



NATURFAGSENTERET
NASJONALT SENTER FOR NATURFAG I OPPLÆRINGEN

Livsmestring, mobbing og naturfag

Prof. Ella C. Idsøe
e.m.c.idsoe@naturfagsenteret.no

I sesjonen

- Hvorfor ønsker vi å inkludere kunnskap om mobbing i naturfagundervisning?
- Hvilke tema er det viktig å fokusere på?
- Hvordan kan man innpasse dette i naturfaglige temaer?

Livsmestring

- I LNUs nylig lanserte rapport *Livsmestring i skolen* brukes følgende definisjon av begrepet livsmestring: «Å utvikle ferdigheter og tilegne seg praktisk kunnskap som hjelper den enkelte til å håndtere medgang, motgang, personlige utfordringer, alvorlige hendelser, endringer og konflikter på en best mulig måte. Å skape en trygghet og tro på egne evner til å mestre også i fremtiden.» (LNU, 2017)
- Livsmestring kan defineres som «Det positive selvbildet, selvfølelsen og tilhørigheten vi får når våre kognitive, emosjonelle, sosiale og fysiske behov blir møtt». (Bærum kommune, 2018)

Hvorfor ønsker vi å inkludere kunnskap om mobbing i naturfagundervisning?

Fordi.....

- Statistikken viser at mange barn blir mobbet i Norge (4% til 9%, høyest på ungdomstrinn, lavere i vgs, iflg Ungdata, 2018)
- Mobbing har store konsekvenser - men kan forebygges
- Skolene har ikke øremerket tid til å jobbe kontinuerlig med mobbing
- Det er et ønske internasjonalt og nasjonalt å integrere kunnskap om mobbing med de andre fagene (LNU rapporten, 2017;Bickmore, 2011)
- Å integrere kunnskap om mobbing i pensum gir lærerne anledning til å koble elevenes læring med tema i hverdagen (Gibbone et al., 2011)

Fordi.....

- Ved å integrere forebygging av mobbing i pensum får elevene en mer personlig læringserfaring som er basert på refleksjon over hvordan mennesker samspiller med hverandre og med sine omgivelser.
- Koblingen av pensum og mobbeforebygging vil hjelpe elevene til å utvikle kritisk tenkning og problemløsningsferdigheter på en måte som muliggjør omforming til konkrete løsninger på mobbesituasjoner i deres eget liv(Johnson et al., 2012).
- Å forebygge mobbing og øke elevenes sosiale kompetanse kan være en beskyttende faktor for psykisk helse og akademisk utvikling (Merril & Hanson, 2016).

Fordi.....

- Forskning i norske skoler viser at elever som har jobbet systematisk med emosjonell kompetanse har flere positive mestringsstrategier, bedre sosiale ferdigheter, bedre klassemiljø, mindre mobbing og bedre faglig fungering – sammenlignet med elever som ikke har jobbet systematisk med dette (Holen, 2012).
- Forskning viser at en sån type forebygging kan øke elevens bevissthet over egen atferd og aksept for andres synspunkter (Gustafsson et al., 2010).
- Internasjonalt har man integrert mobbekunnskap i fagene språk og idrett men ikke i andre fag (Gibbone & Mason, 2010; Beumer et al., 2012).

Fordi.....

- Naturfag tilbyr mange temaer og muligheter for å trekke paralleller til sosiale relasjoner og for eksempel–evolusjonsteori, systemteori, osv.
- Ved å tilby utforskende undervisning i naturfag gir man rom til å oppdage, diskutere og akseptere forskjellige synspunkter, til å reflektere, kommunisere og samarbeide med andre.
- Ved å fokusere på en «felleskapende didaktikk» hvor elevene utforsker og er engasjerte kan man bidra til å etablere gode relasjoner i elevgruppa
- Det er vel rimelig å tenke at dette igjen kan øke det faglige utbyttet også?

Hvordan kan naturfagundervisningen bidra til å forebygge mobbing

- Selv om innholdet i naturfag ikke omfatter direkte undervisning om mobbing og å fremme positive sosiale relasjoner, så kan lærere likevel ha innflytelse på positiv elevatferd via forskjellige undervisningstrategier og aktiviteter.
- Ved å tilby utforskende undervisning i naturfag gir man rom til å oppdage, diskutere og akseptere forskjellige synspunkter, til å reflektere, kommunisere og samarbeide med andre. Dersom dette kombineres med kunnskap om mobbing vil en slik undervisning fungere forebyggende.

Hvilke tema er det viktig å fokusere på?

- I naturfagstimene kan elevene (direkte eller indirekte) jobbe med følgende spørsmål:
 - Hva er mobbing?
 - Hvem er involvert i mobbing?
 - Hvem blir såret?
 - Hva er konsekvensene?
 - Hvordan kan man stå opp mot mobbing?

Det vi fokuserer på vil ofte ha sammenheng med disse spørsmålene.

Hva er mobbing?

- Mobbing er en form for emosjonelt eller fysisk overgrep med tre karakteristika (Olweus, 1999):
- **Intensjon:** Den som mobber, har intensjon om å skade.
- **Gjentagelse:** En mobber plager gjerne det samme offeret gjentatte ganger.
- **Ubalanse i styrkeforhold:** Den som mobber, velger gjerne ofre som han/hun opplever som svakere, enten fysisk, sosialt eller psykisk.

Lurt å huske:

- Mobbing brukes som et middel til å utøve makt.
- De som mobber liker å bestemme, og de forventer at andre følger dem.
- Dette gjør dem i stand til å demonstrere at de har makt til å kontrollere de andre

Mobbing kan ha mange former, med ulik alvorlighetsgrad:

Fysisk mobbing— dytte, slå, stikke, sparke, banke opp

Verbal mobbing, kallenavn, fornærmelser, trusler om skade

Relasjonell mobbing — ekskludere, utestengning, spre rykter, få andre til å skade noen, grimaser, lage regler for de andre/bestemmer over andre

Digital mobbing- sende eller tekste sårende, ydmykende eller truende meldinger/bilder. Kan gjøres på mange måter som mobilsamtaler, tekstmeldinger, bilde-/videoklipp, epost, chat, nettsider eller sosial medier

Hvem er involvert i mobbing?

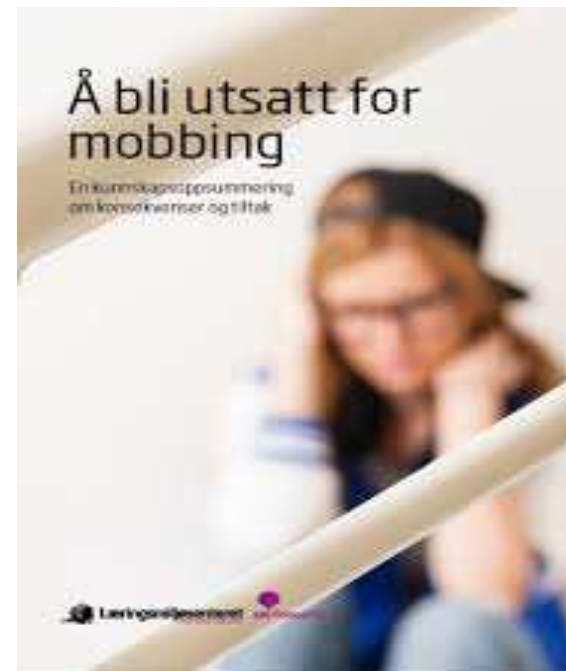
- De som mobber kan være jenter eller gutter i alle aldre/størrelser/bakgrunn
- De som mobber velger ofte sine mål systematisk og får dem til å underordne seg. De forsøker å få eventuelle tilskuere til å aktivt støtte, eller passivt akseptere/forholde seg ikke-responderende
- De som blir mobbet.... Kan fremstå som annerledes enn sine jevnaldrende
- De som blir mobbet.....kan «forsterke» mobbernes opptreden ved å gi fra seg kontroll og vise tegn på underkastelse
- De som blir mobbet.... Kan gjerne mislykkes med å oppnå støtte fra tilskuerne
- De som blir mobbet.... Sier gjerne IKKE i fra
- Elever som blir mobbet kan i en del tilfeller være “annerledes” i forhold til etnisitet, LGB-trans, etc....

Hvem er involvert i mobbing?

- **Tilskuere kan ha makt til å forebygge eller stoppe mobbing**
- **Tilskuere**.....ser eller hører om mobbing
- Kan forsterke en situasjon om de forblir et publikum eller ikke sier noe
- Kan forsterke gjennom å oppmuntre eller aktivt delta
- Kan redusere mobbingen ved f eks aktivt å forsvare den som blir mobbet, eller de kan “redirigere” situasjonen bort fra mobbingen
- Kan oppnå støtte fra venner til å motsette seg mobbingen og/eller rapportere det som skjer

Hvem blir såret? Hva er konsekvensene?

- Mobbing påvirker direkte eller indirekte alle elevene på skolen – reduserer deres trygghet, opplevelse av tilhørighet, det å føle seg verdifull, og deres evne/muligheter til å lære. Mobbing skaper et frykt-klima og en mangel på respekt som kan spre seg fra skolen og til samfunnet forøvrig
- <https://www.udir.no/tall-og-forskning/finnforskning/rapporter/a-bli-utsatt-for-mobbing--enkunnskapsoppsummering-om-konsekvenser-ogtiltak/>



Hvem blir såret? Hva er konsekvensene?

- **De som mobber:**
- Kan hemmes i forhold til utviklingen av sosiale ferdigheter som gjensidighet, empati, forhandlingsevner og tillit
- Er i en del tilfeller ikke EGENTLIG likt i “high school”
- Har gjerne venner som også viser antisosial atferd
- Har høyere risiko for å bli involvert i rusmisbruk
- Kommer oftere i slåsskamper/krangler
- Har høyere sannsynlighet for å mishandle sine partnere i voksen alder

Hvem blir såret? Hva er konsekvensene?

- De som blir mobbet:
- Kan få symptomer på angst og depresjon
- Kan føle seg triste eller ensomme, få søvnproblemer, miste interessen for aktiviteter som de tidligere likte
- Får selvmordstanker
- Klager på fysiske “vondter”
- Skolevegring, akademiske problemer
- Får hevntanker/hevner seg

- Tilskuere:
- Økt sannsynlighet for bruk av tobakk/alcohol/stoff
- Økt sannsynlighet for å føle seg deprimert og engstelig
- Økt sannsynlighet for skolevegring/fravær

Hvordan stå opp imot mobbing?

- *Mobbing kan stoppes når de som blir mobbet og tilskuerne står opp mot mobbingen.*
- Når lærerne introduserer og diskuterer mobbing med elevene, er det viktig å understreke at potensielle mobbeofre kan beskytte seg selv ved å respondere på en mer selvsikker måte. Å være selvsikker betyr å uttrykke sine følelser og å forsvare sine rettigheter, mens man samtidig respekterer andres følelser og rettigheter.

Hvordan stå opp imot mobbing?

- En selvsikker reaksjon trenger ikke være provoserende for den som mobber, men man oppnår å ikke “belønne” mobberen ved å underkaste seg. Når man legger inn tema om mobbing i f.eks. Naturfag, er det viktig å hjelpe elevene til å forstå forskjellen mellom ulike reaksjoner på mobbing – som underkastelse, å ta igjen (aggressive respons), eller å respondere på en selvsikker måte. Oppfordre gjerne elevene til å tenke igjennom hensiktsmessige måter å respondere på.

Hvordan stå opp imot mobbing?

- Fortell elevene:
- Mobbing er ikke akseptabelt og vil ikke bli tolerert.
- Dersom en mobber plager deg så er det OK å stå opp for seg selv, gå vekk, eller å spørre en venn eller en voksen om hjelp
- Å respondere ved å ta igjen virker som regel ikke, og kan gjøre tingene verre.
- Det er viktig å si i fra om mobbing når du er vitne til dette. Det er ikke sladring !
- Mobbing trenger ikke forekomme. Dersom barn og voksne jobber sammen kan mobbing forebygges og stoppes.

Hva kan tilskuerne gjøre?

- **Tilskuere kan intervensere direkte ved å:**
- Avvise den som mobber
- Forsvare den som blir mobbet
- Snu situasjonen bort fra mobbingen
- Få hjelp fra andre
- Si i fra til en voksen

- Mobbing er en lært atferd som kan avlæres og forebygges

Naturfag og mobbing

- Mobbing kan integreres i forskjellige temaer i naturfag.
- Læreren vil måtte bruke litt tid for å planlegge undervisningen og finne muligheter til å integrere denne type kunnskap.
- Kanskje man ikke kan gjøre det med alle temaene, men det er verdt å gjøre et forsøk

Naturfag og mobbing

- Eksempler:
- Evolusjonsteori (seleksjon, tilpasning, samarbeid)
Elevene kan få tema om hvordan dyr oppfører seg på ulike måter overfor hverandre (støttende vs aggressivt)
- Miljøvern – f eks plastforurensing i havet. Roller: mobber, offer, tilskuer.
- Hvorvidt mobbing er maladaptivt eller adaptivt. Be elevene relatere dette til evolusjonsteori.

Naturfag og mobbing

Tema: magneter

- Be elevene å diskutere følgende problem: Kan man gjøre en magnet ikke-magnetisk? Hvordan?
- Hvorfor blir noen barn oftere mobbet enn andre? Kan et barn som ofte tiltrekker mobberne bli hjulpet? Hvordan? Diskutere i grupper og presentere for klassen.

Utforskende undervisning

Cella som system

<https://www.naturfag.no/undervisningsprogram/vis.html?tid=2149766>

- Be elevene å trekke paralleller og diskutere kunnskapen fra cella som system sammenlignet med klassen/skolen som sosial system. I cella som system, har alle delene hver sin funksjon men de samarbeider med hverandre. Hver del av systemet gjør sin rolle for å bidra til helheten. Hva skjer hvis samarbeidet ødelegges? Hva skjer med relasjonene i en klasse/et skolesystem hvis det oppstår mobbing? Hva er konsekvensene?

Utforskende undervisning

Elektroniske kommunikasjonssystem

<https://www.naturfag.no/undervisningsprogram/vis.html?tid=2166861>

Be elevene diskutere: Hvordan kan man bruke sosiale medier på en etisk og ansvarlig måte?

Hvilke former digital mobbing har man? Hva er konsekvensene?
Hvordan kan du bidra?

Elektroniske kommunikasjonssystem

Diskuter følgende situasjoner og argumenter om det er digital mobbing eller ikke:

- Du lager en «what's up» gruppe og inviterer alle vennene dine utenom en som du ikke liker
- Du deler noens virkelige navn og skoletilhørighet med alle spillerne i et online-spill
- Du gir dårlig rating til en youtube video fordi du synes den som har lagt den ut er irriterende
- Du sletter noen som venn på Facebook

Forskning.no

- Hvorfor mobber skjærer hverandre? En trivelig spasertur ble brått uhyggelig i møte med en gjeng hjerteløse skjærer.
- <https://forskning.no/2014/08/spor-en-forsker-hvorfor-mobber-skjaerer-hverandre-0>

Selektive referanser

- Gibbone, A., & Manson, M. (2010). Bullying: Proactive physical educators' contribution to school-wide prevention. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 81(7)*, 20-24.
- Holen, S., Waaktaar, T., Lervåg, A., & Ystgaard, M. (2012). The effectiveness of a universal school-based programme on coping and mental health: a randomised, controlled study of Zippy's Friends. *Educational Psychology, 32(5)*, 657–677.
- Johnson, A. B., Augustus, L., & Agiro, C. P. (2012). Beyond bullying: Pairing classics and media literacy. *English Journal, 101(6)*, 56-63.
- Leschied, A., Flett, G., & Saklofske, D. (2013). Introduction to the special issue - renewing a vision: The critical role for schools in a new mental health strategy for children and adolescents. *Canadian Journal of School Psychology, 28(1)*, 5-11.

- Nå er det deres tur😊