

# Vennskap som beskyttelses- og risikofaktor

---

Av Øyvind Kvello, Psykologisk institutt, NTNU

*Mange vil nok inkludere vennskap som en viktig del av det gode liv. Men vennskap finnes i ulike kvaliteter. Vennskap er over tiår dokumentert som en sterk påvirkningsfaktor for barn og unges utvikling. Vennskap er derfor både en beskyttelsesfaktor mot uheldig utvikling, men kan også være en risikofaktor for skjevutvikling. I denne artikkelen belyses både innholdet i og godene av vennsapsrelasjoner, men beskriver også vennskap og sosial tilhørighet som inkluderer mobbing.*

## Vennskap

De fleste teoretikere inkluderer følgende i definisjonen av vennskap: a) en frivillig relasjon, b) overveiende positive følelser mellom venner, c) relasjonen varer over tid, og så er det uenighet om siste punkt, d) om gjensidighet skal inkluderes. Siden vennskap er en subjektiv framfor objektiv oppfatning, kan personer anse noen som venner uten at den oppfatningen gjengjeldes. Den andre kan betrakte relasjonen som bekjent, å høre til i samme miljø, vite om hverandre, men ikke som venn (Kvello, 2006). Uansett om man mener at vennskap skal baseres på gjensidighet eller ikke, så er kvaliteten selvsagt best og varigheten lengst i vennskap hvor begge deler oppfatning av å være venner (Bukowski et al., 1994).

## De overfladiske og dype vennskap

Filosofen Aristoteles skilte mellom tre former for vennskap: Ett av dem baseres på nytte. Her er ikke den andre som person målet, men hvor nyttig og fordelaktig vedkommende oppleves å være for den andres behov. Slike vennskap, mente Aristoteles var flyktige og ustabile siden det er foranderlig hva personer har av behov og oppfatter som nyttig. Den andre vennskapstypen baseres på glede. Den er vanlig blant unge mennesker. Hva som gir glede kan være like flyktig som nytte. Den tredje vennsapsformen baseres på dyd. Grunnlaget er at begge ønsker det gode for den andre part og ikke bare for seg selv. Relasjonen preges av likeverd, gjensidighet og vennene er like i forhold til dyd, evner og interesser. Aristoteles mente at få vennskap var basert på dyd. Mens de øvrige to vennskapstyper kan være kortvarige, er de basert på dyd ofte livslange.

## Ny æra for vennskap via sosiale medier

Vennskap påvirkes av den rivende utvikling av sosiale medier det siste tiåret. Kontakt med andre foregår i høy grad via SMS, e-post og enda mer Facebook, og man er blitt mindre avhengig av fysiske møter enn tidligere. Kapasiteten til å pleie venner øker ved bruk av moderne medier fordi man kan gi mye fellesinformasjon via meldinger som

legges ut, og geografiske avstander blir mindre hinder for kontakt enn tidligere. For en del fungerer Facebook også som et utstillingsvindu, et «image-makeri», og man ønsker eller tolererer at det man legger ut leses av mange, rett og slett fordi publikummet for omdømmebyggingen øker. Antall venner man har knyttet til Facebook-siden sin er for noen viktig fordi det oppfattes som indikator på attraktivitet. Mennesker har generelt en tendens mot å søke vennskap med høystatuspersoner og de populære, fordi det påvirker ens selvbilde og forventes å bidra til at man selv høyner sin sosiale status. Det er som om det positive ved de populære smitter litt over på de som er omkring dem (Kvello, 2006). De nye sosiale medier brukes også for å mobbe. Det med stor slagkraft, fordi det når så mange. Kreativiteten i hvordan ramme andre er like stor på Internett som ellers, og offeret er ofte forsvarsløst overfor det som legges ut.

## **Sosial aksept og popularitet**

Å godtas av en gruppe man er mye sammen med – som skoleklasse, nabolag, slekt, etnisk gruppe, trossamfunn, osv. – er sosial aksept. Det motsatte er ignorering, avvising, sosial utstøting, stigmatisering og lignende. Som sosialt vesen, er mennesket i dag mer psykisk enn fysisk avhengig av å tilhøre et sosialt felleskap og derved være sosialt akseptert av en gruppe. I et slikt perspektiv kan søking av det som av majoritetskulturen defineres som en avvikergruppe, være å søke sosial aksept når man føler seg avvist av eller ikke å passe inn. Majoritetskulturen kan stå for mobbing for å skille ut de personer som de ikke mener bør høre til det sosiale fellesskapet. Det er velkjent at å ha en ytre fiende styrker det indre samholdet. Slik er det også med en del av mobbingen og utstøtingen av personer fra grupper eller når man hindrer dem å bli medlemmer – det styrker samholdet mellom de som er i gruppen. Høystatusgrupper vil være mer kritiske til andre og markere hva de definerer som avvikergrupper og lavstatusgrupper, enn det lavstatusgrupper gjør. Det handler om hva man tjener mest på. Lavstatusgrupper tjener mest på innpass i høystatusgrupper, mens medlemmene i høystatusgrupper må holde strenge grenser for inntak av nye medlemmer for å sikre eksklusivitet (Griffiths & Nesdale, 2011; Killen & Brenick, 2011; Pfeifer et al., 2007; Yip & Douglass, 2011).

Mange av sosialt populære barn har ingen bestevenn. Det er ikke nødvendig med bestevenner for god utvikling, selv om man kan kjenne på ubehaget av savn etter en bestevenn. Derimot er sosial aksept, altså at man er medlem av en sosial gruppe, viktig for psykisk velbefinnende. Det er heller ikke slik at barn må ha mange venner for god utvikling, å ha én venn er ofte tilstrekkelig for å få de goder som vennskap gir for trivsel og utvikling (Kvello, 2006).

De fleste barn greier seg godt i relasjoner, men ikke alle. Noen holdes utenfor det sosiale fellesskapet, noen mobbes. Mobbing er et tverrkulturelt fenomen (Jimerson et al., 2010), det er utløp for menneskelige trekk som humane samfunn ikke ønsker uttrykt. På tvers av land, estimeres forekomsten av alvorlig mobbing til å omfatte cirka ti prosent av skolebarn (Molcho et al., 2009). Det er derved mange som opplever seg som utenfor det sosiale fellesskapet, og som en del som andre avreagerer på.

## **Krake søker make**

Forenklet framstilt så er det omsorgspersoner som preger barn aller mest de første leveår. Men fra tiårsalder av, får jevnaldrende betydelig påvirkningskraft. Mennesker

søker likhet, derfor er venner lik hverandre når det gjelder kjønn, alder, rase, skolefaglig motivasjon, verdier, holdninger, osv. (Gest et al., 2001; Wentzel et al., 2004). I tillegg til at vennevalg baseres på likhet, påvirker venner hverandre slik at de over tid blir mer lik hverandre, og så er det en viss tendens mot at venner vekter likhet mer enn ulikhet og opplever seg enda mer lik hverandre enn de kanskje rent objektivt er (Kvello, 2006). De fleste venner som man har ligner altså en selv, men man kan ha venner som er ganske ulik en selv. Venner som er meget ulik en selv er gjerne få i antall og som oftest ikke de som står en nærmest. Man kan si at med en viss avstand tolererer mennesker det som er markant forskjellig fra en selv.

Vennskap handler om langvarige og en del ganger nære relasjoner. Å leve i relasjoner må læres. Kvaliteten i barns vennskap handler derfor om følgende:

- Muligheter for å møte potensielle venner. Utvikling av vennskap krever tid og avhenger derfor av at personer har arenaer å møtes på. Jo flere man treffer, desto større sjanse for å finne de man ønsker å ha som venn. I små skoler, grissgrendte strøk, osv., må kravene man stiller til hvem man vil ha som venn være mindre enn der det er et rikelig utvalg av potensielle venner.

- Matchingsgrad – hvor godt man liker hverandre og derved motivasjon for nettopp denne spesifikke relasjonen.

- Medfødte karakteristika. Det er variasjoner hvor sosialt orientert mennesker er – altså hvor motivert man er for å være sosial, likeså personlighetstrekk som til en viss grad er genetisk disponerte; humør, introvert, ekstrovert, osv. Utseende har også betydning for vennevalg. Det er stort sett bare deltakere i missekonnurranser som påstår at skjønnhet i hovedsak kommer innenfra. Vi andre synes det er litt greit at det er noe av skjønnheten på utsiden og ikke kun på innsiden. De aller fleste personlighetstrekk er ikke mer arvelige enn at miljøet har sterkest påvirkning av dem. Men alle fødes ikke med samme utgangspunkt – verken biologisk eller miljømessig.

- Hovedsakelig samspillsskapt egenskaper slik som grad av trygghet til seg selv, tillit til andre, sosial kompetanse, forståelse av andre (mentalisering), empati/prososialitet, osv. Mye av dette læres i det tidlige samspillet med omsorgsgivere. Derfor finner man en klar sammenheng mellom foreldres kvalitet i relasjoner til andre (venner, familie, slekt, arbeidskolleger, naboer, osv.), og både kvaliteten i og tilfredsheten deres barn har med sine venner (Kvello, 2006; Simpkins & Parke 2001). «Vi kommer alle hjemmefra», kan passe som betegnelse på dette.

- Venner er også lik hverandre i tilbøyelighet til å mobbe (Haselager et al. 1998). Det kan godt være rollefordeling at den ene mobber og den andre er mer eller mindre aktiv medløper, eller at begge mobber like mye og på samme måte (Kvello og Wendelborg, 2005). Mens venner i hovedsak påvirker hverandre til prososial atferd (nestekjærlighet, verne om andres behov og rettigheter, osv.), er det annerledes for barn som er antisosiale eller har store atferdsvansker. De tenderer mot å forsterke hverandre på negativ atferd, slik at den over tid forverres. Når barn med atferdsvansker er sammen med prososiale jevnaldrende, reduseres deres atferdsvansker (antisosialitet) noe. Det er et etisk dilemma om hvor mye man kan pålegge andre barn å være venner med eller sammen med andre for å hjelpe dem til reduksjon av antisosialitet. I tillegg til at barn med antisosialitet og atferdsvansker synes ordinære barn er veldig kjedelig å være sammen med, så motivasjonen hos dem for slike vennskap er lav (Kvello, 2007). Siden

mennesker tenderer mot å velge venner som ligner en selv på sentrale områder, og derved at prososiale finner hverandre og påvirker hverandre til økt prososialitet. Tilsvarende søker de med høy aggressivitet, atferdsvansker og antisosiale trekk hverandre, og forsterker hverandre i denne retningen. Slik blir vennskap med jevnaldrende både en beskyttelses- og en risikofaktor.

## **En tidlig indikator for senere utvikling**

Barn som innen de fyller fem år ikke lykkes i å danne aldersadekvate vennskap, løper en høy risiko for å utvikle psykiske lidelser og sosial mistilpasning (Kvelling, 2010). Årsaken er at sosial kompetanse fra fire- til femårsalder av baseres på at barnets atferd på andre sentrale områder er adekvat (slik som emosjonelt, språklig, kognitivt, osv.). Derved vil vansker med å etablere vennskap indikere kompetansevansker på flere områder. Kompetansevansker er ikke ensbetydende med utvikling av psykiske lidelser eller sosial mistilpasning, men det er en sterk sammenheng mellom disse.

Barn som mobbes over lengre tid (ofte omkring ett år og mer) utvikler i tillegg vansker som skyldes mobbingen. Det er avdekket langvarige, negative konsekvenser av mobbing, som angst, depresjon, atferdsvansker, posttraumatisk stresslidelse, osv. Bildet er nyansert og interessant: Både mobbere og mobbeofre rapporterer en større forekomst av helseplager, problematferd og lav livskvalitet, enn barn som ikke er involvert i mobbing (Carvalho, 2008). Ikke for å unndra ansvar, men det ligger altså ofte skjebner både hos ofre og krenkere.

## **Godene av vennskap**

Gode vennskap beriker. Vennsksrelasjoner sammenlignet med de som man ikke regner som venner, preges av mer varme for hverandre, viser et sterkere engasjement, spiller ut et bredere følelsesregister med overvekt av de positive, er bedre til å samarbeide og å løse konflikter, samt gir rikelig og variert sosial støtte overfor hverandre. Mens sosialt nettverk er hvem man har jevnlig kontakt med og som betyr mye for en, betegner sosial støtte hva nettverksmedlemmene gir og kvaliteten på samhandlingen. En inndeling av sosial støtte er:

- Emosjonell støtte: å oppleve å verdsettes, bli vist forståelse og sympati.
- Instrumentell støtte: motta praktisk hjelp ved behov.
- Informativ støtte: å tilføres kunnskap, innsikt og hjelp til å utvikle ferdigheter.
- Vurderingsstøtte: tilbakemeldinger i form av å motta vurderinger av egen atferd og hjelp til å vurdere og å løse problemer.
- Materiell støtte: å vite at man har økonomisk ryggdekning slik at man får bistand om det kniper å få endene til å møtes.

Kvantiteten og kvaliteten ved den sosiale støtten er klart knyttet til fysisk og psykisk helse, for sosial støtte fungerer som motstandskraft mot sykdommer og dårlig helse, og god sosial støtte gir god prognose ved en rekke sykdommer (Seeman 1996, Thoits 1995). Det varierer med alder, funksjonsnivå og livssituasjon hvilken form for og mengde av sosial støtte man har behov for. Venner gir ofte lite materiell støtte, den formen er mest vanlig å få av omsorgspersoner opp til tidlig voksen alder. Ikke alle venner gir alle

former for sosial støtte heller, men at ens sosiale nettverk totalt sett inneholder de fem former for sosial støtte. Emosjonell og vurderingsstøtte gis mest i nære vennskapsrelasjoner framfor mer distanserte.

Studier viser at mobbeofre rapporterer at de opplever liten tilgang til sosial støtte. Det ene er åpenbart, at de mottar lite sosial støtte fra medelever og lærere, men det urovekkende og interessante er at de også opplever å ha liten støtte i relasjoner utenfor skolen (Carvalho, 2008). Det gjør livssituasjonen til mobbeofre enda mer dystert.

Det finnes venner som tydelig mobber hverandre. På en måte kan man tenke at det gir en ubalanse som øker risikoen for avslutning av relasjonen, at man ikke finner seg i behandlingen. Når vennskapet fortsetter kan man tenke at det derved ikke er så alvorlig, at det er mer gjensidighet i mobbingen, eller at godene i relasjonen veier opp for ulempene. Det er ikke nødvendigvis slik. Noen ganger kan frykten for å være alene være større enn å plages, selvbildet er så lavt at man mener man ikke fortjener bedre og heller ikke tiltror seg attraktivitet til å finne nye venner. Det er funnet at personer som mobber sine venner gjerne har en utrygg tilknytning av typen A, unnvikende, mens de som er venner med de som mobber seg gjerne har tilknytning av typen C, ambivalent (Kvelling og Wendelborg, 2005). Selv om det ikke finnes studier på det, er det rimelig ut fra teori å anta at også personer med D-tilknytning (desorganisert) kan mobbe og mobbes av venner.

## **Voksnes påvirkningskraft**

Allmenn erfaring så vel som en del klassiske eksperimentelle studier, viser at når barn er sammen med jevnaldrende og med lite voksentsyn, kan atferden utarte seg til krenkende handlinger og med dårlig utviklede ferdigheter til å begrense seg selv og andre fra slike handlinger. Alvorlige krenkelser kan derfor lett komme ut av kontroll og eskalere. Voksne setter med andre ord viktig standard for barn om hvordan relasjoner til andre leves. Voksne er ikke bare regulatorer, men også rollemodeller. Derfor vil for eksempel elevens atferd i forhold til hverandre i høy grad avhenge av hvordan lærerne forholder seg til enkeltelever, som voksen setter man mye av standarden for hva som er ønsket og akseptabel atferd. Slik påvirker foreldre og andre omsorgspersoner (som ansatte i barnehage, skole, ledere i fritidsaktiviteter, osv.), barns atferd i et fellesskap med andre; å ta ledelse, innordne seg, løse konflikter, dele opplevelser, bistå hverandre, osv.

Mange personer er kravstore til hvem de vil ha som venner. Noen barn er ikke på noens ønskelister. Mens det er flere gode metoder for å redusere eller fjerne mobbing og sosial ekskludering, er det vanskeligere å hjelpe barn til å utvikle vennskap. Mangeårig erfaring fra skolen viser hvor komplisert det er å lykkes med sosial integrering av alle elever; den inkluderende skole. Vennskap er mer komplisert fordi det er mer personlig, eksklusivt og frivillig, enn sosial inkludering. Man kan holde barn sammen ved påbud og aktivitetsvalg, man kan legge til rette for å bli kjent, ivareta at barna får vist sine sterke sider, osv., men man kan ikke pålegge vennskap. Noen ganger kan ens forsøk på å hjelpe få motsatt effekt av det man hadde som intensjon; jo mer man oppfordrer til kontakt og snakker varmt om den andre, desto sterkere kan behovet for å markere avstand og egen vilje bli. Barns muligheter til å velge miljø der de ikke føler seg annerledes eller avvikende, er ofte begrensede, for eksempel barnehage eller skole. Det er lett å skjønne hvordan selvbildet preges av å være ti år på en skole hvor man opplever ikke å få innpass i det sosiale fellesskapet. Noen ganger skyldes vansker med å etablere vennskap ikke at man har

uflaks ved å være i et miljø hvor man oppfattes som negativt annerledes, men noen barns karakteristika er slik at de oppfattes negativt på tvers av en rekke miljøer. Da løses ikke den sosiale avvisningen i ett miljø så lett som å søke andre miljøer. Men selv om fokus på mobbing av barn ofte har vært på skolen, så viser studier at nær halvparten av mobbingen av barn i skolealder skjer utenfor skolen (Turner et al., 2011). Det viktige fokus på mobbing i skole og barnehage, må utvides til slike krenkelser på alle arenaer som er sentrale for barn for å sikre et humant samfunn.

## **Avslutning**

Vennskap regnes både som en beskyttelsesfaktor og en risikofaktor for barn og unges utvikling. Vennskap er en risikofaktor når den består av mange krenkelser og de negative handlinger og følelser preger mye av relasjonen, fordi det skaper eller forsterker tendenser i mennesker som å være fra ufin til overgripende, eller at personers selvspekt svekkes og finner seg i handlinger som ikke skal godtas. Vennskap er en risikofaktor når barn med antisosialitet, slik som for eksempel atferdsvansker, rusmiddelmisbruk og kriminalitet – fordi de påvirker hverandre i retning av forverring. Vennskap er en beskyttelsesfaktor for barn og unge flest, fordi de tross rampestreker, i hovedsak påvirker hverandre til prososialitet. Jevnaldningsrelasjoner har klart andre karakteristika enn voksen–barn-relasjoner. Begge disse relasjonstyper er viktig for at barn skal utvikle seg harmonisk, og mangler i én av disse kan ikke helt oppveies med styrker i den andre (Kvillo, 2006). Det er ikke nødvendig å ha en bestevenn for god utvikling, men å være sammen med jevnaldrende der man er akseptert og har en verdsatt rolle (altså å være medlem av en flokk, gruppe, klikk, osv.). Norske studier viser at 80–95 prosent av barn trives fra godt til meget godt i norsk skole, og har venner på den arenaen som de tilbringer mye tid på (se forskningsrapporter på hjemmesiden til Utdanningsdirektoratet). De fleste elever har det med andre ord meget bra, men en betydelig andel opplever ikke å lykkes i skolen skolefaglig og/eller sosialt. Dette er på en arena de ikke kan velge bort, så deres sosiale posisjon vekker ekstra bekymring.

Menneskers hang til å dominere, avreagere på, skape hierarki og markere avstand til andre, må kontrolleres for å sikre et humant, inkluderende samfunn. Via Olweus arbeider har Norge ligget i kunnskapsfront om fenomenet mobbing. Hemil-senteret ved Universitetet i Bergen og Roland på Senter for atferdsforskning ved Universitetet i Stavanger, er markante kunnskapsleverandører i forhold til mobbing og utvikler metoder/programmer for å redusere forekomsten av slik krenkende samhandling. Norge har over år vært i kunnskapsfront når det gjelder mobbing. Flere av de programmer som er utviklet er målt når det gjelder effektivitet. Både Utdanningsdirektoratet og Ungsinn er nettsteder som hjelper en til å orientere seg i det mylder av metoder som eksisterer. Manifest mot mobbing er bare én innsats som viser den nasjonale interessen over år for å eliminere krenkende atferd.

## Litteratur

- Bukowski, W. M., Hoza, B., & Boivin, M. (1994). Measuring friendship quality during pre- and early adolescence: The development and psychometric properties of the friendship qualities scale. *Journal of Social and Personal Relationships, 11*, 471–484.
- Carvalhosa, S. F. (2008). *Prevention of bullying in schools: An ecological model*. Bergen: Doktorgradsavhandling ved Universitetet i Bergen.
- Kvello, Ø. (2006). *Barns og unges vennskap: Empiri- og teorigjennomgang, en kvantitativ og kvalitativ studie over barns oppfatninger og presentasjoner av sosiale relasjoner til jevnaldrende og voksne i forhold til noen sentrale mål på psykososial tilpasning*. Trondheim: NTNU.
- Kvello, Ø. (2007). *Utredning av atferdsvansker, omsorgssvikt og mishandling*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Kvello, Ø. (2010). *Barn i risiko: skadelige omsorgssituasjoner*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Kvello, Ø., & Wendelborg, C. (2005). Mobbing belyst ut fra foreldres oppdragelsesstil og barnets tilknytning: Behov for systemrettet kartlegging og tiltak. *Spesialpedagogikk, 4*, 12–23.
- Gest, S. D., Graham-Bermann, S. A., & Hartup, W. W. (2001). Peer experience: Common and unique features of number of friendships, social network centrality, and sociometric status. *Social Development, 10*, 23–40.
- Griffiths, J. A., & Nesdale, D. (2011). In-group and out-group attitudes of ethnic majority and minority children. I M. Killen & R. J. Coplan (red.), *Social development in childhood & adolescence: A contemporary reader* (s. 441–453). Malden, MA: Wiley-Blackwell.
- Haselager, G. J. T., Hartup, W. W., van Lieshout, C. F. M., & Riksen-Walraven, J. M. A. (1998). Similarities between friends and nonfriends in middle childhood. *Child Development, 69*, 1198–1208.
- Jimerson, S. R., Swearer, S. M., & Espelage, D. L. (2010). *The handbook of bullying in schools: An international perspective*. New York: Routledge.
- Killen, M., & Brenick, A. (2011). Morality, exclusion, and culture. I X. Chen & K. H. Rubin (red.), *Socio-emotional development in cultural context* (s. 239–262). New York: The Guilford Press.
- Molcho, M., Craig, W., Due, P., Pickett, W., Harel-Fisch, Y., Overpeck, M. D., & HBSC Bullying Writing Group (2009). Cross-national time trends in bullying behavior 1994–2006: Findings from Europe and North America. *International Journal of Public Health, 54*, 225–234.
- Pfeifer, J. H., Ruble, D.N., Bachman, M. A., Alvarez, J.M., Cameron, J.A., & Fuligni, A.J. (2007). Social identities and intergroup bias in immigrant and nonimmigrant children. *Developmental Psychology, 43*, 496–507.
- Seeman, T. E. (1996). Social ties and health: The benefits of social integration. *Annals of Epidemiology, 6*, 442–451.

Simpkins, S. D., & Parke, R. D. (2001). The relations between parental friendships and children's friendships: Self-report and observational analysis. *Child Development, 72*, 569–582.

Thoits, P. A. (1995). Stress, coping and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior, 35*, 53–79.

Turner, H. A., Finkelhor, D., Hamby, S. L., Shattuck, A., & Ormrod, R. (2011). Specifying type and location of peer victimization in a national sample of children and youth. *Journal of Youth Adolescence, 40*, 1052–1067.

Wentzel, K. R., Barry, C. M., & Caldwell, K. A. (2004). Friendships in Middle School: Influences on Motivation and School Adjustment. *Journal of Educational Psychology, 96*, 195–203.

Yip, T., & Douglas, S. (2011). Ethnic/racial identity and peer relationships across elementary, middle, and high schools. I X. Chen & K. H. Rubin (red.), *Socio-emotional development in cultural context* (s. 186–207). New York: The Guilford Press.