

Kruk, Lukasz Adam

Tiltak mot digital mobbing hos barn og ungdom

Bacheloroppgave i Sosialt Arbeid

Veileder: Wilson, Samita

Mai 2023



Kruk, Lukasz Adam

Tiltak mot digital mobbing hos barn og ungdom

Bacheloroppgave i Sosialt Arbeid

Veileder: Wilson, Samita

Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap

Institutt for sosialt arbeid



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Denne bacheloroppgaven undersøker problemstillingen: «Hvilken påvirkning har digital mobbing på velvære til barn og ungdom i alderen 13-19 år, og hvordan kan profesjonsutøvere forebygge eller bidra til minimering av digital mobbing?» Mobbing og digital mobbing anses i denne oppgaven som et samfunnsproblem, der konsekvensene av mobbing ofte fører med seg langvirkende negative psykiske og somatiske konsekvenser. Oppgavene undersøker mekanismene bak mobbing, mobbere, mobbeofrene og konsekvensene som kan komme frem ved dette gir oss et bedre utgangspunkt for muligheten til å forebygge denne atferden. Denne oppgaven drøfter mulige løsninger som kan brukes til å forebygge digital mobbing, samt diskutere fordeler og ulemper av disse tiltak. Oppgaven diskuterer følgende tiltak: opplysning om mobbing fra barnet, innsamle dokumentasjon, rapportering til Politiet, hjelp til å slette ting på nettet, ikke svar på mobbemeldinger, blokkering av meldinger og mobberen på sosiale medier. Denne oppgaven konkludere at tiltakene er effektive i større grad, men innebærer utfordringer i hver sitt tilfelle.

Innholdsfortegnelse

INTRODUKSJON	3
1.1 BAKGRUNN FOR VALG AV TEMA OG TEMAETS RELEVANS FOR SOSIAL ARBEID	4
1.2 BEGREPSAVKLARING.....	5
<i>Begrensninger og utfordringer med gruppen.....</i>	<i>6</i>
METODE.....	7
LITTERATURSØK SOM METODE	7
PILOTSØK	7
SØKEPROSESS.....	9
BEGRENSNINGER OG KRITIKK AV METODE.....	10
TEORI	11
DIGITAL MOBBING OG ANONYMITET.....	13
KONSEKVENSER AV MOBBING	14
BESKYTTELSESAKTORER	15
VIKTIGHETEN AV RELASJONER OG TILLIT	15
DISKUSJON.....	16
KAN VI FOREBYGGE DIGITAL MOBBING?	16
MULIGE LØSNINGER	18
<i>Opplysning om mobbing fra barnet</i>	<i>18</i>
<i>Innsamling av dokumentasjon</i>	<i>19</i>
<i>Rapportering til Politiet.....</i>	<i>20</i>
<i>Hjelp til å slette ting på nettet.....</i>	<i>20</i>
<i>Ikke svar på mobbemeldinger</i>	<i>21</i>
<i>Blokkering av meldinger og mobberen på sosiale medier.....</i>	<i>21</i>
MINIMALISERING AV KONSEKVENSENE AV DIGITAL MOBBING	22
KONKLUSJON	25

Introduksjon

Sosialt arbeid er et praksisbasert yrke og en akademisk disiplin som erkjenner at historiske, sosioøkonomiske, kulturelle, romlige, politiske og personlige faktorer som er gjensidig forbundet med hverandre, skaper muligheter og/eller hindringer for menneskers levekår og utvikling. I denne oppgaven vil digital mobbing blant ungdom undersøkes i lys av ungdommens levekår og utvikling. Den vil undersøke problemstillingen: «Hvilken påvirkning har digital mobbing på velvære til barn og ungdom i alderen 13-19 år, og hvordan kan profesjonsutøvere forebygge eller bidra til minimering av digital mobbing?»

Denne oppgaven skal se på digital mobbing som et sosialt fenomen som oppstår i hverdagen til mange barn og ungdom. Denne oppgaven kan dermed benyttes til å i større grad forstå innvirkningen av digital mobbing på livet til barn og ungdom i alderen 13-19 år. I denne oppgaven blir både digital og tradisjonell mobbing beskrevet som et verktøy til å fremme diskriminering og undertrykking av individer. Det er dermed vårt ansvar som sosialarbeidere å forsøke å minimalisere og avsløre denne atferden.

Det er noen grunnleggende prinsipper ved sosialt arbeid som er nøkkelen til beskrivelsen viktigheten ved denne tematikken. Fagorganisasjonen (FO) har samlet inn både den globale definisjonen samt prinsippene for sosialt arbeid (Fagorganisasjonen, 2017). Mandatene til sosialt arbeid blir beskrevet på denne måten: *“Det sosiale profesjons arbeidets sentrale mandater omfatter arbeid for å fremme sosial endring, sosial utvikling, sosialt samhold og myndiggjøring og frigjøring av mennesker”* (Fagorganisasjonen, 2017 s.3). Med andre ord, så har sosialarbeidere et ansvar for å fremme sosial utvikling og samhold. I tillegg beskriver FO at "strukturelle hindringer bidrar til å opprettholde ulikhet, diskriminering, utbytting og undertrykking. “ (Fagorganisasjonen, 2017). Digital mobbing anses som en strukturell hindring.

Oppgaven undersøker tematikken ved bruk av systematisk litteratursøk. Denne oppgaven vil belyse hvorvidt sosiale medier kan i seg selv være et middel til å trakassere (digital mobbing) og hvilke negative konsekvenser dette kan medføre. Denne oppgaven vil også se på mulige løsninger vi som profesjonsutøvere kan ta i bruk for å forebygge digital mobbing.

1.1 Bakgrunn for valg av tema og temaets relevans for sosial arbeid

De siste årene har jeg jobbet som miljøterapeut med barn og ungdom. I løpet av denne tiden har jeg selv sett gradvis men signifikant økning i bruk av både de teknologiske verktøyene og sosiale medier. Denne økningen i bruk av sosiale medier åpner opp for en åpen sosial arena der barn og ungdom kan interagere med andre. Disse arenaene kan brukes til både utveksling av ideer og til åpen kommunikasjon. På mange måter skilte barn og ungdom mellom to virkeligheter; den på og utenfor internett. Dette i motsetning til voksne som i større grad skiller mellom den virtuelle og reelle verden (Samnøen, 2014. s.16). Denne økningen i forbruket av digitalt innhold kan beskrives som «medialisering» og beskriver prosessen der disse mediene får stadig økt betydning i livet for oss som individer, men også for samfunn (Samnøen, 2014. s.16).

I dag vokser de fleste barn og ungdom opp i den digitale hverdagen samtidig som den reelle hverdagen. Vi kan beskrive dem nærmest som «digitalt innfødte», der de vokser opp med mediene og de digitale verktøyene parallelt til den virkelige verden. På den andre siden har vi voksne mennesker som har adaptert og kommet inn i de digitale mediene senere i livet. Disse kan beskrives som «digitale innvandrere». Dette gjør at de digitale innvandrere er nødt til å ønske å oppdage kulturene og utviklingen som skjer på de digitale plattformene for å få større innblikk i hverdagen til de digitale innfødte.

Gjennom arbeidserfaring som miljøterapeut med barn og ungdom har jeg gjentatte ganger vært i en situasjon der noen har blitt utsatt for digital mobbing. I disse situasjonene har ungdommene følt seg i stor grad hjelpeløse overfor situasjonen. Å kunne forstå atferden og virkningen av slik oppførsel gir oss mulighet til å i større grad kunne forstå situasjonen ungdom befinner seg i samt ha muligheten til å hjelpe dem med å løse slike situasjoner for å fremme sosialisering og integrering i grupper. Dette er spesielt viktig for å unngå utestenging eller trakassering av en ungdom over lengre perioder av tid.

1.2 Begrepsavklaring

I denne oppgaven vil sosiale medier defineres som et middel for kommunikasjon som består av avsender og mottaker (Aalen, 2015, s. 6). Dette kan være en eller flere avsendere og en eller flere mottakere. Sosiale medier tillater brukere å laste opp filer i form av tekst, bilder, videoer eller lydsnutter og dele disse med andre. Sosiale medier i denne oppgaven består av, men er ikke avgrenset til: Facebook, Snapchat, Tik-Tok, Instagram og Youtube. På grunn av ordbegrensning i denne oppgaven vill jeg ikke gå inn i dybden på de tekniske spesifikasjonene på nevnte mediene, men snakke generelt om disse som et middel for kommunikasjon mellom individer på den digitale arenaen.

Sosiale medier har sine fordeler og ulemper, men et stort problem med sosiale medier blant ungdom er mobbing. Mobbing defineres som det å gjentatte ganger utsette noen for negative handlinger eller omtaler. Den som blir mobbet kan bli utsatt for dette av både av enkeltpersoner eller en gruppe (Aalen & Iversen, 2021, s.101). I denne definisjonen er det tre hovedkrav som skal oppfylles for at handlingen skal bli beskrevet som mobbing, disse er at handlingen er ondssinnet, at det finnes en maktubalanse mellom mobberen (mobbere) og at dette er en situasjon som gjentar seg over tid. Mobbing kan i noen tilfeller medføre både mentale og fysiske plager. Personer som er utsatt for mobbing har signifikant økt sannsynlighet for selvskading enten direkte eller indirekte ved utvikling av depresjons- eller angstplager (Junker, Bjerkeset, & Bjørngaard, 2018, s. 1).

På grunn av disse funnene har jeg blitt interessert i hvorvidt digital mobbing kan bidra negativt til psykisk velvære hos barn og ungdom. I denne oppgaven er det viktig å differensiere mellom psykiske plager og psykiske lidelser. Dette vil gjøres ved bruk av definisjonen til Folkehelseinstituttet (FHI). Psykiske plager kan bestå blant annet av nedstemthet, uro eller engstelse. Disse knyttes ofte til hendelser eller erfaringer. De kan variere i fra sterk til svak opplevelse av plagene men ikke kvalifiserer seg nødvendigvis til en diagnose. (Folkehelseinstituttet, 2023). Psykiske lidelser krever en klinisk diagnose, der omfanget av symptombelastning er stor og varer over lengre perioder av tid (Folkehelseinstituttet, 2023)

Denne oppgaven vil ikke drøfte koblingen mot psykiske lidelser på grunn av ordbegrensning og kriterier som ligger til for å definere en lidelse. Psykiske plager eller vansker vil beskrive informantenes selvrappotering av disse plagene.

Å bli utsatt for digital mobbing kan korrelere med økte psykiske plager hos barn og ungdom, noe jeg skal gå dypere inn senere i denne oppgaven. På grunn av disse funnene har jeg blitt interessert i hvorvidt digital mobbing kan bidra negativt til psykisk velvære hos barn og ungdom. Dersom dette er tilfellet, har vi som sosialarbeidere mandat til å fremme sosial utvikling og sosial endring for å motvirke diskriminering og minske utvikling av ulikhet. Denne kunnskapen kan bidra til å i større grad forstå virkninger samt fremgangsmåten av digital mobbing i arbeid med barn og ungdom.

Det er fortsatt mange som har begrenset kompetanse når det gjelder denne typen mobbing. Lærere bruker ofte eksterne aktører for å oppnå opplæring i digitale medier og forståelse av egen atferd i slike medier. I situasjoner der slik atferd blir oppdaget er det faste rutiner på hvordan dette løses. Digital mobbing kan medføre brudd på personvern, eller bli betegnet som trakassering. I noen tilfeller kan dette medføre konfrontasjon fra skolen, foreldrene eller politiet. Denne typen reaksjon blir likevel oppfattet som brannslukking, og ikke som en preventiv metode (Giæver et. al. 2021 s.117-118). Denne oppgaven har som utgangspunkt å se på potensielle preventive metoder som kan brukes i arbeid med barn og ungdom.

Begrensninger og utfordringer med gruppen

Denne oppgaven ser på ungdom i alder 13-19 der databasene viser høyest bruk av sosiale medier. Denne aldersgruppen er predominant synlig på nyere form for sosiale medier og bruker det i større grad enn andre aldersgrupper til å sosialisere med jevnaldrende.

Aldersgruppen 13-19 er også et veldig spredt aldersgruppe. Dette medfører at 13 åringer kan oppleve digital mobbing annerledes enn 19 åringer. Det kan også være høyt individuelt hvordan enkelte individer vill oppfatte digital mobbing på grunn av faktorer som resiliens og tilknytning til andre. Til tross for dette er denne gruppen veldig avhengig av relasjonsbygging for å oppnå følelse av trygghet på de sosiale arenaer som skole og fritidsarenaer. Teknologien er en viktig del i livet til moderne barn og ungdom, og utestenging av de sosiale arenaer i den virtuelle verden

kan oppfattes både truende og overveldende. Dette skal drøftes videre under konsekvenser av digital mobbing.

Metode

Denne oppgaven bruker litteratursøk som metode. Metodedelen vil forklare litteratursøk som metode. Det vil forklare fremgangen i søkeprosessen og vise hvordan oppgaven valgte ut relevant litteratur. Til slutt vil denne delen beskrive begrensninger til metoden.

Litteratursøk som metode

I tråd med retningslinjene oppgitt for bacheloroppgaven av Institutt for sosialt arbeid og NTNU benytter denne oppgaven litteratursøk som metode for denne oppgaven. Litteratursøk i denne konteksten beskriver innsamling av allerede eksisterende data på diverse sosialt faglige felt og bruk av dem til å besvare problemstillingen. Med andre ord vil metoden bestå av datainnsamling der en kan drøfte presenterte påstander, og bruke dem til å få frem ny kunnskap (Dalland, 2020, s. 53). Denne innsamlingsmetoden består blant annet av systematisk søk, gjennomgang av relevant data samt inkorporering av viktige momenter fra allerede eksisterende forskning for å besvare problemstillingen. Funnene i denne oppgaven består hovedsakelig av kvalitativ forskning. Kvalitativ forskning beskrives som forskning som samles inn ved samtaler, intervjuer eller observasjon. Den kvantitative forskningen som vises i teksten vises igjennom innsamling av statistisk data, som består av målbare enheter som matematisk utregninger eller tall (Dalland, 2020, s. 54). Denne metoden vil ikke innsamle ny data, men gjennomgå allerede eksisterende data for å besvare problemstillingen.

Pilotsøk

I forkant av denne oppgaven har jeg utført pilotsøk som undersøkte hvorvidt det var tilstrekkelig informasjon om denne tematikken. Dette pilotsøket var utført i februar 2023 på databaser Google Scholar og Oria. På Google Scholar har jeg avgrenset søket til kodeord: "Digital", "Mobbing", "Ungdom", "12-18". For å avgrense dette videre har jeg valgt å avgrense årstallet til mellom 2013-2023. Dette resulterte i 140 resultater. På søkemotoren Oria har jeg søkt etter kodeordene "Ungdom", "Digital", "Mobbing" ved bruk av avansert søk innen NTNU Universitetsbibliotek.

Dette resulterte i 28 funn. Totalt har disse søkene i 168 treff, noe jeg anser som tilstrekkelig, men for bredt for individuell gjennomgang. Dette resulterte i videre avgrensning under søkeprosessen.

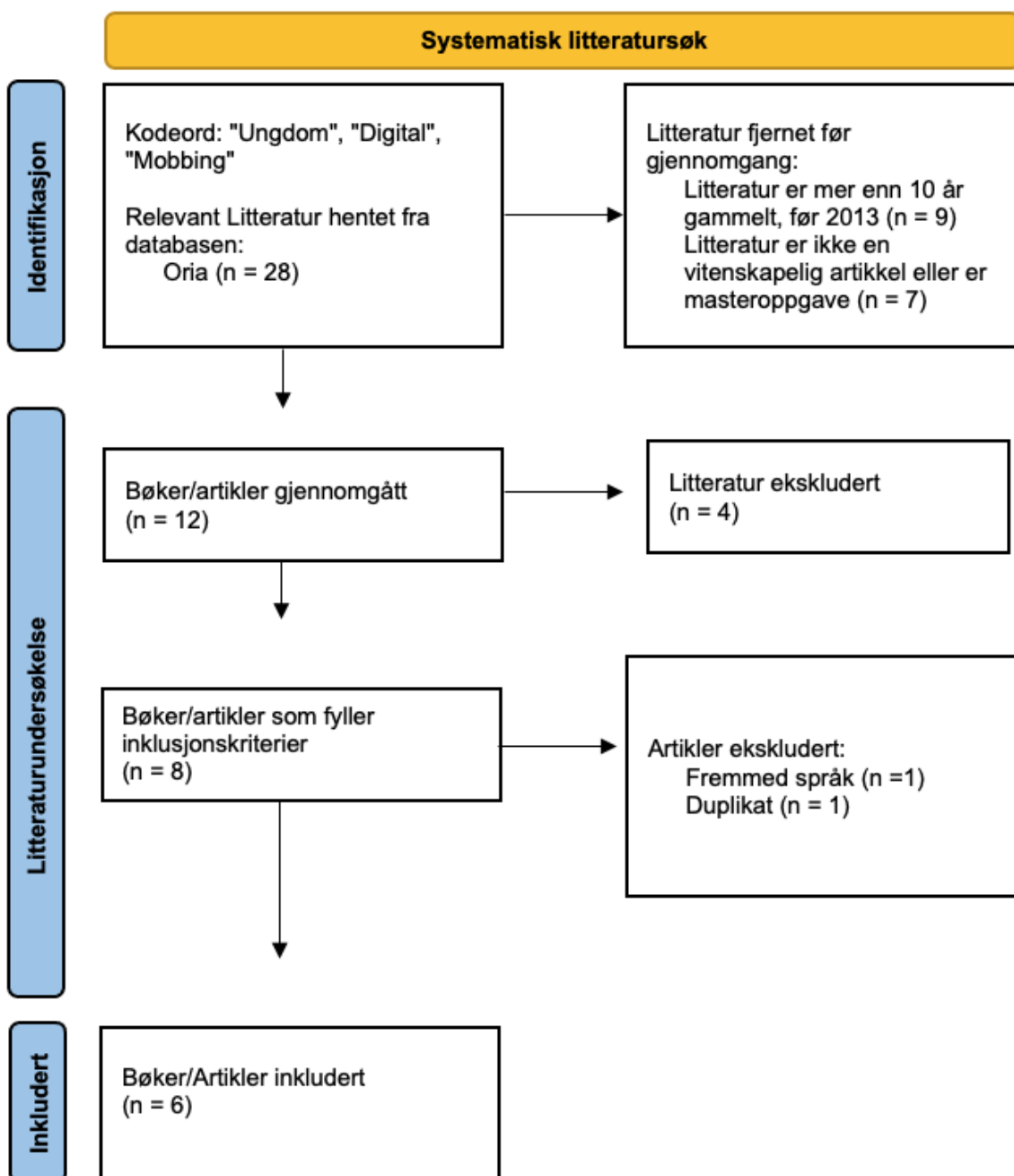
Søkeprosess

I etterkant av pilotsøket valgte jeg å replikere søket på både Google Scholar og Oria, men begrense søke ytterligere. For å avgrense det ytterligere på Google Scholar har jeg valgt å kun vise artikler/bøker med kodeordene beskrevet i tittelen. Dette resulterte i 4 funn. Disse fire funnene var masteroppgaver. Jeg valgte å gå igjennom sammendraget og introduksjonsdelen, for å utforske relevansen imot problemstillingen.

Videre har jeg valgt å avgrense søkeprosessen på Oria. Dette har blitt gjort ved å ekskludere alle artikler/bøker som ikke ble utgitt mellom årstallet 2013-2023. Jeg har også valgt å ekskludere masteroppgavene fordi de ikke var fagfellevurdert. Dette resulterte i 12 treff. Av disse treffene var 1 av dem duplikat, 2 var ikke relevante for tematikken og en artikkel var skrevet på fremmedspråk. Dette ga meg 8 relevante treff. Etter grundig gjennomgang av bøkene og artikkelen har jeg funnet høy relevansen og valgte å bruke 5 av disse i denne artikkelen.

Funnene som ble inkludert i denne artikkelen blir er kategorisert i tabell 1.

Oppgaven vil bruke følgende kilder: «Mobbing på digitale arenaer» av Øystein (2014), «Sosiale Medier» av Aalen (2015), «Digital Dømmekraft» av Engen, Giæver og Mifsud (2021), «Bullying beyond the schoolyard» av Hinduja og Patchin (2015), «Digital demensens» av Spitzer og Heyerdahl (2015) og «Digital mobbing» av Staksrud (2013).



Begrensninger og kritikk av metode

Det systematiske søket utført i denne oppgaven medfører noen begrensninger. Søkene utført på databasene Google Scholar og Oria benyttet norske kodeord. Dette medfører at flest av relevante artikler og bøker som har kommet frem under søkene var norsktalende, og omhandlet digital

mobbing i Norge. Søkelys på Norge kan gi en bedre relevans der vi tar i betraktning den kulturelle forståelsen og norske lover som setter rammer for blant annet diskriminering, trakassering og digital mobbing. Dette søkelyset kan sannsynlig også begrense relevante kilder som kan komme frem ved søk på engelsk. I denne oppgaven valgte jeg aktivt å unngå utviding av søket på grunn av tilstrekkelig funn og tidsbegrensning.

Teori

Denne oppgaven har som hovedmål å besvare hvordan sosialarbeidere kan forebygge digital mobbing. For å besvare dette spørsmålet, vil teoridelen definere digital mobbing. Deretter vil den se på konsekvenser av digital mobbing. Videre vil oppgaven drøfte noen potensielle løsninger på hvordan sosialarbeidere som profesjonsutøvere kan bidra til å forebygge eller innføre tiltak i situasjoner der det oppstår digital mobbing.

Mobbing og digital mobbing

Mobbing er en handling som i utgangspunktet vil latterliggjøre eller ydmyke noen og kan foregå over lengere periode av tid (Samnøen, 2014, s. 38). Mobbing i seg selv kan uttrykkes fysisk, verbalt, gjennom gestikulering, ekskludering eller utpressing. Mobbing oppleves på forskjellige måter, men i praksis rapporterer barn og ungdom mobbing på denne måten (Samnøen, 2014, s. 38):

- En eller flere ungdommer sier ubehagelig eller slemme ting. De lager sårende eller slemme kallenavn.
- Ungdommen blir ekskludert eller ignorert. Vedkommende blir bevist utestengt eller ikke invitert i sosiale aktiviteter.
- Ungdommen blir utsatt for trusler, spark, slått, eller blir kommandert til å utføre en handling.
- Vedkommende blir utsatt for falske rykter eller løgner. Noen forsøker til å få andre til å mislike vedkommende.

Det eneste som skiller digital mobbing fra mobbing er den fysiske volden. For at disse typer oppførseler skal karakteriseres som mobbing, skal handlingen intensjonelt forsøke å skade noen,

det skal forekomme en maktubalanse mellom mobberen og mobbeofferet, og skje gjentagende ganger (Samnøen, 2014, s. 37). Mobbing kan føre til negative utfall som svekket sosialt presentasjon, psykologiske og somatiske skader eller forsvakket prestasjon innen utdanning (Samnøen, 2014, s. 38). Jeg vil beskrive mulige konsekvenser mer utdypende videre i oppgaven.

Det er likevel mange gjentagende momenter ungdom har tidligere blitt mobbet for, som for eksempel religion eller tro, utseende (overvekt eller klesstil), språk (kan innebære aksent fra annet morsmål), læringsevne, etnisitet og sosial bakgrunn (Samnøen, 2014, s. 38). Digital mobbing er et relativt nytt fenomen, men kan forstås gjennom den tradisjonelle mobbingen, der mange av mekanismer overlapper over hverandre. Til tross for dette har mangel på ansikt til ansikt kontakt, umiddelbar respons og en vis form for anonymitet bidratt til andre karakteristikkene ved tradisjonell mobbing.

Den digitale mobbingen kan defineres som hvilken som helst handling som har blitt utført ved bruk av digitale eller elektroniske medier av grupper eller individer. Disse handlingene er gjentagende og kommuniserer meldinger som har formål med å påføre ubehag eller skade for andre (Samnøen, 2014, s. 42). I motsetning til den tradisjonelle mobbingen, er den i større grad ikke i stand til å slippe unna. Dette skjer på grunn av den teknologiske tilgangen til våre digitale medier og verktøyene. En som blir mobbet digitalt kan få notifikasjoner, meldinger, mail eller påminnelser som i utgangspunktet blir tilsendt konstant uavhengig av dag eller klokkeslett (Staksrud, 2013, s. 44-45). I tillegg til dette gir de digitale mediene muligheten til å tilsende audiovisuelt materiale. Med dette beskrives muligheten til å tilsende blant annet bilder, videoer, lydklipp eller musikk. Disse kan bli manipulerte slik at de setter mobbeofferet i et dårlig lys, eller er trakasserende. I noen tilfeller kan seksuelt eksplisitte eller pornografisk materiale bli manipulert slik at det ser ut som mobbeofferet er naken eller har sex med noen (Staksrud, 2013, s. 46). Dette kan utføres ved å sette ansiktet til noen på en annen person. I såpass alvorlige situasjoner kan oppleves som dypt skammelig. Dette kan gjøre det vanskeligere for ungdommene å ta kontakt med voksne eller foreldre (Aalen & Iversen, 2021, s. 104-105). Den tradisjonelle mobbing kan være vanskelig å dokumentere der mye av atferden kan foregå utenfor tilsyn av andre enn mobberen og mobbeofferet. I motsetning til dette kan den digitale mobbingen dokumenteres lettere ved å ta bilde eller ta et skjermbilde av bildet eller innholdet. Utfordringen med denne dokumentasjonen kan være at meldingen eller innholdet ble tilsendt av en anonym

eller falsk bruker. Dette igjen kan medføre at det blir vanskelig å dokumentere den faktiske personen bak meldingen eller innlegget. Avhengig av alvorlighetsgraden av mobbingen kan politiet være behjelpelig med å identifisere vedkommende (Staksrud, 2013, s. 48-49). Digital mobbing kan også være mer sosialt synlig for individer i en gruppe, i "inn-gruppen", men vanskeligere å oppdage for andre utenfor, i "ut-gruppen". Det kan vises i tilfeller der det finnes en gruppe dedikert for en skoleklasse eller vennegjeng på en av de digitale plattformene som opererer med lukket eller delvis åpne grupper. Dersom det oppstår digital mobbing på disse plattformene, vil alle medlemmene av denne gruppen bli varslet og presentert ovenfor situasjonen. Dette bidrar i økt synlighet, som ellers ikke ville vært mulig ved tradisjonell mobbing (Staksrud, 2013, s. 51). På den andre siden vil det være vanskeligere for foreldre eller andre voksne å avdekke dette formen for mobbing med mindre de blir direkte informert, da det ikke vil være mulig å bli med i et slik gruppe (Staksrud, 2013, s. 52-53). Denne formen for semi-offentlige eller private grupper bidrar også til en ny form for sosial ekskludering og digital isolering. Dette gjøres ved å skape diverse inn-grupper, som noen utvalgte blir inkludert i, og gir mulighet for å aktivt ekskludere andre (Staksrud, 2013, s. 50).

Digital mobbing og anonymitet

Som tidligere nevnt innebærer den tradisjonelle mobbingen et møte mellom to eller flere individer i en sosial arena. Direkte møte innebærer en viss oversikt over mobberne som er til stede. I tilfeller der denne saken blir tatt opp med skolen, foreldrene og andre kontaktpersoner kan disse individene bli identifisert og dermed bli konfrontert med situasjonen som har oppstått. Et av utfordrende faktorer som omhandler digital mobbing er muligheten til å forbli delvis eller fullstendig anonym. Dette kan gjøres ved å lage falske profiler, grupper eller chatterom. I 2020 har tre av ti ungdom i alder mellom 13-18 år hatt en anonym eller falsk bruker på sosiale media plattformer (Medietilsynet, 2020, s. 5). Anonymitet og falske brukere åpner opp for muligheten til å komme i kontakt med mobbeofferet fra forskjellige profiler. Det gjør det dermed vanskeligere å vite hvor mange individer som er involvert i mobbingen.

I Norge har tallene på selvrappoterering av digital mobbing økt drastisk de siste årene. I 2022 hadde 26% av norske barn og ungdom i alderen 9-18 år opplevd at noen hadde mobbet eller vært slem mot dem på mobil, spill eller internett. I denne aldersgruppen var det også 24% som hadde

blitt utestengt eller nektet adgang til en gruppe (Medietilsynet, 2020, s. 7). Data på hyppighet av digital mobbing varierer. Mellom 2017-2019 EU Kids Online-undersøkelsen utført. Denne var en stor europeisk undersøkelse som blant annet undersøkte prevalens av digital mobbing i 17 land innen den europeiske unionen. Undersøkelsen viste at omtrent 17% av ungdom i alder 9-16 år opplevde digital mobbing flere ganger i uka. 23% hadde opplevd det en eller to gang hver måned og så mange som 60% hadde oppgitt at de følte seg mobbet, men at disse episodene ikke skjedde hver måned (Staksrud, 2013, s. 73).

Konsekvenser av mobbing

Konsekvensene av mobbing kan i noen situasjoner være katastrofiske. Mobbing som et fenomen kan variere drastisk fra person til person. Intensiteten og tidsrammen kan variere fra individ til individ. Til tross for det, viser forskning på de sosialfaglige feltene enstemmighet over en rekke konsekvenser som kan forekomme ved mobbing.

Det er en klar sammenheng med å bli utsatt for mobbing og selvmord (Thorvaldsen et al., 2018 s. 132). Individuer som blir utsatt for mobbing over lengre perioder av tid har høyere tendens til å utvikle depresjon, angstplager og generelt dårligere selvbilde. Både den psykiske og somatiske helsen kan bli påvirket av langvarig eksponering for mobbing. Digital mobbing fører også med rapportering av signifikant sterkere symptomer på angst og depresjon enn tradisjonell mobbing (Thorvaldsen et al., 2018, s. 132-133). Den digitale mobbingen knyttes også opp til utvikling av flere negative mentale symptomer, negative følelser og depresjon enn ved tradisjonell mobbing (Staksrud, 2013, s. 53). Barn og ungdom er spesielt utsatt for psykiske plager der de kontinuerlig søker etter å bygge forhold til andre, og er generelt mer opptatt av hva andre synes om dem (Aalen, & Iversen, 2021, s. 115). I noen tilfeller kan digital mobbing medføre søvnløshet, opplevelse av hode- og magesmerter, følelser av fortvilelser, sinne eller hjelpeløshets (Spitzer & Heyerdahl, 2015, s. 115). Alle disse plagene som kan forekomme, viser seg i forskjellig intensitet og er veldig avhengig av individet og støtte vedkommende har i livet. Det er nå mulig å påstå at digital mobbing medfører utvikling av psykiske helseplager. Motsatt sees det i forskning at det å ha psykiske plager ikke utsetter barn og ungdom for digital mobbing i større grad enn andre (Thorvaldsen et al., 2018, s. 132-133). Det er derfor en enveisrettet påvirkning av digital

mobbing mot psykiske helseplager. I tillegg til dette kan digital mobbing medføre både atferdsvansker og problemer med å bygge relasjoner til andre, som kan igjen forsterke effekten (Thorvaldsen et al., 2018, s. 139).

Beskyttelsesfaktorer

Ikke alle barn og ungdom er like utsatt for å bli mobbet. Noen beskyttelsesfaktorer kan bidra til å motvirke de negative faktorene ved mobbing og trakassering, mens andre kan fungere preventivt i møte med andre ungdom. Det finnes en korrelasjon mellom sosialiseringsevnen til ungdommen og mindre utsettelse for sosial trakassering (Thorvaldsen et al., 2018, s. 140). Ved å hjelpe barn og ungdom med å bygge det sosiale nettverket kan sosialarbeidere minimere risikoen for at de faller utenfor felleskapet. Igjen resulterer dette i minskning av risikoen for utvikling av dårlig selvfølelse og psykiske vansker (Thorvaldsen et al., 2018, s. 140). Med andre ord vil et barn eller ungdom med venner bli i mindre grad utsatt for trakassering og mobbing. Følelsen av inkludering i en vennegjeng bidrar også til at vedkommende føler seg støttet og innenfor en sosial kontekst. Dette kan videre også lindre stresset dersom personen blir utsatt for mobbing eller trakassering (Thorvaldsen et al., 2018, s. 140-141).

Viktigheten av relasjoner og tillit

For å kunne veilede, hjelpe eller bistå med digital mobbing, er sosialarbeideren nødt til å være i en posisjon til ungdommen som gir oss en tillitserklæring. Skoler kan designere en lærer eller miljøarbeider til en rolle av en tillitsperson i saker der digital mobbing oppstår (Hinduja & Patchin, 2015, s. 165). For å kunne bidra til hjelpen er profesjonsutøveren nødt til å bygge en trygg relasjon til barnet, som baserer seg på tillit. Tillit er det grunnleggende prinsippet i alle relasjoner og ikke kan tas som en selvfølge (Skau, 2013, s. 17). Som miljøterapeut på skolen eller fritidsarenaer er grunnlaget for tilliten lagd ut ved bruk av taushetsplikt og profesjonsrollen. Denne tillitten og rollen trenges å dyrkes ved videre utvikling av relasjoner. Dette kan blant annet gjøres ved å dele sin personlige kompetanse om tematikken for vise at både den teoretiske og personlig kompetanse på denne tematikken (Skau, 2013, s. 72). Denne vinklingen vil gjøre det mulig å fremstå ærlig og betryggende under konversasjoner om tema som kan være vonde eller sårbare. Når relasjonen og tilliten har blitt utviklet mellom profesjonsutøveren og ungdommen kan samtale angående digital mobbing bli tatt opp. Samtalen angående bruk,

misbruk og de lovlige karakteristikene bakk sosiale medier og digital mobbing bør tass opp (Hinduja & Patchin, 2015, s. 165). Den gode relasjonen vil gi muligheten til profesjonsutøveren å uttrykke ønske om å hjelpe. Dette er spesielt viktig dersom utgangspunktet for ungdommen er generelt skjørt ovenfor voksne eller profesjonsutøvere (Skau, 2013, s. 81). Dette kan både være grunnet dårlige tidligere erfaringer, eller usikkerheten ovenfor håndtering av slike situasjoner. Dersom profesjonsutøveren får innblikk om en situasjon som innebærer digital mobbing, vil tillitspersonen for digital mobbing være rustet og opplært i rask og smidig håndtering av dette. Potensielle løsninger på forebygging og håndtering digital mobbing vil videre bli diskutert i under avsnittet om «mulige løsninger».

Diskusjon

Diskusjonsdelen vil sette lys på forekomsten av mobbing, hvordan identifisering av mobbere kan forebygge mobbing. Videre vil forebyggende tiltak mot mobbing som belyst i kildene, bli presentert. Derneft vil fordeler og ulemper med disse tiltakene diskuteres.

Kan vi forebygge digital mobbing?

For å kunne være behjelpelig i situasjoner der digital mobbing oppstår er vi først nødt til å ha god forståelse for mediet som blir brukt. Dette krever kontinuerlig oppdatering i bruk og forståelse av de nye og populære sosiale medier. Bruk av sosiale mediet Tik-Tok og kommunikasjon som foregår på denne plattformen har en helt annen strukturell utforming enn for eksempel Snapchat. I 2023 har Youtube vært den mest populære sosialt media plattformen for barn og ungdom i alder 13-17 (Pureshight, 2023). 95% av ungdom i denne alderen opplyser denne plattformen som mest brukt. På andre plass befinner seg Tik-tok med 67% som opplyser at det som en av mest brukte plattformer. Barn og ungdom i denne undersøkelsen opplyser at de gjennomsnittlig bruker 102 minutter daglig kun på denne plattformen (Pureshight, 2023). For å kunne forebygge digital mobbing på disse plattformene er vi som profesjonsutøvere nødt til å forstå strukturen bakk mediet, samt måten innlegg eller meldinger kan rapporteres. Dersom vi har en god forståelse for disse mediene, kan vi forsøke å opplære barn og ungdom om fornuftig og trygg bruk av disse mediene, og dermed begrense utviklingen av negative handlinger over sosiale medier.

Den store begrensingen ved forebygging er å kunne tidlig oppdage tegn på mobbing. For å kunne gjøre det kan vi se på noen av de typiske karakteristikkene ved en mobber. I mange mobbesaker har mobberen hatt en eller flere av disse karakteristikkene. Disse består av: dårlig selvkontroll, impulsivitet, lite frykt i konfrontasjoner ovenfor andre, tøff fremtoning eller kroppsholdning, positivt syn på aggresjon, antisosiale tendenser, tendens til å anklage sitt offer for sin egen oppførsel, vært mobbeoffer selv, mangel på empati og følsomhet (Samnøen, 2014, s. 39). Denne samlingen av mulige karaktertrekk som kan være synlig i en mobbesituasjon.

Det er mulig for en person og å ha mange eller noen av disse karaktertrekkene uten å være en mobber. Mange av disse karaktertrekkene kan også observeres subjektivt av voksne hos ungdom der ungdom forsøker å fremstå kule eller streke ovenfor andre. Vi som profesjonsutøvere bør være obs på selektiv persepsjon, altså sette søkelys på noen aspekter ved en person, men overse andre (Skau, 2013, s.17). Et individ som har vært utsatt for mobbing, kan også tendens til å utvikle disse trekkene (Samnøen, 2014, s. 39). Det finnes også overlapp mellom de som mobber og de som blir mobbet digitalt. Dette kan tyde på at noe av denne atferden kan være hevn-motivert. Det er mulig å forbli anonym under digital mobbing og dermed kan en mobbeoffer slå tilbake på en måte som kanskje ikke var mulig under et faktisk møte (Aalen & Iversen, 2021, s. 106-107).

De som mobber uttrykker at de gjør det "bare for å tulle" eller "fordi jeg ville såre". Ofte er det samme personer som mobber tradisjonelt som utgjør digital mobbing. De som mobber online i større grad føler seg hjemme på de digitale arenaene. De uttrykker at de har en bedre IT-forståelse, at de bruker mer tid på internett og at de i større grad kan være seg selv på de digitale plattformene (Aalen & Iversen, 2021, s. 106).

Som tidligere nevnt er det også økt sjanse for å delta i den digitale mobbingen dersom man har nedsatt empati. Digitale mobbere undervurderer ofte eller er lite villig til å ta til seg hvordan atferden reelt oppleves for offeret. Disse mobbere angrer ofte mindre enn den tradisjonelle mobberen. Dette kan være grunnet til at mobberen ikke ser direkte reaksjon til personen som blir mobbet (Aalen & Iversen, 2021, s. 106). Det forenkler muligheten for å distansere seg fra ansvaret og følelsene. Barn som mobber har ofte også vansker som kan medføre høy grad av nedstemthet. De barna som driver med digital mobbing har større sannsynlighet til å ha lav

selvtillit, angst, depresjon og dårligere karakterer på skolen. De er også i høyere risiko til å delta i annen form for problem- eller risikoatferd både på utenom internett. Når vi har en mistanke om en ungdom som kan utøve mobbing er vi også nødt til å forstå oss på hvilken funksjon mobbing har for mobberen. Det å utøve trakassering utover andre kan barnet søke dette som et utløp for sine følelser. Dersom barnet eller ungdommen har mye oppsamlet aggresjon kan mobbing eller trakassering fungere som et utløp for vedkommende (Samnøen, 2014, s. 76). Det er mulig for å oss å observere tegn på innesperret aggresjon eller utrygghet hos barn og ungdom. På skolen og fritidsarenaer kan sosialarbeideren følge med og oppfølge slik atferd med samtale og veiledning. Slik atferd er ofte et resultat av ytre stressfaktorer eller plager. I noen tilfeller kan frykten for å selv bli mobbeoffer eller mangel på anerkjennelse fra andre i vennegruppen gi press på ungdommen til å katalysere sinne mot andre i form av mobbing og digital mobbing (Samnøen, 2014, s. 77). Denne informasjonen gir oss større grunnlag til å observere utviklingen av atferdsmønster hos både ungdommen og gruppen. Dette åpner også opp for mulighet til å motarbeide slik atferd med tett oppfølging.

For å konkludere kan vi som sosialarbeideren se på ungdom med vanskeligheter til å interagere med andre, og som mangler forståelsen for konsekvensene ved å mobbe både digitalt. Disse ungdommer som kan i større grad være predisponert til å mobbe på disse arenaer. Det er også viktig for sosialarbeideren å forstå hva selve mobbingen er uttrykk for i mobberens liv, og hvordan de forskjellige sosiale mediene åpner opp for forskjellig type mobbing. Forståelsen for mekanismene bak digital mobbing vil bidra til vurderingen av hensiktsmessige tiltak mot digital mobbing.

Mulige løsninger

Hinduja og Patchin (2015, s. 128-158), Staksrud (2013, s. 152-165) og Samnøen (2014, s. 63-86) beskriver noen råd til hvordan sosialarbeideren kan bidra til å hjelpe barn og ungdom som er utsatt for digital mobbing. I tillegg beskrives fordeler og utfordringer som disse forslagene har.

Opplysning om mobbing fra barnet

En av nøkkel løsningene på både digital og klassisk mobbing er å si fra til en voksen (Hinduja og Patchin, 2015 s.129). Som nevnt ovenfor kan mobbesituasjoner ofte løses hurtig ved hjelp av en eller flere voksne tillitspersoner. Disse trygge voksne kan bidra til å komme i kontakt med etatene som bør bli involvert, avhengig av alvorligheten og bidra til å løse situasjonen på den beste måten. Denne løsningen krever derimot at barnet eller ungdommen har en trygg tilknytning til en voksen person i livet. Denne løsningen krever en tillitserklæring der situasjonen kan fremstå overveldende (Skau, 2013, s. 16). Det å imøtekomme en voksen kan være desto vanskeligere dersom mobbingen består av enten bilder eller manipulerede bilder av vedkommende som oppleves skammelig av personen på bildet. Dette kan inkludere pornografisk materiale, fremvisning av vedkommende som utgjør en kriminell eller dårlig handling eller videoer der personen forteller en dypt sårbar hemmelighet. Som nevnt tidligere kan ikke tillitt tass for gitt, men må utarbeides (Skau, 2013, s. 17). Denne tilliten må kontinuerlig utarbeides og opprettholdes. I noen tilfeller kan utfordringen være mangel på en tillitsperson i livet. Ungdom som er utsatt for turbulent oppvekst med lite til ingen trygghet hjemme vil ha større vanskeligheter til å stole på en ekstern voksen enn ungdom med trygg tilknytning til foreldre eller andre trygge voksne. (Gjertsen, 2007, s. 169). Trygg tilknytning er også essensielt for barnets motstandsdyktighet samt være en beskyttelsesfaktor (Gjertsen, 2007, s. 169).

Innsamling av dokumentasjon

Hinduja og Patchin (2015, s. 162) anbefaler å ta vare på dokumentasjon for å bevise hendelsen. Dette er særlig viktig dersom saken skal rapporteres til skolen eller politiet. Dette beviser også fremgangsmåten av mobbingen og kan inneholde informasjonen om hvem som har mobbet, og hvordan fremgangen av mobbingen foregikk. Utfordringene her er samme som ved eksemplet ovenfor. Dersom bildene, meldingene, videoene eller andre mediefilene er dypt sårende, kan en person ikke ønske å beholde dem, men forsøke å komme seg unna situasjonen i stedet ved å slette meldingen, bildene eller videoene. Vi som profesjonsutøvere har et ansvar om å informere at trakassering, manipulering av bilder eller video eller andre former for digital mobbing kan være straffbare. Eksempelvis kan deling av et bilde av andre personer på nettet være straffbart ved personopplysningsloven §8 og åndsverkloven §45c (Staksrud, 2013, s. 162). Videre er det mulig å vise til nettsider som www.Nettvett.no som viser til blant annet relevante lovgivninger og råd forbundet med nettvett (Staksrud, 2013, s. 160). Det å vise til slike nettsidene kan i noen

tilfeller ikke være tilstrekkelig der forståelsen for den praktiske funksjonen bakk slike lover, konsekvenser og rapportering hos en ungdom kan være begrenset. Det kan være desto viktigere at profesjonsutøveren har en vis forståelse for digital mobbing og sosiale medier for å anerkjenne alvorlighetsgraden av situasjonen på en objektiv måte.

Rapportering til Politiet

Det er mulig å utlevere dokumentasjonen angående pågående mobbing til politiet (Hinduja & Patchin, 2015, s. 169-171). Hatefulle ytringer eller trakassering kan straffes etter straffeloven §135. Hatefulle ytringer. Denne loven innebærer både trusler, forhåning, eller fremming av hat. Dette innebærer ytringer som omhandler etnisk opprinnelse, hudfarge eller nasjonalitet, livssyn og religion, nedsatt funksjonsevne eller homofilorientering (Staksrud, 2013, s. 164). Som nevnt ovenfor kan det i noen situasjoner være vanskelig å samle på informasjon som omhandler mobbing, der denne informasjonen kan være dypt sårende. Dersom det er snakk om trusler, kan også barnet, eller ungdommen, bli truet med videre konsekvenser dersom de sier ifra og disse trusler kan resultere i at barn og ungdom forblir taus. Involvering av politiet inn i mobbesaken kan også oppleves som veldig alvorlig, og dermed fremstå vanskelig å ta kontakt dersom situasjonen ikke oppleves alvorlig nok ut. Utfordringen med dette forslaget er også at ungdom veit ofte at det å utøve mobbing eller digital mobbing er ulovlig, men mangler ofte forståelsen av konsekvensene av sine handlinger (Giæver et. al., 2021, s. 115). Tett kontakt mellom politiet og skolen eller fritidsarenaen, samt tydelig forklaring av mulige konsekvenser ved mobbing kan hjelpe på denne utfordringen.

Hjelp til å slette ting på nettet

Staksrud (2013, s. 159). Dette tipset gir oss som sosialarbeidere noe å lære. www.slettmeg.no er en god kilde i forhold til retningslinjer, og tips om sletting av internettinnhold (Staksrud, 2013, s. 159). Det å slette innhold på internett kan i mange tilfeller fremstå utfordrende og komplisert. For å kunne på best mulig måte hjelpe andre å komme seg unna nettmobbing er det viktig for oss som profesjonsutøvere å bli kjent med prosedyrene på sosiale mediene, spesielt prosedyrene som

omhandler sletting av data og muligheter for rapportering av innhold som ble lagt ut av andre. Disse prosedyrene er annerledes og krever forskjellig vinkling fra plattform til plattform.

Ikke svar på mobbemeldinger

Det å ikke gi mer respons på mobbing eller trakassering kan være en god ide, der man gir ikke desto mer oppmerksomhet til mobberen (Samnøen, 2014, s. 71). Utfordringen her er at i motsetning til tradisjonell mobbing, kan digital mobbing foregå kontinuerlig, altså foregå teoretisk døgnet rundt. I dette tilfellet kan mobbeofferet bli varslet om meldinger og innlegg over lengre periode av tid, og dermed føle for å respondere på noe av dette. Det vil dermed være avhengig av intensiteten hvorvidt det blir enkelt å se bort fra trakasseringen. Som nevnt tidligere er bruken av sosiale medier en vanlig del av hverdagen til barn og ungdom. Det er mulig å foreslå å slå av mobiltelefonen, eller slette sosiale medier. Dette forslaget kan oppleves en måte å miste muligheten til å komme i kontakt med venner eller bekjente. Hinduja og Patchin (2015, s. 160-161) påpeker også at ekskludering fra sosiale medier kan føre til tap av sosiale fordeler. På samme måten som digital mobbing kan medføre utestenging eller ekskludering (Medietilsynet, 2020, s. 7), kan det å ikke ha tilgang til disse medier oppleves som isolering fra venner eller bekjente. Barn og ungdom kan derfor føle seg utenfor, når de ikke er med på alt det nyeste som skjer.

Blokkering av meldinger og mobberen på sosiale medier

Dette punktet gir oss som profesjonsutøvere muligheten til å hjelpe med kunnskap og gi forslag til praktisk informasjon angående blokkering eller rapportering av mobbingen. Som nevnt ovenfor har ikke alle har like god forståelse for teknologi og muligheter for rapportering. Utenom dette kan det å blokkere mobberen ikke nødvendigvis stanse mobbingen. Anonymitet og muligheten for å i teori lage uendelig mange profiler på sosiale medier kan medføre videre mobbing rettet fra en annen konto eller profil (Spitzer & Heyerdahl, 2015, s. 114-116). Når vi tar i betraktning at 30% ungdom rapporterer å ha en falsk profil eller konto på sosiale medier (Medietilsynet, 2020, s. 5), er det mulig å tenke at kunnskapen om muligheten om lagning av falsk

eller alternativ profil lett tilgjengelig. Som nevnt ovenfor har de «digitale innfødte» også en følelse av bedre forståelse for disse mediene enn de «digitale innvandrere». Et alternativ til denne løsningen kan være å hjelpe vedkommende å konfrontere mobberer i den reelle verden. Denne løsningen vil sannsynligvis ha en mer konkret og langvarig innvirkning på den digitale mobbingen enn blokkering av slemme meldinger. Terskelen for denne løsningen kan derimot være langt større enn indirekte håndtering av problematikken og krever større grad av tillit til den voksne personen. Et alternativ her kan også være å komme i kontakt med foreldrene til vedkommende etter en samtale med ungdommen og veilede dere til å ta kontakt med skolen eller foreldrene til mobberer.

Minimalisering av konsekvensene av digital mobbing

For sosialarbeidere som både tillitspersoner, voksne og profesjonsutøvere er det utrolig viktig å ha en handlingsplan for håndtering av uønsket situasjoner i form av mobbing, trakassering eller trusler utført både på den digitale og fysiske planen.

I det sosialarbeideren får en mistanke om at noe har skjedd med en ungdom er sosialarbeideren nødt til å undersøke hva det er som egentlig hadde skjedd. Dette kan gjøres ved en til en samtale der barnet eller ungdommen kan uttrykke situasjonen på en trygg måte samt omfanget av den. Det gir også muligheten til å undersøke hvor alvorlig situasjonen oppleves for ungdommen. Under en slik samtale kan profesjonsutøveren gå igjennom informasjon av hendelsen og være behjelpelig til å anskaffe eventuelle bevis som kan være synlig på de sosiale mediene, telefonen eller andre plattformer (Samnøen, 2014, s. 70). Under denne samtalen er det viktig å forklare hvorfor det er viktig å undersøke dette, samle eventuelle bevis samt drøfte hva barnet selv føler angående situasjonen som har oppstått. Dersom det er nødvendig å samle inn bevis bør grunnlaget for innsamling presiseres der både telefonen, meldinger og sosiale medier kan oppfattes som en veldig personlig og privat sone (Samnøen, 2014, s. 70).

Under en slik samtale kan en voksen vise ungdommen at det er noe vedkommende bryr seg om og ønsker å være til hjelp. Under denne samtalen er det viktig å tydeliggjøre at mobbeofferet i den situasjonen ikke er et problem, men at mobberer oppførte seg urett (Samnøen, 2014, s. 71).

Dette kan være hjelpelig til å betrygge ungdommen som kan føle seg utrygt eller usikkert på tiltak som skal benyttes i denne situasjonen. Muligheten for tiltak vil også variere avhengig av arbeidsplassen, eventuelle relasjonen til mobberen, kunnskapen om situasjonen og retningslinjer for mobbing innen arbeidsplassen. Denne fremgangsmåten kan bidra til å skape følelsen av trygg atmosfære rundt barnet og ungdommen. Dersom dette er oppnådd kan det være lurt å ta en samtale angående hvordan ungdommen hvordan forholde seg til situasjonen videre. Dersom grunnmuren av trygghet har blitt utbygd av profesjonsutøveren er det viktig å opplyse at det å forsøke å slå tilbake eller respondere på trakassering sannsynlig vil medføre videre eskalering av situasjonen. Det kan også være lurt å videre utdype en forståelse for at slike meldingen eller atferd kan medføre frustrasjon eller bekymring, men det å respondere på dette vil sannsynlig kun resultere i forverring av situasjonen (Samnøen, 2014, s. 71). Som nevnt tidligere kan det å bli utsatt for mobbing i noen tilfeller resultere i at offeret selv velger å mobbe videre i frykt for igjen bli utsatt for mobbing, eller for å oppnå en popularitet i vennegruppen. Ungdom som har blitt mobbet tidligere uttrykker at det å mobbe kan være en lett vei til å oppnå popularitet i gruppen, og at det er ofte ungdom som selv er i vanskelig hjemmesituasjon som tar frustrasjonen utover andre ungdommer (Ødegård, & Pedersen, 2021, s. 328). Denne informasjonen kan videreformidles til ungdommen som blir mobbet for å skape en forståelse for at mobberen kan også være i en sår situasjon, og det sannsynlig ikke vil være hjelpelig å gi noen form for respons til mobberen. Med andre ord kan sosialarbeideren vise til empati og forståelse hos et medmenneske, men ikke forsvare handlingen som har blitt utført.

For å minimere mobbing, er det essensielt å forstå den andre siden av saken, nemlig mobberen sin side. Det kan være utrolig mange grunner til hvorfor ungdom velger å mobbe andre. Noen av grunnene kan forklare med et normalisert syn på digital mobbing, oppløsning av vennskap eller ensomhet, mangel på konstruktive fritidsaktiviteter eller kjedsomhet eller søk på bekreftelse eller status (Samnøen, 2014, s. 77). Disse karakteristikene beskriver et barn eller ungdom som mangler ytre stimulering, mestring eller bekreftelse fra venner og nærmiljøet. Som tidligere kan muligheten for hevn-basert digital mobbing og dårlig familie situasjon også medføre til digital mobbing. Alle disse faktorene vil likevel ha forskjellig uttrykk, og kan medføre forskjellig alvorlighetsgrader av digital mobbing. Det er mulig å tenke at dersom den digitale mobbingen kommer i fra et ønske om bekreftelse fra venner, vil den digitale mobbingen komme til uttrykk

ved å rettes mot en person som fremstår svakere og er i nærmiljøet til mobberen. Denne formen kan i større grad være tilfeldig i forhold til intensiteten eller alvorlighetsgraden. Dersom den digitale mobbingen er hevn-motivert vill den direkte siktes mot vedkommende som har medført smerte tidligere for mobberen, og kan dermed være mer intensivt og alvorlig. Det er også viktig å påpeke at både mobbing og digital mobbing er veldig individuelt i både uttrykket, alvorlighetsgraden og konsekvensene som vil komme frem på grunn av handlingen. På samme måten som grunnlaget for den digitale mobbingen må tiltak rundt mobberen vurderes individuelt ved bruk av skjønn. Det er viktig å ta i betraktning at digital mobbing kan også komme fra grensetesting og sosial eksperimentering. I noen tilfeller på grunn av fra kobling og distansering fra den andre personen kan den digitale mobbingen oppfattes som ufarlig og ubetydelig for mobberen (Staksrud, 2013, s. 91). Når vi tar disse momentene i betraktning, er det viktig å opplyse forskjellige muligheter i denne situasjonen. I noen tilfeller kan rapportering og straff medføre slutten på denne type atferd. I andre tilfeller kan det å komme i kontakt med ungdommen som utfører mobbingen og hjelpe vedkommende forstå konsekvensene av atferden bidra til bedre resultater (Staksrud, 2013, s. 91-92). Det er mulig å tenke seg at dersom en ungdom tester grensene, mangler forståelsen for konsekvenser forbundet med denne atferden og er stadig utsatt for ytre stressorer fra familie eller næromgivelsene kan bruk av straff og alvorlig konsekvenser bidra til videre negativ utvikling hos vedkommende. Det er dermed viktig å se mobbesituasjonen fra et helhetlig perspektiv og evaluere atferden hos mobberen og mobbeofferet.

I lys av de ovennevnte fordeler og ulemper ved hvert enkelt tiltak, kan det konkluderes at tiltakene mot digital mobbing er effektive i større grad, men at det fremdeles foreligger en del utfordringer ved oppdagelse, forebygging og minimering av digital mobbing.

Begrensninger i denne studien

På grunn av oppgavens størrelse, har oppgaven vært begrenset på ulike områder. Oppgaven tatt for seg en begrenset mengde kilder, som dermed også kan begrense utvalget av tiltak. Videre forskning kan åpne opp for flere søk, på fler språk og i fler søkedatabaser. Eventuelt kan videre forskning gjøre en metaanalyse av eksisterende forskning på digital mobbing og relevante tiltak. Videre forskning kan også se på gjensidig mobbing, hvor to individer er mobbere og mobbeoffer

ovenfor hverandre. Oppgaven har ikke tatt for seg kompleksiteten av mobbing over lenger tid blant de samme individene og gjensidig mobbing blant disse. Oppgaven fokuserer ikke på spesifikk digital mobbing blant ulike kjønn, aldersgrupper mellom 13-19 år, eller barn av annen etnisitet eller annen kultur i Norge.

Konklusjon

Denne oppgaven har funnet ulike tiltak som kan hindre og minimalisere konsekvenser av allerede eksisterende digital mobbing saker. Den belyser viktigheten av forståelsen for årsaker. Det viktigste momentet for å forebygge den digitale mobbingen og minimering av eventuelle konsekvensene av dette befinner seg i selve relasjonsbyggingen til barn og ungdom samt utviklingen av tillit fra ungdommene sin side. Dette er også tett knyttet til den profesjonsutøveren forståelsen av mediene og kunnskapen for denne formen for mobbing. Ved å utvikle denne kunnskapen kan profesjonsutøvere også tidligere atferd på de digitale arenaer.

Kilder

- Aalen, I., & Iversen, M. H. (2021). *Sosiale medier* (Ny utgave, 2. utgave.). Fagbokforlaget.
- Dalland, O. (2020). *Metode og Oppgaveskriving*, 7. utg. Gyldendal: Oslo.
- Fagorganisasjonen, 2017. Hentet fra: https://www.fo.no/getfile.php/1315392-1552640737/Dokumenter/Din%20profesjon/Brosjyrer/Global%20definisjon%20av%20sosialt%20arbeid_NO.pdf
- Folkehelseinstituttet. (2023, 10. februar). Psykiske plager og lidelser hos barn og unge hentet fra: <https://www.fhi.no/nettpub/hin/psykisk-helse/psykisk-helse-hos-barn-og-unge/>
- Gjæver, T. H., Mifsud, L., & Engen, B. K. (2021). *Digital dømmekraft* (2. utgave.) Gyldendal.
- Gjertsen, P.-Åge. (2007). Forebyggende barnevern : samarbeid for barnets beste (p. 231). Fagbokforl.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2015). Bullying beyond the schoolyard : preventing and responding to cyberbullying (2nd ed., pp. XXIII, 282). Corwin.
- Junker, A., Bjerkeset, O., & Bjørngaard, Johan Håkon. (2018). *Adolescent Risk Factors for Self-Harm Hospitalisation: The Young-HUNT Study, Norway*. NTNU.
<http://hdl.handle.net/11250/2562184>
- Spitzer, M., & Heyerdahl, C. (2015). Digital demens : alt om hvordan digitale medier skader deg og barna dine (p. 379). Pantagruel.
- Puresight (03.2023.). *Social media usage among teens 2023* Hentet 12.04 fra <https://www.puresight.com/social-media-usage-amongst-teens-2023>
- Ødegård, G., & Pedersen, W. (2021). *Ungdommen*. Cappelen Damm Akademisk.
- Samnøen, Øystein. (2014). *Mobbing på digitale arenaer* (p. 91). Cappelen Damm akademisk.

Skau, G. M. (2013). Mellom makt og hjelp : om det flertydige forholdet mellom klient og hjelper (4. utg., p. 169). Universitetsforl.

Staksrud, E. (2013). Digital mobbing : hvem, hvor, hvordan, hvorfor - og hva kan voksne gjøre? Kommuneforl.

Thorvaldsen, S., Westgren, B. B., Egeberg, G., & Rønning, J. A. (2018). Mobbing, digital mobbing og psykisk helse hos barn og unge i Tromsø *Tidsskriftet Norges barnevern*, 95(2-3), 128–142. <https://doi.org/10.18261/ISSN.1891-1838-2018-02-03-05>

