

## R

# Effekten av anti-mobbetiltak på skolebarn

## Effectiveness of anti-bullying interventions for school children

**Lisbeth Gravdal Kvarme**

### Sammendrag

Mobbing har stor utbredelse i skolen og mobbing kan bidra til store helseproblemer for de som rammes av den. Mange anti-mobbeprogram har blitt implementert i skolen, men få har blitt evaluert med fokus på hvilket tiltaksnivå som er mest effektivt. I denne artikkelen presenteres hvilke anti-mobbetiltak som har mest effekt på ulike nivåer i tre utvalgte oversiktsartikler. Resultatet fra disse oversiktsartiklene viste at tiltak som rettes mot både individ og miljø har mest effekt mot mobbing. Intensive og vedvarende skolebaserte tiltak der lærer og elever sammen med andre samarbeidspartnere deltar, viser best effekt. Det er behov for mer forskning om nettmobbing og på tverrfaglig samarbeid med hjem og skole.

### Abstract

Bullying is widespread in schools, and can contribute to serious health problems for those affected by it. Many anti-bullying programs have been implemented in schools. This article examines effectiveness of anti-bullying interventions described in three systematic literature review articles. Interventions directed at both the individual and the environment level were effective against bullying. The most effective interventions were intensive and sustained school-based activities involving teachers and students and other partners. There is a need for more research on cyberbullying and interdisciplinary cooperation between home and school.

## Bakgrunn

Mobbing er et samfunnsproblem med stor utbredelse i skolen. Barn og unge skal utvikle kompetanse til å omgås hverandre på en god måte i skolen, derfor er den en viktig arena i arbeidet mot mobbing. Opplæringsloven § 9a, slår fast at "Alle elever i grunnskolen og videregående skole har rett til et godt fysisk og psykososialt miljø som fremmer helse, trivsel og

læring". Imidlertid viser forskning at mobbing er ødeleggende for helsen og livskvaliteten til det enkelte barn og for hele skolemiljøet (Flaspohler m. fl. 2009, Svarvardsdottir og Orlysdottir 2006). Derfor er det viktig med tverrfaglig samarbeid som også inkluderer skolehelsetjenesten i arbeidet mot mobbing.

Det er ca. 15 % av elevene i grunnskolen i Norge som er involvert i mobbing, enten som mobber eller offer (Olweus og

Limber 2009). Mobbing skjer i hele verden (Farrington og Ttofi 2009). Forskning viser at mobbeofre ofte har psykososiale helseproblemer som angst og depresjon. De kan være sosialt isolert og mangle venner, i tillegg til at de ofte har negativt selvbilde (Vatn m. fl. 2007, Salmivalli og Isaacs 2005).

I Norge kom mobbing i fokus på begynnelsen av 1980-tallet da pressen skrev om 10–14 år gamle gutter som antagelig hadde begått selvmord på grunn av mobbing. Dette bidro til diskusjon i media og en landsomfattende kampanje mot mobbing i norsk grunnskole (Olweus 1992). Olweus har forsket på mobbing fra 1970-tallet av, og det første store anti-mobbeprogrammet ble implementert i Norge i 1983 (Olweus 2009). Etter hvert har andre anti-mobbeprogram blitt implementert i skolen og noen av programmene har blitt evaluert. I 2005 nedsatte Sosial- og helsedirektoratet og Utdanningsdirektoratet et panel som skulle vurdere programmer som skal fremme sosial kompetanse eller forebygge problematferd (Nordahl m. fl. 2006). De programmene som viste dokumenterte resultater var program som var bygd på forskningsbasert kunnskap med teoretisk og eller empirisk kunnskap innen fagområdet. I tillegg var de evaluert og implementert over tid og de angikk alle ansatte ved skolen.

Sørli (2000) beskriver at skolebaserte tiltaksmodeller av både primær- og sekundærforebyggende art er de mest lovende. Tiltakene mot alvorlige atferdsproblemer bør ha et multisystemisk design og rettes mot kontekstuell endring i skolen og hjemmet.

I Sverige har det kommet ut en rapport om vurdering av metoder mot mobbing fra skoleverket (Skolverket 2011). Rapporten viser blant annet at ulike tiltak kan gi ulik

effekt for gutter og jenter, avhengig av om mobbingen er sosial eller fysisk. De mest effektive tiltak mot mobbing var der elevene deltok aktivt i det forebyggende arbeidet mot mobbing. Oppfølging og vurdering av elevenes situasjon om mobbing bør gjennomføres jevnlig. Samarbeidsteam med lærer, skolehelsesøster og andre med spesiell kompetanse er effektivt, i tillegg til rutiner for å følge opp mobbere og de som er mobbet og utdanning av personalet.

Hensikten med denne artikkelen er å presentere hvilke anti-mobbetiltak som har mest effekt på ulike nivåer, både individnivået og mot hele skolemiljøet i tre utvalgte oversiktsartikler.

## Mobbing

Mobbing har antagelig forekommet til alle tider, men først på slutten av 1960-tallet ble selve ordet mobbing beskrevet. Den svenske skolelegen Heinemann lanserte begrepet mobbing ut fra fenomenet gruppevold "alle mot en" da han observerte et barn som ble angrepet av flere i skolegården (Heinemann 1973). Fra Heinemanns første beskrivelse av mobbing og fram til i dag, har forskning om mobbing utviklet seg fra å være et nordisk anliggende til et internasjonalt nettverk av forskere og forskningsmiljøer (Roland 2007).

Mobbing kommer av det engelske ordet "mob", som betyr en stor og anonym

*En ulempe med dette individperspektivet kan være at plager og mobbeoffer blir framstilt i et sosialt vakuum.*

ruppe mennesker. En anerkjent definisjon på mobbing som ofte benyttes er Olweus sin definisjon: "En person er mobbet eller plaget når han eller hun gjentatte ganger og over en viss tid, blir utsatt for negative handlinger fra en eller flere andre personer" (Olweus 1992: 17).

Mobbing kan forklares ut fra ulike perspektiver. Det vanligste perspektivet er ut fra individualpsykologisk perspektiv med vekt på ulike personlige egenskaper. Mobbingen avgrenses til handlinger som skjer mellom individer. En annen måte å betrakte mobbing på er ut fra et sosiokulturelt perspektiv. I dette perspektivet er fokus flyttet fra den enkelte elev til helheten og skolen som miljø for læring og utvikling der barn utvikler relasjoner til hverandre i skolemiljøet (Skolverket 2011).

## Ulike typer av mobbing

Det finnes ulike typer mobbing, både direkte og indirekte. Direkte mobbing handler om åpne angrep på offeret, som for eksempel slag og spark. Indirekte mobbing kan være utestengning, baksnakking, rykter, ekskludering og lignende (Pelligrini m. fl. 1999, Woods og White 2005). Den som blir utestengt får ikke leke med de andre og har problemer med å få venner i klassen (Salmivalli og Isaacs 2005, Warden og Mackinnon 2003). Denne type mobbing er ofte et oversett problem. Det samme gjelder digital mobbing, som kan foregå på internett, SMS-meldinger og lignende (Mishna m. fl. 2009). Digital mobbing oppdages sjelden av lærere eller foreldre om ikke barnet forteller om det selv.

Smokowski og Kopasz (2005) har lagd en oversiktsartikkel der de beskriver ulike

kjennetegn på mobber, mobbeoffer og de som både mobber og er offer i et individperspektiv. De fant at mobbere er ofte mer aggressive og de liker å dominere andre barn (Carney og Merrell 2001). De er ofte mer temperamentsfulle, impulsive og har lav toleranse for frustrasjon, i tillegg har de en positiv holdning til vold. De fleste mobbeoffer kjennetegnes ved at de er passive og har få venner (Olweus 1993). Kjennetegn på de som både mobber og er offer er at de kan være provoserende og hyperaktive (Carney og Merrell 2001).

En ulempe med dette individperspektivet kan være at plager og mobbeoffer blir framstilt i et sosialt vakuum. Mobbing er en aggressiv handling som kan betraktes som et gruppefenomen der de som ser på kan bidra til å opprettholde og forsterke mobbingen (Karna m. fl. 2010). Når en betrakter mobbing ut fra et gruppeperspektiv, kan mobberen fungere som en aggressiv modell som kan oppfattes som tøff, uredd og sterk av de som ser på. De barna som ser på mobbingen kan få svekket sine hemninger når de ser at en person blir "belønnet" for aggressiv oppførsel. Mobberen blir i dette tilfellet "belønnet" gjennom sin seier over mobbeofferet (Roland 2007). Dette er særlig farlig dersom det ikke får konsekvenser for mobberen ved at voksne griper inn. En annen faktor som kan virke inn på gruppemekanismen, er en redusert følelse av individuelt ansvar og empati. Dette er beskrevet i sosialpsykologien som viser til at personer kan føle mindre ansvar for en negativ aktivitet som mobbing når flere deltar (Bandura 1997). Det kan føre til en pulverisering av ansvaret og bidrar ofte til mindre skyldfølelse i etterkant (Olweus 1992). Mobbing kan også betraktes ut fra et miljøperspektiv. Den kan sees på som et sosiokulturelt fenomen, en systemisk

gruppeprosess som involverer mobber, mobbeoffer, jevnaldrende, voksne, foreldre, lærere, skole- og hjemmemiljø (Vreeman og Carroll 2007).

## Konsekvenser av mobbing

Mobbing er et alvorlig problem som kan få konsekvenser for barns helse på kort og lang sikt. Kortsiktige konsekvenser kan være at elever som mobbes gruer seg til å gå på skolen (Arseneault m. fl. 2006). De kan ha fysiske plager som hodepine, kvalme, magesmerter og søvnproblemer. Psykiske plager kan være at de blir redde, triste og ulykkelige. Sosiale plager kan være at ingen vil leke med dem og de kan oppleve utestegning og baksnakking (Natvig m. fl. 2001, Ryan og Smith 2009, Vreeman og Carroll 2007). De langsiktige konsekvensene er kanskje de mest dramatiske. Fosse (2006) har studert psykisk helse hos voksne psykiatriske pasienter og fant i en studie på samforekomst at nærmere 50 % av dem rapporterte at de var blitt mobbet som barn. I tillegg hadde de lav selvfølelse og opplevde liten kontroll over tilværelsen (Fosse 2006). Skolebarn som mobbes opplever å bli ekskludert og ønsker hjelp til å bli inkludert i skolen (Kvarme m. fl. 2010, Utdanningsdirektoratet 2012). Mobbing har også alvorlige konsekvenser for den som mobber. Forskning på samforekomst av personlighetstrekk viser at mobberen har fire ganger høyere risiko for å bli kriminell (Olweus og Limber 2009).

## Utsatte skolebarn og anti-mobbeprogram

Barn som mobbes er mer engstelige og har lavere selvfølelse enn de som ikke mobbes (Vreeman og Carroll 2007). I ca. 80–90 prosent av tilfellene er det typiske mobbeofferet usikker, forsiktig og følsom (Olweus 2009). Når de mobbes reagerer de ofte med gråt eller tilbaketrekning. De kan ha negativ selvvurdering, kjenne seg dumme, mislykkede og skamfulle. Ofte viser de internaliserte symptomer, som sosial tilbaketrekning (Johansen 2007), og er mer sårbare for depresjon og selvmordstanker (Ryan og Smith 2009). Det finnes også en annen type mobbeoffer: Omtrent 10–20 prosent av disse kan karakteriseres som provoserende mobbeoffer (Olweus 2009). De kan være ukonsentrerte, urolige og kan ha et oppfarende temperament som gjør at de lett kommer i konfliktsituasjoner. En del av dem er hyperaktive, og de kan være i en kombinert rolle både som mobber og offer (Olweus 2009).

Smokowski og Kopasz (2005) fant at mobbere ofte kommer fra familier som har problemer. Foreldre til mobbere har en tendens til å bruke fysisk straff (Roberts 2000) og oppdragerdisiplinen i disse familiene kan være inkonsekvente (Carney og Merrell 2001). Disse barna lærer at aggresjon kan brukes og de imiterer den aggressive atferden de ser hjemme for å nå målene sine (Roberts 2000). Familiebakgrunnen til mobbeoffer kan være at de kommer fra familier som har en tendens til å overbeskytte deres engstelig barn (Olweus 1993). Barn som både mobber og er ofre kommer vanligvis fra familier med problemer der foreldrene beskrives som både overbeskyttende og avisende (Bowers m. fl. 1994). Barn med familier fra lavere sosioøkon-

misk bakgrunn har større risiko for å være involvert i mobbing (Jansen m. fl. 2012).

Flere anti-mobbeprogram i norsk skole tar sikte på å utvikle sosial kompetanse og å forebygge eller redusere problematferd. Program som fremmer sosial kompetanse hemmer ikke automatisk problematferd. Derfor er det nødvendig både å fremme sosial kompetanse og samtidig arbeide systematisk med andre strategier for å håndtere problematferd som mobbing (Haugland og Misvær 2009). En fellesnevner for flere dokumenterte programmer er at de bygger på kjente prinsipper for atferdsendring (holdninger, normer, kunnskaper), forsterkning av atferd gjennom det sosiale miljøet og tilrettelegging gjennom organisatoriske og strukturelle faktorer (Nordahl m. fl. 2006). Programmer som baserer seg på noen grunnleggende prinsipper der voksne viser varme og engasjement overfor elevene i skole, og som griper inn overfor uakseptabel atferd, er virksomme. Viktige suksessfaktorer ved implementering av tiltak er at det gjennomføres på hele skolen og at det avsettes tid og ressurser til gjennomføringen. I tillegg bør integrerte tiltak være en del av skolens virksomhetsplan for å sikre systematisk og langvarig oppfølging (Haugland og Misvær 2009). En generell utfordring ved en del av vurderingene av programmene er at de er gjennomført av de som også har utviklet dem. Slike vurderinger er dermed ikke fullt ut uavhengige (Haugland og Misvær 2009). Dette viser at det er behov for uavhengig forskning med systematiske oversikter over forskning med god kvalitet som bidrar til kunnskap om hvilke tiltak som gir best effekt for å forebygge og redusere mobbing. På bakgrunn av dette vil denne problemstillingen bli belyst: Bedrer anti-mobbetiltak situasjonen for skolebarn?

## Metode

Denne artikkelen er basert på tre systematiske oversiktsartikler som omhandler effekten av anti-mobbeprogram benyttet i skoler fra ulike deler av verden. Systematiske oversiktsartikler ble valgt fordi de oppsummerer studier, klargjør kunnskapsstatus og viser vei til ny forskning. En systematisk oversikt kan bidra til å avsløre om hvilke tiltak som er effektive eller ikke. Empiriske enkeltundersøkelser kan være usikre. Denne usikkerheten gjør det vanskelig å trekke slutninger på grunnlag av resultater fra enkeltundersøkelser. Et alternativ er å konkludere ut fra flere enkeltundersøkelser med lik problemstilling så man får en metaanalyse (Lund 2002). I en metaanalyse betraktes ulike relevante studier systematisk. Resultater fra den enkelte studie blir abstrahert, kvantifisert, kodet og satt sammen i en database. Fordelen med denne metoden er at man kan sammenligne effekter av mange tiltak på en gang (Sørli 2000) og at vi får all forskningsbasert kunnskap på et avgrenset område på en systematisk måte.

## Presentasjon av oversiktsartiklene

To av de utvalgte artiklene var fra Campbell Collaboration, en metaanalyse av data fra flere undersøkelser av tiltak mot mobbing (Farrington og Ttofi 2009) og en som omhandlet nettmobbing (Mishna m. fl. 2009). I tillegg inkluderes en oversiktsartikkel (Vreeman og Carroll 2007) som ble henvist til i Farrington og Ttofi (2009). Campbell Collaboration er et internasjonalt forskningsnettverk med base i Norge.

Nettverket samarbeider med forskere og lager systematiske oversikter om effekten av tiltak innen sosial-, justis- og utdanningssektoren (forskning.no). I Campbell Collaboration har forfatterne analysert flere anti-mobbeprogrammer, og sett på hvilke elementer i de forskjellige programmene som hadde sammenheng med forekomsten (reduksjon, øking, ingen endring) av mobbing og av mobbeofre. Den valgte oversiktsartikkelen (Farrington og Ttofi 2009) er en stor og omfattende artikkel som blir anbefalt av Kunnskapsdepartementet ([www.regjeringen.no](http://www.regjeringen.no)) og i rapporten fra Folkehelseinstituttet (Major m. fl. 2011). Rapporten fra Folkehelseinstituttet gir en oversikt over helsefremmende og forebyggende tiltak innenfor skolen.

I oversiktsartikkelen til Farrington og Ttofi (2009) ble det søkt etter internasjonale studier med program som vil redusere mobbing i tidsperioden fra 1983 til 2009 i 18 databaser. Inklusjonskriteriene for søket var studier som evaluerte effekten av anti-mobbeprogram der det var benyttet design med en eksperimentgruppe som fikk intervensjon og en kontrollgruppe som ikke fikk det. Deltagerne i de enkelte studiene hadde samme alder i eksperiment og kontrollgruppen. Studiene skulle rapportere en evaluering av resultater både overfor mobbeoffer og selve mobbingen. Dette ble målt med selvrapporterte spørreskjemaer og observasjoner.

I artikkelen til Vreeman og Carroll (2007) var målet å lage en systematisk oversikt over evaluerte skolebaserte intervensjoner som kan redusere mobbing. Datasøk ble foretatt i åtte databaser etter internasjonale forskningsartikler fra 1966 til 2004. Inklusjonskriteriene var eksperimentelle studier der det var en eksperimentgruppe som fikk intervensjon og en

kontrollgruppe som ikke fikk det. Studiene skulle være skolebaserte og ha som mål å redusere eller forebygge mobbing.

Den tredje oversiktsartikkelen omhandler nettmobbing (Mishna m. fl. 2009). Hensikten med denne artikkelen var å utforske effekten av intervensjoner rettet mot internettmobbing. Det ble søkt i 15 databaser. Inklusjonskriteriene var eksperimentelle og kvasi-eksperimentelle design med intervensjonsstrategier rettet mot skolebarn og deres foreldre.

Studier fra de tre utvalgte oversiktsartiklene som viste effekt på mobbing eller overfor mobbeofferet og som har benyttet eksperimentelle design er inkludert i denne artikkelen. Både randomiserte og ikke-randomiserte design med eksperiment- og kontrollgruppe er valgt ut. Hensikten med å benytte randomiserte kontrollerte forsøk (RCT) er at i denne metoden er den eneste systematiske forskjellen for deltagerne i studien selve intervensjonen. Deltagerne i RCT studier trekkes tilfeldig til enten eksperiment- eller kontrollgruppene (Lund 2002). Ett unntak på dette er oversiktsartikkelen om nettmobbing der det bare var vist til tre studier som ikke hadde signifikant effekt (Mishna m. fl. 2009). Studiene er utført i grunnskolen i ulike deler av verden. I tabellene markeres det med \*dersom det er signifikant endring mellom gruppene i tabellene. Det oppgis effektstørrelse i tabellene. Effektstørrelsen er regnet ut etter standard gjennomsnittsmålinger. Den representerer forskjellen mellom pre- og posttest for hvert utfallsmål og for eksperiment og kontrollgruppe (Mishna m. fl. 2009).

## Oversikt over forskning på anti-mobbetiltak på ulike tiltaksnivåer

Funnene fra de valgte oversiktsartiklene blir presentert ut fra anti-mobbetiltak på individ, miljø og både individ og miljø.

Tabell 1 Forskning på individtiltak

Forfatter	Metode	Deltagere	Tiltak	Resultat mobbing	Resultat offer
De Rosier 2004	RCT Eksperiment	415 elever Barneskole 3. kl, USA	Sosiale ferdigheter, grupper, rollespill	-0,82	0,24
Bagley og Pritchard 1998	Pre-post Kontroll gruppe	670 elever Barne- ungd.skole UK	Veiledning til utsatte barn	Bedring i mobbing i barneskolen* - ikke ungd.skolen	
King m. fl. 2002	Cohort Studie	311 elever 4. klasse USA	Veiledning om relasjonelle forhold og selvbilde	Bedring i mobbing*	
Evers 2007	Pre-post Kontroll gruppe	1237 elever Ungd.skole USA	Individuell Data-intervensjon	2,72 effekt*	3.06 effekt*

\*P-verdi < 0.05

Tabell 1 viser oversikt over forskning på individtiltak. I denne tabellen er det to av de utvalgte artiklene som ikke har oppgitt effektstørrelse, og den ene hadde bare signifikant bedring i mobbing på barneskolen. Evers m. fl. (2007) var eneste artikkelen på individnivå som hadde signifikant bedring i forhold til mobbing og mobbeoffer.

Tabell 2 Forskning på miljøtiltak

Forfatter	Metode	Deltagere	Tiltak	Resultat mobbing	Resultat offer
Fekkes m. fl. 2006	RCT Eksperiment	3816 elever 9-12 år Nederland	Olweus Opplæring Regler	0,53 effekt	1,61 effekt
Hunt 2007	RCT Eksperiment	444 elever Australia	Info klasse, Lærere og foreldre	1,66 effekt	0,71 effekt
Rosenbluth m. fl. 2004	RCT Eksperiment	1763 elever 6. klasse USA	Olweus Opplæring Lærer, adm Foreldre	-0,03 effekt	-2,14 effekt*

\*P-verdi &lt; 0.05

Tabell 2 viser en oversikt over forskning på miljøtiltak. Det var ingen signifikant effekt mellom eksperiment og kontrollgruppe i noen av de utvalgte studiene på dette tiltaksnivået. En studie rapporterte negativ signifikant effekt overfor både mobbing og mobbeoffer (Rosenbluth m. fl. 2004).

Tabell 3 Forskning på individ- og miljøtiltak

Forfatter	Metode	Deltagere	Tiltak	Resultat mobbing	Resultat offer
Fonagy m. fl. 2009	RCT Eksperiment	1345 elever i 3-5 klasse USA	Individ, Gruppe, klasse/ skole	2,41 effekt*	2,07 effekt*
Karna m. fl. 2010	RCT Eksperiment	78 skoler Finland	Individ, Gruppe Lærere, foreldre	1,58 effekt	4,49 effekt*
Cross m. fl. 2004	RCT Eksperiment	2068 elever 9-10 år Australia	Sos. Kogn. Teori Rollespill Grupper	-1,28 effekt	0,42 effekt
Jenson og Dieterich 2007	RCT Eksperiment	1126 elever 4-5 klasse USA	Opplæring, Lærer Individ Klasse	0,44 effekt	1,31 effekt
Frey m. fl. 2005	RCT Eksperiment	544 lærere Adm. USA	Opplæring Gruppe Klasse	0,31 effekt	0,44 effekt

\*P-verdi &lt; 0.05



Tabell 4 Forskning på individ- og miljøtiltak

Forfatter	Metode	Deltagere	Tiltak	Resultat mobbing	Resultat offer
Olweus 1997	Kvasi-eksperiment	2400 elever Norge	Læreplan Læretrening regler	1,90 effekt*	2,23 effekt*
Twernlow m. fl. 2005	Pre-post Kontroll gruppe	110 elever Barneskolen USA	Læreplan Null toleranse	Bedring i mobbing*	
Pepler m. fl. 2004	Pre-post Kontroll gruppe	325 elever 5-11 år Canada	Opplæring Lærer inspeksjon	3,12 effekt*	2,23 effekt*
Galloway og Roland 2004	Kvasi-eksperiment	700 elever Barneskole Norge	Opplæring lærere	1,27 effekt	3,26 effekt*
Raskauskas 2007	Kvasi-eksperiment	49 skoler New Zealand	Tverrfaglig Læreplan relasjonell	2,11 effekt*	3,54 effekt*

\*P-verdi &lt; 0.05

Tabell 5 Forskning på individ- og miljøtiltak

Forfatter	Metode	Deltagere	Tiltak	Resultat mobbing	Resultat offer
Salmivalli og Isaacs 2005	RCT Alder-kohort	1220 elever Finland	Intervensjon Lærer, Klasse, skole	2,56 effekt*	2,47 effekt*
Andreou m. fl. 2007	Pre-post Kontroll	454 elever 4-6 klasse Hellas	Klasse, grupper, refleksjon	2,87 effekt*	1,99 effekt*
Melton m. fl. 1998	Pre-post Kontroll	6389 elever 4-8 klasse USA	Skole, Klasse, Individ, kommune	4,10 effekt*	0,70 effekt*
Menard m. fl. 2008	Pre-post Kontroll	3497 elever 3-5 klasse USA	Klasse skole	5,98 effekt*	2,48 effekt*
Ortega m. fl. 2004	Kvasi-eksperiment	1140 elever Barne- ung.skole Spania	Miljø, Gruppe individ	1,45 effekt	2,40 effekt*

\*P-verdi &lt; 0.05

I tabellene 3, 4 og 5 som viser forskning på både individ- og miljøtiltak, finner vi mest signifikante effekter i forhold til både mobbing og mobbeoffer. I tabell 3 presenteres bare de randomiserte kontrollerte studiene. De to første studiene viste positiv signifikant effekt, den ene (Fonagy m. fl. 2009), både overfor mobbing og offer, og den andre hadde størst effekt overfor mobbeofferet (Karna m. fl. 2010). Disse studiene omtales mer senere i artikkelen. I tabell 4 presenteres studier med kvasi-eksperimentelle- og pre-post design. Alle studiene viste signifikante effekter og de to nederste hadde størst effektstørrelse i forhold til mobbeoffer. I tabell 5 vises det til studier med ulike eksperimentelle design. Her presenteres to studier med den største signifikante effektstørrelsen på mobbing (Melton m. fl. 1998, Menard m. fl. 2008). Disse studiene er ikke randomiserte, men de har til gjengjeld eksperiment- og kontrollgruppe og et stort antall deltagere.

**Tabell 6 Forskning på nett mobbing**

Forfatter	Metode	Deltagere	Tiltak	Resultat mobbing	Resultat offer
Chibnall m. fl. 2006	Eksperiment- og kontroll gruppe	2029 elever 5-8 kl USA	Skole- opplæring i læreplan	Mer kunnskap om media effekt 0,46	
Crombie og Trinneer 2003	Eksperiment- og kontroll gruppe	331 elever 6-7 klasse Canada	Skole- opplæring i læreplan	Mest effekt ift å skjule identitet Effekt 0,35	
Salvatore 2006	Eksperiment- og kontroll gruppe	276 elever 5-6 kl USA	Skole opplæring i antimobbe strategi på nett	Mest effekt ift sosiale ferdigheter Effekt 0,58	Ingen effekt størrelse viste signifikante endringer mellom eksperiment- og kontroll gruppe

I tabell 6 vises en oversikt over tiltak mot nettmobbing. Det var bare tre studier fra oversiktsartikkelen som ble inkludert i denne studien. Ingen av dem hadde signifikante effektstørrelser. Den som hadde best virkning var Salvatore (2006), som viste bedring på et tiltak om utvikling av sosiale ferdigheter.

## Tiltak som viste effekt mot mobbing og overfor mobbeoffer

Det finnes mange anti-mobbeprogram rettet mot skolemobbing, men dessverre er

det få program som har blitt evaluert ifølge Farrington og Ttofi (2009). De tiltak som har vist mest effekt overfor mobbing og den som er utsatt for mobbing er skolebaserte tiltak i samarbeid med hjem, skole og andre samarbeidspartnere. Imidlertid viste ikke deltagelse i skolebaserte anti-mobbe-

strategier signifikant endring ved nettmobbing (Mishna m. fl. 2009). Det anbefales ikke program der mobber og offer skal mekle. Tilsyn av lærer i friminuttet er ett av de mest effektive tiltakene mot mobbing. Oppsummering fra forskningen viste at mobbingen ble redusert i gjennomsnitt med 20–23 prosent og 17–20 prosent reduksjon i å bli utsatt for mobbing (Farrington og Ttofi 2009).

## Sammenligning av studiene

Oversikten over antimobbetiltakene som er presentert i tabellene, viste at seks tiltak var rettet mot individet, tre tiltak mot miljø og 15 tiltak var rettet mot både individ og miljø, mens bare tre tiltak var rettet mot nett-mobbing.

Det er forsket mest på tiltak rettet mot både individ og miljø, og disse tiltakene viste best effekt på mobbing. Den studien som rapporterte størst effekt i forhold til mobbing var Menard m. fl. (2008). Studien bestod av et skolebasert tiltak (Bully-proofing your school). Denne studien var basert på tre komponenter for å forebygge mobbing. Den første komponenten var å sette mobbing på dagsorden med regler i klasserommet, som også inneholdt nulltoleranse mot mobbing og spørreskjemaer for å måle forekomsten av mobbing og utvikling av klasseregler med null toleranse mot mobbing. Den andre komponenten bestod av å lære elevene beskyttelsesferdigheter til å stå imot mobbing og å hjelpe potensielle mobbeoffer gjennom sosial ferdighetstrening. I tillegg til å utvikle et positivt skolemiljø der elevene støtter og er positive til hverandre. Den tredje komponenten bestod av undervisning i klassen der elevene ble

utfordret til å reflektere over egen atferd. Foreldrene ble også involvert gjennom nyhetsbrev og konsultasjoner og individuelle samtaler med de som er involvert i mobbing. Dette tiltaket ble prøvd ut over en treårsperiode i USA (Menard m. fl. 2008).

Den studien som rapporterte største effekt i forhold mobbeoffer, var en studie fra Finland (Karna m. fl. 2010). Studien bestod av et skolebasert program som inneholdt tiltak rettet mot elever, foreldre og lærere som varte i flere år. Dette tiltaket omtales mer senere i artikkelen.

## Oppsummerende drøfting av studiene på ulike tiltaksnivå

På individnivået var det to program som hadde signifikant effekt mot mobbing (Bagley og Pritchard 1998, Evers m. fl. 2007) og ett program hadde signifikant effekt i forhold til mobbeoffer (Evers m. fl. 2007). Det var ingen tiltak som hadde positiv effekt mot mobbing eller mobbeoffer på miljønivået. Tiltak rettet både mot individ og miljø viste at ni program hadde signifikant positiv effekt mot mobbing og 12 program hadde signifikant positiv effekt overfor mobbeoffer.

Resultatene fra disse oversiktsartiklene viste at intensive skolebaserte anti-mobbetiltak som går over tid er mest effektive. De mest vellykkede tiltakene er teoribasert og inkluderer tiltak på både individ og miljønivå.

### Tiltak med mest effekt overfor mobbing og mobbeoffer

Fonagy m. fl. (2009) sammenligner to intervensjoner som hadde effekt overfor både mobber og mobbeoffer. Den første intervensjonen var "School Psychiatric Consul-

tation". Denne intervensjonen har fokus på barn med mentale helseproblemer og inkluderte fire timers konsultasjoner som foregikk ukentlig over to år av en barnepsykiater. Det var en skolebasert intervensjon basert på individuelle konsultasjoner. Den andre intervensjonen het CAPSLE (Creating a peaceful school learning environment). Dette tiltaket er basert på en psykodynamisk tilnærming som en skolebasert intervensjon. Målet er å påvirke skolemiljøet gjennom undervisning med vektlegging av disiplin der det benyttes en manual. Innholdet i dette tiltaket var blant annet at lærerne underviser i selvforsvarstrening, i tillegg til at de har månedlige møter og konsultasjoner. Foreldrene blir involvert i de tilfellene som barnet har vært involvert i mobbing. Programmet strekker seg over tre år.

Det tiltaket som viste mest effekt overfor mobbeofferet var studien til Karna m. fl. (2010). Dette tiltaket inneholdt både universelle og individuelle tiltak. Tiltakene er knyttet til å influere gruppenormer, individuelle og gruppesamtaler mellom lærer og de involverte elever. Programmet inneholder et stort og variert konsept med klasseregler, læreplaner og foreldreguide. Programmet består av undervisning og gruppediskusjon for å styrke elevenes holdninger mot mobbing. Lærerne får undervisning i programmet og de arbeider i tverrfaglig team. Foreldrene får informasjon om mobbing med råd om hva de kan gjøre for å redusere mobbing dersom deres barn er involvert i mobbing. Det inneholder blant annet internettpill mot mobbing, spørreskjema, film og rollespill. Et viktig prinsipp er at lærer skal være synlig i skolegården. I tillegg har de støttegrupper for mobbeofre. Dette programmet viste at disiplinære tiltak ga mest effekt for yngre,

mens å forsterke positiv atferd ga mest effekt overfor eldre elever (Karna m. fl. 2010).

Funn fra de tre valgte oversiktsartiklene hadde flere sammenfallende funn som den norske (Nordahl m. fl. 2006) og svenske studien (Skolverket 2011) når det gjaldt aktiv deltagelse av elevene og at programmene bør være bygd på forskningsbasert kunnskap. I tillegg var de evaluert og implementert over tid og de angikk alle ansatte ved skolen.

### **Implikasjoner for skolen og skolehelsetjenesten**

Barn som mobbes har ofte problemer med å få venner og kan være mer utsatt for å bli mobbet enn de som ikke mobbes (Fox og Boulton 2005, Vatn m. fl. 2007, Johansen 2007). Å ha en venn kan være en viktig beskyttelsesfaktor mot mobbing (Yang m. fl. 2006), ved å hjelpe mobbeofferet til å komme ut av offerrollen. Dette kan gjøres på flere måter, som å styrke det sosiale nettverket, sosial ferdighetstrening og bidra til at de får mer tro på seg selv. Forskning viser at sosial ferdighetstrening ga best effekt overfor yngre elever i barneskolen (Vreemann og Carroll 2007). Samtidig er det viktig med universelle tiltak som virker på hele skolemiljøet, som bedre tilsyn på lekeplasser, foreldremøter og involvering av samarbeidspartnere som for eksempel PPT og skolehelsetjenesten.

Skolehelsetjenesten representerer en viktig samarbeidspartner for hjem og skole. I tillegg representerer den et lavterskeltilbud som skal være lett tilgjengelig for alle elever. Formålet med tjenesten er å fremme fysisk og psykisk helse og gode sosiale og miljømessige forhold, samt å forebygge sykdommer og skader

(Helsedirektoratet 2005). Derfor er det viktig at skolehelsetjenesten arbeider med aktuelle problemstillinger som mobbing og blir inkludert i skolens planer mot mobbing. Karna m. fl. (2010) fant at støttegrupper var et effektivt tiltak for mobbeofre. Et godt tverrfaglig samarbeid med både hjem, skole og andre samarbeidspartnere er viktig slik at mobbing kan forebygges og bekjempes. Anti-mobbeprogram bør vektlegge tiltak som rettes mot både individ- og miljønivå med dokumentert effekt. Programmene bør involvere både barn, foreldre, samarbeidspartnere og lærere og i tillegg bør de må være intensive og vare lenge for å ha effekt (Farrington og Ttofi 2009).

### Styrker og svakheter

Det er flere hensyn som må tas når en skal tolke ulik forskning på mobbing. Det kan være vanskelig å måle effekt, da det er mer enn programmet som kan gi effekt. Skolens ulike forutsetninger styrer også hvor godt et program kan virke. For eksempel er et tillitsfullt forhold mellom elev og lærer viktig for at skolen skal lykkes i å motvirke mobbing. I tillegg kan tiltaket ha ulik effekt om mobbingen er fysisk eller sosial (Skolverket 2011).

En styrke i denne artikkelen er at det presenteres funn fra et anerkjent internasjonalt forskernettverk (Campbell Collaboration) med en gjennomgang av systematiske oversikter over uavhengig forskning. Oversiktsartiklene gir en grundig gjennomgang av aktuell forskning på anti-mobbetiltak som er publisert fram til 2009. Studiene det vises til har høy kvalitet og det er brukt anerkjente statistiske metoder. En annen styrke er at studiene sammenlignes ut fra ulike nivå på tiltakene. Samtidig kan en del av studiene være

vanskelig å sammenligne da de er forskjellige og har ulike tiltak og implementering. Det kan være problematisk å sammenligne ulike studier blant annet fordi mobbing kan defineres ulikt i forskjellige land. Hvem som har vært informanter til de ulike studiene vil også påvirke resultatene når studiene skal sammenlignes. I tillegg kan det være at det har vært noe utskifting av elever i den tiden som studien har vært gjennomført, dette vil kunne bidra til å gi utslag på effekten av tiltaket. En svakhet kan være at ved å benytte oversiktsartikler brukes sekundærlitteratur. Ulempen med dette er at funnene er bearbeidet og presentert av andre enn den opprinnelige forfatteren. En annen svakhet kan være at ikke alle studiene som presenteres fra oversiktsartiklene har brukt RCT. Ulempen med eksperimentelle design uten randomisering er at det kan være forskjell mellom deltagerne i eksperimentgruppen og kontrollgruppen. Imidlertid er det en styrke å sammenligne intervensjoner mot en kontrollgruppe der deltagerne har samme alder og er i den samme konteksten. En annen svakhet er at i presentasjon om nettmobbing er det bare vist til tre studier som ikke hadde signifikant effekt (Mishna m. fl. 2009).

### Videre forskning

Det er behov for mer forskning på teoribaserte anti-mobbetiltak. Det trengs også mer forskning for å forstå nettmobbing og å utforske sammenhengen mellom nettmobbing og det å skape trygghet på nett. I tillegg bør vi få mer kunnskap om risikofylt atferd ved nettbruk. Det er også behov for mer tverrfaglig forskning med vekt på samarbeid hjem, skole og skolehelsetjenesten.

I framtidige evalueringer bør det også legges vekt på å måle implementering av selve tiltaket. Implementering fordrer både langsiktig og systematisk tilnærming.

## Konklusjon

Gjennomgang av disse oversiktsartiklene viste at anti-mobbetiltak kan bedre situa-

sjonen for skolebarn. Skolebaserte tiltak rettet mot hele skolemiljøet og individet der lærere og elever sammen med andre samarbeidspartnere deltar, viste best effekt. I tillegg bør anti-mobbetiltakene være intensive og gå over flere år. Det finnes lite kunnskap om virksomme tiltak mot nettmobbing. Det er behov for mer forskning på nettmobbing ved bruk av randomiserte kontrollerte forsøk for å måle effekten av tiltakene.

## Litteratur

- Andreou, E., Didaskalou, E., og Vlachou, A. 2007. Evaluating the effectiveness of a curriculum-based anti-bullying intervention program in Greek primary schools. *Educational Psychology* 27: 693–711.
- Arseneault, L., Walsh, E., Trzesniewski, K., Newcombe, R., Caspi og A., Moffitt, TE. 2006. Bullying victimization uniquely contributes to adjustment. Problems in young children: a nationally representative cohort study. *Pediatrics* 118(1): 130–138.
- Bagley, C. og Pritchard, C. 1998. The reduction of problem behaviours and school exclusion in at-risk youth: an experimental study of school social work with cost-benefit analyses. *Child Family Social Work* 3: 219–226.
- Bandura, A. 1997. *Self-efficacy The Exercise of Control*. W.H. Freeman and Company, New York.
- Bowers, L., Smith, P. K og Binney, V. 1994. Perceived family relationships of bullies, victims and bully/victims in middle childhood. *Journal of Social and Personal Relationships* 11: 215–232.
- Carney, A.G. og Merrell, K.W. 2001. Bullying in schools. Perspective on understanding and preventing an international problem. *School Psychology International* 22: 364–382.
- Chibnall, S., Wallace, M., Leicht, C., og Lunghofer, L. 2006. I-safe evaluation. Final Report. Caliber Association, Fairfax. Retrieved December 8, 2008 from: <http://www.ncjrs.gov/pdffiles1/nij/grants/213715.pdf>
- Crombie, G., og Trinneer, A. 2003. *Children and Internet Safety: An Evaluation of the Missing Program. A Report to the Research and Evaluation Section of the National Crime Prevention Centre of Justice Canada*. Ottawa: University of Ottawa.
- Cross, D., Hall, M., Hamilton, G., Pintabona, Y., og Erceg, E. 2004. Australia: The Friendly Schools project. I: P.K. Smith, D. Pepler, K. Rigby, red. *Bullying in Schools: How Successful Can Interventions be?*: 187–210. Cambridge: Cambridge University Press.
- DeRosier, M.E. 2004. Building relationships and combating bullying: Effectiveness of a school-based social skills group intervention. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology* 33: 196–201.
- Evers, K.E., Prochaska, J.O., Van Marter, D.F., Johnson, J.L., og Prochaska, J.M. 2007. Transtheoretical-based bullying prevention effectiveness trials in middle schools and high schools. *Educational Research* 49: 397–414.

- Farrington, D. og Ttofi M. 2009. School-based programs to reduce bullying and victimization. *Campbell Systematic Reviews* 6. Campbell collaboration, USA.
- Fekkes, M., Pijpers, F.I.M., og Verloove-Vanhorick, S.P. 2006. Effects of antibullying school program on bullying and health complaints. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine* 160: 638–644.
- Flaspohler, P. Elfstrom, J. L, Vanderzee, K. L, Sink, H. E, og Birchmeier, Z. 2009. Stand by me: The effects of peer and teacher support in mitigating the impact of bullying on quality of life. *Psychology in the Schools* 46(7): 636–649.
- Fonagy, P., Twemlow, S.W., Vernberg, E.M., Nelson, J.M., Dill, E.J., Little, T.D. og Sargent, J.A. 2009. A cluster randomized controlled trial of child-focused psychiatric consultation and a school systems-focused intervention to reduce aggression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 50(5): 607–616.
- Fosse, G. K. 2006. *Mental Health of Psychiatric Outpatients Bullied in Childhood*. Doktoravhandling NTNU: 203. Trondheim.
- Fox, C. og Boulton, M. 2005. The social skills problems of victims of bullying: self, peer and teacher perceptions. *British Journal of Education Psychology* 75: 313–28.
- Frey, K.S., Edstrom, L.V.S. og Hirschstein, M. K. 2005. The steps to respect program uses a multi-level approach to reduce playground bullying and destructive playground behaviours. I: D.L. White, M.K. Faber, og B.C. Glenn, red. *Proceedings of Persistently Safe Schools*: 47–55. Washington, DC: Hamilton Fish Institute, George Washington University.
- Galloway, D. og Roland, E. 2004. Is the direct approach to reducing bullying always the best? I: P.K. Smith, D. Pepler og K. Rigby, red. *Bullying in schools: How successful can interventions be?*: 37–53. Cambridge: Cambridge University Press.
- Haugland, S. og Misvær, N. 2009. *Håndbok for skolehelsetjenesten*. Kommuneforlaget.
- Heinemann, P. P. 1973. *Mobbing: Gruppevold blant barn og voksne*. Gyldendal, Oslo.
- Helsedirektoratet 2005. *Veileder til forskrift om kommunenes helsefremmende og forebyggende arbeid i helsestasjons- og skolehelsetjenesten*.
- Hunt, C. 2007. The effect of an education program on attitudes and beliefs about bullying and bullying behaviour in junior secondary school students. *Child and Adolescent Mental Health* 12(1): 21–26.
- Jansen P. W., Verlinden, M., Dommissie-van Berkel, A., Mieloo, C., van der Ende, J., Veenstra, R., Verhulst, F.C., Jansen, W., Tiemeier, H. 2012. Prevalence of bullying and victimization among children in early elementary school: Do family and school neighbourhood socioeconomic status matter? *BMC Public Health*.
- Jenson, J.M. og Dieterich, W.A. 2007. Effects of a skills-based prevention program on bullying and bully victimization among elementary school children. *Prevention Science* 8: 285–296.
- Johansen, K. B. 2007. *Atferdsproblemer og negativ psykologisk tilpasning. En kvantitativ studie av hvordan elever som mobber andre, elever med reaktiv aggresjon, elever med proaktiv aggresjon og elever med innadventt atferd opplever det sosial aspektet ved skolen*. NTNU, Trondheim.
- Karna, A., Voeten, M., Little, T.D., Poskiparta, E., Kaljonen, A. og Salmivalli, C. m. fl. 2010. A large-scale evaluation of the KiVa anti-bullying program. *Child Development* 82: 311–330.
- King, K.A., Vidourek, R.A., Davis, B., McClellan, W. 2002. Increasing self-esteem and school connectedness through a multidimensional mentoring program. *Journal of School Health* 72: 294–299.
- Kvarme, L.G., Helseth, S. Sæteren, B., Natvig, G.K. 2010. School children's experiences of being bullied, and how they envisage their dream day. *Scandinavian Journal of Caring Science* 24(4): 791–798.

- Lund, T., 2002. *Innføring i forskningsmetode*. Uniped forlag. Oslo.
- Major, E., Dalgard, O.S., Mathisen, K.S., Nord E., Ose S., Rognerud M. og Aarø, L.F. 2011. *Folkehelseinstituttet: Bedre før var. Psykisk helse: Helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger*. Folkehelseinstituttet rapport 2011:1.
- Melton, G., Limber, S. og Cunningham, P. 1998. *Violence Among Rural Youth*. Washington, DC: Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention.
- Menard, S., Grotmeter, J., Gianola, D., og O'Neal, M. m. fl. 2008. *Evaluation of Bullying Prevention in Schools. Final Report*. Downloaded from NCJRS: Nedlastet 1. Juli 2011 fra <http://www.ncjrs.gov/pdffiles1/nij/grants/221078.pdf>
- Mishna, F., Cook, C., Saini, M. Wu, M.J. MacFadden, R., 2009. Interventions for children, youth, and parents to prevent and reduce cyber abuse. *Campbell Systematic Reviews 2*. Campbell collaboration, USA.
- Natvig, G. K., Albrektsen, G. og Qvarnstrom, U. 2001. Psychosomatic symptoms among victims of school bullying. *Journal of Health Psychology 6*(4): 365–377.
- Nordahl, T., Gravrok, Ø, Knudsmoen, H., Larsen, T.M.B. og Rørnes, K. 2006. *Forebyggende innsatser i skolen*. Rapport fra forskergrupper oppnevnt av Utdanningsdirektoratet og Sosial- og helsedirektoratet om problematferd, rusforebyggende arbeid, læreren som leder og implementeringsstrategier. Nedlastet 12.09.2012 fra Kunnskapsdepartementet: [http://www.regjeringen.no/nb/dep/kd/dok/rapporter\\_planer/aktuelle-analyser/aktuelle-analyser-om-andre-tema/Effektivt-mot-mobbing1.html?id=592744](http://www.regjeringen.no/nb/dep/kd/dok/rapporter_planer/aktuelle-analyser/aktuelle-analyser-om-andre-tema/Effektivt-mot-mobbing1.html?id=592744)
- Olweus, D. 1992. *Mobbing i skolen. Hva vi vet og hva vi kan gjøre*. Universitetsforlaget, Oslo.
- Olweus, D. 1993. *Bullying at School. What We Know and What We Can Do*. Cambridge, MA. Blackwell.
- Olweus, D. 1997. Bully/victim problems in school: Knowledge base and an effective intervention project. *Irish Journal of Psychology 18*: 170–190.
- Olweus, D. 2009. Om mobbing i skolen. I: Haugland og Misvær. *Håndbok for skolehelse tjenesten*. Kommuneforlaget, Oslo.
- Olweus, D. og Limber, S. 2009. Bullying in school: Evaluation and dissemination of the Olweus bullying prevention program. *American Journal of Orthopsychiatry 80*(1): 124–134.
- O'Moore, M og Kirkham, C. 2001. Self-esteem and its relationship to bullying behavior. *Aggression Behaviour 27*: 269–283.
- Ortega, R., Del-Rey, R., og Mora-Mercan, J. A. 2004. SAVE Model: An antibullying intervention in Spain. I: P.K. Smith, D. Pepler og K. Rigby, red. *Bullying in Schools: How Successful Can Interventions Be?*: 167–186. Cambridge: Cambridge University Press.
- Pellegrini, A. D., Bartini, M., Brooks, F. m. fl. 1999. School bullies, victims, and aggressive victims: factors relating to group affiliation and victimization in early adolescence *Journal of Educational Psychology 91*: 216–24.
- Pepler, D., Smith, P.K. og Rigby, K. 2004. Looking back and looking forward: Implications for making interventions work effectively. I: P.K. Smith, D. Pepler og K. Rigby, red. *Bullying in Schools: How Successful Can Interventions Be?*: 307–324. Cambridge: Cambridge University Press.
- Raskauskas, J. 2007. *Evaluation of the Kia Kaha Anti-Bullying Programme for Students in Years 5–8*. Wellington: New Zealand Police.
- Roberts, W.B. 2000. The bully as victim. *Professional School Counseling 4*: 148–156.
- Roland, E. 2007. *Mobbings psykologi. Hva kan skolen gjøre?* Universitetsforlaget, Oslo.



- Rosenbluth, B., Whitaker, D.J., Sanchez, E. og Valle, L.A. 2004. The expect respect project: Preventing bullying and sexual harassment in US elementary schools. I: Smith, Pepler og Rigby, K., red. *Bullying in Schools: How Successful Can Interventions Be?* New York: Cambridge University Press: 211–233.
- Ryan, W. og Smith, D. 2009. Antibullying programs in schools: How effective are evaluation practices? *Society for Prevention Research* 10(6): 248–259.
- Salmivalli, C og Isaacs, J. 2005. Prospective relations among victimization, rejection, friendlessness, and children's self- and peer-perceptions. *Child Development* 76: 1161–71.
- Salvatore, A. J. 2006. An anti-bullying strategy. Action research in 5/6 intermediate school. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences* 67 (3-A): 891. Connecticut, USA
- Skolverket, Rapport 353, 2011. Utvärdering av metoder mot mobbing. Nedlastet fra 12.09.12 <http://www.udir.no/Upload/Mobbing/skoleverket%20353-2011-om%20mobbing.pdf?epslanguage=no>
- Smokowski, P, R og Kopasz, K, H. 2005. Bullying in school: An overview of types, effects, family characteristics, and intervention strategies. *Children and Schools* 27(2): 101–110.
- Sørli, M.A. 2000. *Alvorlige atferdsproblemer og lovende tiltak i skolen*. Oslo. Praxis forlag.
- Svavarsdottir, E. K. og Orlygsdottir, B. 2006. Health-related quality of life in Icelandic school children. *Scandinavian Journal of Caring Science* 20(2): 209–215.
- Twemlow, S.W., Fonagy, P. og Sacco, F.C. 2005. A developmental approach to mentalizing communities: II. The Peaceful Schools experiment. *Bulletin of the Menninger Clinic* 69(4): 282–304.
- Utdanningsdirektoratet 2012. Elevundersøkelsen – analyse av mobbing, uro og diskriminering. Nedlastet 12.09.12 [www.udir.no/tilstand/forskning/forskningsrapporter/NTNU](http://www.udir.no/tilstand/forskning/forskningsrapporter/NTNU)
- Vatn, A, Bjertness, E. og Lien, L. 2007. Bullying and health complaints in children and adolescents [Norwegian]. *Tidsskrift for Den Norske Legeforening* 127(15): 1941–1944.
- Vreeman, R. og Carroll, A. 2007. A systematic review of school-based interventions to prevent bullying. *Arch Paediatric Adolescent Medicine* 161: 78–88.
- Warden, D. og Mackinnon, S. 2003. Prosocial children, bullies and victims: an investigation of their sociometric status, empathy and social problem-solving strategies. *British Journal of Development Psychology* 21: 367–85.
- Woods S. og White, E. 2005. The association between bullying behaviour, arousal levels and behaviour problems. *Journal of Adolescence* 28: 381–95.
- Yang Su-Jin, Kim JM, Kim SW, Shin IS og Yoon JS. 2006. Bullying and victimization behaviours in boys and girls at South Korean primary schools. *Journal of American Academy Child and Adolescent Psychology* 45: 69–77.

Lisbeth Gravdal Kvarme, Høgskolen i Oslo og Akershus, Fakultetet for helsefag, Institutt for sykepleie, Pilestredet 32, NO-0130 Oslo, Norge  
E-post: Lisbeth.Gravdal-Kvarme@hioa.no