

Internetmobbingens påverkan på den psykiska hälsan hos skolungdomar

En litteraturbaserad studie

Sahlgrenska akademien

Författare: Gabriella Wång
Alexandra Ek

Folkhälsovetenskapligt program
med hälsoekonomi, 180 hp

Examensarbete i folkhälsovetenskap med
hälsoekonomi I, VT 2014

Omfattning: 15 hp

Handledare: Christine Sandheimer

Examinator: Annika Jakobsson



Svensk titel: Internetmobbnings påverkan på den psykiska hälsan hos skolungdomar. En litteraturbaserad studie.

Engelsk titel: The impact of cyberbullying on the mental health among adolescents. A literature based study.

Författare: Alexandra Ek och Gabriella Wång

Program: Folkhälsovetenskapligt program med hälsoekonomi 180 hp
Examensarbete i folkhälsovetenskap med hälsoekonomi I, VT 2014

Omfattning: 15 hp

Handledare: Christine Sandheimer

Examinator: Annika Jakobsson

Sammanfattning

Introduktion: Kommunikationssamhällets utveckling under de senaste decennierna har bidragit till nya kommunikationsmönster och användandet av datorer och mobila enheter har ökat. Det har blivit allt vanligare att kommunicera via sociala medier och detta har lett till en ny form av mobbning; internetmobbning. Samtidigt har studier visat att den psykiska hälsan bland ungdomar har försämrats under de senaste 25 åren. **Syfte:** Att studera och kartlägga internetmobbnings karakteristika och dess förhållande till psykisk ohälsa bland skolungdomar samt att belysa skolungdomars egna åtgärder mot internetmobbning. **Metod:** En litteraturbaserad studie som bestod av 17 artiklar med både kvantitativa och kvalitativa studier inkluderade. **Resultat:** Resultatet visade att det kan finnas ett samband mellan psykisk ohälsa och internetmobbning, att internetmobbning var mer förekommande bland tjejer än bland killar och att det var ovanligt att elever berättar för någon om de blivit utsatta för mobbning på internet. Riskfaktorer för internetmobbning som visades i resultatet var att vara elev i årskurs nio eller att ha problematiska familjeförhållanden. **Diskussion/Slutsats:** Studien tyder på att det finns ett samband mellan psykisk ohälsa och internetmobbning samt att den psykiska ohälsan bland ungdomar har ökat den senaste tiden. Fortsätter denna ökning kommer även samhällskostnaderna för problemet att öka. Det är viktigt att börja arbeta mer förebyggande för att minska den psykiska ohälsan bland ungdomar, dels för att reducera samhällskostnaderna och dels för att öka välbefinnandet i befolkningen.

Nyckelord: Internetmobbning, psykisk hälsa, skolungdomar, hälsoeffekter.

Abstract

Introduction: During the last decades, the development of the communication society has contributed to new patterns of communications among people, but also increased the use of computers and mobile devices. It has become more common to communicate through social medias, which has led to the new phenomena cyberbullying. At the same time, studies have shown an increase in mental health problems among adolescents during the last 25 years.

Aim: The aim of this literature review was to investigate and map the characteristics of cyberbullying and its relationship to mental health among adolescents. The aim was also to investigate adolescents own actions to stop cyberbullying. **Method:** A literature study based on 17 scientific articles with both quantitative and qualitative studies included. **Results:** The results showed that there is a connection between mental health and cyberbullying and that cyberbullying is more common among girls. The results also showed that risk factors for cyberbullying were to study in the ninth grade or have bad family relationships. Another finding was that it is uncommon for students to tell someone else when they have been exposed to cyberbullying. **Discussion/Conclusion:** The study suggests that there is a connection between mental health and cyberbullying, but also that mental health among adolescents has gotten worse during the last years. If this problem continues, the costs for the society will grow. It is therefore important to start working in a more preventive way to increase the well-being in the population but also to reduce the costs for the society.

Keyword: Cyberbullying, mental health, adolescents, health effects.

Innehållsförteckning

1. INLEDNING	1
2. BAKGRUND	1
2.1 PSYKISK HÄLSA BLAND SKOLUNGDOMAR	1
2.1 TILLGÅNG OCH ANVÄNDNING AV INTERNET	1
2.2 MOBBNING.....	2
2.3 SKILLNADER MELLAN INTERNETMOBBNING OCH TRADITIONELL MOBBNING	3
2.4 MOBBNING SOM FOLKHÄLSOPROBLEM.....	3
2.5 INTERNETMOBBNING KOPPLAT TILL FOLKHÄLSOMÅLEN.....	3
2.5.1 Mål 2: Ekonomisk och social trygghet.....	4
2.5.2 Mål 3: Trygga och goda uppväxtvillkor.....	4
2.6 PROBLEMFÖRMULERING	4
3. SYFTE	4
4. METOD	5
4.1 STUDIEDESIGN	5
4.2 URVALSKRITERIER	5
4.2.1 Inklusionskriterier.....	5
4.2.2 Exklusionskriterier.....	5
4.3 DATAINSAMLINGSMETOD	6
4.4 ANALYSMETOD.....	6
4.5 ETISKA ASPEKTER	7
5. RESULTAT	7
5.1 PREVALENS AV DE SOM BLIVIT MOBBADE	8
5.1.1 Internetmobbing.....	8
5.1.2 Samband mellan internetmobbing och traditionell mobbing.....	8
5.2 MOBBNINGENS KARAKTERISTIKUM	8
5.2.1 Tillämpade verktyg vid internetmobbing.....	8
5.2.2 Vem mobbar?.....	9
5.2.3 Motiv till att mobba på internet.....	9
5.2.4 Riskfaktorer för internetmobbing.....	9
5.3 PSYKISKA PROBLEM	10
5.4 PSYKOSOMATISKA PROBLEM	11
5.5 ANDRA INDIREKTA PROBLEM.....	12
5.6 ÅTGÄRDER MOT INTERNETMOBBNING	12
5.6.1 Vart vänder sig eleverna vid problem med internetmobbing?	12
5.6.2 Elevernas förslag på åtgärder	13
6. DISKUSSION	13
6.1. RESULTATDISKUSSION.....	13
6.1.1 Vanligare bland tjejer.....	13
6.1.2 Sambandet mellan psykisk ohälsa och internetmobbing.....	14
6.1.3 Riskfaktorer.....	15
6.1.4 Ovanligt att rapportera	15
6.1.5 Prevalens.....	15
6.1.7 Framtida forskning	16
6.2 METODDISKUSSION	16
7. SLUTSATS	17
8. REFERENSER	19

BILAGOR

BILAGA 1

BILAGA 2

1. Inledning

I början av 1990-talet var både internet och mobiltelefonen främmande begrepp. Idag växer det mobila och interaktiva kommunikationssamhället sig allt större och ungdomarna befinner sig mitt i denna utveckling. Medieanvändningen tar idag upp över hälften av människors fritid, där tv-tittandet dominerar som fritidsaktivitet. För ungdomarna finns det däremot en aktivitet som tenderar att ta över den rollen, nämligen internetanvändandet. Nästan 95 procent av de unga i de nordiska länderna har internet i hemmet och de flesta utnyttjar internet dagligen. Det finns inga tvivel om att det råder nya kommunikationsmönster i ett nytt kommunikationssamhälle (Carlsson, 2010).

Kommunikationssamhällets snabba framväxt har inte endast lett till positiva aspekter, utan det finns även baksidor med att ständigt ha tillgång till sociala medier och internet. Eftersom att många unga ofta är uppkopplade på internet, ökar risken för att de utsätts för trakasserier eller mobbning avsevärt jämfört med i början av 1990-talet, då internet var så pass okänt. Digitala mediernas snabba framväxt tillsammans med ungdomars ständiga uppkopplande öppnade upp vårt intresse för att undersöka vad som sker på internet bland ungdomar. Vi kom då in på de negativa aspekterna med internet, det vill säga internetmobbning, och vad det kan få för konsekvenser för den psykiska hälsan hos unga i skolåldern. Detta valde vi att studera genom att göra en litteraturbaserad studie.

2. Bakgrund

2.1 Psykisk hälsa bland skolungdomar

Den psykiska hälsan är en del av definitionen hälsa, som Världshälsoorganisationen (WHO) beskriver som ”a state of complete physical, mental and social well-being, and not merely the absence of disease” (2014). I dagens samhälle, där folkhälsan blir allt bättre, blir den psykiska hälsan allt sämre och är idag ett utbrett folkhälsoproblem. Förutom att det drabbar enskilda individer och deras anhöriga, drabbas även samhället då till exempel sjukvårdskostnader ökar. I den svenska befolkningen försämras den psykiska hälsan mest bland ungdomar och bland kvinnor. Riskfaktorer för psykisk ohälsa är bland annat somatiska sjukdomar, brist på omsorg, ensamhet, övergrepp, missbruk, akademiska misslyckanden och bristande social kompetens (Nilunger & Wasserman, 2008).

2.1 Tillgång och användning av internet

Under de senaste decennierna har det skett en snabb utveckling av elektronisk och datorbaserad kommunikations- och informationsteknologi. Genom denna utveckling har barns och ungdomars sociala interaktionsmönster förändrats vilket har lett till att internetmobbning har blivit ett allt större problem (Thornberg, 2013).

Tillgången och användningen av internet bland elever är stor. Enligt en svensk studie av Stiftelsen för internetinfrastruktur (2013) använder 87 procent av elever i 12-13-årsåldern internet dagligen i hemmet. Internetanvändningen ökar med åldern och bland 14-19-åringar har 95 procent ett dagligt internetanvändande. Tillgången på datorer har i den svenska skolan ökat och genomsnittet är idag tre elever, jämfört med sex elever år 2008, på varje elevdator. Studien visar också att internetanvändningen har ökat i skolan. Statistik från 2012-2013 visar en ökning av 17-19-åringars internetanvändande i skolan med tio procent (från 64 % till 74 %). Bland elever i högstadiet använder 56 procent av eleverna internet dagligen. En majoritet av svenska elever har tillgång till internet men fortfarande är det en stor del som sällan eller aldrig använder internet i skolan, främst yngre elever. Då internetanvändningen bland elever, både i skolan och på fritiden, idag är så pass stor kan användningen vara en risk för att bli utsatt för mobbning på internet.

Samma studie har undersökt vad ungdomar gör med sina mobiltelefoner varje vecka. En tydlig skillnad finns mellan könen då tjejer i högre grad använder sig av sociala nätverk, både för att besöka andras profiler och för att uppdatera sina egna, mer än vad killar gör. Studien visar också att användningen ökar ju äldre ungdomarna är. Frekvensen är även högre bland äldre tjejer vad gäller att skicka sms, att surfa runt på internet, att ladda upp bilder på Instagram samt att läsa e-post. Detta är exempel på olika kommunikationssätt på internet och genom användning av dessa kan risken för att bli utsatt för internetmobbning öka (ibid).

2.2 Mobbning

Enligt Friendsrapporten 2013 beskrivs mobbning som ”upprepade kränkningar av en person under en tid” (Friends, 2013, p. 7). Liknande begrepp som ofta blandas ihop med mobbning är kränkning, trakasserier samt diskriminering och för att klargöra skillnaderna mellan dessa följer här en förklaring av varje begrepp. *Kränkning* är ett paraplybegrepp där mobbning, trakasserier och andra kränkande behandlingar ingår. Detta innebär alla typer av dålig behandling som gör att en person känner sig sårad, ledsen och mindre värd (Friends, 2013). *Trakasserier* innebär att någon blir kränkt utifrån de sju diskrimineringsgrunderna: etnicitet, religion eller annan trosuppfattning, kön, sexuell läggning, funktionshinder, ålder eller könsöverskridande identitet eller uttryck (Byrån mot diskriminering, 2014). En enda händelse räcker för att någon ska göra sig skyldig till trakasserier. *Diskriminering* kan förklaras som när en vuxen i skolan behandlar en elev sämre än andra på grund av kön, att hen har en viss religion eller kultur, kommer från ett visst land, har ett funktionshinder, en viss sexuell läggning eller en viss ålder (Friends, 2013).

Det finns olika definitioner av mobbning och denna studie utgår från Skolverkets definition, vilken beskriver mobbning som ”en upprepad negativ handling när någon eller några medvetet och med avsikt tillfogar eller försöker tillfoga en annan skada eller obehag” (Skolverket, 2013, p. 137). Internetmobbning definieras av Tokunaga (2010) som “any behavior performed through electronic or digital media by individuals or groups that repeatedly communicates hostile or aggressive messages intended to inflict harm or discomfort on others” (p. 278). Gränsen mellan internetmobbning och traditionell mobbning kan vara svår att dra. Mobbning kännetecknas av upprepade handlingar men endast en kränkande bild, text eller film på internet kan ses eller skickas vidare av hundratals personer över en längre tidsperiod vilket gör att den utsatte kan känna sig mobbad (Thornberg, 2013).

Dunkels (2010) skriver att det idag råder en kluvenhet i synen på internet och hur mycket information som sprids där och menar på att det finns en ”dubbelhet till öppenhet och slutenhet” (p. 27). Med det menar hon att barn och unga uppmuntras till att berätta för vuxna om de mår dåligt eller blir illa behandlade, samtidigt ska de vara restriktiva med vilken information som de lägger ut på internet om sig själva.

2.3 Skillnader mellan internetmobbing och traditionell mobbing

Smith & Slonje (2010) beskriver ett par specifika särdrag som skiljer internetmobbing från traditionell mobbing. För den som blir mobbad skapar internetmobbing en känsla av att inte ha någonstans att gömma sig. Denna typ av mobbing är svår att undkomma och kan fortsätta utanför skolans gränser och in i hemmet eller var man än befinner sig. Internetmobbing kan också nå ut till en stor grupp människor, jämfört med traditionell mobbing där endast de på plats blir åskådare. Internetmobbingen förser mobbarna med en viss typ av osynlighet som inte förekommer vid traditionell mobbing. Denna brist på interaktion ansikte mot ansikte gör att internetmobbing ibland även kan skapa en anonymitet hos den som mobbar. Internetmobbing skapar också en omedvetenhet om konsekvenser då den som mobbar inte kan se de reaktioner eller den skada som handlingarna förorsakar den mobbade på samma sätt som vid traditionell mobbing.

2.4 Mobbing som folkhälsoproblem

Organisationen Friends, vars uppdrag är att stoppa mobbing, gör varje år en kartläggning i de svenska skolorna där man mäter förekomsten av kränkningar, känsla av trygghet och trivsel samt elevernas och personalens upplevelse av skolans likabehandlingsarbete (Friends, 2013). Rapporten visar att kränkningar på internet är vanligt förekommande. 20 procent av eleverna har läst någonting på internet som de ansåg obehagligt, 14 procent har fått ett elakt sms skickat till sig och sju procent har känt sig utanför på internet. Rapporten visar också att nio procent av eleverna som medverkat i kartläggningen har varit med om att någon spridit en bild eller film på dem på internet mot deras vilja. På gymnasiet tycker 40 procent av eleverna att de inte har någon att vända sig till om de blir utsatta för mobbing på internet.

Idag är mobbing ett folkhälsoproblem som behöver uppmärksammas av både beslutsfattare, vårdgivare och familjer. Vetskapen om att mobbing kan leda till sjukdomar och i värsta fall döden har bidragit till en ökad medvetenhet om de psykosociala risker som mobbingen kan orsaka (Srabstein & Leventhal, 2010). Ur ett folkhälsoperspektiv är det bra att fokusera på barn och ungdomar som målgrupp för att i ett tidigt stadie kunna sätta in insatser. Bortsett från det minskande välbefinnandet som den psykiska ohälsan för med sig, innebär den en stor kostnad för samhället. Under år 1996 beräknades de totala kostnaderna för unga med psykiska problem uppgå till cirka 11 miljarder kronor. Lite mer än 80 procent av kostnaderna innefattades av vård- och behandlingsinsatser och knappt en femtedel av detta gick till preventiva insatser (Skolverket, Socialstyrelsen & Statens folkhälsoinstitut, 2004).

2.5 Internetmobbing kopplat till folkhälsomålen

Internetmobbing har en koppling till det folkhälsovetenskapliga fältet och problemet kan belysas utifrån två av Sveriges elva övergripande folkhälsomål. De elva nationella målen

innefattar de bestämningsfaktorer som är av största relevans för folkhälsan i Sverige och strävar efter att ”skapa samhälleliga förutsättningar för en god hälsa på lika villkor för hela befolkningen” (Statens folkhälsoinstitut, 2005). I den här studien är det framförallt målområde två; ekonomisk och social trygghet och målområde tre; trygga och goda uppväxtvillkor som är i fokus.

2.5.1 Mål 2: Ekonomisk och social trygghet

Målområde två betonar att ekonomisk och social trygghet är ”en av de mest grundläggande förutsättningarna för folkhälsan” (Folkhälsomyndigheten, 2014a). Det är framförallt social trygghet som är i fokus i detta målområde när det kommer till internetmobbing och ungdomars välmående. Förenta Nationerna (FN) har utvecklat en konvention om barns rättigheter där ett flertal bestämmelser innefattas. I sitt regelverk har FN diskuterat att alla barn ska ha lika värde och samma rättigheter, att de ska ha rätt till social trygghet samt att inget barn ska utsättas för diskriminering. Även varje barns rätt till yttrandefrihet är en av bestämmelserna (UNICEF, 2014.). Dessa aspekter följs inte vid vare sig traditionell mobbing eller internetmobbing, där trakasserier innebär diskriminering och minskar den sociala tryggheten för inblandade personer.

2.5.2 Mål 3: Trygga och goda uppväxtvillkor

Uppväxtvillkoren har stor betydelse för en individs hälsa senare i livet och för folkhälsan på lång sikt. Enligt Folkhälsomyndigheten bör den stigande psykiska ohälsan och levnadsvanor bland unga särskilt beaktas (2014b). En anledning till att det finns ett målområde som behandlar barn och ungdomar är för att levnadsstandarderna under barndomen har stor betydelse för barnens hälsa resten av livet (Statens folkhälsoinstitut, 2005). Det är därför viktigt att sätta in insatser tidigt i livet.

2.6 Problemformulering

Enligt Folkhälsomyndigheten (2013) har 15-åringars psykiska välbefinnande minskat och den psykiska ohälsan markant ökat sedan ungdomars hälsa började mätas för 25 år sedan. Åren 1985-1986 fanns det inga stora skillnader mellan killars och tjejers psykiska hälsa, utan det var lika vanligt förekommande att en kille som en tjej kände sig nervös, nedstämd, hade huvudvärk eller hade svårt att somna. Sedan dess har det skett en stor ökning bland niondeklassares psykiska ohälsa, framförallt bland unga tjejer. Denna litteraturstudie ska undersöka vad som finns beskrivet i den vetenskapliga litteraturen angående sambandet mellan psykisk hälsa och internetmobbing och därför har nedanstående syfte formulerats.

3. Syfte

Det övergripande syftet är att studera och kartlägga internetmobbingens karaktär och dess förhållande till psykisk ohälsa bland skolungdomar. Syftet är även att belysa skolungdomars egna åtgärder vid internetmobbing.

För att svara på syftet är frågeställningarna följande:

- Vilka karakteristikum är utmärkande för internetmobbing?
- På vilket sätt visar den vetenskapliga litteraturen på samband mellan internetmobbing och psykisk ohälsa?
- Vilka åtgärder används och vilka förslag på åtgärder finns mot internetmobbing enligt skolungdomarna i den vetenskapliga litteraturen?

4. Metod

4.1 Studiedesign

Den metod som användes för att besvara syftet var en litteraturbaserad studiedesign. Forsberg och Wengström (2008) beskriver att en allmän litteraturstudie kan vara att beskriva kunskapsläget inom ett visst område. Då syftet med vår studie var att studera och kartlägga internetmobbing och dess förhållande till psykisk ohälsa bland ungdomar ansågs en litteraturbaserad studie passande. Totalt hittades 17 artiklar som ansågs relevanta för att kunna besvara litteraturstudiens syfte och frågeställningar.

4.2 Urvalskriterier

För att kunna göra en bedömning av artiklarnas relevans använde vi oss av ett antal inklusions- och exklusionskriterier. De övergripande kriterierna var att artiklarna som valdes skulle beröra internetmobbing och skolungdomar. Vi eftersträvade att artiklarna skulle vara vetenskapliga, vilket innebar att artiklarna var objektiva och att data var systematiskt och organiserat insamlat (Forsberg och Wengström, 2008).

4.2.1 Inklusionskriterier

Artiklar med följande innehåll har inkluderats:

- Forskning utförd i västerländska länder
- Artiklar skrivna på engelska
- Artiklar publicerade i vetenskapliga tidskrifter
- Artiklar där studiens urvalsgrupp är skolungdomar mellan 12-17 år
- Artiklar med fokus på internetmobbingens påverkan på hälsan
- Artiklar som tillhandahålls i fulltext

4.2.2 Exklusionskriterier

Artiklar med följande innehåll har exkluderats:

- Review-artiklar

- Artiklar som fokuserar på näthat
- Artiklar som endast tar upp traditionell mobbning
- Artiklar som fokuserar på livsstilsfaktorer
- Artiklar som endast fokuserar på de som mobbar
- Artiklar med fokus på passiva deltagare vid mobbning

4.3 Datainsamlingsmetod

Vid sökning av artiklar användes i huvudsak två databaser; Scopus och CINAHL. Vid val av artiklar i databaserna fokuserade vi till att börja med på artiklarnas titlar. Då osäkerhet fanns tittade vi även på abstraktet för att bedöma artiklarnas relevans till vår studie. Efter val av artiklar utifrån deras rubriker tittade vi på abstraktet på alla artiklar. Då internetmobbning verkar vara ett relativt nytt fenomen och dess påverkan på den psykiska hälsan hos skolungdomar är relativt outforskad, fanns ett begränsat antal vetenskapliga artiklar att tillgå. Detta resulterade i att vi fick relativt få träffar av artiklar och därmed behövde vi inte specificera oss så mycket i vår sökning. Vid sökningen av artiklar fokuserade vi på internetmobbning och hälsa, och då det inte blev många träffar valde vi att inte lägga till fler sökord. Artiklar som inte motsvarade de uttagna inklusionskriterierna samt ingick i exklusionskriterierna gallrades bort och vi fick då fram 21 stycken artiklar. Då sökningen skedde i tre databaser fanns fyra artiklar som dubletter. Dessa plockades bort och totalt kommer 17 artiklar att ingå i denna litteraturstudie (se bilaga 2).

Ett flertal vanligt förekommande begrepp för mobbning som sker på internet har stötts på; internetmobbning, elektronisk mobbning, nätmobbning och e-mobbning. För att den här studien ska vara konsekvent kommer endast begreppen internetmobbning och mobbning på internet att användas. Vanligt förekommande begrepp för mobbning som sker i skolan är traditionell mobbning samt skolmobbning, och i den här studien kommer definitionen traditionell mobbning att användas.

Tabell 1. Antal artiklar för respektive databas och sökord

Datum	Databas	Sökord	Antal funna artiklar	Antal valda artiklar
2014-04-07	Scopus	“cyberbullying AND health”	70	10
2014-04-07	CINAHL	cyberbullying	67	10
2014-04-08	Scopus	cyberbullying AND “Public health”	5	1

4.4 Analysmetod

Den metod som användes vid analysen av de valda artiklarna var en innehållsanalys. Forsberg och Wengström (2008) beskriver att målet i en innehållsanalys är att beskriva och kvantifiera

specifika fenomen, vilket görs genom att systematiskt klassificera data. Det blir då möjligt att identifiera eventuella mönster och teman.

Analysens första del bestod av att läsa igenom alla artiklar för att skapa en helhetsbild av innehållet och för att identifiera skillnader och likheter mellan dem. För att finna meningsbärande enheter i artiklarnas resultat gjordes en färgkodning utifrån syfte och frågeställningar, vilket innebar olika färg för varje frågeställning. Därefter identifierades olika teman som ansågs relevanta för studien; psykiska problem, psykosociala problem, indirekta problem, riskfaktorer för internetmobbing, vanligaste typerna av internetmobbing och vart ungdomar vänder sig vid internetmobbing. Dessa teman har vi valt eftersom de kan ha en koppling till ungdomars psykiska hälsa. För att minimera risken för att felaktigt tolka resultaten lästes artiklarna igenom av oss båda.

4.5 Etiska aspekter

Enligt Vetenskapsrådet bör de granskade artiklarna utgå från följande kriterier: tala sanning om forskningen, medvetet granska och redovisa utgångspunkterna för studierna, öppet redovisa metoder, resultat och kommersiella intressen och andra bindningar, inte stjäla forskningsresultat från andra, hålla god ordning genom dokumentation och arkivering, sträva efter att bedriva forskning utan att skada människor, djur eller miljö samt vara rättvis i bedömningen av andras forskning (Gustafsson et al., 2005). Att tala sanning om forskningen, att öppet redovisa metoder och resultat, att vara rättvis i bedömningen av andras forskning samt att medvetet granska och redovisa utgångspunkterna för studierna är något vi har strävat efter i vår innehållsanalys. Artiklarna som är inkluderade i analysen har kritiskt granskats utifrån frågor av Friberg (2012), (se bilaga 1).

Sju artiklar beskrev att de blivit godkända av en etisk kommitté. Två artiklar hade ett etiskt godkännande från skolmyndighet eller universitet. En artikel använde sig av registerdata, vilket omfattades av ett forskningsetiskt godkännande. Sju artiklar angav inte om de hade ett etiskt godkännande men de hade samtycke från elever och föräldrar samt att de fick information att det var frivilligt och anonymt att delta i studien. Då vi inte var säkra på att artiklarna var etiskt godkända gjorde vi en extra sökning i tidsskrifterna där artiklarna var publicerade och fann då att de på något vis hade ett etiskt godkännande.

5. Resultat

Resultatets första del inleds med en beskrivning av de olika studiernas prevalens av internetmobbing samt skillnaden i prevalens mellan traditionell mobbing och mobbing på internet. Genom att beskriva internetmobbingens karaktär samt dess riskfaktorer tydliggörs bilden av den potentiella påverkan som mobbing på internet kan ha på den psykiska hälsan. Därefter beskrivs de psykiska, psykosomatiska och indirekta problem som kan uppstå vid utsatthet av internetmobbing. Resultatets andra del beskriver vart ungdomar vänder sig vid problem med internetmobbing och avslutas med studiedeltagarnas rekommendationer för preventionsåtgärder. För att få en så bra bild av resultatet som möjligt valdes kvalitativa studier såväl som kvantitativa tvärsnitts- och longitudinella studier. Referering till de 17 artiklarna sker genom numrering i klamrar och återfinns i numerisk ordning i bilaga 2.

5.1 Prevalens av de som blivit mobbade

5.1.1 Internetmobbing

De flesta studierna visade att mellan 4,8–22 procent hade blivit mobbade på internet enligt ett flertal studier [3, 8, 14, 15, 16, 17]. En artikel från Sverige [1] skiljde sig från detta intervall då den visade att 1,9 procent av eleverna hade utsatts för mobbning på internet. En anonym internetbaserad studie från USA [7], svarade 72 procent av eleverna att de hade blivit utsatta för mobbning på internet minst en gång. Samma fråga ställdes till deltagarna i två artiklar [10, 13] där 24,1 procent respektive tio procent svarade att de blivit utsatta för internetmobbing minst en gång. I artikel 7 uppgav nästan en femtedel att de hade blivit mobbade på internet sju gånger eller mer. Enligt artikel 5 hade 30 procent av deltagarna upplevt någon form av internetmobbing de senaste 30 dagarna. Av de 16 elever, som medverkade i en intervju i artikel 11 hade samtliga varit utsatta för mobbning på internet. I flertalet studier [1, 3, 5, 6, 8, 14, 15, 16] visade fynden på att internetmobbing förekom oftare bland tjejer än bland killar.

Studie 5, som gjorde mätningar vid två tillfällen under våren år 2006 och våren år 2007, visade skilda resultat mellan de båda mättillfällena. Vid det första mättillfället var 5,1 procent mobbade och 1,4 procent hade varit både mobbare och mobbade. När den andra mätningen gjordes uppgav 6,1 procent att de hade varit mobbade och 2,7 procent angav att de hade varit både mobbade och mobbare. Ett flertal artiklar [3, 8, 13, 14, 15] visade att mellan två procent och sju procent av studiedeltagarna någon gång hade varit utsatta för både mobbning och även mobbat andra.

5.1.2 Samband mellan internetmobbing och traditionell mobbning

Ett flertal studier [2, 3, 7, 13, 15] beskrev ett samband mellan internetmobbing och traditionell mobbning. Prevalensen mellan studierna skiljde sig åt och artikel 3 beskrev att 25 procent av de som var internetmobbade också angav att de var mobbade i skolan. Enligt artikel 7, som undersökte sambandet utifrån definitionen av att ha blivit mobbad minst en gång, svarade 85 procent av de som hade varit internetmobbade att de också hade varit utsatta för traditionell mobbning. Samma studie visade att risken för att bli mobbad på internet var högre för de som redan var mobbade i skolan. Artikel 15 visade att det bland tjejer fanns en association mellan att vara mobbad i skolan och att både bli mobbad och mobba andra på internet. Artikel 2 visade också ett samband mellan de olika typerna av mobbning där de elever som var involverade i traditionell mobbning löpte två till tre gånger större risk att bli utsatt för mobbning på internet. Studierna 7 och 11 visade att internetmobbing var en direkt förlängning av traditionell mobbning.

5.2 Mobbingens karakteristikum

5.2.1 Tillämpade verktyg vid internetmobbing

De vanligaste verktygen för att kommunicera via internet och därmed även de mest frekventa redskap för att utöva mobbning, både i och utanför skolan, visade sig vara snabbmeddelanden och diskussionsgrupper enligt artikel 15 och 17. Två studier [11, 17] visade att det även förekom svordomar och verbala påhopp om individers nationalitet samt mobbning i form av

att bilder eller filmer lades ut på internet. Mobbning genom att skicka elaka e-postmeddelanden var också vanligt förekommande i studie 8 och 16. Detta visades också i studie 12, som beskrev att den vanligaste formen av internetmobbing var att ha mottagit ett upprörande e-postmeddelande från någon man känner (18,3 %). Samma studie visade också att det var vanligt att få upprörande chattmeddelanden (16 %).

Eleverna trodde att internetmobbing inträffade oftare utanför skolan än i skolan, enligt artikel 17. Deras förklaringar till varför det var vanligare med internetmobbing på fritiden var att telefoner inte fick användas i skolan, att lärarna kunde se vad som hände och att det inte fanns någon som kunde se vad ungdomarna gjorde utanför skolan.

För de som använde sig av snabbmeddelanden eller webbkamera var risken att bli internetmobbad 1,5 till 2,8 gånger större än för de som inte använde något av dessa verktyg, enligt artikel 7. Samma studie visade också att elever som använde sig av webbkamera minst en eller två gånger i veckan löpte 1,75 gånger större risk att drabbas av internetmobbing jämfört med de som inte använde detta verktyg under ett år.

5.2.2 Vem mobbar?

Cirka hälften av eleverna i två artiklar [8, 15] angav att de inte visste vem det var som mobbade dem. Av de som kände till vem mobbaren var, var det enligt artikel 8 vanligast att mobbningen utfördes av en elev från skolan. Artikel 15 visade att både tjejer och killar rapporterade att bli mobbade främst av kompisar i samma ålder. Fler än hälften av de som både hade varit förövare och utsatta för mobbing angav i artikel 8 att de hade blivit internetmobbade av en kompis. Ungefär en fjärdedel av de som var mobbade angav att de hade blivit mobbade av en kompis på internet.

5.2.3 Motiv till att mobba på internet

Enligt de fokusgrupper som genomfördes i studie 17 framgick det av vissa elever att mobbarens motivation till internetmobbing var på grund av dåligt självförtroende och en önskan om kontroll. I dessa fokusgrupper angav även flera att internetmobbing sågs som en form av underhållning vid utträkning.

5.2.4 Riskfaktorer för internetmobbing

En studie [3] från Sverige visade att det var vanligare med internetmobbing i årskurs nio jämfört med årskurs två på gymnasiet. Liknande resultat visades i två artiklar [6, 8] där medelåldern för att vara internetmobbad var 15-16 år. Detta underströks också av den longitudinella studien i artikel 5, som fann att övergångsåret till gymnasiet var en riskfaktor att utsättas för internetmobbing. De elever som angav högre grad av traditionell mobbing och högre nivåer av depression vid första mättillfället var mer sannolika att vara utsatta för internetmobbing vid andra mättillfället. Elever som angav högre grad av depression eller gick i årskurs nio var 50 procent mer sannolika att utsättas för mobbing vid det andra mättillfället. För de elever som rapporterade att de var utsatta för traditionell mobbing var sannolikheten tre gånger större att vara internetmobbade under andra mättillfället. Studien pekade också på att de elever som uppvisade interna problem kunde ses som sårbara och på så vis i högre grad kunde bli utsatta för både traditionell mobbing och internetmobbing. I

artikel 16 från Maryland, USA, kunde ingen association mellan internetmobbing och ålder hittas. Den longitudinella studien [10] beskrev att de som hade fler depressiva symptom vid det första mättillfället hade en ökad risk att bli utsatta för internetmobbing vid det andra mättillfället. Studien visade också att en hög användning av droger vid det första mättillfället ökade risken för internetmobbing vid det andra mättillfället.

Artikel 5 visade att utsatthet av traditionell mobbing var en riskfaktor för att även bli utsatt för internetmobbing. Artikel 7 fann att upprepad mobbing i skolan ökade risken sjufaldigt för att även mobbas på internet. Detta påvisade också studie 2 vars resultat beskrev att de som blivit både indirekt mobbade (utfrusen, ignorerad) och direkt mobbade (slag, sparkar, knuffar) i skolan hade 2-3 gånger högre risk att vara utsatta för mobbing på internet jämfört med de som inte alls var involverade i mobbing. Studie 3 beskrev att en riskfaktor för att bli internetmobbad skulle kunna vara att eleven hade en lägre social position, färre vänner och lägre status i skolan även om hen, enligt definition, inte kände sig mobbad.

I studie 3 framkom det att de elever som inte bodde med båda sina föräldrar hade en större risk än andra att bli mobbade. Artikel 2, som undersökte hur familjerelationer och självförtroende i familjen kunde kopplas till mobbing, visade att både tjejer och killar som uppgav sämre familjerelationer hade en större risk att bli utsatta för internetmobbing än de elever som uppgav att de hade bra familjerelationer. I studien skiljde sig riskfaktorerna mellan tjejer och killar åt. En låg känsla av självförtroende i familjen bland killar ökade risken för att bli internetmobbad. Bland tjejer var det de med en hög känsla av ensamhet i familjen som var mer sannolika att vara mobbade på internet. Samma studie visade också att lågt självförtroende i familjen och en hög känsla av ensamhet bland familjemedlemmar kunde reflektera lägre nivåer av föräldrars engagemang för vad deras barn gjorde på internet. Detta kunde öka risken för att bli mobbad på internet. Stöd från föräldrar visades i artikel 6 ha en skyddande effekt både vad gäller att bli mobbad och att mobba andra. Studien visade också att starkt överbeskyddande föräldrar, framförallt de som utövar fysisk disciplin, kunde leda till att ungdomarna började mobba andra.

Högre socioekonomisk status visade sig i studie 16 ha en skyddande effekt mot traditionell mobbing, men motsatt effekt för att både mobbas och att bli mobbad på internet. En riskfaktor som studerats i studie 7 var att använda internet mer än tre timmar per dag. Studien visade att de som var internetmobbade använde internet oftare än de som inte var mobbade på internet och att risken ökade om ungdomar var aktiva på internet över tre timmar per dag. Även artikel 6 visade att högre grad av internetanvändande hade ett samband med att både bli utsatt för internetmobbing och att utsätta andra för internetmobbing.

Resultat från artikel 3 visade att de som bott i Sverige i mindre än tio år hade en högre risk för att bli internetmobbad än de som bott i Sverige i mer än tio år, medan studie 15 inte fann etnicitet som en signifikant riskfaktor för att bli mobbad på internet. Eleverna i den kvalitativa studien [4] diskuterade att det var svårt att tolka textmeddelanden på internet, då tonfall och eventuell sarkasm inte kunde ses eller var svårt att förstå i konversationen. Detta kan enligt eleverna lätt leda till missförstånd, som i sin tur kan leda till internetmobbing.

5.3 Psykiska problem

Enligt artikel 3 rapporterade både killar och tjejer som hade varit utsatta för internetmobbing en sämre självupplevd hälsa än de individer som inte hade blivit mobbade. De som hade blivit mobbade, både på traditionellt vis och på internet, visade sig associeras med en generellt lägre

subjektiv hälsa. Hos den utsatte visade sig internetmobbing och sämre självförtroende ha ett tydligt samband. I en studie [12], som undersökte om elevernas självförtroende skiljde sig åt beroende på om de varit utsatta för internetmobbing eller inte, visades det att killar, ”non-whites” samt äldre elever tenderade ha lägre självförtroende än deras kamrater.

Ett flertal psykiska och psykosomatiska svårigheter och problem hade koppling till internetmobbing, enligt artikel 15. Upplevelser av internetmobbing var starkt förknippade med en hög nivå av ångest och oro enligt två artiklar [7, 13]. I förhållande till killarna rapporterade fler tjejer att de i högre utsträckning var mer oroade och hade mer ångest. De elever som rapporterade att de hade varit både mobbare och mobbade på internet visade sig ha flest problem med ångest och depression, jämfört med de som endast var mobbare, mobbade eller inte var involverade av mobbing enligt artikel 13.

Förhållandet mellan internetmobbing och depression framgick i en longitudinell studie [10]. Resultatet visade att om en elev var internetmobbad vid det första mättillfället var risken högre att eleven hade fått depressiva symtom ett år senare, det vill säga vid det andra (och sista) mättillfället. Studien visade även på att om en individ var internetmobbad vid första mättillfället var risken högre att hen hade ett problematiskt internetanvändande vid det andra mättillfället.

I den longitudinella studien [14] som gjordes bland skolelever i Tyskland framkom det att skillnader mellan involverade elever och icke-involverade elever i internetmobbing var signifikanta när det gällde externa problem (instrumentella och reaktiva aggressioner), men visade inga skillnader mellan grupperna när det kom till interna problem (ensamhet och depression). Tjejer som blev mobbade visade en ökning i externa problem samt en liten ökning i interna problem, medan killar inte visade förändringar över tid i varken interna eller externa problem.

I artikel 14 visade tjejer större besvär med ensamhet och depressivitet än killar under den första mätningen. Killar rapporterade högre nivåer av instrumentella och reaktiva angrepp än tjejer under båda mättillfällena. Högre nivåer av internetmobbing talade för en ökning i depressivitet men inte i ensamhet över tid. Tjejer som var mobbare och samtidigt blev mobbade rapporterade minskningar i reaktiv aggression över tid, medan de som antingen var mobbare eller mobbade visade på en ökning i interna och externa problem. I samma studie visade de killar som blev mobbade inga förutsägelser av att ha någon form av emotionella och beteendemässiga svårigheter. Dock fanns det indikationer på att de killar som angav att de blivit mobbade, eller hade mobbat andra, vid första mättillfället kände sig mer ensamma då den andra mätningen gjordes. Bland killar fanns det inget direkt samband mellan interna problem och att mobba andra, medan öknningar i delar av interna problem kunde kopplas till både de som mobbade och de som mobbades. Att endast vara mobbad visade sig inte visa på några interna eller externa problem hos killar.

5.4 Psykosomatiska problem

Artikel 1 visade på indikationer om en association mellan psykosomatiska problem och mobbing, oavsett vilken typ av mobbing som skedde. Denna studie utgick från The PsychoSomatic Problems (PSP) scale, som tog upp frågor som berörde svårigheter att sova eller koncentrera sig, om man led av huvudvärk, magont, dålig aptit, yrsel eller kände sig spänd eller ledsen. Skalan användes för att besvara hypotesen om sambandet mellan mobbing och psykisk hälsa var starkare vid internetmobbing än traditionell mobbing.

Resultatet visade att de grupper som på något vis var involverade i mobbning, antingen som mobbare eller som utsatt hade högre nivåer av psykosomatiska problem än de som inte var involverade i mobbningen. Inga statistiskt signifikanta skillnader i psykosomatiska problem visades mellan internetmobbning och traditionell mobbning. Resultatet kunde inte heller påvisa något dos-responssamband för psykosomatiska problem vid någon typ av mobbning. Att internetmobbning var associerat till psykosomatiska problem framgick också i artikel 15 som visade att de som var utsatta för mobbning på internet i högre grad hade psykosomatiska problem i form av huvudvärk, sömnsvårigheter och ont i magen.

5.5 Andra indirekta problem

Både de utsatta och förövarna rapporterade ha sämre betyg vid mättillfället, jämfört med tidigare termin enligt artikel 6. Skolfrånvaro var också associerat med involvering i internetmobbning i studie 13. Enligt artikel 15 visades däremot ingen association mellan internetmobbning och dåliga skolresultat. En elev som både var mobbare och mobbad visade sig i högre grad använda droger, vara deprimerad samt ha ett problematiskt internetanvändande. För de som endast var mobbade var sannolikheten stor att de var deprimerade samt hade en problematisk internetanvändning och det framgick också att det fanns en association mellan att använda droger och att vara mobbad i artikel 10.

5.6 Åtgärder mot internetmobbning

5.6.1 Vart vänder sig eleverna vid problem med internetmobbning?

I artikel 7 angav 90 procent av studiedeltagarna, oavsett kön, att de inte pratar med någon vuxen om internetmobbning. Liknande resultat hittades i artikel 9 som rapporterade att var tionde elev skulle informera föräldrarna om de var utsatta för internetmobbning. Enligt artikel 17 angav 56,3 procent att de inte hade berättat för någon då de hade haft problem med internetmobbning. Denna studie visade också att det var vanligast att berätta för en kompis (26,8 %) eller en förälder/vårdnadshavare (15,5 %). Mer ovanligt var det att berätta för sin lärare/vuxen i skolan (8,5 %) eller någon utomstående (1,4 %).

Artikel 7 visade att den vanligaste anledningen till att inte berätta för föräldrarna var att eleverna kände att de behövde lära sig att hantera dessa typer av situationer själva. Av eleverna angav 31 procent att de inte ville berätta för sina föräldrar på grund av att de inte ville att föräldrarna skulle veta hur mycket de använde internet och därmed riskera att internetanvändandet begränsades. Denna tanke var mest vanlig bland tjejer mellan 12-14 år (46 %) jämfört med killar i samma ålder (27 %). Denna anledning att inte rapportera internetmobbning styrktes också i artikel 9. I samma studie framgick det att de vanligaste anledningarna för att inte berätta för någon vuxen om internetmobbningen var att skolan och de vuxna inte skulle kunna göra någonting åt problemet (ca 50 %), att internetmobbning inte var någon stor sak, att man bara skulle ignorera det (44 %), att det skulle förvärra situationen (28 %), att man själv skulle få problem även om man inte gjort något (18 %) samt att de vuxna inte skulle förstå eller tro dem (17 %). Studien visade också att den främsta strategin, för både traditionell mobbning och för internetmobbning, var att försöka ignorera eller komma bort från problemet snarare än att informera någon vuxen om situationen.

5.6.2 Elevernas förslag på åtgärder

I studie 17 angav en femtedel av de tillfrågade eleverna att om mobiltelefoner eller privat internetanvändning i skolan förbjöds skulle det hjälpa att förebygga internetmobbing. Mer än hälften trodde att även om mobiltelefoner förbjöds i skolan, fanns risken att de skulle användas i hemlighet. Därmed skulle internetmobbingen ske utanför skolan istället. Bland fokusgrupperna i samma studie tyckte flertalet av deltagarna att det inte gick att göra speciellt mycket för att stoppa internetmobbingen. Motivet till det var att de tänkte att mycket av de kommunikationer som de tycker om att göra skulle tas ifrån dem. Vidare innehöll kommentarerna i fokusgrupperna sådant som att en individ aldrig kan vara säker på vem någon är på internet, att det inte går att rapportera en händelse på internet just eftersom att det är svårt att veta vem någon är, samt att mobbare kan gömma sig och byta identitet. Att berätta för någon man litar på, polis, lärare, förälder eller annan vuxen var förslag som ofta rekommenderades bland deltagarna.

I studie 17 föreslog eleverna också att det var viktigt att få de som mobbar att förstå konsekvenserna av deras handlingar. De betonade vikten av att det är av stor betydelse att mobbarna blir informerade av vad som händer och vad som kan hända med en person som blir utsatt för mobbing. Att stödja kampanjer och låta människor förstå hur seriöst problemet med mobbing är samt att visa mobbarna hur det känns var andra förslag från de deltagande ungdomarna. För att undvika internetmobbing angav ungdomarna i studien att det mest populära sättet var att blockera meddelanden, berätta för någon vuxen, byta telefonnummer eller e-postadress, ignorera mobbingen, rapportera till polisen eller andra myndigheter och att be mobbarna att sluta. Den minst populära strategin var att hämnas på den som mobbade.

6. Diskussion

6.1. Resultatdiskussion

Syftet med studien var att studera och kartlägga internetmobbingens karaktär och dess förhållande till psykisk ohälsa bland skolungdomar. Syftet var även att beskriva skolungdomars egna åtgärder för internetmobbing. Resultatet visade 1) att internetmobbing var mer förekommande bland tjejer än bland killar; 2) att litteraturen visade ett samband mellan psykisk ohälsa och internetmobbing; 3) att vara elev i årskurs nio, att ha sämre familjeförhållanden eller hög socioekonomisk status var riskfaktorer för internetmobbing och 4) att det var ovanligt att elever berättade för någon om internetmobbing.

6.1.1 Vanligare bland tjejer

De flesta studier var självrapporterade, där eleverna själva svarade på frågor om deras erfarenheter av internetmobbing. Det är viktigt att ha i beaktning att självrapporterade studier kan vara över- eller underrapporterade, vilket kan skapa snedvridna resultat och uppfattningar. I resultatet framgick det att tjejer rapporterade mer internetmobbing än killar. Beror detta på att de faktiskt utsätts för mobbing på internet oftare, eller rapporterar tjejer helt enkelt i större utsträckning om mobbing? I en av resultatets fokusgrupper menade eleverna att

internetmobbningsen troligtvis var underrapporterad, att många ungdomar inte skulle erkänna att de hade blivit mobbade.

Då det har visat sig att tjejer, via sina mobiltelefoner, besöker och uppdaterar sociala medier, läser e-postmeddelanden, skickar sms och lägger upp bilder på instagram i större utsträckning än vad killar gör, ökar också deras risk att utsättas för någon form av angrepp på internet. Eftersom att tjejer har visat en större rapportering av mobbning på internet anser vi att det kan ha en koppling till deras högre grad av internetanvändning.

Motsatsen till vårt resultat, om att tjejer rapporterar mer internetmobbing än killar, kan ses i tidigare litteratur om traditionell mobbing. Resultat från Forero et al. (1999) visar att killar både mobbar och mobbas i större utsträckning än tjejer. Då vårt resultat skiljer sig från tidigare forskning om traditionell mobbing visar detta på en skillnad mellan internetmobbing och traditionell mobbing, vilket är viktigt att ta hänsyn till vid fortsatta studier. Resultatet visade också att risken för att bli internetmobbad var högre bland de som blev mobbade även i skolan, vilket tyder på att det finns ett samband mellan de två typerna av mobbing. Att flera skillnader och samband har visats i denna studie ger en fördjupad bild av komplexiteten gällande mobbing bland skolungdomar.

6.1.2 Sambandet mellan psykisk ohälsa och internetmobbing

Enligt Folkhälsomyndigheten (2013) har den psykiska ohälsan bland unga ökat markant sedan den första undersökningen gjordes för 25 år sedan. Ökningen gäller framförallt unga tjejer i 15-årsåldern, vilket stämmer överens med vårt resultat som visade att tjejer i högre grad än killar angav att de oroade sig och hade ångest. Vi kan se att tjejers utsatthet för mobbing på internet och deras psykiska ohälsa är kopplat till varandra. Resultatet visade också att internetmobbing innebar en ökad risk för depressiva symptom och att dessa symptom i sin tur ledde till en ökad risk att utsättas för mobbing på internet. Liknande samband fanns mellan en lägre självupplevd hälsa och internetmobbing samt mellan sämre självförtroende och internetmobbing. Studierna har inte med säkerhet kunnat visa om det är internetmobbing som leder till sämre psykisk hälsa, eller om sämre psykisk hälsa ökar risken för att bli internetmobbad. Orsakssambandet mellan psykisk ohälsa och internetmobbing är fortfarande osäker och det är svårt att veta vilken av dessa som påverkar den andra.

Det samband som har visats i resultatet mellan internetmobbing och psykisk ohälsa är viktigt att beakta utifrån ett samhällsligt perspektiv. Psykisk ohälsa bland ungdomar är kostsamt för samhället både direkt och på lång sikt. Eftersom att tidigare forskning har visat att den psykiska ohälsan bland ungdomar har ökat de senaste 25 åren innebär det också att samhällskostnaderna för problemet har ökat (Folkhälsomyndigheten, 2013). Vi anser att internetmobbingens konsekvenser, det vill säga ökad psykisk ohälsa och psykosomatiska problem, kan medföra problem senare i livet. Detta kan medföra att samhällskostnaderna ökar, enligt Nilunger och Wasserman (2008), då psykisk ohälsa bland vuxna kan leda till sjukskrivningar och förtidspensioneringar. Vi anser därför att det är viktigt att börja arbeta mer förebyggande, redan i tidig ålder, för att minska den psykiska ohälsan. På så vis kan även samhällskostnaderna minska samt ge ett ökat välbefinnande i befolkningen.

6.1.3 Riskfaktorer

En artikel i resultatet visade i sin studie från Maryland, USA att en högre socioekonomisk status var en riskfaktor för att både bli mobbad och att mobbas på internet. En högre socioekonomisk status kan vara kopplat till en större tillgång till datorer och internet vilket ökar möjligheten att ofta vistas i sådana miljöer där internetmobbing kan uppstå. Vi anser att det är svårt att generalisera detta samband på svenska skolungdomar då 95 procent av eleverna i svenska skolor använder internet dagligen (Stiftelsen för internetinfrastruktur, 2013).

Sambandet mellan socioekonomisk status, internetmobbing och psykisk hälsa har inte visats i denna litteraturstudie, men tidigare forskning har visat att hög socioekonomisk status är associerat med bättre självupplevd hälsa. Även om risken för att utsättas för internetmobbing är större bland ungdomar med högre socioekonomisk status kan denna faktor ge ett skydd mot att mobbningen ska leda till psykisk ohälsa. Detta anser vi tyder på att de som utsätts för internetmobbing och som också har en lägre socioekonomisk status kan vara mer sannolika att ha sämre psykisk hälsa.

Resultatet visade att ungdomar i årskurs nio var mer utsatta för internetmobbing än elever i andra årskurser vilket överensstämmer med tidigare forskning (Wade & Beran, 2011; Williams & Guerra, 2007). Studierna visade att frekvensen av internetmobbing var högst vid övergångsåret till gymnasiet. I de studier som har använts i resultatdelen har inget samband mellan ålder och kön beskrivits och vi anser att detta är någonting som saknas i forskningen. En klarare bild av mobbningens utbredning skulle kunna ges genom att studera hur många tjejer respektive killar som blir mobbade i de olika årskurserna. Det skulle även ge en bättre förståelse av internetmobbingen ur ett genusperspektiv, som sedan skulle kunna vara till stor hjälp när preventionsinsatser planeras.

6.1.4 Ovanligt att rapportera

Då internetmobbing har visat sig bli ett allt större problem ansåg vi att det var viktigt att studera hur man går tillväga för att minska problemet. Resultatet visade att det var väldigt ovanligt att elever berättade för någon om de var utsatta för internetmobbing. 90 procent i två studier angav detta och 50 procent i en annan studie gav samma svar. I de resultat som framkom verkade det som att elever inte hade någon speciellt stor tilltro på att vuxna kan göra någonting åt mobbningen på internet och att det istället kan ge eleven problem själv om hen berättar för någon. Vi anser att medvetenheten och kunskapen om internetmobbingen behöver stärkas både bland elever, föräldrar och i skolan. Om det blir mer öppet att prata om internetmobbing kan det minska den utsattes rädsla för att råka illa ut och på så vis vågar hen berätta för någon om mobbningen.

6.1.5 Prevalens

Vid mätningen av prevalensen av internetmobbing hade tre studier frågor om hur ofta mobbing på internet förekom. I en av dessa studier svarade 72 procent att de blivit utsatta för mobbing minst en gång, medan 19 procent rapporterade ha blivit mobbade vid minst sju tillfällen. Eftersom mobbing enligt definition betyder att någon har blivit utsatt vid ett flertal tillfällen kan de studier som inkluderar svarsalternativ om att bli mobbad endast en gång på internet bli missvisande, anser vi. De elever som har svarat ja på denna fråga är per definition

inte mobbade, eftersom att de förmodligen inte har utsatts för trakasserier vid upprepande tillfällen (då hade de antagligen valt något av de andra svarsalternativen). Hur frågorna ställs och vad det finns för svarsalternativ har stor betydelse för hur resultatet blir.

6.1.7 Framtida forskning

Vi anser att det saknas kunskap om långsiktiga konsekvenser av internetmobbing och att det är viktigt att inkludera longitudinella studier i den fortsatta forskningen om internetmobbing och dess konsekvenser. Eftersom att internetmobbingen har ökat de senaste åren och då även den psykiska ohälsan har ökat bland unga vuxna de senaste åren är det viktigt att studera internetmobbingens påverkan på hälsan senare i livet.

Det resultat som framkommit anser vi tyder på en kunskapslucka som kan bero på att internetmobbing är ett relativt nytt fenomen, som ännu inte har blivit utforskat i stor utsträckning. Tidigare forskning har till stor del fokuserat på att beskriva internetmobbingens prevalens och dess samband med traditionell mobbing. Detta har varit ett viktigt första steg i forskningen men det finns fortfarande mycket kunskap att inhämta. Resultatet visade att det inte fanns några direkta etablerade och effektiva preventionsprogram för att motverka och förhindra mobbing på internet och därför anser vi att forskningens fokus bör riktas mot detta. Artiklarna pekade också på att mer forskning om internetmobbing var nödvändig.

6.2 Metoddiskussion

Att göra en litteraturbaserad studie var ett lämpligt val av studiedesign då vi ville studera ämnets kunskapsläge och kartlägga forskningsområdet. Anledningen till att vi valde att genomföra en litteraturbaserad studie framför en systematisk litteraturstudie var att vi ville ge en kunskapsöversikt över det valda ämnet. Då tiden för arbetet var begränsad fanns det inte möjlighet för oss att göra en systematisk litteraturstudie, då denna ansågs för omfattande. Eftersom vi inte har läst alla artiklar som behandlar ämnet internetmobbing kan vi ha gått miste som relevant forskning, som eventuellt kunde ha gett oss en annan vinkling av resultatet. Vi anser dock att vi noga har gått igenom de studier som var relevanta för vårt ämne och resultatet som framkom i studien anses ändå som pålitligt då liknande resultat visats av tidigare litteratur om internetmobbing.

En svaghet med vår studie är att den har inkluderat en artikel som inte har varit jämnt könsfördelad. I denna artikel var 75 procent av deltagarna tjejer, vilket begränsar generaliserbarheten i studien. Resultatet blir snedfördelat och därmed svårt i jämförande syfte. Trots detta kan det fynd som framkommit i vår studie, om att tjejer rapporterar mer internetmobbing än killar, ses som relevant då ett flertal andra studier pekade på samma resultat.

Till litteraturstudien valdes publicerade artiklar mellan år 2007 och år 2014. Trovärdigheten av resultatet hade kunnat förstärkas ännu mer om studierna hade haft ett mindre årsintervall då förändringen av användandet av mobila enheter har förändrats mycket under de senare åren och ökat tillgängligheten till internet vilket kan ha påverkat studiens resultat. Resultatet innehöll artiklar som använde sig av olika mätmetoder i sina studier. Genom vår litteraturstudie har vi kunnat jämföra dessa och fått möjlighet att förstärka de fynd som har hittats då studierna, trots olika mätmetoder, har kommit fram till liknande resultat. Detta kan ses som en styrka med litteraturstudien. Genom att i kartläggningen använda oss av både

kvantitativa och kvalitativa data har vi kunnat få en tydligare bild av internetmobbingen, då både mätbara variabler samt personliga åsikter från deltagarna har kunnat studeras.

Då de flesta studier hade skolungdomar som målgrupp för internetmobbing var det ett relevant val även för oss att ha denna målgrupp i vår studie. Kopplingen mellan traditionell mobbing och internetmobbing var genomgående i artiklarna och därmed ännu en anledning att fokusera på just skolungdomar.

Det finns en osäkerhet i litteraturstudiens resultat då fynden inte kan säkerställas på grund av att det inte med säkerhet går att visa på vilken variabel (internetmobbing eller psykisk ohälsa) som är beroende och oberoende. Resultatet har inte med säkerhet kunnat visa om det var internetmobbing som ledde till sämre psykisk hälsa, eller om sämre psykisk hälsa ökade risken för att bli internetmobbad. Denna osäkerhet gör att de resultat som framkommit i denna litteraturstudie delvis är begränsade och medvetenhet om detta är därför nödvändig i framtida forskning.

I metoden under rubriken datainsamlingsmetod går det att finna en noggrann beskrivning av hur data har samlats in. Denna beskrivning gör att liknande resultat ska kunna uppnås vid upprepade mätningar, vilket innebär att studien är replikerbar.

Då vi valt att inkludera artiklar från olika västerländska länder kan även det ha påverkat slutresultatet. Skolor i olika länder kan ha olika förutsättningar för att hantera problem som kan leda till både mobbing och psykisk ohälsa. Även skolor i Sverige har olika förutsättningar och skolor arbetar annorlunda, både vad gäller inom den lokala kontexten och nationellt. Då det inte framgick i studierna hur de skolor som har medverkat har arbetat med dessa frågor kan detta ha påverkat resultatet.

Denna litteraturstudie har inkluderat tvärsnittsstudier, longitudinella studier och kvalitativa studier. Det finns en medvetenhet om att tvärsnittsstudier ger ett lägre bevisvärde och att dessa typer av studier inte kan ange vilken variabel som är beroende och oberoende. Trots detta valde vi att inkludera tvärsnittsstudier då de matchade vårt syfte väl samt på grund av de svårigheter som fanns att hitta vetenskapliga artiklar med andra studietyper. En anledning till varför det inte gick att hitta studier med ett högre bevisvärde som exempelvis longitudinella studier kan ha att göra med att internetmobbingen som tidigare nämnts är ett nytt fenomen och därmed inte forskats på i stor utsträckning.

7. Slutsats

Resultatet visade att det fanns indikationer på ett samband mellan internetmobbing och psykisk ohälsa bland skolungdomar. Det är därför viktigt att fokusera på internetmobbing när planering av preventionsåtgärder mot psykisk ohälsa görs. De insatser som krävs för att minska internetmobbing är att utveckla de preventionsprogram som redan finns för traditionell mobbing. Detta innebär att skolan har en betydande roll även för den mobbing som sker på internet. Ungdomar behöver lära sig att ta sitt ansvar vid kommunikation på internet och bli mer medvetna om sina handlingar och dess konsekvenser. Det har visat sig att elever inte litar på att vuxna kan hjälpa dem vid internetmobbing, och därmed undviker

eleverna att rapportera om mobbningen. Många elever anser även att ett bra sätt att komma undan internetmobbningen är att ignorera problemet. Det är inte beteendet hos den utsatte som ska ändras, utan den som mobbar måste inse konsekvenserna som ett sådant beteende kan medföra. Det är därför av stor vikt att de vuxna finns där för att stötta den mobbade, men framförallt att hjälpa mobbarna att få en ökad förståelse för mobbningens konsekvenser och att på så vis ändra sitt beteende. Ett stort behov finns för att upplysa ungdomar om vikten av att meddela fall av internetmobbning och hur viktigt det är att prata med vuxna om det. Mer forskning krävs för att bättre förstå riskerna med internetmobbning, både på lång och kort sikt. Fler longitudinella studier kan vara ett steg i rätt riktning för detta.

8. Referenser

- Beckman, L., Hagquist, C., & Hellström, L. (2012). Does the association with psychosomatic health problems differ between cyberbullying and traditional bullying? *Emotional & Behavioural Difficulties*, 17(3/4), 421-434. doi: 10.1080/13632752.2012.704228
- Brighi, A., Guarini, A., Melotti, G., Galli, S., & Genta, M. L. (2012). Predictors of victimisation across direct bullying, indirect bullying and cyberbullying. *Emotional & Behavioural Difficulties*, 17(3/4), 375-388. doi: 10.1080/13632752.2012.704684
- Byrån mot diskriminering. (2014). *Fem former av diskriminering*. Retrieved 2014-05-15, from <http://www.diskriminering.se/>
- Cappadocia, M. C., Craig, W. M., & Pepler, D. (2013). Cyberbullying: Prevalence, Stability, and Risk Factors During Adolescence. *Canadian Journal of School Psychology*, 28(2), 171-192.
- Carlsson, U. (2010). *Barn och unga i den digitala mediekulturen*. Göteborg: Nordicom, Göteborgs universitet.
- Dunkels, E. (2010). Reaktionen på ungas nätanvändning. In U. Carlsson (Ed.), *Barn och unga i den digitala mediekulturen*. Göteborg: Nordicom.
- Floros, G. D., Siomos, K. E., Fisoun, V., Dafouli, E., & Geroukalis, D. (2013). Adolescent Online Cyberbullying in Greece: The Impact of Parental Online Security Practices, Bonding, and Online Impulsiveness. *Journal of School Health*, 83(6), 445-453.
- Folkhälsomyndigheten. (2013). *Barn och unga 2013 – utvecklingen av faktorer som påverkar hälsan och genomförda åtgärder*. Mölnlycke.
- Folkhälsomyndigheten. (2014a). 2. *Ekonomiska och sociala förutsättningar*. Retrieved 2014-05-23, from <http://www.folkhalsomyndigheten.se/amnesomraden/livsvillkor-och-levnadsvanor/folkhalsans-utveckling-malomraden/ekonomiska-och-sociala-forutsattningar/>
- Folkhälsomyndigheten. (2014b). 3. *Barn och ungas uppväxtvillkor*. Retrieved 2014-05-23, from <http://www.folkhalsomyndigheten.se/amnesomraden/livsvillkor-och-levnadsvanor/folkhalsans-utveckling-malomraden/barn-och-ungas-uppvaxtvillkor/>
- Forero, R., McLellan, L., Rissel, C., & Bauman, A. (1999). Bullying behaviour and psychosocial health among school students in New South Wales, Australia: cross sectional survey. *BRITISH MEDICAL JOURNAL*, 319(7206), 344-348.
- Forsberg, C., & Wengström, Y. (2008). *Att göra systematiska litteraturstudier: värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Friberg, F. (2012). *Dags för uppsats: vägledning för litteraturbaserade examensarbeten*. Lund: Studentlitteratur.
- Friends. (2013). *Friendsrapporten 2013*. Stockholm: Nilsson & Bergholm Söder AB.
- Gámez-Guadix, M., Orue, I., Smith, P. K., & Calvete, E. (2013). Longitudinal and reciprocal relations of cyberbullying with depression, substance use, and problematic internet use among adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 53(4), 446-452.
- Gustafsson, B., Hermerén, G., Petersson, B., & Vetenskapsrådet. (2005). *Vad är god forskningssed?: synpunkter, riktlinjer och exempel / [Elektronisk resurs]* (Vol. 2005:1). Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Juvonen, J., & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds?--Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School Health*, 78(9), 496-505. doi: 10.1111/j.1746-1561.2008.00335.x

- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *Journal of Adolescent Health, 41*(6), S22-30.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2013). Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of Adolescent Health, 53*(1 SUPPL), S13-S20.
- Li, Q. (2010). Cyberbullying in high schools: a study of students' behaviors and beliefs about this new phenomenon. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 19*(4), 372-392. doi: 10.1080/10926771003788979
- Låftman, S. B., Modin, B., & Östberg, V. (2013). Cyberbullying and subjective health. A large-scale study of students in Stockholm, Sweden. *Children and Youth Services Review, 35*(1), 112-119.
- Nilunger, L. M., & Wasserman, D. (2008). Prevention av psykisk ohälsa. In K. Orth-Gomér & A. Perski (Eds.), *Preventiv medicin: teori och praktik* (pp. 273-295). Lund: Studentlitteratur AB.
- Parris, L., Varjas, K., Meyers, J., & Cutts, H. (2012). High School Students' Perceptions of Coping With Cyberbullying. *Youth and Society, 44*(2), 284-306.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and Self-Esteem. *Journal of School Health, 80*(12), 614-621.
- Schultze-Krumbholz, A., Jäkel, A., Schultze, M., & Scheithauer, H. (2012). Emotional and behavioural problems in the context of cyberbullying: a longitudinal study among German adolescents. *Emotional & Behavioural Difficulties, 17*(3/4), 329-345. doi: 10.1080/13632752.2012.704317
- Ševčíková, A., Šmahel, D., & Otavová, M. (2012). The perception of cyberbullying in adolescent victims. *Emotional & Behavioural Difficulties, 17*(3/4), 319-328. doi: 10.1080/13632752.2012.704309
- Skolverket. (2013). *Mobbning och kränkningar på nätet– omfattning och effekter av skolans insatser Kränkningar i skolan– analyser av problem och lösningar* (pp. 134-151): Taberg Media Group.
- Skolverket, Socialstyrelsen, & Statens folkhälsoinstitut. (2004). *Tänk långsiktigt! En samhällsekonomisk modell för prioriteringar som påverkar barns psykiska hälsa*. Lindesberg.
- Smith, K., & Slonje, R. (2010). Cyberbullying The Nature and Extent of a New Kind of Bullying, In and Out of School. (Generic).
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, 49*(4), 376-385.
- Sourander, A., Klomek, A. B., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., Koskelainen, M., . . . Helenius, H. (2010). Psychosocial risk factors associated with cyberbullying among adolescents: A population-based study. *Archives of General Psychiatry, 67*(7), 720-728.
- Srabstein, J. C., & Leventhal, B. L. (2010). Prevention of bullying-related morbidity and mortality: a call for public health policies. *Bulletin of the World Health Organization, 88*(6), 403-403. doi: 10.2471/BLT.10.077123
- Statens folkhälsoinstitut. (2005). Målområde 3 Trygga och goda uppväxtvillkor.
- Stiftelsen för internetinfrastruktur. (2013). *Eleverna och internet*. Stockholm.
- Thornberg, R. (2013). *Det sociala livet i skolan: socialpsykologi för lärare*. Stockholm: Liber.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior, 26*(3), 277-287. doi: 10.1016/j.chb.2009.11.014

- UNICEF. (2014). *Barnkonventionen*. Retrieved 2014-04-10, from <http://unicef.se/barnkonventionen>
- Wade, A., & Beran, T. (2011). Cyberbullying: The New Era of Bullying. *Canadian Journal of School Psychology, 26*(1), 44-61. doi: 10.1177/0829573510396318
- Wang, J., Iannotti, R. J., & Nansel, T. R. (2009). School Bullying Among Adolescents in the United States: Physical, Verbal, Relational, and Cyber. *Journal of Adolescent Health, 45*(4), 368-375.
- Williams, K. R., & Guerra, N. G. (2007). Prevalence and predictors of internet bullying. *J Adolesc Health, 41*(6 Suppl 1), S14-S21. doi: 10.1016/j.jadohealth.2007.08.018
- World Health Organization. (2014). *Mental Health*. Retrieved 2014-05-05, from http://www.who.int/topics/mental_health/en/

Bilagor

Bilaga 1

Förslag på frågor vid granskning av kvantitativa studier (Friberg 2012):

1. Finns det ett tydligt problem formulerat? Hur är detta i så fall formulerat och avgränsat?
2. Finns teoretiska utgångspunkter beskrivna? Hur är dessa i så fall formulerade?
3. Finns det någon omvårdnadsvetenskaplig teoribildning beskriven? Hur är denna i så fall beskriven?
4. Vad är syftet? Är det klart formulerat?
5. Hur är metoden beskriven?
6. Hur har urvalet gjorts?
7. Hur har data analyserats? Vilka statistiska metoder användes? Var dessa adekvata?
8. Hänger metod och teoretiska utgångspunkter ihop?
9. Vad visar resultatet?
10. Vilka argument förs fram?
11. Förs det några etiska resonemang?
12. Finns det en metoddiskussion? I så fall, hur diskuteras metoden?
13. Sker en återkoppling till teoretiska antaganden tex omvårdnadsvetenskapliga antaganden?

Bilaga 2

Artikelsammanställning

Författare, publiceringsår, titel och land	Syfte	Metod	Resultat/Slutsats
1. Beckman L, et al. (2012). <i>Does the association with psychosomatic health problems differ between cyberbullying and traditional bullying?</i> Sverige.	Att jämföra sambandet mellan psykosomatiska problem, internetmobbing och traditionell mobbing.	Data samlades in från årskurs 9 (15-16 år) år 2009 och årskurs 7-9 (13-16 år) år 2010, från 16 skolor i Värmland, Sverige. Deltagarantalet var 83,2 procent år 2009 och 90,3 procent år 2010.	Inga statistiskt signifikanta skillnader i psykosomatiska problem mellan internetmobbing och traditionell mobbing kan hittas. En viktig slutsats är att mobbare i samma utsträckning som den mobbade verkar vara i samma riskzon för att få psykiska problem.
2. Brighi A. et al. (2012). <i>Predictors of victimisation across direct bullying, indirect bullying and cyberbullying.</i> Italien.	Att beskriva hur sambandet mellan upplevda relationer (skola, kamrater, familj) influerar sannolikheten att utsättas för internetmobbing och traditionell mobbing, hos både tjejer och killar.	Kvantitativ tvärsnittsstudie. Studien bestod av en enkät som besvarades under skoltid. Elever från 39 skolor i två regioner i Italien deltog, totalt 2326 stycken. Deltagarnas medelålder var 13,9 år.	Sämre familjeförhållanden är en riskfaktor för att utsättas för både direkt och indirekt internetmobbing bland killar. Att ha ensamstående föräldrar är en riskfaktor för att bli internetmobbad bland tjejer.
3. Låftman S. B. et al. (2012). <i>Cyberbullying and subjective health. A large-scale study of students in Stockholm, Sweden.</i> Sverige.	Studiens syfte var att undersöka prevalensen av internetmobbing bland elever i Stockholm, att studera associationen mellan involvering i internetmobbing och traditionell mobbing samt att utvärdera sambandet mellan involvering i internetmobbing	Kvantitativ studie. Metoden bestod av analyserad data från den populationsbaserade studien <i>Stockholm School survey 2008</i> . Data var insamlat från 22544 individer i åldern 15-16 samt 17-18 i Stockholm och närliggande kommuner.	Samband mellan internetmobbing och traditionell mobbing. Fynden tyder på att en internetmobbad individ har en sämre subjektiv hälsa än någon som är utsatt för traditionell mobbing. Resultatet visade även att bland tjejer är de som är mobbade även de som uppger sämst hälsa. De killar som har den

	och subjektiv hälsa.		sämsta hälsan är de som blir mobbade, men även de som både mobbar och blir mobbade.
4. Parris L, et al. (2012). <i>High School Students' Perceptions of Coping With Cyberbullying. USA.</i>	Att undersöka på vilka olika sätt eleverna anser sig hantera händelser av internetmobbing.	Kvalitativ studie från Atlanta, USA. 20 gymnasieungdomar, 13 killar och sju tjejer, mellan 15-19 år blev frivilligt intervjuade. Kriteriet för att få delta i studien var att eleven var inskriven i skolan och hade tillgång till och använt sig av teknologi.	Resultatet visar tre primära sätt att hantera internetmobbing; reaktiv strategi (undvika att hamna i situationen för att kunna bli internetmobbad genom att ignorera meddelanden etc), preventiv strategi (öka säkerheten och medvetenheten) samt inget sätt att förhindra internetmobbing.
5. Cappadocia C et al. (2013). <i>Cyberbullying: Prevalence, Stability, and Risk Factors During Adolescence. Kanada.</i>	Att undersöka förekomst, stabilitet och riskfaktorer i samband med internetmobbing.	Kvantitativ studie. Data samlades in från <i>Health Behavior in School-Aged Children Study</i> , en ettårig longitudinell studie utförd av WHO. Deltagare var 1972 skolungdomar från 16 kommunala skolor i Kanada.	Samband mellan internetmobbing och högre nivåer av depression finns. Att vara utsatt för internetmobbing associeras också med en större utsatthet i andra situationer. Familje- och skolmiljöer visade sig inte vara signifikant relaterat till internetmobbing.
6. Floros G.D, et al. (2013). <i>Adolescent Online Cyberbullying in Greece: The Impact of Parental Online Security Practices, Bonding, and Online Impulsiveness. Grekland.</i>	Att undersöka elevernas upplevelser av internetmobbing, jämföra resultatet med tidigare data, bedöma effekten av eventuella relaterade psykosociala faktorer samt föreslå åtgärder för att minska mobbningen på internet.	Kvantitativ tvärsnittsstudie över skolungdomar på ön Kos, Grekland. Urvalsgruppen bestod av 2017 elever mellan 12-19 år.	Det finns en signifikant ökning av rapporterade upplevelser av internetmobbing. Impulsiv användning av internet är förutsäggande om ungdomar mobbar varandra eller inte.

<p>7. Juvonen J, & Gross E. F (2008). <i>Extending the School Grounds?—Bullying Experiences in Cyberspace.</i> USA.</p>	<p>Att undersöka likheter och samband mellan internetmobbing och traditionell mobbing bland internetanvändande ungdomar.</p>	<p>Kvantitativ studie. En anonym internetbaserad undersökning med 1454 elever mellan 12-17 år deltog. Deltagarna rekryterades genom internetsidan www.bolt.com.</p>	<p>Upplevelser av traditionell mobbing ökar risken att bli mobbad även på internet. Både traditionell mobbing och internetmobbing är associerat med en ökad social oro. 90 procent av deltagarna uppgav att de inte berättar för någon vuxen om internetmobbingen.</p>
<p>8. Kowalski, R. M, & Limber, S. P. (2007). <i>Electronic bullying among middle school students</i></p>	<p>Att undersöka förekomsten av internetmobbing bland elever i mellanstadiet.</p>	<p>Kvantitativ tvärsnittsstudie. 3767 elever från sydöstra och nordvästra USA deltog. Skolorna som medverkade valdes ut på grund av att de planerade att starta ett preventionsprogram.</p>	<p>Ca en tiondel av eleverna har blivit internetmobbad någon gång under de senaste månaderna. Vanligaste metoderna för internetmobbing är direktmeddelanden, chatforum och e-mail. Ca hälften av de som blivit utsatta för mobbing på internet vet inte vem mobbaren är.</p>
<p>9. Li Q (2010). <i>Cyberbullying in High Schools: A Study of Students' Behaviors and Beliefs about This New Phenomenon</i></p>	<p>Att undersöka gymnasieelevers föreställningar och beteenden i samband med internetmobbing</p>	<p>Kvantitativ data i form av enkätundersökningar samlades in från 269 elever i åldern 12-17 år i Kanada.</p>	<p>Över 40 procent skulle inte agera om de blev mobbad på internet, endast en av tio skulle informera föräldrarna. Eleverna verkar ovilliga, av varierande anledningar, att vid mobbningsincidenter kontakta vuxna på skolorna.</p>
<p>10. Gámez-Guadix, M. et al. (2013). <i>Longitudinal and Reciprocal Relations of Cyberbullying With Depression,</i></p>	<p>Att analysera relationerna mellan att vara internetmobbad med depressiva symtom, missbruk och problematisk internetanvändning.</p>	<p>Kvalitativ tvärsnittsstudie. Totalt deltog 845 spanska ungdomar mellan 13-17 år (medelålder på 15,2 år) i studien. Studien delades in i två omgångar, med sex månaders mellanrum</p>	<p>Internetmobbing är kopplat med ett antal betydande psykologiska och beteendemässiga hälsoproblem bland ungdomar. Interventionsinsatser bör beakta dessa i det förebyggande arbetet</p>

<i>Substance Use, and Problematic Internet Use Among Adolescents. Spanien.</i>		mellan de båda tillfällena.	mot internetmobbing.
11. Ševčíková A, et al. (2012). <i>The perception of cyberbullying in adolescent victims. Tjeckien.</i>	Att beskriva hur de som är utsatta för internetmobbing uppfattar olika former av angrepp på internet, samt i vilket sammanhang de anser dem skadliga.	16 deltagare (nio killar och sju tjejer), som någon gång blivit utsatt för internetmobbing, inkluderades i denna kvalitativa studie. Deltagarna var i åldrarna 16-17 år och kontaktades via en populär webbsida i Tjeckien.	Om den som mobbar på internet använder sig av hot är risken större att den mobbade känner mer oro och rädsla av att internetmobbingen ska fortsätta även i verkligheten. Kopplingen mellan internetmobbing och den fysiska miljön visade sig vara signifikant med avseende på offrets uppfattning.
12. Patchin, J. W. & Hinduja, S. (2010). <i>Cyberbullying and Self-Esteem*. USA.</i>	Att ta reda på om de som upplevt eller varit delaktiga i internetmobbing visar på sämre självförtroende än de som inte upplevt internetmobbing.	Kvantitativ studie. Under mars och april 2007 svarade 1963 elever (medelålder 12.6) på en enkät om deras internetanvändande och upplevelser om internetmobbing.	Elever som både blivit mobbade och har mobbat någon visar sig ha signifikant lägre självkänsla än de som inte har någon erfarenhet av internetmobbing.
13. Kowalski R. M, et al. (2013). <i>Psychological, Physical, and Academic Correlates of Cyberbullying and Traditional Bullying. USA.</i>	Att undersöka sambandet mellan barns och ungdomars erfarenheter av internetmobbing och traditionell mobbing med psykisk hälsa, fysisk hälsa och studieresultat.	Under höstterminen 2007 fick 931 elever i Pennsylvania, USA anonymt besvara en enkät om deras upplevelser av internetmobbing och traditionell mobbing.	Utsatta grupper visar på flest negativa mått gällande psykisk hälsa, fysisk hälsa och studieresultat. Ett samband verkar finnas mellan att vara inblandad i både internetmobbing och traditionell mobbing. De fysiska, psykiska och akademiska aspekterna var associerade med de båda typerna av mobbing.

<p>14. Schultze-Krumbholz A et al. (2012). <i>Emotional and behavioural problems in the context of cyberbullying: a longitudinal study among German adolescents.</i> Tyskland.</p>	<p>Det övergripande syftet med studien var att få insikt i konsekvenserna av internetmobbing och att hitta tydliga indikationer på sekvensen med hjälp av longitudinella data.</p>	<p>Kvantitativ tvärsnittsstudie i Tyskland, baserad på 412 elever med en medelålder på 13.35 år och en longitudinell studie baserad på 223 elever med en medelålder på 13.14 år.</p>	<p>Ungdomar som på något sätt är involverade i internetmobbing har mer interna problem (depression och ensamhet) än ungdomar som inte är involverade i internetmobbing. Hos tjejer som är mobbade finns en ökning av externa problem (instrumentell och reaktiv aggression).</p>
<p>15. Sourander A, et al. (2008). <i>Psychosocial Risk Factors Associated With Cyberbullying Among Adolescents.</i> Finland.</p>	<p>Att redovisa andelen internetmobbede och undersöka om det finns särskilda egenskaper kopplade med att bli utsatt för mobbing på internet. Syftet var även att studera associationerna mellan mobbare, de mobbade och de som både mobbar och är mobbade på internet.</p>	<p>Kvantitativ tvärsnittsstudie. Urvalet bestod av 2215 finska ungdomar i åldern 13-16 år.</p>	<p>Internetmobbing är förknippat med psykiska och psykosomatiska problem. De som är mest drabbade är de som både är mobbare och utsatt.</p>
<p>16. Wang J. et al (2009). <i>School Bullying Among Adolescents in the United States: Physical, Verbal, Relational, and Cyber.</i> USA.</p>	<p>Att utforska skillnader för kön, ålder, etnicitet och socioekonomisk status i förekomsten av varje typ av mobbing samt att undersöka vilken roll föräldrastöd och antalet vänner har för varje typ av mobbing.</p>	<p>Kvantitativ studie i USA. Insamlad data är baserad på studien <i>Health Behavior in School-Aged Children 2005</i>, författad av World Health Organization. Studien bestod av anonyma frågeformulär och inkluderade 7182 elever.</p>	<p>Föräldrastöd kan ha en skyddande effekt mot alla typer av mobbing. Mer föräldrastöd associeras med mindre involvering i mobbing. Att ha fler vänner är associerat med en högre grad av att mobba andra men med en mindre grad av att bli mobbad vid traditionell mobbing. För internetmobbing fanns det ingen sådan association.</p>

<p>17. Smith P. K. (2007). <i>Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils.</i> Storbritannien.</p>	<p>Att bedöma och undersöka relationer mellan internetmobbing och internetanvändning utifrån två tidigare studier.</p>	<p>Två kvantitativa enkätstudier varav en kompletterad med fokusgruppsintervjuer. Den första studien fokuserade på internetmobbing utifrån sju olika typer av medier. 92 elever deltog. Svaren på resultaten av enkätstudien blev testade på totalt 47 elever genom sex fokusgruppsintervjuer på 40 minuter vardera. Den andra studien fokuserade på internetanvändning och mobbing och besvarades av 533 elever i åldern 11-16 år.</p>	<p>Internetmobbing är mindre vanligt förekommande än traditionell mobbing, men internetmobbing rapporteras i högre grad utanför skolan än inom skolan. Mobbing genom mobiltelefon och videoklipp är ovanligt men uppfattas av eleverna ha störst inverkan på den utsatte. En stor del av de utsatta eleverna berättar inte för någon om att de blir eller har blivit internetmobbad.</p>
--	--	---	--