

Friendsrapporten 2019




friends

Produktion: Maria Loodberg och Frida Warg, Friends

Grafisk form: Karin Bellander, Friends

Fotografi: Jennifer Söderlund, s. 5, 10, 11, 22, 26.

Johanna Åkerberg Kassel, s. 17

Illustration: Anna Windseth

Originalare: Micaela Gustavsson

Ansvarig utgivare: Per Leander, Friends

Tryck: Printer

www.friends.se

info@friends.se

Facebook: StiftelsenFriends

Instagram: stiftelsenfriends

Innehåll

Om rapporten 4

Sveket mot de ensamma eleverna 5

Ordlista 6

Resultat i korthet 7

Ensamhet och utanförskap 9

Friends barn- och ungdomsråd om
ensamhet och utanförskap 10

Kränkningar och mobbning 12

Elever som utsätts för trakasserier 16

Sexuella trakasserier 19

Förtroende och tillit
till vuxenvärlden 21

Organisatoriska framgångsfaktorer
för att förebygga mobbning 25

Friends arbete och uppdrag 26

Om rapporten

Varje år kartlägger Friends tryggheten på skolor runt om i landet. I denna rapport sammanställer vi data från årets kartläggning, där totalt 23 171 barn och unga, under tidsperioden 1 augusti 2018 till 1 juni 2019, svarat på frågor om förekomsten av mobbning och kränkningar. 9 259 elever i årskurs F-3, 7 191 elever i årskurs 3-6 och 6 721 elever i årskurs 6-9 har svarat på enkäten. Personalenkäten har besvarats av 2 545 anställda. Av dessa är 1 801 pedagoger, 86 skolledare, 337 annan skolpersonal och 321 fritidspersonal.

Kartläggningen utgår från rådande lagstiftning och behandlar kränkningar, trakasserier, diskriminering och mobbning samt trivsel, trygghet och kännedom/delaktighet i likabehandlingsarbetet på skolan. Insamlingen har genomförts via webbaserade, åldersanpassade enkäter och samtliga respondenter är anonyma. Enkäternas årskurser överlappar varandra för att passa skolor som är organiserade på olika sätt.

Citaten i rapporten är ett urval av respondenternas fritextsvar. Alla medverkande skolor har inte genomfört en utbildning med Friends, men samtliga har valt att kartlägga tryggheten i sin skola med hjälp av Friends.

Definitioner

Då enkäterna är åldersanpassade kan definitioner och frågor skilja sig åt mellan de olika enkäterna. För årskurs 3-9 definieras en kränkning som att någon sagt eller gjort något som fått en att känna sig ledsen, sårad och mindre värd. I enkäten för årskurs F-3 frågar vi *"Har någon elev/vuxen i skolan gjort något dumt mot dig så att du blev ledsen?"*. Mobbning beskrivs i alla enkäter som när någon blivit utsatt för kränkningar av en eller flera elever vid flera olika tillfällen, samt att den utsatte känner att hen är i underläge eller har svårt att försvara sig.

Om kön

I enkäterna frågar vi om deltagarnas könsidentitet. Avsikten med detta är att mäta om det finns några skillnader i upplevelser och utsatthet utifrån kön. Könsidentitet omfattar dels en persons mentala eller självupplevda könsidentitet, dels hur någon uttrycker det som kan kallas personens sociala kön, till exempel genom kläder, kroppsspråk, smink eller frisyr. Svartalternativen *tjej, kille, annat alternativ, osäker* samt *vill ej svara* baseras på RSFL:s rekommendationer. I enkäten för F-3 används dock bara fyra svartalternativ: *flicka, pojke, varken flicka eller pojke* samt *jag vet inte*. Att denna rapport endast redovisar skillnader mellan hur flickor/tjejer och pojkar/killar har svarat beror på att de som valt andra alternativ på frågan om könsidentitet är för få för att utgöra ett pålitligt statistiskt underlag.

Sveket mot de ensamma eleverna

”Tänk om jag hade någon
att vara med. Tänk om jag hade
en enda kompis.”

De meningarna skrev Sara Damber gång på gång i sin dagbok när hon gick i högstadiet. Senare i livet kom hon att grunda Friends, med den starka övertygelsen att alla har rätt till en vän. Precis som för mängder av andra elever präglades hennes skolgång av kränkningar, men också av det hon beskriver som ”den stora grymma tystnaden”.

2018 träffade Friends mer än 10 000 elever och lika många vuxna deltog i våra utbildningar. Under dessa möten får vi ta del av berättelser om hur mobbning kan vara totalt förödande – för den enskilde, för en hel klass och inte sällan för hela familjer. Ofta har den utsatte en känsla av att totalt ha förlorat sitt människovärde.

Årets Friendsrapport bygger på tusentals vittnesmål från barn och unga som berättar om hur de har det om dagarna. Vad som händer på rasten, i klassrummet och på nätet. De berättar om förtroende för vuxenvärlden, hur de upplever olika platser på sin skola och om vilka jargonger som finns bland elever och skolpersonal. Många berättar om en trygg skola, där det finns vuxna som de litar på och kompisar att leka med. Men rapporten visar också att nästan var fjärde elev känner sig ensam i skolan. Dessa elever är i högre grad också utsatta för mobbning, kränkningar och otrygghet. De ensamma eleverna har även lägre förtroende för vuxenvärlden, och känner inte att de har någon vuxen att vända sig till om de blir illa behandlade. Det som många elever lyfter fram som det allra värsta är den ofrivilliga ensamheten; att inte ha en kompis i klassen, att inte ha någon att vara med på rasten eller att ingen pratar med en överhuvudtaget.

Ofrivillig ensamhet i skolan är ett stort problem. Vuxenvärlden är generellt bättre på att reagera på kränkningar som hörs och syns. Ensamhet är också förknippat med stora skamkänslor och det är svårt att erkänna – både för sig själv och för någon annan – hur det är att inte vara önskvärd i det sociala samspelet.

Jag är övertygad om att vi vuxna måste ta ansvar för alla delar av barn och ungas liv. Både hemma och i skolan behöver barn få tillgång till varma relationer, ges möjlighet att träna på empati och utveckla sociala band. Vi vuxna måste också visa att vi tar vänskapsrelationer och ensamhet på allvar.

Det är ett stort svek att bortse från den oerhörda utsatthet det innebär att dels vara utsatt för kränkningar, dels vara ensam och utan stöd från jämnåriga. Att vara en del av gemenskapen tas för givet av den som är det, och är den högsta drömmen för den som inte är det.



Per Leander
Generalsekreterare Friends

Ordlista

Kränkning beskrivs i Friends enkäter som en handling som gör att personen som blir utsatt känner sig ledsen, sårad och mindre värd.

Kränkande behandling är ett begrepp som används i skollagen och innebär ett uppträdande som kränker ett barns eller en elevs värdighet utan att ha samband med någon av diskrimineringsgrunderna.

Mobbning är när någon blivit utsatt för kränkningar och/eller trakasserier av en eller flera personer vid flera olika tillfällen. Den som är utsatt för mobbning kan uppleva sig i underläge och ha svårt att försvara sig.

Diskriminering är när en elev behandlas sämre eller missgynnas av skolan som institution och det har samband med någon av de sju diskrimineringsgrunderna: kön, könsidentitet eller könsuttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionshinder, sexuell läggning eller ålder*.

Trakasserier är när någon blir kränkt utifrån någon av de sju diskrimineringsgrunderna. Det räcker med en händelse för att någon ska göra sig skyldig till trakasserier*.

Sexuella trakasserier är ett uppträdande av sexuell natur som kränker någons värdighet. Exempel på sexuella trakasserier kan vara kommentarer, visslingar, blickar, meddelanden, tafsningar eller rykten som handlar om sex eller den utsattes kropp och känns obehagliga eller är oönskade/ovälkomna för personen som är utsatt*.

Normer är osynliga regler som skapas utifrån föreställningar om vad som är " normalt " och vad som är avvikande. Normer finns överallt och de talar om för oss hur vi ska tycka, se ut och vara i olika sammanhang.

**Definitionerna av diskriminering, trakasserier och sexuella trakasserier utgår från diskrimineringslagen.*

Resultat i korthet

Ensamhet

Åk F-3

25%

svarar att de brukar vara oroliga för att bli ensamma på rasten

Åk 3-6

28%

svarar att de känner sig ensamma i skolan

Åk 6-9

17%

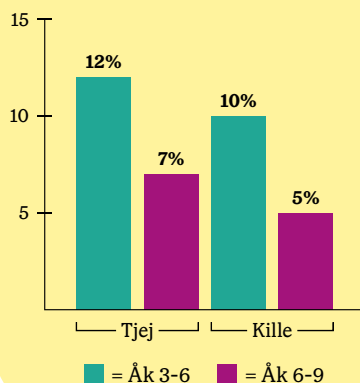
svarar att de känner sig ensamma i skolan

Mobbning

Upplever du att du har blivit mobbad av andra elever under det senaste året?

(Av de som svarat som uppgett att de blivit kränkta)

Svar: Ja



Kränkningar

Åk 3-6

29%

har blivit utsatta för kränkningar av en annan elev

Åk 6-9

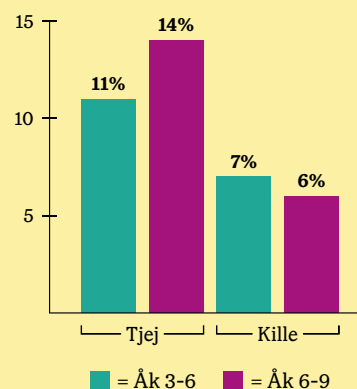
24%

har blivit utsatta för kränkningar av en annan elev

Sexuella trakasserier

Har du blivit utsatt för sexuella trakasserier av någon elev på skolan under det senaste året?

Svar: Ja



Förtroende för vuxna

Åk 6-9

21%

som blivit utsatta för kränkningar av annan elev har inte berättat om detta för någon

Otrygga platser

Åk 3-6

Toaletter 22%

Omklädningsrum 18%

Skolgård 7%

Åk 6-9

Toaletter 15%

Omklädningsrum 12%

Korridor 9%

Om otrygghet i matsalen

**”Jag sitter alltid
själv och då känns det
jobbigt. Ibland tar jag upp
ett helt bord för att jag är
helt ensam och då känns
det som att folk vill att
jag ska flytta.”**

– Elev åk 6-9

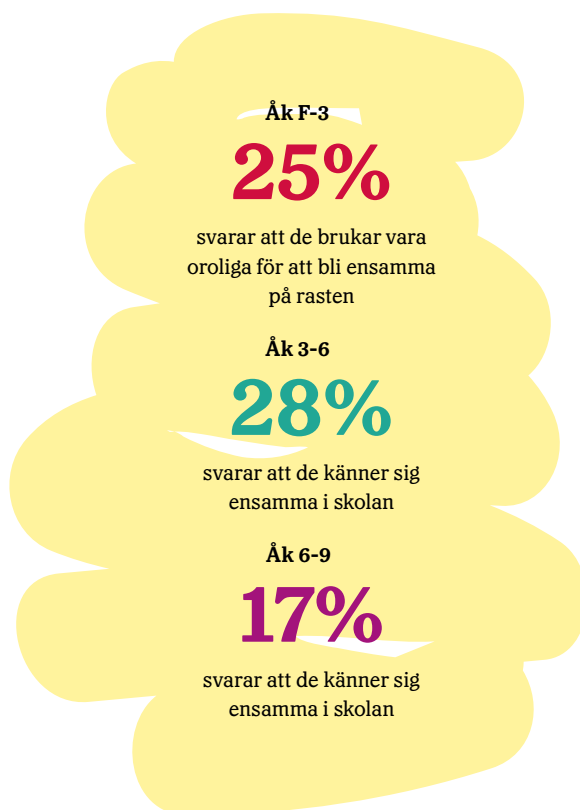
Ensamhet och utanförskap

Att ha vänner och sociala sammanhang är ett grundläggande mänskligt behov. Elever som upplever ensamhet är utsatta för kränkningar i högre grad än de som inte upplever sig ensamma i skolan. Ensamheten kan i många fall också leda till bristande skolgång och negativa konsekvenser för hälsan.

Att vara en del av gemenskapen

Behovet av ett socialt sammanhang och att bli bekräftad av andra människor är avgörande för att barn ska känna sig sedda och utveckla en god självkänsla. Nästan var fjärde elev i årskurs 3-9 känner sig ensam i skolan. När Friends möter elever berättar många att de upplever ensamhet som värre än exempelvis kränkningar och fysiska slag.

Ensamma elever är också mer utsatta än andra elever. Friends kartläggning visar att elever som känner sig ensamma i högre grad blir utsatta för mobbning och kränkningar och känner sig mer otrygga i skolan. Av eleverna i högstadiet, som i enkäterna svarar att de *alltid* är ensamma i skolan, uppger 61 procent att de blivit utsatta för kränkningar det senaste året, jämfört med 15 procent av de som uppger att de *aldrig* är ensamma i skolan.



”Jag har känt mig ledsen förut men just nu så känner jag mig ensam.”

– Elev Åk 3-6

”T.ex. så vill inte vissa sitta bredvid mig och säger ”jag tänker f#n inte sitta bredvid han”. Ibland får jag blickar som är kränkande”

– Elev Åk 6-9

I en studie från Örebro universitet, i samarbete med Friends, har tre olika faktorer granskats: ogiltig frånvaro, förekomsten av mobbning och kränkningar samt avsaknad av socialt umgänge. I studien undersöktes hur de tre faktorerna påverkar elevernas prestationer och möjligheter att få godkända betyg. Den faktor som visat sig ha störst negativ inverkan på betygen är avsaknad av ett socialt umgänge på rasterna.

Elever som uppger att de är ensamma i skolan löper tre gånger högre risk att få icke godkända betyg samma år. Att inte ha några vänner, någon att sitta bredvid i matsalen eller någon som frågar hur helgen har varit är vardag för tusentals elever i Sverige¹.

Friends barn- och ungdomsråd om ensamhet och utanförskap

Friends barn- och ungdomsråd består av ett tiotal ungdomar i åldrarna 13-19 år. De är geografiskt utspridda över landet och har olika erfarenheter och bakgrund. Här är deras tankar om ensamhet och utanförskap:



“Det är viktigt att ingen i klassen är utfrysad och att alla känner sig inkluderade. Ett sätt att inkludera är att lärarna gör aktiviteter där alla får delta. Elever kan också agera, genom att exempelvis säga hej till sina klasskamrater.”

– **Fatma**



“Att känna mig ensam påverkade mina betyg och min inläring negativt. Min svenska blev sämre. Skolkuratorn sa att ensamhet påverkar inläring och att man inte lär sig som vanligt. Jag hade inte lust att gå skolan och ville vara hemma hela tiden.”

– **Majid**



“Att vara ensam har varit jobbigt för mig. Jag kände att det inte fanns någon som brydde sig om mig och som ville ha mig där. Det har påverkat min självbild och resulterat i självhat. Det har också hållit i sig länge efter att utfrysningen slutade.”

– **Rebecca**



“Jag började bli utfrysad i tidig ålder. Det handlade nog mycket om att folk inte hade lust att lära känna mig. Så fort jag blir lämnad ensam idag så känns det tomt, även om stunden inte är så lång. Jag vill inte hamna där jag var.”

– **Annie**



“Det är viktigt att inkludera alla som vill det. Ensamhet ska aldrig vara påtvingad, men ibland kan den vara självvald. Kom ihåg att alltid fråga om någon valt att vara själv eller inte. Det är ett sätt att inkludera alla.”

– **Nadine**



“Att vara ensam har gjort att jag känt mig annorlunda. Som att hela tiden vara på utsidan och se in på vad andra gör, istället för att vara en del av det. Det har gjort att jag är rädd för att bli övergiven av människor och bli ensam igen.”

– **Jennifer**

“Att jag har varit utanför har påverkat min självbild och satt spår i livet. Jag är ständigt rädd för att bli ensam och bortglömd och känna att jag inte duger till.

Varje dag försöker jag förklara för mig själv att det inte var något fel på mig.”

– **Therese**



“Försök vara lyhörd, se om någon sitter ensam. Börja med ett hej och fråga om hen vill ha lite sällskap. Ibland kan det göra så mycket. Det är viktigt att inkludera alla rent demokratiskt och för att alla ska känna sig sedda.”

– **Arvid**

“När jag tänker på ensamhet gör det ont. Att vara ensam känns tomt, som att något fattas inom en. Jag har fått väldigt dåligt självförtroende av att vara utfryst och kan ha svårt att knyta an till människor.

– **Elin**

Kränkningar och mobbning

Kränkningar och mobbning bland barn och unga sker dagligen i skolan, på fritiden och på internet. För en del elever pågår utsattheten i flera år, vilket kan få förödande konsekvenser för den drabbade. Friends enkätsvar visar att barn som upplever sig ensamma i högre grad är utsatta för mobbning.

Kränkningar mellan elever

Mer än var fjärde elev i mellan- och högstadiet har enligt Friends kartläggning blivit utsatta för kränkningar det senaste året. Mer än hälften, 54 procent, av eleverna i årskurs F-3 svarar ja på frågan "Har någon elev gjort något dumt mot dig så att du blev ledsen?". Att så många svarar ja kan bland annat bero på att de yngsta eleverna har ett annat sätt än äldre elever att se på händelser i skolan. Tilliten till vuxna är dessutom större i de yngre åldrarna, vilket kan medföra att de yngre eleverna är mer benägna att berätta om olika negativa förhållanden.

Mer än var tredje elev på mellanstadiet och nästan var femte på högstadiet känner sig oroliga för att bli illa behandlade i skolan. Trots dessa resultat och att mer än var fjärde elev svarar att de blivit utsatta för kränkningar, svarar nästan var femte i skolpersonalen att de inte känner till att någon elev har blivit kränkt av en annan elev det senaste året. Det kan bero på många olika faktorer, till exempel att vissa kränkningar har blivit så vanliga att de har normaliserats.

Har du blivit utsatt för kränkningar av någon elev det senaste året?

(Av de som svarat att de upplever sig ensamma)

Svar: Ja

Åk 3-6

46%

Åk 6-9

44%

Mobbning

Av de elever som uppgett att de har blivit kränkta svarar 40 procent i årskurs 3-6 och 36 procent i årskurs 6-9 att de blivit utsatta för mobbning det senaste året. Bland de yngre eleverna svarar 30 procent, och 36 procent bland de äldre eleverna, att mobbningen pågått i ett år eller längre. Kartlägg-

Har du någon gång under det senaste året blivit kränkt av en elev på skolan?

Svar: Ja

Åk 3-6

29%

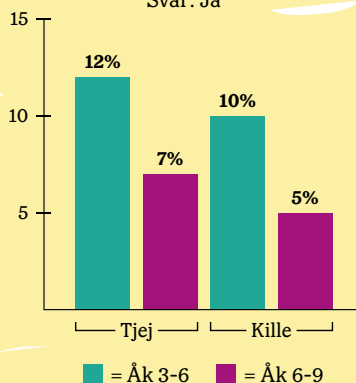
Åk 6-9

24%

Upplever du att du har blivit mobbad av andra elever under det senaste året?

(Av de som svarat som uppgett att de blivit kränkta)

Svar: Ja



”Jag har blivit inlåst med avsikt i ca 3 timmar och mycket annat med.”

– Elev Åk 3-6

ningen visar att ensamma elever i högre utsträckning är utsatta för mobbning. Ungefär en femtedel av eleverna som upplever sig ensamma i skolan svarar att de blivit utsatta för mobbning under det senaste året.

Upplever du att du har blivit mobbad av andra elever under det senaste året?

(Av de som svarat att de upplever sig ensamma)

Svar: Ja

Åk 3-6

22%

Åk 6-9

19%

Att vara utsatt för mobbning kan vara förödande. Det kan exempelvis leda till låg självkänsla, oro, ångest, depressioner och självmordstankar. Barn som är utsatta under en längre tid upplever dessutom en lägre känsla av sammanhang och meningsfullhet och löper större risk att hamna i långvarigt utanförskap². Relationer till andra har en central roll i ungas berättelser när de beskriver psykisk ohälsa. Det sociala spelet, och de negativa känslor som följer när detta spel inte fungerar, är därför en viktig dimension av psykisk ohälsa³.

Hur gick det till när du blev kränkt?

(Bas: Har du blivit utsatt för kränkningar av någon elev/elever det senaste året?
Flervalsfråga)

Åk 3-6

73%

Någon har sagt fula ord eller kallat dig för något du blir ledsen av

44%

Du har blivit lämnad ensam, känt dig utanför, eller fått elaka blickar/miner

31%

Någon har slagit, tafsat eller sparkat på dig

På vilket sätt har du kränkts?

(Bas: Har du blivit utsatt för kränkningar av någon elev/elever det senaste året?
Flervalsfråga)

Åk 6-9

68%

Verbalt (hot, elaka ord, rykten m.m.)

52%

Psykiskt/Socialt (utfrysning, ignorerad, blickar, miner m.m.)

30%

Via nätet och/eller mobiltelefonen

Utsatthet på nätet

Enligt Friends nätrapport från 2017 har 35 procent av barn i åldrarna 10-16 år blivit utsatta för kränkningar på nätet det senaste året⁴. Mer än var femte elev i högstadiet vet inte vem de ska vända sig till om de blir utsatta för mobbning och/eller kränkningar på nätet. Skolan bör inte separera skola från

fritid, då dessa arenor går in i och påverkar varandra. Det är därför viktigt att skolpersonal pratar om nätkränkningar och sociala medier, samt inkluderar detta i skolans trygghetsarbete. Vuxna i skolan har alltid ett ansvar att förebygga kränkningar, oavsett om de sker på nätet eller utanför⁵.



”Helt ärligt vet jag inte varför de gör så mot mig. Det enda jag vet är att jag inte vill att det ska fortsätta.”

– Elev åk 3-6

Elever som utsätts för trakasserier

Kränkningar i skolan är ofta kopplade till någon av lagens sju diskrimineringsgrunder och vissa grupper är mer utsatta än andra. Trakasserier och diskriminering är ett stort samhällsproblem och det är vuxnas ansvar att upptäcka, förebygga och åtgärda dessa trakasserier.

När kränkningar har samband med en eller flera av diskrimineringsgrunderna kallas det trakasserier⁶. När vi frågar elever som blivit kränkta om vad kränkningarna handlade om är det vanligaste svaret att det rör saker som intresse, klädstil eller utseende. Dock svarar många elever att de blivit utsatta för trakasserier. På högstadiet handlar det oftast om diskrimineringsgrunden etnicitet, men det är också vanligt att bli utsatt på grund av sitt kön eller utifrån könsidentitet eller könsuttryck. På mellanstadiet är trakasserierna oftast kopplade till etnicitet, vem man blir kär i och vilket kön man har.

Även om vem som helst kan bli utsatt för kränkningar och mobbning visar olika studier att vissa grupper är mer utsatta än andra. Ensamma elever, barn som invandrat⁷, HBTQ-ungdomar⁸ och elever med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar⁹ är exempel på grupper som är utsatta i högre grad än andra.

Det kan vara svårt att upptäcka när negativa beteenden har blivit en del av skolans miljö och vardag. Utifrån läroplanerna ska skolans värdegrund genomsyra verksamheten. En viktig del av arbetet med att motverka kränkningar och trakasserier är att undersöka vad som möjliggör, respektive hindrar, en verksamhet som främjar allas lika värde¹⁰. Att se individerna och vända normaliseringen av kränkningar är också ett sätt att arbeta för att bryta ensamheten hos många barn.

Skillnader i personalens och elevernas bild av kränkningar

I enkäterna svarar skolpersonalen att de vanligaste orsakerna till kränkningar mellan elever är etnicitet, funktionsnedsättning och kön, vilket skiljer sig från elevernas svar. Skillnaderna mellan elevernas och personalens bild är en indikation på att mer resurser behövs för att kartlägga elevernas trygghet i skolan. Många kränkningar har normaliserats och kunskapen och medvetenheten om de olika diskrimineringsgrunderna behöver bli bättre.

Vanligaste formen av trakasserier

Åk 3-6

Etnicitet 21%

Vem du blir kär i 18%

Att du är tjej eller kille 7%

Åk 6-9

Etnicitet 16%

Kön 12%

Könsidentitet eller könsuttryck 9%

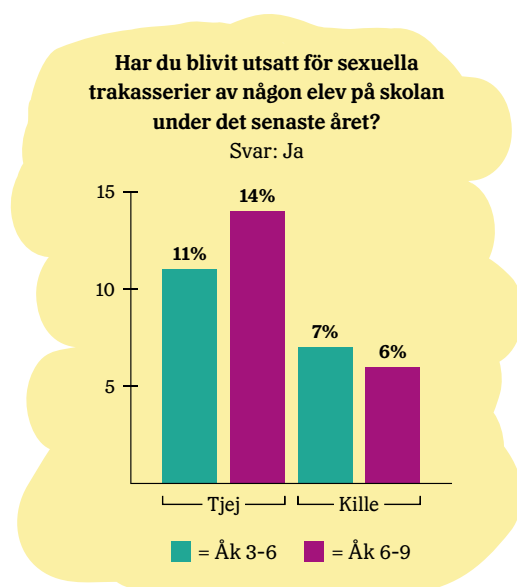


**”H*n smekte sina
händer på mig och det
kändes obehagligt.. och h*n
gjorde det en gång till och
smiskade mig på rumpan
fast jag hade sagt sluta...”**

– Elev åk 3-6

Sexuella trakasserier

Sexuella trakasserier är vanligt förekommande i samhället, så även i skolan. Både elever och personal vittnar om en hård sexualiserad jargong som blivit normaliserad och förväntad. Arbetet mot sexuella trakasserier måste vara en tydlig del av skolans systematiska trygghetsarbete.



I Friends enkäter har elever sedan flera år svarat på frågan "har du blivit utsatt för sexuella trakasserier?". Resultatet visar en underrapportering av förekomsten av sexuella trakasserier, jämfört med resultat från rådande forskning inom ämnet. Underrapporteringen grundar sig bland annat i normaliseringen av sexuella kränkningar och att kunskapen kring hur sexuella trakasserier kan ta sig uttryck behöver förbättras. För att komma åt problemet med underrapporteringen har Friends, med hjälp av forskarna Katja Gillander-Gådin och Helene Zetterström-Dahlqvist från Mittuniversitetet, tagit fram ett kartläggningsverktyg med specifikt fokus på sexuella trakasserier. Frågorna i verktyget ställs utifrån erfarenheter av specifika beteenden, snarare än om man blivit utsatt generellt.

Preliminära resultat från de skolor som har testat kartläggningsverktyget med specifika frågor om beteenden, indikerar att fler anger att de utsatts för olika typer av sexuella trakasserier, jämfört med när frågorna har mer generell karaktär som i Friends vanliga

enkäter. Andelen flickor som anger att de blir utsatta för sexuella trakasserier är större än andelen pojkar. Pojkar berättar generellt om sin utsatthet i lägre utsträckning än flickor, vilket är ett mönster som återkommer även här. De preliminära resultaten indikerar dock att fler killar rapporterar när frågorna som ställs är mer specifika kring beteenden.

"Vet inte om det gills, men samma kille som jag sa hade tafsat på mina tjejkompisar, han tog på min rumpa. Mina tjejkompisar tog han på bröstet och rumpan"

– Elev Åk 3-6

Att flickor utsätts i större utsträckning kan ses som en del av ett större mönster, där förväntningar och osynliga regler kring exempelvis kön, sexualitet, maskulinitet och femininitet skapas och upprätthålls i de sociala sammanhang vi rör oss¹¹.

Förekomsten av sexuella trakasserier är tydlig oavsett kön. Utsattheten ser olika ut för flickor och pojkar, men det är viktigt att ta alla vittnesmål på allvar för att få en tydligare bild av hur hela skolmiljön påverkas av normaliseringen av sexuella trakasserier.

Fakta

Studier visar att sexuella trakasserier kan leda till stress, låg självkänsla, ångest, självsador och självmordstankar. Sexuella trakasserier påverkar även elevernas prestation och närvaron i skolan kan påverkas negativt¹².

**”Många rykten har gått
om att jag är en hora och
detta har lett till visslingar,
kommentarer, blickar och
att ännu fler rykten
har skapats”**

– Elev Åk 6-9

Jargong

Enkätsvaren visar på ett hårt språkbruk bland elever. Specifika ord som har koppling till bland annat etnicitet, kön och sexuell läggning har blivit allmänt accepterade och normaliserade. Fritextsvar från såväl personal som elever beskriver en hård sexuell jargong i skolan. Eleverna berättar att det finns en stor variation i hur de vuxna agerar vid sexuella kränkningar – vissa viftar bort det medan andra tar det på stort allvar.

Erfarenheterna av Friends arbete med kartläggningar visar hur viktigt det är att jobba för ett varmt skolklimat, där det finns tydliga förhållningsregler och där vuxna agerar mot sexuella kränkningar. Detta uppnås genom att lyfta blicken, se till helheten och flytta fokus från individnivå. Skolor och huvudmän måste säkerställa att arbetet mot sexuella trakasserier och negativ jargong är en del av det övriga systematiska trygghetsarbetet och tidigt stärka barn och ungas rätt till sin egen kropp.

**”Väldigt närgången person
som ska kramas och smeka
ryggen, viskar snuskigt i mitt
öra och lyssnar inte på
mina nejsignaler”**

– Elev Åk 6-9

Förtroende och tillit till vuxenvärlden

Vuxna som visar intresse och som tar tydlig ställning mot kränkningar inger ett förtroende hos elever. Det skapar i sin tur tillit och goda förutsättningar för att elever ska vända sig till vuxna när de mår dåligt eller har blivit illa behandlade. Elever som känner sig ensamma i skolan har lägre förtroende för vuxna jämfört med de som inte upplever ensamhet.

Vuxnas ansvar

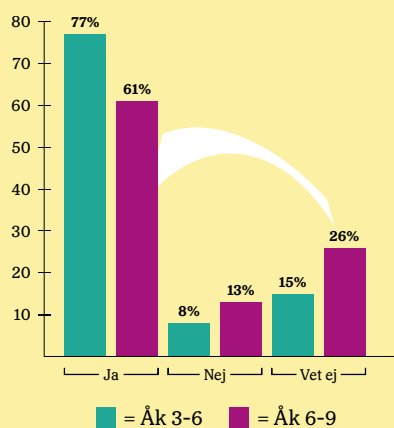
Alla som jobbar i skolans värld har en viktig roll i att skapa en trygg skolmiljö för eleverna. Detta innefattar bland annat att finnas där när en elev behöver stöd eller hjälp, samt att agera mot kränkningar när de uppstår. Om det finns vuxna på skolan som eleverna känner förtroende för finns det också goda förutsättningar för att de har någon att vända sig till när de mår dåligt, har blivit illa behandlade eller är oroliga för att bli ensamma.

Barn som inte berättar om sin utsatthet

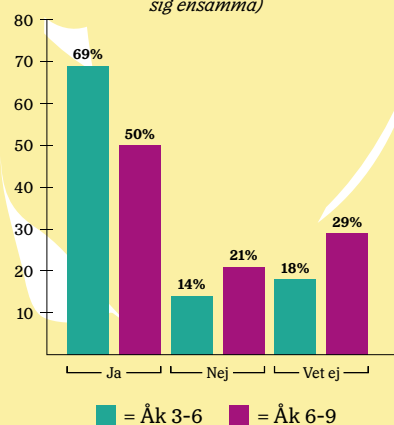
Tillitsfulla relationer är avgörande för att elever som blivit utsatta för mobbning ska välja att berätta för en vuxen. Det kan exempelvis vara till en lärare, en vuxen hemma, en släkting eller en tränare.

Friends kartläggning visar att barn i högstadiet i första hand vänder sig till en vän när de blivit utsatta för kränkningar. Förtroende för vuxna sjunker med åldern. I årskurs 6-9 svarar 13 procent av eleverna att det inte finns någon personal på skolan som de kan prata med och få hjälp av om de skulle bli illa behandlade/kränkta. Av de som uppgett att de blivit utsatta för kränkningar i årskurs 6-9 har 21 procent inte berättat för någon om sin utsatthet. Orsakerna till detta resultat kan vara många; exempelvis att de tidigare inte fått hjälp eller att eleverna känner att vissa ämnen är särskilt svåra att prata om.

Finns det personal på skolan som du känner att du kan prata med och få hjälp av om du skulle bli illa behandlad/kränkt?



(Av de som svarat att de upplever sig ensamma)



När barn utsätts av vuxna

Att som elev bli utsatt för kränkningar av skolpersonal är särskilt allvarligt, då eleven står i beroendeställning till vuxna. Många elever som blivit utsatt av en vuxen på skolan anger att det handlat om enstaka kränkningar, men många svarar också att de blivit utsatta av skolpersonal vid upprepade tillfällen. När vuxna sviker barn på detta sätt påverkar det tilltron till vuxna överlag, men förstärker även utanförskapet och ensamheten hos de elever som blir utsatta.

Har du blivit utsatt för kränkningar av någon i personalen det senaste året?

Svar: Ja

Åk 3-6

7%

Åk 6-9

10%



Vuxnas agerande

För att skapa trygghet vill eleverna se en större vuxennärvaro och att vuxna agerar vid kränkningar. Bristen på samsyn bland personalen framhålls återkommande i enkätsvaren. Vuxna är generellt bättre på att se och reagera på kränkningar som hörs och syns. Både på mellan- och högstadiet visar dock

Har du berättat för någon att du blivit kränkt/mobbad?

(Bas: Har du blivit kränkt/Mobbad)(Flervalsfråga)

Svar: Nej jag har inte berättat för någon

Åk 3-6

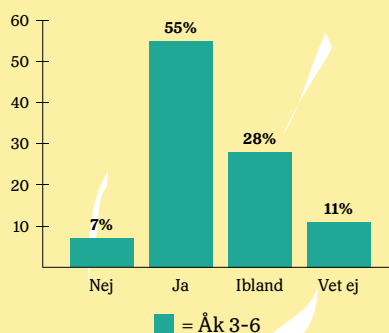
Åk 6-9

16% 22%

enkäten att psykiska/sociala kränkningar är den vanligaste typen av kränkningar.

Mer än en tredjedel av eleverna på mellanstadiet och nästan hälften av eleverna på högstadiet tycker att personalen ibland, sällan eller aldrig agerar när de märker att elever blir illa behandlade. Brist på tydligt agerande från vuxna när någon utsätts sänder signaler till den utsatte, den som utsätter och till omgivningen att det är ett accepterat beteende. Den som utsätter känner att hen inte gör något fel, och den utsatte upplever ett dubbelt svek.

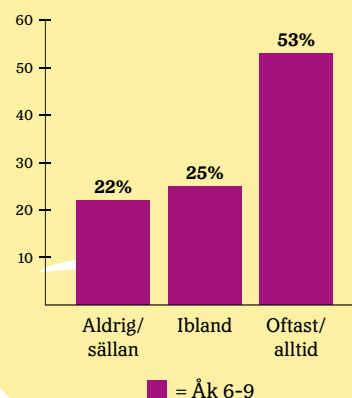
Tycker du att de vuxna på skolan säger till när de märker/får veta att en elev behandlas illa?



”De skulle kunna lyssna när man är ledsen, eller om någon har gjort något som du känner dig ganska obekvämt med och inte vågar säga ifrån. De flesta tar det inte på allvar om det låter som något litet.”

– Elev Åk 3-6

Upplever du att personalen på skolan agerar när de märker/får veta att elever blir illa behandlade/kränkta?



”Att även kolla till under lektionerna. Många lärare tror inte att kränkningar händer under lektionerna men det förekommer faktiskt.”

– Elev Åk 3-6

”(..) ibland känns det som jag är ett spöke i och utanför skolan. Jag säger till fröknarna men det känns som att de inte bryr sig om precis mig när jag känner mig ensam, eller om någon har sagt eller gjort något.”

– Elev åk 3-6

Organisatoriska framgångsfaktorer för att förebygga mobbning

Det finns inte en enskild metod för att stoppa mobbning, som passar alla skolor. Men det finns vissa insatser i det förebyggande arbetet mot mobbning som får genomgående stöd i forskningen. Här är några av de viktigaste:

Utgå från er skola

Kartläggning är avgörande för att veta vad som behöver göras. Alla insatser behöver vara väl förankrade i skolans verksamhet och de utmaningar som finns just där.

Hela skolan-ansats

En hela skolan-ansats är grundläggande för ett effektivt arbete mot mobbning. Det betyder att skolledning, lärare, övrig skolpersonal, elever och föräldrar/vårdnadshavare bör vara delaktiga. Arbetet ska integreras i undervisningen och genomsyra hela skolans verksamhet.

Skapa förtroendefulla relationer

Varma och förtroendefulla relationer mellan lärare och elever lägger grunden för en trygg skola. Det kan till exempel öka elevernas vilja att anförtro sig till vuxna när de själva eller andra behandlas illa. Varje elev behöver ha minst en vuxen i skolan som den litar på.

Involvera eleverna

På skolor med högt elevinflytande har eleverna högre betyg och mindre mobbning förekommer. Om eleverna aktivt deltar i trygghetsarbetet så ökar sannolikheten för att de ska uppfatta insatserna som trovärdiga och relevanta i deras vardag.

Fokusera på skolkulturen

En skola kan präglas av en konfliktfylld kultur på grund av ett auktoritärt ledarskap, maktförhållanden eller hierarki. En kultur som vilar på demokratiska värderingar främjar elevernas förmåga att interagera på ett sätt som kännetecknas av respekt och trygghet.

Höj kompetensen

Skolor som satsar på att öka kunskaperna om mobbning hos personal, elever och vårdnadshavare ökar också kompetensen för att ingripa och förebygga mobbning.

Lev som ni lär

Eleverna behöver ha ett förtroende för trygghetsarbetet och uppleva att personalen lever som de lär. Det handlar om att arbetet inte bara blir något som görs under lektionstid, utan genomsyrar vuxnas agerande.

Friends arbete och uppdrag

Friends är en icke vinstdrivande organisation som arbetar för en värld där inget barn utsätts för mobbning. Friends arbete är baserat på rådande forskning och lång erfarenhet av arbete mot mobbning och kränkningar, såväl nationellt som internationellt. Vi ger vuxna forskningsbaserade verktyg för att förhindra mobbning och kränkningar bland barn och unga. Friends utbildningar och arbetsmaterial utgår alltid från skollagen, diskrimineringslagen och de läroplaner som finns i skolan.

Friends bedriver även opinionsarbete för att informera och påverka myndigheter, beslutsfattare och den breda allmänheten. Vi initierar nätverk och mötesplatser där såväl forskare som praktiker och vuxna med barn i sin närhet kan samlas runt frågan om hur mobbning ska förebyggas.

Varje år träffar Friends hundratals skolor, förskolor, företag och föreningar. Vi har en löpande dialog med barn och unga, lärare, vårdnadshavare och andra vuxna och tillsammans utvecklar vi insatser, testar arbetssätt och utvärderar erfarenheter. Den kunskap som tas fram och utvecklas i forskning och praktik används i Friends utbildnings- och rådgivningsarbete, för att bidra till målet att inte ett enda barn ska utsättas för mobbning.



Noter

- ¹ Flygare, E., Hellfeldt, K. & Johansson, B. (2017). *Godkänd eller icke godkänd? En studie om hur erfarenheter av mobbning, skolk och socialt umgänge inverkar på elevers skolprestationer*. Working Papers and Reports Social work 10. Örebro Universitet.
- ² Flygare, E. & Johansson, B. (2013). *Långvarig utsatthet drabbar hårt i Kränkningar i skolan – analyser av problem och lösningar*. Skolverket 2013.
- ³ Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2015). *När livet känns fel. Ungas upplevelser kring psykisk ohälsa*. https://www.mucl.se/sites/default/files/publikationer_uploads/nar-livet-kanns-fel_0.pdf.
- ⁴ Friends Nätrapport (2017). https://www.dropbox.com/sh/w9pd82tqelkb4o2/AACIWnFZTp5-UXa3FYitEb0ha?dl=0&preview=Friends_natrapport_2017.pdf.
- ⁵ Skolinspektionen (2018). <https://beo.skolinspektionen.se/sv/For-huvudman/krankningar-pa-internet/>.
- ⁶ Diskrimineringsgrunderna: Kön, sexuell läggning, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, ålder, funktionsnedsättning och könsöverskridande identitet eller uttryck.
- ⁷ Bjereld, Y., Daneback, K. & Petzold, M. (2014). *Differences in prevalence of bullying victimization between native and immigrant children in the Nordic countries: A parent reported serial cross-sectional study*. Child Care Health and Development, volym 41, häfte 4.
- ⁸ European Union Agency for Fundamental Rights. europe.eu/sv/.
&
Ungdomsstyrelsen (2010). *Hon, hen han - En analys av hälsosituationen för homosexuella och bisexuella ungdomar samt för unga transpersoner*. Ungdomsstyrelsens skrifter 2010:2. https://www.mucl.se/sites/default/files/publikationer_uploads/hon-hen-han.pdf.
&
Folkhälsomyndigheten (2014), *Utvecklingen av hälsan och hälsans bestämningsfaktorer bland homo- och bisexuella personer - Resultat från nationella folkhälsoenkäten Hälsa på lika villkor*. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/a0255680a6684603a08af46bc8f323a9/utv-halsan-bestamningsfaktorer-homo-bi-fina-2014.pdf>.
- ⁹ Holmberg, K. (2009). *Health complaints, bullying and predictors of attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) in 10-year-olds in a Swedish community*. Uppsala Universitet, Uppsala.
&
Ungdomsstyrelsen (2012). *Fokus 12 – om unga med funktionsnedsättning. Lervnadsvillkor för unga med funktionsnedsättning*. Ungdomsstyrelsens skrifter 2012:3. https://www.mucl.se/sites/default/files/publikationer_uploads/wwwfokus12version3.pdf.
- ¹⁰ Skolverket (2019). <https://www.skolverket.se/skolutveckling/inspiration-och-stod-i-arbetet/stod-i-arbetet/sexuella-trakasserier---laget-pa-skolan#h-Normaliseringavkrankningar/>.
- ¹¹ Ungdomsstyrelsen (2013). *Unga och våld*. Ungdomsstyrelsens skrifter 2013:1.
- ¹² Zetterström-Dahlqvist, H., Landstedt, E. & Gillander-Gådin, K. (2012). *Depressive symptoms and the associations with individual, psychosocial and structural determinants among Swedish adolescents*. Health 2012;4(10); 881-889
&
Gruber, J. & Fineran, S. (2015). *Sexual Harassment, Bullying and School Outcomes for High School Girls and Boys*. Violence Against Women, 22(1), 112-133.

Friends huvudpartners



Friendsrapporten har publicerats sedan 2012 för att sprida kunskap om förekomsten av mobbning och kränkningar i svensk skola. Rapporten är baserad på Friends enkäter och förmedlar barns egna röster.



Friends är den organisation som ger vuxna forskningsbaserade verktyg, för att förhindra mobbning bland barn och unga. Vårt arbete finansieras främst av stöd från företag och privatpersoner som vill se en värld där inget barn utsätts för mobbning. Läs mer på www.friends.se.