så stygg. Ta livet av deg». Politiet fortalte under en pressekonferanse at jenta hadde blitt filmet og fotografert og at disse bildene enten ble lagt ut på Internett, eller at jenta ble truet med at de ville bli offentliggjort på nettet. En nettpedofil mann midt i 40-årene har blitt arrestert, mistenkt for å stå bak internettmobbingen. Mannen er mistenkt for seksuell trakassering og utnyttelse av flere barn som han har tatt bilder av, deriblant den 13 år gamle jenta. Ann-Kristin Fiskerud, foredragsholder i Barnevakten, mener at det er en generasjonskløft mellom dagens barn som er født online og deres foreldre. Hun mener at mange foreldre tror at bare barna kan folkeskikk, så klarer de å oppføre seg online også. Det er for barna lettere å være stygg mot andre når man ikke vet hvem man forholder seg til. Fiskerud mener at det bare er et tidsspørsmål før det skjer en lignende tragedie her i Norge (Rasmussen, 2013).

Høsten 2013 var det mange barn og unge i Bergensområdet som brukte «appen» (applikasjon til smarttelefon) og nettstedet Ask.fm til å mobbe andre. Appen tillater at man anonymt kan sende spørsmål og meldinger til andre, hvor brukerne har tilgang til programmet gjennom datamaskinen, mobiltelefonen eller nettbrettet. Flere rektorer gikk ut og advarte foreldre og elever om Ask.fm fordi de ble gjort oppmerksomme på grov hets og sjikane. Hvem som helst kan klikke seg inn på nettsiden og lese hva som blir skrevet på profilene. Rektor ved Olsvik skole har gått så langt som å anmode foreldre om å avinstallere appen fra barnas mobiltelefoner. I Storbritannia og Irland er fire tenåringsselevmord knyttet til bruken av ask.fm (Thomassen, 2013).

I februar 2014 ble det opprettet en anonym sladderprofil på Twitter som spredte sladder om navngitte ungdommer ved Kirkeparken videregående skole i Moss. Innholdet i meldingene handlet blant annet om hvem som skal ha hatt sex med hvem. Gjennom en annen sladderprofil på Twitter ble det spredt sex-rykter og sladder om ungdommer i Fredrikstad. Twitterkontoene skal ha hatt flere tusen følgere som kunne lese om hvem som angivelig skal ha hatt sex med

hverandre, vært i slåsskamp eller dummet seg ut. Twitterprofilene ble slettet etter at de ble anmeldt. Rektoren ved Kirkeparken videregående skole oppfordret alle til å ta avstand fra Twitterkontoen og fra sladder på nettet. Hun oppfordrer også skoleansatte til å være tilstede i sosiale medier slik at det blir lettere å fange opp situasjoner som går utover deres elever (Askim, 2014, Urstad, 2014).

De overnevnte eksemplene illustrerer ekstreme tilfeller av digital mobbing, men bidrar til å peke på et viktig fenomen. I dag har bruken av digitale verktøy som smarttelefoner, nettbrett og datamaskiner blitt del av livet til de fleste av oss. På nettet kan vi blant annet søke etter informasjon, holde oss oppdatert på nyheter, høre på musikk, se på film og være sosiale. Hvor tidlig barn får kontakt med Internett varierer fra land til land og fra familie til familie, men i Norge vil barn som er født etter 2010 i gjennomsnitt starte med å bruke Internett når de er 12 – 18 måneder gamle (Staksrud, 2013). Dette skjer i hovedsak gjennom kontakt med applikasjoner for smarttelefoner eller nettbrett som er utviklet for små barn. Barn som er vokst opp med å bruke Internett vil benytte flere sider ved nettet enn det foreldrene gjør til daglig. Norske barn er aktive brukere av nettet, og Internett har blitt en del av barn og unges hverdag (Staksrud, 2013). Nettopp fordi det har blitt en del av hverdagen kan man finne både positive og negative sider ved barn og unges Internettbruk.

De fleste barn og unge vil bruke Internett på en ansvarlig måte, men det finnes de som velger å bruke nettet til å ydmyke, plage, henge ut og personlig angripe andre. Dette blir kalt for digital mobbing og kan defineres på mange ulike måter. Oppsummert kan man si at digital mobbing er når en med vilje og gjentatte ganger skader en annen gjennom bruken av datamaskiner, smarttelefoner eller andre elektroniske og digitale verktøy (Sabella, Patchin & Hinduja, 2013). På mange måter kan digital mobbing sammenliknes med «tradisjonell» mobbing, altså den mobbingen som foregår mellom to eller flere individer der den som blir mobbet utsettes for gjentatt negativ atferd som kan være fysisk, verbal eller kroppsspråklig (Staksrud, 2013). Samtidig kan man se at det finnes enkelte aspekter ved den digitale mobbingen som skiller den fra den tradisjonelle (se kapittel om digital mobbing). En av forskjellene er at den digitale mobbingen ikke trenger å skje på skolen eller etter skoletid. Det kan skje mens elever har ferie eller i helgene, og betyr for den som blir mobbet at det er vanskelig å slippe unna (Staksrud, 2013). Olweus (2012a) har i en undersøkelse av elever i USA og Norge funnet ut at det er en høy grad av overlapping mellom elever som blir mobbet på tradisjonelt vis og de som mobbes digitalt. 88 % av de amerikanske elevene som

rapporterte at de ble mobbet digitalt ble også mobbet på skolen. 93 % av de norske elevene rapporterte at de ble mobbet både digitalt og tradisjonelt (Olweus, 2012a). Det finnes ulike tall på forholdet mellom digital mobbing og mobbing utenfor nettet fra forskjellige undersøkelser. Elevundersøkelsen fra 2012 viser 35 % overlapping mellom disse formene for mobbing (Staksrud, 2013). Siden det kan virke som om elever som mobbes i skolen også har en tendens til å mobbes digitalt er det viktig å sette fokuset på hva en kan gjøre for å hindre at disse elevene opplever mobbing generelt.

I «Manifest mot mobbing 2011 – 2014», som er et dokument der den norske regjeringen og flere nasjonale parter forplikter seg for å arbeide for å redusere og forebygge mobbing, er også digital mobbing nevnt som en mer skjult form for mobbing som bør tas tak i (Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet, 2011). Mobbing generelt er nevnt i opplæringsloven § 1-1 siste ledd og sier blant annet at «Alle former for diskriminering skal motarbeidast» (Utdanningsdirektoratet, 2011, s. 4). Videre står det i opplæringslovens § 9a-3 at skolens ansatte og dens ledelse har ansvar for å få slutt på mobbing (Utdanningsdirektoratet, 2011). En måte å få bukt med mobbingsproblematikken har vært gjennom ulike skolebaserte antimobbeprogrammer som har blitt implementert i skoler både i Norge og i andre land. Disse har til hensikt å forebygge eller redusere antall mobbetilfeller blant elever. I denne oppgaven kommer jeg til å se nærmere på to skolebaserte antimobbeprogrammer. KiVa er et antimobbeprogram som ble utviklet ved Universitetet i Turku, Finland i 2006, av Christina Salmivalli, Elisa Poskiparta og Antti Kärnä. Programmet er basert på oppfatningen av mobbing som et gruppefenomen. Her fokuseres det i stor grad på elevene som hverken er mobbere eller mobbeofre, og hvordan deres atferd kan påvirke mobbingen og ofrene (Salmivalli, Kärnä & Poskiparta, 2011). Olweus-programmet er utviklet av Dan Olweus ved Universitetet i Bergen og har som mål å redusere mobbing i skolen. I Olweus-programmet betraktes også mobbingen som et gruppefenomen der sosial smitte kan bidra til opprettholdelsen av mobbingen i elevgrupper (Olweus & Solberg, 2006). Begge disse antimobbeprogrammene har blitt prøvd ut på et stort antall elever og er fortsatt brukt både i Finland og i Norge. Hverken KiVa eller Olweus har sitt hovedfokus på reduksjon eller forebygging av digital mobbing, men digital mobbing nevnes i begge programmene som en form for mobbing. I denne oppgaven vil det bli sett på om KiVa og Olweus-programmet kan bidra til å redusere eller forebygge tilfeller av digital mobbing, men også på hva slike programmer trenger mer av for å lære barn og unge ulike håndteringsstrategier og retningslinjer for deres møte med Internett-verdenen. I oppgaven refererer jeg også til EU

Kids Online undersøkelsen fra 2010, som har kartlagt ulike sider ved barn og unges bruk av Internett, risikoer og muligheter knyttet til dette. Undersøkelsen sammenlikner norske og europeiske barns Internettvaner (The London School of Economics and Political Science [LSE], 2013). Oppgaven handler om digital mobbing; hva som gjør den til en form for mobbing som en bør være oppmerksom på, hvordan en kan oppdage den, og hva en kan gjøre for å bekjempe den. Dagens barn er født inn i en digital verden som de fleste har tilgang til, og Internett har blitt en arena der en møter andre mennesker. Derfor er det viktig å være oppmerksom på at mobbing også kan skje gjennom en skjerm, bak en skjult identitet. Digital mobbing kan føre til at mange barn og unge har det vanskelig både på skolen og på fritiden. For å forebygge, redusere og til slutt fjerne den digitale mobbingen fra barn og unges liv er det derfor viktig å rette oppmerksomheten mot dette fenomenet, noe jeg ønsker å gjøre med denne oppgaven.

## 1.1 Problemstillinger

I denne oppgaven kommer jeg til å rette oppmerksomheten mot digital mobbing som fenomen. Jeg kommer til å peke på egenskaper som denne formen for mobbing har, som skiller den fra tradisjonell mobbing. Hovedproblemstillingen blir følgende:

Hva er digital mobbing, hvordan utarter den seg og på hvilken måte er den ulik tradisjonell mobbing?

For å skrive noe om dette vil det i oppgaven være en underproblemstilling. I oppgaven vil jeg se nærmere på to skolebaserte antimobbeprogrammer, og undersøke om de kan spille en positiv rolle i forebyggingen eller reduksjonen av digital mobbing. Underproblemstillingen blir følgende:

På hvilken måte kan antimobbeprogrammer som KiVa og Olweus være med på å forebygge eller redusere digital mobbing?

Oppgaven baserer seg på allerede eksisterende forskning om digital mobbing, tradisjonell mobbing og på effekten av de valgte antimobbeprogrammene. Artikkene og bøkene som blir brukt er både skandinaviske og internasjonale. Dette er valgt med hensikt for å gi leseren en større forståelse av hva digital mobbing er slik at mobbingen ikke er avgrenset til et bestemt



geografisk område, da det ikke finnes slike grenser i den digitale verdenen. Oppgaven baserer seg i stor grad på nyere forskning, da digital mobbing er et relativt nytt fenomen. Hvis skolebaserte antimobbeprogrammer kan bidra til å redusere omfanget av tradisjonell mobbing og digital mobbing, kan bruken av slike intervensjonsprogrammer føre til at flere barn og unge får en tryggere og mindre stressende hverdag.

## 1.2 Avgrensninger

Det finnes mye informasjon og mange undersøkelser som tar for seg fenomenet mobbing. Denne oppgaven kommer i hovedsak til å dreie seg om digital mobbing. Siden det finnes mange overlappende trekk mellom den digitale mobbingen og den tradisjonelle mobbingen vil begge formene likevel omtales. Som det fremkommer av problemstillingene vil hovedfokuset være rettet mot digital mobbing og hvorvidt skolebaserte programmer kan virke positivt inn på reduksjonen og forebyggingen av dette. Mobbing og trakassering brukes ofte om hverandre, da de har flere likhetstrekk. Trakassering kan sies å være en uprovosert form for aggresjon rettet mot et annet individ eller en gruppe individer. Mobbing inneholder også de overnevnte komponentene i en mer alvorlig grad, og handlingene varer over en lengre tidsperiode mot et eller flere individer som har vanskelig for å forsvare seg (Hinduja & Patchin, 2009). Selv om trakassering også kan oppleves som ubehagelig er det ikke mobbing hvis det ikke gjentar seg over tid, ifølge disse forfatterne (Hinduja & Patchin, 2009). Kowalski, Limber og Agatston (2012) derimot definerer trakassering som ord, atferd eller handlinger som ofte gjentar seg og som er rettet mot et bestemt menneske for å plage, skape emosjonelt ubehag eller irritere. Disse forfatternes definisjon av trakassering overlapper med definisjonen av mobbing, det vil si at begrepene trakassering og mobbing brukes om hverandre. Hvem som utfører handlingen er med på å bestemme om man kaller det mobbing eller trakassering. Er det barn som utfører den negative handlingen kaller man det mobbing, mens det kalles trakassering når det er voksne som gjør det samme (Kowalski et.al., 2012). Det blir også nevnt at hensikten bak handlingen kan være med på å skille mellom trakassering og mobbing. Erting som ikke har en aggressiv hensikt blir ikke omtalt som mobbing. Men hvem bestemmer om ertingen hadde til hensikt å såre eller skade? Det blir enkelt for en som mobber digitalt å forsvare sine handlinger med å si at det bare var erting, og at det heller var mottakeren som var for sensitiv (Kowalski et.al., 2012). Hvem som mobbes avgjøres av

offeret, hans eller hennes opplevelse av situasjonen og om de mener at det er uskyldig moro eller mobbing (Staksrud, 2013). Denne oppgaven vil handle om gjentatte negative handlinger som rettes mot et eller flere individer over tid, og begrepet mobbing vil brukes for å omtale dette.

Det finnes flere skolebaserte antimobbeprogrammer som brukes for å bekjempe mobbing i skoler. Denne oppgaven vil kun omtale to av dem: KiVa og Olweus - programmet. Det finnes trolig flere tiltak som kan iverksettes for å redusere eller forebygge digital mobbing, og noen av dem vil bli nevnt i oppgaven. Hovedfokuset vil likevel være rettet mot de valgte skolebaserte antimobbeprogrammenes effekt på digital mobbing.

## **1.3 Disposisjon**

Oppgaven er delt inn i 6 kapitler som skal handle om de overnevnte problemstillingene.

Kapittel 1 er innledningen og skal kort fortelle hva oppgaven skal handle om.

Kapittel 2 skal forklare begrepet digital mobbing. Definisjoner, særtrekk og omfang av digital mobbing skal presenteres. Kapitlet har til hensikt å gi leseren bakgrunnsinformasjon om hva digital mobbing er, hvor utbredt det er og hvorfor det kan være et problem for de som er utsatt for det. Her vil digital mobbing bli sammenliknet med tradisjonell mobbing for å vise hva de har til felles og hva som skiller dem.

Kapittel 3 forklarer hva som er oppgavens teoretiske bakgrunn. Her presenteres sosial kognitiv teori og hvordan en kan se på mobbing i lys av denne teorien. Kapitlet vil ta for seg elementer som individets rolle, miljøets rolle og instruksjonens rolle i forhold til digital mobbing - og bekjempelsen av dette. Teorien skal bidra til å forstå at menneskelig læring ikke bare påvirkes av individet selv, men også av det miljøet som mennesket befinner seg i.

Kapittel 4 presenterer KiVa og Olweus - programmet. Kapitlet inneholder forskningsresultater fra undersøkelser som viser effekten av programmene og hva disse har hatt å si for reduksjonen eller forebyggelsen av digital mobbing.

Kapittel 5 er et drøftetekapittel der oppgavens hovedproblemstilling vil bli tatt opp. Funn fra undersøkelser nevnt i kapittel 5 vil drøftes opp mot hvorvidt skolebaserte antimobbeprogrammer også kan fange opp digital mobbing. Kapittelet vil også drøfte hvorvidt digital mobbing kan anses som en egen form for mobbing eller som en underkategori av tradisjonell mobbing.

Kapittel 6 vil inneholde forslag på praktiske tiltak som kan bidra til å redusere og forebygge digital mobbing, både på skolenivå og individnivå. Kapittelet vil også omtale voksnes rolle i digital mobbing og hvordan voksne kan hjelpe til å forebygge denne formen for mobbing hos barn og unge. Kapittelet vil også handle om hvordan voksne bør tenke på sin egen nettatferd og hva slags signaler atferden sender til barn og unge. Avslutningsvis nevnes hvordan voksne kan støtte barn og unge som allerede er utsatt for digital mobbing.

## 2 Digital mobbing

Dette kapittelet kommer til å presentere ulike definisjoner på hva digital mobbing er og hvordan den skiller seg fra tradisjonell mobbing. Videre vil tall fra EU Kids undersøkelsen og Den Norske Elevundersøkelsen fra 2013 bli lagt fram for å illustrere omfanget begge typer mobbing. Mulige konsekvenser av digital mobbing, både for offeret og den som utfører den negative handlingen, blir også presentert i dette kapittelet. Avslutningsvis kommer det et avsnitt om hva som allerede gjøres i norske skoler for å bekjempe og forebygge mobbing.

Digital mobbing er noe som hører til i den digitale hverdagen vi lever i. Foreløpig finnes det ikke en bestemt definisjon på hva digital mobbing er, men det hjelper å se på ordene «digital» og «mobbing» hver for seg, for så og danne seg et bilde av hva digital mobbing kan være. Med «digital» menes gjennom Internett, smarttelefoner, nettbrett med mer (Langos, 2011). «Mobbing» har også flere definisjoner, men det er bred enighet om Olweus' definisjon om at den innebærer aggressive handlinger som har til hensikt å såre eller skade, de er gjentatte handlinger som utføres over tid, og det er en ubalanse i maktforholdet mellom den som mobber og mobbeofferet (Staksrud, 2013). Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet (2011) definerer mobbing som:

*«Med mobbing mener vi gjentatt negativ eller «ondsinnnet» atferd fra en eller flere rettet mot noen som har vanskelig for å forsvare seg. Systematisk utestenging eller gjentatt erting på en ubehagelig måte er også mobbing» (s.3).*

Digital mobbing deler mange likhetstrekk med tradisjonell mobbing. Likevel kan det være hensiktsmessig å se på det som er ulikt med disse formene for mobbing, da de kan utarte seg på flere forskjellige måter som av og til kan være vanskelige for voksne å oppdage.

Siden digital mobbing skjer uavhengig av en fysisk nærhet mellom mobber og mobbeoffer, kan det oppleves som om mobbingen alltid er der (Staksrud, 2013). Er mobbingen av en direkte art, det vil si at mobberen sender meldinger direkte til mobbeofferet gjennom mobiltelefon, Instant Message eller e-post, spiller det ingen rolle om det er helg eller skoleferier (Langos, 2011). Mobbingen skjer selv om mobberen er langt unna. Skandinaviske barn og unges enkle tilgang til Internett, og at de bruker det til aktiviteter som informasjonsinnhenting, underholdning og sosial kontakt med andre, fører også til at det er vanskelig å logge seg av hvis noen sender ekle eller ubehagelige meldinger. Det å være

«online» er viktig for mange av dagens barn og unge (Staksrud, 2013). Den digitale mobbingen har ingen avgrensninger på tid og rom. Derfor kan mobbeofferet oppleve det som belastende å ikke vite om noen har skrevet noe krenkende om han / henne på nettet. Dette kan også være en av grunnene til at det å skru av mobiltelefonen eller logge seg av ikke er den mest gunstige strategien for å unngå mobbingen (Staksrud, 2013).

I digital mobbing er det ikke bare ord som brukes for å mobbe. I tillegg kan audiovisuelt materiale som bilder, filmer og lydklipp brukes i mobbingen. De fleste barn og unge i dag har egne mobiltelefoner som også har kamera, videokamera og lydinnspillingsmuligheter. Disse kan brukes til å filme eller ta bilder av mobbeofferet som igjen kan brukes mot han / henne (Staksrud, 2013). Er mobbingen av indirekte art, det vil si at mobberen legger ut krenkende ytringer, bilder og lignende om mobbeofferet på sosiale medier, blogger, Twitter og andre offentlige arenaer på Internett, kan bruken av audiovisuelt materiale spres til mange, og deles til uendelig mange mottakere (Langos, 2011, Staksrud, 2013). Bilder og filmer av mobbeofferet kan manipuleres inn i bilder av pinlige situasjoner, som for eksempel at bilder av ansiktet til mobbeofferet settes inn så det ser ut som om mobbeofferet er nakent eller har sex med noen. For den som blir mobbet kan det oppleves som vanskelig å be voksne om hjelp når slike bilder eller filmer eksisterer (Staksrud, 2013). Ekstra vanskelig kan det være å be voksne om hjelp når bilder av mobbeofferet er blitt delt av mobbeofferet selv i en privat sammenheng, for eksempel at man har sendt lettkledde bilder av seg selv til en kjæreste, som har valgt å dele disse til andre (Staksrud, 2013).

På Internett blir det lettere synlig for andre hvor stort sosialt nettverk en har, som for eksempel hvor mange venner en har på Facebook, hvem som følger en på Instagram, og så videre. For de elevene som ikke har så mange venner utenfor nettet, vil den sosiale eksklusjonen være enda mer synlig. Venneforespørsler som ikke blir svart og det at man ikke blir invitert på lukkede grupper kan oppleves som sårt for de som blir holdt utenfor. Derfor kan det å ikke bli inkludert på nettet være vanskelig for den det gjelder (Staksrud, 2013).

Digitale verktøy gir mobberne en unik mulighet til å skjule sin identitet. På Internett kan man operere under pseudonymer, lage seg e-postadresser som ikke røper ens identitet eller endre innstillingene på mobiltelefonen slik at mottakeren av meldinger og samtaler ikke kan se hvem som ringer (Langos, 2011). Andre kan oppleve at noen tar over deres profil på sosiale medier og skriver eller legger ut informasjon som kan oppfattes som krenkende eller ufin. Dette kalles for «Facerape». På denne måten kan mobberne gjemme seg bak andres identitet

og få eieren av profilen til å ta konsekvensene av informasjonen de har lagt ut på en annens nettprofil (Staksrud, 2013). I Sverige var det i desember 2012 en sak der to jenter på 15 og 16 år ble tiltalt for grov ærekrenkelse av 46 ungdommer. Jentene opprettet en konto på Instagram, en populær bildedelingsside, under en annen jentes navn. Her skulle de kåre «Gøteborgs største hore» og det strømmet inn cirka 1000 bilder av ungdommer som angivelig skulle passe til beskrivelsen. Jenta som sto som eier av Instagram-kontoen hadde ikke kjennskap til kontoen, men skulle «tas» av flere hundre ungdommer som samlet seg utenfor jentas gymnas. Dette førte til opptøyer og politiet måtte bringe jenta i sikkerhet (Letvik, 2013). Saken i Gøteborg gir oss et bilde av hvor lett det er å miste kontrollen over informasjon som legges ut på Internett og hvor mye skade det kan gjøre. Samtidig viser denne hendelsen at det finnes lover og regler som regulerer hva man kan legge ut på Internett, noe dagens barn og unge bør lære ganske tidlig.

På en annen side kan digital mobbing lettere dokumenteres, fordi den er enten skriftlig eller består av audiovisuelt materiale som en kan vise til andre. Det å ta vare på krenkende meldinger på mobiltelefonen eller e-poster med uønsket innhold kan bidra til å identifisere avsenderen. Det å lagre bilder av skjermen, såkalte skjermdump, kan også føre til at en lagrer bevis på uønsket atferd på Internett, slik at man lettere kan finne mobberne (Staksrud, 2013). Tradisjonell mobbing kan være vanskeligere å dokumentere så lenge det ikke er vitner som kan bekrefte at mobbingen har funnet sted. Det er dermed ikke sagt at digital mobbing er enkelt å stoppe, bare fordi man har bevis i form av meldinger eller skjermdumper. Mange barn og unge mangler kunnskaper om hvordan de skal håndtere å bli mobbet digitalt, og sletter dermed uønskede meldinger og e-poster og slår av PC-en i håp om at mobbingen skal ta slutt (Pieschl & Urbasik, 2013). Som tidligere nevnt kan innholdet i den digitale mobbingen, særlig i form av audiovisuelt materiale, være pinlig og ofte seksuelt ladd. Dette kan føre til at barn og unge avstår fra å gi beskjed til voksne.

Fordi dagens barn og unge ferdes på andre deler av Internettet enn foreldre, lærere og andre voksne, kan den digitale mobbingen foregå under radaren på oss. Mens voksne leser nettaviser, betaler regninger og søker etter matoppskrifter, sitter barn og unge og chatter, oppdaterer statuser på Facebook eller kommenterer andres bilder på Instagram. Mange barn og unge har unnlatt å legge til foreldrene eller andre voksne på Facebook-sida si, slik at det som foregår der ikke er synlig for voksne. Fordi digital mobbing ikke trenger å skje mens

mobber og mobbeoffer befinner seg i samme rom, kan mobbingen være vanskeligere å oppdage for lærere og foreldre (Staksrud, 2013).

Av de nevnte punktene kan man identifisere alle tre hovedmomentene som karakteriserer den tradisjonelle mobbingen; hensikt, maktubalanse og repetisjon. Mobbing både på nettet og utenfor skjer for å påføre en annen eller andre skade, enten fysisk eller emosjonelt. Mobberen er på en eller annen måte sterkere enn mobbeofferet, være det seg fysisk eller sosialt, eller har rett og slett teknologisk kunnskap som tillater han / henne å bedrive mobbingen uten å bli oppdaget. Maktubalansen finnes der uansett, om det så dreier seg om en som ikke kan forsvare seg fysisk eller verbalt, eller en som ikke kan få slutt på den digitale mobbingen på grunn av manglende kunnskaper om håndteringsstrategier som kan føre til at mobbingen tar slutt.

Gjentakelseelementet finner man i begge former for mobbing. Olweus (2012a) definerer det som mobbing når en elev rapporterer at han / hun har blitt mobbet to eller tre ganger i måneden eller mer. Når det gjelder digital mobbing er det flere måter en kan se gjentakelsesaspektet på. Er det snakk om direkte digital mobbing, vil man kunne operere med tilsvarende definisjon som Olweus har om frekvensen på mobbingen. Indirekte digital mobbing kan være et bilde eller en videosnutt som er publisert på en offentlig nettside eller profil på et sosialt nettverk. Det kan også være en ondsinnet kommentar på en blogg. Gjentakelsesaspektet her vil komme inn for hver gang noen får tilgang på denne informasjonen, eventuelt hver gang denne informasjonen blir kommentert, likt eller delt (Langos, 2011)

## **2.1 Mobbing som et gruppefenomen**

Mobbing er noe som skjer mellom to eller flere personer, med en mobber og et offer. Ofte har mobberen flere som er med og mobber samme offer, eller det kan være større grupper som direkte eller indirekte deltar i mobbingen. Både tradisjonell og digital mobbing deler et gruppeaspekt, altså er det et offer som mobbes av en eller flere individer. Mennesker i gruppesituasjoner kan i visse tilfeller gjøre ting de ellers ikke ville gjort om de var alene. For eksempel kan mennesker i grupper utføre uskyldige handlinger som å begynne og kaste mat i en kantine, rope sinte ord til en fotballdommer i løpet av en kamp, eller skrike på en

rockekonsert. Andre mer alvorlige handlinger som mennesker kan gjøre i gruppe kan være vandalisme, tyverier, politivold, og så videre. Det de nevnte handlingene har til felles er at de framprovoseres av gruppens makt. Grupper kan generere spenning og følelsen av at man er del av noe større enn seg selv. Mennesker i grupper kan lettere løsrive seg fra personlige hemninger som de ellers ville hatt om de var alene og oppleve noe som kalles for «de-individualisering». De-individualisering vil si at individer mister selvinnsikt og selvevaluering i en gruppesituasjon, og at individer erstatter disse med atferd som gruppen responderer positivt på, uavhengig om atferden er positiv eller negativ (Myers, 2008).

I en mobbesituasjon kan gruppen være klassen eller en bestemt gruppe gutter eller jenter i en klasse, der flere elever mobber en annen. Alene ville kanskje ikke elevene mobbet, men når flere går sammen kan det bli lettere å oppføre seg aggressivt overfor en som ikke klarer å forsvare seg. Gruppens makt tar over individets selvinnsikt og selvevaluering, og medlemmene i gruppen kan fortsette å være ufine mot et offer. Gruppens størrelse er av betydning, altså jo større gruppen er, desto lettere er det å utføre handlinger som en ellers ikke ville utført alene. Medlemmene av større grupper som gjør negative handlinger, for eksempel mobbing, vil lettere kunne skynde på andre enn å ta ansvar for sine egne handlinger. Det blir lettere å attribuere ens egne handlinger til situasjonen enn til en selv, for «alle andre gjør det samme» (Myers, 2008).

Forskning har vist at fysisk anonymitet kan bidra til å minske individers hemninger. Internett gir brukerne mulighet til å skjule sin identitet, noe som har ført til at flere mennesker som normalt sett aldri ville stjålet noe fra en butikk laster ned mp3 filer ulovlig fra nettet, uten at det virker så umoralskt som å ta en CD fra butikkhylla. Sammenliknet med ansikt-til-ansikt samtaler, kan online-samtaler ha en krassere tone og oftere inneholde elementer av aggressivitet (Myers, 2008). Digital mobbing kan utføres uten at offeret vet hvem som mobber, altså kan ingen vite at det er du som legger ut eller skriver stygge og sårende kommentarer om en annen. Denne anonymiteten kan føre til at noen elever kun mobber digitalt fordi deres identitet er skjult, og at det dermed blir lettere å være ufin når ingen vet hvem de er. På sosiale medier blir anonymiteten borte, der alle kan se hvem som liker ulike kommentarer eller bilder. På slike arenaer på Internett vil gruppen kunne påvirke om enkeltelever gir sin støtte til en mobber ved å like innlegg som mobber andre. Hvor mange som har likt eller delt et pinlig bilde av en klassekamerat vil kunne skape en gruppementalitet – er du med de som liker bildet og synes det var morsomt, eller velger du å stå utenfor?



## 2.2 Hvor mange blir utsatt for digital mobbing?

Det finnes flere undersøkelser som har hatt til hensikt å kartlegge omfanget av digital mobbing blant barn og unge, blant annet EU Kids Online-undersøkelsen. EU Kids Online har som mål å undersøke barn og unges bruk av Internett, samt risikoer og trygghet på nett. 33 land deltar i EU Kids Online-undersøkelsen, blant dem Norge og Finland. Tallene som vil bli presentert her er fra undersøkelsen i 2010. 25 142 barn i alderen 9 - 16 fra 25 europeiske land deltok. Barna i EU Kids Online er alle active brukere av Internett (LSE, 2013). Informasjonen innhentes ved hjelp av spørreskjemaer og ansikt-til-ansikt-intervju i barnas hjem. Forskningen er dermed basert på selvrapportering av foreldres og barns bruk av Internett og risikoer knyttet til dette. EU Kids Online-undersøkelsen har som sitt mål å kartlegge europeiske barns erfaringer med online-risikoer, sammenlikne disse med foreldrenes oppfatninger, og til slutt sammenlikne resultatene fra de forskjellige deltakerlandene med hverandre. Målet med kartleggingen er å få økt kunnskap om barns og foreldres erfaringer med Internett og annen ny teknologi i Europa, dette for å kunne promotere et tryggere online-miljø for barn (LSE, 2013). 6 % av alle europeiske barn mellom 9 og 16 år har fått sårende meldinger via Internett, og 3 % har sendt slike meldinger til andre. 19 % av de europeiske barna rapporterer at de har blitt mobbet enten på eller utenfor nettet, og 12 % har mobbet andre. Tallene indikerer at den største andelen av mobbingen pågår utenfor Internett. Ser vi kun på tallene fra Norge oppgir 31 % av barna at de har blitt mobbet i løpet av det siste året, hvorav 8 % av disse har blitt mobbet digitalt (LSE, 2013).

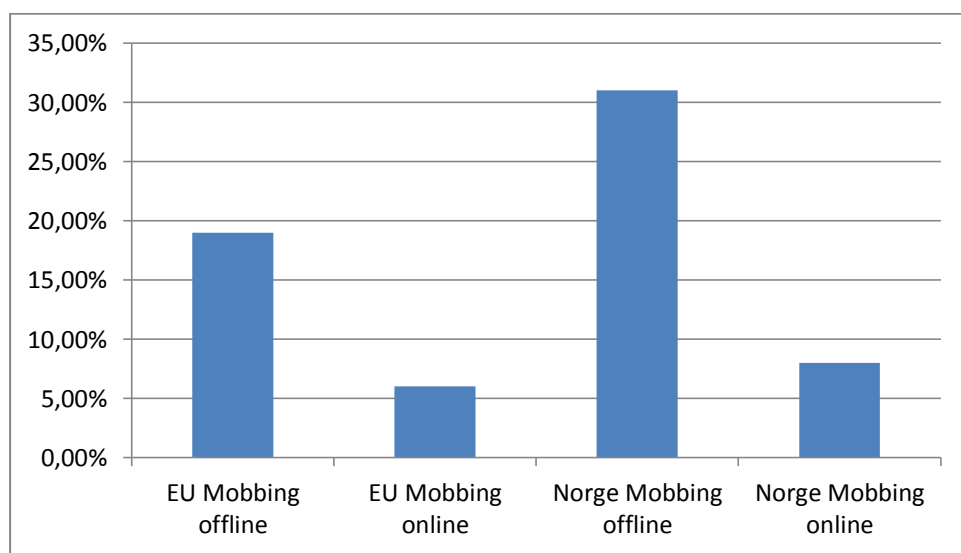


Fig. 1. Forekomst av tradisjonell mobbing sammenliknet med digital mobbing blant barn i Europa og Norge. Tall fra EU Kids-undersøkelsen 2010.

En annen undersøkelse som skal kartlegge ulike sider ved barn og unges læring og trivsel på skolen er den norske Elevundersøkelsen. Elevundersøkelsen 2013 ble gjennomført på høsthalvåret og det var 402 101 elever fra 5. trinn til Vg3 som deltok. Elevene fikk presentert ulike påstander om «Trygt miljø» på skolen. De måtte svare på om de ulike påstandene hadde skjedd dem dette skoleåret og i hvor stort omfang, samt hvor det hadde skjedd. Elevundersøkelsens data innhentes gjennom spørreskjemaer som besvares individuelt og anonymt. Tallene som presenteres her baserer seg på Olweus sine kriterier for frekvensen av mobbing, altså de av elevene som opplevde mobbing to til tre ganger i måneden eller mer. Av 10,71 % av elevene som opplevde å bli gjort narr av eller ertet slik at de ble lei seg, var det 4,37 % som opplevde det på Internett eller via mobiltelefon. 8,7 % av elevene rapporterte at de ble holdt utenfor, og av disse oppga 2,31 % at dette skjedde på Internett eller mobiltelefon. 7,94 % oppga at noen kommenterte utseendet deres negativt eller på en måte de ikke likte. 4,82 % mente at dette skjedde på Internett eller på mobiltelefon. 3,42 % av elevene opplevde trusler, og 6,75 % av disse ble truet via Internett eller mobiltelefon. 8,01 % av elevene opplevde at det ble spredt løgner om dem, 11,52 % av løgnene ble spredt på Internett eller via mobiltelefon. I spørsmålet om elevene ble mobbet på skolen de siste månedene svarer 4,51 % at de har blitt mobbet to til tre ganger i måneden eller mer. Det finnes ingen tall fra Elevundersøkelsen 2013 på hvor mange som opplever mobbing digitalt (Utdanningsdirektoratet, 2014).

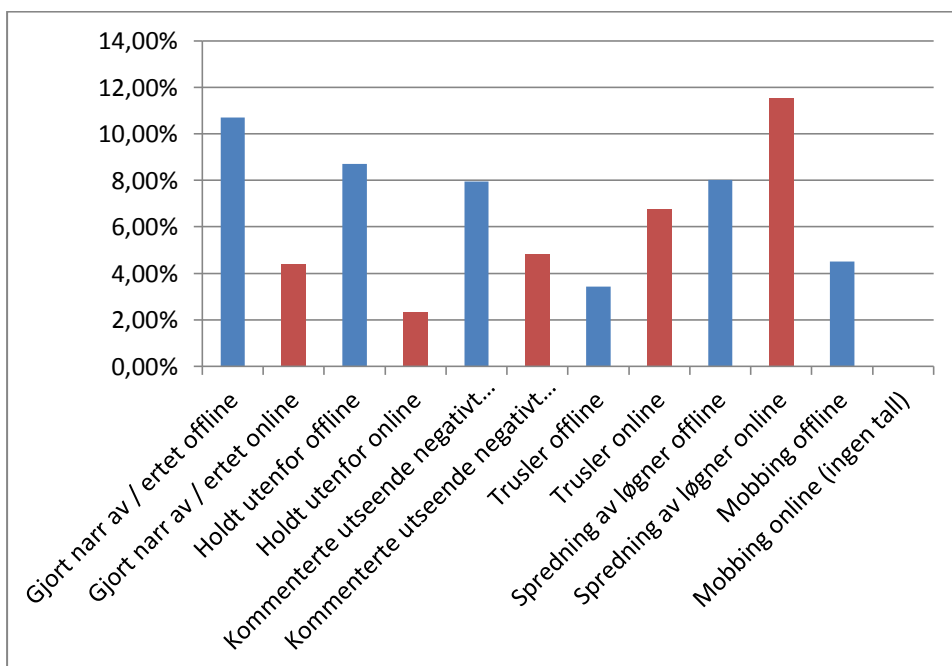


Fig. 2. Tall fra den norske Elevundersøkelsen 2013. «Trygg miljø» på skolen.

Begge de nevnte undersøkelsene viser at det er lavere forekomst av digital mobbing enn tradisjonell mobbing blant barn og unge. Samtidig er det viktig å huske på at selv om tallene statistisk sett ikke virker store, kan digital mobbing bidra til å gjøre livet vanskelig for de som blir utsatt for det.

## **2.3 Mulige konsekvenser av digital mobbing**

Flere studier konkluderer med at mobbing kan ha negativ effekt på elevers skolefaglige prestasjoner, gi angst, depresjon og føre til skolevegring. Foreløpig er det mer forskning på effektene av tradisjonell mobbing enn digital mobbing, men det kan tenkes at den negative effekten som tradisjonell mobbing kan ha på mobbeofre også kan overføres til de som opplever å bli mobbet digitalt. Det finnes undersøkelser som har rapportert at barn og unge som har vært ofre for digital mobbing har opplevd depresjoner, frykt, frustrasjon og i noen tilfeller også selvmord (Stauffer, Heath, Coyne & Ferrin, 2012). I media har det dukket opp saker hvor unge mennesker som har vært ofre for digital mobbing har tatt livet sitt. Det er viktig å presisere at det kan være en relasjon mellom det å bli mobbet, både online og offline, og det å ha selvmordstanker eller prøve å ta sitt liv. Det vil ikke dermed si at det er en årsakssammenheng mellom digital mobbing og selvmord. I de tilfellene hvor utfallet har blitt så tragisk som at et ungt menneske tar sitt eget liv, er det ofte flere sammensatte faktorer som kan tenkes å ha spilt inn og ført til dette (Sabella, Patchin & Hinduja, 2013). En spansk undersøkelse av 845 ungdommer med gjennomsnittsalder på 15,2 år viser at det er sammenheng mellom digital mobbing og større sannsynlighet for å utvikle depresjon og problematisk Internettbruk. Med problematisk Internettbruk menes ukontrollerbar avhengighet av Internett, selv om bruken innebærer negative konsekvenser for den som bruker nettet. Samtidig viser studien også at allerede depressive ungdommer har større sannsynlighet for å bli ofre for digital mobbing (Gámez-Guadix, Orue, Smith & Calvete, 2013).

Barn og unge som utsettes for digital mobbing opplever flere negative psykososiale konsekvenser som ligner på de som blir utsatt for tradisjonell mobbing. Digital mobbing knyttes til lavere selvtillit, høyere forekomst av depresjon, sosial angst og akademiske problemer som svakere skolefaglige resultater, skolevegring og skulking (Tokunaga, referert i

Williford, Elledge, Boulton, DePaolis, Little & Salmivalli, 2013, s. 821). Det finnes også funn som tyder på at digital mobbing kan føre til mer sosial angst enn for de som er ofre for tradisjonell mobbing (Dempsey, Sulkowski, Nichols & Storch, referert i Williford et al., 2013, s. 821). Ofre for digital mobbing føler seg maktesløse, delvis fordi mobberens anonymitet (i de tilfellene hvor mobberen ikke er kjent) gjør det vanskelig for offeret å sette en stopper for mobbingen (Kiriakidis & Kavoura, referert i Williford et al., 2013, s. 821). Forskning viser at mange ofre for digital mobbing føler seg sinte, frustrerte, triste, flau eller redde. Mange av disse følelsene deles av ofrene for tradisjonell mobbing. Barn og unge som mobbes digitalt har oftere vanskeligheter på skolen, kan ty til rusmidler og blir ofte også ofre for tradisjonell mobbing. Flere av disse utvikler også skolevegring, og gjør det de kan for å unngå de situasjonene der de blir mobbet. For mange betyr også dette at de unngår å bruke digitale arenaer der de tidligere har blitt trakassert, og så mange som 20 % har unngått helt å bruke Internett i en periode for å unngå mobbingen (Hinduja & Patchin, 2009). Ybarra og Mitchell (2004) fant ut at digitale mobbere oftere er ofre for tradisjonell mobbing. Disse barna kan vise problematferd som for eksempel ødeleggelse av andres eiendeler, nasking og fysisk aggresjon mot andre. Digitale mobbere hadde også lavere motivasjon for skolearbeid og brukte oftere alkohol. Det ble funnet en sammenheng mellom barn og unge som mobber andre digitalt og antisosial atferd som lovbrudd og aggressivitet (Hinduja & Patchin, 2009).

For noen få barn og unge, blir mobbingen så vanskelig å takle at de ender opp med å ta sitt eget liv. Det har vært flere saker i media om unge mennesker som har tatt livet sitt etter lang tid med alvorlig mobbing. Ryan Halligan var 13 år i oktober 2003 da han tok selvmord etter å ha blitt mobbet digitalt i flere måneder. Han ble ertet, truet og kalt «homo» av sine klassekamerater, både offline og online. I sommerferien før han skulle begynne i 8. klasse ble han kjent med en populær jente som gikk på skolen hans og de to innledet et Internett-vennskap. Når skolen startet igjen på høsten, nærmet han seg denne jenta og fortalte henne at han var forelsket i henne. Han ble avvist av henne og flere elever lo av ham. Det viste seg at denne jenta hadde delt mange av deres Internett-samtaler til andre på skolen, også utdrag av samtaler av romantisk karakter. Det virket som om hele skolen visste om Ryans forelskelse, men også at den ikke var gjensidig. Ydmykelsen førte til at Ryan ble dypt deprimert og endte sitt liv (Hinduja & Patchin, 2009). Det kan tenkes at flere faktorer enn digital mobbing spiller inn når det er snakk om fatale utfall som selvmord. Barn og unge som allerede er disponert for depresjoner, som sliter med skolearbeid eller sosiale relasjoner, kan oftere ty til selvskadende

atferd. Digital mobbing alene fører neppe til selvmordstanker, men det kan bidra til å forsterke barn og unges underliggende risiko for selvmord (Hinduja & Patchin, 2009).

Mobbing, enten det skjer ansikt til ansikt, eller gjennom Internett eller mobiltelefon, kan få svært alvorlige og negative konsekvenser for de som blir utsatt for det. Hverken tradisjonell eller digital mobbing kan sies å være mer skadelig enn den andre.

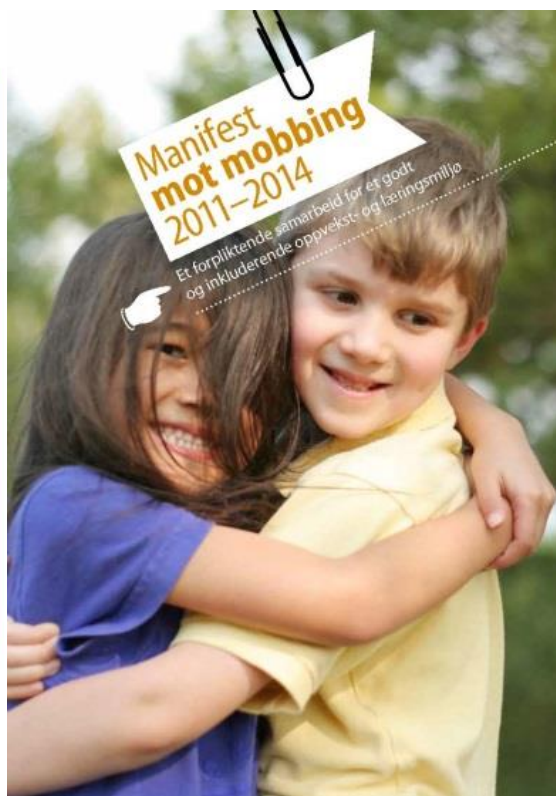
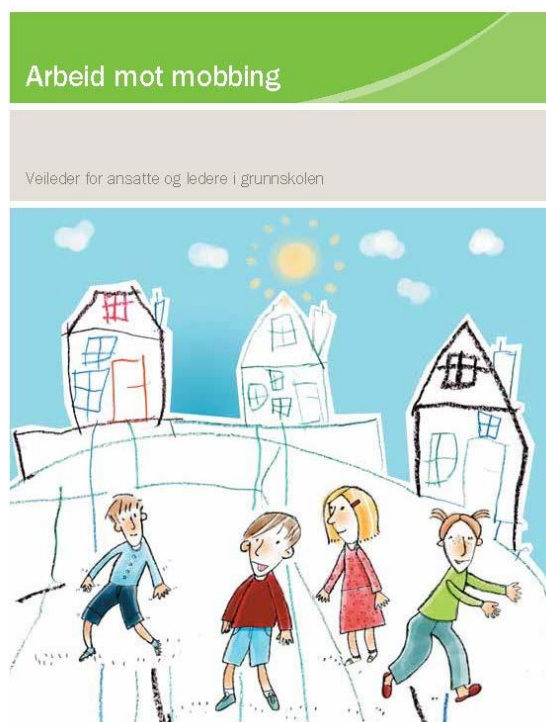
## 2.4 Digital mobbing på timeplanen

I Norge benytter flere skoler seg av skolebaserte programmer som har til hensikt å bekjempe eller forebygge mobbing blant elever. Til nå har skolene kun benyttet seg av skolebaserte antimobbeprogrammer som har sitt hovedfokus på tradisjonell mobbing. Likevel er det grunn til å tro at slike skolebaserte programmer kan ha en positiv effekt på digital mobbing, da den tradisjonelle- og digitale mobbingens mekanismer og konsekvenser har likhetstrekk. I 2011 fikk antimobbeprogrammene Respekt, Zero, Pals og Olweus statlig støtte for de neste tre årene, altså til i år. Om disse programmene vil fortsette å få statlige midler er til nå uvisst (Utdanningsdirektoratet, 2011). På Utdanningsdirektoratets nettsider finnes det en del informasjon om mobbing, som for eksempel hvordan håndtere mobbing, hvordan avdekke mobbing og «Manifest mot mobbing». «Manifest mot mobbing» er regjeringens og andre organisasjoner som jobber med barn og unges forpliktende dokument som skal bidra til at mobbing settes på agendaen. Organisasjonene som har undertegnet manifestet forplikter seg til å jobbe for at alle barn og unge skal ha godt oppvekst- og læringsmiljø uten mobbing. Digital mobbing var tema i regi av Manifest mot mobbing i 2011, og på nettsidene til Utdanningsdirektoratet kan man finne informasjon om digital mobbing med tips til voksne om hvordan de kan bekjempe denne type mobbing, nettverksregler for barn og unge, samt lenker til nettsider med informasjon relatert til temaet. Det at digital mobbing nevnes på Utdanningsdirektoratets internettsider viser at norske myndigheter anser digital mobbing som noe som kan true barn og unges trivsel både på skolen og i fritiden, og at det må bekjempes (Utdanningsdirektoratet, 2011).

Etter at digitale ferdigheter kom inn som en av de fem grunnleggende ferdighetene som elever burde mestre i følge Kunnskapsløftet, har digital kompetanse blitt en del av norske barns skolehverdag (Kunnskapsløftet, 2013). I alle fagene er digitale ferdigheter nevnt som en

arbeidsmetode for innhenting av informasjon og som et verktøy for å jobbe med fagstoffet. Medietilsynet Trygg Bruk har utarbeidet diverse arbeidshefter, kurs og informasjonskilder på nett om barn og nettbruk som er tilgjengelig for skolene. Hvorvidt dette blir brukt i den norske skolen og eventuelt i hvilke omfang er dessverre ikke opplyst. Flere av Medietilsynets informasjonsressurser er nevnt som nyttige ressurser og materiell i arbeidet mot mobbing i heftet «Arbeid mot mobbing – veileder for ansatte og ledere i grunnskolen», utgitt av Utdanningsdirektoratet i 2011. Det gir grunn til å anta at noen skoler benytter seg av diverse undervisningsprogrammer eller nettressurser for å informere elever om trygg bruk av Internett og digitale medier. For mange barn og unge som har foreldre som ikke er aktive brukere av Internett vil behovet for kompetente rollemodeller være gjeldende. Det at barn og unge har noen de kan lære nettvett av, at de har trygge og positive digitale rollemodeller og at de får mulighet til å prøve seg fram på egenhånd i den digitale verdenen kan bidra til tryggere unge Internettbrukere. At skoler bruker antimobbeprogrammer og at barn har mulighet til å lære om hvordan de skal håndtere ulike risikoer på Internett av lærere, kan bidra til at alle barn lærer noe om digital mobbing, uavhengig av hjemmesituasjon. Kunnskapsløftet (2013) har en

 Utdanningsdirektoratet



Heftene «Arbeid mot mobbing» og «Manifest mot mobbing 2011 – 2014» ([www.udir.no](http://www.udir.no)). Gjengitt med tillatelse av Utdanningsdirektoratet.

generell del der opplæringens mål presenteres. I tillegg til at skolen skal være en læringsinstitusjon der barn og unge skal lære fag, presenteres et mål om en bredere form for læring som går på det å ruste barn og unge til å møte livets oppgaver. Opplæringen skal tilpasses den enkelte, og ta utgangspunkt i elevenes personlige forutsetninger, deres sosiale bakgrunn og geografiske tilhørighet. I denne bredere formen for opplæring kommer også holdninger og verdier, forståelsen av moralske krav og ansvar for egne handlinger. Bruken av skolebaserte antimobbeprogrammer kan være en måte å lære elever om det å måtte forholde seg til andre på en respektfull og tolerant måte, og samtidig bevisstgjøre dem på konsekvenser av egne handlinger. Dessverre er ikke implementeringen av slike skolebaserte programmer likestilt med fagopplæring, og det kan være variasjoner mellom skolene på antall timer og hva slags opplegg som presenteres. Det kan tenkes at antimobbeprogrammene som skolene allerede har ville blitt brukt på en annen måte om bruken av disse var innlemmet i skolens plan, på lik linje med andre fag. Neste kapittel handler om sosial kognitiv læringsteori og hvordan mennesker kan lære, hvem de kan lære av og hva som kan føre til læring.

## 3 Teoretisk bakgrunn

Dette kapittelet gjennomgår oppgavens teoretiske bakgrunn som er sosial kognitiv teori. Denne teorien vil brukes for å forstå mekanismene som fører til læring, og til å forstå hvordan antimobbeprogrammene kan bidra til en reduksjon av mobbetilfeller. Først vil teorien presenteres og forklares. Siden vil jeg se på digital og tradisjonell mobbing i lys av sosial kognitiv teori, og prøve å forklare hva slags kognitive og sosiale prosesser som kan føre til at noen elever mobber andre og at noen lettere blir mobbet. Jeg vil også rette oppmerksomheten mot elever som hverken blir mobbet eller mobber, hvorfor noen av disse griper inn og prøver å få slutt på mobbingen og hvorfor andre velger å forbli tause vitner til mobbing.

### 3.1 Sosial kognitiv teori

Sosial kognitiv læringsteori ble utviklet av Albert Bandura. Ifølge sosial kognitiv teori blir mennesket hverken drevet av indre krefter eller automatisk formet og kontrollert av ekstern stimuli. Menneskelig fungering kan heller forklares som et produkt av en treveis gjensidighet der atferd, kognitive og andre personlige faktorer, og miljøet spiller en rolle (Bandura, 1986). Dette kaller Bandura for «resiprok determinisme». Denne modellen inneholder som nevnt, atferd, kognitive og andre personlige faktorer, og miljøet - og disse virker gjensidig inn på hverandre. Det at faktorene virker inn på hverandre vil ikke si at påvirkningen er symmetrisk. Hver av faktorenes innflytelse vil variere fra aktivitet til aktivitet, fra ulike individer og situasjoner. For eksempel vil miljøets påvirkning på atferd være stor i tilfeller hvor mennesker havner i dypt vann, der de fleste vil måtte svømme, uavhengig av deres kognitive eller atferdsmessige repertoarer. Andre ganger vil atferd spille en viktigere rolle, som for eksempel hos mennesker som spiller et instrument kun for deres egen glede. Slike aktiviteter er selvregulerte, og kognitive og miljømessige faktorer spiller derfor en mindre rolle. I tilfeller der mennesker må bestemme seg for hvilken bok de ønsker å låne fra et bibliotek, vil personens egne preferanser spille en viktigere rolle enn atferd og miljø. Aktivering og opprettholdelsen av defensiv atferd er et eksempel på når kognisjon har stor innflytelse. Misoppfatninger aktiverer unnvikende atferd som holder individer vekk fra aktiviteter eller situasjoner og skaper en sterk resiprok interaksjon mellom oppfatninger og atferd, og miljøet spiller her en mindre rolle. Angst kan være et eksempel på dette (Bandura, 1986). Hva



mennesker tenker, tror på og føler, påvirker hvordan de oppfører seg. For eksempel kan mennesker trigge ulike reaksjoner fra deres sosiale miljø basert kun på deres fysiske karakteristikk som alder, størrelse, hudfarge, kjønn og attraktivitet. Også deres sosiale status eller roller kan påvirke miljøet. For eksempel kan de som har høy prestisje og makt få høyere innflytelse enn de med mindre status. Kun fysiske trekk hos mennesker kan påvirke miljøet, selv før menneskene har sagt eller gjort noe. Miljøets respons påvirker til gjengjeld mottakerens oppfatninger av seg selv og andre, i enten positiv eller negativ retning (Bandura, 1986).

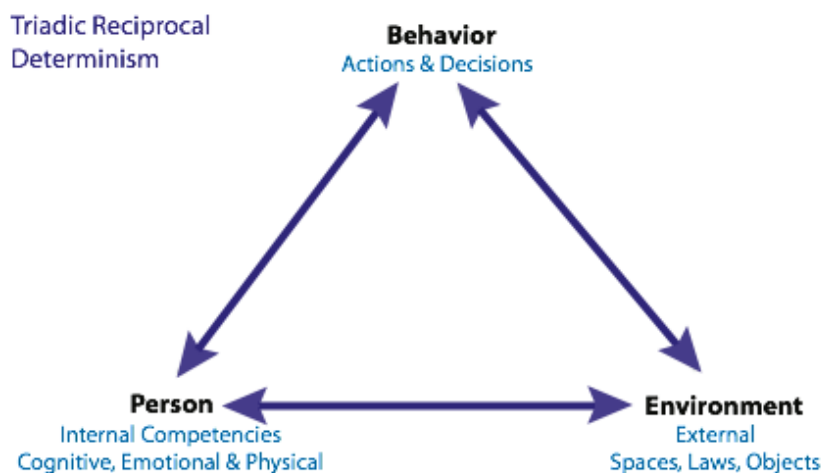


Fig. 3. Banduras modell om resiprok determinisme (Learning Solutions Magazine, 2014).

## 3.2 Læring og sosial kognitiv teori

Sosial kognitiv teori presenterer to ulike måter mennesker kan lære på; observasjonslæring og enaktiv læring. Hvis læring kun skjedde gjennom ens egne handlinger og uten veiledning, ville kognitiv og sosial utvikling gå veldig langsomt. Heldigvis fungerer det slik at mennesker flest lærer av å observere andre. Fordi mennesker kan lære å utføre ulike handlinger gjennom observasjon av andre, sparer de seg for mye tid og energi. Gjennom observasjonslæring kan mennesker utvikle sine kunnskaper og ferdigheter på basis av informasjon og veiledning som de får fra andre. Mye av den sosiale læringen skjer nettopp gjennom det å observere andres atferd og ikke minst hva denne har for konsekvenser for den enkelte eller gruppen en er del

av. En av fordelene med observasjonslæring er at mye informasjon kan formidles til mange mennesker på samme tid, gjennom for eksempel bruken av grafiske eller symbolske modeller. Bruksanvisninger er et eksempel på dette. Hvordan andre oppfører seg kan også påvirke ens egen atferd. Andres innflytelse kan få mennesker til å oppføre seg altruistisk, vise omsorg, velge bestemte klær eller produkter, snakke om bestemte temaer, tenke kreativt eller konservativt, og annet. Hva slags handlinger som verdsettes av miljøet, bestemmer også hvilke handlinger vi velger å lære og repetere. En kjent studie av Bandura viser hvordan barn som hadde observert at en dukke ble slått med en klubbe, ikke bare gjentok den aggressive handlingen, men brukte klubben til å slå andre gjenstander med i motsetning til en gruppe barn som ikke hadde observert at klubben ble brukt til noe. For eksempel kan aggressive modeller lære bort aggressive væremåter, men også føre til at observatørene eskalerer i aggresjonsnivå (Bandura, 1986).

Enaktiv læring vil si at man lærer gjennom handling og erfaring av konsekvensene som handlingen får (Woolfolk, 2006). Enaktiv læring kan ta tid, men det er flere kognitive og sosiale strukturer som utvikles på denne måten. Gjennom interaksjon med miljøet vil noen handlinger vise seg å være suksessfulle, andre vil ikke ha noen effekt, og andre vil produsere negative utfall. På grunnlag av tilbakemeldinger eller feedback, vil suksessfulle handlinger bli foretrukket og gjentatt, mens de mindre effektive vil bli forkastet. Indre respons på handlinger kan være for eksempel når man tar på seg en varm jakke når man fryser. Den gode følelsen av jakken som varmer kroppen er en indre respons på handlingen, altså at man tok på seg den varme jakken. Ytre respons på handlinger er mer sosialt konstruert, og det kan derfor være ulike responser på samme handling, avhengig av hvilket sosialt miljø handlingen utføres i. Ytre respons på handlinger kan være med på å forme individers oppførsel, avhengig av hva som er sosialt verdsatt. Denne ytre feedbacken som det sosiale miljøet kan gi, kan fremme ulike handlinger som aggresjon, altruisme, konformitet, kreativitet, samarbeid, konkurranse og så videre (Bandura, 1986).

Hva det er som fører til at mennesker handler slik de gjør kan forklares på mange måter. Sosial kognitiv teori kaller dette for motivatorer, og teorien skiller mellom to motivatorer: biologiske og kognitive. Biologiske motivatorer er knyttet til menneskets kropp og kan for eksempel være sult eller sex. Synet av god mat kan få folk til å spise, selv om de i utgangspunktet ikke var sultne. Erotiske bilder kan føre til sexlyst hos enkelte, selv om dette varierer veldig fra samfunn til samfunn. De andre motivatorene er kognitive. Gjennom å se

for seg hva konsekvenser av handlinger kan bli i fremtiden, kan man tenke seg fram til hva slags handlinger som kan være verdt å utføre. Utfallene kan for eksempel tenkes å være smertefulle, tilfredsstillende, pengemessige eller sosiale, i både positiv og negativ forstand. En annen form for kognitiv motivasjon er knyttet til hvordan mennesker evaluerer deres egne handlinger. Menneskers mål og standarder fungerer som kognitive representasjoner av en ønsket fremtid. Ved å ha klare ønsker for hva en vil oppnå kan mennesker motivere seg selv til gjennomføre ulike handlinger slik at de til slutt klarer å nå sine mål. Primære insentiver har med kroppslige behov å gjøre, slik som mat, fysisk kontakt og negativ stimuli. Sosiale insentiver er sosialt belønnende situasjoner. Mennesker vil gjøre ting som gir dem aksept fra andre og unngå handlinger som andre misliker. Aksept eller fordømmelse av andre som har makt er mer innflytelsesrik enn aksept eller fordømmelse av andre som ikke kan påvirke ens eget liv. Penger kan også være en motivator, og brukes av de fleste samfunn. På grunn av penger kan mennesker ta jobber som er godt lønnet, jobbe med ting de ikke nødvendigvis er glad i kun for pengene og så videre. Status og makt kan også virke motiverende for mennesker. Sosial makt gir en form for kontroll over andres atferd, det gir sosial aksept, privilegier knyttet til høy sosial status, innflytelse og mer. På grunn av alt det positive sosial makt gir, vil mennesker gå langt for å beholde en høy sosial status. Dette kan ses tydelig i aggressive gjenger, der status og sosial makt er knyttet til hvor gode gjengene og individene der er til å slåss. Indre og ytre insentiver vil motivere og forme menneskers handlinger og enten fremme forekomsten av en handling eller føre til at handlingen ikke lenger utføres. Konsekvensenes oppfatning som positive eller negative henger sammen med hvorvidt mennesker velger å utføre eller forkaste bestemte handlinger (Bandura, 1986).

Studenter eller elever kan aktivere og opprettholde bestemte typer atferd og følelsesmessige funksjoner som fremmer læring, gjennom for eksempel å sette opp læringsmål, bruke gode læringsstrategier, følge opp og kartlegge egen progresjon, skape seg et godt læringsmiljø, be om hjelp oftere hvis det er nødvendig, bruke mer tid på skolearbeidet, og sette seg nye arbeidsmål når andre er oppfylt. Dette kalles for selvregulert læring (SRL), og kan brukes til å lære både akademiske fag og praktiske ferdigheter. Elever og studenters vilje til å forberede seg til en prøve avhenger av deres tro om deres selvregulerte læringsegenskaper og utfallene til disse. Troen på selvregulerte læringsegenskaper kan også kalles mestringstro. Mestringstro er troen på egne ferdigheter knyttet til å organisere og utføre oppgaver som er rettet mot å oppnå et mål. Troen på utfallet av disse kalles for «outcome expectancies», og er også en viktig kilde til motivasjon. Outcome expectancies avhenger av mestringstroen, altså vil en

elev som har tro på egne ferdigheter i et fag også oftere utfordre seg selv ytterligere i dette faget.

En annen side ved selvregulert læring er elevers attribusjoner, som betyr hvilke tanker de gjør seg om årsakene til deres faglige resultater. Attribusjon er altså ikke de faktiske årsakene til resultatene, men individets tanker om årsakene. Disse tankene påvirkes av personlige faktorer som for eksempel mestringstro, og miljøets påvirkning, eksempelvis ytre belønning. Et dårlig resultat på en prøve kan tilskrives til prøvens vanskelighetsgrad (ytre årsaker), eller til at en forberedte seg lite (indre årsaker). Elever som tilskrives kausalitet til indre årsaker, vil sannsynligvis være mer motiverte til å selvregulere sin egen læring. Barn og unge som lærer å selvregulere sin læring kan øke sin motivasjon for læring, oppleve mer mestring og utvikle høyere grad av selvtillit (Schunk & Zimmerman, 2012).

### **3.3 Mestringstro**

Mestringstro eller «self-efficacy» vil si at man har (eller ikke har) tro på at man er i stand til å utføre en bestemt oppgave. Hypotetisk sett kan graden av mestringstro avgjøre om en bestemt type atferd skal utføres, hvor mye energi som skal brukes på dette, og hvor lenge en skal holdet på med aktiviteten, selv om en møter motstand. Jo høyere mestringstro, desto mer innsats brukes til å oppnå et mål. Forventninger om mestring er ikke alene om å bestemme menneskers atferd, men de kan være med på å bestemme menneskers valg av aktiviteter, hvor mye tid mennesker tenker å bruke på dem og hvor lenge de vil fortsette å prøve når de møter på stressende situasjoner. Mestringstro avhenger blant annet av hvordan mennesker har prestert tidligere. Gode prestasjoner øker mestringstroen, mens gjentatte mislykkede prestasjoner reduserer den. Etter at mennesker har opplevd gjentatte gode prestasjoner, vil enkelte mislykkede prestasjoner ikke ha stor innflytelse på mestringstroen. Mennesker som har sterk mestringstro til en bestemt oppgave vil øke innsatsen for å oppnå det målet de har satt for seg (Bandura, 1977).

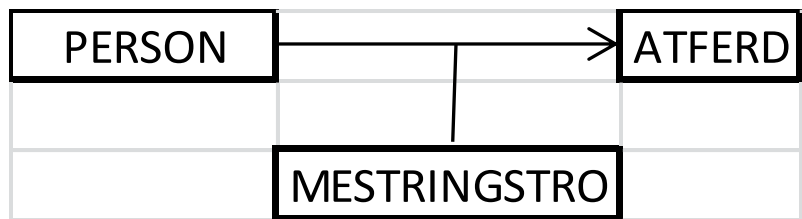


Fig. 4.: Representasjon av mestringstro (Bandura, 1977)

Barn som har jevnlig tilgang på digitale verktøy og som er aktive brukere av disse, vil kunne opparbeide seg erfaringer underveis. Unge Internettbrukere som har hatt positive erfaringer på nettet vil trolig også kunne være bedre rustet til å møte sider ved Internett som ikke er positive, enten gjennom å løse problemene selv eller ved å be om hjelp til en voksen. Mestringstroen knyttet til digitale opplevelser kan også være lav og kan blant annet skyldes manglende erfaring med digitale medier, negative erfaringer på nettet eller at voksne nærpå personer er negative til bruken av Internett. Barn og unge som har blitt mobbet digitalt kan oppleve lav mestringstro i forhold til egne ferdigheter til å håndtere mobbingen, til egne sosiale ferdigheter og til bruken av Internett generelt. Forskning fra EU Kids Online (2010) viser at det å begrense barn og unges nettbruk ikke er løsningen for å stoppe digital mobbing. En restriktiv holdning hos foreldre på barnas nettbruk kan vanskeliggjøre barnas utvikling av ferdigheter som kan ruste dem til å møte vanskelige situasjoner på Internett. Foreldrenes aktive bruk av nettet øker barns mestringstro til å takle Internett og det som måtte skje der (Staksrud, 2013).

### 3.4 Mobbing og sosial kognitiv teori

Selv om en stor del av dagens barn og unge har tilgang til Internett via datamaskiner, nettbrett eller smarttelefoner driver ikke flesteparten av disse med digital mobbing. Det er foreløpig en liten andel som faktisk mobber andre. Grunnene til hvorfor mobberne tyr til digitale midler for å henge ut, skade eller dumme ut andre kan være mange. For flere barn og unge kan

Internett være en arena der de kan teste ut moralske og sosiale grenser. Det å kunne skjule seg bak et pseudonym eller late som man er voksen eller eldre enn man faktisk er kan virke appellerende for enkelte. Å teste hvor langt man kan gå og se hva som kan skje om man trår over en grense kan delvis forklare noens motivasjon for hvorfor de mobber andre digitalt. Funn fra Eu Kids Online undersøkelsen indikerer at digitale mobbere har minst fire ganger så stor sannsynlighet for å oppsøke risikorelaterte aktiviteter på Internett enn de som kun mobber ansikt til ansikt (Staksrud, 2013). Det kan virke som om digitale mobbere har personlighetstrekk som gjør de mer tilbøyelige til å oppsøke aktiviteter som er risikofylte. Psykiske vansker hos barn er assosiert med det å bli utsatt for mobbing og det å mobbe andre. Barn som blir mobbet digitalt og som mobber andre digitalt er i større grad psykisk og sosialt sårbare enn andre barn (Staksrud, 2013). Interne og personlige faktorer kan altså være med på å påvirke disse barnas atferd og handlinger.

En annen årsak som kan føre til digital mobbing kan være hevn. Som nevnt er flere av barna som blir mobbet digitalt også digitale mobbere. En konflikt mellom to elever kan raskt eskalere gjennom at begge parter mobber hverandre for å «ta igjen» (Staksrud, 2013). Mobbing er et sosialt fenomen som oppstår mellom to eller flere personer, og i mangel på bedre konflikthåndteringsstrategier kan hevn lett brukes når konflikter oppstår. I digital sammenheng kan dette dessverre resultere i at mobbingen blir offentlig for flere enn de konflikten angår. Som nevnt kan faktorer som personlighetstrekk eller indre følelser som hevn føre til at noen mobber, altså prosesser som foregår internt hos individet. Samtidig, sett i lys av sosial kognitiv læringsteori, bør man ikke glemme miljøets påvirkning på menneskelige handlinger. Flere forskere har sett på den viktige rollen som spilles av de elevene som hverken mobber eller blir mobbet, men som vet og ser at mobbingen pågår. Ved å være vitne til mobbingen, men uten å gripe inn, er disse elevene indirekte med på å opprettholde mobbingen og gi mobberen respons på at det han eller hun gjør er greit (Salmivalli & Poskiparta, 2012). I tradisjonell mobbing kan denne responsen gis i form av kroppsspråklige beskjeder som smil, nikk og latter, eller som verbale beskjeder som støtter mobberen. I tillegg til mobbingen kan resten av elevene begynne å behandle mobbeofferet på en ekskluderende og nedlatende måte slik at det blir normalt at mobbeofferet blir holdt utenfor, selv av elever som ikke utfører den direkte mobbingen. Dette skjer i særlig grad der mobberen har høy status blant andre elever (Salmivalli & Poskiparta, 2012). De som er vitner til digital mobbing kan bidra til opprettholdelsen av mobbingen ved å for eksempel like en ondsinnet kommentar om en annen på Facebook, ved å dele bilder eller annet audiovisuelt materiale som brukes til å

mobbe til flere mottakere, eller kun ved å være klar over at mobbingen pågår uten å ta affære (Staksrud, 2013). Den sosiale støtten som mobberen opplever ved at mange vet om mobbingen, men ikke gjør noe for å stoppe den kan også føre til at enkelte barn og unge mobber andre.

Sett i lys av sosial kognitiv teori, får ofte mobbere sosial støtte i form av at flere andre støtter han eller henne i mobbingen, at mange vet om mobbingen uten å gjøre noe for å stoppe den, og at mobberens handlinger fryktes av andre og kan gi mobberen makt. Personlige egenskaper hos mobbeofrene som for eksempel fysiske trekk, etnisitet, fysisk fungering, personlighetstrekk og annet kan gjøre enkelte barn mer utsatt for mobbing av andre. Miljøets respons på mennesker trenger ikke nødvendigvis være direkte knyttet til noe individer har gjort eller sagt, men kan skyldes egenskaper eller trekk som individer ikke kan noe for. Hvordan mobbere velger å plage sine ofre kan både være lært gjennom observasjonslæring eller enaktiv læring, altså ved å prøve selv. Hva slags rollemodeller barn og unge har, kan påvirke deres atferd og handlinger. Dette kan brukes også for å reversere eksisterende mobbing, og avlære mobbernes negative og aggressive handlinger. Ved å påvirke miljøet rundt mobberen og mobbeofferet, kan trolig den sosiale støtten som mobbere er vant med å få bli borte eller flyttes til offeret. På den måten kan det tenkes at mobberen, ved å ikke motta positiv sosial feedback fra miljøet, kan stoppe å mobbe andre. Ved å gi mobbeofrene sosial støtte, kan dette trolig hjelpe ofrene til å takle mobbesituasjoner bedre.

Elever kan være motiverte av ulike grunner til å drive med mobbing av andre, være det seg søken etter spenning, fordi de synes det er gøy, fordi de ønsker å hevne seg på noen eller fordi de opplever sosial støtte når de mobber. Det er ikke godt å si hva som motiverer enkeltelever til å legge ut pinlige og krenkende kommentarer eller bilder av medelever og andre. Det en bør enes om er at digital mobbing bør bekjempes og forebygges slik at ikke flere barn og unge opplever å bli utsatt for det i oppveksten. Bandura (2001) fremmer et syn på at vi alle er alle aktører i våre liv. Med aktør mener han en som med hensikt får ting til å skje gjennom handling. Dette synet på mennesker gir også individer et ansvar for egne handlinger, og lite rom for bortforklaringer og ansvarsfraskrivelser. Det et individ velger å gjøre og til slutt gjennomfører er individets ansvar. Hva har så dette å si for digital mobbing? Det å få barn og unge til å bli klar over deres egne handlinger: hva de velger å legge ut på Internett, hvilke kommentarer de velger å publisere i offentlige digitale rom og hva de velger å dele videre til

andre kontakter på sosiale medier, kan føre til at barn og unge tenker seg om før de mobber andre digitalt.

Det skolebaserte antimobbeprogrammet KiVa baserer seg i stor grad på å påvirke de passive mobberne, altså de elevene som kjenner til mobbingen, men som ikke gjør noe for å stoppe den. Gjennom å appellere til disse elevene og oppfordre dem til å gripe inn når de er vitner til mobbing kan dette påvirke mobberen til å stoppe. Mobberen vil ikke lenger få respons fra miljøet slik at mobbingen opprettholdes. Samtidig vil mobberen, ved å bli stoppet eller ved at det sosiale miljøet rundt reagerer negativt, oppleve at de negative handlingene også har konsekvenser for ham / henne (Salmivalli, Kaukianinen & Voeten, 2005). Programmet kommer til å bli presentert mer i detalj i neste kapittel.

Når man så vet at læring kan skje via enaktiv læring, altså ved prøving og feiling, eller ved observasjonslæring, kan man prøve å se på hvordan digital og tradisjonell mobbing muligens kan avlæres. Elever som har tilgang til Internett, slik de fleste norske barn og unge har i dag, har større muligheter til å lære om bruken av Internett og om trygg bruk. Gjennom at barn og unge benytter flere sider av nettet vil de gradvis lære seg å mestre flere typer aktiviteter. Enaktiv læring vil i dette tilfellet kunne gi barn og unge økt digital kompetanse (Staksrud, 2013). Digitale ferdigheter kan også læres gjennom å observere hvordan andre mestrer ulike aktiviteter og hvordan de håndterer ulike situasjoner online. Barn og unge som har foreldre eller andre voksne som kan vise dem forskjellige sider ved Internett og lære dem å benytte seg av disse vil på sikt kunne mestre dette på egenhånd. En økning av barn og unges mestringstro til bruken av Internett og til å håndtere uønskede situasjoner på nettet, kan bidra til at flere som utsettes for digital mobbing klarer å stoppe dette i en tidlig fase eller ber om hjelp slik at mobbingen tar slutt. Mestringstro til egne digitale ferdigheter og håndteringskompetanse kan føre til at færre barn og unge lar seg skremme til å skru av PC-en eller logge seg av Internett, i håp om at mobbingen vil gå over av den grunn.

Observasjonslæring kan føre til at barn og unge kopierer dårlige rollemodellens atferd på Internett. Blant annet kan den krasse tonen i enkelte nettdebatter oppfattes av yngre lesere som den måten en bør kommunisere med andre på på Internett. Siden voksne gjør det, hvorfor skal ikke de? Det at barn og unge ser hvordan vi som voksne ter oss på Internett bør gi oss grunn til å ta et kritisk blikk på oss selv og hvordan vi framstår som rollemodeller for barn og unge (Staksrud, 2013). Mer om voksne som rollemodeller og vår påvirkning på barns Internettatferd kommer i kapittel 6.



Når man ser at menneskers læring påvirkes av interne, personlige faktorer og det miljøet som mennesker lever i vil det også si at det finnes flere måter å lære på. Sosial kognitiv læringsteori har et sterkt syn på individet som aktør, og dette fører med seg et stort ansvar. Siden denne oppgaven handler om barn og unge, kan ikke ansvaret legges fullt og helt på dem. Voksne har et ansvar for å veilede og korrigere barn og unges atferd, både offline og på nett. Derfor blir det viktig å fokusere på sider ved menneskelig læring som å påvirke miljøet slik KiVa antimobbeprogram forsøker å gjøre, være gode rollemodeller for barn og unge ved å være bevisst over hvordan vi kommuniserer med andre online, og ved å lære barn og unge gode håndteringsstrategier hvis de skulle oppleve å bli mobbet digitalt (Staksrud, 2013).

Miljøet som barnet vokser opp i, som for eksempel hvorvidt barnet har tilgang til digitale verktøy og får mulighet til å prøve seg fram på egenhånd eller med en voksen som veileder, vil kunne påvirke barnets læring om hvordan man er mot andre på Internett. Voksnes holdninger til Internett, om voksne nærpå personer er aktive brukere av nettet og hva dette brukes til, vil også kunne påvirke barns holdninger til bruken av digitale verktøy. De barna som ikke vokser opp i hjem der Internett brukes aktivt, vil møte den digitale verdenen på skolen. Her er det viktig at lærere opptre som positive rollemodeller og trygge voksenpersoner som kan snakke med elever om blant annet hvordan man bør oppføre seg i dialog med andre på Internett, hva som kan være lurt å gjøre hvis man opplever utrygge og skremmende situasjoner på Internett, og informere elever om at mobbing også kan skje på nettet. I neste kapittel vil to skolebaserte antimobbeprogrammer presenteres. Gjennom implementeringen av slike skolebaserte programmer, sikrer man seg at alle barn som går på skole lærer om mobbing, både offline og online, og hva barnet kan gjøre om han eller hun blir utsatt for mobbing eller ser at andre utsettes for dette. Skolebaserte antimobbeprogrammer, råd fra foreldre og lærere, og råd fra nettsider som for eksempel Trygg Bruk kan bidra til å lære barn og unge å ha positive digitale opplevelser og bidra til å øke barn og unges mestringstro når det kommer til bruken av Internett.

Sosial kognitiv læringsteori kan hjelpe oss å forstå hvordan skolebaserte antimobbeprogrammer er bygd opp og hvordan utviklerne av slike programmer tar hensyn både til individet og miljøet rundt. Det nytter lite å fokusere kun på egenskaper hos individet, når individer lever i samhandling med andre. Den gjensidige påvirkningen mellom individ og miljø spiller en viktig rolle når det gjelder forebygging og reduksjon av mobbing. Kapitlet

som kommer inneholder et nærmere blikk på to skolebaserte antimobbeprogrammer som brukes for å forebygge og redusere mobbetilfeller i finske og norske skoler.

## 4 Antimobbeprogrammene KiVa og Olweus

I dette kapitlet kommer jeg til å se nærmere på antimobbeprogrammene KiVa og Olweus. Her vil det komme informasjon om programmene teoretiske bakgrunn, hensikt, måten de blir brukt på, og omfanget av programmets bruk i henholdsvis Finland og Norge. Videre vil det bli presentert tall som viser hva slags effekt disse programmene har hatt i hovedsak på tradisjonell mobbing, men også på digital mobbing. Begge antimobbeprogrammene er store forskningsbaserte nasjonale satsninger mot mobbing, og har mange tusen brukere både i Finland og Norge. Både KiVa og Olweus er utviklet for å få bukt med den tradisjonelle mobbingen i hovedsak, og ordet *mobbing* vil i dette kapitlet brukes for å omtale den tradisjonelle varianten.

### 4.1 KiVa



KiVa logo, gjengitt med tillatelse av C. Salmivalli, 2014.

KiVa er et antimobbeprogram utviklet av Christina Salmivalli og Elisa Poskiparta ved Universitetet i Turku, Finland. KiVa er et akronym for *Kiusaamista Vastaan*, som betyr «mot mobbing». Adjektivet *kiva* betyr også «snill» på finsk. Programmet ble utviklet for skoler med elever fra 1. – 9. klasse i det finske skolesystemet, og tilsvarer elever i alderen 7 til 15 år. Første fasen av KiVa prosjektet ble utført fra 2006 til 2009 og inkluderte utviklingen av selve programmet, opplæring av skoleansatte i bruken av KiVa, og en stor evalueringsstudie mot slutten av perioden. Selve bruken av KiVa i finske skoler startet i 2009 og rundt 82 % av finske skoler bruker KiVa i dag (Salmivalli & Poskiparta, 2012).

KiVa baserer seg på ideen om hvordan «bystanders», altså elever som verken blir mobbet eller mobber, reagerer når de er vitner til mobbing og at deres reaksjoner er avgjørende for om mobbingen opprettholdes eller stoppes. Mesteparten av den tradisjonelle mobbingen foregår på skolens område og blir sett av mange elever. Dessverre oppfører mange «bystanders» seg på måter som forsterker mobberens istedenfor å ta mobbeofferets side. Forsterkninger som ofte

gis av «bystanders» til mobberen kan være i form av smil, latter og verbale beskjeder som støtter mobberen mens mobbingen pågår. I tillegg til denne direkte støtten som mobberen får, kan klassen eller elevgruppen begynne å oppføre seg ufint mot mobbeofferet, da det oppfattes som normalt at han eller hun blir utestengt fra aktiviteter, ledd av eller ignorert. Selv om de fleste barn og unge mener at mobbing er galt, vil de fleste unnlate å stoppe mobbere foran andre. Dette gjelder særlig hvis mobberen har høy sosial status blant elevene (Salmivalli & Poskiparta, 2012). Hvordan «bystanders» oppfører seg når de er vitner til mobbing vil kunne påvirke både mobbeofferet og mobberen. For mobbeofferet kan den verste opplevelsen være følelsen av at hele gruppen er imot dem, mer enn at en eller to elever mobber dem direkte. Det kan virke som om ingen bryr seg om dem. Forskning viser at mobbeofre som har minst en i elevgruppen som viser støtte eller som beskytter dem mot mobberen er mindre deprimerte og har mindre angst, har høyere selvtillit og er mindre utstøtt blant andre elever enn mobbeofre uten beskyttere (Salmivalli & Poskiparta, 2012). Samtidig viser forskningen at mobbing forekommer oftere i klassemiljøer der støtte til mobberen er vanlig og der få elever viser støtte til mobbeofferet. Dette vil ikke si at mobbingen kun stoppes ved å øke støtten til mobbeofrene, men at miljøet der mobbingen skjer også spiller en viktig rolle. KiVa fokuserer i stor grad på miljøet og hva barn, ungdommer og voksne kan gjøre for å stoppe mobbing. Som nevnt i kapittel 3 vil miljøets påvirkning kunne bidra til å endre eller opprettholde individets atferd. Det er derfor av betydning at antimobbeprogrammer som er rettet mot store elevgrupper jobber med miljøet som omgir enkeltelevne.

Målet med KiVa er å stoppe mobbing som allerede pågår, forebygge at mobbing starter og minimere de negative konsekvensene av mobbing. KiVa er skolebasert, noe som krever at hele personalet engasjerer seg og setter seg inn i programmet. Det er heller ikke et kortvarig program med begrenset varighet, men skal være del av skolens årsplan for å få bukt med mobbing. Programmet består av klasseromsundervisning med ulike temaer for barne- og ungdomstrinnet. I tillegg vil ungdomsskoleelever kunne benytte seg av databaserte læringsmiljøer knyttet til temaet mobbing. Klasseromsundervisningen og temaene blir ledet av læreren og består av diskusjoner, gruppearbeid, kortfilmer om mobbing og rollespilloppgaver. Temaene strekker seg fra det mer generelle som for eksempel følelser, viktigheten av respekt i ulike personlige forhold og gruppepress, til mobbing og mobbingens mekanismer og konsekvenser (Salmivalli & Poskiparta, 2012). I KiVa-timene er det også flere aktiviteter som er rettet mot digital mobbing. Digital mobbing blir beskrevet og definert for elevene, klassene diskuterer hva som er respektfull og riktig atferd på Internett, og elevene

får vite om ulike måter å takle digital mobbing på (Williford et al., 2013). Flere av KiVa-timene er sentrert rundt rollen som gruppen spiller når det gjelder mobbing, enten at gruppen bidrar til å opprettholde mobbing eller stoppe den. Gruppearbeidene oppmuntrer elevene til å komme med tanker og ideer om hvordan de kan hjelpe og støtte mobbeofre (Salmivalli & Poskiparta, 2012). I tillegg til at klasselærere tar seg av gjennomføringen av KiVa programmet, har skolene 3 lærere som utgjør et KiVa-team. Deres oppgave er, i samarbeid med klasselærere, å ta tak i konkrete mobbesaker som skulle dukke opp. Teamet gjennomfører individuelle samtaler og gruppesamtaler med mobbeofferet og med mobberne, og har oppfølgingssamtaler med de involverte partene. I tillegg har klasselæreren samtaler med et par elever slik at disse støtter mobbeofferet. Disse elevene er som oftest prososiale elever som har positiv innflytelse på resten av gruppen. Antimobbeprogrammets utviklere har på denne måten også tatt hensyn til individets påvirkning på miljøet, ved å plukke ut prososiale elever som er likt av flere, til å være støttepersoner for de svakere elevene. Som tidligere nevnt, pleier individer med høy sosial status å ha større påvirkning på andre enn individer med lavere status.

For at KiVa skal være synlig for elevene og skoleansatte i det daglige, har lærere på seg godt synlige vester når de har inspeksjon i skolefriminuttene. Det finnes også plakater som kan henges opp på klasserommene eller korridorene på skolen for å minne alle om KiVa. Foreldrene blir også inkludert i KiVa, og får tildelt en informasjonsbrosjyre i begynnelsen av skoleåret der de blir informert om hvordan skolen jobber for å bekjempe mobbing. Programmet tas også opp på foreldremøter. Det finnes en nettside som foreldrene får tilgang til med informasjon om mobbing og råd om hva foreldre kan gjøre for å redusere problemet eller bidra til å forebygge det. Opplæring av skoleansatte består av to dagers kurs før skoleårets start, ofte på vårsemesteret. De to som deltar på kurset har ansvaret for å lære opp resten av personalet. For de som ikke får deltatt på kurset finnes det et online-kurs som inneholder det samme som to dagers kurset. KiVa har også en nettside med diskusjonsforum hvor lærere i KiVa skoler kan utveksle tanker og ideer, opplevelser og utfordringer knyttet til programmets bruk. Mot slutten av hvert skoleår finnes det et online spørreskjema som elever og ansatte ved KiVa skoler må fylle ut. Gjennom spørreskjemaene kan skolene få tilbakemelding på hvordan mobbesituasjonen er og hvordan KiVa har blitt brukt av lærerne. Tilbakemeldingsskjemaene fylles ut på våren, og deretter til samme tid året etter. Denne formen for evaluering er viktig for å sjekke om programmet har ønsket virkning, men også for å evaluere om programmet brukes slik det var ment (Salmivalli & Poskiparta, 2012).

KiVa antimobbeprogram baserer seg på et syn på mobbing som noe som foregår i en sosial setting. Programmet støtter seg på studier om aggressive barns sosiale status, i særlig grad mobbere, og på studier om «bystanders» og deres rolle i mobbingen. Tidligere forskning indikerer at mobbing delvis motiveres av søken etter status og makt i grupper. I tillegg kan mobbing opprettholdes av «bystanders», slik tidligere nevnt. KiVa har sin teoretiske bakgrunn i sosial kognitiv teori (Kärnä, Voeten, Little, Poskiparta & Salmivalli, 2012).

## **4.2 Effekt av KiVa på mobbing og digital mobbing – to studier**

Det finnes flere studier som har undersøkt om KiVa har bidratt til å redusere eller forebygge mobbing. Følgende undersøkelse består av en pretest og posttester etter intervensjonen for å måle om intervensjonen (her KiVa) har hatt noen merkbar positiv effekt på mobbing eller på støtten til mobbeofrene. Undersøkelsen inkluderer også kontrollskoler som ikke får intervensjonen KiVa, men som blir testet til samme tidspunkt som KiVa-skolene. Utvalgsstørrelsen i denne undersøkelsen er stor og kan derfor sies å være representativ for finske elever.

Undersøkelsen består av to utvalg av elevgrupper, den ene fra 1. – 3. klasse (fra 7 – 9 år, N=6927) og den andre fra 7. – 9. klasse (13 – 15 år gamle, N=16503). Den yngste elevgruppen er fra 74 ulike skoler og den eldste elevgruppen er fra 73 skoler. Elevene i undersøkelsen ble sammenlignet med elever i kontrollskoler, altså skoler som ikke bruker KiVa. Pretest ble utført på vårparten før KiVa ble satt i gang på høsten, så ble det foretatt en testing på slutten av kalenderåret, altså midtveis i skoleåret. Kärnä, Voeten, Little, Alanen, Poskiparta & Salmivalli (2012) forventet a) en reduksjon i støtten til mobberne og b) en økning i støtte til mobbeofrene.

Rekruttering av skoler til undersøkelsen ble gjort per brev til alle de 3418 grunnskolene i Finland, både finsktalende og svensktalende, høsten 2006. 275 frivillige skoler ble inndelt etter provins og språk, og 125 av dem ble tilfeldig fordelt til intervensjonen (47 skoler) eller til kontrollgruppen (78 skoler). 31 skoler som tidligere hadde blitt randomisert til kontrollgruppen for 4. – 7. klasse ble inkludert til å delta i intervensjonsgruppen. Dette resulterte i et utvalg på 156 skoler: 79 skoler (40 kontroll og 39 intervensjon) for 1. – 3. klasse

og 78 skoler (39 kontroll og 39 intervensjon) for 7. – 9. klasse. En kontrollskole deltok både med 1. – 3. klasse og 7. – 9. klasse, ellers var det ingen overlapping i de to utvalgene. Fordi skolenes geografiske beliggenhet var såpass spredt, kan det tenkes at deltakerne er representative for finske grunnskoleelever som kan ha en interesse av å bruke KiVa (Kärnä et.al., 2012). Siden skoleåret i Finland strekker seg fra midten av august til slutten av mai ble dataene innsamlet i tre bolker: mai 2008, desember 2008 – februar, og til slutt mai 2009. Elevene fylte ut Internett-baserte spørreskjemaer på skolens datarom i skoletiden. Dette ble administrert av to lærere som hadde fått opplæring i å samle inn informasjonen slik at påliteligheten til besvarelsene ble så god som mulig. Lærerne måtte sørge for at elevene ble forsikret om at besvarelsene deres forble anonyme. Elevene fikk individuelle passord som de brukte til å logge seg inn på spørreskjemaet. I starten av spørreskjemaet ble begrepet mobbing definert slik Olweus har formulert det, altså med fokus på at det er noe som må skje gjentatte ganger og at det er maktubalanse mellom mobber og offer. Definisjonen ble forenklet for de yngste elevene for å lette forståelsen av begrepet. I tillegg til at definisjonen på mobbing ble presentert i starten av spørreskjemaet, var en kortversjon av definisjonen skrevet øverst på skjermen mens elevene svarte på spørreskjemaet. Elevene fra 1. – 3. klasse fikk spørsmålene og svaralternativene lest opp av læreren, mens de eldste elevene svarte på egenhånd. De yngste elevene brukte 26 minutter i snitt på å besvare spørreskjemaet, og de eldste brukte 21 minutter i snitt (Kärnä et al., 2013). Siden elevene i 1. klasse og 7. klasse ikke fikk tatt pretest før intervensjonens start, har disse elevenes resultater blitt målt separat. Undersøkelsen baserer seg i størst grad på besvarelsen fra elevene fra 2. – 3. klasse, og 8. – 9. klasse. Den endelige utvalgsgruppen fra 2. – 3. klasse besto av 4704 elever fra 273 klasserom fra 74 skoler, og gruppen fra 8. – 9. klasse besto av 11070 elever fra 686 klasserom fra 73 skoler.

Spørreskjemaene startet med å samle inn informasjon om kjønn og alder, fulgt av spørsmål om eleven mobbet eller ble mobbet. Elevene fikk spørsmålene: «Hvor ofte har du blitt mobbet på skolen de siste par månedene?» og «Hvor ofte har du mobbet andre på skolen de siste par månedene?» Elevene måtte velge en av fem kategorier: 0 = ikke i det hele tatt, 1 = en eller to ganger, 2 = to eller tre ganger i måneden, 3 = omtrent en gang i uken, 4 = flere ganger i uken. Elever som rapporterte at de ble mobbet to eller tre ganger i måneden, hver uke eller flere ganger i uken (kategorier 2 – 4) de siste par månedene ble kategorisert som mobbeofre. De som rapporterte at de hadde mobbet andre med tilsvarende hyppighet ble kategorisert som mobbere. Grunnen til at grensen ble satt fra kategori 2 og oppover er graden av hyppighet, som samsvarer med definisjonen om at mobbing er noe som gjentar seg over tid. En del av

spørreskjemaet inneholdt spørsmål knyttet til tilskuerrollen (bystander). Her fikk elevene tenke seg situasjoner der noen andre ble mobbet. De fikk presentert ulike måter en kan reagere på når man er vitne til mobbing, og måtte nominere klassekamerater i de ulike reaksjonsmåtene. De fikk også velge å skrive «ingen» hvis de ikke oppfattet noen i klassen som passet inn i beskrivelsen av reaksjonene. Kategoriene var: «Starter mobbingen», «Får andre til å være med på mobbingen», «Finner alltid nye måter å mobbe andre på», «Blir med på mobbingen når andre har startet den», «Hjelper mobberen», «Hjelper mobberen ved å for eksempel holde fast mobbeofferet», «Står og ser på mens mobbingen pågår», «Ler», «Heier på mobberen», «Trøster mobbeofferet / oppmuntrer mobbeofferet til å gi beskjed til læreren om mobbingen», «Ber de andre stoppe mobbingen» og «Prøver å be de andre stoppe mobbingen». Elevene fikk også nominere klassekamerater som de oppfattet som mobbeofre i kategoriene: «Han / hun blir dyttet og slått», «Han / hun blir ledd av og omtalt med kallenavn» og «Stygge rykter blir spredt om han / henne» (Kärnä et al., 2013).

Resultatene fra undersøkelsen indikerer at støtte til mobberne minsket og støtte til mobbeofrene økte over tid. I pretestmålingene for 2. – 3. klasse og 8. – 9. klasse var forskjellene mellom intervensjonsskolene og kontrollskolene små (fra 0.00 til 0.01). For disse klassetrinnene var det en klar forbedring fra første datainnsamling til tredje datainnsamling når det gjaldt selvrapporterte tilfeller av mobbing og mobbing av andre. Resultatene fra 8. – 9. klasse var derimot mer blandede. Endringene var positive når det gjaldt selvrapportering av å mobbe andre og å støtte mobberne (dette gikk altså ned), men kontrollskolene hadde en mer positiv endring for selvrapporterte tilfeller av mobbing og det å støtte mobbeofre (det vil si at kontrollskolene hadde størst nedgang i selvrapporterte tilfeller av mobbing og størst økning i støtte til mobbeofre). Resultatene indikerer at KiVa bidrar til å redusere mobbing og antall mobbeofre i 1. – 3. klasse. Blant de eldste elevene (8. – 9. klasse), var det signifikante positive effekter på flere områder, men stort sett kan disse effektene attribueres til karakteristikk hos elevene selv eller klassemiljøene. Generelt kan intervensjonen sies å være mer effektiv for de yngste elevene enn for elever på ungdomsskolen. Det ble funnet kjønnsforskjeller i effekten av KiVa i guttenes favør, særlig i 8. og 9. klasse. Ellers var det ingen statistisk signifikante forskjeller mellom gutter og jenter og KiVas effekt på mobbing. Det kan tenkes at KiVa er mindre effektiv når det gjelder å redusere indirekte former for mobbing. Elever på ungdomsskolen har en tendens til å delta i færre episoder av fysisk og verbal aggresjon enn yngre elever, og mer i episoder av indirekte aggresjon. Dette kan være med på å forklare hvorfor KiVa ikke er så effektiv blant de eldste elevene sammenliknet med



de yngste. En annen forklaring på hvorfor KiVa har minst effekt blant de eldste elevene kan være at det er lettere å påvirke yngre enn eldre elever. Generelt kan man utfra denne undersøkelsen konkludere med at KiVa programmet er effektivt for elever i 1. – 3. klasse, mens effekten av programmet er mindre synlig hos de eldste elevene på grunnskolen (Kärnä et al., 2013).

Hvorvidt KiVa kan bidra til å redusere tilfeller av digital mobbing har også blitt undersøkt. Williford, Elledge, Boulton, DePaolis, Little og Salmivalli (2013) har undersøkt om KiVa kan være med på å redusere forekomsten av digital mobbing blant elever i finske skoler. Denne undersøkelsen er også kvantitativ og ble gjort i Finland i årene 2007 – 2009. Utvalget besto av elever i 4., 5., 6., 7., 8. og 9. klasse fra de fem provinsene i Finland. Totalt 275 skoler deltok frivillig i undersøkelsen. 39 skoler ble tilfeldig valgt som intervensjonsskoler og 39 som kontrollskoler. 48.4 % av deltakerne i kontrollskolene var jenter og gjennomsnittsalderen på elevene fra kontrollskolene var 12.75 år (SD = 1.62). Intervensjonsskolene hadde 50.9 % jenter og gjennomsnittsalderen på deltakerne var 12.91 år (SD = 1.58). Totalt deltok 18412 elever i undersøkelsen, hvorav 9914 fikk intervensjonen KiVa og 8498 var i kontrollgruppen. Gruppens demografiske karakteristikk hadde ikke signifikante forskjeller.

Også i denne undersøkelsen ble dataene samlet i tre bolker, den første i mai 2007 for 4. – 6. klasse, og mai 2008 for 7. – 9. klasse (pretest), den andre i desember / januar 2007/ 2008 og på våren ca. 9 måneder etter programmets start. Undersøkelsen ble gjennomført på samme måte som den forrige, gjennom besvarelse av spørreskjemaer på datamaskin. Også her ble Olweus' definisjon på mobbing brukt og vist til elevene mens de fylte ut spørreskjemaene. Påstander om digital mobbing ble formulert på denne måten: «Jeg ble mobbet gjennom mobiltelefon eller Internett», «Jeg mottok ondsinnede eller sårende meldinger, samtaler eller bilder», «Jeg har mobbet andre gjennom mobiltelefon eller Internett», «Jeg har sendt ondsinnede eller sårende meldinger, samtaler eller bilder til andre». Alle påstandene måtte rangeres i en likert-skala fra 0 – 5, der 0 sto for «ikke i det hele tatt», 1 «en eller to ganger», 2 «to eller tre ganger i måneden», 3 «hver uke» og 4 «flere ganger i uken».

Undersøkelsen inkluderte også andre måter å bli mobbet på som for eksempel fysisk mobbing, dette for å kontrollere for om det kunne være overlapp mellom tradisjonell og digital mobbing. Funn fra denne undersøkelsen har noen fellestrekk med forrige undersøkelse når det gjelder sammenhengen mellom elevenes alder og effekten av KiVa. Effekten til KiVa var signifikant forskjellig fra null for elever som var et standardavvik fra

gjennomsnittsalderen, men ikke signifikant for elever i gjennomsnittsalderen eller et standardavvik over gjennomsnittsalderen. Når det gjelder forekomst av digital mobbing var det ingen forskjell i hyppigheten på digital mobbing blant elever i kontroll – og intervensjonsskolene for elevene som var i gjennomsnittsalderen og et standardavvik over. Disse resultatene indikerer at KiVa programmet bidro til en reduksjon av digital mobbing for elever i den yngste gruppen, men ikke for de eldste elevene. Funn fra denne undersøkelsen indikerer at KiVa har en positiv effekt på reduksjon av digital mobbing for elever opptil mellomtrinnet. Hos skolene i kontrollgruppen var forekomsten av digital mobbing 29 % høyere enn hos elevene i KiVa-skolene, uavhengig av elevenes alder. Det kan dermed virke som om KiVa kan bidra til en reduksjon av digital mobbing blant elever, særlig på barneskolen.

Williford et al. (2013) konkluderer med at selv om det ble påvist en positiv sammenheng mellom KiVa og reduksjon av digital mobbing, var denne sammenhengen liten. De mener at skolebaserte intervensjonsprogrammer rettet mot mobbing bør inneholde egne komponenter som er rettet spesifikt mot bekjempelsen av digital mobbing. En større involvering fra foreldrenes side er ønskelig, siden store deler av den digitale mobbingen skjer hjemmefra. Mer informasjon til foreldre om hvordan de kan følge bedre med på hva barna deres foretar seg mens de er på Internett kan bidra til å støtte opp under skolebaserte programmer som også tar opp dette temaet (Williford et al., 2013).

## **4.3 Olweus-programmet mot mobbing og antisosial atferd**

I 1983, etter at tre ungdommer i Norge begikk selvmord som en konsekvens av langvarig mobbing, besluttet det norske Kunnskapsdepartementet (daværende Kirke- og Undervisningsdepartementet) at det skulle startes en landsomfattende kampanje mot mobbing i norsk grunnskole (Olweus 2002, Olweus & Limber, 2010). Like etter ledet Dan Olweus Bergensundersøkelsen som var en longitudinell studie som fulgte omtrent 2500 skoleelever over 2,5 år, i perioden 1983 – 85. Dan Olweus er professor i psykologi ved Universitetet i Bergen og har forsket på mobbing i flere tiår. Han er en av de første som begynte å forske på mobbing og samle inn systematisk kunnskap om fenomenet (Olweus, 2002). Etter

Bergensundersøkelsen fortsatte Olweus å forske på mobbing og gjennomførte flere undersøkelser der elever fikk et intervensjonsprogram som skulle virke positivt på reduksjon av mobbing. Olweus-programmet har som sitt mål å redusere eksisterende mobbeproblemer blant elever på skolen, forebygge at nye mobbetilfeller oppstår, og oppnå bedre relasjoner blant elever på skolen. Dette vil Olweus oppnå ved å restrukturere skolemiljøet gjennom å redusere mulighetene og belønningene til mobberne, og ved å skape samhold blant elever og skoleansatte på skolen. Olweus-programmet bygger på fire hovedprinsipper. Voksne på skolen bør a) vise omsorg og positiv interesse for sine elever, b) sette faste grenser for uakseptabel atferd, c) bruke konsekvent ikke-fysiske og ikke-fiendtlige negative konsekvenser når regler brytes, og d) være autoriteter og gode rollemodeller. Disse prinsippene har blitt overført til en rekke spesifikke intervensjoner på fire ulike nivåer: skolenivå, klasseromsnivå, individnivå og i noen tilfeller samfunnsnivå (Olweus & Limber, 2010). I midten av 1980 – tallet, kom Dan Olweus ut med en definisjon på mobbing som er like aktuell i dag:

*«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, 2002, s. 17).*

Uttrykket «negative handlinger» vil si når noen med hensikt påfører eller prøver å påføre en annen person skade eller ubehag. Negative handlinger kan utføres verbalt, som gjennom trusler, hån eller å si stygge ting som den andre ikke liker å høre. De kan også utføres fysisk, som når noen slår, sparker, kniper eller holder en annen person fast mot hans eller hennes vilje. Negative handlinger kan også utføres uten ord eller fysisk kontakt, for eksempel ved å vende ryggen til noen, lage grimaser og stygge gester, eller å unnlate å etterkomme en annen persons ønsker kun for å irritere eller såre den andre. Olweus presiserer at det ikke er mobbing når to personer som er like sterke fysisk eller psykisk er i konflikt, krangler eller slåss. Mobbing foregår, i følge Olweus, kun når det er en ubalanse i styrkeforholdet mellom de involverte partene, altså når den som blir utsatt for de negative handlingene ikke har så lett for å forsvare seg overfor den eller de som plager ham eller henne. Det gjøres et skille mellom direkte og indirekte mobbing, hvorav direkte mobbing er åpenlyse angrep på offeret, og indirekte mobbing skjer i form av sosial ekskludering og er mindre synlig for andre (Olweus, 2002).

Olweus-programmet mot mobbing og antisosial atferd har blitt innført på mer enn 500 skoler i Norge og fra 2001 ble programmet innlemmet i regjeringens handlingsplan mot barne- og

ungdomskriminalitet. Programmet bygger på en autoritativ modell for forholdet mellom voksne og barn. Det forventes at de voksne på skolen er autoriteter med ansvar for elevenes innlæring og deres sosiale relasjoner. Programmet har fire delmål: 1) Å øke bevisstheten og kunnskapen om mobbing, og samtidig fjerne en del myter om mobbing og årsaker som kan føre til mobbing. Gjennom at elever fyller ut et mobbespørreskjema anonymt, kartlegges konkret informasjon om forekomst av mobbing på de enkelte skolene. 2) Å få lærere og foreldre til å engasjere seg aktivt. Dette vil si at de voksne må ta ansvar for å følge med på hva som skjer blant elevene på skolen. Organisering av inspeksjon i friminuttene, oppfordring til lærere om å gripe inn i mistenkelige situasjoner og formidling til elevene om at mobbing ikke er akseptert, er måter der de voksne kan vise sitt engasjement på. Lærere oppfordres til å sette i gang med samtaler med mobbeoffer og mobbere, sammen med deres foreldre, i de tilfellene der man har identifisert eller mistenker et mobbeprobem. 3) Å innføre klare og enkle regler mot mobbing. Programmet bruker følgende regler:

*«Vi skal ikke mobbe andre». «Vi skal forsøke å hjelpe elever som blir mobbet». «Vi skal også være sammen med elever som lett blir alene». «Hvis vi vet at noen blir mobbet, skal vi fortelle det til kontaktlæreren (eller en annen lærer) og de hjemme»(Olweus & Solberg, 2006, s. 28).*

Reglene brukes som grunnlag for diskusjoner med elevene om hva mobbing betyr og hva slags konsekvenser det bør ha når elever mobber andre. Lærerne holder regelmessige møter med klassene der han / hun kan følge opp hvordan elevene forholder seg til reglene og om tiltakene har ønsket virkning. Lærere oppfordres til å være konsekvente med negative følger når elever bryter reglene, men også til å gi ros og oppmuntring når elever følger reglene. 4) Å gi støtte og beskyttelse til mobbeofferet. Læreren kan oppfordre prososiale klassekamerater til å passe ekstra på elever som lett blir mobbet. Læreren bør også jobbe med elever som blir mobbet for å hjelpe dem å hevde seg på en positiv måte og samarbeide med foreldrene slik at eleven som har det vanskelig kan få hjelp til å opprettholde vennskapelige forhold og bli kjent med andre (Olweus & Solberg, 2006). Som nevnt, har Olweus-programmet et mål om at voksne øker sin bevissthet og sitt engasjement om mobbing når mobbing oppstår. Olweus foreslår tiltak på skolenivå, gruppenivå og individnivå. Som nevnt i kapittel 3, jobbes det altså både med miljøet rundt elevene og med elevene på individnivå.

Tiltak på skolenivå innebærer elevundersøkelse med spørreskjema, studiedag om mobbing, bedre inspeksjon i friminuttene, opprettelse av samordningsgruppe på skolen og pedagogiske samtalegrupper rettet mot lærere og andre skoleansatte. Målgruppen for tiltak på skolenivå er

alle skolens elever, ikke spesielt de som mobber eller mobbes. Formålet her er å utvikle holdninger som både reduserer mobbing og forebygger mobbing ved skolen. Et eksempel på dette kan være inspeksjonssystemet når elevene har friminutt. Høy lærertetthet i utetiden kan føre til mindre mobbing i skolegården. Samtidig holder det ikke at læreren bare er i skolegården, men de må være innstilt på å gripe inn i mobbesituasjoner når de oppstår, eller når de har mistanke om at mobbing foregår. Voksnes holdning på skolen må være: «vi godtar ikke mobbing» (Olweus, 2002).

Tiltak på gruppenivå innebærer skoleregler mot mobbing som hver klasse lager i felleskap. Her blir gruppen enig om ros og sanksjoner. Klassereglene som ble nevnt tidligere kan benyttes som utgangspunkt for diskusjon, slik at elevene engasjeres til å være med på å skape trivselsregler som alle kan dra nytte av. Reglene henges opp på en synlig plass i klasserommet. Relevant barne- og ungdomslitteratur om mobbing kan også brukes til å få i gang diskusjoner om mobbing i klassen. Rollespill om mobbing kan også være en god metode for å få klassen til å lære mer om hva som kan gjøres med mobbing, både som offer og som tilskuer. Her kan den passive rollen som tilskuerne har diskuteres, og læreren bør opplyse elever om at den som deltar passivt i mobbingen også har et ansvar for det som skjer. Ros og positiv oppmerksomhet fra lærere kan påvirke oppførselen til elevene, derfor oppfordrer Olweus lærere til å gi mer ros til elevene. Elever som blir verdsatt tar lettere i mot kritikk for uønsket atferd. Konsekvente sanksjoner overfor aggressiv oppførsel er viktige deler av Olweus-programmet. Mulige sanksjoner kan være alvorlige samtaler med eleven, la eleven sitte utenfor rektors kontor mens de andre har friminutt, la eleven holde seg i nærheten av en lærer som har inspeksjon i et bestemt antall friminutt, og så videre (Olweus, 2002).

Tiltak på individnivå kan være alvorlige samtaler med mobbere og mobbeofre, samtaler med foreldrene til de involverte partene i konflikten og utvikling av individuelle tiltaksplaner (Olweus & Solberg, 2006, s. 26). Samtaler med mobberen skal formidle til mobberen at hans eller hennes atferd er uakseptabel, og at mobbingen må stoppe. Rektor kan være tilstede i disse samtalerne. Mobbeofferet må gis beskyttelse og må stole på at de voksne vil hjelpe han eller henne. Lærere må gi offeret sin støtte. Samtaler med foreldrene er til for å informere og involvere foreldrene til både offer og mobber. Her kan skolen komme med konkrete råd om hvordan foreldrene skal ta opp problematikken hjemme og hva de selv kan gjøre for å få bukt med mobbingen (Olweus, 2002).

Når det gjelder digital mobbing, har Olweus vært skeptisk til hvorvidt digital mobbing er et stort problem for dagens barn og unge. Han mener at frykten for digital mobbing er sterkt overdrevet, og har gjennomført forskjellige undersøkelser som indikerer at digital mobbing ikke er et økende problem (Olweus, 2012a). Kort fortalt mener Olweus at digital mobbing kun er en måte å bli mobbet på eller måte å mobbe andre på, slik som tradisjonell mobbing er. Han har også funnet ut gjennom undersøkelser at det er en stor grad av overlapping mellom barn og unge som mobbes tradisjonelt og digitalt. Han mener derfor at det brukes for mye tid på å diskutere den digitale mobbingen når den egentlig ikke er ulik den tradisjonelle. Samtidig mener han ikke å bagatellisere den digitale mobbingen, men er ute etter å avlive det han kaller myter om at digital mobbing er et økende problem (Olweus, 2012b). På grunn av hans syn på digital mobbing, inneholder ikke Olweus-programmet noen særskilte tiltak som handler spesifikt om dette. Olweus' syn på digital mobbing som en variant av den tradisjonelle mobbingen kan bidra til at man ser helhetlig på mobbing, altså som noe barn og unge ikke trenger i sine liv. Likevel er det viktig at noen forskere retter oppmerksomheten mot digital mobbing og jobber for å bekjempe denne.

## **4.4 Effekt av Olweus-programmet på mobbing og digital mobbing**

Det har vært flere evalueringsprosjekter med positive resultater på 1990-tallet. Her vil et evalueringsprosjekt som ble utført i perioden 2001 til 2003 bli presentert. I år 2000 besluttet Barne- og familiedepartementet at alle norske grunnskoler skulle bruke Olweus-programmet mot mobbing og antisosial atferd i en periode på flere år. Dette førte til at programmet kunne evalueres på et stort utvalg elever. All opplæring og veiledning av skoleansatte ble utført av godkjente instruktører fra Olweus-gruppen mot mobbing ved Universitetet i Bergen (Olweus & Limber, 2010).

Elevene ble delt inn i grupper på tvers av alder og hvilke skoler de gikk på, og gruppene ble testet for om de ble mobbet på ulike tidspunkt. Siden ble de testet ett år etter når skolene hadde tatt i bruk Olweus-programmet i ca. 8 måneder. Elevene i studien gikk i 4. – 7. klasse.

Prosentandelen av elever i gruppe 1 som ble mobbet ved pretest var 15,2 % (n = 8388 elever fra 56 ulike skoler), mens året etter da oppfølgingsstudien ble utført var andelen 10,2 % (n

=8299), altså en reduksjon på 33 %. I gruppe 2 svarte 14,0 % at de ble mobbet ved pretest (n = 4083 elever fra 46 ulike skoler), mens de ett år etter svarte at 9,2 % (n = 4089) ble mobbet, altså en reduksjon på ca. 34 %. I gruppe 3 var det 13,2 % (n = 8238 elever fra 58 ulike skoler) som rapporterte at de ble mobbet ved pretest, mens det var 8,7 % (n = 8483) som ble mobbet ett år senere. Tilsvarende resultater kan også sees for de av elevene som rapporterte at de mobbet andre. I gruppe 1 var reduksjonen på 37 % fra 5,7 % til 3,6 %. Gruppe 2 hadde en nedgang på 49 % fra 5,1 % til 2,6 %. Tilsvarende resultater ble oppnådd når dataene ble analysert på basis av kjønn, og når det var snakk om alle ulike måter å mobbe på som for eksempel direkte mobbing og indirekte mobbing. Alle funnene var statistisk signifikante. Også fordi gruppene ble testet på ulike tidspunkt kan man utelukke muligheten for at de positive resultatene skyldtes for eksempel mediernes oppmerksomhet, eller andre årsaker enn selve effekten av Olweus-programmet (Olweus & Limber, 2010). Tall fra 14 av de 24 Osloskolene som deltok i undersøkelsen viser en reduksjon på mobbing på 40 % i perioden 2001 til 2006. 14 % av elevene (n = 3000) rapporterte at de ble mobbet ved pretest, noe som sank til 9,8 % året etter, til 8,4 % i 2006. Disse tallene viser at Olweus-programmet ikke bare bidrar til å redusere mobbing, men at programmet bidrar til dette over en lengre tidsperiode. Resultatene fra denne undersøkelsen gir grunn til å tro at Olweus-programmet kan føre til en betraktelig reduksjon av mobbing (Olweus & Limber, 2010).

For elever fra 8. – 10. klasse har resultatene også vært positive, men i mindre grad enn for de yngre elevene. En studie fulgte elever i 8. og 9. klasse fra 14 ulike skoler over en 2-års periode fra 2001 – 2003. Resultatene i 3. testperiode etter 20 måneder med Olweus-programmet viste en reduksjon på mobbing på 27,5 %. Tilsvarende resultater var det for de av elevene som rapporterte at de mobbet andre, med en nedgang på 31,1 %. Det var derimot ingen store forskjeller mellom testperiode 1 (pretest) og testperiode 2 for rapportert mobbing eller mobbing av andre. Resultatene fra denne studien indikerer at det kan ta lenger tid å få positive resultater for de eldste elevene i grunnskolen enn de som er yngre (Olweus & Limber, 2010).

Som tidligere nevnt, har Olweus ikke viet stor oppmerksomhet til digital mobbing som en egen form for mobbing. Han har likevel valgt å undersøke om digital mobbing er et stort problem, om det har økt med årene og om det har skapt nye ofre og mobbere, altså barn og unge som ikke mobber tradisjonelt, men bare digitalt. Han gjennomførte en undersøkelse med to store utvalg elever i henholdsvis Norge og USA over en fire – fem års periode. Elevene

fikk Olweus-programmet for første gang 3 – 4 måneder etter å ha fylt ut Olweus' mobbepørreskjemaet. Elevene i det amerikanske utvalget ble delt inn i 4 grupper i 4 ulike tidsperioder: 2007, n = 65274 elever fra 159 skoler; 2008, n = 140758 elever fra 468 skoler; 2009, n = 148515 elever fra 472 skoler og 2010, n = 95943 elever fra 250 skoler. Elevene gikk i 3. – 12. klasse (3. videregående i USA). Utvalgsstørrelsen tilsvarte rundt 1 % av alle elevene i USA, og skolene som deltok kom fra ulike steder i landet. For å øke undersøkelsens generaliserbarhet brukte Olweus også et utvalg norske elever fra 41 skoler i Oslo. Disse skolene representerte rundt 1/3 av Osloskolene, og hadde tatt i bruk Olweus-programmet flere år tidligere. Totalt deltok rundt 9000 elever fra 4. -10. klasse i årlige målinger.

Elevene fylte ut anonyme mobbepørreskjemaer med en detaljert definisjon av hva mobbing er og 39 spørsmål, hvorav noen hadde underspørsmål. Definisjonen av mobbing som elevene fikk la vekt på de tre hovedkriteriene for mobbing: hensikt, gjentakelse og maktubalanse mellom partene. Definisjonen som elevene fikk ingen referanser til digital mobbing, kun tradisjonell. Spørreskjemaet består av generelle spørsmål om eleven har blitt mobbet og hvor hyppig dette har skjedd de siste par månedene. Siden fulgte 8 spørsmål om ulike måter å bli mobbet på (verbal, fysisk og indirekte). Fra 2005 har spørreskjemaet til Olweus inkludert spørsmål om digital mobbing hvor mobbing gjennom mobiltelefon eller Internett er nevnt. Olweus kategoriserer det som mobbing når eleven rapporterer mobbing 2 eller 3 ganger i måneden eller oftere. Resultatene fra undersøkelsen viser at forekomsten av tradisjonell mobbing er mye større enn digital mobbing. Tall fra utvalget i USA (n = 447000) viser blant annet at gjennomsnittlig 17,6 % blir mobbet verbalt kontra 4,5 % som blir mobbet digitalt. Gjennomsnittlig rapporterte 9,6 % at de mobbet andre verbalt mens 2,8 % mobbet andre digitalt.



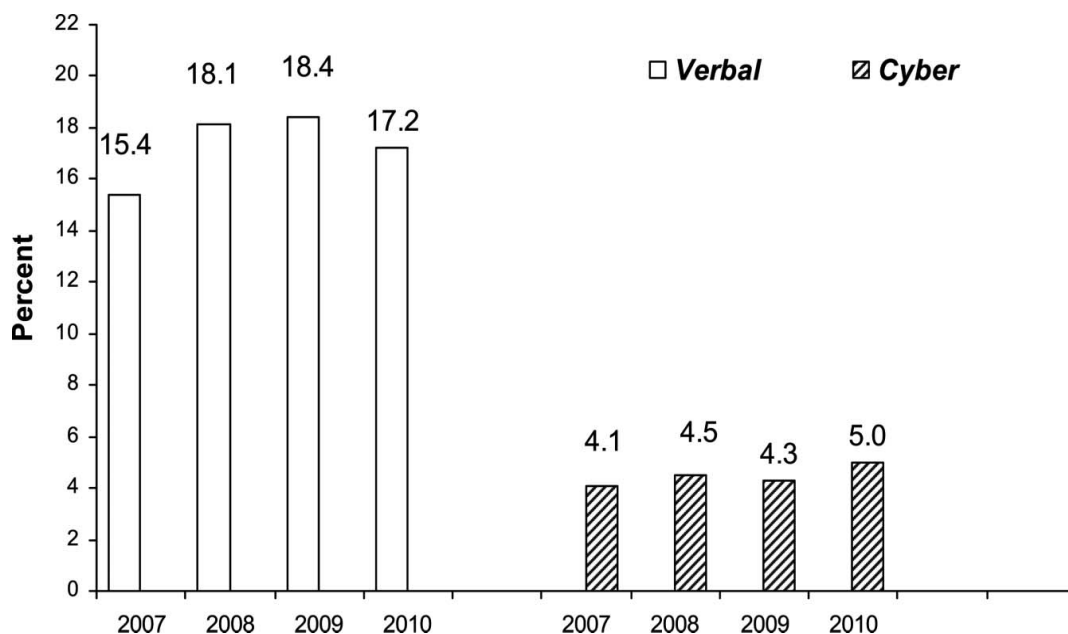


Fig. 5: Tall fra undersøkelsen i USA i årene 2007 – 2010. Viser hvor mange som blir mobbet verbalt kontra digitalt. N = 447000.

Tall fra det norske utvalget viser lignende mønstre. Gjennomsnittlig rapporterer 11 % at de blir mobbet verbalt mens 3,4 % blir mobbet digitalt. 4,2 % mobber andre tradisjonelt og 1,4 % mobber andre digitalt (Olweus, 2012a). Tallene fra undersøkelsen viser også at forekomsten av digital mobbing ikke har økt med tiden.

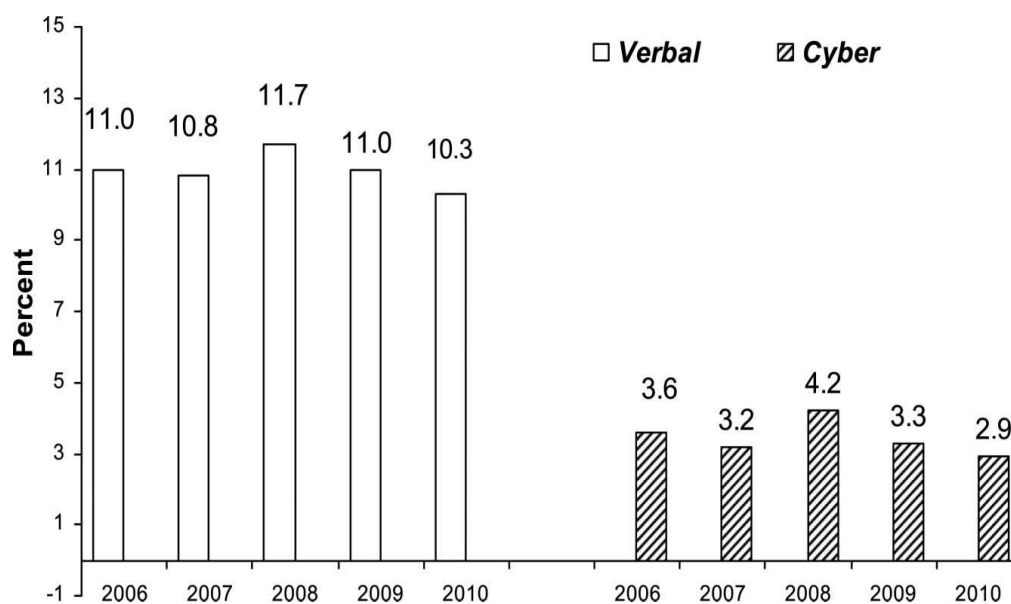


Fig. 6: Tall fra undersøkelsen i Norge i årene 2006 – 2010. Viser hvor mange som blir mobbet verbalt kontra digitalt. 41 Oslo skoler og 9000 elever.

Undersøkelsen viser at det er høy grad av overlapping mellom elever som blir mobbet tradisjonelt og digitalt. Tall fra det amerikanske utvalget viste at 88 % av elevene som ble mobbet digitalt også ble mobbet tradisjonelt. Tallene fra Osloskolene var høyere: 93 % av de som ble mobbet digitalt ble også mobbet tradisjonelt. Totalt fant Olweus ut at ca. 10 % av elevene i undersøkelsen ble kun mobbet digitalt eller mobbet andre digitalt. Med dette konkluderte Olweus med at digital mobbing ikke er et stort problem, at det ikke er et økende problem og at det ikke skaper nye ofre eller mobbere, da disse stort sett allerede enten er ofre for tradisjonell mobbing eller mobber andre tradisjonelt. Olweus mener derfor at skoler bør rette oppmerksomheten mot å bekjempe og forebygge tradisjonell mobbing, helst gjennom bruken av veldokumenterte skolebaserte programmer framfor å bruke for mye tid på digital mobbing (Olweus, 2012a). Olweus' syn på digital mobbing har blitt kritisert av andre som forsker på området, og som mener at Olweus undervurderer hva digital mobbing kan føre til. Neste kapittel handler om hvorvidt de to valgte antimobbeprogrammene også klarer å forebygge eller redusere forekomsten av digitale mobbesituasjoner.

## 5 KiVa og Olweus – fungerer disse programmene mot digital mobbing?

Mange barn og unge i Norge og i andre land har vært gjennom skolebaserte programmer som har som sitt mål å redusere eller forebygge mobbing. Flere land har sett nødvendigheten av å sette i gang slike programmer for å få bukt med dette blant elever slik at alle elever får en trygg og god skoleopplevelse. Dette kapittelet vil handle om hvorvidt de skolebaserte programmene KiVa og Olweus har en positiv effekt på digital mobbing, selv om deres hovedmål er å bekjempe tradisjonell mobbing. Først vil antimobbeprogrammet KiVa og dets effekt på digital mobbing drøftes, så vil Olweus-programmet drøftes på samme måte. Til slutt vil kapittelet oppsummeres med en diskusjon om hvorvidt skolebaserte programmer som er lagd for å bekjempe tradisjonell mobbing kan sies å være effektive i bekjempelsen av digital mobbing, eller om det er på tide at det utvikles egne programmer som har til hensikt å redusere eller forebygge digital mobbing.

Det er viktig å være oppmerksom på at alle undersøkelsene som nevnes i denne oppgaven er basert på spørreskjemaer og intervjuer som barn og unge har besvart. Barna som har vært informanter i disse undersøkelsene har blitt spurt om hvordan de har det, hva de opplever og hvordan dette føles for dem. Enkelte lesere av slike undersøkelser kan uttrykke sin skepsis knyttet til graden av sannhet i det som barna svarer på. Ifølge Staksrud (2013) er barn og unge villige til å svare ærlig på spørsmål om deres atferd og erfaringer. Det har vært viktig å sikre respondentenes anonymitet for på denne måten få barnas ærlige svar. Det er sensitivt å svare åpent om mobbing, både for de som mobber andre og for de som utsettes for mobbing. Spørreskjemaene som har blitt brukt i undersøkelsene som følger er stort sett Internettbaserte, det vil si at respondentene får tilgang til skjemaene ved å logge seg inn med et brukernavn og et passord. Selv om det er viktig å stole på at respondentene svarer ærlig på spørsmålene i et spørreskjema, er det likevel viktig å være oppmerksom på at validiteten eller sikkerheten til slutninger en konkluderer med kan påvirkes. Flere faktorer kan påvirke spørreskjemaenes resultat, som for eksempel hvor godt skjemaet er utformet, hva spørsmålene er ute etter å måle, om respondentene svarer uærlig fordi han / hun er seg bevisst at han / hun blir vurdert, og så videre. Kontrollgruppene, altså elevene som ikke hadde antimobbeprogrammer på skolen, kan også påvirke undersøkelsens resultat gjennom at de svarer uærlig, og at gruppeforskjellen mellom kontroll- og intervensjonsgruppene blir for stor eller for liten. Det

er derfor viktig å huske på at validiteten av undersøkelsenes slutninger kan variere og at man aldri kan oppnå perfekt validitet (Lund, 2002).

## 5.1 KiVa og digital mobbing

KiVa programmet har, som tidligere nevnt, sitt hovedfokus på å redusere eller forebygge tradisjonell mobbing. Utviklerne av programmet har likevel inkludert digital mobbing som en av flere måter å mobbe på, og det har blitt gjennomført undersøkelser som måler KiVas effekt på digital mobbing. En studie viser at elever i 4. – 7. klasse fra KiVa-skolene hadde 50 % færre tilfeller av digital mobbing blant elever sammenliknet med kontrollskolene (Salmivalli, Kärnä & Poskiparta, 2011). En annen studie konkluderer også med at KiVa har positiv effekt på digital mobbing, men at alder spiller en viktig rolle, altså jo yngre elevene er når de får intervensjonen, dess større effekt har programmet i positiv retning. Samtidig er det viktig å poengtere at effekten på digital mobbing i denne undersøkelsen ikke var stor, og at den ble mindre jo eldre elevene ble (Williford et al., 2013). Derfor kan det tenkes at skolebaserte programmer som KiVa bør utvides til å omfatte flere komponenter som er rettet spesifikt mot det å redusere digital mobbing.

KiVa har sitt hovedfokus på «bystanders» og deres rolle i opprettholdelsen av mobbesituasjoner. I digital mobbing kan det være vanskelig å vite hvem som er «bystander» - er det de som ser på blogginnlegg eller leser en e-post som har til hensikt å såre noen? Er de som «liker» ufine kommentarer om andre på Facebook eller de som deler pinlige bilder av andre til sine kontakter og dermed bidrar til å spre mobbingen til flere? Ifølge Staksrud (2013) er de som deltar i spredningen av ondsinnede meldinger, bilder og annet, også med på mobbingen, selv om de ikke la det ut først. Til nå finnes det ingen klar definisjon på hvem som kan være «bystander» i digitale mobbesituasjoner. Det kan tenkes at en som ser at digital mobbing pågår uten å gjøre noe for å stoppe det kan være en «bystander», men det omfatter da de fleste brukere av digitale medier? Muligens kan en klarere definisjon på hvem som er «bystander» i digital forstand føre til at disse føler et større ansvar når de indirekte er med på å opprettholde digital mobbing (Williford et al., 2013).

I begge studiene som er nevnt, ble Olweus' mobbespørreskjema brukt. Der er det kun ett spørsmål som handler om digital mobbing. Det kan tenkes at resultatene ville sett annerledes

ut om det var flere spørsmål som utdypet på hvilke måter digital mobbing kan utarte seg. Siden det foreløpig ikke er enighet om en universal definisjon på digital mobbing kan det tenkes at en enighet i dette vil kunne føre til mer valide resultater. Siden KiVa likevel viser seg å være noe effektiv i reduksjonen og forebyggelsen av digital mobbing, kan det bety at programmet inneholder komponenter som fungerer likt for både tradisjonell og digital mobbing. Det at elevene øker sin bevissthet rundt mobbing, at de lærer å ta affære når de ser at mobbing pågår og at de ser at lærere tar mobbing på alvor kan tenkes å virke positivt inn på elevene, og kan trolig overføres til å gjelde digitale former for mobbing.

Samtidig ble det tidligere nevnt at digital mobbing ofte pågår utenfor skoletid. Derfor bør informasjonen som elevene får i skolebaserte programmer også gis til foreldre, særlig når det er snakk om digital mobbing. Hinduja og Patchin (2009) foreslår blant annet at foreldre informeres om hva digital mobbing innebærer, hvordan det utarter seg, og at foreldre bør snakke med barna om temaet. De foreslår også at foreldre mottar et nyhetsbrev fra skolen med oppdatert informasjon om utviklingen av digitale plattformer der barn og unge møtes og der digital mobbing kan oppstå. På denne måten involveres foreldrene gjennom at de blir informert og bevisstgjort de risikoene barna deres kan møte i den digitale verdenen. KiVa programmet har en guide som gis til foreldrene med informasjon om mobbing, men foreløpig ingen informasjon som omhandler digital mobbing spesifikt (Williford et al., 2013). En utvidelse av denne guiden til å omfatte informasjon om digital mobbing og hva foreldre bør være oppmerksomme på kan øke KiVas allerede positive effekt på reduksjonen og forebyggelsen av digital mobbing.

## **5.2 Olweus – programmet og digital mobbing**

Olweus – programmet mot mobbing og antisosial atferd har vært brukt i Norge og i flere andre land i mange år. Programmet har blitt evaluert ved flere anledninger og med store utvalg elever, både i Norge og i USA. Resultatene til de fleste evalueringsstudiene viser at programmet har god effekt på reduksjon og forebygging av tradisjonell mobbing. Hvorvidt programmet kan sies å være effektivt på digital mobbing er vanskelig å si. Først og fremst skyldes dette Olweus' skepsis til digital mobbing som et eget fenomen. Som tidligere nevnt, mener Olweus at digital mobbing kun er tradisjonell mobbing som utføres gjennom

teknologiske hjelpemidler som datamaskiner, telefoner og nettbrett. Hans studier viser også at digital mobbing er et lite utbredt fenomen som kun rammer noen få prosent elever, at det er stor grad av overlapping mellom elever som mobbes tradisjonelt og digitalt, og at konsekvensene for ofrene av tradisjonell og digital mobbing ikke har store forskjeller seg imellom (Olweus, 2012a).

Olweus har etter hvert utvidet mobbepørreskjemaet til å inkludere et spørsmål om digital mobbing. Selv om dette ikke utdypes noe ytterligere enn at elevene får spørsmål om de har blitt mobbet gjennom e-post, lynmeldinger i chatrom, på en webside eller gjennom tekstmeldinger, kan det tyde på at Olweus har godtatt at mobbingen kan foregå også i den digitale verdenen. Olweus mener på ingen måte at digital mobbing ikke er et alvorlig problem, men han mener at media har skapt et bilde av digital mobbing som et større problem i omfang enn det egentlig er. I flere av hans undersøkelser viser det seg at digital mobbing er et mye mindre problem enn den tradisjonelle mobbingen, og at fokuset derfor fortsatt bør rettes mot å bekjempe den tradisjonelle mobbingen. Samtidig bør man ikke glemme at de få prosentene som viser seg å bli mobbet digitalt faktisk er ganske mange tusen barn og unge som daglig opplever å bli såret og terrorisert av andre gjennom digitale medier. På samme måte som elever som mobbes tradisjonelt, bør elever som mobbes digitalt oppleve at deres problem blir tatt på alvor. Når Olweus-programmet ikke inneholder elementer som øker barn og unges bevissthet rundt digital mobbing, kan dette virke negativt både for de som utsettes for digital mobbing, men også gi digitale mobbere rom for å fortsette å såre andre. Hvis nettet blir et «fristed» der mobbere kan behandle andre på en negativ og krenkende måte, så lenge de ikke mobber andre ansikt-til-ansikt på skolen, kan det føre til at mobbingen blir enda mer skjult for både lærere og foreldre. Et skolebasert program som Olweus sitt, med så god effekt på tradisjonell mobbing, kunne sannsynligvis ført til en reduksjon av digital mobbing om dette ble innlemmet som en del av programmet. Olweus velger å rette oppmerksomheten mot likhetene mellom tradisjonell og digital mobbing, for likheter finnes jo. Samtidig er det enkelte særtrekk som kun finnes i den digitale formen for mobbing som kan tyde på at digital mobbing bør behandles for seg (se kapittel 2).

Slik som KiVa har også Olweus-programmet en foreldreveiledning som gir foreldre tips og råd om hvordan de skal snakke med barna sine om mobbing, hva slags rollemodeller foreldre bør være, hvordan foreldre bør vise anerkjennelse og gi ros til barna og så videre. Foreldrene inkluderes også når det blir oppdaget mobbetilfeller og må delta i samtaler med skolen og

eleven. Det kan virke som om Olweus-programmet vektlegger samarbeidet mellom hjem og skole for en mobbefri hverdag for elevene. Om programmet også fokuserte på betydningen av en mobbefri fritid for elevene, hadde nok flere barn og unge som blir mobbet digitalt fått den oppmerksomheten de fortjente. I og med at digital mobbing oftest forekommer utenom skoletid, kunne denne kontakten mellom skole og hjem bidratt til at digital mobbing ble oppdaget tidligere og oftere. Siden Olweus-programmet har et stort fokus på den voksnes rolle som en tydelig veileder, kunne dette blitt overført til den digitale verdenen, og appellert til foreldres bevisstgjøring av egen Internettbruk. Den preventive rollen som foreldre kunne hatt i en slik sammenheng kunne blitt forsterket av oppdatert informasjon fra skolen om digital mobbing, om hva foreldre burde være oppmerksomme på, beskjeder om nettsider og «apper» (applikasjoner til smarttelefoner) som foreldre bør vite om i forbindelse med digital mobbing, og så videre.

### **5.3 Skolebaserte programmer og digital mobbing**

Meta-analyser av forskjellige antimobbeprogrammer har vist at skolebaserte antimobbeprogrammer er effektive, med gjennomsnittlig nedgang på 17 – 23 % for de som mobbet andre, og 17 – 20 % nedgang for de som ble mobbet (Salmivalli, Poskiparta, Ahtola & Haataja, 2013). Disse tallene gjelder kun for tradisjonell mobbing, da det dessverre ikke finnes tall på hvorvidt disse programmene har en positiv effekt på digital mobbing. Det kan derimot tenkes at programmene bidrar til økt bevissthet rundt mobbing generelt, noe som trolig kan overføres til barn og unges sosiale liv via digitale arenaer. Det at skoler innfører antimobbeprogrammer som del av skoleårets plan, på lik linje med andre skolefag, vitner om at mobbing tas på alvor og at det anerkjennes at mobbing kan være et stort problem for de som utsettes for det. Gjennom bruken av slike opplegg som alle elever må gjennom, er det ikke kun mobbere og deres ofre som får økt sin kunnskap og bevissthet rundt temaet, men hele klassen. Ofte er det i klassen at elever har sine nærmeste venner og omgangskrets, derfor virker det hensiktsmessig å gi alle den samme informasjonen om mobbing. Men hva med det som skjer på Internett eller via mobiltelefon? Dagens barn og unge i Norge benytter seg i stor grad av Internett-basert teknologi, både som en kilde til informasjon, men også til underholdning og som sosial arena. Stort sett er det etter skoletid at elever har tilgang til nettet, og der kan de møtes selv om de befinner seg på forskjellige steder. Internett blir brukt

av mange barn og unge som en plass der man treffer hverandre, enten de man treffer til vanlig på skolen, eller blir kjent med nye mennesker som man ikke kjenner offline. Norske barn og unge er noen av de mest sosiale på nett i følge EU Kids Online undersøkelsen fra 2010. I 15 – 16-årsalderen er det ingen av Internettbrukerne som ikke benytter seg av sosiale tjenester på Internett (Staksrud, 2013). Det at flere barn og unge er aktive brukere av Internett fører til at sosiale relasjoner enten opprettholdes, skapes eller brytes, også i den digitale verdenen. Fordi dagens barn og unge tilbringer såpass mye tid online og er sosiale på nett, kan det tenkes at konflikter kan oppstå akkurat som i en hvilken som helst annen sosial arena. Konflikter i den digitale verdenen kan være mindre synlige for voksne, men mer synlige for andre som ferdes i det samme digitale rommet. Digital mobbing er dessverre noe som enkelte barn utsettes for, og derfor burde denne formen for mobbing innlemmes i større grad i de allerede eksisterende antimobbeprogrammene som brukes i skolene. Selv om tallene fra enkelte undersøkelser viser at forekomsten av digital mobbing er lav slutter det ikke å være ekte for de som utsettes for det. På samme måte som antimobbeprogrammer retter fokuset mot å jobbe med skolemiljøet og enkeltelevne, bør de kanskje også rette oppmerksomheten mot de ulike digitale miljøene som barn og unge ferdes i. Den gjensidige påvirkningen som individer har på miljøet og vice versa, sett i lys av sosial kognitiv læringsteori, vil også gjelde i digitale arenaer.

I Tyskland har det blitt utviklet et antimobbeprogram som har til hensikt å forebygge digital mobbing. Surf-Fair ble utviklet av Stephanie Pieschl og T. Porsch i 2012 ved Universitetet i Münster. Programmet har kun fokus på digital mobbing og brukes for elever i 5. – 7. klasse. Den bygger på konstruktivistisk læringssyn og benytter seg av instruksjon som er forankret i bestemte hverdagsproblemer som presenteres til elevene. Løsninger på disse problemene er det elevene som skal komme fram til, med hjelp av en lærer. Surf-Fair presenterer ingen bestemt løsning på hvordan en skal bli kvitt digital mobbing, men stimulerer til refleksjon og appellerer, slik som KiVa, også til de elevene som hverken er mobbere eller blir mobbet. Evalueringsstudier av Surf-Fair konkluderer med at programmet har bidratt til en reduksjon av digitale mobbetilfeller (Pieschl & Urbasik, 2013). Surf-Fair er trolig en av få skolebaserte antimobbeprogrammer utviklet spesielt for å redusere eller forebygge digital mobbing.

Skolebaserte antimobbeprogrammer for digital mobbing kan bidra til å rette oppmerksomheten mot mobbing som skjer gjennom Internett eller mobiltelefoner. Samtidig kan en spørre seg om det er nødvendig å ha et program for tradisjonell mobbing og et program for digital mobbing. Kan det tenkes at det er mer hensiktsmessig å utvide de allerede



eksisterende og veldokumenterte programmene mot mobbing til å inneholde en del om digital mobbing? På denne måten ville elever og foreldre fått informasjon både om den vanligste formen for mobbing, nemlig den tradisjonelle, og om den nyere varianten som er digital. Siden flere undersøkelser, deriblant Olweus' (2012a), konkluderer med at det er stor grad av overlapping mellom elever som mobbes tradisjonelt og digitalt, kan det være nyttig for elever å lære noe om begge former for mobbing. Det kan tenkes at en utvidelse av de allerede eksisterende skolebaserte antimobbeprogrammene kan bidra til en reduksjon av både tradisjonelle - og digitale mobbetilfeller.

Antimobbeprogrammer som KiVa og Olweus brukes på hele klasser, kanskje også klasser der mobbing ikke forekommer. Undervisningstid går med på å implementere slike programmer og innlemme de inn i barn og unges skolehverdag, altså brukes det tid som ellers kunne blitt brukt til gjennomgåelse av forskjellige fag og andre akademiske aktiviteter. På en annen side inneholder antimobbeprogrammene viktig og nyttig informasjon om hvordan mennesker bør oppføre seg mot hverandre, hvordan man kan gripe inn når man ser at andre blir behandlet dårlig, og hva man kan gjøre hvis man skulle være så uheldig å bli utsatt for mobbing en gang. Selv om programmene bruker opp tid som ellers kunne blitt brukt til fagopplæring kan innholdet i disse programmene være nyttig for elever i skolen og for deres videre sosiale liv.

Lærere i skolen har økende antall elever i klassen, de har prøver å rette, individuelle tilrettelegginger, må sørge for at elevene får med seg innholdet i fagene de underviser i og så videre. Oppgavene og målene er mange og tiden er knapp. I tillegg til alt de allerede må tenke på og gjennomføre, har de fått skolebaserte antimobbeprogrammer som de må finne tid til å formidle til elevene. Disse programmene er ikke del av læreplanen, elever blir ikke testet i disse og det er ikke fag som evalueres. Motivasjonen for å implementere slike programmer kan tenkes at varierer fra lærer til lærer. Graden av motivasjon hos lærer kan også tenkes at påvirker effekten av slike skolebaserte programmer. Salmivalli, Kaukiainen og Voeten (2005) har undersøkt om lærere har vært motiverte til å implementere skolebaserte antimobbeprogrammer og hva dette har betydd for programmenes effekt på mobbing. De fulgte 48 klasser fra 16 finske skoler, og fant blant annet ut at lærere brukte antimobbeprogrammet i mindre grad enn de burde ha gjort. Kun 5 av de 16 skolene brukte programmet i stor grad, og flere av skolene benyttet seg knapt av programmet. Effektiviteten av antimobbeprogrammer er også avhengig av hvordan de blir implementert av den enkelte lærer. En viktig jobb som må gjøres om man ønsker at slike programmer har en god effekt må

være å motivere lærerne til å bruke disse, gi lærerne støtte så programmene kan gjennomføres og gi de ressurser nok til gjennomføringen av disse (Salmivalli et al., 2005). Hvis antimobbeprogrammene ble likestilt med fagene og innlemmet i skolens plan, ville det trolig vært lettere å gjennomføre programmene slik de var ment, og på den måten oppnådd større effekt.

Antimobbeprogrammer som brukes i skolene i dag bør gi større plass til digital mobbing i tillegg til tradisjonell mobbing. Selv om digital mobbing fortsatt er et lite problem statistisk sett i forhold til tradisjonell mobbing, kan det oppleves som vanskelig og vondt for de som blir utsatt for det. Fordi barn og unge ferdes på forskjellige digitale arenaer enn voksne kan digital mobbing være vanskeligere å oppdage. Et større fokus på digital mobbing kan gjøre voksne mer bevisst på at Internett også kan brukes negativt og at det er en arena der mobbing kan utføres. Hvis barn og unge lærer seg gode konflikthåndteringsstrategier kan dette bidra til at eventuelle konflikter ikke eskalerer, men at de avsluttes før de blir til alvorlige mobbesituasjoner. Derfor bør barn og unge lære seg å bruke digitale verktøy, sosiale nettverk og øke sin kunnskap om personvern på Internett slik at de er bedre rustet til å møte eventuelle ubehagelige digitale situasjoner. Om de skolebaserte antimobbeprogrammene inkluderte digital mobbing som en større del av intervensjonen for å redusere eller forebygge alle former for mobbing, kan det tenkes at flere barn og unge kunne gått på skolen uten å føle seg utrygge, hverken på skolen eller når de kommer hjem og slår på PC-en. Neste kapittel vil handle om hvordan en kan forebygge digital mobbing, og hva vår rolle som voksne er i denne prosessen.

## 6 Konklusjon

Flere barn og unge i dag opplever å bli mobbet gjennom smarttelefoner og Internett. Det at så mange har tilgang til teknologiske hjelpemidler som tillater dem å koble seg til nettet, og i ung alder, medfører også visse risikoer. Antimobbeprogrammer som elevene har på skolen fanger dessverre ikke opp alle former for mobbing, og det er foreløpig lite fokus på digital mobbing i antimobbeprogrammene som skolene bruker. Derfor er det viktig at foreldrene blir mer oppmerksomme på hva deres barn gjør på Internett, og hvor de ferdes i den digitale verdenen. Som nevnt i kapittel 2, kan digital mobbing i de fleste tilfeller spores tilbake til en avsender, gjennom å identifisere IP adressen til avsenderen. Anonymiteten som mange tror de har gjennom å skjule sin identitet bak andre brukernavn er ikke reell, altså kan digitale mobbere etterlate seg digitale spor som til slutt kan avsløre deres identitet. I tradisjonell mobbing kan det ofte bli ord mot ord, og verbal mobbing kan være vanskeligere å dokumentere. Digital mobbing er derimot skrevet eller formidlet gjennom audiovisuelt materiale, og etterlater seg bevis (Hinduja & Patchin, 2009). Hva vet voksne om digital mobbing og hvordan kan voksne bidra til å forebygge dette? Hva kan gjøres når barn allerede er utsatt for digital mobbing? På hvilken måte kan voksne gå fram som gode rollemodeller for nettbruk? Dette kapittelet vil presentere ulike konkrete tiltak som kan bidra til å håndtere, forebygge og redusere digital mobbing.

### 6.1 Hva vet voksne om digital mobbing?

Det at dagens barn og unge er online kan gi foreldre flere ting å bekymre seg for. EU Kids Online undersøkelsen (2010) oppgir at det er flere foreldre med jenter enn med gutter som er bekymret for om barnet deres blir utsatt for mobbing på Internett. Prosentandelen som bekymrer seg for dette synker etter hvert som barnet blir eldre. Samtidig viser tall fra samme undersøkelse at andelen barn og unge som mobbes øker med alderen. Foreldrene til den eldste gruppen fra 15 – 16 år ble spurt om de trodde det var sannsynlig at barna deres ville oppleve noe plagsomt på Internett i løpet av det neste halvåret, hvorav 43 % svarte «ikke så veldig sannsynlig» (Staksrud, 2013). For foreldre kan det være lettere å oppdage om barnet deres blir utsatt for tradisjonell mobbing, for eksempel gjennom å oppdage fysiske tegn på skader, ødelagte gjenstander, våte klær og lignende. Den digitale mobbingen kan derimot foregå

uavhengig fra den tradisjonelle mobbingen, eller samtidig, men kan være vanskeligere for foreldre å oppdage. EU Kids Online undersøkelsen (2010) viser at «2 av 3 norske foreldre til barn som blir mobbet på Internett, ikke vet om denne mobbingen» (Staksrud, 2013). Hva kan foreldre gjøre for å raskere fange opp digital mobbing? Kan det hende at norske foreldre i dag ikke har kunnskaper nok om bruken av Internett? I EU Kids Online undersøkelsen (2010) oppgir de fleste foreldre (85 %) at de er trygge på at de kan hjelpe barnet sitt om det blir plaget på Internett. Høy andel av barna (97 %) i den norske undersøkelsen sier at foreldrene deres engasjerer seg aktivt for å gi dem en trygg internettopplevelse. Samtidig kommer det fram av undersøkelsen at norske foreldre er på topp i Europa når det kommer til daglig bruk av Internett. Det kan tenkes ut fra disse funnene at norske foreldre har tilstrekkelige kunnskaper om bruk av Internett. Disse kunnskapene bør foreldre bruke til å lære barna deres om ulike digitale ferdigheter som igjen kan hjelpe barna å takle eventuelle ubehagelige situasjoner på Internett. Tro på egne evner til å kunne hjelpe barna hvis de blir utsatt for digital mobbing er viktig, og voksnes engasjement i hva barna driver med på Internett kan hindre at barna forbigår foreldre og lærere når det gjelder digital kompetanse (Staksrud, 2013). Barn og unge som kommer fra hjem med lavere sosioøkonomisk status får oftere råd om trygg nettbruk fra lærere enn fra foreldre. I disse tilfellene er det positivt å se at 97 % av barna i den norske undersøkelsen sier at læreren deres har engasjert seg i deres nettbruk (LSE, 2010).

## **6.2 Forebygging av digital mobbing**

Forskning viser at tidlig og hyppig bruk av Internett gjør at barn og unge lærer seg å bruke ulike sider ved Internett og at de får høyere digital kompetanse som igjen gir tryggere internettbruk (Staksrud, 2013, LSE, 2010). Flere erfaringer med Internett gir økte ferdigheter, noe som kan skje gradvis over tid. Denne økte digitale kompetansen som kommer gjennom bruken av Internett er også avhengig av veiledning og oppfølging fra foreldre eller andre voksne. Gjennom erfaringen kommer etter hvert også håndteringskompetansen som kan være til god hjelp når barn og unge møter på ulike risikoer via internett, som for eksempel digital mobbing (Staksrud, 2013). Flere foreldre tenker at den beste måten å unngå digital mobbing på må være å skru av PC-en, forby tilgang til Internett eller bestemte programmer på nettet. Dette kan være en kortsiktig løsning, men det fjerner ikke problemet (Hinduja & Patchin,

2009). Det å snakke med barna om hvordan de skal oppføre seg mot andre på nettet kan virke forebyggende på digital mobbing. EU Kids Online undersøkelsen viser at 82 % av norske foreldre har snakket med barnet om dette, og flere har denne samtalen med barna jo eldre barna blir. 65 % av foreldrene til 9 – 10-åringene oppgir å ha snakket med barnet om dette, mens 92 % av foreldrene til 15 – 16-åringene har gjort det samme. Barna fikk spørsmål om foreldrene hadde snakket med dem om hvordan de skal oppføre seg på Internett, og resultatene viser at barna selv ikke har oppfattet dette, selv om foreldrene oppgir at de har tatt denne samtalen med dem (Staksrud, 2013). Dette viser at foreldre ikke kan gjenta dette nok, og at barn og unge bør påminnes jevnlig om hvordan de skal behandle andre på Internett. Det er også ingen grunn til å vente med å snakke med barna om dette til de går på ungdomsskolen. Flere og flere barn har tilgang til Internett i svært ung alder, og trenger å vite fra tidlig av hva som er greit og ikke greit når man samtaler med hverandre via digitale medier. Om antimobbeprogrammene på skolene hadde hatt et større fokus på digital mobbing, hadde elevene også fått denne veiledningen og kompetansen gjennom skolen, noe som er særlig viktig for de av elevene som har foreldre som ikke er aktive nettbrukere eller som kommer fra ressurssvake hjem. Om forebyggingsarbeidet skjedde både på skolen og med foreldrene hjemme kan det tenkes at færre barn hadde mobbet eller blitt mobbet digitalt. Barn og unge kan lære mye om Internett og hva som finnes der gjennom enaktiv læring, altså gjennom å prøve seg fram på egenhånd. Samtidig er Internett så stort at det kan være godt å ha trygge «guider» som barna kan følge, og som de kan få hjelp av når de støter på noe som kan være ubehagelig eller skremmende.

### **6.3 Voksne som rollemodeller**

Erfaring med Internett og digitale medier vil innebære at barn ser hvordan voksne ter seg i den digitale verdenen. Kommentarfelt under nettavisartikler er som oftest skrevet av voksne og kan til tider inneholde både innvandringsfiendtlige ytringer og personangrep på andre nettdebattanter eller artikkelforfatteren (Mæhle, 2011). Særlig etter terrorhandlingene på norsk jord 22. juli 2011 har det vært et større fokus rettet mot tonen og innholdet i nettdebatter. Strengere moderering av kommentarfeltene og kravet som enkelte nettaviser har til nettdebattanter om at de skal bruke fullt navn når de legger inn kommentarer kan ha bidratt til en mindre aggressiv tone i nettdebatten. Ikke alle er enige i at nettdebattene er preget av

ekstreme ytringer og personangrep på andre. Enjolras, Karlsen, Steen-Johnsen og Wollebæk (2013) mener at nettdebatten har fått et ufortjent dårlig rykte basert på ekstreme enkeltsaker som dermed har blitt generalisert til resten av nettoffentligheten. De er derimot enige i at tonen i flere av nettdebattene kan være røff og bære preg av at flertallet av de som deltar i slike debatter er menn. Samtidig støtter de tilstedeværelsen av redaktører som kan moderere debattens innhold slik at flest mulig kan delta i den, ytre seg og diskutere temaer som opptar dem (Enjolras et.al, 2013). Det har vært skrevet mye om de såkalte «nett-trollene», som er et navn på de som skriver innlegg på Internett for å provosere andre og fremkalle en hissig diskusjon. I følge en undersøkelse som Marte Windsvold fra NIBR (Norsk Institutt for By- og Regionsforskning) og Eli Skogerbø fra Universitetet i Oslo, er de fleste nettdebattantene voksne menn og mange er svært aktive på Internett. En artikkel fra VG inneholder et intervju av en nettdebattant som bruker flere timer om dagen foran PC-en for å kommentere artikler fra de store nettavisene. Hans kommentarer blir ofte slettet av moderatorene fordi tonen er krass og til tider sjikanerende. Nettdebattanten mener selv at han av og til angrer på ting han har skrevet, men at hvis folk er voksne og offentlige personer, fortjener de det og bør tåle å lese det han skriver om dem. Han forteller at han får et adrenalinkick av å delta i en nettdiskusjon, men at han er gjør seg ferdig med diskusjonen på nett og at han ikke føler hat for sine meningsmotstandere. Selv om nettdebattanten blir stilt spørsmål om han tenker på at enkelte lar være å delta i nettdebatter på grunn av slike som han, svarer han at han ikke tenker på disse, og at det er viktigere for han å få fram sine egne meninger (Tangvald-Pedersen, 2012).

Voksnes digitale atferd kan tjene som modell for barns digitale atferd på godt og vondt. Gjennom å observere andre kan man forme regler som styrer ens atferd og som kan veilede en i lignende situasjoner i framtiden. Observasjon av andres handlinger og konsekvensene av disse vil kunne gi observatøren ideer om handlingen var verdt å gjenta eller ikke (Bandura, 1986). Derfor kan det tenkes at barn som er aktive brukere av Internett og som også ser hvordan enkelte voksne kan tillate seg å skrive negativt til andre via kommentarfelt eller i blogger, vil kunne la seg inspirere til å gjøre lignende selv. Medietilsynet Trygg Bruk har på sine nettsider ([www.tryggbruk.no](http://www.tryggbruk.no)) samlet informasjon for voksne og barn om trygg bruk av digitale medier. Her skrives det blant annet om et fenomen de kaller for «hatprat» som defineres som hatefulle ytringer, tekst, bilder og symboler som brukes for å spre hat, trusler og oppfordre til vold mot andre mennesker eller grupper basert på deres (antatte) gruppetilhørighet (Medietilsynet Trygg Bruk, 2013). I artikkelen presiseres det at hatprat er

forbudt ved norsk lov i straffelovens paragraf 135a, og at selv om mange opplever at det er større takhøyde for hvordan man kan oppføre seg mot andre på Internett enn ansikt til ansikt, er det ikke nødvendigvis mer takhøyde i loven. Derfor er det viktig at voksne formidler til barn at det som ikke er lov i virkeligheten er heller ikke lov på nettet. Selv om hatprat ikke er det samme som mobbing, kan trolig hatprat eller krasse kommentarer raskt utvikle seg til personangrep og ligner mer og mer på mobbing. Foreldres bruk av Internett i form av hva de legger ut av informasjon på sosiale medier, hvordan foreldre kommenterer andres bilder eller omtaler andre i det offentlige digitale rom kan påvirke barns digitale atferd. Det er viktig å huske på at Internett er et offentlig medium og at det som legges ut der kan kopieres, deles og kommenteres av hvem som helst, hvor som helst og i ubestemt tid. Voksne har et ansvar som rollemodeller og vi bør alle tenke på om vår digitale atferd er noe vi vil at barna våre skal kopiere. Sett i lys av sosial kognitiv teori, vil foreldrenes nettatferd kunne fungere som veileder for hvordan barna deres tenker seg på Internett. Observasjonslæring bør ikke undervurderes, derfor bør voksne tenke seg om før de legger ut informasjon på Internett, både om seg selv og om andre. Blogger, aktivitet på Twitter, kommentarfelt på nettaviser og hva som deles i sosiale medier er synlig for de fleste brukere av Internett. Barn og unge ser oss og lærer av oss.

## 6.4 Håndteringskompetanse

Med håndteringskompetanse menes «tanker og atferd man benytter i stressende eller opprørende situasjoner for å beskytte seg selv fra ytterligere psykologisk skade» (Staksrud 2013, s. 106). Staksrud (2013) lister opp tre typer strategier i forbindelse med håndtering av digital mobbing: Fatalistisk eller passiv håndtering, kommunikativ håndtering og proaktiv håndtering / problemløsning. Med fatalistisk eller passiv håndtering menes de som håper at problemet vil gå over av seg selv, uten at man trenger å foreta seg noe. Her kommer blant annet løsningen om å skru av PC-en eller koble seg av Internett for å unnsnippe digital mobbing. Kommunikativ håndtering vil si at man snakker med noen om problemet. Mobbeofferet kan snakke med en lærer eller foreldrene om problemet og på denne måten gi beskjed til noen om hva som skjer. Proaktiv håndtering / problemløsning vil si at man prøver å gjøre noe med problemet ved å for eksempel slette meldinger, blokkere avsendere, spare på skjermdumper og endre personverninnstillinger. Tall fra EU Kids Online undersøkelsen viser

at norske barn ligger under det europeiske gjennomsnittet når det gjelder å bruke positive håndteringsstrategier. Norske barn ligger også over gjennomsnittet når det gjelder å føle seg skyldige over det som går galt, å forsøke å fikse problemet selv eller håpe at problemet går over av seg selv. Dette passer med bildet om at norske barn er selvstendige, noe som kan være positivt i mange sammenhenger. Dessverre viser tallene fra undersøkelsen at de norske barna ikke har vært like godt rustet til å takle digital mobbing, i og med at under halvparten av disse viser en proaktiv håndteringsstrategi (Staksrud, 2013).

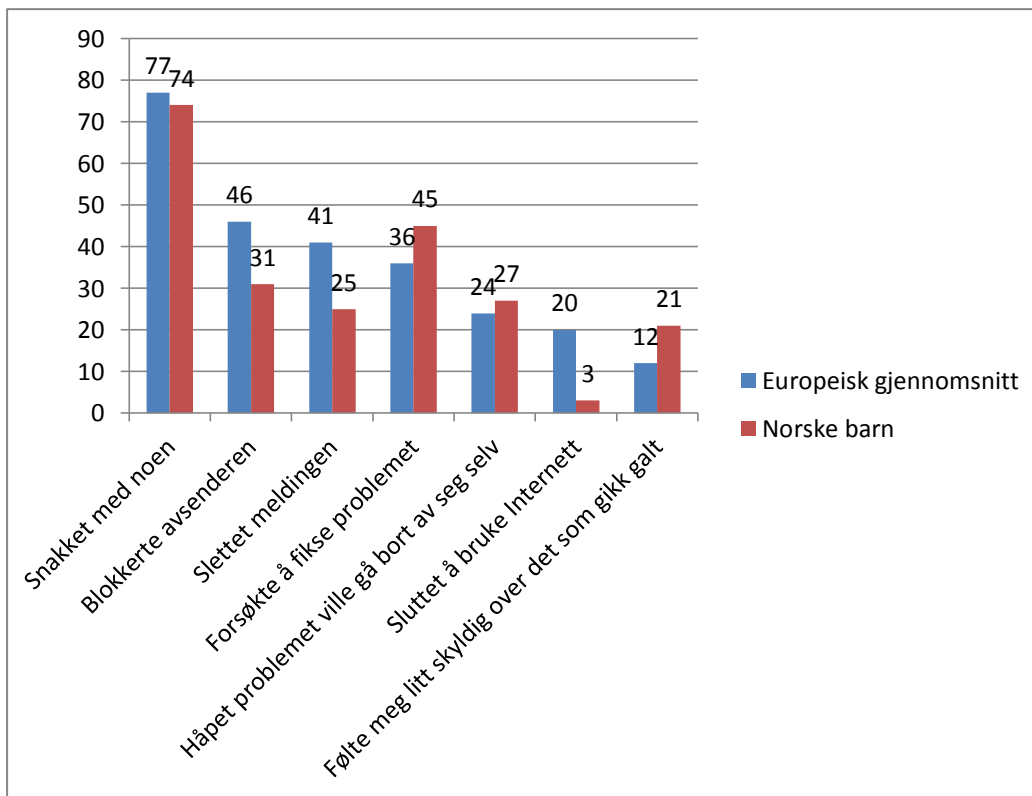


Fig. 7. Hva norske og europeiske barn gjorde etter at de ble mobbet på Internett (2010, i %). Tall fra EU Kids Online undersøkelsen.

Hvorfor har ikke norske barn mer proaktive håndteringsstrategier når de både har tilgang til Internett og foreldre som er aktive brukere? Kan det hende at norske barns tilgang til å bruke Internett uten voksentilsyn fører til at de havner i situasjoner som de skammer seg over, nok til å ikke tørre å fortelle noen om det? Som man kan se av grafen over, svarer 21 % av de norske barna at de «følte seg litt skyldig over det som gikk galt». Det kan tenkes at norske barn og unge hadde valgt andre strategier til å håndtere uønskede online-situasjoner om de hadde fått opplæring og konkrete råd, muligens gjennom skolebaserte antimobbeprogrammer.



Gjennom det å gi barn og unge økte kunnskaper om hvordan de kan takle uønsket kontakt på Internett eller gjennom mobiltelefoner, kan barna benytte seg i større grad av positive håndteringsstrategier. I kapittel 5 nevnes antimobbeprogrammet Surf-Fair fra Tyskland, som er utviklet spesielt for å bekjempe digital mobbing. Programmet konsentrerer seg i stor grad om å gi barn og unge positive håndteringsstrategier slik at de kan takle ulike Internettrisikoen, deriblant digital mobbing. Om ikke foreldrene sitter med digital kompetanse og skolene ikke bruker tid på dette, vil enkelte barn kunne slite mer enn andre om de blir utsatt for digital mobbing. Et større fokus på digital mobbing i de allerede eksisterende skolebaserte antimobbeprogrammene kan gi barn og unge verdifull informasjon om hvordan de kan takle og stoppe digital mobbing, og kunnskapen som barna vil kunne ha vil ikke avhenge av foreldrenes kunnskapsgrad om bruken av digitale og teknologiske verktøy.

Både KiVa og Olweus – programmet appellerer til de elevene som hverken er mobbere eller mobbeofre, og forsøker å påvirke disse til å gripe inn og hjelpe mobbeofferet når de ser at mobbing foregår. For å få «bystanders» til å gjøre noe med mobbingen, lærer antimobbeprogrammene elevene flere strategier som de kan bruke til å gi sin støtte til mobbeofferet. Gjennom bruken av skolebaserte programmer kan trolig flere elever som er vitner til mobbing lære hvordan de kan gripe inn og hjelpe et mobbeoffer, istedenfor å forbli stumme vitner som hverken griper inn eller sier ifra til andre som kan hjelpe offeret. Vitner til digital mobbing kan også gjøre noe med mobbingen, selv om denne formen for mobbing raskere kan spre seg til flere mottakere. Ved å for eksempel avstå fra å dele eller like sårende innlegg eller bilder på sosiale medier, blokkere brukere som mobber, forlate online-grupper som mobber andre, spare på skjermdumper av chat-samtaler med krenkende innhold og så videre, kan elever som ser at digital mobbing pågår bidra til å stoppe det. Hvis KiVa og Olweus-programmet inneholdt konkrete forslag på hva elever kunne gjort hvis de var vitner til digital mobbing, ville det vært enklere for elevene å gripe inn og hjulpet offeret.

Det er gjort flere undersøkelser som bekrefter at prososial atferd kan læres og økes. Arthur Beaman og kolleger (1978) ga en gruppe collegestudenter informasjon om «the bystander effect». «The bystander effect» vil si at tilstedeværelsen av flere vitner til en hendelse fører til at enkeltindivider hjelper i mindre grad, særlig hvis vitnene er fremmede for hverandre. Collegestudentene som fikk informasjonen ble sammenliknet med en annen gruppe studenter som ikke fikk informasjonen. To uker senere ga over halvparten av studentene i intervensjonsgruppen hjelp til en student som hadde skadet seg (plassert der av Beaman),

sammenliknet med bare en firedel av deltakerne i kontrollgruppen (Passer & Smith 2007). Selv om Beamans undersøkelse ikke handler direkte om mobbing, handler det om å påvirke «bystanders» til å gjøre noe med situasjonen de er vitner til. Dette kan overføres til å gjelde for både tradisjonell og digital mobbing, men også til for eksempel å hjelpe andre i nød, hjelpe til om man er vitne til en ulykke, og så videre.

## 6.5 Oppsummering

Skolebaserte antimobbeprogrammer som er utviklet for å få bukt med tradisjonell mobbing brukes i stor grad i norske og europeiske skoler. De er utformet på ulike måter, har forskjellige komponenter og læringsmetoder, men har til felles et ambisiøst mål om å fjerne mobbingen helt fra barn og unges skolehverdag. Effekten av slike programmer varierer ettersom hvor gamle elevene er, i hvilken grad lærere implementerer programmene, og om skoleledelsen har lagt opp til at de ansatte har mulighet til å kurses og opplæres i bruken av disse. Digital mobbing derimot, vies ikke den samme oppmerksomheten som tradisjonell ansikt-til-ansikt-mobbing i de skolebaserte programmene som er nevnt tidligere. Det viser seg at mye av den digitale mobbingen pågår utenfor skolens område og etter skoletid. Samtidig er det slik at mobbing som gjøres gjennom mobiltelefon eller Internett følger eleven overalt, og kan spres til uendelig mange mottakere, uavhengig av geografisk beliggenhet. Mobbingen som skjer digitalt er ofte en forlengelse av mobbing som skjer ansikt-til-ansikt på skolen, men den digitale mobbingen kan virke som om aldri tar slutt fordi den ligger «der ute», tilgjengelig ofte for flere enn mobbeofferet selv. I tradisjonell mobbing vet offeret hvem som plager, slår, skremmer og baksnakker. I digital mobbing kan mobberne skjule sin identitet bak pseudonymer, benytte seg av applikasjoner på mobiltelefonen som blokkerer ens identitet, eller ta over andres identitet for så å mobbe i noen andres navn. For mobbeofrene kan det oppleves ekstra vanskelig å ikke vite hvem som står bak mobbingen, bak den digitale eksklusjonen eller hvor mange som er klar over mobbingen og som passivt ser at det skjer uten å gjøre noe.

Fordi såpass mange barn og unge i dag har tilgang til Internett gjennom mobiltelefoner, datamaskiner eller nettbrett hjemme, vil de også i stor grad benytte seg av disse for å være sosiale med andre. Sosiale nettverk, chatteprogrammer, blogger og bildedelingsprogrammer

er bare noen få eksempler på digitale arenaer der barn og unge møtes for å kommunisere med hverandre. Voksne og barn ferdes på ulike områder på Internett, og det kan derfor være vanskelig for foreldre og lærere å oppdage om digital mobbing pågår. Skolebaserte antimobbeprogrammer har dessverre altfor liten fokus på digital mobbing, selv om tradisjonell mobbing og digital mobbing ofte både overlapper hverandre og dreier seg om det å såre eller skade andre gjentatte ganger over tid. Barn og unge bør, gjennom skolebaserte antimobbeprogrammer, lære om nettvett, personvern, Internettrisikoen, håndteringsstrategier, og ikke minst at det som ikke er lov utenfor Internett heller ikke er lov på Internett. Skolebaserte antimobbeprogrammer bør informere elever om konsekvensene av digital mobbing, at digital mobbing kan spores tilbake til en avsender, selv om dette kan være vanskelig, og at det er viktig å avstå fra alle former for mobbing selv om det skjer på Internett. Det er viktig at skolebaserte antimobbeprogrammer ikke gjør et skarpt skille mellom tradisjonell og digital mobbing, men at de ses på under ett. Mobbing på Internett eller mobiltelefon er like ekte som den form for mobbing som pågår i skolegården eller på skoleveien. Samtidig er det lite hensiktsmessig å kun fokusere på den tradisjonelle mobbingen når det er kjent at mobbing også pågår digitalt. En tydeligere bevisstgjøring av barn og unges digitale atferd, både for elevene selv, deres lærere og ikke minst deres foreldre, kan trolig bidra til en reduksjon av digital mobbing. Samtidig bør vi som voksne ikke undervurdere vår makt som rollemodeller og bør tenke oss grundig om før vi i affekt kommenterer eller adresserer andre i det offentlige rom.

Digital mobbing er foreløpig ikke et stort problem, hvis man ser på statistikken. Derimot er det et stort problem for de som utsettes for det. For å hindre at flere barn og unge blir mobbet på denne måten, kan skolebaserte antimobbeprogrammer være til stor hjelp. Utviklere av slike programmer bør innlemme digital mobbing som en del av intervensjonen og det bør vies større oppmerksomhet til digital mobbing enn det som er i dag. Antimobbeprogrammer er en viktig del av barn og unges skolehverdag, og implementeringen av slike programmer bør likestilles med fagopplæring. I Kunnskapsløftet (2013) vies det stor oppmerksomhet til skoles rolle som oppdrager, der holdninger og verdier også skal læres. «Opplæringen skal gi god allmenndannelse» (Kunnskapsløftet 2013, s. 16). Her nevnes blant annet kunnskaper som skal forberede elevene på å møte livet, egenskaper og verdier som gjør det lettere å leve sammen med andre, og at elever må lære at menneskers handlinger kan få ringvirkninger. Skolebaserte antimobbeprogrammer kan bidra til å gi elever viktige kunnskaper om det å leve i et samfunn, digitalt eller ikke, og hva dette innebærer. Hvis man skal se på barn og unges skolegang som

en dannelsesprosess mener jeg at skolebaserte antimobbeprogrammer bør innlemmes i læreplaner og få en likeverdig posisjon slik skolefagene har. På denne måten kan man sikre at alle elever får like mange timer med intervensjonsprogrammer som har til hensikt å fjerne mobbingen fra barn og unges hverdag, og ikke at det er tilfeldig ettersom hvilken skole barn går på. Prososiale tiltak som alle elever kan lære av vil kunne gagne mange barn og gi dem nyttig kunnskap om det å vokse opp i et sosialt samfunn.

Pedagogisk-psykologisk rådgivningstjeneste, som jobber tett med skoler, barnehager, elever og deres foreldre, bør også ha som mål å øke kompetansen til sine ansatte om digital mobbing og måter en kan håndtere dette problemet på. På systemnivå bør skoler og lærere oppmuntres til å ta i bruk allerede eksisterende antimobbeprogrammer som en vet bidrar til å redusere omfanget av mobbetilfeller, men også oppmuntre dem til å benytte seg av Internettbaserte verktøy som Trygg Bruk for å informere elevene om digital mobbing. Foreldre kan også informeres om temaet og gjøres oppmerksomme på håndteringsstrategier som kan brukes hvis barna deres skulle være utsatt for digital mobbing. Informasjon bør også gis til foreldre som har barn som plager andre via nettet, slik at de også kan hjelpe til stoppe mobbingen.

Om digital mobbing inkluderes og får en større plass i de eksisterende antimobbeprogrammene tror jeg vi kan komme langt med å oppdra barn som kan ta vare på hverandre og kommunisere godt med andre, også i den digitale verdenen.

# Litteraturliste

- Askim, N.M. (2014, 25. februar). Tar avstand fra sladder-profiler på Twitter. *NRK.no* Hentet fra: <http://www.nrk.no/ostfold/tar-avstand-fra-twitter-sladder-1.11567346> (02.04.14)
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*. Volume 84. No. 2, 191-215.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought & Action. A Social Cognitive Theory*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Education Company.
- Bandura, A. (2001). Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective. *Annual Reviews Psychology*. Volume 52.
- Bandura's Triadic Resiprocal Determinism, figur 5. Hentet fra:  
<http://www.learningsolutionsmag.com/articles/474/overcoming-obstacles-to-avoid->  
(27.03.2014)
- Dempsey, A.G., Sulkowski, M. L., Nichols, R., & Storch, E. A. (2009). Differences between peer victimization in cyber and physical settings and associated psychosocial adjustment in early adolescence. *Psychology in Schools*, 46, 962-972. doi: 10.1002/pits.20437
- Enjolras, B., Karlsen, R., Steen-Johnsen, K. & Wollebæk, D. (2013). *Liker – liker ikke. Sosiale medier, samfunnsengasjement og offentlighet*. Oslo: Cappelen Damm AS
- Gámez-Guadix, M., Orue, I., Smith, P.K. & Calvete, E. (2013, 22. mars). Longitudinal and Reciprocal Relations of Cyberbullying With Depression, Substance Use, and Problematic Internet Use Among Adolescents. *Journal of Adolescent Health*.
- Lund, T. (2002) *Innføring i forskningsmetodologi*. Oslo: Unipub

- King, L. (2006, August 15). No hiding from online bullies. Hentet fra:  
[www.news-leader.com/apps/pbcs.dll/article?Date=20060815](http://www.news-leader.com/apps/pbcs.dll/article?Date=20060815)
- Kiriakidis, S. P. & Kavoura, A. (2010). Cyberbullying: A review of the literature on harassment through the internet and other electronic means. *Family Community Health*, 33, 82-93. doi: 10.1097/FCH.0b013e3181d593e4
- Kowalski, R.M, Limber, S.P. & Agatston, P.W. (2012). *Cyberbullying. Bullying in the digital age*. Second edition. West Sussex: Blackwell Publishing Ltd.
- Kunnskapsløftet. (2013) *Mål og innhold i grunnskolen*. Oslo: Pedlex Norsk Skoleinformasjon
- Kärnä, A., Voeten, M., Little, T., Alanen, E., Poskiparta, E. & Salmivalli, C. (2013). Effectiveness of the KiVa Antibullying Program: Grades 1-3 and 7-9. *Journal of Educational Psychology*. Volume 105. doi: 10.1037/a0030417
- Langos, C. (2012, Number 6). Cyberbullying: The Challenge to Define. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. Volume 15. doi: 10.1089/cyber.2011.0588
- Letvik, H. (2013, 24. mai). To ungjenter tiltalt for å ha spredt sex-rykter på internett. *Aftenposten*. Hentet fra <http://www.aftenposten.no/nyheter/uriks/To-ungjenter-tiltalt-for-a-ha-spredt-sex-rykter-pa-internett-7210678.html#.UvNpw5qYZMs> (02.04.14)
- Medietilsynet Trygg Bruk (2013, 14. mai). Bekjemp hatprat på nettet! Hentet fra:  
<http://www.medietilsynet.no/Trygg-bruk/Nyheter/130514-hatprat/> (03.04.14)
- Myers, D.G. (2008). *Social Psychology*. Ninth Edition. Holland, MI: McGraw-Hill
- Mæhle, I. (2011, 29. juli). Demokratisk kultur og selvsensur. Hentet fra  
<http://www.dagbladet.no/2011/07/29/kultur/debatt/nettdebatt/ytringsfrihet/17487906/>  
(27.03.14)

- Olweus, D. (2002). *Mobbing i skolen. Hva vi vet og hva vi kan gjøre*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS
- Olweus, D. (2012a, 10. mai). Cyberbullying: An overrated phenomenon? *European Journal of Developmental Psychology*, 9:5. doi: 10.1080/17405629.2012.682358
- Olweus, D. (2012b, 6. august). Comments on cyberbullying article: A rejoinder. *European Journal of Developmental Psychology*, 9:5. doi: 10.1080/17405629.2012.705086
- Olweus, D. & Limber, S. (2010). Bullying in School: Evaluation and Dissemination of the Olweus Bullying Prevention Program. *American Journal of Orthopsychiatry*. Volume 80. doi: 10.1111/j.1939-0025.2010.01015.x
- Passer, M.W. & Smith, R.E. (2007). *Psychology – The Science of Mind and Behavior*. Third Edition. New York: Mc Graw-Hill.
- Pieschl, S. & Urbasik, S. (2013). Does the cyber bullying prevention program Surf-Fair work? An evaluation study. I Hanewald, R. (Red.), *From Cyber Bullying to Cyber Safety* (s. 205-224). Nova Science Publishers, Inc.
- Rasmussen, R.H. (2013, 14. mars). 13-årig jente i Sverige drevet til selvmord av digital mobbing. *Barnevakten.no*. Hentet fra: <http://www.barnevakten.no/jente-i-sverige-drevet-til-selvmord-av-digital-mobbing/> (02.04.14)
- Sabella, R.A., Patchin, J.W. & Hinduja, S. (2013, 3. august). Cyberbullying myths and realities. *Computers in Human Behavior* 29. doi: 10.1016/j.chb.2013.06.040
- Salmivalli, C., Kärnä, A. & Poskiparta, E. (2011, 25. juli). Counteracting bullying in Finland: The KiVa program and its effects on different forms of being bullied. *International Journal of Behavioral Development*. doi: 10.1177/0165025411407457
- Salmivalli, C., Poskiparta, E., Ahtola, A. & Haataja, A. (2013). The Implementation and

- Effectiveness of the KiVa Antibullying Program in Finland. *European Psychologist*, Vol. 18 (2): 79 – 88. doi: 10.1027/1016-9040/a000140
- Salmivalli, C., Kaukiainen, A. & Voeten, M. (2005). Anti-bullying intervention: Implementation and outcome. *The British Psychological Society*, 465 – 487. doi: 10.1348/000709905X26011
- Schunk, D.H. & Zimmerman, B.J. (2012). *Motivation and Self-Regulated Learning. Theory, Research, and Applications*. New York: Routledge.
- Smith, P.K. (2012). Commentary, Cyberbullying: Challenges and opportunities for a research program – A response to Olweus (2012). *European Journal of Developmental Psychology*, 9 (5). 553 – 558. doi:10.1080/17405629.2012.689821
- Staksrud, E. (2013). *Digital mobbing. Hvem, hvor, hvordan, hvorfor – og hva kan voksne gjøre?* Oslo: Kommuneforlaget.
- Stauffer, S., Heath, M.A., Coyne, S.M. & Ferrin, S. (2012). High School Teachers' Perceptions of Cyberbullying Prevention and Intervention Strategies. *Psychology in the Schools*, Vol. 49 (4). doi:10.1002/pits.21603
- Tangvald-Pedersen, A. (2012, 12. januar). Nett-trollet. *Verdens Gang*. Hentet fra <http://pluss.vg.no/2012/01/22/705/1Lb9nN5c> (28.03.14)
- The London School of Economics and Political Science (2013, 31. juli). EU Kids Online – Norway. Hentet fra: <http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/ParticipatingCountries/norway.aspx>
- Thomassen, S.L. (2013,16. september). Advarer mot mobbing på Ask.fm. *Barnevakten.no*. Hentet fra: <http://www.barnevakten.no/advarer-mot-mobbing-paa-askfm/> (10.04.14)



- Tokunaga, R.S. (2010). Following you home from school: A critical review a synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26, 277 – 287. doi: 10.1016/j.chb.2009.11.014
- Urstad, T. (2014, 25. februar). Anonym profil spredte mosserykter på Twitter. *Moss-avis.no*  
Hentet fra: <http://www.moss-avis.no/nyheter/anonym-profil-spredte-mosserykter-pa-twitter-1.8307960> (02.04.14)
- Utdanningsdirektoratet (2011, 08. juni). Kampanje 2011: Digital mobbing. Hentet fra  
<http://www.udir.no/Laringsmiljo/Arbeid-mot-mobbing/Manifest-mot-mobbing-2011-2014/Digital-mobbing-er-tema-for-arets-kampanje/> (03.04.14)
- Utdanningsdirektoratet (2012, 21. juni). Støtte til læringsmiljø- og antimobbeprogrammer.  
Hentet fra: <http://www.udir.no/Laringsmiljo/Arbeid-mot-mobbing/Stotte-til-laringsmiljo--og-antimobbeprogrammer/> (03.04.14)
- Utdanningsdirektoratet (2014, 17. januar). Elevundersøkelsen 2013. Hentet fra:  
<http://www.udir.no/Stottemeny/Presse/Pressemeldinger/Pressemelding-Elevundersokelsen-2013/> (03.04.14)
- Williford, A, Elledge, C.L., Boulton, A.J, DePaolis, K.J., Little, T.D. & Salmivalli, C. (2013, 9. mai). Effects of the Kiva Antibullying Program on Cyberbullying and Cybervictimization Frequency Among Finnish Youth. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. doi: 10.1080/15374416.2013.787623
- Woolfolk, A. (2006). *Pedagogisk Psykologi*. Oslo: Tapir Akademisk Forlag.
- Ybarra, M.L. & Mitchell, K.J. (2004). Youth engaging in online harassment: Associations with caregiver – child relationships, Internet use, and personal characteristics. *Journal of Adolescence*, 27, 319-336. doi: 10.1016/j.adolescence.2004.03.007