



Universitetet  
i Stavanger

FAKULTET FOR UTDANNINGSVITENSKAP OG HUMANIORA

**MASTEROPPGAVE**

Studieprogram:  
Grunnskolelærerutdanning for 1-7, femårig  
masterprogram

Vårsemesteret, 2022

Forfatter: Maria Kollåsen

Veileder: Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby

Tittel på masteroppgaven: «Hva kan være årsaken til at noen som har blitt mobbet også utsetter andre for mobbing og hvilken oppfølging etter mobbing trenger disse elevene?»

Engelsk tittel: «What causes bully victims to expose others to bully? What follow-up do these pupils need?»

Emneord: mobbing, vekslere, årsaker, aggresjon, tilhørighet og aksept, sosial ekskluderingsangst, konsekvenser, oppfølging etter mobbing, sosial kompetanse og positivt praksisfellesskap.

Antall ord: 33210

Antall vedlegg/annet: 4

Stavanger, 03.06.2022

## **Forord**

Tenk at denne masteroppgaven nå er ved veis ende, og ikke minst at fem år på grunnskolelærerutdanningen ved Universitetet i Stavanger er ferdig. Når jeg i høst startet å planlegge dette prosjektet så jeg at det var en lang vei til målet og et ferdig produkt, men prosessen har gått over all forventning og jeg har gjort meg mange fine erfaringer underveis. Jeg har fått innblikk i erfaringene til folk som selv har vært involvert i mobbing, noe som har gjort prosessen utrolig givende og lærerik. For dette vil jeg rette en stor takk til mine fire informanter som ønsket å være en del av dette prosjektet og bidra til økt kunnskap.

Jeg vil også rette en stor takk til min veileder Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby for utrolig god veiledning gjennom hele prosessen. Det har vært et godt samarbeid, og vi har hele tiden vært på bølgelengde. Din kompetanse og støtte, og ikke minst dine tilbakemeldinger og refleksjoner, har vært svært nyttig for å komme i mål med denne oppgaven. Jeg vil også takke venner og familie som har gitt meg gode avkoblingsstunder inni mellom all skrivingen.

Nå gleder jeg meg til å ta fatt på læreryrket, og ta i bruk all kunnskap jeg har fått de siste fem årene. Ikke minst vil jeg ta med meg det jeg har lært gjennom denne oppgaven, og bruke denne kunnskapen i arbeid med mobbing.

Stavanger, juni 2022

Maria Kollåsen

## **Sammendrag**

Denne studien har tatt for seg temaet mobbing. Problemstillingen lyder som følger: *Hva er årsakene til at noen som blir utsatt for mobbing også mobber andre? Hvordan følge opp disse elevene etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser?* De som både blir utsatt for mobbing og som utøver det selv omtales som vekslere. Hensikten med studien er å skape økt oppmerksomhet rundt denne gruppen. Når vi forstår årsakene til at vekslere utsetter andre for mobbing kan vi sette inn riktigere tiltak i skolen. Studien vil også gi økt kunnskap om hvilken oppfølging som kan minimere alvorlige konsekvenser etter at mobbingen er stoppet for vekslerne. Det ble benyttet en kvalitativ tilnærming for å belyse problemstillingen. Datamaterialet ble til gjennom semistrukturerte intervjuer med fire informanter som tidligere har vært vekslere. Informantene meldte seg selv til prosjektet og utvalget var dermed et strategisk tilgjengelighetsutvalg.

Hovedfunnene viser at informantene utsatte andre for mobbing for å oppnå tilhørighet og aksept fra andre medelever, og dermed også for å minske sin egen usikkerhet. I tillegg ble mobbing en metode for å unngå å bli mobbet selv og dermed også lindre frykten for å bli utsatt. Angående oppfølging påpeker informantene et behov for å bli sett og noen å snakke med. De trengte at mobbingen ble stoppet, i tillegg ble samtaler og støtte av de voksne trukket frem som viktige komponenter i oppfølgingen. Behovet de hadde for oppfølging var likevel varierende, og noen av informantene påpekte at de har hatt behov for behandling av psykolog i senere tid.

# Innholdsfortegnelse

Forord.....	1
Sammendrag.....	2
<b>1 Innledning .....</b>	<b>6</b>
<i>1.1 Studiens formål.....</i>	<i>7</i>
<i>1.2 Problemstilling.....</i>	<i>7</i>
<i>1.3 Avgrensninger .....</i>	<i>8</i>
<i>1.4 Oppgavens oppbygning .....</i>	<i>8</i>
<b>2 Teoretisk tilnærming.....</b>	<b>9</b>
<i>2.1 Mobbebegrepet.....</i>	<i>10</i>
2.1.1 Andre perspektiver .....	11
<i>2.2 Vekslere.....</i>	<i>13</i>
<i>2.3 Mobbingens psykologi.....</i>	<i>13</i>
2.3.1 Aggresjon .....	14
2.3.2 Moralsk frakobling .....	16
2.3.3 Mobbing for å oppnå eller opprettholde høy sosial status .....	17
2.3.4 Lengsel etter tilhørighet og sosial ekskluderingsangst.....	19
<i>2.4 Hva driver vekslere?.....</i>	<i>20</i>
<i>2.5 Konsekvenser.....</i>	<i>21</i>
2.5.1 Konsekvenser for den psykiske helsen .....	22
2.5.2 Langtidsvirkningene etter mobbing .....	23
<i>2.6 Oppfølging etter mobbing .....</i>	<i>24</i>
2.6.1 Oppfølging av enkeltelever .....	25
2.6.2 Sosial kompetanse .....	27
2.6.3 Positivt praksisfellesskap gjennom autoritativ klasseledelse .....	29
<b>3 Metode.....</b>	<b>31</b>
<i>3.1 Valg av metode.....</i>	<i>31</i>
3.1.1 Kvalitativ forskningsmetode .....	31
3.1.2 Det kvalitative intervjuet.....	33
3.1.3 Semistrukturert intervju .....	34
<i>3.2 Innhenting av data .....</i>	<i>34</i>
3.2.1 Utvalg.....	34
3.2.2 Intervjuguide .....	35
3.2.3 Prøveintervju .....	36
3.2.4 Gjennomføring av intervju.....	36

3.3	<i>Bearbeiding av data</i> .....	38
3.3.1	Transkribering .....	38
3.3.2	Analyse og tolkning av data.....	39
3.4	<i>Studiens validitet og reliabilitet</i> .....	41
3.4.1	Reliabilitet .....	41
3.4.2	Tilfeldige målefeil .....	41
3.4.3	Forforståelse .....	42
3.4.4	Validitet .....	42
3.4.5	Mulige feilkilder .....	43
3.4.6	Generalisering.....	44
3.5	<i>Etiske overveielser</i> .....	44
3.5.1	Informert samtykke .....	45
3.5.2	Konfidensialitet.....	46
3.5.3	Konsekvenser ved å delta .....	46
4	<b>Resultater</b> .....	<b>47</b>
4.1	<i>Forståelse av mobbing</i> .....	48
4.2	<i>Vekslere</i> .....	49
4.3	<i>Årsaker</i> .....	50
4.3.1	Tilhørighet og aksept .....	51
4.3.2	Usikkerhet og frykt for å bli utsatt for mobbing.....	52
4.4	<i>Konsekvenser</i> .....	53
4.4.1	Konsekvenser for den psykiske helsen .....	53
4.4.2	Langtidsvirkninger av mobbingen .....	55
4.4.3	Positive konsekvenser .....	57
4.5	<i>Oppfølging</i> .....	58
4.5.1	Stoppe mobbingen .....	59
4.5.2	Samtaler .....	60
5	<b>Diskusjon</b> .....	<b>62</b>
5.1	<i>Forståelse av mobbing</i> .....	62
5.2	<i>Vekslere</i> .....	64
5.3	<i>Årsaker</i> .....	65
5.3.1	Tilhørighet og aksept .....	65
5.3.2	Usikkerhet og frykt for å bli mobbet.....	67
5.4	<i>Konsekvenser</i> .....	70
5.4.1	Konsekvenser for den psykiske helsen .....	70
5.4.2	Langtidsvirkninger av mobbingen .....	73
5.4.3	Positive konsekvenser .....	74
5.5	<i>Oppfølging</i> .....	75

5.5.1 Stoppe mobbingen .....	76
5.5.2 Samtaler .....	78
5.6 Behov for fremtidig forskning .....	81
<b>6 Konklusjon .....</b>	<b>83</b>
Litteraturliste.....	87
Vedlegg 1: Intervjuguide .....	92
Vedlegg 2: Informasjonsskriv .....	94
Vedlegg 3: Samtykkeerklæring.....	97
Vedlegg 4: Godkjenning fra NSD .....	98

## 1 Innledning

Det er for mange barn og unge som blir utsatt for mobbing i løpet av sin skolegang. I elevundersøkelsen fra 2020 oppga 5,8 prosent av elevene at de ble utsatt for mobbing, denne andelen er litt mindre enn tidligere år, men forskjellen er likevel relativt liten (Wendelborg, 2021, s. 5). Mobbing er et stort samfunnsproblem på grunn av alle konsekvensene det kan medføre, også i lang tid etter at mobbingen er avsluttet. Mobbing kan gi så alvorlige konsekvenser at man ikke er i stand til å stå i jobb og delta aktivt i samfunnet (Strøm et al., 2013, s. 1148; Varhama & Björkqvist, 2005, s. 269). De som blir utsatt for mobbing kan være preget av blant annet lavere selvbilde, angst, frykt, depresjon, hjelpeløshet, selvklandering, sosial tilbaketrekning og dårligere sosiale ferdigheter (Idsøe & Idsøe, 2016, s. 111). Det å utsette andre for mobbing kan også føre med seg negative konsekvenser etter at mobbingen er avsluttet. Sigurdson et al. (2015, s. 11) fant at alle grupper som var involvert i mobbing i ungdomsårene hadde høyere nivåer av psykiske problemer i voksen alder sammenlignet med de som ikke var involvert i mobbing. Arbeid med å forebygge, avdekke og stoppe mobbing er dermed både viktig og helt nødvendig. I tillegg har det de siste årene blitt satt mer søkelys på oppfølging etter mobbing (Tharaldsen et al., 2017).

Et viktig funn i Tharaldsen et al. (2017, s. 9) sin rapport om å ivareta de som er utsatt for mobbing, er at mange mobbeutsatte ikke får den oppfølgingen de trenger. Dette kan skyldes at mobbingen ikke blir oppdaget, eller at skolene ikke har nok kompetanse til å gi de mobbeutsatte riktig oppfølging. I elevundersøkelsen fra 2020 var det hele 34,8 prosent av de som ble utsatt for mobbing som svarte at ingen voksne på skolen visste om mobbingen, og det ble dermed ikke gjort noe for å stoppe det. 14,4 prosent oppga at skolen visste, men ikke gjorde noe med det. Kun 8,2 prosent opplevde at skolen gjorde noe som fikk slutt på mobbingen (Wendelborg, 2021, s. 14). På grunn av alle konsekvensene mobbing kan medføre vil de fleste som har blitt utsatt for mobbing ha behov for oppfølging. De som har utsatt andre for mobbing vil også ha behov for oppfølgingen etter at mobbingen er stoppet. Å utsette andre for mobbing kan medføre fare for en ugunstig utvikling av selvbilde, attribusjonsmønstre og atferd. Hvis den ugunstige atferden blir repetert over tid, kan det til slutt bli et atferdsmønster som de også kan ta med seg videre i sitt voksne liv (Finne & Roland, 2021, s. 80). For å forhindre at dette skjer vil oppfølging være viktig.

Det finnes elever som veksler mellom å bli utsatt for mobbing og å utøve mobbing. I elevundersøkelsen fra 2020 rapporterer 35,5 prosent av elevene som oppga at de utsetter andre for mobbing at de også har blitt utsatt for mobbing selv (Wendelborg, 2021, s. 15). Det kan se ut som om det å bli utsatt for mobbing er en risikofaktor for å utsette andre for mobbing på et senere tidspunkt, men også omvendt (Parada, 2006, s. 494). Elever som både blir utsatt for mobbing og som utsetter andre for mobbing blir ofte omtalt som vekslere (Olweus, 1993 referert i Finne & Roland, 2021, s. 83; Roland, 2014, s. 62). Dette begrepet vil bli brukt videre i oppgaven.

### **1.1 Studiens formål**

Formålet med studien er å se nærmere på de elevene som både blir utsatt for mobbing og som utsetter andre for mobbing, altså vekslere. Studien vil bidra til økt oppmerksomhet på denne gruppen, som har fått lite plass i forskning. Gjennom kvalitative intervjuer med personer som selv har vært vekslere vil studien undersøke årsakene til hvorfor noen mobber andre når de selv blir eller har blitt utsatt for mobbing. Det å forstå årsakene kan være nyttig for å kunne sette inn riktige tiltak i skolen og muligens også forebygge at noen blir vekslere. I tillegg vil det bli undersøkt hvilken oppfølging vekslere trenger etter at mobbingen er stoppet. Studiens funn kan dermed også gi økt kunnskap om hvilken oppfølging som muligens kan redusere alvorlige konsekvenser for vekslere.

### **1.2 Problemstilling**

Følgende problemstilling ble formulert for studien:

*Hva er årsakene til at noen som blir utsatt for mobbing også mobber andre? Hvordan følge opp disse elevene etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser?*

Problemstillingen er todelt, der den ene delen tar for seg årsaker, mens den andre delen tar for seg oppfølging. Likevel henger disse to elementene tett sammen, fordi når vi forstår årsakene bak mobbingen, kan vi gi riktig oppfølging slik at skadevirkningene etter mobbing blir mindre. Jeg har utarbeidet tre forskningsspørsmål som ble lagt vekt på gjennom oppgaven og som gjennom intervjuene vil bli besvart. Disse vil gjøre det lettere å gi et svar på problemstillingen.

- Hva tenker vekslere selv er årsakene til at de utsatte andre for mobbing, og har det sammenheng med at de selv ble utsatt for mobbing?



- Hvilke konsekvenser fikk mobbingen for vekslerne?
- Hvilken oppfølging hadde vekslerne behov for av skolen?

### **1.3 Avgrensninger**

Som sagt vil denne studien omhandle årsaker til at de som blir utsatt for mobbing også utsetter andre for mobbing, og oppfølging etter at mobbingen er stoppet. Oppgaven vil ikke ta for seg forebygging av mobbing eller tiltak for avdekking og stopping av mobbing. Det finnes også tre grupper av de som er involvert i mobbing: de som utsettes for mobbing, de som utøver mobbing og vekslere. Jeg har kun valgt å ha søkelys på vekslere i denne studien, altså de som både blir utsatt for mobbing og som utsetter andre for det. Oppgaven vil ta utgangspunkt i etablerte definisjoner og teori om mobbing (Olweus & Roland, 1983; Roland, 2014). I tillegg vil jeg se på mobbing som omhandler gruppeprosesser, som det å bli ekskludert fra et fellesskap man ønsker å høre til i (Roland, 2014; Schott & Søndergaard, 2014).

### **1.4 Oppgavens oppbygning**

Oppgaven består av seks kapitler. Kapittel 2 tar for seg oppgavens teoretiske tilnærming, her vil jeg belyse teori og tidligere forskning som er relevant for studiens problemstilling.

Hovedinndelingen her er: mobbebegrepet, vekslere, mobbingens psykologi, konsekvenser og oppfølging etter mobbing. I kapittel 3 blir studiens metode beskrevet. Her redegjøres det for hele forskningsprosessen, med forklaringer og begrunnelser for de metodiske valgene som er gjort. I resultatkapittelet, kapittel 4, vil funn fra de kvalitative intervjuene bli presentert. Det femte kapitlet tar for seg diskusjon av studiens problemstilling i lys av hovedfunnene fra intervjuene og teori. Det sjette kapitlet, konklusjonen, vil oppsummere studiens funn og svare på problemstillingen.

## 2 Teoretisk tilnærming

I dette kapitlet vil jeg trekke frem relevant teori som vil danne det teoretiske grunnlaget for oppgaven. Jeg vil starte med å presentere ulike definisjoner på mobbing. Å ha en felles definisjon og forståelse for hva mobbing er blir et viktig grunnlag, slik at leserne har den samme forståelsen for mobbing som oppgaven tar utgangspunkt i. Forståelsen vi har for mobbing vil antagelig også prege hva slags oppfølging man anser som viktig. Oppgaven vil ta utgangspunkt i de etablerte definisjonene (Olweus & Roland, 1983, s. 3; Roland, 2014, s. 25), men jeg vil også trekke frem perspektiver på mobbing som omhandler gruppeprosesser (Heinemann, 1973; Roland, 1995; Roland, 2014; Schott & Søndergaard, 2014). Videre vil jeg ta for meg mobbingens psykologi og drivkreftene bak mobbing. For å kunne forstå hva som driver vekslerne, altså årsaker til at de utsetter andre for mobbing når de har vært utsatt for mobbing selv, er det viktig å sette seg inn i mekanismene bak mobbing generelt. Hva er det som får noen til å utsette andre for mobbing? Det finnes lite konkret teori på hva det er som driver vekslerne, men det kan tenkes at det er de samme mekanismene som trer inn hos vekslere som hos mobbeutøverne. Derfor vil denne teorien bli brukt som utgangspunkt for å forstå årsakene til at vekslere utsetter andre for mobbing.

Deretter vil jeg ta for meg konsekvensene mobbing kan medføre. Hva vet vi om konsekvensene mobbingen kan gi for vekslere? Vi vet at det å bli utsatt for mobbing kan føre med seg mange negative konsekvenser, særlig for den psykiske helsen (Breivik et al., 2017, s. 33-58). I tillegg kan det å ha utsatt andre for mobbing være en ekstra belastning. Å utsette andre for mobbing kan gi økt risiko for ødelagte relasjoner og en ugunstig atferdsstil (Finne & Roland, 2021, s. 83). Teori om konsekvenser kan gi et viktig grunnlag videre for hvordan oppfølging av elever som har vært involvert i mobbing bør gjennomføres. Til slutt vil jeg presentere teori om oppfølging etter mobbing. Her vil jeg både trekke frem oppfølging av enkeltelever og oppfølging av klasser som er rammet av mobbing. Hovedfokuset vil være på den individuelle oppfølgingen fordi konsekvensene for den enkelte informant vil prege denne oppgaven. Samtidig ser vi at klassemiljøet også vil trenge oppfølging for å kunne redefinere roller, holdninger og normer som mobbingen har ført til (Finne & Roland, 2021, s. 118). Det vil være viktig for hvordan de som har vært involvert i mobbing får det sosialt i klassen etter at mobbingen er stoppet.

Tradisjonelt har det vært vanlig å bruke begreper som «mobber» og «offer» om de som utsetter andre for mobbing og de som blir utsatt. Disse begrepene knyttes ofte til egenskaper hos personen og kan bli oppfattet som stigmatiserende. Begrepet «offer» relateres i større grad til den som blir mobbet og dens avvikende egenskaper, i stedet for utenforliggende faktorer (Holmen et al., 2018). Holmen et al. (2018) fant at det knyttes flere stigmatiserende begreper til begrepet «mobbeoffer» enn «utsatt for mobbing», som for eksempel annerledes, uvanlig, usikker og stakkarslig (Holmen et al., 2018). I denne oppgaven velger jeg å bruke «utsatt for mobbing» eller «mobbeutsatt» istedenfor begrepet «offer» og «utsette andre for mobbing» eller «utøve mobbing» istedenfor begrepet «mobber». Ved sitater kan likevel begrepene «mobber» og «offer» bli brukt.

## **2.1 Mobbebegrepet**

Over tid har det vokst frem en felles forståelse av hvordan mobbing bør defineres, siden 70-tallet har forskningsfeltet innenfor psykologi og utdanning vært dominert av teorier som vektlegger individuelle psykologiske patologier og dysfunksjoner (Lyng, 2018, s. 492). I senere tid har det også oppstått uenigheter om hvordan mobbing bør defineres (Lund et al., 2017, s. 6; Schott & Søndergaard, 2014, s. 2). Forskningsfeltet har blitt utvidet med mer samfunnsvitenskapelige perspektiver (Lyng, 2018, s. 492). I denne oppgaven tar jeg utgangspunkt i de etablerte mobbedefinisjonene (Olweus & Roland, 1983, s. 3; Roland, 2014; s. 25), men jeg vil også trekke frem andre perspektiver på mobbing når det er relevante for oppgaven (Schott & Søndergaard, 2014).

Roland (1983, s. 12) påpeker at mobbing er langvarig vold, enten psykisk og/eller fysisk. I 1983 definerer Roland og Olweus (1983, s. 3) mobbing slik: «det er mobbing/plaging når ett eller flere individer, gjentatte ganger og over tid blir utsatt for negative handlinger fra ett eller flere andre individer». De påpeker også at den som utsettes for mobbing ikke har så lett for å forsvare seg og at det ikke kan kalles mobbing dersom to like sterke individer krangler eller slåss (Olweus & Roland, 1983, s. 4). Her handler det om en ubalanse i styrkeforholdet mellom den som mobber og den som blir utsatt for mobbing. Med det menes at den mobbeutsatte ikke er i stand til å forsvare seg fysisk eller sosialt i situasjonen (Roland, 2014, s. 23). I tillegg er det andre aspekter som må være til stede for at noe skal kunne betegnes som mobbing.

Olweus og Roland (1983, s. 3) trekker frem aspekter som negative handlinger og gjentakelse. En negativ handling er når noen med hensikt, bevisst eller mer ubevisst, påfører andre skade eller ubehag. Handlingene kan både være verbale, i form av stygge og ubehagelige ord, eller

fysiske, i form av slag, spark, dytting eller fastholding (Olweus & Roland, 1983, s. 4; Roland, 2014, s. 23-24).

Olweus og Roland (1983, s. 4) påpeker at man også kan utføre negative handlinger uten ord eller fysisk kontakt, når man forsøker å såre noen ved for eksempel å lage grimaser. Det kan også være å «vende ryggen til» (Olweus & Roland, 1983, s. 4). Roland (2014, s. 25) har senere trukket frem at de negative handlingene kan være sosiale, og definerer 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» (Roland, 2014, s. 25). Roland (2014, s. 25) bruker begrepet utfrysning om den tredje formen for mobbing, i tillegg til den fysiske og verbale formen. Det vil si at en person fjernes fra et fellesskap som den mobbutsatte ønsker å være med i ved hjelp av sårende metoder. Virkemidlene som brukes er ofte små tegn som blikk, smil og liknende (Roland, 2014, s. 25). Direkte og indirekte mobbing er også begreper som ofte blir brukt. Ved direkte mobbing er det åpne angrep mot den utsatte, mens ved indirekte mobbing er det sosial isolering og avvisning (Olweus & Roland, 1983, s. 4).

### **2.1.1 Andre perspektiver**

Det har i senere tid utviklet seg flere perspektiver på mobbing, og en uenighet rundt hvordan mobbing bør defineres. Schott og Søndergaard (2014, s. 24) mener det er umulig å utvikle en universelt gyldig definisjon på mobbing. De tar avstand fra et perspektiv på mobbing som handler om individuelle og personlige egenskaper hos den som mobber og den som blir utsatt for mobbing (Schott & Søndergaard, 2014, s. 2). En ting Schott og Søndergaard (2014, s. 28) kritiserer ved det etablerte perspektivet er at rollene til den som blir utsatt for mobbing og den som mobber er stabile over tid, nettopp fordi rollene er tillagt individuelle egenskaper, for eksempel at den som utsetter andre for mobbing er aggressiv og impulsiv. De mener at i stedet for å fastsette personlighetstyper med stabile egenskaper bør man utforske hvordan individer også kan tilpasse og forandre seg i de situasjonene de befinner seg i. Å fastsette stabile egenskaper utfordrer at en person av og til kan utsette andre for mobbing, men samtidig bli utsatt for mobbing selv. Barn kan ha ulike posisjoner i ulike situasjoner (Schott & Søndergaard, 2014, s. 28).

Schott og Søndergaard (2014, s. 21) forklarer mobbing som sosiale prosesser, der fokuset er på hvordan gruppeprosesser produserer sosial anerkjennelse ved å bli inkludert i en gruppe, i

tillegg til smerte og ydmykelse av å bli ekskludert. Alle grupper har en «outside» og posisjonene innenfor og utenfor gruppen er ikke stabile. Dette gjør at alle individer er i faresonen for å havne utenfor en gruppe, og for gruppemedlemmene kan dette føre til en følelse av angst (Schott & Søndergaard, 2014, s. 55). Dette kaller Schott & Søndergaard (2014, s. 55) for sosial ekskluderingsangst. Produksjon av forakt kan lindre den sosiale ekskluderingsangsten, samtidig som det kan styrke fellesskapet (Schott & Søndergaard, 2014, s. 57). Samtidig påpeker de også at hvis posisjonene i gruppen blir stabile, og noen mister potensialet til å bli en del av gruppen og dette skjer systematisk over tid blir det en slags psykisk terror (Schott & Søndergaard, 2014, s. 41).

At mobbing handler om gruppedynamikk og sosiale prosesser er egentlig ikke noe nytt. Allerede i 1973 skriver Heinemann (1973, s. 16): «mobbing er i høy grad et spill om å bli akseptert, med utfrysingen som innsats». Han skriver at uten et grunnleggende behov for å være sammen med andre, hadde mobbing mest sannsynlig ikke forekommet. Dersom dette behovet ikke tilfredsstilles kan det oppstå desperasjon, noe som kan gi groteske utslag. Den som er utenfor gruppen vil prøve å oppnå kontakt på ulike måter, noe som kan føre til at han eller hun oppfører seg prøvende. Dette vil utforme hans eller hennes rolle i det sosiale samspillet (Heinemann, 1973, s. 16). Jo lengre tid det tar før man blir akseptert i en gruppe, jo mer desperate metoder vil man prøve. Dette kan føre til en forakt i gruppen, noe som gjør at man blir utstøtt for godt (Heinemann, 1973, s. 18).

Tidlig trekker også Roland (1995, s. 50) fram at det stort sett er sosiale mønstre som styrer det som sies og gjøres. Når en ny gruppe etableres, opptrer det et behov for å få frem en felles forståelse. Medlemmene i gruppen samler seg om en enkel og konstruktiv enighet. Risikoen blir da stor for uheldig atferd, nettopp fordi en slik kollektiv enighet ofte retter seg mot andre personer i form av felles sympati eller antipati (Roland, 1995, s. 17). Når en gruppe har felles negative meninger om en annen vil dette gi en stimulerende følelse av samhold. Dette fører gjerne til negative handlinger mot den andre og en form for kollektiv makt (Roland, 1995, s. 18). Dessuten har Roland (2014, s. 25) også senere beskrevet at mobbing kan innebære at en person fjernes fra et fellesskap som han eller hun ønsker å være en del av. Det innebærer at den som blir utsatt for mobbing deltar i fellesskapet, og så fjernes dette grunnlaget.

## **2.2 Vekslere**

Denne oppgaven har til hensikt å undersøke årsaker til hvorfor elever som blir utsatt for mobbing også utsetter andre for mobbing. Solberg et al. (2007, s. 442) påpeker at elever som både blir utsatt for mobbing og utsetter andre for mobbing inntar en «dobbel posisjon». Elever som inntar denne doble posisjonen, blir på norsk ofte omtalt som vekslere (Olweus, 1993 referert i Finne & Roland, 2021, s. 83; Roland, 2014, s. 62). På engelsk blir de ofte omtalt som «bully-victims». I noe forskningslitteratur blir de også omtalt som barn som både er utsatt og aggressive og blir dermed betegnet som «aggressive victims» (Solberg et al., 2007, s. 442). Solberg et al. (2007, s. 444) påpeker at forskning på denne gruppen har utviklet seg i to delvis forskjellige retninger, men samtidig ser man at disse to begrepene blir brukt om hverandre. Olweus (1993, s. 41) trekker også frem begrepet «provocative victims», disse elevene har en atferd som kan skape irritasjon og spenninger hos jevnaldrende.

En liten andel av dem som er involvert i mobbing, er vekslere (Roland, 2014, s. 62). Parada (2006, s. 494) fant at det å være utsatt for mobbing er en risikofaktor for å begynne å mobbe andre på et senere tidspunkt, og også omvendt. Det var størst sannsynlighet for at de som var utsatt for fysisk mobbing begynte å utsette andre for mobbing senere (Parada, 2006, s. 495). Solberg et al. (2007, s. 453) fant at gruppen vekslere er en liten gruppe innenfor de som blir utsatt for mobbing. De fant også at det er store kjønnsforskjeller når det gjelder vekslere og det var nesten dobbelt så mange gutter som jenter som rapporterte om at de også hadde utsatt andre for mobbing i tillegg til å bli utsatt selv (Solberg et al., 2007, s. 452). De som utsetter andre for mobbing skårer høyere på aggressivitet enn de som blir utsatt, og de som blir utsatt skårer høyere på psykiske problemer enn de som utsetter andre for mobbing. Vekslerne plasserer seg gjerne midt imellom (Roland, 2014, s. 62-63). Olweus (1993, s. 41) trekker også frem at vekslerne er karakterisert ved en kombinasjon av engstelighet og aggressive reaksjonsmønstre.

## **2.3 Mobbingens psykologi**

Det finnes ulike forklaringsmodeller når det gjelder mekanismene bak mobbing. For å kunne forstå hva som er årsakene til at noen som blir utsatt for mobbing også mobber andre er det viktig å sette seg inn i mekanismene bak mobbingen. Her vil jeg se på hva som forstås som drivkreftene bak mobbing, både generelt og spesifikt for vekslere. Roland (2014, s. 169) påpeker også at en del vekslere vil utsette andre for mobbing av samme grunner som de som kun utsetter andre for mobbing.

### 2.3.1 Aggresjon

Mobbing har lenge blitt knyttet opp mot begrepet aggresjon. Aggresjon er en del av det normale atferdsrepertoaret hos alle mennesker (Finne & Roland, 2021, s. 39). Aggresjon defineres som enhver form for atferd som har til hensikt å skade eller krenke noen fysisk eller psykisk (Berkowitz, 1993, s. 3). Mobbing er en form for aggresjon, der et individ eller en gruppe gjentatte ganger angriper, ydmyker og/eller ekskluderer en relativt maktesløs person (Salmivalli, 2010, s. 112). Aggressivitet peker seg ut som den viktigste årsaken til å plage andre, og de som utsetter andre for mobbing skiller seg tydelig fra de som ikke mobber når det gjelder aggressivitet. Det finnes to former for aggresjon, reaktiv og proaktiv. Dette er et viktig skille fordi de i ulik grad predikerer tendensen til mobbing (Roland, 2014, s. 55). Å utsette andre for mobbing er særlig knyttet til proaktiv aggresjon, og det ser ut til at proaktiv aggresjon er mer relatert til å utsette andre for mobbing enn det reaktiv aggresjon er, særlig for de eldste elevene (Roland & Idsøe, 2001, s. 456).

Proaktiv aggresjon er drevet av en forventet belønning som følge av en aggressiv handling (Vitaro & Brendgen, 2005, s. 179). Når mobbing omtales som en proaktiv prosess betyr det at handlingene er målrettet, og utøveren bruker mobbing som et virkemiddel for å oppnå noe (Finne & Roland, 2021, s. 44). Mobbingen er da uprovosert og bevisst (Salmivalli, 2010, s. 113). Dersom dagens situasjon oppleves forskjellig fra målet kan det gi motivasjon til å utføre aggressive handlinger. Det sosiale målet kan for eksempel være «å bli populær, være godt likt, være med i fellesskapet eller føle trygghet» (Finne & Roland, 2021, s. 45). Gjennom mobbing generes da positive følelser hos utøveren. Det er særlig to aspekter ved proaktiv aggresjon som skiller seg ut når det gjelder tendens til å utsette andre for mobbing, maktfølelse hos utøveren og tilhørighet (Roland & Idsøe, 2001, s. 448). Maktfølelsen vil stimuleres av avmakten som skapes hos den som blir utsatt for mobbing (Finne & Roland, 2021, s. 48). Tilhørighet til en gruppe kan også være et mål ved proaktiv aggresjon, når en gruppe bygger opp en felles front mot den mobbeutsatte vil tilhørigheten mellom gruppemedlemmene øke (Roland, 2014, s. 60). Proaktiv aggresjon kan utføres alene, men ofte er det en gruppe som er sammen om angrepet mot for eksempel en annen medelev (Roland, 2018, s. 38). Roland og Idsøe (2001, s. 459) fant at maktspektet ved proaktiv aggresjon var litt viktigere for gutter enn for jenter når det gjaldt tendensen til å utsette andre for mobbing. Mens tilhørighetsaspektet var den viktigste faktoren for jenter.

Reaktiv aggresjon oppstår som en konsekvens av en reell eller oppfattet provokasjon, frustrasjon eller trussel, og kommer til uttrykk som sinne (Vitaro & Brendgen, 2005, s. 178). Når man blir sint får man et kognitivt sammenbrudd, og tankekapasiteten blir stekt redusert (Finne & Roland, 2021, s. 40). Reaksjonen blir da å skade den som står bak provokasjonen eller trusselen. Denne responsen oppstår ofte umiddelbart og den er impulsiv (Vitaro & Brendgen, 2005, s. 178). Deretter kommer atferden, og det er dette som er aggresjonen (Finne & Roland, 2021, s. 40). Barn som viser reaktiv aggresjon har en tendens til å tilskrive andre fiendtlige hensikter selv om det ikke er ment slik (Crick & Dodge, 1996, s. 999). Handlingene kan tolkes som et uhell eller ens egen feil, men de som reagerer med reaktiv aggresjon har en tendens til å tenke at det ligger en ond vilje bak (Roland, 2014, s. 56). Reaktiv aggresjon avhenger altså av hvordan årsaken blir tolket, og dette er i stor grad vanepreget (Roland, 2014, s. 57). Årsaken til at de ofte «tolker skjevt» er at mange tidligere negative erfaringer har festet seg som mentale strukturer, da vil nye lignende hendelser automatisk bli oppfattet på samme måte (Finne & Roland, 2021, s. 43).

Mobbing vil være en reell provokasjon eller trussel, og mobbing kan dermed føre til reaktiv aggresjon. Roland (2014, s. 57) trekker frem at siden alle har et behov for å bli anerkjent, så er nedverdiggende handlinger sterke utløsere for sinne og aggresjon. Handlingen som oppstår etter en provokasjon eller en frustrasjon kan rettes mot den som skapte hindringen, men den kan også rettes mot andre personer (Roland, 2014, s. 57). Det viser seg at barn som viser reaktiv aggresjon er mindre tolerert av andre barn, og de er dermed mer utsatt for utestenging og mobbing (Vitaro & Brendgen, 2005, s. 185). Roland (2018, s. 31) skriver også at elever som er reaktive aggressive vanligvis ikke befinner seg på toppen av maktpyramiden, samtidig kan de bli styrt av elever med mye makt. Slik kan de bli trukket med i mobbingen av andre (Finne & Roland, 2021, s. 44). Dermed kan noen vekslere antagelig ha et problem med reaktiv aggresjon.

Aggresjon har blitt sett på som noe som er ganske stabilt over tid og uavhengig av sosial kontekst (Salmivalli, 2010, s. 113). Samtidig skriver Finne og Roland (2021, s. 40) at det er aggressiviteten som ligger i alle mennesker som er stabil. Aggresjonen er selve atferden, og det er stort sett unntakstilstand og stekt knyttet til konteksten som trigger aggresjonen. De påpeker at aggresjon handler om interaksjonen mellom personen og den sosiale konteksten. Situasjonen betyr altså mye for om aggresjonen kommer til uttrykk eller ikke (Finne & Roland, 2021, s. 40).



### 2.3.2 Moralsk frakobling

Moralsk frakobling kan knyttes til det å utsette andre for mobbing, fordi dette forklarer hvorfor noen kan utføre negative handlinger mot andre uten å føle på skyld eller skam (Finne & Roland, 2021, s. 56). Dermed kan moralsk frakobling også være en innvirkende mekanisme når vekslere utsetter andre for mobbing, av den grunn er dette et svært aktuelt tema for studiens problemstilling. «Moralsk frakobling er den kognitive prosessen som kan lede til at en person kan gjøre negative ting mot andre, også svært destruktive handlinger» (Finne & Roland, 2021, s. 55).

Moralsk standard er noe man utvikler gjennom sosiale prosesser og det skal hjelpe oss med å guide vår atferd og skille mellom rett og galt (Smetana, 1995 referert i Finne & Roland, 2021, s. 53). Det er to mekanismer som regulerer oss i den ene eller andre retningen, sosiale sanksjoner og internaliserte selvsanksjoner, og disse regulerer grenseoverskridende atferd (Bandura, 1991, s. 276; Finne & Roland, 2021, s. 54). Det vil si at folk avstår fra negative handlinger fordi en slik oppførsel kan gi negative sosiale konsekvenser. Hvis man reguleres av internaliserte selvsanksjoner vil man ha en prososial atferd og oppføre seg i henhold til ens moralske standard, for å få en følelse av selvtilfredshet og selvrespekt og for å unngå selvfordømmelse (Bandura, 1991, s. 276). Det betyr likevel ikke at man alltid oppfører seg i henhold til sin egen moralske standard (Finne et al., 2018, s. 355). Selvregulerende mekanismer opererer ikke med mindre de er aktivert. Selektiv aktivering og frakobling av moralsk kontroll tillater ulike typer oppførsel (Bandura, 1991, 279).

Bandura (1991, s. 280) beskriver tre mekanismer som forklarer moralsk frakobling. Den første er moralsk rettferdiggjøring, det vil si at den som utfører en negativ handling rettferdiggjør moralen i handlingen for seg selv gjennom kognitiv rekonstruksjon (Bandura, 1991, s. 280). Det betyr at den som utfører handlingen betrakter den som moralsk rett, akseptabel eller ønskverdig (Finne & Roland, 2021, s. 57). Den andre mekanismen er eufemistisk benevning som bygger på at språk former folks tankemønster og handlinger. Dermed kan en handling fremstå helt annerledes avhengig av hva den blir kalt (Bandura, 1991, s. 280). For eksempel kan det noen betrakter som mobbing bli kalt for harmløs erting, spøk eller moro (Finne & Roland, 2021, s. 57). Den siste mekanismen er fordelaktig sammenligning, det vil si at moralske vurderinger av atferd kan påvirkes av hva den sammenlignes med. Handlingene kan rettferdiggjøres ved å sammenligne dem med noe som

er en åpenbar overtredelse og mye verre. Dette er mekanismer som er mest effektive for å fremme atferd som bryter med personlige standarder (Bandura, 1991, s. 280).

Andre mekanismer for å deaktivere moralsk kontroll kan være å bagatellisere eget ansvar, minimere konsekvensene av handlingen, dehumanisering og å legge skylden hos den mobbeutsatte (Bandura, 1991, s. 281-282; Finne & Roland, 2021, s. 58-60). Ved å skyve ansvaret for handlingene over på noen andre kan man rettferdiggjøre sine egne handlinger. Dette skjer ofte hvis det er en gruppe som utsetter andre for mobbing, hvert enkelt individ vil ikke føle ansvar for det som gjøres i fellesskap. I tillegg kan det å ignorere eller forvrengte konsekvensen av handlingene føre til at moralsk kontroll blir deaktivert (Bandura, 1991, s. 281). Usynlige konsekvenser kan være lett å bagatellisere eller ignorere (Finne & Roland, 2021, s. 59). Den siste mekanismen går på mottakeren av handlingene og aktiveres ved dehumanisering og tildeling av skyld (Bandura, 1991, s. 281). Når en person blir dehumanisert blir personen sett på som et mindreverdige objekt, og blir fratatt menneskelige egenskaper som følelser, håp og tanker (Bandura, 1991, s. 282; Finne & Roland, 2021, s. 60). Man kan også legge skylden over på de som blir utsatt for de negative handlingene. Da ser de som utfører de negative handlingene på seg selv som feilfrie selvforsvarere og tvunget til å utføre de negative handlingene (Bandura, 1991, s. 282). De forklarer det som helt naturlig at denne personen er utenfor eller mindre verdt (Finne & Roland, 2021, s. 60).

### **2.3.3 Mobbing for å oppnå eller opprettholde høy sosial status**

Thornberg og Delby (2019, s. 148) fant at elever forklarer mobbing som et middel for å oppnå makt, innflytelse, status og popularitet innenfor en gruppe. Dette kan også være et mål for vekslere, og mobbing av andre kan være drevet av et ønske om å oppnå høy sosial status. Likevel handler det ikke bare om å oppnå høy status, men også om å opprettholde eller forsvare en oppnådd posisjon i det sosiale hierarkiet. Elevene forklarer mobbing heller som et resultat av at den som mobber ønsker å opprettholde sin høye status, og ikke for å unngå risikoen av å bli sosialt degradert (Thornberg & Delby, 2019, s. 148). Det å bli godt likt er en ganske sterk beskyttelsesfaktor for det å bli utsatt for mobbing, samtidig betyr lav popularitet liten beskyttelse (Roland, 2014, s. 53). De som ikke er direkte involvert tar ofte siden til den som utsetter andre for mobbing, fordi de er redde for å selv bli utsatt, dermed får den som mobber fortsette å ha makten og den høye sosiale statusen (Thornberg & Delby, 2019, s. 149). Selv om mobbing er assosiert med høy status og makt, vil ikke det si at de som mobber andre oppriktig blir likt og verdsatt av medelevene (Thornberg & Delby, 2019, s. 150). Dette er et

paradoks, fordi de fleste elever mener at mobbing er galt og ikke kult, samtidig argumenterer de for at mobbing fører til høy status som kul. Handlingene i seg selv er negative, mens resultatet av handlingene er positive (Finne & Roland, 2021, s. 47).

De som mobber velger seg ut et mål og tolker dem som annerledes eller feil. Thornberg (2015, s. 313) påpeker at når et individ stemples som avvikende, defineres de som personer som bryter med viktige sosiale normer som tas for gitt i den sosiale gruppen. Dette avviket brukes til å rettferdiggjøre mobbingen av de som mobber, og de skylder gjerne på de som blir utsatt for mobbing (Thornberg, 2015, s. 313). Den utsattes utseende, personlighet eller atferd blir sosialt tolket og konstruert som rart, annerledes eller avvikende (Thornberg & Delby, 2019, s. 150). De som er «kule» blir malen for hva som er «riktig» (Thornberg & Delby, 2019, s. 153). Det er de elevene med høy status som bestemmer hva som er «ukult», «feil», eller «annerledes». Konstruksjonen av personen som blir stemplet som «avvikende» blir spredd gjennom ryktespredning og sosial ekskludering, noe som gjør at den utsatte stemples som avvikende videre. De får dermed en lav sosial status, som er vanskelig å bli kvitt. Hvem som assosieres med høy sosial status er en kollektiv oppfatning. Det er også en kollektiv oppfatning av hvem som blir oppfattet som annerledes og er i risiko for lav sosial status (Thornberg & Delby, 2019, s. 153). Hamarus og Kaikkonen (2008, s. 342) forklarer at det skapes en viss elevkultur, der de som utøver mobbing definerer hva som skal verdsettes eller hva som skal behandles med forakt innenfor gruppas kultur.

Thornberg (2015, s. 315) forstår dette som en gruppeinteraksjon med et felles oppmerksomhetsfokus som bekrefter deltakernes eksklusive sosiale tilhørighet i gruppen. Man opprettholder sin felles «normalitet» ved å stemple noen som annerledes, rare eller «ikke som oss». Barn sammenligner seg selv med de som blir stemplet som «annerledes» på en måte som bekrefter deres «normalitet» og posisjon i gruppen (Thornberg, 2015, s. 315). Når noen utenfor gruppen omtales negativt, oppstår det en kontrast mellom oss og de andre. Ved å gi en annen person en negativ merkelapp, vil de andre i gruppen tenke at de selv er bedre. Dette får de bekræftelse på ved å si til de andre i gruppen at han eller hun er bedre enn den utenfor. Dette styres av mangel på en grunnleggende trygghet og intern bekræftelse (Roland, 2014, s. 79). De utsatte barna gjør mye for å bli anerkjent og akseptert i gruppa, de kan endre klær, væremåte eller interesser (Thornberg, 2015, s. 318). Likevel fant Thornberg (2015, s. 318) at de utsatte barna ofte blir fanget i rollene sine. I den kollektive handlingen eller utførelsen av mobbing blir de utsatte barna tvunget til å være i den rollen som «ikke passer

inn». Hvis de prøver å endre på noe ved seg selv, er det likevel aldri godt nok. Roland (2014, s. 48) påpeker også at det ikke vil være mulig å kjøpe seg ut av problemet fordi utseende og klær ikke ser ut til å være en årsak til klassisk mobbing.

#### **2.3.4 Lengsel etter tilhørighet og sosial ekskluderingsangst**

Søndergaard og Hansen (2018, s. 319) forklarer at mekanismene bak mobbing handler om lengsel etter tilhørighet og sosial ekskluderingsangst. Dette kan også være en mulig årsak til at vekslere utsetter andre for mobbing. Lengsel etter tilhørighet handler om et ønske om å bli en del av en gruppe (Søndergaard & Hansen, 2018, s. 327). Tilhørighet blir også trukket frem som et mål ved proaktiv aggresjon (Roland, 2014, s. 60). Søndergaard (2012, s. 359) forklarer ikke mobbing som aggresjon, men som sosial ekskluderingsangst. Med det menes angsten som oppstår når sosial forankring og tilhørighet settes i fare, og deres håp og lengsel om å være en del av fellesskapet er truet. Sosial ekskluderingsangst er noe som alltid vil være til stede i en gruppe, fordi det vil alltid være en risiko for å bli ekskludert (Søndergaard & Hansen, 2018, s. 327). Finne og Roland (2021, s. 34) skriver også at en skoleklasse er et sosialt system som binder elevene sammen gjennom mange ulike sosiale bånd, og i det sosiale systemet kan ingen kreve å få plass.

Dersom den sosiale ekskluderingsangsten øker innenfor en sosial gruppe, kan gruppen bli rammet av sosial panikk. Da vil deltakerne av gruppen søke strategier for å lindre ubehaget. Dette kan ofte føre til produksjon av forakt i gruppen og de skaffer seg et mål for forakt og ekskludering. Dette kan styrke gruppens gjensidige anerkjennelse og lindre angsten (Søndergaard & Hansen, 2018, s. 327). Hvis det er enighet om at noen individer, aktiviteter eller ting er avskyelige, skumle eller ekle, er det mulig for en gruppe individer å samles i fellesskap rundt denne vurderingen. Denne lindringen av angst oppnådd gjennom foraktproduksjon ser ut til å bare vare midlertidig (Søndergaard, 2012, s. 362). Lindringsstrategien kan både øke følelsen av kontroll og for fare, fordi hver deltaker blir klar over at det er en risiko for å befinne seg utenfor gruppen og usikkerheten forsterkes (Søndergaard, 2017, s. 51). Dersom den sosiale ekskluderingsangsten eskalerer og den sosiale panikken blir for sterk, kreves mer lindring og det kan føre til en intensiv produksjon av forakt og mobbing av bestemte personer (Søndergaard, 2012, s. 363). I praksis produseres forakt gjennom for eksempel nedverdiggelse, baksnakking, ignorering, hån, latterliggjøring, skade noen fysisk, ødeleggelse av eiendom og lignende. Man fratrar den andre respekt og verdighet,

samtidig som man markerer sin egen tilgang til deltakelse i fellesskapet (Søndergaard, 2017, s. 51).

#### **2.4 Hva driver vekslere?**

Hva det er som driver vekslere til å utsette andre for mobbing finnes det lite konkret teori på. De mekanismene som beskrives i avsnittene over vil antakeligvis også gjelde for vekslere. Som nevnt påpeker Roland (2014, s. 169) at en del vekslere vil utsette andre for mobbing av samme grunner som de som kun utsetter andre for mobbing. Samtidig påpeker han at årsaksmønsteret kan være mer komplisert og sammensatt for vekslere.

Som nevnt tidligere kan vekslere ha et problem med reaktiv aggresjon. De opplever mobbing, altså en reell provokasjon eller nedverdiggelse, og reagerer med negative handlinger mot de som utøver mobbingen. De aggressive handlingene som oppstår etter en provokasjon kan også rettes mot andre personer eller ting (Roland, 2014, s. 57). Reaktive aggressive barn har en tendens til å havne i en negativ syklus. De aggressive handlingene barnet viser kan føre til økning av jevnaldrenes faktiske fiendtlige avvisninger, og dermed opprettholdes den reaktive aggresjonen. Dette kan ses på som en bekreftelse av den tidligere tolkningen, uansett om denne er reell eller ikke (Crick & Dodge, 1996, s. 999). Olweus (1993, s. 41) beskriver vekslere som hyperaktive og ukonsentrerte, og deres atferd kan skape irritasjon og provosere medelever. Deres egen atferd kan dermed være en årsak til at de blir utsatt for mobbing. Samtidig fant Roland og Idsøe (2001, s. 459) at reaktiv aggresjon i liten grad predikerer mobbing av medelever, men at en mindre del av mobbing blant de yngste elevene kan knyttes til reaktiv aggresjon.

Ettekal og Ladd (2020, s. 272) skiller mellom to typer vekslere. Den første gruppa er de som engasjerer seg i reaktive og emosjonelle dysregulerte former for aggresjon (Ettekal & Ladd, 2020, s. 272). Det å være utsatt for mobbing vil sannsynligvis fremkalle en sterk følelsesmessig respons. Hvor emosjonelt reaktive barn er, vil påvirke hvorvidt de handler aggressivt eller ikke på jevnaldrende provokasjoner (Ettekal & Ladd, 2020, s. 285). Den andre gruppa er de som er sterkere motivert av sosiale mål og derfor engasjerer seg i relasjonell aggresjon for å forbedre deres sosiale status (Ettekal & Ladd, 2020, s. 272). Ettekal og Ladd (2020, s. 287) fant at vekslere opplevde høyere forekomst av avvisning fra jevnaldrende og færre vennskap, sammenlignet med de som var utsatt for mobbing. Dette kan ha forverret deres aggressive atferdstype, fordi høyere nivåer av avvisning fra jevnaldrende kan øke

sannsynligheten for å utøve aggresjon mot andre. Finne og Roland (2021, s. 83) påpeker også at de som ikke er særlig godt integrert i klassemiljøet og har svakere relasjoner på skolen kan velge strategier som er ugunstige både for dem selv og for dem som utsettes for disse strategiene. Deres handlinger er ofte motivert av et sterkt behov for å høre til og bli akseptert av medelevene.

Fra en posisjon som mobbeutsatt er det vanskelig å bli hørt som en deltaker med noe som helst innflytelse. De kan dermed velge å le sammen med de som mobber i et forsøk på å manifestere tilhørighet og deltakelse i gruppen. Dersom den mobbeutsatte velger denne strategien vil det skape en følelse av at han eller hun har større sjanse for deltakelse i gruppen på et senere tidspunkt (Søndergaard, 2017, s. 52). I håp om å få tilhørighet i gruppen kan altså den som har vært utsatt for mobbing bidra med å utsette andre for mobbing. Dette betyr ikke at den mobbeutsatte slipper unna, og de andre i gruppen kan stille krav og fortsette å plage. Den som blir mobbet vil fornekte det som skjer ovenfor lærere for å beholde lojaliteten (Søndergaard, 2017, s. 52). Roland (2014, s. 169) påpeker også at vekslere lett lar seg invitere med i en gruppe som plager andre. De kan ha fått rollen fordi de er lette å lede eller fordi de er ensomme. Han påpeker også at de ikke nødvendigvis er aggressive, men sosialt svake.

## **2.5 Konsekvenser**

Konsekvensene av mobbing kan bli store, både for de som utsettes for mobbing og for de som utsetter andre for mobbing. Mobbing er en sterk stressfaktor som påvirker både den psykiske helsen og det sosiale livet (Finne & Roland, 2021, s. 67). Det kan se ut som at vekslerne har de dårligste prognosene (Green & Price, 2017; Olweus, 1993 referert i Finne & Roland, 2021, s. 83), de er trolig engstelige, usikre, ulykkelige og har ofte et negativt selvbilde, i tillegg kan de være hyperaktive, rastløse og ukonsentrerte (Olweus, 1993, s. 61). I og med at vekslere i tillegg til å utsette andre for mobbing, blir utsatt for mobbing selv, kan vi anta at de konsekvensene som gjelder for de som er utsatt for mobbing også gjelder for vekslere. I tillegg kan det tenkes at det at de også har utsatt andre for mobbing vil medføre en ekstra belastning. Det er dermed viktig at disse elevene får riktig oppfølging som både er knyttet til det å ha utsatt andre for mobbing, men også det å ha blitt utsatt for mobbing selv. Det å vite noe om konsekvensene mobbing kan føre til er viktig for å kunne gi riktig oppfølging. Dette påpeker også Tharaldsen et al. (2017, s. 51) i sin rapport om det å ivareta barn og unge som har blitt utsatt for mobbing. Her trekker de frem at det trengs mer kunnskap om hva senskader av mobbing består av og verktøy for å kunne fange opp de som trenger ekstra oppfølging.

### **2.5.1 Konsekvenser for den psykiske helsen**

En svært vanlig skade som kan komme etter alvorlig mobbing er PTSD (Finne & Roland, 2021, s. 76). Idsøe et al. (2012, s. 907) fant at litt mer enn en tredjedel av de som rapporterte å bli mobbet hadde en skår innenfor det kliniske området for PTSD-symptomer. De fant også at de som ble utsatt for mobbing, men som også selv var involvert i hyppig mobbing av andre, var de mest plagede med PTSD-symptomer (Idsøe et al., 2012, s. 906). Her ser vi igjen at vekslere kan ha de dårligste prognosene. Dette påpeker også viktigheten av å forhindre at de som blir utsatt for mobbing også begynner å mobbe andre, i tillegg påpeker dette behovet de vil ha for oppfølging. Et symptom på PTSD er påtrengende minner. Det kan være noe i omgivelsene som minner om det som har skjedd og som utløser påtrengende tanker eller bilder (Idsøe & Idsøe, 2016, s. 113). En annen type symptom er fysiologisk aktivering, som kan medføre søvnproblemer og motorisk uro. Det er også vanlig å bli lettere irritert og sint, noe som kan gå utover konsentrasjonen og skolearbeidet. De vil også ha en unngåelsesatferd, som vil si at de unngår ting som minner dem på det som har skjedd, det kan være steder, aktiviteter eller personer. Dette er symptomer som i betydelig grad kan hindre de som rammes i å fungere i dagliglivet (Idsøe & Idsøe, 2016, s. 114).

Mobbing kan også føre til andre psykiske helseproblemer hos den som har blitt utsatt for det. Det å ha vært utsatt for mobbing er en vesentlig risikofaktor for å utvikle depresjon, angst og sosial isolasjon (Arseneault et al., 2010, s. 721). Havik et al. (2015, s. 229) fant at det å bli mobbet hadde en sterk sammenheng med det å ikke møte opp på skolen. Det å bli utsatt for mobbing på skolen kan føre til at elever føler seg utrygge og vegrer seg for å gå på skolen (Havik, 2016, s. 101). Skolevegning kan dermed være en konsekvens av det å bli utsatt for mobbing. Idsøe og Idsøe (2016, s. 111) trekker også frem at de som blir utsatt for mobbing kan være preget av blant annet lavere selvbilde, angst, frykt, underkastelse, depresjon, hjelpeløshet, selvklandring, sosial tilbaketrekning og isolasjon, dårligere sosiale ferdigheter, lavere popularitet og få venner. De påpeker også at selv om dette er risikofaktorer for å bli utsatt for mobbing, så kan det også være et resultat av mobbing.

Hawker og Boulton (2000, s. 447) fant at det å bli utsatt for mobbing var assosiert med depresjon. De som hadde blitt utsatt for mobbing så ut til å være mer deprimerte enn de som ikke var utsatt. Ensomhet og angst ble også assosiert med det å bli utsatt for mobbing (Hawker & Boulton, 2000, s. 447-448). I tillegg fant de at mobbeutsatte hadde lavere sosial

selvtillit, det vil si mål på i hvilken grad de ser på seg selv som sosialt kompetente, akseptert av sine jevnaldrende eller i hvilken grad de har gode sosiale relasjoner. De konkluderer med at mobbeutsatte opplever større negative problemer og har mer negative tanker om seg selv enn andre barn (Hawker & Boulton, 2000, s. 451). Tsalousis (2016, s. 194) undersøkte også forholdet mellom mobbing og selvtillit og det ble funnet en negativ sammenheng mellom det å bli utsatt for mobbing og selvtillit. En svært alvorlig konsekvens etter mobbing er selvmordstanker og selvmordsforsøk. Van Geel et al. (2014, s. 441) konkluderte i sin studie med at mobbing er en risikofaktor for dette. De påpeker også at mobbing er en av de vanligste årsakene til ungdomsdødelighet (Van Geel et al., 2014, s. 436).

Mobbing vil også føre til negative konsekvenser for det relasjonelle og det sosiale. Det å bli utsatt for mobbing skaper stor risiko for at relasjoner til medelever blir ødelagt eller skadet (Finne & Roland, 2021, s. 70). De utsatte er ofte ensomme og har få eller ingen venner (Roland, 2014, s. 166). De som mobbes kan også oppleve at den sosiale mestringstroen blir svekket (Finne & Roland, 2021, s. 73). Dette kan henge sammen med lært hjelpeløshet. Dersom man har erfaring med at resultatet av en handling er uavhengig av handlingen, lærer man at utfallet er utenfor ens kontroll. Dette kan føre til at man blir passiv og at man ikke tar initiativ til å løse problemer (Finne & Roland, 2021, s. 69). For de som utøver mobbing kan også konsekvensene bli store når det gjelder det relasjonelle. Det er en fare for at de som mobber utvikler en relasjonell kompetanse basert på frykt og ikke på å være likt. Hvis denne atferden blir repetert over tid kan det til slutt bli et atferdsmønster. Dette kan de også ta med seg inn i sitt voksne liv. Å utsette andre for mobbing kan medføre fare for å utvikle selvbilde, attribusjonsmønstre og atferd som er ugunstig (Finne & Roland, 2021, s. 80).

### **2.5.2 Langtidsvirkningene etter mobbing**

Det er også gjort studier når det gjelder langtidsvirkningene av mobbing. Det viser til at mobbing kan føre med seg negative konsekvenser lenge etter at mobbingen har blitt avsluttet. Sigurdson et al. (2015, s. 11) konkluderte i sin studie med at alle grupper som var involvert i mobbing i ungdomsårene hadde høyere nivåer av psykiske problemer i voksen alder sammenlignet med de som ikke var involvert i mobbing. Dette gjelder både de som har blitt utsatt for mobbing, de som har utsatt andre for mobbing og vekslere. Ttofi et al. (2011, s. 63) undersøkte også i hvilken grad det å ha blitt utsatt for mobbing kan forutsi depresjon senere i livet. De undersøkte sannsynligheten for å bli deprimert opptil 36 år senere og det viste seg at sannsynligheten var høyere for barn som var blitt utsatt for mobbing, enn barn som ikke



hadde vært involvert i mobbing (Ttofi et al., 2011, s. 68). Ttofi et al. (2011, s. 63) skriver også at barn som mobber generelt ikke vokser opp til å være veltilpassede individer som bidrar positivt for samfunnet. Sigurdson et al. (2014, s. 1614) fant også i sin studie at vekslere hadde nesten tre ganger så høy risiko for å rapportere om dårlig helse generelt, sammenlignet med de som ikke hadde vært involvert i mobbing.

Det å ha vært involvert i mobbing kan også føre til konsekvenser i arbeidslivet. Strøm et al. (2013, s. 1148) konkluderte med at eksponering av vold, overgrep eller mobbing var assosiert med senere arbeidsdeltakelse. Det å bli utsatt for mobbing ved 15 årsalderen førte til mindre deltakelse i arbeidslivet åtte år senere. Varhama og Björkqvist (2005, s. 269) har også undersøkt forholdet mellom mobbing i ungdomsårene og arbeidsledighet i voksen alder. De fant at 29 prosent av deltakerne som var arbeidsledige rapporterte om at de var blitt utsatt for mobbing på ungdomsskolen (Varhama & Björkqvist, 2005, s. 269). Sigurdson et al. (2014, s. 1607) fant også at alle grupper som er involvert i mobbing i ungdomsårene har økt risiko for lavere utdanning som unge voksne sammenlignet med de som ikke har vært involvert i mobbing. I tillegg fant de at gruppen som hadde utsatt andre for mobbing hadde høyere risiko for å være arbeidsledig, dette gjaldt også vekslerne. De fant også at risiko for lavt utdanningsnivå var tredoblet hos vekslerne sammenlignet med de som ikke hadde vært involvert i mobbing (Sigurdson et al., 2014, s. 1614).

## **2.6 Oppfølging etter mobbing**

Andre del av problemstillingen for denne studien tar for seg hvilken oppfølging vekslere har behov for. Ifølge opplæringsloven kapittel 9A har alle elever rett til et trygt og godt skolemiljø (Opplæringsloven, 1998, § 9 A-2). Ingen som blir utsatt for mobbing og som også utsetter andre for mobbing vil ha det trygt og godt på skolen. Når en elev ikke opplever å ha det trygt og godt på skolen skal det settes inn tiltak og skolen skal sørge for at eleven opplever å ha det trygt og godt igjen (Opplæringsloven, 1998, § 9 A-4). Det vil si at eleven skal følges opp helt til han eller hun opplever skolemiljøet som trygt og godt, og selv om mobbingen blir stoppet vil ikke det automatisk si at elevene har det trygt og godt igjen.

Finne et al. (2018, s. 356) påpeker at det ikke er tilstrekkelig å stoppe mobbingen, en eller annen form for rehabilitering er nødvendig. Finne og Roland (2021, s. 25) trekker også frem begrepet rehabilitering som svært relevant for elever som har vært involvert i mobbing. Problemstillingen for denne studien tar for seg oppfølging etter mobbing, dermed vil begrepet

oppfølging bli brukt videre i oppgaven. Både de som har blitt utsatt for mobbing og de som har utsatt andre for mobbing kan ha behov for oppfølging for å klare seg sosialt (Finne & Roland, 2021, s. 25). Dermed vil dette også gjelde vekslere. I tillegg påpeker Roland (2014, s. 168) at vekslere kan ha et særlig behov for oppfølging. En veksler kan ha gjort seg upopulær, og vil nødvendigvis ikke få den samme sympatien fra lærere, foreldre og medelever som det en mobbeutsatt ville fått. Samtidig kutter de stadig redningslinen som lærere og andre tilbyr dem (Roland, 2014, s. 169). Oppfølging vil være nødvendig på grunn av alle konsekvensene mobbingen kan medføre. I tillegg vil de sosiale dynamikkene som har oppstått under perioden med mobbing sannsynligvis vedvare under overflaten selv om man har lyktes med å stoppe mobbingen (Finne et al., 2018, s. 356). Disse dynamikkene må endres for et elevene skal oppleve å ha det trygt og godt på skolen igjen.

### **2.6.1 Oppfølging av enkeltelever**

For å skape mestring og trygghet på nye arenaer kan oppfølging av enkeltelever være avgjørende (Finne & Roland, 2021, s. 131). Tharaldsen et al. (2017, s. 63) trekker frem at det bør lages en plan for oppfølging med kortsiktige og langsiktige mål. De forslår at en hensiktsmessig måte å begynne oppfølgingsarbeidet på er å avdekke fare for utvikling av senskader og behov for støtte (Tharaldsen et al., 2017, s. 89). Dette kan gi føringer for hvilke tiltak som bør settes inn i oppfølgingen og hvilke tilrettelegginger som bør gjøres (Tharaldsen, et al., 2017, s. 65). Breivik et al. (2017, s. 76) påpeker også at ikke alle barn utvikler like mye problemer som en konsekvens av mobbing, det vil alltid være noen beskyttelsesfaktorer som reduserer risikoen. Dermed vil det å kartlegge den individuelle behov for oppfølging være en riktig start. Likevel er det å bli utsatt for mobbing en risiko for å utvikle psykiske plager (Idsøe & Idsøe, 2016, s. 111). Derfor bør oppfølgingsarbeidet baseres på individuelle behov og andre individuelle kjennetegn (Tharaldsen et al., 2017, s. 89). Dersom vanskene er store bør lærer få bistand fra spesialisthelsetjenesten, som BUP eller PP-tjenesten (Tharaldsen et al., 2017, s. 72). Helsesøster bør også få en sentral plass i oppfølgingsarbeidet (Tharaldsen et al., 2017, s. 74).

Som sagt kan det å ha blitt utsatt for mobbing føre til ødelagte relasjoner med medelever (Finne & Roland, 2021, s. 70). Et viktig mål med oppfølgingen er derfor å resosialisere den som har blitt utsatt for mobbing i sitt sosiale miljø, i tillegg til å bygge opp tillitsforhold som kan ha blitt svekket (Tharaldsen et al., 2017, s. 62). Først og fremst handler det om å skape trygghet hos den som har blitt utsatt for mobbing, og en trygg voksen som skaper

forutsigbarhet er nødvendig her (Finne & Roland, 2021, s. 132). Det er viktig at de elevene som har vært involvert i mobbing, de utsatte, de som utsetter andre og vekslere, blir tilbudt en personlig støtte. Tharaldsen et al. (2017, s. 62) påpeker at en til to trygge voksne bør være tilgjengelig for den mobbeutsatte. Det er helt avgjørende at den som har vært utsatt for mobbing har tillit til den som har ansvaret for oppfølgingen (Tharaldsen et al., 2017, s. 62). Det beste er om den voksne også har autoritet i klassen der mobbingen foregikk (Finne & Roland, 2021, s. 131).

Møter vil være et viktig tiltak i oppfølgingen og det å avtale møtetidspunkt med eleven og overholde avtalene vil skape trygghet. Møtetidspunkt og sted bør drøftes med eleven slik at han eller hun opplever kontroll. Møtene kan innebære samtaler eller aktiviteter. Det er viktig å ikke presse eleven til å gå inn på temaer som kan være ubehagelig. Man bør først å fremst ha søkelys på å skape en god relasjon med eleven (Finne & Roland, 2021, s. 132). Tharaldsen et al. (2017, s. 89) påpeker også at det kan være nyttig å ha en sjekkliste over temaer for oppfølgingssamtalen, det kan for eksempel være skolearbeid, sosialt samspill og psykiske helseplager. De som har blitt mobbet kan ha utviklet emosjonelle mestringsstiler, det vil si at de lærer seg å tilpasse seg problemet istedenfor å løse det. Dette kan være så innøvd hos eleven at han eller hun fortsetter å bruke disse mestringsstilene selv om mobbingen har tatt slutt. Da må læreren hjelpe eleven med å utvikle nye konstruktive mestringsstiler. Samtidig må eleven oppleve å få forståelse og støtte til tross for utfordrende reaksjoner (Finne & Roland, 2021, s. 145). Styrking av selvbilde og sosial ferdighetstrening er også viktige komponenter i oppfølgingsarbeidet (Tharaldsen et al., 2017, s. 64).

De som har utsatt andre for mobbing kan oppleve lavere nivåer av emosjonell støtte fra læreren (Ertesvåg, 2016, s. 839). At læreren har en god relasjon med eleven som har utsatt andre for mobbing er en nødvendighet for at læreren skal kunne påvirke atferden deres i en mer prososial retning (Ertesvåg, 2016, s. 840). At en voksen prioriterer relasjonen med eleven, kan være avgjørende for om eleven er villig til å endre seg. De som har utsatt andre for mobbing har også behov for å oppleve voksne som er tilgjengelige, stiller seg til disposisjon og selv tar kontakt med eleven. Tett oppfølging av de som utsetter andre for mobbing er derfor også viktig, særlig for å forhindre at atferden repeteres og blir et atferdsmønster. På en side er oppfølging viktig for å kunne utøve kontroll og øke sjansen for at uønsket atferd reduseres og på den andre siden er det viktig for å kunne endre atferden i en prososial retning. Her bør man også avtale regelmessige møter (Finne & Roland, 2021, s.

133). Dette vil også gjelde vekslerne. Som nevnt tidligere står vekslerne mer utsatt til fordi han eller hun kan ha gjort seg upopulær og de vil kanskje ikke få den samme sympatien fra for eksempel lærere som en mobbeutsatt ville fått (Roland, 2014, s. 169). For vekslerne vil det også være viktig å kartlegge risiko for psykiske helseplager. Som Roland (2014, s. 169) påpeker kan vekslerne ha betydelige psykiske problemer, og de kan trenge profesjonell behandling.

### **2.6.2 Sosial kompetanse**

Å trene på sosial kompetanse vil være nyttig for å lære strategier som kan redusere konsekvensene av mobbingen (Finne & Roland, 2021, s. 119). Dette vil derfor være svært aktuelt i oppfølgingen av elever som har vært involvert i mobbing, også for vekslere. Sosial kompetanse innebærer sosiale ferdigheter som samarbeid, selvkontroll, selvhevdelse, ansvar og empati (Ogden, 2015, s. 244). Empati handler om å kunne se ting fra andres synsvinkel og å kunne leve seg inn i andres situasjon, og dette er kjernen i gode og forpliktende vennskap (Ogden, 2015, s. 244-245). Selvhevdelse dreier seg om å kunne uttrykke meninger og behov. Likevel er det en balansegang her, fordi det er et vanskelig skille mellom å være selvhevdende og dominerende og det kan være en risiko for å bli oppfattet som dominerende. Det handler om å kunne markere seg sosialt og gi uttrykk for egne meninger og standpunkt, også når disse går imot hva andre mener (Ogden, 2015, s. 246). Selvkontroll går ut på om man er bevisst på egne følelser i spente situasjoner og kontrollerer dem når de utsettes for fristelser, frustrasjoner og nederlag. Ansvarlighet handler om å overholde normer og regler (Ogden, 2015, s. 247). For at elever skal få muligheten til å utvikle denne ferdigheten er tillit viktig, de må få mulighet til å ha ansvar over egen tid og egne ting (Ogden, 2015, s. 248). Dette omtales som atferdsdimensjonen i sosial kompetanse.

I tillegg til atferdsdimensjonen innebærer sosial kompetanse også en kognitiv dimensjon og en emosjonell dimensjon. Den kognitive dimensjonen handler om å forstå sosiale signaler og situasjoner, den går også ut på hvordan man løser problemer, tar beslutninger og velger seg mål. Den emosjonelle dimensjonen handler om verdier, holdning og motivasjon for å være sosialt kompetent (Ogden, 2015, s. 229). Prososial atferd vil si at man er sosialt kompetent og godt utstyrt med sosial kompetanse. En slik atferd vil innebære å hjelpe, dele, samarbeide og støtte andre. Sosial kompetanse er også knyttet til fraværet av antisosial atferd (Finne & Roland, 2021, s.164-166). Ved å trene på sosial kompetanse kan man dermed minske den antisosiale atferden og øke den prososiale atferden. Finne og Roland (2021, s. 178) trekker

frem at trening på sosial kompetanse bør være universelle tiltak i klassen, altså at alle trener på alt. Dette kaller de for situert sosial kompetansetrening. Dette vil gi gevinst for den enkelte eleven, men også for kulturen i klassen. Ved at klassen i fellesskap trener på dette vil det skapes en kollektiv bevissthet, i tillegg vil det bidra til at læreren kan formulere standarder for klasse miljøet (Finne & Roland, 2021, s. 178).

Å utvikle evnen til å forstå andres følelser, men også kjenne igjen, forstå og uttrykke egne følelser er viktig i sosial kompetansetrening (Finne & Roland, 2021, s. 180). Dette er fordi at følelser står helt sentralt når elever tolker sosiale situasjoner, det er også helt sentralt i prososiale handlinger. Det å snakke om følelsenes betydning for hvordan de har det, og hvordan de tolker og forstår andre er helt vesentlig. Her handler det om å utvikle et følelsesspråk. Den sosiale ferdigheten empati kan også trenes på gjennom rollespill, her kan de få gode innspill om følelsene til den som trenger trøst eller støtte. Å trene empati kan hjelpe dem å støtte medelever i senere situasjoner (Finne & Roland, 2021, s. 181). Tankefeller eller kognitive forvrengninger er også noe Finne og Roland (2021, s. 183) trekker frem som et sentralt tema etter mobbing. Disse upresise tankene kan brukes til to formål, enten for å unngå å føle skyld eller skam eller til å forsterke negative tanker eller følelser. Tankefeller kan være et problem for de som utsetter andre for mobbing, men også for de som utsettes for mobbing. For å trene på å endre tankemønster i klasserommet foreslår Finne og Roland (2021, s. 184) å bruke film, historier eller tegneserier der elevene skal identifisere hvordan andre tenker, og foreslå en mer hensiktsmessig tolkning og tenkning.

Å øke elevenes forståelse av ulike valg og de konsekvensene disse valgene kan få for seg selv og andre er viktig. Det å vurdere mulige konsekvenser av forskjellige valg i situasjoner som elevene ofte kommer opp i kan være nyttig når valg skal tas i reelle situasjoner. Her påpeker Finne og Roland (2021, s. 184) at det kan være nyttig å dele konsekvenser inn i sosiale, som utestenging og konflikt, formelle, som samtale med rektor eller nedsatt karakter, og fysiske eller psykiske konsekvenser. Positive konsekvenser bør også tas med (Finne & Roland, 2021, s. 184). Forståelsen av hvilke konsekvenser en handling gir, både for en selv og for fellesskapet, kan være en forutsetning for prososial atferd. Det at elevene også får forståelse for at det ikke bare er det vi ser i en gitt situasjon som forklarer hvorfor noe skjer, åpner for mer raushet. Det å forstå at alle har med seg en bagasje i møte med andre er viktig (Finne & Roland, 2021, s. 185). Dette kan forebygge konflikter og uhensiktsmessige reaksjoner, fordi

det kan føre til at brikkene vil falle på plass for mange elever når det gjelder egen og andres reaksjoner og atferd (Finne & Roland, 2021, 187).

### **2.6.3 Positivt praksisfellesskap gjennom autoritativ klasseledelse**

Mobbing fører med seg mange konsekvenser knyttet til det sosiale livet og relasjonene i klassen, det er dermed naturlig at oppfølgingen også handler om å forbedre klassemiljøet, samt normer og relasjoner. Finne et al. (2018, s. 359) trekker frem at det i skolesammenheng bør fokuseres mer på de relasjonelle praksisene i stedet for de enkelte mobbeutsatte i oppfølgingsarbeidet, nettopp fordi mobbing er relasjonelt. Likevel påpeker de at noen i tillegg vil trenge individuell terapi eller støtte, og den relasjonelle oppfølgingen skal ikke erstatte det. Finne og Roland (2021, s. 118) trekker frem at oppfølgingen handler om å etablere et positivt praksisfellesskap i klassen i stedet for mobbing. Her må rollene redefineres bort fra de som mobber, de mobbeutsatte og tilskuerne. Rollene kan redefineres gjennom kollektive tiltak, som autoritativ klasseledelse.

En autoritativ klasseleder er helt avgjørende i alle ledd i oppfølgingen (Finne & Roland, 2021, s. 124). Den teoretiske tilnærmingen til autoritativ klasseledelse er basert på Baumrinds (1991) modell av foreldrestiler. Autoritative foreldre setter krav, men er også tilgjengelige og interesserte, de støtter i stedet for å straffe. De observerer og gir klare standarder for barns oppførsel (Baumrind, 1991, s 62). Det samme gjør en autoritativ klasseleder, de utlyser både varme og tydelig kontroll. Varme og støtte har stor betydning for lærerens relasjon til elevene, og relasjonen mellom lærer og elev vil være en modell for elevenes relasjoner med hverandre. Støtte vil også være å bekrefte atferd som er i tråd med standarden i klassen. Kontroll innebærer at man stiller krav og forventninger til elevene, man må kommunisere forventninger til atferd på en respektfull måte. Samtidig som det handler om å korrigere negativ atferd, men også dette skal gjøres med varme og respekt for å beholde en god relasjon til eleven. Å etablere en standard for væremåte i klassen er viktig. Skolen bør definere de viktigste trekkene i standarden, men elevene kan bidra med detaljer (Finne & Roland, 2021, s. 124-129).

En klasse der det har foregått mobbing vil være preget av interne normer, handlinger og holdninger (Finne & Roland, 2021, s. 139). Når mobbingen er stoppet vil den relasjonelle strukturen i klassen være i et vakuum for en periode og relasjonene vil muligens ha en annen dynamikk enn da det foregikk mobbing. Da er det mulig å rekonstruere relasjoner og

distribuere sosial makt til elever som er mer prososiale i sine handlinger og holdninger. Å kartlegge roller i klasserommet kan gi viktig informasjon som man bør ta meg seg inn i oppfølgingen (Finne et al., 2018, s. 358). Som en del av å endre et negativt læringsmiljø foreslår Bakken og Roland (2015, s. 64) at det gjennomføres en kartlegging av læringsmiljøet gjennom blant annet et spørreskjema til elevene. Resultatene fra spørreundersøkelsen kan presenteres for elevene i vakuemet som oppstår etter at mobbingen er stoppet, slik at sosiale illusjoner og fiktive normer kan bli avslørt (Bakken & Roland, 2015, s. 74). Tharaldsen et al. (2017, s. 90) skriver også at det er viktig at læreren skaffer seg oversikt over den sosiale strukturen i klassen og aktivt leder samhandlingen mellom elevene deretter. Det kan for eksempel innebære å gruppere elevene på en måte som gjør at den som har blitt utsatt for mobbing kan få støtte av prososiale elever.

Når makten i klassen skal nøytraliseres må læreren hjelpe elevene med å finne en komfortabel plass i det sosiale systemet. Elevene må få mulighet til å etablere nye vennskap, avskaffe tidligere sosiale roller og utvikle nye identiteter som samsvarer med deres interesser (Finne et al., 2018, s. 358). Dette vil også gjelde for vekslerne, de har både hatt rollen som mobbeutsatt og som utøver av mobbing, de må derfor få mulighet til å komme seg ut av begge disse rollene og finne en ny plass i det sosiale systemet. Læreren spiller en sentral rolle i dette endringsarbeidet. Ved at læreren etablerer positive relasjoner med elevene vil dette indirekte påvirke relasjonene mellom elevene (Finne & Roland, 2021, s. 142). Roller kan være vanskelig å endre fordi de er fylt med forventninger om reproduksjon. Det er derfor viktig at læreren tar tydelig avstand fra negative handlinger, men med empatisk trykk. Læreren må også være oppmerksom på positiv endring og gi passende tilbakemelding på det (Finne & Roland, 2021, s. 143).

### 3 Metode

I dette kapitlet vil jeg utdype valg av metode og forskningsdesign. Målet med dette kapitlet er å gi leserne en grundig beskrivelse av hvordan forskningsprosessen har foregått og hvordan forskningsprosessen kan belyse problemstillingen. Jeg vil starte med en redegjørelse for valg av metode. Videre vil jeg gå inn på innhenting av data, her vil jeg gjøre rede for valg av informanter og gjennomføring av intervju. Deretter vil jeg gå inn på hvordan dataene er bearbeidet, her vil jeg trekke inn hvordan intervjuene er transkribert og analysert.

Avslutningsvis vil jeg gjøre rede for de valgene jeg har tatt for å styrke studiens validitet og reliabilitet, mulige feilkilder og etiske overveielser. Valgene som er tatt vil bli diskutert med bakgrunn i metodelitteratur.

#### 3.1 Valg av metode

Metode kommer fra gresk og betyr «veien til målet» (Gleiss & Sæther, 2021, s. 29).

Forskning handler om å utvikle ny kunnskap (Gleiss & Sæther, 2021, s. 23), Dalland (2020, s. 53) trekker også frem at metode forteller oss noe om hvordan man bør gå til verks for å fremskaffe eller etterprøve kunnskap. Det er vanlig å skille mellom kvalitativ og kvantitativ metode. Hovedforskjellen er at kvalitative studier omfatter et lite utvalg og kan gi mye kunnskap om få enheter, mens kvantitative studier omfatter store utvalg og er mer rettet mot statistiske generaliseringer (Thagaard, 2018, s. 16). Kvantitativ metode egner seg godt for å kartlegge og gi en oversikt over et større utvalg. Kvalitativ metode gir mer muligheter for å la deltakernes egne perspektiver på temaet styre utviklingen av kunnskap (Gleiss & Sæther, 2021, s. 30). Det er problemstillingen og hva slags kunnskap man ønsker å utvikle som avgjør hvilken metode som er best egnet for studien (Dalland, 2020, s. 53; Gleiss & Sæther, 2021, s. 31; Kvale & Brinkmann, 2015, s. 137; Thagaard, 2018, s. 53). Metoden skal belyse problemstillingen for studien: *Hva er årsakene til at noen som blir utsatt for mobbing også mobber andre? Hvordan følge opp disse elevene etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser?*

##### 3.1.1 Kvalitativ forskningsmetode

Med denne studien ønsker jeg å komme i dybden på hva som driver vekslere, altså årsaker til at noen utsetter andre for mobbing når de har blitt utsatt for mobbing selv. Jeg ønsker også å finne ut hva slags oppfølging vekslere trenger, ut ifra deres eget perspektiv. For å belyse



problemstillingen har jeg kommet frem til at kvalitativ metode er best egnet. Videre vil jeg begrunne dette valget.

Gjennom kontaktene jeg etablerer i felten ønsker jeg å skape en dyp forståelse for det sosiale fenomenet mobbing, noe som kvalitativ metode er godt egnet til, gjennom en fenomenologisk tilnærming (Thagaard, 2018, s. 11). I kvalitativ forskning er fenomenologisk tilnærming «[...] et begrep som peker på en interesse for å forstå sosiale fenomener ut fra aktørenes egne perspektiver og beskrive verden slik den oppleves av informantene [...]» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 45). Fenomenologien søker å oppnå en forståelse av den dypere meningen i enkeltpersoners erfaringer, og tar altså utgangspunkt i den subjektive opplevelsen (Thagaard, 2018, s. 36). Informantenes erfaringer og subjektive opplevelser vil i denne studien være grunnlaget for å forstå årsakene til at vekslerne utsetter andre for mobbing og hvilken oppfølging de har behov for. Trekk som er felles ved de erfaringene informantene har, gir et grunnlag for at vi kan utvikle en generell forståelse av det fenomenet vi studerer (Thagaard, 2018, s. 36). Å benytte kvalitativ metode vil også gjøre det mulig å etablere et tillitsforhold mellom forsker og informant, dette vil være viktig fordi mobbing kan være et svært personlig og sensitivt tema for dem som har vært involvert i det (Thagaard, 2018, s. 12). Valg av metode påvirkes også til dels av praktiske hensyn (Gleiss & Sæther, 2021, s. 32). For eksempel ville tidsbegrensningene gjort det utfordrende å finne nok deltakere til å gjennomføre en kvantitativ studie. Samtidig egner kvalitativ metode seg godt til min problemstilling, ved at jeg ønsket å komme i dybden på informantenes subjektive opplevelser.

Thagaard (2018, s. 14) fremhever systematikk og innlevelse som to sentrale sider ved kvalitativ forskning. Systematikk handler om fremgangsmåten i forskningsprosessen og refleksjonen over hvilke avgjørelser som er strategiske for å utvikle en helhetlig forståelse av det sosiale fenomenet vi studerer (Thagaard, 2018, s. 14). Det første jeg gjorde da jeg startet på prosjektet var å lage en prosjektbeskrivelse. Hensikten med denne var nettopp å planlegge alle delene av prosjektet for å sikre en helhetlig forståelse av fenomenet, i tillegg til å finne ut hvilken metode som var best egnet for studien. Jeg startet med å se på tidligere forskning, formulere studiens formål og problemstilling. Deretter kunne jeg planlegge forskningsdesignet. Thagaard (2018, s. 14) påpeker også at den kvalitative forskningsprosessen er preget av spontanitet fordi forståelsen som vi utvikler kan komme plutselig og uventet. Fleksibilitet er også et av kjennetegnene til kvalitativ metode, det er mulig å endre utformingen i løpet av undersøkelsesprosessen og innarbeide erfaringer og nye

utfordringer underveis (Thagaard, 2018, s. 16). Det vil si at prosjektbeskrivelsen ikke var satt og kunne endres underveis i prosessen.

Innlevelse er også en sentral del ved kvalitativ metode og er grunnleggende for å kunne utvikle en forståelse av sosiale fenomener. Kvalitativ metode er preget av nærhet til informantene, og for å kunne sette seg inn i de sosiale situasjonene til personene vi studerer er innlevelse nødvendig (Thagaard, 2018, s. 14). For å kunne forstå hva som er årsakene til at noen som har blitt utsatt for mobbing også har mobbet andre er det viktig å kunne leve seg inn i informantenes erfaringer. Derfor har det vært verdifullt for meg å få tak i hele mobbehistorien til informantene, både hva de har blitt utsatt for og hva de har utsatt andre for. Når man ikke kjenner informantene på forhånd, må det etableres en relasjon gjennom intervjuet (Gleiss & Sæther, 2021, s. 87). Thagaard (2018, s. 99) påpeker også viktigheten av å gi uttrykk for støtte og sympati for å etablere en fortrolig situasjon. For å kunne gjøre nettopp dette vil det å leve seg inn i informantenes historie være vesentlig, samtidig som man bør beholde en viss avstand slik at informantene ikke sier mer enn hva de er fortrolige med (Gleiss & Sæther, 2021, s. 93-94).

### **3.1.2 Det kvalitative intervjuet**

De to mest brukte metodene innenfor kvalitativ tilnærming er intervju og observasjon (Thagaard, 2018, s. 12). I og med at jeg ønsket å finne ut av hvordan de som selv har vært vekslere forstår årsakene til at de utsatte andre for mobbing når de hadde blitt utsatt for mobbing selv, ble intervju et naturlig valg av metode. «Det kvalitative forskningsintervjuet søker å forstå verden sett fra intervjupersonens side» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 20). Det å forstå sider ved intervjupersonens liv, fra hans eller hennes perspektiv, er formålet med et kvalitativt intervju (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 42). Intervju kan bidra til at man utvikler en forståelse av hvordan personer opplever og reflekterer over sin situasjon (Thagaard, 2018, s. 11). Jeg ønsket også å få informantenes oppfattelse av hvilken oppfølging de hadde hatt behov for av skolen etter at mobbingen var stoppet. Dette er ikke noe som er mulig å observere. Intervjuet kan gi innsikt i en persons opplevelser, synspunkter og selvforståelse og de som intervjues kan fortelle om hvordan de forstår sine egne erfaringer (Thagaard, 2018, s. 12). Intervju med de som selv har vært vekslere ga meg derfor mulighet til å få dypere innsikt om fenomenet jeg ønsket å undersøke.

### **3.1.3 Semistrukturert intervju**

Jeg har valgt å bruke semistrukturert intervju, det vil si et delvis strukturert intervju. Det typiske kvalitative intervjuet er ofte basert på en delvis strukturert intervjuguide. Det vil si at intervjuet styres både av de temaene vi ønsker å få kunnskap om, og de temaene intervjupersonen tar opp (Thagaard, 2018, s. 91). Det semistrukturerte intervjuet kalles derfor noen ganger for kvalitative dybdeintervju (Gleiss & Sæther, 2021, s. 80). Jeg utarbeidet en intervjuguide på forhånd, der jeg skrev ned temaer og spørsmål som er relevant for problemstillingen (vedlegg 1). I tillegg hadde jeg mulighet til å stille spørsmål som ikke inngikk i intervjuguiden og informantene hadde mulighet til å komme med innspill. Under intervjuet kunne jeg både stille oppfølgingsspørsmål der det var naturlig, men jeg kunne også stille spørsmål som bekreftet eller avkreftet min forståelse av det de hadde sagt. Med det sørges det for at temaene som er viktig for problemstillingen blir belyst, samtidig som man kan følge med på intervjupersonens fortelling. Intervjuet vil ha en fleksibel struktur, dermed er det også mulig å tilpasse de planlagte spørsmålene underveis (Thagaard, 2018, s. 91). Et semistrukturert intervju ligger nært opp til en dagligdags samtale, men har et formål på lik linje som et profesjonelt intervju. «Det er verken en åpen samtale eller en lukket spørreskjemasamtale» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 46).

## **3.2 Innhenting av data**

### **3.2.1 Utvalg**

Utvalget i denne studien består av personer som selv har opplevd å være vekslere, inklusjonskriteriet var dermed at informantene både har vært utsatt for mobbing og selv har utsatt andre for mobbing. For å komme i kontakt med mulige informanter la jeg ut et innlegg på Facebook, både på min egen profil og i ulike grupper som omhandler temaet mobbing. I dette innlegget skrev jeg litt om hva prosjektet handlet om og hvem jeg ønsket å komme i kontakt med. Gjennom Facebook kunne jeg nå ut til mange. På grunn av koronasituasjonen var jeg også åpen for å gjennomføre intervjuer digitalt, det betyr at geografi ikke satte noen grenser. Utvelgingen var strategisk ved at jeg i innlegget skrev at jeg ønsket å komme i kontakt med personer som både har blitt utsatt for mobbing og som også har utsatt andre for mobbing. Personer som da tok kontakt, hadde egenskaper eller kvalifikasjoner som er strategiske i forhold til problemstillingen (Thagaard, 2018, s. 54). Utvalget kan også kalles et tilgjengelighetsutvalg fordi rekrutteringen av deltakere er basert på selvseleksjon (Thagaard,

2018, s. 56). Personene som så facebookinnlegget kunne selv velge å ta kontakt og delta i prosjektet.

Jeg kom i kontakt med fem personer som ønsket å delta i prosjektet. Jeg takket for at de tok kontakt og sendte dem et informasjonsskriv (vedlegg 2) på e-post. Informantene fikk da informasjon om prosjektet og dets formål, samt deres rettigheter ved å delta. Etter hvert avtalte vi tid og sted for intervjuene, etter hva som passet best for informantene. Alle informantene er damer mellom 20 og 40 år, og de er fra ulike deler av landet. Det var ønskelig å ha fem informanter, men en av informantene trakk seg før vi hadde gjennomført intervju. Antallet informanter ble da redusert fra fem til fire. Jeg la ut innlegget på noen flere facebookgrupper for å se om jeg kunne få tak i flere informanter. Etter hvert var det en til som meldte seg via Facebook. Jeg sendte henne informasjonsskriv på e-post og hun sendte samtykke tilbake. Intervjuet ble gjennomført digitalt, og transkribert etter at intervjuet var gjennomført. Under intervjuet kom det frem at hun ikke hadde utsatt andre for mobbing ut ifra definisjonen på mobbing. Da dette var et av inklusjonskriteriene, og problemstillingen omhandler vekslere, ble denne informanten tatt ut av prosjektet.

Det er ikke noe fasitsvar på hvor mange informanter som trengs for å gjennomføre en kvalitativ studie, det må vurderes ut ifra hvor godt utvalget er egnet til å utforske problemstillingen (Thagaard, 2018, s. 59). «Intervju så mange personer som det trengs for å finne ut det du trenger å vite» (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 148). Alle informantene jeg intervjuet hadde tanker om hvorfor de hadde utsatt andre for mobbing, og jeg opplevde å få svar på problemstillingen gjennom intervjuene. Thagaard (2018, s. 59) trekker også frem at størrelsen på utvalget må vurderes i forhold til et metningspunkt. Det vil si at vi har nådd et punkt der flere personer ikke synes å gi ytterligere forståelse av fenomenet som studeres, og utvalget er stort nok til å gi en forståelse av det vi studerer. Det hadde vært ønskelig med 1-2 informanter til, men samtidig ga færre informanter mulighet for å gjennomføre mer dyptgående intervjuer og analyser.

### **3.2.2 Intervjuguide**

Å utarbeide en intervjuguide er en vanlig måte å planlegge et forskningsintervju på. En intervjuguide består av spørsmål som ofte er sortert tematisk (Gleiss & Sæther, 2021, s. 82). Jeg utarbeidet en intervjuguide (vedlegg 1) på forhånd, på bakgrunn av teori og empiri. Intervjuguiden ble laget for å sikre at problemstillingen ble belyst og for å sikre muligheten til

å sammenligne erfaringer fra informantene innenfor de samme temaene. Som nevnt var dette et semistrukturert intervju og det var dermed mulig å gjøre endringer underveis i intervjuet. Først ble det bestemt hvilke temaer som skulle inngå i intervjuguiden, deretter lagde jeg spørsmål til hvert tema. Spørsmålene er rettet mot at intervjupersonene presenterer erfaringer på de sentrale temaene i prosjektet (Thagaard, 2018, s. 95).

Hovedtemaene i intervjuguiden var mobbing, årsaker, konsekvenser og oppfølging. Under hvert tema ble det skrevet ned noen hovedspørsmål, men også forslag til oppfølgingsspørsmål. Det kan være store forskjeller på hvor åpent intervjupersonene uttrykker seg, men gjennom å stille oppfølgingsspørsmål sikrer man at den nødvendige informasjonen kommer med (Thagaard, 2018, s. 95). Intervjuguiden ble brukt ulikt i intervjuene. Dersom informantene kom inn på temaer som egentlig kom senere kunne det være nyttig å flytte noen av spørsmålene, i tillegg kunne noen av oppfølgingsspørsmålene bli utelatt hvis de ikke ble ansett som relevante. Nye spørsmål som dukket opp i løpet av intervjuene var heller ikke de samme i alle intervjuene. Ulempen med det er at man ikke kan sammenligne alt informantene sier, men dette er en del av det semistrukturerte intervjuet. Samtidig vil alle temaene i intervjuguiden være representert i intervjuene og det vil være mulig å sammenligne erfaringene til de ulike informantene innen alle temaene.

### **3.2.3 Prøveintervju**

Kvale og Brinkmann (2015, s. 88) påpeker at forskningsintervju læres ved å praktisere intervjuer. Gleiss og Sæther (2021, s. 96) trekker også frem at det å gjennomføre gode intervjuer er en treningssak og ikke en medfødt egenskap. Kort tid før det første intervjuet gjennomførte jeg derfor et prøveintervju med en venn. I og med at det første intervjuet skulle gjennomføres digitalt på zoom ble prøveintervjuet også gjennomført digitalt. Jeg fikk da testet at det tekniske fungerte, både det digitale møtet og lydopptak. Alle spørsmålene ble også gjennomgått. Dermed fikk jeg en pekepinn på om spørsmålene var forståelige. Noen få justeringer ble gjort på formuleringene.

### **3.2.4 Gjennomføring av intervju**

Å intervju vil ofte være den mest engasjerende fasen og den personlige kontakten og kontinuerlig ny innsikt i informantens livsverden gjør det spennende og berikende å intervju (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 156). «Betydningen av å etablere en god tillitsfull atmosfære i

intervjusituasjonen kan ikke overvurderes» (Thagaard, 2018, s. 105). Derfor startet jeg alle intervjuene med å bli litt kjent med informantene før jeg satte på lydopptak. Ved å lytte oppmerksomt og vise interesse, forståelse og respekt for det informantene sier vil det skapes god kontakt (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 160). Thagaard (2018, s. 100) påpeker også at det kan være lurt å starte med nøytrale emner som intervjupersonen synes det er greit å snakke om, før man gradvis kommer inn på mer sårbare emner. Selve intervjuet startet med hva informantene definerer som mobbing, noe som var viktig for å få avklart begrepet mobbing og for å sikre at vi snakket om det samme videre i intervjuet. Deretter gikk vi inn på deres mobbehistorie og årsaker til at de har utsatt ande for mobbing. Videre ble informantene spurt om konsekvenser mobbingen har gitt for dem og oppfølging de fikk eller eventuelt hadde hatt behov for etter at mobbingen var stoppet.

Før gjennomføringen av intervjuene starter bør man også være klar over maktforholdet mellom forsker og informant. Det vil være en skjevhet i maktforholdet ved at det er forskeren som stiller spørsmål og også skal fortolke den informasjonen som informanten gir (Gleiss & Sæther, 2021, s. 92). Ved semistrukturert intervju kan informantene i større grad styre samtalen. I tillegg er det informantene som sitter med informasjonen om egne erfaringer og tanker og har dermed makt til å velge og dele denne informasjonen eller ikke (Gleiss & Sæther, 2021, s. 92). Det å skape tillitt og en god relasjon mellom forsker og informant kan gjøre at informantene velger å dele nyttig informasjon og dermed gi tilgang til rikt datamaterialet (Gleiss & Sæther, 2021, s. 93). Samtidig må det også bevares en viss profesjonell relasjon for å kunne vise respekt for informantenes privatliv slik at informanten ikke deler informasjon som han eller hun vil angre på senere. Vi må hele tiden vurdere hvor personlige og nærgående spørsmål vi kan stille (Gleiss & Sæther, 2021, s. 93-94; Thagaard, 2018, s. 113).

Som sagt ble det første intervjuet gjennomført digitalt, dette på grunn av avstand. Jeg opprettet et møte i Zoom og sendte link til møte til informanten. De tre siste intervjuene ble gjennomført fysisk, og sted ble valgt etter hva som passet best for informantene. Jeg hadde med samtykkeskjema (vedlegg 3) som de kunne signere og alle informantene hadde lest informasjonsskrivet på forhånd og var dermed klar over hva de samtykket til. Lydopptak ble benyttet for å sikre at jeg ikke gikk glipp av noe informasjon, dette var informantene klar over på forhånd. Lydopptak er den foretrukne måten å samle inn data på, fordi det gir mest fyldig

informasjon om dialogen mellom forsker og informant. Alt som sies i intervjuene blir også da bevart (Thagaard, 2018, s. 111-112).

For å ta opp lyd brukte jeg diktafon-appen til nettskjema, når lydopptaket avsluttes blir det sendt til et nettskjema der det lagres. Lydopptaket ble altså ikke lagret på telefonen, men via nettet overført til det nettskjema som jeg på forhånd hadde opprettet. Nettskjema er også registrert som databehandler for mitt prosjekt i NSD (Norsk senter for forskningsdata). Dette informerte jeg informantene om før vi startet intervjuet. Det er anbefalt å bruke to opptaksenheter, i tilfelle det skulle skje noe feil i opplastningen til skjemaet. Som en back-up brukte jeg en vanlig diktafon, men så lenge lydopptakene ble sendt til skjemaet, ble de slettet fra diktafonen og dermed ikke lagret her. Jeg valgte å ikke ta notater i løpet av intervjuet, da dette ville vært forstyrrende og redusere kontakten med informanten. Fordelen med lydopptak er at vi kan konsentrere oss om intervjupersonens reaksjoner i løpet av intervjuet (Thagaard, 2018, s. 112). Intervjuene varierte noe i lengde, de varte fra 30 til 50 minutter.

### **3.3 Bearbeiding av data**

#### **3.3.1 Transkribering**

Transkribering er den prosedyren som skal til for å gjøre intervjusamtalene tilgjengelig for analyse, det vil si å gjøre muntlige intervjusamtaler til skriftlig tekst (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 204). Transkriberingen ble gjennomført så rask som mulig etter at intervjuene var gjennomført. I nettskjema kan du lytte til lydopptakene, men det er vanskelig å transkribere fra et lydopptak her. Dette er fordi det er vanskelig å spole frem og tilbake og hastigheten på lydopptaket ikke kan stilles ned. Det er mulig å laste ned lydopptaket fra nettskjema, men for å unngå det brukte jeg den vanlige diktafonen da jeg skulle transkribere. Siden intervjuene ikke ble gjennomført på samme dag hadde jeg mulighet til å transkribere ferdig et intervju før jeg gjennomførte neste. Thagaard (2018, s. 113) påpeker også at det er hensiktsmessig å lytte til hvert intervju før vi starter det neste. Vi kan lære mye av å lytte til intervjuene, både av måten vi stiller spørsmålene på og hvordan vi bidrar til å skape flyt i intervjuet. Lydopptaket ble slettet fra diktafonen da transkriberingen var ferdig. Lydopptakene er dermed kun lagret i nettskjema.

Siden det ble tatt lydopptak av intervjuene sikret jeg at alt kom med i transkripsjonen og alt ble transkribert nøyaktig slik som informantene hadde sagt det. Ved å transkribere

intervjusamtalene, blir de strukturert og det gir et godt grunnlag for videre analyse (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 206). Intervjuene ble transkribert fra eventuell dialekt til bokmål, dette for å holde informantenes dialekt skjult fra transkripsjonen og bevare anonymiteten. I tillegg er det en fordel at sitater som blir brukt i resultatdelen er på bokmål, fordi intervjusitater på dialekt kan være vanskeligere å forstå (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 308). Eventuelle navn eller stedsnavn som dukket opp i intervjuene ble også tatt ut av transkripsjonen og markert med en strek.

### **3.3.2 Analyse og tolkning av data**

Analyse og tolkning starter allerede når man er ute i feltet. Analyse handler om å finne ut hva intervjuet forteller, mens tolkning søker mening i det vi har fått vite (Dalland, 2020, s. 94). Når man intervjuer vurderer man hvordan det informantene gir uttrykk for i løpet av samtalen kan forstås (Thagaard, 2018, s. 151). Da intervjuene med informantene ble gjennomført, hadde jeg hele tiden problemstillingen og studiens hensikt i bakhodet. Det vil si at jeg hele tiden prøvde å koble det informantene sa til problemstillingen. Allerede da begynte jeg å sortere hva som var relevant og hva som ikke var like viktig. Det ble stilt oppfølgings spørsmål til det som ble ansett som viktig for problemstillingen. Ved å stille oppfølgings spørsmål til det informantene sa kunne jeg også ta med meg den forståelsen jeg satt med i intervjuet inn i transkripsjonene. Analyse og tolkning er en kontinuerlig prosess som pågår gjennom hele forskningsprosjektet (Thagaard, 2018, s. 151).

Når jeg videre gjør rede for analyseprosessen, handler det om fremgangsmåten for å organisere og systematisere data ut ifra transkripsjonene. Det finnes ulike analytiske tilnærminger når et datamateriale skal analyseres. Jeg har brukt en kombinasjon av kontekstanalyse og temaanalyse. Kontekstanalyse handler om å analysere fenomener i den sammenhengen de er en del av og utvikle en helhetlig forståelse av de fenomenene vi studerer (Thagaard, 2018, s. 151). Tolkingsprosessen i en kontekstanalyse preges både av inntrykk fra data, og teoretiske perspektiver. De fenomenene som studeres vurderes i en større sammenheng, på bakgrunn av tidligere teori (Thagaard, 2018, s. 160). Temaanalyse går ut på å utforske temaer ved å sammenligne data om det samme temaet for alle deltakerne i prosjektet. Her handler det om å sammenligne på tvers av dataene (Thagaard, 2018, s. 152). Ved å kombinere disse oppnår man både forståelse av konteksten som definerer dataens meningsinnhold og man får en oversikt over variasjon i dataene (Thagaard, 2018, s. 177).



«Verbet analyse kommer av å dele noe opp i mindre deler» (Gleiss & Sæther, 2021, s. 170). Koding kan dermed være nyttig i analysereprosessen. Koding av data betyr at man deler opp teksten og betegner utsnitt av teksten med kodeord, noe som gir grunnlag for å foreta sammenligninger mellom enhetene i studien. Koder defineres som betegnelser som representerer meningsinnholdet i teksten (Thagaard, 2018, s. 153). Jeg har brukt analyseverktøyet Nvivo for å kode og kategorisere dataene. Ved å bruke dette analyseverktøyet kan man også spare mye tid og arbeid, som kan brukes på refleksjon og utvikling av perspektiver på mønstrene i dataene (Thagaard, 2018, s. 178).

Hovedkategoriene ble utviklet på bakgrunn av det teoretiske grunnlaget for oppgaven. Hovedstrukturen i analysen har dermed samme inndeling som intervjuguiden. Kategoriene mobbing, årsaker, konsekvenser og oppfølging ble valgt på bakgrunn av teorien. Når kategoriene er etablert på forhånd ut ifra teori bruker man en deduktiv analysemetode (Gleiss & Sæther, 2021, s. 171). Videre delte jeg hovedkategoriene inn i underkategorier. Dette er kategorier som hentes fra datamaterialet og som ble opprettet underveis da jeg lyttet på intervjuene og leste transkripsjonene. Dette kalles induktiv analysemetode (Gleiss & Sæther, 2021, s. 171). Jeg har dermed valgt å kombinere induktiv og deduktiv metodene, og dette kalles gjerne abduktiv analysemetode (Gleiss & Sæther, 2021, s. 171). Da kategoriene var etablert ble utsagn fra intervjuene kodet til de forskjellige kategoriene. Det vil si at alle utdrag, fra forskjellige deler av datamaterialet som har samme kode, samles på ett sted (Gleiss & Sæther, 2021, s. 174). Det er da mulig å gå inn i en kategori og se hva de ulike informantene har svart innenfor den kategorien. Her er en skjematisk oversikt over hovedkategorier og underkategorier:

<b>Forståelsen av mobbing</b>	<b>Vekslere</b>	<b>Årsaker</b>	<b>Konsekvenser</b>	<b>Oppfølging</b>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tilhørighet og aksept</li> <li>• Usikkerhet og frykt for å bli utsatt for mobbing</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Konsekvenser for den psykiske helsen</li> <li>• Langtidsvirkninger av mobbingen</li> <li>• Positive konsekvenser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stoppe mobbingen</li> <li>• Samtaler</li> </ul>

### **3.4 Studiens validitet og reliabilitet**

#### **3.4.1 Reliabilitet**

Reliabilitet handler om forskningsresultatenes konsistens og troverdighet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 276). Det handler også om at forskningen er utført på en pålitelig og tillitsvekkende måte. I utgangspunktet stilles spørsmålet om en annen forsker som anvender de samme metodene vil kommet frem til de samme resultatene (Thagaard, 2018, s. 187). Det har å gjøre med om informantene ville endret sine svar i et intervju med en annen forsker og om resultatene kan reproduseres på andre tidspunkt av andre forskere (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 276). Ved å ta lydopptak og transkribere intervjuene sikrer man at grunnlaget for utviklingen av data er mindre avhengige av forskerens oppfatning. I tillegg vil det å gjøre forskningsprosessen gjennomsiktig og beskrive prosessen trinn for trinn styrke reliabiliteten (Thagaard, 2018, s. 188).

#### **3.4.2 Tilfeldige målefeil**

Kleven og Hjordemaal (2018, s. 99) påpeker at god reliabilitet betyr at data i liten grad er påvirket av tilfeldige målefeil. Dette handler blant annet om hvor avhengig resultatene er av tilfeldige dag-til-dag-svingninger, og om informantene ville gitt et annet svar dersom de ble intervjuet en annen dag (Kleven & Hjordemaal, 2018, s. 101). I denne studien har jeg intervjuet voksne mennesker om erfaringer de har fra skolen. Det kan derfor tenkes at dette er noe informantene har reflektert over og vil ha samme mening om uavhengig av tidspunkt for intervjuet. Hvis intervjuet hadde blitt utført i den tiden hvor de faktisk var involvert i mobbing, ville svarene kanskje vært mer avhengige av dag-til-dag-svingninger. Vi kan likevel ikke være sikre på om dag-til-dag-svingninger kan ha påvirket resultatene, men meningsinnholdet ville sannsynligvis blitt det samme.

Ved å foreta en «member check» vil reliabiliteten styrkes i forhold til stabilitetsaspektet. Da dataene var analysert sendte jeg resultatkapittelet til informantene på e-post, slik at de kunne gi respons. Informantene fikk da en uke på å gi tilbakemelding på om de kjente seg igjen og om det var noe de ønsket å tilføye. Det er mulig at resultatene her også ville blitt ulike fra dag til dag, men det vil uansett styrke reliabiliteten ved at deltakerne får kommet med sine innvendinger på et senere tidspunkt. Miles et al. (2019, s. 303) skriver også at deltakerne av prosjektet er en av de mest logiske kildene for å få bekreftelse. Gjennom «member check»

kan deltakerne selv evaluere hovedfunnene i studien. Det er flere grunner til å foreta en «member check». For det første kan man få mer informasjon fordi deltakerne får mulighet til å legge til noe de føler mangler. For det andre kan det føre til en bedre forståelse av det man allerede har funnet ut, og det kan føre til mer støttende bevis. «Member check» er altså en anledning til å lære mer (Miles et al., 2019, s. 303). Ingen av informantene hadde noe de ønsket å tilføye etter at de hadde lest resultatkapittelet. Tre av fire svarte på e-posten og skrev at de kjente seg i igjen i det som var trukket frem som hovedfunnene.

Resultatene kan også avhenge av hvilke konkrete spørsmål som stilles, og muligheten for å misforstå et spørsmål kommer også inn her (Kleven & Hjordemaal, 2018, s. 101). Fordelen med et semistrukturert intervju er at man har mulighet til å stille oppfølgingsspørsmål og oppklare ting som er uklart. Det er også mulig å stille et spørsmål på ulike måter. Samtidig er dette spørsmål som kan komme spontant og dermed ikke være tilgjengelig dersom en annen forsker skulle gjennomført samme intervju.

### **3.4.3 Forforståelse**

Et annet aspekt som kommer inn under reliabilitet er i hvilken grad resultatene er avhengig av hvem som tolker svarene (Kleven & Hjordemaal, 2018, s. 101). Det er mulig at jeg som har lest meg opp på teori om dette temaet vil tolke svarene annerledes enn en som ikke vet like mye om fenomenet. Forforståelsen kan også ha preget selve intervjuingen. Det er umulig å møte et fenomen uten å ha gjort seg opp noen tanker om dette på forhånd, men man skal være bevisst på sin egen forforståelse. Dette er viktig for å unngå å bare se det som kan bekrefte vår egen forforståelse (Dalland, 2020, s. 60). Da jeg i forkant av intervjuene har lest meg opp på teori, vil jeg ta med meg min egen oppfatning av årsaker til hvorfor noen som selv blir utsatt for mobbing også utsetter andre for mobbing inn i intervjuene. Dette kan ha ført til at jeg har lagt ekstra vekt på disse årsakene dersom de dukket opp. Det å ha kjennskap til miljøet kan både være en styrke og en begrensning. Vi kan forstå deltakernes situasjon på grunnlag av våre egne erfaringer og erfaringene kan bekrefte den forståelsen vi utvikler. Samtidig kan man overse nyanser som ikke er i samsvar med egne erfaringer (Thagaard, 2018, s. 109).

### **3.4.4 Validitet**

Validitet blir ofte definert som en uttalelses sannhet, riktighet og styrke. Det handler om hvorvidt en metode er egnet til å undersøke det den skal undersøke (Kvale & Brinkmann,

2015, s. 276). Validitet er også knyttet til resultatene av forskningen og hvordan vi tolker dataene. Det handler om gyldighet av tolkningene. Det å beskrive det teoretiske ståstedet som representerer grunnlaget for våre tolkninger kan styrke validiteten. Vi kan også styrke validiteten ved å gå kritisk gjennom analyseprosessen (Thagaard, 2018, s. 189). Forskeren må ha et kritisk syn på sine fortolkninger (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 279). Ved å utføre «member check» styrkes validiteten. «Member check» er å systematisk be om tilbakemeldinger på data og konklusjoner fra informantene. Dette er en måte å sikre at man ikke har feiltolket informantenes perspektiver og det de har sagt i intervjuet (Maxwell, 2013, s. 126).

### **3.4.5 Mulige feilkilder**

Validiteten sjekkes ved å undersøke feilkildene (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 279). Trusler mot validiteten handler om spesielle hendelser eller prosesser som kan lede til ugyldige resultater. En trussel mot validiteten er forskerens egen oppfatning, og her kan det trekkes frem to viktige trusler. Den første er om valg av data passer forskerens eksisterende teori, mål eller oppfatning og om valg av data skiller seg ut for forskeren. Her handler det om hvordan forskerens verdier og forventinger kan ha påvirket resultatene. Den andre trusselen er forskerens innflytelse på individene som blir studert (Maxwell, 2013, s. 124). For å unngå at forskerens innflytelse påvirker svarene for mye er det viktig å etablere en god og tillitsfull atmosfære i intervjusituasjonen (Thagaard, 2018, s. 105). Likevel kan, som nevnt, intervjuet påvirkes av maktforholdet mellom forsker og informant (Gleiss & Sæther, 2021, s. 92).

En feilkilde som vi i prinsippet må regne med kan ha påvirket resultatene i større eller mindre grad er muligheten for at informantene kan ha gitt et for positivt bilde av seg selv. Når en person forteller om seg selv vil det alltid innebære en mulighet for at dette kan skje, og det kan hende at informantene forteller like mye om hvordan de ville vært som om hvordan de er (Kleven & Hjordemaal, 2018, s. 107). At dette er tilfelle kan man ikke vite med sikkerhet, men man må være klar over at dette alltid er en mulighet. Det å ha utsatt andre for mobbing kan være knyttet til skam og skyld, noe som gjør at informantene kan ha fremstilt mobbingen de har utsatt andre for som mildere enn det den egentlig var. Det er også en mulighet for at konsekvensene av mobbingen kan ha blitt fremstilt mildere enn det de var, fordi det kan være et sårt tema å snakke om.

En annen ting som kan være relevant å trekke frem er at det viser seg at personer med høyere utdanning ofte er mer villige til å delta i kvalitative studier enn personer med mindre utdanning (Thagaard, 2018, s. 57). Dette kan se ut til å stemme også i min studie, da alle informantene enten er i jobb eller holder på med høyere utdanning. Tre av fire informanter tar eller har tatt høyere utdanning. Dette vil også føre til en skjevhet i studien, ved at de som ikke har jobb eller utdanning ikke er representert. Hvis vi ser på tidligere forskning, kan det å ikke fullføre utdanning eller få seg jobb være en konsekvens av å ha vært involvert i mobbing. Da kan vi stille oss spørsmål om hvem det er som melder sin interesse via Facebook. Det viser seg at de som er villige til å delta i studier ofte føler at de mestrer sin livssituasjon bra. Dette er et problem ved tilfeldighetsutvalg (Thagaard, 2018, s. 57). Med mer tid hadde det kanskje vært mulig å finne flere informanter slik at også de med så alvorlige konsekvenser at de ikke har mulighet til å stå i jobb eller utdanning ble representert.

### **3.4.6 Generalisering**

Vi kan ikke uten videre gå ut fra at forskningsresultatene har gyldighet for andre enn de som har deltatt i studien. Man må stille seg spørsmålet om utvalget er representativt for den populasjonen man ønsker å si noe om (Kleven & Hjordemaal, 2018, s. 134). I denne studien er populasjonen vekslerne, men i og med at det ikke er et sannsynlighetsutvalg kan vi ikke overføre resultatene til populasjonene. Et sannsynlighetsutvalg vil si at alle medlemmene i populasjonen har en kjent sannsynlighet for å bli med i utvalget og det blir foretatt et tilfeldig utvalg ved for eksempel loddtrekning (Kleven & Hjordemaal, 2018, s. 136). Resultatene i denne studien er dermed ikke statistisk generaliserbare. Kvale og Brinkmann (2015, s. 279) trekker frem ulike former for generalisering, og de trekker blant annet frem leserbasert analytisk generalisering. Det vil si at den som leser vurderer om resultatene kan generaliseres til en ny situasjon, på bakgrunn av detaljerte kontekstuelle beskrivelser av intervjuundersøkelsen.

### **3.5 Etiske overveielser**

«Forskningsetikk består av et sett grunnleggende normer som er utviklet over tid og forankret i det internasjonale forskerfellesskapet» (NESH, 2021, s. 6). Intervjustudier innebærer nær kontakt mellom forskeren og de personene forskeren studerer. Da er det noen etiske forhåndsregler man må ta (Thagaard, 2018, s. 21). Det er forskeren som har ansvar for de som deltar i studien. «Forskere skal respektere deres menneskeverd og ta hensyn til deres

personlige integritet, sikkerhet og velferd» (NESH, 2021, s. 17). For det første må studier som involverer informanter og forutsetter behandling av personopplysninger meldes inn til NSD (Norsk senter for forskningsdata). NSD vurderer om prosjektet er i henhold til gjeldende forskningsetiske regler (Thagaard, 2018, s. 22). Jeg meldte mitt prosjekt inn til NSD og fikk det godkjent før jeg opprettet kontakt med mulige informanter (vedlegg 4). Videre er det spesielt tre etiske regler man må forholde seg til når studien innebærer informanter. Det er informert samtykke, konfidensialitet og konsekvenser ved å delta.

### **3.5.1 Informert samtykke**

«Forskere skal som hovedregel innhente et forskningsetisk samtykke til deltakelse i forskning. Det forskningsetiske samtykket skal være frivillig, informert og utvetydig, og det bør være dokumenterbart» (NESH, 2021, s. 17). For å sikre informert samtykke fikk alle informantene tilsendt et informasjonsskriv (vedlegg 2) som inneholdt informasjon om oppgaven og hva det vil si for informantene å delta i prosjektet. Informert samtykke er utgangspunktet for ethvert forskningsprosjekt (Thagaard, 2018, s. 22). Det vil si at deltakerne får tilstrekkelig informasjon om prosjektet for å gi dem et grunnlag for å vurdere om de ønsker å delta i prosjektet og gi sitt samtykke. Deltakerne skal også få informasjon om hva deltakelse i prosjektet innebærer (Thagaard, 2018, s. 23). Dette skal sikre at deltakerne deltar frivillig og det skal også informeres om deres rett til å trekke seg når som helst i prosessen (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 104). Dette er basert på respekt for individets rett til å råde over eget liv, og deltakerne skal ha kontroll på personopplysninger som deles med andre (Thagaard, 2018, s. 23). De tre informantene jeg møtte fysisk for intervju signerte samtykkeerklæringen (vedlegg 3) før vi startet intervjuet. Informanten som jeg intervjuet digitalt, ga sitt samtykke via e-post.

Det vil ikke være mulig å gi fullstendig informasjon om hva deltakelse i prosjektet vil innebære fordi vi på forhånd ikke kan vite hvilke innsikter dataene vil gi og hvilke resultater vi kommer frem til. Deltakerne kan heller ikke vite hvordan forskeren vil analysere og tolke dataene, man kan derfor ikke slå seg til ro med at deltakerne har gitt sitt samtykke i startfasen av prosjektet (Thagaard, 2018, s. 24). Ved å utføre en «Member check» vil det gi deltakerne innsikt i resultatene før de blir publisert (Maxwell, 2013, s. 126).

### **3.5.2 Konfidensialitet**

«Forskere skal behandle innsamlet informasjon konfidensielt hvis det er avtalt» (NESH, 2021, s. 21). Deltakernes identitet skal forbli skjult, og private data som kan identifisere deltakerne skal ikke avsløres (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 106). Deltakerne skal altså anonymiseres i presentasjonene av resultatene og opplysninger om identifiserbare enkeltpersoner skal lagres på en forsvarlig måte. Dette innebærer blant annet at vi benytter pseudonymer eller kodenummer når vi transkriberer intervjuene (Thagaard, 2018, s. 24). I noen av intervjuene ble navn eller stedsnavn nevnt, disse ble tatt ut av transkripsjonene. Intervjuene ble også transkribert på bokmål, noe som sikrer at dialekten blir holdt skjult. Konfidensialitet stiller også krav til forsvarlig lagring av data. «Forskningsdata og annet forskningsmateriale skal lagres og deles forsvarlig» (NESH, 2021, s. 23). For å sikre sikker lagring av lydfilene brukte jeg nettskjema som er utviklet av Universitetet i Oslo. Nettskjema kan håndtere sensitive personopplysninger og dataene skal ikke lagres der i mer enn 6 måneder (Universitetet i Stavanger, 2021).

### **3.5.3 Konsekvenser ved å delta**

Et annet grunnprinsipp for en etisk forsvarlig forskningspraksis er knyttet til de konsekvensene forskningen kan ha for deltakerne (Thagaard, 2018, s. 26). «Forskere har ansvar for å unngå at forskningsdeltakere blir utsatt for skade og urimelig belastning som følge av forskningen» (NESH, 2021, s. 24). Det vil si at man må vurdere hvilke konsekvenser deltakelse i prosjektet kan ha for deltakerne. For å beskytte deltakernes integritet må man unngå at forskningen medfører negative konsekvenser (Thagaard, 2018, s. 26). Å snakke om erfaringer med mobbing kan være psykisk belastende. En fordel her er at deltakerne selv har valgt og ta kontakt og delta i prosjektet, det vil si at de mest sannsynlig er komfortable med å snakke om dette. Informantene har også på forhånd fått informasjon om hva de vil få spørsmål om, og er til dels forberedt på hva som kommer. Det å ha utsatt andre for mobbing kan være knyttet til skyld og skam, her var det viktig at jeg som forsker viser forståelse og ikke dømmer. Man må også være klar over den åpenheten og intimiteten som preger mye av kvalitativ forskning, fordi dette kan få deltakerne til å gi informasjon som de kan angre på senere (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 107).

## 4 Resultater

I dette kapittelet vil jeg presentere studiens resultater, det vil si funn fra de fire kvalitative intervjuene. Studiens hensikt er å forstå årsaker til at noen som selv har blitt utsatt for mobbing også har mobbet andre, og hvordan disse elevene bør følges opp etter at mobbingen har stoppet for å hindre negative konsekvenser i ettertid. Funnene fra intervjuene vil sammen med oppgavens teoretiske tilnærming danne grunnlaget for drøfting av problemstillingen: *hva er årsakene til at noen som blir utsatt for mobbing også mobber andre? Hvordan følge opp disse elevene etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser?*

Presentasjonen av resultatene vil bli delt inn i hovedkategorier og underkategorier, og inndelingen av disse ser slik ut:

Forståelsen av mobbing	Vekslere	Årsaker	Konsekvenser	Oppfølging
		<ul style="list-style-type: none"><li>• Tilhørighet og aksept</li><li>• Usikkerhet og frykt for å bli utsatt for mobbing</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Konsekvenser for den psykiske helsen</li><li>• Langtidsvirkninger av mobbingen</li><li>• Positive konsekvenser</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stoppe mobbingen</li><li>• Samtaler</li></ul>

De fem hovedkategoriene er forståelsen av mobbing, vekslere, årsaker, konsekvenser og oppfølging. Dette er kategorier som omtales i intervjuguiden og som dermed er relevante for å belyse problemstillingen. Første kategori vil ta for seg informantenes forståelse av begrepet mobbing. Andre kategori vil ta for seg informantenes beskrivelse av egen mobbehistorie og hva de så på som sammenhengen mellom at de selv ble utsatt for mobbing og at de utsatte andre for mobbing. Denne kategorien vil videre bli kalt vekslere. Kategoriene årsaker, konsekvenser og oppfølging vil deles inn i underkategorier for å systematisere funnene ytterligere. Dette er kategorier som kommer frem i intervjuene, og funnene her baser seg på informantens hovedtendenser. Kategorien «årsaker» deles inn i underkategoriene «tilhørighet og aksept» og «usikkerhet og frykt for å bli utsatt for mobbing». Kategorien «konsekvenser» deles inn underkategoriene «konsekvenser for den psykiske helsen», «langtidsvirkninger av mobbingen» og «positive konsekvenser». Kategorien «oppfølging» deles inn i underkategoriene «stoppe mobbingen» og «samtaler».



Funnene vil bli presentert gjennom gjenfortellinger og et utvalg sitater fra intervjuene. I sitatene kan ord eller ufullstendige setninger bli fjernet for å oppnå større lesbarhet. Sitatene vil være i kursiv og markeres med anførselstegn. Informantene har fått tildelt bokstavene A, B, C og D for å sikre anonymitet. Samtidig kan det være nyttig å skille mellom informantenes utsagn, slik at man kan koble årsakene til den enkeltes historie.

#### **4.1 Forståelse av mobbing**

Den første kategorien omhandler informantenes forståelse av fenomenet mobbing. Jeg spurte informantene om hvordan de ville definert begrepet mobbing, både fordi jeg ønsket å finne ut hva de så på som mobbing og at vi snakket om det samme videre i intervjuet. En av informantene trekker frem at mobbing er negative handlinger som er ment for å trykke andre ned og at det er noe som skjer over tid.

*«Handlinger eller ord eller ting som er negativt som skjer over lang tid. Som er ment for å trykke ned andre, å få de til å føle seg dårlig» Informant D*

Informant C påpeker også at mobbing er noe som oppfattes vondt av den som mottar.

*«Handlinger eller ord som enten er ondsinnet ment eller gjentakende, og som blir oppfattet vondt av den som mottar» Informant C*

Informant A trekker også frem at mobbing er noe som må være gjentakende, og at en enkelt hendelse ikke kan betraktes som mobbing.

*«Noe som skjer over lengre tid, noe som ikke bare gjentar seg sånn en gang. Hvis det er den samme som hele tiden skal rakke ned på en person da så er jo det mobbing» Informant A*

Informant B påpeker tydelig maktaspektet, noe som de andre også underforstått nevner.

*«Det er jo maktforskjell» Informant B*

## 4.2 Veksler

I denne delen vil jeg starte med å presentere en kort beskrivelse av det informantene sa i forhold til sin egen mobbehistorie. Her vil jeg også presentere det de så på som sammenhengen mellom at de ble utsatt for mobbing selv og at de utsatte andre for mobbing. Alle informantene hadde en formening om at det var en sammenheng mellom at de selv hadde blitt utsatt for mobbing og at de utsatte andre for mobbing.

Informant A opplevde mobbing i form av verbale kommentarer fra andre i klassen. Hun hadde tilhørighet i en gjeng og hun påpeker at de som gjeng ble sett ned på av andre. Mobbingen hun utsatte andre for var også i form av kommentarer, men da innad i gjengen hun var en del av. Det var hennes nærmeste venner det gikk utover. Hun forklarer sammenhengen mellom at hun ble utsatt for mobbing og at hun utsatte andre for mobbing slik:

*«Når jeg selv ble rasket ned på, tenkte jeg sånn åja kanskje jeg også kan gjøre det så jeg føler meg litt bedre» Informant A*

Informant B ble utsatt for mer indirekte former for mobbing. Hun forklarer mobbingen som typisk «jentemobbing» med utestengelse, blikk og «bitching». Her var det ei jente i gjengen som tydelig hadde makt og styrte dynamikken i gruppen. Da informant B gikk imot henne eller var uenig i hennes meninger, ble hun utestengt av gruppen. Informant B var også til tider med på å utestenge ei av de andre jentene i gjengen. Hun beskriver sammenhengen slik:

*«Sammenhengen er jo hun er «dronningen» egentlig. (...) måten hun styrte, og måten hun også klarte å styre meg noen ganger» Informant B*

Informant C opplevde å bli mobbet av de som var eldre enn henne, og hun ble mye utestengt. Mobbingen hun selv utøvde gikk særlig utover ei jente som var noen år yngre enn henne. Hun beskriver at ved å bli utsatt for mobbing fikk hun et behov for å heve seg selv. Hvis hun opplevde å ha mer kunnskap enn andre på et område benyttet hun anledningen til å heve seg selv, men da ved å trykke andre ned. Hun gikk på en liten skole hvor to trinn delte klasserom, noe som var uheldig for hennes del. Hun forklarer sammenhengen slik:

*«Jeg hadde nok et litt ubevisst behov for å hevde meg selv, på grunn av de tingene som jeg opplevde» Informant C*

Informant D opplevde å bli utsatt for mobbing av en gjeng på barneskolen, i form av kommentarer, særlig på utseende. Etter hvert begynte hun å utsette andre for mobbing fordi hun hadde et ønske om å få tilhørighet i denne gjengen. Ved å utsette andre for mobbing prøvde hun å ta fokuset vekk fra henne selv og over på noen andre. Etter hvert ble hun en del av den gjengen som hadde utsatt henne for mobbing, noe som også gjorde at mobbingen av henne etter hvert avtok. Hun forklarer sammenhengen slik:

*«Jeg har kjent på hvordan det er å bli mobbet, derfor velger jeg heller å mobbe andre enn å bli mobbet og fortsette og liksom bli terpet på dårlig selvtillit og selvbilde»* Informant D

Det er altså et skille mellom de fire informantene. To av informantene ble eller var en del av de som utsatte dem selv for mobbing og ble med på å mobbe andre. Vi ser at informant D valgte å utsette andre for mobbing for å bli en del av gjengen og for å slippe å bli mobbet selv. Informant B var allerede en del av en jentegjeng, hvor det var ei jente som hadde makten og styrte dynamikken i gruppen. Noen ganger ble hun styrt til å være med på mobbingen og andre ganger ble hun selv utestengt og utsatt for mobbing. De to andre informantene tok avstand fra de som utsatte dem selv for mobbing, men hadde likevel et behov for å utsette andre for mobbing. Informant A ble utsatt for mobbing av en gjeng i klassen som hun ikke hadde tilhørighet til. Hun forklarer at hun da rakk ned på andre for å føle seg bedre. Informant C ble mobbet av de som var eldre enn henne, for å hevde seg selv utsatte hun de som var yngre enn henne for mobbing.

### **4.3 Årsaker**

Informantene ble spurt om hva de tenker er årsaken til at de utsatte andre for mobbing. Her nevner informantene helt tydelig to kategorier. For det første er det tilhørighet til en gruppe og et behov for å bli akseptert. For det andre er det en frykt for å selv bli utsatt for mobbing og usikkerhet. Videre har jeg derfor delt årsakene inn i to underkategorier: «tilhørighet og aksept» og «usikkerhet og frykt for å bli utsatt for mobbing».

### 4.3.1 Tilhørighet og aksept

Tilhørighetsaspektet kommer veldig tydelig frem hos informant D. Hun sa at ved å bli med å utsette andre for mobbing opplevde hun å få tilhørighet i den gruppen som tidligere hadde utsatt henne for mobbing.

*«Da var jeg plutselig en del av den gjengen som hadde mobbet meg. (...) så da var jeg jo sjeleglad, det var jo det beste som kunne skje meg, for nå var det ikke meg det handlet om lenger»* Informant D

Hun sier også at tilhørighet til en sterk gruppe var en av årsakene til at hun ønsket å bli del av denne gjengen og dermed ble med å utsette andre for mobbing.

*«Det var liksom tilhørighet til en sterk gruppe som hadde den makten»* Informant D

Det å opprettholde denne tilhørigheten ble en viktig drivkraft i det å utsette andre for mobbing.

*«Jeg ga jo blanke fader i hu stakkaren som fikk kommentarer, for da følte jeg meg selv veldig god. (...) så ble det kanskje litt tettere bånd med den gjengen, for da synes de jeg var morsom liksom og da brukte de kanskje litt mer tid med meg»* Informant D

Informant D er den som tydelig setter ord på maktaspektet.

*«Så husker alle de andre jentene var jo ganske redde for meg, for det første var jeg i en guttegjeng og for det andre så var jeg fysisk mye større og kanskje litt sterke enn de andre, det elsket jeg jo. Jeg elsket at folk var redde for meg, endelig var jeg på den andre siden av glasset»* Informant D

Samtlige informanter trekker også frem et behov for å bli akseptert og likt, og bli sett på som en av de populære eller kule.

*«Også tror jeg at når du er ungdom, så vil du jo bli likt. Så det var jo litt det ønske om å være populær selv og kanskje som gikk igjen. Det var mye det som gikk igjen også, i samtaler, hvem som var med hvem og hvem som var populær og sånne ting»* Informant B

«Også var jeg veldig opptatt av å være en av de kule da» Informant D

«Jeg hadde nok kanskje et behov for å vise at jeg var noe jeg også, også tråkket en andre ned på veien på en måte» Informant C

«... når du så at de som var stygge med meg ble akseptert, så prøvde en på en måte det videre igjen da» Informant C.

#### **4.3.2 Usikkerhet og frykt for å bli utsatt for mobbing**

To av informantene påpekte også at det var et valg mellom å bli utsatt for mobbing eller å mobbe andre. Informant D påpeker at hun valgte å bli en del av den gjengen som hadde utsatt henne for mobbing for å verne om seg selv og slippe å bli utsatt for mobbing.

«Jeg valgte å joine de rett og slett, for å verne meg selv, på bekostning av disse her andre stakkarene som jeg mobbet» Informant D

«Det var enten så spiser du eller så blir du spist. Og det var aldri aktuelt for meg å bli spist» Informant D

«Få andre til å svi sånn at jeg slipper å svi egentlig» Informant D

Noe som kommer tydelig frem hos informant D var at frykten for å selv bli utsatt for mobbing igjen, var en stor drivkraft i det å utsette andre for mobbing.

«Logisk sett så hadde de nok ikke mobbet meg selv om jeg hadde sluttet å mobbe de andre, men likevel så lå den frykten der for at det skulle skje igjen. Jeg tenkte at hvis jeg hadde sluttet å mobbe disse her jentene så hadde vi ikke hatt noe å gjøre. (...) og hele tiden på en måte opprettholde at det skjer noe hele veien, det måtte alltid være et offer, for hvis det ikke var det så var jeg litt redd for at det ble meg igjen» Informant D

Informant B påpeker også at det var enten å bli mobbet eller å mobbe andre.

*«For det var liksom enten bli mobbet eller mobbe på en måte. Enten så blir du utestengt eller så stenger du ute noen andre»* Informant B

To av informantene trekker også frem usikkerhet som en av grunnene til at de utsatte andre for mobbing.

*«Det var liksom det som var egentlig hovedgrunnen, at jeg var usikker selv»* Informant D

*«Jeg ble usikker på meg selv, så derfor måtte jeg på en måte rakke ned på andre da, eller krenke andre»* Informant A

Informant B påpeker også et behov for å hevde seg selv på grunn av at det å bli utsatt for mobbing ga henne følelsen av å ikke være verdt noen ting.

*«Det var nok etter at en liksom hadde fått følelsen av at en ikke var verdt noen ting over en stund da, hvor en fikk et behov for å hevde seg selv litt for å liksom vise at en var noe da»*

Informant C

#### **4.4 Konsekvenser**

Informantene ble spurt om hvilke konsekvenser mobbingen har fått for dem, både i den perioden da de var involvert i mobbing og i ettertid. Denne kategorien er delt opp i underkategoriene «konsekvenser for den psykiske helsen», «langtidsvirkningen av mobbingen» og «positive konsekvenser». Informantene fikk også spørsmål om det fikk noen konsekvenser for det faglige. Ingen av informantene påpekte at det hadde gått utover det faglige på en negativ måte, derfor er ikke dette blitt tatt med som en kategori.

##### **4.4.1 Konsekvenser for den psykiske helsen**

En konsekvens mobbingen fikk for den psykiske helsen til informantene da de selv ble utsatt for mobbing var at de ble usikre på seg selv og fikk dårligere selvbilde og selvtillit. Dette er noe alle informantene trekker frem.

*«Det var kommentarer og sånn (...) som gjorde at jeg ble usikker da»* Informant A

«Jeg tror jeg var veldig stressa. Ble veldig usikker på meg selv» Informant B

«Og mitt eget selvbilde og at jeg var mindre verdt da, fordi jeg liksom ikke ble akseptert og tatt med i gjengen» Informant B

«Det viser jo også hvor skrudd selvbildet blir, selv om en hadde folk å gå sammen med, så følte en liksom etter hvert at de gjorde det nesten av sympati eller fordi de ikke hadde noen andre å gå sammen med» Informant C

«Jeg fikk en ganske stor knekk i selvtillit og selvbilde, og troa på meg selv og verdien min egentlig. Jeg var liksom ikke verdt noe når jeg var mobbeoffer. Så var det jo selvfølgelig den her usikkerheten på at jeg ikke er god nok. (...) husker i en tidlig alder at jeg begynte å google neseoperasjon og ja, det preget meg ganske mye. (...) var veldig veldig opptatt av utseende, ekstremt opptatt av utseende» Informant D

Informant C følte aldri at hun hadde noen ordentlige venner og trekker frem ensomhet som en negativ konsekvens.

«Gikk gjennom barneskole, ungdomsskole og videregående uten å føle at jeg hadde noen venner egentlig i det hele tatt. Så det var mye ensomhet opp igjennom» Informant C

For informant C ble det så ille at hun tenkte på å avslutte livet. Dette var da hun gikk på videregående skole, og hun hadde opplevd mobbing helt siden barneskolen. I tillegg hadde hun flyttet på hybel og var mye alene.

«Det toppet seg da den sommeren mellom første og andre klasse på videregående, det holdt på å bli den siste sommeren rett og slett. Da var jeg så langt nede at da tenkte jeg at dette er ikke verdt det» Informant C

Informant B opplevde en uforutsigbar skolehverdag ved at hun noen ganger ble akseptert i gjengen og andre ganger ble hun utestengt. Noen ganger ble hun også med på å utestenge andre. Hun opplevde dette som belastende og trekker frem stress som en negativ konsekvens for den psykiske helsen.

*«Fordi noen perioder var det greit, andre perioder var det jo bli mobbet eller mobbe. Men jeg husker det egentlig som veldig stress og veldig belastende egentlig. Og mye av tiende var bare sånn at jeg gledet meg til å komme vekk fra hele greiene» Informant B*

Informant D trekker også frem at det å utsette andre for mobbing for å hele tiden opprettholde tilhørighet var belastende.

*«Det var slitsomt. Det var slitsomt å hele tiden gå å planlegge og ha noe på lur og planlegge en kommentar eller finne på noe nytt å si, som er stygt, til disse folka her som kan få de andre til å le. Så det var jævla slitsomt, det var mye planlegging og arbeid bak det. Og hele tiden den her usikkerheten som gnager i bakhodet, om at de kommentarene jeg sier må være bra. (...) og hele tiden jobbe med den tilhørigheten» Informant D*

To av informantene trekker også frem at det å ha utsatt andre for mobbing førte til en psykisk belastning i form av dårlig samvittighet.

*«(...) også dette her med den dårlige samvittigheten» Informant B*

*«Og ikke minst den dårlige samvittigheten jeg fikk på slutten (...) fikk jo sinnsykt dårlig samvittighet når jeg kom hjem og hadde tenkt over dagen og folk jeg hadde plaget og kommentarer jeg hadde sagt og reaksjonene deres» Informant D*

#### **4.4.2 Langtidsvirkninger av mobbingen**

Informantene fikk spørsmål om mobbingen har ført til noen ettervirkninger i ettertid av mobbingen.

Informant A kan fortsatt kjenne på en dårlig samvittighet for at hun utsatte andre for mobbing. Hun har også blitt mer bevisst på hva hun sier til folk og er redd for at ting hun sier skal bli tolket feil. Hun påpeker at hun utsatte andre for mobbing uten å helt skjønne det selv, hun sier at det ikke gikk opp for henne før en av vennene hennes sa at hun måtte slutte ellers ville hun ikke være venn med henne lengre.



*«Jeg var jo litt redd for at hvis jeg sa noe at den personen kanskje tok det feil. Jeg prøvde å passe på hva jeg sa. (...) da passet jeg på hvordan jeg formulerte meg slik at det ikke skulle høres ut som jeg skulle kritisere eller krenke personen da» Informant A*

*«Kanskje litt dårlig samvittighet da. Jeg er jo fortsatt redd for å på en måte si ifra om ting» Informant A*

Informant D trekker frem at hun ikke har noe særlig ettervirkninger av mobbingen i dag, fordi hun selv har bearbeidet alt som hadde skjedd.

*«For jeg har liksom vært veldig bevisst på det som skjedde, og har jo gått mange runder med meg selv. Og litt sånn som vi sitter og snakker om nå, tenkt årsak-virkning, hvorfor gjorde jeg det jeg gjorde, hvorfor gjorde andre det» Informant D*

Likevel påpeker hun også at hun i dag er mer preget av at hun utsatte andre for mobbing enn at hun ble utsatt for mobbing.

*«Jeg er ikke preget av at jeg ble mobbet for eksempel, jeg er kanskje mer preget av at jeg mobbet» Informant D*

Hos informant B kom ettervirkningene da hun begynte på videregående skole, da hadde hun lenge opplevd en psykisk belastning i form av stress. Hun ble deprimert og fikk behandling for dette.

*«Det kom på videregående. (..) da kom disse her ettervirkningene. Jeg ble deprimert, så jeg fikk behandling for det. Nå vet jeg ikke, men jeg fikk tinnitus og det kan komme av stress» Informant B*

For informant C tok det lang tid før hun skjønnte at hun hadde venner som faktisk ønsket å være venn med henne.

*«Jeg var vel 34 før jeg oppfattet selv at jeg hadde venner som ville være sammen med meg fordi at de liker den jeg er. (..) det viser jo også hvor skrudd selvbildet blir» Informant C*

Informant C trekker også frem at hun har fått hjelp av en psykolog i senere tid.

*«Men så lenge det pågikk så lenge som det gjorde, og en kom liksom inn i den vonde sirkelen hele veien, så er det klart at det har hjulpet med psykolog i senere tid» Informant C*

#### **4.4.3 Positive konsekvenser**

Et overraskende funn var at samtlige av informantene trekker frem positive ettervirkninger av mobbingen. Dette ble det ikke spurt om i intervjuene, men likevel var det flere av informantene som trakk frem dette og det er derfor tatt med som en egen kategori.

Informant A påpeker at erfaringene hennes har gitt henne et annet perspektiv på ting. Hun trekker også frem at det hun har opplevd har gjort at hun ønsker å jobbe med barn.

*«Jeg har fått et annet perspektiv på ting, (...) i positiv retning» Informant A*

*«Det har hvert fall gjort at jeg har lyst til å jobbe med barn. (...) det at jeg kan fange opp mobbing tidlig (...). Så det tror jeg har gjort noe med meg, at jeg brenner veldig for det da, barn og unge» Informant A*

Informant C og D trekker også frem at de bruker erfaringene sine på en positiv måte nå i ettertid, i form av at de har utviklet en sterk rettferdighetssans.

*«Altså jeg har jo klart for min egen del å snu veldig mye av det negative heller mot positivt. Med at jeg har blitt mye tøffere, både til å stå opp for den jeg faktisk er og hva jeg egentlig mener, ikke hva jeg vil at andre skal tro at jeg mener. Og jeg kan ikke fordra hvis jeg ser at det er noe som er urettferdig, kan gjerne kjempe de svake sin sak og ta de i forsvar. De som jeg i utgangspunktet tidligere ville ha hevet meg på og tråkket ned da, så går jeg heller på de sin side og prøver å forsvare de» Informant C*

*«Konsekvensene er sånn sett nå ikke negative. (...). Sinnsykt opptatt av rettferdighet nå i voksen alder, at liksom alle skal bli tatt vel imot. Du skal møte alle, om det så er forbipasserende, med et smil og være høflig og respekt og sånn. Det er jeg veldig opptatt av. Inkludere folk, og hvis jeg ser at noen blir mobbet så er jeg ganske flink til å gripe inn, for jeg vet litt hva det kan gjøre av skade» Informant D*

#### 4.5 Oppfølging

Ingen av informantene opplevde at mobbingen ble stoppet eller å få noe oppfølging fra skolen. Informantene fikk spørsmålet om noen av lærerne visste hva som foregikk. De fleste påpekte at lærerne visste hva som foregikk, hvert fall noe av det, men at de ikke gjorde noe for å stoppe det eller at det de gjorde ikke fungerte.

Informant A var den eneste som sa at lærerne og de voksne rundt henne ikke visste hva som skjedde, og hun trekker frem at de heller ikke sa ifra om mobbingen til noen voksne.

*«Nei, men det kan være det hadde blitt stoppet hvis vi hadde sagt ifra på en måte. Men da måtte vi jo sagt i fra»* Informant A

Informant A var også del av en gjeng, der hele gjengen opplevde å få kommentarer fra andre medelever. Dette trekker hun frem da jeg spør hvorfor de ikke sa ifra til noen voksne på skolen.

*«Så tenker jeg at vi var jo en hel gjeng, så vi var på en måte sammen om det. Kanskje vi ikke orka så mye styr»* Informant A

Informant B påpeker at lærerne visste, men at de ikke gjorde noe med det.

*«Lærerne visste de og, men de gjorde jo ingenting med det»* Informant B

Etter hvert prøvde de å sette inn noen tiltak som ikke fungerte.

*«Men det de gjorde da var at de tok oss inn to og to, og da er det jo ingen som tør å si noe, hvordan det er. Så det de gjorde det var jo, i hermetegn, feil. Og det var egentlig bare den samtalen en gang, eller så var det ingenting»* Informant B

Hos informant C visste også lærerne om mobbingen i starten. Foreldrene hennes prøvde å ta det opp med skolen, men de opplevde å ikke bli tatt på alvor og skolen gjorde ikke noe med det.

*«Det var jo mange møter og jeg tror det var ganske mange møter som jeg ikke vet om også, med skolen, men det ble bare stuet i en skuff og ikke tatt noe tak i, i det hele tatt» Informant C*

Dette gjorde at hun sluttet å si ifra om mobbingen både hjemme og på skolen.

*«Etter barneskolen så har det ikke vært, fra min side eller, noe forsøk på å prøve å få noe hjelp, fordi at jeg følte at jeg hadde prøvd og det nyttet ikke» Informant C*

Informant D trekker frem at skolen visste litt, men veldig lite. Skolen prøvde å ha noen meklersamtaler av og til, men dette gjorde ikke at mobbingen ble stoppet.

*«Noe av det, men ikke i detalj, det var liksom når en eller annen sladret eller de som ble mobbet gikk å sa ifra. Vi ble tatt inn og så var det liksom fiks det her og nå, også ferdig med saken. De visste, men de visste ikke helt sånn inngående hva det gikk i» Informant D*

#### **4.5.1 Stoppe mobbingen**

Siden ingen av informanente hadde noen erfaringer med oppfølging etter mobbing fra skolen sin side, fikk de spørsmål om hva de tror de hadde trengt av oppfølging dersom mobbingen hadde blitt stoppet. Informant C påpeker at dersom mobbingen bare hadde blitt stoppet hadde ikke behovet for oppfølging vært like stort.

*«Jeg tror at hvis det hadde blitt stoppet i løpet av barneskolen, så tror jeg veldig mye hadde vært gjort bare der. At ikke en nødvendigvis hadde hatt behov for så mye oppfølging, annet enn, en hadde jo et behov for å bli sett» Informant C*

Informant B påpeker også at lærerne burde bli mer bevisste på den typiske «jentemobbingen» slik at de kan se tegnene og gripe inn.

*«Også at lærere blir kompetente. At de blir mer bevisste på det, og spesielt den jentemobbingen. At de kan legge merke til disse små tegnene og selv om det ikke hadde vært noe at de bare spør og at de går inn og liksom hva er det som skjer nå egentlig. Hvis det blir ledd, eller hvasket, eller utestengt» Informant B*

#### 4.5.2 Samtaler

De fleste trekker frem ulike former for samtaler som en del av oppfølgingen de hadde hatt behov for. Samtaler med både de som ble utsatt for mobbing og med de som utsatte andre for mobbing ble trukket frem.

Informant A trekker frem at samtaler med de som mobbet hadde vært viktig.

*«Kanskje bare noen som snakket med de guttene da for eksempel. For da hadde det kanskje vært lettere for oss å si ifra igjen neste gang det skjedde»* Informant A

Hun trekker også frem at korte individuelle samtaler i ettertid hadde vært nyttig, men at hun ikke hadde trengt noe særlig mer enn det.

*«Kanskje bare sånne korte samtaler om hvordan det går, har det skjedd noe, vært noen spesielle episoder. Sånn type oppfølging, men jeg tror ikke jeg hadde trengt tettere oppfølging enn det»* Informant A

*«Enten kontaktlæreren min da eller så hadde du jo sånn miljøarbeider eller sosiallærer. En av de kanskje. Eller helsesøster»* Informant A

Jeg spurte også hva slags oppfølging hun kunne trengt fordi hun utsatte andre for mobbing.

*«Kanskje bare litt samtaler rundt det, bare sånn hva var egentlig bakgrunnen for dette liksom. Sånn en eller to samtaler, men sikkert ikke så mye mer enn det»* Informant A

Informant B påpeker også viktigheten av å snakke om mobbing i klassen og skape en bevissthet rundt det.

*«Jeg tror generelt gjerne sånn bevissthet om mobbing i klassen, og snakke om det. For det ble aldri snakket om, og alle kjenner jo til at vi skal ta sånn trivselsundersøkelse på skolen og det ble aldri fulgt opp. Nei, så tror det liksom bare den bevisstheten om det.»* Informant B

Hun trekker også frem at individuell oppfølging i form av samtaler hadde vært fint, men at det da burde gjøres med alle involverte.

*«Ja, det hadde jo vært fint. Men at de da liksom tar en sånn oppfølging med alle elever»*

Informant B

Informant D påpeker at hun har hatt behov for å bearbeide det selv uten hjelp fra andre, men at oppfølging i form av samtaler kan være viktig for noen.

*«Tror folk fungerer litt forskjellig rett og slett, jeg tror noen har godt av å for eksempel sitte og snakke om det med noen, det tror jeg absolutt at de har, og grave og luft ut. Det tror jeg absolutt kan vært sunt for noen. Mens andre, og kanskje meg inkludert, må jobbe med det selv, det hjelper ikke med noe ekstern oppfølging av lærere eller noe sånt noe, det må være en sånn indre motivasjon, det må komme fra meg selv»* Informant D

## 5 Diskusjon

Formålet med denne studien er å gi innsikt i årsakene til at noen utsetter andre for mobbing når de har blitt utsatt for mobbing selv. I tillegg ønsker jeg å belyse hvordan man bør følge opp vekslere etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser for den psykiske helsen. I dette kapittelet vil jeg kritisk drøfte funnene fra intervjuene og dette vil, sammen med det teoretiske perspektivet, belyse problemstillingen: *Hva er årsakene til at noen som blir utsatt for mobbing også mobber andre (vekslere)? Hvordan følge opp disse elevene etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser?*

Diskusjonskapittelet vil struktureres på samme måte som resultatkapittelet, med hovedkategorier og underkategorier (se tabell under). Dette er for å skape en oversiktlig struktur for leseren. Diskusjonskapittelet vil dermed innledningsvis ta for seg informantenes forståelse av mobbing, samt kategorien «vekslere». Videre vil årsakene til at informantene utsatte andre for mobbing drøftes og deretter konsekvensene mobbingen fikk for informantene. Avslutningsvis vil det drøftes hvilken oppfølging informantene trekker frem som nyttige for å minimere de negative konsekvensene. Til slutt i kapittelet vil behovet for fremtidig forskning trekkes frem.

<b>Forståelsen av mobbing</b>	<b>Vekslere</b>	<b>Årsaker</b>	<b>Konsekvenser</b>	<b>Oppfølging</b>
		<ul style="list-style-type: none"><li>• Tilhørighet og aksept</li><li>• Usikkerhet og frykt for å bli utsatt for mobbing</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Konsekvenser for den psykiske helsen</li><li>• Langtidsvirkninger av mobbingen</li><li>• Positive konsekvenser</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stoppe mobbingen</li><li>• Samtaler</li></ul>

### 5.1 Forståelse av mobbing

Alle informantene har en forståelse for mobbing som sammenfaller med de etablerte mobbedefinisjonen. Alle informantene beskriver mobbing som negative handlinger som har til hensikt å skade. De påpeker også at det er noe som skjer over tid og at det er et skjevt styrkeforhold mellom den som blir utsatt og de som utøver mobbingen (Olweus & Roland,

1983, s. 3; Roland, 2014, s. 25). Her er et eksempel på hvordan en av informantene definerte mobbing:

*«Handlinger eller ord eller ting som er negativt, som skjer over lang tid. Som er ment for å trykke ned andre, å få de til å føle seg dårlig»*

Denne informanten har med alle aspektene som også inngår i den etablerte definisjonen. Selv om hun ikke nevner maktforskjell direkte, blir dette nevnt underforstått ved at hun sier at det er handlinger «som er ment for å trykke andre ned». En annen informant påpeker tydelig at mobbing er maktforskjell, noe som muligens henger sammen med den type mobbing hun ble utsatt for. Det er tydelig at det var maktforskjeller i gjengen hun var en del av som både førte til at hun ble utsatt for mobbing og ble med på å utsette andre for mobbing. Målet med denne kategorien var å finne ut hva de som selv har opplevd å være vekslere legger i begrepet mobbing. Dette var viktig for å få bekreftet at det de har blitt utsatt for og det de har utsatt andre for kan kategoriseres som mobbing, og at de dermed faller inn under betegnelsen vekslere. Et annet mål med denne kategorien var å sikre at forsker og informant hadde en felles forståelse av begrepet og at vi dermed snakket om det samme videre i intervjuet.

At informantenes forståelse av mobbing sammenfaller med de etablerte definisjonene, er interessant med tanke på de såkalte andre perspektivene på mobbing. Som nevnt i teorikapittelet tar Schott og Søndergaard (2014, s. 2) avstand fra denne definisjonen, og forklarer mobbing som sosiale prosesser og angsten for å bli ekskludert (Schott & Søndergaard, 2014, s. 21). De kritiserer at rollene til den som blir utsatt for mobbing og den som utøver mobbing er stabile over tid og at rollene er forbundet med individuelle egenskaper (Schott & Søndergaard, 2014, s. 28). De knytter dermed ikke mobbing til aggresjon slik det er vanlig å gjøre i det etablerte perspektivet, de peker heller ikke på at det må være et skjevt styrkeforhold mellom utøver og mobbeutsatt. Informantene beskriver sin forståelse av mobbing på bakgrunn av sine erfaringer. Det er dermed interessant at de i hovedsak har søkelys på å beskrive det slik det over år har blitt beskrevet i litteraturen. Likevel beskriver informantene senere i intervjuet mekanismer som sammenfaller med Schott og Søndergaard (2014, s. 55) sitt perspektiv på mobbing. Informantene beskriver sosiale prosesser som lengsel etter tilhørighet og sosial ekskluderingsangst da de forteller om årsaker til at de utsatte andre for mobbing. Derfor viser mine funn at den etablerte definisjonen (Roland, 2014, s. 25)



sammen med Schott og Søndergaard (2014) sitt perspektiv gir en forståelse for begrepet mobbing.

Samtidig kan det diskuteres om Schott og Søndergaard (2014) sitt perspektiv på mobbing faktisk sier noe annet i forhold til de etablerte perspektivene. Mobbing har lenge blitt knyttet til proaktiv aggresjon (Roland & Idsøe, 2001, s. 456). Det vil si at mobbing er et virkemiddel for å oppnå sosiale mål, som for eksempel tilhørighet, ved at en gruppe bygger opp en felles front mot den mobbeutsatte (Roland, 2014, s. 60). Samtidig kan det tenkes at et slikt mål ikke ville vært til stede uten en lengsel etter tilhørighet til et fellesskap og en frykt for å ikke høre til (Søndergaard & Hansen, 2018, s. 319). Som nevnt i teorikapittelet skriver også Heinemann (1973, s. 16) at uten et grunnleggende behov for å være sammen med andre, hadde ikke mobbing forekommet. Søndergaard (2012, s. 359) beskriver mekanismene bak mobbing som lengsel etter tilhørighet og angst for å bli ekskludert. Når angsten for å bli ekskludert blir for stor kan dette føre til sosial panikk og mobbing (Søndergaard, 2012, s. 363).

Informantene beskriver både et ønske om tilhørighet og en frykt for å bli utsatt for mobbing selv som årsaker til at de utsatte andre for mobbing. De ønsket å oppnå en sosial gevinst, samtidig som de ønsket å lindre frykten for å selv bli utsatt. Det kan tenkes at når frykten for å bli ekskludert og behovet for tilhørighet blir for stort kan det føre til at mennesker blir i stand til å utføre aggressive handlinger. Roland (2014, s. 60) beskriver mobbing som et middel for å oppnå en sosial gevinst, mens Søndergaard (2012, s. 363) beskriver mobbing som et middel for å lindre en angst for å bli ekskludert. Det kan tenkes at dette er to sider av samme sak, fordi det ene utelukker ikke det andre, noe som støttes av mine funn. Alle mennesker har i større eller mindre grad proaktiv aggresjon i seg, og det er en naturlig del av vårt normale atferdsrepertoar (Finne & Roland, 2021, s. 39). Samtidig skriver Finne og Roland (2021, s. 40) at aggresjon stort sett er unntakstilstand som er knyttet til konteksten som trigger aggresjonen. Det kan jo dermed tenkes at disse to perspektivene ikke motsier hverandre, men heller utfyller hverandre.

## **5.2 Vekslere**

Alle informantene beskriver at de både har blitt utsatt for mobbing og utsatt andre for mobbing. Vi sier at de da har inntatt en «dobbel posisjon» og betegnes dermed som vekslere (Solberg et al., 2007, s. 442). Som nevnt i teorikapittelet skiller Ettekal og Ladd (2020, s. 272) mellom to typer vekslere. De som engasjerer seg i reaktive og emosjonelle dysregulerte

former for aggresjon og de som er sterkt motivert av sosiale mål og engasjerer seg i relasjonell aggresjon. Slik jeg tolker det hører informantene i denne studien til i den siste gruppen. For slik vi allerede har sett beskriver informantene blant annet behovet for tilhørighet som en av årsakene til at de utsatte andre for mobbing, altså er de motivert av sosiale mål. Dette blir også forklart nærmere under «årsaker».

### **5.3 Årsaker**

Som beskrevet i resultatkapittelet er det særlig to kategorier som peker seg ut som årsaker til at informantene utsatte andre for mobbing når de hadde blitt utsatt for mobbing selv. De to kategoriene er «tilhørighet og aksept» og «usikkerhet og frykt for å bli utsatt for mobbing». Jeg skal nå drøfte disse to kategoriene ytterligere.

#### **5.3.1 Tilhørighet og aksept**

Et interessant funn er at det ikke ser ut som om informantene knytter egen mobbing til aggresjon. Selv om aggresjon ofte blir sett på som en mekanisme bak mobbing, er ikke dette noe som informantene trekker frem direkte. Som nevnt i teorikapittelet kan vekslere ofte ha et problem med reaktiv aggresjon. Når man opplever å ikke bli akseptert eller man blir utsatt for nedverdiggende handlinger kan det utløse sinne og frustrasjon, noe som igjen kan føre til at man reagerer med å utsette andre for negative handlinger (Roland, 2014, s. 57). Ingen av informantene påpeker sinne som en av årsakene til at de utsatte andre for mobbing, ut ifra deres beskrivelser kan man derfor tenke seg at disse ikke var reaktiv aggressive. Hvorvidt frustrasjon var til stedet hos informantene er vanskelig å vite, men det kan tenkes at de opplevde frustrasjon over det de ble utsatt for. Likevel påpeker Roland (2014, s. 169) at vekslere ikke nødvendigvis viser aggresjon, men at de er sosialt svake og ensomme. Dermed kan det tenkes at vekslerne i denne studien er i gruppen som er sterkt motivert av sosiale mål og engasjerer seg i relasjonell aggresjon (Ettekal & Ladd, 2020, s. 272).

Behovet for tilhørighet og aksept, som informantene beskriver som årsaker til at de utsatte andre for mobbing, kan likevel, ut ifra definisjonen, knyttes til proaktiv aggresjon, fordi tilhørighet er en av drivkreftene bak proaktiv aggresjon (Roland & Idsøe, 2001, s. 448). Det kan tenkes at dette behovet er ekstra sterkt hos informantene fordi at de selv har blitt utsatt for mobbing og dermed opplevd å ikke bli akseptert. Mobbingen de utsatte andre for ble en metode for å oppnå tilhørighet og aksept. Som nevnt i teorikapittelet er proaktiv aggresjon

knyttet til mobbing ved at personene som er proaktiv aggressive selv tar initiativet til den aggressive handlingen for å oppnå en belønning, eller et sosialt mål (Finne & Roland, 2021, s. 44; Vitaro & Brendgen, 2005, s. 179). Belønningen ved å utsette andre for mobbing, blir i informantens tilfelle å få tilhørighet og aksept fra andre medelever. Samtlige av informantene trekker også frem behovet for å bli likt, være populær eller være en av de kule. Dette kan også ses på som sosiale mål de ønsker å oppnå, den proaktive aggresjonen blir dermed styrt av disse målene, og mobbingen blir et virkemiddel for å oppnå det (Finne & Roland, 2021, s. 44-45).

Det er særlig to aspekter ved proaktiv aggresjon som skiller seg ut når det gjelder tendens til å utsette andre for mobbing, maktfølelse hos utøveren og tilhørighet (Roland & Idsøe, 2001, s. 448). Informantene i denne studien ser ut til å være sterkere drevet av tilhørighetsaspektet enn maktaspektet ved å utsette andre for mobbing. Det kan tenkes at dette er typisk for vekslere fordi de gjennom å bli utsatt for mobbing kan oppleve å miste tilhørigheten til et fellesskap. Den som blir utsatt for mobbing blir ofte stemplet som avvikende og dette blir ofte en kollektiv oppfatning (Thornberg & Delby, 2019, s. 153). Risikoen blir dermed stor for å miste venner, og de som ikke direkte er involvert tar ofte parti med den som mobber fordi de selv er redde for å bli utsatt (Thornberg & Delby, 2019, s. 149). Den mobbeutsatte kan dermed velge å bli med på mobbing av andre i et forsøk på å manifestere tilhørighet og deltakelse i gruppen (Søndergaard, 2017, s. 52).

Samtidig beskriver informantene årsaken mer som en lengsel etter tilhørighet, i stedet for et sosialt mål de gjennom aggressive handlinger ønsket å oppnå. Det er nettopp denne lengselen etter tilhørighet Søndergaard og Hansen (2018, s. 319) beskriver som mekanismene bak mobbing. Det er helt tydelig at informantenes tilhørighet ble satt i fare da de ble utsatt for mobbing, noe som kan føre til sosial ekskluderingsangst (Schott & Søndergaard, 2014, s. 55). Når sosial forankring settes i fare, og deres håp og lengsel om å være del av et fellesskap er truet kan den sosiale eksklusjonsangsten bli forsterket og føre til mobbing (Søndergaard, 2012, s. 359). Likevel kan det de utsetter andre for anses som aggressive handlinger ut fra definisjonen på aggresjon (Berkowitz, 1993, s. 3).

Selv om aggresjon tidligere har blitt sett på som noe ganske stabilt over tid (Salmivalli, 2010, s. 113), påpeker Finne og Roland (2021, s. 63) at aggresjon stort sett er en unntakstilstand og er sterkt knyttet til konteksten som trigger aggresjonen. Det er dermed mulig at den proaktive

agresjonen også henger sammen med at de selv har blitt utsatt for mobbing. Som nevnt i teorikapittelet fant Ettekal & Ladd (2020, s. 287) at høyere nivåer av avvisning av jevnaldrende økte sannsynligheten for å utøve agresjon mot andre. Dersom man i utgangspunktet ikke er særlig godt integrert i klassemiljøet og har svake relasjoner, noe man ofte har dersom man bli utsatt for mobbing, kan det føre til at man velger ugunstige strategier for å høre til og bli akseptert av medelevene (Finne & Roland, 2021, s. 83). Her er et sitat fra en av informantene jeg ønsker å trekke frem som viser at tilhørighet til et fellesskap ble en viktig drivkraft i det å utsette andre for mobbing:

*«Jeg ga jo blanke fader i hu stakkaren som fikk kommentarer, for da følte jeg meg selv veldig god. (...) så ble det kanskje litt tettere bånd med den gjengen, for da synes de jeg var morsom liksom og da brukte de kanskje litt mer tid med meg»*

Mobbingen så også ut til å bli et middel for å opprettholde den posisjonen hun hadde fått i gruppen som tidligere hadde utsatt henne for mobbing (Thornberg & Delby, 2019, s. 148). Dette kan forklare hvorfor hun fortsatte å utsette andre for mobbing, selv da hun hadde fått innpass i den gjengen hun ønsket å bli en del av. Her er det også mulig at vi ser en form for moralsk frakobling. Som nevnt i teorikapittelet er det sosiale sanksjoner og internaliserte selvsanksjoner som regulerer oss fra å gjøre noe som viker fra vår moralske standard (Bandura, 1991, s. 276). Det vil si at man avstår fra å gjøre negative handlinger hvis det gir negative sosiale konsekvenser eller selvfordømmelse. I dette tilfellet kan man tenke seg at de positive sosiale konsekvensene var større enn de negative. Moralsk frakobling kan tillate negativ oppførsel ved at man for eksempel rettferdiggjør handlingen (Bandura 1991, s. 280). Her er det mulig at handlingen ble rettferdiggjort av gevinsten den ga. Det at informantene også selv har blitt utsatt for mobbing kan være med på å rettferdiggjøre handlingene. En av informantene påpeker at hun hadde en tanke om at det å utsette andre for mobbing var greit fordi hun selv hadde blitt utsatt for det, selv om denne informanten utsatte andre enn de som utsatte henne for mobbing.

### **5.3.2 Usikkerhet og frykt for å bli mobbet**

Noen av informantene trekker frem usikkerhet, og dermed også et behov for bekreftelse av andre medelever, som en årsak til at de utsatte andre for mobbing. Alle informantene beskriver at de ble utsatt for mobbing før de utsatte andre for mobbing, selv om det for noen også var vekslende. Det er dermed tydelig at denne usikkerheten kom av at de selv ble utsatt

for mobbing. Dette er kanskje ikke så rart i og med at de som blir utsatt for mobbing ofte blir tolket som annerledes, feil eller avvikende (Thornberg, 2015, s. 313). Informantene trekker også frem dårlig selvbilde og dårlig selvtilitt som konsekvenser av mobbingen. Som nevnt i teorikapittelet skriver Roland (2014, s. 79) at ved å gi en annen en negativ merkelapp, vil de tenke at de selv er bedre og søker gjerne bekreftelse på dette hos de andre i gruppen.

Det å utsette andre for mobbing ble kanskje en metode for å lindre følelsen av å ikke bli anerkjent og likt av sine medelever, men også for å oppnå det. Som nevnt i teorikapittelet blir mobbing assosiert med status, makt og popularitet (Thornberg, & Delby, 2019, s. 148). Dette er også noe samtlige av informantene påpeker. De så at de som utøver mobbing ble likt av andre medelever og fikk status som kul og populær. Selv om dette egentlig er et paradoks, fordi det viser seg at de som utsetter andre for mobbing ikke oppriktig blir likt og verdsatt av medelevene (Finne & Roland, 2021, s. 47; Thornberg & Delby, 2019, s. 150). Informantene beskriver mobbingen som en metode for å «selv føle seg bedre». Slik jeg tolker det kan dette igjen henge sammen med behovet de hadde for tilhørighet og aksept. Ved å få tilhørighet og aksept i en gruppe kan det føre til at de også føler seg bedre. Dette kan også muligens føre til mindre usikkerhet fordi det å bli godt likt er en sterk beskyttelsesfaktor for det å bli utsatt for mobbing (Roland, 2014, s. 53).

Sosial ekskluderingsangst, som Søndergaard (2012, s. 359) beskriver som en mekanisme bak mobbing, kommer tydeligst frem hos to av informantene. Disse informantene beskriver at det var et valg mellom å selv bli utsatt for mobbing eller å mobbe andre, og beskriver frykt for å selv bli utsatt som en av årsakene til at de utsatte andre for mobbing. Som nevnt er sosial ekskluderingsangst noe som oppstår når tilhørigheten til et felleskap er truet (Søndergaard, 2012, s. 359). Dette er noe som alltid vil være til stede i en gruppe, fordi det vil alltid være en risiko for å bli ekskludert (Søndergaard & Hansen, 2018, s. 327). For disse informantene var kanskje denne ekskluderingsangsten ekstra sterk fordi gruppen de hadde tilhørighet til var den samme som også hadde utsatt dem for mobbing. De var dermed svært klar over at det var en risiko for å befinne seg utenfor gruppen. Når ekskluderingsangsten blir for stor fører det til sosial panikk som igjen kan føre til mobbing (Søndergaard, 2012, s. 363). Det å utsette andre for mobbing, sammen med fellesskapet de hadde et sterkt ønske om å høre til kan, ifølge Søndergaard og Hansen (2018, s. 327), være en metode for å lindre angsten for å bli ekskludert. Det kan også styrke gruppens gjensidige anerkjennelse. Her er et sitat som viser hvordan frykten for å selv bli utsatt for mobbing ble en drivkraft i å utsette andre for mobbing.

*«Logisk sett så hadde de nok ikke mobbet meg selv om jeg hadde sluttet å mobbe de andre, men likevel så lå den frykten der for at det skulle skje igjen. Jeg tenkte at hvis jeg hadde sluttet å mobbe disse her jentene så hadde vi ikke hatt noe å gjøre. (...) og hele tiden på en måte opprettholde at det skjer noe hele veien, det måtte alltid være et offer, for hvis det ikke var det så var jeg litt redd for at det ble meg igjen»*

Denne informanten hadde fått innpass i gruppen som tidligere hadde utsatt henne for mobbing. Det kan dermed tenkes at mobbingen hun utsatte andre for ble en metode for å opprettholde den sosiale statusen hun hadde fått i gruppen, slik som Thornberg og Delby (2019, s. 148) forklarer. Ved å stemple noen andre som annerledes eller avvikende ble tilhørigheten i gruppen forsterket, og ved å skape et skille mellom «oss» og «de andre» opprettholdes en felles «normalitet» (Thornberg, 2015, s. 315). Roland (2014, s. 79) påpeker at dette styres av mangel på en grunnleggende trygghet og intern bekreftelse. Dette kan igjen kobles sammen med ekskluderingsangsten. Uten en angst for å bli ekskludert, kan det tenkes at gruppen heller ikke ville hatt et behov for å skape et felles oppmerksomhetsfokus som bekrefter deltakernes sosiale tilhørighet i gruppen (Thornberg, 2015, s. 315). Søndergaard (2017, s. 51) skriver også at man markerer sin egen tilgang til deltakelse i fellesskapet ved å frata andre respekt og verdighet. Ved å styrke fellesskapet og skape tilhørighet gjennom mobbing av andre vil dette også lindre den sosiale ekskluderingsangsten og dermed frykten for å selv bli utsatt for mobbing. Fra en posisjon som mobbeutsatt kan det være vanskelig å bli hørt, og det kan dermed bli en naturlig strategi å velge å le sammen med de som mobber for å øke sjansen for deltakelse i gruppen på et senere tidspunkt (Søndergaard, 2017, s. 52).

At denne informanten fikk innpass i gruppen som tidligere hadde utsatt henne for mobbing, og at mobbingen av henne da avtok, samsvarer ikke med det Thornberg (2015, s. 318) skriver om at barn ofte blir fanget i rollene sine. Thornberg (2015, s. 318) fant at de mobbeutsatte ofte blir tvunget til å være i rollen som ikke passer inn, uansett hvor mye de prøver å endre seg. Et viktig funn er dermed at ved å utsette andre for mobbing så kom denne informanten seg ut av rollen som mobbeutsatt. Det er jo nettopp dette Schott og Søndergaard (2014, s. 28) kritiserer med det tradisjonelle perspektivet på mobbing. At de som utøver mobbing og de som blir utsatt for mobbing blir tilegnet stabile egenskaper og at dette utfordrer at en person kan være vekslers. Samtidig påpeker Roland (2014, s. 63) at de som utøver mobbing skårer høyere på

aggressivitet enn de som blir utsatt, og de som blir utsatt skårer høyere på psykiske problemer enn de som utøver mobbing, mens vekslerne plasserer seg gjerne et sted midt imellom.

## **5.4 Konsekvenser**

I denne delen vil jeg drøfte funnene fra kategorien «konsekvenser». Oppgavens problemstilling tar for seg oppfølging etter mobbing for å hindre alvorlige konsekvenser. I den sammenheng er det viktig å se på hva slags konsekvenser mobbingen har gitt for informantene. Å vite noe om konsekvensene mobbingen gir for dem som er involvert kan gi et viktig grunnlag for å vite noe om hvilken oppfølging som bør gis. Derfor vil funnene fra denne kategorien også tas med videre i neste delkapittel om oppfølging. Jeg vil starte med å drøfte konsekvensene det fikk for den psykiske helsen til informantene, deretter vil jeg ta for meg langtidsvirkningene som beskrives. Et uventet funn er at informantene også beskriver at de bruker erfaringene sine på en positiv måte nå i ettertid. Derfor ble positive konsekvenser også tatt med som en kategori og dette vil drøftes til slutt. Videre er det andre del av problemstillingen som drøftes: *Hvordan følge opp disse elevene (vekslerne) etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser?*

### **5.4.1 Konsekvenser for den psykiske helsen**

Ut fra datamaterialet er det ikke tvil om at informantene opplevde negative konsekvenser som følge av mobbingen de ble utsatt for og utsatte andre for. De påpeker at det å bli utsatt for mobbing førte til at de ble usikre på seg selv og fikk dårligere selvbilde og selvtilit. Som nevnt i teorikapittelet er det flere studier som har konkludert med at det å bli utsatt for mobbing har en negativ sammenheng med selvtilit, og at mobbeutsatte ofte har lavere sosialt selvbilde (Hawker & Boulton, 2000, s. 451; Tsaousis, 2016, s. 194). Dette ble også trukket frem som en årsak til at de utsatte andre for mobbing.

Som nevnt tidligere kan det å bli utsatt for mobbing også føre til sosial isolasjon og skolevegring (Arseneault et al., 2010, s. 721; Havik et al., 2015, s. 229). Dette er ikke noe informantene trekker frem som en konsekvens av mobbingen. Det å isolere seg fra det sosiale og ikke møte opp på skolen kan være en mestringsstrategi for å unngå å bli utsatt for mobbing og kjenne på ubehaget det medfører. Det er mulig at dette ikke ble en konsekvens for informantene i min studie fordi de valgte andre mestringsstrategier for å dempe ubehaget mobbingen medførte, nemlig det å utsette andre for mobbing. Som vi har sett på tidligere

utsatte informantene andre for mobbing for å lette på sin egen usikkerhet og for å få aksept fra sine medelever. Det kan dermed tenkes at det å utsette andre for mobbing ga de en form for trygghet ved at de opplevde å ha kontroll over situasjonen.

Et svært viktig og alvorlig funn er at for en av informantene ble det så ille at hun tenkte på å avslutte livet sitt. Gjennom hele barneskolen og ungdomskolen ble hun utsatt for mobbing, samtidig som hun etter hvert også begynte å utsette andre for mobbing. Dette gjorde at hun hadde et behov for å flytte da hun skulle begynne på videregående skole, men mobbingen fortsatte. Samtidig påpeker hun at hun allerede var langt nede, mulig at hun også var deprimert, da hun startet på videregående skole. I tillegg var hun mye alene fordi hun hadde flyttet på hybel borte fra familien sin. Summen av alt dette gjorde at det toppet seg for henne, og hun hadde lagt en plan på hvordan hun skulle avslutte livet sitt. Dette er en svært alvorlig konsekvens, og som nevnt i teorikapittelet kan mobbing være en risikofaktor for selvmordstanker og selvmordsforsøk (Van Geel et al., 2014, s. 441). Dette gir også en indikasjon på at lengden på mobbingen har noe å si for hvor alvorlige konsekvensene blir. I mitt utvalg var dette tilfelle, den som var utsatt for mobbing lengst hadde de største konsekvensene. Heldigvis valgte denne informanten å ikke gjennomføre det hun hadde planlagt, hun bestemte seg for å stå i det og kjempe videre. Hun beskriver en kampvilje som plutselig dukket opp, noe som også gjorde at hun la en plan for hva hun ville videre i livet. Hun utdyper ikke noe mer om hva som gjorde at denne kampviljen dukket opp.

Som Van Geel et al. (2014, s. 436) påpeker er mobbing en av de vanligste årsakene til ungdomsdødelighet. Dette viser hvor stort samfunnsproblem mobbing er og hvor viktig det er å kontinuerlig jobbe med å holde mobbetallene lave gjennom forebygging og avdekking. Selv om mobbetallene de siste årene har vært noe synkende var det 5,8 prosent som oppga at de ble mobbet i 2020 (Wendelborg, 2021, s. 5). Gjennom funnene fra denne studien ser vi samtidig at mobbing er svært menneskelig. Mekanismene bak mobbing styres av helt grunnleggende behov hos oss mennesker, som blant annet behovet for tilhørighet og aksept, noe informantene trekker frem som årsaker til at de utsatte andre for mobbing. Uten det grunnleggende behovet for å være sammen med andre så ville kanskje ikke mobbing forekommet i det hele tatt (Heinemann, 1973, s. 16). Miljøer som er preget av utrygghet og uklarhet i hva som er rett og galt, kan være preget av negative handlinger og utestenging, fordi man blir usikker på de sosiale posisjonene og hva slags atferd som er akseptabel (Støen et al., 2018, s. 22). Det er dette Søndergaard (2012, s. 359) kaller sosial ekskluderingsangst.



Det vil si at mobbing i mindre grad vil forekomme i gode og trygge læringsmiljø, der alle opplever tilhørighet. Å bygge gode og trygge læringsmiljø vil derfor være en viktig del av både forebyggingen av mobbing og oppfølging etter mobbing.

Noen av informantene påpeker at det å utsette andre for mobbing førte til en ekstra belastning i form av at de fikk dårlig samvittighet. En av informantene beskriver blant annet at da hun kom hjem fra skolen og reflekterte over dagen kunne dette gi henne svært dårlig samvittighet, særlig når hun tenkte over reaksjonene til dem hun hadde utsatt for mobbing. Dette viser noe av kompleksiteten til vekslerne, og kan muligens forklare hvorfor vekslere kan ha de dårligste prognosene (Green & Price, 2017; Olweus, 1993 referert i Finne & Roland, 2021, s. 83). I tillegg til de konsekvensene det å bli utsatt for mobbing kan medføre, vil de også være preget av det de har utsatt andre for. En av informantene påpekte stress som en negativ konsekvens på grunn av en uforutsigbar hverdag. Noen ganger ble hun utestengt og utsatt for mobbing, mens andre ganger ble hun akseptert i fellesskapet forutsatt at hun ble med på å utsette andre for mobbing. Dette er et svært viktig funn som viser at det å være vekslere kan være ekstra belastende. Dette kan igjen kobles opp mot den sosiale eksklusjonsangsten, og den psykiske belastningen dette medfører. Som Schott og Søndergaard (2014, s. 55) påpeker kan det føre til en følelse av angst når posisjonene innenfor og utenfor gruppen ikke er stabile.

Et svært interessant funn er at en av informantene påpeker hvor krevende det var å hele tiden jobbe for tilhørighet i gruppen. Dette gjorde hun ved å utsette andre for mobbing, og her er et sitat som viser arbeidet hun la ned i det:

*«Det var slitsomt. Det var slitsomt å hele tiden gå å planlegge og ha noe på lur og planlegge en kommentar eller finne på noe nytt å si, som er stygt, til disse folka her som kan få de andre til å le. Så det var jævla slitsomt, det var mye planlegging og arbeid bak det. Og hele tiden den her usikkerheten som gnager i bakhodet, om at de kommentarene jeg sier må være bra. (...) og hele tiden jobbe med den tilhørigheten»*

Selv om hun hadde fått tilhørighet i gruppen og hun i ettertid har tenkt at det ikke var noe fare for å bli utsatt for mobbing, var likevel den frykten for å miste tilhørigheten så stor at hun fortsatte å utsette andre for mobbing. Dette viser hvor sterkt behovet for tilhørighet var, og ikke minst hvor stor belastning det å utsette andre for mobbing kan medføre. Samtidig er de positive konsekvensene større enn de negative, selv om hun opplevde dette som slitsomt ga

dette henne en følelse av tilhørighet til denne gruppen og det var dermed verdt alt arbeidet. Gevinsten det gir vil gi motivasjon for å fortsette virksomheten (Finne & Roland, 2021, s. 80). Finne og Roland (2021, s. 81) påpeker også at de som er populære kan mobbe andre med liten risiko for å bli konfrontert eller få sanksjoner, mens dette ikke nødvendigvis er tilfelle for de som selv er stigmatisert eller har lavere posisjon i hierarkiet. Dette viser at vekslere er i en mer utsatt posisjon enn de som kun utsetter andre for mobbing, og kanskje dermed også må jobbe ekstra for å ha tilhørighet i gruppen.

#### **5.4.2 Langtidsvirkninger av mobbingen**

Et overraskende funn er at informantene trekker frem at de ikke har vært like preget av mobbingen, de utsatte andre for og ble utsatt for selv, i senere tid. Som nevnt i teorikapittelet kan det å ha vært involvert i mobbing føre med seg svært mange alvorlige konsekvenser lenge etter at mobbingen er avsluttet, både for de utsatte, utøverne og vekslerne (Sigurdson et al., 2015, s. 11; Ttofi et al., 2011, s. 63). Blant annet fant Sigurdson et al. (2014, s. 1614) i sin studie at vekslerne hadde nesten tre ganger så høy risiko for å rapportere om dårlig helse generelt, sammenlignet med de som ikke hadde vært involvert i mobbing. De fant også at risikoen for lavt utdanningsnivå var tredoblet for vekslere sammenlignet med de som ikke var involvert. Dette er ikke noe jeg får bekreftet av informantene i denne studien da alle informantene var i jobb eller tok høyere utdanning. Dette er en indikasjon på at de har klart seg bra på tross av det de har opplevd.

Selv om mobbingen ikke har gitt informantene alvorlige konsekvenser i den grad at det har ført til manglende utdanning eller arbeidsledighet, påpeker de likevel at mobbingen har gitt konsekvenser i ettertid. Mobbingen har satt spor i livene deres. Blant annet fikk en av informantene ettervirkninger da hun begynte i videregående skole. Hun fikk da en depresjon, noe vi har sett at mobbing kan gi økt risiko for å utvikle (Arseneault et al., 2010, s. 721). Depresjon er en vanlig ettervirkning av å ha vært involvert i mobbing (Ttofi et al., 2011, s. 63). Denne informanten hadde levd med et psykisk stress gjennom store deler av ungdomsskolen. En av informantene trekker også frem at selvbildet var dårlig helt frem til voksen alder, og det å forstå at noen faktisk ønsket å være venn med henne var vanskelig. Dette viser hvordan det å bli utsatt for mobbing kan føre til redusert sosial selvtillit. Dette fant også Hawker og Boulton (2000, s. 451) i sin studie, og her kobler de sosial selvtillit til i hvilken grad de ser på seg selv som sosialt kompetente, i hvilken grad de føler seg akseptert av sine jevnaldrende og i hvilken grad de har gode sosiale relasjoner. Dette funnet viser at

man kan ta med seg den lave selvtilliten inn i voksenlivet, dersom mobbingen ikke blir stoppet og man ikke får den nødvendige oppfølgingen.

Et svært interessant funn er at en av informantene påpeker at hun i ettertid har vært mer preget av at hun utsatte andre for mobbing enn at hun ble utsatt selv. Hun utdyper ikke dette noe mer, men hun trekker senere frem at hun har hatt dårlig samvittighet ovenfor de hun utsatte for mobbing i ettertid. Denne informanten fikk tilhørighet og aksept ved å utsette andre for mobbing. Hun fikk dermed også styrket sin sosiale posisjon noe som kan ha spilt en rolle for selvtilliten. Dårlig selvtillit er det hun trekker frem som konsekvenser av mobbingen hun ble utsatt for. Dermed kan det tenkes at tilhørigheten hun fikk, gjennom å utsette andre for mobbing, minsket konsekvensene av mobbingen hun ble utsatt for, altså at hun fikk økt selvtillit. At hun i senere tid har kjent på dårlig samvittighet kan også henge sammen med den moralske frakoblingen, som gjør at en person kan utføre svært negative handlinger mot andre (Finne & Roland, 2021, s. 55). Når mobbingen blir rettferdiggjort kan det føre til at man ikke føler på skyld eller skam. Etter hvert vil kanskje de selvregulerende mekanismene igjen bli aktivert (Bandura, 1991, s. 279), noe som muligens vil føre til at man ser alvor i det man har utsatt andre for og dermed også får dårlig samvittighet.

### **5.4.3 Positive konsekvenser**

Et overraskende funn er at særlig tre av informantene trekker frem positive konsekvenser som følge av mobbingen. De trekker blant annet frem at de er opptatt av å være imøtekommende og inkluderende og at de står opp for andre i vanskelige situasjoner. At informantene selv viser til positive konsekvenser er overraskende særlig fordi oppfølging fra skolene ikke var til stede, mobbingen ble for enkelte verken oppdaget eller håndtert. Samtidig vil ikke dette si at mobbingen direkte har ført til positive konsekvenser, men at informantene bruker erfaringene de har på en positiv måte. Blant annet har flere av informantene valgt yrker og utdanninger som er rettet mot det å hjelpe mennesker i vanskelige situasjoner.

Noen av informantene presiserer at det å ha vært involvert i mobbing har gitt dem en sterk rettferdighetssans, noe som gjør at de både står opp for seg selv og andre som ikke blir rettferdig behandlet. Det kan tenkes at dette er en følge av at de selv har blitt utsatt for mobbing. De har selv kjent på å ikke bli behandlet med respekt og dermed er dette en følelse de ikke unner noen andre å kjenne på. En av informantene påpeker også at hun er flink til å gripe inn dersom hun ser at noen blir utsatt for mobbing, nettopp fordi hun vet hva det kan

gjøre av skade. Dette er et paradoks i og med at de også har utsatt andre for mobbing selv. Imidlertid kan dette henge sammen med den moralske frakoblingen, mobbingen ble rettfærdiggjort og de følte dermed ikke på noen skyld rundt dette da det pågikk. Det er også mulig at denne rettfærdighetssansen kommer av at de utsatte andre for mobbing. Det at de har utsatt andre for mobbing har gitt dem dårlig samvittighet i ettertid, dette kan ha ført til at de er ekstra opptatt av å ikke utsette noen andre for dette nå i voksen alder. De har blitt mer bevisst på hva de har utsatt andre for og hva det kan gjøre av skade, noe som kan ha påvirket hvordan de behandler andre mennesker i voksen alder.

## 5.5 Oppfølging

Et viktig og svært alvorlig funn, er at ingen av informantene opplevde at mobbingen ble stoppet, til tross for at flere påpeker at skolen visste hva som foregikk. Når mobbingen ikke blir stoppet er det heller ikke mulig å gi noen form for oppfølging. Selv om ingen av informantene opplevde å få oppfølging fra skolen sin side, har noen fått hjelp av psykolog i senere tid. Dette er et viktig funn fordi det viser at behovet for oppfølging er der. Tharaldsen et al. (2017, s. 25) finner at deltakere fra helsesektoren påpeker at de behandler barn og unge som er utsatt for mobbing. Ofte kommer barnet i kontakt med helsesektoren for andre grunner en mobbing, som for eksempel angst og depresjon, så viser det seg at flere har en mobbehistorie i tillegg til andre belastende opplevelser. På bakgrunn av dette kan man muligens konkludere med at mange mobbeutsatte vil trenge psykologhjelp. Det kan antas at psykologhjelp er en av grunnene til at informantene ikke har vært like preget av mobbingen i senere tid. Det er også mulig at andre beskyttelsesfaktorer har redusert risikoen for alvorlige konsekvenser i voksen alder (Breivik et al., 2017, s. 76).

Hva informantene hadde hatt behov for når det gjelder oppfølging ble et hypotetisk spørsmål i og med at de ikke opplevde at mobbingen ble stoppet eller håndtert. Et viktig funn er at hva informantene mener de hadde hatt behov for er individuelt. En av informantene påpeker at det hadde vært nok med en til to samtaler med kontaktlærer, mens en annen påpeker bevissthet om mobbing i klassen. Å stoppe mobbingen hadde vært viktig for alle informantene, men særlig en av informantene påpeker dette tydelig. Hun påpeker også at behovet for oppfølging ikke ville vært så stort dersom mobbingen hadde blitt stoppet tidlig. Den siste informanten påpeker at hun ikke hadde behov for oppfølging fra skolen, fordi hun måtte jobbe med det selv, da hun selv var klar og motivert for det. Hva slags mobbing man har vært involvert i, lengde og hvilke beskyttelsesfaktorer man har vil ha innvirkning på hva slags oppfølging man

trenger og hvor lenge man har behov for oppfølging. Som Tharaldsen et al. (2017, s. 89) påpeker vil det være nyttig å starte oppfølgingsarbeidet med å avdekke fare for utvikling av senskader og behov for støtte, slik at oppfølgingen kan tilpasses individuelle behov. Selv om informantene påpeker ulike behov for oppfølging, finnes det også noen fellestrekk, som for eksempel ulike former for samtaler. Dette kommer jeg tilbake til under delkapittelet «samtaler».

Det er også viktig å påpeke at vekslere kan ha ekstra behov for oppfølging (Roland, 2014, s. 168), nettopp fordi de har hatt to ulike roller som følger med seg ulike konsekvenser. Mobbingen som informantene har utsatt andre for har blitt brukt som en mestringsstrategi for å få tilhørighet, aksept og for å bedre sin sosiale posisjon. Et viktig moment i oppfølgingen vil dermed være å gi dem andre mestringsstrategier for å bedre sin sosiale posisjon i fellesskapet og skape gode relasjoner. Samtidig ser vi at mobbingen informantene selv har blitt utsatt for har ført til negative konsekvenser for den psykiske helsen, som blant annet lavere selvtillit og selvbilde. Dermed bør også oppfølgingen handle om å bygge opp selvtilliten og selvbildet. Det er viktig å ikke glemme dette når man skal følge opp vekslere. Det kan tenkes at når en elev har utsatt andre for mobbing, så er det der fokuset vil ligge. Da kan det også tenkes at de har blitt utsatt for selv kommer i skyggen av det de har utsatt andre for. Dette er også noe Roland (2014, s. 169) påpeker, det kan være lettere å stoppe mobbingen av en ordinær mobbeutsatt, mens en veksler står mer utsatt til på grunn av at han eller hun kan ha gjort seg upopulær. En av informantene påpeker blant annet at skolen burde undersøkt mer for å finne ut av hva som var årsakene til at hun utsatte andre for mobbing. Å finne årsakene kan også gi en indikasjon på hva slags oppfølging de trenger. Finne et al. (2018, s. 353) påpeker også viktigheten av å forstå dynamikken i et mobbe-forhold for å kunne rehabilitere relasjoner og klassefellesskapet. Da må man se på fordelene elevene får av å mobbe, hvorfor noen er villige til å påføre andre skade eller smerte og hvilke konsekvenser mobbingen gir for de involverte.

### **5.5.1 Stoppe mobbingen**

En av informantene påpeker særlig at dersom mobbingen hadde blitt stoppet tidlig, ville konsekvensene blitt mindre og behovet for oppfølging ville ikke vært like stort. Samtidig påpeker hun at hun hadde et behov for å bli sett, og for at voksne rundt henne gjorde noe med mobbingen. Hun opplevde at foreldrene prøvde å ta tak i det ved å informere skolen om hva som foregikk, men det ble ikke fulgt opp av skolen. Dette gjorde at hun til slutt ikke sa ifra verken på skolen eller hjemme, selv om mobbingen fortsatt pågikk. Hun mistet troen på at

noen voksne kunne hjelpe henne. De som ikke opplever å få den hjelpen de trenger mister ofte tillit til voksne (Tharaldsen, et al., 2017, s. 24). Det å være en autoritativ klasseleder er et viktig tiltak i oppfølgingsarbeidet (Finne & Roland, 2021, s. 124). At det i dette tilfellet ikke ble gjort noe med mobbingen, noe som også førte til at informantene sluttet å si ifra, kan tyde på manglende autoritativ klasseledelse. Nettopp fordi læreren ikke tok kontroll over situasjonen. En av de andre informantene påpeker også at dersom læreren hadde snakket med de som utsatte dem for mobbing, hadde det vært lettere å si ifra neste gang det skjedde. En viktig del av det å være en autoritativ klasseleder er nettopp det å korrigere negativ atferd, men på en respektfull måte (Finne & Roland, 2021, s. 128).

Å stoppe mobbingen må være første steg i oppfølgingen, og for vekslere gjelder dette både den mobbingen de blir utsatt for og den mobbingen de utsetter andre for. Dette er også lovpålagt gjennom opplæringsloven paragraf 9 A-4, denne paragrafen omhandler aktivitetsplikten og skal sikre at skolen iverksetter tiltak dersom en elev ikke opplever et trygt og godt skolemiljø (Opplæringsloven, 1998, § 9 A-4). Det å stoppe mobbingen vil ikke være tilstrekkelig, en eller annen form for oppfølging er nødvendig (Finne et al., 2018, s. 356). Samtidig er det å stoppe mobbingen er en forutsetning for å kunne utføre oppfølging. I og med at mobbingen informantene var involvert i ikke ble stoppet fikk de heller ikke noe oppfølging, verken fordi de ble utsatt for mobbing eller fordi de utsatte andre for mobbing.

For flere av informantene var det slik at de ble utsatt for mobbing før de utsatte andre for dette. Alle informantene påpeker også at det var en sammenheng her. Det kan dermed tenkes at dersom mobbingen de ble utsatt for hadde blitt avdekket tidlig, blitt stoppet og at de hadde fått riktig oppfølging, kunne det forhindre at de ble vekslere. Som mange av informantene påpeker ble mobbingen av andre en strategi for å få tilhørighet og dermed også styrke sin sosiale posisjon. Som vi har sett kan det å bli utsatt for mobbing føre til at relasjoner med medelever blir ødelagt eller skadet (Finne & Roland, 2021, s. 70). Et viktig mål med oppfølging etter mobbing er dermed å resosialisere den som har blitt utsatt for mobbing i sitt sosiale miljø (Tharaldsen et al., 2017, s. 62). Det kan dermed tenkes at dersom de hadde fått hjelp tidligere og fått andre strategier til å bygge relasjoner og få tilhørighet, hadde de kanskje ikke hatt et behov for å utsette andre for mobbing.

Et viktig funn er dermed at hvis mobbingen blir oppdaget og stoppet tidlig kan det muligens forhindre at noen blir vekslere, men dette forutsetter gode rutiner ved skolen for avdekking og

stopping av mobbing, men også oppfølging etter mobbing. De mobbeutsatte må få mulighet til å komme seg ut av rollen de har blitt tildelt av andre og bedre sin sosiale posisjon uten at de behøver å ta i bruk metoder som mobbing. Som Thornberg (2015, s. 113) påpeker vil de som utsetter andre for mobbing plukke seg ut et mål, en de kan utsette for mobbing, og tolke dem som annerledes eller feil. Disse tolkningene kan spres videre gjennom ryktespredning og sosial ekskludering, dermed blir disse tolkningene også en kollektiv oppfattelse (Thornberg & Delby, 2019, s. 153). Dette gjør at de utsatte ofte blir fanget i rollene sine (Thornberg, 2015, s. 318). For at de mobbeutsatte skal få mulighet til å komme seg ut av rollen de har fått tildelt er det helt nødvendig å jobbe med klassemiljøet. Det må skapes et positivt praksisfellesskap gjennom blant annet å redefinere roller og dette må ledes av autoritative voksne (Finne & Roland, 2021, s. 118). Her er det viktig å skaffe seg en oversikt over den sosiale strukturen i klassen slik at man kan lede samhandlingen mellom elevene (Tharaldsen et al., 2017, s. 90). Når mobbingen er stoppet vil det oppstå et vakuum, som gjør det mulig å påvirke relasjonelle mønstre i klassen og distribuere sosial makt til de elevene som er mer prososiale i sine handlinger og holdninger (Finne & Roland, 2021, s. 139). Ved denne type oppfølging kan dermed den mobbeutsatte bli inkludert uten å måtte bruke metoder som mobbing.

Dette er også noe Finne et al. (2018, s. 359) trekker frem som en viktig del av oppfølgingsarbeidet etter mobbing. Fordi mobbing er relasjonelt, bør det fokuseres mer på de relasjonelle praksisene i stedet for de enkelte mobbeutsatte. Likevel påpeker de at noen i tillegg også vil trenge individuell terapi eller støtte, og den relasjonelle oppfølgingen skal ikke erstatte det. Samtidig foreslår de at den relasjonelle tilnærmingen vil være mer hensiktsmessig i skolesammenheng. En av informantene trekker også frem at det burde være mer bevissthet rundt mobbing i klassen. Likevel la informantene størst vekt på den individuelle oppfølgingen, de hadde et behov for å bli sett og noen å snakke med. Det vil dermed ikke si at klassemiljøet ikke hadde behov for oppfølging, men at den individuelle oppfølgingen også bør være en svært viktig del av oppfølgingsarbeidet.

### **5.5.2 Samtaler**

Et viktig funn er at flere av informantene påpeker at de hadde hatt behov for noen å snakke med etter at mobbingen var stoppet. Dette er et svært viktig, men enkelt grep som alle skoler kan få til. En av informantene påpeker at hun hadde hatt behov for korte samtaler med for eksempel kontaktlærer om hvordan det går, om det har skjedd noe eller vært noen spesielle episoder. Det er viktig at de som har vært involvert i mobbing får tilbud om personlig støtte

fra en voksen som eleven er trygg på (Finne & Roland, 2021, s. 131). Møter vil være et viktig tiltak i oppfølgingen, både fordi de har blitt utsatt for mobbing, men også fordi de har utsatt andre for mobbing. Møtene kan bestå av samtaler, men også aktiviteter for å bygge en god relasjon med eleven (Finne & Roland, 2021, s. 132). Dette er også noe Tharaldsen et al. (2017, s. 62) skriver i sin rapport om å ivareta barn og unge som er utsatt for mobbing. De påpeker at en til to voksne bør være tilgjengelig for den som har blitt utsatt for mobbing, og det er helt avgjørende at den mobbeutsatte har tillitt til den som har ansvaret for oppfølgingen.

Som nevnt tidligere påpeker en av informantene at det burde snakkes mer om mobbing i klassen for å skape mer bevissthet. Finne og Roland (2021, s. 178) trekker frem situert trening på sosial kompetanse som en del av oppfølgingsarbeidet. At treningen er situert vil si at tiltaket er universelt og alle trener på alt (Finne & Roland, 2021, s. 178). Å trene sosial kompetanse i klassen kan være med på å skape en bevissthet rundt mobbing, slik informanten foreslår. For eksempel foreslår Finne og Roland (2021, s. 184) at det bør skapes en forståelse for hvilke konsekvenser ulike valg kan gi, både for en selv og for andre. Her påpeker de at det kan være nyttig å dele konsekvenser inn i sosiale konsekvenser, som utestenging og konflikt, formelle konsekvenser, som samtale med rektor eller nedsatt karakter, og fysiske og psykiske konsekvenser. Ved å gjøre dette vil elevene få mulighet til å øke den prososiale atferden og det vil skapes mer bevissthet rundt mobbing og konsekvensene det kan gi. Det bør også trenes på å forstå andres og egne følelser, noe som er viktig for å utvikle empati og å kunne støtte medelever i utfordrende situasjoner (Finne & Roland, 2021, s. 180). Dette kan trenes på gjennom samtaler, men også gjennom rollespill og film (Finne & Roland, 2021, s. 181-184).

Det kan også være nyttig å gjøre klassen bevisst på mobbingen som har foregått blant dem. Denne informanten påpeker at det ble gjennomført trivselsundersøkelser i klassen, uten at disse ble fulgt opp. Som Finne og Roland (2021, s. 139) påpeker vil det oppstå et vakuum etter at mobbingen er stoppet, der det er mulig å ta noen grep for å påvirke relasjonelle mønstre. Bakken og Roland (2015, s. 64) foreslår for eksempel at det blir gjort en spørreundersøkelse av elevene, der resultatene presenteres for dem i et induert vakuum, dette blir beskrevet som en del av å endre et negativt læringsmiljø. Dette kan avsløre de fiktive normene som er i klassen og elevene blir mer bevisste på eget læringsmiljø (Bakken & Roland, 2015, s. 74). Denne bevisstgjøringen kan være med på å skape en positiv endring av klassemiljøet. Salmivalli (2010, s. 117) påpeker også at det å gjøre tilskuerne bevisst på hva andre egentlig tenker om mobbing kan føre til at de i større grad ønsker å støtte den utsatte.



De som ikke er direkte involvert tar ofte siden til den som utsetter andre for mobbing, fordi de er redde for å selv bli utsatt (Thornberg & Delby, 2019, s. 149), selv om de fleste elever mener at mobbing er galt (Finne & Roland, 2021, s. 47). Å øke deres bevissthet om andres holdninger til mobbing, men også hvilken rolle de spiller i mobbingen kan øke deres støtte, dette vil ha en stor gevinst for de som blir utsatt for mobbing, og muligens minimere skadene (Salmivalli, 2010, s. 117).

Som en konsekvens av mobbingen trekker en av informantene frem at det ikke var før i voksen alder at det gikk opp for henne at folk oppriktig ville være venn med henne. I og med at mobbing påvirker den enkelte i så stor grad vil det også være nyttig å trene på sosial kompetanse i den individuelle oppfølgingen. Selv om noen av informantene opplevde å få tilhørighet gjennom å utsette andre for mobbing, var det ikke slik for alle, noe som muligens kan ha forsterket den dårligere selvtilliten. Ved at selvbildet og selvtilliten til informantene ble svekket som følge av at de ble utsatt for mobbing, fikk de også et behov for å hevde seg selv. For å gjøre det utsatte de andre for mobbing. Tharaldsen et al. (2017, s. 64) fant også at styrking av selvbilde og sosial ferdighetstrening var viktige komponenter i oppfølgingen. Å trene på blant annet selvhevdelse vil være nyttig for de mobbeutsatte. Selvhevdelse handler om å kunne markere seg sosialt og gi uttrykk for egne meninger og standpunkt, også når disse går imot hva andre mener (Ogden, 2015, s. 246). De må lære å fremme sine egne meninger, behov og rettigheter på en sosialt effektiv og positiv måte (Ogden, 2015, s. 247). En av informantene trekker frem at hun i voksen alder har blitt mye flinkere til å stå opp for seg selv og det hun mener. Dette kan muligens henge sammen med at hun i større grad har utviklet selvhevdelse:

*«Altså jeg har jo klart for min egen del å snu veldig mye av det negative heller mot positivt. Med at jeg har blitt mye tøffere, både til å stå opp for den jeg faktisk er og hva jeg egentlig mener, ikke hva jeg vil at andre skal tro at jeg mener. Og jeg kan ikke fordra hvis jeg ser at det er noe som er urettferdig, kan gjerne kjempe de svake sin sak og ta de i forsvar. De som jeg i utgangspunktet tidligere ville ha hevet meg på og tråkket ned da, så går jeg heller på de sin side og prøver å forsvare de»*

Dette er samme informant som ikke før i voksen alder forstod at hun hadde venner som genuint ønsket å være venn med henne. Det kan derfor tyde på at hun har trent sosial kompetanse i voksen alder og det er mulig at hun har gjort dette hos psykolog. Trening av

sosial kompetanse og oppfølging i form av samtaler vil også være nødvendig på bakgrunn av at de har utsatt andre for mobbing. Det vil være viktig for å forhindre at atferden repeteres og blir et atferdsmønster, og for å kunne endre atferden i en prososial retning (Finne & Roland, 2021, s. 133). Informantene i denne studien fikk ikke mulighet til å lære andre mestringsstrategier på skolen siden mobbingen ikke ble stoppet. Likevel virker det ikke som noen av informantene har tatt med seg dette som et atferdsmønster i voksen alder. Tvert imot har de klart å bruke erfaringene sine på en positiv måte og blitt opptatt av rettferdighet, inkludering og at alle skal bli behandlet med respekt.

### **5.6 Behov for fremtidig forskning**

Det er behov for mer forskning på temaene som er tatt opp i denne studien, det trengs mer forskning på vekslere generelt. Som sagt finnes det to typer vekslere, de som engasjerer seg i reaktive og emosjonelle dysregulerte former for aggresjon og de som er sterkere motivert av sosiale mål og engasjerer seg i relasjonell aggresjon (Ettekal & Ladd, 2020, s. 272). Mitt utvalg består kun av de som styres av sosiale mål og engasjerer seg i relasjonell aggresjon. Likevel ser vi i teorikapittelet at vekslere ofte har et problem med reaktiv aggresjon. Reaktiv aggresjon danner en viss risiko for å selv bli mobbet, samtidig kan også en elev med reaktiv aggresjon bli brukt av de mer typiske pådriverne, og bli trukket med i mobbingen av andre (Finne & Roland, 2021, s. 44). Proaktiv og reaktiv aggresjon predikerer ulike tendenser til mobbing (Roland, 2014, s. 55). Det kan dermed tenkes at årsakene til at de to gruppene utsetter andre for mobbing er ulike, og at de dermed også vil ha ulike behov for oppfølging. Det trengs derfor mer forskning på gruppen vekslere som er drevet av reaktiv aggresjon og hva slags oppfølging de har behov for.

Det er behov for å forske mer på konsekvenser mobbingen får for vekslere. Som nevnt kan det se ut som at vekslerne har de dårligste prognosene (Green & Price, 2017; Olweus, 1993 referert i Finne & Roland, 2021, s. 83). Blant annet fant Idsø et al. (2012, s. 906) at vekslere var de som var mest plaget med PTSD symptomer. Dette er ikke noe jeg får bekreftet i denne studien. Det vil ikke si at mobbingen ikke har gitt konsekvenser for informantene, for det har preget livet deres i stor grad, og det virker som at det at de har utsatt andre for mobbing er en ekstra belastning i tillegg til konsekvensene av at de har blitt utsatt for mobbing. Likevel er de ikke preget i så stor grad at de ikke har mulighet for å stå i jobb eller ta høyere utdanning. Det å forske mer på hvilke konsekvenser mobbingen kan gi for vekslere vil være nyttig. Det kan

også se ut til at den som har vært utsatt for mobbing lengst har fått de største konsekvensene. Dette hadde vært interessant å utforske videre.

Oppfølging etter mobbing finnes det generelt lite forskning på, det bør derfor forskes mer på oppfølging, også for vekslere og de som utsetter andre for mobbing. Som nevnt kan mobbing gi så store ettervirkninger at det påvirker livskvaliteten til de involverte i voksen alder, dette gjelder ikke for informantene i denne studien. Det hadde vært interessant å finne ut hvilken oppfølging de hadde hatt behov for, for at konsekvensene skulle blitt mindre. Det hadde også vært interessant å forske på i hvor stor grad oppfølging fra skolen kan minske langtidskonsekvensene etter mobbing. Dette var ikke mulig å si noe om i denne studien i og med at ingen av informantene opplevde å få noe oppfølging fra skolen. Som sagt påpeker noen av informantene at de har fått hjelp av psykolog i senere tid. Videre kunne det vært interessant å undersøke i hvor stor grad dette har hatt betydning for ettervirkningene de har etter mobbingen

## 6 Konklusjon

I denne studien har følgende problemstilling blitt belyst: *Hva er årsakene til at noen som blir utsatt for mobbing også mobber andre (vekslere)? Hvordan følge opp disse elevene etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser?*

Formålet med studien var å belyse vekslers erfaringer med det å bli utsatt for mobbing og det å utsette andre for mobbing selv. En kvalitativ tilnærming med semistrukturert intervju som metode ga mulighet for en dypere innsikt i tidligere vekslers erfaringer. Gjennom intervjuene av de fire informantene ønsket jeg å finne ut av hva de mener er årsaken til at de utsatte andre for mobbing når de hadde blitt utsatt for dette selv. Å finne årsakene vil være nyttig både for å forebygge at noen blir vekslere, men også for å kunne gi riktig oppfølging etter at mobbingen er stoppet. Gjennom intervjuene ønsket jeg også å belyse hvilken oppfølging informantene hadde hatt behov for, og som muligens kunne redusert konsekvensene mobbingen ga dem. Informantene ga rike besvarelser og empirien fra de fire intervjuene ga mulighet for å belyse problemstillingen, sammen med den teoretiske tilnærmingen. På bakgrunn av størrelsen på utvalget vil ikke resultatene være generaliserbare. Likevel kan studien føre til økt oppmerksomhet på vekslere og oppfølging etter mobbing i skolen. Studien kan også ha verdi for den enkelte som leser den. Videre vil jeg sammenfatte hovedfunnene fra denne studien.

Behovet for tilhørighet og aksept ser ut til å være hovedårsakene til at informantene, som har blitt utsatt for mobbing, også utsatte andre for mobbing. Handlingene de utførte da de utsatte andre for mobbing kan knyttes til proaktiv aggresjon, fordi mobbingen ble et virkemiddel for å oppnå et sosialt mål (Finne & Roland, 2021, s. 44), som i informantenes tilfelle var tilhørighet og aksept. Proaktiv aggresjon er drevet av en forventet belønning som følge av en aggressiv handling (Vitaro & Brendgen, 2005, s. 179). Informantene i denne studien ser ut til å være sterkere drevet av tilhørighetsaspektet ved proaktiv aggresjon enn maktaspektet. Det kan tyde på at vekslere, som muligens har mistet sin tilhørighet gjennom å bli utsatt for mobbing, ofte er sterkere drevet av dette når de utsetter andre for mobbing.

De fleste informantene trekker frem usikkerhet som årsak til at de utsatte andre for mobbing, noe som mest sannsynlig henger sammen med at de har blitt utsatt for mobbing selv og opplevd å ikke bli verdsatt. Informantene påpeker at de utsatte andre for mobbing for å selv «føle seg bedre», noe som igjen kan henge sammen med at de ønsket å bli akseptert og få bekreftelse av andre medelever. To av informantene påpeker også at det var et velg mellom å

bli utsatt for mobbing eller å mobbe andre. De ble dermed med på å utsette andre for mobbing for å unngå å bli utsatt selv, noe som igjen kan bunne i at de ønsket å opprettholde tilhørigheten i gruppen. Det informantene beskriver sammenfaller med Søndergaard (2012, s. 363) sin beskrivelse av sosial ekskluderingsangst, de var smertelig klar over at det var mulig å befinne seg utenfor gruppen, fordi de selv hadde blitt utsatt for mobbing av gruppen de var en del av. Når lengselen etter tilhørighet og angsten for å bli ekskludert blir så stor at det fører til sosial panikk kan det føre til mobbing (Søndergaard, 2012, s. 363).

Årsakene som informantene trekker frem samsvarer dermed godt med både Schott og Søndergaard (2014, s. 55) sitt perspektiv på mobbing og deres definisjon av sosial ekskluderingsangst, samtidig som det også kan kobles til det etablerte perspektivet der mobbing særlig kobles til proaktiv aggresjon (Roland & Idsøe, 2001, s. 456). Finne og Roland (2021, s. 44) beskriver mobbing som et middel for å oppnå en sosial gevinst, mens Søndergaard (2012, s. 363) beskriver mobbing som et middel for å lindre angsten for å bli ekskludert. I mine funn ser det ut til at disse to perspektivene egentlig er to sider av samme sak, og kan forklare drivkreftene bak mobbing. Schott og Søndergaard (2014, s. 21) beskriver mobbing som sosiale gruppeprosesser, som inkludering og ekskludering. Dette er ikke noe nytt, for allerede i 1995 beskriver Roland (1995, s. 18) at grupper kan øke samholdet gjennom å utføre negative handlinger mot andre. Søndergaard og Hansen (2018, s. 327) forklarer at når den sosiale ekskluderingsangsten øker kan det føre til at gruppen skaffer seg et mål for forakt og ekskludering, noe som igjen kan styrke gruppens gjensidige anerkjennelse og lindre angsten. Roland (2014, s. 79) beskriver også at når noen utenfor gruppen omtales negativt, vil de andre i gruppen tenke at de selv er bedre, noe som styres av mangel på en grunnleggende trygghet og intern bekreftelse.

Alle informantene påpeker at de ble utsatt for mobbing før de begynte å utsette andre. Mine data viser at dersom mobbingen de utsatte andre for hadde blitt stoppet, så hadde de ikke hatt behov for å utsette andre for mobbing. Med andre ord kunne det å stoppe mobbingen tidlig, forhindre at de ble vekslere. Dette viser hvor viktig det er å avdekke og stoppe mobbing tidlig, også for å forhindre at mobbingen blir mer kompleks. Likevel er det ikke nok å stoppe mobbingen, fordi mobbing påvirker ikke bare enkelt individer, men et helt sosialt system. Det betyr at hele klassen, mobbeutsatt, de som mobber, vekslere og tilskuere, vil ha behov for oppfølging i etterkant av at mobbingen er stoppet (Finne et al., 2018, s. 359), slik at

den mobbeutsatte får mulighet til å resosialiseres inn i sitt sosiale miljø og komme seg ut av rollen som mobbeutsatt (Tharaldsen et al., 2017, s. 62; Finne & Roland, 2021, s. 25).

Informanten som ble utsatt for mobbing over lengst periode så ut til å ha de mest alvorlige konsekvensene. Mobbingen startet på barneskolen og varte ut videregående skole. Hun forteller om en vanskelig tid på vgs. med selvmordstanker. Dette er en svært alvorlig konsekvens og viser hvor stort lidelsestrykk den mobbeutsatte kan ha og i neste omgang hvor stort samfunnsproblem mobbing er. Igjen påpekes viktigheten av å avdekke og stoppe mobbing tidlig. Informantene hadde også behov for oppfølging. To av informantene påpeker at de har fått hjelp av psykolog i senere tid. Det er mulig at psykologhjelp er en nødvendighet for mange som har vært involvert i mobbing, kanskje særlig dersom oppfølging fra skolen ikke har vært til stede. Alle informantene er preget av mobbingen, men flere påpeker også positive konsekvenser. De har bearbeidet det og de bruker erfaringene sine på en positiv måte. De påpeker at de er svært opptatt av rettferdighet og at alle skal inkluderes og behandles med respekt.

Gjennom å bli utsatt for mobbing opplevde informantene å få dårlig selvtillit og selvbilde, og de hadde behov for å høre til i et felleskap og få aksept av medelever. Dermed vil en naturlig del av oppfølgingsarbeidet være å lære dem mer prososiale strategier for å oppnå tilhørighet og aksept enn mobbing av andre etter at mobbingen er stoppet. Å oppleve å bli akseptert og høre til kan også føre til økt sosial selvtillit. Likevel vil noen også ha behov for styrking av selvbilde og sosial ferdighetstrening som en del av den individuelle oppfølgingen (Tharaldsen et al., 2017, s. 64). Flere av informantene påpeker også at det å utsette andre for mobbing førte til en ekstra belastning i form av stress og dårlig samvittighet. Dette kan reduseres ved å lære dem mer prososiale strategier for å skape gode relasjoner med medelever og oppnå tilhørighet, i tillegg til å skape et positivt praksisfellesskap i klassen (Finne & Roland, 2021, s. 118). Samtidig vil flere ha behov for å snakke om dette i individuelle samtaler.

De viktigste funnene når det gjelder oppfølging er at informantene hadde et behov for å bli sett og noen å snakke med. For det første hadde de et behov for at skolen og lærere skulle ta kontroll over situasjonen og stoppe mobbingen. De hadde behov for en autoritativ klasseleder som stiller krav og forventinger til elevene og som korrigerer negativ atferd (Finne & Roland, 2021, s. 127). For det andre hadde de behov for støtte gjennom samtaler med en trygg voksen på skolen, altså et enkelt grep som alle skoler kan få til. Personlig støtte fra en eller to lærere

som eleven er trygge på vil være nødvendig for den mobbeutsatte og den som har utsatt andre for mobbing, dette vil dermed også være nødvendig for vekslere (Finne & Roland, 2021, s. 131; Tharaldsen et al., 2017, s. 62). At lærer arrangerer møter for samtaler og trening av sosial kompetanse vil være nyttig i oppfølgingen etter mobbing for vekslerne.

## Litteraturliste

- Arseneault, L., Bowes, L. & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: 'Much ado about nothing'? *Psychological Medicine*, 40(5), 717-729. <https://doi.org/10.1017/S0033291709991383>
- Bakken, B. & Roland, E. (2015). Snumetoden i tøffe klasser. I E. Roland (Red.), *Problemløsningsmodeller* (s. 60-76). Universitetsforlaget.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248-287. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90022-L](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90022-L)
- Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95. <https://doi.org/10.1177/02724316911111004>
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its Causes, Consequences, and Control*. McGraw-Hill.
- 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*. Læringsmiljøsentret.
- Crick, N. R. & Dodge, K. A. (1996). Social Information-Processing Mechanisms in Reactive and Proactive Aggression. *Child Development*, 67(3), 993-1002. <https://doi.org/10.2307/1131875>
- Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7. utg.). Gyldendal.
- Ertesvåg, S. K. (2016). Students who bully and their perceptions of teacher support and monitoring. *British Educational Research Journal*, 42(5), 826-850. <https://doi-org.ezproxy.uis.no/10.1002/berj.3240>
- Ettekal, I. & Ladd, G. W. (2020). Development of aggressive-victims from childhood through adolescence: Associations with emotion dysregulation, withdrawn behaviors, moral disengagement, peer rejection, and friendships. *Development and Psychopathology*, 32(1), 271–291. <https://doi.org/10.1017/S0954579419000063>
- Finne, J., Roland, E. & Svartdal, F. (2018). Relational rehabilitation: Reducing harmful effects of bullying. *Nordic Studies in Education*, 38(4), 352-367. <https://doi.org/10.18261/issn.1891-2018-04-05>
- Finne, J. N. & Roland, E. (2021). *Oppfølging etter mobbing: Situert rehabilitering*. Fagbokforlaget.



- Gleiss, M. S. & Sæther, E. (2021). *Forskningsmetode for lærerstudenter: Å utvikle ny kunnskap i forskning og praksis*. Cappelen Damm Akademisk
- Hamarus, P. & Kaikkonen, P. (2008). School bullying as a creator of pupil peer pressure. *Educational Research*, 50(4), 333-345. <https://doi-org.ezproxy.uis.no/10.1080/00131880802499779>
- Havik, T. (2016). Skolevegring. I E. Bru, E. C. Idsøe & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen* (s. 93-108). Universitetsforlaget.
- Havik, T., Bru, E. & Ertesvåg, S. K. (2015). School factors associated with school refusal- and truancy-related reasons for school non-attendance. *Social Psychology of Education*, 18(2), 221-240. <https://doi.org/10.1007/s11218-015-9293-y>
- Hawker, D. S. J. & 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 and Psychiatry*, 41(4), 441-455. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00629>
- Heinemann, P. P. (1973). *Mobbing: Gruppevold bant barn og voksne*. Gyldendal Norsk Forlag.
- Holmen, H. K., Fiskum, T. A. & Duun, G. (2018, 3.april). *Begrepet «mobbeoffer» bør fjernes og erstattes med et annet*. Utdanningsnytt. <https://www.utdanningsnytt.no/fagartikkel/begrepet-mobbeoffer-bor-fjernes-og-erstattes-med-et-annet/111004>
- Idsøe, T., Dyregrov, A. & Idsøe, E. C. (2012). Bullying and PTSD Symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40(6), 901–911. <https://doi.org/10.1007/s10802-012-9620-0>
- Idsøe, E. C. & Idsøe, T. (2016). Mobbing i et traumeperspektiv. I E. Bru, E. C. Idsøe & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen* (s. 109-124). Universitetsforlaget.
- Kleven, T. A. & Hjordemaal, F. R. (2018). *Innføring i pedagogisk forskningsmetode: En hjelp til kritisk tolkning og vurdering* (3. utg.). Fagbokforlaget.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal.
- Lund, I., Helgeland, A. & Kovac, V. B. (2017). På vei mot en ny forståelse av mobbing i et folkehelseperspektiv. *Acta Didactica Norge*, 11(3), 1-19. <https://doi.org/10.5617/adno.4691>
- Lyng, S. T. (2018). The Social Production of Bullying: Expanding the Repertoire of Approaches to Group Dynamics. *Children & Society*, 32(6), 492-502. <https://doi.org/10.1111/chso.12281>

- Maxwell, J. A. (2013). *Qualitative Research Design: An Interactive Approach* (3. utg.). SAGE Publications.
- Miles, M. B., Huberman, A. M. & Saldaña, J. (2019). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (4. utg.). SAGE.
- NESH. (2021). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora* (5.utg.) De nasjonale forskningsetiske komiteene.  
<https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/hum-sam/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-og-humaniora/>
- Ogden, T. (2015). *Sosial kompetanse og problematferd blant barn og unge*. Gyldendal
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What we know and what we can do*. Blackwell
- Olweus, D. & Roland, E. (1983). *Mobbing – bakgrunn og tiltak*. Kirke- og undervisningsdepartementet.
- Opplæringsloven. (1998). *Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa* (LOV-1998-07-17-61). Lovdata. <https://lovdata.no/lov/1998-07-17-61>
- Parada, R. H. (2006). *School Bullying: Psychosocial Determinants and Effective Intervention*. University of Western Sydney.
- Roland, E. (1983). *Strategi mot mobbing*. Universitetsforlaget.
- Roland, E. (1995). *Elevkollektivet*. Rebell forlag.
- Roland, E. (2014). *Mobbingsens psykologi: Hva kan skolen gjøre?* (2.utg.). Universitetsforlaget.
- Roland, E. (2018). *Snu-metoden mot kollektive atferdsvansker*. Fagbokforlaget.
- Roland, E. & Idsøe, T. (2001). Aggression and bullying. *Aggressive Behavior*, 27(6), 446-462. <https://doi.org/10.1002/ab.1029>
- Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group: A review. *Aggression and Violent Behavior*, 15(2), 112-120. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2009.08.007>
- Schott, R. M. & Søndergaard, D. M. (Red.). (2014). *School Bullying: New Theories in Context*. Cambridge University Press.
- Sigurdson, J. F., Undheim, A. M., Wallander, J. L., Lydersen, S. & Sund, A. M. (2015). The long-term effects of being bullied or a bully in adolescence on externalizing and internalizing mental health problems in adulthood. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 9(42), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s13034-015-0075-2>
- Sigurdson, J. F., Wallander, J. & Sund, A. M. (2014). Is involvement in school bullying associated with general health and psychosocial adjustment outcomes in adulthood?

- Child Abuse & Neglect*, 38(10), 1607-1617.  
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2014.06.001>
- Solberg, M. E., Olweus, D. & Endresen, I. M. (2007). Bullies and victims at school: Are they the same pupils? *British Journal of Educational Psychology*, 77(2), 441-464.  
<https://doi.org/10.1348/000709906X105689>
- Støen, J., Fandrem, H. & Roland, E. (2018). Mobbing i et systemperspektiv. I J. Støen, H. Fandrem & E. Roland (Red.), *Stemmer i mobbesaker: Resultater og erfaringer fra Stigma-prosjektet* (s. 11-27). Fagbokforlaget.
- Strøm, I. F., Thoresen, S., Wentzel-Larsen, T., Hjemdal, O. K., Lien, L. & Dyb, G. (2013). Exposure to life adversity in high school and later work participation: A longitudinal population-based study. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1143-1151.  
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.09.003>
- Søndergaard, D. M. (2012). Bullying and social exclusion anxiety in schools. *British Journal of Sociology of Education*, 33(3), 355-372.  
<https://doi.org/10.1080/01425692.2012.662824>
- Søndergaard, D. M. (2017). The thrill of bullying. Bullying, humor and the making of community. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 48(1), 48-65.  
<https://doi.org/10.1111/jtsb.12153>
- Søndergaard, D. M. & Hansen, H. R. (2018). Bullying, social exclusion anxiety and longing for belonging. *Nordic Studies in Education*, 38(4), 319-336.  
<https://doi.org/10.18261/issn.1891-2018-04-03>
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitative metoder* (5.utg.). Fagbokforlaget.
- 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*. Læringsmiljøseneteret.
- Thornberg, R. & Delby, H. (2019). How do secondary school students explain bullying? *Educational Research*, 61(2), 142-160. <https://doi.org/10.1080/00131881.2019.1600376>
- Thornberg, R. (2015). School Bullying as a Collective Action: Stigma Processes and Identity Struggling. *Children & Society*, 29(4), 310-320. <https://doi.org/10.1111/chso.12058>
- Tsaousis, I. (2016). The relationship of self-esteem to bullying perpetration and peer victimization among schoolchildren and adolescents: A meta-analytic review. *Aggression and violent behavior*, 31, 186-199.  
<https://doi.org/10.1016/j.avb.2016.09.005>

- Ttofi, M. M., Farrington, D. P., Lösel, F. & Loeber, R. (2011). Do the victims of school bullies tend to become depressed later in life? A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 3(2), 63-73. <http://dx.doi.org/10.1108/17596591111132873>
- Universitetet i Stavanger (2021, 21. mai). *Nettskjema*. <https://www.uis.no/nb/undervisning-og-oppgaveskriving/nettskjema>
- Van Geel, M., Vedder, P. & Tanilon, J. (2014). Relationship Between Peer Victimization, Cyberbullying, and Suicide in Children and Adolescents: A Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 168(5), 435-442. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2013.4143>
- Varhama, L. M. & Björkqvist, K. (2005). Relation between School Bullying during Adolescence and Subsequent Long-Term Unemployment in Adulthood in Finnish Sample. *Psychological Reports*, 96(2), 269-272. <https://doi.org/10.2466/pr0.96.2.269-272>
- Vitaro, F. & Brendgen, M. (2005). Proactive and reactive aggression: A developmental perspective. I R. E. Tremblay, W. W. Hartup & J. Archer (Red.), *Developmental origins of aggression* (s. 178-201). Guilford Publication.
- Wendelborg, C. (2021). *Mobbing og arbeidsro i skolen 2020: Analyse av Elevundersøkelsen skoleåret 2020/21*. (Rapport 2021). NTNU Samfunnsforskning. <https://www.udir.no/tall-og-forskning/finn-forskning/rapporter/elevundersokelsen-2020-nasjonale-tall-for-mobbing-og-arbeidsro/>

## **Vedlegg 1: Intervjuguide**

### **Intervjuguide:**

Starter samtalen med å fortelle litt om prosjektet og bli kjent med informanten.

### **Mobbing:**

Hva tenker du at mobbing er?

Kan du gi noen eksempler på krenkelser/mobbing?

- Som du utsatte andre for?
- Som du ble utsatt for?

Kan du si litt om hvordan mobbingen foregikk?

- Hvordan du ble utsatt for mobbing?
- Hvordan utsatte du andre for mobbing?
- Rekkefølge?
- Hvor lenge ble du utsatt for mobbing?
- Hvor lenge utsatte du andre for mobbing?

### **Årsaker:**

Hvordan opplevde du klassemiljøet?

Hvorfor tror du det var mobbing i klassen?

Hva tenker du kan være årsakene til at du utsatte andre for mobbing?

- Tenker du at det er en sammenheng mellom at du selv ble mobbet og at du mobbet andre? På hvilken måte?

(Tenker du at skolen/læreren kunne forhindre mobbingen på noen måte?)

### **Konsekvenser:**

Fikk mobbingen noen konsekvenser for deg og sin psykiske helse da?

- Hva gjorde det med deg å bli utsatt for mobbing?
- Hva gjorde det med det at du utsette andre for mobbing?
- Klarer du å skille mellom konsekvensene av det å bli utsatt for mobbing og det å utsette andre for mobbing?
- Hva tenker du om det i dag?

Hvordan hadde du det på skolen i den tidsperioden mobbingen foregikk?

- Sosialt?
- Faglig?

Har mobbingen gitt deg noen ettervirkninger/senskader i voksen alder?

**Oppfølging/tiltak:**

Visste de voksne rundt deg hva som skjedde?

Ble mobbingen stoppet? Hvordan?

Fikk du noen oppfølging på skolen etter at mobbingen ble avsluttet?

- fordi du ble utsatt for mobbing?
- fordi du utsatte andre for mobbing?

Hva hadde du trengt av oppfølging på skolen?

Hvis de har senskader i dag: Tror du at bedre oppfølging i skolen kunne minsket de konsekvensene du har etter mobbing i dag?

## Vedlegg 2: Informasjonsskriv

### Vil du delta i forskningsprosjektet

*«Hva kan være årsaken til at noen som har blitt mobbet også utsetter andre for mobbing og hvilken oppfølging etter mobbing trenger disse elevene?»*

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å prøve å forstå hvorfor noen mobber andre når de blir utsatt for mobbing selv og hvilke tiltak og oppfølging disse elevene trenger. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### Formål

Mitt navn er Maria Kollåsen, jeg er masterstudent i spesialpedagogikk ved Universitetet i Stavanger, og skal nå skrive min masteroppgave. Formålet med studien er å se nærmere på de som både blir utsatt for mobbing og som utsetter andre for mobbing. Mobbing er et stort samfunnsproblem, og det kan føre med seg negative konsekvenser i lang tid etter at mobbingen er avsluttet. I denne studien vil jeg undersøke årsakene til hvorfor noen mobber andre når de selv blir utsatt for mobbing. Når vi forstår årsakene bak mobbingen, kan vi sette inn riktige tiltak og oppfølging slik at skadevirkningene etter mobbing blir mindre.

Problemstillingen for oppgaven lyder som følger:

Hva er årsaken til at noen som blir utsatt for mobbing også mobber andre? Hvordan følge opp disse elevene etter at mobbingen er stoppet for å hindre alvorlige konsekvenser?

#### Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Læringsmiljøsenderet i Stavanger er ansvarlig for prosjektet.

#### Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Jeg kontakter deg gjennom Facebook for å få tak i informanter som kan dele erfaringer og bidra til økt kunnskap på dette viktige området. Jeg ønsker å komme i kontakt med mennesker som i løpet av sin skolegang både har blitt utsatt for mobbing og selv har vært involvert i å mobbe andre. Jeg håper du er villig til å dele dine erfaringer med meg. Det er svært lite forskning på dette området, og kunnskapen til de som selv har opplevd dette er av stor verdi.

### **Hva innebærer det for deg å delta?**

Hvis du velger å delta i prosjekter, innebærer det et intervju på ca. 30-60 minutter. Intervjuet vil gjennomføres der det passer best for deg. Jeg tar lydopptak og notater fra intervjuet. I intervjuet vil du blant annet få spørsmål om hva du tenker at mobbing er, hva du tror er årsaken til at du mobbet andre og hvilke tiltak som ble satt inn. Det vil også være noen spørsmål om hvilke konsekvenser mobbingen har medført for deg og din psykiske helse.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Personopplysninger, som for eksempel navnet ditt, vil ikke komme med i datamaterialet. Det er kun meg og veileder som vil ha tilgang på intervjuene. Lydopptakene vil bli lagret på en kryptert minnepenn og når intervjuene blir transkribert vil alle personopplysninger anonymiseres og erstattes med koder. Du vil ikke kunne identifiseres i datamateriale, det vil blant annet si at ikke være mulig å kjenne igjen enkeltpersoner i publikasjonen av oppgaven.

### **Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?**

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er juni 2022. Når oppgaven er ferdig, vil all datamaterialet bli slettet.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Læringsmiljøsenteret har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.



## Dine rettigheter

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

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

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

- Veileder Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby ved Læringsmiljøsenteret i Stavanger på telefonnummer [REDACTED] eller e-post: [REDACTED]
- Eller meg, Maria Kollåsen på telefonnummer [REDACTED], eller e-post: [REDACTED]

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost ([personverntjenester@nsd.no](mailto:personverntjenester@nsd.no)) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Maria Kollåsen

Liv Jorunn Byrkjedal-Sørby

### Vedlegg 3: Samtykkeerklæring

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet «*Hva kan være årsaken til at noen som har blitt mobbet også utsetter andre for mobbing og hvilken oppfølging etter mobbing trenger disse elevene?*», og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

## Vedlegg 4: Godkjenning fra NSD

09.05.2022, 15:40

Meldeskjema for behandling av personopplysninger



### Vurdering

#### Referansenummer

181444

#### Prosjekttittel

Hva kan være årsaken til at noen som har blitt mobbet også utsetter andre for mobbing og hvilken oppfølging trenger disse elevene?

#### 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 [REDACTED]

#### Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

#### Kontaktinformasjon, student

Maria Kollåsen [REDACTED]

#### Prosjektperiode

08.12.2021 - 03.06.2022

#### Vurdering (1)

##### 17.12.2021 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet den 17.12.2021 med vedlegg. Behandlingen kan starte.

#### TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige personopplysninger og særlige kategorier av personopplysninger om helse frem til 03.06.2022.

#### 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 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

For alminnelige personopplysninger vil lovlig grunnlag for behandlingen være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a.

<https://meldeskjema.nsd.no/vurdering/619e1072-c660-4fe8-aaae-c40d5b6bd722>

1/3

For særlige kategorier av personopplysninger vil lovlig grunnlag for behandlingen være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen 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

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

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

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).

Nettskjema er databehandler i prosjektet. NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29.

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må prosjektansvarlig følge interne retningslinjer/rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

#### 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 hvilken type endringer det er nødvendig å melde:

<https://www.nsd.no/personverntjenester/fylle-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/melde-endringer-i-meldeskjema>

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

#### OPPFØLGING AV PROSJEKTET

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

Kontaktperson hos NSD: Henning Levold

Lykke til med prosjektet!