

Anti-mobbeprogrammer kan redusere mobbing i skolen

Gaffney, H., Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2018). Evaluating the effectiveness of school-bullying prevention programs: An updated meta-analytical review. *Aggression and Violent Behavior, 2019* (45), 111–133.
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.07.001>

En systematisk kunnskapsoversikt¹ av anti-mobbeprogrammer viser at tiltak mot mobbing i skolen er effektive. Studiene som omfattes av denne systematiske kunnskapsoversikten viser samlet sett at forekomsten av mobbing ble redusert med opptil 20 prosent i etterkant av at elever hadde fullført slike programmer.

Bakgrunn

Mobbing er et utbredt problem blant unge mennesker verden rundt. Mobbing blir definert som aggressiv oppførsel som involverer tre kjerneelementer: (1) En intensjon om å skade et annet menneske, (2) en adferd som gjentas over tid, og (3) en klar makt-ubalanse mellom gjerningsperson og offer, hvor ofrene føler seg ute av stand til å forsvare seg selv. Mobbing kan forekomme i mange ulike kontekster. Denne metaanalysen² tar for seg tradisjonell ansikt-til-ansikt-mobbing mellom elever (mellom fire og 18 år) på skolen. Skolemobbing er et komplekst sosialt fenomen som ofte involverer flere enn mobberen og mobbeofferet. For eksempel kan andre elever delta som betraktere, forsvare eller forsterkere.

Mobbing er av betydning for folkehelsen. Mobbing i skolen kan føre til adferdsproblemer, sosiale og følelsesmessige problemer, og helseutfordringer. Mobbing i skolen påvirker de involvertes liv i nåtid, men også senere i livet. Mobbeofre får oftere psykiske problemer med økt fare for selvmordstanker, angst, lav selvtillit, følelser av ensomhet, psykotiske symptomer, depresjon, søvnproblemer og andre psykosomatiske symptomer. Mobbere kan oppleve lignende utfordringer senere i livet, som selvmordstanker og selvmordsforsøk, i tillegg til økt fare for våpenbesittelse, narkotikamisbruk og voldsbruk. Det er også indikasjoner på at det er en sammenheng mellom mobbing og dårlige skoleresultater, skulking og narkotikamisbruk. Disse faktorene øker igjen faren for ungdomskriminalitet. Derfor er anti-mobbeprogrammer viktige både for en bedre folkehelse og som et virkemiddel for å redusere kriminalitet.

Formål

Gitt de langsiktige konsekvensene av mobbing i skolen er det viktig å sette inn forebyggende og intervensjonerende tiltak for å redusere mobbing. Å redusere mobbing blant elever handler både om å sikre barn og unge en best mulig psykisk utvikling og om å ivareta barns rettigheter. Tidligere metaanalyser av evalueringer av skolebaserte anti-mobbeprogrammer viser at de er effektive både når det gjelder å redusere antall mobbere og mobbeofre. Forskerne bak denne metaanalysen understreker likevel at de tidligere metaanalysene er for gamle eller for ufullstendige til å gi en oppdatert og grundig systematisk kunnskapsoversikt over effektiviteten av anti-mobbeprogrammer.

¹ **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.

² **Meta-analyse:** Statistiske teknikker i en systematisk oversikt for å integrere resultatene av inkluderte studier i den systematiske oversikten.

Denne metaanalysen baserer seg på en kunnskapsoversikt fra 2009, men sammenligner og analyserer i tillegg nyere studier som evaluerer tiltak mot mobbing. Målet er å gi en oppdatert og systematisk kunnskapsoversikt over tidligere studier som måler effektiviteten til anti-mobbeprogrammer i skolen og med det styrke kunnskapsgrunnlaget om slike programmer.

Inkluderte studier

Metaanalysen inkluderer 100 studier som har evaluert effektiviteten av anti-mobbetiltak i skolen. 35 av disse studiene er gjort før 2009, mens 65 er fra 2009 til 2016. Søket etter relevant litteratur ble avsluttet i desember 2016. De fleste studiene ble utført i USA eller Europa. Metaanalysen inkluderer i tillegg enkelte studier fra Asia, Afrika, Canada og Australia. Studiene dekker mobbing mellom elever i aldersspennet fire til 18 år. Analysen inkluderer kun studier som evaluerer anti-mobbetiltak rettet mot mobbing i skolen. Studier som evaluerer tiltak mot nettmobbing eller vold i skolehverdagen, er ikke tatt med.

Inklusjonskriterier³:

1. Studiene måtte beskrive en evaluering av et skolebasert anti-mobbeprogram som ble gjennomført i en elevgruppe innenfor det angitte aldersspennet.
2. Studiene måtte bruke en operasjonell definisjon av mobbing i skolen som er i overenstemmelse med eksisterende definisjoner.
3. Studiene måtte bruke kvantitative data⁴ om mobbing (utførelse av mobbing/offer for mobbing/begge) i form av spørreskjema, for eksempel selvrapporteringer eller lærerrapporteringer.
4. Studiene måtte bruke eksperimentell eller kvasi-eksperimentell metode⁵ med tiltaksgrupper⁶ og kontrollgrupper⁷.

Blant anti-mobbetiltakene som omfattes av studiene som ligger til grunn for metaanalysen, finner vi blant andre *The Confident Kids Program* (Australia), *Steps to Respect* (USA), *Media Heroes* (Tyskland), *Fourth R: Strategies for Healthy Youth Relationships* (USA), *Youth led program* (Canada), *Friendly Schools Project* (Australia), *Dutch Skills for Life* (Nederland), *Cyberprogram 2.0* (Spania), *ViSC* (Østerrike), *Chinese anti-bullying intervention program* (Kina), *Emotional Literacy Intervention* (Storbritannia) og *Zippys venner – Voksne for barn, OBPP, Zero-programmet* (alle tre fra Norge).

Resultat

Metaanalysen av de hundre studiene som evaluerte mobbetiltak i skolen, viste at målingene av effekten av anti-mobbeprogrammene varierte noe med studiedesign. Analysene fant likevel at

³ **Utvalgskriterier:** De kriterier som har blitt brukt for å vurdere hvem (eller hvilke publikasjoner) som kan delta i en studie.

⁴ **Kvantitative data:** Representasjoner av menneskers handlinger, utsagn, egenskaper, meninger, karakteristika o.l., representert i form av tall (innhentet via spørreskjema, målinger o.l.). Målet med forskning basert på kvantitative data er ofte å redegjøre for årsakssammenhenger og effekter av tiltak, eller å tallfeste fenomener.

⁵ **Kvasi-eksperimentell metode:** En type inndeling i grupper som ikke er en 100 % tilfeldig fordeling, f.eks. fordeling ved hjelp av annen hver, fødselsdag eller ukedag/dag i måneden. Kvasirandomisering kan se tilfeldig ut, men fordelingen er forutsigbar og det er mulig å manipulere hvem som fordeles til hvilken gruppe.

⁶ **Tiltaksgruppe:** En gruppe som mottar intervensjonerende tiltak, for eksempel ekstra ressurser. I en eksperimentell studie gir man individer, grupper, enheter eller lignende noe som ikke allerede eksisterer.

⁷ **Kontrollgruppe:** En gruppe som brukes som sammenligning for en tiltaksgruppe. Den har lignende karakteristika som tiltaksgruppen, men mottar et alternativt tiltak eller ingen tiltak.

deltakelse i mobbeaktiviteter ble redusert med 18–20 prosent etter implementering av anti-mobbeprogrammer når tiltaksgruppen ble sammenlignet med elever i kontrollgruppene. Elever i tiltaksgruppene som oppga at de følte seg mobbet, sank med 15–16 prosent sammenlignet med kontrollgruppene. Resultatene er statistisk signifikante. Metaanalysen konkluderer med at anti-mobbeprogrammer i skolen reduserer mobbing, både når det gjelder antall mobbere og mobbeofre. Det vil si at deltakerne i tiltaksgruppene rapporterte om mindre mobbing etter implementering av anti-mobbeprogrammene enn deltakerne i kontrollgruppene, som ikke deltok i noe program. Resultatene viser dermed at det er mindre sannsynlig at elever som inkluderes i slike programmer etterpå vil delta i mobbing eller rapportere om at de ble mobbet, sammenlignet med elever i kontrollgruppen.

Implikasjoner

Denne metaanalysen utforsker ikke hvor effektive ulike typer tiltak og programmer er, noe som begrenser innsikten den gir utover hvor effektive anti-mobbeprogrammer samlet sett er. Forskerne bak analysen viser her til en tidligere metaanalyse utført av Farrington & Ttofi (2011) som har målt nettopp dette.⁸ Farrington og Ttofis metaanalyse viser blant annet at komponenter som kursing av foreldre, bedre tilsyn i skolegården og langvarige og intensive tiltak førte til størst reduksjon av mobbere. Mange ulike tiltak som for eksempel bruk av video, disiplinære tiltak, samarbeid i grupper, i tillegg til lange og intensive tiltak virket best i å redusere antall mobbeofre.

De siste ti årene har flere store anti-mobbeprogrammer blitt iverksatt og evaluert. Den økende mengden informasjon evalueringen av disse programmene gir, gjør det lettere å finne ut både hvilke programmer som er de mest effektive og hvilke tiltak innenfor de ulike programmene som har størst effekt. Sammenligninger av slike tiltak vil kunne bidra til å utvikle mer effektive tiltak for å forhindre mobbing.

Forekomsten av mobbing i skolen er mindre nå enn tidligere i flere europeiske og nord-amerikanske land. Et annet område for fremtidig forskning kan derfor være å undersøke hvordan effektiviteten av anti-mobbeprogrammer varierer mellom ulike land. Selv om det ser ut som om skolemobbing reduseres internasjonalt, finnes det også variasjoner innenfor landegrensene. En annen mulighet for videre forskning vil være å studere hvordan effektiviteten av mobbeprogrammer varierer nasjonalt.

Det er ofte vanskelig å sammenligne effektiviteten av ulike anti-mobbeprogrammer fordi det blir brukt ulike metoder for å måle mobbing. For eksempel opererer ulike programmer med ulike tidsrammer for å stadfeste om mobbing har funnet sted. Noen programmer spør om man har opplevd mobbing i løpet av de tre siste månedene, mens andre spør om man noen gang har opplevd mobbing. Det er også forskjell i hva programmene definerer som mobbing og hva som skal til for å kalles en mobber eller et mobbeoffer. Slike forskjeller kan påvirke hvor effektive slike programmer blir målt å være. Dette kan være med å forklare hvorfor en i denne metaanalysen fant en større sammenheng mellom anti-mobbeprogrammer og reduksjon i antall mobbere enn mellom anti-mobbeprogrammer og reduksjon i antall mobbeofre. For eksempel kan et program som setter

⁸ Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7, 27–56. <https://doi.org/10.1007/s11292-010-9109-1>

søkelys på hvilke negative konsekvenser mobbing har for mobbeofre, føre til at enkelte elever oppgir at de ikke mobber lenger, selv om de fremdeles gjør det. Økt bevissthet rundt mobbing kan også føre til at flere mener de blir mobbet. Det er derfor viktig å forske på hvordan mobbeprogrammers bruk av rapporteringsmetoder, definisjoner og tidsrammer påvirker evalueringen av hvor effektive programmene er. Mobbing på skolen og nettmobbing glir i tillegg over i hverandre og studeres derfor ofte samlet. Det er dermed behov for mer forskning som evaluerer effektiviteten av anti-mobbeprogrammer som skal forhindre både nettbasert mobbing og mobbing som skjer ansikt til ansikt.