

BBABAC - Bacheloroppgave 2023 VÅR

Bacheloroppgave

**Hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier
påvirker barn og unge?**



**Universitetet
i Stavanger**

Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Bachelor i barnevern

UIS mars 2023

Kandidatnummer: 6051

Antall ord: 9985

Innholdsfortegnelse

1.0	Innledning	3
1.1.0	Bakgrunn for tema	3
1.1.1	13 reasons why (13RW)	3
1.1.2	The blue whale challenge	4
1.2.0	Presentasjon av problemstilling	4
1.3.0	Begrepsavklaringer	5
1.3.1	Selv mord	5
1.3.2	Selv mordstanker	5
1.3.3	Sosiale medier	5
1.3.4	Twitter	5
1.3.5	YouTube	6
1.4	Formål med oppgaven	6
1.5	Oppgavens oppbygging	6
2.0	Teori	7
2.1	Werther effect	7
2.2	Traume effekt	7
2.3	Papageno effect	8
2.4.1	Modell læring	8
2.4.2	Adolescent aggression	8
3.0	Metode	10
3.1	Valg av metode	10
3.2	Litteraturstudie	10
3.3	Datainnsamling	11
3.3.1	Oversiktstabell over søkene som ble gjennomført	12
3.3.2	Inklusjons- og eksklusjonskriterier	13
3.4	Aveyards tematisk analysemodell	15
3.5	Presentasjon av forskningsartiklene	16
3.6	Studiens troverdighet	18
4.0	Diskusjon av funn	19
4.1	Hva lærer barn og unge når de ser selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier?	19
4.1.1	Modell læring	19
4.1.2	Operant betingning	20
4.2.0	Negativ påvirkning av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier	21
4.2.1	Smitteeffekt av selvmord	21
4.2.2	Romanisere selvmord	22
4.2.3	Udødelig på sosiale medier og medier	23
4.3.0	Positiv påvirkning av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier	24
4.3.1	Oppfordre til å søke hjelp	24
4.3.2	Følelsen av støtte og tilhørighet	25
4.3.3	Øker bevissthet rundt selvmord og selvmordstanker	25
4.4	Veien videre	26
5.0	Avslutning	27
6.0	Litteraturliste	29

1.0 Innledning

1.1.0 Bakgrunn for tema

Den fremste dødsårsaken blant unge under tretti år er selvmord og tallene stiger for hvert år (Aasheim, 2021). Tallene viser oss at selvmord er et stort problem for dagens samfunn, ettersom at unge heller velger å ta selvmord enn å leve. Hva kan dette komme av, hvorfor er det mer selvmord nå en tidligere, til tross for at samfunnet er mer åpent når det kommer til utdanning, likestilling, seksuell legning og hva man selv ønsker å gjøre med eget liv? Dette var noe jeg ønsket å undersøke, kan økningen i bruk av sosiale medier og medier, samtidig skildringen av selvmord og selvmordstanker på disse plattformene ha noe påvirkning på de høye tallene? Ifølge Aftenposten har det vært 190 alvorlige selvmordsforsøk på barnevernsinstitusjoner siden mars 2020 (Moland, 2023). Selvmord er et stort problem ikke bare for barn og unge generelt, men spesielt utsatte barn, som barnevernsbarn.

Ifølge tallene til medietilsynet bruker over 90% av 9 til 18 åringer sosiale medier i 2022 (Medietilsynet, 2022). Det vil si at 9 av 10 barn bruker minst et sosiale media i hverdagen. De mest brukte ifølge medietilsynet (2020) er youtube (91%), snapchat (78%), tiktok (73%), instagram (64%), facebook (50%) og twitter (25%). Statistisk sentralbyrå sine tall viser at 9 til 15 åringer bruker 62 minutter til dagen på videomedier, mens 16 til 24 åringer bruker 91 minutter. På internett bruker 9 til 15 åringer 198 minutter mens 16 til 24 åringer bruker 340 minutter (Statistisk sentralbyrå, 2022). Som vi forstår ut fra disse tallene går mye av fritiden til barn og unge til å være på sosiale medier, internett og andre medier. Sosiale medier og andre medier har blitt en sentrale sosialiseringarenaer for barn og unge i nyere tid. Når barn og unge bruker såpass mye tid på sosiale medier, internett og medier er det viktig å vite hvordan de blir påvirket av hva de ser på, og eventuelt hvordan man kan beskytte barn og unge mot negative effekter fra det de opplever, ser eller hører. Nå i nyere tid har artisten Tix fått mye kritikk for hans beskrivelse av selvmord og selvmordstanker i sanger (Hütt og Vik, 2022). Diskusjonen dreier seg om hvordan det påvirker de som hører på disse sangene. Det er også flere serier og spill på nett som har fått kritikk blant disse er 13 reasons why og the blue whale challenge.

1.1.1 13 reasons why (13RW)

13RW er en Netflix serie som kom ut i 2017. Serien handler om videregående elev Hannah som tar selvmord, og etterlater 13 kassetter hvor hun forklarer hvorfor hun tok selvmord

(Yorkey, 2017). I hver kassett beskriver hun hvordan en person påvirket hennes beslutning om å ta selvmord. Serien skildrer selvmord som en måte å ta hevn på personer som har gjort deg noe galt. Hun tvinger hver person som blir skildret i disse kassetten til å høre på de for å så sende de videre til neste person, dersom de ikke gjør det vil en utenforstående person publisere alle kassetten på internett (Yorkey, 2017). Serien viser sterke scener blant annet når Hannah blir voldtatt og når hun tar selvmord ved å kutte seg selv, mens hun ligger i badekaret. Man kan blant annet se at blod renner ut av sårene for å så gjøre hele vannet i badekaret rødt. Selvmordscenen ble tatt ut av seriene noen år senere etter mye kritikk.

1.1.2 The blue whale challenge

The blue whale challenge er et selvmordspill som spredde seg på sosiale medier og youtube, spillet ble først delt i Russland i 2013. Spille gikk ut på at man skulle delta i ulike utfordringer over en periode på femti dager (Mukhra et al, 2017). Disse utfordringene kunne variere fra å se skumle filmer som administratoren sendte, kutte seg på ulike steder på kroppen, stikke seg i armen flere ganger, gå til høye bygninger, snakke med en annen som deltar i utfordringen, ikke snakke med noen på en dag, og den siste utfordringen var å hoppe fra en høy bygning som skulle resultere i død. Alle utfordringene skulle verifiseres ved å sende dokumentasjon av hva man har gjort til administratoren. Philipp Budeikin er en russisk psykolog som har tatt æren for å ha laget spillet, hans intensjon var å «clean the society of biological wastes» (Mukhra et al, 2017).

1.2.0 Presentasjon av problemstilling

På grunn av de høye tallene både når det kommer til selvmord og bruk av sosiale medier og medier, i tillegg til all den kritikken mange artister og tv serier har fått på grunn av påvirkningen de kan ha på barn og unge. Ønsker jeg og sette søkelyset på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge.

Problemstillingen min er altså: **hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge?**

I løp av oppgaven min ønsker jeg å øke kunnskapen om hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge. Jeg ønsker å belyse begge sidene av påvirkningen både hvordan det påvirker positivt og negativt.

1.3.0 Begrepsavklaringer

Jeg vil nå definere og forklare noen av de viktigste begrepene, nemlig selvmord, selvmordstanker, sosiale medier, twitter og youtube. Disse begrepene er viktig for å kunne forstå funnene som blir gjort i denne oppgaven, også for å svare på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge?

1.3.1 Selvmord

Definisjonen jeg anvender her, er fra folkehelseinstituttet (2022) og de definerer selvmord slik «selvmord er resultat av en selvpåført skade der intensjonen har vært å avslutte livet.» Det gir oss en forståelse at selvmord må være noe som er selvpåført, samtidig må intensjonen være at man skal dø. Ifølge FHI (2022) er det rundt 650 mennesker som tar livet sitt i Norge hvert år. Selvmordsraten i Norge er omtrent lik som i hele Europa, Nord-Amerika og Australia (Folkehelseinstituttet, 2022).

1.3.2 Selvmordstanker

Selvmordstanker handler om at man ser alt som håpløst og mørk, og på grunn av disse tankene begynner man også å tenke at livet ikke er verdt å leve lengre (Helsenorge, 2021). Årsaken for selvmordstanker kan variere, det kan dreie seg om livsbelastninger, samlivsbrudd, konflikt, sykdom, utfordringer på jobb, økonomiske vansker eller psykiske vansker (Helsenorge, 2021).

1.3.3 Sosiale medier

Sosiale medier er noe de fleste mennesker bruker hver dag, og det er en stor del av hverdagen til folk flest, men hva er egentlig sosiale medier? Baker et al (2021) forklarer sosiale medier på denne måten «The technical affordances of social media have increasingly converged – text, images and video content are now all fully integrated on Instagram, Twitter and Facebook.....» (s. 374). Eksempler på populære sosiale medier er facebook, Instagram, twitter, youtube, snapchat og linkedin (Baker et al 2021). Sosiale medier har gjort at hvem som helst kan dele hva som helst til hvem som helst, både til et stort og lite publikum.

1.3.4 Twitter

Twitter er et sosialt nettverk som tilbyr brukerne til å kommunisere ved hjelp av tekst, bilder og video. «Twitter has been put to three main purposes: as a megaphone to communicate factual information and overtly subjective perspectives; to influence mainstream news agendas; and to facilitate the creation and maintenance of loose networks of

affiliation.» (Baker et al, 2021, s. 422). Ut fra denne definisjonen forstår vi at twitter har tre hovedoppgaver, nemlig kommunikasjon mellom mennesker, påvirke nyhetene og legge til rett for nettverk hvor man kan skape tilknytninger til hverandre. Twitter går altså ut på å kommunisere via et sosialt nettverk med bilder, videoer og tweets med skriftlige innlegg.

1.3.5 YouTube

Baker et al (2021) forklarer youtube sånn: «.....YouTube has, since its inception, fallen under the rubrics of two traditionally opposing logics: it is at once both an amateur space for individual expression and personal exhibition, and a commercial platform for professional, corporate media.» (s. 460) Det er derfor en plattform for både privatpersoner som ønsker å dele videoer eller kommentarer, men også for offentlige personer, firmaer, og andre medier å dele sitt innhold. YouTube går derfor ut på å dele videoer, hvor andre personer kan kommentere og like videoene som blir lagt ut.

1.4 Formål med oppgaven

Formålet med oppgaven er å belyse hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge, ved å se på hva barn og unge lærer og de positive og negativ påvirkningene. Samtidig gi hjelpere en bedre forståelse for hva barn og unge kan oppleve, og hva de kan bli påvirket av på sosiale medier og medier. Vi som jobber med barn og unge må ha et bevisst forhold til hva som hemmer og fremmer utviklingen deres. I Norge har det ikke vært mye forskning på akkurat denne problematikken sammenlignet med andre vestlige land, jeg ønsker derfor å sette et søkelys på denne problematikken også i Norge.

1.5 Oppgavens oppbygging

I neste kapittel vil vi se på teori som kan hjelpe å besvare hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge. Videre i tredje kapittel skal vi se på hvilken metode jeg har benyttet meg av for å svare på problemstillingen, samtidig skal vi analysere artiklene jeg har valgt. Deretter følger diskusjon av funnene i kapittel fire, og til slutt kapittel fem som er avslutning. Sjette kapittel inneholder litteraturlisten.

2.0 Teori

Dette kapittelet vil handle om hvilke faglig kunnskaper som er relevante og må benyttes for å kunne svar på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge? Vi skal først se på de grunnleggende teoriene om smitteeffekten av selvmord, the werther effekt, trauma effekt og the papageno effekt. Videre skal vi se på ulike psykologiske teorier og forståelser for hvorfor selvmord kan ha en smitteeffekt.

2.1 Werther effekt

The Werther effekt ble først oppdaget i 1774, til tross for at teorien er gammel blir den fortsatt brukt i dag til å forklare smitteeffekten av selvmord. Phillips (1974) hevder at grunnen til smitteeffekten av selvmord er nemlig på grunn av sosial læring hvor sårbare individer imiterer og identifiserer seg med den som har begått selvmord og velger å gjøre det samme selv. De blir altså påvirket av media dekningen av selvmord til å avslutte livet deres gjennom selvmord (Ng et al, 2021). Smitteeffekten av selvmord er godt dokumentert blant alle aldre, men tenåringer er dokumentert til å være mest sårbare for the werther effekt (Ng et al., 2021). Det gir oss en forståelse om at vi må være ekstra sensitive ovenfor tenåringer når det kommer til selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier.

2.2 Traume effekt

Traume effekt går ut på at selvmords historiene eller nyhetssakene er svært emosjonelt urovekkende, som kan gjør at personer blir trigget til selvmord (Ng et al., 2021). Personer som er sårbare på grunn av tidligere livserfaringer er spesielt sårbare for traume effekt (Ng et al., 2021). Flere kvalitative studier viser til at etterlatte etter selvmord også opplever mer uro og ubehag når selvmords historier eller nyhetssaker er svært emosjonelt urovekkende, spesielt hvis det skildres på en ufølsom eller på en unøyaktig måte (siteret i Ng et al, 2021). Hvordan de etterlatte blir påvirket varierer. Noen beskriver at de opplevde at sorgprosessen deres ble påvirket, mens andre forteller at de opplevde at det økte sorgen de følte på, andre sier de ble retraumatisert (Niederkrotenthaler, 2010). Selvmord i medier og sosiale medier påvirker mennesker ulikt, ikke bare øker det sjansen for smitteselv mord, men sorgprosess til de etterlatte etter selvmord blir også påvirket.

2.3 Papageno effekt

Selv mord i medier og sosiale medier kan også ha en positiv effekt, nemlig papageno effekten. Niederkrotenthaler (2010) fant et positivt fenomen til selvmord i media, nemlig papageno effekt. Papageno effekten handler om nyhetsartikler som handler om individer som klarte å overkomme selvmordstanker (Niederkrotenthaler, 2010). Slike nyhets saker vil gi ulike type kunnskap, det gir kunnskap om risikofaktorer for selvmord, redusert selvmordsatferd og høyer antall av individer som søker hjelp. Niederkrotenthaler et al. (2010) fant at selvmordstanker i medier kan ha en beskyttende effekt, noe som motsier hva werther effekten og traume effekten sier. De viser også til at slike mediesaker ofte også inneholdt helsefremmende tiltak individene kunne gjør for å få det bedre, istedenfor å bli påvirket til å ta selvmord ble individene påvirket til å gjøre positive endringer til egen helse, som igjen gjorde at de hadde positive forsvarsmekanismer (Niederkrotenthaler et al., 2010). Ng et al. (2021) viser i midlertidig til at det trengs mer forskning på hvordan positive mediesaker om selvmord påvirker sårbare individer.

2.4.1 Modellering

Albert Bandura kom opp med teorien modellering, hvor han tok inspirasjon fra Skinners operante læringsteori og kognitiv psykologi. Helgesen (2018) definerer modellering som «sosial læring skjer oftere ved at vi observerer hva andre mennesker foretar seg, spesielt mennesker vi ser opp til» (s. 108). Denne definisjonen av modellering gir oss en forståelse på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier kan påvirke barn og unge. For eksempel hvis en idrettsutøver som barnet eller ungdommen ser opp til tar selvmord og dette blir rapportert i media, kan barnet lære at en slik handling kan være et alternativ hvis man står ovenfor vanskelige følelser og problemer (Helgesen, 2018). Med andre ord så lærer vi mennesker av å se hva andre mennesker vi ser opptil gjør, og gjør det samme. I likhet med Bandura teori om adolescent aggression tar ikke denne teorien høyde for at det ikke er et fasitsvar på hvordan vi mennesker lærer. Det er ikke fastsatt at barn og unge vil gjøre det samme som de ser en modell gjøre, derfor er det ikke så enkelt å si at modellering er noe som alltid skjer (Helgesen, 2018). Senere i diskusjon av funn kapitlet vil vi se på andre teorier som kan forklarer hvordan barn og unge lærer.

2.4.2 Adolescent aggression

Bandura ga ut sin første bok, Adolescent Agression i 1959, boken forklarte den berømte «Bobo doll studies» (sitert i Gauthier & Latham, 2022). «Bobo doll studies» gikk ut på at barn

ble lært til å angripe disse bobo dukkene gjennom å observere modeller som straffer dokkene på film (Hartmann, 2009). Barn ser altså at noen angriper dukkene på film og imiterer oppførelsen til de på filmen. Teorien viser til hvordan media kan påvirke individene som ser på, ved å lære, forsterke og oppfordre til den type atferd som blir vist i media. Studien til Bandura fant at barn som så en voksen slå dukken hadde høyere sjanse for å selv vise aggressiv atferd ovenfor dukken (Gauthier & Latham, 2022). Bandura viser til at menneskets kognitive skjemaer opprettes både gjennom egne erfaringer og modellering, og begge mekanismene påvirker atferd på samme måte (Hartmann, 2009). Det gir oss en forståelse av at det barn og unge ser i media vil påvirke deres kognitive skjemaer på samme måte som det de opplever selv. Resultatene er basert på data fra 1959, til tross for det viser Helgesen (2018) til at det i dag er funnet en klar sammenheng med det barn ser av modellers utøvelse av aggresjon, og dermed tar i bruk dette selv, som en sosialløsningsstrategi. Samtidig må man være kritisk når det kommer til at barn alltid vil vise aggressiv atferd hvis de ser en modell gjøre det, for det er absolutt ikke et fasit svar, det er også avhengig av en rekke andre faktorer (Helgesen, 2018).

3.0 Metode

Dette kapittelet skal handle om hvilke metode jeg har benyttet meg av og hvordan jeg kom fram til denne metoden. Videre skal vi se på hvilke resultater jeg fikk ut fra metoden jeg valgte og til slutt hvilke artikler som ble valgt og hvorfor.

3.1 Valg av metode

Vi skal nå gå inn i hvilken metode jeg har benyttet meg av for å kunne svare på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge. «Metode er den systematiske fremgangsmåten du benytter for å samle inn informasjon og kunnskap for å belyse en problemstilling.» (Thidemann, 2020, s.74). Metode er altså et hjelpemiddel for å svare på problemstillingen man har valgt. Hvilken metode man velger avhenger av hva problemstillingen er. Derfor må man analysere problemstillingen og svare på: «hvem eller hva skal undersøkes, hvor og hvordan skal dette gjøres og hvorfor skal dette undersøkes» (Thidemann, 2020, s.74). Svarene på disse spørsmålene avgjør hvilken metode man velger i undersøkelsen.

En annen måte å forstå metode er «en systematisk framgangsmåte som kan eksplisiteres slik at leseren har mulighet til å følge (gjenta) undersøkelsen og nå fram til samme resultat på de premissene som er beskrevet.» (Rienecker, 2021, s.187). Metode handler altså også om at det skal være etterprøvbart for leserne, de skal få de samme resultatene som den som undersøkte. Etterprøvbarhet er ikke mulig i kvalitative studier (Rienecker, 2021).

Det er flere ulike metode man kan bruke i en oppgave. Thidemann (2020) viser til kvantitativ metode, kvalitativ metode, metodetriangulering og litteraturstudie som metoder man kan benytte seg av i en undersøkelse. Jeg har valgt litteraturstudie som metode, noe vi skal se mer på nedenfor.

3.2 Litteraturstudie

Den forskningsmetoden jeg har valgt er litteraturstudie. Litteraturstudie handler om å bruke skriftlige kilder som allerede eksistere og systematisere kunnskapene kildene gir (Thidemann, 2020). Å systematisere kunnskapen handler om å samle inn litteratur, gå kritisk gjennom den og sammenfatte det hele til slutt. Det handler altså om å gi leseren en oppdatert og god forståelse på det problemstillingen etterspør, men også beskrive hvordan man kom fram til kunnskapen.

Grunnen for valget av litteraturstudie er for jeg tenkte det var den beste metoden for å belyse og svare på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge. Fra mitt synspunkt, vil det gi meg et bedre innblikk inn i problemstillingen min, enn hvis jeg hadde valgt kvantitativ eller kvalitativ metode. Kvantitativ metode går ut på å bruke faktakunnskap som data, noe som betyr at man bruker en målbar enhet, det ville gitt meg breddekunnskaper altså lite antall opplysninger fra mange. Jeg ønsker å ha mye opplysninger fra mange derfor mener jeg at litteraturstudie fungerer bedre for å svare på min problemstilling (Thidemann, 2020). Kvalitativ metode handler om å finne meningssammenhenger, oftest gjennom intervju, observasjon, feltarbeid eller dokumentanalyse (Thidemann, 2020). Grunnen til at jeg valgte litteratur studie er fordi retningslinjene tillater meg ikke å intervju barn, brukere av sosialtjenester eller sårbare grupper mennesker som for eksempel har hatt selvmordstanker eller utført et selvmordsforsøk. Det jeg kunne ha gjort dersom jeg skulle gjennomført intervju er å intervju saksbehandlere i barnevernstjenester som kunne ha et innsyn i problematikken i problemstillingen min, men på grunn av tidsbegrensingen min på 10 uker ville dette vært vanskelig å gjennomføre, men ikke umulig. Videre i fra mitt synspunkt som nevnt tidligere vil litteraturstudie gi meg et bedre innblikk og svar på problemstillingen min bedre, enn å intervju saksbehandlere. Jeg valgte kvalitativ litteraturstudie, som betyr at jeg vil gå inn i få artikler for å kunne svare på problemstillingen min. Grunnen til at det blir kvalitativ litteraturstudie er for min problemstilling inneholder spørreordet hvordan, dersom jeg skulle hatt kvantitativ litteraturstudie måtte jeg være ute etter et bestemt antall av et utvalg. Jeg tenker også at jeg vil få et bredere kunnskaps felt når jeg gjennomfører litteraturstudie istedenfor kvantitativ eller kvalitativ metode. Ved å velge litteraturstudie får jeg et stort utvalg av kunnskap som kan belyse problemstillingen min, men ulempen er at jeg må bruke litteratur som allerede er tolket av andre fagpersoner, noe som kan påvirke funnene mine og konklusjonen min (Thidemann, 2020).

3.3 Datainnsamling

Ettersom at metoden min er litteraturstudie må jeg benytte meg av data som allerede er innsamlet. Jeg trengte derfor databaser jeg kunne søke i, hvorav jeg valgte å bruke Oria, Google Scholar og Idunn. Søkene ble gjort på Google Scholar, Oria og Idunn i perioden 10 januar til 28 januar 2023. Det jeg begynte med var å bare søke generelt på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge for å se hvor mye data det fantes. På disse søkene fikk jeg flere ti talls tusen artikler på

Google Scholar og ingen resultat på Oria. Det ga meg en forståelse av at det ikke er skrevet så mye om dette temaet på norsk, ettersom at alle artiklene på Google Scholar var på engelsk. Jeg valgte derfor å søke på engelsk, da fikk jeg flere ti talls treff på Oria også. Videre valgte jeg å skimlese noen av overskriftene, for å få inspirasjon til hvilke bestemte søkeord jeg skulle bruke videre når jeg skulle gjennomføre avansert søk på Oria. For å være sikker på at det ikke var noe om temaet mitt på norsk, prøvde jeg også å søke på Idunn på norsk for å se om jeg fikk noen artikler der, men det var det samme som på Oria hvor ingen artikler passet til problemstillingen.

Når man skal gjennomføre avanserte søk må man benytte seg av ulike emneord og tekstord for å avgrense hvilke forskningsområder man er ute etter (Thidemann, 2020). Søkekriteriene jeg brukte var at alle felt skulle inneholde suicide AND social media, på søkefiltre OG hadde jeg suicidal thoughts, social media, effect og social medias effect on suicide, og på søkefiltre OR hadde jeg children og teenagers.

3.3.1 Oversiktstabell over søkene som ble gjennomført

Søkeord	Søke nummer	Søkeord og ordkombinasjoner	Avgrensninger	Antall treff	Duplikater	Ekskludert etter tittellesning	Leste abstrakt	Leste artikler	Artikler inkludert
10.1.23 Oria	1	Alle felt skulle inneholde: suicide, social media, suicidal thoughts, effect, children eller teenagers, triggers.	Søket i biblioteket på UIS Materialtype: artikler Språk: alle Utgivelsesår: siste 2 årene	182	0	178	4	0	0
13.1.23 Oria	2	Alle felt skulle inneholde: suicide, social	Søket i biblioteket på UIS	80	0	75	5	16	3

		media, suicidal thoughts, effect, social medias effect on suicide, children eller teenagers.	Material-type: artikler Språk: alle Utgivelsesår: siste 5 årene						
28.1.23 Idunn	3	Selv mord og selvmordstanker, medier og sosiale mediers påvirkning, barn og unge	Søkt på hele idunn. Utgivelsesår: siste 4 årene	2	0	0	2	0	0
28.1.23 Idunn	4	Alle felt skulle inneholde: selvmord, påvirkning, sosiale medier, medier, barn og unge	Søkt på hele idunn. Utgivelsesår: siste 5 årene	110	0	105	5	0	0

3.3.2 Inklusjons- og eksklusjonskriterier

Inklusjons- og eksklusjonskriterier gjør litteratursøket mitt tydeligere samtidig som det begrenser mengde litteratur under søket (Thidemann, 2020). Jeg satt meg derfor ned for å tenke på hva jeg ønsket å undersøke og kom opp med inklusjonskriteriene og eksklusjonskriteriene:

Inklusjonskriteriene er følgende:	Eksklusjonskriteriene er følgende:
- Alle skal være artikler	- Alt som ikke var artikler
- Fagfelleurdert artikler	- Ikke fagfelleurdert artikler
- Artikkel mellom 2018 til 2023	- Før år 2018

- Kun studier om barn og ungdom	- Studier om voksne
- Studier om hvordan skildringen av selvmord og selvmords tanker på sosial medier eller media påvirker barn og unge	- Studier som ikke er relevant til forskningsspørsmålet mitt

Etter jeg hadde gjennomført det andre søket mitt satt jeg igjen med 80 artikler. Det jeg gjorde da var å lese gjennom alle overskriftene og ekskluderte de som ikke var relevant for problemstilling min hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge. Etter jeg hadde ekskludert de artiklene som ikke var relevant til min problemstilling satt jeg igjen med 16 artikler som kunne være relevant for min problemstilling ut fra overskriften. Det jeg gjorde videre var å gå nøye gjennom hver artikkel for å se om artikkelen og forskningen var relevant, da endte jeg opp med at 3 artikler var relevant for min problemstilling. 12 artikler ble ekskludert fordi de ikke var relevant for forskningsspørsmålet mitt. Eksempler på hvorfor de ble ekskludert var at mange handlet om hvordan bruken av sosiale medier påvirket selvmord, selvskading var i fokus ikke selvmord, økonomi var mer i fokus enn selvmord, det var også to artikler som handlet om det samme som de artiklene jeg har inkludert, men ble valgt bort på grunn av at de andre artiklene var mer relevant og bedre skrevet enn de som ikke ble valgt. Alle de 16 aktuelle artiklene ble nøye analysert og gjennomgått før jeg tok beslutningen om at 3 artikler var relevant for å besvare min problemstilling.

Alle artiklene som er valgt er internasjonale artikler, til tross for det er de relevant i norskfagfelt. På grunn av globalisering har verden aldri vært mindre, når noe skjer andre steder i verden tar det ikke lang tid før det er på nyhetene i Norge. Sosiale medier og medier har gjort at verden har blitt mindre, både «the blue whale challenge» og serien 13RW er noe norske barn og unge har fått med seg. I Norge er serien på Netflix, noe som er en normal strømningstjeneste å ha i husstandene her i Norge. Videre som vi så innledningsvis er 91% av barn og unge på YouTube og 25% på Twitter, det vil si at det er stor sannsynlighet for at «the blue whale challenge» også har blitt gjennomført av norske barn og unge. Alle landene forskningen kommer fra er også klassifisert som høyt inntektsland, noe som Norge også er klassifisert som (Ng et al, 2021). Vi kan derfor tenke oss at forskningen og funnene også vil stemme med norske borgere.

3.4 Aveyards tematisk analysemodell

For å få bedre oversikt over artiklene jeg valgte vil jeg lage en oversiktstabell, eller det Thidemann (2020) kaller en litteraturmatrise. En litteraturmatrise handler om å sammenstille alle artiklene og skrive ned den viktigste informasjonen. Det gjør det lettere å se hva som er hovedelementene i hver enkelt artikkel samtidig som det gjør det lettere å se alle artiklene samlet sett (Thidemann, 2020). Det gir meg også mulighet til å se hva som er likt i de ulike artiklene og hva som er ulikt, samtidig er det lettere å se hva hver enkelt artikkel beskriver.

Jeg har valgt å analysere ved hjelp av metoden Aveyard beskrev i Thematic analysis: A simplified approach (siteret i Thidemann, 2020). Analysen er delt inn i ulike trinn, hvor det første trinnet er å identifisere temaene i tekstene. Dette gjør man ved å lese resultatdelen av artikkelen for å så finne temaene og funnene i de ulike resultatdelene (Thidemann, 2020). Jeg gjorde dette ved å lese resultatdelene flere ganger, skrive ned hvilke temaer og funn jeg tenker er mest relevante både i artikkelen og for problemstillingen min, hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge. Deretter så jeg på hvilke temaer som gikk igjen i de ulike artiklene og hvilke temaer som bare var relevant i en av artiklene (Thidemann, 2020).

Navn og år	Tittel	Formål	Metode	Data	Alder	Sentrale temaer
Nesi, J, Johnson, S.E, Altemus, M, Thibeau, H.M, Hunt, J, Wolff, J.C. 2020	13 reasons why: Perceptions and Correlates of Media Influence in Psychiatrically Hospitalized Adolescents	Undersøker hvordan ungdommer som er innlagt psykiatrisk avdeling tenker om serien 13RW.	Mikset metode	242 ungdommer som er innlagt på psykiatrisk avdeling.	11 til 18	Ungdommer, media innflytelse, selvmord, selvskading, negative effekter av serien, positiv effekter av serien, smitte effekt av selvmord og innlagte pasienter.
Khasawneh et al. 2020	Examining the Self-Harm and Suicide Contagion Effects of the Blue Whale Challenge on Youtube and Twitter: Qualitative Study	Undersøker hvordan individer bruker «the blue whale challenge» på sosiale medier, med hovedfokus på faktorer som kan skade sårbare individer.	Tematisk analyse	60 offentlige youtube videoer, 1112 kommentarer på disse videoene og 150 twitter publikasjoner som snakker om «the blue	Ikke nevnt	Selvmord, selvmordstanker, selvlemlestelse, psykisk helse, tilhørighet, smitteeffekt av selvmord, selvskadelig atferd og atferds symptomer.

				whale challenge»		
Lee, S.Y 2019	Media Coverage of Adolescent and Celebrity Suicides and Imitation Suicides among Adolescents	Undersøker hvordan medias dekning av ungdommers og kjendisers selvmord påvirker barn til å imitere selvmordet.	Kvantitativ metode	Media dekning av selvmord og selvmordstall blant ungdommer i Sør-Korea		Media dekning, kjendis selvmord, smitteeffekt av selvmord, imitasjon av selvmord, høyt antall imitasjon av selvmord når det dreiet seg om andre ungdommer enn kjendiser.

3.5 Presentasjon av forskningsartiklene

For å gi dere best mulig innblikk i hva forskningsartiklene handler om vil jeg oppsummere hver enkelt forskningsartikkel, med hovedfokus på de temaene i artiklene jeg mener er mest relevant for problemstillingen min, hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge.

I. *13 reasons why: Perceptions and Correlates of Media Influence in Psychiatrically Hospitalized Adolescents (Nesi et al, 2020)*

Oppsummering: Denne artikkelen handlet om hvordan tv serien 13RW påvirker ungdommer som er innlagt på psykiatrisk avdeling på sykehuset. Metoden de benyttet seg av for å få svar på dette, var at ungdommene så serien og svarte på et spørreskjema angående hva de mente om serien. Majoriteten forteller at de opplevde negative reaksjoner og ble trigget av å se serien, mens 30% fortalte at de opplevde en positiv reaksjon av å se serien. Det ble ikke funnet noe som tilsa at det å se 13RW økte sjansen for selvmordsforsøk eller selvmordstanker. De fant at noen ungdommer er mer sårbare for negativ påvirkning av selvmords relatert media. Artikkelens relevans for hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge, er at forskningen fokuserer på hvordan innlagte ungdommer blir påvirket av å se på en serie med selvmord som hovedtema.

II. *Examining the Self-Harm and Suicide Contagion Effects of the Blue Whale Challenge on Youtube and Twitter: Qualitative Study (Khasawneh et al, 2020)*

Oppsummering: Artikkelen handler om hvordan «the blue whale challenge» påvirker smitteeffekten av selvskading og selvmord på sosiale medier. Metoden de brukte for å

finne svaret på spørsmålet var å analysere 60 offentlige youtube videoer, 1112 kommentarer på disse videoene og 150 Twitter-publiseringer som snakker om challengen. Youtube videoen, kommentarene og twitter publiseringene skadet sårbare individer, med å invitere de inn i the blue whale challenge som kunne ende i selvmord. De fant at de fleste videoene og kommentaren prøvde å øke bevisstheten og advare foreldre, men de fant også at til tross for at de som gjorde dette hadde gode intensjoner viste det seg at det hadde skadelig konsekvenser for barn og unge. I likhet med oppgaven over fokuserer forskningen på hvordan unge blir påvirket av et spill som ender i selvmord, og er derfor relevant for å kunne svare på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge.

III. Media Coverage of Adolescent and Celebrity Suicides and Imitation Suicides among Adolescents (Lee et al, 2019)

Oppsummering: Artikkelen handler om hvordan mediedekning av ungdommers og kjendisers selvmord øker sjansen for imiterte selvmord blant ungdommer. Studien fant sted i Sør-Korea. Måten de undersøkte dette på var at de så på alle mediedekningene om selvmord blant ungdommer og kjendiser hos de tre største nyhetskanalene i Sør-Korea, samtidig som de samlet de inn statistikk om selvmord blant ungdommer en uke etter nyhetene kom ut. Et av funnene var at det var høyere antall av selvmord i løpet av uken etter en nyhetssak om selvmord. Det var 1,129 ganger mer selvmord uken etter en nyhetssak om selvmord, enn når det ikke var en nyhetssak om selvmord. De to første ukene etter en nyhetsdekning av ungdomsselvmord økte selvmordstallene de to neste ukene. Ungdommene som kunne kjenne seg igjen i problematikken som den som tok selvmord opplevde, hadde økt sjanse for å kopiere selvmordet. Lee et al (2019) sin forskningsartikkel er relevant for å svare på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge, ved at de fokuserer på hvordan barn og unge blir påvirket av nyheter om mennesker som har tatt selvmord. Denne forskningen vil gi oss en annen innfallsvinkel enn de to andre artikkelene.

Grunnen til at jeg valgte den første artikkelen er nemlig fordi den forsker på hvordan en tv-serie kan påvirke allerede utsatte barn og unge. Den går inn i dybden på hvordan personer som allerede sliter mentalt og som har diagnostiserte psykiske lidelser blir påvirket av å se på en serie som tar opp temaer som selvmord, selvmordstanker, mental helse og voldtekt. Jeg

valgte den andre artikkelen ettersom den fokuserte på hvordan en «challenge» påvirker smitteeffekten av selvmord og hvordan det spredde seg på nett. En annen grunn til at jeg valgte den artikkelen er nettopp fordi den setter søkelys på sosiale medier som smittekilde og ikke medier som de to andre artiklene. Den tredje artikkelen ble valgt på grunn av at den handlet om hvordan medias dekning av ungdom og kjendis selvmord smittet barn og unge. Den artikkelen viser hvordan ekte selvmord i media påvirker barn og unge, sammenlignet med den første artikkelen som handler om fiktivt selvmord.

3.6 Studiens troverdighet

Det er viktig å ha et bevist forhold til hvor troverdig kildene man bruker er. I en litraturstudie på bachelor nivå er det viktig at studiene man benytter seg av er troverdige, og jeg var derfor bevisst på dette når jeg valgte ut artiklene mine. Ulike typer kilder har ulike grader av faglighet og vitenskapelighet. Alle artiklene jeg benytter meg av i oppgaven er fagfellevurdert, noe som det betyr at «fagfolk innenfor emnet har gått nøye gjennom artikkelen og gått god for dens faglige kvalitet» (Rienecker, 2021,s.140). Det betyr at disse studiene har høy grad av faglighet og vitenskapelighet, dermed kan vi trekke konklusjonen at disse studiene er troverdige.

4.0 Diskusjon av funn

I dette kapittelet skal vi se på funnene mine samtidig som vi skal drøfte problemstillingen hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge opp mot funnene og faglig relevant kunnskap. Først skal vi se på hva barn og unge lærer av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier, deretter skal vi se på hvilke positive og negative effekter selvmord og selvmordstanker i media og sosiale media kan ha på barn og unge.

4.1 Hva lærer barn og unge når de ser selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier?

Vi skal nå se på hva barn og unge kan lære av skildringer av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier, ut fra ulike læringsteorier og forskningsartiklene jeg har valgt. Jeg har valgt å bygge 4.1 på den måten at jeg drøfter spørsmålet ved hjelp av flere forskjellige teorier. Ved å gjøre det på denne måten ønsker jeg å synliggjøre at det er ulike forståelser av hvordan vi mennesker lærer. Samtidig vil det gi oss en bredere forståelsesramme.

4.1.1 Modellering

I teori kapittelet så vi på teorien om modellering, som kan være en måte å forstå hvordan vi mennesker lærer av sosiale modeller. Vi lærer ikke bare av modellen vi opplever i virkelighet, men Bandura (2021) viser til at modellering også skjer gjennom visuelle og verbale modeller. Ut fra denne forståelse av modellering kan man forstå at barn og unge lærer av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier. Vi kan derfor tenke oss at barn og unge ser hvordan andre modeller som hovedpersonen i en serie, artist, nyhet eller en utfordring gjør og imiterer dette. Barn og unge ser eller hører om atferd på medier eller sosiale medier og lærer at dette er en god løsning på vanskelige livssituasjoner.

En annen forståelse av hva barn og unge lærer av skildringene av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier er ved hjelp av Banduras funn i hans Bobo doll studies. Som vi så på i teorikapittelet gikk det ut på at barn så på voksne som angrep dukker, for å så gjøre det samme selv (Gauthier & Latham, 2022). I lys av disse funnene, kan det se ut til at barn og unge som ser selvmord på medier eller sosiale medier blir påvirket til å selv gjøre det etter å ha sett andre mennesker gjør det. Som vi så på i teori kapittelet viser denne teorien til hvordan media kan påvirke individene som ser på, ved å lære, forsterke og oppfordre til den type atferd som blir vist i media.

I løp av livet vil alle mennesker møte vanskelige livssituasjoner, men likevel klare å komme seg igjennom, men dersom barn og unge lærer at selvmord er et godt svar på problemene de står ovenfor vil vi miste mange barn og unge til selvmord. Til tross for Banduras teori om modellering finner Nesi et al (2020) ingen sammenheng mellom å se serien 13RW med selvmordsforsøk i løpet av det siste året. Men på den andre siden finner Lee et al (2019) at det er høyere selvmordstall uken etter en nyhetssak om et tenårings selvmord. En måte å forstå hvorfor de ikke hadde like funn var at Nesi et al sin forskning handlet om fiksjonell karakter som tok selvmord, mens Lee et al (2019) forskning dreiet seg om ekte mennesker som tar selvmord.

Ut fra disse funnene kan mye tyde på at barn og unge blir mer negativt påvirket av selvmord og selvmordstanker i medier eller sosiale medier dersom det handler om ekte mennesker enn fiktive. En måte å forstå det på kan være at barn kjenner seg mer igjen i mennesker som er ekte og ikke fiktive. En annen måte å forstå det på kan være at barn og unge blir mer påvirket av historien når det dreier seg om ekte mennesker og ikke noe noen har funnet på. Med denne forståelsen vil man kunne tenke seg at barn og unge lærer mer og blir mer påvirket når skildringen dreier seg om ekte mennesker.

4.1.2 Operant betinging

En tredje måte å se på hvordan vi mennesker lærer er gjennom Skinners læringsteori. Operant betinging handler om at hva vi lærer avhenger av hvilken konsekvens en aktivitet har (Helgesen, 2018). Ut fra denne forståelsen vil barn og unge lære av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier ut fra hvilke konsekvenser de ser personene opplever i medier eller sosiale medier.

Khasawneh et al (2020) fant at et av de sentrale temaene i det som ble skrevet om the whale challenge var sorgen for personene som deltok i challengen og mistet livet. Dermed blir en konsekvens av å delta i challengen å bli hyllet og hedret på youtube og twitter. Barn og unge kan lære at de oppnår berømmelse og bekreftelse av andre mennesker på nett ved å delta i challengen. Samtidig fant også Khasawneh et al (2020) at et annet sentralt tema i det som ble skrevet var kritikk og vitser om de som var «dumme» nok til å delta i challengen. Med det kan barn og unge lære at de vil bli latterliggjort på nettet dersom de deltar i challengen, og derfor lærer de at de ikke burde delta. På denne måten kan barn og unge både lære at det er positive og negative konsekvenser ved å delta i challengen.

4.2.0 Negativ påvirkning av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier

Nå som vi har en bedre forståelse på hva barn og unge lærer av skildringer av selvmordstanker og selvmord i medier og sosiale medier, skal vi gå videre å se på hvilken negativ påvirkning skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier kan ha. Det er viktig å være bevist på hvilke negative effekter det kan ha på barn og unge, slik man kan ta beviste avgjørelser på hvordan man skal skjerme barn og unge.

4.2.1 Smitteeffekt av selvmord

Teo et al (2021) definerer suicide contagion slik: «is the direct or indirect transmission of suicidal behaviour from one person to another, in the manner of an infectious disease.» (Ng et al, 2021 s.151). Overføringen kan skje på forskjellig vis: ubevisst, mellommenneskelig og mellom generasjoner. Khasawneh et al (2020) viste til at all den oppmerksomheten the blue whale challenge fikk på sosiale medier, gjorde at flere trodde at det var mange som deltok i challengen, og derfor kunne de trekke konklusjonen at selvmord er et normalt valg i møte med vanskelige livssituasjoner. På den andre siden fant Nesi (2020) ikke noe smitteeffekt mellom selvmordsforsøk det siste år etter å ha sett 13RW, noe som tyder på at det ikke er noe smitteeffekt av serien. Samtidig fant Lee (2019) at det var en økning av selvmord etter mediedekning av ungdomsselvord, men et annet funn tilsa at det ikke var en sammenheng med dekningen av selvmord av internasjonale kjendiser.

Blood and Pirkis fant at sosial læring er hovedgrunnen til smitteeffekten av selvmord (Funnet i Ng et al, 2021). En person som sliter med selvmord og selvmordstanker kan bli påvirket av handlingene de ser andre gjennomfører. Dermed kan en person som ser selvmord eller selvmordstanker på medier og sosiale medier bli påvirket av hva de ser eller leser andre gjør og dermed bli påvirket til å gjennomføre handlingene selv (Ng et al, 2021). En annen, mulig forklaring kan være modellering som vi så på ovenfor. Barn og unge ser på de ulike personene fiksjonelle eller virkelige som rollemodeller og gjennomfører derfor samme handling. Bobb doll studies (Hartmann, 2009) er en annen måte å forstå smitteeffekten av selvmord. Ut fra den studien vil atferden til barn og unge bli forsterket og de blir oppfordret til å gjennomføre samme atferd som det de ser på medier eller sosiale medier. Med utgangspunktet i denne teorien vil derfor selvmord i medier og sosiale medier føre til imitering av selvmord blant barn og unge (Hartmann, 2009).

Samtidig har det også vært funn av så kalt traumeeffekt av selvmordshistorier eller nyhetsaker, som vi så på i teorikapittelet. Traumeeffekt er en annen måte å forstå smitteeffekten av selvmord. Det går ut på at personer som leser slike historier eller saker blir trigget til å utdøve selvmord selv (Ng et al., 2021). Ut fra denne teorien ser ikke ungdommene på personene som utdøvede selvmord som rolle modeller, men de blir trigget til å utøve handlingen selv på grunn av historiene eller saken er så emosjonelt urovekkende for personen.

Teorier om smitteeffekten av selvmord har vært tilstede siden the werther effekt i 1774, og det er et mønster man har sett siden den tid. Ut fra funnene i artikkene jeg har valgt, i tillegg til de ulike teoriene vi har sett på knyttet til smitteeffekten av selvmord, vil jeg si meg enig i at selvmord og selvmordstanker i medier kan ha en smitteeffekt på barn og unge. Samtidig som at ikke Nesi (2020) fant sammenheng mellom å se 13RW og selvmordsforsøk. Tenker jeg det kan være på grunn av ungdommene allerede slet psykisk og ønsket å ta selvmord før de så serien. For på andre siden har flere andre forskere som Niederkrotenthaler et al sett på «vanlige» ungdommer, og funnet sammenheng mellom det å se 13RW og selvmord eller selvmordsforsøk (Funnet i Nesi, 2020).

4.2.2. Romanisere selvmord

Selvmord i medier og sosiale medier kan ofte være romantisert, i den forstand at det ser ut som en positiv ting, eller en mulig løsning på problemene man opplever i livet. For eksempel så blir selvmord i 13RW framstilt som en måte å gjennomføre hevn på alle personen som har gjort noe galt ovenfor hovedpersonen.

I artikkel av Nesi et al (2020) forklarer en av ungdommene sitt perspektiv på 13RW: «I saw how it romanticized suicide and rape. It did nothing to spread awareness to suicide prevention as it claimed it would» (Nesi, 2020, s. 319). Ut fra denne ungdommens perspektiv vil serien om selvmord glorifisere selvmord og psykisk helse, og gi ungdommer som ikke har opplevd dette feil forståelse av problematikken. Samtidig som flere av ungdommene mente serien glorifiserte selvmord. I artikkelen til Nesi et al (2020) viser de til at 55,9% av ungdommene opplevde negativ effekt av å se serien, hvor glorifisering av selvmord var en av hoved effektene.

Khasawneh et al (2020) fant at store deler av publikasjonene om the blue whale challenge romantiserte menneskene som hadde delta i challengen. De romantiserte menneskene ved å

legge ut detaljert om de ulike personene som deltok i challengen, og ikke nok med det intervjuet flere også foreldrene eller bekjente. På den måten kan barn og unge se på ofrene som rollemodellene og selv ta del i challengen. Dette samsvarer også med det Lee et al (2019) fant i sin forskning. De fant at ungdommer hadde høyere sannsynlighet for å imitere selvmordet dersom de føler de har tilsvarende problemer eller omstendigheter som ungdommen som tok selvmord (Lee et al, 2019).

Det at barn og unge ser at selvmord romantiseres på medier og sosiale medier kan gjøre at de personene som utfører et selvmord blir sett på som rollemodeller for de barna eller unge. Med det som utgangspunkt vil både Banduras teori om modellering og adolescent aggression være relevant, for barn og unge lærer av hva de ser rollemodeller gjør, og ofte imiterer de samme handling. (Gauthier & Latham, 2022). Derfor kan romantiseringen av selvmord føre til imitering av selvmordet, blant barn og unge.

Totalt sett kan vi tenke oss at når medier og sosiale medier romantiserer selvmord, øker det sjansen for at barn og unge ser personene som tar selvmord som rollemodeller. Vi så også at alle tre artiklene fant at det var et problemområde når det er snakk om selvmord i medier og sosiale medier. Når barn og unge ser på disse ungdommene som rollemodeller øker det igjen sjansen for å imitere selvmordet som vi så på ovenfor.

4.2.3 Udødelig på sosiale medier og medier

Tv serier som omhandler selvmord kan gjøre det på en måte som gjør at personen som tok selvmord oppleves som udødelig i hele serien. De blir gjerne hedret og omtalt på hvor fantastiske de var og ingen fokusere på det negative med personen eller omstendighetene. Dette kan gi barn og unge en forståelse om at personer som tar selvmord lever videre gjennom andre. Det samme kan vi se når selvmord blir omtalt i sosiale medier, ettersom det som ofte blir publisert på sosiale medier er hyllester av personer som har tatt selvmord.

Lee et al (2019) fant at flere av nyhetsrapportene om ungdommer som hadde begått selvmord beskrev store deler av livet deres, hvordan de hadde det hjemme og på skolen. I tillegg blir problemene deres beskrevet i dybden. Videre fant også Khasawneh et al (2020) at flere av publiseringene om the blue whale challenge handlet om sorgen ovenfor menneskene som begikk selvmord på grunn av challengen. Det var videoer og twitter-publiseringer med bilder hvor de hedret ofrene av challengen.

En forståelse kan være at barn og unge blir motivert av det å bli udødelig på sosiale medier. Motivasjonen kan ligge i det at livet her og nå ikke er noe bra, samt at man opplever mye motgang i livet, og ser at dersom man tar selvmord vil ikke personene som skriver om deg tenke på det negative, men heller det positive. Det kan handle om at de mangler en form for anerkjennelse og bekreftelse i livet sitt, og derfor søker det på denne måten.

4.3.0 Positiv påvirkning av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier

Nå som vi har sett på den negative påvirkningen skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier kan ha, skal vi gå videre å se på hvilke positive påvirkning selvmord og selvmordstanker. Det er viktig at man også ser på hvilken positiv påvirkning skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier kan ha på barn og unge, ikke bare på de negative påvirkningene det har. Alle forskningsartiklene fokusert hovedsakelig på de negative effektene, derfor har jeg også fokusert mer på den negative påvirkningen.

4.3.1 Oppfordre til å søke hjelp

Når selvmord og selvmordstanker blir publisert på sosiale medier og medier er en mulig påvirkning at ungdommer som sliter fra før med selvmordstanker blir oppfordret til å søke hjelp. Dette kan skje ved at man får en virkelighetsforståelse av hva som skjer med de som er igjen etter man har tatt selvmord, og blir derfor oppfordret til å søke hjelp for problemene de sliter med.

I teorikapittelet så vi på papageno effekten, som handlet om hvordan nyhetssaker om selvmord gir kunnskaper om risikofaktorer for selvmord, reduserer selvmordsatferd og flere individer søker hjelp (Niederkröthaler, 2010). Dette samsvarer med at nyhetssaker om selvmord kan ha en positiv effekt når det kommer til å søke hjelp. Ikke nok med at nyhetssaker om selvmord øker antall personer som søker hjelp, det gir også ofte forklaringer på hvordan individer kan øke livskvaliteten sin og ulike forsvarstekniker for selvmordstanker og selvmord (Niederkröthaler, 2010). Til tross for at papageno effekten dreier seg om nyhetsartikler vil jeg tro at det vil ha lignende tendenser i medier og sosiale medier. Papageno effekten motsier werther effekten. På den ene siden er werther effekten en teori som har blitt brukt og sett på som troverdig i hundrevis av år, mens papageno effekten er en teori som kom i løp av tusentallet, samtidig som papageno effekten er også er like troverdig.

Nesi et al (2020) fant at 20,3% av ungdommer mente at 13 RW påvirket dialogen rundt temaer som selvmord, selvmordstanke, mental helse, voldtekt og ungdommens psykiske helse. De fant også at serien oppfordret ungdommer til å søke hjelp dersom de sliter med vanskelige tanker. En ungdom forklarte det slik «I think it is good that the show drew attention to the topic of suicide and gave out the suicide hotline so that people can get help when they need it.» (Nesi, 2020, s.319).

Etter mitt syn vil selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale media oppfordre barn og unge til å oppsøke hjelp, men samtidig kan det ha negativ påvirkning som smitteeffekt. Jeg tenker at det er positivt at selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier oppfordrer barn og unge til å søke hjelp, men på den andre siden er det også risiko for the werther effekt, romantisering av selvmord og følelsen av udødelighet på sosiale medier. I tillegg forteller Niederkrötenhaller (2021) at det trengs mer forskning på hvilke positive effekter selvmord i medier har.

4.3.2 Følelsen av støtte og tilhørighet

En av de positive effektene selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier kan ha er å gi barn og unge en følelse av støtte og tilhørighet. Under kommentarfeltet til videoer om the blue whale challenge var det mange støttende og positive kommentarer til ungdommer som sliter med deres psykiske helse (Khasawneh et al, 2020). Et eksempel på en oppmuntrende kommentar er «Love you girl. So many people care about you. Depression is so horrible. Stay strong girl. We love you» (Khasawneh et al, 2020. s.6).

Nesi et al (2020) hadde lignende funn i sin forskning, hvor rundt 12% av ungdommene kjente seg igjen og kunne føle en forbindelse til hovedpersonen som tok selvmord. Et sitat fra en ungdom var «I felt as if I could connect with the main character» (Nesi, 2020, s.319). Barn og unge som føler de ikke opplever støtte og tilhørighet hjemme eller på skolen kan få positive følelser av å oppleve dette på sosiale medier eller gjennom nyhetssaker og serier. De kan derfor finne et felleskap på sosiale medier og medier, som igjen kan forebygge selvmordstanker og selvmord.

4.3.3 Øker bevissthet rundt selvmord og selvmordstanker

Når selvmord og selvmordstanker blir satt i søkelyset i medier og sosiale medier, vil det øke bevisstheten rundt problematikken blant befolkningen. Ifølge Khasawneh et al (2020) var et

av de fire sentrale temaene på sosiale medier om the blue whale challenge å øke bevisstheten om challengen og hva som skjer dersom man deltar i challengen. Det var altså stort fokus på å øke bevisstheten om challengen og hvilke følger challengen vil ha. Ungdommenes perspektiv på 13RW var også at serien hjalp å øke bevisstheten om selvmord og problemene ungdommer står ovenfor. En ungdom ordla seg slik «It brought more awareness to the problems that teenagers go through and the fact that people don't seem to respond or talk about it properly» (Nesi, 2020, s. 319).

4.4 Veien videre

Nå som vi har sett på de positive og negative effektene av selvmord og selvmordstanker på medier og sosiale medier, forstår vi at det ikke er lett å se et klart skille på hva som er positiv og negativ påvirkning på barn og unge. Samtidig som det er mange positive effekter har det også svært alvorlige negative effekter, for når det er snakk om negative effekter er det snakk om liv eller død. Det er en alvorlig konsekvens av selvmord og selvmordstanker på medier og sosiale medier. På bakgrunn av disse funnene vil det være relevant å sette klare grenser for hva som skal deles når det kommer til selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier, for å minske de negative effektene. Både Nesi et al (2020) og Khasawneh et al (2020) oppfordrer til å øke bevisstheten rundt hva medier og sosiale medier deler av selvmord og selvmordstanker. Medier og sosiale medier trenger retningslinjer for å kunne gjennomføre deres samfunnsansvar ovenfor sårbare barn og unge. Samtidig viser Lee et al (2019) til at nyhetssaker om selvmord ikke burde inneholde detaljert beskrivelser for selvmordet og omstendighetene rundt, for å minske effekten av smitteselvord. Det er heller ikke sånn at vi kan kutte ut alt av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier, for da kan det bli mer stigmatisert og tabu enn det allerede er. Derfor er det viktig å være bevisst på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker kan gjøres på best mulig måte, uten at de negative påvirkningene blir så fremtredende.

5.0 Avslutning

De siste årene har det blitt mer og mer populært å skildre selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier. Det er flere sanger på topplistene om selvmord og selvmordstanker, flere serier som omhandler selvmord, flere sosiale media innlegg som forklarer hvorfor noen tar selvmord og mye mer. Mye tyder på at dette er et tema som har kommet for å bli i medier og sosiale medier. Det vil derfor ikke være relevant å tenke at det vil forsvinne etter hvert, temaet er noe som blir forsket mer og mer på. Hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge er ikke et tema som er mye forsket på. Dette gjelder spesielt i Norge, ettersom det var vanskelig å finne noe norsk litteratur eller forskning på temaet. Flere av forskerne oppfordrer til mer forskning på temaet, for å få kunnskaper om hvordan man kan beskytte barn og unge på best mulig måte. Samtidig er det viktig fordi det kan redde liv, og om det bare redder et liv så er det verdt det etter min mening. Vi som jobber med barn og unge trenger å ha kunnskap om hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker dem for å kunne hjelpe dem på best mulig måte. Om vi ikke har denne kunnskapen vil vi ikke kunne utøve tilstrekkelig hjelp.

Hensikten med litteraturstudien min var, som beskrevet innledningsvis å svare på hvordan skildringen av selvmord og selvmordstanker påvirker barn og unge. Ut fra hva vi har sett på i denne oppgaven vil jeg konkludere med at skildringen av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier påvirker barn og unge både positivt og negativt, men hovedsakelig av funnene i denne studien var negativ påvirkning. Barn og unge lærer av å se skildringer av selvmord og selvmordstanker i medier, de opplever smitteeffekt av selvmord, selvmord blir romantisert, de får en forståelse av at man kan bli udødelig på sosiale medier og medier ved å ta selvmord, samtidig kan de bli oppfordret til å søke hjelp, oppleve støtte og tilhørighet, i tillegg til at det øker bevisstheten rundt selvmord og selvmordstanker. Når det gjelder forebygging av problematikken vi har sett på i denne studien, håper jeg at denne studien kan være et bidrag.

Oppgaven min har noen svakheter ved at den har lite datagrunnlag, ved videre forskning på dette temaet burde man ha et større datagrunnlag, noe som påvirker validiteten av oppgaven. Men på en annen side er kildene jeg har brukt førstehåndskilder som betyr at de er svært gode, samtidig som at funnene til de ulike undersøkelsene er tilsvarende like. Skulle jeg gjort søkene mine på nytt ville jeg gjerne brukt andre søkeord som kunne gi meg mer presise søk.

Kandidatnr: 6051

Søkene jeg gjorde i denne oppgaven ga meg gode funn, men samtidig tror jeg at jeg kunne fått annerledes og bedre funn dersom jeg hadde brukt andre søkeord. Ved videre forskning burde man få gjennomført intervju på norske ungdommer, om hvordan de blir påvirket av skildring av selvmord og selvmordstanker i medier og sosiale medier.

6.0 Litteraturliste

- Baker, M., Blaagaard, B. B., Jones, H., Pérez-González, L. (u.å.). *The routledge encyclopedia of citizen media*. Routledge Taylor & Francis group. **18 sider**
- Bandura, A. (2021). *Psychological modeling: Conflicting theories*. Taylor & Francis group.
- Folkehelseinstituttet. (2022). *Selvord i Norge*. **219 sider**
- Gauthier, J., Latham, G. (2022). In memoriam Albert Bandura (1925-2021). *Canadian Psychological Association*. **2 sider**
- Hartmann, Tilo., Vorderer, Peter. (2009). *Media Choice: A theoretical and empirical Overview*. Taylor & Francis group. **150 sider**
- Helgesen, Leif A. (2018). *Menneskets dimensjoner: Lærebok i psykologi* (3.utgave). Cappelen Damm akademisk.
- Helsenorge. (2021). *Råd til deg som har selvmordstanker*. helsenorge.no.
<https://www.helsenorge.no/psykisk-helse/selvordstanker-og-selvord/har-du-selvordstanker/>. **2 sider**
- Khasawneh, A., Madathil, K. C, Dixon, E, Wisniewski, P, Zinzow, H, Roth, R. (2020). Examining the self-harm and suicide contagion effects of the blue whale challenge on youtube and twitter: Qualitative study. *JMIR mental health*, 7(6), **2 sider**
- Lee, S. Y. (2019). Media coverage of adolescent and celebrity suicides and imitation suicides among adolescents. *Journal of broadcasting & electronic media*. **12 sider**
- Medietilsynet. (2022). *Barn og medier 2022: Barn og unges bruk av sosiale medier*.
https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2022/Barn_og_unge_bruk_av_sosiale_medier.pdf. **11 sider**
- Moland, A. (2023). Ti barnevernsbarn døde. Bufdir vet hva som skjedde med bare ett av dem. *Aftenposten*. **3 sider**
- Mukhra, R., Baryah, N, Krishan, K, Kanchan, T. (2017). Blue Whale Challenge': A game or

Kandidatnr: 6051

crime? *Springer*. **8 sider**

Nesi, J., Johnson, S. E, Altemus, M, Thibeu, H. M, Hunt, J, Wolff, J. C. (2020). 13 reasons why: Perceptions and correlates of media influence in psychiatrically hospitalized adolescents. *Archives of suicide research*, 26(1). **12 sider**

Ng, Yin Oing., Panirselvam, Ravivarma., Chan, Lai Fong. (2021). *Suicide by Self-Immolation*. Springer. **120 sider**

Niederkrötenhaler, T., Voracek M, Herberth A, Till B, Strauss M, Etzersdorfer E, et al. (2010). Role of media reports in completed and prevented suicide: Werther v. Papageno effects. *The British Journal of Psychiatry*. **10 sider**

Rienecker, L., Jørgensen, Peter Stray. (2021). *Den gode oppgaven* (2.utgave). Fagbokforlaget. **88 sider**

Statistisk sentralbyrå. (2022). *Bruk av ulike medier, etter kjønn og alder 2015—2021*.

<https://www.ssb.no/statbank/table/12947/tableViewLayout1/>

Thidemann, I.-J. (2020). *Bacheloroppgaven for sykepleierstudener* (2.utgave).

Universitetsforlaget. **128 sider**

Yorkey, B. (Skaper). (2017). 13 Reasons Why (Tv serie). Netflix

Aasheim, A., Røren, I. (2021). Selvmord blant unge: -Vi klarer ikke å nå frem og oppdage dem i tide. *Aftenposten*. **3 sider**

Totalt 788 sider