

Lisbeth Gravdal Kvarme (RED.)

Sårbare skolebarn

Trivsel og helse for barn med psykososiale utfordringer

FAGBOKFORLAGET

Sårbare skolebarn

Lisbeth Gravdal Kvarme (red.)

Sårbare skolebarn

Trivsel og helse for barn med psykososiale utfordringer

FAGBOKFORLAGET

Copyright © 2019 by
Vigmostad & Bjørke AS
All Rights Reserved

1. utgave / 1. opplag 2017

ISBN: 978-82-450-2995-6
ISBN (trykt): 978-82-450-1936-0

Tilrettelagt for e-bok: John Grieg, Bergen
Forsidedesign Rannveig Lohne

Forfatterne Hanne Christensen, Lisbeth Gravdal Kvarme,
Nina Misvær og Solfrid Raknes har mottatt støtte fra
Det faglitterære fond

Spørsmål om denne boken kan rettes til:
Fagbokforlaget
Kanalveien 51
5068 Bergen
Tlf.: 55 38 88 00 Faks: 55 38 88 01
e-post: fagbokforlaget@fagbokforlaget.no
www.fagbokforlaget.no

Materialet er vernet etter åndsverkloven.
Uten uttrykkelig samtykke er eksemplarfremstilling
bare tillatt når det er hjemlet i lov eller avtale med Kopinor.

Forord

Med denne boken ønsker vi å gi leseren et innblikk i ulike tiltak som kan bidra til å fremme trivsel og helse hos sårbare skolebarn. Mange barn kan føle seg sårbare i perioder i livet, og vi presenterer her bare et utvalg av skolebarn som er sårbare. Vi retter oppmerksomheten mot barn som er stille, som har vært utsatt for mobbing, som har en kronisk sykdom (astma/epilepsi), som har opplevd skilsmisse, sorg eller rusproblemer i familien. I et av kapitlene forteller en jente om sine opplevelser med å vokse opp med rusproblemer i familien. Bruk av psykologisk førstehjelp presenteres gjennom ulike caser. Venners betydning for barns livskvalitet blir belyst, og til slutt beskriver vi nødvendigheten av et godt samarbeid med skole, skolehelsetjeneste og foreldre for å hjelpe disse barna.

Det er behov for bøker som omhandler sårbare skolebarn i et helseperspektiv, der ulike eksperter beskriver aktuelle tiltak for å fremme helse og trivsel. Målgruppen for boken er fagpersoner som arbeider med barn, som helsesøstre, lærere, sykepleiere, psykologer og foreldre, i tillegg til ulike studenter som vil arbeide med barn.

Vårt ønske med denne boken er å gi eksempler på ulike metoder som kan være egnet til å hjelpe utsatte barn i gitte situasjoner. Gjennom konkrete eksempler fra skolebarns hverdag har vi prøvd å beskrive hvordan ulike arbeidsmåter og metoder kan anvendes i praksis. Vi håper at boken kan være til nytte og inspirasjon for alle som arbeider med helsefremmende og forebyggende arbeid blant barn og unge. Vårt mål og ønske er at dette kan bli et viktig redskap for studenter, slik at de kan bli bedre kjent med mangfoldet og utfordringene, og for mulighetene i praksis.

Det hadde ikke vært mulig å realisere denne boken uten alle bidragsyterne.

En stor takk til alle som har delt sine tanker, teorier og erfaringer. Det er først når teorien kommer til anvendelse gjennom praktiske eksempler, at den kan bli mer levende og forståelig. Til slutt vil vi å takke Norsk faglitterær forfatter- og oversetterforening som har bevilget stipend slik at det har vært mulig å sette av tid til å skrive denne boken.

Oslo, oktober 2016
Lisbeth Gravdal Kvarme

Innhold

Kapittel 1 Livskvalitet og vennskap 11
Nina Misvær og Sølvi Helseth

Innledning 11
Livskvalitet 12
Vennskap 17
Oppsummering 28

Kapittel 2 Stille barn 31
Lisbeth Gravdal Kvarme, Kirsten Flaten og Gunn Thu

Ulike personlighetstrekk hos barn 31
Selektiv mutisme 36
Barnets perspektiv 37
Utfordringer med tausheten 38
Barn i risikogrupper 38
Aktuelle tiltak på individnivå 39
Forebyggende tiltak 39
Tiltak rettet mot sosial angst 40
Anerkjennelse er viktig 42
Samarbeid til beste for barnet 44
Oppsummering 45

Kapittel 3 Løft-grupper for stille og tilbaketrukne elever 48
Lisbeth Gravdal Kvarme

Stille og sosialt tilbaketrukne barn 49
Løsningsfokusert metode («Løft») 50
De ulike stadiene i løsningsorienterte samtaler 50
Relasjon mellom elev og helsesøster/lærer 54
Ressursorientert metode 55
Løft-grupper for stille og sosialt tilbaketrukne skolebarn 57
Innholdet i Løft-gruppene 58
Resultater 59
Oppsummering 61

Kapittel 4 Mobbing og forebygging av frafall i skolen 63
Lisbeth Gravdal Kvarme

Barn som utsettes for mobbing 63

Fare for å falle fra i skolen 68
Helsefremmende og forebyggende perspektiv 71
Mestringsforventning 71
Oppsummering 73

Kapittel 5 Støttegrupper mot skolemobbing 77
Lisbeth Gravdal Kvarme og Berit Sæteren

Mobbing 77
Støttegrupper basert på Løft 78
Studien 78
Erfaringer fra elevene som ble mobbet 79
Fra frykt til trygghet 79
Fra isolasjon til vennskap 80
Fra usynlig til synlig 81
Erfaringer fra støttegruppen 82
Oppsummering 87

Kapittel 6 Skolebarn og sorg 90
Eline Grelland Røkholt og Kari Elisabeth Bugge

Oppfølging 90
Generelt om barn og ungdom i sorg 92
Problematiske områder på skolen 95
Skolehelsetjenestens ansvar 96
Hjelpetiltak i skolen og i skolehelsetjenesten 98
Gjeldende sentrale retningslinjer for hjelpetiltak 99
Sorggrupper som særskilt hjelpetiltak 100
Oppsummering 107

Kapittel 7 Grupper for elever som har skilte foreldre 110
Hilde Egge

Innledning 110
Skilsmisser i Norge 110
Konsekvenser 111
Barns opplevelser og reaksjoner 112
Oppfølging på skolen 114
To hjem 115
Samtalegrupper 117
Målet med gruppene 118
Helsefremmende teorier som fundament for samtalegruppene 119
Å samtale rundt bilder og historier 121
Skilsmisse som samtaletema 124
Empatisk og anerkjennende kommunikasjon 125
Gruppeledernes oppgave 126
Etiske perspektiver, taushetsplikten 128

Effekt av samtalegrupper 131
Mamma og pappa-grupper 132
Oppsummering 133

Kapittel 8 En oppvekst med foreldre som ruser seg 137
Marie Høvik

Hvem er jeg? 137
Skalkeskjul 137
Å bli sett 138
Skoledisko 139
Behov 141
Familielykke? 142
Hvordan gripe inn? 142
Klump i magen 143
Dødsfallet 144
Hva slags hjelp ville jeg ønsket? 145
Å bry seg og si fra 145
Ny familie 145
Livet etter 146
Hjelpen jeg alltid søkte 147
Marie i dag 147

Kapittel 9 Barn med rusmiddelmisbrukene foreldre 149
Hvordan se og hvordan hjelpe?
Frid Hansen

Innledning 149
Omfang og definisjon av et rusmiddelproblem 149
Belastninger for barn 150
Hvorfor er det så vanskelig for barn å fortelle? 152
Helsesøsters holdning og handling i møte med rusrelaterte problemer 154
Skolens og skolehelsetjenestens møte med det skjulte problemet 155
Å avdekke det vanskelige 157
Helsesøster som samtalepartner 160
Målsetting med samtalen 161
Samtale med foreldre om barnets situasjon 164
Oppsummering 167

Kapittel 10 «Psykologisk førstehjelp» i skolen 170
Solfrid Raknes, Lene Sommerseth Hansen, Grethe Arnegård Cederkvist og Nina Nordgaard

Tanker og følelser på timeplanen 173
Hjelp til barn som strever 174
Om «Psykologisk førstehjelp» for alle, i gruppe og individuelt 174
Tverrfaglig samarbeid for læring og helse 185
Det enkle kan være det beste 188

Kapittel 11 Skolebarn og astma 192
Anne Trollvik

Innledning 192
Hva er astma? 193
Barns opplevelse av astma, utfordringer og sårbarhet 195
Oppfølging av elever på skolen 196
Individuell oppfølging 197
Gruppebasert oppfølging 201
Følelser 204
Helsefremmende prosesser 207
Oppsummering 209

Kapittel 12 Skolebarn med epilepsi 212
Torunn Erichsen

Hva er epilepsi? 212
Anfallstyper og praktiske råd 214
Fordommer 219
Pedagogiske utfordringer og komorbiditet 220
Psykogene anfall 221
Behandling og oppfølging 222
Mestring 225
Oppsummering 230

Kapittel 13 Samarbeid med skole, skolehelsetjenesten og foreldre 234
Hanne Christensen og Nina Misvær

Innledning 234
Samarbeid i skolehverdagen 235
Skolehelsetjenesten 235
Foreldrenes rolle 237
Skolens ledelse 239
Tverrfaglig samarbeid 239
Se – prøve å forstå – tiltak 243
Fysisk aktivitet i skolen 253
Gode tiltak for sårbare elever er gode tiltak for alle! 254

Forfatterpresentasjon 259

Stikkordregister 263

Kapittel 1

Livskvalitet og vennskap

Nina Misvær og Sølvi Helseth

Innledning

Dette kapitlet handler om vennskap og betydningen av vennskap for barns livskvalitet. Vennskap oppstår og næres der barn er til stede, både på skolen og i fritiden. Skolen er det stedet barn tilbringer mest tid i hverdagen og er en betydningsfull arena for samvær med andre barn. At venner har betydning for barns livskvalitet og motivasjon for læring, blir fastslått i rapporten *Trivsel i skolen* (Helsedirektoratet, 2015). Der refereres det til følgende utsagn fra en elev:

> Har man ingen venner på en skole, så vil man da mest sannsynlig ikke ha noen lyst til å gå på den skolen. Man vil ikke, hva skal jeg si, klare å lære da. Man vil ikke ha den motivasjonen for å lære fordi man gruer seg til å gå på skolen. Fordi man ikke har noen å snakke med (s. 25).

Noen barn er sosiale og har mange venner, andre barn kan ha én eller to gode venner, og noen har tilsynelatende ingen. Vi kan også se at noen barn er åpne og knytter seg lett til andre, mens andre er mer sjenerte, tar lite initiativ og er sosialt tilbaketrukne. Siden vennskap og sosial omgang er vesentlig for barns livskvalitet, vil fravær av eller problemer med vennerelasjoner gjøre barn sårbare. Barn på ulike trinn i utviklingen vil forholde seg til venner på ulik måte. Variasjonene i vennskaps kvantitet og kvalitet hos barn er mange, men forskning viser at alle har behov for vennskap i en eller annen form. Flaten (2015) påpeker:

> Barn, både med og uten sosial angst, vil gjerne være sammen med andre barn og leke og ha det gøy. Men for barn med sosial angst blir det vanskelig både å komme inn i og å nyte leken på grunn av ubehaget som oppstår (s. 47).

Målet for foreldre og alle som jobber med barn, er å bidra til å sikre et best mulig oppvekstmiljø for alle barn og unge, inkludert de sosialt sårbare. Det innebærer å være oppmerksom på venner og venners betydning for barn i alle aldre. I dette kapitlet vil vi gi en kort innføring i vennskap blant barn, hvordan vi skal forstå vennskap på ulike trinn i utviklingen, hva som fremmer og hva som hemmer vennskap blant barn, og hvilken betydning det har for barn å kunne si at de har venner, eller motsatt, ikke har venner. Vi vil også komme med noen forslag til hvordan voksne, foreldre og andre kan bidra til å fremme vennskap og sosial omgang. Men først gis en kort innføring i begrepet livskvalitet og forskning som knytter sammen livskvalitet og venner.

Livskvalitet

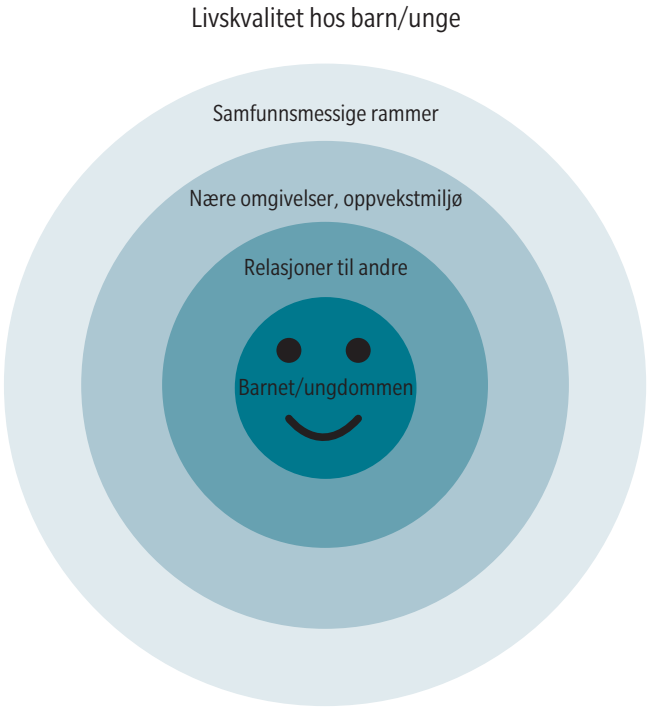
Begrepene velvære, trivsel, ha det godt og lykke er uttrykk som gir mening for folk flest, og som alle gir innhold til det mer konstruerte begrepet livskvalitet. Livskvalitet kan betraktes som en verdi, det er et positivt ladet fenomen, og det er ønskelig at livskvaliteten skal være så høy som mulig (Næss, 2001). Kunnskap om faktorer som kan bidra til å fremme barns og unges livskvalitet og hvilke faktorer som kan være en trussel mot livskvaliteten på alle plan, vil derfor være vesentlig i møte med barn i ulike sammenhenger. Ulike faggrupper bruker og definerer livskvalitet forskjellig, men det er likevel noen kjernepunkter som det er stor enighet om i litteraturen:

- Livskvalitet er et subjektivt fenomen. Dette er kjernen i livskvalitetsbegrepet. Det er den enkeltes opplevelse som teller, ingen andre kan fortelle hvordan et barn føler at han eller hun har det. Det er barnets egen opplevelse av å ha det bra vi skal ha i fokus. Det betyr at vi må lytte til hva barn har å si, vi må få dem i tale dersom vi skal vurdere deres livskvalitet.
- Selv om livskvalitet er en subjektiv opplevelse, vil den påvirkes av en rekke faktorer, for eksempel venner og tilknytning til andre.

- Livskvaliteten er også relativ, noe som innebærer at tilfredshet med livet er avhengig av den enkeltes behov og forventninger innen ulike områder og hvorvidt disse kan innfris.

En modell for å forstå livskvalitet

Siden livskvalitet er så sammensatt, vil en rekke forhold ha innflytelse på barns og unges livskvalitet. Man kan tenke seg en sirkulær modell der barnet med sin personlighet, sitt utviklingstrinn og sine ulike forutsetninger utgjør kjernen, mens de faktorer som påvirker, ligger lagvis utenpå. Faktorene som ligger tett innpå kjernen, er de områdene som forskningen har vist har en sterk sammenheng med den enkeltes opplevelse av livskvalitet. Jo lenger vekk fra kjernen man beveger seg, jo svakere er den direkte effekten på livskvaliteten. En slik sirkulær modell illustrerer en helhetstenkning rundt barnet der alle faktorene er av betydning og vil påvirke hverandre innbyrdes (se figur 1.1). Modellen er inspirert av Bengt Lindströms livskvalitetsmodell (Lindström, 1992).



Figur 1.1 Modell for å forstå livskvalitet hos barn og unge.

Samfunnsmessige rammer og nære omgivelser

Både samfunnsmessige forhold og nærmiljø vil påvirke barns muligheter og generelle tilfredshet, og det hviler et stort ansvar blant annet på skoler og skolehelsetjeneste med hensyn til å skape et godt miljø for elevene. Miljøet kan tilrettelegges slik at det fremmer sosiale relasjoner og hemmer utvikling av mobbing og negativ relasjonell atferd. Dette er svært viktig da relasjoner til andre og opplevelsen av samhørighet og tilknytning er faktorer som er vist å ha stor betydning for den enkeltes opplevelse av livskvalitet (Næss, 2001). Ifølge Næss (2001) er samhørighet det å ha «et nært, varmt og gjensidig forhold til minst et annet menneske; ha kontakt, vennskap, lojalitet, ha fellesskapsfølelse og tilhørighet i en gruppe». Dette handler om barns tilknytning til og samhørighet med familie, venner og det øvrige nettverket. Kunnskap om barns utvikling og sosialisering forteller noe om hvor de vil finne sine nære relasjoner på ulike trinn i utviklingen, og hvordan fravær av betydningsfulle kontakter og tilhørighet innenfor «den rette gruppen» vil kunne påvirke livskvaliteten deres negativt.

Relasjoner til andre

I de første leveårene er det tilknytningen til foreldre og søsken som har størst betydning for barnet. Etter hvert som barn blir eldre, øker betydningen av kontakter utenfor hjemmet, og i ungdomstiden forskyves gjerne tyngdepunktet i den sosiale forankringen fra foreldre og andre voksne over til venner og jevnaldrende. Dersom større barn blir avskåret fra fellesskap med jevnaldrende, enten fordi de ikke blir inkludert, eller fordi de av spesielle grunner, f.eks. sykdom, ikke kan delta i fellesskapet, vil dette kunne få innflytelse på deres livskvalitet. Et eksempel kan være ungdom med kronisk utmattelsessyndrom (CFS/ME). Dette er en gruppe som har høyt skolefravær og har lite energi til sosialt samvær. I en nyere norsk undersøkelse beskrev ungdommer med CFS/ME sin tilværelse som «å være på siden av livet – lukket inne og stengt ute» (Winger, Ekstedt, Wyller & Helseth, 2013). De var lukket inne i hjemmet eller på rommet sitt, og de var utestengt fra fellesskapet på skolen og med jevnaldrende. Ved måling av disse ungdommenes livskvalitet viste det seg at den var ekstremt lav, på en skala fra 0 til 100 skåret ungdommene med CFS/ME i gjennomsnitt 49 på generell livskvalitet, sammenlignet med friske ungdommer som hadde en gjennomsnittlig generell livskvalitet på 93 (Winger et al., 2015). Fysisk funksjon, skolefunksjon og psykososial funksjon var de livskvalitetsområdene de skåret aller lavest på.

Barnet/ungdommen

I en annen norsk undersøkelse ble ungdom spurt om hva livskvalitet var for dem, og hva som var av betydning for livskvaliteten deres (Helseth & Misvær, 2010). Ifølge ungdommene handler livskvalitet om å komme inn i de gode sirkler i livet. Det å føle at man har det bra, er fornøyd med seg selv og har en positiv holdning til livet, ble beskrevet som utgangspunktet for å komme inn i den gode sirkelen. For å være i den gode sirkelen fortalte ungdommene at det viktigste av alt var å ha gode venner og føle tilhørighet i et miljø. Siden de tilbringer så stor del av dagen på skolen, ble det også vesentlig å finne sin plass i klassemiljøet:

> At jeg har venner som jeg kan stole på, og som jeg har kontakt med, og at jeg ikke blir utestengt. Eh … at man føler at man har en plass. Det er … det er innmari viktig at man føler at man har … har en plass i klassen (uttalelse fra jente i Helseth & Misvær, 2010).

En jente fortalte at hun hadde mange venner utenom skolen og hadde det greit på fritiden, men hun savnet veldig å ha noen å være sammen med i skoletiden. Det å ha én eller to venner som man kan stole på at er der og vil være sammen med en, var sentralt – fellesskap med andre var helt klart en trygghetsfaktor.

Familie og det å ha gode relasjoner i familien ble også framholdt som viktig, men ungdommene gjorde det samtidig klart at forholdene i familien kunne være så gode som bare det, men dersom de ikke hadde venner eller følte seg utenfor sosialt, var det ikke mulig å ha det bra. Det å ha et positivt selvbilde ble også framhevet å være av stor betydning. Det å være fornøyd med seg selv og å ha selvtillit nok til å være seg selv, beskrives av mange som det å være venn med seg selv og anses som en forutsetning for å få venner (Helseth & Misvær, 2010). I studien kom det klart fram at det er en sammenheng mellom det å ha et positivt selvbilde og evnen til å etablere vennskap, noe som også bekreftes i annen forskning (Laursen & Mooney, 2008). Som en gutt i Helseth og Misværs (2010) studie sa det:

> Hvis man ikke tror på seg selv i det hele tatt, da … da tror man ikke at man klarer å få venner, så da gidder man heller ikke å prøve. (…) Da … da vil man ikke klare å få venner så lett tror jeg, siden man ikke … da … tør å gå bort og snakke med noen for eksempel … (…) Siden man da ikke tror at man … de for eksempel liker deg.

Aktivitet og det å fylle livet med ting som de opplever som gøy og meningsfylt, beskrives også som vesentlig for livskvalitet. Aktivitet innebærer ofte samvær med andre. Barn og ungdom beskriver ulike former for vennskap; bestevenner, venner man kan være med i større grupper (f.eks. gjengen man kan «henge» med på skolen), og venner man har tilhørighet til gjennom felles interesser, for eksempel på fotballentreningen. Som sagt tidligere er det å ha noen, enten det er en bestevenn eller tilhørighet i en gruppe, av vesentlig betydning for å føle tilhørighet og ha god livskvalitet.

Nivåer av livskvalitet

Avslutningsvis i denne delen om livskvalitet vil vi kort vise til de ulike nivåene av livskvalitet som kom fram i vår studie. Disse nivåene viser tydelig at venner er avgjørende for å ha det bra og ha god livskvalitet (se tabell 1.1). De viser også at så lenge man aksepterer den man er, og finner sin plass blant sine jevnaldrende som man er komfortabel med, så har et barn det rimelig bra. De som har det dårlig og har den mest sårbare livskvaliteten, er de som faller utenfor og ikke finner sin plass blant de andre. Det er verdt å merke seg at ingen ungdommer verken i denne stu-

Tabell 1.1 Tre nivåer av livskvalitet (Helseth & Misvær, 2010).

1. Har det topp	2. Har det bra	3. Har det dårlig
Har mange venner – er populær, akseptert, nyter respekt	Har få, men gode venner – ser ikke seg selv som de mest populære	Har et dårlig selvbilde – «uvenn med seg selv»
Har et positivt selvbilde, er trygg på seg selv, kan skille seg ut	Har et rimelig godt selvbilde	Føler seg utenfor – har ikke nære venner – i hvert fall ikke på skolen
Beskriver et godt miljø rundt seg – «tror alle andre har det like bra»	Kan være seg selv sammen med gode venner	Avstandsvennskap
Balansert aktivitet på fritiden; venner, idrett osv.	Obs – kan ikke skille seg ut	Blir utestengt – blir ikke sett
Skolemestring	Aksepterer sin plass i det sosiale hierarkiet	Har resignert: «Det er ikke så mye å gjøre med egentlig for det er mest vi som blir sett ned på som merker det»
	Ser at ikke alle har det bra, men det er vanskelig å gjøre noe med det	Er lite sammen med jevnaldrende på fritiden
	Fritid; venner og aktiviteter	Kamuflerer, kompenserer eller melder seg ut
		Varierende hjemmeforhold

dien (Helseth & Misvær, 2010), eller i en studie om ungdom med funksjonshemming (Asbjørnslett, Engelsrud & Helseth, 2012), sa at de ikke hadde venner, men noen hadde det vi kan kalle avstandsvennskap, for eksempel venner på hytta eller på nettet, eller venner som de hadde truffet på sommerleir. Når vennskap er en så viktig del av livet til barn og unge, er det antakelig vanskelig å erkjenne, også for seg selv, at man ikke har en venn.

Vennskap

Kvello (2006) refererer til filosofen Aristoteles, som skildret tre former for vennskap. Den første baserer seg på nytte, og her er ikke den andre personen målet, men om han er nyttig for meg. Den andre formen baserer seg på glede og er vanlig blant barn. Felles for disse to formene er at de er flyktige og ustabile, fordi det stadig endrer seg hva man oppfatter som nyttig, og hva som gir glede. Den tredje typen er basert på dyd, og grunnlaget er at begge ønsker det gode for den andre og ikke bare seg selv. Forholdet baserer seg på likeverd og gjensidighet, i tillegg til likhet mellom partene i dyd, evner og interesser. «Kjernen i Aristotles' vennskapsbegrep er gjensidighet, det innebærer å dele og å gjengjelde med en uavhengighet hvor partene søker hverandre ut fra fri vilje og ikke eier hverandre» (Kvello, 2006).

I en norsk studie der 2295 barn i alderen 9–15 år ble spurt om vennskap, oppga barna de viktigste egenskapene ved en god venn som: å stole på, grei/snill, støttende, humoristisk sans, felles interesser/sysler, intelligent (Kvello, 2006). Antall venner[1] man var sammen med i friminuttene, var 6 (4. trinn), 6 (7. trinn) og 6 (9. trinn). For å benevnes som sosialt populær mente barna i gjennomsnitt at man måtte ha 11 (4. trinn), 12 (7. trinn) og 15 (9. trinn) venner. På spørsmål om hvor mange venner man måtte ha for å være fornøyd med sin sosiale posisjon, svarte gutter 11 og jenter 8 (4. trinn), gutter 20 og jenter 8 (7. trinn) og gutter 23 og jenter 9 (9. trinn). Det er interessant å diskutere både egenskapene og antall venner med dagens barn – for å finne ut om noe av dette har endret seg det siste tiåret.

I en annen norsk studie, med 35 barn av begge kjønn og blandet etnisk opprinnelse, alle på 5. trinn, ble barna i fokusgruppeintervjuer stilt åpne spørsmål om vennskap, trivsel, skolemiljø og mobbing eller plaging (Tønjum, 2014). Resultatet

1 Antall venner er justert til hele tall. I forskningsrapporten framkommer desimaler.

var at det å være en god venn innebar å være empatisk, omsorgsfull, trofast, ansvarsbevisst og fleksibel. Barna var opptatt av det å være venner, det «å venne», som handler om å vedlikeholde, å revitalisere, å utvide eller inkludere vennskap – og implisitt ligger det å ikke mobbe andre (Tønjum, 2014, s. 45). De faktorene som fremmer «venning», mente barna var trygghet, aktivt arbeid med skolemiljø, tydelige regler, gode systemer/tiltak, de eldste deltar positivt, ansvarlige voksne, klassemiljø, «alle skal med»-holdning, bevisst konflikthåndtering, trygg og bestemt klassekontakt, vennegrupper og åpne familier (s. 47).

Bowker, Rubin, Burgess, Booth-Laforce og Rose-Krasnor (2006) studerte stabilitet i barns vennskap gjennom ett skoleår og fant noe interessant blant de barna som ikke hadde hatt en bestevenn, men klarte å skaffe seg en. Disse barna ble betydelig mindre mobbet, og de ble av jevnaldrende ansett som mer prososiale og sosialt kompetente enn de barna som konstant var uten en bestevenn, og de barna som hadde mistet sin bestevenn og ikke hadde lykkes å skaffe seg en ny. Dette er i henhold til annen forskning; å være involvert i et vennskap bedrer barns øvrige forhold til jevnaldrende – en god sirkel. Forhåpentligvis kan dette bidra til å motivere oss voksne til å arbeide med barn for å utvikle sosial kompetanse. Dette omtales mer i kaptittel 2.

Forskerne fant også at barn uten en bestevenn, både de som ikke hadde hatt en, og de som hadde mistet en, ble betydelig mer mobbet på slutten av skoleåret (Bowker et al., 2006). Det overrasket dem at likheten mellom de to gruppene var så stor, og at ikke det å ha hatt en bestevenn hadde en beskyttende effekt på sikt. Det viste seg imidlertid at barna etter tapet av sin bestevenn ikke bare ble mer mobbet, men også opplevde mindre aksept av jevnaldrende og redusert popularitet, noe som medførte at det var vanskelig for dem å skaffe seg en ny bestevenn. Det er viktig at vi voksne er oppmerksom på barn uten nære venner, for å kunne iverksette tiltak og hjelpe barna ut av en mulig vond sirkel. Mobbing og vennskap omtales nærmere i kapittel 4 og 5.

Til slutt, nok et interessant funn som gjennomgang av forskning viser (Poulin & Chan, 2010). Vi voksne tenker gjerne at et «ekte vennskap» må være gjensidig, men det viser seg at subjektive eller selvrapporterte vennskap er viktig på sin måte fordi det reflekterer individets opplevelse av sine relasjoner. Og det er dokumentert at betydningen av den subjektive opplevelsen av vennskap har innflytelse på ungdoms psykososiale tilpasning og livskvalitet (Helseth & Misvær, 2010; Poulin & Chan, 2010). Dette minner oss voksne om hvor viktig det er å ikke presentere

barn og unge én definisjon av vennskap eller prøve å «realitetsorientere» dem. Videre er det viktig å ikke forutsette at alle har en bestevenn, slik vi voksne gjerne gjør i omgang med barn. Spørsmål som «Hvem er du sammen med i fritiden?» bør erstattes med mer generelle, som «Hva gjør du i fritiden?». Og i stedet for å spørre «Hvem er din beste venn?», kan vi heller undersøke hvem barnet eller ungdommen opplever de kan prate med om det som er vanskelig og trist.

Utviklingsnivåer av vennskap

Vennskap utvikles etter barns alder og modenhet. Psykologen Robert Selman (1980, 1981) har ut fra intervjuer med barn utviklet et rammeverk med ulike nivåer. Det viser at barn ikke er små voksne, og at deres tanker om relasjoner er kvalitativt forskjellige på ulike alderstrinn og blir stadig mer komplekse. Flere av nivåene overlapper hverandre, og det er vesentlig å finne ut hvilket nivå det barnet du vil veilede, mest sannsynlig befinner seg på. Dette rammeverket illustrerer også at noen typer «dårlig» sosial atferd er typisk for visse aldre, noe som innebærer at vi bør se sosiale problemer i en utviklingssammenheng. Vi voksne er bedre rustet til å respondere på hensiktsmessige måter om vi innser at barns sosiale feiltrinn vanligvis stammer fra umodenhet og begrenset forståelse, og ikke fra varig karakterbrist. Det er samtidig viktig for oss å minne om at dette rammeverket ikke må tolkes for bokstavelig, men brukes som en inspirasjon og kombineres med egen erfaring og faglig innsikt.

Nivå 0 (ca. 3–6 år) – flyktige vennskap: «Jeg vil ha det på min måte»

Barn ser på jevnaldrende som lekekamerater i øyeblikket, og vennskap for dem handler om å ha det gøy sammen. Venner er barn som oppholder seg i nærheten, og som liker å gjøre de samme tingene. Barn på dette stadiet har svært begrenset evne til å se de andres perspektiver. De antar at andre barn tenker på samme måte som de gjør, og de har en tendens til å bli veldig opprørt når de finner ut at en lekekamerat har en annen mening.

Nivå 1 (ca. 5–9 år) – enveis assistanse: «Hva får jeg ut av det?»

Barn forstår at vennskap går utover øyeblikket, men legger likevel mest vekt på det praktisk nyttige. De definerer venner som barn som gjør fine ting for dem, som for eksempel å dele en godbit eller å gi dem fine gaver – men de tenker egentlig ikke på hvordan de selv kan bidrar til vennskap. Barna bryr seg mye om vennskap. De kan