

## Faktorer som beskytter mot mobbing

Zych, I., Farrington, D. P. & Ttofi, M. M. (2018) Protective factors against bullying and cyberbullying: A systematic review of meta-analyses, *Aggression and Violent Behaviour*, 2019(45), 4–19.

<https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.06.008>

**Mobbing og nettmobbing blant barn og unge er stadig et problem. Mobbing påvirker hverdagen til alle involverte, både på individ- og samfunnsnivå. Zych, Farrington og Ttofi gjennomgår et utvalg meta-analyser<sup>1</sup> i sine undersøkelser av faktorer som beskytter mot å bli involvert i både tradisjonell ansikt-til-ansikt-mobbing og nettmobbing.**

### Bakgrunn

Mobbing defineres her som langvarig, gjentakende og overlatt aggressiv atferd mot medelever som ikke enkelt kan forsvare seg. Denne systematiske kunnskapsoversikten<sup>2</sup> avgrensar undersøkelsene av tradisjonell mobbing til slik mobbing utført/opplevd i skolesammenheng. Nettmobbing henviser til samme type atferd, men denne typen mobbing blir begått gjennom elektroniske kanaler i stedet for fysisk/ansikt-til-ansikt. Mens tradisjonell mobbing er avgrenset til situasjoner hvor mobber og mobbeoffer møtes eller ferdes samtidig, kan nettmobbing foregå over alt hele døgnet. Ved nettmobbing kan i tillegg mobber være anonym, og enkelthandlinger (for eksempel bilder, videoer eller ytringer) kan spres og gjentas på internett, noe som kan føre til langvarige påkjenninger for mobbeofferet.

Flere studier har fokusert på hvilke konsekvenser mobbing får for de involverte senere i livet, og disse studiene nevner konsekvenser som depresjon, kriminalitet og rus. Flere studier har også undersøkt hvordan mobbing kan forhindres. Færre studier har derimot fokusert på mulige årsaker til mobbing eller hva som kan predikere (forutsi) både tradisjonell mobbing og nettmobbing. Det trengs derfor mer kunnskap om hvordan barn og unge kan beskyttes mot begge disse typene.

### Formål

På tross av en økning i forskning på tradisjonell mobbing og nettmobbing mener Zych et al. at vi mangler kunnskap om årsaker til mobbing generelt og om mulige faktorer som beskytter individer mot å bli mobber eller mobbeoffer. Formålet med denne systematiske kunnskapsoversikten er å bidra til å tette dette kunnskapshullet for bedre å kunne forebygge tradisjonell mobbing og nettmobbing blant barn og unge. Beskyttende faktorer defineres i denne kunnskapsoversikten som alle variabler (faktorer) som potensielt kan beskytte barn og unge fra å bli involvert i mobbing og nettmobbing. Ved å utvide kunnskapen om mobbing får både beslutningsmyndigheter, praktikere og tilbydere av anti-mobbeprogrammer et bedre grunnlag for utforming av mobberelaterte tiltak.

<sup>1</sup> **Meta-analyse:** Statistiske teknikker i en systematisk oversikt for å integrere resultatene av inkluderte studier i den systematiske oversikten

<sup>2</sup> **Systematisk kunnskapsoversikt/-oppsummering:** Som regel en artikkel eller en rapport som gir en oversikt over et klart definert forskningsspørsmål. Oversikten bruker systematiske og eksplisitte metoder for å identifisere, utvelge og kritisk vurdere relevant forskning, samt for å innsamle og analysere data fra studiene som er inkludert i oversikten.

## Inkluderte studier

Søkene etter relevante meta-analyser ble gjennomført i perioden oktober–november 2017, og det ble ikke satt noen øvre eller nedre tidsavgrensning for årstall for publisering. Etter dette ble det tatt i bruk seks kriterier i utvelgelsen av studier:

1. Systematiske kunnskapsoversikter som inkluderte en meta-analyse. Kalkulering av effektstørrelser ble inkludert.
2. Studier ble inkludert hvis de fokuserte på tradisjonell mobbing eller nettmobbing. Studier med fokus på andre arenaer for mobbing, for eksempel på arbeidsplasser, ble ekskludert.
3. Studier med primært fokus på beskyttende faktorer mot tradisjonell mobbing og nettmobbing ble inkludert. Studier med primært fokus på risikofaktorer (for eksempel våpen, rus) ble ekskludert.
4. Studier ble inkludert hvis potensielt beskyttende faktorer ble målt før eller samtidig med måling av tradisjonell mobbing og nettmobbing. Langvarige studier med fokus på konsekvenser og hvor tradisjonell mobbing og nettmobbing ble målt før andre faktorer ble målt, ble ekskludert.
5. Longitudinelle og tversnittstudier ble inkludert.
6. Artikler ble inkludert hvis de var publisert på engelsk eller spansk.

Totalt 18 artikler ble inkludert for de endelige analysene.

## Resultat

Ettersom både tradisjonell mobbing og nettmobbing er komplekse fenomener, tar denne kunnskapsoversikten høyde for dynamiske samspill mellom ulike variabler når den analyserer beskyttende faktorer mot involvering i tradisjonell mobbing og nettmobbing. Dette betyr at analysene tar hensyn til at en variabel som øker sannsynligheten for at en elev blir mobber eller mobbeoffer, kan utlignes av en annen variabel. Eksempelvis kan dårlige boforhold være en risikofaktor, men denne kan bli utjevnet av god barneoppdragelse. Noen faktorer kan være beskyttende i ene enden av skalaen, men øke risikoen i andre enden av skalaen, mens andre har et ikke-lineært forhold til voldelig atferd. Med *ikke-lineært* menes for eksempel at det å ha få venner kan virke beskyttende mot å begå mobbing eller nettmobbing, mens det å ha mange venner ikke utgjør noe større risiko for samme atferd.

Resultatene av meta-analysen ble fordelt på to hovedkategorier: (a) faktorer som beskytter mot å bli mobbeoffer, og (b) faktorer som beskytter mot å bli mobber. De forskjellige faktorene i hver av de to kategoriene ble deretter sortert etter tema og organisert i tre underkategorier. Faktorene knyttet til (b) ble i tillegg sortert i ytterligere to kategorier: Faktorer som beskytter mot å utøve mobbing i *tradisjonell forstand* og faktorer som beskytter mot å utøve *nettmobbing*.

### Beskyttende faktorer mot å bli utsatt for mobbing

På samfunnsnivå	På familienivå	På individnivå
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positive lokalsamfunn</li> <li>- Et positivt skolemiljø</li> <li>- Trygghet på skolen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Høy sosioøkonomisk status</li> <li>- Et positivt familiemiljø</li> <li>- Interaksjon med foreldre</li> <li>- Samtaler i hjemmet om internett- og teknologibruk</li> <li>- Foreldrestyrt oppsyn og overvåkning</li> <li>- Autoritativ oppdragelse</li> <li>- Involverte foreldre</li> <li>- Støtte, kommunikasjon og varme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prososial atferd</li> <li>- Lite teknologibruk</li> <li>- Høy selvtilitt</li> <li>- God selvforståelse</li> <li>- Sosial kompetanse</li> <li>- Intelligens</li> <li>- Løsningsorientering</li> <li>- Høy status og støtte fra skolekamerater</li> </ul>

Enkelte faktorer beskytter i hovedsak mot å bli offer for én av mobbepormene, men ikke begge. Positiv påvirkning av skolekamerater og kontroll over egne følelser ble knyttet til mindre nettmobbing, men beskytter ikke i like stor grad mot tradisjonell mobbing. Høye akademiske prestasjoner beskytter mot tradisjonell mobbing, men ikke i like stor grad mot nettmobbing. Høy empati ble ikke funnet å spille noen signifikant rolle for om man blir utsatt for mobbing av noe slag.

Faktorene som står sterkest i å beskytte mot tradisjonell mobbing, er selvorienterte personlige kompetanser, som for eksempel god selvforståelse. Når det gjelder nettmobbing, er det lav teknologibruk som er den sterkeste beskyttende faktoren.

### Beskyttende faktorer mot å bli mobber

På samfunnsnivå	På familienivå	På individnivå
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positive lokalmiljø</li> <li>- Et positivt skolemiljø</li> <li>- Trygghet på skolen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Positivt hjemmemiljø</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Høy selvtilitt</li> <li>- Gode akademiske prestasjoner</li> <li>- God selvforståelse</li> <li>- Høy empati</li> </ul>

I likhet med faktorene som beskytter mot å bli mobbeoffer, er det også blant faktorene som beskytter mot å utføre mobbing forskjell mellom faktorer knyttet til tradisjonell mobbing og faktorer knyttet til nettmobbing. Faktorer som beskytter barn og unge mot å utføre mobbing på internett eller i tradisjonell forstand, var likevel lettere å skille fra hverandre og sette i separate kategorier:

<b>Faktorer som beskytter mot å utføre nettmobbing</b>	<b>Faktorer som beskytter mot å utføre tradisjonell mobbing</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• God interaksjon med foreldre</li> <li>• Samtaler i hjemmet om internett- og teknologibruk</li> <li>• Foreldres overvåkning av barnas nettbruk</li> <li>• Lite teknologibruk</li> <li>• Kontroll over egne følelser</li> <li>• Høy tilfredshet med livet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Høy sosial kompetanse</li> <li>• Løsningsorientering</li> <li>• Stor åpenhet</li> <li>• Lite ekstrovert</li> <li>• Høy grad av medgjørighet</li> <li>• Høy ansvarsbevissthet</li> </ul>

Faktorene som står sterkest i å beskytte mot å utføre tradisjonell mobbing, er de som omhandler lokalmiljø og skole, gode akademiske prestasjoner og høy sosial kompetanse. De sterkeste faktorene i beskyttelse mot nettmobbing er lav teknologibruk og et positivt skolemiljø.

Mange faktorer går igjen som beskyttende både mot å utføre mobbing og mot å bli utsatt for mobbing eller nettmobbing. Eksempelvis kan et godt skolemiljø forhindre både at noen mobber og at noen blir utsatt for mobbing.

### Implikasjoner

Denne systematiske kunnskapsoversikten omfatter ingen longitudinelle studier som kunne si noe om kausalitet når det gjelder faktorer som er identifisert. Dermed er det vanskelig å slå fast årsakssammenhenger. Eksempelvis er det vanskelig å slå fast om det er høy selvtillit og høy empati som virkelig beskytter mot involvering i tradisjonell mobbing og nettmobbing, eller om det å være involvert i tradisjonell mobbing eller nettmobbing fører til lavere selvtillit og lavere empati. Denne manglende innsikten i kausalitetsforhold gjelder faktorer og prosesser på begge sider (utføre mobbing/bli utsatt for mobbing). Studiene som ligger til grunn for denne kunnskapsoversikten spesifiserte ikke potensielt beskyttende faktorer mot involvering i mobbing, da dette ikke var deres hovedformål. På grunn av dette kan det være vanskelig å skille faktorer fra hverandre og det kan derfor være overlapp mellom faktorene som er presentert i denne systematiske kunnskapsoversikten. Resultatene av denne kunnskapsoversikten må dermed håndteres med noe varsomhet og ytterligere forskning etterlyses. Det finnes ikke mange nok longitudinelle studier som kan si noe om hvor beskyttende faktorer er over en lengre tidsperiode, og slike studier etterlyses også.

Selv med slike begrensinger finner denne kunnskapsoversikten flere faktorer som kan være beskyttende mot involvering i tradisjonell mobbing og nettmobbing. Kort oppsummert indikerer resultatene av denne systematiske kunnskapsoversikten at det kan gagne anti-mobbeprogrammer å inkludere flere elementer med fokus på personlig og sosial kompetanse, samt å inkludere elementer med fokus på et mer prososialt samspill mellom medelever. Forfatterne mener at inntil det foreligger mer nyansert kunnskap om forhindring av mobbing, kan det være verdt å benytte seg av kunnskapen om faktorene som presenteres her for å forbedre eksisterende anti-mobbeprogrammer.