

Maria Brynjulfsen

Virkingen av nettaktivitet og foreldrerelasjon på opplevd kroppspress blant ungdom i Norge: En populasjonsbasert studie



Universitetet i Sørøst-Norge
Fakultet for helse- og sosialvitenskap
Institutt for helse-, sosial- og velferdsfag
Postboks 235
3603 Kongsberg

<http://www.usn.no>

© 2022 Maria Brynjulfsen

Denne avhandlingen representerer 30 studiepoeng

Sammendrag

Formål: Å undersøke sammenhengene mellom nettaktivitet, foreldrerelasjon og opplevd kroppspress hos ungdom i Norge. Dette med bakgrunn i den digitale utviklingen samfunnet har gjennomgått de siste tiårene samt ungdoms utstrakte bruk av internett og sosiale medier. I lys av dette har opplevd kroppspress fått en økt betydning, og det er behov for å belyse denne type problemstillinger og eventuelle forebyggende faktorer.

Metode: Avhandlingen baserer seg på den nasjonale Ungdata-undersøkelsen gjennomført i 2017-2019 i Norge. Operasjonalisering av variabler har stått sentralt i hensikt av å benytte de beste spørsmål i analysene. Assosiasjonen mellom nettaktivitet, foreldrerelasjon (som uavhengige variabler) og opplevd kroppspress (som avhengig variabel) ble undersøkt ved hjelp av korrelasjon og hierarkisk regresjonsanalyse. Kjønn og klasstrinn ble benyttet som kontrollvariabler i den hierarkiske regresjonsanalysen.

Resultater: Resultatene viste sammenheng mellom nettaktivitet og opplevd kroppspress samt mellom foreldrerelasjon og opplevd kroppspress. Til sammen forklarte variablene 17% av variansen i opplevd kroppspress hos ungdom i Norge.

Konklusjon: Resultatene er drøftet og forstått ved hjelp av ulike teoretiske perspektiver. Giddens forståelse av modernitet og selvidentitet og selvbestemmelsesteorien er benyttet i forhold til hvordan ungdom påvirkes av eksterne faktorer som nettaktivitet. Teorien om sosial støtte i lys av foreldrestøtte benyttes omkring relasjonen mellom ungdom og deres foreldre, og videre ungdoms mottakelighet for innhold på internett. Sosial sammenligningsteori benyttes i forståelsen av hvordan ungdom bruker internett til sammenligning, og om utfallet av dette. Den sosial kognitive teorien benyttes i forståelsen av internett som en sosial konstruksjon av virkeligheten.

Nøkkelord: Ungdom, nettaktivitet, internett, sosiale medier, foreldrerelasjon og opplevd kroppspress.

Abstract

Purpose: To investigate the extent to which online activity and parental relationship impact perceived body pressure in Norwegian adolescents. The purpose is based on the digital development that the society has gone through in the recent decades, as well as adolescents extensive use of the internet and social media. Consequently, body pressure has become a worrying issue which need the attention of society in order to find risk and protective factors of perceived body pressure among adolescents.

Method: This master thesis is based on the national Ungdata survey conducted in 2017-2019 in Norway. The question items that corresponded to each variable in this study were chosen from the survey. The extent to which online activity and parental relationship predicted perceived body pressure was examined using correlation and hierarchical regression analysis. Gender and grade levels were used as control variables in the hierarchical regression analysis.

Results: Results showed that both online activity and parental relationship were significantly linked to perceived body pressure. In total, these variables explained 17% of the variance in perceived body pressure in adolescents in Norway.

Conclusion: The results are discussed and understood using different theoretical perspectives. Giddens understanding of modernity and self-identity and the theory of self-determination have been used in relation to how adolescents are affected by external factors such as online activity. The theory of social support in terms of parental support was used to explain how relationship between adolescents and their parents is important in reducing body pressure in adolescents. Social comparison theory was used to explain how adolescents use internet and social media to compare themselves with others in terms of perceived body pressure. Social cognitive theory was used in the understanding of internet as a social construction of reality.

Keywords: Adolescents, online activity, internet, social media, parental relationship, perceived body pressure.

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	2
Abstract.....	3
Innholdsfortegnelse	4
Forord	6
1 Innledning	7
1.1 Bakgrunn og problemstilling.....	7
1.2 Begrepsavklaring og avgrensning	9
1.2.1 Opplevd kroppspress	9
1.2.2 Nettaktivitet	9
1.2.3 Foreldrerelasjon	10
1.2.4 Avgrensning	10
1.3 Disposisjon	10
2 Forskning på området.....	12
2.1 Ungdom og nettaktivitet.....	12
2.2 Opplevd kroppspress	13
2.3 Foreldrerelasjon	16
3 Teoretisk grunnlag.....	19
3.1 Modernitet og selvidentitet.....	19
3.2 Selvbestemmelsesteorien.....	22
3.3 Sosial støtte.....	25
3.4 Sosial sammenligning.....	28
3.5 Sosial kognitiv teori.....	31
4 Metode	35
4.1 Vitenskapsteoretisk og metodisk tilnærming.....	35
4.2 Datagrunnlaget - Ungdata	36
4.2.1 Utvalg og studiepopulasjon	38
4.3 Vitenskapskrav og forskningsetikk.....	38
4.3.1 Forforståelse	38
4.3.2 Reliabilitet og validitet	39
4.3.3 Frivillig informert samtykke	40
4.3.4 Personvern	40

4.3.5	Forskerens frihet og samfunnsansvar	40
4.3.6	Vitenskapelig redelighet	41
4.4	Operasjonalisering av variabler	41
4.4.1	Opplevd kroppspress	41
4.4.2	Nettaktivitet	42
4.4.3	Foreldrerelasjon	43
4.4.4	Kontrollvariabler	44
4.5	Analyseformer	44
4.6	Deltakere	45
5	Resultater.....	46
5.1	Deskriptiv statistikk	46
5.2	Statistiske analyser	46
5.3	Korrelasjon	47
5.4	Hierarkisk regresjonsanalyse	47
6	Diskusjon.....	49
6.1	Oppsummering av funn	49
6.2	Nettaktivitet og kroppspress	49
6.3	Foreldrerelasjon og kroppspress	54
6.4	Praktiske implikasjoner	57
6.5	Fremtidig forskning	58
6.6	Studiens svakheter	58
7	Avslutning	60
	Referanser.....	61
	Vedlegg	68
	Avtale om utlevering av datamaterialet	68
	Oversikt over operasjonalisering av konstruktet opplevd kroppspress.....	70
	Oversikt over operasjonalisering av konstruktet nettaktivitet.....	71
	Oversikt over operasjonalisering av konstruktet foreldrerelasjon.....	72
	Oversikt over kontrollvariabler	73

Antall ord: 19.805

Forord

Å studere rettet mot både eget arbeid og eget interessefelt har vært spennende. Studieløpet har bidratt til ny kunnskap og nytt engasjement for dette feltet, og ikke minst har det bidratt med lærerike år. Jeg har kjent på flere utfordringer, men heldigvis følges disse gjerne av en mestringsfølelse – som det også har vært flere av. Det føles godt å levere fra seg dette arbeidet nå.

Jeg vil rette en stor takk til min veileder, Shahram Moradi, som har vært en god støttespiller fra start til slutt i arbeidet med masteravhandlingen. Takk for gode innspill og veiledning underveis, og ikke minst for raske tilbakemeldinger. Jeg setter stor pris på din hjelp underveis.

Takk til min tålmodige samboer, Vegard Unger Ellefsen, som har tatt imot glede og frustrasjon i skjønn forening gjennom hele prosessen. Takk for din kontinuerlige støtte, dine gode innspill underveis og din nyttige korrektur- og gjennomlesning til slutt.

Jeg vil til slutt rette en stor takk til teamet rundt Ungdata-undersøkelsen. Ikke minst vil jeg takke ungdommene som har deltatt i undersøkelsen, og dermed gitt meg muligheten til å bruke dette forskningsmaterialet i min avhandling.

Jeg ser nå frem til mer fritid og nye prosjekter sammen med min gode samboer, min herlige familie og mine fine venner.

Tønsberg, mai 2022.

Maria Brynjulfsen.

1 Innledning

1.1 Bakgrunn og problemstilling

Antall timer med nettaktivitet har økt betydelig i takt med utviklingen i samfunnet, og gutter og jenter bruker omtrent like mye tid foran skjerm (Bakken, 2020, s. 24). Unge er både konsumenter og produsenter av innholdet på internett, og ved bruk av smarttelefoner kan man holde kontakt med venner uavhengig av tid og sted, og man kan skape nye relasjoner over nett og på tvers av kulturer og landegrenser (Bakken, Hegna & Sletten, 2021, s. 34-38). Felles for sosiale medier er at det stort sett innebærer å dele bilder eller video, og få respons fra andre (Twenge, 2017b, s. 53-54). Disse plattformene presenterer en nærmest problem- og stressfri hverdag, perfektionerte og retusjerte kroppsfasonger og tilsynelatende gode tips om alt fra hvite tenner og trening til kosmetiske inngrep og intimhygiene (Medietilsynet, 2020, s. 111). Gjennom redigeringsfunksjoner og apper kan man i dag sammenligne seg med sitt eget idealiserte jeg (Steinnes, Teigen & Bugge, 2019, s. 55). Ungdom utsettes stort sett for reklame med slanke, kvinnelige modeller, stadig seksualisert fremstilt, noe som signaliserer at det motsatte ikke er tilstrekkelig (Steinnes et al., 2019, s. 42). Madsen og von Soest (2021, s. 210-215) fant en økning i depressive plager blant ungdom gjennom det siste tiåret, spesielt hos jenter, og mener dette kan sees i sammenheng med økt bruk av sosiale medier. I likhet med dette fant også Sletten, Rosten og Vogt (2021, s. 97) en økning i depressive plager hos jenter, og uttalte at jentene «stresser seg syke i jakten på det perfekte». Eksisterende forskning antyder at relasjonen mellom foreldre og ungdom kan virke beskyttende mot opplevd kroppspress for ungdom (de Vries, Vossen & van der Kolk – van der Boom, 2019, s. 527; Saunders & Frazier, 2017, s. 1257). Tatangelo og Ricciardelli (2017, s. 784) fant at gutter håndterte kroppspress på en bedre måte enn hva jenter gjorde.

Det er relativt lite forskning på hvordan nettaktivitet påvirker opplevd kroppspress hos ungdom, og hvilke faktorer som kan fungere beskyttende mot dette. Det foreligger lite forskning på området knyttet til foreldrerelasjonen, og den eksisterende forskningen oppleves mangelfull. Videre foreligger det få studier knyttet til den norske konteksten. Med en stor utvalgsstørrelse vil denne avhandlingen bidra med viktig kunnskap på feltet, og bidra med informasjon på de ellers mangelfulle områdene knyttet til å beskytte ungdom mot kroppspress på internett.

Med dette som utgangspunkt ønsker jeg å se på hvordan ungdom opplever kroppspress på internett, sett i lys av deres relasjon til egne foreldre. Dette i en norsk kontekst, og med følgende problemstilling:

Er det sammenheng mellom nettaktivitet, foreldrerelasjon og opplevd kroppspress?

For å kunne besvare problemstillingen er ytterligere presisering fordelaktig, og følgende hypoteser er utviklet:

Forskningshypoteser:

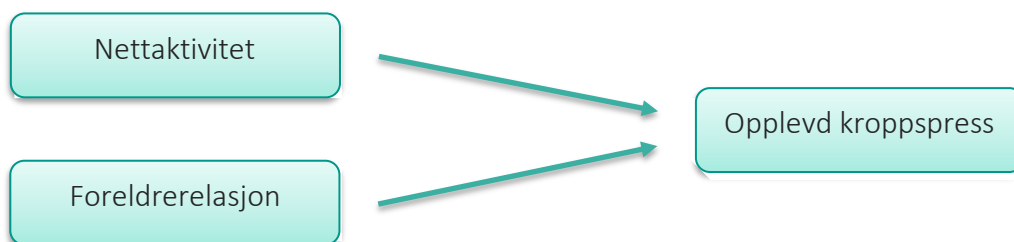
H₁: Det er sammenheng mellom nettaktivitet og opplevd kroppspress hos ungdom.

H₂: Det er sammenheng mellom foreldrerelasjon og opplevd kroppspress hos ungdom.

Nullhypotese:

H₀: Det er ingen sammenheng mellom nettaktivitet og opplevd kroppspress hos ungdom. På samme måte er det ingen sammenheng mellom foreldrerelasjon og opplevd kroppspress hos ungdom.

Figur 1. Visualisering av problemstillingen.



Med min interesse for ungdoms oppvekstvilkår og deres forutsetninger for et godt liv ønsker jeg at nødvendige tiltak for å tilrettelegge for dette skal iverksettes. Som samfunn bør vi tilstrebe en positiv og rik ungdomstid for våre ungdommer, og gjøre det vi kan for å unngå kroppspress, usunn påvirkning og et negativt selvbilde. Tematikken er samfunnsrelevant med bakgrunn i samfunnsutviklingen knyttet til ungdom og bruk av sosiale- og digitale plattformer. Utviklingen i tilknytning til internett raser fra oss, og det kan fort bli problematisk å henge med. Dagens ungdommene er oppvokst med og i denne utviklingen. Vi er nødt til å stoppe opp for å se på denne utviklingen i tråd med ungdom, og hvordan de faktisk håndterer det hele. For masterprogrammet «Samfunn og helse, forebyggende arbeid med barn og unge» sees avhandlingen relevant i

tilknytning til dens interesse for samfunnsutviklingen vi står ovenfor og behovet for forebyggende tiltak mot kroppspress hos ungdom knyttet til bruk av internett. Dagens mediepåvirkning er en aktuell problemstilling knyttet til studieretningen, og i arbeid med barn og unge løftes kunnskap om relasjoner og samfunn frem som aktuelle i tilknytning til både risiko- og beskyttelsesfaktorer. Bør det settes inn forebyggende tiltak, og kan denne avhandlingen bidra som et ledd i vurderingen av slike tiltak? Med disse betraktningene finner jeg det svært tidsaktuelt å se nærmere på hvordan ungdoms opplevelse av kroppspress påvirkes av nettaktivitet i dagens samfunn.

Avhandlingen utarbeides med grunnlag i et sosialkonstruktivistisk vitenskapssyn med utgangspunkt i at kroppspress på internett er en menneskeskapt del av samfunnet vi er en del av (Ringdal, 2018, s. 42). For å besvare problemstillingen benyttes kvantitativ metode.

1.2 Begrepsavklaring og avgrensning

Problemstillingen og forskningshypotesene inneholder sentrale begreper for avhandlingen, og jeg vil i det følgende redegjøre for de aktuelle begrepene og avhandlingens avgrensning.

1.2.1 Opplevd kroppspress

Opplevd kroppspress er avhandlingens avhengige variabel og dermed svært sentral gjennom hele avhandlingen. Kroppspress benyttes i form av ungdommenes selvrapporterte opplevelse av kroppspress, og er i denne sammenheng i stor grad knyttet til samfunnets kroppsidealer og hvordan disse kommer til syne og påvirker ungdom gjennom internett og sosiale medier. Engelsrud (2006, s. 65) påpekte at kroppen er en samfunnsskapt konstruksjon, og formidlet videre hvordan ulike samfunn, og også grupper i samfunnet, har idealer som tilstrebes nådd samt at disse gjerne endrer seg med tiden. Baxter et al. (2006, s. 222) omtalte bekymringer knyttet til kroppen som hvorvidt man er tilfreds med egen kroppsfasong og eget utseende. Dette gir et godt bilde på hvordan begrepet opplevd kroppspress benyttes i denne avhandlingen.

1.2.2 Nettaktivitet

Begrepet nettaktivitet benyttes omkring ungdoms bruk av internett og sosiale medier, og er av interesse på bakgrunn av samfunnsutviklingen der vi ser økt bruk av internett og sosiale medier samt ungdom som hyppig og ivrige brukere.

1.2.3 Foreldrerelasjon

Begrepet foreldrerelasjon benyttes om ungdommenes selvrapporterte opplevelse av at deres foreldre stiller opp og er delaktig og informert om det ungdommene selv driver med.

Foreldrerelasjon antas å være beskyttende faktor mot opplevd kroppspress, og handler i stor grad om foreldrerollen ovenfor ungdom og hvordan denne rollen kan fungere beskyttende. I tråd med Tamm, Kasearu, Tulviste og Trommsdorff (2018, s. 453) sin avgrensning av dimensjoner av foreldrerelasjonen vil begrepet her forstås med utgangspunkt i nærhet og konfliktnivå mellom ungdom og deres foreldre, og beundring og oppløftende støtte fra foreldrene. Videre er foreldrenes oversikt over ungdommenes liv og hva de bruker sin tid på også inkludert.

1.2.4 Avgrensning

Avhandlingen er avgrenset til å gjelde elever i ungdomsskolen og i videregående skole.

Avhandlingens datagrunnlag er Ungdata (Frøyland, 2017), som er en selvrappporterende nasjonal spørreskjemaundersøkelse. Det aktuelle datagrunnlaget ble innhentet gjennom årene 2017-2019.

Det er jevn deltakelse på tvers av kjønn samt god deltakelse over alle klassetrinn til tross for at det avtar noe mot slutten av videregående skole. På denne måten gir avhandlingen et godt bilde på norsk ungdom knyttet til denne tematikken. Ungdata-undersøkelsen presenteres nærmere i sin helhet i kapittel 4.2.

1.3 Disposisjon

Innledningsvis har den aktuelle tematikken og avhandlingens problemstilling og forskningshypoteser blitt presentert for å tydeliggjøre avhandlingens videre fokusområde. Kapittel 2 redegjør for tidligere forskning på feltet, og tydeliggjør hva som allerede foreligger av kunnskap knyttet til tematikken. I kapittel 3 vil de teoretiske rammer for avhandlingen presenteres. Kapittel 4 vil kaste lys over de aktuelle vitenskapelige og metodiske tilnærminger for avhandlingen. Kapittelet går nærmere inn på Ungdata-undersøkelsen som danner datagrunnlaget, forskningsetiske krav og fremgangsmåter knyttet til analysene. I kapittel 5 vil avhandlingens analyser presenteres, med hensikt å besvare avhandlingens forskningshypoteser. I kapittel 6 drøftes de aktuelle funn mot tidligere forskning og avhandlingens teoretiske ramme. Det belyses i hvilken grad avhandlingens funn kan benyttes i forebyggende arbeid, og det avklares om nye spørsmål har dukket opp på feltet

og hva som ville vært interessant å se nærmere på. Avslutningsvis vil kapittel 7 kaste lys over avhandlingens hovedtrekk.

2 Forskning på området

Kapittelet vil gi innsikt i den kunnskap og forskning som allerede foreligger i tilknytning til den aktuelle tematikken for avhandlingen. Forskning knyttet til ungdom, nettaktivitet, opplevd kroppspress og foreldrerelasjon vil presenteres.

2.1 Ungdom og nettaktivitet

Det var på 2000-tallet at teknologien virkelig inntok ungdomslivet, og internett utviklet seg samtidig til nye høyder med muligheter for å være en aktiv bruker gjennom både deling av eget innhold og tilbakemeldinger på andres innhold (Bakken et al., 2021, s. 36-37). Gjennom internett har vi omtrent hele verden foran oss, og sosiale medier er bare et tastetrykk unna, som gir oss mulighet til å kommunisere umiddelbart med andre mennesker (Sundar & Limperos, 2013, s. 505). Den moderne medieteknologien legger til rette for personlig deling av informasjon, og brukeren er både mottaker og kilde (Perloff, 2014, s. 366). Ungdom kunne holde seg oppdatert på nyhetsbildet verden over, og dele fra sitt eget liv gjennom bilder og video samtidig som de fikk følge med på andres liv. Sosiale relasjoner kunne utforskes på en helt ny måte, og identitetsutvikling fikk en ny og spennende betydning (Bakken et al., 2021, s. 38). Ungdom i dag bruker mye tid på sine smarttelefoner, og bruken har forandret seg med generasjonene. Sosiale medier benyttes til å dele det som er positivt, og man utelater gjerne å dele annet innhold (Twenge, 2017b, s. 55). Twenge (2017b, s. 71) stilte spørsmål til hva som får ungdom til å omtrent bare henge sammen over nett, og hevdet at «festen» de unge unnlater å gå på er konstant og online.

Bakken et al. (2021, s. 39) påpekte hvordan ungdom har gått fra å leve totalt offline på 1990-tallet til at internett, smarttelefoner og digital kommunikasjon er en fullkommen del av ungdoms liv i dag. Madsen (2018, s. 104) poengterte at internett og sosiale medier har bidratt til store livsendringer hos mennesket på relativt kort tid, og stiller spørsmål til hvor den generelle bekymringen rundt dette kommer fra. Han mente bekymringene på sett og vis hører med ved slike endringer, og nevnte blant annet personvern, overvåking og makten som ligger hos de større aktørene på markedet. Videre løftet han frem selvpresentasjon som en del av det å finne sitt «digitale jeg» på internett, og poengterte at dette fremstår nytt for generasjonen, og langt mer betydningsfullt enn tidligere (Madsen, 2018, s. 104-105). På samme måte snakket Øhra (2018, 02:00-18:18) om sosiale medier i podkasten Verdibørsen, og omtaler samfunnet som presentasjonsorientert. Han stilte

spørsmål til når det ikke lenger var OK å være alminnelig, og snakket videre om hvordan unge bruker sosiale medier til selvrealisering gjennom å presentere, eller skape, den beste versjonen av seg selv (Øhara, 2018, 02:00-18:18).

I henhold til den teknologiske utviklingen hevdet Livingstone (2011, s. 348-368) at barn og unge vanligvis er i forkant og tar i bruk nye digitale medier først. Den nåværende generasjonen skiller seg for eksempel fra Millennials-generasjonen både i forhold til deres syn på verden, men også knyttet til hvordan ungdommen bruker tiden sin (Twenge, 2017a, s. 59). Twenge (2017a, s. 61) har navngitt dagens generasjon iGen, og påpekte at de trives best på soverommet fremfor på fest, men samtidig er mer utsatt for psykiske vansker. iGen er generasjonen født mellom 1995 og 2012, og er oppvokst med smarttelefoner, fikk egen Instagramkonto før de startet på videregående skole og husker ikke tiden før internett kom (Twenge, 2017a, s. 59). Dessuten omtalte Madsen (2018, s. 118-124) «flink pike» og «generasjon prestasjon», og snakket om prestasjonssamfunnet som samfunnet vi i dag lever i, og som for unge krever prestasjon både i og utenfor skolen. «Generasjon prestasjon» benyttes om de som er født på 00-tallet (Madsen, 2018, s. 194), og har vært et kjent og mye brukt begrep i det norske mediesamfunnet fra 2014. Nåtidens generasjon tilbringer langt mer tid i hjemmet sammenlignet med tidligere (Bakken et al., 2021, s. 52-53; Twenge, 2017a, s. 63), og har i tillegg flere venner enn tidligere samt at kontakten med flere utelukkende foregår på nett (Bakken et al., 2021, s. 40-41). Twenge (2017a, s. 63) hevdet at dette er på bakgrunn av dagens teknologi, men samtidig at det ikke er holdepunkter for at ungdom står nærmere sine foreldre. Bakken et al. (2021, s. 52-53) hevdet i motsetning til Twenge at dette ikke direkte skyldes den teknologiske utviklingen, men derimot en foreldregenerasjon i endring og et mer tillitsbasert forhold mellom ungdom og deres foreldre. De åpnet likevel for at teknologien kan ha en innvirkning, og konstaterte at den digitale utviklingen kan være et bidrag til fellesskap og deling av informasjon og opplevelser, også mellom ungdom og deres foreldre (Bakken et al., 2021, s. 53).

2.2 Opplevd kroppspress

Både gutter og jenter snakket spontant om de kvinnelige kroppsidealene, noe som indikerer at det foreligger sterkere idealer for det kvinnelige kjønn (Strandbu & Kvaem, 2014, s. 628). I likhet med dette hevdet Grogan (2008, s. 108) at kvinner er mer utsatt for kroppspress enn menn, og jenter utpeker seg i større grad med kroppsrelaterte plager som spiseforstyrrelser, kroppsskam, utseendepreget angst og kroppsfokus enn gutter (de Vries et al., 2019, s. 527; Slater & Tiggemann,

2010, s. 47). Ungdom beskriver det kvinnelige kroppsidealet som slank, fast og med kvinnelige former, mens det mannlige idealet blir beskrevet som sprek og muskuløs (Strandbu & Kvalem, 2014, s. 628-629). Gutter beskriver kroppen som et prosjekt for egen utvikling, tett knyttet til egenverd, og snakker om kombinasjonen av trening og kosthold som den betydningsfulle faktoren, og er lite opptatt av samfunnets kroppsideal (Eriksen & Walseth, 2021, s. 166). I motsetning til dette er jentene i større grad bevisst dette kroppsidealet som presenteres i samfunnet, og stiller seg også kritisk til urealistiske kroppsideal rett mot jenter (Eriksen & Walseth, 2021, s. 167). Dette står i likhet til Strandbu og Kvalem (2014, s. 629-630) sine funn om at både jenter og gutter antyder at det er mer viktig for jenter å forholde seg til idealene enn det er for gutter. På bakgrunn av belastninger knyttet til depressive plager viste Strand, Karlsen og Øgård-Repål (2017, s. 115-116) til karakterpress, kroppspress og gjengpress som spesielt utfordrende faktorer for jenter i overgangen fra 8. til 9. trinn samt at disse faktorene virker gjensidig forsterkende for jentene.

Idealet om en tynn kropp står betraktelig sterkere enn det muskuløse kroppsidealet, noe som vurderes i sammenheng med en overrepresentert brukergruppe av unge jenter. På det samme grunnlaget ble det drøftet i hvilken grad den muskuløse idealkroppen kan være underrepresentert (Jarman, Marques, McLean, Slater & Paxton, 2021, s. 144). Gioia, Griffiths og Boursier (2020, s. 775) undersøkte objektivisering av kvinnekroppen, og stilte spørsmål ved hvordan unge presenterer sitt ideelle «jeg» ved å poste redigerte bilder i ulike sosiale medier. Denne type retusjerte bilder sees i sammenheng med økte kroppsrelaterte plager (Gioia et al., 2020, s. 780). Salomon og Brown (2019, s. 552-553) viste til at jenter i større grad enn gutter bruker sosiale medier til å dele bilder av seg selv, både alene og sammen med andre, og hevdet at dette har sammenheng med de regjerende kroppsidealene spesielt ovenfor jenter samt at jenter dermed benytter dette til å få positive tilbakemeldinger på eget utseende gjennom sosiale medier. Å publisere bilder av seg selv er i større grad assosiert med et ønske om tilbakemeldinger på egen kropp, og assosieres igjen med større grad av negative følelser om egen kropp (Salomon & Brown, 2019, s. 553).

Videre kan lav selvtillit, kroppspress på internett og stor grad av perfeksjonisme bidra til økt misnøye med egen kropp (Rosewall, Gleaves & Latner, 2018, s. 7). Tiggemann og Miller (2010, s. 85) påpekte at internettbruk og eksponering for utseenderelatert innhold assosieres med ønske om å være tynnere og misnøye med egen vekt. Samtidig hevdet de at det ikke er bruk av internett generelt som bidrar til misnøye med egen kropp, men at det er enkelte sosiale medier og type

engasjement som spiller inn (Tiggemann & Miller, 2010, s. 86). Dette på bakgrunn av den varierte og brukerstyrte muligheten internett gir sammenlignet med TV og magasiner (Tiggemann & Miller, 2010, s. 86).

Hesse-Biber, Leavy, Quinn og Zoino (2006, s. 220) påpekte alvoret i kroppspresstet som preger samfunnet, og fremhevet at unge inspireres av usunne holdninger gjennom reklame, fitness-sentre og magasiner. Hargreaves og Tiggemann (2004, s. 357-358) fant at utseendefokusert reklame bidrar til betydelig økt grad av misnøye med egen kropp og større grad av sosial sammenligning med utgangspunkt i utseende hos jenter enn hva kroppsnøytral reklame gjør. I motsetning påvirkes ikke gutter i like stor grad av denne type reklame. Steinnes et al. (2019, s. 27-28) poengterte at reklame som sikter seg mot jenter oftere inneholder kropp og idealer enn hva reklamen som dukker opp hos gutter gjør samt at den ofte fokuserer på kropp fremfor det konkrete produktet det reklameres for. Et slikt fokus på modellen kan fremme kroppspress og kjønnsstereotyper (Steinnes et al., 2019, s. 40-41). Tatangelo og Ricciardelli (2017, s. 784) fant at unge gutter kan oppleve sammenligning med jevnaldrende som inspirerende, mens unge jenter oftere opplever negative følelser knyttet til denne type sammenligning. Med kroppsidealer som de fleste har vansker med å oppfylle kan skam over egen kropp oppstå (Salomon & Brown, 2019, s. 554). Videre sees det sammenheng mellom økt utseendefokusert bruk av sosiale medier og redusert selvbilde relatert til kropp (Jarman et al., 2021, s. 139). Twenge (2019, s. 373) fant at de med høyest grad av tilfredshet er de mindre hyppige brukerne av sosiale medier samt at ikke-brukerne har en noe lavere grad av tilfredshet og de hyppigste brukerne har betydelige lavere grad av tilfredshet. Burnette, Kwitowski og Mazzeo (2017, s. 114) fant på sin side at barn i tidlig ungdomsalder bruker sosiale medier mye, og mediekompetanse, selvtillit og forståelse ble trukket frem som egenskaper hos barna som kan bidra til redusert opplevelse av kroppspress.

Twenge (2017a, s. 61-63) påpekte den parallelle fremveksten av smarttelefonen og sosiale medier, og bemerket at økt skjermtid bidrar til ulykkelighet hos ungdom. Videre fører økt skjermtid til økt forekomst av depressive plager og suicid, samtidig som det ble tydeliggjort at mindre bruk av skjerm bidrar omvendt (Twenge, 2017a, s. 64). Til tross for at ungdommen ikke treffes fysisk, henger de sammen i sosiale medier, og det er like fullt muligheter for ekskludering (Twenge, 2017a, s. 64). For å lykkes må man være disiplinert og like fullt opptatt av selvrealiseringen som står sentralt. Ikke minst skal unge jenter forholde seg til samfunnets feminine idealer, og

forventningspresset forsterkes gjennom sosiale medier (Sletten et al., 2021, s. 96-98). Sosiale medier fremstiller en virkelighet som ikke står til sammenligning med den alminnelige virkelighet. Både hverdagsliv og utseende fremstilles glorifisert og pyntet, som om det er normalen. Man kan jo tenke seg til at dette kan påvirke ungdom i en usikker og søkende fase. Til tross for dette konkluderte Madsen og von Soest (2021, s. 221) med at sosiale medier spiller en mindre rolle samt at stress på skolen og sosiale forskjeller merker seg tydeligere som en årsak til økte psykiske helseplager blant unge. I likhet med dette konkluderte Nordisk Ministerråd (2019, s. 40) med at tiden ungdom bruker på sosiale medier spiller en svært liten rolle på deres trivsel, samtidig som de hevdet at det er en viktig faktor ved ekstrem bruk, og at tidsbruk derfor er aktuelt ved liknende studier. Det er derimot ikke avklart om mistriivsel fører til ekstremt bruk, eller omvendt, og man oppfordres til å være oppmerksom på dette.

2.3 Foreldrerelasjon

Schibbye og Løvlie (2017, s. 49-54) fremhevet den anerkjennende tilnærmingen foreldre har til sine barn, og påpekte at man som voksen bør være opptatt av barnas følelser og hvordan de forstår samfunnet og verden rundt seg. Spesielt fremheves aksept og anerkjennelse ovenfor barnets væremåte, uavhengig av deres prestasjon, som igjen vil støtte deres utvikling knyttet til egne følelser og opplevelser. Det kan bidra til forståelse av andre, trygg tilknytning, vekst og glede (Bråten, 2004, s. 65; Schibbye, 2012, s. 82-85; Schibbye & Løvlie, 2017, s. 57-58). Schibbye og Løvlie (2017, s. 83) definerte tilknytning som «et vedvarende bånd til en spesifikk person som barnet søker når det føler seg sårbart og trenger beskyttelse». Videre ble det understreket at tilknytningsforhold har en viktig betydning gjennom hele livet (Schibbye & Løvlie, 2017, s. 84). Motsetningsvis vil mangel på anerkjennende tilnærming kunne bidra til psykiske vansker og usikkert selv hos barnet, og videre gjennom livet (Schibbye, 2012, s. 130-131). Ved å se på foreldrerelasjonen som en beskyttelsesfaktor finner man åpenhet, tillit, sosial støtte og et lavt konfliktnivå som relevante faktorer (Nisja, Raanaas & Aamodt, 2021, s. 170). For å forstå foreldrerelasjonen som en beskyttelsesfaktor fungerer en god relasjon mellom foreldre og ungdom som en kompensasjon for den negative påvirkningen som i denne sammenheng er opplevd kroppspress på internett (Garmezy, Masten & Tellegen, 1984, s. 102).

Saunders og Frazier (2017, s. 1246) trakk frem ungdomstiden som en kritisk utviklingsperiode, og hevdet at ungdom er spesielt sårbare for kroppspress, spesielt med tanke på personlig og kroppslig

utvikling. De viste til opplevd kroppspress helt ned i niårsalder hos jenter, samtidig som foreldrerelasjonen ble avdekket som en beskyttende faktor gjennom familiemiddagen (Saunders & Frazier, 2017, s. 1250). Det relasjonelle i en slik setting kan føre til at ungdom bedre kan håndtere det eventuelle kroppspresset i sosiale medier (Saunders & Frazier, 2017, s. 1257). Til sammenligning fremmet også de Vries et al. (2019, s. 532) at den gode relasjonen mellom mor og ungdom kan bidra til redusert opplevelse av kroppspress i sosiale medier. Burnette et al. (2017, s. 123) på sin side viste til foreldrestøtte og et støttende skolemiljø som beskyttelsesfaktorer. Til forskjell fra dette ble det også tydeliggjort at familie og jevnaldrende forsterker idealet om en tynn kropp (Burnette et al., 2017, s. 122-123). Nisja et al. (2021, s. 177) undersøkte sammenhengen mellom seksuell trakassering av ungdom og depressive plager, sett i lys av sosiale relasjoner og fant at foreldrerelasjon og skolerelasjon reduserte sammenhengen mellom seksuell trakassering og depresjonssymptomer i noen grad.

Bakken et al. (2021, s. 44) viste til en antydning av endring i relasjonen mellom ungdom og deres foreldre de siste tre tiårene, og påpekte at ungdom i dag i oppholder seg langt mer hjemme. I likhet hevdet Aarseth (2018, s. 85) at relasjonen mellom foreldre og barn preges av en ny form for intimitet og nærhet samt at det emosjonelle båndet i familien er grunnleggende og stadig må jobbes med og for. Relasjonen mellom foreldre og deres barn er preget av demokratisering og intimisering av familien, og forholdet handler i større grad om den emosjonelle tilknytningen (Aarseth, 2018, s. 90). Foreldrene er i større grad engasjert i relasjonen til sine barn samt å behandle barna som likeverdige mennesker (Aarseth, 2018, s. 91). Til tross for denne nærheten kan mer tid hjemme være knyttet til dagens teknologi som gjør det lettere for ungdom å holde kontakt med venner også hjemmefra. Likevel oppgir ungdom at de oftere gjør noe sammen med sine foreldre, og i større grad forteller hvor de er og hva de gjør, som kan tyde på en bedret kvalitet i relasjonen mellom ungdom og foreldre (Bakken et al., 2021, s. 44-45). Frønes (2006, s. 57) poengterte at den moderne familieideologien vektlegger foreldre som viktig knyttet til både følelses- og utviklingsmessige problemstillinger samt at åpenhet og nærhet står sentralt. Foreldrenes rolle ovenfor sine barn har forandret seg gjennom ulike generasjoner, og rollen styrkes med den moderne utviklingen (Frønes, 2006, s. 58). Øia og Vestel (2014, s. 114) antydte at familien har blitt mer viktig for ungdommen i den senmoderne tid, enn hva den var tidligere. De viste til en mindre avstand mellom generasjonene, og en økt tilgjengelighet gjennom den teknologiske utviklingen (Øia & Vestel, 2014, s. 127).

Forskning viste at vi ikke bør legge skylden for unges mistrivsel på sosiale medier, og heller vektlegge de problemer unge strever med i forhold til ensomhet og manglende støtte fra sine foreldre (Nordisk samarbeid, 2019). Økt bruk av sosiale medier bidrar gjerne til redusert fysisk interaksjon med andre mennesker. Brunborg og Burdzovic Andreas (2019, s. 205-207) antydte at dette igjen kan føre til depresjon på bakgrunn av mangel på sosial støtte. Funn fra Nordisk Ministerråd (2019, s. 30) tydet på at støtte fra foreldre bidrar til mindre grad av mistrivsel på bakgrunn av økt bruk av sosiale medier. God kvalitet på og tilstrekkelig antall sosiale relasjoner spiller en rolle for hvor utsatt ungdom er på internett (Nordisk Ministerråd, 2019, s. 40). Jarman et al. (2021, s. 145) presiserte at fremtidig forskning bør se på sammenhengen mellom internalisering og tilfredshet, og i hvilken grad familie- og vennskapsrelasjoner eller skoleprestasjoner kan ha innvirkning på dette. Videre mente Thorisdottir (2019, s. 535) at beskyttelses- og risikofaktorer i henhold til bruk av sosiale medier bør undersøkes nærmere.

3 Teoretisk grunnlag

Kapittelet presenterer avhandlingens teoretiske grunnlag, og hvordan den aktuelle tematikken kan forstås i lys av de ulike teoretiske perspektivene. Jeg har valgt å benytte ulike teoretiske perspektiver i denne avhandlingen for å kunne se problemstillingen i et bredt perspektiv og for en bedre forståelse av hvordan nettaktivitet og foreldrerelasjon påvirker opplevd kroppspress blant ungdom. Jeg vil presentere Giddens (1991) teori rundt modernitet og selvidentitet og selvbestemmelsesteorien relatert til hvordan ungdom påvirkes av internett som en ekstern faktor. Teorien om sosial støtte, i lys av foreldrerelasjonen, handler om betydningen av relasjonen mellom foreldre og barn, og deres mottakelighet for innhold på internett. Sosial sammenligningsteori handler om hvordan ungdom benytter internett til å sammenligne seg selv. Bandura (2001) sin sosial kognitive teori er knyttet til hvordan nettaktivitet bidrar til en sosial konstruksjon av virkeligheten.

3.1 Modernitet og selvidentitet

I forklaringen av hvordan ungdom påvirkes av eksterne faktorer som internett og sosiale medier, er Giddens (1991) teori knyttet til modernitet og selvidentitet aktuell. Giddens modernitetsforståelse innebar en videreføring og intensivering av det som hele tiden har vært en del av det moderne samfunnet, og psykoanalysen, sosiologiske relasjonsteorier og sosiologisk modernitetsforståelse sto sentralt (Krange & Øia, 2005, s. 103-104). Senmoderniteten preges av konstante og raske endringer med bakgrunn i økt kunnskap, for eksempel innenfor personlighetsutvikling og teknologi (Krange & Øia, 2005, s. 104). Samfunnsendringen bidrar til en fragmentering av spesialisert kunnskap, og påvirker samfunnet gjennom nye former for risiko (Krange & Øia, 2005, s. 104). Giddens (1997, s. 16-17) stilte spørsmål til hvordan risiko kan påvirke menneskets livssyn, virkelighetsoppfatning og persepsjoner i den moderne verden. Videre løftes forholdet mellom spesialisert kunnskap og mennesket generelt frem, med spørsmål om hvorvidt den økte avstanden mellom disse forholdene i det hele tatt aksepteres. Den sosiale og teknologiske utviklingen kan like fullt bidra til farer, risiko og avmakt som til muligheter (Krange & Øia, 2005, s. 105).

Giddens (1997, s. 21) fremhevet tre grunnleggende trekk som utgjør skillet mellom det tradisjonelle og det moderne samfunnet; refleksivitet, atskillelsen av tid og rom og utleiringsmekanismer. Med refleksivitet mente Giddens (1990, s. 36-38) at beslutninger tas aktivt på bakgrunn av bearbeiding

av informasjon, og i denne grad er bevisste valg. Refleksiviteten er det som kjennetegner det senmoderne samfunnet, og tar plass i all sosial aktivitet (Aakvaag, 2008, s. 271). I det moderne samfunn blir atskillelsen av tid og rom en tendens som følge av at impulser beveger seg raskere og lenger sammenlignet med tidligere, og avstanden setter ikke grenser slik som tidligere (Giddens, 1990, s. 19). Det moderne samfunn bærer preg av å være uavhengig av tid og sted, og samhandling kan dermed foregå på tvers av disse faktorene (Aakvaag, 2008, s. 172). Videre er utleiringsmekanismene sentralt, og tilsier at sosiale relasjoner globaliseres i form av at kontekster reorganiseres på tvers av sted- og tidsavgrensninger (Aakvaag, 2008, s. 172). Sentralt innenfor disse utleiringsmekanismene er symbolske tegn og ekspertsystemer, som felles faktorer verden har gjort seg avhengig av (Giddens, 1990, s. 22). Et godt eksempel på symbolske tegn er penger, og ekspertsystemene våre består blant annet av transportteknologi for effektiv forflytning, moderne fryseteknologi for transport av matvarer på tvers av verden og selvhjelps litteratur og psykologer for vår private tilværelse (Aakvaag, 2008, s. 273). Giddens (1991, s. 5) pekte på den digitale kommunikasjon som et bidrag til å forminske verden, og å gjøre verden mer tilgjengelig. På denne måten blir både mål og bekymringer mer felles på tvers av landegrenser, og den digitale verden bidrar med en rekke nye valgmuligheter. Gjennom oppveksten i den moderne verden preget av teknologi kan barn og unge ta egne valg knyttet til offentliggjøring av informasjon, og hva de skal holde privat, som igjen vil påvirke hvordan de blir oppfattet av andre. Dette er i tråd med Clarke (2009, s. 73) sine funn der barn og ungdom oppga å bruke telefonen når de er ute slik at deres foreldre vet at de er trygge, samtidig som de på en annen side oppga å ha sin egen datamaskin fremfor å bruke familiens på bakgrunn av å holde bruken privat.

Giddens (1997, s. 27) anså aktiv tillit som en avgjørende faktor for det sosiale liv. Tilliten har endret seg fra det tradisjonelle samfunnet, og må nå jobbes for og vedlikeholdes på en annen måte (Aakvaag, 2008, s. 275). Begrepet basal tillit sees i sammenheng med den tilliten barn opplever hos sine foreldre ved for eksempel å erfare at de kommer tilbake til tross for at de forlot rommet eller liknende (Krange & Øia, 2005, s. 106). Videre kan denne tillærte tilliten i småbarnsalder sees i sammenheng med tillit til systemet en som ungdom opplever i samfunnet. For eksempel med tanke på aktører og institusjoner uten relasjonelle bånd (Krange & Øia, 2005, s. 106). Tilliten er også aktuell i vårt forhold til de omtalte ekspertsystemene. Intimitetens transformasjon handler om utviklingen av familieliv og familieforhold gjennom tidene, og i senmoderniteten vokser rene forhold frem som et begrep av betydning (Aakvaag, 2008, s. 275-276). Med rene forhold mente

Giddens (1991, s. 93-94) at man i det moderne samfunnet går inn i ulike varianter av forhold av eget ønske. På denne måten vil man også avslutte slike relasjoner dersom det ikke lenger gir en noe. I motsetning spiller tradisjoner, forventninger og normer en mindre rolle enn hva den gjorde tidligere (Aakvaag, 2008, s. 276).

Det moderne samfunnet byr på alternative muligheter for utvikling og identitetsskaping, med en ny form for frihet, men også farer og mulighet for å mislykkes (Giddens, 1990, s. 79, 90-91). Selvidentitet handler om å være bevisst hvem man er, og ta valg knyttet til hvem man ønsker å være. Selvidentiteten kan altså skapes, vedlikeholdes og produseres gjennom bevisste valg (Krange & Øia, 2005, s. 109-110). Selvidentitet plasseres i den senmoderne tid, og omhandler relasjonen mellom et individ og dets omverden av sosiale og kulturelle omgivelser (Krange & Øia, 2005, s. 148). Giddens (1991, s. 53) definerte selvidentitet som «the self as reflexively understood by the persons in terms of her or his biography». Som en del av kvalitetene ved senmoderniteten følger det refleksivet selvet hos mennesket (Aakvaag, 2008, s. 276).

De sentrale spørsmålene handler om egen og andres eksistens, og refleksjon over hvem man skal være, hva man skal gjøre og hvordan man skal handle (Giddens, 1991, s. 53-55). På denne måten konstruerer man sin egen identitet, og selvrefleksivitet står sentralt (Giddens, 1991, s. 52-55). Identiteten er ikke lenger tilskrevet og «satt» slik som den i større grad var tidligere, og det er nå opp til hver enkelt å ta valg knyttet til hvem man ønsker å være. Livingstone (2008, s. 407) pekte på selvaktualisering som en sosial prosess, og løftet frem muligheter og risiko gjennom dagens internettbruk hos unge. Dette er i tråd med Giddens (1991, s. 78) syn på selvaktualisering som en «balanse mellom mulighet og risiko». Gjennom internettbruk er muligheter for identitetsskaping og sosialisering aktuelt, mens risiko knyttet til personvern og misbruk gjør seg gjeldende. Livingstone (2008, s. 407-408) hevdet at ulike faser i unges identitetsutvikling kan påvirke deres opplevelse av mulighet og risiko på internett. Merchant (2006, s. 242) påpekte at mennesket gjennom aktivitet på nett kan utforske selvet, og skape identitet gjennom kontakten med andre. Lincoln og Robards (2017, s. 529-530) så på bruk av Facebook i identitetsbygging og selvrefleksivitet i lys av Giddens (1991), og fant at identitetsbygging på Facebook kan påvirkes av foreldre som bidrar til trygg bruk av nettstedet. Dette gjennom deres påvirkning på valg av profilbilder og deres tilgang til barnas profiler. Dette er funn som kan sees i sammenheng med bruk av andre og liknende sosiale medier. Med den digitale verden følger nye former for muligheter og risiko samt

forutsetninger som medfører at enhver må ta ansvar for sin egen selvidentitet (Giddens, 1991, s. 78). I teorien om det refleksive selvet ble kroppen trukket inn ettersom individet i senmoderniteten har en rekke valgmuligheter knyttet til nettopp kroppen samt at man i større grad tar valg med hensyn til kroppens funksjon og utseende (Aakvaag, 2008, s. 277).

Giddens (1992, s. 98) hevdet at barnets identitet formes gjennom sine foreldres holdninger og atferd. Til tross for dette hevdet han videre at samfunnet legger opp til at en mor skal opptre kjærlig ovenfor sine barn, og tilby det barna har behov for. Han sammenlignet hvordan man tidligere ble rådet til å ikke være for kjærlig på bakgrunn av å opprettholde den autoritet som kreves som foreldre, mens det i nyere tid fokuseres på den nærheten og kjærligheten som skaper den emosjonelle tilknytningen mellom barnet og foreldrene (Giddens, 1992, s. 98). I kontrast til dette presenterte Giddens (1992, s. 104-105) begrepet giftige foreldre med betydningen av at foreldrene ikke gir barna det de har behov for, og opptre ansvarsfraskrivende. En slik foreldrestil kan føre til barnas uendelige søken etter kjærlighet fra sine foreldre, som igjen påvirker barnets utvikling (Giddens, 1992, s. 105). I dag er barneoppdragelsen i større grad preget av barnets autonomi, og man er i større grad opptatt av å ta barn på alvor og vise respekt ovenfor deres følelser (Giddens, 1992, s. 109).

3.2 Selvbestemmelsesteorien

Selvbestemmelsesteorien er utviklet av Deci og Ryan (1985), og handler i stor grad om menneskets motivasjon. Teorien benyttes i denne avhandlingen som et ledd i forklaringen av ungdoms netttaktivitet og hvordan netttaktivitet og opplevd kroppspress henger sammen. Videre vil teorien være relevant i forståelsen av valg unge tar på nett, og hvilken motivasjon som ligger bak ulike valg. Deci og Ryan (1985, s. 9) beskrev selvbestemmelsesteorien som en motivasjonsteori om personlighet, og det hele startet med å utforske hvordan hendelser i miljøet påvirket individets indre motivasjon. Teorien er empirisk basert, og omhandler atferd og personlighetsutvikling (Ryan & Deci, 2017, s. 3). Teorien undersøker funksjoner som ligger til grunn for sosial atferd og sosial utvikling hos individet, og gjennom teoriens syn på motivasjonsendring kan den for eksempel benyttes i den familiære konteksten (Ryan & Deci, 2017, s. 4). Den kritiske delen av teorien handler om at den undersøker og sammenligner sosiale kontekster med hensikt å utforske hvorvidt den aktuelle sosiale konteksten bidrar til menneskelig utvikling, for eksempel relasjonen mellom foreldre og barn (Ryan & Deci, 2017, s. 4). Videre benyttes selvbestemmelsesteorien til å utforske

hvorvidt atferd og prosesser er selvbestemt eller ikke (Deci & Ryan, 1985, s. 7).

Selvbestemmelsesteorien er en psykologisk teori med interesse for naturen, strukturen og funksjonen hos menneskets handlinger, og deres evne til å engasjere, tolke og handle på bakgrunn av ytre omgivelser (Ryan & Deci, 2017, s. 8). Individet anses som proaktivt og med selvregulert engasjement og funksjon (Ryan & Deci, 2017, s. 8).

Selvbestemmelsesteorien bygger på de tre grunnleggende psykologiske behov, autonomi, kompetanse og tilhørighet, som alle må tilfredsstilles for å oppnå tilfredshet i livet (Gagné & Deci, 2005, s. 340; Ryan & Deci, 2017, s. 3). Disse byggesteinene anses som sentrale i et sosialt miljø for å kunne vurdere om miljøet er kontrollerende, manglende på motivasjon eller støttende for selvbestemmelse (Gagné & Deci, 2005, s. 340). Det ligger til grunn at individet utvikles i lys av disse behovene samt sosiale, biologiske og kulturelle forhold (Ryan & Deci, 2017, s. 3). Autonomi bygger på at individet handler av frivillighet, og skal ikke forveksles med uavhengighet eller grad av selvtilit (Ryan & Deci, 2002, s. 8). Autonomi bidrar til selvregulering av egne handlinger og erfaringer, i motsetning til å handle i strid med egen vilje som kan bidra til konflikt hos individet (Ryan & Deci, 2017, s. 10). Ifølge det selvbestemmelsesteoretiske synet er det kun noen handlinger som virkelig er styrt av autonomi (Ryan & Deci, 2017, s. 10). Kompetanse assosieres med følelsen av effekt og mestring, og finnes i en rekke sammenhenger, og over et bredt spekter (Ryan & Deci, 2002, s. 7). Blant annet er kompetanse både til stede når ungdom «gamer», og når læreren underviser. På tross av dette kan hindringer lett forstyrre den iboende kompetansen, for eksempel ved vanskelige utfordringer eller negative tilbakemeldinger (Ryan & Deci, 2017, s. 11). Sosial sammenligning og kritikk rettet mot individet er mellommenneskelige faktorer som kan bidra til redusert mestringsfølelse (Ryan & Deci, 2017, s. 11). Behovet for tilhørighet er til stede allerede som barn, og handler om å bety noe for andre og bli ivaretatt (Ryan & Deci, 2017, s. 11). Slektskap, sosial tilknytning og deltakelse i sosiale organisasjoner er også en stor del av følelsen av tilhørighet (Ryan & Deci, 2002, s. 7). Gjennom sosiale medier søker ungdom sin identitet og holder kontakt med jevnaldrende, noe som kan sees i sammenheng med behov for autonomi og tilhørighet i tråd med selvbestemmelsesteorien (Galpin, 2016, s. 389). Mask og Blanchard (2011, s. 494) fant at daglige aktiviteter preget av autonomi og egen vilje hos kvinner i større grad beskytter mot opplevd kroppspress i sosiale medier samt at hos kvinner der daglige aktiviteter i større grad er kontrollert og tvunget er mer sårbare for dette kroppspresset.

Støttende sosiale miljøer vil bidra til trivsel, velvære og integritet samt utvikling av selvstendighet og motstandsdyktighet hos individet, som igjen kan gi mentale helsefordeler (Ryan & Deci, 2017, s. 9-12). I tråd med dette fant Pelletier, Dion og Levesque (2004, s. 69 og 81) at økt grad av selvbestemmelse fungerte som en beskyttende faktor ovenfor kroppspress for kvinner, og at selvbestemmelse vil fungere som en buffer for de aktuelle kvinnene. I motsetning vil et miljø som mangler denne støtten gjerne oppleves kontrollerende, avvisende og kritisk, og bidra til negative konsekvenser som manglende motivasjon, aggressivitet og asosialitet (Ryan & Deci, 2017, s. 9). Pelletier og Dion (2007, s. 325) påpekte at høyere grad av generell selvbestemmelse hos individet ville bidra til at man handlet i tro med egne verdier, og ikke lot seg påvirke av samfunnets idealer dersom det ikke er i tro med egne behov og ønsker. På denne måten kan man oppfatte samfunnets kroppspress, men ta et selvbestemt valg om hvordan man skal bruke informasjonen, og i hvilken grad man skal ta det innover seg eller ikke (Pelletier & Dion, 2007, s. 325).

Ryan og Deci (2017, s. 320) pekte ut autonomi som spesielt avgjørende for barns utvikling, og viste til barnas evne til å være selvregulerende. Også gjennom grensesetting vil autonomistøttende foreldre gi begrunnelser for dette, slik at barna ser verdien av den ønskede atferden (Ryan & Deci, 2017, s. 320). Denne type støtte bidrar i barnas selvutvikling knyttet til egne følelser og å lære å tilpasse seg andres følelser og reaksjoner. Dette legger grunnlaget for viktigheten av denne type støtte, også inn i ungdomsårene (Ryan & Lynch, 1989, s. 354). Forskning viste at autonomistøtte fra foreldre bidrar til økt motivasjon i skolen, forbedret prestasjon og bedret psykisk helse og trivsel (Vasquez, Patall, Fong, Corrigan & Pine, 2016, s. 638). Struktur handler om foreldrenes evne til å tilrettelegge for barnas mestring, og skape et støttende og trygt miljø for kompetanseutvikling (Ryan & Deci, 2017, s. 320). Struktur i foreldreomsorg innebærer å lære barnet om forholdet mellom atferd og konsekvens, og føre en meningsfull dialog, tilpasset barnets forståelse og utvikling (Ryan & Deci, 2017, s. 326). En strukturert foreldreomsorg bidrar med klare regler og retningslinjer, og fungerer som et «stillas» i kombinasjon av krav og ansvar (Ryan & Deci, 2017, s. 326). Involvering innebærer foreldrenes oppmerksomhet og omsorg ovenfor barnet, og deretter barnets følelse av tilknytning til og emosjonell støtte fra sine foreldre når de møter utfordringer i sin utvikling (Ryan & Deci, 2017, s. 320). Denne type involvering kan bidra til barnets følelse av tilhørighet og tilfredsstillelse av kompetansebehov. Det hele kommer i større grad til syne gjennom kjærlighet, forståelse, omsorg og veiledning i det daglige livet (Ryan & Deci, 2017, s. 349).

3.3 Sosial støtte

Teorien om sosial støtte benyttes i denne avhandlingen i forståelsen av relasjonen mellom ungdom og deres foreldre, og i hvilken grad denne relasjonen kan fungere som en beskyttelses- eller risikofaktor for opplevd kroppspress på internett. I denne sammenheng er det hovedsakelig støtte fra foreldre som er aktuelt.

Sosial støtte handler om opplevelsen av å bli tatt vare på, og å være en del av et sosialt nettverk, og kan forekomme både formelt og uformelt, fra ulike kilder og omgivelser. Cohen (2004, s. 676) definerte sosial støtte som «a social network's provision of psychological and material resources intended to benefit an individual's ability to cope with stress». Gjennom sosial støtte fra mellommenneskelige relasjoner er man trygg og bevisst på at man er elsket og satt pris på av andre, og at man kan regne med andres støtte dersom man har behov for det (Turner & Brown, 2010, s. 202). Ivaretagelse, tilknytning, gjensidig respekt og tilhørighet er sentralt innenfor teorien om sosial støtte (Cobb, 1976, s. 300-301; Dalgard, Bjørk & Tambs, 1995, s. 30). Den sosiale støtten deles inn i fire kategorier; emosjonell støtte, materiell støtte, informasjonsstøtte og sosialt samvær. Emosjonell støtte handler om respekt, verdighet og å bli akseptert for den man er med sine feil og mangler (Cohen & Wills, 1985, s. 313). Støtte innenfor denne kategorien bidrar med nærhet og selvtillit. Den materielle støtten kan omhandle materielle goder, økonomisk finansiering og nødvendige tjenester, og bidra problemløsende (Cohen & Wills, 1985, s. 313). Informasjonsstøtten kan være hjelp til definering, forståelse og håndtering av gitte problemer og utfordringer, og innbefatter gjerne rådgivning og veiledning (Cohen & Wills, 1985, s. 313). Til slutt handler sosialt samvær om å bruke tid sammen med hverandre på fritiden, og å gjøre aktiviteter sammen, som igjen bidrar til å skape tilhørighet og kontakt med andre (Cohen & Wills, 1985, s. 313). Sosialt samvær kan fungere distraherende på et negativt problemfokus, og fremmer positivitet og godt humør (Cohen & Wills, 1985, s. 313). Økt stress og problemer knyttet til en av disse fire kategoriseringene vil best reduseres ved sosial støtte i henhold til den aktuelle kategorien (Cohen & Wills, 1985, s. 314; Robinson, 1995, s. 270-273). Aksept og emosjonell støtte vil for eksempel i større grad bidra til økt egenverd hos ungdom, enn hva materiell støtte kan gi (Robinson, 1995, s. 273). Opplevelsen av sosial støtte sees i tett sammenheng med psykiske helsefordeler (Turner & Brown, 2010, s. 204), og kan bidra til lettere krisehåndtering og tilpasning av endringer (Cobb, 1976, s. 302).

De to dominerende modellene innenfor sosial støtte er direkteeffekthypotesen og bufferhypotesen (Cohen & Wills, 1985, s. 310). Direkteeffekthypotesen står hovedsakelig for teorien om at sosial støtte til enhver tid er gunstig, mens bufferhypotesen vektlegger at sosial støtte er best når man opplever mye stress (Cohen & Wills, 1985, s. 310). På denne måten blir sosial støtte en buffer mot livshendelser preget av stress. Kvaliteten på den sosiale støtten er viktig, og støtten må oppleves tilstrekkelig for at den skal ha verdi (Cohen & Wills, 1985, s. 349). Dette støttes av Chu, Saucier og Hafner (2010, s. 639) som fant at opplevd sosial støtte har en sterkere betydning enn den faktiske mottatte støtten. Turner og Brown (2010, s. 207-208) hevdet på sin side at det ikke var nødvendig å skille mellom buffereffekt og hovedeffekt fra sosial støtte, men at man burde være bevisst på om effekten av sosial støtte varierte med grad av stress hos individet.

Jenter nyttiggjør seg i større grad sosial støtte sammenlignet med gutter (Chu et al., 2010, s. 638; Cohen & Wills, 1985, s. 350; Rueger, Malecki & Demaray, 2008, s. 58), og støtten øker i betydning med økt alder hos barn og unge (Chu et al., 2010, s. 641). Robinson (1995, s. 271-272) påpekte at jenter rapporterte lavere grad av sosial støtte fra sine fedre sammenlignet med hva guttene rapporterte. Han spekulerte videre i om dette kan komme av jenters større behov for emosjonelle støtte samt at gutter ofte har flere felles interesser med far enn hva jenter har (Robinson, 1995, s. 271-272). Til sammenligning indikerte Gecas og Schwalbe (1986, s. 44) sine funn at fedre har en større innvirkning på ungdommenes selvtillit enn hva mødre har, og bemerket dette som overraskende. Videre viste relasjonen mellom barn og foreldre seg å ha en større innvirkning på gutters selvtillit enn på jenters (Gecas & Schwalbe, 1986, s. 44).

Gecas og Schwalbe (1986, s. 43-44) viste til kjønnsforskjeller når det gjelder effekt av opplevd foreldrestøtte, og påpekte at foreldre selv rapporterte en annen grad av utøvet støtte enn hva barn oppga å motta fra foreldrene. Studien viste også at jenter spesielt har effekt av sosial støtte fra sine foreldre samt at gutter i større grad fremtrer skjøre i forhold til autoritær fremtreden hos foreldre når det gjelder selvtillit. Foreldrestøtte er viktig for ungdom uavhengig av kjønn (Auerbach, Bigda-Peyton, Eberhart, Webb & Ho, 2010, s. 483; Robinson, 1995, s. 272-273; Rueger et al., 2008, s. 58). Det er spesielt viktig med foreldrestøtte for barn, med tanke på deres utvikling av sosial kompetanse. Forskning viste at foreldrestøtte bidrar med positive psykologiske effekter, som tro på seg selv og reduserte negative følelser (Boudreault-Bouchard et al., 2013, s. 700; Gecas & Schwalbe, 1986, s. 38; Stewart & Suldo, 2011, s. 1026). Robinson (1995, s. 272-273) fant

sammenheng mellom opplevd aksept og støtte fra foreldre og ungdoms egenverd. Stewart og Suldo (2011, s. 1025) fant at ungdom med lavere grad av skoleprestasjon i større grad er avhengig av foreldrestøtte da dette bidrar mot psykiske vansker. Foreldrestøtte skilte seg fra sosial støtte fra andre, og resultatene viste til økt livstilfredshet ved opplevd foreldrestøtte (Stewart & Suldo, 2011, s. 1027). I motsetning kan manglende sosial støtte kan bidra til økt nivå av stress gjennom ungdoms streben etter den støtten som mangler samt depressive symptomer (Auerbach et al., 2010, s. 477 og 483).

En norsk studie fant at foreldrestøtte spiller en avgjørende rolle på ungdommenes livstilfredshet (Danielsen, Samdal, Hetland & Wold, 2009, s. 313), i likhet med en annen studie som poengterte at kommunikasjon mellom ungdom og foreldre har en betydningsfull rolle for ungdommenes livstilfredshet (Levin, Dallago & Currie, 2012, s. 301-302). Videre viste det seg en forskjell mellom gutter og jenter når det gjelder dårlig foreldrekommunikasjon som en risikofaktor for ungdommenes livstilfredshet. For gutter utgjør dårlig foreldrekommunikasjon med en forelder omtrent lik risiko for redusert livstilfredshet som dårlig kommunikasjon med flere foreldreroller (Levin et al., 2012, s. 302). For jenter på sin side fremstår god kommunikasjon med foreldre som en beskyttelsesfaktor mot redusert livstilfredshet, mens dårlig kommunikasjon med foreldre fremstår som en risikofaktor for redusert livstilfredshet (Levin et al., 2012, s. 302). Det viste seg altså at jenter ble påvirket av både gode og dårlige kommunikasjonsforhold med sine foreldre, mens gutter i motsetning kun lot seg påvirke av negative forhold (Levin et al., 2012, s. 302).

Gjennom ungdomsårene får vennskap og jevnaldrende en stadig større rolle i ungdommers liv, men foreldre har likevel en avgjørende og viktig rolle når det gjelder sosial støtte (Robinson, 1995, s. 273). Til tross for at vennskap spiller en stadig økende rolle for ungdom kan foreldrestøtte være avgjørende for deres psykologiske tilpasning (Dutton, Choi & Choi, 2020, s. 2). Dutton et al. (2020, s. 2) antydte at det er kombinasjonen av de ulike formene for sosial støtte fra foreldre som gir det positive utslaget, og at varianter av foreldrestøtte på egen hånd ikke vil gi de samme effektene. Til sammenligning pekte Robinson (1995, s. 273) på at sosial støtte i kategorien aksept og emosjonell støtte gir en større effekt på ungdoms følelse av egenverd enn hva materiell støtte kan bidra med, noe Dutton et al. (2020, s. 2) viste støtte til.

3.4 Sosial sammenligning

Teorien om sosial sammenligning er relevant da den bidrar med forklaring i hvordan ungdom sammenligner seg med det de ser og opplever på internett, og hvordan kroppspress er fremtredende eller ei. Det er Festinger (1954) som opprinnelig står bak den sosiale sammenligningsteorien, som er en av hovedteoriene i forklaringen av påvirkning på kroppsbildet fra media (Grogan, 2008, s. 118-119). I mennesket ligger det en drivkraft til å evaluere egen fremgang og eget ståsted ved ulike aspekter i livet, og man sammenligner seg dermed med andre i søken etter å vite hvor man står (Festinger, 1954, s. 118-119 og 124). I likhet med Festinger omtalte Buunk og Gibbons (2007, s. 16) sosial sammenligning som et fenomen som alltid er til stede, i den betydning at det er en del av mennesket å drive sosial sammenligning i tilpasning av utfordrende situasjoner, for å føle seg bedre og i vurdering av hvor man står i den sosiale verdenen. White, Langer, Yariv og Welch IV (2006, s. 37) stilte imidlertid spørsmål til Festinger (1954) sin påstand om at sosiale sammenligninger gjøres på bakgrunn av menneskets drivkraft til å evaluere seg selv, og hevdet at denne evalueringen er problematisk og skaper negative konsekvenser.

Festinger (1954, s. 118 og 121-122) hevdet at sosial sammenligning vanligvis skjer på bakgrunn av opplevd likhet, og at man sammenligner for å evaluere egne meninger og evner. Teorien bygger på selvforsterkning, selvevaluering og selvforbedring (Wood, 1989, s. 232). Sosial sammenligning med mål om selvforsterkning handler om oppadgående sammenligning, og bidrar med positive følelser og bedret selvtillit (Wood, 1989, s. 233). Mennesket drives av å få bekreftet at ens meninger er rett samt hva man selv er i stand til, noe som foregår gjennom selvevaluering (Festinger, 1954, s. 135). Selvforbedring handler om streben etter å bli bedre, og kommer til syne i et samfunn med stor grad av selvhjelpsbøker og andre tilbud i hensikt av egen forbedring (Wood, 1989, s. 233). Selvoppfatninger er basert på hvordan vi tror vi har det sammenlignet med andre, og dersom vi oppfatter oss dårligere enn andre reduserer dette vår selvoppfatning på det aktuelle feltet, og kan dermed bidra med negative tanker og følelser om en selv (Festinger, 1954, s. 135-137).

Kvalem og Wichstrøm (2007, s. 26) presiserte at avstanden til egne idealer i stor grad regulerer selvfølelsen, men at sosial sammenligning også spiller en rolle. Gjennom sammenligning oppstår det et behov for forbedring hos individet (Wood, 1989, s. 232), og bakgrunnen for sammenligningen legges på søken etter hvem man selv er, både individuelt og i sammenligning med andre (Kvalem & Wichstrøm, 2007, s. 26). Wood (1989, s. 239-240) presenterte de to ulike formene for sosial

sammenligning der en variant innebar å sammenligne seg oppover, og den andre innebar å sammenligne seg nedover. Ved å sammenligne seg oppover, altså med noen man anser som bedre enn en selv, kan dette bidra til motivasjon til forbedring (Wood, 1989, s. 240). Oppadgående sosial sammenligning kan vurderes som inspirerende, men også som truende da man kan risikere å møte sin egen underlegenhet. På denne måten kan sammenligningen fungere demoraliserende og skade selvtilliten (Wood, 1989, s. 239). Dersom man sammenligner seg nedover, altså med noen man anser som dårligere enn en selv, kan dette bidra selvforsterkende (Wood, 1989, s. 240). På denne måten kan individet selektivt sammenligne seg oppover ved ønske om inspirasjon til utvikling, og nedover når man ønsker å føle seg bedre. Gjennom sosial sammenligning vil individet lære seg selv bedre å kjenne gjennom vurdering av egne holdninger, evner og egenskaper. Grogan (2008, s. 118) på sin side hevdet at det er nedadgående sammenligning mennesket vil foreta, da denne fungerer forsterkende. Hun kalte prosessen for gunstig sammenligning, og hevdet videre at teorien baserer seg på sammenligning mot bilder presentert i mediene (Grogan, 2008, s. 118-119).

Ved tilstedeværelse av kulturelle normer vil mennesker i større grad sammenligne seg med irrelevante modeller og liknende, mens man ved fravær av slike normer i større grad vil sammenligne seg med jevnaldrende (Strahan, Wilson, Cressman & Buote, 2006, s. 220). Begge varianter vil imidlertid bidra til negative følelser (Strahan et al., 2006, s. 211). Til sammenligning fant Yip og Kelly (2013, s. 598) at både oppadgående og nedadgående sosial sammenligning bidro til redusert grad av empati og prososial atferd, målt hele to dager etter disponering for sosial sammenligning. I likhet med dette fant Liu et al. (2017, s. 223) at sosial sammenligning i sosiale medier både har en umiddelbar og en forsinket effekt på depressive symptomer. Hyppige sosiale sammenligninger har sammenheng med negative følelser og negativ atferd, og ses i sammenheng med destruktiv atferd, skyldfølelse, løgn og partiskhet (White et al., 2006, s. 40-42). På denne måten påvirker hyppigheten av sosiale sammenligninger tilfredshet hos individet, så vel som mellommenneskelige og grupperelaterte forhold (White et al., 2006, s. 42).

Med utgangspunkt i de urealistiske utseendefokuserte normene mediene presenterer vil det være naturlig at kvinner sammenligner seg nedover, med mindre attraktive mennesker enn de selv er samt anser modeller og kjendiser som irrelevante sammenligningsmål (Strahan et al., 2006, s. 213). På en annen side står modeller og kjendiser ofte tett til kroppsidealet i dagens samfunn, og kvinner er kanskje mer eller mindre bevisst på at de likevel vil dømmes etter dette idealet, som kan

medføre at det oppleves vanskelig å se på denne sammenligningen som irrelevant (Strahan et al., 2006, s. 213). Videre kan mennesker gjøre feilvurderinger av standarder og hvorvidt de faktisk er oppnåelig. Dette anses svært relevant i sammenheng med kroppsidealene i samfunnet, som bærer preg av at vekt og utseende er kontrollerbart (Strahan et al., 2006, s. 213). Tiggemann og McGill (2004, s. 38) fant for eksempel at kvinner eksponert for bilder av kvinnelige idealkropper umiddelbart rapporterte om negative konsekvenser som misnøye med egen kropp og redusert humør. De poengterte alvoret i dette på bakgrunn av at kvinnene ble eksponert for langt færre bilder enn et motemagasin ville ha inneholdt (Tiggemann & McGill, 2004, s. 38).

For å se den sosiale sammenligningsteorien i lys av dagens digitale samfunn og ungdoms bruk av internett er det aktuelt å se på hvordan unge eksponeres for bilder gjennom sosiale medier, og benytter dette som en standard for sammenligning. Grogan (2008, s. 118-119) poengterte at slike bilder ikke nødvendigvis har likhetstrekk med ungdommen selv, og dermed er et dårlig grunnlag for sammenligning, og kan bidra negativt til selvfølelsen. I likhet fremmet Madsen (2018, s. 102) sosial sammenligning som en mulig årsak til økte depressive plager hos jenter sett i sammenheng med bruk av sosiale medier, og problematiserte hvordan for eksempel Instagram og Facebook presenterer forvrengte bilder av livet og verden. Videre problematiserte han hvordan man omtrent utelukkende deler oppdateringer fra positive livshendelser og dermed fremstår mer innholdsrike og spennende. de Vries og Kühne (2015, s. 220) hevdet at bruk av sosiale medier bidro til økt negativ oppfatning av en selv, i tillegg til økt grad av negativ sosial sammenligning. Tendensen var spesielt tydelig hos unge voksne som allerede betegnet seg som ulykkelig (de Vries & Kühne, 2015, s. 220).

Bruk av Facebook, som et nettsted med mye fokus på utseende og kropp, vil i større grad bidra til dårlig humør hos kvinner enn hva kropps- og utseendenøytrale nettsteder vil (Fardouly, Diedrichs, Vartanian & Halliwell, 2015, s. 43). Utseendefokusert sammenligning foregår gjerne mot modeller, kjendiser, idrettsutøvere og andre fremmede som i større grad er synlig i mediene (Strahan et al., 2006, s. 217). Det ble spekulert i om det negative humøret kan knyttes til at nettsteder som Facebook også gir mulighet til andre varianter av sosial sammenligning enn utseendefokusert, for eksempel gjennom sosial status og livstilfredshet (Fardouly et al., 2015, s. 43). I forlengelse av utseendefokusert sammenligning kom det også til syne at Facebook-bruk bidrar til bekymringer rundt hud, hår og ansiktstrekk (Fardouly et al., 2015, s. 43). I likhet med dette fant Tiggemann og

McGill (2004, s. 40) at økt sosial sammenligning i mediene bidro til redusert humør, økt misnøye med egen kropp og vektrelaterte utfordringer.

Chua og Chang (2016, s. 195) fant at tenåringsjenters engasjement i sosiale medier stort sett er motivert av ønsket om oppmerksomhet, validering og anerkjennelse. Kleemans, Daalmans, Carbaat og Anschütz (2018, s. 103) uttrykket bekymring for hvordan bruk av sosiale medier kan bidra til redusert kroppsbilde gjennom sosial sammenligning. I tråd med sosial sammenligningsteori vurderer ungdom eget utseende mot populariteten på deres selvprestasjon i sosiale medier, og antall likes og følgere står dermed sentralt (Chua & Chang, 2016, s. 196). Når det gjelder sammenligning av antall likes og følgere på denne måten, viste studien at oppadgående sammenligning bidro til sårbarhet, misnøye med kropp, tvil om egen verdi og selvskadende atferd (Chua & Chang, 2016, s. 196). Dette i motsetning til teorien om sosial sammenligning som hevder at oppadgående sammenligning bidrar til selvforbedring (Wood, 1989, s. 233). Nedadgående sammenligning ga her en følelse av å være bedre enn andre og selvforsterkning (Chua & Chang, 2016, s. 196). Kleemans et al. (2018, s. 104) undersøkte sosial sammenligning med liknende jevnaldrende i sosiale medier, og fant at redigerte bilder i sosiale medier bidro til lavere kroppstilfredshet, spesielt for jenter med høyere tendens til sosial sammenligning. I motsetning viste funn at jenter med tendens til lavere grad av sosial sammenligning ikke lot seg påvirke av redigerte bilder i merkverdig grad (Kleemans et al., 2018, s. 103).

3.5 Sosial kognitiv teori

Sosial kognitiv teori er aktuell i forståelsen av internett som bidragsyter i utformingen av individets kognitive funksjon og atferd. Videre er teorien relevant i forståelsen av de sosiale mediens betydningsfulle rolle i ungdommers liv og hvordan ungdom aktivt lærer gjennom sosiale medier og internett. Teorien er aktuell på bakgrunn av dens interesse for mediens rolle i samfunnet samt mediens påvirkning på menneskets tanker, affekt og handling (Bandura, 1977, s. 39-40). Sosial kognitiv teori forklarer menneskets psykososiale funksjon gjennom gjensidig årsakssammenheng av atferdsmønstre, miljøfaktorer og kognitive, affektive og biologiske hendelser som alle påvirker hverandre (Bandura, 2001, s. 266).

Mennesket anses som proaktivt, selvreflekterende, -regulerende og -organiserende, men også formbart med tanke på evner som symbolisering, omtanke, evaluering og selvregulering,

reflekterende selvbevissthet og symbolsk kommunikasjon (Bandura, 2001, s. 266). Bandura (2001, s. 267) hevdet at mennesket påvirkes av det miljøet man er en del av samt at menneskets evne til symbolisering bidrar til forståelse og regulering av denne påvirkningen. I tråd med den sosial kognitive teorien fant Lee, Ho og Lwin (2017, s. 248) at bruk av sosiale medier kan bidra til utvikling av styrker, men også redusert evne til selvregulering. Kognitive prosesser tillegger ytre hendelser mening, og kan dermed bidra med følelsesmessig påvirkning og motiverende kraft hos individet (Bandura, 2001, s. 267). Evaluering av egen prestasjon og tilbakemeldinger fra andre kan bidra til motivasjon i både positiv og negativ forstand (Bandura, 2001, s. 267-268). Lee et al. (2017, s. 247) fant at en god relasjon til far har positiv innvirkning på ungdom, spesielt knyttet til deres identitetsutvikling. I motsetning kan et negativt forhold til far påvirke ungdom til identitetsutvikling gjennom sosiale medier der de kan uttrykke seg fritt og med høyere grad av autonomi (Lee et al., 2017, s. 247). Det må imidlertid tas i betraktning at forskningen er gjennomført i en asiatiske kontekst (Lee et al., 2017, s. 247), der farsrollen vanligvis har en autoritær og kontrollerende rolle sammenlignet med i den vestlige kulturen (Choo & Shek, 2013, s. 1152). Bandura (2001, s. 268) påpekte at ved å sette seg utfordrende mål og deretter mobilisere ressurser, ferdigheter og innsats for å oppnå målet, vil man utvikle seg og senere strekke seg etter mer utfordrende mål. Han hevdet at selvrefleksjon bidro til å samle ideer hos mennesket, til handling eller til å forutsi hendelser (Bandura, 2001, s. 269). Det er menneskets tro på ønskede effekter og endring som bidrar til handlingskraften, og videre påvirker en positiv eller negativ tankegang (Bandura, 2001, s. 270).

Gjennom menneskets evne til observasjonslæring utvikles kunnskaper og ferdigheter raskt, og sosial læring foregår til stadighet i menneskets nærmiljø, både bevisst og ubevisst (Bandura, 2001, s. 270). I dagens samfunn preget av medier utsettes mennesket for påvirkning gjennom hele dagen, og miljøet for læring er utvidet (Bandura, 2001, s. 271). Mennesket tilegner seg kunnskap om verdier, tankesett og atferd gjennom det miljøet mediene presenterer (Bandura, 2001, s. 271). Salomon og Brown (2019, s. 542) hevdet for eksempel at media har en betydelig rolle i utformingen av ungdoms forhold til egen kropp. Observasjonslæring kan på en og samme tid nå ut til en rekke mennesker i et spredt område, i motsetning til læring gjennom handling som gjerne krever gjentatte prøv-og-feil-forsøk (Bandura, 2001, s. 271).

Menneskets kognitive ferdigheter, forståelse og verdier kan virke inn på hvordan man opplever og utforsker lærings situasjonen, og i en større mengde påvirkning vil individet vurdere hvilken

informasjon som hentes ut (Bandura, 2001, s. 272). Læringsprosessene forutsetter at mennesket husker de ulike hendelsene, slik at man senere kan hente frem det man lærer og observerer, og omgjøre dette til handling tilpasset egne omgivelser (Bandura, 2001, s. 272-274). Bell (2019, s. 69) fant at unge vurderer seg selv på bakgrunn av antall likes i sosiale medier, og engasjerte seg i strategier for å øke antall likes ved bruk av hashtags og gitte publiseringstidspunkt. Man kan også oppleve at atferden man selv verdsetter gir sosiale konsekvenser i ulike miljøer, eller man kan føle seg presset til en atferd man selv ikke anser som akseptabel (Bandura, 1977, s. 154). I tråd med dette oppga ungdom å være bevisst på at deling av bilder på denne måten kan bidra til et negativt kroppsbilde, men beskrev likevel at de drev med dette (Bell, 2019, s. 69). Funn viste at jenter brukte mer tid på å både lage og dele disse bildene, noe som ble knyttet til et større press blant jentene (Bell, 2019, s. 69). Stefanone, Yue og Toh (2019, s. 317) benyttet sosial kognitiv teori i forklaringen på at TV-bransjen fremmer konkurranse gjennom reality-TV samt at sosiale medier legger til rette for at seerne kan kopiere atferden sett på TV. Funn viste at personer som så mye på reality-TV også brukte mer tid på utarbeidelse og redigering av bilder for egenprestasjon i sosiale medier (Stefanone et al., 2019, s. 330).

Bandura (2001, s. 280) påpekte at handlinger som medfører trusler mot menneskets velferd er gjennomtenkte og prinsipielle fremfor impulsive. Han hevdet at mediene bidrar med misoppfatninger (Bandura, 2001, s. 282). Dette er i tråd med funn som viste at ungdom bruker mye tid på å utarbeide sin idealiserte nettbaserte identitet, og prosessen fører med seg mye selvkritikk og selvgransking (Bell, 2019, s. 69). Gjennom mediebildet kan menneskets atferd påvirkes i ønsket retning, og man kan for eksempel påvirke individer til å melde seg frivillig, til å velge gitte mat- og drikkevarer, kjøpe bestemte klesplagg og engasjere seg i gitte emner (Bandura, 2001, s. 282). På denne måten kan man aktivt velge hvilke menneskelige egenskaper som skal være dominerende gjennom å påvirke de modeller som dominerer i et samfunn (Bandura, 2001, s. 282). Eksempelvis er både mote- og smaksindustrien sterkt avhengig av observasjonslæringens funksjon gjennom å vise handlinger som gir belønning i reklameindustrien. Denne type observasjonslæring utvelges med utgangspunkt i dagens trender, og varierer for å øke overtalelsesevnen.

Te'eni-Harari og Eyal (2015, s. 612) fant at ungdom i større grad sammenligner seg med sine favorittkarakterer i media når karakteren står i stil til det gjeldende kroppsidealet om å være tynn samt at sammenligning også foregår på andre områder, som personlighet og intelligens.

Kommunikasjonsmediene kan bidra til endring gjennom å informere, aktivere, motivere og veilede, og eventuelt sette mennesker i kobling til sosiale nettverk og andre fellesskap (Bandura, 2001, s. 285-286). Mennesker som ikke er eksponert for påvirkningen direkte fra media kan gjerne få den samme påvirkningen gjennom andre som har blitt eksponert (Bandura, 1977, s. 51).

4 Metode

Kapittelet presenterer valgte vitenskapelige metoder for forskningsprosjektet, og skal samtidig ivareta kravet om intersubjektivitet og en transparent forskningsprosess.

4.1 Vitenskapsteoretisk og metodisk tilnærming

Temaet for mastergradsavhandlingen omhandler ungdom, og er samtidig tett knyttet til dagens samfunn preget av mye nettaktivitet. På bakgrunn av dette er avhandlingen utarbeidet med grunnlag i et sosialkonstruktivistisk vitenskapssyn. Dette er et perspektiv bygget på et menneskeskapt samfunn bestående av sosiale konstruksjoner og sosialt skapte samhandlinger (Ringdal, 2018, s. 42). Tjora (2020) beskrev sosialkonstruktivismen som formet av opplevelser og situasjoner mennesket befinner seg i samt hvem mennesket kommuniserer med. Altså bygger sosialkonstruktivismen på at sosiale fenomener påvirkes og formes gjennom sosial samhandling. Berger og Luckmann (2000, s. 49-52) var opptatt av hvordan man møter mennesker ansikt-til-ansikt, og snakket om hvordan man tar inn reaksjoner og tegn fra den andre i et slikt møte.

Furman, Jackson, Downey og Shears (2003, s. 263) fremmet et sosialkonstruktivistisk perspektiv i arbeid med ungdom, og hevdet at sosialkonstruktivismen forenes med ungdommens utvikling. Innenfor sosialkonstruktivismen er det relevant å inneha forståelse for hvordan individet ser sin verden for å få forståelse for vedkommende (Furman et al., 2003, s. 265). Berger og Luckmann (2000, s. 76) er sentrale i forståelsen av det sosialkonstruktivistiske perspektivet med prosessene internalisering, eksternalisering og objektivisering i forklaringen av internalisering. Prosessene handler om at nye generasjoner som allerede er tillært samfunnets sosiale rammer, overtar og skaper en ny tilpasset virkelighet og samfunnsstruktur (Berger & Luckmann, 2000, s. 76-81). Selv anser jeg temaet, kroppspress på internett, som en menneskeskapt del av dagens samfunn, og perspektivet står dermed i stil til det aktuelle temaet for avhandlingen. Jeg anser det som avgjørende å ha interesse for hvordan ungdom selv opplever samfunnet og verden de er en del av, fremfor å være bestemt på hvordan verden og samfunnet faktisk er.

Ved bruk av dette perspektivet gjennom min avhandling vil jeg dermed være bevisst på min inkludering og tolkning av det objektive, og tilstrebe åpenhet og nysgjerrighet i mitt arbeid. Imidlertid kan et sosialkonstruktivistisk vitenskapssyn være utfordrende i en kvantitativ studie som

skal si noe om hvordan ting faktisk er, som en motsetning til forklaringen av det sosialkonstruktivistiske. På bakgrunn av dette vil jeg understreke at ungdom har besvart de aktuelle spørsmålene etter sin virkelighet og egne opplevelser. På denne måten forteller undersøkelsen noe om deres opplevde grad av for eksempel kroppspress og deres relasjon til egne foreldre. Jeg anser derfor det sosialkonstruktivistiske vitenskapssynet som aktuelt i denne sammenheng.

I valg av metode har problemstilling og ønsket retning for forskningsprosjektet vært avgjørende, og valget har falt på en kvantitativ metodisk tilnærming. En kvantitativ metodisk tilnærming kjennetegnes av talldata og statistiske analyseteknikker, og forskeren har ofte avstand fra de som studeres da det ofte gjennomføres større undersøkelser. Tilnærmingen er gjerne teoristyrte, altså deduktiv, og studien undersøker årsaksforklaringer (Ringdal, 2018, s. 110). Tematikken er egnet for denne metoden på bakgrunn av behovet for å undersøke en større populasjon samt for å gjøre statistiske undersøkelser (Ringdal, 2018, s. 24-25). Videre finner jeg variablene for prosjektet aktuelle for måling gjennom kvantitativ metode. Forskningsdesignet for avhandlingen tar utgangspunkt i et tverrsnittsdesign, altså en spørreundersøkelse som undersøker flere fenomener samtidig samt at datamaterialet er innhentet på en og samme tid (Thrane, 2018, s. 145). Designet legger til rette for å undersøke sammenhenger mellom flere ulike variabler samt å utarbeide en statistisk presentasjon av disse sammenhengene (Skog, 2004, s. 71-74). I dette arbeidet står programmet SPSS sentralt. Datagrunnlaget for de statistiske analysene er hentet fra Ungdata-undersøkelsen.

4.2 Datagrunnlaget - Ungdata

Denne avhandlingen baserer seg på Ungdata-undersøkelsen gjennomført i tidsrommet 2017-2019. Jeg har valgt å benytte denne undersøkelsen til å besvare mine forskningshypoteser da disse innsamlede dataene er egnet for å se nærmere på hvilke faktorer som påvirker opplevd kroppspress hos ungdom. Ungdata-undersøkelsen undersøker flere interessante tema rundt ungdom, og er gjennomført på en god vitenskapelig måte (Bakken, 2019, s. 1-10). Datamaterialet gir meg muligheten til å undersøke den aktuelle problemstillingen knyttet til ungdom i hele Norge, og dermed gi et troverdig resultat i større grad. Bak Ungdata står forskningsinstitusjonen Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA) ved Oslo Metropolitan University (OsloMet), syv regionale ruskompetansesenter (KoRus) og Kommunesektorens organisasjon (KS) (Frøyland, 2017, s. 13). Ungdata-undersøkelsen ble finansiert i statsbudsjettet og mottok midler fra

Helsedirektoratet (Frøyland, 2017, s. 13). Ungdata-undersøkelsen ble gjennomført som en elektronisk spørreundersøkelse for norsk skoleungdom gjennom en skoletime (Frøyland, 2017, s. 15), og innhentet informasjon om hvordan det er å være ungdom i dag, både på regionalt og nasjonalt nivå (Bakken, 2019, s. 1). Frøyland (2017, s. 13) poengterte at «Ungdata er et kvalitetssikret system for gjennomføring av lokale spørreskjemaundersøkelser blant elever på ungdomstrinnet og i videregående opplæring». Videre er Ungdata et godt grunnlag for plan- og utviklingsarbeid på kommunalt nivå, og spesielt med tanke på folkehelse- og forebyggende arbeid rettet mot ungdom (Frøyland, 2017, s. 13).

Ungdata-undersøkelsen tilbys alle kommuner og fylkeskommuner i Norge. På grunnlag av at hver kommune selv avgjør deltakelse kan det variere fra år til år hvor mange kommuner som deltar (Bakken, 2019, s. 8). På generell basis er undersøkelsen en god representativitet for landet som helhet (Frøyland, 2017, s. 14). Videre benyttes gjerne et flytende gjennomsnitt på tre år ved forskning på nasjonalt nivå, dette for å unngå lokale variasjoner for deltagende og ikke-deltagende kommuner (Frøyland, 2017, s. 14). Ungdata-undersøkelsen består av en lengre grunnmodul med obligatoriske spørsmål (Frøyland, 2017, s. 15). Videre kan kommunene velge fra standardiserte spørsmål etter tema, eller å inkludere egenkomponerte spørsmål (Frøyland, 2017, s. 15). Den obligatoriske modulen gir et godt sammenligningsgrunnlag for kommunene imellom, men også på nasjonalt nivå (Frøyland, 2017, s. 15). Et av målene med Ungdata er økt kvalitet og nytteverdi av dataene, både med tanke på enkelte kommuner og på nasjonalt nivå, sammenlignet med tidligere undersøkelser av liknende type (Frøyland, 2017, s. 14).

Undersøkelsen er anonym, og på grunnlag av dette blir det ikke innhentet skriftlig samtykke fra foresatte (Frøyland, 2017, s. 15). Foresatte blir likevel godt informert i forkant, og har anledning til å reservere ungdommen fra deltakelse ved å kontakte skolen (Frøyland, 2017, s. 15). Bakken (2019, s. 10) presiserte at deltakelsen er svært høy, og at manglende deltakelse ofte kan skyldes fravær på undersøkelsesdagen, og dermed manglende tilrettelegging for deltakelse fra skolen sin side. Ettersom Ungdata-undersøkelsen er en selvrappporterende undersøkelse, bringer dette med seg både fordeler og ulemper (Bakken, 2019, s. 10). Bakken (2019, s. 10) fremhevet styrken man får gjennom selvrappporterende data, og samtidig den tvil som alltid vil være til stede når det gjelder ungdommenes forståelse av hvert enkelt spørsmål. Ungdommen angir stort sett å ha vært ærlig under undersøkelsen, og oppgir at svarene gir et godt bilde på deres liv (Bakken, 2019, s. 10). Det

innsamlede datamaterialet oppbevares i ansvar av NOVA, og lagres forsvarlig i en felles nasjonal database (Bakken, 2019, s. 8). For ytterligere informasjon rundt Ungdata og deres arbeid med undersøkelsen vil jeg vise til deres nettside. Jeg vil presisere at KoRus og NOVA ikke står ansvarlig for de tolkninger og analyser jeg gjennomfører av deres datamateriale.

4.2.1 Utvalg og studiepopulasjon

Datamaterialet jeg benytter er hentet inn over en periode på tre år, noe som tilsvarer at omtrent alle kommuner i Norge har deltatt i undersøkelsen (Bakken, 2019, s. 7). I den aktuelle treårsperioden har 259 700 respondenter deltatt i undersøkelsen, hvorav 146 400 fra ungdomsskolen og 113 300 fra videregående skole (Bakken, 2019, s. 7). Videre tilsvarer dette en svarprosent på 87 blant ungdomsskoleelever og 73 blant videregående elever (Bakken, 2019, s. 7). Dette betegnes som god svarrespons, og vil dermed gi et godt bilde på den aktuelle populasjonen (Johannessen, 2009, s. 43). Samtidig viser Ungdata sine prosedyrer til at svarprosenten har liten betydning, da omfanget av ulike typer problemer hos ungdommene varierer lite med svarprosenten (Bakken, 2019, s. 10). Samlet over disse tre årene har 412 kommuner pluss Svalbard og de fleste videregående skolene gjennomført undersøkelsen (Bakken, 2019, s. 8). I mine analyser har jeg valgt å benytte hele datamaterialet, og er altså ute etter resultater på nasjonalt nivå. Dette betyr at jeg ikke vil skille ut ungdom i en bestemt aldersgruppe eller fra et bestemt bosted, eller gjøre andre tilpasninger for populasjonen.

4.3 Vitenskapskrav og forskningsetikk

4.3.1 Forforståelse

På bakgrunn av at jeg selv jobber med ungdom, og har gjort meg egne erfaringer om hvordan kropp presenteres på internett har jeg interesse for temaet kroppspress og ungdom. Jeg kan for eksempel trekke frem Instagram, som er en plattform der jeg ser et økende kroppsfokus blant influensere, og også unge brukere. Sosiale medier er stadig et tema i media, og fremstilles ofte med en negativ vinkling i sammenheng med ungdom. På bakgrunn av dette vil jeg si at jeg har gått inn i arbeidet med denne avhandlingen med en viss grad av forforståelse ovenfor temaet. En forskers forforståelse kan være et mulig etisk dilemma for arbeidet, og jeg har derfor tilstrebet upartiskhet og nøytralitet i denne prosessen. Videre har jeg anstrengt meg for å forske ut fra redelighet og åpenhet som grunnleggende vitenskapelige prinsipper samt vurdert og argumentert for valg som er

tatt underveis (De nasjonale forskningsetiske komiteene, 2016, s. 10). Jeg har ikke jaktet etter resultater jeg har antatt vil foreligge, men vært åpen og nysgjerrig ovenfor det som har dukket opp (De nasjonale forskningsetiske komiteene, 2016, s. 10). Mine funn har blitt tolket med utgangspunkt i nøytralitet og redelighet.

4.3.2 Reliabilitet og validitet

Reliabilitet eller pålitelighet er til stede dersom man kan gjennomføre de samme målingene gjentatte ganger med det samme resultatet (Ringdal, 2018, s. 103). Grundig redegjørelse av forskningsprosessen og transparent forskning bidrar til reliabilitet, og ved å tilstrebe standardisert forskning og en strukturell tilnærming vil resultatene være etterprøvbare. Jeg har benyttet Cronbach's alpha for å måle reliabilitet knyttet til hver variabel i min forskning, noe som ble regnet ut gjennom SPSS.

Videre sikrer Ungdata et mer pålitelig resultat gjennom deres rutiner for filrens. De har utviklet et system som avslører og luker ut useriøse besvarelser (Frøyland, 2017, s. 17). Systemet finner usannsynlig involvering eller usannsynlig kombinasjoner av svar, og utelukker disse svarene på de aktuelle spørsmålene (Frøyland, 2017, s. 17). Videre benyttes «tulleindikatorer», og ungdom som slår ut på to eller flere av disse blir fullstendig slettet fra undersøkelsen (Frøyland, 2017, s. 17). Til tross for gode rutiner på filrens kan ikke Ungdata garantere at de får luket ut alle useriøse besvarelser fullstendig (Frøyland, 2017, s. 17), men prosessen bidrar likevel til økt reliabilitet.

Validitet innebærer gyldighet, og å måle det man faktisk er ute etter å måle (Skog, 2004, s. 87-88). For å sikre tilfredsstillende validitet og aktualitet revideres normalt sett spørreskjemaet for Ungdata-undersøkelsen hvert tredje år (Frøyland, 2017, s. 16). I denne treårsperioden har arrangørene fått mulighet til å se om spørsmålene fungerer som tenkt eller ikke. Til tross for dette er det viktig å ikke gjøre for store endringer da dette spiller inn på sammenligningsgrunnlaget for tidstrender og lignende (Frøyland, 2017, s. 16). I revideringsprosessen involveres en rekke aktører som arrangørene selv, ungdommer, finansistene og andre offentlige myndigheter (Frøyland, 2017, s. 16).

4.3.3 Frivillig informert samtykke

Ettersom Ungdata-materialet er sekundærdata er det flere etiske forhold som er ivaretatt av NOVA allerede før datasettet ble utlevert. NOVA har ivaretatt kravet om frivillig informert samtykke hos deltakerne, i henhold til forskningsetiske normer (OsloMet). I tråd med dette er både ungdom og foresatte godt informert i forkant av undersøkelsen, og foresatte til barn under 18 år er informert om muligheten for reservasjon fra deltakelse (OsloMet). Datamaterialet er behandlet og anonymisert av NOVA, og ungdommene ble i forkant informert om at undersøkelsen er anonym og at svarene behandles strengt fortrolig (OsloMet). Videre er ungdommen opplyst om at dersom spørsmål oppleves problematisk å svare på kan de hoppe over disse samt at det er mulighet for å trekke seg når som helst og uten begrunnelse (OsloMet).

4.3.4 Personvern

Ettersom jeg ikke har vært deltakende i innsamlingen av datamaterialet er ikke min habilitet en umiddelbar utfordring. Det er like fullt aktuelt å se på datainnsamlingsprosessen, og aktuelle etiske problemstillingene. Ungdata-undersøkelsen er en anonym selvrappporterende undersøkelse. Jeg har søkt NOVA om tilgang til disse sekundærdataene, og datamaterialet er anonymisert ved utlevering. Det foreligger likevel et ansvar på forskeren i henhold til forsvarlig oppbevaring. I overensstemmelse med retningslinjene ved Universitetet i Sørøst-Norge skal datamaterialet oppbevares på internt nivå, og i et prosjektområde eller en skylagringstjeneste egnet for lagring og arkivering (Universitetet i Sørøst-Norge).

4.3.5 Forskerens frihet og samfunnsansvar

Ifølge De nasjonale forskningsetiske komiteene (2016, s. 9) er jeg som forsker og student pliktig til å forholde meg til aktuelle lover og regler i arbeidet med avhandlingen. Som en del av forberedelsene til og planleggingen av selve mastergradsavhandlingen har forskerens frihet og forskerens samfunnsansvar stått sentralt. Dette med utgangspunkt i egne ønsker for gjennomføring av forskningsprosjektet og fritt valg i henhold til tematikk, metodikk og publisering. Det er også tatt i betraktning at avhandlingen vil være av nytteverdi for samfunnet, med tanke på de valg som er tatt i forhold til tidligere gjennomført og manglende forskning på det aktuelle feltet. Videre viser forskningsetikken til god henvisningsskikk, slik at de aktuelle funn senere kan etterprøves (De nasjonale forskningsetiske komiteene, 2016, s. 27).

4.3.6 Vitenskapelig redelighet

I tråd med kravet om vitenskapelig redelighet fører jeg god henvisningsskikk gjennom hele avhandlingen. Jeg henviser til de kilder jeg har benyttet og hentet inspirasjon fra, og unngår plagiering. For å sikre rett føring av referanser og litteraturliste er referanseprogrammet EndNote X9.3.3 benyttet.

4.4 Operasjonalisering av variabler

For å skille ut de variablene som er aktuelle i dette forskningsarbeidet gjennomføres operasjonalisering av variablene som skal benyttes i analysene. Operasjonalisering handler om spesifisering av de aktuelle variablene for dette forskningsprosjektet, og dermed skape en eller flere nye variabler (Ringdal, 2018, s. 43). Operasjonaliseringen vil vise til hvordan variablene måles og representeres i datasettet (Grønmo, 2016, s. 87-88). Negativt ladede måleskalaer er reversert slik at høyere skår sammenfaller med tilstedeværelse av det forholdet som etterspørres. Spørsmålene i undersøkelsen har ulikt antall svaralternativer, og reversering er dermed gjennomført der det har vært nødvendig i kategorien to, tre, fire og fem svaralternativer. Videre har jeg opprettet nye variabler knyttet til avhandlingens teoretiske begreper opplevd kroppspress, nettaktivitet og foreldrerelasjon. I denne prosessen har jeg samlet spørsmål tilhørende hvert nevnte teoretiske begrep, og satt disse sammen til én variabel. Variablene benyttes deretter som statistiske mål ved bruk av gjennomsnitt i analysene. Jeg vil i dette kapitlet presentere indikatorene for de ulike variablene, og hvordan disse er definert. For en samlet og fullstendig oversikt over originale spørsmål og konstruerte variabler med svaralternativer vises det til vedlagte tabeller.

4.4.1 Opplevd kroppspress

Konstruert opplevd kroppspress er operasjonalisert for å fange opp ungdommenes egen opplevelse av kroppspress, og i hvilken grad ungdom opplever dette. For å kunne måle opplevd kroppspress har jeg gjennomgått spørreskjemaet og datasettet til den aktuelle Ungdata-undersøkelsen grundig for å kartlegge hvilke spørsmål som undersøker nettopp dette temaet. Jeg sjekket deretter spørsmålene med min veileder for å undersøke enigheten om at de aktuelle spørsmålene faktisk måler opplevd kroppspress. Videre har jeg satt disse spørsmålene sammen til nye variabler. Den nye variabelen opplevd kroppspress skal senere sees i sammenheng med andre variabler, og det er viktig at utformingen er god. I dette arbeidet har verdien på Cronbachs Alpha og

antall manglende data stått sentralt, for å sikre gode variabler. Det er derfor enkelte spørsmål som var tiltenkt den nye variabelen opplevd kroppspress som har måttet utebli. Den nye variabelen opplevd kroppspress består av syv spørsmål hentet fra datamaterialet, der alle syv spørsmål kan knyttes til kroppspress og eget syn på seg selv. Variabelen er prosjektets avhengige variabel, og inngår i samtlige gjennomførte analyser. Variabelen måles gjennom Likert-skala på ordinalnivå, og er en ordinær tilnærming av en kontinuerlig variabel, på grunnlag av at den har minst fem kategorier i svaralternativene. Dermed beregnes den som en kontinuerlig variabel, og brukes som dette i analysene (Sullivan & Artino, 2013, s. 542). På grunnlag av et høyt antall manglende data på hele 79.2-95.1% ble flere spørsmål ansett som aktuelle utelatt. Dette gjelder spørsmål med variabelnavn kroppsilde6, kroppsilde7, kroppsilde9, kroppsilde10, eat1, eat2, eat3, eat4, eat5, eat6, eat7 og eat8. I etterkant av denne prosessen er det syv spørsmål som gjenstår i konstruktet opplevd kroppspress. Disse har variabelnavnene press1, fornøyd7, status6, selvbilde1, selvbilde2, selvbilde5 og selvbilde6. Press1 omhandler kroppspress, og er hentet fra en skala med hensikt av å undersøke press på ulike områder. Spørsmålsbatteriet ble utviklet ved revidering av spørreskjemaet i 2016 (Frøyland, 2017, s. 53). Status6 et spørsmål hentet ut fra en skala som omhandler hva som gir status i eget vennemiljø der et av spørsmålene er knyttet til utseende. Skalaens opprinnelse oppgis å ikke være kjent (Frøyland, 2017, s. 33). En annen skala undersøker fornøydhet med livet, og variabelen fornøyd7 spør her om eget utseende, og er plukket ut for å utgjøre en del av konstruktet opplevd kroppspress. Spørsmålets opprinnelse er ikke kjent (Frøyland, 2017, s. 55). Selvbilde utgjør en annen aktuell skala, og til dette konstruktet har jeg plukket ut de spørsmål som relateres til kroppspress og utseende. Skalaens opprinnelse knyttes til en variant av «Global Self Worth» fra instrumentet «The Self-Perception Profile for Adolescents (SPPA)» (Harter, 2012, s. 4; Wichstrøm, 1995). Skalaen er godt brukt i undersøkelser av ungdom samt brukt over flere år i Ung i Norge-undersøkelsen (Frøyland, 2017, s. 55). Ved revidering av spørreskjemaet i 2016 ble skalaen justert og tilpasset med både nedkorting og nye tillegg (Frøyland, 2017, s. 55). Det endelige resultatet for variablene som inngår i konstruktet opplevd kroppspress ender med en Cronbach's alpha på .708, og variabelen har et antall manglende data på 6.3-10.3%.

4.4.2 Nettaktivitet

Opprinnelig var skjermtid og sosiale medier eller internettaktivitet ment som to ulike variabler, men ettersom arbeidet med disse gikk fremover ble det tydelig at det var vanskelig å skille de to fra hverandre, og det ble opprettet en samlet variabel kalt nettaktivitet. Til tross for navnet har jeg

valgt å utelukke skjermbruk direkte knyttet til «gaming» da jeg ikke anser dette som en arena som kan by på ytterligere utfordringer knyttet til kroppspress. Etter gjennomgang av spørreskjemaet og datasettet sjekket jeg spørsmålene med min veileder for å undersøke enigheten om at de aktuelle spørsmålene faktisk måler nettaktivitet. På grunnlag av et manglende datagrunnlag på mellom 60.8-77.1% ble spørsmålene med variabelnavn skjermprob1, skjermprob2, skjermprob3, skjermprob4, skjermprob5, skjermprob6, nettkont2, nettkont3, nettmøte1, sosvikt1, sosvikt2, sosvikt3, databruk1, databruk2, databruk3, databruk4, databruk6, databruk7 og databruk13 utelatt fra konstruktet. Videre undersøker flere spørsmål mer eller mindre det samme, og det var behov for å utelate spørsmålene med variabelnavn media1 og media8 på grunnlag av for lave verdier av Cronbachs Alpha. Det er deretter fire variabler som gjenstår i konstruktet, og disse har variabelnavn fritid20, media12, media15 og skjermtid1. Fritid20 tilhører en skala som undersøker ulike fritidsaktiviteter som opptar ungdom. Skalaen ble opprinnelig utviklet til Ungdata-undersøkelsene på 1980- og 90-tallet, men har senere blitt revidert flere ganger (Frøyland, 2017, s. 39). Blant annet har spørsmålene gått fra å være åpne, til å ha faste svarkategorier (Frøyland, 2017, s. 39). Media12 og media15 tilhører en skala om mediebruk som opprinnelig ble utviklet til Ung i Norge-undersøkelsen i 2002. Skalaen har flere ganger blitt både revidert og modernisert, spesielt med tanke på sosiale medier og databruk (Frøyland, 2017, s. 52). Skjermtid1 ligger også innenfor undersøkelse av ungdoms mediebruk, og spørsmålet ble utviklet ved revidering av spørreskjemaet i 2013 (Frøyland, 2017, s. 52-53). Fokuset innenfor dette konstruktet ligger da på film, serier, YouTube, sosiale medier og generell tid foran skjerm. Variabelen brukes som et gjennomsnitt av de inkluderte spørsmålene, og er en uavhengig variabel. Konstruktet nettaktivitet har en Cronbach's alpha-verdi på .578, og et antall manglende data på 5.4-6.3%.

4.4.3 Foreldrerelasjon

Med hensikt i å undersøke hvordan relasjonen mellom ungdom og foreldre kan virke inn på opplevelsen av kroppspress har jeg samlet åtte spørsmål fra spørreskjemaet til konstruktet foreldrerelasjon. Etter gjennomgang av spørreskjemaet og datasettet sjekket jeg spørsmålene med min veileder for å undersøke enigheten om at de aktuelle spørsmålene faktisk måler foreldrerelasjon. Det var flere interessante spørsmål som måtte ekskluderes på grunnlag av et høyt antall manglende enheter på 72.3-98.6%. Spørsmålene foreldre3, foreldre6, foreldre9, forhfor1, forhfor3, forhfor4, hjemtid1, måltid6, skolint3, skolint5, skolint6, formøte1, fritid5 og alvor1 er derfor utelatt fra konstruktet. I forhold til de variablene som er inkludert er foreldre1, foreldre2,

foreldre4, foreldre7 og foreldre10 er hentet fra det samme spørsmålsbatteriet i undersøkelsen, rettet mot foreldre. Variablene utgjør hele skalaen som har til hensikt å undersøke foreldrenes oversikt over ungdommenes liv. Spørsmålenes opprinnelse er ikke kjent, men de er benyttet i tidligere Ungdata-undersøkelser, Ung i Norge- og Ung i Oslo undersøkelser (Frøyland, 2017, s. 28). De tre siste, atfpro18, fornøyd1 og persprob1 er plukket fra ulike spørsmålsbatterier knyttet til foreldrerelasjon og passer godt med. Atfpro18 er en del av en skala som har til hensikt å undersøke atferdsproblemer. Skalaen er utviklet med inspirasjon fra Olweus (1989), den amerikanske National Youth Longitudinal Study (Windle, 1990) og fra Ung i Norge-undersøkelsene (Frøyland, 2017, s. 34-35). Flere av spørsmålene ble også benyttet i Ungdata-undersøkelsene på 1980- og 90-tallet, og i tidligere Ung i Oslo-undersøkelser (Frøyland, 2017, s. 34-35). Persprob1 tilhører en skala for mål på sosial støtte inspirert av Sarason's Social Support Measure (Sarason, Sarason, Shearin & Pierce, 1987), og liknende mål er også benyttet i andre undersøkelser (Buhrmester, 1990; Meeus, 1989). Dette spørsmålet er hentet ut da det bidrar til mål på foreldrerelasjonen. Fornøyd1 er hentet fra en skala med hensikt av å måle grad av fornøydhet med livet, og dette spørsmålet innhenter informasjon om hvor fornøyd ungdommen er med sine foreldre. Skalaens opprinnelse er ikke kjent (Frøyland, 2017, s. 55-56). Konstruktet utgjør en uavhengig variabel, og benyttes som et gjennomsnitt i analysene. Konstruktet foreldrerelasjon utgjør en Cronbach's alpha-verdi på .745, og har et antall manglende enheter på mellom 1.8-7.5%.

4.4.4 Kontrollvariabler

Kjønn og klassetrinn er inkludert som kontrollvariabler i den hierarkiske regresjonsanalysen i hensikt av å undersøke at sammenhengen mellom opplevd kroppspress, nettaktivitet og foreldrerelasjon ikke skyldes andre variabler som ikke er inkludert i analysen. Kjønn stilles som et spørsmål med svaralternativene jente og gutt (Frøyland, 2017, s. 23). Klassetrinn stilles som et spørsmål der elevene på ungdomsskolen får svaralternativene 8. til 10. trinn og elevene på videregående skole får svaralternativene VG1 til VG3 (Frøyland, 2017, s. 23). Variablene er begge på kategorisk målenivå.

4.5 Analyseformer

Analysen er gjennomført i programmet SPSS Statistics versjon 28. Tabeller og diagrammer er ellers utarbeidet i Microsoft Word. Jeg har benyttet korrelasjon mellom kontrollvariabler, uavhengige og

avhengige variabler. Videre har jeg benyttet hierarkisk regresjonsanalyse for å beregne effekten av nettaktivitet og foreldrereelasjon på opplevd kroppspress, og kontrollert for kjønn og klasstrinn.

4.6 Deltakere

Som vi ser av tabell 1 er det relativt jevn deltakelse blant jenter og gutter samt jevn deltakelse fra de ulike klasstrinn før det avtar noe mot slutten av videregående skole.

Tabell 1. Antall deltakere i Ungdata-undersøkelsen 2017-2019.

	8. klasse	9. klasse	10. klasse	VG1	VG2	VG3
Jenter	27038	26068	25593	26059	20898	15060
Gutter	27536	26685	25831	27563	21854	12198

5 Resultater

5.1 Deskriptiv statistikk

Deskriptiv statistikk er mål på sentraltendens og spredning i dataene. Gjennomsnittet beregnes fra alle verdiene i datasettet. Videre gir standardavviket informasjon om hvordan dataene er spredt ut fra gjennomsnittet. Deskriptiv statistikk er presentert i tabell 2.

Tabell 2. Gjennomsnitt og standardavvik (i parentes) for variablene i denne studien.

Gutter						
Variabler	8. kl.	9. kl.	10. kl.	VG1	VG2	VG3
Opplevd kroppspress	2.3 (.6)	2.4 (.6)	2.4 (.6)	2.4 (.7)	2.4 (.7)	2.4 (.6)
Nettaktivitet	3.7 (.9)	3.8 (.9)	3.9 (.9)	3.9 (1)	3.9 (1)	3.8 (1)
Foreldrerelasjon	3.6 (.4)	3.5 (.5)	3.4 (.5)	3.4 (.5)	3.3 (.5)	3.3 (.5)

Jenter						
Variabler	8. kl.	9. kl.	10. kl.	VG1	VG2	VG3
Opplevd kroppspress	2.5 (.7)	2.6 (.7)	2.7 (.7)	2.7 (.7)	2.7 (.7)	2.6 (.6)
Nettaktivitet	3.8 (1)	4 (1)	4.1 (1)	4.1 (1)	4 (1)	3.9 (1)
Foreldrerelasjon	3.6 (.5)	3.5 (.5)	3.5 (.5)	3.4 (.5)	3.4 (.5)	3.4 (.5)

5.2 Statistiske analyser

En uavhengig t-test ble gjennomført for å sammenligne de ulike variablene mot kjønn. Resultatene er signifikante, og forutsetningen om like avvik mellom kjønn er ikke brutt. Tabell 3 viser at jenter ($M=2.6$, $SD=.685$) opplevde mer kroppspress sammenlignet med gutter ($M=2.4$, $SD=.652$), $t(282072)=91.9$, $p=.000$. Videre har jenter ($M=4.0$, $SD=1.022$) rapportert økt nettaktivitet sammenlignet med gutter ($M=3.8$, $SD=.951$), $t(280752)=52.6$, $p=.000$. Tabell 3 viser også at jenter ($M=3.5$, $SD=.503$) opplevde en noe bedre foreldrerelasjon enn gutter ($M=3.4$, $SD=.510$), $t(286086)=14.9$, $p=.001$.

Tabell 3. Forskjeller mellom jenter og gutter i opplevd kroppspress, nettaktivitet og foreldrerelasjon.

Variabler	Jenter			Gutter			Statistisk sammenligning			
	N	M	SD	N	M	SD	t	p	Mdiff	d
Opplevd kroppspress	141722	2.6	.685	140352	2.4	.652	91.9	.000	.231	.356
Nettaktivitet	141494	4.0	1.022	139260	3.8	.951	52.6	.000	.196	.199
Foreldrerelasjon	143027	3.5	.503	143061	3.4	.510	14.9	<.001	.028	.056

Forkortelser: M=gjennomsnitt, SD=standardavvik, t=t-verdi, p=p-verdi, d=Cohen's d.

5.3 Korrelasjon

Vi ser av tabell 4 at korrelasjonen mellom opplevd kroppspress og nettaktivitet er positiv, som betyr at økt opplevelse av kroppspress er forbundet med mer nettaktivitet. Videre er opplevd kroppspress og foreldrerelasjon negativt korrelert, som betyr at en god foreldrerelasjon er forbundet med lavere opplevelse av kroppspress hos ungdom. Nettaktivitet og foreldrerelasjon er negativt korrelert, som betyr at en god foreldrerelasjon er forbundet med lavere nettaktivitet.

Tabell 4. Korrelasjonskoeffisienter mellom kjønn, klasstrinn, opplevd kroppspress, nettaktivitet og foreldrerelasjon.

	1	2	3	4	5
1. Kjønn		.019***	.186***	.098***	.025***
2. Klasstrinn			.061***	.050***	-.160***
3. Opplevd kroppspress				.146***	-.363***
4. Nettaktivitet					-.166***
5. Foreldrerelasjon					

***p < .01.

5.4 Hierarkisk regresjonsanalyse

Hierarkisk regresjonsanalyse ble utført for å undersøke effekten av nettaktivitet og foreldrerelasjon på opplevd kroppspress. I første blokk ble kontrollvariablene kjønn og klasstrinn lagt inn, og de uavhengige variablene ble lagt inn i den andre blokken. Modellen viste at kontrollvariablene hadde signifikant effekt på opplevd kroppspress, $F(2, 272764) = 5386.17$, $p = .001$, $R^2 = .038$.

Kontrollvariablene forklarte omtrent 4 % av variansen av opplevd kroppspress. Resultatene viste en trend der jenter opplevde høyere kroppspress enn gutter ($\beta = .245$, $p = .001$). Dessuten viste resultatene en trend der elever i høyere klasstrinn opplevde mer kroppspress sammenlignet med elevene på lavere klasstrinn ($\beta = .023$, $p = .001$). Modellen forklarte ytterligere varians i blokk 2,

$F(4, 272764) = 14382, p = .001 (\Delta R^2 = .136)$. Nettaktivitet ($\beta = .046, p = .001$) og foreldrerelasjon ($\beta = -.470, p = .001$) var knyttet til opplevd kroppspress, og forklarer samlet 17% av variansen av opplevd kroppspress.

Tabell 5. Resultater av hierarkisk regresjonsanalyse for opplevd kroppspress^a

Prediktorer	Opplevd kroppspress		
	β	R ²	ΔR^2
Blokk 1			
Kontrollvariabler ^b		.038	
Blokk 2			
Nettaktivitet	.046***	.174	.136***
Foreldrerelasjon	-.470***		

^a $n=272765$, ^bKontrollvariabler (kjønn, klassetrinn)

*** $p < .001$

6 Diskusjon

Ved hjelp av de presenterte teoretiske perspektivene og eksisterende forskning på feltet vil jeg her drøfte og forklare de empiriske funnene. Avhandlingens hypoteser ble testet ved å undersøke hvordan nettaktivitet og foreldrerelasjon påvirker opplevd kroppspress hos ungdom i Norge. Jeg vil til slutt i kapittelet belyse hvordan de aktuelle funn kan benyttes, hva som vil være interessant å undersøke nærmere ved fremtidig forskning og deretter redegjøre for avhandlingens begrensninger.

6.1 Oppsummering av funn

Økt nettaktivitet viste sammenheng med økt opplevelse av kroppspress i samsvar med forskningshypotese 1. Dessuten viste foreldrerelasjon sammenheng med opplevd kroppspress, i samsvarer med forskningshypotese 2. Resultatene ble støttet etter bruk av kontrollvariablene kjønn og klassetrinn.

6.2 Nettaktivitet og kroppspress

Sammenhengen mellom nettaktivitet og opplevd kroppspress er i tråd med eksisterende forskning som viste at utseenderelatert innhold på nett assosieres med negativt kroppsbilde (Hargreaves & Tiggemann, 2004, s. 357-358; Steinnes et al., 2019, s. 40-41; Tiggemann & Miller, 2010, s. 85). Samfunnets kroppsidealer bidrar til hvordan kropp blir fremstilt på internett, og kan på samme måte bidra til et usunt kroppsfokus. I tillegg fremstår kroppsidealene som sterke og relativt satt (de Vries et al., 2019, s. 527; Grogan, 2008, s. 108; Slater & Tiggemann, 2010, s. 47; Strandbu & Kvalem, 2014, s. 628-629), spesielt ovenfor jenter (Eriksen & Walseth, 2021, s. 167; Strand et al., 2017, s. 115-116; Strandbu & Kvalem, 2014, s. 629-630). Jeg vil anta at kroppsidealene påvirker ungdom i forhold til hvordan de fremstiller seg selv og ser på andre på internett. Med bakgrunn i kroppspress på internett fremstår ungdoms opplevelse av en normal kropp noe forvrengt. Den alminnelige kroppen og kroppslige variasjoner forsvinner i mengden av kropp fremstilt gjennom samfunnets gjeldende kroppsidealer. På denne måten får og innehar ungdom et noe forvrengt syn på de faktiske forhold, i sammenligning med Giddens (1991, s. 16-17) sine argumenter om at senmodernitetens risiko kan bidra til en forstyrret virkelighetsoppfatning. I tråd med det aktuelle funnet om at opplevelsen av kroppspress har sammenheng med nettaktivitet blant ungdom vil jeg se på internett i sin helhet som det Giddens (1990, s. 22) omtalte som et ekspertssystem. Jeg undres

videre over i hvilken grad tillit er tilstedeværende hos ungdom ved bruk av for eksempel sosiale medier, og i hvilken grad ungdom selv reflekterer over om deres relasjon til ulike mennesker på internett er tillitsbasert. Ved å se dette i sammenheng med kroppspress kommer det tydelig frem at tillit er en utfordring. På den ene siden kan jeg se ungdom med kanskje for stor grad av tillit til deres opplevelser i sosiale medier, som dermed bidrar til et naivt syn på fremstilling av kropp. I motsetning kan det hele være totalt motsatt, og handle om at ungdom mangler tillit med tanke på kroppspress i sosiale medier. Dagens samfunn preges av relasjoner man anser som nyttige, og som man som individ kan få noe ut av. På samme måte ser vi tendenser til å avslutte relasjoner der vi ikke har noe å hente, i tråd med Giddens (1991, s. 93-94) syn på rene relasjoner. Spørsmålet er imidlertid hvordan ungdom tar denne type vurderinger. Når anser de om det er noe å hente eller ikke?

Vi kan videre benytte selvbestemmelsesteoriens motivasjonsfokus i forståelsen av påvirkning fra kroppspress på internett. Jeg vil trekke linjer mellom motivasjon og ungdoms egne verdier og holdninger. Dersom ungdom sine handlinger på nett har bakgrunn i indre styrt motivasjon vil de oppleve å være fri fra press og belønningsfokus (Deci & Ryan, 1985, s. 29). Indre motiverte handlinger er i større grad styrt av egne verdier og holdninger, og gjennomføres på bakgrunn av fri vilje (Gagné & Deci, 2005, s. 333-334). Jeg vil imidlertid stille spørsmål til om denne varianten av motivasjon i det hele tatt finner sted for eksempel i sosiale medier, da det hele er drevet av tilbakemeldinger. I motsetning vil ytre motiverte handlinger være preget av stress, press og belønning (Deci & Ryan, 1985, s. 34), noe jeg absolutt mener er til stede i sosiale medier, og som vi kan se i sammenheng med opplevd kroppspress. Belønningsfokuset kommer til syne i søken etter likes og tilbakemeldinger. Med dette utgangspunktet kan man tenke seg at ungdom på bakgrunn av deres grad av selvbestemmelse kan ta relativt bevisste valg knyttet til påvirkningen av kroppspress på internett. I tråd med egne verdier kan man gjennom høy grad av selvbestemmelse velge bort denne type påvirkning, mens man ved lav grad av selvbestemmelse vil ha vanskeligere for å ta et slikt bevisst valg. Ryan og Deci (2017, s. 3) fremmet autonomi, kompetanse og tilhørighet som nødvendig for tilfredshet. I tråd med dette innebærer min forståelse at man lettere kan la seg påvirke av kroppspress på nett i søken etter tilfredsstillelse av disse behovene.

Observasjonslæringen i den sosial kognitive teorien kan bidra i forståelsen av hvordan ungdom tar etter og lærer gjennom det de observerer på internett (Bandura, 2001, s. 271). Min forståelse av

den sosial kognitive teorien innebærer at ungdommenes grunnlag spiller inn på opplevd kroppspress på internett, og at man deretter lærer gjennom erfaring av liknende opplevelser tidligere. På samme måte vil andre gjenta liknende handlinger igjen og igjen til tross for mangel på den ønskede responsen. Like fullt ønsker ungdom ulike konsekvenser fra sine handlinger. Noen ønsker seg oppmerksomhet og anerkjennelse knyttet til utseende, mens andre er mer opptatt av anerkjennelse knyttet til deres væremåte. Det kan tenkes at det oppleves noe lettere å oppnå førstnevnte gjennom sosiale medier. Mange vil kanskje stille seg spørsmålet om man kan være opptatt av gode og sunne verdier samtidig som man også ønsker anerkjennelse og oppmerksomhet for sin fremstilling av egen kropp og utseende i sosiale medier. Jeg vil trekke inn foreldrerelasjonen som aktuell gjennom ungdommens tillærte verdier og forståelse for de mekanismene man utsettes for gjennom sosiale medier. Dette ser jeg i sammenheng med Bandura (2001, s. 272) sitt utsagn om at kognitive ferdigheter kan ha innvirkning på hvordan man opplever og hva man henter ut fra en lærings situasjon.

Internett og sosiale medier legger på mange måter til rette for sammenligning da brukerne i stor grad motiveres av likes og følgere. Den ustanselige fremstillingen av det positive og idealiserte liv er i tråd med Twenge (2017b, s. 55) sitt syn på at det negative utelates fra sosiale medier. På mange måter skaper man i sosiale medier sitt idealiserte jeg, noe som i stor grad støttes av Øhra (2018, s. 02:00-18:18) og Madsen (2018, s. 118-124) sine utsagn om et presentasjonsorientert samfunn. Gjennom sosiale medier kan man for eksempel sammenligne seg med andre på en rekke områder, både med utgangspunkt i popularitet, personlighetstrekk og sosioøkonomisk status i forhold til velstand, boforhold, ferier og opplevelser. Relasjoner kan også være grunnlag for sammenligning, og gjennom kjæresteforhold, vennskap og familierelasjoner ser man kanskje en nærhet hos andre man dermed ønsker seg selv. Kropp er sentralt knyttet til nettaktivitet, og kanskje spesielt blant de større profilene i sosiale medier, som legger et grunnlag for denne type sammenligning i tråd med teorien om sosial sammenligning (Festinger, 1954). På mange måter tilrettelegges det for sammenligning av usunne idealer i sosiale medier, og det er likes og følgere som indikerer populariteten, anerkjennelsen og oppmerksomheten man kan innhente. På denne måten kan vi anse sosiale medier som en kilde til påvirkning på ungdoms kroppsilde, i tråd med Grogan (2008, s. 118-119) som hevdet at sosial sammenligning er sentralt knyttet til påvirkning på kroppsildet fra media.

På bakgrunn av mye redigering og retusjering av bilder i sosiale medier ser jeg på sosial sammenligning som ytterligere utfordrende. Flere av plattformene for bildedeling er i stor grad preget av filter, og bildene som deles er dermed ofte redigerte. Filtrene redigerer enkelt øyne og lepper større, nesen smalere og kinnbena tydeligere, huden glettes ut og hudfargen blir gyllen, noe som kan sees i sammenheng med Fardouly et al. (2015, s. 43) som belyste bekymringer knyttet til hud, hår og ansiktstrekk ved bruk av Facebook. I mine øyne er dette drastiske endringer, og jeg rystes over hvordan ungdom ender opp med å sammenligne sitt naturlige utseende med disse kraftig redigerte bildene av både andre og seg selv. Dette understøttes av Steinnes et al. (2019, s. 55) som poengterte hvordan redigeringsmulighetene legger til rette for sammenligning med sitt eget idealiserte jeg. Videre støttes dette av Gioia et al. (2020, s. 780) som påpekte sammenhengen mellom redigerte og idealiserte bilder og kroppsrelaterte plager. Til tross for at ungdom eller andre større profiler jevnt over benytter seg av disse funksjonene vil det være interessant å se nærmere på i hvilken grad ungdom har dette i mente når de observerer andre på internett. Dette ble belyst av Steinnes et al. (2019, s. 51) som fant at unge var bevisst på andres bilderedigering, men samtidig ikke tenkte over dette ved bruk av sosiale medier.

Ifølge sosial sammenligningsteori sammenligner vi oss i utgangspunktet med mennesker vi opplever likhet med (Festinger, 1954, s. 118 og 121-122). Knyttet til kroppspress på internett kan vi se likheten i sammenheng med utseende, kroppsfasong og andre fysiske trekk. Ungdom sammenligner seg dermed med andre på bakgrunn av opplevd likhet, og forventer dermed å oppnå det samme som vedkommende de sammenligner seg med. Med denne type sammenligning vil jeg si at fallhøyden er stor samt at de negative konsekvensene kan bli store når ungdom ikke oppnår det samme som deres sammenligningsindivider. Dessuten sees utseendefokusert bruk av sosiale medier i sammenheng med dårlig kroppsbylde (Jarman et al., 2021, s. 139). Videre kan det diskuteres i hvilken grad det foreligger likheter på internett, og hvilke likheter som er aktuelle i denne sammenheng. Jeg vil påstå at likheter også kan innebære svakheter, utfordringer og andre mindre attraktive sider ved mennesket. Om dette kommer tydelig frem i sammenheng med sammenligning på internett er jeg imidlertid usikker på. Slike varianter ville kanskje bidratt til positive utfall av sammenligning, da det kunne bidratt til at ungdom opplever at det er flere som dem og at de ikke står alene med sine utfordringer. Dette kan sees i likhet med nedadgående sammenligning som kan bidra selvforsterkende (Wood, 1989, s. 240). På en annen side vil det være både positive og negative sider ved å dele åpent.

Vi vet at ungdomsårene er preget av identitetsutvikling, og etter min forståelse er ungdom i en fase der de søker aksept og anerkjennelse. På internett kommer det til syne at profiler som byr på seg selv og er aktive med å dele innhold oppnår en større respons. For ungdom kan det kanskje være vanskelig å se for seg helheten ved å dele innhold så offentlig og åpent. Det er kanskje kjent at denne type utlevering av seg selv også kommer med mindre hyggelige tilbakemeldinger, men jeg er usikker på om dette fremstår tydelig for ungdom. Kanskje velger de også på sett og vis bort denne type informasjon i søken etter aksept, eller veier det positive og det negative opp mot hverandre og handler etter prioritering. Etter min forståelse er ikke utlevering av seg selv på internett for alle, og det er i stor grad personavhengig om man ønsker den type oppmerksomhet som medfølger å opptre offentlig på denne måten. Jeg forstår den sosiale sammenligningsteorien på den måten at ungdom som eksponeres for denne type profiler i mange tilfeller vil ønske seg samme type respons og oppmerksomhet. Dette bidrar til at ungdom forsøker å handle på samme måte som de større profilene i håp om å oppnå samme type respons. I mange tilfeller fokuserer populære kontoer som dette på kropp og seksualisert fremstilling av kropp. I likhet med dette belyste Salomon og Brown (2019, s. 553) at å publisere bilder av seg selv sees i sammenheng med ønsket respons knyttet til kroppen.

I mine øyne handler sammenligningen på internett i stor grad om vurdering og evaluering av seg selv. Sammenligning kan på denne måten bidra til å kartlegge eget ståsted, for eksempel knyttet til popularitet blant jevnaldrende eller rangering av utseende. Men gjør det egentlig godt med denne sammenligningen, eller utsetter man seg selv for noe negativt gang på gang? Dersom ungdom sammenligner seg med noen de anser som bedre enn seg selv, har de noen «å ta etter» og de kan bruke dette til å styrke seg selv. Dette i tråd med selvforsterkning innenfor sosial sammenligningsteori (Wood, 1989, s. 233). På mange måter er dette bra, og kan kanskje fungere utviklende på enkelte områder. Jeg er imidlertid skeptisk til det jaget etter forbedring som dette kan skape, da det i større grad vil bidra med negative konsekvenser. I sammenheng med kroppspress er utseende og kropp faktorer man i mindre grad kan påvirke og utvikle sammenlignet med ferdigheter i idrett eller på scenen. Internett florerer av utseenderelatert reklame og man kan klikke hjem produkter for solbrun hud, hvite tenner og perfekte øyenbryn. Både Hesse-Biber et al. (2006, s. 220), Steinnes et al. (2019, s. 40-41) og Hargreaves og Tiggemann (2004, s. 357-358) belyste negative kroppsrelaterte konsekvenser av utseendefokusert reklame. Denne type holdninger og reklame preger ikke bare internett, men samfunnet vårt generelt, i tråd med

prinsippet om selvforbedring i teorien om sosial sammenligning (Wood, 1989, s. 233) og Bandura (2001, s. 282) sin observasjonslæring.

Gjennom mitt syn på kroppspress på internett i lys av teorien om sosial sammenligning (Festinger, 1954) blir det tydelig for meg at det hele tiden handler om å oppnå noe bedre. I likhet med dette er internett og sosiale medier utømmelig, og uavhengig av hvor mye du faktisk har oppnådd med tanke på utseende og skjønnhet vil det alltid finnes noe nytt å ta tak i. På denne måten vil man aldri oppnå å være bra nok eller fornøyd i forhold til det utseendefokuset man utsettes for på internett. Min forståelse i lys av sosial sammenligningsteori handler om at sosial sammenligning kan fungere styrkende på noen få områder, men at det utelukkende er negativt i sammenheng med opplevd kroppspress på internett. Et slikt jag etter utseende vil ikke være positivt for noen, spesielt ikke for ungdom i deres mest sårbare tid. Dette i tråd med eksisterende forskning som viste negative konsekvenser av kroppsfokusert sammenligning på nett (Chua & Chang, 2016, s. 196; Fardouly et al., 2015, s. 43; Kleemans et al., 2018, s. 104; Tiggemann & McGill, 2004, s. 40).

6.3 Foreldrerelasjon og kroppspress

Sammenhengen mellom foreldrerelasjon og opplevd kroppspress er i tråd med eksisterende forskning som viste at foreldrerelasjonen viser en beskyttende effekt ovenfor kroppspress (Burnette et al., 2017, s. 123; de Vries et al., 2019, s. 532; Garnezy et al., 1984, s. 102; Nisja et al., 2021, s. 170; Saunders & Frazier, 2017, s. 1250). En god foreldrerelasjon kan ha en rekke fordeler for ungdom i en tid preget av en rekke nye erfaringer. Gjennom internett kan ungdom ha både gode og utfordrende opplevelser, og de kan erfare ulik tilnærming og oppmerksomhet fra andre mennesker. En god foreldrerelasjon kan legge et godt grunnlag for kommunikasjonen mellom ungdom og foreldre, og bidra med en trygghet hos ungdommen som kan gjøre det lettere å dele de eventuelle utfordringer de møter på som i dette tilfellet omhandler nettaktivitet. Jevnlige opplevelse av ivaretagelse, aksept og kjærlighet fra foreldre kan fungere beskyttende og forebyggende for negative opplevelser som kroppspress på internett for ungdom. Dette til sammenligning med teorien om sosial støtte sin hypotese om direkteeffekt (Cohen & Wills, 1985, s. 310). I tillegg kan en god foreldrerelasjon være svært nyttig og aktuell i kriser og stressrelaterte hendelser. Ettersom sosiale medier i stor grad er basert på respons fra andre på innholdet man deler, kan sosial støtte også være effektiv med tanke på negative tilbakemeldinger og også vurdering knyttet til deling av

innhold og bilder i sosiale medier, i tråd med hypotesen om buffereffekt (Cohen & Wills, 1985, s. 310).

I lys av både selvbestemmelsesteorien (Ryan & Deci, 2017, s. 349) og Giddens (1992, s. 98) sin modernitetsforståelse har samfunnet utviklet seg i en retning av økt interesse for relasjoner og relasjonelle forhold, og foreldrerollen er kanskje enda mer fokusert på kjærlighet, trygghet og tillit enn hva den tidligere har vært. Mye tyder på at familien har gjennomgått en endring på generelt grunnlag, og i dag er mer preget av intimitet og nærhet. Dette kan sees i sammenheng med Aarseth (2018, s. 90-91) og Frønes (2006, s. 58) sine utsagn om at tilknytning og emosjonelle bånd står sterkere i dagens samfunn. Med utgangspunkt i det sosiale livet ungdom i dag har via internett, vil de også ha tid til å oppholde seg mer hjemme da dette er to dimensjoner i livet som nå lar seg kombinere i større grad enn før den digitale utviklingen. Dette kan bidra til et forhold mellom ungdom og foreldre preget av felles aktiviteter og større grad av nærhet. En god foreldrerelasjon kan bidra med nødvendig og styrkende støtte, og dermed tilrettelegge for ungdoms utvikling av evner og kompetanse, noe som kommer til syne gjennom både Giddens (1992, s. 98), selvbestemmelsesteorien (Ryan & Deci, 2017, s. 382) og i teorien om sosial støtte (Robinson, 1995, s. 272-273; Stewart & Suldo, 2011, s. 1027). I selvbestemmelsesteorien finner vi disse elementene igjen i teoriens engasjement for autonomi og selvstendighet, og videre i behovet for en trygg base i mestringsutvikling (Ryan & Deci, 2017, s. 320). I dag påvirkes ungdoms identitetsdannelse av internett, og de nevnte faktorene gjelder like fullt knyttet til den digitale verden. På mange måter vil nok ikke ungdom skille særlig mellom dette selv, men for foreldrene kan det kanskje være fort gjort å overse eller glemme den påvirkningen det digitale livet kan ha på unge. Atferd gir konsekvenser også på internett, og ungdom er like fullt i behov av en trygg base og emosjonell støtte når de møter på utfordringer, noe som understøttes i selvbestemmelsesteorien (Ryan & Deci, 2017, s. 320). Giddens (1992, s. 98 og 105) på sin side belyste den emosjonelle tilknytningen mellom foreldre og barn som nødvendig, og problematiserte samtidig motsetningen som skadelig for barnas utvikling.

Med et stort kroppsfokus og en hel del bildedeling med det samme fokuset kan det tenkes at ungdom kan komme utfor utfordringer der de har behov for veiledning eller hjelp fra voksne. På samme måte vil det være en styrke å kunne snakke om det kroppspresset unge opplever med sine foreldre. Ved å snakke om det kan det oppleves annerledes, og kanskje mer håndterlig. Slik jeg

forstår foreldrerelasjonen i lys av teorien om sosial støtte er det nødvendig at foreldre er nysgjerrige på hva ungdom gjør på internett og hvordan de ulike sosiale mediene brukes (Cohen & Wills, 1985, s. 313-314; Dutton et al., 2020, s. 2). Foreldre må vise engasjement og interesse for det som opptar tiden til ungdom, og dermed åpne for at ungdom deler det de selv opplever. På denne måten åpner foreldre for en åpen dialog og et vennlig samspill både når alt er fint, men ikke minst når det oppstår problemer. I likhet med dette er Bandura (2001, s. 272) sin interesse for kognitive ferdigheter, forståelse og verdier som utgangspunkt for læringssituasjonen relevant. Gjennom ungdoms utforming av atferd og mentale evner vil de i varierende grad være rustet til å vurdere deres opplevelser og observasjoner på internett på en gunstig måte.

Sosial støtte viser seg i ulike varianter, og gjennom økt nettaktivitet vil ungdom etter mitt syn bruke mindre tid på å være fysisk sammen med jevnaldrende. Dette kan sees i sammenheng med at ungdom i dag oppholder seg mer hjemme (Bakken et al., 2021, s. 52-53; Twenge, 2017a, s. 63). Jeg anser dette som et negativt utfall av nettaktivitet, og sett i sammenheng med sosial støtte kan dette føre til at foreldrerelasjonen anses ekstra viktig. Dette på bakgrunn av at annen sosial støtte i større grad er fraværende, noe som understøttes av Brunborg og Burdzovic Andreas (2019, s. 205-207) som hevdet at redusert fysisk interaksjon kan bidra til mangel på sosial støtte. I kontrast til den viktige støtten fra foreldre kan manglende støtte føre til negative konsekvenser for ungdom. Nordisk samarbeid (2019) belyste for eksempel manglende sosial støtte som en årsak til unges mistriivsel.

Et kritisk blikk på innholdet på internett er helt nødvendig for å ivareta seg selv. Man kan risikere å stå i en motsetning mellom de tillærte verdiene fra sine foreldre i tråd med selvbestemmelsesteorien (Ryan & Deci, 2017, s. 8-9), opp mot de verdier man observerer og kanskje tar til seg fra internett i tråd med den sosial kognitive teorien (Bandura, 2001, s. 271). Verdier og holdninger som kan være ganske ulike. Hvordan kan vi for eksempel se på kroppens fremstilling i sosiale medier i sammenheng med sunne verdier? Lar sunne verdier seg kombinere med å være opptatt av kropp og utseende, og søke anerkjennelse for dette på internett? Det finnes et skille mellom disse feltene jeg anser som relativt satt i dagens samfunn. En tydelig begrunnelse for dette er imidlertid manglende, og etter min forståelse handler det kanskje i større grad om gamle holdninger. Holdninger som kanskje er utdatert, og ikke i tråd med samfunnsendringene. Det viktigste er likevel at ungdom skal ha det bra med seg selv i dagens samfunn, og i størst mulig grad

gjøre bevisste valg rundt hva de deler på internett og hvilken oppmerksomhet som følger med dette. Dette kan sees i lys av selvbestemmelsesteorien gjennom å stå stødig i egne valg og å være tro mot egne verdier (Pelletier & Dion, 2007, s. 325). Når det er nevnt vil jeg anta at vi kan gå mot et skifte på denne fronten, ettersom mange barn i dag vokser opp med foreldre som er svært aktive i sosiale medier og deler mye av både seg selv og sine barn. Deres verdier og holdninger til den aktuelle problemstillingen kan tenkes å være noe annerledes sammenlignet med dagens standard. Denne generasjonen barn er kanskje ikke selv brukere av sosiale medier ennå, men det kommer en tid relativt raskt der dette kan ha en større påvirkning på ungdom enn det har i dag, og med det kan vi stå ovenfor en ny dimensjon av utfordringer på dette feltet.

6.4 Praktiske implikasjoner

Denne avhandlingens belyser et viktig tema i dagens samfunn, og et tema i stadig utvikling på bakgrunn av den raske digitale og teknologiske utviklingen i samfunnet. Med tanke på sosiale mediers inntog i ungdommers liv er funnene aktuelle i flere felt. Denne avhandlingen kan bidra som et ledd i utbedringen av forebyggende tiltak rettet mot ungdom og kroppspress på internett, med informasjon om hvor innsatsen kan og bør legges. De aktuelle funnene kan tas i bruk gjennom veiledning av unge i henhold til de faktiske konsekvenser bruk av internett kan ha. Ved å opplyse ungdom om kroppspress og hvilke former kroppspress opptre i kan de være mer bevisst på hva de faktisk eksponeres for. Man kan bli påvirket uten at man selv er klar over det, men man kan også ta grep for å være mer bevisst rundt dette temaet. Det vil også være nyttig å i større grad belyse at man er god nok som man er, og økt kunnskap rundt ulikhet og naturlighet sammenlignet med hva vi har i dag. Videre kan funnene bidra i utvikling av retningslinjer og lovverk for aktørene i sosiale medier, i hensikt av å hindre kroppspress. Det er ønskelig med mindre retusjert reklame, redusert grad av seksualiserte fremstillinger og begrenset utseendefokus. Fremfor dette vil det være ønskelig at kvaliteter og prestasjoner i større grad verdsettes, med bakgrunn at man faktisk har lagt en innsats i og fått til noe. Det vil også være ønskelig med en lavere terskel for å logge av sosiale medier dersom dette bidrar til at man føler seg dårlig. Vi kommer ikke utenom at ungdom bruker sosiale medier, og dette må samfunnet akseptere fremfor å jobbe mot bruken. Like fullt vil bruken utvikle seg i tråd med samfunnsutviklingen generelt. Funnene kan være et utgangspunkt for en ny retning innenfor forebyggende arbeid, der det fokuseres mer på den trygge og gode foreldrerelasjonen. Foreldre kan ha stor nytte av kunnskap om betydningen av deres relasjon og rolle knyttet til temaet, slik den presenteres her. Gjennom denne type forebyggende arbeid vil det

komme ungdom til gode at deres foreldre opplyses om at en trygg foreldrerelasjon innebærer elementer som trygghet, aksept, god dialog og ubetinget kjærlighet. Videre vil det være aktuelt å informere foreldre tilstrekkelig om kroppspress på internett, hva kroppspress faktisk er og i hvilke varianter kroppspress opptrer. Det vil være aktuelt å poengtere foreldrenes mulighet til å innvirke på de negative konsekvensene av kroppspress som har kommet til syne gjennom denne avhandlingen. Jeg vil også understreke behovet for å starte forebyggende arbeid tidlig, med utgangspunkt i den raske digitale utviklingen og behovet for å ta tak i kroppspress på denne arenaen.

6.5 Fremtidig forskning

Opplevd kroppspress blant ungdom er et stort tema i stadig utvikling, og det finnes en rekke interessante innfallsvinkler for videre forskning på dette området. Det vil i fremtidig forskning være interessant å se på foreldrenes rolle som beskyttende i tilknytning til kroppspress med et større blikk. Kanskje kan man gjennom et foreldreperspektiv få mer informasjon om hvordan det jobbes med forebygging av kroppspress på nett. Det vil videre være interessant å ta for seg den samme tematikken med utgangspunkt i ungdom som har foreldre som selv deler aktivt på internett, og har en større følgerskare. Hvordan håndterer disse ungdommene påvirkningen fra internett, sammenlignet med ungdom som ikke har foreldre som aktivt deler innhold på internett i større omfang. Og videre hvordan foreldres trygghet i egen kropp kan bidra positivt mot opplevd kroppspress for ungdom. Andre interessante forskningsområder er hvordan vennsrelasjoner påvirker opplevd kroppspress, og forholdet mellom selvtillit og opplevd kroppspress hos ungdom. Videre vil det være en interessant innfallsvinkel å se nærmere på de ulike sosiale medieplattformene, og hvordan bruken av de ulike kan ha påvirkning på opplevd kroppspress. I forlengelse av dette vil det være nyttig med økt kunnskap om positiv og negativ bruk av sosiale medier, og mer om hva dette innebærer. Jeg opplever også forebyggende arbeid knyttet til ungdoms bruk av sosiale medier som et mangelfullt felt når det gjelder forskning, og det bør rettes større oppmerksomhet i denne retningen i fremtidig forskning.

6.6 Studiens svakheter

Jeg som forsker har ikke deltatt i utformingen av spørsmålene i Ungdata-undersøkelsen, og har heller ikke hatt innvirkning på de temaer som er inkludert i undersøkelsen. Videre gir ikke en

spørreundersøkelse som Ungdata anledning til å kontrollere for at spørsmålene forstås etter hensikten underveis i undersøkelsen. Ei heller kan det kontrolleres for at ungdommen har svart etter beste evne, til tross for at filen er vasket etter høy standard før utlevering fra NOVA (Frøyland, 2017, s. 17). En annen mulig svakhet er min manglende kontroll over at alle ungdommer faktisk har fått anledning til å delta i undersøkelsen. Ettersom Bakken (2019, s. 10) rapporterer om noe dårlig tilretteleggelse for ungdom som har vært fraværende på undersøkelsesdagen, får det meg til å tenke på andre grupper som ungdom med funksjonsnedsettelse, høyt skolefravær og lignende.

Ved tverrsnittsundersøkelser som denne skal man være oppmerksom på at resultatene kan endre seg fra undersøkelsen ble gjennomført. Videre vil det være aktuelt å ta hensyn til at påvirkningen kan gå begge veier mellom de aktuelle variablene, eller eventuelt i en sirkelbevegelse. Dette er forhold som ikke lar seg undersøke ved en tverrsnittsundersøkelse. Det er videre flere relevante spørsmål som måtte utelates i henhold til nevnte kriterier, og det kan dermed tenkes at disse kunne ha påvirket resultatene i denne studien (Ringdal, 2018, s. 422). Videre vil en longitudinell studie bedre kunne belyse forholdet mellom nettaktivitet, foreldrerelasjon og kroppspress. Undersøkelsen har ikke tatt hensyn til covid-19 pandemien som har herjet de to siste årene. Datamaterialet er innhentet i forkant av pandemien, og det må tas høyde for at resultater under og etter pandemien kan fremstå med avvik fra denne avhandlingen. Videre kan opplevd kroppspress som fenomen komme fra andre arenaer enn internett, og ungdom kan utsettes for dette på tvers av nettaktivitet. På samme måte kan kroppspress allerede være tilstedeværende når unge tar i bruk teknologi som internett og sosiale medier. Dette er forhold det ikke er kontrollert for i denne studien.

7 Avslutning

Samfunnsendringen de siste årene har bidratt til betydelig økt nettaktivitet, spesielt blant ungdom. I lys av idealiserte og perfektionerte fremstillinger av seg selv på nett, med hensikt i respons og tilbakemeldinger, har kroppspress oppstått i en ny dimensjon. Store deler av aktiviteten som foregår på nett er utseendefokusert, og det hele underbygges av reklame med det samme fokusområdet. På bakgrunn av dette er opplevd kroppspress på nett en helt nødvendig problemstilling å belyse i dagens samfunn. Med økt nettaktivitet følger det at ungdom oppholder seg mer hjemme, og foreldrerelasjonen får økt betydning. Jeg har derfor undersøkt temaet i lys av foreldrerelasjonen.

Avhandlingens formål har vært å undersøke sammenhengene mellom nettaktivitet og foreldrerelasjon (som uavhengige variabler) og opplevd kroppspress (som avhengig variabel). Med dette utgangspunktet er avhandlingen utarbeidet fra problemstillingen «Er det sammenheng mellom nettaktivitet, foreldrerelasjon og opplevd kroppspress?». Det ble benyttet data fra den nasjonale Ungdata-undersøkelsen gjennomført i 2017-2019 for å besvare problemstillingen, og det ble gjennomført hierarkisk regresjonsanalyse. Resultatene viste sammenheng mellom nettaktivitet og opplevd kroppspress samt sammenheng mellom foreldrerelasjon og opplevd kroppspress. Resultatene ble støttet etter bruk av kontrollvariablene kjønn og klassetrinn.

Referanser

- Auerbach, R. P., Bigda-Peyton, J. S., Eberhart, N. K., Webb, C. A. & Ho, M.-H. R. (2010). Conceptualizing the prospective relationship between social support, stress, and depressive symptoms among adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(4), 475-487. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9479-x>
- Bakken, A. (2019). Ungdata 2019. Nasjonale resultater. I: NOVA, OsloMet.
- Bakken, A. (2020). Ungdata 2020: Nasjonale resultater. I: NOVA, OsloMet.
- Bakken, A., Hegna, K. & Sletten, M. A. (2021). Offline, online. Digitale ungdomsliv gjennom tre tiår. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *Ungdommen* (s. 29-61). Oslo: Cappelen damm akademisk.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory of mass communication. *Media psychology*, 3(3), 265-299. https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0303_03
- Baxter, N. N., Goodwin, P. J., McLeod, R. S., Dion, R., Devins, G. & Bombardier, C. (2006). Reliability and validity of the body image after breast cancer questionnaire. *The Breast Journal*, 12(3), 221-232. <https://doi.org/10.1111/j.1075-122X.2006.00246.x>
- Bell, B. T. (2019). «You take fifty photos, delete forty nine and use one»: A qualitative study of adolescent image-sharing practices on social media. *International Journal of Child-Computer Interaction*, 20, 64-71. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2019.03.002>
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (2000). *Den samfunnsskapte virkelighet* (F. Wiik, Overs.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Boudreault-Bouchard, A.-M., Dion, J., Hains, J., Vandermeerschen, J., Laberge, L. & Perron, M. (2013). Impact of parental emotional support and coercive control on adolescents' self-esteem and psychological distress: Results of a four-year longitudinal study. *Journal of Adolescents*, 36(4), 695-704. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.05.002>
- Brunborg, G. S. & Burdzovic Andreas, J. (2019). Increase in time spent on social media is associated with modest increase in depression, conduct problems, and episodic heavy drinking. *Journal of Adolescents*, 74(C), 201-209. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.06.013>
- Bråten, S. (2004). *Kommunikasjon og samspill: fra fødsel til alderdom* (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Buhrmester, D. (1990). Intimacy of friendship, interpersonal competence, and adjustment during preadolescence and adolescence. *Child development*, 61(4), 1101-1111. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1990.tb02844.x>
- Burnette, C. B., Kwitowski, M. A. & Mazzeo, S. E. (2017). "I don't need people to tell me I'm pretty on social media:" A qualitative study of social media and body image in early adolescent girls. *Body Image*, 23, 114-125. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.09.001>
- Buunk, A. P. & Gibbons, F. X. (2007). Social comparison: The end of a theory and the emergence of a field. *Organizational behavior and human decision processes*, 102(1), 3-21. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2006.09.007>
- Choo, H. & Shek, D. (2013). Quality of parent-child relationship, family conflict, peer pressure, and drinking behaviors of adolescents in an asian context: The case of Singapore. *Social indicators research*, 110(3), 1141-1157. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9977-4>
- Chu, P. S., Saucier, D. A. & Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of social and clinical psychology*, 29(6), 624-645. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.624>
- Chua, T. H. H. & Chang, L. (2016). Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in human behavior*, 55, 190-197. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.011>

- Clarke, B. H. (2009). Early adolescents' use of social networking sites to maintain friendship and explore identity: Implications for policy. *Policy and internet*, 1(1), 55-89.
<https://doi.org/10.2202/1944-2866.1018>
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *The American Psychologist*, 59(8), 676-684.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.676>
- Cohen, S. & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Dalgard, O. S., Bjørk, S. & Tambs, K. (1995). Social support, negative life events and mental health. *The British Journal of Psychiatry*, 166(1), 29-34. <https://doi.org/10.1192/bjp.166.1.29>
- Danielsen, A. G., Samdal, O., Hetland, J. & Wold, B. (2009). School-related social support and students' perceived life satisfaction. *The journal of educational research*, 102(4), 303-320.
<https://doi.org/10.3200/JOER.102.4.303-320>
- De nasjonale forskningsetiske komiteene. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi* (4. utg.). Oslo: De nasjonale forskningsetiske komiteene.
- de Vries, D. A. & Kühne, R. (2015). Facebook and self-perception: Individual susceptibility to negative social comparison on Facebook. *Personality and individual differences*, 86, 217-221.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.05.029>
- de Vries, D. A., Vossen, H. G. M. & van der Kolk – van der Boom, P. (2019). Social media and body dissatisfaction: Investigating the attenuating role of positive parent–adolescent relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(3), 527-536.
<https://doi.org/10.1007/s10964-018-0956-9>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior* (1st ed. 1985. utg.). New York, NY: Springer US.
- Dutton, Y. E. C., Choi, I.-J. & Choi, E. (2020). Perceived parental support and adolescents' positive self-beliefs and levels of distress across four countries. *Frontiers in Psychology*, 11, 1-11.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00353>
- Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Eriksen, I. M. & Walseth, K. (2021). Med kropp som prosjekt. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *Ungdommen* (s. 153-172). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R. & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
<https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Frønes, I. (2006). *De likeverdige: om sosialisering og de jevnaldrendes betydning* (3. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Frøyland, L. R. (2017). *Ungdata - Lokale ungdomsundersøkelser. Dokumentasjon av variablene i spørreskjemaet*. Hentet fra <https://www.ungdata.no/wp-content/uploads/2020/09/Ungdata-Dokumentasjonsrapport-2010-2019-PDF-1.pdf>
- Furman, R., Jackson, R. L., Downey, E. P. & Shears, J. (2003). Social constructivist practice with youth. *Child & adolescent social work journal*, 20(4), 263-275.
<https://doi.org/10.1023/A:1024504925017>
- Gagné, M. & Deci, E. L. (2005). Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior*, 26(4), 331-362. <https://doi.org/10.1002/job.322>

- Galpin, A. (2016). Towards a theoretical framework for understanding the development of media-related needs. *Journal of children and media*, 10(3), 385-391. <https://doi.org/10.1080/17482798.2016.1194373>
- Garnezy, N., Masten, A. S. & Tellegen, A. (1984). The study of stress and competence in children: A building block for developmental psychopathology. *Child development*, 55(1), 97-111. <https://doi.org/10.2307/1129837>
- Gecas, V. & Schwalbe, M. L. (1986). Parental behavior and adolescent self-esteem. *Journal of marriage and family*, 48(1), 37-46. <https://doi.org/10.2307/352226>
- Giddens, A. (1990). *The consequences of modernity*. Cambridge: Polity Press.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: self and society in the late modern age*. Cambridge: Polity Press.
- Giddens, A. (1992). *The transformation of intimacy: sexuality, love and eroticism*. Oxford: Polity Press.
- Giddens, A. (1997). *Modernitetens konsekvenser* (A. Eriksen, Overs.). Oslo: Pax Forlag AS.
- Gioia, F., Griffiths, M. D. & Boursier, V. (2020). Adolescents' body shame and social networking sites: The mediating effect of body image control in photos. *Sex roles*, 83(11-12), 773-785. <https://doi.org/10.1007/s11199-020-01142-0>
- Grogan, S. (2008). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women, and children* (2. utg.). London: Routledge.
- Grønmo, S. (2016). *Samfunnsvitenskapelige metoder* (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Hargreaves, D. A. & Tiggemann, M. (2004). Idealized media images and adolescent body image: "Comparing" boys and girls. *Body Image*, 1(4), 351-361. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.10.002>
- Harter, S. (2012). *Self-perception profile for adolescents: Manual and questionnaires*. Denver, Colorado: University of Denver.
- Hesse-Biber, S., Leavy, P., Quinn, C. E. & Zoino, J. (2006). The mass marketing of disordered eating and eating disorders: The social psychology of women, thinness and culture. *Women's studies international forum*, 29(2), 208-224. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2006.03.007>
- Jarman, H. K., Marques, M. D., McLean, S. A., Slater, A. & Paxton, S. J. (2021). Social media, body satisfaction and well-being among adolescents: A mediation model of appearance-ideal internalization and comparison. *Body Image*, 36, 139-148. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.11.005>
- Johannessen, A. (2009). *Introduksjon til SPSS: versjon 17* (4. utg.). Oslo: Abstrakt forlag.
- Kleemans, M., Daalman, S., Carbaat, I. & Anshütz, D. (2018). Picture perfect: The direct effect of manipulated instagram photos on body image in adolescent girls. *Media psychology*, 21(1), 93-110. <https://doi.org/10.1080/15213269.2016.1257392>
- Krange, O. & Øia, T. (2005). *Den nye moderniteten: ungdom, individualisering, identitet og mening*. Oslo: Cappelen akademisk forlag.
- Kvalem, I. L. & Wichstrøm, L. (2007). Utvikling i tenårene: pubertet, kognisjon, seksualitet, selvbilde og sosiale relasjoner. I I. L. Kvalem & L. Wichstrøm (Red.), *Ung i Norge: psykososiale utfordringer* (s. 17-32). Oslo: Cappelen akademisk forlag.
- Lee, E. W. J., Ho, S. S. & Lwin, M. O. (2017). Extending the social cognitive model—Examining the external and personal antecedents of social network sites use among Singaporean adolescents. *Computers in human behavior*, 67, 240-251. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.10.030>
- Levin, K. A., Dallago, L. & Currie, C. (2012). The association between adolescent life satisfaction, family structure, family affluence and gender differences in parent-child communication. *Social indicators research*, 106(2), 287-305. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9804-y>

- Lincoln, S. & Robards, B. (2017). Editing the project of the self: Sustained Facebook use and growing up online. *Journal of youth studies*, 20(4), 518-531. <https://doi.org/10.1080/13676261.2016.1241869>
- Liu, Q.-Q., Zhou, Z.-K., Yang, X.-J., Niu, G.-F., Tian, Y. & Fan, C.-Y. (2017). Upward social comparison on social network sites and depressive symptoms: A moderated mediation model of self-esteem and optimism. *Personality and individual differences*, 113, 223-228. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.03.037>
- Livingstone, S. (2008). Taking risky opportunities in youthful content creation: teenagers' use of social networking sites for intimacy, privacy and self-expression. *New media & society*, 10(3), 393-411. <https://doi.org/10.1177/1461444808089415>
- Livingstone, S. (2011). Internet, children and youth. I M. Consalvo & C. Ess (Red.), *The handbook of internet studies* (s. 348-368). Oxford, UK: Wiley-blackwell publishing.
- Madsen, O. J. (2018). *Generasjon prestasjon: hva er det som feiler oss?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Madsen, O. J. & von Soest, T. (2021). En plaget ungdomsgenerasjon? I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *Ungdommen* (s. 207-229). Oslo: Cappelen damm akademisk.
- Mask, L. & Blanchard, C. M. (2011). The protective role of general self-determination against 'thin ideal' media exposure on women's body image and eating-related concerns. *Journal of Health Psychology*, 16(3), 489-499. <https://doi.org/10.1177/1359105310385367>
- Medietilsynet. (2020). *Barn og medier 2020. En kartlegging av 9-18-åringers digitale medievaner*. Hentet fra <https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2020/201015-barn-og-medier-2020-hovedrapport-med-engelsk-summary.pdf>
- Meeus, W. (1989). Parental and peer support in adolescence. I U. Engel & K. Hurrelmann (Red.), *The social world of adolescents: International perspectives* (s. 167-183). Berlin: Walter de Gruyter.
- Merchant, G. (2006). Identity, social networks and online communication. *E-learning and digital media*, 3(2), 235-244. <https://doi.org/10.2304/elea.2006.3.2.235>
- Nisja, H., Raanaas, R. K. & Aamodt, G. (2021). Forekomst av seksuell trakassering av tenåringer og sammenhengen med depressive symptomer. Hvilken betydning har sosiale relasjoner? *Nordisk Tidsskrift for Ungdomsforskning*, 2(2), 167-183. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-8162-2021-02-05>
- Nordisk Ministerråd. (2019). #StyrPåSoMe Er sosiale medier faktisk er trussel for unges trivsel? (01/2019). Hentet fra <http://norden.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A1320138&dswid=-5402>
- Nordisk samarbeid. (2019). Ikke belegg for at sosiale medier er skadelig for unge. Hentet 16. februar 2022 fra <https://www.norden.org/no/news/ikke-belegg-sosiale-medier-er-skadelig-unge>
- Olweus, D. (1989). Prevalence and incidence in the study of antisocial behavior: Definitions and measurements. I M. W. Klein (Red.), *Cross-national research in self-reported crime and delinquency* (s. 187-201). Dordrecht, Netherlands: Springer.
- OsloMet. Informasjon til foresatte og elever. Hentet 15. august 2021 fra <https://www.ungdata.no/informasjon-til-ungdom-og-foresatte/>
- Pelletier, L. G., Dion, S. & Levesque, C. (2004). Can self-determination help protect women against sociocultural influences about body image and reduce their risk of experiencing bulimic symptoms? *Journal of social and clinical psychology*, 23(1), 61-88. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.1.61.26990>
- Pelletier, L. G. & Dion, S. C. (2007). An examination of general and specific motivational mechanisms for the relations between body dissatisfaction and eating behaviors. *Journal of social and clinical psychology*, 26(3), 303-333. <https://doi.org/10.1521/jscp.2007.26.3.303>

- Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex roles*, 71(11-12), 363-377. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0384-6>
- Ringdal, K. (2018). *Enhet og mangfold: samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Robinson, N. S. (1995). Evaluating the nature of perceived support and its relation to perceived self-worth in adolescents. *Journal of research on adolescence*, 5(2), 253-280. https://doi.org/10.1207/s15327795jra0502_5
- Rosewall, J. K., Gleaves, D. H. & Latner, J. D. (2018). An examination of risk factors that moderate the body dissatisfaction-eating pathology relationship among New Zealand adolescent girls. *Journal of Eating Disorders*, 6(1), 38. <https://doi.org/10.1186/s40337-018-0225-z>
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K. & Demaray, M. K. (2008). Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in early adolescence: Comparisons across gender. *Journal of Youth Adolescence*, 39(1), 47-61. <https://doi.org/10.1007/s10964-008-9368-6>
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. I E. L. Deci & R. M. Ryan (Red.), *A handbook of self-determination research* (s. 3-33). Rochester, N.Y.: University of Rochester Press.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York, New York: The Guilford Press.
- Ryan, R. M. & Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child development*, 60(2), 340-356. <https://doi.org/10.2307/1130981>
- Salomon, I. & Brown, C. S. (2019). The selfie generation: Examining the relationship between social media use and early adolescent body image. *The Journal of early adolescence*, 39(4), 539-560. <https://doi.org/10.1177/0272431618770809>
- Sarason, I. G., Sarason, B. R., Shearin, E. N. & Pierce, G. R. (1987). A brief measure of social support: Practical and theoretical implications. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4(4), 497-510. <https://doi.org/10.1177/0265407587044007>
- Saunders, J. F. & Frazier, L. D. (2017). Body dissatisfaction in early adolescence: The coactive roles of cognitive and sociocultural factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(6), 1246-1261. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0559-2>
- Schibbye, A.-L. L. (2012). *Relasjoner: et dialektisk perspektiv på eksistensiell og psykodynamisk psykoterapi* (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Schibbye, A.-L. L. & Løvlie, E. (2017). *Du og barnet: om å skape gode relasjoner med barn*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Skog, O.-J. (2004). *Å forklare sosiale fenomener: en regresjonsbasert tilnærming* (2. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Slater, A. & Tiggemann, M. (2010). Body image and disordered eating in adolescent girls and boys: A test of objectification theory. *Sex roles*, 63(1-2), 42-49. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9794-2>
- Sletten, M. A., Rosten, M. G. & Vogt, K. C. (2021). Svartmaling av gutter og sykliggjøring av jenter. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *Ungdommen* (s. 87-110). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Stefanone, M. A., Yue, Z. & Toh, Z. (2019). A social cognitive approach to traditional media content and social media use: Selfie-related behavior as competitive strategy. *New media & society*, 21(2), 317-335. <https://doi.org/10.1177/1461444818795488>

- Steinnes, K. K., Teigen, H. F. & Bugge, A. B. (2019). *Photophop, fillers og falske glansbilder? En studie blant ungdom om kjønn, kropp og markedsføring i sosiale medier* (3-2019). Oslo: Forbruksforskningsinstituttet SIFO, OsloMet.
- Stewart, T. & Suldo, S. (2011). Relationships between social support sources and early adolescents' mental health: The moderating effect of student achievement level. *Psychology in the Schools*, 48(10), 1016-1033. <https://doi.org/10.1002/pits.20607>
- Strahan, E. J., Wilson, A. E., Cressman, K. E. & Buote, V. M. (2006). Comparing to perfection: How cultural norms for appearance affect social comparisons and self-image. *Body Image*, 3(3), 211-227. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2006.07.004>
- Strand, S. A., Karlsen, T.-I. & Øgård-Repål, A. (2017). Karakterpress, kroppspress og gjengpress - Fokusgruppeintervju av jenter i 9. klassetrinn etter funn fra Ungdata-undersøkelsen. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 13(2), 109-120. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2017-02-03>
- Strandbu, Å. & Kvalem, I. L. (2014). Body talk and body ideals among adolescent boys and girls: A mixed-gender focus group study. *Youth & society*, 46(5), 623-641. <https://doi.org/10.1177/0044118X12445177>
- Sullivan, G. M. & Artino, J. A. R. (2013). Analyzing and interpreting data from likert-type scales. *Journal of graduate medical education*, 5(4), 541-542. <https://doi.org/10.4300/JGME-5-4-18>
- Sundar, S. S. & Limperos, A. M. (2013). Uses and grats 2.0: New gratifications for new media. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 57(4), 504-525. <https://doi.org/10.1080/08838151.2013.845827>
- Tamm, A., Kasearu, K., Tulviste, T. & Trommsdorff, G. (2018). Links between adolescents' relationships with peers, parents, and their values in three cultural contexts. *The Journal of early adolescence*, 38(4), 451-474. <https://doi.org/10.1177/0272431616671827>
- Tatangelo, G. L. & Ricciardelli, L. A. (2017). Children's body image and social comparisons with peers and the media. *Journal of Health Psychology*, 22(6), 776-787. <https://doi.org/10.1177/1359105315615409>
- Te'eni-Harari, T. & Eyal, K. (2015). Liking them thin: Adolescents' favorite television characters and body image. *Journal of Health Communication*, 20(5), 607-615. <https://doi.org/10.1080/10810730.2015.1012241>
- Thorisdottir, I. E., Sigurvinsdottir, R., Asgeirsdottir, B. B., Allegrante, J. P., & Sigfusdottir, I. D. (2019). Active and passive social media use and symptoms of anxiety and depressed mood among Icelandic adolescents. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 22(8), 533-542. <https://doi.org/https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0079>
- Thrane, C. (2018). *Kvantitativ metode: en praktisk tilnærming*. Oslo: Cappelen damm akademisk.
- Tiggemann, M. & McGill, B. (2004). The role of social comparison in the effect of magazine advertisements on women's mood and body dissatisfaction. *Journal of social and clinical psychology*, 23(1), 23-44. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.1.23.26991>
- Tiggemann, M. & Miller, J. (2010). The internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Sex roles*, 63(1-2), 79-90. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9789-z>
- Tjora, A. (2020). Sosialkonstruktivisme. Hentet 3. september 2021 fra <https://snl.no/sosialkonstruktivisme>
- Turner, R. J. & Brown, R. L. (2010). Social support an mental health. I T. L. Scheid & T. N. Brown (Red.), *A handbook for the study of mental health: Social contexts, theories, and systems* (2. utg., s. 200-212). New York, NY: Cambridge University Press.
- Twenge, J. M. (2017a). Has the smartphone destroyed a generation? *The Atlantic monthly*, 320(2), 58-65.

- Twenge, J. M. (2017b). *iGen: why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy - and completely unprepared for adulthood (what this means for the rest of us)*. New York: Atria books.
- Twenge, J. M. (2019). More time on technology, less happiness? Associations between digital-media use and psychological well-being. *Current Directions in Psychological Science*, 28(4), 372-379. <https://doi.org/10.1177/0963721419838244>
- Universitetet i Sørøst-Norge. Klassifisering og lagringsområder (Studenter). Hentet 15. mai 2021 fra <https://min.usn.no/artikler-til-tjenesten-lagring/klassifisering-og-lagringsomrader-student-article231441-35940.html>
- Vasquez, A. C., Patall, E. A., Fong, C. J., Corrigan, A. S. & Pine, L. (2016). Parent autonomy support, academic achievement, and psychosocial functioning: A meta-analysis of research. *Educational Psychology Review*, 28(3), 605-644. <https://doi.org/10.1007/s10648-015-9329-z>
- Verdibørsen. (2018). Verdibørsen [Podkast episode]. Hentet fra https://radio.nrk.no/podkast/verdiboersen/sesong/201801/l_1d1ec429-2414-4314-9ec4-292414831463
- White, J. B., Langer, E. J., Yariv, L. & Welch IV, J. C. (2006). Frequent social Comparisons and destructive emotions and behaviors: The dark side of social comparisons. *Journal of adult development*, 13(1), 36-44. <https://doi.org/10.1007/s10804-006-9005-0>
- Wichstrøm, L. (1995). Harter's self-perception profile for adolescents: Reliability, validity, and evaluation of the question format. *Journal of Personality Assessment*, 65(1), 100-116. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6501_8
- Windle, M. (1990). A longitudinal study of antisocial behaviors in early adolescence as predictors of late adolescent substance use: Gender and ethnic group differences. *Journal of Abnormal Psychology*, 99(1), 86-91. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.99.1.86>
- Wood, J. V. (1989). Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological Bulletin*, 106, 231-248.
- Yip, J. J. & Kelly, A. E. (2013). Upward and downward social comparisons can decrease prosocial behavior: Upward and downward comparisons. *Journal of applied social psychology*, 43(3), 591-602. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2013.01039.x>
- Øia, T. & Vestel, V. (2014). Generasjonskløfta som forsvant. Et ungdomsbilde i endring. *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 14(1). Hentet fra <https://journals.oslomet.no/index.php/ungdomsforskning/article/view/978>
- Aakvaag, G. C. (2008). *Moderne sosiologisk teori*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Aarseth, H. (2018). Familie og intimitet i endring - sosiologiske perspektiver. *Fokus på familien*, 46(2), 84-102. <https://doi.org/10.18261/issn.0807-7487-2018-02-02>

Vedlegg

Avtale om utlevering av datamaterialet



Dato: 9. august 2021

Saksbehandler: Elisabeth Gulløy

AVTALE OM UTLIVERING AV ANONYME DATA FRA UNGDATA TIL FORSKING

Mellom Universitetet i Sørøst-Norge (senere kalt virksomheten)
og OsloMet v/NOVA (senere kalt NOVA)

1. Grunnlag

Grunnlaget for avtalen er basert på en søknad av 24. juni 2021 fra Maria Brynjulfsen om å få bruke opplysninger fra Ungdata – nasjonalt utvalg 2017-2019 i forbindelse med gjennomføring av analyser av betydningen av nære relasjoner for opplevelsen av kroppspress i sosiale medier blant elever i ungdomsskole og videregående skole. Brynjulfsen er student på studiet Master i Samfunn og helse ved USN, og analysene inngår i arbeidet med hennes masteroppgave.

2. Vilkår

- a) Datasettet skal utelukkende brukes ut fra formålet som beskrevet i søknaden.
- b) Tillatelsen til å benytte data er gyldig fra kontraktens undertegnelse til 1.7.2022, med mulighet til forlengelse etter egen søknad om dette.
- c) Forsøk på bakveisidentifisering er ikke tillatt, og resultatene må ikke offentliggjøres på en slik måte at det medfører risiko for identifisering av enkeltpersoner.
- d) Regler knyttet til personvern og forskningsetiske råd skal følges.
- e) Virksomheten har ansvar for at ikke andre personer enn de som er nevnt i søknaden får tilgang til data. Opplysningene skal oppbevares på passordbeskyttet område eller sikres på tilsvarende måte.
- f) NOVA skal få oversendt publikasjoner basert på det utleverte materialet.
- g) I offentliggjøring av resultater basert på datamaterialet, skal det framgå at «Datamaterialet er basert på en ungdataundersøkelse, gjennomført av NOVA i samarbeid med de regionale kompetansesentrene for rusfeltet (KoRus). Ungdata er finansiert over statsbudsjettet gjennom tilskudd fra Helsedirektoratet. NOVA er ikke ansvarlig for analyser eller fortolkninger av resultatene.»
- h) Ved muntlig formidling av forskningsfunn basert på det utleverte materialet skal det oppgis at datamaterialet er basert på en ungdataundersøkelse gjennomført av NOVA og KoRus.
- i) NOVA er ikke ansvarlig for konklusjoner som trekkes av virksomheten i forbindelse med presentasjon av resultater.

3. Sletting / tilbakelevering

Når forskningsprosjektet er avsluttet, og senest ved sluttdatoen for denne kontrakten, forplikter virksomheten seg til å slette alle mottatte opplysninger, inklusive alle utskrifter og kopier av disse. Sletting skal bekreftes på det vedlagte skjemaet.

OSLO METROPOLITAN UNIVERSITY
STORBYUNIVERSITETET

Postadresse
Pb. 4 St. Olavs plass, 0130 OSLO

Velferdsforskningsinstituttet NOVA

Telefon
67 23 50 00

Besøksadresse
Pilestredet 46

4. Autorisasjon

Følgende personer tilknyttet skal ha tilgang til opplysningene:

Maria Brynjulfsen

Shahram Moradi (veileder, førsteamanuensis, USN)

Dersom det er aktuelt å endre personer med tilgang til opplysningene, må dette søkes spesielt om i hvert enkelt tilfelle.

5. Brudd på avtalen

Ved brudd på vilkårene som er gitt i denne avtalen, kan tillatelsen til å benytte de utleverte opplysningene bli trukket tilbake.

6. Undertegning

Denne avtalen er utarbeidet i to eksemplarer hvorav partene beholder hvert sitt eksemplar.

Dato: 09.08.21

Sted: Tønsberg

For virksomheten:

Underskrift: Elisabeth Gulloy
Representant for virksomheten

Student:

Underskrift: Maria Brynjulfsen

Veileder:

Underskrift: Shahram Moradi

Dokumentet er elektronisk signert av OsloMet v/NOVA og har derfor ikke håndskreven signatur fra NOVA

Oversikt over operasjonalisering av konstruktet opplevd kroppspress

Opprinnelig variabel	Spørsmål	Opprinnelige verdier	Reversert
Press1	Opplever du press i hverdagen din? Press om å se bra ut eller ha en fin kropp.	<ol style="list-style-type: none"> Ikke noe press Litt press En del press Mye press Svært mye press 	Nei
Fornøyd7	Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med ulike sider ved livet ditt? Utseende ditt.	<ol style="list-style-type: none"> Svært misfornøyd Litt misfornøyd Verken fornøyd eller misfornøyd Litt fornøyd Svært fornøyd 	Ja
Status6	Hva er viktig for å få status i ditt vennemiljø? Å ha et bra utseende.	<ol style="list-style-type: none"> Øker statusen mye Øker statusen litt Har ingen betydning Minker statusen litt Minker statusen mye 	Ja
Selvbilde1	Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er.	<ol style="list-style-type: none"> Passer svært godt Passer ganske godt Passer ganske dårlig Passer svært dårlig 	Nei
Selvbilde2	Jeg er ofte skuffet over meg selv.	<ol style="list-style-type: none"> Passer svært godt Passer ganske godt Passer ganske dårlig Passer svært dårlig 	Ja
Selvbilde5	Jeg liker meg selv slik jeg er.	<ol style="list-style-type: none"> Passer svært godt Passer ganske godt Passer ganske dårlig Passer svært dårlig 	Nei
Selvbilde6	Jeg er fornøyd med hvordan jeg har det.	<ol style="list-style-type: none"> Passer svært godt Passer ganske godt Passer ganske dårlig Passer svært dårlig 	Nei

Oversikt over operasjonalisering av konstruktet nettaktivitet

Opprinnelig variabel	Spørsmål	Opprinnelige verdier	Reversert
Fritid20	Tenk tilbake på den siste uka. Hvor mange ganger har du vært sosial på nett eller mobil størstedelen av kvelden (snakket, chattet eller lignende)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingen ganger 2. 1 gang 3. 2-5 ganger 4. 6 ganger eller mer 	Nei
Media12	Tenk på en gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på følgende: Sosial medier (Facebook, Instagram eller lignende)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ikke noe tid 2. Under 30 minutter 3. 30 minutter-1 time 4. 1-2 timer 5. 2-3 timer 6. Mer enn 3 timer 	Nei
Media15	Tenk på en gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på følgende: Se på filmer/serier/YouTube	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ikke noe tid 2. Under 30 minutter 3. 30 minutter-1 time 4. 1-2 timer 5. 2-3 timer 6. Mer enn 3 timer 	Nei
Skjermtid1	Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis på aktiviteter foran en skjerm (TV, data, Internett, mobil) i løpet av en dag?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ikke noe tid 2. Mindre enn 1 time 3. 1-2 timer 4. 2-3 timer 5. 3-4 timer 6. 4-6 timer 7. Mer enn 6 timer 	Nei

Oversikt over operasjonalisering av konstruktet foreldrerelasjon

Opprinnelig variabel	Spørsmål	Opprinnelige verdier	Reversert
Foreldre1	Foreldrene mine pleier å vite hvor jeg er, og hvem jeg er sammen med i fritida.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Passer svært godt 2. Passer ganske godt 3. Passer ganske dårlig 4. Passer svært dårlig 	Ja
Foreldre2	Foreldrene mine kjenner de fleste av vennene jeg er sammen med i fritida.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Passer svært godt 2. Passer ganske godt 3. Passer ganske dårlig 4. Passer svært dårlig 	Ja
Foreldre4	Foreldrene mine kjenner foreldrene til vennene mine.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Passer svært godt 2. Passer ganske godt 3. Passer ganske dårlig 4. Passer svært dårlig 	Ja
Foreldre7	Jeg krangler ofte med foreldrene mine.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Passer svært godt 2. Passer ganske godt 3. Passer ganske dårlig 4. Passer svært dårlig 	Nei
Foreldre10	Jeg liker å være sammen med foreldrene mine	<ol style="list-style-type: none"> 1. Passer svært godt 2. Passer ganske godt 3. Passer ganske dårlig 4. Passer svært dårlig 	Ja
Atfpro18	Vært borte en hel natt uten at foreldrene dine visste hvor du var	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ingen ganger 2. 1 gang 3. 2-5 ganger 4. 6-10 ganger 5. 11 ganger eller mer 	Ja
Fornøyd1	Foreldrene dine	<ol style="list-style-type: none"> 1. Svært misfornøyd 2. Litt misfornøyd 3. Verken fornøyd eller misfornøyd 4. Litt fornøyd 5. Svært fornøyd 	Nei
Persprob1	Tenk deg at du har et personlig problem. Du føler deg utafør og trist og trenger noen å snakke med. Hvem ville du snakket med eller søkt hjelp hos? Foreldre.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Helt sikkert 2. Kanskje 3. Nei 	Ja

Oversikt over kontrollvariabler

Variabel	Spørsmål	Opprinnelige verdier	Reversert
Kjønn	Er du gutt eller jente?	1. Gutt 2. Jente	Nei
Klasse	Hvilket klasstrinn går du i?	1. 8. trinn 2. 9. trinn 3. 10. trinn 4. Videregående trinn 1 5. Videregående trinn 2 6. Videregående trinn 3	Nei