

GÖTEBORGS UNIVERSITET  
PSYKOLOGISKA INSTITUTIONEN

**Vad får mobbning att upphöra? En retrospektiv  
undersökning av utsattas egna erfarenheter**

Martina Ringstad

Examensarbete 30 poäng  
PM2519  
Psykologprogrammet  
Vårterminen 2019

Handledare: Johanna Kling och Sofia Berne

# Vad får mobbning att upphöra? En retrospektiv undersökning av utsattas egna erfarenheter

Martina Ringstad

Mobbning är ett utbrett och till synes svårhanterligt problem. Syftet med föreliggande studie var att utforska tidigare mobbade personers tankar om vad som fick mobbningen att upphöra, samt vilken hjälp de hade velat ha men inte fick. Skillnader beroende på när under skoltiden mobbningen förekom undersöktes även. Deltagare var 245 24-åringar i Sverige, som uppgett att de var utsatta för mobbning under skoltiden. Resultat visar på att skolpersonal har en viktig roll i att motverka mobbning, men också att många tidigare utsatta upplever att de inte fick någon hjälp alls samt att man önskade att lärare hade uppmärksammat deras situation i högre utsträckning. Framtida forskning behöver fokusera på att utrusta skolpersonal med effektiva verktyg för att motverka mobbning.

Mobbning är ett utbrett problem bland barn och unga, med allvarliga och långsiktiga negativa konsekvenser för barnen som drabbas (Zych, Ortega-Ruiz & Del Rey, 2015; Rigby, 2003). Att vara utsatt för mobbning är relaterat till negativa effekter vad gäller fysisk hälsa (Gini & Pozzoli, 2009) såväl som psykisk hälsa. Psykologiska problem relaterat till mobbning inkluderar ångest (Moore et al., 2017; Zych et al., 2015), depression (Hawker & Boulton, 2000; Zych et al., 2015) samt en ökad risk för självskadebeteenden och självmord (Holt et al., 2015; Klomek et al., 2009). I en studie av Johansson och Flygare (2013) påvisades att långvarigt utsatta barn drabbas hårdast, då denna grupp rapporterar sämre relationer till kamrater och vuxna, lägre tillit till lärare samt lägre känsla av sammanhang i jämförelse med både icke utsatta och kortvarigt utsatta barn. Att bli utsatt för mobbning under skoltiden tenderar även att leda till fortsatt lidande i vuxenlivet, då man funnit associationer mellan mobbning i barndomen och efterföljande psykisk ohälsa i vuxenlivet, såsom depression, ångest och dåligt självförtroende (Sourander et al., 2007; Isaacs, Hodges & Salmivalli, 2008; Ttofi, Farrington, Lösel & Loeber, 2011). Eftersom konsekvenserna av mobbning är så allvarliga är det viktigt med fungerande insatser för att förebygga och stoppa mobbning.

## Vad är mobbning?

Dan Olweus formulerade 1991 en vida använd definition av mobbning: ”*En person är mobbad när han eller hon, upprepade gånger och under en viss tid, blir utsatt för negativa handlingar från en eller flera personer*” (s. 4). En negativ handling är när en person tillfogar eller försöker tillfoga en annan person skada eller obehag, och kan liknas vid det som även brukar kallas för aggressiv handling (Olweus, 1991). Dessa handlingar kan utföras fysiskt (till exempel slå, knuffa eller sparka andra), verbalt (till exempel hota, håna, reta eller sprida rykten om andra) eller på andra sätt, som att avsiktligt exkludera andra från en grupp (Rigby, 2004). Begreppet mobbning innefattar tre grundläggande kriterier: att det genomförs med avsikt att skada, att det sker upprepat över tid samt att

det råder en obalans vad gäller maktförhållandet mellan förövare och offer (Farrington, 1993; Olweus, 1991). Obalans i makt innebär att personen som är utsatt för det aggressiva beteendet har litet eller inget utrymme att försvara sig och är hjälplös inför personen eller personerna som utför handlingarna (Olweus, 1991).

Vidare beskriver Olweus (1991) att det går att göra distinktioner mellan direkt och indirekt mobbning, där direkt mobbning syftar till aggressiva beteenden som genomförs i närvaro av den utsatta personen, till exempel fysiska angrepp som slag och sparkar eller verbala angrepp som kränkande eller hotfulla kommentarer. Indirekt mobbning är aggressiva beteenden som inte kommuniceras direkt till den utsatta personen såsom ryktesspridning, utfrysning och uteslutning (Olweus, 1991).

I skolans styrdokument används inte begreppet mobbning, utan istället kränkande behandling och trakasserier (Skolverket, 2019). Kränkande behandling syftar till ett uppträdande som kränker ett barns eller en elevs värdighet (Skolverket, 2014) och till skillnad från mobbning kan en kränkning ske vid ett enstaka tillfälle. Vidare innebär begreppet trakasserier kränkande handlingar som har samband med någon av diskrimineringsgrunderna, såsom kön, könsöverskridande identitet, etnisk tillhörighet, religion, funktionsned-sättning, sexuell läggning eller ålder (Skolverket, 2019).

## Prevalens

Mobbning är ett utbrett problem i skolor Sverige såväl som i andra länder runt om i världen (Friends, 2018; Craig et al., 2009). Dock föreligger stora skillnader vad gäller prevalens, då den varierar från 8,6 % till 45,2 % hos pojkar och från 4,8 % till 35,8 % hos flickor, med en större andel förövare bland pojkar och högre andel offer bland flickor i 70 % av länderna (Craig et al., 2009).

I Sverige har 10% av eleverna i årskurs 3–6 respektive 7% av eleverna i årskurs 6–9 blivit utsatta för mobbning det senaste året, rapporterar barnrättsorganisationen Friends i sin senaste mätning (2018). Dock involveras många fler barn i mobbning, som till exempel medhjälpare till förövaren, försvarare eller åskådare (Salmivalli, 1999). Flickor är mobbade i samma utsträckning som pojkar (Skolverket, 2011). I studien Mobbing och Skola (se metod för beskrivning) varifrån data till den aktuella studien hämtats, svarar 245 av 544 deltagare att de blivit utsatta för mobbning någon gång under sin skoltid (låg-stadiet till gymnasiet), vilket motsvarar 45%.

## Orsaker till mobbning

I en översiktsartikel summerar Thomas, Connor och Scott (2017) några av de största teoretiska ramverken utifrån vilka man kan förstå varför mobbning uppstår. Mobbing är ett mångfacetterat problem och författarna menar att såväl teorier på individnivå som systemteorier behövs för att förstå fenomenet. Forskning har länge fokuserats på att undersöka individuella faktorer som har samband med att vara involverad i mobbning. Att vara utsatt för mobbning har visat sig ha samband med bland annat undermålig skolprestation, socialt undvikande, ångest och depression (Smith, Talamelli, Cowie, Naylor & Chauhan, 2004; Moore et al., 2017; Zych et al., 2015; Hawker & Boulton, 2000). Att utsätta andra för mobbning har visat sig ha kopplingar till bland annat uppförandeproblem, antisociala egenskaper, ångest och depression (Vaughn et al., 2010; Ferguson, San

Miguel & Hartley, 2009). Tidigare beskrivna samband har visat sig robusta och bidragit med viktig förståelse för risk- och skyddsfaktorer vid mobbning (Swearer, Espelage, Vaillancourt & Hymel, 2010). Dock är det svårt att avgöra huruvida dessa individuella karaktärsdrag fungerar som orsaker till eller konsekvenser av att vara involverad i mobbning (Thomas et al., 2017). Rådande teoretiska ramverk idag stöder idén om att individer både påverkar och påverkas av sina omständigheter och sociala system och vikten av att förstå mobbning som ett fenomen som uppkommer i relation till miljön betonas (Thomas et al., 2017).

**Gruppsocialiseringsteori.** Ur ett grupp-socialiseringsperspektiv involverar mobbningsprocessen inte bara förövare och offer, utan även åskådare, vilkas reaktioner bidrar till att vidmakthålla mobbning (Salmivalli et al., 1996). Kamratgruppen har en viktig roll vad gäller formande av beteenden. Studier visar att kamratgrupper närvarar vid majoriteten av mobbningsituationer och att mobbningsbeteenden mer sannolikt fortsätter när det finns åskådare (O'Connell, Pebler & Craig, 1999). Utifrån detta perspektiv betonas vikten av att arbeta med normer kring mobbning och främja antimobbingsattityder i kamratgrupper för att motverka mobbning (Thomas et al., 2017).

**Socialekologiskt perspektiv.** Socialekologisk teori är ett brett ramverk ur vilket man menar att individuellt beteende formas av interaktionen mellan flera sammankopplade kontextuella system (Swearer et al. 2010). Mobbning uppstår inte bara som följd av olika egenskaper hos den som mobbar och den som blir utsatt, utan interaktionen påverkas också av familj, skola, kamrater och samhälle (Thomas et al., 2017). Det socialekologiska perspektivet har öppnat upp för en mer holistisk syn på mobbning och möjliggjort för forskare att identifiera risk- och skyddsfaktorer för mobbning över olika kontextuella system (Swearer et al, 2010).

## Mobbningsprevention

Hur kan mobbning stoppas? Forskare har länge försökt besvara denna viktiga och komplexa fråga och flera antimobbingsprogram har utvecklats och implementerats i skolor.

Ttofi och Farrington (2009) genomförde en metaanalys av 59 systematiska översikter och metaanalyser som studerade effektiviteten hos 30 olika antimobbingsprogram i skolor. Resultaten visade att skolbaserade antimobbingsprogram ofta är effektiva, men att vissa program var mer lovande än andra. De viktigaste komponenterna associerade med minskning av mobbning var föräldraträning och information till föräldrar, förbättrad skolgårdsövervakning, disciplinära metoder, arbete med kamrater samt klassrumsregler (Ttofi & Farrington, 2009).

I en systematisk översikt av 32 kontrollerade studier av 24 olika mobbningsinterventioner av Evans, Fraser och Cotter (2014) kunde man också identifiera effektiva mobbningsinterventioner, men konstaterade även att upp till 45% av de sammanställda studierna (d.v.s. 10 av 22 studier) inte påvisade någon effekt på att utsätta andra för mobbning och 30% (d.v.s. 8 av 27 studier) inte påvisade någon effekt på att bli utsatt för mobbning. Liknande resultat rapporterades av Zych et al. (2015). Författarna sammanställde en systematisk översikt av 66 systematiska översikter och metaanalyser och konstaterade att trots att de fann att program kan vara effektiva vad gäller reduktion av mobbning samt att vissa komponenter verkar fungera bättre än andra, var effektstorlekarna små och utvärderingarna undermåliga.

**Mobbningsprevention i Sverige.** Skolverket sammanställde 2011 en utvärdering av existerande metoder för att förebygga och åtgärda mobbning i svenska skolor. Nedan ges en kort beskrivning av några av dessa program.

Farstametoden har fokus på hur mobbning ska åtgärdas när den väl skett. Vid misstänkta fall av mobbning finns en handlingsplan för skolans mobbningsteam att följa, där samtal med förövare och utsatt ingår (Skolverket, 2009). Till programmets svagheter hör att det kräver mycket tid och flexibilitet hos skolpersonalen, samt att programmet inte verkar fungera vid upprepad mobbning (Skolverket, 2011).

Friends är ett förebyggande program som vid tillfället för utvärderingen baserades på att elever utses till kamrattstödare med uppdrag att upptäcka mobbning, stödja elever och vara goda förebilder (Skolverket, 2009). Utvärderingen visar att strategin att ha utbildade elever som observatörer eller rapportörer riskerar att öka mobbningen bland pojkar och att det inte har någon effekt bland flickor (Skolverket, 2011). År 2016 beslutade organisationen Friends att avsluta kompisstödjarverksamheten och har istället utarbetat ett treårigt utbildningsprogram som är inriktat på systematiskt och långsiktigt förändringsarbete med fokus på utbildning av vuxna (Flygare & Johansson, 2016).

Olweusprogrammet är ett omfattande program som innehåller flertalet förebyggande och åtgärdande insatser (Skolverket, 2009). I programmet ställs det krav på systematik och att hela skolan engageras och bär ansvar, vilket enligt utvärderingen är en förutsättning för att antimobbningsarbete ska bli framgångsrikt (Skolverket, 2011). Programmet tar dock mycket tid och resurser i anspråk. En av Olweusprogrammets mest framträdande insatser är schemalagda särskilda lektioner, vilket enligt Skolverkets utvärdering (2011) ökar risken för mobbning.

Skolmedling är ett program för medling och konfliktlösning. Lärare och övrig personal är positivt inställda till att lära ut denna strategi för konflikthantering till elever, dock har den bärande insatsen medling visat sig kunna öka mobbning av flickor (Skolverket, 2011).

Lions Quest, SET och Stegvis är tre värdegrundsstärkande program, vars innehåll indirekt kan påverka förekomsten av mobbning. Alla programmen bygger på särskilda lektioner med tillhörande pedagogiskt material, där innehållet syftar till att stärka skolans värdegrund (Skolverket, 2009). Som tidigare nämnt verkar införandet av särskilda lektioner inte verka för att minska mobbning och det kan även vara svårt för lärare att avvara tid för sådana lektioner i schemat. Insatsen pedagogiskt material har inte någon påvisad effekt mot mobbning (Skolverket, 2011). Programmens funktion varierar beroende på hur väl man lyckas förankra det i lärarlaget och hur väl man lyckas anpassa materialet till rådande förutsättningar. Även programmet Skolkomet kan fungera som en indirekt hjälp i skolornas arbete mot mobbning, trots att det i första hand syftar till att vägleda lärare att skapa ett positivt klassrumsklimat (Skolverket, 2011).

Baserat på Skolverkets utvärdering (2011) förefaller arbete enligt ett programkoncept vara komplicerat i praktiken, då ingen av de 39 skolor som deltagit använde sig av ett helt program. De flesta skolor plockade strategier från olika manualer, för att anpassa arbetet till rådande förutsättningar (Skolverket 2011). Utvärderingen ger således inte underlag för slutsatser kring programmen som helheter.

Sammanfattningsvis är mobbning ett vanligt förekommande problem med allvarliga och långsiktiga konsekvenser för de barn och unga som drabbas. Det är dock svårt att fastställa vilka komponenter som bör inkluderas i antimobbningsprogram för att försäkra sig om ett effektivt preventionsarbete. Mer forskning kring vad som kan motverka

och få mobbning att upphöra är ett viktigt första steg på vägen mot verksamma interventioner. I denna studie fästs fokus på personer som var utsatta för mobbning i sin barndom, för att undersöka vilka strategier de anser vara mest hjälpfulla.

## Syfte och frågeställningar

Föreliggande uppsats syftar till att ytterligare fördjupa kunskapen om verksamma mekanismer mot mobbning genom att undersöka vad personer som själva blivit utsatta för mobbning under sin skoltid menar kan ha bidragit till att den upphörde. Specifika frågeställningar är:

- Vilken hjälp beskriver personer, som själva varit utsatta för mobbning under sin skoltid, att de fick som gjorde att mobbningen upphörde?
- Vilken hjälp beskriver personer, som själva varit utsatta för mobbning under sin skoltid, att de saknade?
- Finns det några skillnader i vad som beskrivs fick mobbningen att upphöra, beroende på när under skolgången man blev utsatt för mobbning?

## Metod

### Deltagare

Studien genomfördes inom ramarna för projektet Mobbning och skola (MoS) vid Psykologiska institutionen på Göteborgs universitet. MoS-projektet är ett longitudinellt forskningsprojekt som bland annat syftar till att undersöka förekomsten av samt synen på mobbning bland svenska barn och ungdomar. Data har samlats in vid sju olika mättillfällen sedan år 2000. Vid första tillfället rekryterades 960 10-åringar (515 flickor och 445 pojkar) genom ett samarbete med kommunala skolor i Göteborg. Skolorna valdes ut för att representera olika socioekonomiska områden i staden.

Föreliggande studie baseras på data från den sjätte uppföljningen, som genomfördes år 2014. Vid detta mättillfälle besvarades enkäten av totalt 544 personer (302 kvinnor och 242 män). Av dessa rapporterade 245 personer (45%, medelålder = 24.33,  $SD = 0.53$ ) att de har blivit mobbade någon gång under sina skolår. Denna grupp utgör urvalet för den aktuella studien. Ungefär lika många kvinnor (56%,  $n = 137$ ) som män (44%,  $n = 108$ ) rapporterade att de blivit utsatta för mobbning någon gång under skolåren. Vid det aktuella mättillfället var 66% av deltagarna arbetande, 41% studerande, 9% arbetslösa, 3% sjukskrivna, 2% föräldralediga och 2% angav att de hade annan sysselsättning. Femtioåtta procent uppgav att de var i en relation och 42% att de inte var i en relation. Gällande sexuell läggning uppgav 89% att de är heterosexuella, 9% bisexuella, 0,5% homosexuella och 1,2% ville inte ange sin sexuella läggning. Nittiotre procent av de svarande uppgav att de är födda i Sverige och 6,9% att de föddes i något annat land.

### Tillvägagångssätt

Den sjätte uppföljningen i MoS-projektet genomfördes via en webbenkät med hjälp av tjänsten *Qualtrics*. Enkäten pilottestades på två personer (en man och en kvinna, båda 24 år). Efter pilottestningen gjordes ett par mindre språkliga justeringar. Enkäten skickades ut till 925 personer med hjälp av kontaktuppgifter som lämnats vid tidigare mättillfälle. Av dessa kontaktades 658 personer via e-post och 267 via brev. I e-posten och breven upplystes deltagarna om studiens syfte och procedur, att deras deltagande är frivilligt samt att deras svar kommer behandlas konfidentiellt. För att fylla i enkäten hänvisades deltagarna till en hemsida och instruerades där att logga in med hjälp av en personlig kod som bifogats i brevet.

En påminnelse skickades ut till 787 personer, 557 fick påminnelsen via mail och 230 via brev. En andra påminnelse skickades ut via brev till alla som ännu inte besvarat enkäten. Sista påminnelsen genomfördes via telefon, där knappt 500 personer ringdes upp. Mot slutet av datainsamlingen skickades ytterligare en påminnelse ut till de deltagare som påbörjat enkäten men inte slutfört den.

Totalt besvarades enkäten av 544 av 925 personer (60%). Beräknad tid för att fylla i enkäten var cirka 30 – 40 minuter. Deltagarna erbjöds att välja mellan två biobiljetter eller två trisslotter som kompensation för deltagandet.

## **Mätinstrument**

Webbenkäten innehöll frågor om mobbning, kroppsuppfattning, identitet, skolgång samt demografiska uppgifter. I föreliggande studie har endast data som kan besvara den aktuella frågeställningen använts. Enkäten inkluderade en definition av mobbning enligt Olweus som deltagarna fick läsa innan de besvarade frågor om mobbning. Deltagarna ombads sedan ange huruvida de blivit mobbade i lågstadiet, mellanstadiet, högstadiet och/eller gymnasiet.

För att undersöka vilken hjälp de som varit utsatta för mobbning under skoltiden mottog, respektive önskar att de hade fått, ställdes två öppna frågor: ”Fick du någon hjälp av någon att få slut på mobbningen och i så fall, när och av vem?” samt ”Vad hade du velat ha för hjälp för att få slut på mobbningen?”

## **Analys**

Föreliggande studie omfattar både kvalitativa och kvantitativa undersökningsmetoder för att besvara angivna frågeställningar. Svaren på de två öppna frågorna analyserades med en innehållsanalytisk ansats utifrån Hsieh och Shannon (2005). Innehållsanalys används för att på ett systematiskt sätt identifiera och rapportera mönster eller teman i textdata (Hsieh & Shannon, 2005). De två öppna frågorna analyserades separat. Analysprocessen inleddes med att svaren på de öppna frågorna lästes igenom upprepade gånger för att skapa en uppfattning om datan som helhet. Sedan lästes datan igenom noggrannare och liknande svar började kodas. Koder med liknande innehåll slogs ihop till potentiella teman. I nästa steg lästes svaren på de öppna frågorna återigen, med de potentiella temana i åtanke. Efter genomläsningen gjordes justeringar av de potentiella temana, genom att kombinera, dela upp och döpa om teman. Analysen resulterade i fyra huvudteman med tillhörande underteman till varje fråga.

För att undersöka huruvida deltagarnas uppfattning om vad som fick mobbningen att upphöra, samt om vilken hjälp de skulle velat ha, skilde sig beroende på när under skolgången man blev utsatt för mobbning gjordes en chi-två-analys. Deltagarna kategoriserades in i tre olika grupper baserat på under vilket eller vilka skolstadiet de rapporterat att de blev utsatta för mobbning; (1) tidiga skolåren motsvarar låg- och/eller mellanstadiet ( $n = 104$ ), (2) sena skolåren motsvarar högstadiet och/eller gymnasiet ( $n = 59$ ) och (3) hela skoltiden motsvarar både låg- och/eller mellanstadiet och högstadiet och/eller gymnasiet ( $n = 76$ ). Deltagarnas svar på de öppna frågorna kodades med ja eller nej i förhållande till varje huvudtema, beroende på huruvida deras beskrivning kodats för det aktuella temat eller inte. Dessa grupper jämfördes sedan mot varandra i ett chi-två-test.

## Resultat

### Presentation av teman

Deltagarnas svar på frågorna (1) ”Fick du någon hjälp av någon att få slut på mobbningen och i så fall, när och av vem?” och (2) ”Vad hade du velat ha för hjälp för att få slut på mobbningen?” kodades till fyra huvudteman med tillhörande underteman till respektive fråga. Temana presenteras i två tabeller som följs av mer detaljerade beskrivningar av varje tema. För att ge en mer komplett bild av temana inkluderar varje beskrivning ett eller två citat som illustrerar deltagarnas svar.

### Fråga 1: Fick du någon hjälp av någon för att få slut på mobbningen och i så fall, när och av vem?

Tabell 1

*Fråga 1: Beskrivning av teman och underteman, med frekvenser (antal svar)*

Tema	Undertema	Frekvens
Jag fick hjälp		58
	Stöd från lärare och övrig skolpersonal	42
	Stöd från förälder	14
	Stöd från kompisar och klasskamrater	14
Jag fick hjälp, men den var inte verksam		26
	Försök till hjälp	23
	Andras insatser förvärrade situationen	4
Jag fick ingen hjälp		99
	Ingen hjälp	65
	Mobbningen upphörde med tiden	10
	Tog itu med mobbningen på egen hand	12
	Berättade aldrig om mobbningen för någon	14

Byte av klass/skola		20
	På grund av naturliga omorganiseringar	10
	På grund av mobbningen	11

---

## Jag fick hjälp

Temat innefattar svar där deltagare beskrev att de på olika sätt fick hjälp för att få mobbningen att upphöra.

**Stöd från lärare och övrig skolpersonal.** I svaren förekommer beskrivningar av lärares och övrig skolpersonals centrala roll vad gäller att få stopp på mobbningen. Lärare och annan skolpersonal hjälpte genom att konfrontera förövare, organisera samtal med inblandade parter, erbjuda samtal med kurator samt organisera grupputvecklande insatser.

*"/---/ En lärare kom fram och frågade vem som gjorde att jag mådde dåligt. Jag berättade för henne hur det låg till, och hon gick raka vägen till de som var ledartyperna och lärde dem ett och annat. Dagen efter kom de och sa förlåt. Sen den dagen har jag inte varit mobbad. Jag är henne evigt tacksam."*

*"Efter ett tag pratade jag med min musiklärare som jag hade stort förtroende för, så han pratade med den killen som retade mig."*

**Stöd från föräldrar.** Undertemat innefattar beskrivningar av föräldrars hjälp för att få mobbningen att upphöra. Ofta beskrevs föräldrarna förmedla hjälp i samarbete med lärare, men det förekom även beskrivningar av personligt stödjande insatser utanför skolan (till exempel stärka självförtroende och ge goda råd).

*"Jag fick hjälp av min mamma och mina lärare på skolan, för att de märkte att jag inte vågade eller ville gå till skolan längre. /---/"*

*"Under mellanstadiet fick jag råd av min mamma om hur jag skulle få de tjejer som kastade glåpord efter mig att sluta genom att ignorera dem, vilket fungerade. /---/"*

**Stöd från kompisar och klasskamrater.** Deltagare beskrev att hjälp mottogs även från kompisar. Vänner hjälpte genom att stå upp mot förövare vid incidenter, ta kontakt med vuxna eller erbjuda umgänge vid utfrysning.

*"/---/ Min bästa vän ansåg att mobbarna inte skulle få behandla någon på det viset och sa i åttonde klass till min klassföreståndare. /---/"*

## Jag fick hjälp, men den var inte verksam

**Försök till hjälp.** Föreliggande tema innefattar beskrivningar av att ha fått hjälp på olika sätt, men att den hjälpen av olika anledningar inte verkade för att få mobbningen att upphöra. Det förekom beskrivningar av överksamma försök till hjälp och otillräckliga insatser.

*”En del lärare kanske såg och försökte, men jag upplevde inte att deras eventuella ansträngningar gav så mycket resultat. Men det är ju svårt att lösa sådant och lärare kan ju ha haft mycket annat runtomkring.”*

**Andras insatser förvärrade situationen.** I enkätsvaren förekom beskrivningar av att försök att få mobbningen att upphöra istället ledde till att mobbningen eskalerade och att situationen för den utsatte blev värre.

*”Några lärare försökte reda ut situationen, men det gjorde egentligen bara det hela värre.”*

## **Jag fick ingen hjälp**

Temat innefattar beskrivningar av att ej ha fått någon hjälp för att få mobbningen att upphöra.

**Ingen hjälp.** Det mest frekventa svaret på frågan om huruvida man fick någon hjälp att få mobbningen att upphöra var att man inte fick någon hjälp alls, utan vidare utveckling av svaret.

**Mobbningen upphörde med tiden.** Bland svaren fanns beskrivningar av att mobbningen upphörde, dock inte till följd av någon hjälpanvändande insats. Deltagare förmedlade att mobbningen snarare tog slut för att tiden gick.

*”Jag upplever inte att jag fick hjälp att få mobbningen att sluta. Det bara blev så naturligt för alla växte upp. /---/”*

*”Mobbningen slutade av sig själv till slut.”*

**Tog itu med mobbningen på egen hand.** Undertemat innefattar beskrivningar av att mobbningen upphörde när den utsatte själv stod upp mot förövarna, alltså att de med tiden erhöll tillräckligt med självförtroende för att säga ifrån eller slå tillbaka.

*”Jag stod upp för mig själv och slog tillbaka en dag, det fick mobbningen att sluta. Sann historia tyvärr.”*

**Berättade aldrig om mobbningen för någon.** Deltagare beskrev även att de inte fick någon hjälp av anledningen att de själva inte bad om hjälp eller förmedlade information om sin situation till någon, till exempel för att man som utsatt inte ville eller vågade.

*”Jag bad aldrig någon om hjälp. Jag höll det för mig själv.”*

## **Byte av klass eller skola**

Att byta klass eller skola förekom flertalet gånger bland enkätsvaren som en specifik insats som fick mobbningen att upphöra.

**På grund av naturliga omorganiseringar.** Deltagare beskrev dels att mobbningen tog slut i samband med att den utsatte separerades från förövarna till följd av förflyttningar mellan årskurser. Till exempel bytte offer och förövare till olika skolor efter lågstadiet eller började på olika gymnasieskolor.

*”Jag fick ingen hjälp, jag hade samma klass från årskurs 1 till 9. Det blev lättare i gymnasiet för att jag då fick börja om på nytt, med nya klasskamrater och ny miljö.”*

**På grund av mobbningen.** Deltagare beskrev även att de gjorde ett aktivt val att byta skola till följd av att de blev utsatta för mobbning och att situationen inte blev bättre där de var.

*”Jag fick meningslösa träffar med kuratorn, men det satte inte stopp för mobbningen. Mina föräldrar såg till att jag fick byta skola.”*

## Fråga 2: Vad hade du velat ha för hjälp för att få slut på mobbningen?

Tabell 2

*Fråga 2: Beskrivning av teman och underteman, med frekvenser (antal svar)*

Tema	Undertema	Frekvens
Insatser riktade till förövare		36
	Samtal med förövare	14
	Kontakt med förövares föräldrar	15
	Bestraffning av förövare	18
Strukturella insatser i skolan		40
	Strukturerad mobbningshantering	24
	Undervisning om mobbning	11
	Förebyggande insatser	10
Skolpersonalens förhållningssätt		55
	Uppmärksamhet och närvaro	37
	Förståelse	19
Stöd från klasskamrater		14
	Säga ifrån	5
	Visa förståelse	9

### Insatser riktade till förövare

Föreliggande tema innefattar beskrivningar av önskemål om att insatserna i högre utsträckning skulle ha riktats till förövarna istället för till offren.

**Samtal med förövare.** Deltagare förmedlade en önskan om att vuxna skulle pratat med förövare om deras handlingar för att skapa förståelse om vilken skada de tillförde den utsatte.

*”Jag önskar att man skulle pratat med dem som mobbade och att de skulle förstått hur sårande det var.”*

**Kontakt med förövares föräldrar.** Undertemat hänvisar till deltagares önskan om att förövarnas föräldrar skulle ha fått information om situationen och vad deras barn utsätter andra för, för att de i sin tur skulle sett till att beteendet får konsekvenser.

*”Direkt kontakt med föräldrar till elever som mobbar så tidigt som möjligt, så att problemet avhjälps omedelbart.”*

**Bestraffning av förövare.** Bland svaren framkom att deltagare saknade att förövare fick konsekvenser för sina beteenden. Deltagare hade velat se högre grad av bestraffning av personer som utsatt andra för negativa handlingar, till exempel genom förflyttning till en annan klass eller skola.

*”Hade velat att vissa mobbade elever hade blivit avstängda, eller att de i alla fall hade fått något kännbart straff... Att lärarna hade haft en mer seriös och hård ton och attityd mot mobbarna.”*

*”Flytta mobbarna istället för den mobbade eleven.”*

## Strukturella insatser i skolan

Temat innefattar beskrivningar av olika konkreta insatser som deltagare önskade att skolan hade erbjudit när de var utsatta för mobbning.

**Strukturerad mobbningshantering.** Deltagare önskade en bättre struktur i hanteringen av mobbningsärenden i skolan. Förslagen innefattade utredande insatser som att samordna samtal med inblandade parter, samt uppföljning för att säkerställa att effekterna kvarstod.

*”/---/ Jag hade velat att man såg till att ha utförliga samtal med alla inblandade och följde upp dessa flera gånger för att se till att mobbingen verkligen upphört. Man hade även kunnat kontakta mobbarnas föräldrar, och pratat med deras klassföreståndare. /---/”*

**Undervisning om mobbning.** Deltagare beskrev att de hade velat att man i skolan pratade mer om mobbning i undervisningen. Man önskade att skolan hade tillhandahållit information om mobbning – orelaterat till någon specifik situation – för att förebygga problem eller skapa insikt hos personer som utsätter andra för mobbning.

*”/---/ Att det hade pratats mer om mobbning för att visa att det är oacceptabelt.”*

**Förebyggande insatser.** Bland svaren förekom även beskrivningar av att deltagare ville att det i undervisningen förekom mer grupputvecklande aktiviteter för att förebygga mobbning. Aktiviteter som till exempel främjar samarbete, kamratskap och acceptans av varandras olikheter.

*”/---/ Gruppbyggande aktiviteter hade jag också önskat. Det hade jag i mellanstadiet, och det upplevde jag förebyggde all dålig stämning, hela mellanstadiet och högstadiet igenom.”*

## **Skolpersonalens förhållningssätt**

Föreliggande tema innefattar beskrivningar av önskemål om ett annorlunda förhållningssätt hos lärare och övrig skolpersonal till mobbningsärenden.

**Uppmärksamhet och närvaro.** I svaren framkom en önskan om att lärare och skolpersonal skulle varit mer uppmärksamma på elevgruppen för att upptäcka att mobbning förekom, för att sedan kunna ingripa.

*”Mer uppmärksamma lärare, vuxna som kan se tendenser till utsatta elever för att kunna hjälpa dem. Många gånger vågar man inte be om hjälp. Uppmärksamhet, lyhörda lärare, omtänksamhet och empati. Att helt enkelt bli sedd!”*

*”Jag hade velat att lärare på skolan kunde vara mera uppmärksamma vad som försiggår.”*

**Förståelse.** Undertemat syftar till deltagares önskan om att de skulle blivit mer tagna på allvar när de förmedlade information om vad de blivit utsatta för till sina lärare eller övrig skolpersonal. Flera saknade att någon visade förståelse för deras lidande.

*”Att rektor och lärare på skolan hade lyssnat på mig och tagit mig på allvar. Jag berättade om min situation redan i första klass för min fröken och hon svarade bara 'du är för känslig'. /---/”*

*”Jag hade velat att mina lärare lyssnade på mig och tog mina problem på allvar.”*

## **Stöd från klasskamrater**

I detta tema innefattas de svar som handlade om att man önskade högre grad av hjälp från klasskamrater och jämnåriga.

**Säga ifrån.** Deltagare uttryckte att de önskade att klasskamrater och övriga jämnåriga hade ingripit när mobbningen skedde.

*”Mina andra klasskamrater borde sagt ifrån när någon mobbar.”*

*”Ingripande från klasskamrater.”*

**Visa förståelse.** Bland svaren förekom även beskrivningar av en önskan om att klasskamrater skulle visat större förståelse för situationen och erbjudit stöd.

*”Förmodligen stöd från klasskamrater. Tror barn själva har störst möjlighet att förhindra mobbning.”*

### **Skillnader beroende på när under skoltiden mobbningen pågick**

I den kvantitativa delen av studien undersöktes huruvida deltagarnas uppfattning om vad som fick mobbningen att upphöra samt om vilken hjälp de skulle velat ha skilde sig beroende på när under skoltiden de blev utsatta för mobbning. De två frågorna redovisas separat.

Tabell 3

*Fråga 1: Frekvenstabell för chi-två-analyser, procent inom parantes.*

	Tidiga skolåren	Sena skolåren	Hela skoltiden	Totalt
Jag fick hjälp	31 (53,4)	7 (21,1)	20 (34,5)	58 (100,0)
Ej 'Jag fick hjälp'	73 (40,3)	52 (28,7)	56 (30,9)	181 (100,0)
Totalt	104 (43,5)	59 (24,7)	76 (31,8)	239 (100,0)
Jag fick hjälp, men den var inte verksam	6 (24,0)	5 (20,0)	14 (56,0)	25 (100,0)
Ej 'Jag fick hjälp, men den var inte verksam'	98 (45,8)	54 (25,2)	62 (29,0)	214 (100,0)
Totalt	104 (43,5)	59 (24,7)	76 (31,8)	239 (100,0)
Jag fick inte hjälp	41 (41,4)	32 (32,3)	26 (26,3)	99 (100,0)
Ej 'Jag fick inte hjälp'	63 (45,0)	27 (19,3)	50 (35,7)	140 (100,0)
Totalt	104 (43,5)	59 (24,7)	76 (31,8)	239 (100,0)
Byta av klass/skola	6 (30,0)	4 (20,0)	10 (50,0)	20 (100,0)
Ej 'Byte av klass/skola'	98 (44,7)	55 (25,1)	66 (30,1)	219 (100,0)
Totalt	104 (43,5)	59 (24,7)	76 (31,8)	239 (100,0)

För frågan om vad som fick mobbningen att upphöra återfanns signifikanta skillnader för två teman: ”Jag fick hjälp” och ”Jag fick hjälp, men den var inte verksam”.

För temat ”Jag fick hjälp” fanns en signifikant skillnad i den gruppen som blev utsatt för mobbning under sena skolåren. I den gruppen var det signifikant lägre andel beskrivningar som inkluderades i temat än som inte gjorde det,  $\chi^2(2, N = 239) = 6.85, p < .05$ . Cramer's  $V$  var .169, vilket motsvarar en liten effektstorlek (Spurlock, 2017). Detta

innebär att personer som varit mobbade under sena skolåren i mindre utsträckning upplevde att de mottagit hjälp för att få mobbningen att upphöra.

För temat ”Jag fick hjälp, men den var inte verksam” fanns signifikanta skillnader i gruppen som blev mobbad under tidiga skolåren och i gruppen som blev mobbad under hela skoltiden. Bland deltagare som blivit utsatta för mobbning under tidiga skoltiden var det signifikant lägre andel beskrivningar som inkluderades i temat än som inte gjorde det,  $\chi^2(2, N = 239) = 7.83, p < .05$ . Cramer's  $V$  var .181, vilket motsvarar en liten effektstorlek (Spurlock, 2017). Bland deltagare som blivit utsatta för mobbning under hela skoltiden var förhållandet omvänt, det var signifikant fler som inkluderades i temat än som inte gjorde det,  $\chi^2(2, N = 239) = 7.83, p < .05$ . Cramer's  $V$  var .181, vilket motsvarar en liten till medium effektstorlek (Spurlock, 2017). Resultaten pekar på att personer som varit utsatta för mobbning under hela skoltiden i större utsträckning mottog hjälpansetser som inte fick mobbningen att upphöra, medan överksam hjälp inte var lika vanligt hos personer som blev mobbade uteslutande i lågstadiet.

Tabell 4

*Fråga 2: Frekvenstabell för chi-två-analyser, procent inom parantes.*

	Tidiga skolåren	Sena skolåren	Hela skoltiden	Totalt
Insatser riktade till förövare	10 (27,8)	8 (22,2)	18 (50,0)	36 (100,0)
Ej 'Insatser riktade till förövare'	94 (46,3)	51 (25,1)	58 (28,6)	203 (100,0)
Totalt	104 (43,5)	59 (24,7)	76 (31,8)	239 (100,0)
Strukturella insatser i skolan	17 (42,5)	8 (20,0)	15 (37,5)	40 (100,0)
Ej 'Strukturella insatser i skolan'	87 (43,7)	51 (25,6)	61 (30,7)	199 (100,0)
Totalt	104 (43,5)	59 (24,7)	76 (31,8)	239 (100,0)
Skolpersonalens förhållningssätt	22 (40,7)	13 (24,1)	19 (35,2)	54 (100,0)
Ej 'Skolpersonalens förhållningssätt'	82 (44,3)	46 (24,9)	57 (30,8)	185 (100,0)
Totalt	104 (43,5)	59 (24,7)	76 (31,8)	239 (100,0)
Stöd från klasskamrater	6 (42,9)	5 (35,7)	3 (21,4)	14 (100,0)
Ej 'Stöd från klasskamrater'	98 (43,6)	54 (24,0)	73 (32,4)	225 (100,0)
Totalt	104 (43,5)	59 (24,7)	76 (31,8)	239 (100,0)

För frågan om vad deltagarna skulle velat ha för hjälp återfanns signifikant skillnader för ett tema, nämligen ”Insatser riktade till förövare”. För det tema fanns signifikanta skillnader både i gruppen som varit mobbad under tidiga skolår och i gruppen som varit mobbad under hela skoltiden.

Bland deltagare som blivit utsatta för mobbning under hela skoltiden var det signifikant högre andel som inkluderades i temat än som inte gjorde det,  $\chi^2 (2, N = 239) = 6.93, p < .05$ . Cramer’s  $V$  var .170, vilket motsvarar en liten till medium effektstorlek (Spurlock, 2017). Bland deltagare som blivit utsatta för mobbning under tidiga skolåren var förhållandet omvänt, det var signifikant färre som inkluderades i temat än som inte gjorde det,  $\chi^2 (2, N = 239) = 6.93, p = < .05$ . Cramer’s  $V$  var .170, vilket motsvarar en liten effektstorlek (Spurlock, 2017). Detta innebär således att personer som varit mobbade under hela skoltiden i större utsträckning förespråkade insatser riktade mot förövare. Bland personer som varit mobbade uteslutande i lågstadiet var förespråkande av insatser riktade mot förövare inte lika vanligt.

## Diskussion

Syftet med föreliggande studie var att undersöka vad personer som själva var utsatta för mobbning under skoltiden tror kan ha bidragit till att mobbningen slutade, liksom vilken hjälp de önskar att de hade fått. De två mest frekventa svaren på frågan om vilken hjälp som mottogs var stöd från skolpersonal samt att man inte fick någon hjälp alls. Gällande vilken hjälp deltagarna velat få förmedlade många tidigare offer att de önskade att lärare och skolpersonal varit mer uppmärksamma på mobbning i elevgruppen. Statistiska analyser pekade på att personer som blev utsatta för mobbning under sena skoltiden i mindre utsträckning upplevde att de mottog hjälp för att få mobbningen att upphöra. Personer som varit utsatta för mobbning under hela skoltiden mottog i större utsträckning icke-verksamma insatser för att få mobbningen att upphöra, medan överksam hjälp inte var lika vanligt hos personer som uteslutande blev mobbade i lågstadiet. Vidare förespråkade personer som varit mobbade under hela skoltiden i större utsträckning insatser riktade mot förövare, medan det bland personer som enbart var mobbade i lågstadiet inte var lika förekommande.

### Vad får mobbning att upphöra?

Ett av de mest frekventa svaren om vad som fick mobbningen att upphöra var att man fick stöd från lärare och annan skolpersonal. Detta resultat är lovande och positivt, då det tyder på att skolpersonal handlar i enlighet med Skollagen (SFS 2010:800), där det framgår att skolan har ansvar att genomföra åtgärder för att förebygga och förhindra att elever utsätts för kränkande behandling, liksom att anmäla förekomst av kränkande behandling. Resultaten stöder även tidigare forskning som betonar skolpersonalens roll som viktiga aktörer vad gäller att förebygga, uppmärksamma och åtgärda mobbning (Frisén & Berne, 2016). Samtidigt var det en minoritet av de svarande som förmedlade att skolpersonal hjälpte att få mobbningen att upphöra. Många svarade att de inte fick någon hjälp alls av skolpersonal, eller att insatserna som förmedlades inte gjorde att mobbningen slutade. Dessutom var det mest frekventa svaret på vilken hjälp man saknade just att någon vuxen på skolan uppmärksammade att de var utsatta för mobbning. Det förekom även

beskrivningar av att man saknade förståelse från skolpersonal när man berättade om mobbningen man blev utsatt för. Sammantaget tyder även dessa resultat på att personer som blivit utsatta för mobbning anser att lärares och annan skolpersonals roll för att få stopp på mobbningen är mycket betydelsefull, men likväl att skolpersonal behöver mer verksam utbildning och vägledning vad gäller att effektivt förebygga och hantera mobbning i elevgrupper.

En anmärkningsvärt stor andel av de svarande förmedlade att de inte fick någon hjälp från någon för att få mobbningen att upphöra. Baserat på datan från föreliggande studie är det svårt att uttala sig säkert om vad som brustit i dessa individers situationer, men det förefaller viktigt att ställa sig frågor om varför så många stått utan hjälp vid utsatthet. Har vuxna i barns omgivning, skolpersonal i synnerhet, tillgång till fungerande insatser mot mobbning? Är insatserna som finns tillgå effektiva? Har personal på skolorna förutsättningar att genomföra ett verksamt mobbningspreventionsarbete? I Skolverkets utvärdering av metoder mot mobbning (2011) pekar man på att beredskapen inför att arbeta med ett antimobbingsprogram ofta är bristfällig och att de resurser som krävs för att följa programanvisningarna ofta saknas, vilket gör att insatserna inte kan utföras enligt programföreträdarnas föreskrifter. Det verkar finnas en diskrepans mellan intentionerna med programmen och hur de faktiskt förstås och används av skolpersonal och elever (Skolverket, 2011). Läraruppdraget är komplext och kravfyllt. Arbete med strukturerad mobbningsprevention utifrån ett formulerat program kan tillföra trygghet och ramar i hantering av mobbning, men det kan även innebära extra arbete och stressa en redan ansträngd arbetssituation. Många av programmen som finns till hands idag bygger på införande av särskilda lektioner avsedda för förebyggande arbete, eller på att skolpersonal på andra sätt avsätter tid för arbetet mot mobbning. Kanske behöver undersökningen av effektiva metoder kompletteras med utforskande av hur dessa ska anpassas till rådande förutsättningar i svenska skolor, då interventioner kan förlora sin effektivitet om implementeringen av dem brister.

Majoriteten av programmen som används för att motverka mobbning i svenska skolor har en förebyggande ansats och erbjuder olika typer av värdegrundsstärkande insatser mot mobbning (Skolverket, 2011). Endast Farstametoden och Olweusprogrammet innefattar faktiska interventioner för hantering av mobbning när den väl uppkommit. Deltagarnas förslag på strategier mot mobbning genomsyras av en önskan om att insatser i högre utsträckning skulle riktas mot de personer som utsatt dem för mobbning, till exempel att förövare skulle motta konsekvenser för sina beteenden. Ur de tidigare utsattas perspektiv verkar det även som att ett strukturerat arbete för att motverka mobbning saknades. Resultaten pekar mot att eventuella antimobbingsprogram behöver rusta lärare med mer konkreta interventioner att använda när mobbningen är ett faktum. Till exempel efterfrågas en ökad kompetens hos skolans personal att föra samtal med inblandade parter där vikten av att involvera förövares föräldrar betonas i deltagarnas svar.

Få deltagare svarade att mobbningen upphörde för att de fått stöd av kompisar och klasskamrater och det var inte heller vanligt att deltagare önskade att de hade fått mer hjälp från kamrater. Forskare har länge pekat på kamrater som viktiga aktörer vad gäller att motverka mobbning, baserat på teoretiska antaganden om att grupprocesser och kamraters beteenden har stor betydelse för mobbningsförlopp (Salmivalli, 1999; Salmivalli et al., 1996; O'Connell et al., 1999). Många skolor i Sverige har arbetat utifrån kamratstödjarprogram där vissa elever har ansvar för att vara uppmärksamma på om mobbning förekommer, stötta andra elever som blir utsatta för mobbning och rapportera incidenter till personal (Skolverket 2009; 2011). Dock påvisar resultaten från föreliggande studie att

tidigare utsatta inte ser på kamratstöd som en effektiv metod för att förebygga och stoppa mobbning. Kanske är det vanskligt att förlita sig på att jämnåriga ska intervensera vid incidenter, då kamrater inte är redo att riskera sin egen sociala status genom att utmana parten med mer makt i situationen (förövaren). Organisationen Friends har avslutat sitt kamratstödprogram då rollen som kamratstödare har visat sig kunna innebära risk för utsatthet av andra elever (Flygare & Johansson, 2016). Är klasskamraters insatser vad gäller att motverka mobbning så viktig som den tidigare framställts? Framtida forskning behöver vidare undersöka kamraters och åskådares roll vad gäller mobbningsprevention.

Även föräldrars insatser förefaller ha relativt liten betydelse. Få av de tidigare utsatta svarade att mobbningen slutade för att de fått hjälp av sina föräldrar och ingen nämnde föräldrar vid frågan om förslag på insatser för att få mobbning att upphöra. Detta trots att tidigare forskning (Ttofi & Farrington, 2009; Leraya, Samara & Wolke, 2013) understrukt vikten av att interventionsprogram inkluderar föräldrar och familjer som aktörer för att motverka mobbning. Varför? Möjligtvis är det så att föräldrar ger sina barn det stöd de kan vid utsatthet, men att föräldrars möjlighet att hjälpa inte räcker hela vägen, då det förefaller vanligt att mobbningen främst förekommer i skolan. Föräldrainsatser kräver antagligen ett samarbete med skolans personal, som är de vuxna som finns på plats där incidenterna förekommer. Sett ur ett socieologiskt perspektiv utgör familjen en viktig del av nätverket av kontexter som påverkar förekomsten av mobbning (Thomas et al., 2017), men resultaten från den aktuella studien implicerar att föräldrars stöd fungerar mer förebyggande än åtgärdande. Stöd från föräldrar, varma relationer mellan föräldrar och barn och bra kommunikation i familjen har visat sig vara viktiga skyddsfaktorer mot mobbning (Leraya et al., 2013), men kanske är föräldrarnas handlingsutrymme vad gäller åtgärder när mobbningen väl förekommer begränsat.

### **Skillnader beroende på när under skoltiden mobbningen pågick**

Personer som blev mobbade under högstadiet och/eller gymnasiet rapporterade i mindre utsträckning att de upplevde att de fick verksamma insatser för att mobbningen skulle sluta. Dessa resultat tyder på att mobbning i de senare skolåren verkar vara svårare att rikta effektiva interventioner mot, vilket kan tänkas vara rimligt med tanke på att vuxnas inflytande över barn minskar ju äldre de blir (Hwang, Frisén & Nilsson, 2018). Att personer som enbart blev utsatta för mobbning i tidiga skolåren i mindre utsträckning rapporterade att de fick överksam hjälp är också förväntat, då faktumet att de endast rapporterade mobbning i tidiga skolår tyder på att mobbningen faktiskt upphörde, eventuellt till följd av effektiva insatser. På samma sätt är det inte oväntat att personer som blev mobbade under hela skoltiden i högre utsträckning än andra svarade att de fick insatser som inte verkade för att få mobbningen att upphöra. Resultaten pekar på vikten av fortsatt utveckling av insatser mot mobbning, för att än mer försäkra att de effektivt motverkar mobbning.

Vad gäller frågan om vilken hjälp tidigare utsatta skulle velat ha var deltagarnas svar generellt lika oavsett när under skoltiden man blev utsatt för mobbningen. Dock förespråkade personer som blev mobbade under hela skoltiden insatser riktade mot förövare i större utsträckning, ett förslag som inte var lika vanligt bland personer som endast var mobbade i tidiga skolåren. Eftersom utsatthet för långvarig mobbning är förenat med negativa konsekvenser vad gäller psykisk hälsa (Johansson & Flygare, 2013) är det förståeligt att långvarigt utsatta bär på en större frustration över att situationen inte förbättrades

och i och med det kanske även en större frustration inför personerna som mobbade. Detta kan tänkas bädda för en större benägenhet att önska att någon skulle rikta hårdare konsekvenser mot förövre.

## Begränsningar

Det finns vissa begränsningar med den aktuella studien. En begränsning är att deltagarna i studien fick besvara frågor om sina erfarenheter av mobbning retrospektivt och det var längesedan deltagarna började skolan. Rapporteringen om mobbning och strategier mot mobbning skulle antagligen se annorlunda ut om frågor ställdes till barn som går i skolan idag. Till exempel genomgick deltagarna större delen av sin skolgång innan Internet och sociala medier fått det genomslag det fått under de senaste åren, vilket är anledningen till att nätmobbning inte är ett fenomen i fokus i föreliggande studie. Idag utsätts ungefär 8–10 procent av alla elever i Sverige idag för någon typ av nätmobbning (Frisén & Berne, 2016) och detta kan tänkas ställa delvis andra krav på mobbningspreventionsarbetet i skolorna idag. I framtida forskning behöver man ställa frågor till yngre personer, framförallt för att erhålla information om mobbningsprevention i låg- och mellanstadium. En fördel med att ställa frågor om tidigare erfarenheter till vuxna, vilket gjordes i denna studie, är att vuxna har förmåga att reflektera kring vad de varit med om på ett annat sätt än barn kan, vilket kan ge viktiga perspektiv. För att få en mer fördjupad förståelse för tidigare utsattas perspektiv på mobbningsprevention skulle liknande teman behöva undersökas med förslagsvis intervjuer, då svaren på frågorna i föreliggande studie generellt var korta. Likväl kunde många fler svar samlas in än vad som hade varit möjligt vid en intervjustudie, vilket ger en bred variation på resultaten.

Eftersom studien baserades på självrapportering behöver resultat rörande prevalens tolkas med viss försiktighet. Trots att deltagarna fick läsa en definition av mobbning innan de svarade på frågorna är det svårt att säkert veta exakt vad de var utsatta för under skoltiden. Hur säker är självrapportering vid mobbning? Hur säker är självrapportering om mobbning retrospektivt? Alm och Hohner (2014) undersökte samstämmigheten i rapportering av skolmobbning mellan barndom och vuxenår och kom fram till att en majoritet av de som vid något tillfälle rapporterade mobbning var inkonsekventa i sina svar. Detta kan bero på sviktande minne eller att ens perspektiv på sådant man blev utsatt för i barndomen förändras, så att man i vuxen ålder är mer benägen att erkänna att det var mobbning som pågick. Det kan också handla om att det råder en viss begreppsförvirring kring fenomenet mobbning. Mobbning är ett komplicerat begrepp som skapar oenighet bland teoretiker och forskare på ämnet (Vaillancourt et al., 2008), vilket innebär att det inte är särskilt konstigt om utsatta själva har svårt att veta huruvida det var mobbning de blev utsatta för eller inte. Skolverket har dessutom frångått begreppet mobbning och använder idag genomgående benämningen kränkande behandling, vilket även det kan innebära att det råder oklarheter hos gemene man angående vad mobbning egentligen är.

Eftersom den aktuella studien genomfördes inom ramarna för ett longitudinellt forskningsprojekt fanns möjlighet att gå tillbaka till data som samlades in när deltagarna själva gick i skolan, för att jämföra till exempel självrapportering om utsatthet för mobbning nu och då. Denna möjlighet utnyttjades inte i föreliggande studie, på grund av att arbetet skulle varit alltför komplicerat och omfattande för att rymmas inom de omständighetsmässiga ramarna.

Det föreligger även en risk för typ I-fel till följd av att multipla jämförelser genomfördes i studiens kvantitativa del, vilket måste tas i beaktning när resultaten tolkas. Likväl varierade effektstorlekarna på gruppskillnaderna som framkom mellan .169 och .181, vilket ändå tyder på att det fanns små till medium skillnader mellan grupperna.

Vidare angående den statistiska analysen kan indelningen i grupperna tyckas godtycklig, framför allt gruppen som kallas "hela skoltiden". Gruppen innefattar de personer som uppgett att de var mobbade under låg- och/eller mellanstadiet och högstadiet och/eller gymnasiet, vilket innebär att även de deltagare som blev mobbade vid två skilda tillfällen i till exempel lågstadiet och gymnasiet kategoriserades som att de blev mobbade under hela skoltiden. Resultaten från analyserna är dock logiska och tillför meningsfull information som hade varit svår att nå på annat sätt, då grupperna hade blivit för många och med för få individer i varje.

Utöver dessa begränsningar har arbetet även en hel del förtjänster. Till exempel användes både kvalitativa och kvantitativa metoder, urvalet av deltagare var stort och hade en jämn fördelning mellan kvinnor och män. Detta innebär en bredd i arbetet som ger möjlighet att belysa många olika upplevelser av undersökta teman.

## **Konklusion**

Det är av största vikt att komma fram till hur man effektivt motarbetar mobbning i skolan. Föreliggande studie har fokuserat på att undersöka tidigare mobbade personers upplevelser av vad man fick för hjälp, liksom vilken hjälp man saknade, för att mobbningen skulle upphöra. Resultaten pekar på att lärares roll verkar vara av största vikt, då många deltagare vittnade om att just lärares insatser fick mobbningen att sluta. Samtidigt verkar många lärare och övrig skolpersonal sakna effektiva metoder för att motverka mobbning i skolan, då det var vanligt att personer som var utsatta för mobbning upplevde att de lämnades utan hjälp. Kamraters roll vad gäller att motverka mobbning verkar inte heller lika betydelsefull som tidigare forskning pekat på, då hjälp från klasskamrater efterfrågades i mycket liten utsträckning. Detta implicerar att det är viktigt att utrusta skolpersonal med verksamma och anpassade verktyg för att upptäcka och åtgärda mobbning. Mer forskning, bland annat med fokus på utsattas erfarenheter, behövs för att förstå vad som verkligen gör skillnad i mobbningspreventionsarbete.

## Referenser

- Alm, S., & Hohner, C. (2014). *Var jag mobbad? Samstämmighet i rapportering av skolmobbing mellan barndom och vuxenår.* (Examensarbete, Göteborgs universitet, Göteborg).
- Craig, W., Harel-Fisch, Y., Fogel-Grinvald, H., Dostaler, S., Hetland, J., Simons-Morton, B., ... Pickett, W. (2009). A cross-national profile of bullying and victimization among adolescents in 40 countries. *International Journal of Public Health, 54*(2), 216-224. doi:10.1007/s00038-009-5413-9
- Evans, C. B. R., Fraser, M. W., & Cotter, K. L. (2014). The effectiveness of school-based bullying prevention programs: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior, 19*(5), 532-544. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/j.avb.2014.07.004
- Farrington, D. (1993). Understanding and preventing bullying. *Crime and Justice, 17*, 381-458. doi:https://doi.org/10.1086/449217
- Ferguson, C. J., San Miguel, C., & Hartley, R. D. (2009). A multivariate analysis of youth violence and aggression: the influence of family, peers, depression, and media violence. *The Journal of Pediatrics, 155*(6), 904-908. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/j.jpeds.2009.06.021
- Flygare, E., & Johansson, B. (2016). *Friends och Friendsprogrammet: En programteoretisk analys av utbildningsprogrammets bakgrund, framväxt och uppbyggnad.* (Working Papers and Reports; 8). Hämtad från Örebro Universitetets webbplats: <http://oru.diva-portal.org/smash/get/diva2:956060/FULLTEXT01.pdf>
- Friends. (2018). *Friendsrapporten.* Hämtad från [https://www.dropbox.com/sh/w9pd82tqelkb4o2/AACIWnFZTp5-UXa3FYitEb0ha?dl=0&preview=Friendsrapporten\\_2018.pdf](https://www.dropbox.com/sh/w9pd82tqelkb4o2/AACIWnFZTp5-UXa3FYitEb0ha?dl=0&preview=Friendsrapporten_2018.pdf)
- Frisén, A., & Berne, S. (2016). *Nätmobbing. Handbok för skolan.* Stockholm: Natur & Kultur.
- Gini, G., & Pozzoli, T. (2009). Association between bullying and psychosomatic problems: A meta-analysis. *Pediatrics, 123*(3), 1059-1065. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1542/peds.2008-1215
- Hawker, D., & Boulton, M. (2000). Twenty years research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 41*(4), 441-455. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1111/1469-7610.00629
- Holt, M., Vivolo-Kantor, A., Polanin, J., Holland, K., Degue, S., Matjasko, J., . . . Reid, G. (2015). Bullying and suicidal ideation and behaviors: A meta-analysis. *Pediatrics, 135*(2), 496-509. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1542/peds.2014-1864
- Hsieh, H., & Shannon, S. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research, 15*(9), 1277-1288. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1177/1049732305276687
- Hwang, P., Frisé, A., & Nilsson, B. (2018). *Ungdomar & unga vuxna. Utveckling och livsvillkor.* Stockholm: Natur & Kultur.
- Isaacs, J. V., Hodges, E., & Salmivalli, C. (2008). Long-term consequences of victimization by peers: A follow-up from adolescence to young adulthood. *International Journal of Developmental Sciences, 2*(4), 387-397. Hämtad från <https://search-proquest-com.ezproxy.ub.gu.se/docview/817612814?accountid=11162>

- Johansson, B. & Flygare, B. (2013). Långvarig utsatthet drabbar hårt. I Skolverket (Red.) *Kränkningar i skolan – analyser av problem och lösningar*. (s. 68–91). Stockholm: Skolverket.
- Klomek, A., Sourander, A., Niemelä, S., Kumpulainen, K., Piha, J., Tamminen, T., ... Gould, M. (2009). Childhood bullying behaviors as a risk for suicide attempts and completed suicides: a population-based birth cohort study. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 48(3), 254-261. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1097/CHI.0b013e318196b91f
- Leraya, Samara, & Wolke. (2013). Parenting behavior and the risk of becoming a victim and a bully/victim: A meta-analysis study. *Child Abuse & Neglect*, 37(12), 1091–1108. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/j.chiabu.2013.03.001
- Moore, S., Norman, R., Suetani, S., Thomas, H., Sly, P., & Scott, J. (2017). Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World Journal of Psychiatry*, 7(1), 60-76. doi:10.5498/wjp.v7.i1.60
- O'Connell, P., Pepler, D., & Craig, W. (1999). Peer involvement in bullying: Insights and challenges for intervention. *Journal of Adolescence*, 22(4), 437-452. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1006/jado.1999.0238
- Olweus, D. (1991). *Mobbning i skolan: Vad vi vet och vad vi kan göra*. Stockholm: Almqvist & Wiksell.
- Rigby, K. (2003). Consequences of bullying in schools. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 48(9), 583-590. Hämtad från <https://search-proquest-com.ezproxy.ub.gu.se/docview/620290295?accountid=11162>
- Rigby, K. (2004). Addressing Bullying in Schools: Theoretical perspectives and their implications. *School Psychology International*, 25(3), 287-300. Hämtad från <https://search-proques-com.ezproxy.ub.gu.se/docview/620290295?accountid=11162>
- Salmivalli, C. (1999). Participant role approach to school bullying: Implications for interventions. *Journal of Adolescence*, 22(4), 453-459. doi:http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1006/jado.1999.0239
- Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Björkqvist, K., Österman, K., & Kaukiainen, A. (1996). Bullying as a group process: Participant roles and their relations to social status within the group. *Aggressive Behavior*, 22(1), 1-15. doi:https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(1996)22:1<1::AID-AB1>3.0.CO;2-T
- Skollag* (SFS 2010:800). Hämtad från Riksdagens webbplats: [http://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/skollag-2010800\\_sfs-2010-800](http://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/skollag-2010800_sfs-2010-800)
- Skolverket. (2009). *På tal om mobbning – och det som görs*. Hämtad från <https://www.skolverket.se/getFile?file=2224>
- Skolverket. (2011). *Utvärdering av metoder mot mobbning*. (Rapport 353). Hämtad från <https://www.skolverket.se/getFile?file=2498>
- Skolverket. (2014). *Främja, förebygga, upptäcka och åtgärda: hur skolan kan arbeta mot trakasserier och kränkningar*. Hämtad från <https://www.skolverket.se/download/18.6bfaca41169863e6a65b4ce/1553965948666/pdf3375.pdf>
- Skolverket. (2019). *Kränkande behandling, mobbning och diskriminering*. Hämtad från <https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/ansvar-i-skolfragor/krankande-behandling-mobbning-och-diskriminering#h-Planmotkrankandebehandling>

- Smith, P., Talamelli, L., Cowie, H., Naylor, P., & Chauhan, P. (2004). Profiles of non-victims, escaped victims, continuing victims and new victims of school bullying. *British Journal of Educational Psychology*, 74(4), 565-581. doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1348/0007099042376427>
- Sourander, A., Fossum, S., Rønning, J., Elonheimo, H., Ristkari, T., Kumpulainen, K., ... Almqvist, F. (2012). What is the long-term outcome of boys who steal at age eight? Findings from the Finnish nationwide "From A Boy To A Man" birth cohort study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47(9), 1391-400. doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1007/s00127-011-0455-8>
- Spurlock, D. (2017). The Purpose and Power of Reporting Effect Sizes in Nursing Education Research. *Journal of Nursing Education*, 56(11), 645-647. doi:10.3928/01484834-20171020-02
- Swearer, S., Espelage, D., Vaillancourt, T., & Hymel, S. (2010). What can be done about school bullying? Linking research to educational practice. *Educational Researcher*, 39(1), 38-47. doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.3102/0013189X09357622>
- Thomas, H., Connor, J., & Scott, J. (2018). Why do children and adolescents bully their peers? A critical review of key theoretical frameworks. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53(5), 437-451. doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1007/s00127-017-1462-1>
- Ttofi, M., & Farrington, D. (2009). What works in preventing bullying: Effective elements of anti-bullying programmes. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 1(1), 13-24. doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1108/17596599200900003>
- Ttofi, M., Farrington, D., Lösel, F., & Loeber, R. (2011). Do the victims of school bullies tend to become depressed later in life? A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Journal of Aggression, Conflict and Peace Research*, 3(2), 63-73. doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1108/17596591111132873>
- Vaillancourt, T., Hymel, S., & McDougall, P. (2003). Bullying is power: Implications for school-based intervention strategies. *Journal of Applied School Psychology*, 19(2), 157-176. Hämtad från <https://search-proquest-com.ezproxy.ub.gu.se/docview/620279513?accountid=11162>
- Vaillancourt, T., McDougall, P., Hymel, S., Krygsman, A., Miller, J., Stiver, K., & Davis, C. (2008). Bullying: Are researchers and children/youth talking about the same thing? *International Journal of Behavioral Development*, 32(6), 486-495.
- Vaughn, M., Fu, Q., Bender, K., DeLisi, M., Beaver, K., Perron, B., & Howard, M. (2010). Psychiatric correlates of bullying in the United States: Findings from a national sample. *Psychiatric Quarterly*, 81(3), 183-195. doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1177/0165025408095553>
- Zych, I., Ortega-Ruiz, R. & Del Rey, R. (2015). Systematic review of theoretical studies on bullying and cyberbullying: Facts, knowledge, prevention, and intervention. *Aggression and Violent Behavior*, 23, 1-21. doi:<http://dx.doi.org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/j.avb.2015.10.001>