

Hva er mobbing og hvem mobbes?

Det er en grunnleggende menneskerettighet å ikke bli utsatt for mobbing.

Ingen elev skal behøve å grue seg til å gå på skolen på grunn av mobbing, og ingen foreldre skal trenge å bekymre seg for at barna deres skal bli mobbet!

Dan Olweus er professor i psykologi ved Universitetet i Bergen. Han har forsket på mobbing i mer enn 20 år og betraktes som grunnleggeren av dette forskningsområdet. Olweus er hovedkilde for fakta basert kunnskap i våre artikler om mobbing. Les mer om forskeren [[her](#)].



Mobbing i skolen.

Tross målsetninger og manifest vet vi at mobbing forekommer og at skolen/friminuttene er hovedarenaen. Mobbingen foregår stort sett innenfor samme klasse eller aldersgruppe. Det er flere gutter enn jenter som mobber og det er flere gutter enn jenter som utsettes for mobbing.

Hva er mobbing?

Myndighetene definerer mobbing slik: "Med mobbing mener vi gjentatt negativ eller "ondsinnnet" atferd fra en eller flere rettet mot noen som har vanskelig for å forsvare seg. Systematisk utestengning eller gjentatt erting på en ubehagelig måte er også mobbing."

- Verbal (for eksempel bruk av kallenavn).
- Sosial (for eksempel blir holdt utenfor).
- Materiell (for eksempel å få ødelagt klær og eiendeler)
- Psykisk (for eksempel å bli truet eller tvunget til å gjøre noe)
- Fysisk (for eksempel å bli slått eller sparket)
- Digital (for eksempel å bli "hengt ut" på nettet)

Det kan noen ganger være vanskelig å skille mellom erting og mobbing. Men det er helt klart at erting som foregår over tid er mobbing.

Direkte og indirekte mobbing.(To hovedtyper).

Direkte mobbing blir også i noen sammenhenger definert som typisk "guttemobbing". Det kan være verbal mobbing, fysisk og fysisk. Dette er den formen for mobbing som er mest synlig og kan være lettest å oppdage.

Indirekte mobbing, også kalt typisk "jentemobbing", handler om utestenging fra gruppa, spredning av løgner og rykter, der målet er å få flest mulig til å mislike en bestemt person.

Hvem utsettes for mobbing?

Forskning tyder på at disse mennesketypene er mer utsatt for mobbing enn andre.

1. De underdanige mobbeofrene:

- De er gjerne stille, forsiktige, følsomme og tar kanskje lett til tårene.
- De er usikre med liten selvtillit og har en negativ selvoppfatning.
- Hvis de er gutter, liker de ikke å sloss, og de er ofte fysisk svakere enn sine klassekamerater, særlig mobberne.
- De har få eller ingen venner.
- De har ofte lettere for å omgå voksne (foreldre, lærere) enn jevnaldrende.



2. De provoserende mobbeofrene:

Denne typen offer er mindre vanlig og omfatter omtrent 10-20 prosent av ofrene:

- De kan være hissig og forsøke å ta igjen hvis de blir angrepet eller forulempet, men oftest uten særlig suksess.
- De er ofte rastløse, klossete, umodne, ukonsentrerte og oppfattes som generelt besværlige.
- En del av disse elevene kan karakteriseres som hyperaktive, de er urolige, rastløse og har konsentrasjonsvansker.
- På grunn av sin irriterende og spenningskapende atferd blir de mislikt også av mange voksne, for eksempel av læreren.

Nye artikler som kommer de neste ukene:

- Hvem mobber?
- Hva kan foreldrene gjøre?
- Hvordan oppdage mobbing?

Les mer:

- Foreldrepulsens: Manifest mot mobbing [[her](#)]
- Foreldrepulsens: Digital mobbing [[her](#)]
- Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet om mobbing blant barn og unge [[her](#)].

Kilder: Dan Oweus, Udir, FUG, Helsedirektoratet, - Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet. Tilrettelagt av infoREGI