



MED
STÖD
FRÅN

ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

SOS - stöd och skydd mot mobbning Stiftelsen Friends

Friends vision

**En värld där inget barn
utsätts för mobbning**

Tre behov identifierades

1. Stödinsatser för mobbning skapade av barn och unga
2. En nationell aktör som skyddar barn och unga mot mobbningens allvarliga hälsokonsekvenser
3. Stärkt samverkan mellan aktörer som erbjuder råd och stöd



Varför SOS?

1. Mobbning ökar risken för psykisk ohälsa
2. Tidiga insatser hjälper
3. Undersök vad barn vill ha i form av stöd
4. Utveckla stödinsatser tillsammans med barn



Nouvusundersökning

- 1024 deltagare
- Mellan 9-18 år
- Ur Novus Sverigepanel



Bakgrund (enkätundersökning)

Ålder

9–12 år	34 %
13–15 år	34 %
16–18 år	32 %

Årskurs

Grundskola 9–15 år	68 %
Gymnasium 16–19 år	32 %

Kön

Tjejer	46 %
Killar	51 %
Ickebinär	1 %
Annan/osäker	1 %

Ort

Storstäder och storstadsnära kommuner	36 %
Större städer och kommuner nära större stad	32 %
Mindre städer, tätorter och landsbygdskommuner	31 %

(Enkätundersökning)

Finns det bra hjälp att få enligt barnen?

- *Barn som är i störst behov av stöd, tycker inte att det finns bra stöd*



Upplever du att det finns bra hjälp att få för den som mår dåligt, till följd av ensamhet, kränkande händelser eller mobbning?

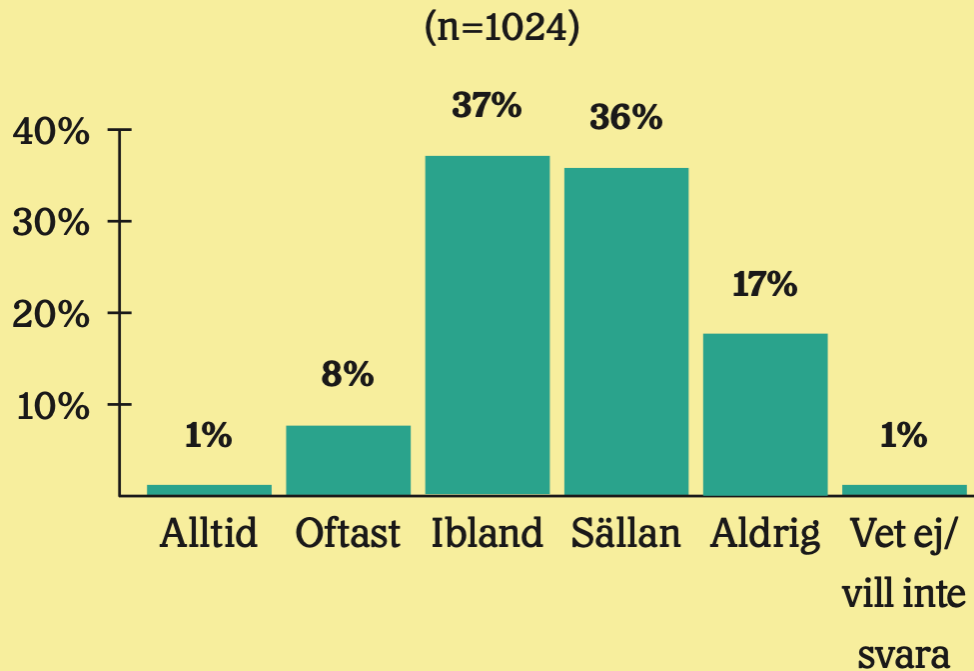
(n=667)

45% **26%**
Ja Nej

- Har inte känt sig ensam under de senaste tolv månaderna **58 %**
- Aldrig hänt: blivit mobbad i skolan, på fritiden, eller via mobil eller dator **53 %**
- Blivit retad, kallad för elaka saker eller blivit hotad. **39 %**
- Upplevt obehag under de senaste sex månaderna genom – blivit utfrysad, ignorerad eller rykten som spridits **32 %**
- Blivit mobbad i skolan, på fritiden, eller via mobil eller dator – upprepade + Enstaka perioder **33 %**

Ensamhet

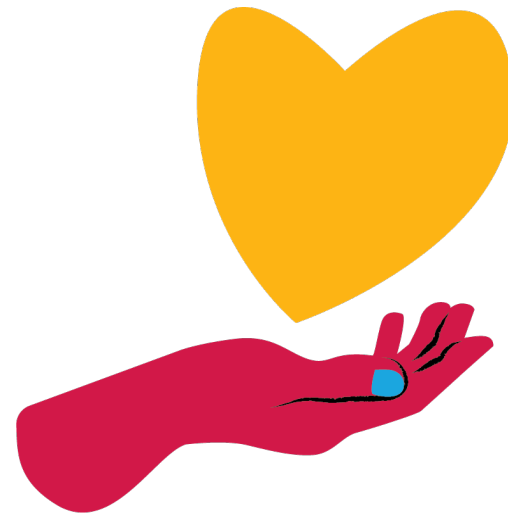
Under de senaste tolv månaderna,
hur ofta har du känt dig ensam?



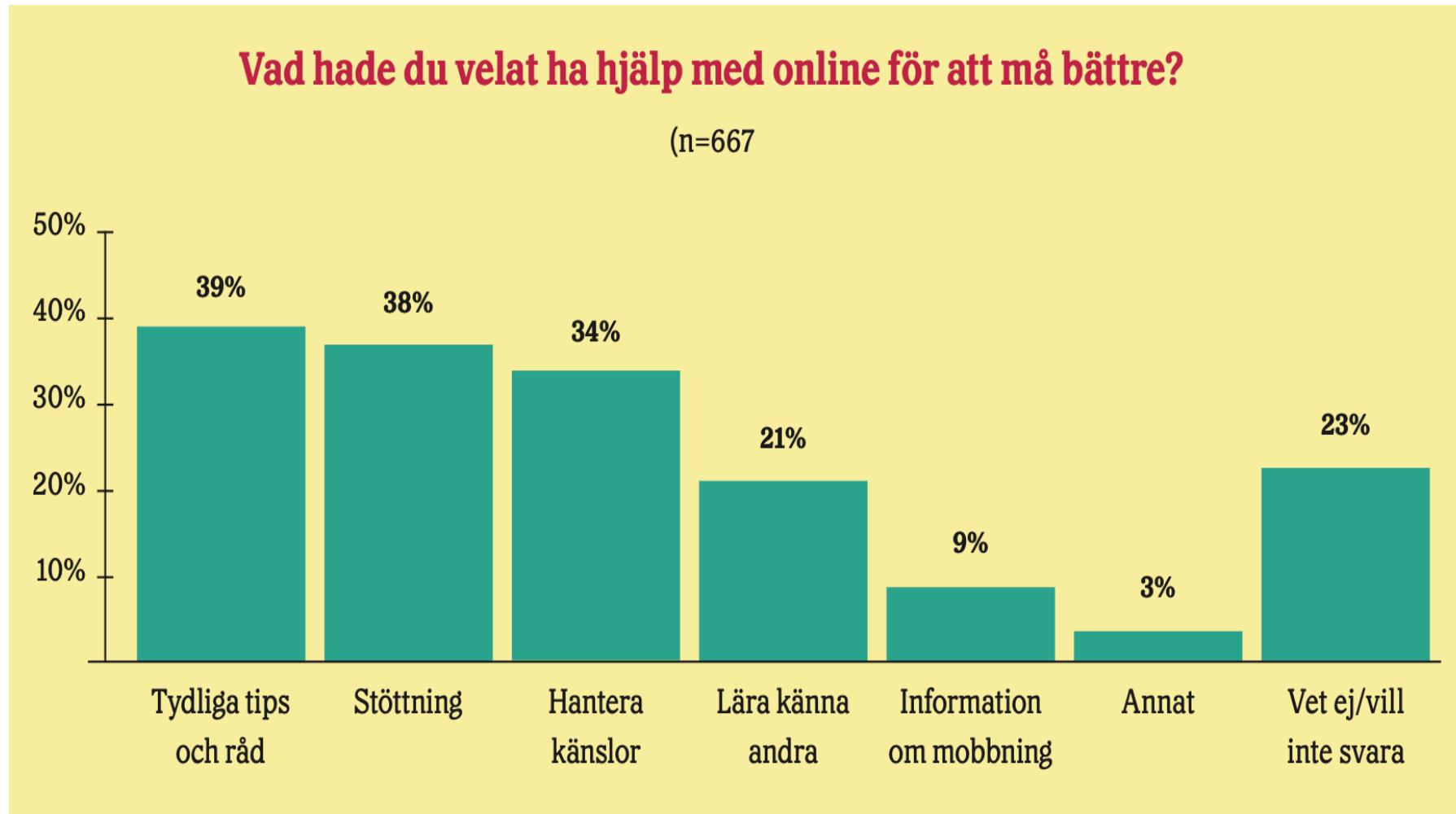
*“Ibland är jag själv när mina kompisar inte är i skolan och då nästan stannar tiden
- Barn om ensamhet*

Vem vill barn ha stöd från?

- Förälder/ familj (84%)
- Kompisar (54%)
- Professionell vuxen ex psykolog/kurator/skolsköterska (21%)
- Skolpersonal (18%)



Vad vill barn ha hjälp med?



Vilken format föredrar barn?



När man mår dåligt skulle man kunna få hjälp och stöd på olika sätt online. Vilket sätt skulle du helst vilja testa?

Flera svarsalternativ möjliga.

(n=667)

Chatta med vuxen som arbetar med stöd	27 %
Ta del av andras berättelser	26 %
Filmer, klipp eller video	26 %
Prata med psykolog eller kurator online via video	24 %
Lyssna på poddar	21 %
Gruppchatt med andra unga i en liknande situation (under ledning av en vuxen)	19 %
Göra test eller fylla i enkäter på webben som mäter hur man mår	17 %
Webbplats där du kan få tips om peppande aktiviteter, göra quiz, läsa andras berättelser	16 %
Webbkurser för barn och föräldrar	4 %
Annat	7 %
Vet ej/vill inte svara	17 %

Hur vill de helst prata med psykolog/kurator?

63 % svarar att de helst skulle vilja träffa en psykolog eller kurator fysiskt, snare än digitalt.

Ämnen att lyfta med en psykolog/kurator?

Om du skulle få personligt stöd av en psykolog eller kurator (på plats eller online), vad hade du helst velat att ni pratade om?

Flera svarsalternativ möjliga.

(n=667)

Hur jag kan få bättre självkänsla (känna mig nöjd och trivas med den jag är)	42 %
Hur jag kan gå vidare från jobbiga händelser	33 %
Hur jag kan säga ifrån och sätta gränser	28 %
Vad jag kan göra när någon betar sig kränkande mot mig eller andra	26 %
Hur jag kan hantera min ilska	25 %
Hur jag kan hitta nya eller fler vänner	18 %
Hur jag kan vara mindre rädd	18 %
Hur jag kan stötta andra som råkar ut för samma saker	18 %



Vad behövs för att man ska berätta för en vuxen?

- Tillit
- Att känna sig trygg
- Att få prata ostört
- Att få ta sin tid, utan att stressa
- Att inte känna sig dömd
- Att den vuxna från början berättar ramar, till exempel när tystnadsplikt måste brytas etc.
- Att den vuxna håller lugnet och inte blir upprörd!



Det värsta en vuxen kan göra?

- Tvinga fram ett svar
- Bli upprörd
- Berätta för någon utan barnets tillåtelse
- Inte ta det på allvar



***”Man vill bara att dom ska vara där
och visa stöd, bara det hade hjälpt.
Men ofta gör dom det till en så stor
grej och då förstörs allt.”***
/ Barn om stöd



Vad förväntas av vuxenvärlden?

- Att de ska agera när barn bli utsatta
- Att de ska kunna läsa av barnens behov
- Att de ska stötta och lyssna



Nästa steg i SOS

- Digitala verktyg som barn och unga kan använda
- Erbjuder KBT via Friends
- Samverka med fler aktörer i civilsamhället



Tack!

