



Ungdomar och nätmobbing. En studie om utanförskap och nätmobbing.

Jonathan korsman

sjukskötare 2019

Förnamn Efternamn

[Skriv här]

Innehållsförteckning

1. INLEDNING	1
2. BAKGRUND	2
2.1 Mobbing	2
2.2 Sociala medier	3
2.3 Självkänsla	3
2.4 Nätmobbing	3
3.0 TEORETISK REFERENSRAM	5
3.1 Utanförskap	5
3.2 Utanförskap historiskt	5
3.3 Utanförskap och hälsa	6
4.0 METOD	7
5.0 ETISKA REFLEKTIONER	8
6.0 CENTRALA FRÅGESTÄLNINGAR	8
7.0 STUDIENS GENOMFÖRANDE	9
8.0 RESULTAT	10
8.1 Utanförskap	11
8.2 Hälsa och nätmobbing	<i>Fel! Bokmärket är inte definierat.</i>
8.3 Diskussion av resultat	13
9.0 KRITISK GRANSKNING	14
9.1 Studiens styrkor	14
9.2 Studiens metod och datainsamling	14
9.3 studiens svagheter	14
10.0 DISKUSSION	15
källor	16

EXAMENSARBETE 15	
Arcada	
Utbildningsprogram: Sjukskötare	
Identifikationsnummer: 5879	
Författare: Jonathan Korsman	
Arbetets namn: Ungdomar och nätmobbing. En studie om utanförskap och nätmobbing	
Handledare (Arcada): Gun-Britt Lejonqvist	
Uppdragsgivare: DeDiWe	
<p>Detta arbete kommer att handla om nätmobbing och hur det påverkar ungdomar. För många är det vanligt att bli kallad full och fet på sociala medier. Nätmobbing är ett ganska nytt fenomen som blivit aktuellt med att vi spenderar allt mer tid på sociala medier. Syftet med arbetet är att kunna visa hur vi påverkas av ett allt mer hårdare klimat på sociala medier. Forskningsfrågan kommer att fråga ”vilka konsekvens kan nätmobbing få för ungdomar?” Utanförskap kommer att vara studiens teoretiska referensram. Studien använder sig av scoping som metod för arbetet. Arbetet riktar sig till ungdomar som målgrupp, åldern specificeras inte i arbetet. Data till arbetet samlas in från fyra olika plattformar. Sökorden identifieras från forskningsfrågan och väljs ut. Artiklarna är alla från de senaste fem åren. Resultatet av arbetet är att de som blir utsatta för nätmobbing drabbas av depression och ångest. Risken för att drabbas av självmordstankar och ensamhet ökar om man blir utsatt för nätmobbing. Resultatet visar också på att ungdomar vill känna samhörighet och att bli exkluderad från ett evenemang kan orsaka ångest hos ungdomar. Ökade risker för att konsumera alkohol och andra rusmedel visar sig öka för dem som blivit utsatta för nätmobbing. De tydligaste konsekvenserna är depression och ångest som redan i början av 2000-talet visade sig vara en av de tydligaste konsekvenserna. Mycket av forskningen kommer från många olika länder och baserar sig på olika statistikuppgifter. All forskning som studien baseras på är aktuell i nuläget och måste granskas kritiskt ju längre tid som går från det att denna studie publiceras. Avgränsningarna är inte alltid klara och de kan ge en lägre grad av evidens. Studien är inte specifikt riktad till något av de stora sociala nätverken utan fokuserar istället på fenomenet.</p>	
Nyckelord:	
Sidantal: 28	
Språk: Svenska	
Datum för godkännande:	

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:: Nurse	
Identification number:: 5879	
Author:: Jonathan Korsman	
Title: En studie om utanförskap och nätmobbing	
Supervisor (Arcada): Gun-Britt Lejonqvist	
Commissioned by:: DeDiWe	
<p>This work is about cyberbullying and how it affects young people. For many, it is common to be called ugly and fat on social media. Cyberbullying is a fairly new phenomenon that has become relevant as we spend more time on social media. The purpose of the work is to show how we are affected by an increasingly harsh climate on social media. The research question reads "What consequences can cyberbullying have for young people?" External education will be the study's theoretical frame of reference. The study uses scoping as a method for the work. The work is aimed at young people as a target group, the age is not specified in work. Data for the work is collected from four different platforms. The keywords are identified from the research question and selected. The articles are all from the last five years. The result of the work is that those who are exposed to cyberbullying suffer from depression and anxiety. The risk of being hit by suicidal thoughts and loneliness increases if one is exposed to net bullying. The result also shows that young people want to feel together and to be excluded from an event can cause anxiety in young people. Increased risks of consuming alcohol and other intoxicants appear to increase for those who have been exposed to net bullying. The most obvious consequences are depression and anxiety that already proved to be one of the clearest consequences in the early 2000s. Much of the research comes from many different countries and bases itself on various statistics. All the research on which the study is based is current at the moment and must be critically examined the longer the time from the publication of this study. The delimitations are not always clear and they can give a lower degree of evidence. The study is not specifically aimed at any of the large social networks but instead focuses on the phenomenon.</p>	
Keywords:	
Number of pages: 28	
Language: Svenska	
Date of acceptance:	

1.0 INLEDNING

Jag har valt att skriva om sociala medier och utanförskap. Jag har själv flera konton på sociala medier och jag använder dem dagligen. Enligt en artikel av Yle där de besöker högstadieskolor i svenska Österbotten vittnar eleverna om olika upplevelser och hårt klimat på sociala medier. Att bli kallad ful och fet har blivit ett vardagsfenomen. Eleverna berättar också att de tycker att det är viktigt med sociala medier och att ha tillgång till mobilen för att det ger gemenskap. (Bergman & Lång 2015) Studien kommer att rikta sig mot ungdomar. Syftet är att efter studiens genomförande kunna vissa hur vi påverkas av en allt hårdare internetmiljö.

Arbetet kommer att skrivas i samarbete med DeDiWe. DeDiWe är en kurs som ordnas av högskolor i Balticum och Finland. Målet med kursen är att kunna färdigheter i att utveckla digital hälso sjukvårds tjänster.(Arcada 2019)

2.0 BAKGRUND

De begrepp som kommer att tas upp ska beskriva de olika problemställningar som finns i arbetet.

2.1 Mobbing

Forskning om mobbning blev uppmärksammat först på 1970-talet och de första artiklarna om mobbning kommer från Skandinavien. Forskningen har sedan kommit att sprida sig till Storbritannien, Irland och Finland. Mobbing beskrivs som ett fenomen där en förövare utför en handling som kan vara fysisk eller verbal mot en annan person i syfte att kränka eller skada denna person. Maktförhållande mellan olika personen eller gruppen som anser sig vara starkare och utför en handling mot en svagare grupp eller person.

En obalans i maktförhållande kan ses mellan parterna. Obalans kan vara att mobbaren har lättare att få vänner och den får större inflytande i de sociala kretsarna. Om parterna är jämnstarka så är det inte mobbning. Om parterna är rivaler och båda är jämnstarka är det inte mobbning. Det finns dock undantag från principen om maktstruktur, där tex elever kan mobba läraren.

Definitionen av mobbning kan beskrivas som:

- Verbala påhopp som kan handla om negativa kommentarer om utseende, beteenden och obehagliga ämnen
- Fysiska handlingar som slag, knuffar, fasthållning och sparkar med mera. Saker som sker mot individens vilja
- Negativa handlingar som grimaser, fula gester och pantomimer. Att man vänder ryggen mot någon kan ses som ett försök till utfrysning, det är också en typ av mobbning.

Mobbaren som utför dessa handlingar är oftast själv utsatt för olika former av våld eller verbala övergrep i sitt eget hem. De känner en stor frustration och en vrede som de sedan riktar mot sina skolkamrater genom kränkande behandling. (Eriksson et.al 2002)

2.2 Sociala medier

Sociala medier är ett samlingsnamn för olika plattformar där man kan skapa en profil och dela med sig av sin vardag. Sociala medier är till för att man ska kunna dela statusuppdateringar, bilder, filmklipp med mera. En viktig del med sociala medier är att bygga upp vänkretsar och sedan kunna umgås via sina profiler. Alla tjänster är uppbyggda på olika sätt som t.ex. Instagram där man fokuserar på att dela med sig av bilder. Facebook är en heltäckande tjänst som erbjuder en att kunna skriva statusar och dela med sig av bilder och filmer. De är kanske de vanligaste bland unga. När smarttelefonen släpptes så kunde man enklare få tillgång till sociala medier genom applikationer som går att ladda ner till både telefoner och läsplattor. (Johansson 2013)

2.3 Självkänsla

Självkänsla skall inte blandas ihop med något av dom andra liknande orden som t.ex. självförtroende eller självvärdering. Definitionen av självkänsla är individens egen uppfattning om sig själv och förmåga till självinsikt. Självkänslan utvecklas när man gör saker i grupp och kan spegla sin egen kunskap mot de andras. Skola och fritidsaktiviteter är viktigt för samvaron bland ungdomar. Många unga upplever det jobbigt med tonåren då kroppen förändras och hormonerna påverkar humöret. De flesta tonåringar börjar också ta avstånd från sina föräldrar och söker självständighet. En sund utveckling av självkänslan är viktig för att kunna gå ut i vuxenlivet. Det är oklart om det finns någon skillnad mellan män och kvinnor hur deras självkänsla utvecklas och byggs upp. Fysisk aktivitet kan hjälpa unga få en bättre självkänsla (Hinic 2001 32-35)

2.4 Nätmobbing

Nätmobbing är ett relativt nytt fenomen och har blivit mer uppmärksammat. Forskare har försökt förklara fenomenet på olika sätt. Nätmobbing kan ses som en utveckling till den traditionella mobbningen genom att använda modern teknik. Nätmobbingen kan ske både indirekt och direkt. Direkt betyder att man skickar meddelande direkt från mobbare till offret via meddelanden med olika medier. Indirekt nätmobbing kan ske via öppna forum där man öppet uppmuntrar andra att ta del i nätmobbing av offret. De nätverk som tillåter anonymitet för sina användare skapar en hårdare miljö. (Snakenborg et al 2011)

Vissa liknelser kan göras mellan traditionell mobbning och nätmobbning som tex. upprepade aggressioner, makt och försök att skada. Att kunna bevisa dessa är svårare eftersom det finns fler alternativ att utföra nätmobbning på, t.ex. via sms och bilder. Avsikten att skada någon anser många som en av de viktigaste kriterierna för att kalla det nätmobbning. (Cerna et al 2016)

Alla reagerar olika på att utsättas för nätmobbning. Många känner sig nedstämda, deprimerade, ångestfyllda, frustrerade och kan få låg självkänsla. Många har svårt att söka hjälp då de upplever att ingen förstår hur de känner. Många väljer att inte berätta för sina föräldrar om de blir utsatta för nätmobbning då de känner att föräldrarna kanske skulle göra det till en större sak än det är. (Sobba et al 2017)

Sedan millennieskiftet har användningen av internät stigit kraftigt och får allt flera användare för varje dag. Människor interagerar allt mer över internet vilket har lett till en kraftig ökning av nätmobbning. Ungdomar som har ett bra nätverk av vänner och familj som kan stötta dem löper mindre risk att begå nätmobbning. Unga utan någon form av socialt nätverk eller vänner riktar ofta ut sin ilska på andra på sociala nätverk. Dålig impulskontroll och dåligt självförtroende kan var en bidragande faktor till att begå nätmobbning. (Handono et al 2019)

3.0 TEORETISK REFERENSRAM

Som teoretisk referensram kommer jag att använda begreppet utanförskap

3.1 Utanförskap

Utanförskap kan beskrivas som att personen inte känner sig delaktig i samhället och inte har någon gemenskap med majoriteten av befolkningen. Personer som upplever att de inte passar in i samhället har ofta en negativ bild av sitt sociala liv och en passiv inställning till samhället. De som känner sig utanför i samhället bygger murar för att skydda sig själva. Det motsatta kan också uppstå då personer känner sig utanför, vilket får dem att börja över engagera sig för att uppehålla en relevans i samhället. Olika tecken på detta är att man inte kan vara ensam eller alltid måste vara i centrum av alla händelser. (Zhou et al 2017)

Kroppen påverkas också av att inte känna någon samhörighet, saknad självkontroll och att inte kunna hitta en meningsfull sysselsättning. Högre doser av hormonet kortisol i saliven, höjd hjärtfrekvens och olika delar av hjärnan påverkas. Hur vi reagerar på att vara utanför en grupp varierar och det varierar från person till person. Det vi vet om hur upplevelsen av utanförskap är hur man betar sig om man blir ensam. De två vanligaste sätten att reagera på är att bli ångestfylld då personen söker allt mer närhet till andra. Det andra sättet markeras med självständighet och mycket känslökyla, inbundenhet och isolering. Personer som oftare blir uteslutna har också visat på större sannolikhet att drabbas av depression, fientlighet och aggression. Ord kan också provocera fram en reaktion där den drabbade reagerar starkt. (Lindell & Courtney 2018)

3.2 Utanförskap historiskt

I Frankrike på 1970-talet började man prata om Social samanhållning, vissa menar att det redan på Aristoteles tid diskuterades utanförskap. När det Franska samhället var väldigt splittrat i slutet på 1960-talet och många av de tidigare kolonierna brutit sig loss, ökade oron för ett allt mer splittrat samhälle. Senare började man prata om social utsatthet. Under nittonhundratalet växte det fram en klass av medborgare som inte kunde hitta jobb. Allt fler personer och grupper blev utan ett stadigvarande jobb och det blev allt tydligare att det behövdes ett socialt skyddsnät för dessa utsatta personer. Utanförskap behöver inte betyda bara en sak utan kan vara följden av att bli arbetslös. Kanske på grund av att man inte har tillräckligt med kunskap för att kunna få ett nytt jobb. Låga inkomster gör det inte lätt att flytta till en ny ort och skapa nya förutsättningar för ett bättre liv. Att vara handikappad, lida

av psykisk sjukdom, vara missbrukare eller äldre kan utgöra risk för att inte heller kunna vara delaktig i samhället. Utanförskap finns i tre dimensioner. Den ekonomiska dimensionen är då man inte har pengar eller resurser att tillgå. Uteslutning från arbetsmarknaden utgör också ett hinder då man kanske går miste om kontakter. Det sociala utanförskapet blir svårare då man kanske inte har integrerat sig och har svårigheter med språket. Den personliga dimensionen kan bero på tappat självförtroende och känsla av mening. För att kunna vara delaktig i ett samhälle så måste individen ha goda sociala relationer både till andra individer och till samhället. (Mathieson, J et al 2008)

3.3 Utanförska och hälsa

Utanförskap och hälsa är begrepp som oftast förekommer tillsammans. Primärvården är där man tar hand om stora delar av befolkningen. De som jobbar inom primärvården har oftast en praxis för att kunna lindra lidandet och de negativa effekterna av utanförskap. Målet med denna vård kan vara att minska utanförskapet med förbättrad hälsa. I Storbritannien har National health service utvecklat särskilda riktlinjer för hur primärvården ska bemöta dessa patienter. Genom evidensbaserade metoder försöker man skapa en mer anpassad vård och förbättra hälsotillståndet. Vårdare och läkare kan gemensamt förebygga utanförskap genom att tala med patienten om deras situation. Om vårdpersonalen misstänker att en person som kanske söker sig till primärvården av annan orsak än utanförskap och ensamhet kan man samtidigt försöka lyfta fram olika förslag av boendeformer som härbärke eller annat. Den psykiatriska vården har kontakt med personer som upplever utanförskap. Utanförskap kan leda till psykiska besvär hävdar vissa. Att få människor att bli mer delaktiga kan höja deras hälsa och främja deras psykiska mående. För de som behöver stöd kan det ta lång tid att se några resultat. När man använder traditionella behandlingsmetoder för olika psykiska diagnoser har det visat sig vara användbart att ha med ett parallellt focus på att kunna inkludera individen i samhället igen. I takt med att den psykiska ohälsan kostar allt mer pengar för staten har det blivit en allt mer aktuell fråga med socialt utanförskap. Målet är att kunna öka individens självständighet så att de kan återgå till arbetsmarknaden och ett stabilt liv. (ODonell P et al 2018)

4.0 METOD

Metoden för arbete är en scoping review.

Scoping metoden är en typ av litteraturstudie som används inom flera olika ämnen och akademiska fakulteter. Metoden skiljer sig från kvalitativa litteraturstudier. Scoping studier granskar inte litteraturen kvalitativt. Scoping studier kan ge en bra grund då man vill undersöka bredden och omfattningen av fenomenet. Genom att sammanfatta den befintliga litteraturen och summera den så kan man enklare förstå svåra begrepp (Levac et al 2010)

Denna studie kommer att använda sig av sex olika steg för att klargöra metodologin.

- 1) Identifiering av forskningsfrågan är viktig för att kunna lägga fram en strategi hur litteratursökningen kommer att genomföras. Forskningsfrågan måste vara klar och tydlig med en klar målgrupp. Samtidigt måste den ha viss bredd för att kunna täcka ett tillräckligt brett område av litteraturen.
- 2) Val av databaser för sökningen av litteratur. Val av sökord kommer att göras och vilka avgränsningar i vilket tidsspänn.
- 3) De artiklar som hittats kommer att utvärderas hur bra de stämmer in på forskningsfrågan.
- 4) Nästa steg är att göra en kartläggning av de studier och extrahera data. Skribenten kommer att summera alla artiklar som kommer att tas med.
- 5) Om resultat uppnås av studien kommer de att redovisas på ett klart och organiserat sätt.
- 6) Slutsatser kommer att diskuteras efter de fynd som hittas.

För att kunna genomföra en scopingstudie så måste forskningsfrågan vara bred för att kunna täcka ett tillräckligt stort område av litteraturen. Frågan måste också rikta sig till en viss målgrupp, ålder, kön eller hälsotillstånd. Syftet behöver inte var definierat men det behöver finnas ett syfte med studien. Med en bra forskningsfråga kan man skapa en bra och rationell studie. Scopingstudiers styrka är att de har ett brett djup som ger bra översikt av evidensen. De artiklar som kommer att tas med är de som kan svara på forsknings frågan bäst. Urvalet av artiklar kommer sedan att summeras i en överskådlig karta som är grunden för nästa steg. Denna metod gjordes först populär av Arksey och O`Mally i början på 2000 talet. Detta lade grunde för utvecklingen av scopingstudier. (Levac et al 2010)

5.0 ETISKA REFLEKTIONER

Hela arbetet kommer att följa Arcadas riktlinjer för god studiepraxis.

Skribenten vill också lyfta fram hur vi betar oss på internet genom denna artikel.

Personer som är delaktiga i nätmobbning har ofta en dålig självkänsla och är själva svaga individer med brister. De som begår mobbing och nätmobbning har ofta dessa karaktärsdrag gemensamma. Traditionell mobbing har till viss mån andra karaktärsdrag än de som ägnar sig åt nätmobbning. De som vill göra skada genom att attackera andras välbefinnande, konfronteras hellre ansikte mot ansikte än framför en dator. De som utövar nätmobbning försöker bygga upp sitt ego och sociala status. Anonymitet är ett sätt att attackera sina offer och höja sin status. Nätmobbare kan genom att mobba ställa sig själva i centrum för all uppmärksamhet. En avslappnad moral och brist på omdöme karakteriserar de båda sätten. (Menesini et al 2011)

6.0 CENTRAL FRÅGESTÄLLNINGAR

Studien kommer att ställa sig frågan: Hur påverkas vi av sociala medier? Målgruppen för arbetet är ungdomar. Åldern kommer inte att specificeras med en tydlig avgränsning. Forskningsfrågorna kommer att vara:

- 1) Vilka konsekvenser kan nätmobbning få för ungdomar ?

7.0 STUDIENS GENOMFÖRANDE

Skribenten kommer att börja söka efter relevanta artiklar på olika vetenskapliga sökmotorer. Tidsperioden från när artiklarna är skrivna kommer vara fem år tillbaka och fram tills nu. De sökord som kommer att användas är ”cyberbullying” och ”Social exlusion”. Sökningen gjordes på Google Scholar, Ebsco och pubmed med följande resultat.

Sökord	Databas	Tidsintervall	Sökträffar	Utvalda artiklar
”cyberbullying”and ”Social exlusion and youth	Google Scholar	2014-2019	2340	2
” cyberbullying” and ”Social exlusion and youth	Ebsco	2014-2019	5	1
cyberbullying” and ”Social exlusion and youth	Pubmed	2014-2019	4	2
cyberbullying” and ”Social exlusion and youth	Science direkt	2014-2019	68	7

Sökningen på Google scholar gav mycket resultat så skribenten valde att begränsa tidsperioden till 2019. Google scholar sökning 2019 gav 54 träffar. Av dessa 54 träffar valdes sedan 2 stycken artiklar. Artiklarna valdes ut genom att läsa rubriken och sedan läsa abstraktet. För att kunna sälla ut de mest användbara artiklarna valde jag utifrån.

- Är det riktade mot unga?
- Hur bra svarar de på forskningsfrågan?

De studier som inte valdes ut kunde inte svara på de krav som skribenten ställt. Av de 12 artiklar som är kvar så kommer de att läsas och sedan summeras ner för att försöka få svar på forskningsfrågan.

8.0 RESULTAT

Grafen nedanför visar på hur de olika artiklarna tar upp de olika begreppen som förknippas med nätmobbing. Artikelnummerna finns i slutet på arbetet.

A) Inkludering

B) Utanförskap

C) Psykisk sjukdom

D) Konsekvenser för hälsan

	A	B	C	D
1		X		
2		X	X	X
3		X	X	X
4	X	X	X	
5			X	
6			X	
7			X	X
8	X		X	X
9			X	X
10		X	X	X
11	X	X		X
12				X

8.1 Utanförskap

Ungdomar använder sig allt mera av sociala medier och spenderar mycket tid på att bygga upp sina profiler. Sociala medier är en plattform att umgås på och dela med sig av olika händelser. För ungdomar är det viktigt att kunna vara delaktig och vara en del av grupper som för diskussioner på nätet. Inkludering är mycket viktigt för att kunna vara delaktig i vad vänner delar på sociala medier. Att inte bli inkluderad hindrar många ungdomars behov att utvecklas som individer och hindrar dem från att upptäcka och utforska nya områden. Uteslutning från dessa plattformar gör det svårt att kunna kommunicera i dagens samhälle. (Underwood & Ehreulich 2018) Att inte känna sig delaktig eller känna tillhörighet till någon grupp eller delar av samhället kan skapa en känsla av utanförskap. Detta fenomen att bli utesluten kan göra tydliggöras då forskare påvisade att de som blev uteslutna från att delta i ett spel visade på lägre självförtroende i en jämförelse med de som blivit inkluderade (Kothgassner et al 2017).

Ungdomar som blir utanför och uteslutna visar ofta mera ångest. Det finns också evidens för att rädslan för att bli utesluten har visat sig vara en stor orsak till ångest. De konsekvenser som utanförskap för med sig är problem som depression och ångest. Konsekvenserna blir oftast alltmer allvarliga ju längre en individ lämnas utanför samhället. För de som står utanför en längre tid, har svårt att komma tillbaka och känner sig obekvämt med att ta kontakt igen (Landoll et al 2015) De ungdomar som under en längre tid blivit utsatta för nätmobbing har ofta svårt att kunna gå till skolan för rädsla att bli utsatta för mobbing. De som blir utsatta för både traditionell mobbing och nätmobbing har visat på att de drabbas värst och har det svårast att kunna gå till skolan. (Barboza 2014) De ungdomar som inte har ett brett stödnätverk som föräldrar eller kompisar att kunna ta stöd av har svårare att kunna ta sig ur utanförskapet. Konsekvenserna blir ofta mer allvarliga ju längre någon blir utesluten (Buelga et al 2019)

8.2 Hälsa och nätmobbing

Depression och ångest är de som kan beskrivas som de vanligaste hälsorelaterade problemen med nätmobbing. De finns också större risk att drabbas av självmordstankar och ensamhet till följd av nätmobbing (Landoll et al 2015)(Barboza 2014)(Underwood & Ehreulich 2018) (Vaillancourt et al 2017) (Satpathy & Ganth 2015) (Zych et al 2015) I artikeln av Underwood & Ehreulich 2018 identifierade flera risker för att drabbas av ångest, lågt självförtroende, dåliga skolresultat, användning av rusmedel och dålig livskvalitet.

Depression är ofta det mest framträdande problemet och det som skapar störst lidande. Nätmobbing har ökade risker för hälsan då till skillnad från traditionell mobbing kan nå offret

dygnet runt och sända stora mängder med hotfulla meddelanden (Landoll et al 2015). Det finns olika rapporter hur depression påverkar och i vilken grad som de drabbade upplever hur djup depression som de drabbats av. Sannolikheten för att skada sig själv ökar då personer drabbats av nätmobbing. De vanligaste formerna av att försöka skada sig genom att försöka skära sig och att försöka göra självmord. Andra fysiska skador som inverkar på hälsan kan också vara huvudverk, ont i magen, sömnsvårigheter och dålig matlust. (Vaillancourt et al 2017)

Nätmobbing är en handling där utövaren använder sig av psykiskt våld för att trycka ner sina offer och förödmjuka sina offer. Genom hot, förföljelse och spridande av förödmjukande material så kan dessa handlingar skapa stor ångest och rädsla för att delta i aktiviteter på sociala medier. Självmord kan vara relaterade till mobbning och nätmobbing dock finns det ingen klart samband och kan andra faktorer inte utesluta (Choen-Almagor 2018).

Det finns också vissa tendenser på att de som begår nätmobbing löper större risk för att drabbas av depression. Ångest och negativa känslor visade sig vara tecken på de första symptomen av att bli utsatt för nätmobbing. Ökade risker för högre konsumtion av alkohol och att man drar sig mera tillbaka från samhället (Satpathy & Ganth 2015). På grund av mobbnings kroniska natur har psykologisk ohälsa hos mobbningsoffren blivit mera normativ än ovanlig. Det rapporteras om både långsiktiga och kortsiktiga konsekvenser av mobbning. I vissa fall kan effekterna av mobbning i ung ålder hålla i sig i flera decennier. Exempel på detta är vuxna som har svårt att skapa nya relationer på grund av tidigare social isolering (Zahang et al 2019)

För att kunna förstå hur vi kan minska inverkan av nätmobbingen måste vi först att kunna minska det skadliga beteendet. Attityder mot nätmobbing kan förklara hur de som utför nätmobbing kommer att utagera sig på sina offer.(Doane et al 2014). Nätmobbing och traditionell mobbnig kan delas in i två olika kategorier den mer fysiska mobbningen och där man väljer att utesluta sitt offer från att delta.(Karaback et al 2015)

8.3 Diskussion av Resultatet

Artiklarna om utanförskap och inkludering kan inte helt svara på frågan om nätmobbing och konsekvenser. Då det inte finns flera artiklar att backa upp de resultat som hittats. Resultatet är mera en sammanställning av olika aspekter av olika forskningar. De slutsatser som kan dras är att det är viktigt för ungdomar att bli inkluderade i grupper eller nätverk. De som inte blir inkluderade kan reagera på olika sätt. Det enda som kan sägas om hur hälsan påverkas av utanförskap är artikeln av Landoll et al från 2015 som lyfter fram ångest och depression som följer av utanförskap, att inte våga gå till skolan för rädslan att bli utsatt för ytterligare påhop från klasskamrater kan kännetäkna dem redan blir utsatta för nätmobbing. Det som kanske inte är en direkt koppling till utanförskap men det kan vara en faktor som kan leda till längre konsekvenser om inte ungdomar vill delta i skolan. I den teoretiska referensramen lyfts det fram att utanförskap är en ovilja att kunna delta i samhället bland annat.

Redan i tidiga studier från början av 2000-talet inom mobbing hittades ökade risker för att offret drabbas av psykiska och mentala problem. Ångest och depression nämns som de största problemen (Zych et al 2015) Från artiklar som togs upp i detta arbete så finns de mycket likhet mellan dessa resultat. Resultatet från tidigare artiklar visar att resultat inte är något nytt resultat utan istället bekräftar det man redan visste. Fyndet varierar också där olika artiklar tar fram olika aspekter som kan påverka individers psykiska hälsa. Själv mord nämns i en av artiklarna som en följd av nätmobbing, flera av artiklarna tar upp självmordstankar med konsekvenser på psykiska hälsan. Att säga att det finns ett klart samband mellan självmordsrisk och nätmobbing är ändå svårt då evidensen är svag.

9.0 KRITISK GRANSKNING

9.1 Studiens Styrkor

Studien kan ge ett brett perspektiv på ett ganska stort problem i samhället idag. Det kan vara en bra grund för ett vidare arbete inom området. Studien ger en insikt i för vad som kan hända unga som blir utsatta för nätmobbing.

9.2 Studiens metod och datainsamling

Studiens metod var scoping. Valet av metod gjordes eftersom forskningsfrågorna var ganska breda och heltäckande. Scopingstudier är ofta bra för att få en bred översikt av litteraturen. Att följa metoden var ganska enkel i börjad då den var tydlig med datainsamling och vad som behövdes. Svagheten i metoden var en viss otydlighet hur resultaten skulle presenteras. Summeringar av artiklarna i steg fyra av metoden var mycket svåra att göra då det var en utmaning att ge en rättvis bild av en hel artikel utan att kompromissa för mycket. Datainsamlingen kom från fyra olika databaser med olika mängder av träffar. Det finns på engelska flera ord för ungdomar som t.ex. adolescent eller young adults. Valet av youth blev en kompromiss och en mer rak översättning.

9.3 Studiens svagheter

Många av de studier som är inkluderade i studien är baserade på statistik. Studien har använt sig av artiklar från de senaste fem åren. Mycket av datan kommer från forskning i olika länder och olika bakgrunder. I studien av Cohen-Almagor 2018 som är en del av resultat artiklarna, så har man kommit fram till att unga har 10%-40% sannolikhet för att bli utsatta för nätmobbing. I USA uppskattas det att en fjärdedel av alla unga blivit utsatta för nätmobbing. Det finns mycket olika siffror på hur stort problemet är men jag har valt att inte fokusera på några specifika statistikuppgifter. Det kommer säkert finnas mycket flera nya statistikuppgifter i framtiden så detta är ett arbete som kanske förlorar sin relevans om några år. Beroende på om det finns andra databaser med flera artiklar kanske man skulle nå ett annat resultat eller komma fram till andra slutsatser. Det finns inte så lång historik av studier inom detta område, vilket gör att man inte kan gå tillbaka i tiden och se hur fenomenet har förändrats och jämföra med dagens läge. Studien är inte specifikt riktad mot någon av de stora sociala nätverken. Detta kan vara en nackdel för brist på specifika data om enskilda sociala nätverken.

10.0 DISKUSSION

Studien tangerar många svåra ämnen som utanförskap och mobbing. För många är det en vardag att bli nätmobbade och mobbade. Studien visar på att stanna hemma från skolan och sjunkande

skolresultat kan vara resultat av att bli utsatta för nätmobbing. För många unga är det en stor börda, och av rädsla stannar hemma och deltar inte längre i skolarbetet. Att inte bli inkluderad är en av de värsta saker som unga kan tänka sig. Som blivande sjukskötare har jag kunnat ta till mig mycket ny kunskap om vad som påverkar ungas vardag. Målet var att kunna visa på hur vi påverkas av den allt mer hårda internetmiljön. Depression och ångest är de främsta följderna av den hårda internetmiljön. Studien har ett brett täckande område och kan beskriva i stora drag problemet med nätmobbing och utanförskap. Studien har inte så klara avgränsningar och på grund av svag evidens kan inga generaliseringar göras. Det finns en del att bygga vidare på som att följa upp hur de som blir utsatta för nätmobbing klarar av skolan och om de behövt hjälp från vården för tex. depression.

Källor:

Arcada: <https://rdi.arcada.fi/dediwe/en/> hämtat den 3.3. 2019

Barboza G-E., 2014, *The association between school exclusion, delinquency and subtypes of cyber- and F2F-victimizations: Identifying and predicting risk profiles and subtypes using latent class analysis.*, Child Abuse & Neglect.,

Bergman L; Lång, L; Yle 2015 <https://svenska.yle.fi/artikel/2015/10/21/tufft-sprak-kraver-hard-hud-pa-sociala-medier> hämtat den 26 september 2016

Buelga S, Martínez-Ferrer B, Cava M-J, Ortega-Barón J., 2019 Psychometric Properties of the CYBVICS Cyber-Victimization Scale and Its Relationship with Psychosocial Variables. Social Science.

Cerna Alena, Machakova Hana, Dedkova Lenka., 2016, *Whom to Trust: The Role of Mediation and Perceived Harm in Support Seeking by Cyberbullying Victims.*, Children and society upplaga:30 sid 265-277

Cohen-Almagor R., 2018, *Social responsibility on the Internet: Addressing the challenge of cyberbullying.*, Aggression and Violent Behavior.

Doane A, Pearson M, Kelley M., 2014, *Predictors of cyberbullying perpetration among college students: An application of the Theory of Reasoned Action.*, Computers in Human Behavior.

Eriksson, Lindberg, Flygare, Danback., 2002, *skolan – en arena för mobbing, en forskningsöversikt och diskussion kring mobbning i skolan.*, Liber Stockholm

Handono, Kasetchai, Kasetchai 2019 *,Factors related with cyberbullying among the youth of Jakarta, Indonesia,* Children and Youth Services Review. Upplaga nr 99

Hinic., 2001, sveks idrottsforskning. Sverige nr 4 årgång 10 antal sidor 52

Johansson, Hanna ; 2013 skolverket <http://www.skolverket.se/skolutveckling/resurser-for-larande/kollakallan/kallkritik/sociala-medier/fakta> hämtat den 6.8

Karabacak K, Öztunç M, Eksioğlu S, Erdoğan D-G, Yar S, Ekenler D, Selim K., 2014, *Determination of the level of being cyber bully/ victim of eighth grade students of elementary schools.*, Procedia databas

Kothgassner O, Griesinger M, Kettner K, Wayan K, Völkl-Kernstock S, Hlavacs H, Beutl L, Felnhofer A., 2017 *Real-life prosocial behavior decreases after being socially excluded by avatars, not agents.*, Computers in Human Behavior

- Landoll R, La Greca A, Lai b, Chan S, Herge W., 2015, *Cyber victimization by peers: Prospective associations with adolescent social anxiety and depressive symptoms.*, Journal of Adolescence
- Levac D, Colquhoun H, O'Brien K., 2010, *Scoping studies: advancing the methodology, implement sience*
- Lindell B , Courtney B., 2018, *Attachment buffers the physiological impact of social exclusion.*, polos one
- Mathieson J , Popay J, Enoch E, Escorel s, Hernandez M, Johnston H, Rispel L., 2008, *Social Exclusion Meaning, measurement and experience and links to health inequalities A review of literature.*, WHO Social Exclusion Knowledge Network Background Paper 1
- Menesini E, Nocentini A, Camodeca M., 2011, *Morality, values, traditional bullying, and cyberbullying in adolescence.*, British Journal of Developmental Psycholog upplaga 31
- ODonnell P, Odonavan D, Elmusharaf K., 2018, *Measuring social exclusion in healthcare settings: a scoping review.*, International Journal for Equity in Health
- Snakenborg J, Van Acker R, Gabel R., 2011, *Cyberbullying Preventionand Interventionto Protect Our Children and Youth.*, Preventing School Failure USA 88-95
- Sobba k, Paez R, Bensel T., 2017, *Perceptions of Cyberbullying: An Assessment of Perceived Severity among College Students.*, Association for Educational Communications & Technology
- Satpathy A, Ganth B., 2015, *Influence of cyberbullying and fear of negative evaluation among youth.*, Indian Journal of Health and Wellbeing.
- Underwood M, Ehrenreich S., 2017, *The Power and the Pain of Adolescents' Digital Communication: Cyber Victimization and the Perils of Lurking.*, American Psychological association.
- Vaillancourt T, Faris R, Mishna F., 2017, *Cyberbullying in Children and Youth: Implications for Health and Clinical Practice.*, The Canaidian journal of psychiatry.
- Zhanga A, De Lucab S, Oh S, Liu C, Song X., 2019, *The moderating effect of gender on the relationship between bullyingvictimization and adolescents' self-rated health: An exploratory study usingthe Fragile Families and Wellbeing Study.* Children and Youth Services Review.
- Zhou N, Huang J och Wei T., 2017, *Interactive effects of perceived social exlution and self-construal on recycling behavior.*, Social Behavior and personality journal

Zych I, Ortega-Ruiz R, Del Rey R., 2015, *Scientific research on bullying and cyberbullying: Where have we been and where are we going.*, Aggression and Violent Behavior.

Artikel nr 1

Författare : Karabacak K, Öztunç M, Eksioğlu S, Erdoğan D-G, Yar S, Ekenler D, Selim K,
Titel: Determination of the level of being cyber bully/ victim of eighth grade students of elementary schools. utgivnings år 2014. Tidskrift Procedia Databas ScienceDirect

Studiens syfte: Målet med studien var att undersöka nätmobbning och offren för nätmobbning om det fanns någon skillnad mellan könen.

Studiens målgrupp: årskurs 8 från grundskolan. Studien inkluderar både pojkar och flickor.

Studiens Resultat: Pojkar är oftare de som begår nätmobbning. Resultatet är dock väldigt svagt då det inte skiljer mycket mellan de två könen.

Studiens metod: Enkätstudie

Artikel Nr 2

Författare: Landoll R, La Greca A, Lai b, Chan S, Herge W, Titel: Cyber victimization by peers: Prospective associations with adolescent social anxiety and depressive symptoms. Utgivningsår 2015 Tidskrift Journal of Adolescence. Databas Science direkt

Studiens syfte: Att följa med i en sexveckors period och undersöka om det finns något samband mellan nätmobbnings offer och om de har ökad tendens till social fobi och depression.

Studiens målgrupp: ungdomar i åldern 14 till 18

Studiens resultat : Ungdomar känner allt mer ångest och depression efter de blivit utsatta för nätmobbning. Det är enkelt att sprida falsk eller skadlig information till en stor publik.

Studiens metod : enkätstudie

Artikel nr 3

Författare: Barboza G-E, Titel : The association between school exclusion, delinquency and subtypes of cyber- and F2F-victimizations: Identifying and predicting risk profiles and subtypes

using latent class analysis, Utgivnings år 2014, Tidskrift: Child Abuse & Neglect, Databas: Science direkt

Studiens syfte: syftet med denna artikel är att utreda vad konsekvenserna av online och offline mobbning och trakasserier och om de kunde leda till sämre skolresultat.

Studiens målgrupp: 12 till 18 år, ingen skillnad mellan ras eller kön

Studiens resultat: Att bli utsatt för nätmobbing ökar risken för att inte vilja delta i solaktiviteter och ökar frånvaron från lektioner.

Studiens metod: litteraturstudie

Artikel nr 4

Författare: Kothgassner O, Griesinger M, Kettner K, Wayan K, Völkl-Kernstock S, Hlavacs H, Beutl L, Felnhofer A, Titel Real-life prosocial behavior decreases after being socially excluded by avatars, not agents. Utgivnings år 2017, Tidskrift: Computers in Human Behavior . Databas Science direkt.

Studiens syfte: Att undersöka om det finns ett samband mellan digitalt utanförskap och om det påverkar deras dagliga beteende och mående.

Studiens Målgrupp: Universitets studenter

Studiens Resultat. Att deltagarnas agerande med olika virtuella plattformar där de upplevde stress och olika negativa känslor.

Studiens metod: enkätstudie

Artikel nr 5

Författare: Doane A, Pearson M, Kelley M. Titel: Predictors of cyberbullying perpetration among college students: An application of the Theory of Reasoned Action. Utgivnings år: 2014. Tidskrift: Computers in Human Behavior. Databas Science direkt

Studiens syfte: Att testa högskolestudenter hur sannolikt att de skulle begå nätmobbning och hur de kände mot offren för nätmobbning.

Studiens Målgrupp: Högskolestudenter

Studiens Resultat. Nätmobbare har ofta bemötande mot sin offer där de vill förnedra ofantligt, bedra och söka o önskad kontakt.

Studiens metod: enkätstudie

Artikel nr 6

Författare: Zych I, Ortega-Ruiz R, Del Rey R. Titel: Scientific research on bullying and cyberbullying: Where have we been and where are we going. Utgivnings år 2015. Tidskrift Aggression and Violent Behavior. Databas Science direkt

Studiens syfte: Att kartlägga den befintliga litteraturen och försöka förutse vart vi är på väg

Studiens Målgrupp: Studien har inga avgränsningar

Studiens Resultat. Många av de utgivna artiklarna kommer från norra Europa eller nord Amerika. Samarbete mellan de olika länderna har ökat kunskapen om ämnet.

Studiens metod: Litteraturstudie

Artikel nr 7

Författare: Cohen-Almagor R. Titel Social responsibility on the Internet: Addressing the challenge of cyberbullying. Utgivnings år 2018. Tidskrift: Aggression and Violent Behavior. Databas science direkt

Studiens syfte: Att diskutera fenomenet nätmobbning mellan olika discipliner som Psykologi,

neurologi med mera.

Studiens Målgrupp: studien kommer att ungdomar.

Studiens Resultat. Ett samarbete mellan skolor, föräldrar, regering, frivillig organisationer och sociala medier för att motarbeta nätmobbning.

Studiens metod: litteratur studie

Artikel nr 8

Författare: Underwood M, Ehrenreich S, Titel: The Power and the Pain of Adolescents' Digital Communication: Cyber Victimization and the Perils of Lurking. Utgivnings år 2017. Tidskrift: American Psychological association. Databas: Pubmed

Studiens syfte: Att förbättra förståelsen för hur unga använde sociala medier och hur mycket de använder dem.

Studiens Målgrupp: Ungdomar.

Studiens Resultat. Psykologer behöver studera ämnet mera. Mera forskning hjälper att förstå de svårigheter ungdomar bemöter på internet.

Studiens metod: Litteraturstudie.

Artikel nr 9

Författare: Vaillancourt T, Faris R, Mishna F. Tittel: Cyberbullying in Children and Youth: Implications for Health and Clinical Practice. Utgivnings år 2017. Tidskrift: The Canadian journal of psychiatry. Databas: Pubmed

Studiens syfte: Att utreda konsekvenserna av nätmobbningen.

Studiens Målgrupp: barn och ungdomar.

Studiens Resultat. Nätmobbning skapar ett stort lidande för ungdomar i Kanada. Med screening av barn kan man lättare hitta de som blivit utsatta för nätmobbning.

Studiens metod: litteraturstudie

Artikel Nr 10

Författare: Satpathy A, Ganth B. Titel: Influence of cyberbullying and fear of negative evaluation among youth. Utgivnings år 2015. Tidskrift: Indian Journal of Health and Wellbeing. Databas: Ebsco

Studiens syfte: Målet är att undersöka om det finns någon skillnad mellan könen och hur stor är skillnaden att drabbas av nätmobbning

Studiens Målgrupp: Ungdomar ålder 18-25 år

Studiens Resultat. Män är mer aktiva och är oftare de som blir utsatt för nätmobbning. Kvinnor visar ofta mera symtom på nätmobbning som depression med mera.

Studiens metod: Enkätstudie

Artikel Nr 11

Författare: Buelga S, Martínez-Ferrer B, Cava M-J, Ortega-Barón J. Titel: Psychometric Properties of the CYBVICS Cyber-Victimization Scale and Its Relationship with Psychosocial Variables. Utgivnings år 2019. Tidskrift Social Science. Databas Google Scholar.

Studiens syfte: Att analysera Psykometriska av skalan Adolescent Cyber-Victimization Scale som är ett hjälpmedel för att bedöma nätmobbning.

Studiens målgrupp: Ungdomar.

Studiens resultat. Att den nuvarande metoden är föråldrad och behöver förnyas.

Studiens metod: Tvärsnittsstudie.

Artikel nr 12

Författare: Zhanga A, De Lucab S, Oh S, Liu C, Song X. Titel: The moderating effect of gender on the relationship between bullyingvictimization and adolescents' self-rated health: An exploratory study usingthe Fragile Families and Wellbeing Study. Utgivnings år 2019. Tidskrift: Children and Youth Services Review. Databas Google Scholar

Studiens syfte: Undersöka ungdomar som utsatts för nätmobbning och hur de beskriver deras hälsa.

Studiens målgrupp: Ungdomar

Studiens resultat: Många ungdomar berättar att deras hälsa blivit mycket sämre då det blivit utsatta för nätmobbning.

Studiens metod: Att söka upp statistik från de senaste 15 åren och sedan analysera resultatet.

