

# Nätmobbing – är det värre än traditionell mobbing?

## Effekter på psykisk hälsa och skolprestationer

### Linda Beckman

Linda Beckman börjar med att säga att utgångspunkterna för att skapa och upprätthålla relationer har förändrats genom den moderna teknikutvecklingen. Sverige har varit besparat från de värsta konsekvenserna som har följt av det men vi har sett en del här med. Till exempel tog en flicka sitt liv till stor del beroende på att hon blev hotad av en vuxen man som hon hade fått kontakt med på nätet.

**Skillnader.** Det finns stora variationer i hur litteraturen redogör för skillnaderna mellan traditionell mobbing och nätmobbing. En skillnad är att nätmobbingen överskrider olika former av gränser. Det är svårt för offret att komma undan då mobbingen genom tekniken kan ta sig in i hans hem även när han är ensam. Den kan spridas snabbt till en stor publik på ett sätt som traditionell mobbing inte gör. Det är kopplat till att ett enda videoklipp eller foto kan ses tusentals gånger av en stor publik. Det medför även att repetitionskriteriet för mobbing, att aggressionerna ska ha skett upprepade gånger, kan bli lite annorlunda. Det nämns även att det finns en lägre medvetenhet om nätmobbing bland vuxna då den är svårare för dem att upptäcka. Det faktum att anonymiteten och att mobbing sker asynkront, att offret kanske ser handlingen och blir ledsen först senare och att mobbaren kanske inte ser offrets reaktion, kan leda till en moralisk disinhibitionseffekt. Tanken innebär att människor gör saker online som de av moraliska skäl inte skulle göra i vanliga livet. Anonymiteten kan även göra att mobbaren tänker att han kan komma undan och bristen på ögonkontakt kan leda till lägre empati.

**Mobbing, skolprestationer, psykisk hälsa och stress.** Det finns en stark koppling mellan att ha varit utsatt för mobbing och att ha psykiska problem, de kan förstärka varandra. Enligt en studie så upplevde personer som i skolan hade varit mobbade både ibland och ofta högre psykiska problem vid både 23 och 50 års ålder. Hon finner det intressant utifrån repetitionskriteriet, en mängd människor som får psykologiska problem kopplade till mobbing exkluderas från studierna genom kriteriet att det ska ha skett kontinuerligt under två till tre månader.

Linda Beckman redovisar för en modell som gör gällande att mobbing och psykiska problem, psykiska problem och skolprestationer samt mobbing och skolprestationer förstärker varandra. Det hänger i sin tur samman med de fysiologiska reaktioner som sätts igång vid den stress som till exempel mobbing eller dåliga skolprestationer kan orsaka. Därmed skapas ofta onda cirklar där dessa förstärker varandra och det är svårt att se en enskild utlösande faktor.

**Är nätmobbing värre än traditionell mobbing?** Det finns en del studier som påvisar att nätmobbing har unika negativa effekter som överskrider de av traditionell mobbing i form av bland annat sociala problem, ångest, depression och självmordsbenägenhet. Dock visar andra studier att det inte finns några statistiskt signifikanta skillnader mellan offer för nätmobbing och offer för traditionell mobbing. Vad forskningen med större säkerhet tycks peka på är att vara både offer för mobbing och förövare samt att vara offer för både nätmobbing och traditionell mobbing gav de största riskerna. Vid traditionell mobbing är det framförallt en form, nämligen relationell mobbing som korrelerar med sämre skolprestationer. Bland annat finns det siffror som påvisar att relationellt mobbade har tre gånger sämre resultat på nationella prov. Hon tänker att detta kan ha att göra med att den relationella mobbingen sker i klassrummet och att det kan göra det svårt för offren att koncentrera sig.

**Vad tycker barnen är värst?** Barnen tycker generellt att mobbing genom bilder och videoklipp är värre än traditionell mobbing. Publicitet och anonymitet är viktigare kategorier för hur de uppfattar nätmobbing än vilka medier som används.

**Sammanfattning.** 1) Nätmobbing är i sig inte värre än traditionell mobbing för psykologisk hälsa. 2) Vilka medier som används är mindre viktigt än anonymitet och publicitet för eleverna. 3) Det behövs mer forskning om kopplingen mellan nätmobbing och skolprestationer.