

Elevers erfaringer med digital mobbing, og mulige konsekvenser dette kan ha for elevenes selvoppfatning og psykiske helse.

Lisbeth Haugerud

Masteroppgave i pedagogikk,
studieretning spesialpedagogikk

Våren 2011

Pedagogisk institutt
Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse
NTNU
Trondheim

FORORD

Jeg har bakgrunn som førskolelærer, og da jeg startet på mastergradsstudiet i spesialpedagogikk høsten 2009 var jeg veldig spent og nysgjerrig på hva de to neste årene kom til å innebære. Jeg fant raskt ut at spesialpedagogikk var et felt som passet meg, og undervisningen har vært spennende og lærerik fra første stund. Jeg fikk raskt interesse for barn og unge med sosiale og emosjonelle vansker, og da særlig adferdsproblematikk. Jeg har hovedsakelig vært interessert i barn og unge med utagerende atferd, og jo mer jeg har lest om dette, jo mer motivasjon har jeg fått for å ville lære mer. Mobbing har lenge vært et tema jeg syntes har vært interessant, og som jeg har lest mye om. Mobbing har periodevis fått mye oppmerksomhet i media og de to siste årene har fokuset dreid seg mye om digital mobbing. Alt jeg har lest og hørt om dette nye mobbeproblemet har skapt nysgjerrighet rundt tema, og dette er hovedsakelig utgangspunktet for at jeg valgte å rette søkelyset mot digital mobbing.

Jeg vil gjerne rette en stor takk til de ungdomsskolene som takket ja til å være med i undersøkelsen, og da spesielt til de 10. klassene som deltok. I løpet av undersøkelsesperioden traff jeg mange hyggelige ansatte og elever ved skolene, og alle tok meg vel imot. Videre vil jeg rette en stor takk til min veileder Anne Torhild Klomsten for raske og gode tilbakemeldinger underveis i hele prosessen. Det tok aldri lang tid før tilbakemeldingene dukket opp. Til slutt vil jeg takke Kyrre Svarva ved SVT-IT, NTNU for god hjelp med å utarbeide spørreskjemaet, samt scanningen av skjemaene etter undersøkelsene var utført. Arbeidet med masteroppgaven har vært en lang og tidskrevende prosess, og selv om frustrasjonen til tider har vært høy, har det hovedsakelig vært en veldig spennende og lærerik prosess.

SAMMENDRAG

I denne masteroppgaven undersøkes elevers erfaringer med digital mobbing i form av omfang, arena og når på døgnet mobbingen hovedsakelig har blitt utført. Det undersøkes også hvorvidt de som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning og høyere grad av angst og depresjon enn de som ikke blir utsatt for mobbing. For å belyse det siste problemområdet har jeg utarbeidet to hypoteser om at elever som blir utsatt for mobbing har lavere selvoppfatning, og høyere grad av psykiske problemer i forhold til de som ikke blir det. For å få svar på hypotesene mine har jeg benyttet meg av Mann-Whitney U test.

Utvalget bestod av 141 elever fordelt på åtte 10. klasser på tre ungdomskoler i en kommune på østlandet. Elevene er i alderen 15-16 år. Jeg var selv ansvarlig for å utføre alle undersøkelsene, og alle elevene besvarte et standardisert spørreskjema om digital mobbing, selvoppfatning og plager og problemer knyttet opp mot angst og depresjon.

Resultatene fra undersøkelsen viser at det var overraskende få som ble mobbet via mobiltelefon og internett de siste seks månedene. Det var samtidig svært få som rapporterte å ha utsatt andre for slik mobbing. Det var flest som ble mobbet på internett, mens mobiltelefon var den formen flest brukte for å mobbe andre. Videre viste resultatene at det meste av den digitale mobbingen skjer på ettermiddagen og kveldstid, kun få av elevene rapporterte å ha opplevd eller utsatt andre for digital mobbing i skoletiden. Jeg har gjennomført to tester for å undersøke om det fantes noen signifikante forskjeller på selvoppfatning, selvverd, ensomhet, angst og depresjon i forhold til den gruppen som blir utsatt for digital mobbing og den gruppen som ikke blir det. Resultatene viste at det ikke fantes noen signifikante forskjeller på sosial selvoppfatning, selvverd, ensomhet og angst. Likevel tyder rådata på at den gruppen som ble utsatt for mobbing skårer noe lavere enn gjennomsnittet i forhold til sosial selvoppfatning, selvverd og ensomhet, og litt høyere enn gjennomsnittet på angst. Resultatene for depresjon viste at det fantes signifikante forskjeller mellom de to gruppene ved en signifikansverdi på .044.

Gruppen som ble mobbet var svært liten, og om de resultatene jeg formidler i denne undersøkelsen er reelle eller ikke er vanskelig å si. Likevel håper jeg resultatene fra undersøkelsen stemmer godt overens med virkeligheten, og at digital mobbing faktisk ikke er et så stort problem som man først har antatt. Målet er tross alt at færrest mulig skal bli utsatt for ondskapsfulle handlinger fra andre, samt at noen skal utsette andre for slike handlinger.

INNHALDSFORTEGNELSE

1 INNLEDNING	1
1.1 Problemstilling.....	2
2 TEORI OG TIDLIGERE FORSKNING.....	5
2.1 Mobbing	5
2.1.1 Ulike former for mobbing.....	6
2.2 Hva er digital mobbing	7
2.2.1 Digitale mobbekategorier.....	8
2.2.2 De ulike mobberedskapene.....	10
2.3 Ordinær mobbing versus digital mobbing.....	11
2.3.1 Anonymitet.....	12
2.3.2 24/7, alltid et target.	13
2.3.3 Digitale muligheter	13
2.4 Mobbing og mulige konsekvenser.....	14
2.5 Selvoppfatning.....	15
2.5.1 Selverv	16
2.5.2 Sosial selvoppfatning.....	16
2.5.3 Selvbildets aspekter	17
2.5.4 Selvdiskrepansteori	17
2.6 Angst.....	18
2.6.1 Mobbeofre og angstforstyrrelser	19
2.7 Depresjon	20
2.8 Oppsummering.....	21
3 METODE	23
3.1 Forskningsdesign	23
3.2 Utvalg.....	24
3.3 Innsamling av data.....	24
3.4 Måleinstrumentet	25
3.5 Reliabilitet og validitet i datasettet	27
3.6 Psykometriske analyser	28
3.7 Analysemetoder	33
3.8 Parametrisk og ikke-parametrisk statistikk	34

4 RESULTATER	35
4.1 Omfang mobiltelefon	35
4.1.1 Omfang internett.....	36
4.1.2 Totalomfang mobiltelefon og internett	37
4.2 På hvilken arena har elevene erfart mobbing.....	38
4.3 Når har mobbingen hovedsakelig foregått	40
4.4 Hypotesene	41
4.4.1 Mann-Whitney U test: Selvoppfatning.....	42
4.4.2 Mann-Whitney U test: Psykisk helse	43
5 DISKUSJON	45
5.1 Mobbingens konsekvenser for selvoppfatningen	45
5.2 Mobbingens konsekvenser for psykisk helse	46
5.3 Få blir utsatt og utsetter andre for digital mobbing.....	46
5.4 Digital mobbing i media.....	47
6 AVSLUTTENDE ORD.....	49
LITTERATURLISTE	51
VEDLEGG 1. Brev til skolene.....	55
VEDLEGG 2. Spørreskjema	56
VEDLEGG 3. Faktoranalyse selvoppfatning og opplevd vennestøtte	60
VEDLEGG 4. Faktoranalyse psykisk helse	61
VEDLEGG 5. Cronbach's alpha selvoppfatning og opplevd vennestøtte	62
VEDLEGG 6. Cronbach's alpha psykisk helse.....	64
VEDLEGG 7. Skjevhet og kurtosis sumvariabler.....	65

Liste over tabeller

Tabell 1. Cronbach's Alpha: Selvverd, sosial selvoppfatning og ensomhet.....	29
Tabell 2. Cronbach's Alpha: Depresjon og angst	30
Tabell 3. Frekvenstabell for blitt mobbet via mobiltelefon	35
Tabell 4. Frekvenstabell for mobbet andre via mobiltelefon.....	35
Tabell 5. Frekvenstabell for blitt mobbet på internett	36
Tabell 6. Frekvenstabell for mobbet andre på internett.....	36
Tabell 7. Frekvenstabell for blitt mobbet på mobiltelefon og internett.....	37
Tabell 8. Frekvenstabell for har mobbet andre på mobiltelefon og internett	38
Tabell 9. Frekvenstabell over hvor elevene har blitt mobbet.	38
Tabell 10. Frekvenstabell over hvor elevene har mobbet andre.....	39
Tabell 11. Frekvenstabell over når mobbingen har funnet sted	40
Tabell 12. Frekvenstabell over når mobbingen har blitt utført.....	40
Tabell 13. Mann-Whitney U test: Selvoppfatning.	42
Tabell 14. Mann-Whitney U test: Psykisk helse.	43

1 INNLEDNING

Mobbing vekker følelser og engasjement hos de fleste som er opptatt av læringsmiljøet i skolen og de siste årene har det vært rettet stor oppmerksomhet mot forebygging av mobbing i skolen. Likevel vet vi dessverre at det finnes utallige mange barn og unge som blir utsatt for mobbing, der overgrepene kan skje både fysisk og psykisk. Ifølge Roland (2007) blir minst 60 000 elver i grunn -og videregående skole regelmessig utsatt for mobbing hvert år. Ferske tall fra elevundersøkelsen 2010 viser at nesten 8,5 prosent av elevene svarer at de blir mobbet minst to eller tre ganger i måneden (Utdanningsdirektoratet 2010).

Tradisjonelt har mobbing enten fysisk og/eller psykisk forekommet mens barn og unge er på skolen, eller på veien til og fra. Mobbing foregår også andre steder som for eksempel i nabolaget eller på kjøpesenteret. Dette kan skje direkte eller indirekte. Digital mobbing er en ny form for mobbing som har oppstått da digitale verktøy har blitt en stor del av ungdommers liv. Moderne teknologi gjør det mulig å utføre negative handlinger uten å måtte forholde seg til fysiske settinger. Gjennom å mobbe digitalt kan de nå ut til, å plage andre til tross for tid og sted ved å bruke ulike teknologiske verktøy (Hinduja og Patchin 2009). Denne typen mobbing har kommet som et resultat av økt bruk av teknologi som for eksempel mobiltelefoner, sosiale medier osv.

Som et resultat av den raske utviklingen blir dagens barn og ungdom oppdratt innenfor en verden der blogger, sosiale nettsteder og direkte meldinger konkurrerer med ansikt til ansikt og telefon kommunikasjon (Hinduja og Patchin 2009). Unge mennesker har virkelig "omfavnet" den nye teknologien som har mange positive sider. Men, det kan dessverre også være en arena for mobbing.

Forskning viser at digital mobbing er et reelt problem blant unge (Barnevakten 2011). Trolig er digital mobbing vanskeligere å oppdage enn ordinær mobbing da den foregår i det skjulte. Undersøkelser viser at å bli mobbet med mobil eller internett kan være mer sårende, da mobberen kan unngå å stå ansikt til ansikt med offeret og den digitale mobbingen kan nå offeret hvor som helst og når som helst. En undersøkelse utført av Telenor viser at åtte av ti barn mener stygge kommentarer er like ille eller verre på nett og mobil enn ansikt til ansikt (Barnevakten 2011).

Digital mobbing har blitt mye omtalt i massemedia som aviser og internett de siste årene. Tidligere har forskningen hovedsakelig vært avgrenset til USA, Canada, Storbritannia

og Australia. I løpet av de siste årene er det gjort mer forskning også i Skandinavia og Norge. I Norge har det de siste årene hovedsakelig blitt fokusert på mobbing gjennom mobiltelefon og internett. Resultatene er varierende, men de gir likevel en god oversikt over forekomst av de ulike former av digital mobbing. Senter for adferdsforskning (SAF) har utført flere studier omkring digital mobbing i Norge. Resultatene fra 2008 viste en økning i både mobbeoffer og mobbere når det gjelder mobbing via mobiltelefon sammenlignet med studien i 2004. Denne økningen var større på ungdomskolen enn i barneskolen. I 9. klasse var det en økning i tallet på mobbeoffer på 134% sammenlignet med studien fra 2004. Økningen i tallet på mobbere var 126% sammenlignende med undersøkelsen i 2004. Disse tallene gjelder også ordinær mobbing (Roland 2008). Tidligere forskning har vist at mye av den digitale mobbingen skjer utenfor skolens område, dette kan likevel få konsekvenser for elevenes skolehverdag og påvirke det sosiale miljøet på skolen (Willard 2007).

Når forskningen viser at økningen er såpass ekstrem, er hovedfokus i denne oppgaven elevers erfaringer med digital mobbing hvor jeg vil kartlegge omfang, hvor mobbingen foregår, og når på døgnet elevene rapporterer å bli mobbet, eller utsetter andre for digital mobbing. Oppgaven vil dessuten belyse om slik mobbing har mulige konsekvenser for elevenes selvoppfatning og psykiske helse. Oppgaven begynner med en teoridel der jeg redegjør for ulike definisjoner om mobbing generelt, og utdyper hva digital mobbing er. Videre vil jeg ta for meg selvoppfatningsbegrepet, og ulike plager og problemer som ofte blir knyttet opp mot mobbing, da spesielt angst og depresjon. Videre forklarer jeg hva slags metoder jeg har lagt til grunn for innhenting og analyser av data, før jeg presenterer resultatene mine og drøfter disse opp mot teori og tidligere forskning på feltet.

1.1 Problemstilling

På bakgrunn av all omtale digital mobbing har fått i massemedia, og med utgangspunkt i tidligere forskning om digital mobbing syntes jeg det var aktuelt å undersøke dette temaet nærmere. Det finnes en rekke studier som har tatt sikte på å forklare hvordan mobbing påvirker barn og unges selvoppfatning og helse. Flere studier bekrefter at mobbing ofte påvirker unges selvoppfatning og psykisk helse (Roland 2007a, Greiff 2005). Det er derimot diskusjoner og uenighet om lav selvoppfatning og psykiske problemer er en bifaktor av det å bli mobbet, eller om det er en årsaksfaktor for å bli mobbet (Greiff 2005). Jeg håper at denne studien kan bidra til å videreutvikle den kunnskapen vi har om digital mobbing i dag. For at vi skal kunne møte og håndtere dette alvorlige problemet på en hensiktsmessig måte er det viktig

med kunnskap om hvordan den digitale mobbingen arter seg og fremtrer. Ikke minst er kunnskap om hvordan digital mobbing kan påvirke elevers selvoppfatning og psykiske helse viktige dimensjoner å undersøke nærmere. Er det slik at unge som blir digitalt mobbet opplever dette like ille som ved ordinær mobbing? Flere studier har vist til at de som blir mobbet på tradisjonelt vis ofte har lavere selvtillit og dårligere psykisk helse enn sine jevnaldrende som ikke blir mobbet. Hovedproblemstillingen min er:

Hvilke erfaringer har elever med digital mobbing?

Her kartlegges omfang, på hvilke arena elevene har erfart digital mobbing, og når mobbingen hovedsakelig har foregått.

I tillegg utforskes hvorvidt de som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning og psykisk helse sammenlignet med de som ikke blir digitalt mobbet. For å belyse det siste problemområdet har jeg utarbeidet to hypoteser:

- Elever som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning enn de som ikke blir utsatt for digital mobbing.
- Elever som blir utsatt for digital mobbing har høyere grad av angst og depresjon enn elever som ikke blir utsatt for digital mobbing.

2 TEORI OG TIDLIGERE FORSKNING

2.1 Mobbing

Mobbing som fenomen har vært kjent lenge, men det var først tidlig på 1970 tallet at man systematisk begynte å samle inn informasjon om problemet. Forskningen var i begynnelsen hovedsakelig avgrenset til Skandinavia, men i løpet av 1980-tallet og 1990-tallet ble man også oppmerksom på mobbing i andre land som Japan, England, USA og Australia.

Mobbing er definert av mange ulike forskere, og Olweus (1992) sa tidlig noe om innholdet i mobbebegrepet og avgrenset mobbing til: *“En person er mobbet eller plaget når han eller hun, gjentatte ganger over en viss tid blir utsatt for negative handlinger fra en eller flere andre personer”*.

Olweus (1992) presiserer videre at negative handlinger er når noen med hensikt påfører, eller prøver å påføre en annen person skade eller ubehag. Roland (1983) har også vært en betydelig forsker som har hatt mye å si for dagens kunnskap om mobbing. Han definerte tidlig mobbing som *“Langvarig vold, psykisk og/eller fysisk, rettet mot et offer og utført av enkeltpersoner eller grupper”* (Roland 1983, s.12). I dag opererer han med denne definisjonen av mobbing:

“Mobbing er fysiske eller sosiale negative handlinger, som utføres gjentatte ganger over tid av en person eller flere sammen, og som rettes mot en som ikke kan forsvare seg i den aktuelle situasjonen” (Roland 2007a s. 25).

Det sentrale i alle definisjonene er at det legges vekt på at de negative handlingene skal skje «gjentatte ganger, og over en viss tid». Hovedhensikten med dette er fremfor alt å holde utenfor tilfeldige, lettere negative handlinger som iblant rettes mot en person og iblant mot en annen (Olweus 1992). Et enkelt overgrep kan nok virke skremmende og belastende for offeret. Det vil likevel være en vesentlig forskjell på en enkelt hendelse og mange gjentakende hendelser. Gjentatt plaging forteller mobbeofferet noe mer og dypere, nemlig at det er en permanent situasjon (Roland 2007a).

Et annet viktig element som tilhører dagens definisjoner av mobbing er at det eksisterer en viss ubalanse i styrkeforholdet mellom den som mobber og den som blir mobbet. Mobbeofferet er ikke i stand til å forsvare seg fysisk eller sosialt i den aktuelle situasjonen. Med ubalanse i styrkeforholdet menes det at den som blir utsatt for mobbingen ikke har lett

for å forsvare seg, og ofte er litt hjelpeløs overfor den eller de som plager han eller henne Det vil derfor ikke betegnes som plaging/mobbing når to fysisk eller psykisk omtrent like sterke personer er i konflikt, krangler eller slåss (Olweus 1992, Roland 2007a).

De grunnleggende trekkene som skal være tilstede for at vi kan kalle det mobbing er altså negative handlinger fra en eller flere. Systematikken i atferden, altså at handlingene gjentas over en lengre tidsperiode, og sist men ikke minst at det finnes en ubalanse i styrkeforholdet mellom plager og mobbeoffer (Roland 2007a).

2.1.1 Ulike former for mobbing

Mobbingen kan fremtre i ulike former, siden begynnelsen på 1970 tallet har man hovedsakelig beskrevet mobbing som fysisk, verbal og/eller psykisk. I senere tid har også digital mobbing blitt et begrep. Dette er mobbing som foregår ved å benytte seg av teknologiske virkemidler.

Det er dessuten hensiktsmessig å skille mellom direkte mobbing og indirekte mobbing. Direkte mobbing er forholdsvis åpne angrep på offeret, mens indirekte mobbing handler om sosial isolering og utestenging fra gruppen (Olweus 1992). Spesielt i de to første formene, den fysiske og verbale er provokasjon et innvevd element (Roland 2007a). Provokatøren har som utgangspunkt å påpeke noe som defineres som negativt. Målet er å gjøre noe mot en annen i den hensikt å fremkalle en reaksjon som kan utnyttes. Det kan for eksempel være en anklage om noe negativt som den andre har gjort tidligere eller akkurat nå eller å negativt påpeke meninger, utseende eller klær etc. (Roland 2007a). Plageren forsøker å påføre offeret et problem, som igjen fører til en reaksjon. En dyktig provokatør vil sørge for at reaksjonen omdefineres til noe negativt, for eksempel hvis offeret forblir passiv kan det bli til en ny anklage om ikke å svare. Hvis offeret svarer kan det bli omgjort til frekkhet eller løgn, på denne måten skapes kontinuerlig en ny anklage. Provokasjonen blir derfor et underliggende mønster, og da spesielt ved fysisk og verbal ondsinnet erting (Roland 2007a).

Når man snakker om digital mobbing er det den verbale og psykiske formen som er fremtredende. Mobbingen foregår i den digitale verden, noe som gjør at plager og offer ikke trenger å stå ansikt til ansikt. Det er likevel ikke uvanlig at plageren truer med å utføre fysiske handlinger gjennom digitale medier, for eksempel: "*Pass ryggen din, i morgen skal jeg ta deg*".

2.2 Hva er digital mobbing

Det finnes mange ulike definisjoner på digital mobbing. Men flesteparten av dem inneholder noen av de samme elementene som definisjoner av ordinær mobbing. Jeg vil under presentere noen ulike definisjoner på digital mobbing. Belsey og Willard har utviket to definisjoner som det svært ofte vises til i forhold til digital mobbing. Willard bruker følgende definisjon:

"Cyberbullying is being cruel to others by sending or posting harmful material, or engaging in other forms of social aggression using the internet, or other digital technologies." (Willard 2005, s.1).

"Cyberbullying or cyberthreat material text or images may be posted on personal Web sites, or blogs, or transmitted via e-mail, discussion groups, message boards, chat, IM, or cell phones" (Willard 2005, s.4).

Belsey sin definisjon lyder slik:

"Cyberbullying involves the use of information and communication technologies, such as e-mail, cell phone and pager text messages, instant messaging (IM), defamatory personal Web sites, and defamatory online personal polling Web sites, to support deliberate repeated, and hostile behaviour by an individual or group, that is intended to harm others" (Belsey 2004, s.1).

Både Willard og Belsey's definisjoner omfatter en konkret forklaring på hvordan den digitale mobbingen kan utføres. Belsey (2004) sin definisjon inneholder også de samme elementene som Roland (1983) sin definisjon av ordinær mobbing, nemlig "langvarig vold, psykisk og eller fysisk rettet mot et offer og utført av enkeltpersoner eller grupper."

Hinduja og Pathin er to andre forskere som har arbeidet aktivt i forhold til digital mobbing. De har utført en studie og samlet data fra rundt 2000 ungdomskoleelever i et av USA største skoledistrikter. Målet med undersøkelsen var å finne ut mer om disse elevene sitt forhold, og erfaringer med tradisjonell og digital mobbing. De spurte også om andre faktorer som for eksempel dataferdigheter, selvoppfatning, selvmordstanker og stress. Deres definisjon av digital mobbing lyder som følgende:

"Cyberbullying is willfull and repeated harm inflicted through the use of computers, cell phones, and other electronic devies." (Hinduja og Patchin 2009, s.5).

Denne definisjonen er enkelt, konsis og omfatter de viktigste elementene. Disse elementene inkluderer at atferden må være bevisst og ikke tilfeldig. Handlingene som utføres skal følge et visst mønster, og at det ikke er snakk om kun et enkelt tilfelle, altså at det er et repeterende mønster av handlinger rettet mot et offer. En enkel handling kan som sagt oppleves svært vond og sårende, men det er fortsatt ikke mobbing. Videre tar definisjonen for seg "harm", offeret må oppfatte handlingene som sårende, støtende eller truende. Det siste elementet i Hinduja og Pathin sin definisjon er det som skiller digital mobbing fra den tradisjonelle mobbingen, nettopp at mobbingen utføres ved bruk av datamaskiner, mobiltelefoner eller andre elektroniske verktøy (Hinduja og Pathin 2009).

Det som derimot ingen av disse definisjonene tar for seg er at det skal finnes en ubalanse i styrkeforholdet. Innenfor ordinær mobbing er et asymmetrisk styrkeforhold en viktig forutsetning. Hinduja og Patchin (2009) mener likevel at det finnes en viss ubalanse i styrkeforholdet. Forskjellen er at det handler ikke om hvem som er sterkest fysisk eller sosialt, men styrkeforskjellen ligger i hvem som har makt i form av å ha kunnskap, informasjon, bilder eller videoer som kan brukes for å ydmyke en annen på internettet eller gjennom mobiltelefonen. Alle som er i besittelse av slikt materialet og kan benytte seg av digitale verktøy innehar derfor makt over et aktuelt offer.

2.2.1 Digitale mobbekategorier

Den digitale mobbingen kan utføres på ulike måter. Willard (2007) har utarbeidet åtte punkter for å vise at innholdet i teksten, og måten den blir skrevet på er av betydning. De åtte punktene Willard beskriver er "Flaming", "Harassment", "Denigration", "Impersonation", "Outing", "Trickery", "Exclusion" og "Cyberstalking". Jeg vil nå gå nærmere inn på hver av dem å forklare hva som er innholdet i disse kategoriene.

"Flaming" er en type sint krangel som foregår mellom to hovedpersoner eller små grupper på internett. Krangelen finner ofte sted i offentlige kommunikasjonsmiljøer der tilskuere kan følge krangelen. Kranglingen inneholder ofte et frekt og vulgært språk, fornærmelser og noen ganger trusler. Willard (2007) bruker følgende eksempel på flaming:

"Joe and Alec's online exchange got angrier and angrier. Insults were flying. Joe warned Alec to watch his back in school the next day" (Willard 2007, s.5).

"Harassment" er en form for å sende vedvarende stygge, vonde og sårende meldinger over en lengre tidsperiode. Skaden som påføres gjennom harassment er for det meste ensidig, dvs at den som utfører den digitale mobbingen sender støtende meldinger som er siktet på et spesifikt offer. Det som skiller harassment fra flaming er at det kun er en hovedperson, da offeret kun prøver å forsvare seg, eller få den digitale mobbingen til å opphøre. Willard (2007) gir dette eksempelet:

“Joanne saw some girls bullying another girl and reported this to the principal. When Joanne got home, she had 35 angry messages in her e-mail box. The anonymous cruel messages kept coming -some from complete strangers” (Willard 2007, s.6).

"Denigration" er å baktale noen ved å poste eller sende sårende, usanne eller stygge meldinger om en annen. Denne formen for digital mobbing inkluderer å spre sladder eller rykter som setter den utsatte i et dårlig lys. Offeret blir ikke direkte utsatt for mobbingen da innholdet er siktet på andre. Willard (2007) gir følgende eksempel:

“Some students created a web site all about Raymond. On this site they posted stories, jokes, cartoons, gossip, and rumors, all dissing Raymond. They invited anyone visiting the site to submit their own comments and had an e-mail link for people to send comments directly to Raymond” (Willard 2007, s. 7).

"Impersonation" (etterligning) er når en person klarer å få tak i en annens passord og bruker dette for å få tilgang til offerets personlige web sider, profiler, blogger e.l. Plageren fremstiller seg selv som en annen og kan sende materialet på internett som får offeret i problem eller fare, eller som ødelegger offeret sitt rykte og vennskap. Willard (2007) bruker dette eksempelet:

“sara watched closely as Emma logged on to her account and was able to determine Emma's password. Later, Sara logged on to Emma's account and sent a scathing message to Emma's boyfriend” (Willard 2005, s. 8).

"Outing" er når noen avslører privat informasjon, bilder eller usannheter som en annen person er flau over. Målet er å ydmyke eller sette offeret i en pinlig og ekkel situasjon (Willard 2007).

"Trickery" er en del av outing og oppstår når et uskyldig offer blir lurt til å tiltro seg personlig og privat informasjon. Plageren legger innholdet ut på nettet for å sette offeret i et dårlig lys, pinliggjøre han eller hun, eller true med å bruke informasjonen til å oppnå personlige mål. Willard (2007) bruker følgende eksempel for å forklare outing og trickery:

“some girls sat around the computer. Judy asked «Who don't we like? Who can we mess with?» They chose Sara. Judy started IM-ing her with all the other girls providing suggestions «Ask her who she likes best, Jack and Nathan.» The next monday, the girls were passing around Sara's IM at school”. (Willard, 2007, s. 9).

"Exclusion" er med hensikt å utestenge noen på en stygg måte fra en online gruppe på internett. Willard (2007) bruker følgende eksempel:

“Michael beat another boy in an online game. Several of the boy's friends threatened Michael later. Now, when Michael tries to play on the site a group of other players gang up on him and restrict his activities so that he cannot participate” (Willard, 2007, s. 9).

"Cyberstalking" er gjentagende intense trakasseringer og baktalinger som inkluderer truing eller som skaper frykt. Willard (2007) bruker dette eksempelet:

“When Annie broke up with her boyfriend, Sam, he sent her many angry, threatening, pleading messages. He sent messages to people he knew were Annie's friends, describing her in offensive language. Sam also posed as Annie in a sex-oriented discussion group and posted a sexually suggestive picture Annie had given him, along with her e.mail adress and cell phone number” (Willard 2005, s. 10).

2.2.2 De ulike mobberedskapene

Digital mobbing kan utføres på mange måter. Anti-Bullying Alliance opererer med syv kategorier om redskaper som brukes for å utføre digital mobbing. Disse syv kategoriene er:

Telefonoppringing med mobiltelefonen

SMS

MMS

E-post

Chatterom

MSN

Og Websider på internettet

(Anti-Bullying Alliance by Goldsmiths College, University of London 2003).

Disse kategoriene omfatter mange av mulighetene man har med mobiltelefon og internett. De er typiske eksempler på hvilke verktøy som kan benyttes for å utføre digital mobbing. Jeg benytter meg av denne inndelingen i spørreskjemaet for å kartlegge på hvilke måte elevene har erfart digital mobbing.

2.3 Ordinær mobbing versus digital mobbing

I senere tid har digital mobbing fått mest oppmerksomhet i aviser og på internett. Det er likevel viktig med fokus på den ordinære mobbingen når man skal forklare fenomenet "digital mobbing". Belsey (2004) hevder at digital mobbing ligner ordinær mobbing ved at det handler om mellommenneskelige forhold, makt og kontroll. I flere tilfeller kan digitale verktøy bare være en av flere teknikker som brukes for å krenke en annen, man kan derfor ikke se digital mobbing løsrevet fra tradisjonell mobbing (Willard 2007).

Digital mobbing har mange likhetstrekk med ordinær mobbing. Likevel er det flere elementer som gjør at den skiller seg fra ordinær mobbing. Noen av de viktigste elementene er at plageren kan opptre anonymt og at offeret er utsatt 24 timer i døgnet. Ved vanlig mobbing er det normalt å utføre dette så diskret som mulig, og utenfor de voksnes synsvinkel. Digital mobbing er muligens enda vanskeligere å oppdage. Ungdommer bruker ny teknologi for å utføre mobbingen, dette kan være teknologi de voksne ikke bruker selv og ikke vet hvordan fungerer. Det kan til og med være teknologi de ikke engang vet eksisterer. En undersøkelse utført av Eniro Norge blant 1213 ungdommer viste at nesten halvparten av elevene mente lærerne hadde mindre kunnskap om internett enn de selv hadde (Adresseavisen 2005). Den digitale mobbingen kan derfor utføres helt utenfor de voksnes tilsyn, og sjansen for å bli oppdaget minsker (Belsey 2004). Belsey kaller den digitale mobbingen for en feig måte å mobbe på, nettopp fordi mobberen kan skjule seg bak anonymitet. Plageren vet hvem offeret er, mens offeret ofte er helt uviten om hvem som plager han eller henne.

2.3.1 Anonymitet

Når man bruker digitale verktøy kan man ved få tastetrykk benytte seg av muligheter for å oppnå anonymitet, for eksempel ved å opprette brukerkontoer med kallenavn som er forskjellig fra sitt opprinnelige navn, eller opprette midlertidige og falske kontoer. Det er nærmest umulig for innehaverne av sidene å verdifisere at de opplysningene som registreres faktisk stemmer eller ikke.

Følelsen av å være usynlig for andre kan føre til at man gjør ting på internett man ellers ikke ville gjort siden ingen vet hvem som er ansvarlig for handlingene. Usynliggjøringen fører derfor til at man slipper negative konsekvenser fra en autoritet eller slipper unna sosial misnøye fra andre. Illusjonene om usynlighet gjør det også enklere å forsvare en uansvarlig og støtende handling siden man unngår frykten for sporing eller straff (Willand 2007). På den andre siden vet ungdommer at andre jevnaldrende opererer med pseudonymer på internett. Handlingene man utfører kan derfor ufarliggjøres ved at «alle andre også gjør det». Det kan oppfattes som et spill og føre til en oppfatning om at online livet bare er en lek som ikke får konsekvenser (Belsey 2004, Willard 2007). Hinduja og Patchin (2009) illustrerer dette med et eksempel fra en 14 år gammel jente:

"Just because you say it doesn't hurt you because they are online, it does. They call you names because everyone online is anonymous. So they think they can do whatever they want to you. But honestly it annoys me that everyone thinks they can do whatever they want because you don't know who they are". (Hinduja og Patchin 2009, s.20).

Plagerne på den andre siden, kan nyte godt av anonymiteten. Det kan virke som plagerne blir modigere når de kan bruke elektroniske midler for å utføre ondsinnede handlinger. Noe av grunnen til dette kan være at de ikke trenger å bruke så mye energi eller ha mot nok til å ytre sine sårende kommentarer når de bruker et tastatur fremfor å si det direkte til en person. Sårende ord eller ytringer en person kanskje er flau eller skamfull over å si ansikt til ansikt er ikke lengre et problem da offeret ikke fysisk er tilstede. En 15 år gammel jente fra USA fortalte dette i et intervju:

"I didn't like this girl, so I said something to her and left nasty messages in her online journal signed "anonymous" saying "you're such a little slut" and things like that" (Hinduja og Patchin 2009, s21).

Ved å mobbe digitalt får ikke plagerne synlige og konkrete tilbakemeldinger om hvilke konsekvenser mobbingen får for den som blir mobbet. Digitale mobbere trenger derfor ikke å eie sine handlinger da det normalt er veldig vanskelig å identifisere hvem som har utført handlingene. Dette kan føre til at de ikke trenger å være redd for å bli straffet for deres handlinger.

2.3.2 24/7, alltid et target.

Belsey (2009) mener et av de viktigste og mest alvorlige problemene med den digitale mobbingen er dens nådeløshet, og at man alltid er utsatt og ikke slipper unna. Ved den tradisjonelle mobbingen har offeret kunne trukket seg tilbake etter endt skoledag for å fred i sitt private og beskyttende hjem, noe som gjør at offeret kan slappe av og lade batteriene til neste gang de må ut i ilden. I den digitale verden er derimot kommunikasjon alltid mulig, og trakasseringen kan foregå 24 timer i døgnet. Plagerne kan infiltrere offerets private liv når de måtte ønske, og hjemmet er ikke lengre en trygg arena hvor offeret kan slippe unna onde hensikter fra andre.

Man kan så spørre seg selv, hvorfor ikke bare slå telefonen av? Det er dessverre ikke så lett da man for det første ofte trenger å ha telefonen på av legitime grunner, for eksempel til å holde kontakten med andre eller motta viktige beskjeder. For det andre er det et enormt press på dagens ungdom til alltid å skulle være pålogget og tilgjengelige. Dette fører til at de som ønsker å påføre andre skade har mulighet til dette døgnet rundt..

2.3.3 Digitale muligheter

En annen faktor Hinduja og Patchin (2009) mener gjør digital mobbing så problematisk er at sårende og nedverdiggende materialet kan bli videreformidlet til et veldig stort antall mennesker på veldig kort tid. En tekstmelding kan for eksempel bli sent fra en enkel telefon til et uendelig antall mottakere på bare et par sekunder. Se for deg dette scenarioet: Et nedverdiggende bilde blir hengt opp på skoleskapet ditt så alle i gangen på skolen kan se det om de går forbi. Dette er selvfølgelig fryktelig forferdelig og vondt for den som blir utsatt, men det er likevel kun de som er til stede som kan se bildet. Tenk deg så at det samme bildet blir postet på en webside eller sendt via e-mail eller tekstmelding til et stort antall mennesker. Flere ville automatisk blitt en del av «spøken», bildet ville florert rundt og offeret ville bli betraktelig ydmyket foran et vidt publikum.

Dette synliggjør også et mønster av repeterende ondskapsfulle handlinger som er en viktig faktor når man snakker om mobbing. Et bildet blir videreformidlet til et antall mennesker, de som mottar bildet har alle mulige muligheter til å videresende dette til sine venner igjen osv.. Det fører til at sårende materialet blir praktisk talt umulig å kontrollere. Når et innhold først har blitt publisert på internett eller sendt rundt er ikke lengre mobbingen forbundet med skolen eller til den settingen og det tidspunktet materialet ble lastet opp eller sendt på. Plagingen og trakasseringen vil kunne fortsette så lenge innholdet finnes "der ute" og i noen tilfeller vil det til og med ha potensialet for en hel verden å se.

Det er ille nok å måtte forsøke å forsvare seg mot en eller to klassekamerater som ved gjentatte anledninger prøver å såre eller skade verbalt eller fysisk. Digital mobbing gjør det imidlertid enda vanskeligere å håndtere mobbingen når et stort antall mennesker øyeblikkelig er med på trakasseringen. Det kan rett og slett bli for overveldende vondt og skape en uutholdelig situasjon for offeret (Hinduja og Patchin 2009). Den som blir utsatt for mobbingen holder det ofte for seg selv og tør ikke fortelle det til sine nærmeste. De er redd de voksne skal overreagere og inndra mobiltelefonen eller fjerne internett tilgangen. Flesteparten av dagens ungdom er nesten alltid pålogget og tilgjengelige. De teknologiske virkemidlene betraktes som absolutt nødvendige for å holde kontakten med venner og kjente. Det er derfor en utenkelig situasjon om de teknologiske virkemidlene skal bli tatt fra dem (Belsey 2004).

2.4 Mobbing og mulige konsekvenser

Den rollen man blir tildelt som mobbeoffer er som oftes ufrivillig og kan følge offeret resten av livet. En som blir mobbet kan plages direkte av sine undertrykkere i årevis, eller lide under den psykologiske terror lenge etter at overgrepene har sluttet. Flere studier har knyttet mobbing opp mot lav selvtillit, angst, konsentrasjonsvansker, skulking, depresjon og i verste fall selvmord (Thompson m.fl 2002).

På bakgrunn av teori og tidligere forskning er det grunn til å tro at langvarig plaging og avvising kan ha betydelig negativ innvirkning på barn og unges trivsel og selvforståelse. Når et barn møtes med negative holdninger fra medelever eller andre mennesker barnet ofte omgås kan dette påvirke barnet sosiale samspill og virke belastende på selv-forståelsen. For mobbede barn som er utsatt for en rekke negative inntrykk, kan dette innebære at deres sinn kan bli sterkt påvirket av de opplevelser de har blitt utsatt for som offer for mobbing (Greiff 2005). Greiff utførte en tverrsnittundersøkelse i Namdalen kommune høsten 2002 blant 682

elever i grunnskolen. Elevene som deltok i undersøkelsen ble spurt om mobbing, selvakseptering, sosial selvoppfatning, lykkefølelse, depresjon og ensomhet. Resultatene fra denne undersøkelsen tyder på at ensomhet og lav sosial selvoppfatning er dominerende opplevelser for mobbeofre (Greiff 2005).

2.5 Selvoppfatning

Det inngår mange prosesser i menneskets selvoppfatning, og kunnskap om disse er et viktig ledd i det å forstå menneskelig atferd i ulike situasjoner. Begrepet selvoppfatning har mange aspekter og brukes ofte i ulike betydninger i forskningslitteraturen. Et av de viktigste skillene mellom de ulike selvoppfatningsbegrepene er hvorvidt de er uttrykk for en helhetlig global karakteristikk av individet, eller et sett med områdespesifikke evalueringer. Jeg vil begynne med å presentere Skaalvik og Skaalvik (2005) sin definisjon av selvoppfatning.

"Med selvoppfatning mener vi enhver oppfatning, vurdering, forventning, tro eller viten som en person har om seg selv. Slik har begrepet selvoppfatning mange aspekter og kan brukes i ulike betydninger. Begrepet kan derfor best forstås som en fellesbetegnelse på ulike aspekter ved en persons oppfatninger, vurderinger og forventninger i forhold til seg selv" (Skaalvik og Skaalvik 2005, s.75).

Med utgangspunkt i denne definisjonen ser vi at begrepet selvoppfatning beskrives som et produkt av flere ulike forhold og er en fellesbetegnelse på ulike sider av en persons oppfatninger, vurderinger og forventninger i forhold til seg selv (Skaalvik og Skaalvik 2005). Selvoppfatning kan betegnes som et menneske sin bevisste oppfatning av seg selv. De oppfatningene personer har av seg selv er subjektive da de gjerne har sine røtter i hans eller hennes tidligere erfaringer, og hvordan disse erfaringene er forstått og tolket. Slike subjektive oppfatninger trenger ikke å stemme overens med de oppfatningene som andre har av personen, men det er likevel disse subjektive oppfatningene personen har om seg selv som spiller en avgjørende rolle for vedkommendes følelser, motiver og atferd (Skaalvik og Skaalvik 2005).

Den oppfatningen en person har av seg selv er en viktig forutsetning for ens tanker, følelser, motiver og handlinger. Selvoppfatning blir ofte delt inn i selv vurdering, som er selvoppfatningen på bestemte områder, og selvverd, som er den generelle eller globale vurderingen (Skaalvik og Skaalvik 2005). En person kan ha ulik oppfatning av seg selv på

alle områder hvor vedkommende har gjort erfaringer, dette kan for eksempel være sosial, fysisk, akademisk, emosjonell og moralsk selvoppfatning

2.5.1 Selvverd

Begrepet selvverd er knyttet til selvvurderingstradisjonen og refererer til individets generelle verdsetting av seg selv (Marsh 1990). Ved siden av å ha selvoppfatning på konkrete områder, vil en også ha et generelt positivt eller negativt syn på seg selv, verdsette seg selv høyt eller lavt. Denne verdsettingen kan betegnes som en persons selvverd. Selvverdet kan sies å være den generelle eller globale selvvurderingen en person har av seg selv. Beslektede begreper er selvrespekt, selvakseptering og selvaktelse. Selvverd innebærer å akseptere og respektere seg selv slik som en er. Det vil også si å tillegge seg selv verdi uavhengig av umiddelbare ytre hendelser. Selvverdet er ganske stabilt, eller mindre påvirkbart av enkeltstående erfaringer da dette er den mest generelle eller abstraherte selvvurderingen som omfatter alle ens selvoppfatninger på alle livets områder (Skaalvik og Skaalvik 2005).

2.5.2 Sosial selvoppfatning

At selvoppfatningen har en distinkt sosial komponent er en oppfatning som deles av de fleste forskere på området i dag. Det virker vel heller ikke urimelig å hevde at en positiv sosial selvoppfatning er sentral for barn og unges trivsel og velfungering. Det er utarbeidet mange teorier som forsøker å belyse hvordan ens sosiale selvoppfatning påvirkes og etableres. Jeg vil her presentere Mead sin speilingsteori for å belyse hvordan ulike sosiale settinger kan påvirke ens sosiale selvforståelse.

Meads (1976) teorier om at vårt selvbilde dannes gjennom symbolsk interaksjon med andre mennesker har forsøkt å tydeliggjøre den betydningen tilbakemeldinger fra signifikante andre har for vår utvikling fra barndommen av. I barne og ungdomsperioden dannes grunnlaget for forståelsen av oss selv og for oppfatningen av egen sosial funksjon og sosiale akseptering. Han mente at dannelsen av selvbilde bare kunne skje på en indirekte måte, gjennom andres reaksjoner på meg. Det handler om å tre på «utsiden av oss selv» å se oss selv med andres øyne. Mine handlinger utløser persepsjons og vurderingsprosesser hos den andre som finner uttrykk gjennom en reaksjon på min handling som jeg observerer.

Perspektivtaking og rolletaking blir en viktig side ved denne prosessen, man må kunne se seg

selv gjennom andre sine «briller». Det erfaringsmaterialet som brukes for å danne et bildet av meg selv er dermed først og fremst andre sine reaksjoner på meg (Mead 1976).

2.5.3 Selvbildets aspekter

Den amerikanske psykologen Willian James (1842-1910) mener det er to fundamentale aspekter i vårt perspektiv på selvet. Han delte selvet inn i «meg» og «jeg». «Meg» betegnes først og fremst av de kognisjoner og forventninger vi har om oss selv, mens «jeg» er den som aktivt behandler informasjon (James 1890). En slik dualitet på selvaspektet finner man også igjen hos Mead (1967) og hans teorier innenfor symbolsk interaksjonisme. Her beskrives mennesket som på en og samme tid å være et aktivt «subjekt» og et observerende «objekt» Mead (1976) skilte mellom et bevisst selv og et ubevisst selv. Det bevisste og objektive selvet blir til ved at vi observerer andres reaksjoner på oss selv, og lever oss inn i hvordan andre vurderer oss, mens det subjektive og ubevisste selvet er et område vi er mindre i stand til å oppfatte

Menneskets oppfatning av seg selv er altså en bevisst og kognitiv prosess som innebærer hvordan man ser på seg selv, og hvordan man ønsker å være. Rogers (1951) delte selvbildet inn i «selvet» og «idealselvet». Selvet betegnes her for å være et individs subjektive opplevelse av sin egen personlighet, og idealselvet kan betegnes som det bilde individet har av den personene man ønsker å være (Rogers 1951). Han mente menneskets «selv» er et sosialt produkt som utvikles gjennom interpersonale relasjoner, og som arbeider for en indre konsistens. Selvbilde definere han som ens egne tanker og meninger om sitt eget selv. Videre påpeker han at alle mennesker har behov for et positivt selvbilde og arbeider for å oppnå dette.

En annen som deler dette synet er Higgins (1987), hun bygger sin teori om selvdiskrepans på tanken om at mennesket opplever en spesiell fortvilelse når følelsen om hvem en er ikke går overens med ens egne og andres standard eller ønskede konsepter.

2.5.4 Selvdiskrepansteori

Selvdiskrepansteori går ut på at man sammenligner vårt egentlig (reelle) selvbilde med det ideelle eller det ønskelige selvbildet av oss selv. Avstanden mellom vårt reelle og ideale selvbildet er det som betegnes som diskrepan. Disse sammenligningene utgjør et viktig grunnlag for hvordan vi bedømmer våre egenskaper, vår adferd og våre evner opp mot våre

egne og andres mål og ønsker for oss. Higgins har utarbeidet tre ulike områder hvor menneskets selv og selvbilde grovt sett kan deles inn i:

1. Det egentlig selv som er din representasjon av alle de egenskapene som du selv og andre faktisk tror at du er i besittelse av.
2. Det ideelle selv som er representasjonen av de egenskapene du ideelt burde være i besittelse av i følge deg selv og andre. Her inngår også personlige håp og ambisjoner.
3. Det ønskede selv som kan forstås som en representasjon av de egenskapene som du selv og andre faktisk tror at du ønsker å være i besittelse av. Her inngår også plikter og ansvar. (Higgins 1987).

Disse selvbildetyperne baserer seg ikke kun på individets refleksjoner over seg selv, men inneholder også et normativt aspekt ved at andres forventinger til individet spiller en sterk rolle. Med andre ord kan man ikke kun skille mellom hva individet tror om seg selv, man må også fokusere på hva andre mener om individet adferd, verdier og holdninger for å kunne si noe om en persons selvbildet. Higgins mener at selvet bedømmes av individets eget syn på seg selv, og bedømmelser fra signifikante andre (Higgins 1987). Higgins (1987) skriver at en opplevelse av diskrepans mellom reelt selvbilde og ideelt selvbildet er som et indre knyttneveslag mot et individs kognitive konstruksjoner, og vil kunne produsere psykisk lidelse og fortvilelse hos den som opplever det i form av dårlig selvtillit, manglede tro på egen kontroll over måloppnåelse, angst og depresjon.

2.6 Angst

Angst er en internaliserende vanske som er en av de mest utbredte psykiske helseplagene hos ungdom. Grunnen til at vanskene kalles internaliserende er at dette er vansker og mangler som personen opplever ved seg selv i forhold til kropp, følelser og tanker og egenverd.

Når man blir redd har denne redselen en fysiologisk side som innebærer at den sympatiske delen av det autonome nervesystemet umiddelbart aktiveres. En slik aktivering medfører diverse ulike fysiologiske forandringer i kroppen, for eksempel kan hjertet begynne å slå raskere og blodtrykke øke, adrenalintilførselen øker, blodtilførselen til huden minskes, bli tørr i munn o.l. Når faren er over, er det det parasympatiske systemet som skal ta over og virke motsatt slike at de ulike funksjonene i kroppen settes i funksjon igjen. Personer som har lange perioder med redsel kan opparbeide seg et parasympatisk system som ikke virker som

det skal, eller det settes inn i for liten grad. Dette kan lede til betydelige vansker på sikt (Kvalem og Wichstrøm 2007).

I tillegg til den fysiologiske komponenten finnes det en kognitiv og en atferdsmessig komponent. Med den kognitive komponenten menes vurderinger av situasjoner og mulige handlingsalternativer som finnes, og med den atferdsmessige komponenten menes hva man gjør med redselen og hvordan redselen fremviser seg (Kvalem og Wichstrøm 2007). Det brukes å skille mellom to typer redsel, det er redsel som står i forhold til en reell fare, dvs for eksempel frykt. Den andre typen er angst, dvs redsel som ikke står i forhold til den reelle situasjonen. Når denne redselen blir både svært sterk og/eller vedvarende og samtidig går utover skole, jobb, det sosiale livet på en betydelig måte vil det være snakk om en angstforstyrrelse (NHI.NO 2001).

2.6.1 Mobbeofre og angstforstyrrelser

Olweus fant i sine undersøkelser (1974) at mobbeofrene har betydelig mer av frykt og angst enn barn og unge som ikke ble utsatt for mobbing. Når mobbingen foregår over tid vil man få meget mange dårlige erfaringer med bestemte andre personer. Disse negative erfaringene kan i neste omgang føre til at mobbeofferet utvikler frykt for dem. Denne frykten kan spre seg slik at mobbeofferet kjenner sosialt ubehag også ovenfor andre barn og unge, og de kan bli usikre i møte med andre og ikke være i stand til å mestre det sosialt presset skolen skaper (Roland 2007a).

Skolen er en sosial arena der barn og unge forventes å mestre sosial interaksjon med andre. Et vanlig symptom ved angstlidelser er ofte sosial tilbaketrekking og skolevegring. De ønsker egentlig å gå på skolen, men de klarer det ikke. Det er ofte en kombinasjon av flere årsaker som ligger bak skolevegring. De henviser gjerne til fysiske plager som vondt i hodet, vondt i magen, kvalme osv for å slippe å gå på skolen. Det er vanligvis en betydelig angstkomponent i skolevegring. Mange unge som blir mobbet opplever skolehverdagen som spesielt vanskelig, og det kan være de mangelfulle sosiale relasjonene med jevnaldrende som fremkaller angsten (Infobrosjyre Modum Kommune 2011).

2.7 Depresjon

Depresjon er også innenfor kjernen av de internaliserte vanskene. Depresjon kan forringe livskvaliteten og ha innvirkning på utdanning og arbeidsliv så vel som deres nære sosiale relasjoner. Depresjon er hyppige og tildels langvarige problemer som særlig kommer til syne i ungdomstiden, og som har alvorlige følger for den enkelte. Vi har nok alle en eller flere ganger i livet følt at alt går i mot oss, at ingenting nytter, og alt er bønn i bøtta. Dette er imidlertid normalt for de fleste av oss. Problemene oppstår derimot når slike tanker og følelser ikke opphører, men vedvarer over en lengre tidsperiode. Etterhvert vil man kunne ende opp så ulykkelig og nedstemt at man ikke orker å stå opp av sengen eller å snakke med andre mennesker (Kvalem og Wichstrøm 2007).

Symptomer på depresjon kan være mange og kan grupperes på ulikt vis. En ganske vanlig inndeling er som følgende:

- Følelsesmessige symptomer, f.eks i form av å føle seg trist og nedstemt.
- Kognitive symptomer, f.eks vansker med å konsentrere seg eller ha negative tanker om fremtiden og om seg selv.
- Kroppslige symptomer, dette kan f.eks være søvnproblemer i form av at man sover for lite, for mye eller stadig opplever avbrutt søvn.
- Motoriske problemer, at man er treg eller rastløs og ikke finner roen.
- Spiseproblemer
- Suicidale symptomer

(Kvalem og Wichstrøm 2007).

i følge en finsk studie hvor 2540 gutter ble fulgt over flere år viste det seg at de som ble mobbet i tidlig skolealder hadde større risiko for å få psykisk sykdom i tidlig voksen alder. Mobbeoffer hadde høyere sannsynlighet for å utvikle angsttilstander, mens mobberne utviklet i høyere grad enn andre antisosial personlighet, stoffmisbruk, depresjon og angsttilstander. De som rapporterte at de ble mobbet og som samtidig mobbet andre hadde enda høyere risiko for å utvikle antisosial personlighet og angst. Oppfølgingen i voksen alder viste at 30 prosent av de som både mobbet og selv ble mobbet, hadde mentale problemer. Blant de som kun mobbet andre, hadde 18 prosent psykisk sykdom, mens blant mobbeofrene hadde 17 prosent psykisk sykdom. Blant de som verken hadde blitt mobbet eller var mobbere (referansegruppen), hadde ni prosent slik sykdom (NHI.no 2007).

2.8 Oppsummering

Jeg har hittil presentert ulike definisjoner av ordinær og digital mobbing, og vist til hva som ligger til grunn for disse definisjonene. Jeg har pekt på at det finnes mange likhetstrekk mellom ordinær og digital mobbing, blant annet inneholder de fleste definisjonene mange av de samme elementene. Disse elementene inkluderer at atferden må være bevisst og ikke tilfeldig, og følge et viss repeterende mønster. Det som imidlertid skiller digital mobbing fra den tradisjonelle mobbingen er at den utføres ved bruk av digitale verktøy, og at den ikke er knyttet til fysiske settinger. Noe som gjør den digitale mobbingen så spesiell er at mobberen kan opptre anonymt, og utsette offeret 24 timer i døgnet uavhengig av tid og sted. Viktige kilder innen mobbing har vært Roland og Olweus som har utført mye forskning på feltet. Mye av litteraturen om digital mobbing har jeg hentet fra internasjonale kilder, og viktig litteratur har vært Willard (2007), Belsey (2004) og Hinduja og Patchin (2009).

Selvoppfatning er et vidt og komplisert begrep og inneholder mange dimensjoner. I denne delen av teorikapittelet har jeg forklart selvoppfatning som overordnet begrep, der ulike erfaringer på ulike områder har betydning for vår globale eller generelle selvoppfatning. Jeg har også forklart hva som ligger i begrepet selvverd, og sett på noen av selvbildets aspekter. For å gi eksempler på hvordan den sosiale selvoppfatningen kan påvirkes har jeg vist til Mead (1967) og Higgins (1987). Teoridelen avsluttes med en forklaring på hva som ligger i begrepene angst og depresjon, og hvilke symptomer som er vanlig ved disse internaliserende vanskene.

Hovedproblemstillingen min omfatter elevers erfaringer med digital mobbing i forhold til omfang, arena og når mobbingen hovedsakelig har blitt utført. Svarene jeg får på de ulike spørsmålene om digital mobbing, selvoppfatning og psykiske helse vil også være utgangspunkt for å undersøke om den gruppen som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning, og høyere grad av angst og depresjon enn den gruppen som ikke blir utsatt for mobbing.

3 METODE

I denne delen av oppgaven gis en beskrivelse av hvilke metodiske valg som har blitt gjort i denne studien. Det redegjøres for forskningsdesign, utvalg, innsamling av data, måleinstrument og ulike analysemetoder som ble benyttet i undersøkelsen.

3.1 Forskningsdesign

Valg av forskningsmetode i et forskningsprosjekt må bli bestemt ut fra en analyse i forhold til det fenomenet som skal undersøkes, eller de problemstillinger som skal besvares (Ringdal (2007)). Jeg skal kartlegge digital mobbing, og ønsker å se om det er forskjeller mellom to ulike grupper. Dette er analyser som trenger mange respondenter og jeg vil derfor benytte meg av kvantitativ metode. Kvantitative metoder er basert på talldata og kan gi beskrivelser av virkeligheten i tall og tabeller gjennom å registrere sammenliknbar og strukturert informasjon i store utvalg. Et annet alternativ ville være å utføre en kvalitativ studie og intervjuet elever i forhold til deres erfaringer med digital mobbing. En kvalitativ tilnærming ville derimot satt sine grenser for hvor mange elever jeg kunne benyttet meg av i studien. Gjennomføring av intervjuer og transkribering er en tidskrevende prosess, og egner seg derfor ikke på lik linje som kvantitative tilnærminger når man ønsker å undersøke store utvalg.

I min undersøkelse har jeg valgt å benytte meg av et tverrsnittdesign, hvor data registreres en gang for hver analyseenhet og hvor alle målinger skjer i et avgrenset tidsrom. I denne studien har jeg benyttet en spørreundersøkelse (survey) for å samle inn data. En spørreundersøkelse gir muligheter for å gi en statistisk beskrivelse av den populasjonen utvalget er hentet fra. Spørreundersøkelser er godt egnet innenfor kvantitative metoder da man har mulighet til å samle data gjennom en strukturert utspørring av store utvalg. Spørsmålene skal være standardisert, noe som vil si at alle enhetene i utvalget får de samme spørsmålene, stilt på samme måte (Ringdal 2007).

Mobbing er et tema som kan være skremmende og truende å svare ærlig på da det går direkte på ens egen eller andre sin atferd. For å motvirke underrapportering på spørsmål om atferd som respondentene kan oppfatte som truende for sitt eget selv bilde ønsket jeg å benytte et selvutfyllingsskjema. Jeg mener dette er et godt alternativ å benytte nettopp fordi det gir respondentene gode muligheter for å beskytte sin svarsituasjon, og respondentene kan garanteres absolutt anonymitet. Jeg vil likevel ta høyde for at det kan være endel

underrapportering da noen elever kan føle de må redigere svarene i en sosialt ønskelig retning (Ringdal 2007).

3.2 Utvalg

Informantene /respondentene er hentet fra tre ulike ungdomskoler i Norge. I en studie utført av senter for adferdsforskning (SAF) ble det påvist at det forekommer mer mobiltelefonmobbing blant eldre elever enn blant de yngre (Roland 2002). Jeg valgte derfor å utføre mine undersøkelser på ungdomstrinnet. Utvalget består av åtte 10. klasser, og antall respondenter er 141 elever. I utvalget er det 79 jenter, og 58 gutter, 4 respondenter har ikke svart på spørsmålet om kjønn. Elevene er i en alder mellom 15-16 år.

3.3 Innsamling av data

Det finnes totalt seks ungdomsskoler i kommunen, jeg valgte å sende ut brev til tre av dem. De svarte alle ja til å være med på undersøkelsen. Jeg besøkte hver av de enkelte skolene personlig og var selv ansvarlig for å utføre spørreundersøkelsen. På den ene skolen fikk jeg tilgang til samtlige 10. klasser (4 stk) og på de to resterende skolene fikk jeg tilgang til to 10. klasser på hver av dem. Den dagen jeg skulle utføre undersøkelsen på den ene skolen var det flere av elevene som hadde eksamen. Det var derfor rundt 20 elever som ikke kunne delta i undersøkelsen.

Før utfyllingen av spørreskjemaet begynte forklarte jeg elevene litt om digital mobbing og presenterte dem for en definisjon om mobbing. Jeg benyttet meg av et spørreskjema som skulle leses elektronisk så jeg måtte vise elevene hvordan de skulle krysse av, og informere om hvilke retningslinjer de måtte følge. Elevene brukte rundt 15 – 20 minutter på selve utfyllingen. Jeg var tilstede slik at jeg kunne svare på spørsmål, eller forklare ulike problemer som oppstod underveis. Det gjorde det imidlertid ikke. Ved at jeg møtte opp personlig for å utføre undersøkelsen fikk jeg inn alle spørreskjemaene med engang, og slapp dermed en lang parringsprosess.

3.4 Måleinstrumentet

Når jeg skulle utarbeide spørreskjemaet benyttet jeg spørsmål/items er som har blitt brukt tidligere i andre spørreskjema. Grunnen til at jeg ville bruke spørsmål og svaralternativ fra utprøvde spørreskjema er å styrke reliabiliteten og validiteten i undersøkelsen. Flesteparten av spørsmålene og svaralternativene som omhandler mobbing på mobiltelefon og internett er hentet fra senter for adferdsforskning (SAF) sitt spørreskjema om mobbing

“Zero”

Variablene jeg har hentet fra Zero er på ordinalnivå med fem svaralternativer. Spørsmålene fra Zero skal hovedsakelig kartlegge omfanget av elever som har blitt utsatt for digital mobbing, og elever som selv har utsatt andre for mobbing gjennom mobiltelefon eller internett. Eksempel på spørsmål og svaralternativ som er hentet fra zero: Tenk på de siste seks månedene.. Hvor ofte har du mobbet andre via samtaler på mobiltelefonen? Hvor ofte har du blitt mobbet av andre ved at de har skrevet til deg på internett?

Alle spørsmålene svares på en skala fra: "aldri", "sjelden", "2 – 3 ganger i måneden", "omtrent hver uke" eller "omtrent hver dag" (Roland 2007b). Elevene blir registrert som mobbeoffer/plager dersom hun eller han har svart “2-3 ganger i måneden” eller oftere. Ved å velge et kuttpunkt ved 2-3 ganger i måneden får jeg et bredere spekter på omfanget ved at de som mobbes regelmessig også blir inkludert, ikke kun de som mobbes ukentlig. Spørreskjemaet er en del av antimobbeprogrammet som blir kaldt "ZERO" (Roland 2007b).

Trøndelag Forskning og Utvikling.

Variablene som skal kartlegge hvor elevene har erfart digital mobbing (msn, websider, e-post etc), og når mobbingen hovedsakelig har foregått er hentet fra Trøndelag Forskning og Utvikling sitt spørreskjema om digital mobbing. Jeg valgte å bruke samme inndeling i svaralternativene som jeg har gjort på de andre spørsmålene som omhandler digital mobbing fremfor de svaralternativene som er brukt i spørreskjemaet til Trøndelag Forskning og Utvikling. Jeg brukte likt svarformat for å skape orden, og jeg mener de fem svaralternativene; "Aldri", "Sjelden", "2-3 ganger i måneden", "omtrent hver uke" og "omtrent hver dag" gir et oversiktlig bilde over hvor hyppig mobbingen foregår. Eksempler på spørsmål som er hentet fra Trøndelag Forskning og Utvikling:

Hvis du har mobbet andre på mobiltelefon eller internett, hvordan har dette skjedd?

Telefonoppringing via mobiltelefon

SMS

MMS

I chatterom

Via e-post

Via MSN

På websider

Hver av de ulike alternativene svares på en skala fra: "aldri", "sjelden", "2 – 3 ganger i måneden", "omtrent hver uke" eller "omtrent hver dag".

Selvoppfatning

variablene som ble brukt for å måle elevenes selvverd, sosiale selvoppfatning og venns­kapsrelasjoner er hentet fra The Self-Description Questionnaire-II (SDQ-II) som er utarbeidet av Marsh (1990). Dette er skalaer som er mye brukt i forbindelse med å måle ulike sider ved selvoppfatningen. I denne studien har jeg valgt å konsentrere meg om elevenes selvverd, sosiale selvoppfatning og vennestøtte da dette er dimensjoner innenfor selvoppfatningen det er rimelig å anta vil bli påvirket av langvarig mobbing og trakassering. Det er totalt 19 påstander elevene skal svare på om seg selv. 14 av påstandene er positivt formulert, mens 5 påstander er negativt formulert. Når påstanden er positivt ladet vil det si at jo mer positivt elevene tenker om seg selv, jo høyere skåre får de. De påstandene som er negativt formulert blir snudd i SPSS så de passer inn i skalaen for de positivt formulerte påstandene. Eksempler på påstander som er hentet fra The Self-Description Questionnaire-II (SDQ-II: "Jeg godtar meg selv slik jeg er; Det er lett å like meg; Jeg har lett for å få venner". Elevene svarer på en sekspunkts skala fra: "Helt usant", "usant", "litt usant", "litt sant", "sant" og "helt sant".

Plager og problemer

Psykiske problemer ble målt med en modifisert versjon av The Hopkins Symptom Checklist. Her har jeg benyttet meg av 15 påstander som måler elevenes symptomer og plager som først og fremst er vanlige ved depresjon og angst. Desto flere symptomer og plager elevene har, jo høyere skåre får de. Eksempler på påstander som er hentet fra The Hopkins Symptom

Checklist er: "Plutselig redd uten grunn; Følt deg ulykkelig, trist eller deprimer". Elevene svarer på en firepunkts skala der svaralternativene er; "Ikke plaget", "Litt plaget", "Ganske mye plaget" og "Veldig mye plaget".

3.5 Reliabilitet og validitet i datasettet

Reliabilitet og validitet er sentrale begreper i kvalitetssikringen av vitenskapelige studier. Reliabilitet handler om pålitelighet og hvordan datamålingene er utført, og viser til nøyaktigheten i målingene (Ringdal 2007). Validitet handler om gyldighet og om man faktisk måler det man ønsker å måle. En generell måte å vurdere reliabilitet på er en test-retest. Et eksempel på høy reliabilitet er hvis man foretar gjentatte målinger med det samme måleinstrumentet og får de samme resultatene. Dette viser at spørsmålene måler det samme ved gjentatte målinger. Ved å bruke en slik teknikk får man målt graden av samsvar eller korrelasjon mellom gjentatte målinger, det er nettopp korrelasjonen mellom gjentatte målinger som er kjernen i reliabilitetsbegrepet (Ringdal 2007). Grunnet tiden jeg har hatt til rådighet på min mastergradsoppgave har jeg ikke hatt tid eller mulighet til å utføre en slik test-retest. Jeg har derfor valgt å benytte meg av variabler fra standardiserte spørreskjema som har vært mye brukt tidligere og som har fungert, dette for å styrke reliabiliteten.

Reliabiliteten kan påvirkes av tilfeldige målefeil som hvis informantene svarere feil eller det oppstår feil ved den elektroniske dataregistreringen. Mitt mål har da vært å redusere målefeil gjennom prosedyrene for datainnsamlingen. Dette ble gjort ved at jeg forklarte elevene i forkant hvordan de skulle svare på spørsmålene, og forklarte elevene forskjellen på de ulike svaralternativene før undersøkelsen startet. Jeg presiserte også definisjonen av mobbing for elevene i fellesskap. Jeg var tilgjengelig under hele undersøkelsen slik at elevene kunne spørre hvis det var noe de lurte på eller om det var noe som var uklart, dette er også med på å styrke undersøkelsens reliabilitet.

Målefeil ble redusert ved at jeg benyttet meg av et maskinlesbart spørreskjema som senere ble scannet inn på data. Dette styrker reliabiliteten siden jeg slipper de potensielle feilkildene som kan oppstå ved manuell inntasting i SPSS. I mitt tilfelle kan reliabiliteten påvirkes ved at elevene unnlater å svare ærlig på ømfintlige spørsmål som angår deres atferd ved at de vrir svarene i retning av det som er sosialt ønskelig. På denne måten kan det oppstå systematiske målefeil som kan undergrave målingenes validitet.

Validitet handler om vi i faktisk måler det teoretiske begrepet vi ønsker å måle. Høy reliabilitet er en forutsetning for høy validitet, dvs at de dataene som er mest mulig relevante i

forhold til problemstillingen også er de som er mest pålitelige. Validitet innebærer at det resultatet en får i undersøkelsen er et mål som faktisk måler det en ønsker å måle (Ringdal 2007).

3.6 Psykometriske analyser

Faktoranalyse

Faktoranalyse brukes for å måle den indre validiteten av et spørreskjema, eller for å undersøke om de empiriske data bekrefter den forventede faktorstrukturen (Ringdal 2007). Faktoranalyse benyttes for å undersøke om et sett av spørsmål måler et og samme fenomen, eller om det fanger inn flere dimensjoner. Faktorladningene viser korrelasjonene mellom faktorene og variablene. Ved å kjøre en faktoranalyse kan man redusere eller filtrere datamengden gjennom å gruppere påstander som hører sammen.

Faktoranalyse: Selvoppfatning og vennestøtte.

Først kjørte jeg en faktoranalyse over de påstandene som skal undersøke elevenes selvoppfatning og opplevde vennestøtte. Disse påstandene fordelte seg på tre ulike faktorer (vedlegg 3). "Sosial selvoppfatning" (8 items) måler elevenes sosiale situasjon og opplevelse av seg selv i forhold til jevnaldrende. "Selvverd" (fem items) indikerer elevenes generelle syn på seg selv. Påstanden "Jeg er like mye verdt som andre" lader relativt lavt på denne faktoren, og jeg har derfor valgt å ikke fokusere noe mer på denne påstanden. "Ensomhet" (fem items) indikerer om elevene er ensomme eller har mange venner i klassen eller på skolen. To av påstandene: "Jeg har mange venner i klassen" og "jeg kan finne meg en venn i klassen når jeg trenger en" lader på både faktor 1 (sosial selvoppfatning) og faktor 3 (ensomhet). Begge påstandene lader høyere på faktor 1, men jeg velger likevel å bruke dem på faktor 3 siden det bare er tre andre påstander som klart måler ensomhet. Jeg velger å gjøre det slik fordi desto flere items man har på hver faktor, desto sikrere kan man være på at items måler det samme og at en måler det en vil måle.

Faktoranalyse: psykisk helse

Videre kjørte jeg faktoranalyse på de 15 utsagnene som skal måle elevenes grad av plager og problemer. Disse utsagnene fordelte seg på to faktorer (vedlegg 4). Faktor 1 lader på åtte items, denne faktoren kaller jeg heretter "Depresjon". To av itemsene: "Lett for å klandre deg

selv" og "Følt deg ulykkelig, trist eller deprimert" lader både på faktor 1 og 2, men vesentlig høyere på faktor 1 så jeg benytter meg derfor av dem på faktor 1.

Faktor 2 lader på syv items, denne faktoren kaller jeg heretter "Angst". To items: "Følt deg unyttig eller lite verdt" og "Følt håpløshet med tanke på fremtida" lader på både faktor 1 og 2, de lader vesentlig høyere på faktor 2 så jeg har valgt å beholde dem som indikatorer på angst. Faktor 1 betegnes derfor heretter som depresjon og faktor 2 som angst.

Cronbach's Alpha

Etter faktoranalysen har jeg målt skalaens indre konsistens (reliabiliteten) ved å bruke Cronbach's Alpha. Dette er en reliabilitetsanalyse og teknikken bygger på å måle grad av intern konsistens mellom indikatorene som inngår i en indeks. Intern konsistens måles med Cronbachs alfa som er en statistisk størrelse som varierer fra 0 til 1. En indikator har en tilfredsstillende reliabilitet hvis alfa har en høy verdi, denne verdien skal helst være over 0,70. For å sikre en god reliabilitet er det viktig at det er sterk sammenheng mellom indikatorene, og jo flere indikatorer man har jo høyere alfa (Ringdal 2007). Med utgangspunkt i faktorene som måler selvverd, sosial selvoppfatning, ensomhet, angst og depresjon har jeg benyttet Cronbach's Alpha for å måle reliabiliteten.

Cronbach's Alpha: Selvverd, sosial selvoppfatning og ensomhet:

Tabell 1. Cronbach's Alpha: Selvverd, sosial selvoppfatning og ensomhet

Cronbach's Alpha		
	Cronbach's Alpha	N of items
Selvverd	.923	5
Sosial selvoppfatning	.940	8
Ensomhet	.833	5

Resultatene fra selvverd viser en alphaverdi på ,903 med de 6 itemsene som fordelte seg på denne faktoren i faktoranalysen. Imidlertid viser resultatet at Alphaverdien stiger til ,923 hvis jeg ikke bruker påstanden "Jeg er like mye verdt som andre". Jeg velger derfor å ikke benytte meg av denne påstanden for å få høyere intern konsistens.

Resultatene fra sosial selvoppfatning viser en alphaverdi på ,940 med 8 items og resultatene fra ensomhet viser en alphaverdi på ,833 med 5 items (vedlegg 5).

Cronbach's Alpha Depresjon og angst:

Tabell 2. Cronbach's Alpha: Depresjon og angst

Cronbach's Alpha		
	Cronbach's Alpha	N of items
Depresjon	.917	8
Angst	.911	7

Resultatene viser en alphaverdi på ,917 med 8 items på depresjon, og en alphaverdi på ,911 med 7 items på angst (vedlegg 6).

De høye alpha verdiene viser at det er en sterk sammenheng mellom indikatorene, og resultatene er veldig tilfredsstillende. På bakgrunn av faktoranalysen og reliabilitetsanalysen (Cronbach's alpha) har jeg laget sumvariablene "Selvverd", "sosial selvoppfatning", "Ensomhet", "Depresjon" og "Angst".

Sumvariablene

“Selvverd” består av fem items:

“Jeg godtar meg selv slik jeg er”

“Jeg vil helst være slik jeg er”

“Jeg skulle ønske jeg hadde vært annerledes*¹”;

“Jeg liker meg selv slik jeg er”

“Jeg er ofte misfornøyd med meg selv*”

“Sosial selvoppfatning” består av åtte items:

¹ *Snudd variabel

“Det er lett å like meg”

“Det er mange som vil ha meg som venn”

“Jeg er lett å omgås”

“Jeg har lett for å få venner”

“Det er lett for meg å få nye venner på skolen”

“Det er lett å få de andre på skolen til å like meg”

“Jeg er godt likt av de andre i klassen”

“Jeg er godt likt av de andre elevene”

“Ensomhet” består av fem items:

“Jeg blir gående mye for meg selv i friminuttene*²”

“Jeg har ingen å snakke med i klassen*”

“Jeg kan finne meg en venn i klassen når jeg trenger en”

“Jeg har mange venner i klassen”

“Jeg har ingen venner i klassen*”

Depresjon består av åtte items:

“Matthet eller svimmelhet”

“Bekymret deg for mye om ting”

“Følt at alt er et slit”

“Hatt søvnproblemer”

“Lett for å gråte”

“Lett for å klandre deg selv”

“Følt deg ulykkelig, trist eller deprimert”

“Følt deg oppjaget eller anspent”

Angst består av syv items:

² * Snudd variabel

"Følt deg unyttig eller lite verdt"
"Plutselig redd uten grunn"
"Stadig redd eller engstelig"
"Angst eller panikkanfall"
"Føler deg engstelig og redd"
"Nervøsitet, indre uro"
"Følt håpløshet med tanke på fremtiden"

Skjevhet og kurtosis

For å undersøke om fordelingsformen er symmetrisk eller om den er skjev i den ene eller andre retningen, og om den er spiss eller flat, ble det gjennomført en skjevhet og kurtosisanalyse. Skjevhet og kurtosis måler avvik i normalfordelingen. Ved normalfordeling er skjevhet og kurtosis begge lik null (Valås 2006). Skjevhet angir at en undersøker dimensjonene og i hvor stor grad verdiene skiller seg fra gjennomsnittet. Positiv skjevhet indikerer et større antall lave verdier og negativ skjevhet indikerer et større antall høye verdier. Verdier mellom $-1/+1$ betraktes som perfekte, mens verdier mellom $-2/+2$ er akseptable.

Kurtosis angir om verdiene er flate eller har en spiss rundt midten. Hvis kurtosis har verdien 0, betyr det at fordelingen er verken spiss eller flat og at den er normalfordelt. En negativ verdi på kurtosis indikerer en fordeling som er brattere enn normalfordelt, mens en positiv kurtosis indikerer en fordeling som er flatere enn normalfordelt. Verdier mellom $-2/+2$ betegnes som gode og akseptable (Georg og Mallery 2001).

Skjevhet og kurtosis: selvvurd, sosial selvpåfatning og ensomhet

Resultatene (vedlegg 7) viser en negativ skjevhet -0.41 på selvvurd og en negativ skjevhet -0.67 på sosial selvpåfatning. Ensomhet viser en negativ skjevhet på -1.59 . Resultatene fra selvvurd og sosial selvpåfatning viser at fordelingen nesten er normalfordelt da verdiene ligger mellom -1 og $+1$ som betegnes som perfekt. Verdiene for ensomhet er også akseptable da de ligger innenfor -2 og $+2$. Resultatene viser imidlertid også at fordelingene er venstreskjeve og trukket ut mot venstre.

Kurtosis viser om fordelingen har en spiss eller flat fordeling. Analysene viser en negativ kurtosis på $-.83$ på selvvurd, dvs at fordelingen er brattere enn normalfordelt. Videre viser resultatene en positiv kurtosis på $.26$ på sosial selvoppfatning, og positiv kurtosis på 2.15 på ensomhet. Resultatene for selvvurd og sosial selvoppfatning er innenfor grensene av det som er akseptabelt, mens ensomhet på 2.15 er litt over de verdiene som betegnes som gode. Den svært positive kurtosisen sier imidlertid at fordelingsform er svært flat og at skårene ikke er sentrert rundt midtpunktet.

Skjevhet og kurtosis: psykiske problemer

Resultatene (vedlegg 7) viser en positiv skjevhet på $.95$ på depresjon og en positiv skjevhet på 1.82 på angst. Det vil si at disse resultatene er akseptable da de ligger innenfor de gitte grensene for hva som er akseptabelt. Depresjon er perfekt, mens angst har en akseptabel skjevhet.

Resultatene fra kurtosis viser en liten positiv kurtosis på depresjon, 0.05 . Det vil si at fordelingen verken er spiss eller flat men tilnærmet normalfordelt. Videre viser resultatene en sterk positiv kurtosis på 3.13 på angst. Dvs at fordelingen er meget flat og at mange av skårene ligger ute i enden og ikke er sentret rundt midten av kurven. Dette er en verdi som ikke regnes som akseptabel da den ikke er innenfor den akseptable grensen på $-2/+2$.

3.7 Analysemetoder

Alle analysene er gjort på Statistical Package for the Social Sciences 19.0 for Windows. For å måle selvvurd, sosial selvoppfatning og ensomhet hos elevene har jeg hovedsakelig benyttet meg av positivt ladede items. For å teste reliabiliteten har jeg brukt 5 items som er ladet negativt. Før analysene ble gjennomført har jeg snudd verdien på de negativt ladede itemsene i SPSS så de passer inn i skalaen til de positivt ladede itemsene. Eksempler på utsagn som er ladet positivt og negativt:

- Positivt ladet påstand: Jeg vil helst være slik jeg er
- Negativt ladet påstand: Jeg skulle ønske jeg hadde vært annerledes

Når man undersøker vitenskapelige fenomen er det vanlig å bruke blant annet statistikk-tabeller som viser frekvenser, tabellanalyse ved krystabeller, kji-kvadrat som signifikanstest, analyse ved t-test, ANOVA og korrelasjonsanalyser. For å benytte seg av parametriske

statistikk bør imidlertid antallet i den gruppen som skal undersøkes være over 30 ($n > 30$). Elevantallet som rapporterer å bli utsatt for digital mobbing i min undersøkelse er så lavt at det eneste fornuftige er å velge et ikke-parametrisk alternativ. Jeg vil derfor bruke tabeller ved presentasjoner av data, og Mann-Whitney U test ved signifikanstest for å undersøke om de som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning og psykisk helse enn de som ikke blir utsatt for denne type mobbing.

3.8 Parametrisk og ikke-parametrisk statistikk

Hovedforskjellen på parametrisk og ikke-parametrisk statistikk bygger på at det er færre og enklere forutsetninger på ikke-parametrisk statistikk enn parametrisk statistikk. Parametriske tester benytter den fullstendige informasjonen som ligger i kontinuerlige variabler, mens ikke-parametriske teknikker bygger på ranger eller på frekvenstabeller. Parametrisk statistikk blir således mer sårbar for ekstrem verdier av variabler enn ikke-parametriske alternativer. Ikke-parametriske tester har på den andre siden mindre teststyrke enn parametriske alternativer, nettopp fordi man mister mye informasjon ved å bruke ranger, og ikke gjennomsnittet som utgangspunkt. Ikke-parametriske tester er likevel bare litt mindre effektive enn de tilsvarende parametriske testene (Ringdal 2007).

Mann-Whitney U test baserer seg på rang, og er derfor ikke-parametrisk. I praksis bygger testen seg på en antagelse om at gjennomsnittlig rang er omtrent normalfordelt. Denne testen er godt egnet på små utvalg og er et ikke-parametrisk alternativ til t-test. En forutsetning for å bruke Mann-Whitney U test er at det må være uavhengighet både mellom gruppene og innad i gruppen (Pallant 2005).

4 RESULTATER

Elevers erfaring med digital mobbing

- Omfang
- Arena
- Når mobbingen har foregått

4.1 Omfang mobiltelefon

Blitt mobbet via mobiltelefon

Tabell 3. Frekvenstabell for blitt mobbet på mobiltelefon

Mobiltelefon	
Via samtaler	0,7%
Via tekstmeldinger	0,7%
Via bilder eller film	0,7%

Har mobbet via mobiltelefon

Tabell 4. Frekvenstabell for mobbet andre via mobiltelefon

Mobiltelefon	
Via samtaler	2,8%
Via tekstmeldinger	2,1%
Via bilder eller film	0,7%

Det er vesentlig flere som rapporterer å ha mobbet andre via mobiltelefon enn respondenter som rapporterer å bli utsatt for mobbing gjennom mobiltelefon.

Den formen som skiller seg ut som den hyppigste for de som mobber andre ved bruk av mobiltelefon er via samtaler, 2,8% har utført mobbing på denne måten. Tekstmeldinger er den nest vanligste formen ved at 2,1% svarer at de har mobbet andre på denne måten.

4.1.1 Omfang internett

Blitt mobbet på internett.

3,5% av elevene svarer at de har blitt mobbet ved at noen har skrevet til dem på internett. Dette er klart den hyppigste formen mine respondenter har erfart å bli mobbet på ved bruk av internett. 1,4% har opplevd at noen har lagt ut tekst eller bilder om dem. Det er derimot ingen som har opplevd at det har blitt lagt ut film om dem (Se tabell 3).

Tabell 5. Frekvenstabell for blitt mobbe på internett

Internett	
Ved å skrive til dem	3,5%
Ved å legge ut tekst	1,4%
Ved å legge ut bilder	1,4%
Ved å legge ut film	0%

Har mobbet på internett.

Tabell 6. Frekvenstabell for mobbet andre på internett

Internett	
Ved å skrive til dem	1,4%
Ved å legge ut tekst	0%
Ved å legge ut bilder	0%
Ved å legge ut film	0%

Mobbing på internett viser er annen situasjon enn ved mobiltelefon. Under resultatene for mobiltelefon (tabell 3 og 4) ser vi at veldig få rapporterer å bli utsatt for mobbing, mens langt flere rapporterer å utsette andre for mobbing via mobiltelefon. Resultatene for internett viser imidlertid at vesentlig flere rapporterer å bli utsatt for mobbing på internett, mens de som rapporterer å mobbe andre på internett er i stort mindretall. Kun 1,4% av elevene svarer de har mobbet andre ved å skrive til dem på internett. Det er altså ingen som har mobbet andre ved å legge ut tekst, bilder eller film om andre på internett.

Siden ingen har registrert eller erfart mobbing ved bruk av film/video har jeg valgt å ikke bruke dette spørsmålet når jeg har laget sumvariabler for å få en totaloversikt over hvor mange som blir mobbet og mobber andre.

4.1.2 Totalomfang mobiltelefon og internett

Blitt mobbet på mobiltelefon og internett

Tabell 7. Frekvenstabell for blitt mobbet på mobiltelefon og internett

Antall elever som er blitt mobbet på mobiltelefon og internett			
	Mobiltelefon	Internett	Total
Har ikke blitt mobbet	139	136	135
Blitt mobbet	1	4	5
Total	140	140	140

Det er kun en av elevene i min undersøkelse som rapporterer å ha blitt mobbet på mobiltelefon, mens 139 svarer de ikke har blitt mobbet på denne måten.

Fire elever hevder å ha blitt mobbet på internett, mens 136 elever rapporterer å ikke ha blitt utsatt for mobbing på internett. Dvs fem av elevene i min undersøkelse rapporterer å være utsatt for digital mobbing via både mobiltelefon og internett.

Har mobbet på mobiltelefon og internett

Tabell 8. Frekvenstabell for har mobbet andre på mobiltelefon og internett

Antall elever som har mobbet andre på mobiltelefon og internett			
	Mobiltelefon	Internett	Total
Har ikke mobbet	136	140	136
Har mobbet	4	0	4
Total	140	140	140

Ingen av mine respondenter hevder å ha utsatt andre for digital mobbing ved å bruke internett, mens fire elever rapporterer å ha utsatt andre for digital mobbing via mobiltelefon.

Disse resultatene viser at internett er den klart hyppigste formen elevene rapporterer å bli mobbet på, mens mobiltelefon er den formen som brukes hyppigst for å mobbe andre.

4.2 På hvilken arena har elevene erfart mobbing

Hvor har elevene blitt utsatt for mobbing?

Tabell 9. Frekvenstabell over hvor elevene har blitt mobbet.

Hvordan har du blitt mobbet av andre på mobiltelefon eller internett?	
Telefonoppringing via mobiltelefon	1,4%
SMS	0,7%
MMS	0%
Chatterom	2,1%
Via e-post	2,1
MSN	1,4%
Websider (Blogg, facebook o.l)	2,8%

Hvor har elevene utført mobbing?

Tabell 10. Frekvenstabell over hvor elevene har mobbet andre.

Hvordan har du mobbet andre på mobiltelefon eller internett?	
Telefonoppringing via mobiltelefon	0,7%
SMS	0%
MMS	0%
Chatterom	1,4%
Via e-post	0%
MSN	0,7%
Websider (Blogg, facebook o.l)	2,8%

2,8% rapporterer at de har blitt mobbet, eller mobbet andre via Websider på internett. Dette gjør websider til den formen som klart utmerker seg både for å bli mobbet og mobbe andre. For de som rapporterer å bli mobbet er chatterom og e-post den nest vanligste formen. Chatterom er også den nest vanligste formen (1,4%) for de som rapporterer å mobbe andre.

Det er derimot ingen som rapporterer å bli mobbet via MMS og kun 0,7% som rapporterer å ha blitt mobbet på SMS. Dette samsvarer med resultatene ovenfor over omfanget av de som har blitt mobbet ved bruk av mobiltelefon (tabell 5), der kun en hevder å ha blitt mobbet ved bruk av mobiltelefon, mens fire elever rapporterer å bli utsatt for mobbing på internett. Ut fra disse resultatene kan det virke som internett med chatterom, e-post, MSN og Websider er de formene som flest blir utsatt for digital mobbing på, samt flest bruker for å utsette andre for digital mobbing.

4.3 Når har mobbingen hovedsakelig foregått

Når på døgnet har elevene hovedsakelig blitt mobbet?

Tabell 11. Frekvenstabell over når mobbingen har funnet sted

Når har du hovedsakelig blitt mobbet?	
I skoletiden	3,6%
På ettermiddagen	8%
Om kvelden	9,4%
Om natten	1,4%
Vet ikke	2,2%
Har ikke blitt mobbet	75,4%
Total	100%

3,6% svarer at de har blitt mobbet i skoletiden, mens flesteparten rapporterer at mobbingen hovedsakelig har foregått på ettermiddagen (8%) og om kvelden (9,4%).

Når på døgnet har elevene hovedsakelig utsatt andre for mobbing?

Tabell 12. Frekvenstabell over når mobbingen har blitt utført.

Når har du hovedsakelig mobbet andre?	
I skoletiden	0,7%
På ettermiddagen	5%
Om kvelden	5%
Om natten	1,4%
Har ikke blitt mobbet	87,8%
Total	100%

Kun 0,7% rapporterer at de har utført mobbing i skoletiden, mens 10% hevder at mobbingen hovedsakelig skjer på ettermiddagen (5%) og om kvelden (5%). På spørsmål om hvor ofte

elvene er på internett på skolen, hjemme og andre steder svarer 64,7% av elevene at de er på internett på skolen omtrent hver dag. Til sammenligning svarer 92,1% av elevene at de er på internett hjemme omtrent hver dag. Antallet elever som er på internett hver dag hjemme er altså langt høyere enn de som bruker internett hver dag på skolen. Dette kan tilskrives noe av grunnen for at den digitale mobbingen er mest fremtredende utenom skoletiden.

4.4 Hypotesene

For å undersøke om det finnes mulige konsekvenser i form av lavere selvoppfatning og psykisk helse for de som blir mobbet har jeg utformet to hypoteser:

- Hypotese 1: Elever som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning enn de som ikke blir utsatt for digital mobbing..
- Hypotese 2: Elever som blir utsatt for digital mobbing har høyere grad av angst og depresjon enn elever som ikke blir utsatt for digital mobbing?

For å få svar på hypotesene mine og undersøke om det finnes forskjeller i selvoppfatningen og psykisk helse hos den gruppen som blir mobbet og den gruppen som ikke blir mobbet har jeg valgt å benytte meg av Mann-Whitney U test for to uavhengige utvalg. Denne testen sier noe om forskjellene i rankene elevene har skåret og kan fortelle oss noe om forskjellene er signifikante eller ikke. Hvis en får en signifikansverdi som er mindre enn 0,05, sier en at nullhypotesen om at det ikke er forskjell mellom gruppene forkastes, og man konkluderer med at det er forskjell blant svargruppene. Hvis en derimot får en signifikansverdi som er over 0,05, må man forkaste forskningshypotesen om at det er forskjell og beholde nullhypotesen. Dette vil bety at det ikke er signifikante forskjeller mellom de gruppene som er blitt testet.

4.4.1 Mann-Whitney U test: Selvoppfatning

Hypotesen jeg belyser her er: *Elever som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning enn de som ikke blir utsatt for digital mobbing*

Tabell 13. Mann-Whitney U test: Selvoppfatning.

Mann-Whitney U test		
	Z value	P (Probability)
Selvverd	- 1.50	.132
Sosial selvoppfatning	- 1.19	.235
Ensomhet	- .09	.928

Sumvariablene selvverd, sosial selvoppfatning og ensomhet er positivt formulert, og høye skårverdier hos elevene viser høyere grad av selvoppfatning.

Resultatene fra Mann-Whitney U test viser at det ikke er noen signifikante forskjeller i skåreverdiene på selvverd, sosial selvoppfatning og ensomhet for den gruppen som blir utsatt for digital mobbing og den gruppen som ikke har blitt mobbet. Hypotesen om at elever som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning enn de som ikke blir mobbet må derfor forkastes, og man kan ikke si at det finnes signifikante forskjeller mellom de to gruppene.

4.4.2 Mann-Whitney U test: Psykisk helse

Hypotesen jeg belyser her er: *Elever som blir utsatt for digital mobbing har høyere grad av angst og depresjon enn elever som ikke blir utsatt for digital mobbing.*

Tabell 14. Mann-Whitney U test: Psykisk helse.

Mann-Whitney U test		
	Z value	P (Probability)
Depresjon	- 2.01	.044*
Angst	- .06	.063

* signifikant på .05 nivået

Sumvariablene angst og depresjon består av ulike utsagn om plager og problemer som er typisk for depresjon og angst. Jo høyere grad av plager og problemer elevene har, jo høyere skåre vil de oppnå.

Resultatene fra Mann-Whitney U test viser at finnes signifikante forskjeller i skåreverdiene på depresjon hos de som har blitt mobbet og de som ikke har blitt mobbet. Signifikansverdien på .044 bekrefter derfor hypotesen om at elever som blir utsatt for digital mobbing har høyere grad av depresjon enn de som ikke har blitt mobbet.

Resultatene viser videre at det derimot ikke finnes noen signifikante forskjeller i skåreverdiene på angst hos de som blir mobbet og de som ikke blir mobbet ved en signifikansverdi på .063. Hypotesen om at elever som blir mobbet har høyere grad av angst enn de som ikke blir mobbet må derfor forkastes, og man kan ikke si at det finnes signifikante forskjeller mellom de to gruppene.

5 DISKUSJON

Problemstillingen min omhandler elevers erfaringer med digital mobbing, og mulige konsekvenser dette kan ha for elevenes selvoppfatning og psykiske helse. På bakgrunn av tidligere forskning utarbeidet jeg to hypoteser om at elever som blir utsatt for digital mobbing har lavere selvoppfatning, og høyere grad av angst og depresjon enn sine medelever som ikke blir utsatt for digital mobbing.

For å undersøke problemstillingen har jeg samlet inn data fra 141 elever i åtte 10. klasser, og redegjort for deres erfaringer med digital mobbing, samt utført to Mann-Whitney U tester for å sammenligne skårene til de to gruppene i forhold til sumvariablene selvverd, sosial selvoppfatning, ensomhet, depresjon og angst.

5.1 Mobbingens konsekvenser for selvoppfatningen

Flere undersøkelser i Norge og i utlandet viser at mobbeofrene har et betydelig lavere selvbildet enn gjennomsnittet (Olweus 1992, Greiff 2005). Selvoppfatningen formes i stor grad av hvordan jevnaldrende oppfører seg mot en, og gjentatte negative handlinger vil direkte eller indirekte sende en melding om at man er lite verd. Over tid vil det være vesentlig å anta at en person gradvis begynner å tro at meldingene er riktige. Lavt selvverd merkes, og plagerne vet å utnytte det de ser. Roland (2007a) hevder også med stor sikkerhet at lavt selvverd er en risikofaktor for en debut som mobbeoffer. I min studie ble det ikke funnet noen signifikante forskjeller på selvverd, sosial selvoppfatning eller ensomhet. Likevel tyder rådata på at de som blir utsatt for mobbing skårer noe lavere enn gjennomsnittet på selvverd, sosial selvoppfatning og ensomhet sammenlignet med den gruppen som ikke rapporterer å bli mobbet. En som blir mobbet må forholde seg til at han eller hun ikke er sosialt akseptert over lengre tid, og hvis man tar utgangspunkt i Mead sin speilingsteori er det derfor naturlig å tro at det først og fremst er den sosiale selvoppfatning som påvirkes hos barn og unge som blir mobbet (Greiff 2005). På den andre siden har de som blir mobbet mest sannsynlig havnet ufrivillig i den situasjonene de befinner seg i, og det er derfor rimelig å anta at de skulle ønske sin sosiale situasjon hadde vært annerledes, med andre ord opplever de en diskrepans mellom reell og ønsket situasjon.

5.2 Mobbingens konsekvenser for psykisk helse

Lavt selvvverd er en subjektiv ubehagelig tilstand og kan derfor få store konsekvenser for vår mentale helse. Skaalvik (1989) fant i sin undersøkelse at personer med lavt selvvverd har flere symptomer på sviktende mental helse sammenliknet med andre grupper. Dette kan vise seg som psykosomatiske symptomer, depresjon, angst og stress. Resultatene mine viser at det er signifikante forskjeller i graden av depresjon hos den gruppen som blir utsatt for mobbing og den gruppen som ikke blir utsatt. Rådata tyder også på at den utsatte gruppen skårer noe over gjennomsnittet på angst, men ikke nok til å si at det er signifikante forskjeller mellom de to gruppene. Roland (2002) fant i sin landsdekkende undersøkelse på ungdomsskolen at mobbeofrene er langt mer preget av depresjon enn andre elever. Ifølge hans undersøkelse svarte 16 % av mobbeofrene at de hadde hyppige selvmordstanker. Blant de andre elevene som ikke rapporterte å bli mobbet var tilsvarende tall 3-4%. Plagerne skåret også høyere enn nøytrale elever på depressive symptomer.

5.3 Få blir utsatt og utsetter andre for digital mobbing

Det er svært få som rapportere å ha blitt utsatt for digital mobbing i min undersøkelse, samtidig er det få som rapportere å mobbe andre på denne måten. Det lave antallet som hevder å bli mobbet eller mobber andre er litt overraskende, men selvfølgelig veldig gledelige lesing. Målet er tross alt at færrest mulig skal bli utsatt for nedverdiggende og sårende handlinger, og at færrest mulig skal påføre andre slike handlinger.

Jeg utførte mine undersøkelser på tre forskjellige skoler, hvor to av skolene ikke arbeidet spesielt i forhold til digital kompetanse. På den siste skolen derimot var digital kompetanse et stort satsningsområde. Det var på denne skolen jeg utførte undersøkelsen i fire klasser, altså opp mot halvparten av mine respondenter gikk på denne skolen. Det kan bidra til det lave antallet som rapporterer mobbing i min undersøkelse da disse elevene muligens har dypere kunnskaper om digitale medier og nettvett.

Jeg må ta høyde for at det finnes en del underrapportering i min studie da mobbing er et sensitivt og følsomt tema å undersøke. Det er ikke uten videre sagt at de som mobber andre innrømmer dette da man innerst inne vet at det er galt og ikke sosialt akseptert. Det samme gjelder for de som blir utsatt, det kan være vanskelig å innrømme både ovenfor seg selv og andre at man blir utsatt for mobbing, nettopp fordi det går på ens personlighet og sosiale posisjon. Som tidligere nevnt i teoridelen beskrives diskrepans som avstanden mellom sitt

reelle og ideelle selvbildet. Personer som blir mobbet vil kunne oppleve dårlig selvtilit og manglete tro på egen sosial kontroll. Selvdiskrepansteorien statuerer at mennesker opplever frustrasjon når de mottar sosial feedback som ikke går overens med deres selvkonsept og personlige standarder. Hvis tilfellet er at det er for stor avstand mellom reelt og ideelt selvbildet kan det skape en motivasjon for å minske denne avstanden mellom det egentlig selv og det ideelle selvbildet (Higgins 1987). Med utgangspunkt i denne teorien kan man tenke seg at rollen som offer garantert ikke inngår som en del av et menneskes håp, forventninger og ambisjoner for seg selv og opplever seg selv annerledes enn sine idealer og ønsker. De som blir utsatt for mobbing vil på bakgrunn av dette kanskje ha behov for å forsvare den situasjonen de befinner seg i for seg selv, og andre. Dette kan resultere i at offeret ofte benekter at det utsettes for nedlatende handlinger eller totalt legger skylden på seg selv for overgrepene. Dette kan være en strategi for å bevare sin selvrespekt, og for å føle en viss grad av kontroll over situasjonen.

5.4 Digital mobbing i media

De siste årene har digital mobbing blitt mye omtalt i media. Både aviser og nyhetssendinger på tv har hatt store oppslag og skremmende reportasjer om hvordan digital mobbing har utviklet seg til et nytt mobbephenomen, og påvirket uskyldig barn og unge i negativ forstand. Den store media oppmerksomheten førte imidlertid til at folk for alvor fikk øyne opp for digital mobbing.

Røde Kors, Barnevakten, Telenor og Medietilsynet gikk i 2008 sammen om en felles front mot digital mobbing gjennom "Bruk Hue"-kampanjen. Kampanjen har hittil besøkt over 100 ungdomskoler over hele landet og vært i direkte kontakt med cirka 15.000 elever og 7000 foreldre siden oppstarten i 2008. En rapport fra Telenor i september 2010 viser at kampanjen har vært veldig virksom for å redusere den digitale mobbingen, og at omfanget av digital mobbing har gått ned de to siste årene. 20 prosent av norske barn mellom 10 – 15 år sier de kjenner til "Bruk Hue"-kampanjen. Disse tallene tilsvarer 75.000 barn. Av disse sier hele 45 prosent, eller 34.000 barn, at "Bruk Hue"-kampanjen har gjort dem bedre rustet til å håndtere eventuelle situasjoner knyttet til digital mobbing. En stor andel sier også at de har endret sin digitale adferd etter de har deltatt i kampanjen (Telenor 2010).

Olweus sier til BT.no at digital mobbing er veldig overdrevet og oppblåste tall. Han hevder at undersøkelser som viser at 10-20 prosent blir digitalt mobbet er «useriøse målinger», der det ofte har blitt stilt dårlige spørsmål. Når det har blitt utført undersøkelser

som måler tradisjonell mobbing og digital mobbing er funnene gang på gang at det å bli utsatt for digital mobbing er mye mindre vanlig enn tradisjonell mobbing. Ved gjentatte store undersøkelser svarer 10 – 11 prosent at de blir utsatt for tradisjonell mobbing, mens kun 2-3 prosent rapporterer å bli utsatt for digital mobbing. Nivået av digital mobbing er ofte kun en tredjedel av nivået i forhold til tradisjonelle former for mobbing. Olweus hevder videre at de fleste elever, ca 85-90% av de som blir mobbet eller mobber digitalt også blir mobbet eller mobber andre på tradisjonelt måter (BT.no 2010).

6 AVSLUTTENDE ORD

Det er blitt gjort forholdsvis lite forskning på digital mobbing i Norge frem til i dag. I løpet av de siste årene hvor digital mobbing har vært et hyppig tema i medier har imidlertid temaet fått større oppmerksomhet, og det arbeides i høyere grad for å kartlegge omfang og ulike former som er typisk for digital mobbing, samt undersøke hvordan mobbingen påvirker de som blir utsatt for dette.

Resultatene fra min undersøkelse var overraskende lave. Det var kun en liten gruppe på fem elever som responderte å bli mobbet digitalt via mobiltelefon og internett. Videre var det veldig få som rapporterte at de hadde utsatt andre for mobbing. Resultatene mine viste at flest ble mobbet på internett, mens mobiltelefon var den formen flest brukte for å mobbe andre. Websider, chatterom og e-post var de formene flest hadde registrert digital mobbing på, både som ofre og mobbere. Elevens erfaringer med digital mobbing viste også at det meste av mobbingen hovedsakelig skjer på ettermiddagen/kvelden, kun 3,6% hadde opplevd å bli mobbet i skoletiden, mens 0,7% rapporterte å ha mobbet andre mens de var på skolen.

Resultatene fra Mann-Whitney U test viste at det ikke fantes noen signifikante forskjeller på selvværd, sosial selvpåfatning, ensomhet og angst hos de som ble mobbet sammenlignet med den gruppen som ikke ble mobbet. Videre viste testen at det var signifikante forskjeller på depresjon hos de to gruppene. Hypotesen om at elever som blir mobbet har høyere grad av depresjon ble derved bekreftet ved en signifikansverdi på .044.

Den gruppen som ble mobbet inneholder veldig få respondenter, det er derfor vanskelig å si om resultatene fra denne studien er reelle eller ikke. For å få et klarere svar på dette burde antallet i gruppen vært langt større, da kunne man også benytte andre og flere signifikanstester. Det kunne imidlertid vært spennende å samle inn flere data for å se om antallet hadde økt, eller om omfanget fortsatt hadde forholdt seg like lavt. Grunnet tiden jeg har hatt til rådighet på denne masteroppgaven, og at det er ganske tidskrevende å finne informanter og gjennomføre flere undersøkelser har jeg ikke hatt tid til å samle inn flere data. Det lave antallet er overraskende, men jeg vil likevel avslutte med å si at funnene mine er veldig gledelig overraskende, og jeg håper de tallene jeg presenterer i denne oppgaven virkelig stemmer overens med virkeligheten.

LITTERATURLISTE

Adresseavisen (2005). *Misfornøyd med lærerens nettvett*. [internett]. Tilgjengelig fra:
<http://www.adressa.no/forbruker/digital/article555661.ece> [lese 18.05.11].

Anti-Bullying Alliance by Goldsmiths College, University of London (2003). *Don't suffer in silence*. [Internett]. Tilgjengelig fra:
<http://www.swlauriersb.qc.ca/english/edservices/pedresources/bullying/02.pdf> [lese 02.04.11].

Barnevakten (2011). Mobbing på nett sårer mest. [Internett]. Tilgjengelig fra:
<http://www.barnevakten.no/article/841> [lese 15.05.11].

Belsey, B. (2004). Cyberbullying. [Internett]. Tilgjengelig fra:
<http://www.cyberbullying.ca/> [Lese: 15.03.11].

Bt.no (2010). *Digital mobbing overdrevet*. [Internett]. Tilgjengelig fra:
<http://www.bt.no/nyheter/innenriks/--Digital-mobbing-overdrevet-1785204.html> [Lese: 11.06.11].

Georg, D. og Mallery, P. (2001). *SPSS for Windows. Step by step. A simple guide and reference. 10.0 update*. Boston, Pearson Allyn og Bacon

Greiff, P. (2005). *Mobbing, selvoppfatning og psykisk helse. Teoretisk gjennomgang og resultater fra en undersøkelse i Namdalen blant elever i 6. og 9. klasse høsten 2002*. Trondheim, NTNU.

Higgins, E. T (1987). *Self-discrepancy: A theory relating self and affect*. Psychological Review s. 319-340.

Hinduja, S. og Justin W. Patchin (2009). *Bullying beyond the schoolyard. Preventing and responding to cyberbullying*. USA, Corwin Press.

James, W (1890). *The principles of psychology*. Macmillian. London

Kvalem, I. og Lars Wichstrøm. (2007). *Ung i Norge: psykososiale utfordringer*. Oslo, Cappelen akademiske forlag

Marsh, H. W (1990). *Self Description Questionnaire (SDQ) II: A theoretical and empirical basis for the measurement of multiple dimensions and adolescent self-concept: An interim test manual and a research monograph*. San Antonio, The Psychological Corporation.

Mead, G. H (1967). *Mind, self & Society: From the standpoint of a social behaviorist*. Chicago og London, The University of Chicago Press.

Mead, H. G (1976). *Medvetandet jaget och samhället: från socialbehavioristisk ståndpunkt*. Lund, Arogs

Modum kommune (2011). *Når skolefravær bekymrer oss - hva gjør vi? En infobrosjyre til foreldre i Modum Kommune*. Modum Kommune. [Internett]. Tilgjengelig fra <http://img5.custompublish.com/getfile.php/1515036.1385.sqbxcbuwwd/Infobrosjyre+skolefrav%C3%A6r.pdf?return=enger.skole.custompublish.com> [lese 11.05. 11].

NHI.no (2001). *Angst*. [Internett]. Tilgjengelig fra: <http://nhi.no/foreldre-og-barn/ungdom/symptomer/angst-3075.html> [lese 16.04.11].

NHI.no (2007). *Mobbing som barn gir psykiske problemer som voksen*. [Internett]. Tilgjengelig fra: <http://nhi.no/livsstil-og-helse/mobbing-gir-psykiske-problemer-26021.html> [lest 18.05.11]

Olweus, D. (1974). *Hakkekyllinger og skolebøller. Forskning om skolemobbing*. Oslo, Cappelen.

Olweus, D. (1992). *Mobbing i skolen. Hva vi vet og hva vi kan gjøre*. Oslo, Gyldendal Norsk Forlag.

Pallant, J. (2005). *SPSS survival manual*. New York, Open University Press,

- Ringdal, K. (2007). *Enhet og mangfold: Samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitative metode*. 2 utg. Bergen, Fagbokforlaget.
- Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications, and theory*. London, Constable.
- Roland, E. (1983). *Mobbing på skolen*. [Stavanger].
- Roland, E. (2002a). *Bullying depressive symptoms and suicidal thought*. Educational Research (44), s. 55 – 67.
- Roland, E. (2002b). *Mobbing gjennom mobiltelefon*. 3. utg. Oslo, Spesialpedagogikk.
- Roland, E. (2007a). *Mobbingens psykologi. Hva kan skolen gjøre?* Oslo, Universitetsforlaget.
- Roland, E. (2007b). *Zero. Skoleundersøking om mobbing. Elevskjema*. Universitetet i Stavanger, Senter for adferdsforskning.
- Roland, E. (2008). *MOBBING I GRUNNSKOLEN 2004-2008*. Universitetet i Stavanger, Senter for adferdsforskning. [Internett]. Tilgjengelig fra: http://ansatt.uis.no/getfile.php/Nyhetsvedlegg/Mobbetrender_des08.pdf [Lese: 16.05.11].
- Skaalvik, E. M (1989). *Verdier, selvoppfatning og mental helse. En undersøkelse blant elever i videregående skole*. Trondheim, Tapir.
- Skaalvik, E.M og S. Skaalvik (2005). *Skolen som læringsarena. Selvoppfatning, motivasjon og læring*. 2 utg. Oslo, Universitetsforlaget.
- Telenor (2010). *Nedgang i digital mobbing blant barn og unge*. [Internett]. Tilgjengelig fra: <http://www.telenor.com/no/nyheter-og-media/pressemeldinger/2010/nedgang-i-digital-mobbing-blant-barn-og-unge> [Lese 05.06.2011].
- Thomsen, D. Arora, T. Og Sharp, S. (2002). *Bullying, effective strategies for long-term improvement*. New York, RoutledgeFalmer

Utdanningsdirektoratet (2-2010). Retten til et godt psykososialt miljø etter opplæringsloven kapittel 9a. [Internett]. Tilgjengelig fra:

<http://www.udir.no/Rundskriv/Rundskriv-2010/Udir-2-2010---Retten-til-et-godt-psykososialt-miljo-etter-opplaringsloven-kapittel-9a/> [Lese 11.02.11].

Valås, H. (2006). *Elementær statistikk*. Trondheim, Tapir Akademiske forlag, Kompendieforlaget.

Willard, N. (2007). *Cyberbullying and cyberthreats. Responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Illinois, Research Press.

VEDLEGG 1. Brev til skolene



Trondheim 17.03.2011

FORSKNINGSPROSJEKT OM DIGITAL MOBBING

Mitt navn er Lisbeth Haugerud, og jeg er mastergradsstudent ved NTNU/pedagogisk institutt i Trondheim. I min mastergradsoppgave skal jeg studere elevers erfaringer med digital mobbing, og mulige konsekvenser dette kan ha for elevenes helse. I den forbindelse ønsker jeg å invitere alle 10. klasse elever ved Deres skole til å delta i dette prosjektet.

Selve deltakelsen vil omfatte å fylle ut et spørreskjema som vil ta omtrent en skoletime. Jeg vil selv kopiere alle spørreskjema, og vil også være tilstede for å gjennomføres selve spørreundersøkelsen. På denne måten håper jeg det vil bety minimalt med arbeid for skolen. Det er frivillig å delta i undersøkelsen, og elevene kan underveis velge å trekke seg fra deltakelse. Alle data blir anonymisert slik at det ikke vil være mulig å igjenkjenne verken elev eller skole.

Prosjektet er rapportert inn til Norsk Samfunnsvitenskapelig datatjeneste, i tråd med etiske krav og retningslinjer for forskning.

Dersom Dere har behov for ytterligere informasjon, vennligst ta kontakt med undertegnede eller med min veileder Anne Torhild Klomsten, Pedagogisk institutt, NTNU
annetk@svt.ntnu.no.

Jeg ser fram til å høre fra Dere.

Mvh

Lisbeth Haugerud
mastergradsstudent
Pedagogisk institutt NTNU

SPØRRESKJEMA OM DIGITAL MOBBING

Formålet med denne undersøkelsen er å finne ut mer om elevers erfaringer med digital mobbing, og konsekvensene dette kan ha for selvoppfatning og psykisk helse. Resultatene fra undersøkelsen vil bli brukt i min mastergradsoppgave ved Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU).

Det er frivillig å delta i undersøkelsen, og alle som deltar er anonyme. Skriv ikke navn på skjemaet. Resultatene vil bli presentert slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Når du har levert inn skjemaet, vil det ikke være mulig å trekke seg fra undersøkelsen.

Det er viktig for kvaliteten på undersøkelsen at du svarer ærlig og nøyaktig på spørsmålene. Om du ikke finner et svaralternativ som passer 100%, velger du det som ligger nærmest.

Takk for at du er villig til å delta i undersøkelsen!

Lisbeth Haugerud
mastergradsstudent

Anne Torhild Klomsten
førsteamanuensis, veileder



LES DETTE FØR DU STARTER!	Skjemaet skal leses maskinelt. Følg derfor disse reglene: <ul style="list-style-type: none">• <i>Bruk svart/blå kulepenn. Skriv tydelig, og ikke utenfor feltene. Kryss av slik: <input checked="" type="checkbox"/>.</i>• <i>Feilkryssing annulleres ved å overstryke krysset så hele feltet fylles med farge.</i>• <i>Sett bare ett kryss på hvert spørsmål om ikke annet er oppgitt.</i>
--	---

Ditt kjønn: ⇒ Jente ¹ Gutt..... ²

DEFINISJON AV MOBBING: Vi kaller det mobbing når en eller flere (sammen) er uvennlige og ubehagelige mot en annen, og når dette gjentar seg over tid. Det kan dreie seg om trakassering, plaging, utfrysing, sårende erting, usynliggjøring el.l. Det er også mobbing når noen blir mye ertet eller utestengt av de andre. Det er typisk for situasjonen at den som blir mobbet ikke kan forsvare seg.

A. BRUK AV MOBILTELEFON PÅ SKOLEN, HJEMME OG ANDRE STEDER

	Aldri 1	Omtrent hver uke 2	Omtrent hver dag 3	Flere ganger om dagen 4	
1. Hvor ofte bruker du mobiltelefon? ⇒	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2. Tenk på de siste seks månedene. Hvor ofte har du mobbet andre ...			2-3 ganger i måneden 3	Omtrent hver uke 4	Omtrent hver dag 5
1. ... gjennom samtaler på mobiltelefonen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... med tekstmeldinger på mobiltelefonen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... ved å sende bilder eller film på mobiltelefonen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Tenk på de siste seks månedene. Hvor ofte har du blitt mobbet av andre ...

	Aldri 1	Sjelden 2	2-3 ganger i måneden 3	Omtrent hver uke 4	Omtrent hver dag 5
1. ... gjennom samtaler på mobiltelefonen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... med tekstmeldinger på mobiltelefonen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... ved at du har fått bilder eller film på mobiltelefonen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

B. BRUK AV INTERNETT, INKL. E-POST, CHAT, FACEBOOK, HJEMMESIDER OG ANNET

1. Hvor ofte er du inne på Internett ...

	Aldri 1	Sjelden 2	2-3 ganger i måneden 3	Omtrent hver uke 4	Omtrent hver dag 5
1. ... når du er på skolen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... når du er hjemme?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... når du er andre steder?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Tenk på de siste seks månedene. Hvor ofte har du mobbet andre på Internett ...

	Aldri 1	Sjelden 2	2-3 ganger i måneden 3	Omtrent hver uke 4	Omtrent hver dag 5
1. ... ved å skrive til dem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... ved å legge ut tekst om dem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... ved å legge ut bilder om dem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ... ved å legge ut film om dem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Tenk på de siste seks månedene. Hvor ofte har du blitt mobbet av andre på Internett ...

	Aldri 1	Sjelden 2	2-3 ganger i måneden 3	Omtrent hver uke 4	Omtrent hver dag 5
1. ... ved at de har skrevet til deg?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. ... ved at de har lagt ut tekst om deg?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. ... ved at de har lagt ut bilder om deg?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. ... ved at de har lagt ut film om deg?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

C. HVOR OG NÅR HAR MOBBINGEN FOREGÅTT?

1. Hvis du har mobbet andre på mobiltelefon eller Internett, hvordan har dette skjedd?

	Aldri 1	Sjelden 2	2-3 ganger i måneden 3	Omtrent hver uke 4	Omtrent hver dag 5
1. Telefonoppringing via mobiltelefon	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. SMS (tekstmeldinger)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. MMS (bildemeldinger/film)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. I «chatterom»	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Via e-post	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Via MSN (prat på internett)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. På websider (blogg, Facebook, private hjemmesider o.l.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Hvis du har blitt mobbet av andre på mobiltelefon eller Internett, hvordan har dette skjedd?

	Aldri 1	Sjelden 2	2-3 ganger i måneden 3	Omtrent hver uke 4	Omtrent hver dag 5
1. Telefonoppringing via mobiltelefon	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. SMS (tekstmeldinger)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. MMS (bildemeldinger/film)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. I «chatterom»	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Via e-post.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Via MSN (prat på internett)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. På websider (blogg, Facebook, private hjemmesider o.l.)..	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. Hvis du har mobbet andre på mobiltelefon eller Internett, når har dette hovedsakelig skjedd? NB: Bare ett kryss! ⇒

I skole- tiden 1	På etter- middagen 2	Om kvelden 3	Om natten 4	Har ikke mobbet 5
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Hvis du har blitt mobbet av andre på mobiltelefon eller Internett, når har dette hovedsakelig skjedd? NB: Bare ett kryss! ⇒

I skole- tiden 1	På etter- middagen 2	Om kvelden 3	Om natten 4	Vet ikke 5	Har ikke blitt mobbet 6
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

D. PLAGER OG PROBLEMER

Her følger en liste over forskjellige plager og problemer man kan ha. Har du i løpet av de siste seks månedene ikke vært plaget i det hele tatt, litt plaget, ganske mye plaget eller veldig mye plaget av disse problemene? Ett kryss for hvert problem/plage.

	Ikke plaget 1	Litt plaget 2	Ganske mye plaget 3	Veldig mye plaget 4
1. Plutselig redd uten grunn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Stadig redd eller engstelig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Matthet eller svimmelhet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Nervøsitet, indre uro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Føler deg engstelig og redd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Angst eller panikkanfall	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Lett for å gråte.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Lett for å klandre deg selv.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Følt at alt er et slit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Hatt søvnproblemer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Følt deg ulykkelig, trist eller deprimeret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Følt håpløshet med tanke på framtida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Følt deg oppjaget eller anspent	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Bekymret deg for mye om ting	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Følt deg unyttig eller lite verdt.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

E. OM DEG SELV

Hvor godt stemmer hver av disse påstandene på deg selv?

	<i>Helt usant</i> 1	<i>Usant</i> 2	<i>Litt usant</i> 3	<i>Litt sant</i> 4	<i>Sant</i> 5	<i>Helt sant</i> 6
1. Jeg godtar meg selv slik jeg er	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Jeg vil helst være slik jeg er	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Jeg skulle ønske jeg hadde vært annerledes.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Jeg er like mye verdt som andre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Jeg liker meg selv slik jeg er	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Jeg er ofte misfornøy med meg selv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Jeg har lett for å få venner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Det er lett å like meg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Jeg er godt likt av de andre elevene	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Jeg er lett å omgås	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Det er mange som vil ha meg som venn.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Det er lett for meg å få nye venner på skolen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Jeg har ingen å snakke med i klassen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Jeg har mange venner i klassen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Jeg blir gående mye for meg selv i friminuttene.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Jeg kan finne meg en venn i klassen når jeg trenger en.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Det er lett å få de andre på skolen til å like meg	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Jeg er godt likt av de andre i klassen.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Jeg har ingen venner i klassen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Takk for at du ville svare på spørsmålene!

VEDLEGG 3. Faktoranalyse selvoppfatning og opplevd vennestøtte

Resultat av faktoranalyse selvoppfatning og opplevd vennestøtte 19 items

Pattern Matrix^a

	Component		
	1	2	3
Det er mange som vil ha meg som venn	,886		
Jeg er lett å omgås	,878		
Det er lett å like meg	,851		
Jeg har lett for å få venner	,843		
Det er lett for meg å få nye venner på skolen	,806		
Det er lett å få de andre på skolen til å like meg	,753		
Jeg er godt likt av de andre elevene	,703		
Jeg er godt likt av de andre i klassen	,687		
Jeg har mange venner i klassen	,537		,409
Jeg kan finne meg en venn i klassen når jeg trenger en	,527		,354
Jeg er ofte misfornøyd med meg selv		-,908	
Jeg skulle ønske jeg hadde vært annerledes		-,899	
Jeg vil helst være slik jeg er		-,891	
Jeg liker meg selv slik jeg er		-,873	
Jeg godtar meg selv slik jeg er		-,798	
Jeg er like mye verdt som andre		-,373	
Jeg har ingen å snakke med i klassen			,854
Jeg har ingen venner i klassen			,844
Jeg blir gående mye for meg selv i friminuttene			,841

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Oblimin with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 7 iterations.

VEDLEGG 4. Faktoranalyse psykisk helse

Resultat av faktoranalyse psykisk helse 15 items

Pattern Matrix^a

	Component	
	1	2
Matthet eller svimmelhet	,885	
Bekymret deg for mye om ting	,863	
Følt at alt er et slit	,844	
Hatt søvnproblemer	,762	
Lett for å gråte	,599	
Lett for å klandre deg selv	,589	-,337
Følt deg ulykkelig, trist eller deprimert	,563	-,366
Følt deg oppjaget eller anspent	,541	
Plutselig redd uten grunn		-,934
Stadig redd eller engstelig		-,907
Angst eller panikkanfall		-,888
Føler deg engstelig og redd		-,865
Nervøsitet, indre uro		-,601
Følt deg unyttig eller lite verdt	,352	-,542
Følt håpløshet med tanke på fremtida	,312	-,523

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Rotation Method: Oblimin with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 12 iterations.

VEDLEGG 5. Cronbach's alpha selvoppfatning og opplevd vennestøtte

Cronbach's alpha sosial selvoppfatning

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,940	8

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Det er lett å like meg	31,32	46,081	,740	,935
Det er mange som vil ha meg som venn	31,69	44,063	,804	,931
Jeg er lett å omgås	31,08	46,656	,744	,935
Jeg har lett for å få venner	31,27	43,320	,788	,932
Det er lett for meg å få nye venner på skolen	31,60	41,520	,834	,929
Det er lett å få de andre på skolen til å like meg	31,67	43,884	,809	,930
Jeg er godt likt av de andre i klassen	31,39	45,547	,780	,933
Jeg er godt likt av de andre elevene	31,30	44,641	,810	,930

Cronbach's alpha selvverd

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,903	6

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Jeg godtar meg selv slik jeg er	21,3901	41,968	,820	,875
Jeg vil helst være slik jeg er	21,6454	40,402	,838	,871
E6s	22,0567	39,425	,726	,889
E3s	22,0709	39,724	,766	,882
Jeg liker meg selv slik jeg er	21,5390	40,407	,840	,871
Jeg er like ye verdt som andre	20,9433	47,911	,455	,923

Cronbach's alpha ensomhet

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,833	5

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
E19s	20,3406	16,139	,598	,810
E15s	20,6449	13,837	,759	,762
E13s	20,5435	14,790	,686	,785
Jeg kan finne meg en venn i klassen når jeg trenger en	21,0725	16,009	,498	,837
Jeg har mange venner i klassen	21,0797	14,512	,638	,799

VEDLEGG 6. Cronbach's alpha psykisk helse

Cronbach's alpha depresjon

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,917	8

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Matthet eller svimmelhet	12,12	29,364	,661	,912
Bekymret deg for mye om ting	11,93	26,724	,817	,899
Følt at alt er et slit	11,82	26,247	,830	,897
Hatt søvnproblemer	12,07	28,866	,617	,916
Lett for å gråte	12,11	28,330	,721	,907
Lett for å klandre deg selv?	12,05	26,990	,772	,903
Følt deg ulykkelig, trist eller deprimerert	12,01	27,257	,765	,903
Følt deg oppjaget eller anspent	12,49	31,209	,662	,914

Cronbach's alpha angst

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,911	7

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Følt deg unyttig eller lite verdt	8,27	11,667	,733	,905
Plutselig redd uten grunn?	8,69	13,785	,833	,891
Stadig redd eller engstelig?	8,62	13,460	,825	,890
Angst eller panikkanfall	8,79	14,846	,726	,904
Føler deg engstelig og redd	8,64	13,584	,804	,892
Nervøsitet, indre uro	8,37	12,940	,730	,898
Følt håpløshet med tanker på fremtida	8,36	12,377	,699	,905

VEDLEGG 7. Skjevhet og kurtosis sumvariabler

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Selvverd	141	5,00	30,00	20,9433	6,92178	-,410	,204	-,835	,406
sosial selvoppfatning	131	14,00	48,00	35,9008	7,58831	-,667	,212	,264	,420
Ensomhet	138	7,00	30,00	25,9203	4,75235	-1,586	,206	2,147	,410
Angst	140	7,00	27,00	9,9571	4,21350	1,820	,205	3,135	,407
Depresjon	141	8,00	31,00	13,8014	6,02521	,949	,204	-,053	,406
Valid N (listwise)	129								