



UNGDOMAR OCH SOCIALA MEDIER

DÅ OCH NU

Gunilla Peterson
Fördjupningsarbete i B-tränarkurs 2018/19

2019-01-20

INNEHÅLL

INLEDNING.....	3
Syfte.....	3
Frågeställning.....	3
MEDIA FÖRR.....	4
MEDIA NU.....	4
INTERVJUER.....	5
MIN REFLEKTION.....	7

INLEDNING

”Sociala medier gör hjärnan ledsen”.

Det påstår i alla fall forskaren Sissela Nutley och jag ska här försöka belysa det.

Det finns till och med forskning på att sociala medier idag kan leda till depression bland ungdomar. Förr när man interagerade och pratade direkt mer med varandra var vi gladare enligt Sissela Nutley.¹

Syfte

Väcka tankar kring hur ungdomar påverkas av sociala medier idag.

Frågeställning

Är det verkligen sunt att använda sociala medier på det sätt som ungdomar gör idag?

MEDIA FÖRR

1632 - När Gustav II Adolf dog tog det 6 v att nå Stockholm med det budet, troligtvis till häst. ^{3,4}

1636 - Det första regelbundna kommunikationsmedlet som kunde föras från ort till ort var brevet. ^{3,4}

1877 – Graham Bell tar patentet på telefonen som egentligen italienaren Antonio Meucci uppfunnit. Det sattes upp en tillfällig telefon ledning i Sverige och efter det exploderar utveckling av telefonen. ^{3,4}

1885 – I Sverige blir telefonen snabbt väldigt populär och Stockholm hade flest telefoner i Europa vid den här tiden. ^{3,4}

1971 - År 1971 skickas det första elektroniska meddelandet i USA och 1983 gjordes det första gången i Sverige. Nästa kommunikationsinnovation som kom till Sverige 1980 var Telefaxen. ^{3,4}

1981 – Mobiltelfonen lanseras men går enbart att prata i. ⁷

1990-tal – Mobiltelefonen utvecklas till att kunna hantera icke-taltjänsetr såsom Internet. ⁷

Telefonen har sedan stegvis utvecklats till ett multiverktyg för olika media plattformar.

MEDIA NU

Facebook har dominerat och är mest använt av flertalet sociala media, med undantag av internetanvändare under 16 år. Även YouTube är en mycket populär media plattform för många. ⁶

Forskningen visar att sociala medier kan leda till depression. Ungdomar tillbringar 6-9 timmar per dag på olika sociala mediaplattformar. Efter bara några timmar ökar risken för depression och redan efter fem timmar också självmordsfrekvensen. ¹

Sociala medier har gett ungdomar möjlighet att bli bekräftade av omvärlden, alltså främmande människor som man inte har någon relation till. Förr bedömdes man med mjuka signaler av social interaktion. Text att någon tittar på en när man kommer in i ett rum eller att någon ler mot dig. Sådana signaler ger ett välbefinnande i kroppen, det är ju svårt att låta bli att le tillbaka. ¹

Nu räknas istället "likes" och "hjärtan" vilket i sin tur gör att människan bedöms efter en mall istället för dess sociala förmåga. ¹

I och med "likes" och "hjärtan" mäts självbilden i siffror och den biologiska förmågan, att läsa det sociala språket, försvagas.¹

Människor börjar jaga bekräftelse långt från den egna sociala kretsen. Förr brydde man sig inte så mycket om vad människor långt från den sociala kretsen tyckte, man sökte istället bekräftelse från familj och vänner som betydde något för en.¹

Fördelarna är istället att du lätt kan skapa kontakter över hela jorden kring t ex ett gemensamt intresse.¹

Åsa Björk vid Umeå Universitet har intervjuat ungdomar mellan 13-15 år.

Bl a framkom att ungdomar inte alltid uppfattar mobbning som negativt utan ser sig själva som skådespelare i en föreställning med publik. Gränsen suddas ut mellan sociala medier och verkligheten.²

INTERVJUER

Jag har ställt frågor till två utvalda ungdomar, en kvinna (P1) och en man (P2), som delvis försörjer sig på sociala medier såsom instagram och blogg. De är även kända tävlingsryttare.

Fråga 1

Hur ser du på sociala medier?

Svar P1:

Ser positivt på sociala medier och anser att hon har en sund inställning till det. Det är häftigt och inspirerande att kunna följa sina förebilder på nära håll på tävling och hemmaplan trots stora avstånd.

Svar P2:

För honom är det en stor inkomstkälla och han har ungefär samma inställning som P1.

Fråga 2

Hur många följare har du på din blogg/instagram?

Svar P1:

Ca 45.000-65.000 läsare/vecka (ca 8.000/dag).

Svar P2:

Ca 150.000/dag och det inbringar ca 1 miljon i inkomst/år, han livestreamar också, vilket betyder att man filmar och sänder i realtid t ex via Youtube.

Fråga 3

Hur många timmar spenderar du på sociala medier?

Svar P1:

Ca 2h/dag men lägger ingen tid på redigering av bilder eftersom det är tidskrävande. Jag driver då mina sociala kanaler och följer andra.

Svar P2:

Han lägger ca 1 timme på Instagram men poängterar att prata i telefon är en annan typ av socialt media som han lägger mycket tid på.

Fråga 4

Har du råkat ut för nätmobbing?

Svar P1:

Hon svarar att det är vanligare på bloggen där läsarna kan vara anonyma. "Klimatet" där är mycket hårdare än på Instagram där man inte kan vara anonym. Hon försöker svara vänligt men säger ifrån när det går för långt med påhopp.

Svar P2:

Han har också utsatts för nätmobbing och jag fick uppfattningen att det för honom var något som man fick räkna med.

Fråga 5

Hur kan vi som vuxna förhindra näthat?

Svar P1:

Vara delaktiga, se vad ungdomar gör på nätet och prata öppet om att det gör ont att få elaka kommentarer på nätet precis som i verkligheten.

Svar P2:

Eftersom det här inte är någon "fluga" är det viktigt att försöka förstå och gå ner på ungdomars nivå för att påverka i positiv riktning. Skaffa ett Instagram själv för att kunna följa olika diskussioner och s k trådar.

Fråga 6

Vad anser du är viktiga egenskaper för att vara en förebild inom sociala medier och som känd ryttare.

Svar P1:

Våga visa verkligheten. Det är tufft att driva företag inom hästbranschen. Många hästar blir skadade och man lägger ner många fler timmar än en vanlig heltidstjänst.

Svar P2:

Vara ärlig och äkta. Det är viktigt att vara noga med vad man lägger ut på sina sociala medier.

Fråga 7:

Känner du någon press/stress över att få antal likes/hjärtan?

Svar P1:

Det har nu gått över men i början brydde jag mig mer om det.

Svar P2:

Klart jag har, säger han. Det är ju en viktig sak att kunna visa för mina sponsorer t ex.

Fråga 8:

Det första och sista på dagen många gör, är att titta på sina sociala media via telefonen, gör du också det? Vad tittar du på i så fall?

Svar P1:

Hon kollar igenom sina mail och sitt Instagramkonto.

Svar P2:

Han kollar igenom sitt Instagramkonto.

MIN REFLEKTION

Det som var revolutionerande för ca 130 år sen, att prata i telefon med varandra, har mer och mer ersatts av andra kommunikationssätt som SMS, chatt, Twitter, Instagram, Blogg, Facebook, SnapChatt, E-post och liknade.

På grund av den här studien har min uppfattning delvis ändrats om sociala medier. Det mesta fakta jag har hittat är övervägande negativt, trots att jag verkligen försökt hitta det positiva.

Hälsoaspekten på hur ungdomar använder sociala media är anmärkningsvärd med tanke på att det till och med kan och leder till depression och självmord.

Jag tycker även att det är väldigt skrämmande att det påverkar den sociala interaktionen i verkligheten. På de sociala medierna verkar man tappa verklighetsuppfattningen och gränserna suddas ut. Jag tycker att det verkar som att ungdomar/barn redan i låg ålder tappar verklighetsuppfattningen och lever genom sin telefon.

Som exempel på ett sunt beteende som barn/ungdom vill jag berätta om en händelse från mitt eget liv. När min dotter var i åttaårsåldern fick hon sin första ponny. Men i den åldern är ju leken, i verkligheten och med andra barn, fortfarande mycket viktig och fantasin är väldigt livlig. Hon hade även en trähäst som hon och hennes kompisar hade byggt ett stall åt på tomten, där de hade sina trähästar. De levde ut sin fantasi som att det var på riktigt med ridbana, hopptävlingar och de var väldigt noga med skötseln och fodringarna av trähästarna.

De hade rullande schema på fodringsspassen sinsemellan och skötte detta exemplariskt och tog det på största allvar. Poängen är att hon ju även hade en 'levande' ponny i stallet hemma på gården som hon också sköter om. Men jag är övertygad om att det viktiga var just kompisarna och den sociala interaktionen mellan dem i leken som gjorde trähästen nästan viktigare än den levade ponnyn.

Mobilen och social media har ersatt mycket av leken för många barn och ungdomar som jag inte tror är bra för att klara att samarbeta och umgås med andra i det verkliga livet utan media plattform.

Källförteckning

1. Sissela Nutley, svenska.yle.if, 12/3 2018
2. Åsa Björck Umeå Universitet, forskning.se, 12/12 2017
3. Urskola.se
4. So.rumet.se
5. iis.se, 2016-10-13
6. statista.com
7. docplayer.se