

Når mobningen bliver digital



Børn og unges digitale liv medfører nye rum for mobning og krænkelse, som kan være svære at opspore og forstå som forældre eller fagpersoner. Men hvordan adskiller digital mobning sig fra traditionel skolegårds mobning? Hvilke konsekvenser har det for de involverede børn? Og hvilke grupper af børn skal fagprofessionelle være særligt opmærksomme på?

Af Ursula Hofeldt 20. november 2018

Hvad adskiller digital mobning fra "skolegårds mobning"?

Digital mobning kan tage mange former, eksempelvis stalking, trolling, eksklusion og deling af billeder eller videoer mod ens vilje. På nogle måder minder mobning online om traditionel, offline mobning i og med at det er en adfærd, der har til hensigt at såre eller ekskludere andre. Der er dog også en række punkter, hvor digital mobning adskiller sig fra traditionel mobning (kilde 1, kilde 2):

- Online interaktioner giver mulighed for, at personen, der mobber, kan være anonym, hvilket for ofret kan opleves som om, at mobberen er "usårlig".
- I forlængelse af anonymiteten er der også mindre sandsynlighed for, at mobberen bliver straffet.
- Ofret for mobningen kan ikke undslippe, da der ikke er nogen grænser for hvor og hvornår, mobningen finder sted.
- Der er potentielt mange vidner til mobningen og større risiko for, at online "tilskuere" deltager i mobningen ved f.eks. at dele et billede eller en video.
- En ondskabsfuld besked eller et delt billede har en potentiel lang levetid online, særligt hvis den bliver delt af andre end den oprindelige mobber.
- Personen, der mobber, ser ikke offerets reaktion ansigt-til-ansigt.



Selvom disse aspekter også er til stede i digital mobning, argumenterer forskere for, at mobning online alligevel afviger fra traditionel mobning, da de tre aspekter er mere diffuse i en digital kontekst. Særligt kriteriet om gentagne episoder – som et pejlemærke for hvor alvorlig mobningen er – er problematisk, da én handling online (fx deling af et billede) kan ses, kommenteres af og deles af andre, som ikke er den oprindelige mobber. Derfor kan ofre for online mobning potentielt kun

have oplevet det én gang, men omfanget af krænkelsen og dens online levetid kan gøre, at det har store konsekvenser for dem, der udsættes for det (kilde 3).

Hvordan påvirker digital mobning de involverede børn?

En svensk-britisk forskergruppe har i et review sammenholdt resultaterne fra 19 forskellige studier, der undersøger de konsekvenser, som mobning kan have (kilde 1). Det fremgår, at online mobning har de samme negative psykologiske, fysiske og sociale konsekvenser som traditionel mobning. Børn og unge, der udsættes for digital mobning, udviser oftere symptomer på depression og angst, og dør med selvmordstanker, lavt selvværd og ensomhed (kilde 1). Studierne i reviewet har også fundet en sammenhæng mellem det at mobbe andre online og forskellige psykologiske problemer, eksternaliserende adfærd og generel lavere livskvalitet. Dertil peger forskerne i reviewet på en særlig udsat gruppe med de mest omfattende psykologiske problemer – nemlig de såkaldte bully-victims, der både indgår i mobbende adfærd online, men som også selv er blevet udsat for mobning (kilde 1).

"Digital mobning behøver ikke at være længerevarende for at have alvorlige konsekvenser for børns psykiske og fysiske trivsel."

Ofre for online mobning oplever flere helbredsgener

Et svensk studie fra 2015 har analyseret sammenhængen mellem online chikane blandt svenske elever i 9. klasse og deres subjektive helbredsgener såsom hovedpine, søvnproblemer, svimmelhed og nervøsitet. Undersøgelsen fandt en statistisk signifikant sammenhæng, hvor det at have oplevet online chikane hang sammen med et højere niveau af helbredsgener. Endvidere var sammenhængen stærkere for de elever, der var blevet chikaneret online mere end én gang, hvilket understøtter, at jo flere gange man oplever online chikane, jo større bliver "effekten" – ligesom ved traditionel mobning. Alligevel finder studiet dog en signifikant sammenhæng mellem online chikane oplevet én gang og oplevede helbredsgener. Dette viser, at digital mobning ikke behøver at være længerevarende for at have alvorlige konsekvenser for børns psykiske og fysiske trivsel (kilde 3).

Overlap mellem traditionel mobning og digital mobning

I undersøgelsen blev 9. klasses-eleverne også spurgt, om de havde oplevet almindelig mobning i skolen. Her viste der sig et vist overlap, da flere elever, der var blevet udsat for mobning i skolen, også rapporterede at have oplevet online chikane. Dog viste analysen, at online mobning *i sig selv* påvirkede elevernes oplevede helbredsgener – også når traditionel mobning var inkluderet i den statistiske model (kilde 3).

"Niveauet af helbredsgener var højere for de elever, der ikke oplevede at kunne tale med venner og forældre om deres problemer."

Gode relationer til forældre og venner er en beskyttelsesfaktor

I studiet undersøgte forskerne, hvordan social støtte (i form af god kommunikation med forældre og venner i tilfælde af problemer) påvirkede sammenhængen mellem online chikane og helbredsgener. De unge, der havde et godt socialt netværk omkring sig, oplevede færre helbredsproblemer, selv hvis de var blevet udsat for digital mobning – hvilket indikerer, at et godt socialt supportsystem kan

være en beskyttelsesfaktor for online chikane. Omvendt var niveauet af helbredsgener højere for de elever, der ikke oplevede at kunne tale med venner og forældre om deres problemer (kilde 3).

Piger bliver oftere end drenge chikaneret online

Ud af de 8544 elever, der deltog i undersøgelsen, havde 14% af drengene oplevet online chikane (9% havde oplevet det én gang, 5% flere gange). Ud af pigerne var 20% blevet chikaneret online (13% en gang, 7% flere gange). Pigerne rapporterede også flere helbredsgener, men oplevede samtidig mere støtte fra deres venner, end drengene gjorde. Dette indikerer, at piger oftere er ofre for online chikane, og at det i højere grad påvirker deres generelle trivsel - men at de samtidig i højere grad oplever at have nogen at snakke med, hvis de har problemer (kilde 3).



Kev Costello,

Unsplash

Digital mobning påvirker børns kropslige selvværd

Et svensk studie blandt skoleelever mellem 10 og 15 år har bekræftet, at online mobning - ligesom traditionel mobning - påvirker børn og unges kropslige selvværd. Børn, der havde oplevet at blive udsat for digital mobning, rapporterede et mere negativt syn på deres udseende og vægt, end børn der ikke var blevet mobbet online - og dette var særligt tydeligt blandt pigerne (kilde 2). Eleverne i undersøgelsen blev endvidere spurgt ind til, om de troede, at online mobning ofte var rettet mod ofrets udseende. Elevernes opfattelse var, at online mobning oftere er rettet mod udseendet, når den går udover en pige - lige meget om mobberen selv er dreng eller pige (kilde 2).

Svenske skoleelever fortæller voksne om mobning

International forskning viser, at børn og unge ofte ikke fortæller voksne om digital mobning, men i højere grad deler det med deres venner, hvilket gør det sværere for lærere og forældre at opspore mobningen (kilde 4). En gruppe svenske forskere har dog undersøgt de copingstrategier, som skoleelever ville gøre brug af, hvis de oplevede online mobning - og her tegnede sig et andet billede. Det mest gennemgående svar var nemlig, at eleverne ville fortælle det til nogen - og at langt de fleste ville fortælle det til deres forældre eller lærer, mens kun 2,6% svarede, at de ville fortælle det til en ven. Elevernes svar indikerer en tillid til, at både forældre og lærere kan gribe ind og stoppe mobningen. Dette stiller også krav til, at man som lærer eller pædagog i en klasse skaber et åbent

miljø, hvor elever føler, at de kan dele ubehagelige oplevelser og blive taget seriøst (kilde 4).

"Der kan være en gruppe drenge, der ikke taler om mobningen, og som derfor ikke får den nødvendige hjælp."

Hvilke børn er i risiko?

Studierne, som denne artikel bygger på, viser, at piger oftere er udsat for online mobning end drenge. Dertil oplever piger, der er blevet mobbet online, oftere at have dårligt selvværd og flere helbredsgener end drenge, der har oplevet online mobning, hvilket kan indikere, at mobningen rammer pigerne hårdere (kilde 2, kilde 3). Dog ses der også en tendens til, at piger er bedre til at fortælle venner eller voksne om deres negative oplevelser (kilde 3, kilde 4). Det kan derfor betyde, at der kan være en gruppe drenge, der ikke taler om mobningen, og som derfor ikke får den nødvendige hjælp (kilde 4). Endvidere viser flere studier, at børn der både har oplevet at blive mobbet, og som selv har mobbet andre online, oplever de værste psykiske konsekvenser, og der bør derfor være ekstra opmærksomhed på den gruppe af børn.

"Der er en tendens til at fokusere på ældre børn og teenagere, når man undersøger digital mobning, men det er vigtigt ikke at undervurdere yngre børns brug af digitale medier."

Den digitale dannelse bør grundlægges tidligt

I forhold til alder viste studiet af svenske elevers copingstrategier, at eleverne i 4. klasse oftere havde oplevet digital mobning end eleverne i 6. og 9. klasse (kilde 4). Forskerne påpeger i den forbindelse, at der er en tendens til at fokusere på ældre børn og teenagere, når man undersøger digital mobning - men at det er vigtigt, at hverken forskere eller fagprofessionelle undervurderer yngre børns brug af digitale medier. Forebyggelsen af online mobning og digitale krænkelser starter derfor med et tidligt fokus på digital dannelse.

Kilder

1. [Foody, M., Samara, M., & Carlbring, P. \(2015\). A review of cyberbullying and suggestions for online psychological therapy. *Internet Interventions*, 2\(3\), 235-242.](#)
2. [Frisén, A., Berne, S., & Lunde, C. \(2014\). Cybervictimization and body esteem: Experiences of Swedish children and adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 11\(3\), 331-343.](#)
3. [Fridh, M., Lindström, M., & Rosvall, M. \(2015\). Subjective health complaints in adolescent victims of cyber harassment: moderation through support from parents/friends - a Swedish population-based study. *BMC public health*, 15\(1\), 949.](#)
4. [Frisén, A., Berne, S., & Marin, L. \(2014\). Swedish pupils' suggested coping strategies if cyberbullied: Differences related to age and gender. *Scandinavian journal of psychology*, 55\(6\), 578-584.](#)

LÆS OGSÅ:

- [Børns digitale dannelse](#)
- [Digitale mediers indflydelse på familielivet](#)
- [Hvad er det pædagogiske potentiale ved digitale dagtilbud?](#)
- [Skærmtids betydning for børn og unges trivsel](#)
- [Tablets i skolen - fordele og ulemper ved digitale redskaber i undervisningen](#)
- [Råd og vejledning til digital dannelse i praksis](#)

Yderligere information

- Faktaboks:

Kilde 1: Review af forskning der omhandler de psykologiske konsekvenser af online mobning. Reviewet inkluderer og sammenholder resultater fra 19 internationale studier, primært fra engelsktalende vestlige lande. Studierne har undersøgt den psykologiske effekt af digital mobning på børn og unge voksne, der enten er ofre for digital mobning, har mobbet andre online, eller både er ofre og mobbere.

Kilde 2: Svensk kvantitativt, psykologisk studie der undersøger forholdet mellem digital mobning og kropsligt selvværd. 1076 svenske skoleelever mellem 10 og 15 har deltaget i studiet. Spørgeskemaet omhandlede: 1) Om eleverne havde oplevet online mobning inden for de sidste par måneder, 2) forskellige aspekter af kropsligt selvværd målt ved hjælp af *The Body Esteem Scale for Adolescents and Adults (BESAA)*, og 3) hvor ofte eleverne tror, at online mobning er rettet mod ofrets udseende når [dreng eller pige] mobber [dreng eller pige] med alle fire variationer inkluderet i spørgsmålet.

Kilde 3: Svensk kvantitativt, sundhedsfagligt studie der undersøger sammenhængen mellem online chikane og subjektive helbredsgener blandt svenske elever i 9. klasse. 8544 elever (4190 drenge og 4354 piger) har besvaret spørgeskemaet som en del af en folkesundhedsundersøgelse blandt børn og unge i Skåne i 2012. Spørgeskemaet indeholdt spørgsmål relateret til forskellige symptomer som bl.a. hovedpine, mavepine, søvnproblemer og nervøsitet ud fra det valide instrument *The Health and Behaviour in School-aged Children Symptom Checklist (HBSC-SCL)*. Derudover blev eleverne spurgt ind til, om de inden for det sidste år havde oplevet online chikane, og om de selv vurderede at have nogen at gå til (venner, forældre og lignende), hvis de oplevede problemer. Spørgeskemaet berørte også traditionel mobning, hvor eleverne blev spurgt, om de inden for de sidste par måneder var blevet mobbet i skolen. Derudover indeholdt spørgeskemaet en række kontrolvariable relateret til forældres baggrund, rygning, alkoholindtag og fysiske eller kognitive handicap.

Kilde 4: Svensk psykologisk, mixed-methods studie der afdækker svenske elevers foreslåede copingstrategier, hvis de oplever digital mobning. 694 elever (355 piger og 339 drenge) på 10 og 12 år deltog i undersøgelsen. Eleverne fik en mundtlig definition af digital mobning og blev derefter skriftligt spurgt, hvad de ville gøre for at stoppe det, hvis de oplevede online mobning. Spørgsmålet var åbent og gav eleverne mulighed for at komme med deres egne forslag. Svarene blev først analyseret kvalitativt, hvor svarene blev kodet med forskellige temaer. Herefter blev svarene analyseret kvantitativt med henblik på at måle, hvordan svarene fordelte

sig blandt deltagerne og analysere forskellene mellem forskellige grupper af elever med fokus på bl.a. alder og køn.