

Studieprogram: Sosiologi

Opptaksår: 2017

Er oppgaven konfidensiell? (skriv X) **NEI: X JA: _____**

Kan oppgaven benyttes til undervisningsformål (anonymt)? JA: X NEI: _____

Forfatter(e)

Studentnr (6 sifre)	Kandidatnr (4 sifre)	Navn:
233259	4127	Monica Fløysvik Hefte

Oppgavens tittel:

”Selvmord blant unge på sosiale medier”

Veileder: Åse Elisabeth Vagli

Kandidatnummer: 4127

BSSBAC

Selvordsfare blant ungdom på sosiale medier



Universitetet
i Stavanger

Bacheloroppgave i sosiologi

Universitetet i Stavanger
Det samfunnsvitenskapelige fakultet
Institutt for medie- og samfunnsfag
Stavanger, mai 2021
Antall ord: 9339

SAMMENDRAG

Selv mord er et tabubelagt samfunnsrelatert tema som er knyttet opp mot blant annet vonde følelser og ensomhet. Selvmord på sosiale medier har blitt en økende ”trend” de siste årene, og ungdom er en utsatt gruppe brukere i dette nettverket. Hensikten med oppgaven min er å kaste lys på om sosiale medier kan skape selvmordsfare blant ungdom som brukere, og hvordan vi som samfunn kan bli bedre i den digitale verden.

Bacheloroppgaven er bygget opp som en litterær oppgave hvor jeg har innhentet forskning og litteratur fra forskjellige kilder som allerede er eksisterende. Jeg har valgt å gjøre et litteraturstudium ved å analysere kvalitative fagfelleverderte artikler. I artiklene har jeg hentet frem nøkkelfunn som baserer seg på ensomhet/isolasjon, *hashtags*, prioritering av sosial medier og skjermbruk fremfor venner, nettsamfunn, selvskadende innhold og utfordringer, samt oppførsel og atferd. Teorien baseres på Emilé Durkheims studie om Selvmordet, og Zygmunt Bauman sin teori om flytende modernitet. Teori og funnene jeg har gjort i artiklene viser at det ikke nødvendigvis er sosiale medier som skaper selvmordsfare blant ungdom, men derimot innholdet som deles der. Mange av problemene dukker også opp da selvskadende innhold kan treffe unge mennesker som selv ikke oppsøker det.

Konklusjonen i oppgaven er at den gruppen ungdom som deler selvmords relaterte innlegg på sosiale medier ofte blir sett på som sårbar ungdom. Dette kan være mennesker som føler seg ensomme, lite integrert, verdiløse, og en ser gjerne underliggende psykiske helseproblemer. Å dele innhold som står dem nært med andre i liknende situasjoner gjør at flere av dem føler seg akseptert og opplever tilhørighet i et miljø, og videre opplever en viss tilknytning til samfunnet. Svært få tenker på konsekvensene dette innholdet har på andre, og for de fleste er det et nødop om hjelp.

FORORD

*Dette er en ode
til de gutta
og de jentene som måtte gi tapt
i kampen mot mørket
for de var fine folk
de der helt fremst i frontlinjen
så ble det for mørkt der
og det er for dem vi skal slåss
med lysbrytere festet på knokene
for vi kan ikke ha det sånn
at svarte natta bare skal valse rundt
og ta for seg*

- Trygve Skaug
(redaksjonen på boktips.no, 2020)

INNHALDSFORTEGNELSE

SAMMENDRAG	3
FORORD	4
INNHALDSFORTEGNELSE	5
1.0 INNLEDNING	6
1.1 BAKGRUNN FOR TEMAVALG	6
1.2 PRESENTASJON AV PROBLEMSTILLINGEN	7
1.3 BESKRIVELSE AV BEGREPER	7
2.0 FORMÅLET MED OPPGAVEN	9
2.1 OPPGAVENS DISPOSISJON	9
2.2 PROBLEMFORMLERING	10
3.0 HOVEDDEL	11
3.1 TEORETISK REFERANSERAMME	11
3.1.2 "SELMORDET" AV EMILÉ DURKHEIM	11
3.1.3 FLYTENDE MODERNITET AV ZYGMUNT BAUMAN	15
4.0 METODEDEDEL	16
4.1 METODEVALG	16
4.2 LITTERATURSØK	17
4.3 FREMGANGSMETODE FOR ANALYSERING	20
5.0 RESULTAT	21
5.1 NØKKELFUNN	23
6.0 PRESENTASJON OG DISKUSJON AV DATA	27
6.1 SELVMORD – EN EGOISTISK HANDLING?	27
6.2 INTEGRASJON I SAMFUNNET	28
6.3 PÅVIRKNING FRA NETTVERKSSAMFUNN	29
6.4 NORMALISERING AV ATFERD	31
7.0 METODE DISKUSJON	34
7.1 METODEKRITIKK	35
8.0 AVSLUTNING	36
8.1 ETTERORD	38
9.0 LITTERATURLISTE	39
VEDLEGG:	42

1.0 INNLEDNING

Jeg har valgt å skrive min bacheloroppgave om sosiale medier og dens påvirkning til selvmordsfare blant ungdom.

1.1 Bakgrunn for temavalg

Hvert eneste år tar om lag 500-600 mennesker sitt eget liv i Norge, hvorav to av tre er menn. I Norge er medianalderen for selvmord 47 år, noe som tilsier at den ene halvparten er eldre enn 47 år og den andre halvparten er yngre. Av de som begår selvmord er det om lag 5000-6000 etterlatte (fhi.no, 2020).

Jeg vil undersøke om sosiale medier kan ha en påvirkning til at noen ungdommer i alderen 14-20 år velger å ta livet sitt. Jeg har selv vært ungdom og sett og kjent påvirkningskraften sosiale medier kan ha. Hvordan kan vi miste vårt ståsted og bli påvirket av andre som får oss til å føle oss mindre verdt på grunnlag av utseende, religion, meninger osv.? Jeg er selv etterlatt etter selvmord, da min storebror tok sitt eget liv 16 år gammel. Sosiale medier var på den tiden ikke aktuelt. Det er interessant å prøve å finne ut hvordan sosiale medier har utviklet seg til å bli en såpass stor faktor og plattform i våre liv, og hvordan det i noen tilfeller kan påvirke ungdommer til selvmordsfare der utfallet blir å ta sitt eget liv.

Grunnen til at jeg har valgt dette temaet er fordi det er aktuelt og viktig å få fremhevet i dagens samfunn. Selvmord er fremdeles et tabubelagt tema som det blir snakket for lite om. Psykisk helse og selvmord burde vært innlemmet i undervisning på skolen. Etter min bror tok sitt eget liv så har jeg og min familie valgt å være åpne om dødsårsaken, dette for å kunne hjelpe andre i liknende situasjoner, og for å unngå ryktespredning og stigmatisering. Å snakke om selvmord kan redde liv.

1.2 Presentasjon av problemstillingen

Oppgavens fokus er å belyse sosiale medier og dets mørke sider, hvorfor ungdommer søker seg inn i mørke nettverk, om det kan øke selvmordsfaren blant ungdom og hvordan det sosiale systemet blir påvirket. Problemstillingen min er:

”Hvordan kan sosiale medier påvirke til selvmordsfare blant ungdom?”

Selv mord har vært et kjent samfunnsproblem i mange år. Hva gjør sosiale medier med samfunnet og hvordan kan samfunnet føle seg truet av selvmordsratene som stiger blant ungdom som har en tilhørighet til sosiale medier?

1.3 Beskrivelse av begreper

ungdom; Selve begrepet “ungdom” har et bredt spekter og jeg har valgt å avgrense det til ungdom mellom 14-20 år. Dette er på grunn av at oppgaven min spisses mot sosiale medier, og på de største sosiale mediene som: Facebook, Instagram, Snapchat og TikTok er aldersgrensen for å delta 13 år. For å finne mest mulig relevant data som omhandler rett aldersgruppe, har jeg valgt å snevre aldersgruppen inn. Ungdom bruker mer tid på sosiale medier enn med venner og over halvparten av ungdommen bruker mer enn tre timer foran skjermen hver dag – i tillegg til skoletiden (Lorentsen, 2018).

selvmord; For å gi en beskrivelse av begrepet “selvmord” bruker jeg Folkehelseinstituttet sin beskrivelse:

”Selvmord (også kalt selvdrap eller suicid) er resultatet av en selvpåført skade og et villet ønske om å dø” (fhi.no, 2020).

Selv mord blir beskrevet som en handling som er bevisst og villet. Hensikten med handlingen er å påføre seg selv skade som fører til døden (Malt, Retterstøl & Dahl, 2006. s. 660).

Ifølge Verdens Helseorganisasjon er selvmord kategorisert som den nest vanligste dødsårsaken for mennesker som er mellom 15 og 29 år. Årsaker til at mennesker begår selvmord er et resultat av ulike faktorer som griper inn i livet til den enkelte. (NSSF, 2020).

sosiale medier; Alt medieinnhold som finnes på sosiale medier er brukerstyrt og brukerskapt. Budskapet som enkeltpersoner deler på sosiale medier blir sett på som massekommunikasjon. Dette på grunnlag av at budskapet har mulighet for å nå ut til et så globalt og stort publikum, som likevel bare er publisert av en person. Ved alle sosiale medier kreves det at det blir opprettet en privat profil hvor en videre får mulighet til å dele eget privat innhold om seg selv, men også om andre. Andre brukere i de sosiale mediene har muligheter for å følge med og kommentere. Hvordan sosiale medier blir brukt er dermed opp til enkeltpersonene selv (Haugseth, 2013, s. 46-48).

2.0 FORMÅLET MED OPPGAVEN

Jeg håper oppgaven kan være med å bidra til at den enkelte og samfunnet blir mer klar over hvilke påvirkningskrefter som florerer rundt på sosiale medier. Jeg ønsker at oppgaven kan bidra til å gjøre ungdommer mer bevisste på hva som er ”farlige” nettverk og hva man bør holde seg unna. Jeg mener at ved å belyse selvmordsfaren fra sosiale medier, kan det gjøre ungdommer mer klar over egne utfordringer og problemer, og forhåpentligvis være med på å motivere dem til å søke hjelp, istedenfor å dele og se på skadelig innhold på sosiale medier.

Jeg håper at ved å belyse dette temaet kan det bidra til å trygge ungdom som sliter, slik at de opplever at det er hjelp å få og at de ikke er alene. Jeg ønsker også at det på skal strammes inn på regelverket på sosiale medier. Det å gjøre andre oppmerksomme på påvirkningskraften til sosiale medier og gjøre dem bevisst på hva som finnes der ute, og hva man bør holde seg unna – mener jeg kan være en god start.

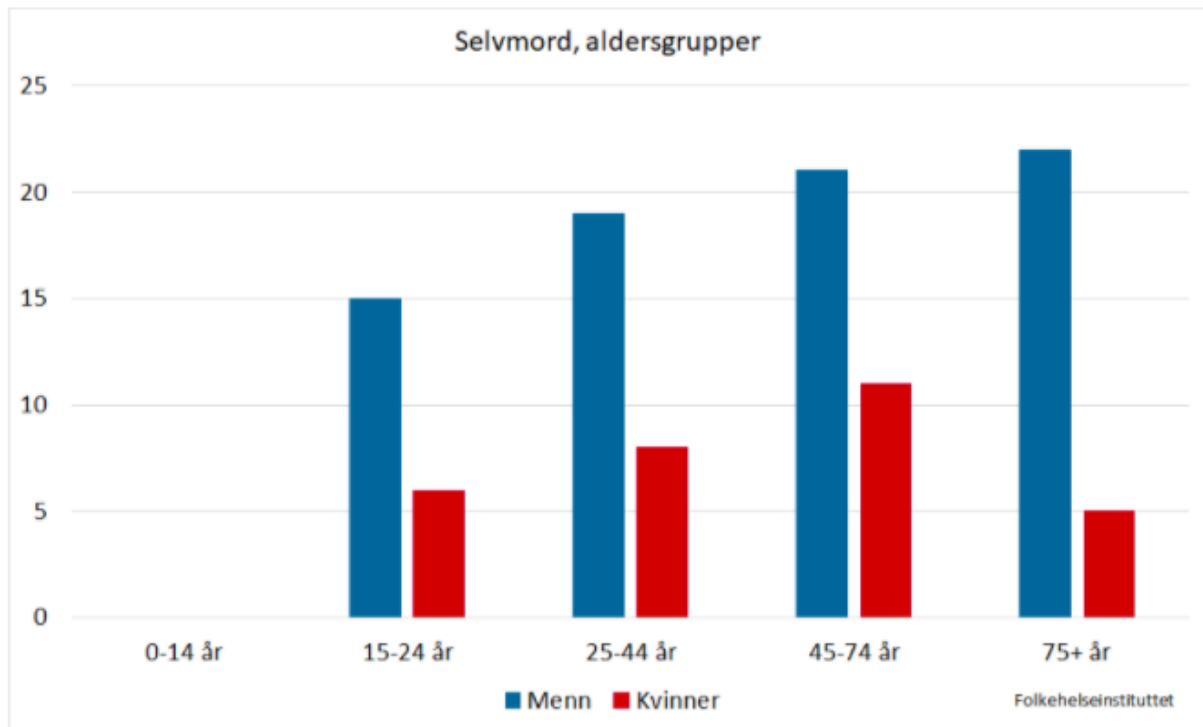
Det finnes lite kunnskap om disse hemmelige nettverkene som finnes på sosiale medier, og det er lite hjelp for ungdommer å få når det er så lukket og stengt for omverdenen. Jeg håper at det å bevisstgjøre andre om hva som deles på de mørke nettstedene kan bidra andre som sliter til å søke hjelp fremfor å bli tilhenger av mørke nettverk.

2.1 Oppgavens disposisjon

Oppgaven bygges opp etter Olav Dallands bok ”*Metode og oppgaveskriving for studenter*”. Jeg har delt oppgaven inn i hovedkapitler med underkapitler. Det er en innledning hvor jeg redegjør for valg av oppgave og temavalg. Deretter presenteres problemstilling og hvilke avgrensninger jeg har gjort i forhold til denne. Videre kommer en teoridel før metodedelen. Deretter drøfting før jeg kommer med en avslutning (Dalland, 2010).

2.2 Problemformulering

Ifølge Folkehelseinstituttet ble det i 2018 registrert 674 selvmord i Norge, hvorav 472 var menn og 202 var kvinner. Disse tallene er en økning fra tidligere år og tallene har ikke vært så høye siden 2001 (fhi.no, 2020).



Figur 1 (fhi.no, 2020).

Ut ifra grafene kan man se registrerte selvmord per 100 000 innbyggere for menn og kvinner i alderen 15-75 år, dette er basert på tall fra 2014 til 2018 (Folkehelseinstituttet, 2020). Det vil si det er 15 per 100 000 innbygger i alderen 15-24 år som har begått selvmord og blitt registrert. Det antas at det finnes store mørketall (Norgehelsa, Folkehelseinstituttet, 2020).

3.0 HOVEDDEL

I dette kapitlet vil jeg gå gjennom den sosiologiske teorien som ligger i bunn av oppgaven.

3.1 Teoretisk referanseramme

Jeg gir en kort redegjørelse for hvilket teoretisk perspektiv jeg har tatt utgangspunkt i, samt hvilke teoretiske begreper jeg tar opp i oppgaven. Jeg ser på problemstillingen min gjennom et sosiologisk perspektiv og har tatt utgangspunkt i to kjente sosiologiske teoretikere; Emilé Durkheim og Zygmunt Bauman. Jeg har trukket ut teorier fra disse to, som har relevans for min problemstilling. Den sosiologiske teorien om ”selvmordet” av Emilé Durkheim og Zygmunt Baumans teori om flytende modernitet.

Et sosiologisk perspektiv vil være å se samspillet som foregår mellom samfunnet, og hvordan det påvirker mennesker og omvendt. Hvordan det sosiale er bygget opp og hvordan de ulike sosiale systemene i samfunnet fungerer ved hjelp av menneskelige relasjoner og fellesskap (Tjora, 2019).

3.1.2 ”Selvmordet” av Emilé Durkheim

Emilé Durkheim var en fransk sosiolog. Hans sosiologiske studier var i hovedsak drevet av moral, dette på grunn av at hans bekymring for den moralske helsen til det moderne samfunn.

Studiet om selvmordet var for Durkheim ikke bare en studie for å forstå det sosiale problemet som fantes i samfunnet, men det var også for å vise frem et eksempel på hans nye sosiologiske metode. Grunnlaget for å gjøre denne studien var basert på at det var konkret og et såpass spesifikt fenomen som det var lett å få tak i god datainnsamling. Å begå selvmord ble og blir sett på som en privat og personlig handling. Durkheim trodde at hvis han kunne vise samfunnet at sosiologi spilte en rolle for å forklare selvmord, så ville det være enklere å gjøre en sosiologisk analyse av det (G. Ritzer & J. Stepnisky, 2018. s. 207).

Durkheim studerte ikke selvmord for å finne ut hvorfor det enkelte individ begikk selvmord, dette fordi han mente at selvmord ikke burde bli sett på som en individuell handling. Han fremhevet at selvmord burde bli sett på som ett samfunnsproblem, og at det burde tolkes som et kollektivt eller sosialt fenomen (Nilsen, 2007. s. 12).

Fire typer selvmord

Selvmonds teorien til Durkheim kan ses tydeligere ved å undersøke forholdet mellom de fire ulike typene selvmord og hans to underliggende sosiale fakta: integrering og regulering.

Integrasjon handler om den styrke vi mennesker har i den tilknytningen vi har til samfunnet vi lever i. Fakta om regulering omhandler hvilke ytre begrensinger vi mennesker har. I

Durkheims studie har han satt integrasjon og regulering som to kontinuerlige variabler og her mener han at selvmordsratene vil øke når en av disse er for høye eller for lave. I tabellen under viser jeg til Durkheims inndeling av de fire ulike typene selvmord (Ritzer & Stepnisky, 2018. s. 208).

Tabell 1.

Integrasjon	Lav	Egoistisk selvmord
	Høy	Altruistisk selvmord
Regulering	Lav	Anomisk selvmord
	Høy	Fatalisk selvmord

- *Egoistisk selvmord*

I samfunn hvor det har vært høye nivåer av egoistiske selvmord, vil være der hvor samfunnet eller en bestemt gruppe ikke har integrert et individ godt nok blant det større sosiale nettverket som er rundt. En person som har følelser som omhandler at en ikke passer inn vil gjerne oppleve å ikke føle seg som en del av samfunnet. I likhet med dette så handler det også om at samfunnet ikke får være en del av individet for individet trekker seg bort.

Durkheim mente at de delene ved mennesker som omhandler våre moralske verdier og vår følelse av tilhørighet kommer fra det større samfunnet. Et velintegrert samfunn vil føre til at et menneske føler på disse verdiene og følelsene. En vil oppleve mer generell støtte og hjelp til å komme seg gjennom daglige gjøremål og tilfeldige skuffelser. Uten disse er mennesker i stand til å ta sitt eget liv grunnet mangel på tilhørighet og følelsen av liten verdi. Statistikken til Durkheim legger også vekt på at selvmordsraten øker blant de som ikke er gift, dette på grunnlag av at de føler seg mindre integrert i en familie. I likhet med det vil man se at ratene går ned i nasjonale kriser som krig og revolusjoner –dette kommer av at mennesker klarer å se betydningen av livet i en større helhet i nasjonale kriser (Ritzer & Stepnisky, 2018. s. 209).

- *Altruistisk selvmord*

Durkheim forklarer en annen type selvmord, kalt altruistisk selvmord. Ifølge Durkheim skjer egoistiske selvmord når integrasjonen i samfunnet er for svak, mens altruistiske selvmord skjer når integrasjonen er for sterk. I disse type selvmord vil enkeltpersoner føle seg mer ”tvunget” til å begå selvmord (Ritzer & Stepnisky, 2018. s. 209-210).

Ritzer og Stepnisky refererer til Durkheim (1897/1951:225) som gir to eksempler på altruistisk selvmord, ett hvor etterfølgerne av Jim Jones som var pastor i Jonestown i Guyana i 1978. Her ble følgerne bedt om å drikke en forgiftet drink, og ifølge Durkheim så skjedde det masseselvmord på grunnlag av at etterfølgerne av Jones var for sterkt integrert i samfunnet. Et annet eksempel er terrorangrepene 9/11 i USA og i Paris 13 november 2014. Dette var ble ifølge Durkheim sett på som altruistiske selvmord, ettersom enkeltpersoner følte seg pliktet til å ta sitt eget liv på grunn av for sterk integrasjon i sitt tilhørende samfunn (Durkheim 1897/1951 referert i Ritzer & Stepnisky, 2018. s. 210).

- *Anomisk selvmord*

Det tredje og et av de viktigste typene selvmord ifølge Durkheim, er det anomiske selvmordet. Hvert individ har en viss tilknytning til samfunnet, et slags bånd. Når anomisk selvmord skjer brytes båndet mellom individ og samfunn. Eksempler på hva som kan bryte slike bånd er for eksempel innenfor økonomi – tap av formue eller å miste jobben. Det kan også være knyttet til relasjon (Tjora, 2020). Når slike bånd brytes, vil enkeltindivider føle på en misnøye og de vil søke etter en viss tilfredsstillelse. Det er endringer som skjer i menneskers liv som gjør det vanskelig å vite hvor en skal ta det videre fra. Hvordan skal en klare seg, hvordan skal en leve og hva skal en leve for? Når nye situasjoner oppstår i livet, som for eksempel ny jobb, ny ektefelle, nytt samfunn osv. så vil det forstyrre strukturene individet allerede er bygget inn i, og vil føre til at mennesker blir mer sårbare for oppståtte situasjoner.

- *Fatalisk selvmord*

Den siste typen selvmord omtales ikke ofte, da det bare nevnes som en fotnote i boken ”Suicide” av Durkheim. Fatalistiske selvmord er det større sannsynlighet vil oppstå når reguleringen er overdreven, i motsetning til i anomisk selvmord hvor reguleringen er svak (Durkheim, 1897/1951:276 referert i Ritzer & Stepnisky, 2018. s. 210). Durkheim gir eksempler på grupper som gjerne var mer utsatt for fatalistiske selvmord, personer som blokkerte sine lidenskaper og gjerne var styrt av streng disiplin. Durkheim sier noe om slaver som tar sitt eget liv på grunnlag av underkastelse av deres regulering i samfunnet (Ritzer & Stepnisky, 2018. s. 211).

Ut ifra beskrivelsene om de fire forskjellige selvmordene så ser vi at det altruistiske- og egoistiske selvmord omhandler hvordan individet blir integrert i samfunnet. I motsetning til det anomiske og det fatalistiske selvmord som omhandler hvordan samfunnet forstyrrer og regulerer atferden til individet (Nilsen, 2007. s. 12-13).

3.1.3 Flytende modernitet av Zygmunt Bauman

Zygmunt Bauman var en polsk-jødisk sosiolog, filosof og samtidskritiker. Han ble født i 1925 og døde i 2017. Baumans bøker omhandler teorier om fast og flytende modernitet, samt globalisering, etikk og moral. Bauman var inspirert av tidligere sosiologer som Antonio Gramsci og George Simmel. Begrepene fast og flytende modernitet var begreper som skulle vise utviklingen som skjedde innad i moderniteten (Tjora, 2020).

Egenskapene til begrepet om flytende modernitet handler om usikkerhetene. Den type videreføring av moderniteten, gjerne hvor et individ skifter sine sosiale posisjoner i samfunnet og at dette gjøres på en flytende måte. Bauman legger frem teorien om flytende modernitet som at individet er en turist gjennom sitt eget liv. Dette kommer av at vi skifter de sosiale posisjonene vi en gang tilhørte eller de posisjonene man har innarbeidet oss i. Eksempler på dette kan være det å skaffe seg ny jobb, begynne på en ny skole eller å gifte seg på ny. Det kan også gå enda mer personlig på individet og ikke bare dens sosiale posisjon – det kan skiftes i legning, tro eller verdier. Bauman trekker også frem at det trenger ikke å være vi som mennesker som får et annet individ til å føle på en viss usikkerhet, den følelsen kan komme fra ”utsiden” av nettverk som stiller krav til mennesket.

Hvordan flytende modernitet påvirker individet og dens valg i livet mener Bauman er opp til individet selv. I de tradisjonelle mønstrene i samfunnet blir individet påvirket til å gjøre valg basert på normer og det som ’alltid har blitt gjort’. Forskjellen fra tradisjonelle mønstre i samfunnet og ved flytende modernitet er at valgene er tatt og bestemt av individet selv. Bauman mener at denne flytende moderniteten gjør at individer kan gjøre valg og avgjørelser som vil lede dem i helt feil retning (oslomet.no, 2001).

4.0 METODEDEDEL

De to mest brukte metodeverktøyene innenfor forskning er kvantitativ og kvalitativ metode. Dette er to forskjellige måter å innhente ny eller allerede eksisterende kunnskap på.

Kvantitativ metode er den metoden som lar seg tallfeste. Det vil si at innenfor denne metoden så gjør en om dataene til målbare enheter slik at det er lettere å regne på informasjonen og finne eventuelle gjennomsnitt eller prosent. Typiske innsamlingsmetoder å bruke innenfor kvantitativ metode er gjerne å benytte anonyme spørreskjema eller statistikk. I kvalitativ metode derimot innhenter en meninger og går mer i dybden for å få en større forståelse av samfunnet vi lever i. Brukte innsamlingsmetoder innenfor kvalitativ metode er i form av intervju eller gjerne egen observasjon. Meningen med denne metoden er å få innsyn i individers syn og meninger på verden, og hvorfor en gjerne handler som en gjør i ulike oppståtte situasjoner (O. Dalland, 2010. s. 84).

I dette kapittelet vil jeg beskrive valget mitt av forskningsmetode, og hvorfor jeg har benyttet denne metoden, samt hvordan jeg har valgt å gå frem i forhold til litteratursøk.

4.1 Metodevalg

I oppgaven har jeg valgt å bruke kvalitativt litteraturstudium som metode. I et kvalitativt litteraturstudium er det de allerede eksisterende kildene og litteraturen som blir brukt som informasjonskilde for å besvare oppgaven. For å finne relevant faglitteratur har jeg benyttet Oria og Google Scholar. Grunnen til at jeg har valgt disse to søkearenaene er fordi jeg har et ønske om å finne forskningsbaserte artikler som har høy gyldighet. Jeg har valgt å bruke kilder og litteratur som er allerede eksisterende, da temaet jeg har valgt er såpass tabubelagt. Jeg innså tidlig at det ville bli vanskelig å få tak i informanter som kunne være relevante for en oppgave om selvmord. Målet med forskningen er å finne ut hvordan ungdommer kan bli mer bevisste på sine handlinger på sosiale medier, sosiale mediers påvirkningskraft, og hvordan man kan fange opp disse ungdommene og forhindre at noen ender opp med å ta livet sitt.

4.2 Litteratursøk

I litteratursøket har jeg valgt å bruke to søkemotorer for å innhente relevant litteratur og innhold.

Google Scholar

Søket etter fagartikler startet 07.03.21 og ble avsluttet 11.03.21. Ettersom litteratursøk etter vitenskapelige fagartikler er nytt for meg, begynte jeg prosessen med å øve meg på å søke frem artikler og avgrense søk på Google Scholar. Her begynte jeg å søke etter ”teenage suicide social media”. Jeg valgte å bruke søkeord på engelsk for å nå ut til flere fagartikler da de fleste vitenskapelige artiklene er skrevet på engelsk, og jeg tenkte at det ville gi flest treff. Etter søket fikk jeg opp en liste ved siden av hvor jeg kunne huke av årstall, her ønsket jeg å finne nye artikler og huket derfor av etter 2017. Jeg utforsket Google Scholar og utvidet søkene med å legge til ”Instagram” og endre søkene til ”teen suicide social media”. Når jeg opplevde at jeg hadde mer kontroll beveget jeg meg over til databasen Oria.

Oria

Formålet med litteratursøk-prosessen er å finne aktuell faglitterær tekst som passer til valgt tema. Jeg visste at jeg måtte spisse søkene mine mest mulig til min problemstilling, for å ikke falle ut på noe som var irrelevant for oppgaven. Oria regnes som en pålitelig fagdatabase, noe som er viktig for troverdigheten i artiklene. Flere av artiklene jeg fant er publisert i kjente tidsskrifter og er skrevet av medisinske fagfolk, noe som øker artiklene sin validitet.

Vitenskapelige tidsskrifter holdes til en mye strengere kvalitetssikring enn vanlige fagtidsskrifter. Artiklene som går inn under vitenskapelige tidsskrifter må gjennom det som kalles fagfelleevaluering, også kalt ”*peer review*” på engelsk. Dette gjøres for at artiklene skal godkjennes av fagpersoner som er eksperter på de fagområdene som artiklene omhandler. For meg var det viktig å vurdere de kildene jeg fant, dette på grunn av at innholdet skulle ha sin relevans og gyldighet i forhold til å belyse problemstillingen min. Det var også viktig at kildene jeg fant var oppdaterte i henhold til dagens situasjon i forhold til problemstillingen (Dalland, 2010. s. 80).

Jeg startet på Oria med å søke på "suicide" og videre brukte jeg hjelpefunksjonene som ligger til høyre på databasens side. For å være sikker på at artiklene jeg søkte etter var blitt fagfellesvurdert så huket jeg av i boksen hvor det stod "*fra fagfellesvurderte tidsskrifter*". Her fikk jeg opp flere tusen artikler og ingen som var relevante for mitt tema. Jeg fortsatte derfor å huke av på årstall og trykket inn fra år "2010-2021". Jeg brukte dette tidsrommet på grunnlag av at jeg ønsket mest mulig nyutgitte tidsskrifter for at det skulle ha relevans til dagens samfunn. Jeg huket også av i boksen hvor det stod "språk" og valgte "engelsk". Videre kunne jeg velge mellom flere forskjellige emner og her huket jeg av på "young adult". Etter denne avgrensningen hadde jeg fortsatt flere tusen artikler å velge i, og ingen som omhandlet sosiale medier. Jeg måtte derfor å spesifisere søket mitt mer.

I et nytt søk skrev jeg "suicide teenage social media" og igjen krysset jeg av i de samme boksene ved fagfellesvurderte tidsskrifter, år 2000-2021, språk engelsk og på emner valgte jeg "teenage" og "sociology". Ved dette søket fikk jeg 1103 treff og jeg leste flere av sammendragene på flere artikler og fant en som var aktuell i henhold til min problemstilling. Videre valgte jeg å endre søkemetode og istedenfor å skrive søkeordene etter hverandre så la jeg inn "AND" mellom de ulike søkeordene. Dette gjorde jeg for at de treffene jeg fikk kun skulle inneholde søkeordene mine. Jeg satte videre søkeordene i hermetegn for at databasen søkte etter de konkrete frasene (uio.no, 2020).

Det ble gjort et nytt søk etter "teen suicide" AND "social media". På samme måte som tidligere begrenset jeg søket for å kun få opp de mest troverdige og relevante artiklene. Her kom det frem mange aktuelle artikler hvor jeg valgte å lese de korte sammendragene og herfra trekke ut de som var mest reelle og dekkende for min oppgave.

Ved et siste søk endret jeg søkeordene og å søkte på "teen suicide" AND "Instagram" og igjen huket jeg av i boksen for å kun få opp fagfellesvurderte tidsskrift. Disse måtte være nyutgitte og skrevet på engelsk. Her fikk jeg opp mange artikler som var relevante, blant annet en artikkel som jeg fikk lest sammendraget på og som virket interessant til mitt tema – men denne artikkelen måtte en kjøpe for å få "full text" og da lot jeg være å velge denne. Valget falt på to artikler fra dette søket og endte opp med fem fagartikler fra fagfellevurderte tidsskrifter som jeg analyserer i neste kapittel. Jeg mener de valgte artiklene er dekkende og relevante til problemstillingen. Den resterende faglitteraturen er hentet ut fra pensumlitteratur innenfor sosiologistudiet og databasen ved Sandnes bibliotek.

Tabell 2: Analyserte artikler

Det er viktig å ha struktur og oversikt slik at ikke noe blandes.

Artikkel nr.	Forfatter, land, utgiverårstall (evt. dato for litteratursøk	Hensikt	Metode/studiedesign	Kvalitetsbasert på sjekklister Ja eller nei	Søkemetode
1	Madeleine George, Indiana, 2019		Kvalitativ metode, Fagfellesvurderttidsskrift	ja	Databasesøk
2	Candice Odgers, 2018		Kvalitativ metode, fagfellesvurderttidsskrift	ja	Databasesøk
3	Aamina Ali & Kerry Gibson, 2019		Kvalitativ metode, fagfellesvurderttidsskrift	ja	Databasesøk
4	Megan A. Moreno, Adrienne Ton, Ellen Selkie og Yolanda Evans, 2016		Kvalitativ metode, fagfellesvurderttidsskrift	Ja	Databasesøk
5	Jacobo Picardo, Sarah K. Mckenzie, Sunny Collings og Gabrielle Jenkin, 2020.		Kvalitativ metode, fagfellesvurderttidsskrift	Ja	Databasesøk

(samleskjema hentet fra: helsebiblioteket.no, 2018).

4.3 Fremgangsmetode for analysering

I dette kapitlet presenteres det hvordan jeg analyserer de valgte artiklene jeg har funnet, med bakgrunn i problemstillingen. Her benyttes det som nevnt tidligere Dallands metode for oppgaveskriving for studenter, samt boken til Febe Friberg "*dags for oppsats*" for å gjøre analysen. I forrige kapittel brukte jeg en tabell for å gi en oversikt over artiklene. Funnene jeg har gjort skal jeg drøfte ved hjelp av teori, egne synspunkter og andre relevante personers synspunkter. Teori må defineres som teori, og det må komme tydelig frem hva som er egne synspunkter. Det er også viktig å være gjøre det tydelig når det er datainnsamlingen som presenteres (Dalland, 2010. s. 269).

Ut ifra alle søk så har jeg valgt fem fagartikler som er relevante for oppgaven. For å komme i gang med analyseringen av artiklene skrev jeg dem ut, slik at jeg hadde dem i papirform. Dette for å gjøre det enklere å sortere, markere og kommentere i teksten. Jeg satt opp en tabell (tabell 2), hvor jeg skrev inn info om de ulike artiklene, slik at jeg hele tiden visste hvilken artikkel som omhandlet hva, hva forfatteren het, hvilket utgivelsesår osv. For å kunne sammenligne og finne likheter og ulikheter blant artiklene, var jeg avhengig av å få en oversikt. Jeg markerte alt som var likt i artiklene med rosa og for å få et bilde over ulikhetene markerte jeg det med oransje. Det var også noen funn som verken hadde likhet eller ulikhet med de andre artiklene, men som jeg ellers syntes hadde noe interessante funn. Disse markerte jeg med grønn. Ved hjelp av denne metoden; å sette opp skjema, ha artiklene i papirform og markere, gjorde det analyseringen mer oversiktlig når jeg skulle føre inn resultatene. Jeg satt opp en ny tabell (tabell 3) som jeg viser til under neste kapittel, hvor jeg skrev inn resultatene fra artiklene. Dette for å få en oversikt over hva jeg hadde funnet ut etter analyseringen i de valgt artiklene.

Målet med å analysere en eller flere vitenskapelige artikler er å undersøke det viktige faginnholdet og de resultatene som har størst relevans for å kunne belyse min problemstilling. Her må en innhente det mest relevante fra artiklene i henhold til valgte problemstilling slik en kan skape en ny helhet av alle disse analyserte artiklene.

5.0 RESULTAT

I dette kapitlet vil jeg legge frem funnene jeg har gjort fra artiklene som kan svare på min problemstilling: *Hvordan kan sosiale medier påvirke til selvmordsfare blant ungdom?*

Tabell 3.

Nr.	Forfatter, land, utgiver-årstall (evt. dato for litteratursøk)	Hensikt	Metode/studiedesign, antall studier	Kvalitetsbasert på sjekklister Ja eller nei?	Forskningsfunn	Konklusjon, kritisk vurdering
1	Madeleine George, Indiana, 2019		Kvalitativ metode, 1 studie	Ja	Oppførsel, atferd online vil kunne gjengis offline	
2	Candice Odgers, USA, 2018		Kvalitativ metode, 36 studier	Ja	Mobbing, sårbar ungdom	
3	Aamina Ali & Kerry Gibson, 2019		Kvalitativ metode, 1 studie	Ja	Ensomhet, sårbarhet, lite venner, frakoblet, anonymitet	
4	Megan A. Moreno, Adrienne Ton, Ellen Selkie og Yolanda Evans, USA, 2016		Kvalitativ metode, 1 studie	Ja	Lukkede nettsamfunn, sensitivt innhold, isolasjon	
5	Jacobo Picardo, Sarah K. Mckenzie, Sunny Collings og Gabrielle Jenkin, New Zealand, 2020.		Kvalitativ og kvantitativ metode, 7 studier	Ja	Hashtags, selvskadende innhold, normalisering	

(skjema hentet fra Helsebiblioteket.no, 2018).

I de analyserte artiklene er det flere funn som går igjen. Jeg vil i underkapittelet presentere de jeg ser på som det viktigste for oppgavens helhet og problemstillingen.

5.1 Nøkkelfunn

- *Sårbar ungdom*

I alle artiklene fremheves det at de som er mest utsatt for selvmordsfare på sosiale medier er sårbar ungdom. De som gjerne har blitt mobbet, og de som har underliggende psykiske lidelser. Disse ungdommene kan lettere oppleve selvskadende innhold som blir delt på sosiale medier annerledes, og kan få sterkere reaksjoner på dette enn andre som ikke har noe underliggende sårbarhet og sykdomsbilde (George, M., 2019).

I artikkelen til Odgers kommer det frem i en undersøkelse at ungdom som har blitt mobbet direkte, ofte også blir mobbet i den digitale verden. Dette er en faktor som gjør at de sårbare ungdommene kan være mer utsatt for selvskadende innhold på sosiale medier enn andre (Odgers, C., 2018).

Når det legges ut selvskadende innhold på sosiale medier kan det trigge unge brukere og kan føre til at denne type atferd blir normalisert. De utsatte kan se på denne type atferd som normal, noe som tiltrekker oppmerksomhet og gjør at det lettere blir lagt merke til (Picardo et al., 2020).

Fra dokumentarserien ”Innafor” på NRKTV, er det blitt laget en episode som er kalt ”*selvmord på Instagram*”. Her kommer det tydelig frem at selvskadende innhold har effekt på andre sårbare ungdommer. Innenfor selvskadende innhold er det ofte grafiske bilder/videoer, hvor ungdom legger ut bilder av for eksempel tabletter, hengeknuter, blodsøl, knivblader og kutt utført på kroppsdeler. Grafiske bilder som kan gjøre inntrykk på andre, men som noen mennesker finner inspirasjon i og prøver ut selv. Hvilke type inntrykk det kan ha på andre mennesker er at dem blir redde, sinte, provoserte eller usikre. Problemet er at slikt innhold tillates å bli publisert helt åpenlyst for alle som bruker Instagram, uten tanke om hvem som sitter på andre enden og mottar innholdet.

- *Ensomhet og isolasjon*

I flere av artiklene blir det også trukket frem at ungdommer som opplever ensomhet og/eller isolerer seg, lettere påvirkes og kan være utsatt for selvmordsrisiko påvirket fra sosiale medier. Dette funnet gjentas i alle artiklene. De fleste ungdommer som blir utsatt for påvirkning av selvskadende innhold som fører til selvmordsrisiko, er ensomme og alene. Det er gjerne de som ikke har venner og føler seg unyttige og ubetydelige. Det går igjen i flere artikler at ungdommene ikke har noen å snakke med, men at flere ønsker å ha noen å snakke fortrolig med. De vil at noen skal ta kontakt, da de ikke klarer eller har mot til å gjøre det selv. Dette fremheves som det største problemet og risikoen som kan trekke ungdom på sosiale medier mot selvmord (Ali & Gibson, 2019).

- *Hashtags*

Hashtags er et ord som innledes med tegnet ”#” på sosiale medier, for å kunne relatere ett bestemt innlegg til andre liknende innlegg. Dette gjøres for å kunne knytte innlegget til de større nettsamfunnene som finnes på de ulike sosiale mediene. I den ene artikkelen blir hashtaggen ”#selfharmmm” brukt i undersøkelsen for å finne ut hvilket innhold som befinner seg på et hemmelig samfunn på Instagram kalt ”NSSI”, som står for ”nonsuicidal self-injury”. Bare med denne hashtaggen ble det linket til 193 ulike brukernavn, som hadde delt ett innlegg som kunne knyttes til denne bestemte hashtaggen (Moreno et al, 2016).

Utfordringene som kan knyttes til selvskadende innhold blant unge som ferdes på sosiale medier, er at slike hashtags innenfor disse hemmelige samfunnene også knyttes opp til ”normale” hashtags. De hashtagger gjerne med ”#cat” som skal illustrerer kutting. Da andre ungdommer søker på #cat på Instagram så dukker det opp bilder av katter, men det kan også komme opp selvskadende innhold, som for eksempel av personer som kutter og selvskader seg. Slikt innhold kan ha en påvirkning på den personen som tilfeldigvis får treff, men gjerne ikke bevisst oppsøkte innholdet (Moreno et al, 2016).

- *Prioritering*

Prioriteringene av tiden til ungdommen i dag ligger ofte knyttet til den digitale verden. Det er der ting skjer og det er digital kommunikasjon som er måten å kommunisere på. Dette gjør at mange ungdommer nedprioriterer egen familie og venner, fremfor sin mobile enhet og sosiale medier. Ifølge studier som er tatt med i artikkelen til George (2019), så gjør dette at flere ungdommer opplever å føle seg alene, tilbaketrukket og sliter med depressive tanker. Flere vurderer selvmord som eneste vei ut av mørket de kjenner på. I den ene studien hvor dette ble tatt opp, konkluderte forfatteren at det som knytter selvmord og sosiale medier opp mot hverandre er selve innholdet som blir delt, og det ungdommene er vitne til (George, 2019).

I en annen studie fremkommer det at flere av brukerne i undersøkelsen har en trygg og inkluderende familie, men hvor brukeren selv tar avstand fordi han foretrekker å være alene med sin digitale verden, fremfor å tilbringe tid med familien (Ali & Gibson, 2019).

- *Nettsamfunn*

Nøkkelordet ”nettsamfunn” går igjen i flere artikler, dette er nettsamfunn som befinner seg på de ulike sosiale mediene. Et eksempel på ett nettsamfunn som er trukket frem, er nonsuicidal self-harm (NSSI), som befinner seg blant annet på Instagram. Innenfor dette samfunnet mer innhold som er helt åpent for alle andre brukere. Hashtags som blir knyttet til NSSI nettsamfunn kan være helt ufarlige ord som nevnt over i avsnittet om *hashtags*. Dette gjør at innholdet ikke blir sensurert fra andre brukere som ikke oppsøker nettsamfunnene (Moreno et al., 2016).

- *Selvskadende innhold og utfordringer*

Selvskadende innhold er ett problem som florerer på sosiale medier. Ungdommer som deler selvskadende innhold i form av kutting, tanker om selvskading, selvmord og lignende. I flere av artiklene blir det trukket frem at det er det selvskadende innholdet som ikke er bra for ungdom, ikke sosiale medier i seg selv.

I artikkelen til George (2019) fremheves det en studie om en «utfordring» som gikk rundt på de mest kjente sosiale mediene (Facebook, Twitter, Instagram og Snapchat). Denne utfordringen ble kalt ”Blue Whale Challenge” (BWC) og blir sett på som et ”selvmordsspill”. Grunnen til betegnelsen er usikker, men det sies at det har en tilknytning til at hvaler har tendenser til å strande seg selv hvis de er syke eller skadet og at hvaler generelt ser triste ut. BWC er en 50-dagers lang utfordring, hvor det er en administrator som utfordrer ungdom til å gjøre forskjellige ting hver dag. Hver dag har en ny utfordring, og i starten er det ganske forsiktig, som for eksempel å se en skrekkfilm eller være våken flere netter på rad. Utfordringene blir etter hvert mer utfordrende og krevende, hvor på ett tidspunkt brukerne blir utfordret til å skjære et ”hval-symbol” inn i armen, eller stå på kanten på en høyblokk. Hele utfordringen avsluttes på dag 50 med at brukerne skal begå selvmord. Det er hundrevis av dødsfall som er rapportert til å være knyttet opp mot dette spillet (George, 2019).

- *Oppførsel og atferd*

At det er sårbare ungdommer som trekkes mot selvskadende innhold på sosiale medier kommer godt frem i alle artiklene. Det blir påpekt i artikkelen til Picardo et al. (2020) at innholdet brukerne blir eksponert for, normaliserer den type atferd som blir utført. Dette kan føre til at sårbare ungdom som ikke har trygge nettverk eller rutiner, lettere blir påvirket og ser på oppførselen ved å dele selvskadende innhold offentlig som normalt (Picardo et al., 2020).

Innholdet som blir delt vil ifølge George (2019) kunne gjengis i oppførselen og atferden til vedkommende i virkeligheten. En som deler tanker om selvskading og selvmord, sliter med disse problemene i virkeligheten også (George, 2019).

6.0 PRESENTASJON OG DISKUSJON AV DATA

Jeg vil i dette kapittelet drøfte funnene jeg har gjort av innsamlet data og teori, i henhold til temaet om selvmord blant ungdom på sosiale medier. Dalland (2010) sier dette om drøfting:

”Det er gjennom drøfting du skal vise hva du har lært av prosjektet ditt, og hvordan denne kunnskapen henger sammen med det som allerede eksisterer av kunnskap på området. Her skal du vise til hvilken sammenheng det er mellom de teoretiske perspektivene du trakk opp under arbeidet med problemstillingen, og resultatene fra undersøkelsen” (Dalland, 2010. s. 122).

Målet med diskusjonsdelen i oppgaven er å belyse artiklene jeg har analysert og videre drøfte nøkkelfunnene i artiklene, sett i lys av relevant sosiologisk teori, egne tanker og meninger.

6.1 Selvmord – en egoistisk handling?

Mange ser på selvmord som en egoistisk handling. Er det egoistisk å ta sitt eget liv, uten å tenke på de etterlatte? Sorgen, smerten og savnet de sitter igjen med, og gjerne uten forklaring og forståelse av det som har skjedd. I min familie var det slik. Selvmordet til min bror kom som lyn fra klar himmel; ingen hadde sett tegn til at det kunne skje, alle tenkte ”trodde ikke han hadde det i seg”, ”hvorfors han som alltid var så glad og fornøyd” og ”han hadde mange venner og gjorde det så bra på skolen”. Ifølge Durkheim (Ritzer & Stepnisky, 2018) har alle mennesker det *i seg*. Alle mennesker kan stå ved et valg om å ta sitt eget liv. Hvordan blir selvmord da en egoistisk handling? Mennesker som har et godt liv, en trygg familie og gode venner rundt seg – hvorfor tar de livet sitt? Årsakene kan være mange, men i de aller fleste tilfeller er selvmord en vei ut av mørket, hvor tanken på at smerten skal ta slutt, betyr mer enn selve handlingen. De tenker gjerne ikke på de som blir igjen, de som etterlates og savnet de må leve med. Tanken på å få slutt på det vonde blir alt omgripende.

I Durkheims teori forklares det egoistiske selvmordet som et resultat hvor et individ ikke har blitt godt nok integrert blant det større sosiale nettverket. For individet vil følelsen av ensomhet og isolasjon dukke opp, samt det å kjenne at en ikke er en del av samfunnet. Durkheim mener at det er samfunnet sin "feil" at mennesker begår egoistiske selvmord. Individet selv har ikke blitt godt nok integrert i samfunnet, fordi i et velintegrert samfunn skal mennesker oppleve verdi og en følelse av tilhørighet. Hvis man ikke kjenner på disse følelsene, er individet i følge Durkheim i stand til å ta sitt eget liv av selv de minste frustrasjoner (Ritzer & Stepnisky, 2018).

I flere av de utvalgte artiklene har det kommet frem at mange som har blitt undersøkt relatert til de forskjellige sosiale mediene, har hatt en følelse av å ikke være integrert og være som de andre. De som dras mot og blir medlemmer av lukkede nettverk på de sosiale mediene, er gjerne ungdom som har trukket seg tilbake fra omverdenen og inn i en online verden, der de føler seg mer likesinnet. Her kan de treffe andre ungdommer som står i liknende situasjoner som dem selv og oppleve en følelse av tilhørighet.

Årsaker til at noen ungdommer begår selvmord kan være at de isolerer seg og sitter alene med tankene sine. De kan også bli påvirket og utfordret av andre på sosiale medier. George (2019) skriver at ifølge forskning så er det ikke det at ungdom bruker tid på sosiale medier som påvirker selvmordsfaren, det er innholdet de ser og deler på sosiale medier de påvirkes av.

6.2 Integrasjon i samfunnet

Hvordan man er integrert i samfunnet har mye å bety for vår selvfølelse, verdier og levemåte. Å kjenne at en hører til en plass, har et trygt ståsted og trygge rammer, gjør at en opplever tilhørighet og trygghet.

Utfordringen som gikk på sosiale medier, kalt Blue Whale Challenge som jeg tidligere har nevnt i oppgaven, ender med at brukeren skal ta sitt eget liv. Slike typer selvmord kan trekkes inn under det altruistiske selvmordet som Durkheim forklarer i sin studie. Det som kjennetegner et altruistisk selvmord, er at selve integrasjonen i samfunnet er for sterkt i motsetning til det egoistiske hvor integrasjonen er for svak. I de altruistiske selvmordene vil individet føle seg mer "tvunget" til å begå selvmord, som nevnt i disse utfordringene som går på sosiale medier (Ritzer & Stepnisky, 2018).

Påvirkningskraften en slik utfordring kan ha og spenningen som er knyttet opp mot det er skremmende, spesielt for de sårbare som gjerne bare ønsker å komme i kontakt med andre mennesker og ser på det som en mulighet for å vise seg frem. Det viser at ungdom er villig til å risikere livet for å bli en del av et fellesskap og for å føle seg akseptert av samfunnet (George, 2019).

Å bli integrert i et samfunn trenger ikke bare være et problem for det enkelte individ, men også for en familie. I et integrert samfunn blir både fattige og rike integrert på samme nivå uavhengig av hvor mye penger de har. I den ene studien kommer det frem at tenåringer som kom fra familier med lav inntekt, var mer utsatt for både mobbing og psykiske helseproblemer enn de som fra familier med høyere inntekt. Studien peker på at tenåringer fra familie med lav inntekt oftere var involverte i slåsskamper, slet med atferdsproblemer, ble mobbet og brukte mer tid på internett (Odgers, 2018).

Ungdommer som trekker seg tilbake og bruker mer tid på internett kan være et faresignal. Det å miste kontakt med omverdenen, venner og familie for å knytte seg mer og mer til det sosiale nettverket er en utvei mange sårbare ungdommer tar. Nettopp fordi muligheten for å møte andre i samme situasjon er stor, spesielt når man trer inn i de lukkede nettsamfunnene som eksisterer, og der det er en arena en treffer likesinnede (Odgers, 2018).

6.3 Påvirkning fra nettverkssamfunn

Et av de største problemene på sosiale medier er påvirkningen som skjer innad i de ulike nettverkssamfunnene, hvordan barn og ungdom blir trukket inn og påvirkes til å gjøre handlinger de gjerne ikke hadde gjort av fri vilje. NSSI som jeg har nevnt tidligere, er et kjent nettverkssamfunn på Instagram. Det er ikke bare brukerne som aktivt søker etter innhold herfra som blir påvirket, men også uskyldige brukere som gjerne søker etter andre treff på Instagram, men hvor NSSI-innhold dukker opp fordi det er knyttet til ”normale” ord som ”cat” og ”blitche” og ”mysecretfamily”. Innholdet blir på den måten spredt, noe som er formålet fra dem som driver det, for å normalisere denne type atferd.

I henhold til studiene jeg har analysert, er det flere tilfeller hvor påvirkningen fra nettverkssamfunn er grunnen til at ungdommer kan kjenne på usikkerhet og dermed er i faresonen. Påvirkninger som skjer uten at brukeren er bevisst det selv, kan man se igjen i studien til George (2019) hvor de undersøkte Blue Whale Challenge (BWC). En slik utfordring er det gjerne brukerne selv som oppsøker, ikke nødvendigvis for at de vet hva det innebærer, men at de søker etter bekreftelse eller oppmerksomhet fra andre. Sårbar ungdom har lettere for å treffe likesinnede fordi de gjerne befinner seg på de samme nettverkene.

BWC-utfordringen kan man også trekke inn under Baumans teori om flytende modernitet. Det handler om at et individ skifter sin sosiale posisjon i samfunnet. Grunnen til at ungdom oppsøker eller kommer over en utfordring som BWC kan være på grunn av usikkerhet, sårbarhet, at de føler seg utenfor og søker etter et nettverk å knytte seg til for å oppleve tilhørighet. Ifølge Bauman trenger det ikke å være personen selv som gjør at en kjenner på en slik usikkerhet, følelsene kan være kontrollerte fra utsiden av nettverk som stiller ulike krav til individet. Dette er nettopp det vi ser i BWC-utfordringen, et nettverkssamfunn som henvender seg til ungdom, og hvor det ender med at ungdommen skal ta sitt eget liv (Oslomet.no, 2001).

Disse nettverkssamfunnene er rett foran øynene våre, men vi er mange som likevel ikke ser dem eller vet om dem. Jeg har vært i kontakt med en ungdom som fortalte om sin opplevelse fra et nettverkssamfunn på Instagram. Vedkommende forklarte at når en har det vanskelig og føler seg ensom, så er det lett å oppsøke likesinnede mennesker på sosiale medier, nettopp fordi det er så enkelt og tilgjengelig, og det krever så lite av deg som person. Personen fortalte:

”Det er mange som ikke forstår hvordan dette eksisterer og fungerer. Mange tror det er nettsider og egne grupper hvor man deler livet sitt, noe det ikke er. Dette er helt vanlig Instagram som fungerer på akkurat samme måte som vanlig Instagram for alle andre. Forskjellen er at vi har separate brukere, en til fasaden og en til galskapen”.

Vedkommende forteller også om mange forskjellige ”grupper” innad i dette nettverkssamfunnet. Det er grupper som deler innlegg om for eksempel spiseforstyrrelser som også gjerne sliter med angst og depresjon. Videre er det gruppene som deler aktivt fra egen selvskading, selvmordsforsøk, psykosier osv. Personen forteller at hun/han (*hen* heretter) ikke har tall på hvor mange ganger hen har ringt ambulanse, fordi noen av de hen har fulgt, har lagt ut at de skal ta livet sitt. En slik normalisering og en slik oppførsel skaper stress og ansvar for andre følgere. De kan oppleve at de selv har bidratt og tatt del i at et menneskeliv har gått tapt. Personen forklarer at hen selv falt helt ut av sosiale og vennskapelige relasjoner, og at internett ble redningen. Personen sier selv:

”Jeg tror sosiale medier, som alle andre inntrykk, kan være med på å påvirke en negativt. Ved å snakke om selvmord og selvmordsforsøk i disse nettverkene bidrar du til å plante idéer om det hos mange. Det har vi sett før. Det er skummelt å snakke om, fordi at det har resultert i at folk har tatt sitt eget liv”.

6.4 Normalisering av atferd

Et av de største problemene innad i denne forskningen fra påvirkningen fra sosiale medier, er hvordan atferden til ungdommene blir forsøkt normalisert. De fleste studiene som er analysert viser at det er stor bekymring for selvskaderisiko på sosiale medier. De viste at selvskadende innhold hadde negative følelsesmessige effekter på ungdommer. Det var rapportert bevis på at det i flere tilfeller hadde effekt på ungdom som drev med selvskadeligrelatert atferd når de ikke var pålogget (Picardo et al. (2020).

I Picardo et al. (2020) sin studie blir det trukket frem forskning som tyder på at det er bekymringsfullt hvordan selvmord kan bli glamorisert på sosiale medier, spesielt hvis det er kjente mennesker som har tatt sitt eget liv. Å gi beskrivende detaljer om selvskadende metoder har vist en betraktelig økning i selvmordsatferd og normalisering rundt denne type atferd blant sårbar ungdom. En slik type effekt blir kalt ”Werther effekt” (Picardo et al. 2020).

I 1974 ble det publisert en forskningsartikkel av professor David P. Phillips som viste til smitteeffekten selvmord hadde gjennom media. Da ble selvmord publisert med store omslag i avisene og selvmordsratene økte betraktelig. I dag har media strenge retningslinjer til hvordan selvmord skal bli omtalt. Werther-effekten kommer fra en bok skrevet av Johann Wolfgang von Goethe ”Den unge Werthers lidinger” (1774) som handlet om en ung mann som hadde kjærlighetssorg og som tok sitt eget liv. I tiden romanen ble gitt ut kunne man se mennesker kledd likt som Werther i gatene som resulterte i en selvmordsbølge hvor det kom inn rapporter på flere tilfeller om unge menn som tok livet sitt som Werther (Årdal, 2018).

Picardo et al. (2020) sier også at tidligere forskning tyder på at mediehistorier som legger vekt på gjenoppretting og evnen til å komme over ulike kriser og selvmordsatferd, kan ha en positiv effekt på de sårbare. Denne effekten er blitt kalt ”papageno-effekten”. Denne effekten skal være med på å minske sjansene for å ha en slik atferd og oppførsel selv (Picardo et al. 2020)

Papageno-effekten er oppkalt etter fuglefangeren i Mozarts verk ”Tryllefløyten”. Det var legen Thomas Niederkrotenthaler som i 2005 kom med en studie om at hvordan selvmord omtales kan ha en avgjørende effekt på mennesker som befinner seg i en livskrise (Årdal, 2018).

Niederkrotenthaler fremhever at medieomtale av personer som har slitt med selvmordstanker eller selvmordsforsøk, men som har kommet seg gjennom denne vanskelige fasen, kan ha en forebyggende effekt på andre som befinner seg i samme situasjon. Dette på grunnlag av å vise at det finnes håp og at det er hjelp å få (Norsk redaktørforening, 2019).

I Picardo et al. (2020) sin studie trekkes det frem at selvskadende innhold på nettet både har positive og negative effekter. Det nevnes:

”Positive effekter inkluderer å redusere følelser av isolasjon, gi et online støttende samfunn, nød lindring, alternative mestringsmetoder og selvskadende reduksjonstips. Negative effekter inkluderer utløsende selvskadende oppførsel, videreføring av dem via normalisering og validering, deling av selvskademetoder og tips for å skjule det” (Picardo et al, 2020. s. 2).

George (2019) legger derimot frem i sin studie at ungdommer ikke blir påvirket av selvskadende innhold på sosiale medier. Det er de sårbare ungdommene som har underliggende psykiske lidelser, som kan oppleve sterke reaksjoner på slikt innhold, og videre ser på den type atferd som normal. Det er på dette grunnlaget at innholdet på sosiale medier kan være med å påvirke selvmordsfare blant sårbar ungdom som gjerne allerede sliter. Å utsettes for den type innhold vil gjerne de psykiske helseproblemene personen allerede sliter med (George, 2019).

Her kan vi også trekke inn Durkheims teori om det anomiske selvmordet. Som tidligere nevnt så har hvert et individ en viss tilknytning til samfunnet, man kan kalle det et slags bånd. Hvis et anomisk selvmord skjer så brytes dette båndet mellom individet og samfunnet. Når slike bånd brytes, vil individet gjerne kjenne på misnøye og vil være på jakt etter en ny type tilfredsstillelse for å føle seg inkludert og godtatt. Når det skjer endringer i menneskers liv er det mange som strever med å forstå hvordan man skal leve og hva en skal leve for. Et menneske er som regel pakket inn i strukturer som styrer oss i forskjellige retninger i livet, på grunnlag av våre valg og verdier. Når endringer skjer vil det forstyrre den strukturen som individet er kjent med og som videre vil gjøre personen mer sårbar for andre oppståtte situasjoner.

At en ungdom kan være sårbar, trenger ikke nødvendigvis å bety at hen har blitt mobbet, har hatt en dårlig oppvekst eller sliter med psykiske helseproblemer. Hen kan være sårbar av en endring i strukturen hen har blitt bygget opp med. Hen kan ha opplevd å bli flyttet fra ett type samfunn til et annet, eller begynt i ny jobb eller skole. Vi er forskjellige og vi har ulike strukturer vi forholder oss til, som er med på å gi oss trygghet og tilhørighet. Mennesker som blir sårbare av endringer i strukturen og som videre ikke vet hva hen skal gjøre med livet eller klarer å se hva de har å leve for, og som velger å ta sitt eget liv – havner under det Durkheim kaller det anomiske selvmordet (Tjora, 2020).

7.0 METODE DISKUSJON

Å skrive oppgave basert på selvmord som tema bestemte meg for da jeg begynte på sosiologi studiet og hadde mine første forelesninger i faget sosiologisk teori – klassiske perspektiver. Foreleseren dro inn Emilé Durkheim og hans teori om selvmord, og jeg dette ville jeg forske mer på. Jeg har siden jeg var liten måttet forholde meg til selvmord og det tapet det medfører som en del av min oppvekst i og med min bror tok livet sitt som 16 åring. Selvmord har vært en hjertesak som jeg har ønsket å belyse. Åpenhet og å snakke om vonde følelser har vært en helbredelse av sorgen i min familie.

Planen var å utføre en kvantitativ studie med intervju som metode. Jeg syntes denne metoden virket spennende, men fant ut at det ville bli vanskelig å samle informanter til min problemstilling. Jeg var i kontakt med en helsesykepleier som ville stille til intervju, men i samråd med veileder ble vi enige om at å bruke en informant til oppgaven ville vært for begrenset, og at selv om helsesykepleieren var i nær kontakt med ungdommer som slet med selvmordstanker, så var hun ikke innad i det problemstillingen min søkte svar på - sosiale mediers påvirkning på selvmordsfare blant ungdom. Jeg måtte tenke nytt og endre strategi. Jeg ble enig med veileder å endre metode og heller legge opp oppgaven til en kvalitativ forskningsmetode med innsamling av allerede eksisterende data.

Jeg begynte å søke etter litteratur for å se hvor mye data det var mulig å innhente innenfor temaet. Hvor relevant var fagartiklene i forhold til min oppgave og problemstilling, og hvordan kunne jeg drøfte teori og egne erfaringer i samspill med utvalgte artikler. I henhold til min valgte problemstilling og min utdanning som sosiolog ønsket jeg å finne ut mer om hvilken påvirkningskraft sosiale medier har på ungdom, og hvordan den kan føre til selvmordsfare. Sosiale medier er et stort konsept i dagens samfunn, som sosiolog er man opptatt av samfunnets oppbygning, hvordan individer samhandler og hvordan strukturene er like, men også hvordan de forandres. For meg omhandler problemstillingen et viktig og samfunnsrelatert tema.

Utfordringen med metoden var å søke opp litteratur som omhandlet min problemstilling. Data som kunne analyseres og sammenlignes med likheter og ulikheter til valgt tema. Jeg ville gjerne gått mer i dybden på de ulike temaene, men på grunn av oppgaven har en ordgrense så måtte det begrenses. Selv om jeg har valgt artikler som har ulik metodebruk (kvalitativ og kvantitativ) så ser jeg likheter i både funn og forskning i alle de analyserte artiklene. Artiklene gjentok temaene som jeg har nevnt om sårbar ungdom, atferd, nettsamfunn, isolasjon, ensomhet osv. Mange av artiklene hadde forsket på ungdom, og hvordan og om sosiale medier påvirket til selvmordsfare blant dem.

7.1 Metodekritikk

Å vurdere en metode kritisk er nødvendig for å finne ut om informasjonen og dataene som er innsamlet er gyldige. Det var derfor nødvendig å sjekke metodens validitet og reliabilitet på de innsamlede dataene. Det var viktig å vurdere de teoriene jeg hadde og forskningsfunnene i lys av min problemstilling. Jeg har vært kritisk til innsamlingen av data både for forskningsartiklene, men også for faglitteraturen. Jeg ville spesifisere temaet og finne det som var mest relevant.

Ved å søke på forskningsartikler var det viktig å vite at artiklene var vitenskapelig fagfellesvurderte forskningsartikler. Det støttet også oppgavens validitet og reliabilitet av artiklene startet med at forfatteren(e) forklarte hva de skulle forske på, hvorfor de ønsket å forske på valgte problemstilling og hvordan de analyserte resultatene. Noe som i mange artikler blir kalt "abstract". Her kan du kort lese hva artikkelen skal inneholde og om studien er relevant for valgt problemstilling. I en vitenskapelig artikkel skal det også inneholde et resultat og en diskusjonsdel. Når jeg leste gjennom artiklene var jeg kritisk til at resultat og diskusjonsdel var relevant for den valgte problemstillingen.

8.0 AVSLUTNING

Etter en prosess med sene kvelde og mye skriving har jeg kommet til veis ende og ønsker å komme med en konklusjon. Oppgaven har bydd på utfordringer, ny forståelse, frustrasjon og planlegging. Jeg har aldri lest artikler så dyptgående som jeg har gjort med de jeg har valgt ut til denne oppgaven. Ved hjelp av teori, egen erfaring og allerede eksisterende forskning så har jeg oppnådd en ny forståelse og nye kunnskaper om selvmord og påvirkningskraften sosiale medier kan ha på ungdom.

”Hvordan kan sosiale medier påvirke til selvmordsfare blant ungdom?”

Gjennom min fordypning opplever jeg at temaet jeg har tatt opp er på vei til å bli mer belyst både i media og ellers i samfunnet. Det har skjedd mye på kort tid, men vi har ennå en lang vei å gå. Funnene jeg har gjort i henhold til teori og datainnsamling viser at sosiale medier kan ha en sterk påvirkningskraft til selvmordsfare blant ungdom, men at det i stor grad er innholdet som blir publisert som har den mest skadende effekten. Det vises igjen i flere av artiklene at å integrere, inkludere og vise forståelse til mennesker rundt oss er viktig. Flere og flere ungdommer som faller utfor ender opp i isolasjon, ensomhet, som igjen medfører mer utforsking og tid tilbrakt på sosiale medier. Antall timer skjermbruk blant ungdom varierer, men det viser seg at bruken blant sårbar ungdom er høyere.

Opgavens teori kan knyttes tett opp mot de ulike funnene, og det er dermed noe som kan gjenkjennes i flere tilfeller av selvmordsforsøk og selvmord begått av ungdommer grunnet press eller skadelig innhold på sosiale medier. Utfordringer som ”presser” ungdom til å begå selvmord er blitt hyppigere og mer selvskadelig innhold på sosiale medier som deles mer åpent. Som den personen jeg kom i kontakt med fra et nettsamfunn på Instagram sa:

”Det er helt vanlig Instagram, og fungerer på akkurat samme måte som vanlig Instagram”

beviser den teorien om at innholdet er rett ved oss, og vi trenger nødvendigvis ikke å oppsøke det selv for å bli utsatt for det. I den ene artikkelen jeg analyserte fant de selvskadelig innhold ved hjelp av ulike typer *hashtags*, og bak en helt uskyldig *hashtag* kalt ”*cat*” skjulte det seg selvskadende innhold av ungdommer som kuttet seg og ønsket å dø.

Det viser at sårbar ungdom er den mest utsatte gruppen for denne type innhold, da de gjerne oppsøker disse nettstedene for å finne en tilhørighet. Eller at de kommer over det ubevisst, og deres sårbarhet gjør at de ikke bør å utsettes for den type innhold. Jeg har tatt opp smitteeffekten, både i positiv og negativ forstand. At selvmord på sosiale medier i et nettsamfunn kan skape en selvmords trend som gjør at ungdommer i samme situasjon ser at andre tar sitt eget liv, og dermed gjør de det selv. Men også den positive effekten om åpenhet rundt overlevelser etter selvmordstanker og selvmordsforsøk, hvordan dette kan hjelpe andre som sliter med det samme videre i livet.

Forskning viser at retningslinjene på sosiale medier må bli strengere og at de sosiale mediene må granske innhold og ikke akseptere ”sensitivt innhold”, som gir alle tilgang. Det er mange som ikke tåler det. For å forhindre selvmordsfare på sosiale medier blant ungdom så tyder det på at strengere retningslinjer, høyere aldersgrense på sosiale medier, null toleranse for smarttelefoner for gitte aldersgrenser, samt tydelig og god oppfølging fra foreldre, omsorgspersoner kan være en vei å gå for å få en tryggere digital verden.

Problemstillingen har gitt meg en indre motivasjon til å finne svar. Dette er et viktig og samfunnsrelatert tema, som dessverre skulle blitt mye mer diskutert og fremhevet i dagens samfunn. Det burde vært mer informasjon både for foreldre, ungdommene og andre som ikke er klar over hva som finnes der ute i den digitale verdenen.

Arbeidet med oppgaven har vært utfordrende, det er et tema som står meg nært og jeg har tatt med egne erfaringer fra min brors bortgang, tanker og sorgen innad i familien. Åpenheten i min familie har gitt meg trygghet og hjulpet meg videre på mine tyngre dager. Jeg tror vi kan komme langt ved å fremheve temaet om selvmord ved å snakke mer om det, og at vi kan vise de sårbare i samfunnet at det er hjelp å få. Ved å skrive oppgaven har jeg fått fordypet meg i et nært og viktig tema som omhandler ungdom og selvmord hvor teorien til Durkheim og Bauman har blitt belyst og gjenkjent i flere tilfeller i dagens samfunn.

Hvis det skulle komme en ny anledning ville jeg gått dypere inn i de ulike nettsamfunnene som finnes. Gjerne å sammenligne de ulike samfunnene og intervjuet brukere. Jeg ville sett det som utfordrende og spennende å få innblikk i dagens digitale nettsamfunn som ”promoterer” selvskadende innhold og selvmord. Dette for å få en større forståelse av den påvirkning det har blant ungdommen, men også å være vitne til og se hvilken type innhold ungdommer frivillig og ufrivillig kan bli utsatt for.

Å belyse hvor farlig og hvor stor påvirkning sosiale medier kan ha mener jeg er viktig å formidle videre til dagens brukere. Vet de hva slags innvirkning innholdet de sprer kan ha på andre og hvilke konsekvenser det kan ha, samt hvordan de som ser innholdet kan søke hjelp eller rapportere liknende innhold? Sosiale medier er kommet for å bli, men vi kan være med å bidra til hvordan vi forholder oss til det og hvilken oppførsel og atferd som er normaliserende akseptert i den digitale verden. Vi utsettes for påvirkning hver eneste dag, men ingen skal gå tapt av den grunn.

8.1 ETTERORD

Jeg vil takke min mor for hjelp og støtte, samt min mann for tålmodigheten ved frustrasjon og sene kvelder. Jeg ønsker også å takke veilederen min for tips og råd underveis i skriveprosessen.

9.0 LITTERATURLISTE

Boktips.no (2020, 29. Oktober). En ode av Trygve Skaug i anledning Ari Behns bisettelse.

Hentet fra:

<https://www.boktips.no/dikt/dikt-til-begravelse/en-ode-av-trygve-skaug-i-forbindelse-med-ari-behns-bisettelse/>

Folkehelseinstituttet. (2020, 30 mai). Selvmord i Norge. Hentet fra:

<https://www.fhi.no/nettpub/hin/psykisk-helse/selvord-i-norge/>

Friberg, F. (Red.). (2018). *Dags för uppsats*. Lund: Studentlitteratur AB

G. Ritzer & J. Stepnisky (2018). *Classical sociological theory (utg. 7)*. Los Angeles: SAGE Publications, inc.

Helsebiblioteket.no (2018, 17 oktober). Metode og minstekrav for utarbeidelse av kunnskapsbaserte fagprosedyrer. Hentet fra:

<https://www.helsebiblioteket.no/fagprosedyrer/lage-og-oppdatere-fagprosedyrer/metode>

Norgehelsa, folkehelseinstituttet.

http://www.norgesghelsa.no/norgesghelsa/index.jsp?headers=AAR&AARslice=2014_2018&stubs=KJONN&stubs=ALDER&measure=common&virtualslice=Adjusted_value&GEOslice=0&ALDERslice=0_14&layers=virtual&layers=GEO&GEOsubset=0%2C03+-+54&study=http%3A%2F%2F10.1.5.31%3A80%2Fobj%2FfStudy%2FSelvord-DAAR-LHF-MA52020&ALDERsubset=75_120%2C45_74%2C0_14+-+25_44&mode=cube&KJONNsubset=1+-+2&virtualsubset=Adjusted_value&v=2&KJONNslice=1&GEO=0&AARsubset=2014_2018&submode=table&measuretype=4&cube=http%3A%2F%2F10.1.5.31%3A80%2Fobj%2Fcube%2FSelvord-DAAR-LHF-MA52020_C1&top=yes

J. F., Haugseth. (2013). *Sosiale medier i samfunnet*. Oslo: Universitetsforlaget.

Lorentsen, A. (2018, 15 august). Skjermbruk blant unge fortsetter å øke. Hentet fra: <https://forskning.no/barn-og-ungdom-internett-ntb/skjermbruk-blant-unge-fortsetter-a-oke/1219629>

Nasjonalt senter for selvmordsforskning. og forebygging (2020, 14 februar). Fakta om selvmord. Hentet fra: https://www.med.uio.no/klinmed/forskning/sentre/nssf/kunnskapsressurser/statistikk-selvmod/statistikk-2019/nssf_fakta-om-selvmod-2018_web.pdf

Nilsen, L. (2007, mars). *Selvmod* (Bacheloroppgave). Høgskulen i Sogn og Fjordane, Sogn og Fjordane.

Norsk helseinformatikk. (2019, 28. mai). Selvmord og selvmordsforsøk. Hentet fra: <https://nhi.no/sykdommer/psykisk-helse/selvmod/selvmod/>

Norsk redaktørforening. (2019, 6 juni). Dette sier forskningen. Hentet fra: <https://www.nored.no/NR-dokumentasjon/Rapporter-og-veiledere/Slik-omtaler-du-selvmod/Dette-sier-forskningen>

O. Dalland (2010). *Metode og oppgaveskriving for studenter (utg.4)*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.

O.K. Årdal. (2018, 28 april). Werther-effekten. Hentet fra: <https://www.nrk.no/kultur/xl/werther-effekten-1.14003609>

Oslomet (2001). Zygmunt Bauman - Liquid Modernity – at Oslo University College 2001. (Videoklipp). Hentet fra: <https://film.oslomet.no/zygmunt-bauman-liquid-modernity>

Tjora, A. (2019, 10 april). Sosiologi. Hentet fra: <https://snl.no/sosiologi>

Tjora, A. (2020, 14 oktober). Zygmunt Bauman. Hentet fra: https://snl.no/Zygmunt_Bauman

U. R, Malt, N., N. Retterstøl og A. A, Dahl. (2006). *Lærebok i psykiatri (2.utg.)*. Oslo: Gyldendahl Norsk Forlag AS.

Uio.no (2020,26 februar). Tips til enkle og avanserte søk. Hentet fra:

<https://www.ub.uio.no/bruk/sok-i-hele-biblioteket/oria-hjelp/tips-til-enkle-og-avanserte-sok.html>

O.K. Årdal. (2018, 28 april). Werther-effekten. Hentet fra:

<https://www.nrk.no/kultur/xl/werther-effekten-1.14003609>

VEDLEGG:

Oversikt over analyserte artikler:

Vedlegg 1:

Tittel	The Importance of Social Media Content for Teen's Risks for Self-harm
Tidsskrift/årstall	Journal of Adolescent Health, 1980
Forfatter(e)	George, M.
Perspektiv	Selvskadende innhold
Problem	Lite forskning på hvilken påvirkningskraft det selvskadende innholdet kan ha
Hensikt	Hensikten med artikkelen er å belyse at det er det selvskadende innholdet som kan føre til selvmord, ikke selve de sosiale mediene
Metode	Datainnsamling basert på Sumner et al. sin forskning om spredning av selvskadende innhold på sosiale medier
Resultat	Resultatet i artikkelen kommer frem til at det er ikke de sosiale mediene som kan forårsake selvmord og depresjon men eller hvilket type innhold som blir delt og som kan knyttes til en økt risiko

Vedlegg 2:

Tittel	Smartphones are bad for some teens, not all
Tidsskrift/årstall	Springer Nature Group, Macmillan, 1843
Forfatter(e)	Odgers, C.
Perspektiv	Ensomhet og depresjon
Problem	Ulike undersøkelser basert på skjermtid blant ungdom, men ikke spesifikt på hva som øker selvmordsratene pga. økt skjermtid
Hensikt	Hensikten med artikkelen er å belyse at det er flere ungdommer som bruker mye skjermtid men som klarer seg helt fint i den digitale verden. I stedet for å være redd for å komme over skadelig innhold må foreldre trygge ungdom på nett, slik at de vet at det finnes skadelig innhold som dem ikke bør oppsøke eller komme over.
Metode	Datainnsamling fra ulike tidligere undersøkelser
Resultat	Resultatet i artikkelen er at de fleste ungdommer i alderen 14-19 år har det bra i den digitale verden, og at de sårbare som ikke har det bra må bli tatt vare på og hvordan vi som samfunn må motstå det selvskadende innholdet som blir publisert.

Vedlegg 3:

Tittel	Secret Society 123: Understanding the Language of Self-Harm on Instagram
Tidsskrift/årstall	Journal of Adolescent Health, 1980
Forfatter(e)	Moreno, M. A., Ton, A., Selkie, E. & Evans, Y.
Perspektiv	Nettsamfunn og hashtags
Problem	Et stort problem at mange ungdommer har to instagram brukere, en privat bruker og en ”hemmelig” bruker som tilhører et skadelig nettsamfunn
Hensikt	Hensikten med artikkelen er å få en forståelse og det å evaluere betydningen og populariteten innad i disse nettsamfunnene som finnes.
Metode	Søk etter hashtagger som er tagget med ”selfharmmm”
Resultat	Resultatene viser at disse nettsamfunnene er populære. Det viser seg også at innholdet som er tagget med ulike hashtags kan nå ut til alle andre som benytter seg av Instagram tjenesten og ikke bare dem som er innad i nettsamfunnet.

Vedlegg 4:

Tittel	Suicide and self-harm content on instagram: a systematic scoping review	
Tidsskrift/årstall	Plos One,2006	
Forfatter(e)	Picardo, J., McKenzie, S.K., Collings, S. & Jenkin, G.	
Perspektiv	Selvskadende innhold og smitteeffekter	
Problem	Vanskelig å finne ut om de personene som deler selvskadende innhold på sosiale medier, faktisk driver med selvskadende oppførsel offline også.	
Hensikt	Hensikten er å finne ut hvilken effekt selvskadende innhold kan ha, positivt og negativt og hvor stor andel som deler selvskadende innhold og som har en selvmords intensjon.	
Metode	Datainnsamling fra tidligere studier	
Resultat	Resultatet i artikkelen var at det ble funnet mange innlegg som var tagget med selvskadende innhold men som faktisk ikke inneholdt det. Det var rundt 9 til 66% av de undersøkte innleggene som faktisk inneholdt selvskadende innhold og hvorav 19% av dem hvor det var selvmords intensjon til stede.	

Vedlegg 5:

Tittel	Young People's Reasons for Feeling Suicidal: An Analysis of Posts to a Social Media Suicide Prevention Forum	
Tidsskrift/årstall	Hogrefe Publishing, 1970	
Forfatter(e)	Ali, A. & Gibson, K.	
Perspektiv	Påvirkning, ensomhet	
Problem	Et problem er å stole på data innhentet fra internett. Mangler evne til å kunne etablere en deltakerdemografi.	
Hensikt	Finne ut årsakene til hvorfor ungdom legger ut om selvmordstanker og selvmordsforsøk på sosiale medier.	
Metode	Filetering av innlegg som ble publisert på sosiale medier i løpet av 2 måneder for å videre identifisere dem og kunne relatere dem til selvmord.	
Resultat	Det ble analysert seks ulike grunner for at ungdom begår selvmord med sosiale medier som påvirkningskraft: ensomhet og lite sosialt koblet, identitetsstigma, ikke lever opp til forventinger, hjelpeløs, verdiløs og opplevelser av dårlig psykisk helse.	