

Valg 2013: Hva gjør vi med mobbing?

- Vi kan hjelpe tusenvis av barn

Nina Strand

journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening



Mobbing gir mange barn og unge langvarige psykiske plager. Det koster samfunnet store summer. Kunnskapsministeren lover nye tiltak.



UTFORDRER: – Om det ikke har noen konsekvenser for skolene at de ikke følger loven, hjelper det lite å endre på lovens formuleringer, sier Dan Olweus.

Foto: Helge Skodvin

Psykologer møter jevnlig pasienter med mobbing i bagasjen, enten terapien dreier seg om barn, unge, eller voksne. Barn og unge utsatt for mobbing risikerer en rekke alvorlige helseproblemer. Robuste forskningsfunn fra undersøkelser i Norge og i en rekke andre land levner ingen tvil: Mobbing må ikke forveksles med normal knuffing og småkonflikter barn i mellom. For tilsynelatende bagatellmessige hendelser i skolegården, som når ei jente får blusen tilsølt med saft, eller når en gutt opplever at de andre går når han prøver å få innpass i gjengen i skolegården, kan inngå i en strøm av lignende ydmykelser og systematisk trakassering.

Mobbeforskerne har vist hvordan krenkelsene setter seg i både kropp og sinn. Mobbingens konsekvenser er dokumentert gjennom solid forskning som forteller at mobbing er en viktig og selvstendig årsak til psykiske vansker i oppveksten og hos voksne. Det opplyser mobbeforsker Dan

Olweus i intervju med Psykologtidsskriftet. Han har vært professor i psykologi ved Universitetet i Bergen i 30 år og er nå tilknyttet RKBU Vest, Uni Helse.



Myteknuseren

I 40 år har Olweus tumlet med spørsmål som: Hva er det med dem som plager andre på denne måten? Er det noe spesielt med dem som blir plaget? Hva er det med miljøer som tillater mobbing? Hvordan stoppe mobbingen og hvem har ansvar for at det skjer? Olweus gjorde verdens første vitenskapelige undersøkelse av mobbing. Det skjedde i 1970. Samtidig er han også kjent for å legge vekt på den politiske dimensjonen: samfunnets ansvar for å ta fatt i lidelsene mobbing medfører. Han sier at han alltid har villet drive forskning som har sosiale konsekvenser.

Myteknusing har vært en rød tråd i forskningen hans. For eksempel ved å dokumentere at mobbing foregår i alle sosiale lag, ikke bare i utsatte sosiale miljøer. Riktignok legger han vekt på at mobbing i høyeste grad har med miljø å gjøre: Derfor retter antimobbeprogrammet hans seg mot både enkeltindivider og mot skolekulturer som tillater at elever trakasserer hverandre. Det betyr ikke at alle årsaker til mobbing nødvendigvis ligger i skolemiljøet. Men når mobbingen utfolder seg i skolen, er det her en kan stanse og forebygge mobbing – gitt nødvendig kunnskap og forskningsbaserte metoder, påpeker Olweus.

Han tilbakeviser også den utbredte oppfatningen om at de som blir utsatt for mobbing som regel har noen form for ytre «avvik» som rødt hår, briller, rare klær eller uvanlig dialekt. De fleste mobbeoffer har faktisk ikke flere slike «avvik» enn sine ikke-mobbete klassekamerater.

– Selv om for eksempel følsomme og litt forsiktige elever har en økt risiko for å bli mobbet, så ser det ut til at mobbing under visse forutsetninger kan ramme nesten hvem som helst. Faktisk er det jo sånn at nesten alle har egenskaper eller kjennetegn som kunne vært utgangspunkt for mobbing, sier Olweus, som legger vekt på at mobbing først og fremst handler om aggressive medelever som har behov for makt, dominans og status. Noen – men langt fra alle – har selv hatt problemer, et hjem med lite kjærlighet, for slappe grenser og kanskje fysisk avstraffelse.

Viktigst for Olweus var det kanskje å knuse myten om mobbing som en naturlig del av barndom og oppvekst, noe barn måtte lære seg å tåle, og som går over av seg selv. I dag er det allment akseptert, både i Norge og internasjonalt, at mobbing er et betydelig samfunnsproblem. Mobbing er en alvorlig trussel mot barns helse og velvære – et problem skole og myndigheter må gjøre noe med. Den sentrale rollen Olweus har hatt i å dokumentere alvoret i mobbing ble trukket frem i begrunnelsen da den amerikanske psykologforeningen (APA) nylig tildelte ham: «The 2012 Award for Distinguished Contributions to Research in the Public Interest». Det er han svært stolt og glad for.

– Men fortsatt har vi et stykke å gå før enkelte myndigheter tar inn over seg at mobbing kan forebygges og stoppes hvis en systematisk tar i bruk metoder med dokumentert effekt, sier han.

Programmer virker

Sist, men ikke minst, vil han altså knuse myten om at forskningsbaserte antimobbeprogrammer ikke virker. Tvert om er det grundig dokumentert at flere slike programmer har god effekt, ifølge forskeren. Olweusprogrammet går ut på å redusere og forebygge mobbing gjennom å endre kulturen blant elever og voksne til å preges av varme og inkludering, med klare regler for uakseptabel atferd. Det krever en betydelig grad av engasjement og innsats fra ledelse, stab, elever og foreldre, understreker Olweus. Resultatene viser at mobbetallene blir vesentlig lavere når skolene systematisk og samvittighetsfullt tar i bruk Olweus-programmet, eller andre antimobbeprogrammer som kan vise til god effekt. I 2009 foretok en forskergruppe fra Cambridge en stor metastudie på grunnlag av 59 rapporter

om 30 antimobbeprogrammer fra hele verden, og fant gjennomsnittlig 20–23 prosent reduksjon i forekomsten av mobbing sammenlignet med kontrollskoler. Tallene varierte en god del fra program til program, og Olweus er stolt over at hans program kom svært godt ut av denne undersøkelsen. Selv kan han referere til syv store norske evalueringer med mer enn 40 000 elever som viser 35–45 prosent nedgang i mobbetallene etter åtte måneder, og positiv effekt også etter fire år. Han legger vekt på at også det andre norske programmet, Respekt, fikk positiv evaluering i Cambridgestudien.

Ja, hva med effekten på lengre sikt? Olweus gjorde en undersøkelse av 14 osloskoler fra oktober 2001 til oktober 2006. Det startet med at 14 prosent av elevene oppga å være mobbet på disse skolene. Ett år etter introduksjonen av Olweusprogrammet var tallet sunket til 9,8, og fem år etter oppstart var tallet nok en gang sunket, denne gangen til 8,4. Det betyr en nedgang på 40 prosent. Skolene greide altså å få mobbetallene ytterligere ned i de fire årene som gikk etter første effektmåling.

– Ut fra disse resultatene og våre andre undersøkelser kan vi konkludere med at tusenvis av norske barn har fått en bedre og tryggere tilværelse takket være systematisk bruk av vårt antimobbeprogram. Dette opplever vi som en stor belønning sier Olweus.



Fortsatt preget

Det finnes omfattende forskning på langtidseffektene av mobbing både for mobbeutsatte og for de som mobber. Selv er Olweus aktuell med artikkelen «School bullying: Development and Some Important Challenges» i årets *Annual Review of Clinical Psychology* (03/30/13) og med et kapittel i *Handbook of Child Well-Being* (in press), der han sammen med Kyrre Breivik skriver om «The Plight of Victims of School-Bullying: The Opposite of Well-Being». Forskningen forteller at barn og unge som utsettes for alvorlig mobbing, har betydelig økt risiko for å ha problemer som depresjon og angst også senere i livet. De sliter med dårlig selvbilde, posttraumatiske plager og har ofte flere selvmordsforsøk bak seg.

Olweus trekker også frem den norske psykiateren Gunilla Klensmeden Fosse, som i sin doktorgrad fra 2007 viste at halvparten av 160 unge voksne pasienter i en psykiatrisk poliklinikk for voksne jevnlig hadde blitt mobbet i oppveksten. Det var tydelig sammenheng mellom graden av mobbing og problemene de søkte hjelp for. Lav selvfølelse var gjennomgående. Flere utenlandske undersøkelser konkluderer med det samme, eksempelvis studien som viser at mobbing i oppveksten doubler sannsynlighet for å gjøre selvmordsforsøk.



– Det er liten tvil om at mobbing er en direkte årsak til mange psykiske og fysiske problemer hos dem som blir systematisk utsatt

– Men så er det dette med høna og egget. Kan det tenkes at de som blir mobbet hadde psykiske vansker allerede før mobbingen startet?

– Her er det gjort en rekke langtidsstudier der man også har kontrollert for mange andre faktorer som kan bidra til psykiske vansker og likevel kommer mobbing i oppveksten ut som en sentral faktor. Alt tatt i betraktning er det liten tvil om at mobbing er en direkte årsak til mange psykiske og fysiske problemer hos dem som blir systematisk utsatt, svarer forskeren.

De som mobber

I samfunnsdebatten om mobbing snakkes det sjelden om at også de som mobber, kommer dårlig ut på lang sikt – om enn på helt andre måter enn de som ble utsatt for mobbingen. Olweus sier det har vært mindre forskning på denne gruppen, men selv gjorde han tidlig en langtidsstudie av rundt 800 stockholmsgutter fra de var ca. 11 til 24 år. Han fant at de som mobbet, hadde en tendens til å bryte normer og regler både i skoletiden og etter at de var ferdige med skolen. Da de var 24 år, hadde 55 prosent av de som hadde mobbet blitt dømt for minst én kriminell handling, og 35 prosent for minst tre slike handlinger. Risikoen for alvorlig gjentakelseskriminalitet var 3–4 ganger høyere for de som mobbet enn for medelever i de samme klassene som ikke mobbet andre.

– Ingen barn skal gå til skolen med angst for å bli ydmyket, trakassert og plaget

Senere studier og meta-analyser støtter disse funnene: Det å aktivt mobbe andre, utgjør en risiko for senere kriminalitet, ulike former for antisosial atferd og rusproblemer. Hos jenter som mobber finner en mindre kriminalitet, men litt andre problemer, som angst, rus og kanskje prostitusjon.

– Men selv om risikoen for en antisosial utvikling er betydelig forhøyet hos elever som mobber, særlig hos gutter, så klarer jo mange av dem som mobbet å tilpasse seg samfunnet – uten å havne i kriminalregisteret i hvert fall, legger Olweus til.

Skolene bryter loven

Olweus vil løfte blikket fra individnivået og ta et samfunnsperspektiv:

– Ingen barn skal gå til skolen med angst for å bli ydmyket, trakassert og plaget. Ingen foreldre skal trenge å bekymre seg for om barnet deres blir plaget på skolen. Det handler om grunnleggende menneskerettigheter dette, sier han, og betoner at det eksisterer en form for samfunnskontrakt mellom foreldre og skolen. Foreldrene sender barnet sitt til skolen med forventning om at det skal tilegne seg kunnskaper og få utvikle seg i et trygt miljø.

I 1981 foreslo han en lov mot mobbing i skolen, men fikk liten politisk støtte for det. Dagens paragraf 9a i opplæringsloven presiserer imidlertid at alle elever har «en individuell rett til et godt

psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og læring». Ved klage fra eleven eller elevens foreldre har skolen plikt til å følge forvaltningslovens regler. Det innebærer at de må gjøre et skriftlig vedtak, og gi svar innen fire uker. Er man ikke fornøyd med svaret, kan man klage til fylkesmannen.



I Psykologtidsskriftets juninummer lanserte kunnskapsministeren tre nye tiltak mot mobbing i skolen: For det første: Det skal settes inn skreddersydde tiltak og oppfølging av skoler med høy forekomst av mobbing over tid. For det andre: Barneombudet får to nye stillinger for å styrke arbeidet mot mobbing. For det tredje:

Opplæringsloven skal endres slik at det blir krav om delt bevisbyrde i erstatningssaker etter mobbing. Det vil si at skolene i sterkere grad må bevise at de iverksatte tiltak for å få slutt på mobbingen. (Se Kristin Halvorsens innlegg i nr 6/2013 side 597).



Da er vel mobbeforskeren fornøyd?

– Tja. I utgangspunktet er dette gode forslag, og loven legger et klart ansvar på skolene og kommunene som skoleeiere for å oppdage og sette inn effektive tiltak mot mobbing. Delt bevisbyrde er bra. Da må skolen dokumentere at de faktisk har gjort noe i mobbesaker. Men hvordan skal dette følges opp? Vi vet at veldig mange skoler i dag bryter loven, svarer Olweus, og viser til en undersøkelse publisert i Bergens Tidende 14. april i år. Under overskriften «Tre år uten ett mobbevedtak» kommer konklusjonen: «29 bergensskoler har ikke gjort et eneste vedtak i mobbesaker. Dette til tross for at flere av skolene har regelmessig mobbing.»

– Om det ikke har noen konsekvenser for skolene at de ikke følger loven, hjelper det lite å endre på lovens formuleringer. Her trengs det systematisk oppfølging av skolene, sier Olweus, som etterlyser kraftigere initiativ fra kunnskapsministeren på dette punktet.

Store omkostninger



De langvarige konsekvensene av mobbing er altså store, og gir både psykiske og fysiske helseproblemer. I tillegg til belastningene både for den som blir mobbet og for familien kommer kostnadene for samfunnet, påpeker Olweus. Det er godt dokumentert at både de som blir mobbet og de som mobber blir overforbrukere av samfunnets sosial- og helsetjenester. Lange sykmeldinger, arbeidsløshet eller tidlig uførhet er eksempler på utgifter samfunnet får når mennesker sliter etter alvorlig mobbing. I tillegg kommer tap av skatteinntekter. De som mobber, påfører samfunnet andre typer kostnader. Om man kan forebygge ett slikt «marginalisert liv», vil samfunnet spare 12 millioner kroner, regnet de svenske økonomene Ingvar Nilsson og Anders Wadeskog ut i 2008.

– Det er viktig at politikere og byråkrater er klar over hvor mye samfunnet kan vinne rent økonomisk på å bruke forskningsbaserte metoder for å forebygge og motarbeide mobbing i skolen. I tillegg kommer det aller viktigste, som er å redusere lidelse og å gjøre livet for mange barn og ungdommer tryggere og bedre, kommenterer han.

FAKTA OM MOBBING

- Om lag 13 prosent av elever fra 4. til 10. klasse (9–16 år) er regelmessig involvert i mobbing 2–3 ganger i måneden eller oftere – enten de blir mobbet, mobber selv eller både mobber og blir mobbet. Dette tilsvarer omtrent 80 000 elever.
- De som er utsatt for mobbing, utgjør om lag 10 prosent eller 63 000 elever.
- De som selv mobber, utgjør ca 5 prosent eller 30 000 elever.
- De som både mobber selv og blir mobbet, utgjør 2 prosent eller 13 000 elever. Disse elevene inngår både i gruppen som blir mobbet og gruppen som mobber (ovenfor) og må derfor trekkes fra en gang, $(10 + 5) - 2 = 13$ prosent.
- Om lag 5–6 prosent, eller ca. 40 000 elever, er involvert i enda mer alvorlig mobbing, som skjer en gang i uka eller oftere.
- Siden undersøkelsene spør om mobbing som skal ha skjedd de siste to-tre månedene, kan en regne med at tallene for et helt år er enda høyere.