

Sindre Brenna

Sosiale medier og identitetsutvikling

Social media and identity development

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid

Mai 2023



Sindre Brenna

Sosiale medier og identitetsutvikling

Social media and identity development

Bacheloroppgave i Sosialt arbeid
Mai 2023

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap
Institutt for sosialt arbeid



Kunnskap for en bedre verden

Sammendrag

Over de siste tiårene som har gått så har det skjedd store endringer i måten vi som mennesker interagerer med hverandre. Mye av dagens samliv skjer over digitale plattformer, noe som har gitt oss muligheten til å kommunisere med andre mennesker mye fortere og fra lengre avstander. De har også gitt oss større tilgjengelighet for å dele med store mengder mennesker om hva vi driver med, hva vi tenker og hva vi ønsker. Men hva gjør denne store økningen av tilgjengelighet med oss, hvordan blir vi påvirket av å kunne se hva alle andre driver med og samtidig få tilbakemeldinger på alle våre egne daglige aktiviteter fra store mengder mennesker. Også ungdommer, som går igjennom en identitetsutvikling hvor de skal løsrive seg fra sine foreldre og utforske en stor og spennende verden, hvordan påvirker denne samhandlingsendringen dem?

Hensikten med denne oppgaven er å belyse hvordan daglig bruk av sosiale medier påvirker oss som mennesker, og problemstillingen er «*hvordan påvirker sosiale medier ungdommers identitetsutvikling?*». For å kunne belyse dette har jeg i denne teoretiske oppgaven benyttet systematiske litteratursøk og supplerende søk for å finne teori og litteratur som tar opp temaer relevant til problemstillingen. Jeg vil i denne oppgaven bruke teori som Eriksons psykodynamiske teori, sosial identitetsteori, litteratur om sosiale medier og studier som har vært i kontakt med ungdommer for å undersøke hvordan de selv opplever at bruken av sosiale medier påvirker dem.

Abstract

Over the last few decades, there have been major changes in the way we as humans interact with each other. Much of today's social life takes place over digital platforms, which has given us the opportunity to communicate with other people much faster and from longer distances. They have also given us greater accessibility to share with large numbers of people what we do, what we think and what we want. But what does this great increase in accessibility do to us, how are we affected by being able to see what everyone else is doing and at the same time get feedback on all our own daily activities from large numbers of people. Also, young people in their adolescence who are going through an identity development where they will break away from their parents and explore a large and exciting world, how does this change in interaction affect them?

The purpose of this thesis is to shed light on how daily use of social media affects us as people, and the issue for this thesis is; "*how does social media affect young people's identity development?*". To elucidate this, in this theoretical thesis I have used systematic literature searches and supplementary searches to find theory and literature that address themes relevant to the issue. In this thesis, I will use theory such as Erikson's psychodynamic theory, social identity theory, literature on social media and studies that have been in contact with young people to investigate how they themselves experience that the use of social media affects them.

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	2
Abstract	3
1. Innledning	5
1.1 Bakgrunnen for valgt tema	5
1.2 Relevans for sosialt arbeid	6
1.3 Presentasjon av problemstilling	7
1.4 Avgrensning av oppgaven	8
1.5 Begrepsavklaring	8
1.5.1 Identitet	8
1.6 Videre oppbygning av oppgaven	9
2. Metode	10
2.1 Litteraturstudie som metode	10
2.2 Søkeprosessen	11
2.3 Kildekritikk og forskningens relevans til oppgaven	11
3. Teori	12
3.1 Erik Eriksons psykodynamiske teori	12
3.2 Sosial identitetsteori	13
4. Litteratur	14
4.1 Sosiale medier	14
4.2 Ensomhet og identitet på sosiale medier	15
4.3 Sosiale medier og mental helse blant ungdommer i Sverige – Et 2 års studie	17
5. Diskusjon	18
5.1 Sosiale medier som krise eller mulighet	18
5.2 Sosiale medier & sosial identitet	20
5.3 Sosiale medier og ensomhet, en faktor eller indikator?	23
6. Avslutning	26
Referanseliste	27

1. Innledning

1.1 Bakgrunnen for valgt tema

Over de siste tiårene så har det skjedd mye innenfor den teknologiske utviklingen og mye av dagens sosiale samliv er knyttet opp mot bruk av digitale plattformer (Skardhamar & Klemsdal, 2019, s. 169-172). Hvor en før gjerne kommuniserte med andre gjennom å sende brev til personer som er et godt stykke unna, så kan vi i dag ringe, sende tekstmeldinger & E-mail. Videre har vi også fått tilgang til diverse digitale plattformer, og en del av disse plattformene går under betegnelsen sosiale medier, som Facebook, TikTok, Snapchat, og mange flere. Disse lar oss kommunisere med hvem som helst, hvor som helst, på sekundet, når vi har behov for det. Disse plattformene lar oss også dele bilder og videoer, og kan bli liggende tilgjengelig for den man ønsker, så lenge man ønsker. En undersøkelse viser at hele 82% av den norske befolkningen bruker den digitale plattformen Facebook, og undersøkelsen viser kun de personene som er over 18år (Warembourg, 2023). Denne teknologiske utviklingen har blitt så dagligdags at kanskje ikke alle tenker så mye over det, men med tanke på den store utviklingen av digitale verktøy så har det for mange gått opp for dem at vi er inne i en ny teknologisk revolusjonsfase (Skardhamar & Klemsdal, 2019, s. 169-172). Revolusjon dreier seg om en endringsprosess som skjer i løpet av en kort tidsperiode, gjerne politiske, sosiale og økonomiske omveltninger (Berg, 2022). Som en person som selv bruker en del av de nye teknologiske verktøyene og sosiale plattformene, så opplever jeg dette som en spennende periode, men revolusjoner kommer ikke uten utfordringer og det er behov for å undersøke hvilke effekter denne teknologiske revolusjonen har.

Tidlig i 2023 publiserte NRK (Norsk Rikskringkasting AS) en artikkel som belyser bekymringen rundt deling av hverdagen som skjer ved psykiatriske avdelinger på sosiale medier (Tønset, 2023). Artikkelen presenterer ei ung jente på 14 år som gjennom sin tid på psykiatrisk avdeling ble tipset om brukere på sosiale medier, hvor en kunne dele hendelser fra dagene på avdelingen. Hun hadde selv fått en ny telefon fra sine foreldre og kunne lett komme seg inn på disse brukerkontoene. Artikkelen belyser hvordan flere ungdommer, fra både psykiatrien, barnevernsinstitusjoner og avrusningsinstitusjoner deler sine hverdager ved bruken av sosiale medier. På disse brukerkontoene på de digitale plattformene deles det videoer og bilder av pasientrom dekket av blod, pasienter som bedriver selvskading, noen deler sine siste tanker før de skal ta sitt eget liv og flere følelsesladde episoder. Videre i artikkelen så har de spurt ledere

ved flere psykiatriske døgnavdelinger i Norge hva de tenker om mobilbruken blant pasientene, og resultatene viser at overtallet tenker det kan være både positivt og negativt. En liten del av lederne påstod også at pasientene kunne bli sykere ved å eksponere seg på sosiale medier. Jenta som ble presentert i starten av artikkelen påstod også at delingen hun utførte på sosiale medier gjorde henne dårligere (Tønset, 2023). Denne artikkelen kom rett etter at jeg selv hadde hatt et semester med praksis ved en psykiatrisk avdeling hvor jeg gjorde en del miljøterapeutisk arbeid. Underveis i praksisperioden kunne jeg observere en varierende grad av følelsesmessige svingninger knyttet til bruken av mobiltelefonen og sosiale medier blant pasientene. Dette har vekket en interesse og nysgjerrighet hos meg om hvordan bruken av sosiale medier påvirker oss.

1.2 Relevans for sosialt arbeid

Som sosialarbeider så er det forståelsen og arbeidet av sosiale problemer som er profesjonens gjenstandsområde, og hva som forstås og gir status som et sosialt problem er en kontinuerlig og dynamisk prosess (Hutchinson & Oltedal, 2017, s. 16). Sosiale problemer fremkommer av forholdet mellom individet og samfunnet, så selv om et individ opplever livsutfordringer så trengs det ikke nødvendigvis å betegnes som individuelle problemer, men derimot så kan det være samfunnsmessige årsaker som skaper problemer for individet. Dette kan dreie seg om samfunnsmessige forhold som skaper ekskludering og utstøtning av individer. Så for eksempel et samfunn som har gått over til å gi informasjon og oppdatere samfunnet ved bruke av digitale plattformer så vil individer som ikke har kunnskap eller tilgang til ressurser som kan hjelpe dem å bruke disse digitale plattformene havne utenfor det sosiale fellesskapet. Som sosialarbeider så er det altså behov for å kunne forstå hvordan samfunn og individ interagerer, og det å forstå disse sammenhengene har stor betydning for utøvelsen av sosialt arbeid (Ellingsen et al., 2015, s. 25). Hva som er eller har vært et innenfor kategorien et sosialt problem er avhengig av det politiske klimaet og den eksisterende samfunnsmessige konteksten (Hutchinson & Oltedal, 2017, s. 16). I en artikkel skrevet av A. Taylor (2017) skriver hun så fint at; «*The inevitability of technological innovation impacting further upon the practice domain should prompt social work to pause, and to consider its responses to digital developments thus far*» (Taylor, 2017, s. 869-879). Vi som sosialarbeidere må altså ta høyde for at en endring skjer og måten samfunnet interagerer med hverandre har endret seg betraktelig de siste tiårene. Videre så har sosiale problemer en sosial

opprinnelse som gjelder flere, og det er både individuelle og samfunnsmessige forhold som virker inn. Hva som kan forstås som sosiale problemer er avhengig av den historiske og kulturelle konteksten, og må forstås ut ifra den sammenhengen de opptrer i (Ellingsen et al., 2015, s. 49). En teknologisk revolusjon har skapt en ny kultur for hvordan vi som et samfunn interagerer med hverandre og med det skaper nye utfordringer. En definisjon av sosiale problemer lyder slik; «*Sosiale problemer er en påsatt situasjon som bryter med en betydelig gruppe personers verdier og hvor det er enighet om at handling er nødvendig for å endre situasjonen*» (Ellingsen et al., 2015, s. 49). Dette er en definisjon som består av flere komponenter hvor noen dreier seg om at problemet har fått oppmerksomhet fra medier, gjerne i form av politikere eller profesjonsgrupper som uttaler seg om saken, og trenger ikke basere seg på majoritetens syn. Også historisk sett har det sosiale arbeidet vært opptatt av å starte på brukerens nivå, slik at vi kan inkludere deres psykologiske opplevelse av den situasjonen og kontekst som personen befinner seg i (Ellingsen et al., 2015, s. 52).

Basert på teorien presentert så ønsker jeg å undersøke den aktuelle konteksten vi som et samfunn befinner oss i og hvordan vi interagerer med hverandre. Med nye digitale plattformer og nye muligheter for å oppnå kontakt med omverden så er det behov for å kunne skape en bedre forståelse for hvordan dette påvirker oss. Ut ifra bekymringen som ble presentert i media, fra både lederne og tidligere brukere av helsetjenesten, så mener jeg at saken er relevant for det sosiale arbeidet og jeg ønsker derfor å se nærmere på teori som kan belyse mer for hvordan vi blir påvirket av denne digitale revolusjonen og bruken av sosiale medier.

1.3 Presentasjon av problemstilling

På bakgrunn av presentert teori og bekymring reist av tidligere pasient og profesjonsutøvere har jeg valgt å undersøke problemstillingen;

Hvordan påvirker sosiale medier ungdommers identitetsutvikling?

Jeg ønsker altså å undersøke nærmere relevant teori og forskning som kan belyse hvordan ungdommer blir påvirket av sosiale medier, og om dette kan ha enten en negativ eller positiv påvirkning for deres identitetsutvikling.

1.4 Avgrensning av oppgaven

Hvordan mennesker blir påvirket av sosiale medier er i seg selv et stort område å dekke, og på grunn av oppgavetekstens ordgrense skal jeg fokusere på en spesifikk aldersgruppe. I artikkelen publisert av NRK så er det først og fremst en ungdom som tar opp bekymringen angående hennes deling på sosiale medier og at det hadde en negativ effekt for henne (Tønset, 2023).

Opgaven fokuserer på ungdommers bruk av sosiale medier, og slik Tetzchner, (2020, s. 021) skriver, defineres ungdomsperioden som; «*overgangsperioden mellom barnealderen og voksenalderen, 12-18år*». Ungdommene skal gjennom en identitetsdannelse hvor de skal velge mellom ulike verdier og holdninger for å kunne utvikle seg til en selvstendig voksen i samfunnet (Tetzchner, 2020, s. 697). Ungdommene går igjennom en stor utvikling som skal danne deres selvbilde og identitet i samfunnet.

1.5 Begrepsavklaring

1.5.1 Identitet

Identitet dreier seg om en opplevelse av å inngå inn i en større sosial sammenheng og identiteten integrerer selvet og samfunnet. I ungdomsalderen øker forståelsen av hvordan samfunnet fungerer og de går igjennom en identitetsdannelse. Igjennom en identitetsdannelse skal individet utforske og velge mellom ulike verdier og holdninger for å finne sin plass som en selvstendig voksen i samfunnet. Dette dreier seg om hvilke roller og posisjoner individet ønsker å ha og hvilke grupper ungdommene ønsker å finne tilhørighet til. Dette omfatter forhold som seksuell legning, yrke, livssyn, etnisk og språklig grupper og kjønn (Tetzchner, 2020, s. 682). Dette er en periode preget av nye former for relasjoner og deltakelse i nye sosiale settinger. Ungdommene vil få utfordringer knyttet til usikkerhet og stress i møtet med de endrende kravene til nye roller i sosiale relasjoner (Tetzchner, 2020, s. 697). Identitetsutvikling dreier seg altså om å finne sin plass i samfunnet, og velge hva som er viktige verdier for ungdommene å etterleve. De ønsker å skape et bedre bilde over hvem de er og hvor de hører til. Gjennom denne utviklingen som skjer i ungdomsalderen vil de få et bedre bilde over deres egen identitet og er en prosess som vil gjøre en ungdom om til voksen.

1.6 Videre oppbygning av oppgaven

Oppgaven består av totalt 6 kapitler. Innledning, metode, teori, litteratur, drøfting og avslutning. I kapittel 2 om metode skal jeg presentere hvilken metode som er brukt underveis i oppgavetekstens arbeidsprosess, samtidig vise til hvordan jeg har funnet frem til relevante rapporter, artikler og litteratur. I kapittel 3 om teori presenteres Burkes identitetsteori og Eriksons psykodynamiske teori som vil gjøre seg aktuell til videre drøfting. Videre i kapittel 4 skal jeg presentere relevant litteratur som tar opp hva sosiale medier er, og forskning som har undersøkt hvordan sosiale medier påvirker ungdommer. I kapittel 5 skal jeg besvare problemstillingen ved å drøfte det opp mot teori og litteratur som ble presentert i kapittel 3 og 4. Jeg vil avslutningsvis komme frem til en konklusjon som vil kunne besvare den aktuelle problemstillingen.

2. Metode

Metode er redskapet vi bruker når det er noe vi ønsker å undersøke og hjelper oss til å samle inn data, altså informasjonen som trengs til undersøkelsen som skal gjøres (Dalland, 2021, s. 54). I sosialt arbeid bruker man samfunnsvitenskapelige metoder ettersom sosialt arbeid er et samfunnsvitenskapelig felt. De samfunnsvitenskapelige metodene dreier seg om hvordan en kan få informasjon og analysere den sosiale virkeligheten, og hva disse forteller om samfunnet en undersøker (Johannessen et al., 2016, s. 25). Oppgaven er en litterær oppgave hvor en gjennom systematiske og supplerende litteratursøk henter informasjon fra eksisterende fagkunnskap, forskning og teori for å kunne besvare den aktuelle problemstillingen (Dalland, 2021, s. 199). Ved å gjøre meg kjent med relevant forskning og teori vil jeg kunne komme frem til en konklusjon om hvordan ungdommers bruk av sosiale medier påvirker deres identitetsutvikling.

Kildene jeg har valgt å bruke til å besvare den aktuelle problemstillingen har jeg kommet frem til gjennom innledende søk underveis i arbeidet med å utforme en problemstilling, og videre gjennom systematiske litteratursøk for å finne relevant teori og forskning til temaet. Jeg har også sett igjennom pensumet fra bachelor i sosialt arbeid og funnet frem til relevant tematikk som gjør seg aktuell til problemstillingen. Underveis i oppgaveskrivingen har jeg også gjort supplerende søk for å kunne gi en bredere forståelse over teori og litteratur som blir presentert i oppgaven.

2.1 Litteraturstudie som metode

Som nevnt tidligere dreier litteraturstudie om å gjøre systematiske og supplerende litteratursøk for å finne data som kan besvare det man er ute etter å finne svar på. Litteraturstudier vil kunne gi et bredt spekter av opplevelser og erfaringer fra dem som er berørt av den aktuelle problemstillingen (Dalland, 2021, s. 203). Litteraturstudie kan sees på som en kvalitativ metode ettersom den tar sikte på å fange opp meninger og opplevelser som ikke kan måles eller tallfestes (Dalland, 2021, s. 54). Litteraturstudie som metode vil altså kunne gi et bredt spekter av opplevelser om hvordan ungdommer og personell som jobber med ungdommer opplever at bruken av sosiale medier påvirker deres identitetsutvikling. Jeg kan med andre ord ikke komme frem til et konkret svar, men heller en generalisert opplevelse blant de som deler sine erfaringer fra de kildene som er blitt brukt i denne oppgaven.

2.2 Søkeprosessen

Underveis i søkeprosessen har jeg brukt ulike databaser som folkebiblioteket, Oria og Idunn for å finne relevant litteratur til oppgaven. For å begrense antall mengde litteratur så har jeg valgt å avgrense søkene til fagfelleverderte artikler. Jeg har også brukt mye av studiets pensum for å kunne supplere oppgaven med relevant teori. Underveis i søkeprosessen har jeg søkt på både norsk, svensk og engelsk litteratur. For å finne frem til relevant litteratur i databasene har jeg brukt ulike søkeord både alene og i kombinasjon med hverandre. Dette gjelder søkeord som; «Psykisk helse», «Sosiale medier», «Digitalisering», «Social media», «Identitet», «identitetsutvikling», «Social work and digitalization», «Sosialisering», «Teknologi», «Mental health».

2.3 Kildekritikk og forskningens relevans til oppgaven

Oppgaven dreier seg overordnet om digitalisering og sosiale medier noe som gjør det dagsaktuelt ettersom de er relativt nye temaer. Litteraturen er fagfelleverdert og dreier seg om de dagsaktuelle temaene, noe som fører til at jeg anser de vitenskapelige artiklene som er tatt i bruk som pålitelig ny forskning. Teorien som jeg har valgt ut er teori som har blitt brukt underveis i studieprogrammet og jeg anser de da som aktuelle for oppgaven, samtidig som jeg opplever det faglig interessant å undersøke ny forskning opp imot den valgte faglige teorien. Litteraturen som er brukt varierer fra norsk, svensk og engelsk litteratur, noe som jeg mener er viktig for å kunne få frem ulike nyanser og perspektiv for å kunne besvare den aktuelle problemstillingen. Sosiale medier blir brukt av mennesker i flere land og gjør det enkelt å kommunisere med andre på tvers av landegrenser, derfor ser jeg på det som en fordel å se på litteratur og forskning som er utført i andre land. Ettersom oppgavens problemstilling dreier seg om ungdom, sosiale medier og identitetsutvikling har jeg valgt å forholde meg til litteratur som tematiserer alle tre temaene.

3. Teori

3.1 Erik Eriksons psykodynamiske teori

Erik Erikson var en psykolog som var interessert i barn og ungdommers utvikling, og særlig ungdommens utfordringer. Han er kjent for sin teori om personlighetsutvikling, Eriksons psykososiale stadier, som deler personlighetsutviklingen i 8 stadier. Disse er fordelt til bestemte alderstrinn fra fødsel til død, og hvert trinn inneholder både muligheter og kriser (Brønstad & Hårberg, 2022). I hver av disse fasene vil individet stå ovenfor en problemstilling som har betydning for hvordan vi oppfatter oss selv og vår identitetsutvikling. Han hevdet at vi ville havne i en valgsituasjon og hva vi velger vil avgjøre om vi kommer styrket eller svekket ut av situasjonen og vil være bestemmende for den videre utviklingen av identitet (Cappelen Damm, 2023).

Ungdomsalderen er den femte fasen i Eriksons teori og er en fase hvor ungdommer løsriver seg fra foreldrene. Å identifisere seg med foreldrene er ikke tilstrekkelig for videre utvikling av sin identitet, og de oppsøker andre kilder til kunnskap, inspirasjon og etterlevelse for å skape en voksenidentitet. De er ifølge Erikson i et psykososialt moratorium som er en periode hvor ungdommen ikke har bestemt seg for hvilke sosiale roller eller yrker de ønsker å satse på. Her vil dårlige opplevelser kunne føre til rolleforvirring og usikkerhet om deres egen identitet (Tetzchner, 2020, s. 697). Med positive tilbakemeldinger og ros fra ungdommens omgivelser vil dette kunne føre til en positiv identitetsutvikling, hvor forventninger som stemmer dårlig overens med ungdommens utviklingsnivå og deres eget bilde av dem selv vil dette føre til identitetsproblemer (Brønstad & Hårberg, 2022).

Dette tar oss videre til den neste fasen i Eriksons psykodynamiske teori hvor ungdommen har blitt ung voksen, og problemer i de tidligere fasene vil kunne gjøre det vanskelig for individet å møte de utfordringer som kommer i denne fasen. Hvis man har skapt et trygt forhold til egen identitet så vil man være åpen for å ta imot nærhet og kjærlighet som er avgjørende for å kunne skape nære vennskap og kjærlighetsforhold. Hvis individet derimot er utrygg på sin egen identitet så vil dette kunne føre til at man har problemer med å slippe andre mennesker inn på seg og ende med at personen isolerer seg, og for en del mennesker så kan isolasjon føre til psykiske problemer (Brønstad & Hårberg, 2022).

3.2 Sosial identitetsteori

Mye av sosial identitetsteori dreier seg om relasjoner mellom grupper, altså hvordan personer ser på seg selv som medlem av en gruppe (Inn-gruppen), til sammenligning mot andre (Ut-grupper), og konsekvenser av en slik kategorisering, som for eksempel et etnosentrisk perspektiv (Stets & Burke, 2000, s. 226). Etnosentrisme er en holdning eller et perspektiv hvor en måler andres kultur, samfunn, normer eller verdier ut ifra ens eget samfunns forståelsesrammer. En forherliger ens eget samfunn og bruker den til målestokk for andres samfunn og kultur forskjeller, og ser på dem som mindreverdige eller ufullstendige fra ens eget (Johannessen, 2022). En ser gjerne på sin egen gruppe i positivt enn negativt lys. Ved å ha en spesifikk sosial identitet betyr å være i ett med en gruppe og ser på ting med gruppens perspektiv. Til kontrast ifra dette vil rolleidentitet dreie seg om å leve opp til forventninger til en gitt rolle og koordinere samhandlingen til den gitte rollen. De ulike forventningene og meningene vil variere på tvers av settet av roller som er i den gitte situasjonen. Gjennom dette kommer forskjellen mellom rolle og gruppe identitet, altså gjennom gruppe identiteten deler man perspektiv og handlinger sammen med gruppen, hvor rolleidentitet endrer perspektiv og handlinger på bakgrunn av det som blir gitt av rollen man påtar seg (Stets & Burke, 2000, s. 226).

Sosial identitetsteori hevder at en persons sosiale identitet er dens viten om at en tilhører en viss sosial kategori, altså en sosial gruppe som består av flere individer som identifiserer seg som medlemmer i den samme sosiale kategorien. Teorien deles inn i to komponenter som er viktige for en dannelse av sosial identifisering. Disse er selvkategorisering og sosial sammenligning, og disse kan resultere i forskjellige konsekvenser (Stets & Burke, 2000, s. 225).

Konsekvenser som kan komme av selvkategorisering kan være en fremhevelse av det oppfattede selvet og de andre som tilhører den samme sosiale gruppen, altså et etnosentrisk perspektiv. Videre så kan konsekvenser av en sosial sammenligningsprosess være en selektiv applikasjon av den fremhevede effekten, altså en forsterkning i selvet. Selvtilliten blir forsterket gjennom å evaluere de dimensjoner som gir et positivt utfall på de som tilhører den samme sosiale gruppen, mot dem som ikke tilhører samme gruppe (Stets & Burke, 2000, s. 225).

Vi som mennesker er motivert til å skaffe og opprettholde et positivt selvbylde og i sosial identitetsteori vil en derfor se seg selv og sin egen gruppe i positivt lys, med positive karakteristikk, mer enn negative karakteristikk innenfor en gruppe. Hvis en føler at et positivt

selvbilde ikke kan opprettholdes i den gruppen en hører til så vil en søke andre grupper. Skulle dette derimot ikke la seg gjøre så vil en finne strategier for å skape endring, som for eksempel fornektning av negative gruppekarakteristikker, eller omfortolking til positive selvkonsepter (Hauge, 2007).

Selvkonsepter er utledet fra steder vi tilhører og er en viktig kilde for identitetskonsepter. Dette oppstår fordi stedene har symboler og personlige minner som er meningsfulle og viktige for individet. Stedene har derimot ikke permanente betydninger og vil være under konstante reforhandlinger, så de vil aldri ha likt bidrag til identiteten over tid. Hvordan en forstår sammenhengen mellom steder og identitet kan defineres som et produkt av sosiale og personlige minner (Hauge, 2007).

4. Litteratur

4.1 Sosiale medier

Sosiale medier er et begrep uten noen anerkjent definisjon, det er derimot to trekk som er avgjørende. Det første er at det ikke finnes noe klart skille mellom avsender og publikum i sosiale medier, alle kan produsere og konsumere samtidig. Det andre er at sosiale medier legger til rette for mange-til-mange kommunikasjon. Brev, telefonsamtaler og e-post kan fort begrense mulighetene for kommunikasjon når det er for mange deltakere i samtalen, mens sosiale medier skaper bedre muligheter for at store mengder kan kommunisere gjensidig sammen (Aalen, 2015, s. 19).

Sosiale medier har gjort det slik at det ikke finnes noe klart skille mellom massemedier og kommunikasjonsmedier lengre. Sosiale medier kan brukes som kommunikasjonsmedier ved å ta kontakt en-til-en og samtidig som massemedier ved å dele fra en-til-mange. En undersjanger av sosiale medier kalles for sosiale nettverkstjenester (heretter SNS) og eksempler på dette er YouTube, TikTok, Facebook og Twitter. «*Mens sosiale medier er et vagt sekkebegrep, har SNS-er en tydelig og anerkjent definisjon...*» (Aalen, 2015, s. 19). For å kunne definere noe som en sosial nettverkstjeneste så må det oppfylle tre kriterier. Det første er at en kan lage en egen profil på plattformen som består av innhold som er skapt av brukeren selv eller andre. Det andre er at en kan lage en liste over relasjoner, som venner, følgere eller lignende inne på plattformen.

Denne listen kan være synlig for andre brukere og kan bruke listen til å gå inn på andre sine profiler. Siste kriteriet dreier seg om at brukeren kan produsere, konsumere og interagere med brukergenerert innhold gjennom likes, kommentarer eller lignende på tjenesten (Aalen, 2015, s. 20).

De sosiale nettverkstjenestene har som regel relasjoner som er basert på enten asynkrone eller synkrone relasjoner. Asynkrone relasjoner dreier seg om at en person kan knytte seg til en annen, uten at den andre er nødt til å knytte seg til førstnevnte. En kan abonnere til andre sine profiler eller «følge», og følge med på deres oppdateringer uten at den som blir fulgt får de som følger sine oppdateringer opp på plattformen. TikTok og YouTube er gjerne typiske eksempler for slike relasjoner. Synkrone relasjoner dreier seg om en gjensidig relasjon. En sender gjerne da en forespørsel som den andre må godta, og dette kalles for å være en «venn» med en annen bruker. Et typisk eksempel for slike relasjoner er Facebook (Aalen, 2015, s.20). Sosiale medier har også skapt muligheter for at vi som mennesker kan kommunisere med hverandre på tvers av religiøse, kulturelle, geografiske og etniske forskjeller (Holsten, 2018).

Det som deles på sosiale medier kan gi en følelse på at det er en nøye del av hverdagen vi får se. Forskning støtter opp mot at det er gjerne «solskinnsiden» som kommer frem i det som deles på sosiale medier. Vi som mennesker har behov for å føle at vi har en verdi, og føler oss akseptert og inkludert. Vi ønsker å bli likt og fremstiller oss selv deretter. Sosiale medier har to viktige egenskaper som kan påvirke hvordan vi blir oppfattet. En kan ha et stort publikum som følger med på det du deler på din profil, og publikumet er ikke nødvendigvis tilfeldige forbipasserende, men personer som vi ofte må forholde oss til og kommer til å treffe igjen (Aalen, 2015, s. 55-56).

4.2 Ensomhet og identitet på sosiale medier

I en studie utført av Marte Fjelnseth & Hege Sjølie (2021) ble det oppdaget gjennom individuelle semistrukturerte dybdeintervjuer at et kollektivt press fra sosiale medier har betydning for ungdommers opplevelse av ensomhet ved at det stiller uoppnåelige krav til deres selvprestasjon. Ved å stille uoppnåelige krav opplever ungdommene dette som en sosial kontroll og samtidig er det med på å begrense ungdommenes egenart og autonomi. Responsen de får gjennom sosiale medier avgjør om de føler seg akseptert, men samtidig ikke en garanti imot ensomhet. De

poengterer at den sosiale sammenligningen er avgjørende for om de føler seg ensomme (Fjelnseth & Sjølie, 2021, s. 162-174).

I sammenheng med studiet blir ensomhetsbegrepet forstått av ungdommene som en negativ opplevelse som er preget av usikkerhet og redsel for å bli utestengt eller ikke bli akseptert eller forstått. Videre forteller ungdommene at ensomhet er en følelse av å ikke ha noen å gå til eller snakke med, og at man ikke nødvendigvis trenger å være alene for å føle seg ensom. Selv med sosial kontakt så føler de seg ikke sett eller akseptert, og opplever ikke tilhørighet med personene de omgås med (Fjelnseth & Sjølie, 2021, s. 162-174).

Ungdommene forstår de sosiale retningslinjene som kommer frem på sosiale medier som sosial kontroll. Sosial kontroll begrepet brukes om de rammer eller begrensninger for individuell atferd som bestemmes uformelt av for eksempel nære relasjoner som venner og familie, eller formelt av rettsvesen, politi eller annen myndighet. Den sosiale kontrollen kan ha både positiv og negativ art, hvor en type atferd kan få ros og belønning, eller sjikane, avvising eller straff (Tjora & Burner, 2020).

Ungdommene blir påvirket til å oppføre seg på bestemte måter for å kunne bli akseptert og de blir derfor fratatt eller får begrenset muligheter til å kunne bestemme over seg selv og eget liv. Et sentralt funn i studiet er at ungdommene skaper en annen identitet på sosiale medier enn den de har i virkeligheten og de skaper denne identiteten for å kunne samsvare til den sosiale kontrollen. Videre kommer det frem at ungdommenes behov for å tilfredsstille den sosiale kontrollen går i strid mot deres underliggende ønsker om å bli akseptert for den de egentlig er. Verdier som samsvar og prestasjon blir satt opp imot verdier som stimulering- og selvstyringsverdi, og det skapes en verdikonflikt (Fjelnseth & Sjølie, 2021, s. 162-174).

For ungdommene hvor samsvar og prestasjon er viktige verdier så vil de ha økt innsats mot status og prestisje, og ønsker å presentere seg selv i lys av forventninger som blir satt gjennom den sosiale kontrollen for å oppnå godkjenning i det sosiale samværet. Ethvert avvik fra denne sosiale kontrollen kan medføre uro og redsel for utstøtelse, samtidig som mangel på tilhørighet. De velger altså å gå vekk fra sitt ekte selv for å leve opp til forventninger satt av den sosiale kontrollen. Dette innebærer forventninger til deres utseende, deres personlighet og hvordan de lever deres liv. På motsatt side så vil ungdommene som har stimulering og selvstyring som sentrale verdier velge å bryte med motivasjonen for å innordne seg de retningslinjene som følger

av den sosiale kontrollen. Dette fordi at de ønsker å distansere seg fra negative påvirkninger, og kunne rette oppmerksomheten på å oppnå kontroll over seg selv og eget liv. Ungdommene som har valgt å bryte med de satte retningslinjene opplever at deres brudd på den sosiale kontrollen resulterer i at de føler seg utenfor og en følelse av usikkerhet (Fjelnseth & Sjølie, 2021, s. 162-174). På bakgrunn av den gitte empiri kan en se at uansett om du velger å rette deg etter, eller distansere deg fra den sosiale kontrollen som sosiale medier medbringer, så skaper det usikkerhet og redsel blant ungdommene for å falle utenfor og oppleve ensomhet.

4.3 Sosiale medier og mental helse blant ungdommer i Sverige – Et 2 års studie

I Sverige ble det utført en studie for å se på sammenhengen mellom bruken av sosiale medier og symptomer får psykiske helseproblemer blant ungdommer i alderen 14-15 år. Over 3000 ungdommer deltok på studiet i perioden fra 8. til 10. klasse og de besvarte på hvor mye de brukte sosiale medier i løpet av ukene. Videre ble den psykiske helsen målt ved bruk av spørreskjema for styrker og vanskeligheter og de skilte mellom person og interne assosiasjoner mellom bruk av sosiale medier og symptomer på psykisk uhelse (Beeres et al, 2021, s. 953-960).

I Sverige så har 95% av ungdommer i alderen 13-16år minimum en bruker på sosiale medier, og i 2018 så bruke 84% av disse sosiale medier hver dag. Videre så har flere av ungdommene sagt at de er bekymret for at de bruker mye av deres tid på sosiale medier. Stort bruk av sosiale medier har blitt koblet opp mot ulike psykiske helseproblemer hos ungdommer som redusert selvbilde, redusert eller utvidet sosialt nettverk og økning i angst og depressive symptomer (Beeres et al, 2021, s. 953-960).

Det store forbruket av sosiale medier kan fungere både som en tilrettelegger for sosialisering, læring og etablering av nye vennskap, men samtidig har det potensialet for mobbing og sosial ekskludering. Ifra en media effekt hypotese vil bruk av sosiale media bli assosiert med endringer i psykisk helse gjennom emosjonelle responser og erstatninger av allerede eksisterende sosiale eller fysiske aktiviteter. Sosial sammenligning av høyt profilerte sosiale medier brukere kan også føre til lavere selvpoffatning som kan bidra til flere symptomer på dårlig psykisk helse (Beeres et al, 2021, s. 953-960)

Studien la til rette en forståelse i forholdet mellom sosiale medier og mental helse, og fant positive assosiasjoner mellom person i stedet for intern person mellom bruk av sosiale medier og symptomer på psykisk uhelse. Dette gir antydninger til at bruken av sosiale medier kan tjene mer som en indikator, istedenfor en bestemmende faktor for risiko for psykiske helseproblemer blant ungdommer (Beeres et al, 2021, s. 953-960).

5. Diskusjon

I oppgavens teori- og litteraturredel har jeg belyst teori om hvordan vi som mennesker utvikler en identitet gjennom Eriksons livskriser og sosial identitetsteori. Videre har jeg også sett på hva sosiale medier er og presentert ulike forskningsprosjekter som har undersøkt på bakkenivå hvordan ungdommene selv opplever deres mobilbruk og deltakelse i sosiale medier. I oppgavens problemstilling ønsker jeg å se på «*Hvordan påvirker sosiale medier ungdommers identitetsutvikling?*». Jeg skal videre drøfte dette opp imot den valgte teori- og litteraturen som har blitt presentert i oppgaveteksten.

5.1 Sosiale medier som krise eller mulighet

Som nevnt tidligere så er ungdomsalderen den femte fasen i Eriksons psykodynamiske teori og er preget av utfordringer som har betydning for hvordan vi oppfatter oss selv og vår identitetsutvikling (Brønstad & Hårberg, 2022). Ungdommen vil oppsøke nye mennesker når de løsriver seg fra foreldrene for å kunne få ny kunnskap og inspirasjon til voksenlivet.

Ungdommens valg vil bli observert av sine omgivelser og for å kunne skape en positiv identitetsutvikling er det behov for at ungdommen får ros og positive tilbakemeldinger på sine handlinger. Skulle ungdommen derimot ikke få dette og det blir stilt uoppnåelige forventninger til ungdommens utviklingsnivå så vil dette derimot føre til identitetsproblemer (Brønstad & Hårberg, 2022).

På sosiale medier så kan ungdommen lage en egen bruker hvor de kan presentere seg selv i form av bilder, video og tekst. Her kan ungdommen vise bilder av seg selv når hen utfører visse aktiviteter eller uttale seg om saker og hendelser som ungdommen engasjerer seg i (Aalen, 2015, s. 20). Dette kan for eksempel være at ungdommen legger ute bilder at hen deltar på fotballtrening med lagkamerater, går turer i tropisk natur eller uttaler seg om en aktuell

nyhetshendelse. Hva ungdommen deler vil være tilgjengelig for flere mennesker som kan reagere på innholdet noe som bidrar til å skape både muligheter eller kriser for ungdommen..

Ved at det som deles er tilgjengelig for mange mennesker vil dette skape muligheter for at ungdommen får ros og gode responser på sine handlinger og aktiviteter (Brønstad & Hårberg, 2022). Kanskje er det ikke så mange som deltar på fotballtreningen, eller så er ungdommen kun sammen med sine foreldre på tur i naturen. Da vil delingen på sosiale medier skape rom for at ungdommen kan løsrive seg fra foreldrene (Tetzchner, 2020, s. 697), og flere personer får med seg det ungdommen gjør og de vil da kunne «like» eller kommentere det som blir lagt ut (Aalen, 2015, s. 19-20). Sosiale medier kan bidra til å gi en økt tilgjengelighet og lettere tilgang for å reagere på ungdommens handlinger og aktiviteter, noe som skaper bedre muligheter for at ungdommen får de positive tilbakemeldingene hen trenger for å oppnå en positiv identitetsutvikling (Brønstad & Hårberg, 2022). På en annen side så vil den økte mengden av omgivelser gjennom sosiale medier kunne skape en interessekonflikt. De som deltar sammen med ungdommen på fotballtreningen eller på tur ute i naturen vil gjerne ha en felles interesse om dette og ser på slike aktiviteter som positive. Ved at aktivitetene deles på sosiale medier så kan personer som ikke deler den samme interessen kunne respondere på ungdommens aktiviteter og gi negativ respons på dette. Dette kan for eksempel komme frem i at andre tenker det er bortkastet tid, eller forsøke å angripe og stigmatisere disse aktivitetene.

Videre så kan ungdommen også på sosiale medier uttale seg om en aktuell nyhetssak (Aalen, 2015, s. 19-20), som for eksempel hva hen tenker om global oppvarming eller rasisme. Her kan da de som følger med på hva ungdommen deler ha ulike meninger om hva som er riktig, noe som kan medføre at ungdommen får både positive og negative responser. En kan tenke seg at dette kan skape utfordringer for ungdommens identitetsutvikling prosess ved at ungdommen blir satt i en valgsituasjon som ikke har noen klare rett eller galt svar ettersom responsen er splittet og kan gjøre det vanskelig for ungdommen å ta et valg som oppleves som riktig ut ifra omgivelsenes respons (Brønstad & Hårberg, 2022). Ettersom sosiale medier gir en økt tilgjengelighet og lettere tilgang for omgivelsene til å reagere på ungdommens handlinger og aktiviteter må en også ta i betraktning at hen ikke får noe respons i det hele tatt. Ungdommen kan legge ut innhold som ikke blir verken «liket» eller kommentert. Dette vil da også kunne medføre ut ifra Eriksons psykodynamiske teori tale for at ungdommen ikke får positiv respons fra omgivelsene og vil

kunne medføre at ungdommen blir usikker på sin egen identitet og skape en dårlig selvfølelse (Tetzchner, 2020, s. 697).

Ifra artikkelen som belyser deling av hverdagen til pasienter ved psykiatriske avdelinger (Tønset, 2023), så kan en tenke seg at de ikke får positiv respons fra sine omgivelser på deres skadelige atferd. Sosiale medier vil da gi mulighet for en pasient som ikke ønsker å endre atferd i den gitte perioden å oppsøke andre personer som deler disse utfordringene for å oppnå positiv respons (Brønstad & Hårberg, 2022). Delingen av videoer som viser selvskading kan da ut ifra Eriksons psykodynamiske teori kunne bidra til at skadelig atferd får positiv respons fra sine omgivelser, og vil dermed kunne gjøre dem dårligere og igjen da ha en negativ påvirkning for deres identitetsutvikling (Brønstad & Hårberg, 2022). De kan kanskje oppleve at dette er atferd som vil gi gode tilbakemeldinger og fortsette skadelig atferd utover livsløpet eller verre å ta sitt eget liv.

Sosiale medier skaper altså muligheter for ungdommen å få ros og positiv respons fra sine omgivelser ettersom den bidrar til å øke tilgjengeligheten og gir lettere tilgang til å gi ungdommer positive tilbakemeldinger. Samtidig så kan dette skape kriser hos ungdommens identitetsutvikling ved at en ikke får respons selv med økt tilgjengelighet, eller at omgivelsene som ikke deler ungdommens interesser og verdier gir negative tilbakemeldinger. Sosiale medier kan også gi tilgang til personer som vil gi positive tilbakemeldinger på skadelig atferd. Bruken av sosiale medier blant ungdommer for deres identitetsutvikling kan altså både ha positive og negative utfall ut ifra Eriksons psykodynamiske teori (Brønstad & Hårberg, 2022).

5.2 Sosiale medier & sosial identitet

I teori delen av oppgaven så kom det fram at ifølge sosial identitetsteori så påvirkes vår identitetsutvikling av de gruppene som vi deltar i og føler en tilhørighet til. En deler gruppens perspektiv og handler etter hva som vil gi et positivt utfall hos den sosiale gruppen. Vi mennesker er motivert til å skaffe og samtidig opprettholde et positivt selvilde og i sosial identitetsteori ser en på sin egen gruppe i positivt lys med positive karakteristikk. En persons sosiale identitet er dens viten at man tilhører en spesifikk sosial kategori, og for å danne en sosial identifisering går man gjennom en selv kategorisering og sosial sammenligning (Stets & Burke, 2000, s. 224-237). Skulle man føle at man ikke kan opprettholde et positivt selvilde i gruppen man tilhører så vil en søke andre grupper, eller finne strategier for å skape endringer, som for

eksempel å fornekte negative gruppekarakteristikk, eller om-fortolke til positive selvkonsepter (Hauge, 2007).

Hvor man før i tiden ikke hadde tilgang til digitale plattformer så var det gjerne ikke så mye variasjon av grupper i nærmiljøet. Hvor storbyer kanskje hadde et større utvalg av ulike grupper så kunne det igjen ute i landlige områder være færre valgmuligheter. Poenget er at valgmulighetene du hadde i grupper som en kan skape tilhørighet til kunne oppleves som begrenset til nærområdet hvor du vokste opp og bodde, mens ungdommer gjennom sosiale medier i dag kan møte andre på tvers av kulturelle, religiøse, geografiske og etniske forskjeller (Holsten, 2018). For ungdommer som da sleit med å holde tritt med de gruppene som var i nærområdet og skape et positivt selvbilde i deres sosiale identitetsutvikling kunne dette medføre at de var nødt til å fornekte eller om fortolke grupper de ikke hadde noe til felles med som noe positivt (Hauge, 2007).

I dag hvor mye av vår sosialisering foregår over digitale plattformer som sosiale medier så er du ikke lengre begrenset til grupper i ditt nærområde (Holsten, 2018). Gjennom deling og utforskning på sosiale medier så har ungdommer i dag fått større muligheter til å finne grupper som deler samme interesser eller som du kan finne felles verdier med, samtidig også verdier og trekk som var ukjent for ungdommen og skaper et økt utforskningspotensiale for ungdommens identitetsutviklingsprosess (Tetzchner, 2020, s. 682). Dette skaper rom for ungdommer sosiale identitetsutvikling til å kunne skille seg fra grupper som ikke lengre føler de kan opprettholde et positivt selvbilde til (Hauge, 2007). Ungdommer som har verdier og interesser som skiller seg fra omgivelsene i nærområdet kan oppsøke likesinnede grupper og kan skape et positivt selvbilde og selvtillit hos ungdommen.

Mangfoldet på sosiale medier trenger ikke nødvendigvis å bare være positivt. Ettersom mye av dagens sosialisering foregår over sosiale medier (Skardhamar & Klemsdal, 2019, s. 169-172), så kan en tenke seg at de nære omgivelsene som noen fant en felles interesse med minke, og de som ikke ønsker å bruke tid på sosiale medier kan da ende opp med å miste sine muligheter for å finne grupper som de kan delta og føle en tilhørighet til. En kan tenke seg at rollene er reversert, at hvor de som før digitale plattformer hadde gode muligheter for å finne personer i nærområdet som de har felles interesser med blir nødt til å fornekte og om-fortolke sine tanker om sosiale medier og blir tvunget til å delta for å ikke falle utenfor (Hauge, 2007). For dem kan det kanskje

oppleves som vanskelig, kanskje de ikke vet hva de skal dele på sosiale medier, eller føler at innholdet de deler ikke klarer å få de kommentarer og «likes» som kan gi dem en følelse av å tilhøre en sosial kategori og skape et positivt selvbilde (Stets & Burke, 2000, s. 224-237).

Den sosiale sammenligningsprosessen kan også skape utfordringer på sosiale medier ettersom det er et mye større mangfold å sammenligne seg med (Stets & Burke, 2000, s. 224-237). Vi mennesker er ulike, noen kan ha karakteristikk som egner seg bedre til å for å dele innhold og uttale seg i sosiale medier, og for dem da som ikke har disse karakteristikkene kan igjen kanskje føle at sammenligningsprosessen skaper et dårlig selvbilde, de klarer kanskje ikke å oppnå et likt respons nivå og det vil da kunne medføre at det blir vanskelig for dem å kunne opprettholde et positivt selvbilde (Hauge, 2007).

Den sosiale identitetsteorien kan gi en forståelse for hvorfor jenta som ble nevnt i innledningen til oppgaven oppsøkte grupper som delte sine hverdager på psykiatriske avdelinger (Tønset, 2023). En kan tenke seg at ettersom hun havnet inn på en psykiatrisk avdeling så kunne hun kanskje føle at hun ikke lengre hadde noe til felles og følte tilhørighet til omgivelsene hun hadde før innleggelsen. Hun klarte kanskje ikke å opprettholde et positivt selvbilde og ble nødt til å oppsøke nye grupper som hun kunne føle en tilhørighet til (Hauge, 2007). Dette kan også være årsaken bak hvorfor de fleste som velger å dele emosjonell ladet innhold fra psykiatriske avdelinger, de oppsøker andre som er i samme posisjon og ser på handlinger som selvskading som noe som vil gi et positivt utfall hos den sosiale gruppen og gir dem en følelse av å tilhøre en sosial kategori (Stets & Burke, 2000, s. 224-237).

Ut ifra sosial identitetsteori så vil altså bruken av sosiale medier blant ungdommer kunne ha både negative og positive utfall for deres identitetsutvikling. For de som tidligere hadde utfordringer med å finne grupper hvor de kan skape et positivt selvbilde så vil bruken av sosiale medier kunne gi dem et mangfold av grupper som de kan finne en tilhørighet til (Hauge, 2007). Dette kan da igjen slå tilbake som noe negativt ettersom de kan finne grupper som ikke er bra for deres identitetsutvikling og forherliger atferd som er skadelig for dem. Samtidig så vil det for de som ikke ønsker å delta på sosiale medier, eller ikke føler at de får til å opprettholde et positivt selvbilde gjennom sosiale medier falle utenfor og skape utfordringer for en utvikling av en positiv sosial identitetsutvikling (Stets & Burke, 2000, s. 224-237).

5.3 Sosiale medier og ensomhet, en faktor eller indikator?

Studien utført av Marte Fjelnseth & Hege Sjølie (2021) får frem hvordan ungdommene selv opplever deres bruk av sosiale medier. De poengterer at de føler sosiale medier fungerer som en sosial kontroll som stiller uoppnåelige krav til hvordan de skal prestere. De opplever at responsen som de får gjennom sosiale medier bestemmer om de føler seg akseptert. Videre forteller dem at selv om de får respons så er det ikke en garanti mot ensomhet, og samtidig så skjer det en sosial sammenligning som avgjør om de føler seg ensomme. For ungdommene så er ensomhetsfølelsen en følelse av usikkerhet og redsel for å bli utestengt, eller å ikke bli akseptert.

Som nevnt så vil en ut ifra sosial identitetsteori skape en sosial identitet gjennom en sammenligningsprosess (Stets & Burke, 2000, s. 224-237). Gjennom bruken av sosiale medier så vil ungdommen føle seg presset til å gjøre aktiviteter som gir god respons på sosiale medier. For eksempel så kan trening bli glorifisert gjennom bilder av godt trente kropper og ungdommer som ikke er kommet igjennom en modningsprosess vil føle at deres kropp ikke er tilstrekkelig etter sosiale mediers sosiale kontroll. Det kan også være ungdommer som er mer glad i for eksempel kunst eller dataspill og ikke ønsker å bruke så mye tid på trening, dette kan igjen for dem skape en følelse av ensomhet ettersom de ikke klarer å henge med den sosiale kontrollen og føler seg utenfor fellesskapet. Dette kan skape en forståelse for hvordan sosiale medier kan begrense ungdommens egenart og autonomi (Fjelnseth & Sjølie, 2021, s. 162-174). De føler ikke selv at de kan gjøre aktiviteter og handlinger som de selv opplever som artige og verdifulle for dem selv. Skulle de foretrekke å gjøre noe som de selv ønsker å gjøre kan dette medføre negativ respons på sosiale medier eller få svært lite respons og ikke bli akseptert. Deres prosess med å løse seg vekk fra sine foreldre for å finne sine egne verdier i ferden mot voksenlivet vil bli styrt av hva som ses på som sosialt akseptert gjennom sosiale medier. De vil da kanskje føle seg presset til å gå vekk ifra aktiviteter som de kunne ha blitt veldig gode til. Det vil bli en identitetsutvikling som er preget av å få god respons gjennom «likes» og kommentarer på de digitale plattformene (Aalen, 2015, s. 19-20). Videre så kan også de som ønsker å fraskrive seg den sosiale kontrollen fra sosiale medier føle at de faller utenfor ettersom mye av dagens sosialisering foregår på disse plattformene.

Dette kan gi et inntrykk at bruken av sosiale medier blant ungdommer taler for en negativ påvirkning for deres identitetsutvikling, men i en annen studie (Beeres et al, 2021) kom de frem

til at sosiale medier tjener mer som en indikator for psykiske helseproblemer, istedenfor en faktor, noe som taler for at sosiale medier ikke nødvendigvis bare er negativt for deres identitetsutvikling. De poengterer at sosiale medier både kan være positivt i form av økt sosialisering, læring og nye vennskap, og negativt som en arena for mobbing og ekskludering, noe sender dem i en retning av at det er personavhengig om bruken av sosiale medier vil lede til psykiske helseutfordringer og da igjen ha en negativ innvirkning på deres identitetsutvikling. De kom frem til at et stort bruk av sosiale medier har blitt koblet opp mot ulike psykiske helseproblemer hos ungdommer som redusert selvbilde, redusert eller utvidet sosialt nettverk og økning i angst og depressive symptomer. I lys av undersøkelsen utført av Marte Fjelnseth & Hege Sjølie (2021) så kan dette gi en forståelse hvorfor.

Ungdommene føler et press gjennom en sammenligningsprosess på sosiale medier, ungdommer som bruker mye mer tid på plattformene øker deres inntak av den sosiale kontrollen og sammenligner seg med flere personer. Jo flere brukere det er på de digitale plattformene som legger ut et uoppnåelig krav for ungdommene, jo mindre kan da ungdommen føle seg. Kanskje ungdommen føler på at «alle andre» får til det hen ikke får til. Ved at ungdommen føler at «alle andre» får det til kan gjøre det svært vanskelig for ungdommen å føle at de kan finne en gruppe de kan føle tilhørighet til og skape et positivt selvbilde. Samtidig så kan ungdommen da kanskje føle at de ikke vet hvordan de skal oppsøke mennesker for ros og positive tilbakemeldinger. En kan tenke at dette bidrar til at ungdommene føler seg ensomme selv om de er sammen med andre. De går kanskje på samme skole, eller gjør noe sammen i løpet av dagen, men personene de er sammen med får mye positiv respons på sosiale medier, men de selv føler ikke at de klarer det.

Med den jenta som tidligere var pasient ved psykiatrisk avdeling (Tønset, 2023), så kan en tenke seg til at hun følte seg utenfor og ikke akseptert ettersom hun tilbragte tid på avdelingen, mens personer hun fulgte på sosiale medier delte bilder som viser et «overromantisert» liv utenfor avdelingen. I sin tid gjennom behandlingen så ville hun brukt tid sammen med andre pasienter og de ansatte ved avdelingen, men gjennom en sammenligningsprosess på sosiale medier så kunne hun da kanskje føle seg ensom selv om hun var med de andre på avdelingen. Pasientene kunne bruke mye tid på telefonen når jeg selv hadde praksis på psykiatrisk avdeling, noe som igjen kan tyde på at et økt bruk av sosiale medier kan være en indikator på psykisk uhelse (Beeres et al,

2021). Kanskje de ikke følte at de andre på avdelingen delte de samme verdiene, og ikke klarte å ha et positivt selvbilde sammen med dem og derfor søkte etter andre grupper gjennom sosiale medier. Dette kan da ut ifra teorien presentert skape et gjenskapende problem ved at de sammenligner seg med de utenfor og opplevde selv at de bare ble dårligere ved at de ikke klarer å følge opp den sosiale kontrollen.

Videre kan det også hende at ettersom de ikke klarer å finne noen andre grupper å finne tilhørighet til så vil de fornekte de negative trekkene med psykiske lidelser og selvskading (Hauge, 2007). De vil da komme frem til at selvskading og deling av dette på sosiale medier er den eneste utveien til å skape et positivt selvbilde. Gruppen som den tidligere pasienten kom inn i kunne gi henne den positive responsen hun hadde behov for (Brønstad & Hårberg, 2022), og da kan de ansatte som hun bruker tid med på avdelingen komme til kort for hennes behov. De ønsker å stoppe den skadelige atferden, men det vil igjen da bryte med pasientens strategier for å kunne skape et positivt selvbilde, oppsøke ros og hennes identitetsutvikling.

6. Avslutning

Som vi har sett igjennom har det skjedd store endringer i hvordan vi som mennesker kommuniserer med hverandre og sosialisering blant ungdommer i dag er en helt ny hverdag en det vi tidligere har hatt. Oppgavens problemstilling er *hvordan påvirker sosiale medier ungdommers identitetsutvikling*, og som vi har sett i oppgaveteksten så kan det påvirke dem ulikt.

Sosiale medier skaper et større mangfold for ungdommer til å søke informasjon, ideer, verdier, nye venner og inspirasjon i deres prosess for å løsrive seg fra sine foreldre. Ungdommer har økte omgivelser fra hvor de kan oppsøke ros og positive tilbakemeldinger som vil være viktig for dem å komme styrket igjennom den femte fasen i Eriksons psykodynamiske teori. De kan dele bilder og videoer fra aktiviteter hvor det ikke er så mange som deltar og gjøre det tilgjengelig for mange flere mennesker, noe som vil øke sjansene for å få dekket deres behov og komme positivt igjennom ungdomstidens identitetsprosess. De får et økt antall mengde grupper som de kan finne tilhørighet til og kan opprettholde et positivt selvbilde og får tilgang på nye verdier og inspirasjon som de kanskje ikke hadde tilgang til i næromgivelsene. Skulle ungdommene oppleve utfordringer til å skape et positivt selvbilde hos deres sosiale identitet får de også gjennom sosiale medier en mulighet til å unngå å fornekte eller om fortolke negative gruppe karakteristikk.

Sosiale medier skaper også større utfordringer hos ungdommene ved at det fungerer som en sosial kontroll og stiller store krav til ungdommene som kan være vanskelig for dem å nå opp til. Gjennom en sammenligningsprosess så vil ungdommene oppleve at de ikke strekker til og skaper en større usikkerhet hos dem, som igjen medfører en følelse av ensomhet og en redsel for å ikke bli akseptert, noe som kan være en dårlig påvirkning i deres prosess for å finne nye verdier og utvikle en voksen identitet. Et kollektivt press og sosial kontroll medfører at ungdom kan føle at de ikke kan bestemme selv over verdier de ønsker å ha og føler seg tvungen til å gjøre det som vil medføre god respons på sosiale medier og få den responsen de har behov for. Ungdommer som utfører handlinger som er skadelig for dem har også lettere for å finne grupper som gir positive tilbakemeldinger på en slik atferd, og vil da kunne gjøre det lettere for dem å opprettholde et positivt selvbilde i en gruppe med negative karakteristikk.

Referanseliste

- Aalen. I., (2015) *Sosiale medier*. Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Beeres. D. T., Andersson. F., Vossen. H. G. M., & Galanti. M. R., (2021) Social media and mental health among early adolescents in Sweden: A longitudinal study with 2-year follow-up. *Journal of Adolescent Health*. 68(5), S. 953-960.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.07.042>
- Berg. O. T., (2022, 24. Januar) *Revolusjon*. Store norske leksikon. <https://snl.no/revolusjon>
- Brønstad. A., & Hårberg. G. B., (2022, 15. September) *Eriksons psykososiale stadier*. Norwegian Digital Learning Arena, NDLA. <https://ndla.no/subject:1:2cbe8089-7d7b-407f-8f04-fbfdc116abc1/topic:3:183771/topic:2:184796/resource:1:3987>
- Cappelen Damm (2023, 12. April) *Psykologi 2: Eriksons beskrivelse av faser i den sosiale utviklingen*. Hentet 12.04.2023 fra: https://psykologi-2018.cappelendamm.no/elevreal/tekst.html?tid=1848430&sec_tid=1862776
- Dalland. O., (2021) *Metode og oppgaveskriving*. (7.utg). Gyldendal norsk forlag AS.
- Ellingsen. I. T., Levin. I., Berg. B., & Kleppe. L. C., (2015) *Sosialt arbeid – En grunnbok*. Universitetsforlaget.
- Fjelnseth. M., & Sjølie. H., (2021) #Utenfilter – ensomhet og identitet på sosiale medier. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*. 18(2), 162-174. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2021-02-04>
- Hauge. L. Å. (2007, 1. August) *Identitet og sted: En sammenligning av tre identitetsteorier*. Psykologtidsskriftet. <https://psykologtidsskriftet.no/fra-praksis/2007/08/identitet-og-sted-en-sammenligning-av-tre-identitetsteorier>
- Holsten. H. H., (2018, 06. Mars) *Riktig bruk av sosiale medier kan gjøre deg lykkelig*. Forskning.no <https://forskning.no/internett-media-partner/riktig-bruk-av-sosiale-medier-kan-gjore-deg-lykkelig/284600>
- Hutchinson. G. S., & Oltedal. S., (2017) *Praksisteorier i sosialt arbeid*. Universitetsforlaget.

- Johannessen. A., Tufte. P. A., & Christoffersen. L., (2016) *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. (5.utg) Abstrakt forlag.
- Johannessen. S. F., (2022, 24. August) *Etnosentrisme*. Store norske leksikon.
<https://snl.no/etnosentrisme>
- Skardhamar, T. & Klemsdal, L. (2019) Digitalisering – en introduksjon. *Norsk Sosiologisk tidsskrift*. Side 169-172. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2019-03-01>
- Stets. J. E., & Burke. P. J., (2000) Identity theory and social identity theory. *Social Psychology Quarterly*. 63(3), 224-237. <https://doi.org/10.2307/2695870>
- Taylor. A., (2017) Social work and digitalisation: bridging the knowledge gaps. *Taylor & Francis Online*. Side 869-879. <https://doi.org/10.1080/02615479.2017.1361924>
- Tetzchner. S. V., (2020) *Utviklingspsykologi*. (2. utg.) Gyldendal Norsk Forlag AS
- Tjora. A., & Burner. T., (2020, 25. Februar). *Sosial kontroll*. Store norske leksikon.
https://snl.no/sosial_kontroll
- Tønset. T. S., (2023, 29. Januar) *Unge går viralt på TikTok fra innsiden av psykiatriske avdelinger*. Norsk Rikskringkasting AS. <https://www.nrk.no/osloogviken/xl/unge-gar-viralt-pa-tiktok-fra-innsiden-av-psykiatriske-avdelinger-1.16259944>
- Warembourg, N. E., (2023, 26. Januar) *Ipsos SoMe-tracker Q4'22*. Ipsos. Hentet fra:
<https://www.ipsos.com/nb-no/ipsos-some-tracker-q422>

