

Tiltak mot nettmobbing: Fungerer de?

REFERANSE:

Gaffney, H., Farrington, D. P., Espelage, D. L. & Ttofi, M. M. (2018). Are cyberbullying intervention and prevention programs effective? A systematic and meta-analytical review. *Aggression and Violent behavior*, 2019(45), 134–153. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.07.002>

Nettmobbing er et digitalt fenomen som er svært problematisk blant annet fordi det kan utføres til alle døgnets tider og uansett hvor en er, i motsetning til tradisjonell mobbing, som innebærer fysisk tilstedeværelse og sosial interaksjon. Forskjellige tiltak mot begge former for mobbing er utformet og implementert i skoler verden over, men denne systematiske kunnskapsoversikten¹ har som formål å danne et klarere bilde av hvor effektive tiltak spesifikt rettet mot nettmobbing er.

Bakgrunn

Digital teknologi inntar en stadig større plass i livene våre, spesielt blant barn og unge. Ved hjelp av forskjellige digitale plattformer kan man i dag finne nyttig informasjon, kommunisere med andre eller bli underholdt. Denne utviklingen har imidlertid potensielle negative konsekvenser som i løpet av de siste par tiårene har gjort seg spesielt tydelig i skolen, nemlig at digital teknologi har skapt rom for en ny mobbearena: Nettmobbing. Nettmobbing har endret premissene for mobbing, blant annet ved å flytte mobbingen fra den fysiske skolen til den digitale verden. For at handlinger skal kunne betegnes som mobbing, må tre forhold være til stede: (1) intensjonen er å skade, (2) handlingen gjentas over tid og (3) maktforholdet er tydelig skjevt. I tillegg må mobbingen foregå over et digitalt medium for å kunne defineres som nettmobbing. Nettmobbing innebærer også de unike karakteristikene anonymitet og publiseringsmuligheter.

En undersøkelse utført i Storbritannia i 2017 viste at 90% av ungdom (18–24 år) brukte minst ett sosialt medium, mens det i en undersøkelse fra USA kom det frem at cirka 50% av amerikanske elever opplevde mobbing både digitalt og i tradisjonell form. Dette betyr at de fleste av dagens unge ferdes i digitale rom hvor man enklere kan mobbe eller hvor man kan være mer utsatt for å bli mobbet.

Nettmobbing kan skape alvorlige problemer for folkehelsen, blant annet i form av hodepine, søvnvansker, magesmerter, depresjon, angst og selvmordstanker. En vesentlig forskjell på nettmobbing og tradisjonell mobbing er at selv om mobberen har sluttet å spre skadelig innhold mot ett eller flere ofre, vil innholdet fortsatt være tilgjengelig på internett og kan bli spredt videre av andre. Gjentakelsesaspektet, som er vanlig å inkludere i definisjoner av mobbing, kan dermed ha en annen karakter i nettmobbing, blant annet fordi de som “ser på” mobbingen, kan spre uheldige bilder eller ytringer videre ved å “like” eller dele innholdet. Nettmobbing er altså et utbredt problem som kan ha alvorlige og langsiktige konsekvenser både for offeret og for samfunnet.

¹ **Systematisk kunnskapsoversikt/-oppsummering:** Som regel en artikkel eller en rapport som gir en oversikt over et klart definert forskningsspørsmål. Oversikten bruker systematiske og eksplisitte metoder for å identifisere, utvelge og kritisk vurdere relevant forskning, samt for å innsamle og analysere data fra studiene som er inkludert i oversikten.

Formål

Denne metaanalysen² ser på om tiltak mot nettmobbing fungerer. Nettmobbing er et relativt nytt fenomen som det har blitt gjort lite forskning på, noe som gjør det vanskelig å fastslå effekten av tiltak mot denne mobbeformen. Denne systematiske kunnskapsoversikten inkluderer 24 studier for å danne et helhetlig bilde av hvilke tiltak som er effektive mot nettmobbing. Da det ikke finnes en enhetlig definisjon av hva nettmobbing er, formulerte forskerne bak denne metaanalysen følgende definisjon: *en aggressiv, bevisst handling utført av en gruppe eller et individ ved bruk av elektronisk kontakt gjentatte ganger over tid mot et offer som ikke kan forsvare seg selv.*

Grunnen til at man velger å differensiere mellom nettmobbing og tradisjonell mobbing, er at nettmobbing foregår gjennom skjulte kanaler, blant andre hemmelige grupper, meldinger og skjulte kontoer. Dette gjør nettmobbing både farligere og vanskeligere å oppdage fordi man lett mister kontroll over hvem som sitter på innhold som kan skade andre. Det er også farligere fordi innholdet som spres, kan være bilder eller videoer som på et senere tidspunkt kan føre til enda mer skade. Det er ikke dermed sagt at tradisjonell mobbing ikke er skadelig, men at nettmobbing skader på en annen måte og kan være vanskeligere å gjøre noe med enn tradisjonell mobbing. Tiltak mot nettmobbing må da nødvendigvis være tilsvarende annerledes.

Inkluderte studier

Etter at den enhetlige definisjonen av nettmobbing var etablert, satte forskerne kriteriene for hvilke studier som kunne bli ansett som relevante. For at studiene skulle bli inkludert måtte de oppfylle følgende kriterier:

1. Bruke en tilfredsstillende definisjon av nettmobbing
2. Beskrive evalueringen av tiltaks- eller forebyggingsprogram gjennomført med deltakere i skolealder
3. Inkludere tiltaksgruppe³ og kontrollgruppe⁴
4. Måle oppførselen til nettmobbere ved hjelp av kvantitative metoder
5. Være publisert i år 2000 eller senere

De 24 publikasjonene inkluderte 26 individuelle evalueringer. Metaanalysen inkluderer 18 og 19 uavhengige effektstørrelser⁵ for henholdsvis det å utføre nettmobbing og det å bli utsatt for nettmobbing. Totalt har man da 37 unike effektstørrelser.

² **Metaanalyse:** Statistiske teknikker i en systematisk oversikt for å integrere resultatene av inkluderte studier i den systematiske oversikten.

³ **Tiltaksgruppe:** En gruppe som mottar intervensjonerende tiltak, for eksempel ekstra ressurser. I en eksperimentell studie gir man individer, grupper, enheter eller lignende noe som ikke allerede eksisterer.

⁴ **Kontrollgruppe:** En gruppe som brukes som sammenligning for en tiltaksgruppe. Den har lignende karakteristika som tiltaksgruppen, men mottar et alternativt tiltak eller ingen tiltak.

⁵ **Effektstørrelse:** Betegner hvor uttalt eller markant en forskjell eller sammenheng er. Eksempelvis kan en forsker undersøke forskjellen mellom det å få en gitt behandling versus ikke å få behandling. Effektstørrelsen beregnes her ut fra gruppeforskjellen, men tar samtidig variasjon innen gruppene med i betraktning.

Kvasiekperimentell⁶ metode ble kategorisert som laveste terskel for inklusjon i metaanalysen og det var et krav at disse hadde før- og etter målinger. I randomiserte kontrollerte studier⁷ var før- og etter-studier foretrukket, men ikke et krav.

15 av de inkluderte studiene var randomiserte kontrollert studier, hvor flestparten av dem brukte kontrollgrupper i etterstudiet. De resterende 9 studiene var kvasiekperimentelle. Alle studiene var publisert fra 2012 og utover.

Resultat

Resultatene av de forskjellige studiene varierte med studiedesign, men metaanalysen fant likevel at antall elever som rapporterte at de utførte nettmobbing, ble redusert med 11–20%, og at reduksjon i antall som ble utsatt for nettmobbing var på 14–16%. Dette antyder at elever som gjennomgikk programmer mot nettmobbing, hadde mindre sannsynlighet både for å mobbe eller bli mobbet over internett etter at tiltaket var avsluttet. Resultatene viser at tiltak mot nettmobbing i størst grad reduserer antall ofre for nettmobbing. Forskerne peker på at dette kan ha noe med at det blant deltakerne kan være individer som ikke tør å innrømme at de blir mobbet, eller at det blant deltakerne var individer som ikke er klar over at de var ofre for mobbing før de fikk mer kunnskap om mobbing. De utprøvde tiltakene var for eksempel *NoTrap!* (Italia), *Media Heroes* (Tyskland), *Second Step* (USA) og *ConRed* (Spania). Resultatene av tiltakene varierer, og selv om det er vanskelig å fastslå hvilke tiltak som fungerer best, konkluderes det med at det er en tendens til nedgang både i antall mobbere og ofre for nettmobbing som følge av slike tiltak. Samtidig avdekker denne metaanalysen store hull i litteraturen når det gjelder forebyggingstiltak mot nettmobbing. Denne studien blir da viktig også som en kartlegging over hva som bør forskes på videre, samtidig som den gir grunn til optimisme fordi tiltakene førte til mindre nettmobbing, selv om effekten ikke var så stor som man kanskje skulle ønske.

Implikasjoner

Denne metaanalysen tar utgangspunkt i et ungt forskningsfelt med store hull i kunnskapsgrunnlaget. Vi vet simpelthen ikke nok om nettmobbing til å kunne fastslå hvilken effekt tiltakene mot nettmobbing har, eller hva skadeomfanget av nettmobbing kan være. Det ser ut til at tiltak mot nettmobbing kan redusere antall mobbere og ofre, men hvilke tiltak som fungerer best, forblir uklart. Selv om forskningen på temaet stadig vokser, mangler det fortsatt gode og konkrete tiltak mot nettmobbing.

Det påpekes at man ikke har nok studier tilgjengelig for å danne seg et mer konkret bilde av forskningen på nettmobbing, da forskningsfeltet er relativt ungt. Mer forskning på nettmobbing og tiltak mot slik mobbing er viktig blant annet fordi mobbing ser ut til å ha en kobling til psykisk helse og velvære. Forskerne estimerer at det trengs 68 flere studier på nettmobbing og 98 studier på ofre for nettmobbing for å kunne danne seg en tydeligere og mer nyansert bilde tiltak mot nettmobbing.

⁶ **Kvasiekperimentell:** En type inndeling i grupper som ikke er en 100 % tilfeldig fordeling, f.eks. fordeling ved hjelp av annen hver, fødselsdag eller ukedag/dag i måneden. Kvasirandomisering kan se tilfeldig ut, men fordelingen er forutsigbar og det er mulig å manipulere hvem som fordeles til hvilken gruppe.

⁷ **Randomisert kontrollert studie:** Et studiedesign hvor deltakerne er randomisert (tilfeldig fordelt) til en tiltaks- og kontrollgruppe. Resultatene blir vurdert ved å sammenlikne utfall i behandlings-/tiltaksgruppen og kontrollgruppen (r).

TILTAK MOT NETTMOBBING

Man spør seg også om man burde slå sammen tiltak mot tradisjonell mobbing og nettmobbing eller om man skal behandle dem som separate fenomener og problemer.