

## Nätmobbing i en digital tid

### Patricia Agatston

Patricia Agatston inleder sin föreläsning med att berätta att hon arbetar på Prevention/Intervention Centre, vilket är en stödorganisation till skolor i USA. Hon är dessutom författare till boken *Cyberbullying – bullying in the digital age*.

Då mobbing är ett kontextuellt fenomen uppmanar hon inledningsvis publiken att inte vara för snabba i sina bedömningar. Det är lätt att missförstå saker man läser eller ser på nätet, vilket gäller såväl forskare som lärare och föräldrar.

**Tonåringar och teknologi.** I USA använder 95% av alla tonåringar internet, majoriteten har mobiltelefon, 87% skickar sms och 80% använder sig av sociala medier. För ungdomar är det inte särskilt viktigt att skilja på online och offline eftersom det är delar av samma verklighet. På frågan ”Hur skulle du känna dig om du inte hade tillgång till din teknologi?” svarar ungdomar: ensam, förvirrad, avskild och orolig. Men detta är inte unikt för ungdomar och det är viktigt att inte patologisera användning av tekniken. Ungdomar är inte beroende av tekniken, utan av sina vänner (vilket är helt normalt).

**Vad är nätmobbing?** Det finns många likheter mellan nätmobbing och traditionell mobbing. Det som dock skiljer dem åt är bland annat att ungdomar är mindre benägna att rapportera nätmobbing till vuxna då de är rädda att det ska leda till att de inte får ha kvar teknologin (sina sidor). Ungdomar är generellt inte ovilliga att be vuxna om hjälp, men att de själva vill kunna välja vem, när och hur. Både ungdomar som blir nätmobbede och som nätmobbar mår sämre, t.ex. i form av högre ångest, depression och lägre självkänsla. I media lyfts det då och då fram exempel på ungdomar som tagit livet av sig till följd av mobbing (”bullyciéd”), det är olyckligt då de flesta ungdomar som är mobbede inte uppvisar suicidbeteende. Forskning har visat att finns flera olika stressfaktorer som ökar risken för självmord.

**Intervention/prevention.** Ungdomar som är aggressiva på internet blir oftare utsatta för nätmobbing än ungdomar som inte är aggressiva på internet. Därför, menar hon, är det viktigt att uppmuntra ungdomar att vara trevliga online. Att man uppmärksammar att majoriteten av alla ungdomar inte skriver negativa kommentarer är också en prevention, eftersom man då hindrar andra från att göra det. Det fungerar inte med skrämsemeter, t.ex. att hota med fängelse. Det är viktigt med ”whole school”-metoder, dvs. att alla på skolan är engagerade över tid och att nätmobbningsprevention inkluderas i programmen kring mobbing som redan finns. Det är viktigt att prata om nätmobbing där det passar, t.ex. så kan man prata om ”sexting” (sex-sms) i sexualundervisningen. Det är viktigt att använda ungdomarna själva som resurser då de ofta har bättre koll än vuxna. Avslutningsvis poängterar Patricia Agatston att majoriteten av det som ungdomar ägnar sig åt på internet är positivt (vilket är viktigt att komma ihåg), men att det alltid kan uppstå problematiska situationer.