

Kandidatnr: 4050

# **BSOBAC- Bacheloroppgave**

«Forebyggende arbeid mot mobbing i skole og barnehage»



**Det samfunnsvitenskapelige fakultet,  
Bachelor i sosialt arbeid**

**UIS mars 2023**

**Kandidatnummer: 4054**

**Antall ord: 9609**

## Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning .....	1
1.1 Bakgrunn for valg.....	1
1.2 Problemstilling.....	1
1.3 Formål med oppgaven.....	2
2.0 Teori .....	2
2.1 Hva er mobbing?.....	2
2.2 Anti-mobbe program.....	3
2.3 Mobber og offer.....	3
2.4 Sosial kompetanse.....	4
2.5 Mobbing som et sosialt fenomen .....	4
2.6 Hva er et trygt læringsmiljø.....	5
2.7 Annerkjennelse.....	5
2.8 Resiliens.....	6
2.9 Kommunikasjon og relasjon.....	6
3.0 Metode.....	7
3.1 Valg av metode.....	7
3.2 Litteraturstudie.....	7
3.3 Datasamling.....	8
3.3.1 Inklusjons- og eksklusjonskriterier.....	8
3.4 Presentasjon av artikler.....	9
3.5 Studiens troverdighet.....	12
4.0 Diskusjon av funn.....	13
4.1 Kommunikasjon.....	13
4.1.1 Tillit.....	15
4.2 Effekten av anti-mobbeprogram.....	15
4.2.1 Spørreundersøkelser.....	16
4.3 Styrking av sosial kompetanse.....	17
4.4 Voksenrollen.....	18
4.5 Hvorfor begynner noen å mobbe?.....	19
4.6 Medvirkning.....	20
5.0 Oppsummering og konklusjon.....	22
6.0 Litteraturliste.....	23

## 1.0 INNLEDNING

### 1.1 Bakgrunn for valg

Mobbing har vært et tema på skolen i mange år. Mange har opplevd alvorlig grad av mobbing uten at å bli sett. I dag er det mange arenaer hvor man kan bli mobbet, og ikke lenger bare i skolegården. Ifølge folkehelseinstituttet blir 63 000 barn og unge mobbet til enhver tid i Norge (Aarø, 2016). Mobbing i barndommen kan føre til flere helseplager senere i livet, blant annet depresjon, angst, selvmord, psykose eller ensomhet. Det er ikke bare mobbeofferet som har økt risiko, men også den som mobber. «Ungdom som i skolealderen mobber andre, har økt risiko for en senere antisosial eller kriminell utvikling» (Aarø, 2016).

I 2017 kom en lovendring ved opplæringsloven som handler om skolemiljøet. Ved lov 17. november 1998 om grunnskolen og den videregående opplæringen (opplæringsloven) kapittel 9 A viser til skolens aktivitetsplikt for å sikre at elever har et trygt skolemiljø, retten til et trygt og godt skolemiljø og nulltoleranse mot mobbing, vold, diskriminering og trakassering

Etter at jeg var i praksis i barnevernet, møtte jeg flere barn og unge som har blitt utsatt for mye mobbing. Disse barna slet med flere ulike psykiske plager, og mange av dem hadde skolevegringer. Ungdommene følte seg ofte ikke hørt på skole, og de opplevde at skolene ikke brydde seg om mobbingen som foregikk. Også da jeg jobbet i barnehage så jeg enkelte barn hadde mobbeatferd. Mobbing kan starte i tidlig alder, og kan påvirke resten av barnets liv. Ifølge FO skal en sosionom forebygge, løse og redusere sosiale problemer. En sosionom i skole er en god ressurs for skolene, og kan ha en innvirkning på skolens miljø.

### 1.2 Problemstilling

Mobbing er et viktig tema for alle som jobber med barn og unge. Skolene i dag er pliktige til å jobbe mot mobbing for at alle skal barn skal ha et trygt læringsmiljø (opplæringsloven, 1998, §9 A). Det å skape et trygt og godt læringsmiljø fra tidlig alder er viktig for å forebygge mot psykiske lidelser og skolevegring i barnets senere liv.

**Derfor er min problemstilling:** Hvordan kan en sosialarbeider skape ett trygt læringsmiljø i skole og barnehage?

Problemstillingen tar utgangspunkt i utfordringen med å sikre at skole- og barnehagemiljøene er trygge og inkluderende for alle barn og unge. Sosialarbeidere spiller en viktig rolle i dette arbeidet, da de ofte jobber direkte med barn og unge og kan bidra til å identifisere og håndtere ulike problemer og utfordringer som kan påvirke trivselen og læringen til barna.

### 1.3 Formål med oppgaven

Formålet med denne oppgaven er å øke fokus på forebyggingen av mobbing. Man kan unngå mange ubehagelige situasjoner ved å sette inn tiltak tidlig, og gjøre barn oppmerksomme på hva mobbing er. I dag har man mange ulike anti- mobbeprogram som skal gjøre det enklere for skolen å forebygge. I denne oppgaven skal jeg blant annet se på effekten av antimobbetiltak og se på hvordan to skoler med høy grad av mobbing har klart å snu trenden. I min oppgave vil jeg også se på hvordan noen opplever mobbing selv fra ulike vinkler. Til slutt vil jeg drøfte funnene i artiklene. I neste kapittel skal jeg skrive teori om mobbing.

## 2.0 TEORI

I dette kapittelet skal jeg skrive teori om mobbing. Jeg skal gå inn på hva mobbing er, ulike anti-mobbeprogram som blir brukt her i Norge og hva et godt læringsmiljø er. For å kunne forebygge mot mobbing er det visse kunnskaper som kan være greit å vite. Blant annet hva som definerer mobbing, og når en handling går over til mobbing. Også kan det være greit å forstå hvorfor noen begynner å mobbe og hvorfor noen blir mobbet.

### 2.1 Hva er mobbing?

Begrepet mobbing kan variere ut ifra hvor du kommer fra. Olweus som har utviklet Olweus programmet mot mobbing definerer mobbing som negative handlinger som gjentas over tid. Denne handlingen må foregå over lengre tid, samt at det skal være en ubalanse i relasjonen mellom mobber og offer. Mobberen har da et fysisk eller psykisk overtak, som gjør det vanskelig for offeret å forsvare seg (Solberg og Martinussen, 2021, s.3).

Utdanningsdirektoratet (2016) har skrevet at mobbing kan være blant annet: baksnakking, spredt rykte, utestenging, stygge kommentarer, fysisk vold og frastjålet privat eiendom. De nevner også mobbing på sosiale medier slik som, utestenging fra grupper på sosiale medier, aldri få kommentarer eller likes på bilder, få stygge meldinger eller bilder og at noen sprer nakenbilder av vedkommende (s.1). Så mobbing kan være mange ulike handlinger.

## 2.2 Anti-mobbe program

Som jeg skrev innledningsvis, er skolene pliktet til å forebygge mobbing. «Skolen skal forebygge brudd på retten til et trygt og godt skolemiljø ved å arbeide kontinuerlig for å fremme helsen, trivselen og læringen til elevene» (Opplæringsloven, 1998, § 9 A-3). Anti-mobbeprogrammer er tiltak som har som mål å forebygge mobbing og styrke en positiv og inkluderende skolekultur. Slike programmer kan inneholde en rekke aktiviteter og strategier, inkludert opplæring av elever og lærere om mobbing, utvikling av inkluderende skolemiljøer, og opplæring av konkrete tiltak for å håndtere mobbing når den oppstår. For å redusere mobbing i skole, har det etter hvert blitt utviklet ulike anti-mobbe programmer. Noen program som har vist god effekt her i Norge er blant annet: Olweus-programmet, Zero- programmet og Respekt-Programmet. Ifølge folkehelseinstituttet har Olweus-programmet vist seg å være det mest effektive mobbeprogrammet ved forebygging av mobbing (Aarøe, 2016).

## 2.3 Mobber og Offer

Når man snakker om mobbing, snakker man ofte om mobberen og offeret. Som jeg skrev innledningsvis så defineres mobbing som gjentakende over lengre tid, hvor det er en part som er mer overlegent enn den andre parten. Roland skriver at mobbing handler om proaktiv aggresjon. Mobberen er stabile i handlingene og handler uten å bli provosert (Roland & Idsøe, 2001. referert i Lund & Helgeland, 2020, s.16). Rolletildelingen slik som mobber og offer kan fort bli stigmatiserende. Det kan ende med skylddeling og at ett barn blir sett på som et problem eller skyldig. Videre er hvordan man skal definere på hva som er en negativ handling og hvem som skal definere det. Også må det stilles spørsmål om hva som er over lengre tid og hva som er gjentakende. Skal det defineres som mobbing om det er gjentakende negative handlinger i ett par timer? Eller skal det vare i en dag eller mer? Samt hvor mange gjentakelser skal det til før det blir regnet som mobbing? Og ikke minst hvem bestemmer når dette blir kvalifisert som mobbing? Lund og Helgeland (2020) skriver det er offeret selv som skal definerer om man blir utsatt for negative handlinger. De har tatt utgangspunkt i Barnekonvensjonen artikkel 12 som sier at barn som kan uttrykke seg har rett til å bli hørt og sett (s.20).

Olweus definerer negativ handling som en situasjon hvor en person påfører eller forsøke å påføre en annen person skade eller ubehag. (Lund et al., 2017 s. 4). Olweus skiller også mellom direkte eller indirekte mobbing. Ved direkte mobbing er der observerbare angrep rette

mot ett offer, mens ved indirekte mobbing er det ofte utestenging eller isolasering. Indirekte mobbing kan være vanskeligere å oppdage enn direkte mobbing (Aarø, 2016).

## 2.4 Sosial Kompetanse

For å forebygge mobbing er det viktig å legge til rette for å utvikle sosial kompetanse hos barn og unge gjennom ulike tiltak og programmer, både på individnivå og på gruppenivå. Dette kan bidra til å skape et trygt og inkluderende læringsmiljø, der barn og unge har mulighet til å utvikle sosiale ferdigheter og relasjoner som kan forebygge mobbing (Utdanningsdirektoratet, 2018)

Sosial kompetanse handler om hvilke ferdigheter barnet har på ulike områder slik som: evnen til empati, selvkontroll, samarbeid, sosialt initiativ og prososial atferd. (Wang et al., 2022, s. 17). Videre står det i Wang et al (2022) sin rapport at barnegrupper hvor det er mobbing har en lavere grad av sosial kompetanse, mens ett godt klassemiljø var assosiert med en høyere grad av sosial kompetanse (s.21). Rapporten viste også at klasser med godt klassemiljø gjorde det bedre på nasjonale prøver enn klassene som hadde dårlig klassemiljø. Så sosial kompetanse viser ikke bare god effekt på det sosiale i klassene, men at barna lærer mer i timene, og har bedre fokus enn klasser med dårligere klassemiljø.

## 2.5 Mobbing som et sosialt fenomen

For noen kan mobbing bli oppfattet som ondskap og barna som mobber er dårlige barn. Men studier viser at barn ikke ønsker å gjøre andre vondt. «Hensikten er ikke å gjøre andre vondt eller å ødelegge vennskap, men å sikre sin egen tilhørighet i gruppa» (Helgesen, 2014, s.25). Man kan forstå mobbing på flere ulike måter, og det kan påvirke videre arbeid ved tiltak og forebygging av mobbing. Noen er kritiske til Olweus sin definisjon på mobbing, da han vinkler mobbere inn til en negativ beskrivelse og forstår dem som unormale (Schott, 2019, referert i Helgesen, 2014, s.25). Helgesen skriver også at frykten for å bli utestengt fra fellesskapet kan være en pådriver for å mobbe andre (s.25). Denne frykten for å bli utestengt blir ofte definert som sosial eksklusjonsangst. Teorien om sosial eksklusjonsangst er basert på forståelsen av at mennesker ønsker å være en del av et fellesskap, og det er når tilhørigheten trues at man kan føle på angsten (Søndergaard, 2009, referert i Helgesen, 2014, s.75).

## 2.6 Hva er ett trygt læringsmiljø?

Et trygt læringsmiljø for barn og unge er et miljø hvor de opplever fysisk og psykisk trygghet og trivsel, og der de får muligheten til å utvikle seg faglig, sosialt og personlig. Dette innebærer blant annet at barna og ungdommene opplever at de blir sett og hørt, at de har gode relasjoner til andre barn og til ansatte i barnehagen eller skolen, og at de får støtte og veiledning når de har behov for det (Utdanningsdirektoratet, 2020)

Barn og unge har rett på ett trygt læringsmiljø. «Barnehage- og skolemiljø omfatter barnehagens eller skolens fysiske miljø og psykososiale miljø. I tillegg favner det også læringsmiljøet i barnehagen og skolen» (Bjørnset et al. 2020 s. 22). I henhold til opplæringsloven §9 A er skolene pliktet til å gripe inn hvis et barn ikke opplever trygghet på skolen og er pliktet til å ha en aktivitetsplan. Alle som jobber på en skole, skal varsle rektor hvis de mistenker en elev er utrygg på skolen.

## 2.7 Anerkjennelse

Anerkjennelse handler om væremåte eller holdninger. Lund og Helgeland (2016) viser til anerkjennelse som grunnleggende betydning for utvikling av god psykisk helse (s.13). De skriver også at anerkjennelse er knyttet til dimensjoner: Dimensjonen om sosial verdsettelse, kjærlighetsdimensjonen og rettighetsdimensjonen. Lund og Helgeland (2016) beskriver kjærlighetsdimensjonen som tanken på at hvert individ har enestående verdi. Denne dimensjonen handler om å bry seg og vise interesse for barna. Videre beskriver de at rettighetsdimensjonen som handler om å ivareta barnas rettigheter i henhold til barnekonvensjonen. Til slutt skriver de om solidaritet, også kalt sosial verdsettelse som de beskriver som anerkjennelse for barnas evner og ferdigheter slik at de blir verdsatt i fellesskapet (Lund & Helgeland, 2016, s. 49-54).

Barn har behov for å bli sett og hørt av både voksne og barn. Mobbing kan starte allerede ved barnehagealder. Det er her barna lærer sosiale koder og lærer å være en del av fellesskapet. Ved å være observant kan man få slutt på vanskelige situasjoner for både barnet som blir utsatt for negative hendelser og for barnet som utsetter andre barn for negative hendelser (Idsøe & Roland, 2020, s.81)

Noen barn har mye uro i kroppen og sliter med å regulere seg selv. Er man da i forkant og viser barnet at man ser dem, kan de få følelsen av å bli sett og dermed kan lære hvordan man skal samhandle med andre barn. «Anerkjennelse er når barnet erfarer at de voksne gjør alt de kan for å ta barnets opplevelse, tanker og følelser på alvor- gjennom å lytte, forstå, akseptere, tolerer og bekrefte» (Lund I. & Helgeland A., 2016, s.26). En anerkjennende tilnærming kan bidra til å skape en kultur der alle barn og unge føler seg verdsatt og inkludert, og der de opplever at det er trygt å ta opp problemer og utfordringer med ansatte og medelever.

## 2.8 Resiliens

Selv med mye motgang i en oppvekst så kan et barn vokse opp uten skader. Helgesen (2021) beskriver resiliens som et barn som har sunn utvikling til tross for skade-risiko. Resiliens ble tidligere omtalt som løvetannbarn og var tidligere ikke interesse å forske på dette fenomenet (s.159). Hvor mye skader ett barn tar av mobbing vil variere fra hvert individ. Det spørres også på hvor mange beskyttelsesfaktorer barnet har. Helgesen (2021) viser til beskyttelsesfaktorer som barnets personlighet (utadvendt og åpen), tiltalende utsende eller intelligens. Andre beskyttelsesfaktorer kan også være hvilke voksne barnet har rundt seg. Hvis barnet har trygge voksne som støtter barnet og som er til stede kan dette være en viktig faktor for videre utvikling (s.160).

## 2.9 Kommunikasjon og Relasjon

Kommunikasjon handler om å dele eller formidle kunnskap eller et budskap med en person eller en gruppe (Røkenes & Hanssen, 2012, s. 215). Å kunne kommunisere og bygge en relasjon til barn og unge kan bidra til at flere unge tør å si ifra om mobbing som skjer. I en undersøkelse som ble gjort av Helgeland og Lund (2018) viser funn av at ungdommene ikke hadde tillit til de voksne på skolen, og flere ungdommer føler skolen ikke bryr seg om mobbesaker (s.152). Barn og unge trenger trygge voksne som dem kan stole på. Å ha gode relasjoner mellom ansatte og barn eller unge, og mellom barn og unge seg imellom, kan bidra til å skape et trygt og inkluderende læringsmiljø. Kommunikasjon mellom ansatte, barn og unge er også avgjørende for å identifisere og håndtere mobbing.



### 3.0 METODE

I dette kapitlet vil jeg gjøre rede for hva metode er, og hvilken metode jeg har brukt for denne oppgaven. Jeg skal skrive om hvordan jeg har funnet de ulike artiklene jeg skal ha søkelys på samt reflektere over studiens troverdighet.

#### 4.7 Valg av metode

Metode er en måte for å frembringe kunnskap eller etterprøve kunnskap (Dalland, 2020, s.53). En metode viser hvordan man skal gå fram for å finne relevant kunnskap opp mot en problemstilling. Det er flere ulike metoder som man kan bruke. Ved valg av metode må man finne den som passer best til å belyse den valgte problemstillingen. «Metoden er redskapet vårt i møtet med noe vi vil undersøke» (Dalland, 2020, s.54).

Når man snakker om metode, nevnes ofte kvantitativ eller kvalitativ metode Som sentrale forskningsmetoder. Begge metoder har ulike styrker og fordeler. Ved den kvantitative metoden finner vi data som er målbare enheter, slik at vi kan regne ut for eksempel gjennomsnitt eller prosent. Ved kvalitativ metode kan vi finne meninger og opplevelser som vi ikke finner ved tall. (Dalland, 2020, s.54). Hver metode gir oss en forståelse av samfunn, individ eller grupper. I tillegg til kvantitativ og kvalitativ studie har vi også litteraturstudie, som jeg har valgt til denne oppgaven.

#### 3.2 Litteraturstudie

I denne oppgaven har jeg valg litteraturstudie som metode. «Metoden i litteraturstudie handler om å søke vitenskapelig originalartikler i relevante databaser» (Støren, 2013, s. 37). Studien skal inneholde vitenskapelige artikler som er troverdig. Støren (2013) sier at litteraturstudie ikke skaper ny kunnskap om emnet da man bruker eksisterende kunnskaper som er presentert i vitenskapelige artikler. Hun sier også at litteraturstudie er systematisering av kunnskapen og kan være det første leddet i et forskningsprosjekt. «Å systematisere kunnskap vil, som nevnt, si å søke den, samle den, vurdere den og sammenfatte den» (Støren, 2013, s.17). Forskningen skal være kumulativ som betyr at man bygger videre på forskning som allerede foreligger og er troverdige (Dalland, 2020, s.61).

Jeg har valgt å bruke litteraturstudie som metode, da jeg mener dette passer best til min problemstilling. Ved bruk av denne metoden kan jeg gå i dybden i hva mobbing handler om samt vitenskapelige artikler som handler om mobbeprogram, effekten og hvordan man kan forebygge og hindre mobbing. Vet ett stort tema som mobbing så mener jeg at det er viktigere å se på erfaringer og meninger, enn å se på tall. Selv om en kvantitativ tilnærming også viser masse gode kunnskaper ved å se på forekomsten av mobbing, hvem som mobber, alder og kanskje bakgrunn til mobbere og offer, ønsker jeg heller å ha søkelys på hvorfor noen begynner å mobbe, hva kan forebygge mobbing og tiltak som kan stoppe mobbing.

Når man bruker litteraturstudie som metode må man alltid tenke på kildens troverdighet. For at jeg skulle finne kildens troverdighet har jeg brukt nettsiden kanalregister for å se hvilket nivå de ulike tidsskriftene ligger på. Kanalregister er et register for vitenskapelige publiseringskanaler. De sorterer de ulike publiseringskanalene på forskjellige nivåer fra nivå 2 til nivå x, hvor nivå 2 er det høyeste nivået. Nivå 2 og 1 er begge godkjente fagfelleverderte artikler, mens nivå 0 er avslag og nivå x er tvilende ved godkjenning eller avslag. For at en publiseringskanal skal bli godkjent må de være identifiserbare med et gyldig ISSN, ha en vitenskapelig redaksjon, ha rutiner for ekstern fagfellevurdering og ha en nasjonal eller internasjonal forfatterkrets (Kanalregisteret, u.å).

### 3.3 Datainnsamling

Søkene mine ble gjennomført fra 10. januar til 14. februar i databasene Oria, Idunn og google scholar.

I begynnelsen søkte jeg på forskjellige ord på norsk, hovedsakelig i Oria. Søkord jeg har brukt var blant annet: «Barn og mobbing» «Mobbing og forebygging» «mobbing og skole». Da det var generelt få artikler på disse søkeordene, valgte jeg å søke på google scholar. Da jeg fikk mange flere alternativer i google scholar valgte jeg å bruke inkluderings- og ekskluderingskriterier.

#### *3.3.1 inkluderings- og ekskluderingskriterier*

For å kunne avgrense søket kan man bruke inkluderings- og ekskluderingskriterier. Eksempler på dette kan være utgivelsesår, type artikkel, språk eller ekskluderingsord. For at jeg skulle finne frem i google scholar brukte jeg ordene barn, mobbing og forebygging. Ved dette søket

fikk jeg opp mange forskjellige master- og bacheloroppgaver, så for å ekskludere disse typer artikler brukte jeg ordene Master og Bachelor som ekskluderingsord under avansert søk. Jeg brukte også utgivelsesår etter 2020 og fikk 150 resultater. Jeg valgte å se på overskriftene, og se nøyer på sammendrag på de artiklene som kunne være relevant for min problemstilling. De artiklene jeg sto igjen med, søkte jeg opp tidsskriftene i kanalregisteret og sto da igjen med 3 artikler som jeg syntes er relevante for min problemstilling. Jeg har valgt artiklene:

1. kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket Olweus programmet (OBPP) -et skoleomfattende program mot mobbing og antisosial atferd (2.utg). (Havik T & Ertesvåg S., 2020)
2. En casestudie om forebyggende mobbearbeid (Bachmann K., Hungnes T., Haug P., Groven G., 2022)
3. Fortellinger om utestenging og klassemiljø (Jahnsen H. & Støen J., 2021)

Jeg valgte den første artikkelen da den går inn i dybden på en av de mest kjente anti-mobbeprogrammene og de ser på effekten både nasjonalt og internasjonalt. De har sett på reduisering av mobbing, kriminalitet, vandalisme og anti-sosial atferd. Artikkel nummer to har jeg valg da man fikk se hva to ulike skoler gjorde for å håndtere mobbing. Den siste artikkelen valgte jeg å bruke da den viser mobbingen fra flere perspektiver, både offeret, foreldre og skolen sin versjon og opplevelse av situasjonen.

### 3.4 Presentasjon av artiklene

I dette kapitlet skal jeg skrive ett kort sammendrag av de ulike artiklene jeg har valgt.

Artikkel 1: Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket Olweus programmet (OBPP) -et skoleomfattende program mot mobbing og antisosial atferd (2.utg). (Havik T & Ertesvåg S., 2020)

Denne artikkelen handler om hvor mye effekt Olweus programmet (også kalt OBPP) har på mobbing og anti-sosial atferd. Målsettingen til Olweus programmet er å redusere mobbeproblemer og forebygge mobbing samt og skape ett trygt og godt læringsmiljø. (Havik & Ertesvåg, 2020, s. 3). OBPP er et program som ikke trenger å ha store økonomiske investeringer. Dette programmet fokuserer mer på de voksne sine holdninger, atferd og rutiner. Programmet inneholder tiltak på tre ulike nivåer:

*Skolemiljø:* Regler mot mobbing, vakter i friminuttet, samtalegrupper blant personalet, skolemiljøutvalg, elevundersøkelser årlig og markering av antimobbearbeid er blant noen av tiltakene som er på skolenivå.

*Klassenivå:* introdusere reglene skolen har mot mobbing, klassemøter for å diskutere klassemiljøet, rollespill, og foreldremøter.

*Individnivå:* Individuelle samtaler med mobbere og offer, veilede barna i hva de skal gjøre hvis de ser noen blir mobbet, samtale med foreldre ved en situasjon og individuelle tiltaksplaner (Havik & Ertesvåg, 2020, s. 5).

Havik og Ertesvåg ønsket å se om dette programmet burde være anbefalt for skoler som et anti-mobbe program. De brukte et systematisk litteratursøk i ulike databaser for å finne effektstudier på Olweus programmet. De fant seks effektstudier i Norge og tre i USA som ble gjennomført av Olweus gruppen selv. Samtidig fant de to uavhengige studier i USA, to internasjonale metaanalyser og en internasjonal kunnskapsanalyse (Havik & Ertesvåg, 2020, s. 7). I alle disse studiene fant de en nedgang antall barn som mobbet og antall barn som ble mobbet, redusert med hele 30-60%. Flere av studiene har også vist en reduksjon i anti-sosial atferd hvor de så en nedgang i tyveri, hærverk, skulk og alkohol samt at det har blitt økt skoletrivsel og bedre sosialt læringsmiljø. (Havik & Ertesvåg, 2020, s. 15)

Artikkel 2: En casestudie om forebyggende mobbearbeid (Bachmann K., Hungnes T., Haug P., Groven G., 2022)

Dette er en casestudie av to ulike norske skoler som har hatt problemer med mobbing og dårlig læringsmiljø. Disse to skolene har klart å snu trenden ved å redusere antall mobbesaker og har laget et systematisk og forebyggende arbeid læringsmiljøet. (Bachmann et al. 2022, s. 72). De beskriver at det kreves fire ulike forutsetninger for å ha et inkluderende læringsmiljø som er: være med i felleskapet, delta i felleskapet, sikre medvirkning og ha utbytte av deltakelse. Under teoridelen ser man at det kontekstuelle, relasjonelle og sosiale faktorer er viktig å huske på når man skal forstå og forklare læringsmiljø.

For å finne ut av hvordan disse skolene har jobbet med mobbing og læringsmiljø brukte de gruppeintervju med 4 ulike grupper med til sammen 17 informanter fordelt på de to skolene. Gruppene besto av rektor, inspektør, sosiallærer, rådgiver og lærere. Intervjuene ble gjort av tre forskere som brukte lydopptak og en strukturert intervjuguide. Under intervjuene ønsker

de svar på følgende temaer: mobbing, elev- og foreldremedvirkning, læringsmiljø, grep som fremmer læringsmiljø, kompetanse, beredskapsteam og støtte fra skoleeier og kommune. For å systematisere svarene laget de 5 grupper: langsiktig satsing på læringsmiljø, gjennomgående vekt på forebygging, informasjonsflyt mellom ansatte, opptatt av å bygge tillit mellom lærer og elev og søkelys på brukermedvirkning. Slik kunne de se hva som var felles for disse to skolene ved bekjemping av mobbing. De fant ut ved begge skolene at felles kultur, god kommunikasjon mellom de ansatte, medvirkning blant elever og foresatte, samt tillitt mellom lærer og elev er viktige faktorer for å forebygge mobbing blant begge skolene. «Tid, oppmerksomhet og involvering på alle nivå er viktige stikkord for å jobbe mobbeforebyggende gjennom å bygge et trygt og godt læringsmiljø» (Bachmann et al. 2022, s. 84)

Artikkel 3: Fortellinger om utestenging og klassemiljø (Jahnsen H. & Støen J., 2021).

Denne artikkelen er en kvalitativ studie hvor de har intervjuet ett mobbeoffer, skoleledelsen, lærere og foreldre. Dette var en mobbesak som handlet om utestenging av jenter i en klasse. Jahnsen & Støren gjorde dybdeintervjuer med en informant om gangen. Intervjuene var semi-strukturert og handlet om selve mobbesaken og om klassemiljøet. Dette er en sak om 13 år gamle jenter som har gått over til ungdomsskolen. Mariell som blir intervjuet opplevde at hun ble utestengt etter hun gikk til en annen jente ved en oppgave. Etter å ha hatt fri ett par dager, var hun helt utestengt blant hele klassen.

Læreren beskriver situasjonen som usynlig jentemobbing. Hun hadde forsøkt å snakke med jentene om situasjonen, men jentene hadde ikke ønsket å snakke. Læreren beskrev jentene som usikre jenter som ikke ville ha gym, svømme eller dusje. Hun sier også at utestengingen har gått på omgang i løpet av den høsten. Skoleledelsen sier at dette er en sak som kom videre fra barneskolen. Skoleledelsen sier også at hvem som blir mobbet og utestengt varierte og nå var det Mariell som var utestengt fra gruppen. Selv mener han at det er foreldrene til jentene som må ta mer ansvar for situasjonen, men at de ikke ønsket å samarbeide med skolen.

Usikkerhet er et stort tema i denne artikkelen. Jentene ville passe inn, og frykten for å bli utestengt var reell. Mariell sier selv at hun har tidligere vært med på å mobbe og utestenge andre jenter. Hun forsto det ikke som mobbing på den tiden, men når hun selv kom i samme situasjon forsto hun hva hun hadde vært med på. Mariell forklarte at hun måtte bli med på mobbingen for å selv ikke miste plassen i gruppen.

### 3.4 Studiens troverdighet

For å se på en kildes troverdighet må den ha god validitet og reliabilitet. Validitet handler om relevans og gyldighet i forhold til problemstillingen og forskningsspørsmålene som har blitt stilt. Reliabilitet handler om at målinger som har blitt gjort skal være utført på en korrekt måte, samt at feilmarginer skal være angitt (Dalland, 2007, s.49). Ved et intervju kan feilkilder i kommunikasjonsprosessen være en fallgrube. Det er mange faktorer som kan påvirke resultater ved et intervju. Blant annet kan den som blir intervjuet misforstå spørsmålet eller den som intervjuer kan misforstå svaret. Notatene som blir skrevet ned kan også misforståes eller bli uoversiktlige. Disse faktorene kan føre til at påliteligheten blir redusert (Dalland, 2007, s.94). Videre forklarer han at pålitelighet handler om prosessen av for eksempel intervju må være gjort på en nøyaktig måte (s.94).

I Artikkel 2 brukte de lydopptaker samtidig som det var tre forskere som intervjuet samtidig. Ved artikkel 3 var det masse hensyn til personvern. Her ble alle navn samt dialekt byttet ut, det er dermed ingen direkte sitater i fortellingene som ble skrevet. Forskerne gjorde alle svarene om til en helhetlig fortelling. Dette var for å ivareta informantenes personvern, samtidig at det skulle være mer lesbart (Jahnsen H. & Støen J., 2021). Ulempen med denne metoden kan være at man mister dialektord som uttrykker følelser eller man kan miste gjentakelser som kan styrke en mening eller tanke. Fordelen med en narrativ tilnærming slik som i artikkel 3, er at man kan få se perspektiv fra ulike sider, og at man kan se hvor forskjellig ulike partier forstår situasjonen.

Validitet og reliabilitet i henhold til meg selv, så kan jeg bli påvirket over mine egne subjektive meninger ved valg av artikler. Jeg har prøvd å finne artikler som jeg mener kan passe til min problemstilling, men jeg er selv opptatt av barnas egne oppfatninger av mobbing. Derfor syntes jeg artikkel 3 var en fin artikkel som belyste barnas og foreldres egne oppfatninger på en mobbesituasjon, selv om artikkelen kan ha en noe svak pålitelighet. Samtidig er forskerne som utførte intervjuene klar over den noe svake siden ved den brukte metoden.

Alle mobbesaker er forskjellige. Barn har ulike bakgrunn, erfaringer og miljø. Det finnes ikke ett fasitsvar på hvordan man skal stoppe en mobbesak. Mange mobbesaker er avanserte med mange ulike barn eller voksne involverte. Ulempen med disse artiklene er at det ikke finnes en måte å håndtere en mobbesak på.

I forhold til søk, skulle jeg ønske jeg kunne brukt Oria som min søkemotor, da man kan gjøre mer avanserte søk. I ettertid har jeg tenkt å jeg kunne søkt mer på engelske artikler ved Oria og dermed fått ett større utvalg å velge mellom, samtidig ved å bruke engelske artikler kan det være mindre relevant til norske barn.

#### **4.0 DISKUSJON AV FUNN OG DRØFTING**

I dette kapittelet skal jeg skrive hvilke funn jeg har funnet ved å analysere de tre artiklene jeg har valgt, i henhold til problemstillingen om hvordan man kan skape et trygt læringsmiljø.

##### 4.1 Kommunikasjon

Mobbing er et alvorlig problem som berører mange barn og unge, og kan føre til langvarige konsekvenser for både offeret og mobberen. I skole og barnehage har voksne en viktig rolle i forebygging, avdekking og håndtering av mobbing. En viktig del av dette arbeidet er å etablere god kommunikasjon mellom ansatte, barn/elever og foreldre. Ved å skape en åpen og tillitsfull kommunikasjonskultur, kan man legge grunnlaget for et effektivt samarbeid og øke muligheten for å identifisere og håndtere mobbing på en konstruktiv måte. I denne teksten vil jeg drøfte betydningen av god kommunikasjon i arbeidet med å forebygge og håndtere mobbing i skole og barnehage, og gi noen konkrete forslag til hvordan man kan etablere en slik kultur.

I de tre artiklene ser jeg at kommunikasjon er viktig for å forebygge mot mobbing. Dette inkluderer kommunikasjon mellom elev og lærer, lærer og ledelse, skole og hjemme. Helgesen (2021) skriver at det er igjennom kommunikasjon man kan skape en relasjon til brukerne (s.364). Skaper man en relasjon til barna kan dette bidra til at barn og unge tørr å si ifra om vanskelige situasjoner som oppstår. I artikkelen til Helgeland og Lund (2018) sier flere barn at de ønsket mer kommunikasjon mellom skolen og foresatte. Ungdommene føler foreldrene ikke vet nok om mobbing og ønsket at skolen skal ta ansvar for at foreldrene skal forstå hva mobbing er.

Jahnsen og Støen (2021) viser at det var dårlig kommunikasjon gjennom hele mobbesaken. Skoleledelsen mente at foreldrene ikke gjorde nok for å stoppe mobbingen og at de ikke ønsket å samarbeide med skolen, på den andre siden opplevde foreldrene at skolen ikke gjorde nok for å skape et godt klassemiljø. PPT som var involvert mente at det burde vært bedre

lærer-elev relasjon og at jentene ikke fikk nok oppmerksomhet, da guttene nok opp mye plass (s.32). I denne situasjonen er det en svikt i kommunikasjonen mellom alle parter. Selv om kommunikasjon er en viktig del for å forebygge mobbing, kan det også være utfordrende å kommunisere med alle. Det er flere faktorer som kan gjøre kommunikasjon vanskelig, blant annet kan man møte på folk med annet språk, barn med funksjonshemning, passive foreldre, dårlig ledelse eller at man ikke har tid til å kommunisere med alle man ønsker.

Kommunikasjon mellom de ulike ansatte er også et viktig tiltak ved forebygging av mobbing. Olweus- programmet bygger blant annet på pedagogiske samtalegrupper. I dette programmet skal skolen ha felles regler for hvordan barna skal være med hverandre. Det er tre sentrale regler som skal gjelde alle barna på skolen: Vi skal ikke mobbe andre, vi skal være med elever som er alene og vi skal hjelpe andre som blir mobbet.

I studien til Bachmann et al. (2022) var «Vi-følelsen» et fellestrekk mellom skolene. Skolene syntes det var viktig med en felles forståelse til hverandre og til barna. De brukte ikke «mine og dine barn» men «våre barn». Alle de voksne hadde et felles ansvar for å skape ett godt skolemiljø. Alle ansatte skulle ha samme rutiner, regler og mål. Lund og Helgeland (2020) skriver at det er de voksnes ansvar å skape et vi- felleskap blant barna, slik at barn ikke skal oppleve å bli utestengt fra felleskapet og dersom de blir utestengt skal de voksne ha gode rutiner for å få barnet i inkludert igjen. Barnas vi- felleskap er sterkt preget av de voksnes vi- felleskap. Lund og Helgeland viser at barnas- ansatte- og foreldres vi- felleskap er med på å skape ett inkluderende felleskap i barnehagen. I likhet med nevnte artikler viser Lund og Helgeland også viktigheten med kommunikasjon. «På vei mot felles forståelse er kommunikasjonskultur og samarbeidskompetanse avgjørende» (Lund & Helgeland, 2020, s.138).

Ved å kommunisere med foreldre, kollegaer og barna kan man ta tak i situasjoner før de utvikler seg. Spesielt er det å kunne samarbeide med andre kollegaer og huske på «våre barn» og ikke «mine- og dine barn» viktig for felleskapet. Er en ansatt ute med barna og ser en situasjon utvikle seg kan man spare mye tid ved å stoppe situasjonen eller gi beskjed til den ansvarlige voksne, enn å ignorere det. Samtidig har man ofte mange barn man selv er ansvarlig for, samt at man gjerne ikke har noe relasjon til disse barna, så det kan være utfordrende å gå inn i en konflikt man ikke kjenner til. I Bachmann et al. (2022) sin studie har skolene tatt bilder av barna som behøver ekstra tilsyn slik at alle ansatte er klar over situasjonen, samt at de har et morgenmøte hver morgen for å diskutere skolemiljøet. Etter et friminutt kan den som hadde vakt ute forklare læreren hva som har skjedd, slik at læreren kan ta opp situasjonen med en gang. Dette kan være en effektiv metode da læreren kan lære dem



hva som er akseptabel atferd mens minnet fremdeles er ferskt. Venter man til neste uke eller til en fast dag med klassemøte kan minnet være borte og barna har glemt situasjonen. Samtidig kan det være frustrerende for lærere å bruke fem minutter av hver time etter friminutt på å snakke om situasjoner og barna kan minste verdifull læring.

#### *4.1.1 Tillit*

Tillit er en viktig faktor når det gjelder å forebygge og håndtere mobbing i skole og barnehage. Når barn føler seg trygge og har tillit til både ansatte og medelever, kan det være lettere å forebygge mobbing og håndtere situasjoner der mobbing allerede har skjedd. På den andre siden kan mangel på tillit bidra til å øke risikoen for mobbing og gjøre det vanskeligere å håndtere tilfeller som allerede har skjedd.

Barn og unge behøver trygge voksne rundt seg som de kan stole på. Har man god relasjon og tillit til en voksne er det større sjans for at barn tør å si ifra om de har det vanskelig. Helgeland og Lund (2018) sin studie viser det at ungdommene føler at de voksne ikke bryr seg om mobbing og at det ikke nytter å si ifra (s. 152). Ungdommene føle at de ikke blir hørt av de voksne og noen ungdommer tør ikke å si ifra til de voksne i frykt for å bli mer mobbet. Ungdommene er klare på at tillit må bygge fra begynnelsen av. Å skape tillit kan være en utfordrende oppgave, spesielt blant ungdommer. I Bachmann et al (2022) sin studie viser det at begge skolene er opptatte av å skape tillit blant elevene. Informantene sier at eleven må ha en relasjon og tillit til pedagogen for at han skal si ifra. Roland (2014) skriver selv at tillit ikke alltid er nok for at barna skal fortelle om mobbing. Han skriver videre at barna må ha erfaring av å bli hørt og sett, samt at de må se at det er vilje fra de voksne å stoppe mobbingen (s. 139).

God kommunikasjon- og relasjonskompetansen bidrar til økt tillit. Relasjonskompetansen handler om å forstå og å kunne samhandle med dem man møter i yrkessammenheng på en god måte (Røkenes & Hanssen, 2017, s.9). Hvordan man skal skape en relasjon og tillit vil variere fra barnets alder og modenhet. Relasjonskompetansen kan spille en viktig rolle i forebygging av mobbing. En god relasjon mellom voksen og barn kan gjøre det lettere for barnet å rapportere mobbing og føle seg tryggere i skolemiljøet.

#### 4.2 Effekten av anti-mobbeprogram

Studien av Havik og Ertesvåg (2020) viser til hvilken effekt Olweus-programmet har for skolene. I deres studier ser de at det er langtidseffekt av programmet, men kun hvis

programmet blir vedlikeholdt på skolen. Man kan se effekten av mange av de samme tiltakene i studien til Bachmann et al. (2022). Blant tiltakene om relasjon mellom lærer og elev, vakter i friminutt og faglige grupper er noen fellestrekk mellom skolene i studien og Olweus-programmet. Også en studie fra Kvarme (2012) viser at tilsyn fra lærere i friminutter var en av de mest effektive tiltakene man kunne sette inn for å forebygge mot mobbing (s.49). I likhet med Havik og Ertesvåg ser også Kvarme at det er de intense skolebaserte mobbeprogram som går over lengre tid er mest effektive for å redusere mobbing i skolene.

Selv om tiltakene viser en god effekt på skolene som var en del av studien til Bachmann et al, vil det ikke bety at disse tiltakene vil virke på alle skoler. En studie fra Beets et al (2008) viser at de ansattes holdninger til mobbeprogrammene hadde en stor rolle i effekten av tiltakene (s.273). Tiltak som skal tas i bruk må være tilpasset hvert enkelt skolemiljø og mobbeproblematikk (Boge, 2016). Tiltak mot mobbing har i flere studier vist en god effekt. Olweus studien viste en nedgang på mellom 30 og 60% (Havik & Ertesvåg, 2020, s.8). Men selv ved disse gode resultatene må tiltakene tilpasses etter problematikken og skolemiljø.

#### *4.2.1 Spørreundersøkelser*

Spørreundersøkelser blir hyppig brukt blant skoler i Norge. Både i artikkelen om Olweus-programmer og artikkelen om casestudier bruker spørreundersøkelser hyppig og anbefaler å ha det årlig for å se hyppigheten av mobbing. Men det er også noen som er uenige ved effekten av spørreundersøkelser. Høiby (2002) mener at skriftlige spørreundersøkelser ikke vil gi et nyansert og presist bilde av klassens situasjon da man ikke kan stille utdypende spørsmål (s.43). Hun ønsker heller å bruke individuelle samtaler med barna, før man har et felles klassemøte for å snakke om resultatet. Høiland påpeker at ingen andre skal vite hva barnet har sagt i samtalen, og klassen skal kun få vite hvor mange barn i klassen som var enig. Det er både fordeler og ulemper med begge metodene.

Ved skriftlige undersøkelser kan man få feilaktige svar, hvor det er en sjanse for at barn og ungdom ikke svarer ærlig. Noen kan krysse på at de ikke blir mobbet, selv om de opplever mobbing eller at de kan krysse av for å bli mobbet selv om de ikke opplever dette. Ved de yngste barna vet man ikke hvor mye de forstår av undersøkelsen, kanskje spesielt de som er umodne. Ved individuelle samtaler krever det en god og trygg relasjon mellom voksen og barn for at de skal tørre å åpne seg. Det kan være utfordrende å ha en like god relasjon til alle barna man er ansvarlige for. Også barnas personligheter kan ha en effekt på svarene. Barn som er utadvendte og trygge på seg selv kan åpne seg opp mer enn et barn som er usikker på

seg selv og situasjonen. En annen ulempe med individuelle samtaler er tidsbruket. Når hvert barn skal ha en individuell samtale vil det ta opp mye tid i en allerede travel arbeidsdag. For mange kan dette være vanskelig å gjennomføre. Også må en voksen ut av klasserommet, og vil da være færre ansatte tilgjengelige i den tiden samtalene gjennomføres.

#### 4.3 Styrking av sosial kompetanse

Som jeg skrev i teoridelen, handler sosial kompetanse om barnas ferdigheter på å samhandle med andre. Idsøe og Roland (2020) skriver at barna må lære mange sosiale ferdigheter for å få gode vennerelasjoner og forebygge mobbeatferd (s.58). Mobbing kan starte allerede ned til barnehagealder. I motsetning til skole hvor det er mye faglig oppsett, kan man i barnehagen jobbe med sosial kompetanse hver dag sammen med de voksne. I denne prosessen vil den voksne ha en stor rolle som en veileder. Barna i barnehagen kan oppleve mobbing som ekskludering fra lek, noe som barna frykter mest skal skje (Skoglund, 2020, s.29). Samme problematikk ser vi i artikkelen til Jahnsen og Støren (2022) hvor jentene i 8. klasse er redde for å bli ekskludert fra felleskapet og blir derfor med å mobbe de andre. Angst for å bli ekskludert virker som å være ett gjentakende problem i begge disse studiene. Schott og Søndergaard (2014) beskriver sosial ekskluderingsangst som en angst for å falle utenfor felleskapet og frykten for en sosial død (s.54). Så for å unngå å falle utenfor felleskapet så blir man med på mobbingen.

Jahnsen og Støren (2022) oppfatter at lærerne og skoleledelsen mener at jentene selv er ansvarlige for situasjonen. «Læreren fremhever Mariells eget ansvar for utestengingen hun opplever ved å bekrefte en medelev sitt argument: Mariell fortjener det fordi hun har utestengt andre» (Jahnsen & Støren, 2022, s.32). Mariells oppfatning virker annerledes enn hva lærerne og skoleledelsen tenker. Mariell mente hun gjorde hva hun måtte gjøre for å beholde plassen i gruppen og så ikke seg selv som en mobber (s.30). Hvis vi har mulighet til å lære barna effekten av utestenging og kan vise dem hvordan man skal inkludere andre, er det mulig å redusere sosial ekskluderingsangst. Ved sosial kompetanse er empati et viktig nøkkelord. Ved å bevisstgjøre empati kan de voksne forklare barna hvordan det føles å bli utestengt. Idsøe og Roland (2017) skriver at de voksne kan forebygge mobbeatferd ved å påpeke hvordan det hadde følte om en selv ble utestengt fra gruppen (s.60).

Jentene i Jahnsen og Støren (2022) sin studie viser at jentene var usikre allerede da dem begynte på skolen. Foreldrene forklarer at jentene var usikre på de andre jentene fra første dag

og at skolen ikke gjorde nok for å trygge ungdommene. Idsøe og Roland (2017) forklarer at selvsikkerhet kan trenes på allerede fra barnehagealder. «De voksne i barnehagen kan hjelpe barn å vise selvsikkerhet for å forebygge mobbeatferd og stå imot mobbing dersom det forekommer» (Idsøe & Roland, 2017, s. 60). Å lære barna sosial kompetanse allerede fra barnehagealder kan barna bli mer rustet i møte med situasjoner og konflikter den dagen de begynner på skole og ikke har like mye voksenkontakt som i barnehagen. Deretter er det skolen sitt ansvar å vedlikeholde disse ferdighetene barna har tildelt seg, å fortsette og veilede dem i sosiale omgivelser.

#### 4.4 Voksenrollen

Voksenrollen er avgjørende når det gjelder å forebygge og håndtere mobbing i skolen og barnehagen. Voksne har ansvar for å skape et trygt og inkluderende miljø, der alle barn og elever føler seg sett, hørt og respektert. Dette innebærer blant annet å være oppmerksom på tegn til mobbing, å gripe inn når mobbing skjer samt å følge opp både offer og mobber.

En viktig del av voksenrollen er å være oppmerksom på tegn til mobbing samt å handle raskt og konsekvent når mobbing oppdages. Dette kan innebære å følge opp enkeltpersoner som er involvert i mobbing, samt å sette inn tiltak som kan forebygge videre mobbing i skole- eller barnehagemiljøet. Personalets holdninger og atferd på skolen er et sentralt tema i Olweus programmet (Havik & Ertesvåg, 2020). På enhver pedagogisk arena er de voksne rollemodeller for barna, og noe man jobber med ved Olweus-Programmer er hvordan de voksne oppfører seg rundt barna.

Idsøe og Roland (2017) skriver at barn vil bli påvirket negativt hvis de voksne oppfører seg dårlig (s.22). Hvis barna overhøre ansatte eller foresatte snakke dårlig om andre personer kan denne atferden smitte over til barna. Barn ser på voksne hvordan de oppfører seg i relasjoner, derfor er det viktig å være bevisst på sin egen oppførsel når man er rundt barn.

I barnehagen kan man unngå mange situasjoner hvis de voksne er der barna er. Mange barn har ekstra utfordringer som kan gjøre det vanskeligere for barna å komme inn i leken. Noen eksempler på slike utfordringer kan være språkvansker, atferds utfordringer eller funksjonsnedsettelse. Lund og Helgeland (2020) skriver at disse barna er mer sårbare når de skal være med i leken og samhandle med andre barn (s.139).

I barnehagen er det ofte voksne som er med å leke med barna eller observerer leken. En aktiv voksen som er med i leken kan være med å støtte og trygge barn i leksituasjoner. Den voksne

kan motivere til inkludering, skape gode relasjoner mellom barna og sette grenser hvis det oppstår utfordrende situasjoner (Lund & Helgeland, 2020, s.139-141). Samtidig har barna behov for å lære å løse konflikter på egenhånd (Idsøe & Roland, 2017, s.70). Når en voksen er med i leken, kan det fort bli den voksne som løser alle konflikter for å skape den gode leken igjen, men Idsøe og Roland (2017) påpeker at det å kunne løse konflikter kan hjelpe barna å analysere og løse mobbeproblematikk (s.70). Når barna etter hvert begynner på skolen vil det være mindre voksne rundt leken, og barn som har gode ferdigheter i konflikthåndtering kan klare seg bedre i leken.

I Bachmann et al. (2022) sin studie viser det at å være i forkant, tar ting opp umiddelbart og registrer raskt dersom noe skjer er viktige tiltak ved begge skolene i forebygging av mobbing. For å oppnå dette på en skole er man avhengig av å ha nok bemanning ute i friminuttene. Ved en større barnegruppe på en større arena kan dette være vanskelig å oppnå i praksis. Det er ikke alltid nok voksne som kan være vakter i friminuttet, samt at det kan være vanskelig å observere atferden og leken til alle barna slik man i en større grad kan gjøre i barnehagen. Derfor ved å lære barna om mobbing og viktigheten med inkludering allerede fra barnehage alder, kan barna være mer observant på mobbing når dem begynner på skolen.

#### 4.5 Hvorfor begynner noen å mobbe?

Mobbing er en alvorlig problemstilling som kan ha negative konsekvenser for både mobbeofferet og mobberen selv. Ofte er det voksne som må gripe inn og hjelpe, men for å kunne gjøre dette på en effektiv måte, er det viktig å forstå hva som kan ligge bak mobbing. Det finnes flere faktorer som kan spille inn når det gjelder hvorfor barn og unge mobber, og i denne teksten vil jeg drøfte noen av dem.

Når man skal forebygge mobbing kan man se på hvorfor noen blir mobbet og hvorfor noen blir offer. Olweus sier at det er mobberen sin personlighet kombinert med oppvekstkår som gjør at noen begynner å mobbe og mener at skolesystemet ikke kan stilles til ansvar for mobbeproblematikken (Boge, 2016. s.127). En mulig årsak til at noen barn og unge mobber kan være knyttet til deres personlighetstrekk og følelsesmessige utvikling. Studier viser at barn som har vansker med å håndtere egne følelser og som sliter med lav selvfølelse, kan være mer tilbøyelige til å mobbe andre (Olweus, 1993, s.40). Dette kan være på grunn av at mobbing kan gi mobberen en følelse av makt og kontroll, som da kan styrke deres egen selvfølelse og egenverd. Dette kan vi se i artikkelen til Jahnsen og Støen. Mariells bestevenn

virket å bli usikker når Mariell gikk med en annen jente på skolen. Man kan tenke seg at jenten mistet kontroll på Mariell og ved å få klassen med på å utestenge henne ga henne makten tilbake og hadde kontroll på Mariell. Høiby (2002) mener på sin side at usikkerhet blant mobberne er en myte. Hun mener at dem som mobber har fått for lite omsorg og kjærlighet samt at de har hatt frie tøylar gjennom oppveksten (s.18).

Roland (2020) skriver at mobbing er en proaktiv aggresjon. Dette handler om å velge en negativ atferd som er belønnende. Han viser til fire mulige belønninger eller stimulanser en mobber kan oppnå: makt, tilhørighet, status og ekskluderingsangst (s.55-65). Makt kan være en motivasjon for mobbing, da mobberen får kontroll over offeret og kan påvirke deres oppførsel eller situasjon. Mobbing kan også gi mobberen en følelse av tilhørighet, spesielt hvis de opplever at de har støtte fra andre mobbere eller har en høy posisjon i en gruppe. Mobbing kan også gi en form for status, der mobberen blir sett på som "tøff" eller "sterk" av andre. Til slutt kan ekskluderingsangst spille en rolle i mobbing, der mobberen bruker mobbing som et middel for å unngå selv å bli ekskludert fra en gruppe.

Sosialarbeidere og andre fagpersoner som arbeider med barn og unge, bør ha kunnskap om belønningene som kan være involvert i mobbing, og jobbe med å forebygge mobbing ved å finne alternative måter å oppnå disse belønningene på. For eksempel kan det være viktig å fremme positiv samhandling og gi barn og unge muligheter til å utvikle positive relasjoner med andre i stedet for å søke tilhørighet og status gjennom mobbing. Å arbeide med sosial kompetanse, kommunikasjon og konfliktløsning kan bidra til å redusere mobbing.

#### 4.6 Medvirkning

For å bekjempe mobbing er det viktig å involvere alle relevante parter, også barna når man skal finne en løsning på problemet. Ved å involvere barna i å utvikle tiltak for å forhindre og håndtere mobbing, kan skoler skape et miljø der barna føler seg inkludert og respektert. Sandsleth (2007) skriver at medvirkning har stor betydning for elevenes trivsel og læring. Medbestemmelse er også et relevant begrep når man skal snakke om medvirkning (s.58). Medbestemmelse handler om at barna skal få delta i beslutningsprosesser, være med å avgjør beslutninger, og metoden (NOU 2015: 2, kap. 10). Ved å ta bruk medbestemmelse lærer barna grunnleggende demokratiforståelse, øve på refleksjon og lærer å ta ansvar (Sandsleth, 2007, s. 59). Selv om medvirkning og medbestemmelse er ett godt redskap for å skape initiativ blant barna, betyr det ikke at barna skal bestemme alt som skal endres i skolen.

I opplæringsloven står det «Elevene skal få ta del i planlegginga og gjennomføringen av arbeidet for et trygt og godt læringsmiljø» (Opplæringsloven, 1998, §9 A-8). Skolene har en plikt til å legge til rette for at elevene kan delta aktivt i arbeidet med å skape et trygt og inkluderende læringsmiljø. Elevdeltakelse i arbeidet med skolemiljøet er en viktig faktor for å skape et trygt og inkluderende læringsmiljø, og kan bidra til at elevene føler seg mer engasjert og inkludert på skolen.

Skolene i Bachmann et al. (2022) sin studie bruker barna aktivt for å skape ett godt skolemiljø. Begge skolene i studien bruker elevråd slik at barna skal bidra med å ta initiativ til, utvikle og gjennomføre ulike tiltak for å skape et godt læringsmiljø. Noen tiltak som har blitt brukt av elevrådet er blant annet: vennebenk, sosiale arrangement og aktivitetsledere (s.81). Skolene er også opptatt av samarbeid med foreldre. Informantene i studien sier at en god relasjon mellom lærer og foresatte gjør vanskelige saker lettere å løse, og viser til viktigheten med en FAU gruppe. FAU er en gruppe med foreldre som skal samarbeide med skolen for å skape ett godt felleskap. Skolene sier at FAU ikke vil være ett aktivt redskap med mindre skolene er gode på å involvere foreldrene (s.81).

NOU (2015:2) understreker viktigheten med å samarbeide med barnas foresatte, og skriver at barna lykkes bedre på skolen og videre i livet hvis skolen har ett godt samarbeid med familien om barnets læring (s.127). Men å få til ett samarbeid med alle foreldre kan også være en utfordring, spesielt når man må samarbeide om en mobbesak.

Lund og Helgeland (2020) skriver at mange foreldre kan gå i forsvar og blir usikre på hvordan de kan hjelpe barnet sitt. Videre skriver de foreldre som selv har blitt utsatt for mobbing kan bli trigget når eget barn opplever det samme. Det er også mange andre grunner til at samarbeid med foreldre kan være utfordrende. Noen foreldre kan slite med psykiske eller fysiske utfordringer som gjør at felles foreldremøter eller individuelle møter med lærere kan være vanskelig (s.152). Derfor er det viktig at de voksne som er ansvarlige for barna har en god relasjon med foreldrene, slik at de kan føle at skolen kan stoles på. Alle foreldre har ulike bakgrunn med ulike erfaringer, så for at alle skal ha mulighet til å medvirke er det viktig etablere tillit og ha god kommunikasjon mellom skolen, barna og foresatte.

## 5.0 OPPSUMMERING OG KONKLUSJON

Som sosialarbeider har man en viktig rolle i arbeidet med å skape trygge læringsmiljøer ved skoler og barnehager. Gjennom å jobbe systematisk og helhetlig med forebygging, avdekking og håndtering av mobbing og andre negative atferdsproblemer, kan man bidra til å skape en kultur preget av respekt, omsorg og inkludering. For å oppnå dette er det avgjørende å ha god kunnskap om forebygging og tiltak, samt å være i stand til å tilpasse disse til lokale forhold og behov.

Når sosialarbeidere jobber med å skape et trygt læringsmiljø i skole og barnehage, er det viktig å ha gode kunnskaper om ulike måter å forebygge og lage tiltak på, for å kunne velge de mest effektive og relevante metodene for den spesifikke situasjonen. Det finnes mange ulike strategier og tiltak som kan brukes for å forebygge mobbing og andre negative atferdsproblemer i skole og barnehage. I mine studier har jeg funnet ut at god kommunikasjon mellom de voksne på skolen, foreldre og barn er et viktig tiltak i forebygging av mobbing. Videre er det viktig å bygge relasjoner basert på tillit og åpenhet, både med barn/elever og foreldre. Ved å ta ansvar for å skape trygge læringsmiljøer, kan sosialarbeidere bidra til å legge grunnlaget for positiv utvikling og læring hos barn og unge, og dermed bidra til å skape et mer inkluderende skolemiljø for alle.

Min problemstilling tar utgangspunkt i hvordan en sosialarbeider kan skape et trygt læringsmiljø, men i studiene jeg har lest har de fleste forfattere tatt utgangspunkt i normalt fungerende barn. Å jobbe med barn som har diagnoser kan være en annen utfordring avhengig av barnets funksjon og kommunikasjons ferdigheter. Det kan tenkes at det trengs andre typer tiltak når man skal ta hensyn til barn med funksjonshemming. Andre barn som kan tenkes trenger andre typer tiltak kan være barn som har opplevd traumer. Barn med spesielle behov kan være mer sårbare på atferden blant andre barn og de voksne rundt (Helgesen, 2014, s.66). Derfor tenker jeg at det er viktig å se an barnegruppen og miljøet rundt.



## 6.0 LITTERATURLISTE

Bachmann, K., Hungnes, T., Haug, P., & Groven, G. (2022). En casestudie om forebyggende mobbearbeid. *Paideia*, (20), 71–86. Hentet fra

<https://tidsskrift.dk/Paideia/article/view/130122>

Barnekonvensjonen (1989) *FNs konvensjon om barnets rettigheter*, 20. november 1989.

Beets M.W., Flay B.R., Vuchinich S., Acock A.C., Li K., Allred C., (2008), School climate and teachers' beliefs and attitudes associated with implementation of the positive action program: a diffusion of innovations model, *Prevention Science*, 9(4), 264 –275 Hentet fra:

<https://link.springer.com/article/10.1007/s11121-008-0100-2>

Bjørnset M., Bråten B., Gjeffen H., Kindt M.T., Rogstad J., (2020) *Kompetanse for inkluderende barnehage- og skolemiljø* (Fafu-rapport 2020:25) Fafu Hentet fra:

<https://www.fafu.no/zoo-publikasjoner/fafu-rapporter/kompetanse-for-inkluderende-barnehage-og-skolemiljo> \*106 Sider

Boge C., (2016), *Frå individuell aggresjon til sosiale prosessar: mobbeforskningas etablering og utvikling i skjeringspunktet mellom vitenskap og politikk*. (doktorgradsavhandling), Universitetet i Bergen

Dalland O., (2007), *Metode og oppgaveskriving* (4 utg.). Gyldendal

Dalland O., (2020), *Metode og oppgaveskriving* (7. utg.). Gyldendal \*Kap. 3 & 10. 47 sider

Havik T & Ertesvåg S., (2020) Kunnskapsoppsummering og klassifisering av tiltaket Olweus programmet (OBPP) – et skoleomfattende program mot mobbing og antisosial atferd (2. Utg). Ungsinn 1:3 Hentet fra: [https://ungsinn.no/post\\_tiltak\\_arkiv/olweus-programmet-obpp-2-utg/](https://ungsinn.no/post_tiltak_arkiv/olweus-programmet-obpp-2-utg/)

Helgeland A. & Lund I., (2018) «Det hjelper ikke å si ifra til de voksne» Barn og unge stoler ikke på at voksne kan hjelpe når de blir utsatt for mobbing. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid* Vol. 15, 2-3 Hentet fra: <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2018-02-03-06> \*11 Sider

Helgesen L.A., (2021) *Menneskets dimensjoner lærebok i psykologi* (4.utg), Cappelen Damm

Helgesen M.B (Red.) (2014) *Mobbing i barnehagen et sosialt fenomen*. Universitetsforlaget \*136 sider

Kandidatnr: 4050

Høyby H., (2002) *Mobbing kan stoppes -håndbok for skolene*. Fagboklaget **\*99 sider**

Idsøe E.C. & Roland P., (2017) *Mobbeatferd i barnehagen Temaforståelse- Forebygging. Tiltak*. Cappelen Damm Akademisk

Jahnsen, H., & Støen, J. (2022). Fortellinger om utestenging og klassemiljø. *Paideia*, (21), 26–37. Hentet fra <https://tidsskrift.dk/Paideia/article/view/130129>

Kvarme L.G., (2012), Effekten av anti-mobbetiltak på skolebarn. *Barn – forskning om barn og barndom i Norden*, 30(3). Hentet fra: <https://doi.org/10.5324/barn.v30i3.4165>

Lund I. & Helgeland A., (2016) *Mobbing i barnehagen: Anerkjennelse som forebygging*. Pedlex **\*63 Sider**

Lund I. og Helgeland A. (2020) *Mobbing i barnehage og skole*. Cappelen Damm Akademisk **\*175 sider**

Lund, I., Helgeland, A., og Kovac, V. B. (2017). På vei mot en ny forståelse av mobbing i et folkehelseperspektiv. *Acta Didactica Norge*, 11(3), Art. 5. Hentet fra: <https://doi.org/10.5617/adno.4691> **\*19 sider**

NOU 2015: 2. (2015) *Å høre til- Virkemidler for et trygt psykososialt skolemiljø*.

Departementenes sikkerhets- og serviceorganisasjon Informasjonsforvaltning. Hentet fra: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2015-2/id2400765/>

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Oxford UK & Cambridge USA

Opplæringsloven (1998) Lov om grunnskolen og den videregående opplæringa (LOV- 1998-07-17- 61) Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61>

Roland E. (2017) *Mobbingens Psykologi: Hva kan skolen gjøre*. Universitetsforlaget

Roland E. (2020) *Mobbeloven opplæringslovens kapittel 9A og god praksis*. Fagbokforlaget. **\*163 Sider**

Røkenes, O.H. & Hanssen, P., (2012), *Bære eller briste- kommunikasjon og relasjon i arbeid med mennesker* (3 utg.) Fagbokforlaget

Sandsleth G., (2007), *Mobbing: Forstå, bekjempe og forebygge*. Gyldendal Akademisk

Schott R.M. & Søndergaard D.M., (2014) Social exclusion anxiety: bullying and the forces that contribute to bullying amongst children at school. *School Bullying: New Theories in Context* (s.47- 80) Cambridge University Press

Kandidatnr: 4050

Skoglund, R. I. (2020). Beyond Bullying: Understanding Children's Exploration of Inclusion and Exclusion Processes in Kindergarten. I Hedegaard, M., & Eriksen Ødegaard, E. (2020). *In Children's Exploration and Cultural Formation* (pp. 29-45): Springer

Solberg, M. E. & Martinussen, M. (2021). Måleegenskaper ved den norske versjonen av Olweus spørreskjema om mobbing for elever (OBVQ/OBVQ-R). *PsykTestBarn*,1:5 Hentet fra: <https://doi.org/10.21337/0074> **39 sider\***

Støren I., (2013), *Bare søk! : Praktisk veiledning i å skrive litteraturstudie*. Cappelen Damm **\*71 Sider**

Utdanningsdirektoratet. (2020, 13. juni). *Sosial læring gjennom arbeid med fag*. Hentet fra: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/skolemiljo/sosial-laring-gjennom-arbeid-med-fag/>

Utdanningsdirektoratet. (2018, 8. mars) *Barns trivsel- voksnes ansvar*. Hentet fra: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/stottemateriell-til-rammeplanen/trivselsveileder/5-sosial-kompetanse/>

Utdanningsdirektoratet. (2016, 23. mai). *Hva er mobbing?*. Hentet fra: <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/mobbing/hva-er-mobbing/>

Wang M.V., Eliassen E., Bårdstu S.K., (2022) *Sammenhenger mellom læringsmiljø, sosial fungering og skoleprestasjoner i grunnskolen. Rapport 2022*. Folkehelseinstituttet **\*44 sider**

Aarøe L.E. (2016, 9. Februar) *Fakta om mobbing blant barn og unge*. Folkehelseinstituttet. Hentet fra :<https://www.fhi.no/fp/oppvekst/fakta-om-mobbing-blant-barn-og-unge/> **\*7 sider**

**Selvvalgt pensum: 980 sider.**