



Universitetet
i Stavanger

FAKULTET FOR UTDANNINGSVITENSKAP OG HUMANIORA

MASTEROPPGAVE

Studieprogram: Master i utdanningsvitenskap, spesialpedagogikk	Høstsemesteret, 2020 Åpen
Forfatter: Tove Årthun (signatur forfatter)
Veileder: Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby	
Tittel på masteroppgaven: Konsekvensene av mobbing etter mobbingen tok slutt. Engelsk tittel: The consequences of bullying after the bullying ended.	
Emneord: Mobbing Proaktiv aggresjon Makt Konsekvenser Elevkollektiv Kontekst	Antall ord:29981..... + vedlegg/annet:3647..... Stavanger, 10.12.2020

Forord

«Han ser jo så glad ut, jeg trodde alt gikk så bra nå».

Sitatet er et av flere, som jeg har hørt i fra mennesker, om mennesker, som er blitt utsatt for mobbing. I de senere år har jeg møtt flere mennesker, både privat og som lærer, som har åpnet opp om ulike utfordringer i forhold til det å være utsatt for mobbing, også i tiden etter mobbingen tok slutt. Det vekket min nysgjerrighet og interesse for å finne mer ut om hvilke konsekvenser som kan oppstå etter mobbingen stoppet. Etter å ha jobbet flere år som lærer i barneskolen, er jeg kjent med mobbingens ulike perspektiver, og har alltid vært interessert i å få mest mulig kunnskap om emnet. Det har vært veldig interessant, men også utfordrende og krevende å skrive denne masteroppgaven. Jeg er takknemlig for at jeg fikk muligheten til å fordype meg i et emne som jeg har et stort engasjement for. Ny kunnskap har gitt meg enda mer motivasjon til å jobbe forebyggende med mobbing i skolen. Tusen takk til informantene som brukte sin tid til å fortelle sine historier i denne studien. Deres viktige bidrag til studien, gjorde det mulig å få økt kunnskap rundt temaet. En stor takk til min fantastiske, kloke, kunnskapsrike og tålmodige veileder, Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby, som har støttet og hjulpet meg, og holdt ut gjennom hele prosessen. Jeg hadde ikke klart å skrive denne oppgaven uten deg. Takk til min fantastiske kollokviegruppe gjennom to år, Lise, Line og Kirsten. Jeg var heldig som ble invitert med i deres kollokviegruppe første uka, for jeg hadde ikke klart meg uten dere. Takk til Siv, Gro og Marita som jeg også har vært så heldig å få samarbeide med, og som alltid kom med oppmuntrende kommentarer og hjelp underveis. Da mitt prosjekt strakk seg til høstseminaret, og jeg ble sittende å skrive i sommerferien, var det veldig fint å ha kontakt med Line og Kate som også satt og skrev på sine masteroppgaver. Takk til dere for oppmuntring, god hjelp og støtte på veien. Takk til venner og familie som tålmodig har vist interesse og oppmuntring underveis, det har jeg satt stor pris på. Til sist, og ikke minst; Tusen takk til mann og barn for oppmuntring, tålmodighet, middager og støtte og oppmuntring underveis.

Stavanger, 10. desember 2020

Tove Aarthun

Sammendrag

Formålet med denne kvalitative studien var å undersøke hvilke konsekvenser som kan oppstå for barn og unge som har vært utsatt for mobbing, etter mobbingen tok slutt. For kunne oppnå en bedre innsikt og forståelse om temaet, belyses konsekvensene i en kontekst, der forståelsen av begrepet mobbing, samt tidligere erfaringer og opplevelser av mobbing vektlegges.

Gjennom syv semistrukturerte intervjuer, har følgende problemstilling blitt belyst og besvart;

- *Hvilke konsekvenser kan oppstå for barn og unge som har vært utsatt for mobbing, etter mobbingen tok slutt?*

Utvalget besto av fire personer som har vært utsatt for mobbing, og tre foreldre til personer som har vært utsatt for mobbing. Samtlige informanter var over 18 år. Intervjuene ble tatt opp på lydbånd og senere transkribert. Deretter ble intervjuene analysert, og meningsbærende enheter ble kodet og kategorisert. Den analytiske tilnærmingen var temabasert hvor fortolkningen hadde som mål å synliggjøre et felles meningsinnhold, der deltageres bidrag er satt sammen. Studien er fenomenologisk orientert.

Funn i studiens resultatdel, drøftes i lys av teori og tidligere forskning. Det vises til forskning som ser en sammenheng mellom det å bli utsatt for mobbing og senere internaliserende problemer (Bru et al., 2016).

Funnene i denne studien viser til flere og langvarige konsekvenser av å ha blitt utsatt for mobbing, i tiden etter mobbingen tok slutt. Alvorlige konsekvenser som posttraumatisk stress syndrom (PTSD), selvmordsforsøk og selvmordstanker, er blant de alvorlige konsekvensene som har oppstått blant de fleste deltagerne i denne studien. Det vises også til en rekke andre konsekvenser. Det å bli utsatt for mobbing, førte til at flere av deltagerne opplevde å bli endret som person. Til tross for enighet rundt forståelsen av begrepet mobbing, opplevde ingen av deltagerne i denne studien at mobbingen ble avdekket og stoppet. Samtlige deltagere ble utsatt for mobbing gjennom flere år, og noen ble utsatt for mobbing gjennom hele grunnskolen. Konsekvensene knyttes til gjentatt psykisk og fysisk vold, over tid. I de tilfellene det ble forsøkt å sette inn hjelp og tiltak, opplevde deltagerne at situasjonen forverret seg, og konkluderte med at feil tiltak, var verre enn ingen tiltak. Selv om det foreligger mye forskning og teori om mobbing, er det fortsatt behov for mer kompetanse i forhold til konsekvenser som kan oppstå og vedvare for personer som har vært utsatt for mobbing. Denne kunnskapen er viktig å få frem, for å kunne møte utfordringen med riktige

tiltak i fremtiden. Flere av deltagerne i denne studien har uttrykt behov for at noen sa «unnskyld».

Innholdsfortegnelse

Forord.....	2
Sammendrag.....	3
1.0 Innledning.....	5
1.1 Bakgrunn for valg av tema	6
1.2 Studiens hensikt og problemstilling.....	8
1.3 Studiens oppbygging.....	7
2.0 Mobbing	8
2.1 Defenisjon.....	8
2.2 Aggresjon	9
2.4 Makt.....	10
3.0 Konsekvenser.....	11
3.1 Helserelaterte konsekvenser.....	11
3.1.1Angst.....	12
3.1.2 Depresjon.....	12
3.1.3 Posttraumatisk stresslidelse.....	13
3.1.4 Selvmordstanker og selvmordsforsøk.....	15
3.2. Skolerelaterte konsekvenser.....	17
4.0 Teoretiske begreper og modeller.....	17
4.1 Nyere perspektiv på mobbing.....	23
5.0 Lover og undersøkelser.....	24
5.1 Elevundersøkelsen.....	26
4.0 Metode	29
4.1 Valg av metode.....	30
4.2 Utvalg.....	33
4.3 Fenomenologi.....	30
4.4 Hermeneutikk og forståelse.....	31
4.5 Det kvalitative forskningsintervjuet.....	32
4.6 Utvalg.....	33
4.7 Utvikling av intervjuguide	34

4.8 Intervjuprosessen.....	35
4.9 Transkribering av intervjuene.....	36
4.10 Analyse og fortolkning.....	36
4.11 Studiens kvalitet – vertifisering.....	38
4.12 Etske refleksjoner.....	39
5 Resultater	40
Undertitler	
6. Drøfting.....	66
7. Konklusjon og videre forskning	83
Referanser	88
VEDLEGG:.....	81
Vedlegg 1: Godkjenning NSD	90
Vedlegg 2: Informasjonsskriv og Samtykkeerklæring	93
Vedlegg 3: Intervjuguide 1.....	97
Vedlegg 4: Intervjuguide 2.....	98

1.0 Innledning

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Verdens første nasjonale aksjon mot mobbing ble lansert høsten 1983. Statsråd Kjell Magne Bondevik i Willochs Høyre-regjering engasjerte seg for å forebygge og stoppe mobbing, og inviterte skolefolk og et par forskere til arbeidet (Roland, 2020). Det ble gjort endringer av kapittel 9 A i 2017. Fra lanseringen av den første aksjonen mot mobbing, til den nye mobbeloven i 2017, ble det gjennomført flere nasjonale tiltak mot mobbing, og det foreligger omfattende forskning om temaet, både nasjonalt og internasjonalt (Roland, 2020).

Mobbing er et samfunnsproblem med stor utbredelse i skolen. Opplæringsloven § 9a fastslår «Alle elever i grunnskolen og videregående skole har rett til et godt fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring» (Opplæringsloven, 1998).

Det vises til mye forskning som ser en sammenheng mellom det å bli utsatt for mobbing og senere internaliserende problemer (Bru et al., 2016). I løpet av de siste ti årene, har antallet barn som blir mobbet i Norge nesten vært konstant på rundt fem prosent. Selv om forskningen på feltet er blitt større er det fremdeles mange barn og unge som blir mobbet (Roland & Munthe, 2017). Flere elever får hjelp, men en evalueringsrapport om nytt kapittel 9A opplæringsloven viser til ulik praksis av regelverket på skoler (<https://www.udir.no/globalassets/filer/tall-og-forskning/rapporter/2019/evaluering-av-kap.9a-i-opplaringsloven-2019.pdf>). Hver dag våkner rundt 60 000 elever i Norge til angsten for å bli mobbet. Hvor mange som våkner hver morgen til konsekvenser etter å ha vært utsatt for mobbing, er mer usikkert. Forskning viser til at konsekvensene kan være store. Å forebygge og stoppe mobbing, er en viktig samfunnsoppgave. Like viktig er det å forebygge og motvirke skadevirkninger av å bli utsatt for mobbing (Breivik et. al, 2017).

Til tross for systematisk og iherdig innsats for å stoppe mobbing over mange år, er ikke målet nådd om å gi alle barn og unge den trygge hverdagen de har krav på (Elevundersøkelsen, 2019). I den senere tid har forskere viet mer oppmerksomhet til mobbeutsattes situasjon og konsekvensene i ettertid av mobbingen, men det er fortsatt lite forskning på oppfølging av dem som er blitt utsatt for mobbing (Tharaldsen et al., 2017). Rapporten «Å bli utsatt for mobbing» (Breivik et al., 2017) konkluderer med at det å bli mobbet innebærer risiko for ensomhet, lavere selvtillit, ulike helseplager og dårligere skoleprestasjoner. Mobbing kan få alvorlige konsekvenser for mental helse, både psykisk og fysisk

Selv om forskere har viet mer oppmerksomhet til mobbeofrenes situasjon og konsekvensene i ettertid av mobbingen, etterlyses det mer kunnskap om tiden etter mobbingen tok slutt. Det er behov for å vite mer om hvordan barn og unge som har vært utsatt for mobbing kan ivaretas på en god måte (Tharaldsen et al., 2018).

1.2 Studiens hensikt og problemstilling

Formålet med denne studien har vært å belyse hvilke konsekvenser som kan oppstå for personer som har vært utsatt for mobbing, etter mobbingen tok slutt. For å få en dypere forståelse for konsekvensene som kan oppstå, retter studien også søkelyset på tidligere erfaringer og opplevelser. Studien er gjennomført med utgangspunkt i følgende problemstilling:

«Hvilke konsekvenser kan oppstå for barn og unge som er blitt utsatt for mobbing, etter mobbingen har stoppet?»

Problemstillingen er utformet for å romme deltakernes egne refleksjoner rundt begrepet mobbing, opplevelser, erfaringer og konsekvenser. Målet med å belyse dette temaet, er å bidra med ny kunnskap, gi en dypere innsikt og forståelse for hvilke konsekvenser som kan oppstå i tiden etter mobbingen tok slutt. Prosjektet er en kvalitativ studie som tar utgangspunkt i syv personers erfaring med mobbing, og som gjennom semistrukturerte intervju belyser problemstillingen med deres opplevelser, tanker og erfaringer. Utvalget i denne studien ble definert i to grupper. En gruppe var personer over 18 år, som hadde vært utsatt for mobbing, og den andre gruppen var foreldre/foresatte til personer som hadde vært utsatt for mobbing. Den samme problemstilling, med likt innhold i den semistrukturerte intervjuguiden, ble belyst fra ulike perspektiver. Fire personer som hadde opplevd mobbing selv, og tre foreldre til personer som hadde vært utsatt for mobbing.

Studien belyser viktigheten av å avdekke og stoppe mobbing for å kunne forebygge langvarige konsekvenser. For å kunne stoppe mobbing på en hensiktsmessig måte, må man ha kunnskap om de mekanismene som kan oppstå i de ulike interaksjonene, og hvorfor de oppstår (Støen et al., 2018).

1.3 Studiens oppbygging

Oppgaven er inndelt i syv kapitler. Etter innledningen i kapittel en, redegjør kapittel to for studiens teoretiske grunnlag. Først defineres begrepet mobbing, etterfulgt av opplæringsloven § 9A. Neste avsnitt gir en redegjørelse for ulike konsekvenser som mobbing kan føre til.

Videre vil teori om mobbingens psykologi, sosiale prosesser og utviklingsmodeller belyse hvordan tidligere erfaringer, kan ha innvirkning på konsekvenser etter mobbingen stoppet. Relevante resultater i fra Elevundersøkelsen (2019) er fremhevet for å belyse nyere data knyttet til mobbing. Kapittel tre redegjør for studiens metodevalg, verifisering av data, samt forskningsetisk vurdering. I kapittel fire presenteres resultatene som er utarbeidet på bakgrunn av deltagernes informasjon i fra intervjuene. Funn i fra resultatdelen vil bli drøftet i lys av studiens teoretiske forankring i kapittel fem. Oppgaven avrundes i kapittel seks med avsluttende kommentarer, samt forslag til videre forskning.

2.0 Mobbing

2.1 Hva er mobbing?

De fleste forskerne innenfor fenomenet mobbing, både i Norge og internasjonalt, er enige om grunntrekkene i mobbing. Mobbing defineres som negative, uvennlige eller aggressive handlinger (Olweus 1993, Smith 2005, Sullivan 2011, i Roland 2014, s. 23).

De aller fleste definisjonene inneholder også systematikk, gjentakende handlinger over tid og ujevnt styrkeforhold. Ubalanse i styrkeforholdet er et sentralt punkt som ble trukket frem i 1983, da Norge var det første landet i verden som gjennomførte en landsdekkende aksjon mot mobbing (Roland, 2014).

Begrepet mobbing kommer fra det engelske uttrykket mob, som viser til en stor og anonym gruppe mennesker som er knyttet sammen i en felles aktivitet (Olweus, 1974, Olweus 1992). Det hender at mobbing utføres av en person alene, men i de fleste tilfeller er mobbing en gruppehandling der mobbingen skjer i fellesskap (Roland & Vaaland, 1996; Olweus, 1992). Det engelske uttrykket er «bullying» og brukes i stor grad i den internasjonale referansen i dag (Roland, 2014).

En av de første forskerne som begynte å undersøke mobbing som fenomen på begynnelsen av 1970-tallet, Dan Olweus definerer mobbing på følgende måte: ”En person er mobbet eller plaget når han eller hun, gjentatte ganger og over en viss tid, blir utsatt for negative handlinger fra en eller flere andre personer” (Olweus, 1997, s.17). I definisjonen bruker Olweus begrepet negative handlinger. Negative handlinger er omtrent det samme som en

aggressiv handling, en negativ handling som bevisst blir påført eller forsøkt påført en annen person, og som fører til skade eller ubehag. Slike negative handlinger kan være både verbale, fysiske eller sosiale (Olweus, 1997).

Erling Roland har vært en annen pioner innen mobbeforskningen, og definerer mobbing på følgende måte: ”*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, 2007, s. 25).

Olweus og Roland har dominert mobbefagfeltet siden 1970-årene, og med sin forskning og forskningsformidling bidratt til at gode tiltak har blitt iverksatt og har bidratt til at mobbing som fenomen har blitt løftet frem (Lund & Helgeland, 2020). I 1983 utvidet Olweus og Roland mobbebegrepet til å gjelde både individ og gruppe (Olweus & Roland, 1983, s. 3)

Videre har forskerne Erling Roland og Grete Sørensen fremmet følgende definisjonen:

«Med mobbing eller plaging forstår vi psykisk og/eller fysisk vold mot et offer, utført av enkeltpersoner eller grupper. Mobbing forutsetter et ujevnt styrkeforhold mellom offer og plager, og at episodene gjentas over tid. Fysisk plaging, utestenging og erting er de vanligste former for mobbing (Lund og Hegeland, 2020, s. 25).

En anerkjent definisjon av mobbing er at det dreier seg om gjentatte aggressive eller negative handlinger som utføres av en eller flere personer over en tidsperiode. Et kjennetegn ved mobbinger også at det er en ubalanse i styrkeforholdet mellom mobber(e) og den som blir utsatt for de negative handlingene. Mobbing kan være fysisk, verbal, relasjonell, eller digital mobbing. (Roland, 2014; Olweus, 1992). Tre kriterier som også må være til stede for at handlinger skal kunne karakteriseres som mobbing er at handlingen er intender, den er gjentatt over tid, og det er ubalanse i styrkeforholdet mellom utøver og den som blir utsatt for de negative handlingene (Breivik et al., 2017).

Med bakgrunn i dette kan man definere mobbing slik:

«*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*» (Erling, R., 2014, s. 25).

Det er internasjonal enighet mellom anerkjente forskere om disse kriteriene (Breivik, 2017). (Roland 2014; Olweus, 1992). Allerede i den første, store empiriske studien som Olweus gjennomførte i Sverige (1978), var den nære tilknytningen mellom mobbing og begrepet

aggresjon tydelig. Selv om det er stor enighet om hvordan begrepet mobbing bør defineres, er det store forskjeller mellom studier når det gjelder målemetoder og datakilder (Breivik, 2017).

Likhetstrekkene i de ulike definisjonene på mobbing er store, men bruken av begreper varierer. Flere forskere bruker begrepet aggresjon i stedet for negative handlinger (Veenstra et al., 2005). I følge Olweus (1992) er en negativ handling og en aggressiv handling omtrent det samme.

Aggresjon er en intensjonell handling som har til hensikt å skade/krenke andre fysisk og/eller psykisk. (Berkowitz, 1993). Forskere deler aggresjonsbegrepet inn i to hovedformer; proaktiv og reaktiv aggresjon (Roland og Idsø, 2001, Dodge, 1991). Roland og Idsøe (2001) og forklarer reaktiv aggresjon som en handling som blir utløst av negative emosjoner, som sinne og frustrasjon. Proaktiv aggresjon forklares som en handling som kan gi positive emosjoner i form av følelse av makt og tilhørighet. Den som utfører handlingen kan oppleve materiell eller sosial belønning. Mobbing er mest relatert til proaktiv aggresjon (Roland & Idsøe, 2001).

Kjernen i proaktiv aggressivitet er at aggresjonen utføres for å oppnå bestemte sosiale gevinster, for eksempel å se at noen blir fortvilte eller redd (Bandura, 1977, Olweus, 1980, Roland, 2014, Roland & Idsøe, 2001, Vitaro & Brendgen, 2005, i Roland 2014).

«Opplevelsen av å bli krenket, særlig når en tror at det skjer med vilje, er meget sterk utløser av reaktiv aggresjon. En slik krenkelse kan komme uten forbindelse til en bestemt plan, men også da. Eleven blir stoppet i en konkret handling, men på en krenkende måte. Da får man to slags belastninger samtidig; den umiddelbare målblockeringen og den dypere krenkelsen» (Roland, E., 2014, s. 32).

Forskning viser en sterk sammenheng mellom proaktiv aggresjon og mobbeatferd. Mekanismer som inngår i proaktiv aggresjon er en sentral årsaksforståelse når det gjelder mobbing. Proaktiv aggresjon består av to former; maktorientert og tilhørighetsorientert (Roland og Idsøe, 2001). Det skapes tilhørighet innad i gruppen ved å gå sammen med andre mot en felles fiende (Roland, 2014). For å kunne besvare studiens problemstilling, er dette teoretiske perspektivet av betydning for å kunne forstå både hvordan og hvilke konsekvenser som kan oppstå etter man er utsatt for proaktiv aggresjon.

Disse formene for aggresjon har ulike årsaksforklaring, og viser seg på forskjellige måter. Det kreves god kunnskap om de ulike aggresjonsformene, ellers kan det føre til uriktig og mangelfull håndtering. Det setter krav til pedagogenes forståelse og håndtering av ulike former for aggresjon (Dodge, 1991).

Det proaktivt aggressive barnet opplever at det får status, makt og popularitet og andre goder ved å utføre negative handlinger mot andre. Stimulansen dette gir er med på å forsterke atferden (Dodge, 1991). Det er nødvendig å sette inn tiltak for å avlære atferden. Dersom barnets alder gjør avlæringen vanskelig, må det fokuserer på omlæring av atferden (Roland, 2018). Det eksisterer en ubalanse i relasjonen mellom den som utøver aggresjonen og offeret. Den proaktivt aggressive opplever å ha makt og kontroll, men offeret er i en avmaktsposisjon. Reaktiv aggressivitet er et uttrykk for en negativ oppførsel når man er sint, og proaktiv aggressivitet er når noen angriper noen for å oppnå noe, materiell eller sosial belønning. Det er en intensjonell handling som har til hensikt å krenke/skade noen fysisk/psykisk (Berkowitz, 1993).

2.3 Makt

Ved proaktiv aggresjon er makt en viktig stimulans (Roland & Idsøe, 2001). «Den unike maktstimulansen ved proaktiv aggresjon er å observere avmakten hos den man angriper» (Dodge, 1991, Dodge & Coie, 1987, Olweus, 1984; 1993, Roland & Idsøe, 2001, Vitaro & Brendgen, 2005, i Roland 2018, s. 38). Ved å belyse studiens problemstilling gjennom dette teoretiske perspektivet, vil det gi mulighet å se hvilke konsekvenser proaktiv aggresjon kan medføre, samt drivkreftene bak den proaktive aggresjonen.

Observasjonen av å se offerets reaksjon, som nervøsitet, frykt, hjelpeløshet, sinne, gråt eller fortvilelse, gir stimulansen makt ved å se avmakt. Bakgrunnen for å starte det proaktivt aggressive programmet kan være en egen idé, eller det kan være inspirasjon i fra andre, uten at offeret er til stede (Roland, 2018). Personer som er proaktivt aggressive, er flinke til å lese når offeret ser ekstra sårbart ut, og ser sine muligheter (Roland 2018).

2.4 Nyere perspektiv på mobbing – et paradigmeskifte

Nyere forskning utfordrer den etablerte teorien om begrepet mobbing, og tar til orde for et paradigmeskifte (Søndergaard, 2014, Nyere perpektiver på mobning, 2014) Et økende antall forskere, både nasjonalt og internasjonalt, løfter frem det som defineres som det andre

paradigmet (Lund og Helgeland, 2020). Den danske studien viser hvordan mobbebegrepet endrer betydning i forhold til konteksten, og studien fremmer behovet for en ny definisjon. «This book intended to be an intervention into current resarch debates about bullying. Much of the published reserch is still dominated by the model of school byllying that was first developet by Norwegian resarcher Dan Olweus; this model explain school byllin in terms of individual peronality traits (Søndergaard & Schoot, 2014, s. 2).

Shcott og Søndergaard beskriver mobbing som «sosiale prosesser på avveier», og trekker også inn sosiale medier som mobbekontekst:

Bullying is an intensification of the processes of marginalization that occur in the context of dynamics of inclusion/exclusion, wich shape groups. Bullying happens when physical, social or symbolic exclusion becomes extreme, reardless of wheter such exlusion is experienced an/or intended... This contempt for someone or something may be expressed by behavior that, for example, humiliates, trivializes or makes a person feel invisible, involves harm to person or property, abuses social-media profiles or dissemnitats humiliating messages via technological communication (Søndergaard, 2014, s. 13 og 14).

Felles for den nyere forskningen, er at fokuset flyttes fra individ, aggresjon og intensjonelle gjentatte handlinger til kontekst og sosiale prosesser (Søndergaard 2014, Lund og Helgeland, 2020).

Angsten for å bli ekskludert og behovet for å høre til er to sider ved de sosiale prosessene Søndergaard vektlegger for å forstå mobbing (Søndergaard, 2014). Det som skjer mellom deltakerne i det ekskluderende fellesskapet vektlegges, og ikke den individuelle opplevelsen av å bli ekskludert og de ulike emosjonene som kan oppstå i den enkelte. I denne prosessen er det behovet for å høre til som er grunnleggende, og angsten som oppstår når denne tilhørigheten til fellesskapet trues. Ekskludering kan gi en følelse av meningsløshet, det å være sosialt truet, ikke bli sett, bli misforstått og miste verdighet (Lund og Helgeland, 2020).

Erling Roland støtter Søndergaard (2014) i at mobbing er uheldige sosiale prosesser på avveie, men påpeker at definisjonen er uklar, fordi svært mange slags sosiale prosesser vil passe til definisjonen (Roland, 2020).

Ut fra definisjonene kommer det frem at mobbing kan skje i ulike former – verbalt, fysisk og sosialt. Mobbing med bruk av verbale virkemidler kan gjerne kalles ondsinnet erting. Offeret

blir mobbet i form av stygge ord og blir ofte karakterisert på en negativ måte. Ved fysisk mobbing tar mobberne i bruk fysiske virkemidler, som spark, slag eller annen fysisk tvang. Den siste formen for mobbing kan beskrives med utfrysning eller utestengning. Typisk for denne formen er at mobbeofferet blir fjernet fra et fellesskap ved hjelp av sårende metoder (Roland, 2007). Det kan også være hensiktsmessig å skille mobbing i direkte og indirekte mobbing. Med direkte mobbing menes angrep som er lett synlige. Det er åpne angrep på offeret, gjerne ved bruk av slag og spark. Indirekte mobbing der i mot, er mer skjult og omhandler former som utfrysning, utestenging og baksnakking (Olweus, 1992). De senere årene har det også blitt aktuelt å snakke om digital mobbing. Denne forholdsvis nye formen for mobbing, blir definert som ”an aggressive, intentional act carried out by a group 13 or individual, using electronic forms of contact, repeatedly and over time against a victim who cannot easily defend him or herself” (Smith et al. sitert i Kowalski, Limber, & Agatston, 2012:57). Ut fra definisjonen ser vi at det som skiller digital mobbing fra tradisjonell mobbing, er at mobbingen skjer ved bruk av digitale medier. Barn, langt ned i skolealder, bruker mobiltelefon, og utvikler tidlig interesse for elektroniske medier, som facebook og andre chattesider. Dermed er ikke mobberne lengre avhengige av offerets tilstedeværelse, og spredningskraften er ubegrenset. Mobbingen kan foregå når som helst på døgnet og mobberne trenger heller ikke røpe sin identitet (Roland, 2007).

2.5 Omfanget av mobbing

For å kunne sammenligne omfanget av mobbing, er det viktig at det er bred enighet i om kjennetegn i en definisjon. I internasjonal forskning er det bred enighet om tre kjennetegn som til sammen danner definisjonen (innenfor 1 .paradigme): negativ handling, mot en som ikke kan forsvare seg, som gjentas. Denne definisjonen (Olweus & Roland, 1983) lå til grunn for den første nasjonale tiltaksplanen mot mobbing i Norge, og definisjonen er brukt i utallige undersøkelser og forskningsbaserte praktiske tiltak internasjonalt. Når skolene skal utøve god praksis knyttet til nytt kapittel 9A, er det en fordel å ha sikker kunnskap om disse tre kriteriene (Roland 2020).

3.0 Konsekvenser

Det finnes en god del forskning på hvilke konsekvenser mobbing har på barn og unge som har vært utsatt for mobbing (Breivik, 2017; Bru & Hancock, 2017, Solberg, 2017). Det er derimot lite forskning på tiltak mot barn og unge som har vært utsatt for mobbing.

I den senere tid har forskere viet mer oppmerksomhet til mobbeutsattes situasjon og konsekvensene i ettertid av mobbingen, men det er fortsatt lite forskning på oppfølging av dem som er blitt utsatt for mobbing (Tharaldsen et al., 2017). Rapporten *Å bli utsatt for mobbing* (Breivik et al., 2017) konkluderer med at det å bli mobbet innebærer risiko for ensomhet, lavere selvtillit, ulike helseplager og dårligere skoleprestasjoner. Mobbing kan få alvorlige konsekvenser for mental helse, både psykisk og fysisk.

Forskning på konsekvenser av mobbing er i hovedsak basert på en forståelse av mobbing som tilsier at mobbing er gjentatte, aggressive eller negative handlinger som utføres av en eller flere personer over tid, der det er ubalanse i styrkeforholdet mellom den eller dem som utøver de negative handlingene, og den som blir utsatt for disse (Breivik et al., 2017, s. 1) Videre påpeker rapporten (2017) på at når det er behov for oppfølging, er det sannsynligvis når en person opplever negative handlinger som betydelige trusler mot sentrale behov som sikkerhet, tilhørighet og/eller anseelse/verdighet.

I en annen undersøkelse, ble det gjort et klart funn, at de fleste mobbeutsatte elevene hadde psykiske plager (Roland P., Støen & Sjursø, 2018).

Det kan oppstå uheldige konsekvenser og uheldige følger for de som utsettes for mobbing i årevis fremover, ikke bare umiddelbart mens mobbingen skjer (Idsøe og Idsøe, 2016).

Imens mobbingen pågår kan det oppstå tegn på fysisk, følelsesmessig og sosialt stress. De som utsettes for mobbing opplever ofte spenninger i kroppen, redsel, tretthet og tristhet. Noen barn mister sin tillit til mennesker, isolerer seg sosialt, får dårligere faglige resultater på skolen, og nekter å gå på skolen (Bru et al., 2016).

3.1 Helserelaterte konsekvenser

«It has an influence on the victim`s physical, emotional, social and educational well being» (Aluede et al., 2008, s. 151). Studier viser til alvorlige konsekvenser av mobbing som angst, depresjon, lavt selvbilde, skolevegring, psykosomatiske plager som hodepine og vondt i

magen, dårligere skoleprestasjoner, selvmordstanker og posttraumatisk stresslidelse (Aluede et al., 2008; Veenstra et al., 2005; Arseneult et al., 2019, Bru et al., 2016; T. Idsoe, Dyregrov & Idsoe, 2012).

Innenfor nevrobiologiske studier er det funnet skadelige biologiske konsekvenser knyttet til mobbing når man har gjort undersøkelser knyttet til stresshormoner (Bru et al., 2016).

3.1.1 Angst

Det er flere årsaker til at barn og unge utvikler depresjon og angst, og forskning viser at mobbing er en av dem (Bru et al., 2016).

Angst er den vanligste psykiske helseplagen blant barn og unge (Folkehelseinstituttet 2019). Tidlige symptomer på angst er ofte ubehagsfølelser og kroppslige symptomer, som vondt i magen, eller i hodet. Angstproblematikken manifesteres ofte i ungdomsskolealderen, og kan vises gjennom tydeligere unngåelsesatferd og isolering. (Bru et al., 2016).

Langvarig mobbing kan føre til frykt for bestemte situasjoner, områder og personer. Den som har vært utsatt for mobbing kan utvikle generell angst, men også annen type angst som sosial angst, da mobbing skjer i relasjoner (Midthassel et al., 2011). De som har vært utsatt for mobbing har økte odds for agorafobi; frykt for åpne plasser eller sosiale situasjoner med mange mennesker til stede. (Øverland, 2016;<https://www.uis.no/nb/konsekvenser-av-mobbing#/>)

Noen utvikler skolevegring og unngår skolesituasjonen. Angst kan føre til begrensinger som igjen fører til at man mister livsgleden og et meningsfullt liv (Bru et al., 2016).

Flere studier viser til en betydelig del av mobbeutsatte som har utviklet angst. Kerlikowskes funn i 2003 (Aluede et al., 2008), ble bekreftet i en kohortstudie fra Australia i 2001, av Bond, Carlin & Thomas (2001), hvor 2680 13-åringer selvrapporterte om symptomer på angst og depresjon.

Mobbingen, særlig når den strekker seg over lang tid, er sterkt medvirkende til at lidelser som sosial angst, generell angst, depresjoner og psykosomatisk lidelser oppstår, eller forsterkes (Idsøe og Idsøe 2012). Det å få slutt på mobbingen er et hovedmål og en meget stor gevinst.

Mange av de involverte elevene trenger oppfølging ut over dette. (Roland, 2015) Roland refererte til en ung kvinne (2014) som var sykmeldt i fra sin jobb, ikke fordi noen der hadde

utsatt henne for noe ubehagelig, men fordi hun var sikker på at det ville skje. Hun hadde tidligere vært psykisk nedbrutt etter langvarig mobbing på skolen. Selv om mobbingen opphørte, var det tydelig at angsten hadde satt seg fast (Roland 2014, s. 166).

3.1.2 Depresjon

Det er flere faktorer som kan føre til depresjon, og i forhold til denne studiens problemstilling belyses depresjon i forhold til det å ha vært utsatt for mobbing. Forskning viser at det å bli utsatt for mobbing er en vesentlig risikofaktor (Salmivalli, 2004; Aluede et al., 2008, Arsenault, et al., 2010, Bru et al., 2016). Miljømessige og sosiale forhold, og vansker med relasjoner til jevnaldrende i barneårene er av vesentlig betydning for depresjon (Bru et al., 2016).

Det er gjennomført en rekke studier som har undersøkt sammenhengen mellom det å bli mobbet og emosjonelle problemer (Breivik et al., 2017). Den første metaanalysen som undersøkte mobbeofrenes psykososiale problemer, ble utført av Hawker og Boulton (2000). Metaanalysen konkluderte med at de som hadde vært utsatt for mobbing, var mer deprimerte og engstelige enn barn som ikke var blitt mobbet. Depresjon ga den høyeste effektstørrelsen (Breivik et al., 2017).

En metaanalyse av longitudinelle studier (Ttofi et al., 2011) konkluderte med at det er omtrent dobbelt så stor sannsynlighet for å få depresjon i etterkant av mobbing, som for elever som ikke ble mobbet. Studien tyder på at det å bli utsatt for mobbing er en selvstendig risikofaktor for depresjon senere i livet (Breivik et al., 2017).

Denne sammenhengen mellom å bli utsatt for mobbing og utvikle depresjon, bekreftes også i en studie av Klomek et al., (2007). Deres studie viste at de som har var utsatt for mobbing, hadde syv ganger så stor sjans for å utvikle depresjon, enn for dem som ikke var utsatt for mobbing. De som ble utsatt for mobbing av og til, hadde to til tre ganger så stor sjanse for å utvikle depresjon enn for dem som ikke hadde vært utsatt for mobbing (Arsenault et al., 2010).

Depresjon viser til forstyrrede forestillinger om både seg selv og andre, og også om hvordan verden er å leve i. Langvarig mobbing øker faren for depresjon. Roland (2007). I tidlig skolealder er depresjon ganske sjelden, men i pubertetsalderen øker forekomsten sterkt (Bru et al., 2016). Depresjon kan komme til uttrykk på ulike måter, som tristhet, tap av glede, tap av energi, følelse av tretthet og tap av interesse for ulike aktiviteter. Depresjon kan redusere

livskvaliteten og kan også føre til negative konsekvenser for læring og utvikling av en persons potensiale (Bru et al, 2016).

Depresjon er en av de viktigste årsakene til sykdom og dødelighet, og er utbredt både i Norge og ellers i verden. Depresjon kan føre til skolerelaterte problemer, sosiale problemer og ungdom med depresjon har stor risiko for å begå selvmord (Bru et al., 2016). Få med depressive symptomer søker eller får den hjelpen de trenger (Helland & Mathiesen, 2009, i Bru et al., 2016). Depresjon kan komme til uttrykk på ulike måter, som tristhet, tap av glede, tap av energi, følelse av tretthet og tap av interesse for ulike aktiviteter. Depresjon kan redusere livskvaliteten og kan også føre til negative konsekvenser for læring og utvikling av sitt potensial (Bru et al., 2016).

3.1.3 Selvmordstanker og selvmordsforsøk

Depresjon gir en økt risiko for selvmordsforsøk, handlinger med potensielt svært alvorlige konsekvenser (Roland 2018). En av de mest alvorlige konsekvensene for mobbeutsatte, er selvmordstanker og selvmordsforsøk.

En landsdekkende, norsk studie, gjennomført i ungdomsskolen, viser at mobbeofre har betydelig mer selvmordstanker enn andre. Mens 16 % av mobbeutsatte rapporterte om selvmordstanker, var det bare 3-4 % av de andre elevene som rapporterte om samme tanke (Roland, 2002). De samme tendensene blir også bekreftet fra andre forskere, som Aluede et al. (2008) og Klomek et al. (2007).

To norske primærstudier (Roland, 2002; Undheim og Sund, 2013) samsvarer med hovedkonklusjonen i metaanalysen til Holt mfl. (2015) og van Geel mfl. (2014b), som viser at de som hadde blitt utsatt for mobbing i større grad rapporterte selvmordstanker (Breivik et al., 2017). Roland (2002) studerte ungdom og spurte dem om selvmordstanker da mobbingen pågikk. Han fant ut at risikoen for alvorlige selvmordstanker var tidoblet i denne gruppen, sammenlignet med de som ikke ble mobbet.

De fleste studier av mobbing skjer i skolen. For studier som undersøker sammenhengen mellom mobbing og selvmord, er det selvmordstanker og selvmordsforsøk som er undersøkt. Det er færre studier som har sett på sammenhengen mellom mobbing og selvmordsforsøk med dødelig utgang (Breivik et al., 2017).

Det finnes svært få longitudinelle studier av mobbing og selvmord, og det er få studier som har fulgt opp hvordan det går med de som ble mobbet som barn og unge når de blir voksne.

I en nyere studie (Sigurdsson, 2019), ble det funnet en sterk økning i risikoen for selvmordstanker og selvmordsforsøk blant unge som ble mobbet i ungdomsårene. (Johannes Foss Sigurdson: Long-term effects of bullying in adolescence: Mental health and social adaptation in adulthood, doktorgradsavhandling ved NTNU, 2019).

Studiene viser til et behov for at mobbeutsatte følges bedre opp, både i skolen og i helsetjenesten etter mobbingen har tatt slutt.

3.1.4 Posttraumatisk stresslidelse

Mobbing er også knyttet til andre alvorlige tilstander som posttraumatisk stresslidelse symptomer (PTSD). I de senere år har det vært aktuelt å se på sammenhengen mellom det å bli utsatt for mobbing og symptomer på posttraumatisk stresslidelse. Forskning viser at mobbing i skolen kan gi traumesymptomer etter at man har opplevd noe traumatisk. (Idsøe, Dyregrov, & Idsøe, 2012). Selv om mobbing kan resultere i PTSD-symptomer, er det uenighet om hvorvidt mobbing kan gi en PTSD-diagnose, (Midthassel et al., 2011) noe denne studien ikke vil gå nærmere inn på.

”Med psykisk traume menes overveldende, ukontrollerbare hendelser som innebærer en ekstraordinær psykisk påkjenning for det barnet eller den ungdom som utsettes for hendelsen. Vanligvis oppstår slike hendelser brått og uventet, men noen hendelser gjentar seg i mer eller mindre identiske form uten at barnet kan hindre dem. Hendelsene medfører ofte at barnet føler seg hjelpeløst og sårbart” (Raundalen & Schultz, 2018, s. 15)

For å få den psykiatriske diagnosen posttraumatisk stressforstyrrelse (PTSD), må man ha opplevd noe som er definert som en alvorlig traumatisk opplevelse. Hendelsen må også ha skapt en sterk fryktreaksjon. Man må altså ha opplevd noe forferdelig som har gjort at man er blitt skikkelig redd. Det må ha ført til en betydelig stressreaksjon med varighet over en måned (Bru et al., 2016). I denne studien knyttes den traumatiske opplevelsen til det å ha vært utsatt for mobbing.

Man kan gjenoppleve traumet og få påtrengende minner om tidligere hendelser, og utvikle unngåelsesatferd knyttet til ulike situasjoner. Et traumeminne kan utløses av en stemme, farge, lukt, et sted, eller en person som minner om tidligere hendelser. Når følelsen av ubehag blir sterkt, kan det kan oppleves som en «indre alarm» (Bru, E. et al, 2016, s. 51).

Påtrengende minner vil si at man gjenopplever vonde hendelser der minnene kommer tilbake i form av påtrengende minnebilder, også kalt flashbacks. De påtrengende minnene kan også

komme i form av drømmer, både som dagdrømmer og mareritt om natten (Idsoe T. et al., 2012).

Disse minnene utløses ofte av noe i omgivelsene som minner om det som skjedde. Det kan være veldig forstyrrende for konsentrasjonsevnen, og kan påvirke skolearbeidet. Kroppen er konstant i beredskap (Bru et al., 2016).

Mennesker som har opplevd en mellommenneskelig hendelse, viser betydelig høyere nivåer av PTSD-symptomer enn de som har opplevd andre typer hendelser (Lancaster et al. 2009). Mobbing er en mellommenneskelig hendelse, og det er mange viktige sider ved barns utvikling som kan gjøre gjentatte opplevelser av mobbing spesielt skadelig. Mobbing skjer i en tid der hjernen er under utvikling i flere biopsykososiale systemer som regulerer atferd.

Fysiologisk, eller kroppslig aktivering viser til at man er kronisk stresset. Det kan resultere i søvnproblemer, konsentrasjonsvansker, sinneanfoll og irritabilitet. Unngåelsesatferd er også et symptom. Et eksempel på det er at offeret unngår steder, personer og tanker som minner om mobbingen (Idsøe & Idsøe, 2011).

Noen få studier har undersøkt forekomsten av PTSD symptomer som følge av mobbing i skolen (Nader og Koch 2006). I en studie av Mynard et al. (2000) ble forholdet mellom mobbing og PTSD hos elever på videregående skoler studert. 37% av mobbeofrene rapporterte om PTSD-symptomer. Rivers (2004) fant også i sin studie en sammenheng mellom PTSD symptomer relatert til mobbing i skolen. Omtrent 25% av studiens deltakere rapporterte at de var plaget av påtrengende minner fra mobbing lenge etter å ha sluttet på skolen. En kanadisk studie rapporterte om en betydelig sammenheng mellom å bli mobbet og PTSD-symptomer blant skolebarn (McKenney et al. 2005 i Middthassel et al., 2011).

Mye av forskningen som ser på sammenhengen mellom mobbing og PTSD-symptomer, har konsentrert seg om mobbing i arbeidslivet hvor det er påvist en klar sammenheng (Idsøe & Idsøe i Middthassel et al., 2011). Tehrani (2004) fant at 40% av 165 ansatte undersøkt innen helsevesenet rapporterte om å bli mobbet over en toårsperiode. 44% av dem opplevd høyt nivå av PTSD-symptomer. To norske studier viste til enda større forekomst av PTSD symptomer. I en av dem, rapporterte 63% av et utvalg ofre for mobbing på arbeidsplassen (n0102) om høye nivåer av PTSD-symptomer, spesielt påtrengende minner og unngåelsesatferd (Matthiesen og Einarsen 2004). I den andre studien rapporterte 76% av de som blir mobbet på jobb (n0118) om PTSD-symptomer (Mikkelsen og Einarsen, 2002).

Barndomstraumer kan være spesielt alvorlige, fordi de virker inn på barns utviklingsprosesser. For skolebarn kan det oppstå ulike former for angst. De kan være overdrevent opptatt av egen sikkerhet og andres sikkerhet, og kan fremstå som noe aktive og hyperaktive. I ungdomstiden er identitet, vennsrelasjoner viktige, dette i en periode der man sakte men sikkert skal frigjøre seg fra foreldre. Traumatisering kan virke inn på disse utviklingsprosessene. Det vises gjennom at ungdommer kan trekke seg tilbake og isolere seg. De kan utvikle hukommelsesvansker, læringsproblemer å få problemer på skolen. Selv om mange kan klare seg veldig bra etter traumatiske hendelser, er det noen som utvikler posttraumatisk stresslidelse. Det er særlig fire symptomgrupper som blir knyttet til det. Det ene er gjenopplevelser, det andre er unngåelsesreaksjoner, man unngår ting som minner om det som har skjedd. Man kan også få endringer i tenkning, eller følelser, og hyperaktivering. Noen kan utvikle depressive lidelser, spiseforstyrrelser, psykoser og rusmisbruk. (Idsøe et al., 2012).

3.1.5 Psykosomatiske plager

En rekke studier viser at mobbing også kan gå utover den fysiske helsen. Å bli mobbet er ikke bare forbundet med psykiske plager eller vansker (Breivik et al. 2017). «Eksempler på somatiske helseproblemer i disse studiene er hodepine, magesmerte, ryggsmerte, smerte i mellomgulvet, svimmelhet, søvnproblemer, dårlig appetitt, sengevæting, hudproblemer, trøtthet og anspenthet» (Breivik et al., s. 43). Forskning viser at det er en klar sammenheng mellom mobbing og psykosomatiske plager. «Negative følelser som frykt, redsel, eller tristhet følges ofte av kroppslig uro, spente vonde muskler, hodepine og vondt i magen, eller opplevd mangel på energi og økt søvnbehov» (Bru, 2011, s. 19).

I de første metaanalysene som fant en sammenheng mellom mobbing og psykosomatiske problemer, viste til at barn og unge som ble mobbet, har en høyere risiko for denne typen problemer, enn de som ikke er involvert i mobbing (Pozzoli, 2009, 2013 i Breivik et al., 2017). Gini mfl. (2014) og Geel mfl. (2016) gikk mer i dybden på spesifikke helseproblemer hos mobbeofre og resultatene viste at hodepine og søvnvansker var et større problem blant mobbeofre, enn blant barn og unge som ikke hadde vært utsatt for mobbing (Breivik et al., 2017).

3.1.6 Nedsatt selvtillit og lavt selvbilde

Forskning viser at det er en klar sammenheng mellom mobbing og lavt selvbilde. Selvbildet kan bli lavere ut ifra hvor ofte man blir eksponert for mobbing (Houbre mfl., 2006, Hawker & Boulton, 2000, O`Moore & Kirkham, 2001).

Selvbildet er de meninger en person har om seg selv, og blir basert på tidligere opplevelser. De som har vært utsatt for mobbing, vil bli negativt formet ut ifra tidligere erfaringer og tilbakemeldinger fra mobberne (Fennel, 2007). Når et barn blir fortalt at det er lite verdt, indirekte eller direkte, gjentatte ganger, vil det etter hvert begynne å tro på det selv (Roland, 2015). Å bli mobbet av jevnaldrende har sammenheng med hvordan mobbeofre tenker om seg selv (Breivik et al., 2017).

Skaalevik & Skaalevik (2005) er opptatt av hva som skjer med mobbeutsatte selvvurdering. Det er rimelig å se på mobbing som et uttrykk for andres vurdering. Ut ifra det kan en forvente at mobbeofrene utvikler lav selvvurd og lav sosial selvvurdering. Med selvvurd menes å akseptere og respektere seg selv slik som en er, uavhengig av ytre hendelser (Skaalevik & Skaalevik, 2005).

Tidligere forskning kan vise til klare sammenhenger mellom sosiale relasjoner og selvvurd. Skaalevik & Skaalevik viser til en norsk undersøkelse som viser til at lav sosiometrisk status i klassen predikerte følelse av ensomhet, som igjen predikerte selvvurd negativt (Sletta mfl. 1996, i Skaalevik & Skaalevik, 2005).

Forskning knyttet til arbeidsforhold de siste årene, har vist at det å bli verdsatt og behandlet med respekt har stor betydning for en persons selvvurdering, selvvurd og mental helse (Skaalevik & Skaalevik, 2005).

3.2 Skolerelaterte konsekvenser

Denne studien har vist til ulike helserelaterte konsekvenser for barn og unge som har vært utsatt for mobbing. De helserelaterte konsekvensene kan føre til andre konsekvenser, som skolevegring, mangel på videregående utdanning, og videre utdanning. Mobbing i skolen over tid, kan føre til underprestering, mistriivsel og etter hvert unngåelsesatferd som skolevegring (Havik, 2015). En konsekvens av mobbing, kan være at en som har vært utsatt for mobbing i skolen, ikke får realisert sitt potensiale gjennom utdanningsløpet (Støen et al., 2018).

Forskning viser at det å bli utsatt for mobbing har sammenheng med økt fravær fra skolen, konsentrasjonsvansker og dårligere skoleprestasjoner. En følelse av håpløshet og hjelpeløshet, som kan oppstå ved depresjon, kan innebære et pessimistisk syn på seg selv og hva en kan mestre i skole og læringsammenheng. I stedet for å løse problemene, kan det føre til at eleven unngår dem (Bru et al., 2019). I skolen kan unngåelsesatferd komme til uttrykk gjennom negativ innstilling til skolearbeid, ved å utsette skolearbeid og være borte fra skolen uten grunn. I videregående skole kan konsekvensen bli at eleven dropper ut av skolen (Idsøe & Idsøe i Bru et al., 2018).

Konsekvensene av mobbing kan være store i forhold til læringsutbytte for den som blir utsatt for mobbing. For at en meningsfull læring skal skje, kan det være avgjørende at pedagoger har tilstrekkelig med informasjon om elevene, og er observante på mulige konsekvenser av mobbingen i forhold til tilpasset opplæring (Aluede et al., 2008). Forskning viser imidlertid at bare 16 – 17 % av ungdommer med mentale helseproblemer er i kontakt med helsevesenet (Helland & Mathiesen, 2009; Rones & Hoagwood, 2000), noe som påpeker viktigheten av at skolen, hvor elevene oppholder seg daglig, tar konsekvensene på alvor.

Det kan oppstå en splittelse i hukommelsen når man har blitt utsatt for traumer. Når traumene om minnene lagres, kan det være vanskelig for barnet å forene disse med vanlige minner, og konsentrasjonen blir svak (Brewin, 2003, i Byrkjedal og Øverland, side 109). Minner om tidligere traumer kan bli svært plagsomme og gå ut over konsentrasjon og skolearbeid (Bru et al., 2019).

Konsekvensene av mobbingen kan vedvare mye lenger enn man tror, og det synes ikke alltid utenpå. Påtrengende minner om vonde opplevelser, kroppslige stress med høyt hevede skuldre og vedvarende bestrebelser for å unngå steder/tanker/personer som minner om det vonde, alt dette er symptomer som kan være veldig hemmende for skolearbeidet, men symptomene er inni hodet på den som er utsatt. Det er viktig at alle som jobber med barn, er klar over og forstår hvordan denne typen symptomer kan være veldig problematiske for dem som opplever dem. Disse reaksjonene kan påvirke læring og oppførsel. De faglige og sosiale vanskene som kan oppstå, kan gjøre det vanskelig å forstå beskjeder, misforståelser kan oppstå, det kan bli overreaksjoner i forhold til kommentarer fra lærere og medelever og lignende. Dersom det blir gitt støtte av lærer i slike situasjoner, kan det redusere stress-symptomer i etterkant av mobbeepisoder (Idsøe & Idsøe, i Bru et al., 2016). Sjekk om **dette er skrevet om**.

Å bli ekskludert av jevnaldre, er en trussel mot utvikling og læring. En analyse av chat-tjenesten snakkommobbing.no gir innblikk i mobbingens konsekvenser ut fra ungdommens perspektiver slik det oppleves her og nå, i chat samtalen. Ungdommene som ble utsatt for mobbing ga tydelig uttrykk for å ha en opplevelse av å ikke bety noe i fellesskap blant de jevnaldrende. En tydelig strategi for å slippe unna mobbing og for å beskytte seg selv var tilbaketrekning (Lund & Helgeland, 2020).

3.3 Jobbrelaterte konsekvenser

I de senere år er det publisert primærstudier i Norge som viser konsekvenser av mobbing i et langtidsperspektiv. En av studiene (Strøm mfl., 2013) viser til at 15-åringer som er blitt mobbet, eller utsatt for vold og overgrep, har større sjanse for å falle ut av arbeidslivet ca. 8 år etterpå (Breivik et al., 2017, s. 62). Selv om det ble kontrollert for sosioøkonomisk status, var det lavere yrkesdeltakelse blant ungdommer som hadde opplevd mobbing og andre overgrep. Ofre for mobbing og vold hadde også lavere yrkesdeltakelse, selv om de hadde fullført videregående skole. Varhama og Bjørkquist (2005) fant i sin nordiske studie at mobbeofre kan oppleve problemer på arbeidsmarkedet flere år etter de sluttet på skolen (Breivik et al., 2017).

3.4 Tiltak og oppfølging

Det første og et av de viktigste tiltakene for den som er utsatt for mobbing, er at mobbing stopper, slik at eksponeringen av vonde opplevelser stopper (Roland, 2015). Neste steg er å forstå (Bru et al., 2018). Ifølge Lazarus (2009) må man ta tak i årsaken til problemet og forandre dette, før andre variabler og prosesser kan gjøres noe med. Lærerne har en vesentlig rolle i forhold til de ødeleggende konsekvensene. Skolen har i oppgave å gi alle barn og unge et godt og trygt miljø for læring og utvikling, noe som innebærer å se hver enkelt elevs behov. Det er derfor viktig at lærere har forståelse, kunnskap og ferdigheter til å være godt nok rustet til å ivareta alle barn og unge i skolen. Det er spesielt viktig for de som strever med psykiske helseplager (Bru et al., 2018). God lærerstøtte har størst betydning for sårbare elever. Forskning har vist at risikoelever som fikk mye emosjonell støtte og god struktur i klasserommet, fikk positiv utvikling og klarte seg bra (Pianta, 2000). Forskning viser til at gode skolemiljøer kan bidra til å motvirke psykiske helseplager, som depresjon. Støtte fra lærer kan i etterkant av mobbeepisoder redusere stress-symptomer (Bru et al., 2018).

I en mobbesak som har pågått over lang tid, vil handlingene noen ganger ha festet seg som et ritual alle involverte har vennet seg til. Det blir da nødvendig å bryte det ritualet. Dette gjøres ved at de voksne tar kontrollen og er veldig tydelige når de forteller elevene hva som skal skje. Dette gjøres etter en bestemt prosedyre som er velprøvd og har vist seg å ha god effekt (Roland 2014, s. 108). Idsøe og Idsøe viser til et viktig tema de opplever gjentar seg i forhold til temaet, og det handler om hva som hører hjemme i skolen, og hva som hører hjemme i helsetjenesten (Idsøe & Idsøe, i Bru et al., 2018). Forskning viser til skolen og læreres muligheter til å hjelpe barn og unge som har opplevd traumatiske hendelser (Raundalen & Schultz, 2006). Raundalen og Schultz bruker begrepet «krisepedagogikk» der tenkemåter fra terapirommet kan tilpasses klasserommet. Samtidig blir det understreket at pedagoger ikke skal være terapeuter, men bruke metoder og prinsipper med terapeutisk effekt (Bru et al., 2018).

Skolen er en arena elevene kan treffes, og kan derfor være ideell til å fange opp og hjelpe barn med ulike vansker knyttet til mobbing (Bru et al., 2018). Idsøe og Idsøe (2016) understreker viktigheten av at skolen og lærerne har kunnskap om hvilke konsekvenser mobbing gir. Det er av den grunn viktig at skolen utvikler en god plan for systematisk oppfølging av elever som har vært utsatt for mobbing, over tid.

De som utsettes for mobbing, kan streve med en rekke uheldige og alvorlige konsekvenser i årevis etter mobbingen tok slutt, og ikke bare umiddelbart mens mobbingen skjer (Idsøe & Idsøe i Bru et al., 2018). For de som lever med konsekvensene inn i voksenlivet, etter de har sluttet på skolen, er det avgjørende å få hjelp gjennom helsetjenesten. Utfordringen kan være at flere finner det vanskelig å be om hjelp, og få riktig hjelp. En del av mobbeofre fanges ikke opp, hverken når det gjelder hva de har opplevd, eller gjennom de problemene de har. Tiltak kan være både individuelle og gruppebaserte. Tilbudene som er tilgjengelige, må vurderes ut ifra behov og situasjon (Breivik et al., 2017). Forskning viser at kun 16 -17 % av ungdommer med mentale helseproblemer er i kontakt med helsevesenet (Helland & Mathiesen, 2009; Rones & Hoagwood, 2000).

Kognitiv atferdsterapi (KAT) er en av de mest effektive behandlingsformene for emosjonelle problemer som har sammenheng med traumatiske opplevelser (Idsøe & Idsøe i Bru et al., 2018).

Det understrekes viktigheten av å tenke seg godt om, slik at man setter i gang den intervensjonen man har størst sannsynlighet for å lykkes med. Dersom man famler og gjør

noe halvveis, kan det forsterke den vanskelige situasjonen og bidra til at mobbingen fortsetter. En mobbesak som har fått pågå i lang tid uten å bli oppdaget, er ofte preget av dårlig kommunikasjon (Støen et al., 2018).

3.5 Foreldreperspektivet

Til tross for stor oppmerksomhet og mye forskning på mobbesaker har det vært få studier som har interessert seg for hvordan foresatte opplever sin rolle i mobbesaker, og hvordan det er å ha et barn som på ulike måter opplever vanskeligheter i det sosiale miljøet på skolen. Det er gjort noe internasjonal forskning på foreldres rolle i mobbesaker, men studiene handler mest om mangler ved hjemmemiljøet. Flere undersøkelser har vist at det er lite samsvar mellom skolen og foreldrenes beskrivelser av hendelser som deres barn har vært involvert i. Foreldrenes oppfatning av den sosiale konteksten mobbingen foregår i, har det vært lite fokus på. Janne Støen (et al., 2018) intervjuet foreldre i sin undersøkelse om samarbeidet mellom skole og hjem i mobbesaker. Foreldrenes utsagn i undersøkelsen sier noe om at de kan identifisere mobbing, og de kan si noe om konsekvensene av mobbing for deres barn. Mange beskrev at de ble møtt med bagatellisering fra skolen. (Støen et al., 2017).

Eriksen & Lyng (2015) fant at skolen ofte bagatelliserer mobbesituasjoner overfor foreldre, og Thralsden mfl. (2017) viser til at konfronterende foreldre ofte ikke blir trodd, og at deres forståelse av barnets situasjon blir devaluert. Det kan synes som en kamp mellom foreldre og skole om å definere elevens virkelighet på skolen. Hein (2014), fant i sin undersøkelse at skoler skyver ansvaret for å løse mobbesaker over på foreldrene i stedet for å undersøke hva som kan gjøres på skolen. Mange skoler har videre en tendens til å skylde på foreldrenes oppdragelsesmetoder som årsak til elevens atferd på skolen, enten eleven blir mobbet eller mobber andre (Støen et al., 2018).

I opplæringsloven slås det fast at skolens arbeid skal foregå i forståelse og samarbeid med elevenes foresatte (Opplæringsloven 1999, § 1-1). Lovverket er tydelig på både foresattes og skolens rolle i elevenes opplæring. Skolen har ansvaret for å ta initiativ og legge til rette for samarbeid, samt iverksette tiltak når foreldre ber om det i forhold til det psykososiale miljøet (Støen et al., 2018). Denne retten er forsterket etter ny 9A. Dersom skolen ikke foretar seg noe etter saken er tatt opp med rektor i løpet av fem dager, kan foreldre kan melde saker direkte til Fylkesmannen. I noen saker kan det også være viktig å følge opp foreldre, da mobbingen av deres barn kan være en stor påkjenning. Det gjelder også for søsken av de som

blir utsatt for mobbing (Roland, 2020). I en mobbesak kan det oppstå destruktive forhold mellom foreldre, og vanskelige skole og hjem samarbeid. Ikke minst kan foreldre være en viktig ressurs i gjenoppretting etter en mobbesak. Her defineres gjenoppretting som et prosjekt med tydelig start og planlagt slutt (Roland, 2020, s. 131).

4.0 Teoretiske perspektiv og modeller

4.1 Mobbingens psykologi

For å forstå hva som skjer med den som blir utsatt for mobbing, og hvordan det kan skje uten at andre medelever griper inn i hendelsen, vil noen teorier innenfor mobbingens psykologi belyses.

Erling Roland publiserte de første elementene til en teoretisk modell om mobbingens psykologi på 1980-tallet, en teori som er utdypet og deler av den er testet mot empiriske data (Roland 2018). Første ledd i teorien omhandler sosiale prosesser innen plagergruppa når mobbing skjer, eller det som skjer like før selve episoden. Mobbing er en særegen form for interaksjon, der hovedpersonene er plagerne, mobbeofferet og tilskuerne. «En eller flere retter negative handlinger mot en som ikke kan forsvare seg, gjentatte ganger over tid. Hovedteorien er at dette mønsteret betyr en demonstrasjon av makt gjennom å skape avmakt og en symbolisering av tilhørighet ved å ekskludere en annen» (Roland 2018, s. 85). Det ble vektlagt to viktige stimulanser for de som mobber når de opererer sammen. Når det bare er en som mobber, antas det at stimulansen begrenser seg til makt over den som blir utsatt for mobbing (Roland 2018).

Det er ofte tilskuere i mobbesituasjoner, og ofte er tilskuerne passive i hendelsene. En forklaring kan være at hendelsene er så alvorlige, at tilskuerne avstår fra å gjøre noe i frykt for eget liv og helse. En annen konsekvens, som er mer sannsynlig ved mobbing, er at medelever frykter sosial straff dersom de griper inn (Roland 2018). Tilskuere kan også applaudere hendelsene, eller bli trukket med (Cowie 2000, Salmivalli et al. 1996, i Roland 2018). Dette kan forklares ut ifra at de som utsetter noen for mobbing, fremstår som modeller for tilskuerne, noen de ser opp til (Bandura 1973, 1983). Dette kan føre til oppmuntring for de som utsetter noen for mobbing. For de som blir utsatt for mobbing, kan situasjonen oppleves ekstra nedverdiggende eller truende. Det hender også at en venn av den som blir utsatt, er blant tilskuerne, og kan oppleves som et særlig svik (Roland 2018).

De som blir utsatt for mobbing vil ha «sosiale stigma i tilhørighet-ekskluderingshypotesen», altså noe som de som utsetter dem for mobbing er blitt enige om å mislike (Roland 2018).

Dimensjonene makt ved avmakt og tilhørighet ved felles negativisme, ble funnet som sterk predikasjonskraft på det å utsette andre for mobbing i studien til Roland og Idsøe (2001). Studien bekreftet kjernen i analysen av mobbingens psykologi.

I norsk grunnskole i dag, er det forholdsvis stabile grupper hvor elevene følger hverandre i flere år. I forhold til opptakskrav og karakterer, er det hyppigere endringer i gruppene på videregående skole.

Ifølge Roland (2018) er det en stimulerende faktor for den som er utøver av mobbing, og har sterkt proaktiv aggresjonsprofil, at man er flere mot en, noe som kalles kollektiv antagonisme (Fandrem mfl., 2009, Roland & Idsø, 2001, i Roland et al., 2018). Proaktiv aggresjon er ofte kollektiv, det vil si at den utføres ofte av flere i sammen (Roland, 2014, i Roland 2018). En stor empirisk undersøkelse (Roland og Idsøe, 2001) viste at det er et bestemt motiv for tilhørighet i utførelsen av proaktiv aggresjon som mobbing (Roland, 2018, s. 39)

I miljøer som er preget av uforutsigbarhet og utrygghet, kan negative handlinger, krenkelser og utestenging oppstå. Blir man usikker på hvilken atferd som er tillatt og de sosiale posisjonene kan det bli en konsekvens. «Sosial eksklusjonsangst» er Dorte Søndergaards begrep på en slik situasjon (Kofoed & Søndergaard, 2009, i Roland et al., 2018).

Roland (1998) beskriver elevkollektivet som et fellesskap og ser på ulike maktkonstellasjoner i klasserommet. Det handler om den vev av sosiale tråder som spinnes og knyttes i klassen, og om hvordan denne veven regulerer atferden til elevene (Roland, E., 1998). Elevkollektivet befinner seg et sted mellom det pedagogiske system og eleven. *Kravet om kunnskaper, ferdigheter, væremåter og verdier kan da ikke rettes direkte mot eleven, det hele må godkjennes av kollektivet* (Roland, R., 1998, s. 24). Kollektivet kan ha både en offensiv og en defensiv funksjon, men for å få del i fellesskapets goder, må man også rette seg etter dets regler. Videre sier Roland (1998) at kollektivet også vil pålegge eleven å oppføre seg slik at det kan kontrollere om spillereglene overholdes. Dette omtales om et defensivt system, som en buffer mellom ledelsen og enkelteleven. Kollektivdannelsen kan også styrke båndene mellom elevene, da elevkollektivet også er et fellesskap.

Det er altså to begrunnelser for elevkollektivet. Det kan oppstå som et forsvar for uønskede faglige eller sosiale krav i fra læreren, da har kollektivet en defensiv funksjon. Den andre

grunnen til at elevkollektivet kan oppstå, er fordi det har sosiale egenverdier, som elevene aktivt kan skape. Det kalles kollektivets offensive funksjon (Roland, 1998).

En skoleklasse består av ulike personligheter som påvirker hverandre. Bevissthet rundt klassen som et sosialt system, er grunnleggende for læreres muligheter til å skape gode læringsmiljøer og tilrettelegg for både faglig og sosial utvikling (Ertesvåg, 2016, Roland, 1995). Miljøet i en klasse omtales gjerne som et klassemiljø, eller et læringsmiljø, og referer til læringsatmosfære, sosiale holdninger, verdier og normer i klassen (Porter, 2014). I følge opplæringsloven §9a-2, er det lærerens ansvar å skape et godt og inkluderende læringsmiljø i klassen. En viktig komponent i resosialisering av elever som har vært involvert i en mobbesak, er et godt klassemiljø en viktig komponent. Dette er av stor betydning i forhold til å redusere konsekvensene. Som regel vil alle i en klasse være påvirket av det som har skjedd, og derfor kan dette mønsteret være en vanskelig og langvarigprosess å komme ut av (Støen et al., 2018). For at alle skal få delta i et fellesskap, er det viktig at elevene utvikler holdninger som at det er viktig å ta vare på hverandre. Autorativ klasseledelse hvor lærere kombinerer relasjonsbygging med grensesetting, ser ut til å skape gode forutsetninger for å utvikle slike inkluderende miljøer (Roland, 2014). Noe som også fremheves her, er at elev om en har grepet inn i en mobbesak, og den aktive mobbingen tilsynelatende har stoppet, er det ingen garanti for at den som blir mobbet er inkludert i klassemiljøet. Fortsatt kan eleven føle seg isolert, selv om de aktive krenkelsene har opphørt. Denne delen av oppfølgingen er avgjørende. For at eleven som ble mobbet skal få hjelp og støtte i inkluderingsprosessen, kan læreren henvende seg til positive elevgrupperinger (Støen et al., 2018, s. 225).

Lærerens stil i forhold til klasseledelse, evne til å bygge relasjoner mellom lærer og elever, samt relasjonsbygging mellom elevene seg imellom, er sentrale områder ved de psykososiale forholdene ved et læringsmiljø, og kan påvirke elevens læring, trivsel og utvikling i skolen) Det kan være utfordrende å skape et godt læringsmiljø, dersom læreren har mangelfull forståelse av klassen som et sosialt system, og hvordan enkeltelevers sosiale kompetanse kan påvirke atferdsmønstre i klassen. I klasser med manglende struktur og regler kan det oppstå negative atferdsmønstre og svekket læringsmiljø på grunn av uklare forventninger og usikkerhet (Roland, 1995).

Betydningen av et godt klasse- og skolemiljø, understrekes av forskere, lærere, foresatt og elever (Støen et al., 2018). Forfatterne pekte på betydningen av å styrke klassen som et kollektiv, noe de mener har vært lite omtalt og prioritert. (Ser ut som å være av stor betydning ut ifra resultatene av erfaringer i denne studien). Forfatterne viser til en kvalitativ

undersøkelse ved 20 skoler, gjennomført av Eriksen og Lyng (2015) der det viste seg at selv skoler med praksis for godt læringsmiljøarbeid, var en del mobbesaker som lærerne av ulike grunner ikke fanget opp (Støen et al., 2018). Det er avgjørende at voksne griper inn for å stoppe mobbingen så tidlig som mulig. Da må voksne ha gode kunnskaper om hva som kjennetegner mobbing, slik at atferden kan identifiseres. For å kunne fange opp prosesser som ofte foregår i det skjulte, er det en forutsetning at lærerne har en god relasjon og kontakt med elevene. I en undersøkelse (Støen et al., 2018), viste lærerne i deres datamateriale at de hadde både lite kunnskap om mobbing og for dårlige relasjoner til enkelte elever, noe som var med på å komplisere saken.

4.1 Behovet for å høre til – individ og miljø

For å forstå hvordan mobbing kan føre til ulike konsekvenser, vil studien vektlegge teorier og modeller innenfor et sosialpsykologisk og sosiokulturelt perspektiv. Forskning viser at følelsen av å høre til, er av stor betydning for trivsel og god psykisk og fysisk helse (Allen & Kern, 2017). Det er grunnleggende viktig for barn i alle aldre å oppleve tilhørighet (Baumeister & Leary, 1995). Begreper fra tilknytningsteorier kan beskrive de første erfaringene av tilknytning. I ungdomstiden skal man finne ut hvem man er i forhold til foreldre og familie, samt tilpasse seg klassekamerater og jevnaldrende (Allen & Kern, 2017).

Skolen er et sosialt fellesskap hvor barn og unge lager sine egne fellesskap og blir en del av mindre avgrensede sosiale grupper (Lund & Helgeland, 2020). I de sosiale strukturene kan det oppstå en oppfatning i gruppa om hvordan man kan være og hvem man kan være sammen med. De fleste kjenner på dette, og forholder seg til det som gjelder i gruppa på sin måte (Haavind, 2013). I Hanne Haavinds (2013) studie om vennskap blant ungdom i 12-14 års alderen, finner hun uttryksformer blant ungdommen som markerer hvem som passer sammen, og hvem som ikke passer sammen. I følge Haavind (2013) handler engasjementet og intensiteten ungdommene har i forhold til vennskap om at det er en nødvendig forutsetning å etablere tilhørighetsforhold til andre barn og unge for ungdoms personlige utvikling.

I sosialpsykologien belyses det sosiale samspillet mellom mennesker, holdninger, sosiale systemer og hvordan mennesker formes av verdier. Menneskets behov for anerkjennelse, tilhørighet og sosial aksept beskrives i sosialpsykologien (Gilbert & Irons, 2009; Honneth, 2008). I det sosiokulturelle perspektivet blir det lagt vekt på at barn blir født inn i en sosial

verden som gir føringer for hvordan barns utvikling skjer, gjennom historiske og kulturelle prosesser (Lund & Helgeland, 2020).

4.2 Bronfenbrenners modell

Uri Bronfenbrenner sammenfattet alle faktorer som virker inn på et oppvekstmiljø i en modell han kalte utviklingsøkologisk modell, *The ecology of human development* (1979), (Bø, 2012). I hans forskning var han opptatt av å se menneskets utvikling og vekst i sammenheng med miljøet rundt seg. Modellen beskriver fire ulike systemer som påvirker hverandre i gjensidig interaksjoner; mikro-, meso-, ekso og makrosystem.

Dette økologiske perspektivet har hatt stor betydning for hvordan menneskers utviklingsprosess blir forklart i samhandling og interaksjon med andre, i ulike miljøer og systemer. I fra tidlig alder må barn lære å forholde seg til ulike oppvekstarenaer, og opplevelsen av sammenheng mellom de ulike. Når en ser på det sosiale samspillet rundt barna, vektlegges viktigheten av å tenke helhetlig. I Bronfenbrenners utviklingsøkologiske perspektiv, kan aldri individet analyseres isolert og utenfor en sosial sammenheng, da det er læren om at det oppstår en sammenheng mellom menneskene og de miljøene de omgis av, som vektlegges (Bronfenbrenner, 1979).

I et utviklingsøkologisk perspektiv vil barnets oppvekstmiljø ses på som deler i en helhet. Helhetstenkingen vil ramme inn de interaksjoner og erfaringsarenaer de som har vært utsatt for mobbing utvikler seg i. Den sterke sammenhengen mellom de ulike arenaene i barnets liv, vil ha gjensidig påvirkning på hverandre. Relasjonen mellom de som er nærmest vil kunne virke fremmende eller hemmende for barns utvikling. En optimal utvikling er avhengig av at barnet opplever kontinuitet i positive nære relasjoner (Bronfenbrenner, 1979).

I Bronfenbrenners modell befinner læreren seg på mikronivå, i tett samhandling med barnet. Det er på dette nivået man finner de påvirkningene som er nærmest barnet, som familie, venner og skole. Disse nære relasjonene er viktige for barnets utvikling. Lærerens interaksjon med eleven er derfor av stor betydning. De senere årene har det kommet mye forskning som understreker lærerens betydning i klasserommet, både som formidler av fag og som ansvarlig for å etablere og opprettholde et godt psykososialt læringsmiljø. Den autoritative læreren, det vil si en lærer som kontrollerer og styrer elevens atferd og læring gjennom en god balanse

mellom kontroll og varme, er den som oppnår best resultater i en klasse, både faglig og sosialt (Støen et al., 2018).

Det er veldokumentert at dyktige klasseledere, som utvikler et godt læringsmiljø, er en viktig forutsetning for arbeid med å redusere mobbing. Både nasjonal og internasjonal forskning understreker at et positivt støttende klasse miljø som oppmuntrer til åpen kommunikasjon, øker elevenes trygghet og reduserer risikoen for mobbing og problematferd i klassen. Venner som er tillitsfulle og omsorgsfulle er også av betydning. Målet er å fremme en felles kultur med kollektive verdier og holdninger som ikke aksepterer noen former for mobbing og krenkelser, og som derved lettere kan forebygge og stoppe mobbing (Støen et al., 2018).

4.3 Stress

En økende andel elever opplever skolen som et krevende sted å være, noe som kan føre til stress i skolen (Bru & Roland, 2019). Skolen er viktig som en sosial arena for sosial samhandling mellom elevene. Noen kan oppleve sosialt stress gjennom mobbing.

5.2 Undersøkelser

Hvert år blir det gjennomført elevundersøkelser i grunnskolen og i videregående skole. Elevene får si sin mening om læring og trivsel i skolen. Hensikten med undersøkelsene er å bruke svarene i skolen, kommunen og staten for å gjøre skolen bedre (<https://www.udir.no/tall-og-forskning/brukerundersokelser/elevundersokelsen/>).

Undersøkelsen er relevant å se på i denne studien, da den gir en oversikt over mobbingens omfang i Norge i nyere tid. Det er også relevant å belyse resultatene i elevundersøkelsen med denne studiens resultatdel.

5.2.1 Elevundersøkelsen

Elevundersøkelsen er en nettbasert spørreundersøkelse der elever fra 5. trinn til siste år på videregående skole får si sin mening om hva som er viktige for læring og trivsel i skolen. Elevundersøkelsen er relevant i forhold til denne studiens problemstillingen, da den presenterer resultater, som kan ha en årsaksammenheng i forhold til konsekvenser senere i livet. Til tross for endringer i opplæringsloven (2017), viser resultatene i elevundersøkelsen (2019) atelever ikke får hjelp når de blir utsatt for mobbing, to år etter lovendringen.

Undersøkelsen er obligatorisk for 7. trinn, 10. trinn og Vg1. Den er frivillig for andre trinn fra og med 5. trinn. 451 100 elever svarte på undersøkelsen høsten 2019. Det er det høyeste tallet som har vært registrert. «*Rapporten presenterer tall for 5. trinn til Vg3. Elevundersøkelsen*

inneholder tre spørsmål om mobbing: Mobbing av medelever, digital mobbing og mobbing av voksne. Samleindikatoren for mobbing er regnet ut på bakgrunn av elever som har oppgitt at de blir mobbet på minst en av disse måtene». <https://www.udir.no/tall-og-forskning/finnforskning/rapporter/elevundersokelsen-2019-mobbing-og-arbeidsro/>

Resultatene gir lærere, skoleledere og skoleeier informasjon om hvordan elevene opplever skolehverdagen, slik at skolen kan følge opp med riktige tiltak. Utdanningsdirektoratet er ansvarlig for gjennomføringen av undersøkelsen, mens NTNU Samfunnsforskning er ansvarlige for analysene.

I elevundersøkelsen 2019, svarte 6 prosent av elevene at de i en eller annen kombinasjon blir mobbet av medelever (4,6 %), digitalt mobbet av noen på skolen (1,8%), eller mobbet av voksne på skolen (1,6 %), to til tre ganger i måneden, eller oftere.

68 prosent oppgir at de blir kalt stygge ting på en sårende måte, 45 prosent ble holdt utenfor og baksnakket, mens 26 prosent opplevde fysisk mobbing. Det er flest elever som blir mobbet av andre elever i gruppen eller klassen, og litt færre elever som blir mobbet av andre elever på skolen. Det meste av mobbingen skjer i skolegården, i klasserommet og i korridoren.

36 prosent av de som blir mobbet svarte at ingen voksne på skolen visste om mobbingen. 16 prosent svarte at skolen visste om mobbingen, men gjorde ikke noe.

Mobbingen minker med alderen, men øker på 9. trinn. Jenter opplevde baksnakking og utestenging i større grad enn gutter, mens gutter opplevde mer fysisk mobbing.

55,9 prosent av elevene som oppgir at de blir mobbet av voksne på skolen, svarte at voksne sa sårende ord. 43,4 prosent svarte at «den voksne fikk meg til å føle meg utenfor.» Det var flere gutter enn jenter som svarte at de er utsatt for mobbing av en voksen på skolen, spesielt på ungdomstrinnet. 26 prosent av elevene som ble også mobbet av voksne på skolen, ble også mobbet av medelever. (<https://www.udir.no/tall-og-forskning/finnforskning/rapporter/elevundersokelsen-2019-mobbing-og-arbeidsro/>)

5.2.2 Ung data

Ung data er lokale ungdomsundersøkelser, som tilbys gratis til alle landets kommuner og fylkeskommuner, og gir et innblikk i hvordan det er å være ung i Norge i dag. Undersøkelsen innebærer at skoleelever på ungdomstrinnet og i videregående opplæring svarer på spørsmål om ulike sider ved livet sitt. Undersøkelsene foregår i skoletiden og gjennomføres elektronisk

«Nasjonale resultater i fra Ungdata 2019 viser at de aller fleste trives med det livet de lever» (<http://www.ungdata.no/Om-undersokelsen/Hva-er-Ungdata>). Slik innledes resultatdelen. Flere områder fremheves positivt, samtidig som rapporten viser antydning til økt ungdomskriminalitet, cannabisbruk og vold, økt forekomst av psykiske plager, mindre framtidsoptimisme og mer skjermtid. Rapporten viser også at færre trives på ungdomsskolen, og et økende antall ungdommer oppfatter skolen som kjedelig. Mer enn 20 prosent gruer seg ofte til å gå på skolen, og det er relativt mange som opplever høyt nivå av skolestress, særlig blant jenter.

Rapporten går nærmere inn på skulking, utdanningsplan, psykisk helse og mobbing. I undersøkelsen trekkes det frem at elever som skulker kan ha dårlige erfaringer fra tidligere skolegang, oppleve liten mestring, eller synes andre ting i livet er viktigere. Dette kan være grunnen til at de ikke møter opp på skolen eller i neste omgang ikke klarer å gjennomføre videregående opplæring. Videre peker undersøkelsen på at en del fullfører i voksen alder, men det er også mange som aldri fullfører videregående. At så mange ikke fullfører, blir fremhevet som et problem i undersøkelsens beskrivelser, fordi videregående utdanning i stadig større grad har blitt en betingelse for inntreden i arbeidslivet. En av de sentrale målsettingene i norsk utdanningspolitikk har vært at alle har de samme muligheter til utdanning. Andre resultater tyder på en trend i retning av mindre framtidsoptimisme blant ungdom. Andelen som tror at de aldri vil bli arbeidsledige har gått markert ned, og det er færre enn for noen år siden som tror de kommer til å leve et godt og lykkelig liv.

Flere undersøkelser viser også en klar sammenheng mellom mobbing og dårlig psykisk helse. Tilsvarende viser årets undersøkelse at andelen som opplever ensomhet er den høyeste som noen gang er registrert i Ungdata.

Ungdata spør ikke direkte om mobbing, men om noe som er tett forbundet med det – om plaging, trusler og utfrysing.

Mobbing er mest utbredt på barneskolen og avtar i løpet av tenårene. Både de som mobber, og de som utsettes for mobbing i ungdomstiden, er risikoutsatte grupper. Ofrene er særlig utsatt for psykiske og fysiske problemer senere i livet. Siden 2002 har sentrale aktører i skolen deltatt i et forpliktende samarbeid mot mobbing gjennom Manifest mot mobbing. Likevel har forekomsten av mobbing holdt seg relativt stabil de senere årene.

<https://fagarkivet.oslomet.no/en/item/asset/dspace:15946/Ungdata-2019-Nettversjon.pdf>

I Ungdata 2019 rapporterer 87 prosent av elevene på ungdomstrinnet at de «aldri» eller «nesten aldri» har blitt utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre på skolen eller i fritida. Tallet på videregående er 91 prosent. Mobbing er et stort problem for de som rammes. På ungdomstrinnet blir så mange som seks prosent utsatt for slike negative handlinger én eller flere ganger i uka, og ytterligere to prosent minst hver 14. dag. I ung data uttrykkes det at mange av disse kan betraktes som mobbeofre. Andelen som gjennom Ungdata rapporterer om å være utsatt for denne typen mobbing minst hver 14. dag, har ligget nokså stabilt siden 2014.

Læringsmiljøprosjekter/intervensjonsprogrammer

Det er ingen tiltak som har effekt, dersom eksponeringen for de vonde opplevelsene ikke stoppes. For å kunne hjelpe de som mobbes, må mobbingen stoppes. Det er utviklet ulike antimobbeprogrammer som inneholder effektive strategier for å stoppe mobbingen. Systematisk innsats mot mobbing har en dokumentert effekt (Breivik mfl., 2017),

I forbindelse med manifestet mot mobbing som kom i 2002, anbefalte regjeringen to programmer mot mobbing: Olewus-programmet og Zero, som begge er programmer som skolene kan bruke. Stigma-prosjektet startet i 2014, og er forankret i Læringsmiljøseneteret. Spekter er et ikke-anonymt verktøy for lærere, som er blitt brukt til å avdekke og stoppe mobbing, samt forebygge mobbing gjennom sterkere klasseledelse og systematisk arbeid i skolen, og kartlegge læringsmiljøet i en skoleklasse. anbefales å bruke undersøkelsen en til to ganger i løpet av et skoleår. Spekter har en tilleggsmodul som kan avdekke om elever blir krenket av voksne på skolen. <https://laringsmiljosenteret.uis.no/skole/mobbing/filmer-bokerog-verktoy/spekter-kartleggingsverktoy/>

Studier viser at anti-mobbeprogrammene har en positiv effekt på mobbing, og kan ha en forebyggende effekt og redusere konsekvenser av mobbing ved å bruke forskningsbaserte tiltak.

4.0 Metode

Forskningsprosessen vil her bli beskrevet ut ifra hva som ligger til grunn for valg av metode, hvordan datainnsamlingen ble forberedt og gjennomført og forskningsetiske overveielser. Deretter vil beskrivelser av koding, analyse og drøfting bli beskrevet, slik at leseren har mulighet til å vurdere studiens kvalitet. Studiens formål var å få økt innsikt i, og forståelse av, hvilke konsekvenser mobbing kan føre til etter mobbingen tok slutt. Studien er gjennomført med utgangspunkt i følgende forskningsspørsmål:

«Hvilke konsekvenser kan oppstå for barn og unge som er blitt utsatt for mobbing, etter mobbingen har stoppet?»

4.1 Valg av metode

Ulike forskningsdesign og metoder kan belyse de mekanismer og strukturer man ønsker kunnskap om, enten det er kvantitativ eller kvalitativ vitenskapsmetode (Kleven et al., 2018). De kvantitative og kvalitative tilnærmingene er ulike i forhold til hvordan forskningen legges opp, og de data undersøkelser fører til (Thagaard, 2018). Kvantitative studier omfatter store utvalg, og er preget av et strukturert design som er basert på avstand i relasjon til kildene. Undersøkelsesopplegget kan være spørreskjema der resultatene kan kategoriseres ved et avgrenset og enhetlig datasett som gir grunnlag for presis tolkning (Thagaard, 2018).

Det prioriteres annerledes i kvalitativ metode, både når det gjelder datainnsamling og når det gjelder tolkning av resultater. Kvalitative metoder prioriterer nærhet og fleksibilitet, og kjennetegnes blant annet ved at det er tett kontakt mellom forskerne og kildene (Thagaard, 2018). Datainnsamlingssituasjonen kan gi forskeren tilgang til kunnskap som det ellers kunne vært vanskelig å få tak på, da den ikke er så fast strukturert på forhånd. Dette kan gi dypere kunnskap enn den overflatekunnskapen som enkelte kvantitative metoder gir. (Kleven & Brinkmann, 2018).

Metodevalg henger sammen med prosjektets tema og problemstilling (Thagaard, 2018). Det ble tidlig i prosessen klart at kvalitativ tilnærming ville være mest hensiktsmessig i dette prosjektet. Å komme tett på informantene, og la dem få formidle sine erfaringer var viktig. Kvantitative metoder ble vurdert som en tilnærming med begrensninger i forhold til forskningsspørsmålet, da det ikke ville gitt mulighet til å gå i dybden.

4.2 Fenomenologi

Fenomenologien tar utgangspunkt i den subjektive opplevelsen og søker å oppnå en forståelse av den dypere meningen i enkeltpersoners erfaringer (Thagaard, 2018). Virkeligheten er slik mennesker oppfatter at den er (Kvale & Brinkmann, 2015).

For å finne svar på forskningsspørsmålet, ble det i denne studien brukt semistrukturert kvalitativt forskningsintervju. Ved å ha en åpen tilnærming til intervjuedes opplevelser og refleksjoner av sin livsverden, var målet å finne en dypere forståelse av den enkeltes meninger og gjengivelser. Det er forsøkt å gjengi deres opplevelser på en måte som er minst mulige preget av ens egen forståelse (Thagaard, 2018).

Da det er lite forskning på temaet jeg har valgt, om tiden etter mobbingen tok slutt, ble intervjuene gjennomført for å innhente empirisk kunnskap om intervjupersonenes typiske opplevelser av temaet, som i det fenomenologiske intervju om læring (Kvale & Brinkmann, 2015).

4.3 Hermeneutikk og forståelse

Fenomenologien tar utgangspunkt i hvordan mennesker opplever fenomener i sin livsverden, og hermeneutikken tar utgangspunkt i at fenomener må fortolkes for at de skal kunne forstås (Kvale og Brinkmann, 2015). Mening kan kun forstås i lys av den sammenhengen de oppstår i (Thagaard, 2018). Fenomener kan fortolkes på ulike nivåer, og dermed eksisterer det ikke bare en sannhet for et fenomen (Gilje & Grimen, 2001). «Den hermeneutiske sirkel» står sentralt i hermeneutikken. Den visualiserer forbindelsen mellom det vi skal fortolke, forforståelsen og den sammenhengen eller konteksten det må fortolkes i. Fortolkningen er i stadig bevegelse mellom det som skal fortolkes og konteksten, eller mellom vår forforståelse og det som skal fortolkes. Sirkelen tar aldri slutt, da fortolkningen alltid begrunnes med andre fortolkninger (Gilje & Grimen, 2001). Helheten forstås ut ifra hvordan delene fortolkes, og vi forstår delene i lys av helheten.

Det er en forutsetning at en har en forforståelse, for å kunne forstå (Gilje & Grimen, 2001). Oppfatningene man har i en situasjon, er preget av ens erfaringer og kunnskaper. Selv om denne studien er forsøkt å gjennomføres så objektivt som mulig, vil den likevel være preget av egen forståelse av mobbing, og konsekvenser av mobbing. Det vil ikke være mulig å fullstendig legge bort egne, subjektive erfaringer (Gilje & Grimen, 2001). Gjennom mine møter med andre mennesker som har opplevd mobbing, både som privatperson og i mitt yrke som lærer, har jeg gjort meg ulike erfaringer omkring temaet. Disse erfaringene var utgangspunktet for å gjennomføre dette forskningsprosjektet. Igjennom hele prosessen har jeg reflektert over hvordan forforståelsen min vil påvirke denne studien. Situasjoner som kan påvirke forskningsprosessen negativt, er dersom det er for tett kontakt mellom forsker og forskningsfeltet. Da kan det være vanskeligere å se situasjoner med nødvendig avstand. På den andre siden kan forforståelsen gi forskeren et bedre utgangspunkt i forhold til å forstå temaet og situasjonene rundt det som skal forskes på. Referanse . Min forforståelse har opplevdes som en styrke for gjennomføringen av studien.

Analyseprosessen hadde som mål å fortolke opplevelser på en måte som synliggjorde felles meningsinnhold og innhold som ikke kom til syne umiddelbart. I forskningsprosessen har jeg

også utviklet en teoretisk forståelse av ulike forhold som kan gi svar på problemstillingen, samt belyse konsekvensene i en sammenheng.

4.4 Det kvalitative forskningsintervjuet

«Formålet med det kvalitative forskningsintervjuet er å forstå sider ved intervjupersonenes dagligliv, fra hans eller hennes eget perspektiv. (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 45).

I denne studien er det, som tidligere beskrevet, brukt et semistrukturert intervju, for å belyse et tema ut ifra intervjupersonenes egne perspektiver. Ved en semistrukturert tilnærming, åpnes det opp for at deltakeren selv kan utdype egne tanker og erfaringer innenfor tema i intervjuguiden. Det gir rom for å få belyst flere områder enn det var i utgangspunktet. Denne tilnærmingen resulterte i flere interessante funn i denne studien.

Et semistrukturert intervju er verken en åpen samtale, eller et lukket spørreskjema. Det utføres etter en intervjuguide. Intervjuet blir transkribert, og lydopptaket og den skrevne teksten utgjør til sammen materialet for den etterfølgende meningsanalysen (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 46).

Et forskningsintervju kan utformes på ulike måter. En uformell tilnærming tilsier at intervjupersonen kan bringe opp temaer i løpet av intervjuet, og den som intervjuer kan tilpasse spørsmålene til de temaer som personen bringer frem underveis i intervjuet (Thagaard, 2018). Min tilnærming i intervjuene var å være åpen ved å gi deltakerne rom til å utforme dialogen omkring de emnene som engasjerte mest. Intervjuguiden ble brukt som en rettesnor for å sikre at alle fokusområder og spørsmål ble berørt. Deltagernes engasjement dannet rammer for dialogen.

4.5 Utvalg

I kvalitativ forskning er det avgjørende å velge deltakere på bakgrunn av at utvalget skal være egnet til å utforske problemstillingen og undersøkelsens teoretiske perspektiver. For å sikre at utvalget har deltakere som har egenskaper eller kvalifikasjoner som er strategiske for det man ønsker å undersøke, foretas det et såkalt *strategisk utvalg* (Thagaard, 2018). Utvalget i denne studien ble definert i to grupper. En gruppe var personer som hadde vært utsatt for mobbing, og den andre gruppen var foreldre/foresatte til personer som hadde vært utsatt for mobbing.

Da denne studiens tema omhandlet sensitive opplysninger, var det et kriterium at deltagerne var over 18 år (NESH, 2016). I det første forsøket på å rekruttere deltagere, tok jeg i bruk *snøballmetoden* (Thagaard, 2018). Gjennom hele prosessen var målet og ikke utsette noen for press i forhold til forskningsetiske retningslinjer. (NESH, 2016), dermed sendte jeg de første henvendelsene til flere innen min bekjentskapskrets, mine nettverk, for å rekruttere aktuelle deltagere. Noen utdanningsinstitusjoner for eldre elever ble også kontaktet. Mine henvendelser resulterte i kun to deltagere og det var nødvendig å endre strategien for å nå ut til flere aktuelle deltagere. Mobbeombudet i Rogaland og Fylkesmannen i Rogaland ble kontaktet, og var behjelpelige med å legge ut min forespørsel om deltagelse i denne studien på deres facebooksider. Det ble lagt ut informasjon om prosjektet, med kontaktinformasjon direkte til meg. Den digitale plattformen resulterte i flere interesserte deltagere på få dager. Det ble avtalt tidspunkt og møtepunkt for gjennomføring av intervju, og informasjonsskriv med samtykkeerklæring ble levert til deltagerne før intervjuene.

Studiens utvalg består av syv personer. Fire personer over 18 år som har vært utsatt for mobbing, og tre foreldre til barn som har vært involvert i mobbesaker. Et utvalgs størrelse kan variere, og det finnes ingen fasit. Størrelsen må sikre at datamengden er tilstrekkelig i forhold til å kunne analysere og fortolke innholdet. Utvalgets størrelse må også vurderes i forhold til kapasitet og tidsperspektiv. Dersom utvalget blir for stort har man ikke kapasitet til å gjennomgå den innsamlede datamengden innenfor den tiden en har til rådighet (Thagaard, 2018). I forhold til dette prosjektets tidsrammer, var størrelsen på utvalget tilstrekkelig, men er ikke tilstrekkelig i forhold til å gjøre resultatene generaliserbare. Resultatdelen kan likevel gi verdifull informasjon, samt stimulering til videre forskning.

4.6 Utvikling av intervjuguide

Aktuelle spørsmål ble utformet tidlig i arbeidsprosessen. Det er en forutsetning at en har kunnskaper om den aktuelle konteksten for å kunne utforme relevante spørsmål (Thagaard, 2018). I planleggingsfasen måtte jeg finne hvilke tema som skulle dekkes, samt få grep på hva jeg ønsket å få svar på.

I det semistrukturerte intervjuet benyttes en intervjuguide med tema og spørsmål. Rekkefølgen kan endres under intervjuet, og det gis rom for oppfølgingsspørsmål. En intervjuguide sikrer at vesentlige forhold blir berørt under intervjuene (Kvale & Brinkmann,

2015). Utfordringen var å finne gode og åpne spørsmål som kunne gi svar på problemstillingen, og samtidig gi rom for å bli kjent med informantens historie. Det er viktig å stille spørsmål som åpner for refleksjon og fyldige kommentarer (Thagaard, 2018).

Intervjuguiden ble utformet i to varianter, en til informantene som hadde opplevd mobbing, og en til foreldre. Innholdet i begge utgavene var like, men spørsmålenes formulering var tilpasset mottaker.

Intervjuguiden inneholder spørsmål om når mobbingen begynte og sluttet, hvem, hva og hvordan, og er med, for å få mulighet til en helhetlig vurdering, for å bygge tillitt og interesse for informantenes historie. Målet med spørsmålene var å få til en oppbyggende dialog, der det kunne komme frem verdifull informasjon som man kanskje ikke hadde fått, dersom man gikk rett på spørsmål om konsekvensene etter mobbingen tok slutt.

Intervjuguiden er utformet med tanke på å se konsekvensene av mobbing i en kontekst, og ikke som separate opplevelser og hendelser. Av den grunn vektlegges det også spørsmål som går tilbake i tid, og som ikke er knyttet direkte til problemstillingen.

Det ville vært unaturlig å møte informantene med spørsmål som kun fokuserte på tiden etter mobbingen, uten å vite mer om hva som hadde skjedd tidligere, hva de tenkte og følte i forhold til fortid, nåtid og fremtid. Da kunne verdifull informasjon gått tapt i forhold til forståelsen av konsekvensene som kan oppstå, etter mobbingen er over.

4.7 Intervjuprosessen

«Intervjuforskere mener ikke bare at de studerer fenomener som er kontekstuelle, de betrakter også selve intervjusituasjonen som en spesifikk kontekst for produksjon av kunnskap» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 114). Flere forhold i intervjusituasjonen er av stor betydning i forhold til intervjuets kvalitet og etiske dilemma. Det er ikke mulig for samtalepartnerne å møte hverandre fritt, uten å bli påvirket av konteksten. Kvale og Brinkmann (2015) begrunner påstanden ut ifra at det kvalitative forskningsintervjuet ikke er et nøytralt medium. Intervjusituasjonen vil alltid preges av partenes forforståelse og ønske om å gjøre et godt inntrykk (Thagaard, 2018).

Gjennom hele intervjuprosessen, ble det vektlagt at informantene skulle bli ivaretatt i trygge rammer. Det semistrukturerte intervjuet omhandlet et vanskelig tema, der informantene

tilhører sårbare grupper. Det ble ekstra viktig å fremstå som lyttende og aksepterende for det som ble formidlet.

I forkant av hvert intervju, hadde informantene mottatt informasjon om prosjektet, informasjonsskriv og samtykkeskjema, samt intervjuguiden. En informant mottok ikke intervjuguiden på forhånd, men var muntlig informert om prosjektets tema formål. Informantene fikk velge hvor vi skulle møtes, noe som førte til at de fleste intervjuene ble gjennomført på et nøytralt sted, og noen ble gjennomført i informantenes hjem. Grunnet Covid 19 og landets nedstenging i mars 2019, ble to av intervjuene gjennomført digitalt via videomøter. Det ble en uforutsigbar og uventet situasjon, men gjennomføringen og kommunikasjonen fungerte fint ut ifra prosjektets formål. Informantene fikk avgjøre hvilken digital plattform de ønsket å bruke.

Samtlige informanter fremsto som trygge, reflekterte og informative i dialogen og i forhold til prosjektets tema. «*Gode intervjupersoner er samarbeidsvillige og motiverte, de er veltalende og kunnskapsrike. De er ærlig og konsistente, de svarer konsist og presist på intervjuerens spørsmål, de gir sammenhengende fremstillinger. Gode intervjupersoner kan gi lange og levende beskrivelser av sin egen livssituasjon, og de forteller gripende historier som egner seg godt til rapportering*» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 194).

Intervjuguiden ble brukt som en støtte, for å holde i gang en best mulig dialog. Alle informantene er ulike, med ulike fortellinger, rundt det samme temaet og den samme problemstillingen. Noen fortalte, uten behov for mangespørsmål, andre får flere oppfølgingsspørsmål, både for å komme innom alle områdene i intervjuguiden, men også for å følge opp interessante og følsomme tema som oppsto. Enhver historie er sterkt, og formidler såre, vonde, men også gode opplevelser, som inneholder mange interessante perspektiv, og som ble undersøkt videre med oppfølgingsspørsmål.

Samtlige intervjuer ble gjennomført med lydopptak til diktafon. Lydopptak gjør at en unngår å bli distraheret av mye notatskriving underveis, og derfor oppleves som mer tilstedeværende i samtalen (Kvale & Brinkmann, 2015). Samtlige av informantene var tillitsfulle og fortrolige med lydopptakene. De var kjent med at opptakene vil bli slettet etter studiens avslutning.

4.8 Transkribering av intervjuene

Etter hvert som intervjuene var gjennomført, ble lydopptakene som jeg hadde tatt opp på en egen båndopptaker, transkribert i programmet NVivo 12. Ved transkribering, gjøres talespråket om til skriftspråk (Kvale & Brinkmann, 2015). Da tale og skriftspråk er to ulike måter å uttrykke seg på, er ikke dette helt ukomplisert, da en tekst ikke får med seg alle elementene som påvirker kommunikasjonen i intervjuet, som for eksempel kroppsspråk. Teksten må av den grunn ikke ses på som en direkte gjengivelse av intervjuene, men et godt hjelpemiddel i arbeidet med å analysere og bearbeide materialet (Thagaard, 2018).

I tillegg til båndopptaker, hadde jeg en egen skrivebok der jeg noterte tidspunkt jeg møtte informanten, hvor vi møttes og de ikke-verbale reaksjonene jeg kunne huske. Noen få stikkord om mine egne tanker, refleksjoner og følelser ble også notert. Jeg hadde også en loggbok jeg skrev i under hele forskningsprosessen.

Jeg transkriberte alle intervjuene i sin helhet før jeg startet analyseprosessen. Underveis noterte jeg meg stikkord av de tema som ble mest fremtredende i intervjuene.

Underveis i transkriberingen, noterte jeg meg interessante funn. Jeg fikk diskutert mine observasjoner og tanker med veileder underveis, noe som var svært nyttig og inspirerende for meg i prosessen videre. En slik samtale kan bidra positivt i den analyseprosessen som foregår underveis i datainnsamlingen (Postgård, 2010). Samtlige informanter ble kodet med et tall i fra en til syv, da jeg hadde syv informanter.

Det enkelte intervju varte i fra 45 minutter til 60 minutter.

Sitatene jeg har brukt i analysen, er hentet fra den transkriberte teksten. Flere av sitatene er blitt forkortete, der det er satt inn i en kontekst. Kvale et.al. (2015) omtaler dette som meningsfortetting.

4.9 Analyse og fortolkning

Analyse og tolkning kan vanskelig skilles i fra hverandre, da forskeren tenker over sin betydning og utvikler perspektiver for hvordan dataen kan forstås med å få oversikt over dataene (Thagaard, 2018). Kvalitative data gir ikke mening i seg selv, de må fortolkes. Ved å kode og kategorisere datamaterialet er det letter tilgjengelig for fortolkning.

Analyse og tolkning av data er en kontinuerlig prosess. Analysen starter allerede i intervjuprosessen og fortsetter helt til arbeidet er avsluttet (Thagaard, 2018). I intervjuprosessen begynner vi å lage en forståelse av deltagerens perspektiver. Denne forståelsen vil være preget av forskerens egen forståelse, som er utviklet gjennom ens teoretiske forankring og erfaringer (Thagaard, 2018).

Det er ulike former for intervjuanalyse som kan brukes for å gjøre intervjuanalysen enklere. Analyseteknikken er et verktøy som kan avdekke de skjulte meningsskattene i de mange sidene med ugjennomtrengelige intervjutranskripsjoner (Kvale & Brinkmann, 2015).

Analysen av intervjutranskripsjonene bygger på en temasentrert analytisk tilnærming. Metoden er velegnet til å gå i dybden på de enkelte temaene i studien.

«Analysen er rettet mot å utvikle en helhetlig forståelse av de fenomenene vi studerer» (Thagaard, T., 2018, s. 151). I dette prosjektet fant jeg koding og kategorisering som den analytiske tilnærmingen som var mest hensiktsmessig. Koding av data er en vanlig fremgangsmåte i kvalitativ analyse (Thagaard, T., 2018). I denne analysen deles teksten opp og betegner teksten med kodeord.

Etter syv intervjuer, sto jeg overfor et omfattende datamateriale, som jeg ønsket å forstå og yte det rettferdighet. Hvordan kunne jeg finne og forklare mønstre, identifisere temaer og gi en effektiv fremstilling av mine resultater? Hver historie har sin verdi, og prosjektets fremstilling av informantenes fortellinger, fortolkninger og konklusjon er av stor betydning for studien.

I analysen ønsket jeg å vise hvordan de kodeordene jeg anvendte, uttrykker tolkningen av meningsinnholdet i teksten (Thagaard, 2018, s.159). Hensikten med kodene, er at de representerer detaljerte utsnitt i teksten. Jeg kan stå i fare for å ha laget koder som gir for detaljerte utsnitt av teksten, fordi det da kan være vanskelig å få oversikt (Thagaard, 2018, s.159). Det er også fare for at jeg har brukt for omfattende koder, der analysen har blir mer generell enn det som er hensiktsmessig, fordi for det brukes for mye tekst i hver kategori. (Thagaard, 2018). Da kan det oppstå vanskeligheter med å identifisere situasjoner som er spesielt relevante i forhold til problemstillingen. Jeg ønsker derfor i mitt prosjekt å bruke en strategi som representerer begge tilnærmingene (Thagaard, 2018). Sorteringen av kodet tekst er dataprogrammenes styrke (Thagaard, 2018).

Selv om programmet Nvivo 12 hjalp meg til å sortere store mengder av data og identifisere mønstre, var det viktig og ikke bli for opptatt av prosessen med å klassifisere data, fordi programmet gir mange variasjonsmuligheter. Mason (2018: 195) i Thagaard, 2018, s. 178, minner oss på at prosessen med å kode og klassifisere data ikke må oppta så mye av vår oppmerksomhet at prosessen blir et mål i seg selv. På den andre siden hevder Corbing Strauss (2015:204) I Thagaard, 2018, s. 178), at bruk av dataprogrammer kan styrke vår kreativitet fordi vi får muligheter til å prøve ut alternative analysestrategier, og gir mulighet til å søke alternative forklaringer. De sier også at det er forskerens refleksjoner som fører til resultater av prosjektet, ikke dataprogrammene.

Etter jeg hadde transkribert intervjuene, laget jeg hovedkategorier og underkategorier. Deretter kodet jeg teksten i underkategoriene, og gjennomgikk hver kategori da jeg skulle analysere resultatene. I tillegg til å analysere intervjuene i NVivo 12, skrev jeg ut alle intervjuene for å sikre at viktig dokumentasjon ikke skulle gå tapt, og for å veksle mellom papir og skjerm i prosessen.

Alle intervjuene ble kodet og analysert i sammen. Selv om det var to varianter av intervjuguiden og to ulike grupper av informanter, omhandlet spørsmålene og temaene det samme, men i fra to ulike perspektiver.

4.10 Studiens kvalitet - vertifisering

«*Reliability and validity are key ways of evaluating research*» (Silverman 2011, s. 25)

I denne uttalelsen rettes oppmerksomheten mot forskningens troverdighet (Silverman, 2011). Troverdighet innebærer at deltakerne og andre forskere kan vurdere fremgangsmåtene i prosjektet og de resultatene som presenteres. Reliabilitet, validitet og overførbarhet er sentrale begreper for å vurdere forskningsprosjektets troverdighet (Thagaard, 2018).

«Reliabilitet knytter vi til spørsmålet om forskningens pålitelighet, og validitet knytter vi til spørsmålet om forskningens gyldighet. Overførbarhet knytter vi til vurderinger av spørsmålet om tolkninger som er basert på en enkelt undersøkelse, også kan gjelde i andre sammenhenger» (Thagaard, 2018, s. 19).

Vertifisering knyttes til studiens reliabilitet, validitet og generalisering (Kvale & Brinkmann, 2015).

4.11 Reliabilitet

Reliabilitet knyttes til om forskningen er utført på en pålitelig og tillitsvekkende måte (Thagaard, 2018). Silverman (2011) er opptatt av at forskeren bør være tydelig i beskrivelsene av fremgangsmåten som er benyttet for å utvikle data. Forskningsprosessen kan gjøres transparent, gjennomsiktig av forskeren, ved å være tydelig i beskrivelsene av fremgangsmåten som er benyttet for å utvikle data. Det gjør det mulig for andre å vurdere forskningsprosessen trinn for trinn (Silverman, 2011). Det har av den grunn vært av betydning å beskrive forskningsprosessen og begrunne valgene som er gjort underveis, for å sikre studien troverdighet (Thagaard, 2018). Kvalitativ forskning vil være påvirket av forskerens perspektiv. Eget teoretisk ståsted og forforståelse kan ha påvirket forskningsprosessen. Resultatenes troverdighet

4.12 Validitet

I følge Thagaard (2018) handler validitet om gyldigheten av de resultatene vi kommer frem til, og hvordan vi tolker disse. Validiteten i denne studien innebærer hvor pålitelige informantenes historier blir vurdert av leseren, om resultatene presenteres på en troverdig måte og om mine tolkninger er pålitelige. Leseren få innblikk i det datamaterialet som legges til grunn for resultatene

4.13 Genererbarhet

Begrepet generalisering har en annen betydning innenfor den kvalitative forskningen, enn den kvantitative forskningen (Thagaard, 2018). Den universelle generalisering blir erstattet med å overføre kunnskapen fra en situasjon til en annen (Kvale & Brinkmann, 2015). Tolkningsresultatene må være mulige å utprøves og videreutvikles i nye studier, og eventuelt gjenskapes av andre, dersom resultatene i fra studien skal være overførbare til andre lignende situasjoner (Thagaard, 2018). Studiens overførbarhet vil også være knyttet til om de presenterte tolkningene vil kunne bli gjenkjent av lesere med kunnskap om og interesse for fenomenet som studeres (Thagaard, 2018).

Overførbarheten i dette prosjektet vil være avgjørende for om andre kjenner seg igjen i konsekvensene av mobbing, samt tidligere opplevelser og erfaringer. Det kan være personer som har vært utsatt for mobbing, familie til personer som har vært utsatt for mobbing, venner, bekjente, ansatte i skole og helsevesen, kolleger av noen som har vært utsatt for mobbing og ulike profesjoner som har kunnskap og interesse for fenomenet.

4.14 Ethiske refleksjoner

Et av områdene i retningslinjene fra NESH (2016) handler om hensyn til personer og menneskeverd. Alle forskere skal ha grunnleggende respekt for menneskeverdet i sitt arbeid, noe som også er forankret i en rekke konvensjoner og lover. Å vise respekt for menneskeverdet, vil si å ta hensyn til individets personlige integritet. Forskningens «streben etter sannhet», kan ikke sette til side enkeltindividets interesse og integritet. Menneskeverdet kan ikke omgås for at forskeren skal oppnå det han/hun ønsker i forskningsprosessen (Thagaard, 2018).

Igjennom hele prosessen, har jeg reflektert over om spørsmålene ga rom for å få frem viktig informasjon i forhold til problemstillingen, samtidig som spørsmålene og dialogen skulle oppleves på en god måte for informantene. Maxwell (2009) mener at etiske refleksjoner bør involveres i alle aspekter i forskningsprosessen. Da samtalene var svært personlige, inneholdt sensitiv informasjon, og ofte inneholdt smertefulle hendelser i nåtid og fortid, var det viktig å overvåke intervjusituasjonene, slik at det ikke ble ubehagelig og støtende for informantene. Samtidig sitter den enkelte informant inne med så mye informasjon i fra sitt liv, at det er ikke alt jeg har spurt om, som kunne vært relevant og viktig i forhold til denne studien.

I en forskningsprosess kan det oppstå flere dilemmaer, derfor er det viktig å være reflektert og moralsk ansvarlig overfor deltagerne (Thagaard, 2018). Forskeren påtar seg ansvar om å beskytte deltakerne gjennom hele forskningsprosessen. Det forsøkte jeg å gjøre gjennom kommunikasjon og oppfølgingsspørsmål rundt ulike situasjoner for å sikre at informantene var komfortable i intervjusituasjonen, og om det var noe som ble sagt de ønsket å trekke tilbake.

5.0 Resultater

I denne delen presenteres funnene fra de syv semistrukturerte intervjuene. Gjennom intervjuene ble studiens tema og problemstilling belyst. Studiens formål var å få økt innsikt i, og forståelse av, hvilke konsekvenser mobbing kan føre til etter mobbingen tok slutt.

Studiens problemstilling er;

«Hvilke konsekvenser kan oppstå for barn og unge som er blitt utsatt for mobbing, etter mobbingen har stoppet?»

Resultatene presenteres under de ulike kategoriene som fremsto under transkribering av intervjuene i NVivo12. Overskriftene kan forstås som uttrykk for hvordan jeg har sortert funnene og i hvilket teoretisk lys jeg har tolket dem i. Hvordan jeg fortolker hovedpoenger i deltakernes beskrivelser, preger presentasjonen av resultatene i analysen (Thagaard, 2018). Kategoriene presenteres gjennom direkte utsagn og oppsummerende kommentarer. I analysen er det trukket ut ulike fellestema som er gjennomgående i datamateriale. Utsagn i fra enkeltdeltakere er trukket frem da tema som kommer frem er vurdert som representative for prosjektets formål. For å øke fremstillingens validitet, vil direkte utsagn og gjengivelser fra tema som kom frem under intervjusekvensen bli gjengitt. Ved utsagn blir det brukt anførselstegn og kursiv i den løpende teksten.

Gjengivelsene av direkte sitater er omgjort i fra dialekt til bokmålsform, både i forhold til anonymitet og for å sikre at lesere med andre dialekter forstår innholdet.

5.1 Begrepet mobbing

Samtlige syv informanter opplevde at det er en felles forståelse av hva mobbing er. Selv om det var felles forståelse av begrepet mobbing, opplevde noen at skolen, og av og til foreldrene, ikke visste hvordan mobbing skulle håndteres. To av informantene uttrykte sin misnøye over misbruk av ordet mobbing. De opplevde at flere sier de blir mobbet når de møter noe som er ubehagelig, og som kanskje kun har skjedd en gang. Informantene uttrykte at det er forskjell på bli mobbet og plaget.

«Det er jo veldig mange ulike definisjoner på hva mobbing er, for det er mange som misoppfatter ordet mobbing. Noen mener at bare fordi du blir ertet en dag, blir det sett på som mobbing, så jeg kan jo tenke meg at det er et stort problem i dag».

Informantene uttrykte at plaging kunne være ubehagelig, men ikke det samme som mobbing. *«Noe må man tåle»*, ble uttalt av en informant. Samtidig som informantene skilte mellom plaging og mobbing, ble ordet plaging brukt i ulike beskrivelser av hendelser.

«Det må være tydelige definisjoner. Det er ikke sånn at hver enkelt kan bestemme hva mobbing skal være».

De fleste informantene ga uttrykk for at det er en tendens i vårt samfunn at alle ubehagelige opplevelser blir kategorisert under begrepet mobbing.

«Jeg liker mye bedre den gamle definisjonen om hva mobbing er. Den nye definisjonen synes jeg er en utvanning uten sidestykke. Vi lever i et samfunn der det er mye enklere å ta seg nær

av ting, enn det det var før, og hvis vi alle skal tilpasse oss det hver enkelt personen definerer som mobbing, da klarer du ikke å løse noen utfordringer. Mobbing burde vært at det er noe gjentatt, negativt, enten at det er utestenging, eller at det er fysisk, eller psykisk, ikke sant?»

Selv om samtlige informanter opplevde at det var en felles forståelse av begrepet mobbing, reflekterte flere over utfordringene med begrepet mobbing.

«Det er veldig vanskelig å definere mobbing, fordi det er så omfattende, men plaging er ikke mobbing. Det er det jeg er mest tydelig på. Når du har en kompis, som du kanskje slenger med leppa til en gang iblant, så er det helt i orden, sånn skal det være. I alle fall blant gutter er jo det helt normalt, for eksempel å lekesloss når du går på barneskolen, SFO og alt det der.»

Informantenes forklaring på hva mobbing er, kan oppsummeres på denne måten:

«negative hendelser over lengre tid, gjentakende, av en person, eller en gruppe med flere personer med gjentakende handlinger, trakasserer deg, er stygg med deg, kommentere hvor stygge klær du har på deg, fryser deg ute, sender deg blikk, øyenbryn, noe man over tid har vært utsatt for sjikane, må ha foregått over tid, fysisk eller psykisk, burde vært at det er noe gjentatt, negativt, utestenging, rakke ned på andre slik at du selv havner litt høyere, snu ryggen til, grovere ting som slag og banking, når du mobber er du rett og slett stygge, får et annet menneske til å føle seg dårlig, få andre til å føle seg mindre verdt, det har en negativ intensjon, erting er litt på skøy, mobbing, da er du ute etter å plage noen, ikke få delta å være likeverdige med andre, bli sett ned på over tid»

Selv om informantene opplevde felles forståelse av ordet mobbing, opplevde de at omgivelsene (her; jevnaldre, skole, familie, andre) ikke oppfattet at informantene ble mobbet, eller i hvor stor grad informantene ble mobbet.

«Alle lærerne var ikke like flinke til å fange det opp da, for det er sikkert litt vanskelig å se».

Selv om alle informantene hadde en oppfatning av at det stort sett var en felles forståelse for begrepet mobbing, kom det til uttrykk at forståelsen kunne variere noe.

5.2 Konsekvenser

Samtlige i denne studien som hadde vært utsatt for mobbing, hadde opplevd en eller flere konsekvenser. For noen oppsto konsekvensene imens mobbingen pågikk, og fortsatte lenge

etter mobbingen tok slutt. Flere informanter opplevde at konsekvensene begynte da mobbingen tok slutt.

For en informant var situasjonen verst da mobbingen pågikk, og opplevde ikke at konsekvensene gikk ut over livskvaliteten i tiden etterpå. «*Han endret personlighet, ble mer tverr og ikke så glad, men nå har hatt fått det tilbake. Nå er han seg selv igjen. Migrenen som oppsto etter mobbingen tok slutt, har han fortsatt, men i mindre grad. Han fikk så alvorlig migrene, stressmigrene, at han begynte med migrenemedisiner*». De andre seks informantene fikk flere konsekvenser etter mobbingen tok slutt, som på en eller annen måte har gått ut over deres livskvalitet i tiden etter mobbingen tok slutt.

Altså, det som er, er at når du først har blitt utsatt for det, blir du aldri den samme personen igjen. Du kan på en måte få et lite snev av den personen du var, før det skjedde, hvis du er heldig, men det er på en måte sider av det som bare gjør at du blir på en måte litt bitter. At du liksom tenker du kommer ikke til å tilgi de som gjorde det, og at du ikke har tillitt til folk. Hos meg har jo det skapt relasjonsproblemer blant venner i hvert fall, at jeg ikke har tillitt til venner.»

«Jeg tror aldri at jeg får tilbake den personen jeg var før det skjedde, for jeg husker jo ikke hvem jeg var før.»

5.2.1 Helserelaterte konsekvenser

Samtlige informanter opplevde helsereelaterte utfordringer etter mobbingen tok slutt.. En av informantene var usikker på om helseplagene som oppsto underveis, og etter mobbingen tok slutt, var relatert til tidligere mobbing, eller om det var utfordringer i forhold til nære relasjoner i familien. En var usikker på om konsekvensene kunne være en kombinasjon av det å være utsatt for mobbing, og utfordrende situasjon hjemme. På grunn av denne studiens begrensning, er det ikke undersøkt hjemmets påvirkning, hverken som beskyttende faktor, eller risikofaktor i forhold til konsekvenser senere i livet.

5.2.2 Angst og depresjon

For seks av syv informanter førte mobbingen til emosjonelle plager som angst og depresjon. For fem av informantene startet plagene da mobbingen pågikk, og fortsatte etter mobbingen

tok slutt. For en informant oppsto plagene etter mobbingen tok slutt. Fem informanter hadde fortsatt perioder med angst og depresjon, i ulikt omfang.

«Konsekvensen av mobbingen ble angst og depresjon».

Jeg fikk mer angst, og ble unnvikende».

«Hun fikk sosial angst».

Det ble gitt flere eksempler på hendelser som førte til depresjon og angst, noe som igjen førte til at flere isolerte seg, og ble mer og mer ensomme. Fem informanter kunne kjenne på disse vanskene lenge etter mobbingen sluttet. En beskrev situasjonen at selv i perioder når han hadde det bra, var han ikke glad.

«Hver gang faren min spurte meg, er du ikke glad nå? så svarte jeg nei. For jeg er bare ekstremt mett. Og det er nok det som er utfordrende for meg. Jeg har veldig vanskelig for å bli glad for noe.»

«Jeg har slitt veldig mye psykisk etterpå, med angst og depresjon».

«Jeg var et vrak etter å ha gjennomgått de hendelsene».

«Det har ført til at jeg famler frem og tilbake».

Noen fortalte om situasjoner der de ble rammet av panikkanfall, og flere trakk seg tilbake i fra sosiale sammenkomster.

«Jeg klarer ikke å møte nye folk på en normal måte. Jeg blir ikke med på fester, eller går så mye ut.»

«Konsekvensene av mobbing ble fort depresjon. Jeg fikk angst og sliter med nye relasjoner».

«Det har ført til at jeg ikke orker så mye. Selv om det er snart ti år siden mobbingen tok slutt, har jeg dager jeg plutselig kan føle meg nedfor, og blir liggende i sengen å bare tenke på den tiden.»

«Det går jo aldri bort!»

En av informantene fortalte at han strevde med tanken på at han skulle få til noe, selv det han visste han var flink til. Selv mente han at han burde vært flinkere til å sette pris på det som gikk bra i livet hans, men det var han ikke.

5.2.3 Posttraumatisk stress

Seks av syv som var utsatt for mobbing, utviklet posttraumatiske stress symptomer og fem mobbeutsatte fikk påvist posttraumatisk stress diagnose (PSTD).

«Når du er sånn oppi ting, og blir så grusomt behandlet, som jeg faktisk er blitt, så blir du ødelagt innvendig. Du blir ekstremt ødelagt innvendig.»

En informant fortalte at det tok flere år før hun fikk påvist PTSD. De fleste som hadde vært utsatt for mobbing, fikk ikke påvist posttraumatisk stress før etter mobbingen tok slutt.

«Jeg fikk en skikkelig smell for noen år siden. Da var jeg helt nede i kjelleren. Jeg fikk en PTSD reaksjon, som gikk ganske hardt utover meg selv».

«Jeg har fått påvist posttraumatisk stress som en følge av dette. Minnene, og det jeg har opplevd, har påvirket meg veldig vil jeg si».

Flere fortalte om påtrengende minner som oppsto i møte med personer og arenaer i fra fortiden. Det kunne oppstå reaksjoner da de så igjen de som hadde mobbet dem, eller var på områder som minnet dem om fortiden. Noe fortalte at det var vanskelig å gå inn i et klasserom.

«Du møter jo folk du nødvendigvis ikke har lyst til å møte igjen. Du ser dem på gata, i butikken, på facebook...»

Flere av informantene hadde mottatt ulik behandling for vanskene, men opplevde fremdeles påtrengende minner i fra fortiden, som ga dem flere ubehagelige følelser og utfordringer.

«Det tar jo veldig lang tid. Det kommer jo tilbake, og det er jo fordi det aldri ble tatt tak i.»

Senere i resultatdelen, presenteres resultatene knyttet til relasjonelle konsekvenser.

Konsekvensene i forhold til PSTD fikk følger for flere andre forhold, blant annet vennskap og relasjoner med jevnaldrende.

«Hvis du først har møtt de mobbefolkene som har vært stygge med deg, så er det akkurat som hjernen din leter etter folk som minner om de.»

Det kom fram i fra flere informanter at nye bekjentskap, kunne minne om type mennesker de gikk på skolen med da de ble mobbet.

«Der er hun som gjorde det og det, og hun er nok den typen. Hjernen min hadde bestemt seg for at de nye bekjentskapene var like de som mobbet meg».

Felles for samtlige informanter var at deres situasjon aldri ble tatt tak i, og de som ble utsatt for mobbing, måtte bære på de negative hendelsene for seg selv.

«Jeg kjenner det bare jeg snakker om det».

En informant som hadde mottatt profesjonell hjelp over flere år, erfarte at det tok flere år før hun fikk riktig hjelp i forhold til traumene. Etter hun fikk riktig fått hjelp til å håndtere PTSD symptomene, håndterte hun symptomene bedre når de oppsto.

«Jeg gikk jo lenge med ubehandla posttraumatisk stress, noe som førte til at mine reaksjoner ikke sto i forhold til det som skjedde. Jeg kunne klikka i vinkel».

En informant, som hadde vært i ulike behandlingsinstitusjoner gjennom flere år, ventet fortsatt på traumebehandling. Flere informanter uttrykte at det var vanskelig å få riktig hjelp, selv om det var ulike tilbud man kunne oppsøke om man trengte hjelp.

Etter ti år med behandling, flyttet en av informantene og fikk en ny fastlege. Det var første gangen hun hørte om posttraumatisk stresslidelse. En psykolog som behandlet henne for posttraumatisk stresslidelse, førte til at gikk bedre på de fleste områdene.

En annen informant, som nylig hadde oppsøkt hjelp, flere år etter mobbingen tok slutt, ga uttrykk for at hjelpen er tilgjengelig, om man bare oppsøker den og tar imot den.

5.2.4 Selvmordstanker og selvmordsforsøk

Seks av syv informanter fikk selvmordstanker, og tre informanter beskrev selvmordsforsøk. Flere av informantene strevde fortsatt med selvmordstanker i perioder. Noen opplevde at hjelpen de hadde fått, hadde gitt den redskap og strategier til å håndtere dem, men hjelpen

hadde ikke resultert i at tankene forsvant. Flere var forberedt på at selvmordstankene kunne komme igjen.

«Det kommer jo tilbake igjen, og da tenker jeg at dette gidder jeg ikke mer, sant? Da var det selvmordstanker igjen.»

«Hadde jeg ikke hatt et kjæledyr jeg var glad i, hadde jeg nok ikke eksistert i det hele tatt»

«Jeg var så langt nede at jeg klarte ikke å berge meg selv.»

Samtlige som hadde strevd med selvmordstanker og selvmordsforsøk, hadde også opplevd flere andre konsekvenser etter de hadde vært utsatt for mobbing.

«I flere år prøvde jeg å ta livet mitt, for jeg var helt utkjørt psykisk. Det har fått en del andre konsekvenser også, for jeg har slitt veldig mye psykisk etterpå.»

De fleste informantene ga uttrykk for hvor sterkt det var å oppleve at andres negative ord og handlinger kunne føre til selvmordstanker.

«Når de som mobber klarer å få et annet menneske til å endre livsinstinktet, klarer å omprogrammere et menneske, da er du et forferdelig menneske. Og de finnes det veldig mange av».

En informant reflekterte over hvor sterkt det var å miste lysten til å leve på følgende måte:

«Det er helt iboende i menneskeheten at vi klarer å overleve, fordi vi vil overleve. Alle har et sterkt ønske om det. Det er derfor vi reproducerer oss, det er derfor vi klarer å gjøre så mye for å redde oss selv. Når det skjer en krise, glemmer vi alt av politiske ting, vi glemmer alt som ikke viktig, ungene er viktigst, livet er viktig. I kriser kommer ønske om å overleve frem, der det viktigste er å berge deg selv og resten av familien din. Ingen vil dø!

To av informantene som hadde hatt selvmordstanker, opplevde i tillegg at jevnaldre som sto dem nær, hadde tatt sitt eget liv etter å ha blitt utsatt for mobbing. En informant som mistet sin venn i selvmord, savnet støtte og oppfølging på skolen etter hendelsen. Hun opplevde å være ensom i sorgen, samtidig som hun selv ble mobbet.

«Det er så grovt urettferdig, at de som fortjener alt godt i verden, finner det nødvendig å ende livet sitt, når de egentlig skulle sagt; -Fuck you! til alle, som fikk dem til å tenke tanken.»

5.2.5 Psykosomatisk helseproblemer

Samtlige informanter fikk minst ett symptom på psykosomatiske problemer, som for eksempel hodepine, magesmerter, kvalme og søvnproblemer. En informant var usikker på om det hadde en sammenheng med å bli utsatt for mobbing. En annen informant var usikker på om det var mobbingen alene som var årsaken, om årsaken var sammensatt, eller om det hadde en sammenheng med vansker i hjemmesituasjonen som utløste problemene.

5.2.7 Spiseforstyrrelser og rus

Tre informanter utviklet spiseforstyrrelser.

«Det utviklet seg på ungdomsskolen, og hun ble veldig syk. Hun utviklet spiseforstyrrelser.»

«Jeg lå bare der. Jeg sluttet å spise.»

En av informantene fikk rusproblemer, i tillegg til alle de andre konsekvensene.

«Hun brukte alkohol som selvmedisinering. Det ble etter hvert veldig ille. For en stund siden prøvde hun seg på andre rusmidler, for hun ville avslutte livet. Det er mye trist skal jeg si deg.»

5.2.9 Nedsatt og endret selvilde

Samtlige informanter fikk nedsatt selvtillit og følte seg ensomme da mobbingen pågikk. Det ble gitt en rekke beskrivelser av hendelser og opplevelser om hvordan andres ord og handlinger førte til at de fikk nedsatt selvilde. Det kom også frem frustrasjon over å bli fremstilt av andre på en måte man ikke kjente seg selv igjen i.

«Altså, det som er, er at når du først har blitt utsatt for det, blir du aldri den samme personen igjen. Du kan på en måte få et lite snev av den personen du var, før det skjedde, hvis du er heldig, men det er på en måte sider av det som bare gjør at du blir litt bitter.»

En informant beskrev seg selv som en stille, introvert og usikker person.

Forsvarsmekanismene hun brukte, var at hun lo av alt. Alt var morsomt. Hun hadde ikke tryggheten i seg selv til å sette sine grenser, til å si ifra.

En ble beskrevet som en lukket person som ble mer og mer innadvendt. På ungdomsskolen ble hun alvorlig syk, og utviklet spiseforstyrrelser. Hun lette etter svar på; «*Hvorfor liker de meg ikke?*» Hun søkte svaret i seg selv, i stedet for å lete etter årsaken utenfor seg selv.

«Når jeg ser klassebilde i fra den tiden, så hender det at jeg griner en skvett, fordi jeg så faktisk helt jævlig ut. Informanten opplevde at noen sendte ham snap av et eldre klassebilde, lenge etter at de hadde sluttet på skolen, noe som gjenkalte vonde minner. Gjennom sosiale medier var det stadig noen som delte bilder, som førte til at de vonde minnene levde videre, også der.

Informantene beskrev seg selv, eller sitt barn på ulike måter. Ingen hadde like beskrivelser, men, samtlige opplevde at andre definerte dem ulikt i forhold til deres egne beskrivelser av seg selv, eller sitt barn. Spriket mellom sin egen definisjon på hvem de var, og den de ble definert som av andre, førte til usikkerhet. Følelsen av og ikke høre til, og usikkerheten preget samtlige informantene på en eller annen måte.

«Jeg tror aldri jeg får tilbake den personen jeg var før det skjedde. Jeg husker jo egentlig ikke hvem jeg var før, det er det som er så trist.»

Flere informanter beskrev seg selv som flinke på skolen, men i flere situasjoner var det vanskelig å konsentrere seg, noe som gikk ut over deres skoleprestasjoner. Informantene opplevde manglende respekt for den personen de var.

«Jeg følte meg som en prikk som hang på veggen.»

Informantene beskrev seg selv og hvordan det å ha vært utsatt for mobbing endret deres selvbilde.

De fleste informantene reagerte med sinne på mobbingen de ble utsatt for, og opplevde at deres reaksjon ikke ble forstått. Fire informanter opplevde å bli karakterisert som «den sinte eleven», uten at lærere og elever forsto at det var en reaksjon på mobbingen de ble utsatt for. I stedet fikk de beskjed om å ta tak i sine problemer.

Fire informanter beskrev ulike situasjoner der sinne var en reaksjon på mobbingen, en følelse som kom til uttrykk i forhold til å bli utsatt for krenkelser, men som ble oppfattet negativt i fra skole og andre elever.

En informant beskrev situasjoner der andre jenter gikk «rundt grøten», og gutter var mer direkte. Selv hevdet hun at hun ikke hadde «de jentegreiene med seg», men var oppvokst blant gutter og i et hjem der de var veldig direkte og kontant i tilbakemeldingen.

«Jeg som person er nok ganske direkte. Jeg sier ting rett ut, og kaller en spade for en spade. Jeg gir beskjed om hva jeg trenger, og hva jeg vil ha».

5.3 Skolerelaterte konsekvenser

Flere av informantene opplevde at skolen var en arena som ga dem mange nederlag, noe som førte til manglende motivasjon til videre utdanning for fire av informantene. Fire av informantene opplevde at skolen ga dem begrensninger på ulike måter. Vonde minner kom tilbake da de gikk inn i et undervisningsrom. Tre av informantene var veldig bestemte på at de skulle fullføre videregående skole, og høyere utdanning. Motivasjonen til å bruke sine erfaringer videre i utdanningsløp og jobb, var en drivkraft for noen.

Tre av informantene hadde gjennomført høyere utdanning, og var fast ansatt på en arbeidsplass. (En var i slutfasen av høyere utdanning). To informanter forsøkte å fullføre videregående skole. For en av dem følte det uoverkommelig å fullføre.

En av informantene sa at han ikke kunne forstå hvorfor han skulle bruke mer tid på noe som hadde gitt ham så mange nederlag, gjennom så mange år. *«Alt jeg føler jeg har fått til i livet mitt, det har jeg fått til utenfor skolen. Når det er så mange som sier at du er ubrukelig, da må det jo være sant, at jeg er ubrukelig. Da gidder jeg ikke å bruke tid på det».*

Det ble gitt uttrykk for manglende motivasjon og søken etter hvorfor man trenger videregående skole. *«Jeg tror jeg mange sliter med å finne meningen og motivasjon.»*

Informanten hadde erfart mestring og suksess på et område utenfor videregående skole og videre utdanning. Denne erfaringen, ga ham gode følelser og motivasjon, som igjen førte til en refleksjon over skolens nytteverdi. Før var skolen det eneste han hadde. Han hadde ingen venner, ingen interesser eller aktiviteter. Han var for det meste hjemme. I tiden etter han

sluttet på skolen, fikk han venner, nye interesser og arenaer der han mestret noe veldig bra, og likte å holde på med.

“Hvorfor skal jeg gå på skolen, hvis jeg aldri får til noe på skolen?”

«...og du daler, og du daler og du daler...»

Fire av syv informanter fikk økt skolefravær, både da mobbingen pågikk, men også i tiden etter mobbingen tok slutt. Fire informanter fikk dårligere skoleprestasjoner og konsentrasjonsvansker. Fire informanter utviklet skolevegring da de gikk i grunnskolen, og fire informanter vegret seg for å gå på skolen også i videregående skole, etter mobbingen tok slutt. To informanter strevde fortsatt med skolevegring i forhold til å fullføre videregående skole.

«Jeg blir ikke kvitt den der skolevegringen.»

«Jeg måtte bli dratt ut av senga, og dratt inn på skolen.»

Fire av syv informanter fikk dårligere skoleprestasjoner da mobbingen pågikk. Da mobbingen tok slutt, opplevde informantene at de mestret skolearbeidet og høyere utdanning bedre, og oppnådde bedre resultater.

«Presentasjoner var helt grusomt!»

«En lærer sa; - Du må ikke være så sjenert, du må bare ta plassen din.»

«Når jeg bare fikk konsentrert meg, fikk jeg karakterene 5 og 6. Karakterene lyver ikke akkurat, og det sier litt om evnen jeg har når jeg har det bra, psykisk, og ikke minst klassemiljøet da. Det har vært positivt å erfare hvor god jeg egentlig er, når jeg har jobbet med skole, uten mobbing.»

Fire av syv fikk konsentrasjonsvansker. *«Da hun begynte på videregående var hun veldig sliten og orket ingenting, klarte ingenting og hele konsentrasjonen var jo borte. Så hun tok bare noen fag.»*

Fire av syv informanter fikk manglende motivasjon for skole. En av de som ikke mistet motivasjonen, fant en drivkraft i å vise omverden at hun kunne mestre skolen, til tross for all motstand. *«Jeg er veldig stolt over det jeg har fått til.»*

Flere informanter fortalte om flashback, der de gjenopplevde tidligere hendelser da de kom inn i rom som minnet dem om fortiden, som for eksempel i et klasserom. Påtrengende minner oppsto også i møter med nye mennesker som minnet dem om mennesketyper de har møtt tidligere, blant mobberne og deres venner.

«Bare det å gå inn i et klasserom gir henne veldig mye flashback. Når hun er i et klasserom får hun en veldig tretthet, eller så dissosierer hun, eller detter ut av virkeligheten, og føler hun bare er en prikk som henger på veggen, eller hun mister følelsen av seg selv, hvem hun er. Hun strever jo med å finne sin identitet oppi dette, alt etter hvordan psyken er.»

En av informantene som ble utsatt for mobbing gjennom hele grunnskolen, beskrev frykten hun hadde da hun begynte på videregående skole. Der tok mobbingen slutt, men i frykt for at hun skulle oppleve lignende hendelser igjen, avviste hun nye venner, i frykt for selv å bli avvist. Hun opplevde at hun var populær i gjengen hun var sammen med på videregående skole, men de minnet henne for mye om ungdomsskolegjengen. *«Tidligere erfaring med skole, førte til at jeg måtte jeg slutte på videregående. Jeg klarte ikke å fullføre.»* I den nye gjengen på videregående skole, gjenkjente informanten personligheter i fra den tidligere gjengen, som hun hadde mange vonde minner i fra. Hun kom ikke bort i fra påtrengende minner fra fortiden.

«Hvis du først har møtt de mobbefolkene, som har vært stygge med deg, så er det akkurat som hjernen din leter etter folk som minner om de. Det var slik med meg, at jeg tenkte; der er hun som gjorde det og det, og hun er sånn liksom. Hjernen min hadde bestemt seg for at de var de nye da».

5.4 Jobbrelaterte konsekvenser:

To av informantene var bevisste på at de ønsket en utdanning og et yrke der de kunne bruke sine erfaringer på en konstruktiv måte. Begge var i fast arbeid, og hadde en positiv opplevelse av å bruke sine erfaringer på en konstruktiv måte. Konsekvensene av å ha vært utsatt for mobbing, førte til at tre av informantene var for syke til å jobbe. En av informantene var for syk til å gjøre noe, og var innlagt på en institusjon for behandling. En av informantene som prøvde å fullføre videregående skole, synes det var vanskelig å se for seg at hun noen gang skulle mestre skole og jobb i fremtiden.

«Jeg rotet det til når det gjaldt jobb, fordi at det var så mye bagasje, og alt mulig, at det gikk ut over relasjonene til kolleger.»

To av tre informanter som var yrkesaktive, opplevde at fortiden innhentet dem gjennom påtrengende minner. Det kunne være i forhold til personer/kolleger de møtte i jobbsammenheng, samt ulike hendelser som resulterte i flashback, som igjen ga utslag i ulike reaksjoner. En informant ga uttrykk for ulike utfordringer hun opplevde da hun følte kolleger overkjørte henne.

«Min reaksjon sto jo ikke i samsvar med det som hadde skjedd, for jeg klikka i vinkel. Da var jeg rett tilbake. Ja, altså, jeg kjenner det bare jeg snakker om det.»

«Jeg ble i helspenn, og jeg tenkte at ingen skal få lov til å røre meg nå. Ingen skal få lov til å tråkke på meg!

Hendelsene resulterte i at informanten ble truet med oppsigelse fordi hun ikke klarte å tilpasse seg. Da valgte informanten å være åpen om sin mobbehistorie, noe som førte til at ledere og kolleger forsto hvorfor informanten reagerte som hun gjorde, og ble møtt med en bedre forståelse. Gjennom åpenhet beholdt informanten jobben, og opplevde anerkjennelse og respekt for jobben hun utførte.

5.5 Relasjonelle konsekvenser

Flere av informantene hadde mistet tillitten til jevnaldrende, og var skeptiske når de møtte nye mennesker i ulike sammenhenger. De opplevde vanskeligheter med å stole på andre mennesker, selv om de møtte jevnaldrende de hadde sosial omgang med.

«Det er på en måte sider av det som bare gjør at du blir litt bitter. At du liksom tenker du kommer ikke til å tilgi de som gjorde det, og at du ikke har tillitt til folk. Hos meg har jo det skapt relasjonsproblemer blant venner i alle fall. Jeg ikke har tillitt til venner.»

Flere ga uttrykk for at man kan ha et nettverk med jevnaldrende, selv om de ikke er nære.

«Selv om hun var i sammen med folk, så var hun ensom.»

Fem av informantene møtte utfordringer med å få nære venner. Tre informanter opplevde at det var vanskelig å få en bestevenn, eller nære venner. Tre av informantene hadde gode og nære venner rundt seg.

En av informantene som hadde nære venner hun stolte på, brukte vennene sine som «kompass», når hun trenger hjelp til å se seg selv og vurdere seg selv i forhold til andre, for eksempel i jobb sammenheng. Vennene hjalp henne til å vurdere seg selv ut ifra ulike situasjoner, og ga henne gode råd. Til tross for flere år med behandling, lang utdanning og flere år i yrkeslivet, opplevde informanten stadig behov for å bli speilet, søke råd og hjelp blant mennesker hun stolte på, både blant venner og i helsetjenesten. Med årene ble hyppigheten og omfang redusert, da hun hadde mottatt langvarig og god behandling, samt lært seg strategier for å takle og møte utfordringer hun tidligere ville møtt med sinne, angst og depresjon.

5.5 Opplevelser

For å forstå hvordan ulike konsekvenser kan oppstå etter mobbingen stoppet, fikk informantene spørsmål om tidligere erfaringer med mobbing, både i forhold til opplevelser og varighet. Gjennom intervjuene kom det også frem hvordan klassemiljøet var. Informasjonen som kom frem under intervjuene, ble samlet under kategoriene, «erfaringer med mobbing», «beskrivelser av seg selv», «klassen», og «varighet».

5.5.1 Erfaringer med mobbing:

Her delte informantene sine personlige opplevelser i forhold til mobbing. De fire informantene som hadde opplevd mobbing, valgte selv hva de ville fortelle, og hvor mye de vil fortelle. De tre informantene som var foreldrene til mobbeutsatte, fortalte om hendelser deres barn (som var blitt voksne) hadde vært utsatt for, hvordan det opplevdes for dem som ble utsatt, ut ifra foreldreperspektivet.

Fire av informantene uttrykte at de kunne fortalt mye mer, og gått enda mer i dybden, samtidig som de opplevde at de fikk sagt det viktigste.

Samtlige informanter hadde vært utsatt for psykisk vold av jevnaldrende i løpet av grunnskolen. Tre av informantene hadde vært utsatt for grov, fysisk vold, i tillegg til psykisk vold. Tre av informantene hadde vært utsatt for psykisk vold, aldri noen form for fysisk vold.

Samtlige informanter hadde opplevd baksnakking, utfrysning, ikke høre til og stå utenfor fellesskapet.

«Det var mest utestenging blant jentene, og guttene var mer voldelige. De brakk armen hennes i skolegården, og på skolebussen var det fritt vilt. Armen ble knekt bakover, og hun ble presset inn, så hun ikke kom seg ut av bussen. Angsten ble verre, for hun begynte å bli redd for at hun ikke skulle komme seg ut av bussen».

«En annen gang jeg hadde kranglet med den samme jenta, og vi hadde vi hatt gym, nektet jeg å gå i dusjen så lenge hun var der. Da hun gikk ut, gikk jeg inn i dusjen, og imens jeg sto i dusjen, kom hun inn. Hun var fullt påkledd, hadde sko på seg, kom inn i dusjen, sparket meg ned, og dro meg ut. Hun fikk guttene til å gå inn i garderoben, imens jeg var naken, også videre, også videre.»

Informantene opplevde at mobbingen gjentok seg, og ble utført av flere jevnaldrende i sammen. De fleste var tydelige på at det var en eller flere som fremsto som ledere, og fikk med seg flere imot dem.

Noen av informantene gikk nærmere inn på frustrasjonen av de uforutsigbare svingningene fra å være akseptert en dag, til alliansene om å holde deg utenfor en annen dag. Kontrastene var vanskelige å forholde seg til, og førte til at de stadig var på vakt.

Samtlige informanter delte mye informasjon under denne delen av intervjuet. Det ble delt mange vonde opplevelser, historier og hendelser som skulle fått mer plass i studien, men på grunn av studiens begrensning, vektlegger resultatdelen vekt på de ulike kjennetegnene som gikk igjen i historiene, samt betydningen av en enkelthendelse. Felles for samtlige informanter var flere år med gjentakende, krenkende hendelser på skolen. Skolen var en utrygg arena.

Flere av informantene var populære og flinke på skolen, men opplevde at noen prøvde bevisst å bryte dem ned, og fikk andre med seg. To informanter fortalte om hvordan det var å skifte skole og miljø da de gikk på barneskolen og ungdomsskolen grunnet flytting. Kontrasten med å flytte i fra en skole til en annen, der de kom i fra en trygg tilværelse hvor de var

inkludert, til en ny skole og klasse, der de plutselig ble definert til noen som det ikke var verdt å være med, var stor. Informantene opplevde at de ble utsatt for målrettede handlinger, som førte til at de ble holdt utenfor klassemiljøet. Noen elever i klassen bestemte hvor i hierarkiet informantene tilhørte, og ga dem lav status. Samtlige informanter fortalte at de selv tok bevisste valg i forhold til skole og miljø da de valgte videregående skole, for å unngå de som mobbet.

Flere informanter opplevde endringer i sin skolehverdag da de skiftet skole fra barneskole til ungdomsskole. Noen fikk et nytt klassemiljø, men mange av de samme elevene fra tidligere klasser, eller skoler, var fremdeles rundt dem. Da elever deles inn i geografiske områder på grunnskolen, opplevde flere av informantene at de som utsatte dem for mobbing, fortsatt preget deres skolehverdag. De mistet muligheten til å begynne på ny da de opplevde at andres definisjoner og oppfatninger av hvem de var, ble gjeldene, selv og klassemiljøet var nytt.

«Hvis de som forteller historien kanskje har en høyere sosial status enn den som blir mobbet har, så er det jo fort de som vinner, ikke sant?»

6.3 Klassen

Samtlige informanter fortalte om et dårlig klassemiljø, i ulik grad, elever som fikk bestemme og slå an tonen i klasserommet, og lærere som strevde med klassemiljøet.

I de tilfellene lærere var kjent til hendelser der informantene ble krenket, ble hendelsene ofte knyttet til informanten selv, og ikke til konteksten, klassemiljøet, eller til de som mobbet. I de få tilfellene noen elever ble ansvarliggjort for utførelse av negative hendelser, forsøkte lærere å ordne opp, men ingen av forsøkene ga resultater i form av å avdekke, eller stoppe mobbingen.

To informanter fortalte om lærere som sluttet, ga opp, fordi det var så mange problemer knyttet til klassemiljøet. En informant fortalte at i hennes klasse ble flere elever mobbet etter tur.

«Den sterkestes rett fikk rå, for å overleve i den klassen der.»

«Jeg var i en sånn klasse som fortsatt blir husket som den klassen som var ganske grusom, med diverse problemer».

Ingen ga beskrivelser av et godt klassemiljø, men de fleste beskrev at det var minst en som var støttende, eller god venn.

Flere informanter opplevde å bli ydmyket i klassemiljøet, for eksempel med å få negative kommentarer fra en lærer i plenum. Det kunne være kommentarer som gikk på skoleprestasjoner (fremføring), og i situasjoner der klassen fikk beskjed i plenum om at de måtte ta seg av henne/han. «*Det gjør at du faktisk blir brutt enda mer ned i klasserommet.*»

Samtlige tok bevisste valg da de søkte videregående skoler. Målet var å komme seg bort i fra personer og miljøet som hadde preget deres hverdag over lang tid.

6.4 Varighet

Samtlige av informantene ble mobbet over flere år. I gjennomsnitt var varigheten 8 år, i et spenn fra 3 år til 14 år. Flere ble mobbet gjennom hele grunnskolen. Fem av de som ble utsatt for mobbing ble mobbet i 9 – 14 år, to ble utsatt for mobbing i 3 – 6 år.

En av informantene som ble mobbet i fra barnehagealder og gjennom hele barneskolen, fikk det verre da hun begynte på ungdomsskolen. Selv om hun ikke kom i klassen med elevene fra barneskolen, kom det nye til.

«*Nissen følger jo med på lasset.*»

Ikke alle hadde et helt klart bilde av når mobbingen stoppet, men de var bevisste på at ingen stoppet mobbingen, den gikk over av seg selv da de skiftet skole. For de fleste skjedde det da de begynte på videregående skole.

«*Jeg trodde jo på et visst tidspunkt at dette stoppet.*»

For en informant startet mobbingen da han begynte på ungdomsskolen, i et nytt miljø på grunn av flytting. Mobbingen vedvarte hele ungdomsskolen, helt til han valgte en videregående skole der han unngikk de som mobbet ham. Ingen opplevde at mobbingen helt stoppet, men at det gikk over da de selv tok bevisste valg i forhold til valg av videregående skole. En informant fortalte at mobbingen tok slutt da klassen ble splittet opp, og hun begynte på ungdomsskolen. Mobbingen stoppet i fra medelever, men på ungdomsskolen fikk hun en lærer som utsatte henne for en rekke krenkende opplevelser. Flere av informantene uttrykte de sterke følelsene de opplevde da de ikke ble mobbet lengre.

«Jeg kan ikke beskrive hvor godt det var da det endelig var over.»

«Da jeg først forsto at det var over, tenkte jeg; Vet du hva? Jeg er fri! Fri for mobbere!

«Faen, nå er det slutt!»

6.5 Oppfølging

Ingen av informantene opplevde at det var noen som stoppet mobbingen. Deres erfaringer var, som allerede nevnt, at det gikk over av seg selv, ved naturlig bytte av skole, som overgang til ungdomsskole, eller videregående skole. Samtlige informanter erfarte at de selv måtte ta ansvar for å komme seg videre, enten ved å unngå personer som hadde mobbet dem, vennene til mobberne, og miljøer der de som mobbet var.

De som ble mobbet tok selvstendige valg i forhold sin egen situasjon. Da mobbingen ikke ble avdekket og stoppet, hadde ingen fått oppfølging og hjelp i forhold til situasjonene de var i. Det førte til at de fleste informantene selv søkte hjelp og oppfølging i helsevesenet.

Flere av informantene fikk reaksjoner da mobbingen tok slutt.

«Altså, vi så det jo det hele veien at etter 10. klasse (da mobbingen tok slutt) var hun veldig sliten, og orket ingenting, klarte ingenting, og hele konsentrasjonen var jo borte. De alvorlige konsekvensene, begynte vi å se veldig tydelig i løpet av det siste året på videregående, da kollapset hele kroppen, den sluttet å fungere totalt. Hun var jo syk, fysisk syk, hele det året, og etter hvert så forsto vi jo at når vi trodde at nå går alt så mye bedre, så gjorde det jo ikke det, for det ligger der. Så sa kroppen helt nei, og siden har hun på en måte vært helt utmattet.»

Flere av informantene ga uttrykk for at de nok alltid ville ha behov for oppfølging og hjelp videre i livet. Om behovet ikke var like stort til enhver tid, var det flere som ikke kunne se for seg fremtiden uten hjelp, spesielt i vanskelige perioder.

«Selv om det er snart ti år siden mobbingen tok slutt, så har jeg fortsatt dager der jeg plutselig kan føle meg nedfor, ligge i sengen og bare tenke på den tiden. Det går jo aldri vekk.»

«Jeg hadde jo selvfølgelig, og har fortsatt, en del sinne knyttet til de tingene jeg opplevde, men nå håndterer jeg sinnet på en konstruktiv og god måte. Man har egentlig to valg; Det ene er at man kan grave seg ned å bli i offerrollen, å bade i den, eller man si det at denne bagasjen har jeg. Ja, jeg er sint på de tingene som har skjedd, våger å kjenne på de følelsene jeg har, og så få et mer avklart forhold til det.»

Selv om flere av informantene hadde mottatt langvarig hjelp og oppfølging, var seks av syv informanter fortsatt preget av å ha vært utsatt for mobbing. To av informantene fortalte at hjelpen de hadde fått, hjalp dem å takle vanskene når de kjente de kom.

«Jeg sliter enda til tider, jeg har mine runder hvor det er slitsomt, hvor jeg er sliten, og hvor ting er veldig vanskelig i perioder. Jeg er i alle fall kvitt den der ambulansen. Jeg har pleid å si at jeg hadde en ambulanse som kjørte frem og tilbake inni hodet mitt hele tiden. Den har jeg klart å skru av, men den kommer på av og til når det skjer ting. Og når det skjer ting, kan jeg bli veldig sint, men jeg er blitt mye flinkere til å takle det.»

«Når du blir utsatt for så mye mobbing, som det jeg har blitt, så blir du jo veldig undertrykt, og du lærer deg å skru av sinne, du lærer deg å skru av følelser. Det jeg mener hjelpeapparatet bør gjør, er jo å lære et offer at det er greit å være sint, det er greit å ha vanskelige følelser, og hjelpe dem og konfrontere det. Det er en ting jeg mener er viktig. Det andre jeg mener er viktig, er det at veldig mange av de som blir utsatt for mobbing som gjør mye rart, fordi det er deres måte å prøve å beskytte seg selv på. Den nissen følger ofte med. Jeg tror at det å gå inn å lære dem hvordan de skal oppføre seg, jeg sier ikke at de ikke kan oppføre seg, men jeg tror det er viktig å lære seg hvordan man skal oppføre seg, hjelp til å takle situasjonen med strategier.»

6.5.1 Fra skolen

Det var stor enighet blant informantene at de hadde fått mangelfull oppfølging og støtte i fra skolen.

Noen av informantene opplevde at det ble gjort noen forsøk på å stoppe mobbingen, men ingen av forsøkene ga resultater. Tvert imot. Seks informanter erfarte at dere situasjon forverret seg etter at noen prøvde å hjelpe dem. En informant ønsket ikke å fortelle om sin situasjon i frykt for at situasjonen ville bli forverret.

En av informantene var opptatt av at alt ansvar ikke kan legges på lærerne og skolen.

«Det å legge alt det som løyser mobbing på læreren, eller skolen, det har jeg store utfordringer med, fordi det er ingen på skolen som klarer å løse mobbing.»

To informanter ønsket at de hadde fått hjelp og strategier til «å passe inn» og til å løse ulike sosiale situasjoner på en bedre måte. Seks av syv informanter ga ulike uttrykk for at det var skolen sitt ansvar å stoppe mobbingen. En av informantene uttrykte at hun ikke ble skikkelig fulgt opp hverken på skolen eller hjemme. Vanskene hjemme overskygget muligens mobbingen, og mobbeproblematikken fikk ikke den oppmerksomheten den burde hatt.

En informant som fikk svært god oppfølging og støtte av foreldrene, men aldri i fra skolen, ble sint da skolens helsesøster stilte spørsmål om vanskene kunne knyttes til forhold hjemme. Hun følte seg misforstått.

Noen opplevde oppfølgingen kontrastfull. Det kunne være en opplevelse av at kontaktlæreren brydde seg og viste omsorg, samtidig som han var en av dem som sa at hun hadde noen å være med i friminuttene, og dermed trodde at alt var greit uten nærmere undersøkelser.

«Jeg tror ikke helt de forsto hva som var problemet, fordi mange av de andre lærerne våres, eller voksne kunne si; - ...men hun sto jo og smilte i friminuttet, og hun var jo med noen. Det var jo sånn, at mye skjuler seg bak fasaden. Du kan jo stå å smile, så har du det helt grusomt liksom»

Flere av informantene opplevde at oppfølgingen fra lærerne var basert på det som lærerne så der og da, situasjonsbettinget. Det var lærere som gjorde så godt de kunne, var støttende, samtidig som samtlige informanter på en eller annen måte opplevde å bli snakket nedlatende til av en eller flere lærere. Informanter som opplevde at det ble gjort noen forsøk på tiltak, opplevde at det ikke var nok til å stoppe mobbingen.

«Altså, jeg følte at kontaktlæreren min forsto veldig mye. Han viste veldig forståelse, og hjalp meg så mye som mulig, imens de andre voksne tenkte sånn, hun har sikkert en diagnose.»

«Det er de voksne (understrekes med å si voksne tydelig) sin feil. Det er de som skal hjelpe til, unger er unger. Det er de voksne som har ansvaret, både foreldre, og absolutt lærere, som ser de i det miljøet, og kan se andre sider enn bare det ytre som du ser med en gang. Det er viktig å kunne se hva som ligger bak de forskjellige situasjonene.»

Ingen form for mobbing ble avdekket, verken de skjulte, som for eksempel kroppsspråk, eller de fysiske og voldelige.

«Jeg tror ikke lærerne forstår hvor fæle jenter er med hverandre. De så liksom ikke de blikkene jeg fikk i timen, utfrysingen, situasjonene i gymgarderoben, måten de hvisket om meg på, og mye sånt tull. De så jo ingenting av det. Så det er litt vanskelig.»

De fleste informantene ga eksempler på når lærerne prøvde å ordne opp, men så ble det bare verre. En informant beskrev måten lærerne håndterte situasjonen på, som verre enn selve mobbingen.

«Jeg hadde jo lærere som ga beskjed til klassen, gjerne i plenum, som er det verste; – Nå føler han seg utestengt. Dere må være flinke å inkludere han. Det er jo faktisk enda verre, enn mobbingen selv. Da hadde jeg klart det mye bedre selv.»

«Hvordan lærere har håndtert mobbing opp igjennom årene, er ikke noe særlig bra. Skolen må innse at det er ikke alt som kan løses med at en lærer får opplæring i mobbing».

«Å bli satt på gangen med han som plager deg og mobber deg i hytt og pine, og som nettopp har sagt at du burde gå å henge deg selv, for å høre læreren tvinge mobberen til å si unnskyld til deg, fordi du er lei deg, er noe av det verste skolesystemet har utsatt noen for, tror jeg. Veldig mange, til og med tidligere lærere, burde sagt unnskyld til sine tidligere elever for det. Fordi det tror jeg gjør at veldig, veldig mange sliter med i dag.»

Flere informanter fortalte at etter noen måtte si unnskyld, kunne de se på blick og kroppsspråk på den eller de som mobbet, at det «unnskyld» som de nettopp ble tvunget til å si, ikke betydde noe.

De fleste informantene hadde opplevd ulike situasjoner der læreres håndtering gjennom ord og handlinger, førte til at situasjonen ble forverret. Selv om intensjonen kunne være god, hadde ikke lærerne forståelse, innsikt og kunnskap nok til å avdekke hva som egentlig skjedde. En informant fortalte at hennes barn ikke ønsket å gå videre med de negative hendelsene han ble utsatt for, da han mente at det bare ville bli verre.

De fleste informantene fortalte om en lærer som brydde seg, men som ikke klarte, eller visste, hvordan de skulle hjelpe. - *Han verdsatte meg for den jeg var.* Andre opplevde at lærerne

ikke forsto, eller ville forstå. I stedet ble den som var utsatt for mobbing, gjort seg skyldig i sin egen situasjon. En informant fikk høre følgende sitat i fra sin lærer; - *Det er jo faen ikke rart at ingen gidder å være med deg!*

. To informanter trakk frem den tiden vi lever i, i forhold til den sterke individualiseringen. «Den sterkes rett».

«Det jeg opplevde som var spesielt da, det er jo at hele veien leter de etter årsaken i personen selv.

«Hele veien ble det at hun måtte forandre noe i seg, for å kunne passe inn.»

«Jeg hadde ikke den muligheten til å vokse og gro på den måten som jeg skulle hatt. Dermed fikk jeg ikke den læringen jeg skulle hatt. Jeg opplevde at lærerne la skylden på meg, i stedet for å gjøre hva de kunne for å hjelpe meg til å tilpasse meg, til å integreres og inkluderes.»

Flere av informantene ga uttrykk for at noen lærere var redde for å ta tak i de populære elevene. En forelder fortalte om en lærer som tilsynelatende var mer opptatt av å være kul, enn å hjelpe. Alle informantene etterlyste lærer som kunne gjøre de riktige tiltakene.

6.5.2 Støtte fra familien

Fire foreldre forsøkte på ulike måter å informere og samarbeide med skolen, uten gode resultater. De fleste informantene fortalte om god støtte hjemme. En informant fortalte om kompliserte forhold hjemme, men det ble gjort flere forsøk på å støtte henne.

To foreldre ga uttrykk for frustrasjon fordi de ikke fikk gjøre mer da mobbingen pågikk. De som ble utsatt for mobbing, fryktet at situasjonen skulle forverre seg med foreldrenes innblanding. *«Han hadde veldig sterke meninger om hva jeg hadde lov til å gjøre og ikke.»* I senere tid har barnet, som nå er voksen, gitt uttrykk for at det var behov for at foreldrene grep mer tak i saken.

To av foreldrene sa at de skulle visst hva som skjedde på et tidligere tidspunkt, fordi de ikke var klar over hvor alvorlig situasjonen var, og hvor lenge mobbingen hadde pågått. De langvarige konsekvensene inn i voksenlivet førte til at foreldrene til slutt ble klar over

alvorlighetsgraden. *Jeg trodde jo på et visst tidspunkt at det hadde stoppet. Så er det er nå når hun har blitt voksen hun har fortalt at det gjorde det ikke. Hun kunne bare ikke fortelle det mer, for da ble det bare verre for henne.»*

Flere foreldre brukte veldig mye tid på å bekymre seg. En informant fortalte at den langvarige situasjonen, både da mobbingen pågikk, og i tiden etterpå med alle konsekvensene har krevd mye av familien, både i forhold til tid, ressurser og økonomi.

6.5.3 Støtte fra jevnaldre

De fleste informantene følte seg ensomme i kortere, eller lengre perioder. Fire informanter opplevde at de ikke hadde venner, men at det var alltid en eller flere som viste at de brydde seg.

«En gutt som jeg gikk i klassen med på ungdomsskolen, gjorde det han kunne for å få meg til å smile og le, og sa til meg, -Ikke bry deg! Han satte en av mobberne på plass da vi hadde gruppearbeid en gang.»

«Bestevenninnen min i fra barndommen var den eneste som ikke hørte på de teite ryktene da, og hun var med meg til helsesøster, og satt og grein da jeg var der.»

«Jeg hadde jo venner i klassen, jeg var ikke alene, eller utstøtt, for jeg var jo sammen med de andre. De så situasjonen, men det var ikke lett for de å gjøre noe med det.»

De fleste informantene opplevde forholdet med jevnaldre som kontrastfullt og uforutsigbart. En dag var de venner, en annen dag var vennen med de som mobbet. Tre informanter fortalte at den de trodde var deres beste venn, vendte dem ryggen, og fikk andre med på mobbingen. Kontrastene var vanskelige å forholde seg til, i tillegg til de krenkede handlingene. De som ble utsatt for mobbing hadde et stort ønske om at de skulle være venner, noe som førte til at vennen deres styrte når det var greit at de var i sammen.

«Hvis jeg traff dem en og en på gata hjem fra skolen, så var de jo hyggelige. Det er jo det som er det rare med det.»

Det var komplisert å se at de som mobbet sto og grein, og tvang frem et unnskyld med lærere, eller foreldre til stede, etterfulgt med et hånlig smil på skolen dagen etter.

«Så sto han der grein, han som mobbet meg, og sa at det var ikke bare han.» Foreldrene forsvarte han, og han fortsatte som før. Den kontrasten hele tiden.»

To av informantene reflekterte over at deres venner snudde ryggen til dem på grunn av misunnelse. De opplevde at kraften i deres vilje til å stenge dem ute, var sterk, bevisst og virkningsfull.

«Jeg var egentlig bestevenninne med ei jente som ikke likte at jeg var populær, også skulle hun sette ut et rykte om meg da, for at jeg ikke skulle ha noen venner, og det funket jo.»

«Jentene laget en slags ring uten meg, og sto og snakket om meg. Jeg fikk blikk og ble ikke invitert på ting.»

Informantene uttrykte at det kunne være komplisert å treffe igjen personer som mobbet dem, til tross for at det var flere år siden mobbingen tok slutt. Noen av informantene uttrykte at det var rart å få forespørsler på sosiale medier, eller å bli gratulert med dagen på facebook av noen som de var blitt krenket av gjennom flere år. Andre opplevelser, som å treffe noen av dem igjen i butikken, kunne være nok til å gjenkalle følelser i forhold til hvordan jevnaldrende hadde oppført seg. Det kunne føre til at det var vanskelig å gå i butikker i nærområdet.

6.5.4 Oppfølging fra andre

Gjennom intervjuene kom det til uttrykk fra samtlige informanter at det ikke bare er viktig med hjelp, men at det er avgjørende å få riktig hjelp.

Flere av informantene som mottok hjelp da vanskene oppsto, og etter mobbingen tok slutt, opplevde at det kunne ta lang tid før man fikk riktig hjelp, også innenfor andre profesjoner, som for eksempel innenfor psykiatrien. Tre av informantene søkte fortsatt etter riktig hjelp, selv om mye var utprøvd. En informant beskrev den første psykologen som «brannslukning». Det hjalp å snakke med noen, med hun fikk ikke hjelp til det hun hadde behov for. Helt til hun begynte hos en ny psykolog. *«Han så hva jeg trengte, og når jeg trengte det. Han ble et anker for meg, og var det i mange, mange år.»*

Fem av informantene fikk hjelp av en helsearbeider og/eller en sosiallærer da de gikk på skolen. Tre av informantene ble henvist til pedagogisk-psykologisk tjeneste (PPT) og fikk oppfølging der og to informanter ble henvist til barne- og ungdomspsykiatrisk avdeling

(BUPA). Informantene opplevde at de fikk hjelp, men ikke alle fikk den hjelpen de hadde behov for.

En informant opplevde at helsesituasjonen ble bedre. To informanter opplevde ikke at hjelpen var god nok før i senere tid, som voksne. En informant ventet fortsatt på traumebehandling.

«Det har vært perioder der jeg har tatt pause fra behandlingen, fordi, jeg har ikke orket»

«Jeg har jo fått påvist noe som har kommet som en følge av mobbingen da. Jeg kommer nok alltid til å måtte gå til psykolog».

Flere informanter fortalte at de ikke fikk riktig hjelp da de fikk hjelp, i tillegg til at de ikke fikk den da de trengte den. En informant var fortvilet over alle pengene og ressursene de hadde brukt, uten å få riktig hjelp. Til tross for å ha mottatt hjelp i mange år, var hun fremdeles veldig syk. Informanten savnet tilbud om riktig hjelp, ikke at de selv måtte lete etter hjelp.

«Mange plasser er du for syk til å få plass, eller så er du for frisk til å komme inn en plass. Hun trenger en plass der de kan bearbeide traume. Hun trenger en form for hjelp der hun ikke skal gå hjem i sin egen leilighet etterpå, vente i en uke eller to, for å snakke med en ny psykolog som skal røre rundt i de vanskelige tingene, slik at hun går ut og skader seg selv, ruser seg, eller vurderer selvmord».

Noen fikk helsetilbud tidlig i grunnskolen, som for eksempel av helsesykepleier eller psykolog. Andre mottok ikke hjelp før i senere tid, og var i begynnelsen av en behandling. Tre informanter klarte ikke å oppsøke hjelp før i voksen alder.

«Tillitten er kjempeviktig, da tror jeg folk flest klarer å søke hjelp.»

Det ble gitt flere eksempler på hvilken hjelp noen hadde mottatt. Flere uttrykte frustrasjon i forhold til at det kunne ta lang tid før man mottok hjelp etter meldt behov. Det kunne også ta lang tid til å finne riktig behandling. Informanter fortalte om tiltak og hjelp, som ikke førte til bedring.

«Hvordan syke folk må kjempe kampene alene. Det er bare så trist».

6.5.5 Behov og ønsker

Informantene fikk spørsmål om det var noe de savnet i forhold til sin situasjon nå, eller om det var noe de savnet underveis, i forhold til oppfølging.

Det er tidligere nevnt i resultatdelen at flere informanter hadde svært dårlig erfaring med at lærere tvang fram et unnskyld etter negative hendelser. Den som ble mobbet, ble ofte samlet med de som mobbet. Både den som ble mobbet, og de som mobbet visste at det ikke var over fordi om det ble tvunget frem et unnskyld i gangen.

Flere informanter savnet å høre et skikkelig «unnskyld». En informant var tydelig på at ikke alle som mobbet ham da de gikk på skolen, var klar over hva de gjorde den gangen, hvilke konsekvenser det fikk.

«Nå derimot, når de er voksne, kunne de sagt unnskyld. Nå vet de hva de har gjort.»

«Jeg hadde satt så umåtelig pris på om de bare kunne....ikke lenge, men bare to minutter for å si at, jeg beklager for det som skjedde.»

Unnskyld! Det var noe flere av informantene savnet og fortsatt savner. Det at noen faktisk erkjente og beklaget det som skjedde.

«Jeg trenger at noen hadde forstått situasjonen, og villet innrømmet situasjonen, men det er det jo ingen som på en måte vil.»

«Hvis hun hadde opplevd at det var oppriktig, og hvis hun kunne fått en forklaring på hvorfor, så tror jeg nok at det kunne gjort en forskjell.»

Flere informanter savnet det å bli sett, hørt og trodd.

«Du måtte bare leve gjennom det, men det hadde jo vært fint med litt støtte, litt hjelp.»

En informant ønsket at hennes barn ikke hadde sluttet å fortelle. En annen informant skulle ønsket hun gjorde mer, selv om hennes barn ikke ønsket at hun involverte seg, ikke latt barnet bestemme.

«Nå tenker jeg at det er viktig og ikke la barna få for mye å si, altså være litt trygg i rollen som foreldre. Stol litt på deg selv. Søk profesjonell hjelp, dersom man ikke helt hva man skal gjøre, og gjerne noen som ikke er følelsesmessig investert i deg.»

God klasseledelse var et annet savn som kom frem blant informantene.

«Jeg mener jo at klasseledelse er alfa og omega. Hvis du ikke jobber med klassen, og har styr på klassen din, da får sånt fritt utløp.»

«Den sterkestes rett får rå dersom ikke læreren er på plass og avslører disse tingene.»

«Jeg mener klasseledelse er hovedpoenget. Det å bygge relasjoner til elevene. Å se elevene.»

To av informantene savnet å få hjelp og strategier til å håndtere situasjonen de var i.

«De sosiale spillereglene var vanskelige for meg. Du er sånn oppi ting, og blir så grusomt behandlet, at du roter jo ting til. Jeg skulle ønske at jeg hadde fått rett type hjelp, og lært meg en del sosiale spilleregler, hvordan jeg skulle håndtere ting, og hvordan jeg skulle oppføre meg. Når jeg ser tilbake, ser jeg at jeg gjorde en del som var sosialt feil, men jeg forsto ikke ting da.»

6.5.7 Tanker om fremtiden

Informantene delte ulike tanker om fremtiden. I forhold til utdanning og jobb var tre av informantene positive og optimistiske i forhold til sin egen fremtid. En var optimistisk og positiv, men så sine begrensninger. Tre av informantene så ikke for seg at de kunne klare å fullføre videre utdanning, eller fungere i en jobb, på grunn av de helserelevante konsekvensene. «Jeg ser en slags håpløshet.»

Flere så for seg en fremtid der de vil være avhengig av behandling i forhold til sine konsekvenser av mobbingen. Private forhold som sivil status ble ikke spurt om, men noen valgte å fortelle det i en naturlig sammenheng. «Jeg klarer å se fremover, at jeg skal få hus og barn, og alt det der, men jeg sliter mer med å se fremover når det gjelder utdanning og arbeid». Tre fortalte at de ikke trodde at de vil få nære venner i fremtiden.

En foreldres tanker og håp for datteren som nå er mor og voksen:

«Nå som voksen får hun hjelp til bearbeiding, og jeg tenker hun kan lande på begge beina og kunne gjøre dette til en erfaring, som gjør at hun blir et enda mer nydelig menneske. At det ikke bare tar vekk noe av fargene hennes, men bare får de klarere frem.»

Tre av informantene uttrykte at det var viktig å ikke bli værende i offerrollen, og bli stakkarsliggjort. En informant fortalte at han hadde utviklet seg fra å være i «et skall», til å holde foredrag for flere tusen mennesker, å motta applaus.

«Derfor er det viktig å satse på forskning etter mobbingen, fordi det dummeste du kan gjøre, er å stakkarsliggjøre folk som er blitt mobbet.»

Samtlige hadde en oppfatning om at det er behov for økt kunnskap om mobbing. Samtlige hadde opplevd ulike konsekvenser, men to av informantene var sprikende i forhold til hva som var viktig i veien videre. Sitatet fra informanten ovenfor, mente at det var individet som måtte får hjelp og strategier til å klare seg. En annen informant mente det ble lagt for mye ansvar på individet.

«Det som jeg skulle jeg visst da, som jeg vet nå, er denne individualiseringen. Det skulle jeg kjempet imot. Vi setter jo årsaken i personen selv, og dette kan vi ikke holde på med.»

En informant om fremtiden;

«Det er alltid et håp».

7. Drøfting

I denne delen vil sentrale funn i fra de kvalitative forskningsintervjuene bli drøftet opp mot studiens formål og forskningsspørsmål. Studiens formål var å få bedre innsikt og kunnskap om konsekvenser som kan oppstå for personer som har blitt mobbet, i tiden etter mobbingen tok slutt. Forskningsspørsmålet som det er forsøkt å besvare, er hvilke konsekvenser den som har vært utsatt for mobbing kan få i tiden etter mobbingen tok slutt. Sentrale funn blir drøftet med bakgrunn i tidligere presentert forskning, teori og undersøkelser.

Drøftingskapittelet begynner med drøfting av «begrepsforståelse». Fokuset rettes videre mot informantenes konsekvenser, der drøftingsdelen gir grunnlag for å besvare forskningsspørsmålet.

Deretter drøftes informantenes ulike opplevelser (erfaringer, beskrivelse av seg selv, klassen, varighet, oppfølging og støtte), som belyser mobbingens psykologi, og miljøets betydning for et individ og hvordan minner kan sette spor. Denne delen av drøftingen ser på sammenhengen mellom tidligere opplevelser og konsekvensene av mobbing senere i livet.

7. 1 Begrepet/ordet mobbing

I resultatdelen fremkom det at alle informantene hadde en felles forståelse av hva mobbing er, og la til grunn formuleringer fra etablert definisjonen om mobbing (Olewus & Roland 1983, Roland, 2014). Selv om resultatene indikerer en felles forståelse av mobbebegrepet ga informantene uttrykk for at ansatt i skolen, og av og til foreldrene, ikke visste hvordan de skulle håndtere deres situasjon.

Det ble uttrykt misnøye over det som ble oppfattet av noen som misbruk av ordet mobbing. Flere erfarte at mobbebegrepet ble brukt i alle sammenhenger der noen opplevde noe ubehagelig, og som kanskje kun skjedde en gang, og ikke over tid. Det ble gitt uttrykk for behov for en tydelig og klar definisjon på hva mobbing er, for å kunne håndtere mobbing, og for å unngå og omtale alle ubehagelige hendelser som mobbing.

Funnene viser ingen motstridende oppfatninger og beskrivelser av hva mobbing er, men de viser et stort sprik mellom begrepsforståelse og handlinger ut ifra definisjonen. Selv om informantene opplevde at ansatte i skolen hadde den samme definisjonen av hva mobbing er, som dem selv, opplevde de derimot ikke at noen i fra skolen de gikk på, omsatte denne forståelsen til handling. Informantene opplevde aldri at deres situasjon ble identifisert som mobbing, og ble dermed aldri avdekket, stoppet eller fulgt opp. Ut ifra den håndteringen, eller manglende håndteringen, gir funnet en indikasjon på hvordan mobbingen kunne skje over så mange år, uten å bli stoppet, og dermed føre til alvorlige konsekvenser for den som ble utsatt for mobbing, lenge etter mobbingen stoppet. Mobbing kan ikke stoppes, dersom den aldri blir avdekket (Bru et al., 2018). Studiens funn gir grunn til refleksjon over verdien av felles begrepsforståelse, når den ikke omsettes til handling når mobbing skjer.

Funnet indikerer at vi står overfor en stor utfordring når definisjonen som brukes på mobbing, ikke får betydning for de som blir utsatt for mobbing, og når de voksne på skolen ikke forstår hva som skjer, eller vet hva de skal gjøre.

På bakgrunn av dette kan det være grunn til å drøfte resultatene i lys av nyere perspektiver på mobbing, der konteksten vektlegges i mobbedefinisjonen (Søndergaard, 2014). Mobbing må ses i sammenheng med den konteksten man er i. Nyere dansk forskning (Søndergaard, 2014) utfordrer den norske, etablerte teorien, og tar til orde for et paradigmeskiftet. Det er ikke formålet, eller hensikten i denne studien. Det som utfordres i denne studien, er å se nærmere på hvordan nye perspektiver, i sammen med den etablerte definisjonen av mobbing, til sammen kan gi oss et bilde og forståelser for hvordan og hvorfor så mange tilfeller av mobbing ikke blir oppdaget, noe som resulterer i at mobbingen ikke blir stoppet. I denne studien er det relevant å drøfte, da det er et sentralt funn i forhold til konsekvensene. Også i elevundersøkelsen (2019) vises det til urovekkende tall i forhold til antall elever som rapporterte at mobbingen ikke ble oppdaget, eller fikk hjelp da de ga beskjed. For å komme videre, kan det se ut som om konteksten, de sosiale strukturene, må vektlegges i større grad i videre arbeidet mot mobbing.

Det pågår en debatt blant forskere om hvordan definere mobbing (Thornberg og Delby, 2019). Kriteriet om repetisjon kan bli problematisert i forhold til for eksempel nettmobbing, da en handling kan være en krenkende melding, eller en ydmykende video, som blir lastet opp en gang. Utførelsen er en gang, men kan gjentatte ganger bli sett av offeret, og kan videresendes til flere personer (Grigg, 2010, i Thornberg og Delby, 2019). Den etablerte definisjonen er også blitt kritisert for å redusere vår forståelse av mobbing til individuelle psykologiske egenskaper hos mobbere og ofre. Kontekstuelle, sosiologiske, ideologiske og diskursive forståelser er utelatt i definisjonen (Schott og Søndergaard 2014). Erling Roland støtter Søndergaard (2014) i at mobbing er uheldige sosiale prosesser på avveie, men påpeker at definisjonen er uklar, fordi svært mange slags sosiale prosesser vil passe til definisjonen (Roland, 2020). Funnene i denne studien tyder på at ansatte i skolen ikke har fanget opp mobbingen som pågikk, uavhengig av hvilken definisjon, eller perspektiv som har blitt vektlagt. Da ingen i fra skolen ble presentert i denne studiens utvalg, ville det vært interessant å få økt kunnskap om definisjonens betydning for å stoppe og avdekke mobbing, for i et større perspektiv, i den andre enden, forebygge alvorlige konsekvenser.

7.1.1 Oppsummering av begrepet mobbing

Til tross for at funnet i denne studien viser til en felles forståelse av hva mobbing er, som også er forankret i etablert definisjon av mobbing, eksisterer det et stort sprik mellom begrepsforståelse, og handling når noen blir mobbet. Det viser resultatene i denne undersøkelsen, elevundersøkelsen, og «nyere» perspektiver på mobbing. Det kan se ut som det ikke er tilstrekkelig med dagens teoretisk begrepsforståelse av mobbing, men at det i tillegg er behov for å koble på betydningen av de sosiale strukturene, og forståelse for konteksten den negative handlingen skjer i.

Dette funnet kan i sammen med andre faktorer (hvilke), være av betydning i forhold til konsekvensene som informantene opplevde, også i lang tid inn i voksenlivet, etter at mobbingen stoppet. På bakgrunn av tidligere undersøkelser, var det var forventet at det ville være et misforhold mellom forståelse av begrepet mobbing og handling i forhold til å avdekke og stoppe mobbing. Det som var overraskende, var at funnet som viser til et betydelig sprik mellom begrepsforståelse og tiltak, var entydig og gjaldt samtlige informanter. Kan resultatene indikerer at fravær av forståelse for den sosiale konteksten mobbing foregår i, eller fravær av annen viktig kunnskap om mobbing, kan føre til en bremsende effekt i arbeidet med mobbing?

7. 2 Konsekvenser

I denne studien er det spørsmålet om hvilke konsekvenser som kan oppstå, i tiden etter mobbingen stoppet, som er forskningsspørsmålet. Spørsmålet vil besvares ved å drøfte resultatdelen i lys av teori og tidligere forskning.

Det vises til mye forskning som ser en sammenheng mellom det å bli utsatt for mobbing og senere internaliserende problemer (Arseneult et al, 2010; Bru et al. 2016). På bakgrunn av tidligere forskning var det forventet å finne ulike konsekvenser etter mobbingen tok slutt også i denne studien. Det som var overraskende funn, var varigheten og omfanget av konsekvensene for de som var utsatt for mobbing, lenge etter mobbingen tok slutt. Funnene i denne studien peker på en rekke konsekvenser av ulik alvorlighetsgrad, og sammenfaller med tidligere forskning. De fleste av informantene opplevde at det å bli utsatt for mobbing, førte til ulike konsekvenser i deres liv, både på kort sikt, og lenge etter mobbingen tok slutt. Samtlige informanter i denne studien opplevde flere konsekvenser i tiden mobbingen pågikk, og seks av syv har opplevd en eller flere konsekvenser i tiden etter mobbingen tok slutt.

Flere av studiens deltagere forventet at konsekvensene ville vedvare resten av livet.

De som har vært utsatt for mobbing, har stor risiko for å utvikle senskader som følge av mobbingen. Forskning viser til hvilke ulike konsekvenser barn og unge som utsettes for mobbing kan oppleve. De som utsettes for mobbing kan få en rekke uheldige konsekvenser, ikke bare når mobbingen skjer, men også i årevis fremover (Idsøe og Idsøe, i Bru et al., 2016). En rekke av de uheldige konsekvensene som oppsto blant de som var utsatt for mobbing i denne studien var nedsatt selvbilde, fravær av glede, helseutfordringer, selvmordstanker, utfordringer i forhold til gjennomføring av videregående skole, utfordringer i arbeidslivet, mistillit i forhold til venner, relasjonelle vansker, og redusert fremtidstro i forhold til egen kapasitet.

7.2.1 Helserelaterte konsekvenser

Funnene i denne studien peker på flere helsereelaterte konsekvenser. Flere av dem er svært alvorlige. Funnene sammenfaller med tidligere forskning som relaterer mobbing med helsereelaterte konsekvenser for de som blir utsatt for mobbing (Bru et al., 2016, Breivik et al., 2017). Konsekvensene av mobbing kan gi skadevirkninger som ser ut til å bryte ned velvære og livskvalitet, både på kort og lang sikt (Olewus, 2010 i Støen et al., 2018). Det å bli utsatt for mobbing og utestenging av jevnaldrene er en av de mest stressbelastende opplevelser et barn eller ungdom kan ha i oppveksten (Salmivalli et al, 2009 i Støen et al., 2018). Det meste av tidligere forskning som er gjort på psykologiske konsekvenser av å bli mobbet, er kvantitative (Støen et al., 2018).

6.2.2 Psykosomatiske konsekvenser

Alle som ble utsatt for mobbing i denne studien, fikk minst ett symptom på psykosomatiske problemer, da mobbingen pågikk og i tiden etter mobbingen stoppet. Eksempler på psykososiale konsekvenser var for eksempel hodepine, magesmerte, kvalme og søvnproblemer. Flere opplevde disse symptomene også etter mobbingen tok slutt, i andre sammenhenger. For to av informantene var det knyttet usikkerhet til om helseutfordringene kunne knyttes til tidligere mobbing. For resten av utvalget ble tidligere mobbing gitt som forklaring på plagene. Funnene stemmer overens med tidligere forskning som viser til klar sammenheng mellom mobbing og psykosomatiske plager (Orpinas & Horne, 2006).

6.3.3 Angst og depresjon

I resultatdelen kom det frem at seks av syv informanter hadde opplevd angst og depresjon etter mobbingen tok slutt. Funnet sammenfaller med tidligere forskning som viser til mobbing som en av flere årsaker til at barn og unge utvikler angst og depresjoner (Brue et al., 2016). Personer som har vært utsatt for mobbing har betydelig mer angst enn andre barn og unge (Arsenault et al, 2010, Olewus 1974, i Roland 2014).

De som ble utsatt for mobbing i denne studien opplevde at angsten kom til uttrykk på ulike måter. Noen fortalte at de fikk mer angst, sosial angst, ble unnvikende og fikk panikkanfall. Dette funnet var forventet, da tidligere forskning viser til at langvarig mobbing kan føre til frykt for bestemte situasjoner, områder og personer. Den som har vært utsatt for mobbing kan utvikle generell angst, men også annen type angst som sosial angst, da mobbing skjer i relasjoner (Midhassel et al., 2011). I resultatdelen kom det frem at de fleste som hadde vært utsatt for mobbing, hadde unngått sosiale sammenkomster, og vært mye for seg selv.

Den ene informanten beskrev følelsen av en ambulanse som kjørte frem og tilbake når angsten tok tak i henne. I teorien forklares dette som en fysiologisk aktivering, og betyr at kroppen er i konstant beredskap. Det sies at kroppen er på «høygir», noe som kan gi utslag i søvnproblemer, motorisk uro, man blir lettere irritert, sint og oppbragt ((Nordanger, D.Ø. & Braarud, H.C., 2014).

Et viktig funn i denne studien, er at mobbingen foregikk over svært lang tid for de fleste informantene, fra tre til fjorten år. Langvarig mobbing betyr å ha veldig dårlige erfaringer med bestemte andre personer, og det er naturlig at mobbeoffer utvikler frykt for dem. Det fører til at de som er utsatt for mobbing ofte blir usikre i møte med andre, og tåler sosialt press dårlig (Roland, 2014). For noen mobbeutsatte i denne studien fungerte nye sosiale situasjoner fint, men flertallet opplevde sosial angst i tiden etter mobbingen tok slutt.

De fleste informantene fikk de første symptomene, eller økte symptomer på angst og depresjon i ungdomsskolealderen, eller senere. Tidligere forskning viser til at angstproblematikken ofte manifestes i ungdomsskolealderen (Bru et al., 2016).

Da disse symptomene oppsto, eller fortsatte hos flere mobbeutsatte etter mobbingen tok slutt, kan det være grunn til å tro at flere forhold forverret deres situasjon. Først og fremst fordi handlingene de var utsatt for, aldri ble avdekket, noe som førte til at både tiltak for å stoppe mobbingen, og helse relaterte tiltak uteble. Mobbing, særlig når den strekker seg over lang tid,

er sterkt medvirkende til at lidelser som sosial angst, generell angst, depresjoner og psykosomatiske lidelser oppstår (Idsøe & Idsøe, 2012). Forskning viser til betydningen av å få hjelp så tidlig som mulig. Funnet i denne studien viser til flere års venting med å oppsøke hjelp, få hjelp, og få riktig hjelp, noe som kan ha økt risikoen for langvarige konsekvenser. Når elever opplever angst, kan det føre til bekymringstanker som er vanskelig å komme ut av på egen hånd (Øverland & Bru, 2018).

Langvarig mobbing øker faren for depresjon (Roland, 2007), og kan komme til uttrykk på ulike måter, som tristhet, tap av glede, energi, tretthet og tap av interesse for ulike aktiviteter (Bru et al., 2016). Resultatene i denne studien viser at samtlige som ble utsatt for mobbing, utviklet depresjon, noe som igjen førte til flere negative konsekvenser. De fleste fikk redusert livskvalitet, og for noen gikk det ut over læring og redusert mulighet for å utvikle sitt potensiale. Flere funn vil bli presentert videre i studien.

Breivik et al. (2017) viser til forskergruppen (Hawker & Boulton, 2000) som konkluderte i sin metaanalyse at det å ha blitt mobbet i barne- og ungdomsårene, predikerte depresjon opp til syv år etterpå. Denne studien har ikke undersøkt varigheten av de ulike konsekvensene, men resultatene sammenfaller med forskning som viser til angst og depresjon, flere år etter mobbingen tok slutt. Funn i denne studien viser til at angst og depresjon aldri tok slutt for flere av de som ble utsatt for mobbing, noe som indikerer konsekvenser langt inn i voksenlivet, samt mulighet for vedvarende konsekvenser.

6.3.4 Posttraumatisk stresslidelse

I resultatdelen kom det frem at fem av syv informanter hadde fått påvist posttraumatisk stresslidelse. Forkortelsen PTSD vil bli brukt videre i drøftingen. Denne alvorlige diagnosen ble oppdaget på ulike tidspunkt hos den enkelte mobbeutsatte i denne studien, etter mobbingen var slutt.

Funnene kan ses i lys av en del studier, som i de senere år har funnet en klar sammenheng mellom mobbing og traumesymptomer som oppstår etter man har opplevd noe traumatisk. Idsøe, Dyregrov & Idsøe (2012), fant i sin undersøkelse at barn som rapporterer om mobbing, bør sjekkes for traumerelaterte symptomer, da mobbing er en potensiell risikofaktor. Deres studie viste en sterk sammenheng mellom høy frekvens av mobbing og PTSD symptomer.

Da senere forskning har vist sammenheng mellom mobbing og PTSD (Idsøe et al., 2012), var det forventet å finne PTSD symptomer blant de mobbeutsatte i denne studien. Det som var et overraskende og viktig funn, var at så mange av informantene hadde fått påvist PTSD.

Funnet peker på hvilke alvorlige konsekvenser mobbing kan føre til, langt inn i lang tid etter mobbingen tok slutt. For de fleste tok det lang tid før diagnosen ble stilt. Det gjentas også i denne sammenheng, hvilken stor risiko de mobbeutsatte i denne studien har vært i, da de aldri fikk hjelp til å stoppe mobbingen. Mobbingens varighet og omfang, kan ha ført til økt risiko for alvorlige konsekvenser som PTSD blant de mobbeutsatte. For å få den psykiatriske diagnosen posttraumatisk stressforstyrrelse (PTSD), må man ha opplevd noe som er definert som en alvorlig traumatisk opplevelse (Idsøe et al, 2012). I resultatdelen som viser til de mobbeutsattes opplevelser og erfaring med mobbing, kommer det frem at samtlige mobbeutsatte opplevde en rekke krenkende opplevelser i svært lang tid. Flere av hendelsene var grov vold. Hendelsene var alvorlige nok ene og alene for den enkelte som ble utsatt, i tillegg til at mobbingen fikk pågå i veldig mange år, uten at den ble avdekket. I tillegg måtte flere forholde seg til forventinger i fra lærere om å ta seg i sammen. Hendelsene må ha ført til betydelige stressreaksjoner, og sammenfatter med kriteriene for å få påvist PTSD. Man må altså ha opplevd noe forferdelig, en ukontrollerbar hendelse, som har ført til at man blir veldig redd. Man kan gjenoppleve traumet og få påtrengende minner om tidligere hendelser (Raundalen & Schultz, 2018). I resultatdelen ble det gitt flere eksempler på traumatiske opplevelser, traumeminner og posttraumatisk stressreaksjon.

Det vonde som har skjedd, kan gi påtrengende tanker/minnebilder/gjennomopplevelser, og kan føre til vedvarende unngåelsesatferd. Da prøver man å unngå det meste som kan sett i gang minner om det traumatiske, som for eksempel unngå å tenke på, eller snakke om det vonde som har skjedd, unngå steder, aktiviteter eller personer som minner om det vonde som skjedd (Idsøe et al., 2012).

Dette kan forklare hvorfor flere av studiens mobbeutsatte opplevde vansker i ulike situasjoner. Minnene kan komme tilbake, også lenge etter hendelsene fant sted (Bru et al., 2016). Flere av informantene fikk reaksjoner etter mobbingen, og har opplevd påtrengende minner i flere situasjoner, som i skolesammenheng, arbeidssituasjoner, i møte med nye mennesker og sammentreff med tidligere mobbere. Møte med nye personer kunne føre til minner om personene som var rundt de vonde hendelsene. Funn i denne studien sammenfaller med forskning som viser til at for mange opplevelser som fører til at barn og unge blir veldig redde, føler seg krenket og hjelpeløse, kan sette seg i kroppen, eller i

tankene. Man kan for eksempel tenke at man er ødelagt for alltid og aldri vil bli den samme igjen (Idsøe & Idsøe, 2016). Et av de sterkeste funnene i denne studien, er fortvilelsen over endret personlighet etter mobbingen. Sitatet er gjentatt i fra resultatdelen; «*Jeg tror aldri jeg får tilbake den personen jeg var før det skjedde. Jeg husker jo egentlig ikke hvem jeg var før, det er det som er så trist.*»

Et annet funn i denne studien peker på ulike utfordringer knyttet til det å få hjelp, riktig hjelp, og hjelp når det er behov for hjelp. Under «oppfølging» i denne studien, peker funn på at det er ikke nok med behandling i seg selv. Det avgjørende er hvilken behandling man får, og at behandlingen er riktig i forhold til den enkelte. Funnet er relevant i denne sammenheng, da det gikk lang tid før de mobbeutsatte fikk diagnosen PTSD og riktig behandling for traumene. Noen ventet fortsatt på traumebehandling. Resultatet kan ha en betydning for de mobbeutsattes langvarige konsekvenser. Det ingen funn i denne studien som viser til rask identifisering av en vanske, noe som igjen kan indikere langvarig slitasje uten god hjelp og riktige tiltak.

Oppsummering posttraumatisk stresslidelse

Denne studien viser at mobbing kan føre til posttraumatisk stresslidelse, lenge etter mobbingen tok slutt. For noen vil muligens konsekvensene følge dem resten av livet. Mobbingens varighet og omfang, samt manglende avdekking og oppfølging, kan være en relevant forklaring på hvorfor seks av syv mobbeutsatte i denne studien, utviklet posttraumatisk stress symptomer, etter mobbing tok slutt.

6.3.5 Selvmordstanker og selvmordsforsøk

Det er et sentralt funn i denne studien at seks av syv mobbeutsatte har hatt selvmordstanker, eller planlagt ett eller flere selvmordsforsøk, både da mobbingen pågikk, og i tiden etter mobbingen tok slutt. For over halvparten av de mobbeutsatte kunne selvmordstanker fremdeles oppstå i ulike situasjoner og perioder.

Funnet sammenfaller med flere undersøkelser og studier som viser til at mobbeofre har signifikant mer selvmordstanker enn personer som ikke har vært utsatt for mobbing. Depresjon innebærer økt risiko for forsøk på å ta sitt eget liv (Bru et al., 2016). Roland (2002) og Undheim og Sund (2013) viser til at de som hadde vært utsatt for mobbing i større grad rapporterte om selvmordstanker (Breivik et al., 2017). Roland (2002) fant i sin studie at

risikoen for alvorlige selvmordstanker blant mobbeutsatte var tidoblet sammenlignet med de som ikke ble mobbet.

Til tross for tidligere forskning som viser en sammenheng mellom det å være utsatt for mobbing, og risiko for selvmordstanker og selvmordsforsøk, var det overraskende at resultatet i denne studien indikerte en tydelig sammenheng, også i tiden etter mobbingen tok slutt. Dette er et av de alvorligste funnene i studien.

Flere mobbeutsatte i denne studien påpekte at det er viktig at man selv oppsøker hjelp. Det er tidligere vist til at de fleste informantene ikke fikk hjelp, eller oppsøkte hjelp, før lang tid etter mobbingen tok slutt. Tidligere undersøkelser viser at til at ungdommer med depressive plager eller negativt selvbilde valgte å ikke snakke med noen av problemene sine. Kun en liten andel oppga at de søkte hjelp. Det kan indikere at det er vanskelig å snakke om problemene sine hvis de sliter. (Bru et al., 2016). Funn i denne studien har tidligere vist til resultater der de mobbeutsatte var utsatt for mobbing i lang tid, uten at de fikk riktig hjelp. De alvorlige konsekvensene i forhold til selvmordstanker og selvmordsforsøk, kan også ses i lys av varigheten og omfanget av negative hendelser.

Selvtillitt og selvbilde

Resultatdelen viser at samtlige mobbeutsatte opplevde å få lavere selvtillit eller dårligere selvbilde etter å ha vært utsatt for langvarig mobbing. Det er velkjent i mobbeforskningen at mobbeofre kan ha lav selvtillit (Breivik et al., 2017). Selvbildet kan bli lavere ut ifra hvor ofte man blir eksponert for mobbing (Hawker & Boulton, 2000).

Studien viser til mobbeutsatte som søkte etter svar på hvorfor de ble utsatt for alle de krenkende handlingene, og det ble gjort funn på kritiske innfallsvinkler på seg selv. Det kom frem frustrasjon over individualiseringen, at den som ble utsatt for mobbing måtte finne svaret selv, og ikke i miljøet. Det ble også gjort funn som viste behov for hjelp og strategier for å tilpasse seg miljøet.

Det ble gjort et sterkt funn i denne studien, der frykt for å aldri bli den samme personen igjen kom til uttrykk. «*Det triste er at du får aldri tilbake den personen du var før det skjedde, for jeg husker ikke egentlig hvem jeg var før.*» Funnet stemmer overens med forskning som viser til at lavt selvbilde kan komme til utspring fra negative tilbakemeldinger om at en som har

verdt utsatt for mobbing er lite verdt, noe som kan føre til negative meninger og tanker om seg selv, og i mange tilfeller tilegner seg skyld (Hawker & Boulton, 2000).

I resultatdelen kom det frem flere tanker og følelser rundt mobbingens påvirkning på den enkelte som ble utsatt for mobbing. Det ble reflektert over usikkerheten de negative hendelsene skapte i forhold, søken etter om det man sier og gjør er greit, og kraften mobbere har, når de kan «omprogrammere» et annet menneske med ord og handlinger. En informant undret seg over hvordan en etablert trygghet og selvsikkerhet kunne bli så kraftig «røkket ved» i tenårene, da medelever fikk ham til å tro og føle at han ikke passet inn i fellesskapet. Det førte til usikkerhet og ensomhet. Når en elev blir mye mobbet, kan den direkte eller indirekte meldingen være at en er lite verd (Roland, 2015, s.50). Det kom også frem i studien at noen hadde fått økt selvbilde etter mobbingen tok slutt, da de opplevde mestring og utvikling på flere områder.

Den vedvarende søken etter bekreftelse og tilhørighet kom tydelig frem i denne studien. Funnene stemmer overens med flere undersøkelser i Norge og utlandet, som har vist at de som har vært utsatt for mobbing, har betydelig dårligere selvbilde enn gjennomsnittet (Arseneult et al., 2010).

Funnene kan ses i lys av at aggresjon er en intensjonell handling som har til hensikt å skade/krenke andre fysisk og/eller psykisk (Berkowitz, 1993).

6.4 Skolerelevante konsekvenser

I denne studien ble det gjort flere funn i forhold til skolerelevante konsekvenser. Det ble gjort funn som viser sammenheng mellom det å ha vært utsatt for mobbing, og dårligere skoleprestasjoner, lavere motivasjon for skole og utdanning og skolevegring. Manglende motivasjon for skole og tilegnelse av unngåelsesstrategier, ble en konsekvens for flere av informantene. Funnet sammenfaller med tidligere undersøkelser som viser til at mobbing i skolen over tid, kan føre til underprestering, mistriivsel og etter hvert unngåelsesatferd som skolevegring (Havik, 2015).

Det vises til sprikende funn i denne resultatdelen, da det å ha blitt utsatt for mobbing, førte til at noen bestemte seg for å jobbe godt med skolen, og ble motivert av å vise mestring i skolearbeid og høyere utdanning.

Det som av andre kan oppfattes som sviktende motivasjon eller som motstand mot skolearbeidet, kan være et uttrykk for en forsvarsreaksjon hos eleven (Midthassel et al., 2011). For at elever skal oppleve læring og vekst, er motivasjon nødvendig, samtidig er elevens motiv og ønsker også grunnlaget for at de opplever tap, skuffelser og frustrasjon. En del elever nedprioriter skolen og skolearbeidet for å beskytte seg imot slike opplevelser (Midthassel et al., 2011).

Skolen har i oppgave å gi alle barn og unge et godt og trygt miljø for læring og utvikling (Opplæringsloven 1998). Samtlige av informantene måtte gjennom flere år, noen gjennom hele grunnskolen, gå til en skole med et svært utrygt skolemiljø. De visste ikke hva som ville bli sagt eller gjort da de kom til skolen. De måtte bruke mye av sin kapasitet til å tenke på det. Noen brukte mye tid til å grue seg til friminuttet, og de måtte bruke timene til å planlegge hvor de skulle gjemme seg, hvordan de skulle gjøre det, og hva de skulle si om de ble oppdaget. Flere opplevde negativ respons i fra lærere da de ikke klarte å konsentrere seg, eller presterte dårlig. Flere klarte ikke å utvikle sitt potensiale, utviklet skolevegring eller manglende motivasjon for skole og fikk flere helserelaterte konsekvenser, som har resultert i vanskeligheter med å gjennomføre videregående skole. Undersøkelser har vist at en konsekvens av mobbing, kan være at en mobbeutsatt ikke får realisert sitt potensiale gjennom utdanningsløpet (Støen et al., 2018).

Det vises til funn i denne studien som viser til manglende støtte i fra medelever og lærere. Det er mye forskning som viser at sosial støtte øker evnene til å takle utfordringer og fremmer vår mentale helse gjennom å stimulere mer positive vurderinger av ressurser og muligheter for mestring (Midthassel et al., 2011). I forhold til elever som blir mobbet, kan læreren gi emosjonell støtte ved å se til at barnet eller ungdommen blir inkludert i det sosiale samspillet i klassen, og sørger for å ordne opp dersom det oppstår konflikter eller mobbing (Midthassel et al., 2011)

For elevens velvære og læringsarbeid, er relasjonen mellom lærer og elev en bærebjelke (Pianta, 2008). Når elevene opplever forståelse og støtte fra lærerne, har de bedre forutsetning for å prestere i samsvar med sine forutsetninger (Midthassel et al., 2011).

Manglende motivasjon for videre utdanning blant flere mobbeutsatte i denne studien, kan forklares ut ifra deres erfaringer i grunnskolen med gjentatte krenkelser gjennom flere år, i tillegg til manglende mestringsopplevelser i skolearbeidet. Minner fra tidligere traumer kan bli svært plagsomme og gå ut over konsentrasjon og skolearbeid (Bru et al., 2019).

Når man har blitt utsatt for traumer, kan det oppstå splittelse i hukommelsen. Når traumene om minnene lagres, kan det være vanskelig for barnet å forende disse med vanlig minner, noe som kan føre til redusert konsentrasjon (Brewin, 2003, i Byrkjedal og Øverland, s. 109). Skoleløpet ble en negativ spiral på flere områder.

6.5 Jobbrelaterte konsekvenser

I forhold til jobb peker resultatdelen i to ulike retninger. Tre av fire mobbeutsatte i denne studien hadde fast jobb, og trivdes veldig bra i jobben, selv om tidligere traumer kunne føre til ulike utfordringer med kolleger. De som var yrkesaktive opplevde at deres erfaringer hadde gitt dem verdifull kunnskap som de fikk bruk for i deres yrker.

Det er tidligere vist til konsekvenser som posttraumatisk stresslidelse. Denne diagnosen gir konsekvenser på flere områder, også i forhold til arbeidslivet. Studien viser til resultater der konsekvensene har vært alvorlige og langvarige, noe som har ført til at to av de mobbeutsatte ble uføretrygdede.

Forskning knyttet til arbeidsforhold de siste årene, har vist at det å bli verdsatt og behandlet med respekt har stor betydning for en persons selvverdivurdering, selvverd og mental helse. (Skaalevik & Skaalevik (2005). Dette uavhengig av tidligere erfaringer.

Det er lite forskning på sammenheng mellom det å være utsatt for mobbing, og deltagelse i yrkeslivet.

Mobbingens psykologi

Maktbegrepet er sentralt i forhold til mobbing. *Mobbing er å utøve makt, og en bestemt form for makt som den andre synes er ubehagelig* (Roland, 2015, s. 80) Det er ikke overraskende at elever som har opplevd mye mobbing opplever mobbingen som et maktforhold, da de merker konsekvensene av å være underlagt makt (Hansen et al., 2014). I resultatdelen ble det gitt ulike eksempler på maktforhold, der det ble beskrevet hvordan den, eller de, som hadde makt i klassen, eller i gjengen, fikk de andre med på krenkende handlinger på en måte som førte til at det var få som våget å gå imot handlingene, vise sin støtte, eller sa i fra om hva

som skjedde. Resultatene sammenfaller med tidligere forskning som viser at makt over mobbeofferet og tilhørighet i gruppa, er to sterke drivkrefter bak mobbingen (Roland, 2015).

6. Opplevelser og erfaringer

Et viktig og sentralt funn i denne studien, er at ingen av de mobbeutsatte opplevde at deres situasjon noen gang ble identifisert som mobbing, avdekket, eller stoppet. Dette til tross for at samtlige mobbeutsatte ble mobbet i svært mange år. På grunn av studiens begrensinger, er det ikke lagt vekt på hvilken type mobbing informantene hadde vært utsatt for. Det kom likevel frem under intervjuene at samtlige hadde vært utsatt for psykisk vold, gjennom baksnakking, utestenging, kroppsspråk og krenkende ord. Halvparten av mobbeutsatte i denne studien ble utsatt for grov fysisk vold, i tillegg til psykisk vold.

Samtlige informanter fortalte om hendelser som hadde satt ekstra dype spor. Det å bli banket opp, naken i dusjen, foran de andre i klassen, med både gutter og jenter blant tilskuerne, er noe av det som møtte en av de mobbeutsatte. Hendelser som bryter med opplæringsloven, og andre lover. Hvordan kunne slike hendelser finne sted, uten at noen ble stilt til ansvar?

De som ble utsatt for denne aggresjonen og volden, de som ble gjort ansvarlige for sin egen situasjon da de gikk på skolen, har måttet ta ansvar for disse hendelsene videre i livet. Flere har et behov for oppreisning, et «unnskyld». Funnet indikerer en av mange hendelser som aldri er blitt registrert i noen statistikk. Ingen kan finne hendelsene registrert noen sted.

Funnene sammenfaller med resultatene i Elevundersøkelsen (2019). Fortsatt, selv etter endringer i §9A, er det en stor prosentandel av elever i grunnskolen (36 %) som oppgir at ingen har kjennskap til at det har foregått mobbing, og fortsatt oppgir en stor andel elever (16%) at lærerne visste at de ble mobbet, men at de ikke fikk den hjelpen de trengte for å stoppe mobbingen.

Det aller første man må sørge for, er å stoppe mobbingen. Dersom mobbingen fremdeles pågår, er det vanskelig å starte et arbeid som skal lindre symptomene (Idsøe og Idsøe, 2016). Her kan en del av forklaringen ligge i denne studiens resultater om at mobbing kan føre til alvorlige konsekvenser, etter at mobbingen tok slutt.

Et av hovedfunnene i denne studien, er at mobbingen aldri ble avdekket, eller stoppet.. Dette sammenfaller med andre undersøkelser, som landsdekkende skolemiljøundersøkelser fra SAF, som tyder på at bare omkring halvparten av dem som blir mobbet, forteller det til lærere og

hjemme. Roland stiller spørsmålet i *Mobbingens psykologi*, (2015); «Kan grunnen være at eleven ikke har tillit til lærerne eller skolen?» Resultatene i denne studien er tydelige på at de som har vært utsatt for mobbing, hadde ikke, eller mistet tillitten til lærere og andre voksne i løpet av alle de årene de ble utsatt for mobbing. Svaret ble begrunnet med at det nyttet ikke å si i fra, eller de opplevde at situasjonen ble forverret. Funnet var overraskende i den grad at det representerte samtlige informanter. Forkunnskapen om temaet skapte noe forventning om manglende tillitt til skolen og til positive forventninger, men det var overraskende at resultatet var så sammenfallende.

Målet med endringene som ble gjort i opplæringsloven kapittel 9A (1917), var å sikre et mer effektivt regelverk mot mobbing og en bedre håndheving av reglene. Noen av de viktigste endringene er at det er lovfestet et krav til nulltoleranse. Elevene har en individuell rett til et trygt og godt skolemiljø.

Det kan se ut som om mennesker, her; lærere, foreldre, barn og unge gjør seg opp en individuell mening om hvordan andre har det, basert på det de ser og opplever. Studien viser til flere informanter som opplevde å bli misforstått, som for eksempel om man er med noen i friminuttene, så trodde læreren at alt var bra. I resultatdelen ble det tydelig at samtlige mobbeutsatte i studien fikk ansvaret for å selv ta tak i sin egen situasjon, skjerpe seg, ikke bli så sint, for å nevne noe. I praksis ble de utsatt for urimelige krav og forventninger, da de fikk ansvaret for å endre seg, i et miljø de ble krenket i, og aldri akseptert i, uansett hva de gjorde. Dersom man ga uttrykk for sinne og tristhet, måtte de skjerpe seg. Dersom de anstrengte seg for å være aktive i friminuttene, ble det tolket som om de hadde det bra. Noen gjemte seg på do i friminuttene, og ble sittende der til det ringte inn. Ut ifra valgene de ble stilt ovenfor og de gjentagende krenkelsene de ble utsatt for, er det forståelig at noen valgte å låse seg inne på do, for og ikke utsette seg for fare.

Individ og miljø

I resultatdelen kom det frem at informantenes beskrivelser av seg selv, var forskjellige i fra hvem de ble definert som da de gikk på skolen. Flere fortalte om et positivt selv bilde som ble endret i løpet av årene på grunnskolen. Det vises til eksempler på at noen av informantene som reagerte på mobbingen ved å bli sinte, ble karakterisert som «den sinte» av andre elever og lærere. De ble fortalt at de måtte ta tak i sine problemer. Deres reaktive aggresjonen ble ikke forstått ut i fra den proaktive aggresjonen de ble utsatt for (Crick & Dodge, 1994). Sip –

modellen kan være til hjelp for forstå barns tilpasninger til andre. Modellen beskriver hvordan kommunikasjon gjennom kompliserte kommunikasjonsprosesser påvirker hjernen (Crick & Dodge, 1994). De negative handlingene kan føre til endringer av minnespor. For å referere til en av informantene; «*Man endrer personlighet når man blir så grusomt behandlet*».

Samtlige mobbutsatte i studien ble beskyldt for å være skyld i sin egen situasjon. Påstanden ble begrunnet ut ifra deres atferd, personlighet og utseende. Funnet indikerer manglende kunnskap blant ansatte i skolen om reaktiv aggresjon og proaktiv aggresjon.

Et viktig funn er at dette medførte til ytterligere vanskeligheter for den som ble utsatt for mobbing. I tillegg til elevenes mobbing, ble flere stigmatisert av lærere, og noen opplevde mobbing i fra noen lærere. Måten en lærer behandler en elev på, får betydning for hvordan de andre elevene oppfatter vedkommende (Vaaland, 2016). Hvordan kan en lærer som legger skylden på eleven som blir utsatt for mobbing, noen gang hjelpe og stoppe mobbingen? Hvordan påvirker disse holdningene medelever som får forståelse og tillatelse til å fortsette mobbingen?

I Uri Bronfenbrenners utviklingsøkologiske modell (1979), sammenfattes alle faktorer som virker inn på et oppvekstmiljø. Bronfenbrenner var opptatt av å se menneskets utvikling og vekst i sammenheng med miljøet rundt seg. I lys av denne modellen kan aldri individet analyseres isolert og utenfor en sosial sammenheng, da det er læren om at det oppstår en sammenheng mellom menneskene og de miljøene de omgis av som vektlegges (Bronfenbrenner, 1979). I lys av denne utviklingsmodellen, viser den til hvilken vanskelig oppgave lærerne satte de mobbeutsatte i denne studien til å utføre, det å utvikle seg selv, «skjerpe seg», som om miljøet ikke hadde påvirkning på deres utvikling.

I Bronfenbrenners modell finner man relasjoner med jevnaldrende av stor betydning, og i mobbesituasjoner der relasjonene er negative, kan det få store konsekvenser for barnets sosiale utvikling og læring (Bronfenbrenner, 1979).

Samtlige informanter opplevde i denne studien at de selv hadde mer eller mindre ansvar for situasjonen de var. Det er grunn til å tro at denne ansvarsfraskrivelsen i fra miljøet rundt har hatt en forsterkende effekt i forhold til senere konsekvenser. Dette ble en ekstra belastning, i tillegg til mobbingen de ble utsatt for. I tillegg opplevde de fleste informantene dette gjentatte ganger over flere år.

Det kan gi en økt forståelse og kunnskap om konsekvensenes langtidsvirkning. Hendelsene forstyrret barnet i en viktig utviklingsperiode på en negativ måte.

Det å grue seg til å gå på skolen i frykt for hva som møter deg, kan medføre en del stress som følge av mangel på kontroll hos barn og unge. Å bli utsatt for mobbing kan være en stor stressfaktor for elevene, og sosial støtte i fra læreren kan være avgjørende for å kunne håndtere belastningene mobbingen kan føre til på en bedre måte (Lazarus, 2009). Dersom de mobbeutsatte i denne studien hadde opplevd at de fikk god støtte i fra lærerne, kunne det vært forebyggende, i forhold til konsekvensene de fikk.

Det er lærerens ansvar å skape et godt og inkluderende klassemiljø, og trekkes frem som en viktig komponent i arbeidet med å resosialisere elever som har vært involvert i en mobbesak (Breivik mfl., 2017). Informantenes beskrivelse av lærerne som hadde ansvaret for deres klasser da mobbingen pågikk, hadde både dårlig kunnskap om mobbing og for dårlige relasjoner til enkeltelever. Dette var med på å komplisere deres situasjoner.

Informantene ble ikke møtt respekt og anerkjennelse for den personen de var. Spriket mellom hvem de selv definerte seg selv som, og definisjonen andre på skolen ga dem, førte til at flere ble usikre og identitetssøkende. Flere av informantene tenkte at det var de som mobbet dem, som hadde problemer, og ikke dem selv.

6.3. Oppfølging

Resultatene i denne studien viser til at det ble gjort noen forsøk på å stoppe mobbingen. Tiltakene som ble satt inn var verken gode nok, eller riktige i forhold til mobbingen. Tiltak som ikke var riktige, forverret situasjonen for de som ble utsatt for mobbing.

Samtlige informanter savnet oppfølging i fra skolen. Flere uttrykte at det ble gjort noe, men ikke nok, i forhold til å stoppe mobbingen. Flere opplevde at oppfølgingen fra lærerne var basert på det som lærerne så der og da, situasjonsbetinget. Flere sa at lærerne gjorde så godt de kunne, var støttende, samtidig som samtlige informanter opplevde å bli snakket nedlatende til, og fikk beskjed om at de må ta tak i situasjonen selv.

Funn i denne studien peker på at ingen opplevde at dere situasjon ble undersøkt nærmere. Ingen av mobbesakene i denne studien ble avdekket, og dermed aldri fulgt opp.

Et interessant funn i denne resultatdelen, viser til en mobbeutsatt som ikke ønsket at foreldrene skulle informere skolen om situasjonen. Grunnen var frykt for at foreldrene skulle kontakte skolen, og at situasjonen ville forverre seg.

Ut i fra studiens funn, kunne mobbesituasjonen blitt verre dersom foreldrene hadde trosset barnets ønske. Funnet er basert på andre informanternes erfaringer.

For at mobbingen skal ta slutt, må den stoppes. Ingen form for tiltak eller trening for dem som er utsatt vil ha effekt, dersom man ikke har stoppet eksponeringen for de vonde opplevelsene (Idsøe og Idsøe, i Midthassel, 2011). Informantene i denne studien ble eksponert for vonde opplevelser gjennom mange år, noen gjennom hele grunnskolen. Funnet gir oss informasjon om skoler som aldri tok i bruk noe av den forskningsbaserte kunnskap som er tilgjengelig om mobbing. Til tross for økt fokus på mobbing i skolen gjennom flere år, og en opplæringslov (Opplæringsloven, 1998) som skolene er lovpålagt å følge. Det kan stilles spørsmål til hvordan dette er mulig.

I lys av denne kunnskapen, kan det være grunn til å tro at manglende avdekking og oppfølging har vært av betydning i forhold til alle konsekvensene informantene har opplevd i ettertid.

Tharaldsen et al. (2017), avdekket i deres rapport at barn som blir mobbet, ikke får den oppfølgingen de trenger, og en av årsakene er at det enkelte barn opplever å ikke bli trodd når de melder om mobbing. Barn som ikke får den oppfølgingen de trenger ble identifisert i fire grupper: Barn som ikke forteller om mobbingen til de voksne i skolen. Barn som ikke blir trodd når de rapporterer om mobbing til voksne. Barn som ikke får hjelp til å stanse mobbing. Barn som ikke får hjelp til å håndtere ettervirkningen av mobbing.

I denne studien gjenkjennes disse fire funnene. I tillegg kommer et svært viktig og sentralt funn som peker på at ingen av informantene opplevde at deres situasjon noen gang ble identifisert som mobbing. Det vil si at har vi et funn som indikerer at vi har en stor gruppe elever som aldri ble registrert i noen statistikk. Mobbingen ble aldri avdekket, som om det aldri hadde skjedd. Elevundersøkelsen (2019), indikerer at det skjer fortsatt.

Samtlige informanter hadde behov for å få en unnskyldning.

Seks av syv informanter opplevde stor støtte og varme i fra foreldrene i oppveksten. En informant hadde et kompliserte hjemmeforhold, i tillegg til mobbing på skolen. To informanter fortalte om familiesituasjoner som kunne påvirke informanten emosjonelt, men som likevel opplevdes støttende. Tre foreldre jobbet på flere måter for å støtte den mobbutsatte og prøvde å si i fra til skolen og andre foreldre. Tre av de mobbutsatte fortalte

ikke noe hjemme, og to av dem har fått hjelp i senere tid, etter de fortalte om mobbingen flere år etter den tok slutt.

I denne studien beskriver informantene ulike maktforhold og roller blant medelevene (elever i klassen/på skolen). Samtlige informanter viser til forhold der noen elever kontrollerte mobbingen med gjentakende hendelser over flere år, og hvordan andre medelever ble med, eller lot det skje. Flere ble utsatt for grov vold, med flere medelever som tilskuere. Hvordan kan dette forklares?

Det kan være flere årsaker til at et passivt publikum ikke griper inn. Forskning viser at en tilfeldig tilskuer som observerer nød, sjelden griper inn. At andre ikke gjør det, er også av betydning (Roland 2014, i Roland 2018). Årsaken kan være frykt for eget liv og helse. I denne sammenheng kan det være frykt for sosiale sanksjoner (Roland, 2018).

Kjerneprosessen med mobbing ble i en undersøkelse identifisert som sosial posisjonering (Finne et al., 2018). I deres analyse fant de at den viktigste bekymringen til de som mobber andre, er å oppnå og opprettholde høy sosial status. Ofrene ble sosialt konstruert som annerledes (Finne et al., 2018) I Proaktiv aggresjon er ofte kollektiv, det vil si at den utføres ofte av flere i sammen (Roland, 2014, i Roland 2018). Utøverne kan hente ut destruktive maktstimuli (Roland, 2018).

For de som blir utsatt for disse kontekstuelle forholdene i klassen, blir utsatt for en høy risiko for negativ utvikling (Finne et al., 2018) Funnet peker på flere skoler og lærere som har overlatt all makt til elevene. Mangel på kunnskap, kontroll og handlekraft fra skolen, resulterte i at elevene hadde kontrollen og regien. En situasjon informantene var låst i over flere år.

7.0 Konklusjon

7.1 Oppsummerende refleksjoner

Formålet med denne studien har vært å belyse hvilke konsekvenser som kan oppstå for personer som har vært utsatt for mobbing, etter mobbingen tok slutt.

I dette prosjektet er det gjort forsøk på å fange syv personers opplevelser, erfaringer, synspunkter og forståelse av fenomenet. Målet med analysen har vært å se etter tema innenfor konsekvenser av mobbing, som gikk igjen blant deltakerne. Den enkelte deltagers

opplevelser er mer nyansert og kompleks enn det som kommer frem i denne studien, noe som innebærer at noen synspunkter ikke kommer tydelig frem i analysen og resultatdelen. Studien kan av den grunn fremme spørsmål om troverdighet, men forsvares gjennom studiens formål som har vært å få frem det generelle, heller enn det individuelle (Thagaard, 2018).

Studiens overføringsverdi vil være knyttet til om funnene vil kunne oppleves som gjenkjennelige for lesere som har kjennskap til fenomenet (Thagaard, 2018). Denne studiens funn representerer deltakernes opplevelser og erfaringer, men resultatene sett i sammenheng med tidligere forskning, viser sammenfattende resultater i forhold til hvilke konsekvenser som kan oppstå som følge av mobbing. Andre funn, som manglende avdekking, stopping og oppfølging av mobbing, bekrefte gjennom Elevundersøkelsen (2019), og samlet gir det grunn til å anta at funnene gjort i denne studien representerer utfordringer som er gjenkjennelige for andre som har erfaring med mobbing og mobbingens konsekvenser.

Da forskning viser til at mobbing kan føre til ulike konsekvenser, både helse relaterte, skolerelaterte og andre konsekvenser, var det ventet at resultatene i fra denne kvalitative studien, ville kunne avdekke ulike konsekvenser for den som har vært utsatt for mobbing, i tiden etter at mobbingen tok slutt.

Derimot var det et overraskende funn at ingen av de syv informantene fikk avdekket og stoppet mobbingen de ble utsatt for. Mobbing kan ikke stoppes dersom den ikke blir avdekket (Bru et al., 2016). Varigheten av mobbingen kan hatt betydning for konsekvensene i ettertid. Flere av informantene ble mobbet gjennom hele grunnskolen, noe som kan ha forsterket de alvorlige og langvarige konsekvensene som avdekkes i denne studien. Et annet interessant funn peker på bruk av tiltak som ikke var forankret i forskningsbaserte tiltak, men tilsynelatende «situasjonsbetingede» tiltak, førte til en forverring av situasjonen for de som ble utsatt for mobbing. Tydelige funn peker på flere udekte behov på ulike områder; fravær av kunnskap og forståelse fra lærere i forhold til de som ble utsatt for mobbing, manglende innsikt og forståelse for de mekanismer som kan oppstå i ulike interaksjoner og kontekster, og hvorfor de oppstår, til tross for kunnskap og forståelse for mobbebegrepet,

Til tross for endringer i opplæringsloven (2017), og årevis med fokus og forskning på mobbing, med ulike intervensjonsprogrammer som anbefales til skolene, viser resultatene i Elevundersøkelsen (2019), at det fortsatt er flere elever som opplever at de er utsatt for mobbing, uten å få oppfølging.

t), og flere av handlingene blir aldri avdekket og stoppet. Dermed blir de aldri fulgt opp.

Konsekvensene av mobbing, lenge etter mobbingen stoppet, kan bli svært alvorlige og langvarige. De kan endre et menneske. Denne kunnskapen bør løftes i forhold til arbeid med mobbing videre på ulike nivå.

7.2 Oppgavens begrensninger og videre forskning

I løpet av intervjuene kom det fram flere interessante opplysninger, tanker og betraktninger som falt utenfor studiens problemstilling, men som det kunne vært interessant å undersøke videre. Dette har vært særlig gjeldene innenfor tidligere erfaringer og opplevelser.

Perspektiver som kunne vært løftet og gått dypere inn i er klasseledelse og relasjoner, noe som har stor betydning for forebygging av mobbing, læring og trivsel i skolen. Det er Risikofaktorer og beskyttende faktorer, kunne vært belyst i forhold til konsekvenser etter mobbingen tok slutt. Videre er oppfølging på systemnivå og individ nivå sentralt og av stor betydning i forhold til konsekvenser av mobbing. Flere perspektiver er interessante i forhold til forskning videre.

Da denne studien ikke har deltagere som kan belyse problemstillingen ut ifra ansatte i skolens perspektiv, ville det vært interessant og fått mer kunnskap om hvorfor det spriker mellom forståelse av hva mobbing er, til praksisfeltet. Denne studiens funn viser til manglende avdekking og stopping av mobbing, samt manglende bruk av forskningsbaserte tiltak, noe som igjen kan føre til alvorlige konsekvenser for den som har vært utsatt for mobbing, i lang tid etter mobbing tok slutt. Hvorfor situasjonen er slik, til tross for mye forskning, fokus på mobbing og endring i opplæringsloven (2017), skulle vært interessant å vite mer om. Et annet perspektiv som ville vært av stor interesse å undersøke videre, er læreres bevissthet og kunnskap om elevkollektivet, maktstrukturer og forståelsen av elevers handling, sett i en kontekst. Det vil være av betydning for både samfunnet og individet, å vite mer om hvorfor et betydelig antall mennesker strever med ulike konsekvenser i store deler av livet, også etter mobbingen tok slutt, uten at noen fanget dem opp underveis, eller i etterkant.

En av begrunnelsene for valg av masterstudiets vinkling, var behovet for mer kunnskap rettet mot konsekvenser som kan oppstå etter mobbingen tok slutt. Funnene har ført til nye spørsmål og behov for mer forskning om årsaker til at en rekke skoler ikke tar i bruk forskningsbaserte tiltak. Kan den individuelle oppfatning og holdning til den enkelte ansatte, overstyre den kunnskapen som foreligger, eller kan det være andre faktorer som er avgjørende, som for eksempel mange oppgaver i skolen, mangel på ressurser og tid? Det kan

se ut som det er behov for mer forskning og kunnskap for å tette spriket mellom forståelse av mobbebegrepet og praksisfeltet.

REFERANSER

- Allen, K.-A- & Kern, M. L. (2017). *The need to belong. I School Belonging in Adolescents* (s. 5 – 12). http://doi.org/10.1007/987-981-10-5996-4_2
- Aluede, O., Adeleke, F., Omoike, D., & Afen-Akpaída, J. (2008). A Review of the Extent, Nature, Characteristics and Effects of Bullying Behaviour in Schools. *Journal of Instructional Psychology*, 35(2).
- Arsenault, L., Bowes, L., & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: «much ado about nothing». *Psychological Medicine*, 40(5), s. 717-729. DOI: 10.1017/S0033291709991383
- Auestad, G. (2013). *Skolenes støtte til mobbeofferet*. Stavanger:Læringsmiljøsenderet.
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Breivik, K., Bru, E., Hancock, C., Idsøe, E. C., Idsøe, T., & Solberg, M. E. (2017). *Å bli utsatt for mobbing. En kunnskapsoppsummering om konsekvenser og tiltak*. Stavanger: Læringsmiljøsenderet.
- Bru, E., Idsøe, E. C. & Øverland, K. (2018). *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.
- Elevundersøkelsen. (2019). Hentet fra:<https://www.udir.no/tall-og-forskning/finnforskning/rapporter/elevundersokelsen-2019-mobbing-og-arbeidsro/>
- Fennell, M. (2007). *Å bekjempe lav selvfølelse*. Trondheim: Tapir Akademiske Forlag.

Finne, J., Roland, E., og Svartdal, F., (2018) *Relational rehabilitation: Reducing harmful effects caused by bullying*. Nordic Studies in Education, Vol. 38, 42018, pp. 352–367. ISSN 1891-5914. © Universitetsforlaget.

Folkehelseinstituttet, 2019. Hentet fra:

<https://www.fhi.no/fp/psykiskhelse/psykiskelidelser/angst/>

Gilje, N., & Grimen, H. (2001). *Samfunnsvitenskapens forutsetninger: Innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi*. Oslo: Universitetsforlaget.

Grini, N. og Tharaldsen, B. K. (2018). *Systematisk oppfølging etter mobbing*. Bedre skole 4.

Hawker, D.S., & Boulton, M. J. (2000). Twenty Years` Research on Peer Victimization and Psychosocial Maladjustment: A Meta-analytic Review of Cross-sectional Studies. *Journal of Child Psychology & Psychiatry & Allied Disciplines*, 41(4), s. 441-455.

Hansen et al., - maktbegrepet - kilde

Idsøe, T., Dyregrov, A. & Idsøe, E.c. (2012). Bullying and PTSD symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40, 901-911

Idsøe, E.C & Idsøe, T. (2016). Mobbing i et traumeperspektiv. I Bru, E. Idsøe, E.C. & Øverland, K. (red). *Psykisk helse i skolen* (s. 109 – 119). Oslo: Universitetsforlaget.

Nye perspektiver på mobning. (2014). Forlaget Skolepsykologi.

Kleven, T. A., & Hjordelmaal, F. (2018). *Innføring i pedagogisk forskningsmetode. En hjelp til kritisk tolking og vurdering*, 3. utgave. Oslo: Fagbokforlaget.

- Kvale, S., Brinkmann, S., Anderssen, T. M. & Rygge, J. (2019). *Det kvalitative forskningsintervju*. 3. utgave. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Lazarus, R. S. (2009). *Stress og følelser – en ny syntese*. København: Akademisk Forlag.
- Maxwell, Joseph, A. (2009). Designing a Qualitative Study. I Bickman, L. & Rog, D. J. (Red.), *The SAGE handbook of Applied Social Research Methods* (Second edition, s. 214-250). London: SAGE.
- Midthassel U., Bru, E., Ertesvåg, & Roland, E. (2011). *Sosiale og emosjonelle vansker*. Oslo: Universitetsforlaget.
- NESH. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. Oslo: De nasjonale forskningsetiske komiteene.
- Opplæringsloven. (1998).
- Olweus, D. (1974). *Hakkekyllinger og skolebøller*. Oslo: J. W. Cappelens Forlag AS.
- Olweus og Roland
- Orpinas & Horne, 2006) psykosomatiske plager
- Pianta 2008, 1999 hjørnestein
- Porter, L. (2007). *Behaviour in schools: theory and practice for teachers*.
Buchingham: Open University Press
- Raundalen, M. & Schultz, J.-H. (2018). *Krisepedagogikk. Hjelp til barn og ungdom i krise*. Oslo: Universitetsopplaget.
- Roland, E. (1998). *Elevkollektivet*. Oslo: Rebell forlag A/S.

- Roland, E. & Vaaland, G. S. (2007) *Zero, SAFs program mot mobbing*. Stavanger: Senter for atferdsforskning.
- Roland, E. (2015). *Mobbingens psykologi. Hva kan skolen gjøre?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Roland, E. (2018). *Snu-metoden mot kollektive atferdsvansker*. Bergen: Fagbokforlaget
- Roland, E (2020). *Mobbeloven. Opplæringslovens kapittel 9A og god praksis*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Salmivalli, C. (2004). *Consequences of school bullying and violence*. Finland: University of Turku.
- Schott, R. M., Søndergaard, D. M. (2014). *School bullying. New theories in context*. Cambridge University Press.
- Silverman, D. (2011). *Interpreting qualitative data* (4th edition). London: SAGE.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2005). *Skolen som læringsarena: selvoppfatning, motivasjon og læring*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Støen, J., Fandrem, H. og Roland, E. (2018). *Stemmer i mobbesaker*. Resultater og erfaringer fra Stigma-prosjektet. Bergen: Fagbokforlaget.
- Sullivan, K., Cleary, M. og Sullivan, G. (2004). *Bullying in Secondary Schools*. London: Paul Chapman Publishing.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse*. En innføring i kvalitative metoder, 5. utgave. Bergen: Universitetsforlaget.

Tharaldsen, K. B., Lunder, M. M., Grini, G., Vangsnes, E.N. & Bru, E. (2018). *Oppfølging av barn og unge som har blitt utsatt for mobbing. Rapport fra fagseminar 4. og 5. desember 2017*. Stavanger: Læringsmiljøsenderet.

Tharaldsen, K. B., Slåtten, H., Hancock, C. H. H., Bru, E. & Breivik, K. (2017). *Å ivareta barn og unge som har blitt utsatt for mobbing. Erfaringsbasert kunnskap om utforming og organisering av tiltak*. Stavanger: Læringsmiljøsenderet.

Ttofti, M.M, & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7 (1), s. 27 – 56.

Universitetet i Stavanger. (2020). *Retningslinjer for behandling og oppbevaring av forskningsdata med personopplysninger i forskningsprosjekt*. Fakultet for utdanningsvitenskap og humaniora UH.

Opplæringsloven. (1998)

UDIR, (<https://www.udir.no/globalassets/filer/tall-ogforskning/rapporter/2019/evaluering-av-kap.-9a-i-opplaringsloven-2019.pdf>).

<https://www.fhi.no/fp/psykiskhelse/psykiskelidelser/angst/>

(Øverland, 2016: <https://www.uis.no/nb/konsekvenser-av-mobbing#/>)

VEDLEGG 1 Godkjenning fra NSD

12/9/2020

Meldeskjema for behandling av personopplysninger



NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Konsekvenser av mobbing etter mobbingen stoppet

Referansenummer

898978

Registrert

10.02.2020 av Tove Årthun - t.aarthun@stud.uis.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Universitetet i Stavanger / Fakultet for utdanningsvitenskap og humaniora / Nasjonalt senter for læringsmiljø og atferdsforskning

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby, liv.j.byrkjedal-sorby@uis.no, tlf: 51832938

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Tove Årthun, tove.aarthun@live.no, tlf: 004799021939

Prosjektperiode

09.12.2019 - 01.12.2020

Status

01.09.2020 - Vurdert

Vurdering (3)

01.09.2020 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 31.8.2020.

Vi har nå registrert 1.12.2020 som ny sluttdato for forskningsperioden.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

<https://meldeskjema.nsd.no/vurdering/5de8c098-f30b-4ef8-be32-74ff49e2aab1>

1/3

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Håkon J. Tranvåg

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

17.06.2020 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 17.6.2020.

Vi har nå registrert 31.8.2020 som ny sluttdato for forskningsperioden.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Håkon J. Tranvåg

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

21.02.2020 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet den 21.2.2020 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om helseforhold og alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 12.6.2020.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a, jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen

- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon. NSD viser til Universitetet i Stavangers rutiner for behandling av særlige kategorier personopplysninger, og legger til grunn at det avklares om slike opplysninger kan behandles slik innmelder legger opp til.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Håkon J. Tranvåg

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

Melding

12.03.2021 16:20

Behandlingen av personopplysninger er vurdert av NSD. Vurderingen er:

NSD har vurdert endringen registrert 10.3.2021

Vi har nå registrert 30.6.2021 som ny sluttdato for behandling av personopplysninger.

I tilfelle det skulle bli aktuelt med ytterligere utvidelse av den opprinnelige sluttdato (12.6.2020), må vi vurdere hvorvidt det skal gis ny informasjon til utvalget.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Håkon J. Tranvåg

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

VEDLEGG 2

INFORMASJONSSKRIV OG SAMTYKKESKJEMA

Vil du delta i forskningsprosjektet:

«Konsekvensene av mobbing etter mobbingen har stoppet.»

Du har mottatt dette skrivet fordi du har meldt din interesse for å delta, etter at du fikk presentert prosjektet muntlig i fra meg. Prosjektet skal se nærmere på hvilke konsekvenser mobbing kan ha i et langtidsperspektiv, etter mobbingen har stoppet.

Dette skrivet gir informasjon om prosjektets mål, og hva det innebærer for deg å delta.

Formål

Jeg ønsker gjennom min studie å få økt kunnskap om hvilke konsekvenser personer som har vært utsatt for mobbing har hatt/har, i tiden etter mobbingen tok slutt. Jeg ønsker å vite mer om dine og andres erfaringer, kunnskap og tanker om emnet. Deres erfaringer er viktige for å skape økt kunnskapsgrunnlag for å utvikle en mer systematisk og bedre oppfølging for barn og unge som har vært utsatt for mobbing, etter mobbingen har stoppet. Det er lite forskning på dette viktige området.

De opplevelser, meninger og forståelser informantene fremhever i intervjuet, vil jeg beskrive og fortolke etter beste evne. Informasjonen vil bli knyttet til tidligere forskning.

Forskningsspørsmålet jeg ønsker å finne svar på er:

«Hvilke konsekvenser kan oppstå for barn og unge som er blitt mobbet, etter mobbingen har stoppet?»

Informasjonen skal brukes i masteroppgaven min, som skal ferdigstilles i juni 2020.

Masterprosjektet er siste del av min 2-årige masterutdanning i spesialpedagogikk ved Universitetet i Stavanger. Jeg tar nå videreutdanning, etter å ha jobbet som lærer i over 20 år.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Nasjonalt senter for læringsmiljø og atferdsforskning (Læringsmiljøsentret), UIS, ved veileder Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby, er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Jeg ønsker å intervju tre personer som har opplevd mobbing, og som har opplevd konsekvenser av mobbingen, etter mobbingen sluttet. Jeg ønsker også å intervju en av deres foreldre, for å høre hvordan de opplevde situasjonen. Til sammen ønsker jeg å utføre et kvalitativt forskningsintervju med seks personer.

Dersom du har lyst til å bidra, ønsker jeg at du tar kontakt med meg. Da avtaler vi tid og sted for intervju. Du kan også stille meg spørsmål dersom du lurer på noe.

Hva innebærer det for deg å delta?

Å delta innebærer at du setter av tid til et semistrukturert intervju med meg. Intervjuets varighet kan være vanskelig å fastslå, da hvert intervju er unikt, og kan ha ulik varighet. Det er fint om du kan disponere en time til intervjuet, men det kan bli kortere. Under intervjuet kan det hende at noen spørsmål blir følsomme, og du trenger pause. Da tar vi pause. Du avgjør om du kan fortsette videre samme dag, eller om vi skal avtale et nytt tidspunkt om du vil fortsette en annen dag. Da vi skal snakke om et emne som kan være svært sårbart og vanskelig, er det viktig at du vet at du kan avbryte intervjuet når som helst. Det er også viktig at du føler deg trygg i intervjusituasjonen, blir ivaretatt og lyttet til. Du kan også trekke deg i fra prosjektet når som helst, uten å oppgi grunn.

Før intervjuet vil du få tilsendt en intervjuguide. Det er ikke forventet at du skal gjøre noe i forkant av intervjuet, men gir deg mulighet til å se over spørsmålene om du ønsker det. Jeg kommer til å ta lydopptak ved hjelp av diktafon, og lydfilene vil så bli transkribert av meg. Det transkriberte materialet vil bli tematisk kategorisert og analysert. Avslutningsvis vil de ulike temaene (funnene) drøftes med bakgrunn i den teorien jeg har lagt til grunn.

Jeg vil bare bruke opplysningene om deg til formålene jeg har fortalt om i dette skrevet. Opplysningene behandles konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Det er hovedsakelig kun meg som skal ha tilgang til lydfilene og transkripsjonene, men ved behov vil også min veileder kunne få innsyn. Transkriberingen vil gjøres på et lukket kontor, slik at ingen andre får tilgang. Filene regnes som personopplysninger, og vil derfor bli lagret i kryptert form slik at ingen andre får tilgang. Maskinen skal være beskyttet med relevante sikkerhetsmekanismer, slik som personlig pålogging, oppdatert antivirusprogram, brannmur

og system for jevnlige oppdateringer av operativsystem. Eksterne lagringsenheter vil være passordbeskyttet og vil oppbevares nedlåst. Personopplysninger vil bli anonymisert /avidentifisert, og identifiserbare opplysninger vil ikke bli lagret elektronisk. Skriftlige dokumenter oppbevares nedlåst.

Jeg vil, gjennom bearbeidingen, gjøre alt jeg kan for at du som deltaker ikke skal kunne gjenkjennes i det som gjengis i oppgaven.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes i juni 2020. Når prosjektet er avsluttet og sensuren er ferdig, vil jeg slette dataene som er knyttet til prosjektet.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg
- å få rettet personopplysninger om deg
- få slettet personopplysninger om deg
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet)
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Nasjonalt senter for læringsmiljø og atferdsforskning (Læringsmiljøsentret) har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

Masterstudent: Tove Aarhun, epost: tove.aarhun@live.no, mobil: 99 02 19 39

Nasjonalt senter for læringsmiljø og atferdsforskning (Læringsmiljøsenderet) ved Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby, liv.j.byrkjedal-sorby@uis.no, tlf. 51832938.

Vårt personvernombud: Kjetil Dalseth, personvernombud@uis.no · NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Tove Aarhun (student) og Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby (veileder)

Samtykkeerklæring for deltagelse i forskningsprosjekt

Jeg har mottatt skriftlig og muntlig informasjon, og samtykker herved til at Tove Aarhun, i sin masteroppgave «Hvilke konsekvenser kan oppstå for barn og unge som er blitt mobbet, etter mobbingen har stoppet?» ved UIS våren 2020, kan bruke den informasjonen som kommer frem i intervjuet med meg.

Jeg er gjort kjent med at deltakelsen er frivillig, og at jeg når som helst kan trekke meg som deltaker uten å trenge å informere om årsak. Dersom jeg ønsker å trekke meg kan det gjøres ved å kontakte Tove Aarhun på telefon 99 02 19 39, på mail: tove.aarhun@live.no, eller når vi har direkte kontakt.

Jeg er innforstått med at intervjuet blir tatt opp på diktafon og deretter transkribert. Data tilhørende prosjektet vil bli slettet når prosjektet er avsluttet og sensur er ferdig.

Sted og dato:

Navn:

VEDLEGG 3: intervjuguide 1

Intervjuguide: Til deg som har opplevd mobbing

Forståelse av begrepet mobbing

1. Hva legger du i ordet/begrepet mobbing? Hvordan vil du forklare hva mobbing er? (mobbefenomenets innhold og form)
2. Hvordan opplevde/opplever du at voksne og elever på skolen forklarer hva mobbing er? Opplevde/opplever du at dere hadde/har samme forståelse for hva mobbing er?
3. Hvordan opplevde/opplever du at foreldre forklarer hva mobbing er? Opplevde/opplever du at dere hadde/har samme forståelse for hva mobbing er?

Erfaringer og opplevelser

4. Hvilke erfaringer har du med mobbing?
5. Når startet mobbingen?
6. Når stoppet mobbingen? Hvordan?
7. Hvordan har du opplevd å få hjelp og støtte i fra dine omgivelser underveis, og etterpå?
 - Jevnaldre
 - Voksne hjemme, søsken
 - Lærere (andre voksne på skolen)
 - Ev. andre instanser som helsevesenet
8. Hvordan ble det jobbet i klassen/skolen med det sosiale miljøet i før, underveis og etter mobbingen?

Tiden etter mobbingen tok slutt - konsekvenser

9. Hvordan opplevde du tiden etter mobbingen tok slutt?
10. Hvordan gikk det med skolearbeidet? Merket du endringer før, underveis og etter mobbingen? (Hvordan vil du beskrive din konsentrasjon og utholdenhet)?
11. Hvordan har din motivasjon for skole, læring og andre aktiviteter vært før, og hvordan er din motivasjon nå (for daglige gjøremål i dag, skole, jobb, aktiviteter)?
12. Hva vil du fremheve som positivt i tiden etter mobbingen tok slutt?

13. Hva vil du fremheve som vanskelig i tiden etter mobbingen tok slutt? Dersom noe ble vanskelig, husker du når vanskene startet og i hvilken/hvilke situasjoner?
14. Har det å bli utsatt for mobbing hatt konsekvenser for deg, etter mobbingen stoppet. Dersom svaret er ja, hvilke? Utdyp svaret/svarene
15. Hva har det å bli utsatt for mobbing gjort med deg som person? (Er noe endret, hvordan, har det påvirket dine tanker om hvordan du tenker om deg selv, om andre, om sosiale situasjoner, relasjoner, konsentrasjon, læring?)
16. Var det noe du savnet da, eller nå i ettertid?
17. Har du hatt behov for oppfølging i tiden etter mobbingen tok slutt? Dersom svaret er ja; Hva og hvem trengte du? Dersom svaret er nei; Hva tror du gjorde at du ikke trengte hjelp videre? Hva synes du om hjelpen og oppfølging du fikk etter mobbingen sluttet? Hva mener du bør gjøres annerledes?
18. Hvordan har du det i dag? Har du opplevd endringer i løpet av årene?
19. Hva tenker du om fremtiden? (skole, jobb, privatliv, fritidsaktiviteter, helse og trivsel)
20. Er det noe du ikke er blitt spurt om, som du ønsker å si noe om?
21. Er det noe du synes var ubehagelig i intervjuet, noe du ønsker jeg ikke skal ta med videre?

VEDLEGG 4: Intervjuguide 2

Intervjuguide: Til foreldre/foresatte:

Forståelse av begrepet mobbing

1. Hva legger du i ordet/begrepet mobbing? Hvordan vil du forklare hva mobbing er? (mobbefenomenets innhold og form)
2. Hvordan opplevde/opplever du at andre foreldre, voksne og elever på skolen forklarer hva mobbing er? Opplevde/opplever du at dere hadde/har samme forståelse for hva mobbing er?
3. Hvordan opplevde/opplever du at ditt barn forklarer hva mobbing er? Opplevde/opplever du at dere hadde/har samme forståelse for hva mobbing er?

Erfaringer og opplevelser

4. Hvilke erfaringer har du med mobbing?
5. Når startet mobbingen?
6. Når stoppet mobbingen? Hvordan?
7. Hvordan har det vært å være foreldre til et barn som ble utsatt for mobbing?
8. Hvordan har dere opplevd å få hjelp og støtte i fra deres omgivelser?
 - Barnets jevnaldrende
 - Andre voksne
 - Lærere (andre voksne på skolen)
 - Ev. andre instanser som helsevesenet
9. Hvordan ble det jobbet i klassen/skolen med det sosiale miljøet før, underveis og etter mobbingen?

Tiden etter mobbingen tok slutt - konsekvenser

10. Hvordan opplevde dere tiden etter mobbingen tok slutt?
11. Hvordan gikk det med skolearbeidet? Merket du endringer før, underveis og etter mobbingen? (Hvordan vil du beskrive ditt barns konsentrasjon og utholdenhet)?
12. Hvordan vil du beskrive ditt barns motivasjon for skole, læring og andre aktiviteter før og nå (for daglige gjøremål, skole, jobb, aktiviteter)?
13. Hva vil du fremheve som positivt i tiden etter mobbingen tok slutt?
14. Hva vil du fremheve som vanskelig i tiden etter mobbingen tok slutt? Dersom noe ble vanskelig, husker du når vanskene startet og i hvilken/hvilke situasjoner?
15. Hva savnet du da, eller nå i etterkant?
16. Har ditt barn, eller du, hatt behov for oppfølging i tiden etter mobbingen tok slutt. Dersom svaret er ja; Hva og hvem trengte du? Dersom svaret er nei; Hva tror du gjorde at du ikke trengte hjelp videre?

17. Hvordan opplever du at ditt barn har det i dag? Hvordan har du det i dag? Har du opplevd endringer i løpet av årene?
18. Hvordan vil du beskrive ditt barns selvbilde/selvverd (mestringstro)? Andre ting du vil trekke frem i denne sammenhengen i forhold til deg selv?

19. Hva synes du om hjelpen og oppfølging dere fikk etter mobbingen sluttet? Hva mener du bør gjøres annerledes? Hvilke behov har /hadde du for oppfølging for ditt barn og deg som foreldre?
20. Hva tenker du om fremtiden for ditt barn? (skole, jobb, privatliv, fritidsaktiviteter, helse og trivsel)
21. Er det noe du ikke er blitt spurt om, som du ønsker å si noe om?

