

Digital mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt børn og unge

En litteraturgennemgang

Lene Kierkegaard
Lis Marie Pommerencke
Sofie Flensburg
Camilla Thørring Bonnesen
Katrine Rich Madsen
Sofie Weber Pant
Anne Mette Thorhauge



Digital mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt børn og unge

En litteraturgennemgang

Lene Kierkegaard
Lis Marie Pommerencke
Sofie Flensburg
Camilla Thørring Bonnesen
Katrine Rich Madsen
Sofie Weber Pant
Anne Mette Thorhauge

Internt review:
Tina Harmer Lassen

Copyright © 2020
Statens Institut for Folkesundhed, SDU

Uddrag, herunder figurer og tabeller, er tilladt mod tydelig kildegengivelse.

Elektronisk udgave: ISBN 978-87-7899-519-3

Statens Institut for Folkesundhed
Studivstræde 6
1455 København K
www.sdu.dk/sif

Rapporten kan downloades fra www.sdu.dk/sif

Forord

Denne rapport indeholder en systematisk litteraturgennemgang af digital mediebrugs betydning for børn og unges sociale relationer og fællesskaber (del A) og børn og unges stress (del B). En systematisk litteraturgennemgang kan bidrage til udvikling af anbefalinger og anvendes til at identificere huller i litteraturen, som kan informere fremtidig forskning og bruges i politikudvikling. Litteraturgennemgangene er blevet gennemført på foranledning af en tilbudsindhentning fra Center for sundhed og digitale medier under Sundhedsstyrelsen (SST), som netop ønsker at få belyst disse emner med henblik på at lave nye anbefalinger på området.

Digitale medier omfatter en bred vifte af kommunikationsteknologier og tjenester, der tilgås via mobiltelefoner, tablets og computere, som for eksempel sms'er, beskedtjenester, videotjenester og sociale netværkssider. Studier, der er inkluderet i rapporten, ser på brugen af disse medier, for eksempel gennem hyppighed og varighed, antal venner, social netværksdannelse. Digital mediebrugs betydning for sociale relationer og fællesskaber behandles fra tre perspektiver: 1) Familie og nære bånd, 2) venner og social omgangskreds, og 3) digital mediebrug som led i konflikt og mobning. Digital mediebrugs betydning for stress undersøges med udgangspunkt i tre perspektiver på stress: 1) Potentielle stressorer, herunder "fear of missing out" (FOMO), "longing for belonging" (på dansk: længslen efter at høre til) og "social comparison" (på dansk: at sammenligne sig med andre), 2) selvoplevet stress, og 3) stresssymptomer.

Der er tale om to separate litteraturgennemgange, som er gennemført parallelt med henblik på at identificere tværgående temaer og overlap. Den systematiske litteraturgennemgang inkluderer tre aldersgrupper: 0-5-årige (del A), 6-12-årige (del A og B) og 13-15-årige (del A og B). Rapporten inkluderer litteratur offentliggjort fra 2010 til marts 2020.

Litteraturgennemgangene bygger på principperne for et systematisk review, hvor eksplicite systematiske metoder benyttes. Vi har inkluderet kvantitative og kvalitative studier, der er publiceret i internationale, videnskabelige tidsskrifter på engelsk, dansk, norsk eller svensk. Der er gennemført en indholdsmæssig kvalitetsvurdering af hver enkelt inkluderet studie. Derudover har vi gennemgået grå litteratur, som ikke er publiceret i videnskabelige tidsskrifter. Denne litteratur er ofte publiceret i rapporter og er blevet identificeret gennem udvalgte nordiske institutioners hjemmesider.

Den systematiske litteraturgennemgang er gennemført af en projektgruppe ved Institut for Kommunikation, Københavns Universitet (KU) og Statens Institut for Folkesundhed (SIF), Syddansk Universitet (SDU). Rapporten er udarbejdet af Lene Kierkegaard (SDU), Lis Marie Pommerencke (SDU), Sofie Flensburg (KU), Camilla Thørring Bonnesen (SDU), Katrine Rich Madsen (SDU), Sofie Weber Pant (SDU) og Anne Mette Thorhauge (KU). Vi takker bibliotekarer Therese Møller og Annette Vester for bidrag til søgning samt Tina Harmer Lassen (SDU), Stig Krøger Andersen (SDU) og Sne Scott Hansen (KU) for faglige bidrag og gennemgang af den endelige rapport.

København, oktober 2020

Direktør
Morten Grønbæk
Statens Institut for Folkesundhed, SDU



Lektor
Anne Mette Thorhauge
Institut for Kommunikation, KU



Indhold

Sammenfatning	6
Resultater - Børn og unges digital mediebrug og sociale relationer og fællesskaber (del A)	6
Digital mediebrug, familie og nære relationer	6
Digital mediebrug, venner og socialt netværk.....	6
Digital mediebrug, konflikt og mobning.....	7
Resultater - Børn og unges digitale mediebrug og stress (del B)	7
Digitalt mediebrug og potentielle stressorer	7
Digitalt mediebrugs betydning for selvoplevet stress	8
Digital mediebrug og stresssymptomer	8
Påvirkes børn og unges relationer, fællesskaber og stress af deres digitale mediebrug?	8
Baggrund og formål	10
Børn og unges digital mediebrug og sociale relationer og fællesskaber (del A)	10
Børn og unges digitale mediebrug og stress (del B)	11
Formål	12
Definition af digital mediebrug	12
Definition af sociale relationer og fællesskaber	13
Definition af stress	13
Læsevejledning	15
Metode og materiale	16
Kortlægning af videnskabelig litteratur	16
Søgestrategi	16
Inklusions- og eksklusionskriterier	18
Screeningsprocedure	19
Kvalitetsvurdering, screening og dataekstraktion	20
Kortlægning af grå litteratur	20
Inkluderede studier: Børn og unges digital mediebrug og sociale relationer og fællesskaber (del A)	21
Videnskabelig litteratur.....	21
Grå litteratur.....	22
Inkluderede studier: Børn og unges digital mediebrug og stress (del B)	23
Videnskabelig litteratur.....	23
Grå litteratur.....	24

Resultater	25
Del A: Digital mediebrugs betydning for børn og unges fællesskaber og sociale relationer	25
Digital mediebrug, familie og nære relationer	25
Digital mediebrug, venner og socialt netværk	30
Digital mediebrug, konflikt og mobning	37
Del B: Digital mediebrugs betydning for børn og unges stress	41
Digitalt mediebrug og potentielle stressorer	41
Digital mediebrugs betydning for selvoplevet stress	47
Digital mediebrug og stresssymptomer	50
Tværgående temaer i del B: Digital mediebrug, køn og alder	52
Diskussion.....	54
Sammenfatning af del A	54
Sammenfatning af del B	55
Tværgående temaer.....	56
Metodiske overvejelser	57
Anbefalinger til fremtidig forskning	59
Konklusion	60
Ordliste	62
Referencer	65
Bilag 1: Del A søgeprotokol	78
Bilag 2: Del B søgeprotokol	85
Bilag 3: Del A tabeller over inkluderede studier	93
Bilag 4: Del B tabeller over inkluderede studier	125

Sammenfatning

Sociale relationer, fællesskaber og stress påvirker børn og unges trivsel og sundhed. I forbindelse med at digitale medier har vundet indpas som uundgåelige elementer i hverdagen, er det derfor relevant at undersøge, i hvilken grad disse påvirker børn og unges sociale relationer, fællesskaber og stress. Formålet med denne rapport er således at lave en systematisk litteraturgennemgang af digital mediebrugs betydning for henholdsvis børn og unges sociale relationer og fællesskaber (del A) og børn og unges stress (del B).

Rapporten er baseret på en systematisk gennemgang af videnskabelige artikler, der er publiceret i internationale peer-reviewed tidsskrifter i perioden 2010 til marts 2020. Derudover bygger rapporten på grå litteratur fra samme tidsperiode, som omfatter rapporter og undersøgelser. De to delundersøgelser (del A og del B) er foretaget i tæt koordinering og har så vidt muligt fulgt en fælles metodisk fremgangsmåde, men er baseret på individuelle litteratursøgninger og -gennemgange.

Litteraturgennemgangen i del A er baseret på 62 videnskabelige artikler og 28 rapporter, mens litteraturgennemgangen i del B er baseret på 43 videnskabelige artikler og 2 rapporter.

Resultater - Børn og unges digital mediebrug og sociale relationer og fællesskaber (del A)

Digital mediebrug, familie og nære relationer

Overordnet set peger de inkluderede studier ikke på en entydig effekt af digital mediebrug på forholdene mellem børn og forældre og i den nærmeste familie. Både forældrenes og børnenes individuelle mediebrug kan svække kontakten og kommunikationen, særligt hos de yngste. Omvendt kan særligt fælles mediebrug, det vil sige mediebrug, hvor forældre og børn er sammen om aktiviteten, styrke relationerne og følelserne af forbundethed mellem forældre og børn. Samspillet mellem digital mediebrug og forældre og børns interaktioner og relationer er dog også afhængig af typen og omfanget af mediebrugen, ligesom brugen af digitale medier kan udløse konflikter og spændinger i familien, når forældrene skal sætte rammerne for, hvordan de digitale aktiviteter foregår. I forlængelse af dette bliver digitale medier også et middel til frigørelse for unge, der derigennem kan udfordre forældrenes normer, udvikle egen identitet og egne relationer og opnå et privat rum, som forældrene ikke har adgang til.

Digital mediebrug, venner og socialt netværk

Samlet set kan vi se, at mediebrugen både kan have positiv og negativ indflydelse på den sociale trivsel, og at der ikke er en entydig proportionel sammenhæng mellem mediebrug og social trivsel. Digital mediebrug synes at støtte venskaber og sociale relationer, for eksempel synes kombinationen af offline og online relation at styrke venskaber, omend et meget højt mediebrug kan have det

modsatte resultat. I forlængelse af sidstnævnte er det væsentligt at skelne mellem vedligeholdelsen af eksisterende relationer og etablering af nye, såvel som mellem nære relationer og en bredere bekendtskabskreds. Således synes den digitale mediebrug også at indgå i et løbende spil om popularitet og social positionering i relation til en bredere bekendtskabskreds.

Digital mediebrug, konflikt og mobning

Online og offline mobning optræder samtidig, men er ikke nødvendigvis kausalt forbundne. Når de kombineres, opleves mobningen til gengæld som mere skadelig. Endvidere er popularitet og social positionering også et gennemgående tema i den forskningslitteratur der beskæftiger sig med online mobning, og flere studier påviser en sammenhæng mellem popularitet og social aggression online, ligesom centralisering af sociale relationer og lav klyngedannelse i et netværk synes at hænge sammen med mere mobning online. Endelig synes online-konteksten både at forstærke positive og negative reaktioner på mobning hos dem som er vidne til episoder med online mobning.

Køn er en helt afgørende faktor på tværs af de identificerede studier. Kønsnormere er en central faktor i etableringen af medierede fællesskaber, for den måde børn og unge positionerer sig i disse fællesskaber og for mobning i digitale medier. I det hele taget ser vi køn og social positionering som et gennemgående tema.

Endelig udgør gamerne en særlig gruppe i den forstand, at gaming forbindes med dårligere social trivsel, færre sociale relationer og mere mobning. Samtidig synes computerspil dog også at være en central faktor i opretholdelsen af venskaber og en central platform for især drengenes sociale samvær. Kausaliteten i disse sammenhænge er dog uklar. Det er for eksempel svært at sige, om computerspil forårsager sociale problemer, eller om børn, der oplever sociale problemer, er mere tilbøjelige til at spille meget.

Resultater - Børn og unges digitale mediebrug og stress (del B)

Digitalt mediebrug og potentielle stressorer

Børn og unges digitale mediebrug hænger sammen med henholdsvis deres oplevelse af "fear of missing out" FOMO, at sammenligne sig med andre og have et ønske om at høre til. På tværs af flere studier ses det, at øget aktivitet på digitale medier hænger sammen med øget grad af FOMO og øget tendens til at sammenligne sig med andre. Derudover peger flere de identificerede studier, at øget grad af FOMO kan hænge sammen med, at online relationer rækker ind i offline-verdenen. Flere af studierne, som belyser dét at sammenligne sig med andre på digitale medier, finder, at særligt pigernes kropstilfredshed påvirkes negativt af, at de sammenligner sig med andre på digitale medier, og at børn og unge, særligt pigerne, i forbindelse med deres sammenligning med andre er meget optaget af at få positive kommentarer og "likes" til deres opslag. Studier, som beskæftiger sig med følelsen af at høre til, finder, at eksklusion i computerspil medfører et fald i følelsen af at høre til, samt at øget brug af digitale medier hænger sammen med et større ønske om at høre til.

Digitalt mediebrugs betydning for selvoplevet stress

De inkluderede studier, som undersøger sammenhængen mellem digitalt mediebrug og selvoplevet stress, peger samlet set på, at flere forskellige typer af digitalt mediebrug (for eksempel afhængighed af spil, typen af sociale medie, hyppighed og tid på sociale medier/internettet, mindre søvn pga. skærmtid osv.) øger risikoen for, at børn og unge føler sig stressede. Manglende adgang til sin telefon eller følelsen af at skulle være tilgængelig hele tiden, tyder på at være centrale forhold – særligt blandt piger og blandt de ældre børn og unge. Særligt forventningen om hele tiden at være tilgængelig på de digitale medier synes at påvirke børn og unge og øge følelsen af stress og frustration, men samtidig også frygten for at blive ignoreret i offline relationer og fællesskaber. Online mobning ser på tværs af flere studier ud til at være central i sammenhængen mellem digital mediebrug og selvoplevet stress. Derudover peger fund fra enkelte studier på, at nogle børn og unge bruger digitale medier som en måde at håndtere stress, og at dette kan have forskellig betydning afhængig af alder; hvor den yngre aldersgruppe oplever gavnlige effekter af at bruge digitale medier til stresshåndtering, synes digitale medier ikke at være gavnlige for stresshåndtering blandt ældre børn og unge.

Digital mediebrug og stresssymptomer

Samlet set finder de identificerede studier, at symptomer på stress påvirkes af digital mediebrug blandt børn og unge i alderen 6-15 år. Resultaterne i studierne er dog lidt modsatrettede i forhold til kortisolniveau, hvilket kan skyldes, at en stigning i kortisol opvågningsrespons er forventeligt og sundt, men for høj eller for lav kortisol opvågningsrespons er ofte en prædikator for dårligere mental sundhed, herunder stress. Ligeledes er studierne af computerspil og stresssymptomer ikke entydige, dog tyder det på, at piger i højere grad end drenge bliver påvirket af de voldelige computerspil, og at børn, der ikke er vant til at spille computerspil, i højere grad bliver påvirket negativt af de voldelige spil.

Påvirkes børn og unges relationer, fællesskaber og stress af deres digitale mediebrug?

På tværs af den identificerede litteratur fremgår det, at digital mediebrug har betydning for børn og unges dannelse af sociale relationer og fællesskaber samt deres oplevelse af stress.

For begge litteraturgennemgange (del A og B) gælder det, at det særligt er den ældre aldersgruppe (13-15 år), som er blevet undersøgt i litteraturen, hvorfor det også er for denne aldersgruppe, at evidensen for sammenhænge er mest veldokumenteret. Endvidere er det gennemgående for begge litteraturgennemgange, at de inkluderede studier på meget forskellig vis måler og definerer digital mediebrug, sociale relationer, fællesskaber og stress. Selvom mange studier belyser sammenhængen mellem digital mediebrug, sociale relationer, fællesskaber og selvoplevet stress, så er meget af evidensen for disse sammenhænge begrænset af studierne kvalitet og design. For eksempel er en stor del af de inkluderede studier tværsnitsstudier, hvilket gør det svært at sige noget om årsagssammenhænge. Vi kan således primært sige noget om, hvorvidt digital mediebrug og henholdsvis sociale relationer, fællesskaber og stress er associeret med hinanden, og lidt om hvordan faktorerne påvirker hinanden. Dette efterlader videnskuller i forhold til at forstå den kompleksitet og de nuancer, som har betydning for sammenhænge, hvorfor det er vigtigt, at forskningsområderne suppleres med flere veludførte kvalitative studier og kohortestudier, hvor en gruppe af børn

eller unge følges i en tidsperiode. For at kunne præcisere anbefalinger til børn og unges digitale mediebrug vil det således være en styrke med yderligere forskning på området – særligt blandt den yngre aldersgruppe, så der med større sikkerhed og flere nuancer kan siges noget om sammenhænge, og hvilken betydning særlige forhold ved børn og unges digitale mediebrug – for eksempel typen af kommunikationsteknologi og formålet med brugen – har for henholdsvis sociale relationer, fællesskaber og stress.

Baggrund og formål

Gennem de seneste år er der kommet fokus på, hvordan digitale medier har vundet indpas som uundgåelige elementer i vores hverdag. For eksempel anvendes smartphones døgnet rundt og giver os adgang til alt fra kommunikation med vores sociale relationer til viden, underholdning og kalenderinvitationer. Undersøgelser viser, at brugen af digitale medier er steget i alle aldersgrupper i Danmark de seneste 10 år, og at brugen er hyppigst blandt de unge (Birkjær & Kaats, 2019a; Kulturstyrelsen, 2015). Brugen af digitale medier er blevet en vigtig del af børn og unges hverdagsliv, og det stiller nye og store krav til deres relationer og samvær (Birkjær & Kaats, 2019a). Tal fra Skolebørnsundersøgelsen 2018 viser for eksempel, at foruden tid til at se film, spille og være på nettet, bruger halvdelen af alle børn i 13-15-årsalderen mindst en time på sociale medier alle hverdage, og en fjerdedel bruger mindst tre timer (M. Rasmussen et al., 2019).

Det kan virke overvældende, når børn og unge bruger så megen tid på digital mediebrug, især fordi brugen af digitale medier ofte sidestilles med eller sættes op imod tidligere medier såsom bøger, film og tv. Men eftersom de digitale medier er en del af børn og unges hverdagsliv i bredeste forstand, griber de derfor også ind i domæner, der ikke hidtil er blevet set som en naturlig del af børns mediebrug, og tidsforbruget må ses i lyset af dette. Hvor børns mediebrug for få årtier siden kunne afgrænses til børnefilm, børnebøger, og børnefernysyn med dertil hørende forskningsområder, er mediebrug i dag en naturlig del af de fleste hverdagsaktiviteter såsom madlavning, sport, venskaber, kærestier, og hvordan man kommer fra A til B. Det er faktisk svært at komme på en hverdagsaktivitet, der ikke involverer digital mediebrug i et eller andet omfang. Det betyder samtidig, at mediebrug ikke kan forstås uafhængigt af disse domæner; den digitale mediebrug må tolkes med udgangspunkt i de aktiviteter, den er den del af, hvis vi skal forstå dens bredere implikationer for børne- og ungdomslivet, herunder børn og unges sociale relationer, fællesskaber og stress.

Børn og unges digital mediebrug og sociale relationer og fællesskaber (del A)

De digitale medier er en integreret del af børn og unges familieliv, legefællesskaber og skoleliv på godt og på ondt. Børns ankomst til verden annonceres typisk gennem et opslag på de sociale medier, og kontakten til bedsteforældre opretholdes ofte gennem billeder og videochat (Lipu & Siibak, 2019). Computerspil og andre typer af digitale mediebrug danner grundlag for samvær i familien (Coyne et al., 2014), og håndtering af (digitale) medier i hverdagslivet bliver et væsentligt opdragelsestema og en kilde til konflikt (Clark, 2013; Enevold et al., 2018). I takt med at børn og unge vokser til og udvider deres relationer uden for familiens rammer, bliver digitale medier et væsentligt redskab til at etablere nye venskaber og vedligeholde de eksisterende. På den måde er børne- og ungdomslivet anno 2020 "superconnected" (Chayko, 2017), og smartphones bliver et redskab til at holde kontakten og koordinere aktiviteter på tværs af sociale sammenhænge (Baron, 2010; Boyd, 2014). Digitale medier understøtter både opretholdelsen af de nære venskaber og det bredere netværk af bekendtskaber (Wellman, 1997), og begge typer af relationer forandres gennem den digitale mediebrug i kraft af den måde, medierne transformerer de sociale relationers tidslige og rumlige betingelser. Det er muligt at række ud til nære venner uanset tid og sted, men det bliver også nødvendigt at

positionere sig til en betydelig bredere vifte af sociale kontakter i forhold til tidligere (Maclsaac et al., 2018).

I en dansk kontekst peger aktuelle rapporter på, at sociale medier både udgør en positiv og en negativ faktor i børn og unges sociale liv, og mens nogle unge oplever, at sociale medier gør dem mere sociale, oplever andre, at de gør dem mindre sociale (Jønson, 2015). Dette synes blandt andet at hænge sammen med måden, medierne bruges på. Unge, der bruger sociale medier aktivt (det vil sige til at kommunikere direkte med andre), ses for eksempel også oftere med venner offline (Birkjær & Kaats, 2019a).

Børn og unges digitale mediebrug og stress (del B)

Flere danske undersøgelser peger på, at stress blandt børn og unge er et stigende folkesundhedsproblem i Danmark (Due et al., 2014; Jensen et al., 2018). Nye tal fra Børns Vilkår viser, at knapt hver tredje pige og hver sjette dreng angiver at føle sig stresset ofte eller hele tiden den seneste måned. Blandt eleverne i 6. klasse er det 13 procent af pigerne og 5 procent af drengene, der ofte eller hele tiden har følt sig stressede den seneste måned (Pedersen et al., 2020). I en anden landsdækkende spørgeskemaundersøgelse blandt gymnasieelever fra 2019 angiver 35 procent af drengene og 55 procent af pigerne, at de føler sig stressede dagligt eller ugentligt (Pisinger et al., 2019). I alle aldersgrupper er der flere piger end drenge, der føler sig stressede (Jensen et al., 2018). Nordiske undersøgelser peger desuden på, at unge i dag føler sig mere stressede end tidligere generationer (Due et al., 2014; Thorsen et al., 2016).

Længerevarende stress blandt unge er relateret til angst, depression (Byrne et al., 2007; Sheth et al., 2017), overvægt (De Vriendt et al., 2009), søvnproblemer (Anderson et al., 2014; Dewald et al., 2014; L. Nielsen et al., 2007) og usunde adfærdsmønstre som dårlige kostvaner, fysisk inaktivitet, øget alkoholindtag og tobaksrygning (Brooks et al., 2002; Deasy et al., 2015; L. Nielsen et al., 2007). Det er derfor vigtigt at øge forståelsen for de forskellige forhold, der kan føre til stress blandt børn og unge.

Hvorvidt og i så fald hvordan børn og unges brug af digitale medier kan føre til stress, ved man kun lidt om, og forskning herom er divergerende. For eksempel finder en ny rapport om børn og unges krop, køn og digitale adfærd fra Børns Vilkår, at der er en sammenhæng mellem skoleelever, der redigerer og fjerner billeder af sig selv på de digitale medier, og oplevelsen af stress, kropsutilfredshed og mindreværd (Pedersen et al., 2020). Ligeledes viser en anden dansk undersøgelse baseret på selvrapporterede data fra 11-, 13- og 15-årige skoleelever, at knapt hver fjerde elev med tegn på afhængighed af sociale medier sover dårligt om natten, 41 procent føler sig presset af skolearbejdet, og 38 procent angiver at have mindst ét symptom dagligt (for eksempel hovedpine eller mavepine) (Holstein & Rasmussen, 2019). I modsætning til disse undersøgelser viser anden forskning at digital mediebrug, for eksempel små mobilspil, også kan bruges som en form for afslapning og en måde at trække sig fra en stresset hverdag på (Thorhaug & Gregersen 2019)

En nyere engelsk rapport fra Royal Society for Public Health konkluderer, at unges brug af sociale medier kan øge risikoen for eksempelvis angst og søvnbesvær, men samtidigt at unge, som er aktive brugere af sociale medier, oplever en højere grad af emotionel støtte fra deres relationer end unge, som ikke er aktive brugere (Royal Society for Public Health, 2017). Netop støtte fra sociale relationer er særlig vigtig i forhold til at afhjælpe og håndtere stress (Aro et al., 1989). Rapporten finder også, at forskellige sociale medier har både positiv og negativ betydning for unges liv. For eksempel er

Facebook fremhævet i rapporten som det medie, der i størst grad opleves som at kunne styrke fællesskabet, og Instagram og Snapchat fremhævet som de to sociale medier, der i højest grad aktiverer unges FOMO, som på dansk kan oversættes til bekymringen for at gå glip af noget (Royal Society for Public Health, 2017). Hvilke specifikke sociale medier, der har positiv og negativ betydning for børn og unges liv, vil ændre sig med tiden, eftersom de sociale platforme hele tiden udvikler og forandrer sig.

Formål

Formålet med rapporten er at kortlægge eksisterende viden om børn og unges digitale mediebrugs betydning for A) deres sociale relationer og fællesskaber, og B) stress. Der er tale om to separate litteraturgennemgange, som gennemføres parallelt med henblik på at identificere tværgående temaer og overlap. Vi har taget udgangspunkt i følgende forskningsspørgsmål:

Del A

- Hvilken betydning har digital mediebrug for sociale relationer og fællesskaber blandt henholdsvis 0-5-årige, 6-12-årige og 13-15-årige?

Del B

- Hvilken betydning har digital mediebrug for stress blandt henholdsvis 6-12-årige og 13-15-årige?

Fælles for del A og B

- Hvilke tværgående temaer kan identificeres på tværs af del A og del B?

Definition af digital mediebrug

Digitale medier omfatter en bred vifte af kommunikationsteknologier og tjenester, der tilgås via mobiltelefoner, tablets og computere, som for eksempel sms'er, beskedtjenester, videotjenester og sociale netværkssider. Der eksisterer ikke nogen standarddefinition inden for forskningen, hvor nogle fokuserer på specifikke kommunikationsteknologier såsom tekstbeskeder eller sociale netværkssider, mens andre opererer med bredere betegnelser såsom elektronisk kommunikation eller internet-baseret kommunikation. Vi har valgt at arbejde med en åben definition med henblik på at inkludere al relevant forskning og har derfor både valgt at søge på platforme (for eksempel "computer", "smartphone"), konkrete tjenester (for eksempel "Facebook", "Snapchat") og bredere betegnelser (for eksempel "internet"). Vi har til gengæld valgt at afgrænse os til et brugsperspektiv på disse kommunikationsteknologier. Det vil sige, at vi har fokuseret på de studier, som undersøger selve brugen, for eksempel gennem hyppighed og varighed, antal venner, social netværksdannelse, formål med brug og fokus for brug. Vi har fravalgt forskning med fokus på for eksempel deciderede indholdsanalyser, design, regulering og økonomi.

Definition af sociale relationer og fællesskaber

Sociale relationer og fællesskaber er meget brede termer, som kan defineres og operationaliseres på et utal af måder alt efter hvilket samfundsvidenskabeligt paradigme, man bekender sig til. Vi har i den indledende fase af litteraturgennemgangen opereret med en åben tilgang, hvor vi både har fokuseret på typer af relationer, relationsformer og kvaliteten af relationer. Typer af relationer i børn og unges hverdagsliv omfatter typiske roller som for eksempel forældre, venner, bekendte osv., mens relationsformer dækker over begreber som gruppe, netværk og bånd ("social ties"). Kvaliteten af relationer dækker over begreber som tilknytning, intimitet og samhørighed, og vedrører i højere grad karakteren eller oplevelsen af de sociale relationer, individet indgår i (se også søgeprotokol i bilag 1).

Vi har i udgangspunktet haft fokus på relationen mellem børn og unge indbyrdes og mellem børn og unge og voksne inden for de tre aldersgrupper, der blev præciseret i forskningsspørgsmålet. I forbindelse med vores gennemgang af publikationer tegnede der sig imidlertid nogle alternative og mere meningsfulde vinklinger i form af hhv. familie og nære relationer på den ene side og venner og social omgangskreds på den anden. Disse vinklinger er meningsfulde, fordi de afspejler udviklingen i barnets sociale verden fra familien som den primære sociale kontekst i de tidlige år til den gradvise orientering imod venner og social omgangskreds efterhånden, som barnet bliver ældre (se for eksempel Erikssons livsfaseteori). Samtidig afspejler denne opdeling en klassisk skelnen inden for den sociologiske litteratur mellem "strong ties" og "weak ties", som involverer forskellige muligheder og begrænsninger i forhold til social støtte, information og livsmuligheder (se for eksempel Granovetter, 1973). "Strong ties" binder individer sammen i homogene og tæt knyttede grupper, mens "weak ties" rækker ud over disse grupper og muliggør forbindelser på tværs af dem (Putnam, 2000). Begge typer af relationer er vigtige, fordi de giver adgang til forskellige typer af ressourcer. Strong ties og weak ties er også blevet undersøgt i relation til digital mediebrug, hvor konklusioner er, at digitale medier både understøtter strong ties og weak ties (Wegge et al., 2015; Wellman, 1997).

Delafsnit A vil således tage udgangspunkt i denne distinktion mellem familie og nære bånd på den ene side og venner og social omgangskreds på den anden. I diskussionen vil vi præcisere, hvorfor en sådan kvalificering af sociale relationer er afgørende, hvis vi skal forstå, hvorfor forskningen undertiden når frem til modstridende resultater angående den digitale mediebrugs effekt på børn og unges sociale relationer og fællesskaber.

Definition af stress

Stress kan beskrives som en kort- eller længerevarende tilstand karakteriseret ved anspændthed og ulyst (Nielsen & Kristensen, 2007). Følelsen af stress kan opstå, når der ikke er balance mellem de krav, der stilles til os fra omverdenen eller os selv, og de ressourcer, som vi oplever at have til rådighed til at håndtere disse krav. Kortvarig stress, hvor kroppen reagerer med øget produktion af stresshormoner, øget blodtryk, øget puls osv., er en naturlig reaktion og et livsvilkår, der hjælper os til at handle i krævede situationer og er ikke en belastning, man bliver syg af (ibid.). Længerevarende stress kan derimod føre til en lang række af psykiske og fysiske sygdomme (Byrne et al., 2007; Sheth et al., 2017), overvægt (De Vriendt et al., 2009), søvnproblemer (Anderson et al., 2014; Dewald et al., 2014; Nielsen et al., 2007) og usunde adfærdsmønstre som dårlige kostvaner, fysisk inaktivitet, øget alkoholindtag og tobaksrygning (Brooks et al., 2002; Deasy et al., 2015; Nielsen et al., 2007).

Der findes ikke en entydig definition af stress, og stressbegrebet anvendes bredt blandt både den almene befolkning og i videnskabelige sammenhænge. I den internationale stresslitteratur domineres stressforskningen af tre forskellige tilgange til måling af stress, som hver især fokuserer på forskellige aspekter af stressprocessen; 1) den stimuli-orienterede tilgang, 2) den interaktions-orienterede tilgang, samt 3) den respons-orienterede tilgang (Cohen et al., 1983; Derogatis & Coons, 1993; Lazarus, 1999). På trods af at målingen af stress er forskellig inden for de tre tilgange, er der imidlertid bred enighed om, at alle tre aspekter indgår i stressprocessen, og at ét aspekt ikke kan forstås uafhængigt af de øvrige.

I denne rapport tager vores definition af stress udgangspunkt i alle tre tilgange til stress, da opdraget til rapporten har været at undersøge, hvordan digital mediebrug påvirker børn og unges stress i en bredere forstand. I det efterfølgende afsnit forklarer vi nærmere, hvordan vi definerer de tre forskellige tilgange til stress.

1. Den stimuli-orienterede tilgang: Stressorer

Den stimuli-orienterede tilgang tager udgangspunkt i en objektiv måling af stress. Fortalere for denne tilgang anskuer stress som en tilstand, der opstår, når individet udsættes for belastninger i omgivelserne (såkaldte stressorer), der påvirker individet og øger risikoen for, at man føler sig stresset (Derogatis & Coons, 1993; Holmes & Rahe, 1967). Ifølge denne tilgang vil børn og unges stressniveau ofte blive vurderet ud fra, hvor mange potentielle belastninger (stressorer), for eksempel eksamen, mobning eller større livsbegivenheder som skilsmisse, dødsfald eller flytning, man har været udsat for. I dette litteraturstudie betragter vi "longing for belonging" (i resten af rapporten oversat til dansk med: længslen efter at høre til), FOMO og "social comparison" (i resten af rapporten oversat til dansk med: at sammenligne sig med andre) som potentielle stressorer, der i særlig grad er relateret til digital mediebrug.

2. Den interaktions-orienterede tilgang: Selvoplevet stress

I den interaktions-orienterede tilgang inkluderes individet som et vigtigt led i sammenhængen imellem stimuli og respons (Derogatis & Coons, 1993). Her anskues stress som individets vurdering af en ubalance imellem omgivelsernes krav og dets egne ressourcer til at håndtere disse. I modsætning til de øvrige tilgange til stress anskuer den interaktions-orienterede tilgang således stress som individets egen oplevelse af, hvorvidt en given situation opleves som stressende eller ej (Derogatis & Coons, 1993; Lazarus & Folkman, 1984). I dette litteraturstudie inkluderer vi studier, som undersøger, om børn og unge føler sig stressede.

3. Den respons-orienterede tilgang: Stresssymptomer

Den respons-orienterede tilgang tager ligesom den stimuli-orienterede tilgang udgangspunkt i en objektiv måling af stress. Her er fokus på den mentale og kropslige reaktion, der indtræffer i individet som følge af en stressbelastning. Stress defineres således som de fysiske (for eksempel hjertebanken, kvalme, svimmelhed, muskelspændinger), psykiske (for eksempel angstsymptomer, ulyst, nedtrykthed) og adfærdsmæssige (for eksempel søvnbesvær, social isolation, øget indtag af alkohol, cigaretter) reaktioner, der opstår som følge af stressbelastninger (Selye, 1956). I dette litteraturstudie har vi ikke haft mulighed for at afdække alle typer af symptomer på stress, da denne liste ville blive for omfattende, og vi har derfor valgt kun at inddrage litteratur, som specifikt beskriver, at de undersøger stresssymptomer, uden dog at specificere hvilke. Ligeledes skyldes det, at mange stresssymptomer også kan være et udtryk for andre problemer (Derogatis & Coons 1993).

Denne rapport omfatter som nævnt elementer fra alle tre tilgange, og stress er således defineret som 1) tre udvalgte potentielle stressorer, der knytter sig til digital mediebrug (FOMO, at

sammenligne sig med andre og længslen efter at høre til), 2) selvoplevet stress, samt 3) stresssymptomer, der udløses ved børn og unges digitale mediebrug (se også søgeprotokol i bilag 2).

Læsevejledning

Som det fremgår, er der tale om meget forskellige spørgsmål, der vil blive adresseret gennem to selvstændige litteraturgennemgange. På de kommende sider vil vi først beskrive vores metode i et fælles metodeafsnit. Dernæst vil fundene fra de identificerede studier for henholdsvis del A (sociale relationer og fællesskaber) og del B (stress) blive præsenteret. Efterfølgende vil vi opsummere resultaterne og diskutere dem i et fælles afsnit med fokus på de tværgående temaer, vi har identificeret.

Metode og materiale

For at opnå viden, om hvilken betydning digital mediebrug har for henholdsvis børn og unges sociale relationer og fællesskaber (del A) og børn og unges stress (del B), er nærværende rapport baseret på en systematisk gennemgang af videnskabelige artikler, der er publiceret i internationale peer-reviewed tidsskrifter i perioden 2010 til marts 2020. Derudover bygger rapporten på grå litteratur fra samme tidsperiode, som omfatter rapporter og undersøgelser, der ikke er publiceret i peer-reviewed tidsskrifter og derfor ikke er mulige at identificere gennem søgning i videnskabelige databaser. De to delundersøgelser (del A og B) har så vidt muligt fulgt en fælles metodisk fremgangsmåde, men er baseret på individuelle litteratursøgninger og -gennemgange. I afsnittene nedenfor beskrives den fælles fremgangsmåde, de specifikke søgestrategier og -processer for del A og del B samt de overordnede resultater af selve litteratursøgningen for henholdsvis del A og B. Indledningsvis beskrives det, hvordan den videnskabelige litteratur er identificeret, herunder en beskrivelse af søgestrategi, inklusions- og eksklusionskriterier, screeningsprocedure og kvalitetsvurdering. Dernæst følger et afsnit, som beskriver, hvordan den grå litteratur er blevet fremsøgt og udvalgt.

Kortlægning af videnskabelig litteratur

Søgestrategi

Gennemgangen af de videnskabelige studier er foretaget som en systematisk litteraturgennemgang, hvor eksplicite systematiske metoder er valgt med henblik på at minimere bias og give mere pålidelige fund. Søgestrengene er således opbygget systematisk, og screening af studierne er gennemført systematisk af to eller flere personer (Higgins et al., 2019). Vi har valgt at gennemføre en systematisk litteraturgennemgang, da denne metode er velegnet til at skabe overblik over eksisterende viden i forskningsfelter, hvor der mangler viden, og hvor der er usikkerhed om resultaterne. Derudover kan en systematisk litteraturgennemgang være med til at give anbefalinger til fremtidig forskning (Munn et al., 2018). Denne litteraturgennemgang er udført med udgangspunkt i The Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis (PRISMA), som er et redskab, der understøtter en systematisk metode ved udarbejdelsen af systematiske reviews (Moher et al., 2009).

Som led i forberedelserne til den systematiske litteraturgennemgang er en søgeprotokol for henholdsvis del A og del B blevet udarbejdet og anvendt til at søge litteratur om digital mediebrugs betydning for børn og unges sociale relationer og fællesskaber og sammenhængen mellem brug af digitale medier og stress (se søgeprotokollerne i bilag 1 og 2). De to søgeprotokoller har været med til at sikre sammenhæng og konsistens mellem del A og del B og har bidraget til at minimere selektionsbias gennem en gennemsigtig og systematisk litteratursøgningsprocedure, en bred inklusion af videnskabelige studier, der opfylder de udvalgte inklusionskriterier, og uden hensyntagen til resultaterne af den inkluderede litteratur (Higgins et al., 2019). Søgeprotokollerne for nærværende systematiske litteraturgennemgange beskriver fremgangsmåden for litteraturgennemgangene, herunder hvor og hvordan der søges efter videnskabelig litteratur (Higgins et al., 2019; SDU, 2020). Søgeprotokollerne fungerer således som retningslinje for udførelsen af litteratursøgningerne. I det omfang det har været muligt, er de to søgeprotokoller ens, men på grund af forskellige fokusområder er der

naturligvis punkter, hvor de divergerer. I det efterfølgende beskrives forskelle og ligheder mellem de to søgeprotokoller.

Søgestrategien for de systematiske litteratursøgninger er gennemført i samarbejde med to forskningsbibliotekarer fra Københavns Universitet (KU), og søgestrategien er bygget op omkring PEO-modellen. PEO-modellen er en ofte anvendt konceptualiseringsmodel, som bidrager til at strukturere og definere forskningsspørgsmålet i systematiske litteratursøgninger. Modellen deles op i tre blokke: P (patient/problem/population, på dansk: målgruppe), E (exposure, på dansk: eksponering) og O (outcome, på dansk: udfald) (Khan et al., 2003; SDU, 2020).

Søgningen af litteratur til at besvare forskningsspørgsmålet; Hvilken betydning har digital mediebrug for sociale relationer og fællesskaber blandt 0-15-årige? (del A), er struktureret efter følgende tre søgeblokke:

Figur 1 Tre søgeblokke: Målgruppe, eksponering og udfald – del A

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Udfald
Børn og unge i alderen 0-15 år	Digital mediebrug	Sociale relationer Fællesskaber

Søgningen af litteratur til at besvare forskningsspørgsmålet; Hvilken betydning har digital mediebrug for stress blandt 6-15-årige? (del B), er opdelt i følgende tre søgeblokke:

Figur 2 Tre søgeblokke: Målgruppe, eksponering og udfald – del B

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Udfald
Børn og unge i alderen 6-15 år	Digital mediebrug	Fear of missing out Longing for belonging Social comparison Selvoplevet stress Stresssymptomer

Søgeord og søgestrengene er udvalgt med afsæt i de tre blokke for både del A og B i et samarbejde mellem Institut for Kommunikation, SIF og SST samt de to forskningsbibliotekarer fra KU. Mens blok 3 om udfald er tilpasset de to specifikke forskningsspørgsmål, er størstedelen af blok 1 om målgruppen og hele blok 2 om eksponering fælles for del A og B. Søgeordene i blok 1 og 2 er således ensrettet i de to søgeprotokoller. Forud den endelige søgning blev søgeord og søgestrengene godkendt af SST.

Søgningerne for både del A og B er foretaget i fire forskellige databaser, hvoraf to er fælles (Web of Science Core Collection og PsycInfo). Web of Science Core Collection er valgt, fordi den har et tværfagligt fokus, der er velegnet til begge forskningsspørgsmål, mens PsycInfo indeholder den mest omfattende registrering af international psykologisk forskning, der ligeledes er relevant for både del A og B. Del A har desuden benyttet den mere fagspecifikke Communication & Mass Media Complete, der specifikt fokuserer på kommunikations- og medievidenskab og derfor er velegnet til at søge efter litteratur om digital mediebrug, der kan supplere de mere psykologiske studier. Del B har derimod benyttet sig af Embase, der har et mere medicinsk fokus, og som derfor er velegnet til litteratursøgning om stress. Valget af disse databaser sikrer, at litteratursøgningerne både er relevante og brede.

Hver database har forskellige søgefunktioner, og derfor er der på nogle områder forskel i søgestrengene. Fælles for søgestrengene er, at der i alle fire databaser søges på titel-, keywords- og abstract-niveau, så vidt det er muligt. I de databaser, hvor det er muligt, er databasens relevante mesh-termer

inkluderet både som mesh-term og som søgeord. Herudover er udvalgte ord efterfulgt af en stjerne (*) for at inkludere eventuelle andre endelser på ordet (for eksempel boy*, smartphone*). Ligeledes er relevante søgeord, som består af flere ord (for eksempel “longing for belonging”, “stress symptom”), sat i citationstegn (”) for at søge specifikt på denne sammensætning af ord.

Inklusions- og eksklusionskriterier

De systematiske litteratursøgninger er gennemført med afsæt i nedenstående inklusions- og eksklusionskriterier. Inklusions- og eksklusionskriterierne er anvendt i forskellige stadier af arbejdsprocessen af litteraturgennemgangen. Mens nogle af kriterierne er anvendt i søgningen, er andre blevet brugt i screeningsprocessen. Nogle inklusions- og eksklusionskriterier er fælles for både del A og B, mens andre specifikt er knyttet til de enkelte forskningsspørgsmål. Herunder gennemgås først de fælles inklusions- og eksklusionskriterier, der er blevet benyttet i søgeprocessen, og derefter de specifikke kriterier, der er blevet benyttet i screeningsprocessen for henholdsvis del A og B.

Fælles inklusionskriterier i søgeprocessen

- **Publikationsår:** Studier, der er publiceret de seneste ti år (2010-2020)
- **Sprog:** Studier, der er skrevet på engelsk, dansk, norsk og svensk

Inklusionskriterier i screeningen – del A

- **Formål:** Studier, der har til formål at undersøge betydningen af digital mediebrug for børn og unges sociale relationer og fællesskaber, herunder for netværksdannelse, socialisering og mobning.
- **Studiepopulation:** Studier, hvor hovedvægten af studiepopulationen er børn i alderen 0-15 år. I studier, hvor dele af studiepopulationen er ældre end 15 år, er kun studier, hvor gennemsnitsalderen er under 15,9 år, inkluderet. Dette er forsøgt indskrænket allerede i søgeprocessen ved hjælp af søgeordene i blok 1, men er efterfølgende blevet kontrolleret i screeningsprocessen.
- **Kulturel kontekst:** Studier, hvor studiepopulationen er fra vestlige lande (dvs. EU-lande samt Andorra, Island, Liechtenstein, Monaco, Norge, San Marino, Schweiz, Vatikanstaten, Canada, USA, Australien og New Zealand).
- **Studietyper:** Peer-reviewed kvantitative, kvalitative og mixed methods-studier, herunder randomiserede kontrollerede studier (RCT), kvasi-eksperimentelle studier og observationelle studier (både prospektive og tværsnitstudier). Indledningsvis er systematiske reviews og metaanalyser inkluderet for at kunne identificere enkelstudier via referencelisterne.

Eksklusionskriterier – del A

- **Formål:** Studier, der ikke har til formål at undersøge forhold vedrørende forskningsspørgsmålet, eksempelvis studier, som har til formål at undersøge sammenhæng mellem digital mediebrug og børn og unges individuelle, psykologiske egenskaber, specifikke former for medieindhold (eksempelvis voldelige film) osv. Vi har i udgangspunkt skullet håndtere en temmelig stor mængde tekster, og vi har derfor valgt at afgrænse os fra studier, der kun har en indirekte eller spekulativ kobling til undersøgelsesspørgsmålet (for eksempel studier af oplevet ensomhed og aggression), og fokuseret på de studier, der inkluderer en direkte empirisk kobling mellem digital mediebrug og sociale relationer. Desuden har vi ekskluderet de studier, hvor forklaringsretningen går fra social kontekst til mediebrug (for eksempel studier af hvilke typer børn og unge, der er mest tilbøjelige til at mobbe online), og begrænset os til de studier, hvor forklaringsretningen går fra den digitale mediebrug til den sociale kontekst (for eksempel hvordan online mobning påvirker den sociale kontekst).

- **Studiepopulation:** Studier, hvor studiepopulationen har en gennemsnitsalder, der er over 15,9 år. Derudover ekskluderes studier, hvis fokus er på en specifik gruppe af børn og/eller unge, eksempelvis børn og unge med psykiatriske diagnoser, handicaps, minoritetsgrupper osv.
- **Studietyper:** Prævalensstudier, ph.d.-afhandlinger samt conferenceabstracts.

Inklusionskriterier i screeningen – del B

- **Formål:** Studier, der har til formål at undersøge sammenhængen mellem digitalt mediebrug og stress, herunder 1) de tre stressorer FOMO, længslen efter at høre til og at sammenligne sig med andre, 2) selvoplevet stress, og 3) stresssymptomer.
- **Studiepopulation:** Studier, hvor hovedvægten af studiepopulationen er børn i alderen 6-15 år. I studier hvor dele af studiepopulationen er ældre end 15 år, er der kun inkluderet studier, hvor gennemsnitsalderen er under 15,9 år. Dette er allerede forsøgt indskrænket i søgeprocessen ved hjælp af søgeordene i blok 1, men er efterfølgende blevet kontrolleret i screeningsprocessen.
- **Kulturel kontekst:** Studier, hvor studiepopulationen er fra vestlige lande (dvs. EU-lande samt Andorra, Island, Liechtenstein, Monaco, Norge, San Marino, Schweiz, Vatikanstaten, Canada, USA, Australien og New Zealand).
- **Studietyper:** Peer-reviewed kvantitative og kvalitative studier, herunder randomiserede kontrollerede studier (RCT), kvasi-eksperimentelle studier og observationelle studier (både prospektive studier og tværsnitstudier). Indledningsvis er systematiske reviews og metaanalyser inkluderet for at kunne identificere enkelstudier via referencelisterne. De enkelstudier, der opfylder inklusionskriterierne, er efterfølgende medtaget.

Eksklusionskriterier – del B

Formål: Studier, der ikke har til formål at undersøge forhold vedrørende forskningsspørgsmålet, for eksempel studier, som har til formål at undersøge sammenhæng mellem brugen af digitale medier og psykiske sygdomme som depression og angst eller mental sundhed.

- **Studiepopulation:** Studier, hvor studiepopulationen har en gennemsnitsalder, der er over 15,9 år. Derudover ekskluderes studier, hvis fokus er på en specifik gruppe af børn og/eller unge, for eksempel børn og unge med psykiatriske diagnoser eller fysiske sygdomme.
- **Studietyper:** Prævalensstudier, ph.d.-afhandlinger og conferenceabstracts.

Screeningsprocedure

For at sikre systematik i gennemgangen af den litteratur, som er fremkommet på baggrund af litteratursøgningerne, er udvælgelsen af studier gennemført med udgangspunkt i følgende 3-trinsprocedure: 1) Studierne er blevet sorteret (inkluderet/ekskluderet) på baggrund af titler (og keywords ved behov), 2) inkluderede studier er herefter sorteret på baggrund af læsning af abstracts, og 3) slutteligt er de tilbageværende studier sorteret på baggrund af fuldtekstlæsning. To videnskabelige medarbejdere har været tilknyttet screeningsprocessens tre trin for på denne måde at undgå bias i udvælgelsen af studier.

Informationen om de kvantitative studier er inddelt i følgende områder: 1) Forfatter/år/land/kvalitetsvurdering, 2) Formål, 3) Population (alder, kønsfordeling, antal (N)), 4) Studiedesign/undersøgelsesmetode, 5) Eksponering, 6) Udfaldsmål, og 7) Resultater. Information om de inkluderede kvalitative og mixed methods-studier er inddelt i: 1) Forfatter/år/land/kvalitetsvurdering, 2) Formål, 3) Population (alder, kønsfordeling, antal (N)), 4) Studiedesign, og 5) Resultater. Endelig er information om grå litteratur inddelt i: 1) Institution/forfatter/år/land, 2) Titel på rapport/link, 3) Population (alder/køn/antal(N)), 4) Metode, og 5) Resultater.

Kvalitetsvurdering, screening og dataekstraktion

Alle inkluderede studier i denne systematiske litteraturgennemgang er kvalitetsvurderet. For at sikre ensartethed af kvalitetsvurderingerne har vi afholdt et indledende møde og efterfølgende holdt løbende møder med fokus på inter-rater reliabilitet (dvs. graden af enighed blandt to eller flere personer, som vurderer kvaliteten). Kvalitetsvurderingen af hvert enkelt studie er som minimum gennemført af én videnskabelig medarbejder. I de tilfælde, hvor der er opstået tvivl om kvalitetsvurderingen af de enkelte delkomponenter, er studiet drøftet med én eller flere af de andre forskere i arbejdsgruppen, indtil der er opnået konsensus om vurderingen.

De kvantitative studier er kvalitetsvurderet med afsæt i "Quality Assessment Tool for Quantitative Studies" (Effective Public Health Practice Project, 1998) ud fra følgende fem komponenter: Risiko for selektionsbias, studiedesign, confoundere, dataindsamlingsmetode og bortfald (Armijo-Olivo et al., 2012). Hver af de fem komponenter bliver for hvert studie vurderet som værende enten svag, moderat eller stærk. Hvis et studie vurderes til at have to svage komponenter, bliver den samlede vurdering af studiet svag. Hvis én komponent vurderes som svag, får studiet en samlet vurdering som moderat. Hvis alle fem komponenter vurderes til moderat eller stærk, får studiet en samlet vurdering som stærk.

De kvalitative studier er kvalitetsvurderet med udgangspunkt i "Critical Appraisal Skills Programme (CASP) assessment tool for qualitative studies" (Critical Appraisal Skills Programme, 2018), som er anvendt i flere reviews af kvalitative studier (Ames et al., 2017; Feder et al., 2006). Redskabet har 10 spørgsmål, hvoraf de første to benyttes til at vurdere studiets relevans, og de sidste otte afdækker studiedesign, sampling, dataindsamling, analyse, refleksivitet, etik samt fund og undersøgelsens værdi. Til at bedømme hvert studies kvalitet bliver et tre-pointsystem (udviklet af Feder et al. (2006)) benyttet, hvor hvert af de otte sidstnævnte spørgsmål i CASP får en score som henholdsvis svag, moderat eller stærk. Scoren svag bliver givet, hvis studiet ikke forholder sig til det givende spørgsmål. Scoren moderat bliver givet, hvis studiet adresserer spørgsmålet, men hvor overvejelserne ikke bliver udfoldet. Scoren stærk bliver givet, hvis emnet i spørgsmålet bliver gennemgået grundigt (Duggleby et al., 2012; Norhayati et al., 2015). Et studie vurderes samlet som svag, hvis to komponenter i studiet vurderes som svag, moderat, hvis én komponent vurderes som svag, og stærk, hvis alle komponenter vurderes som moderat eller stærk.

Kortlægning af grå litteratur

Udvælgelsen af den grå litteratur er afgrænset til dansk og nordisk litteratur, som er udgået fra udvalgte forskningsinstitutioner og organisationer, som fremgår af tabel 1. Forskningsinstitutioner på universiteterne er ikke medtaget i søgning af grå litteratur, da studier fra disse vil fremgå af den systematiske litteratursøgning. Vi har fokuseret på empiriske kortlægninger af børns og unges adfærd og egenskaber i Norden og således ikke forholdt os til eventuel journalistisk formidling, vejledning eller lignende publikationer. De forskellige institutioner og organisationer har forskellige søgefunktioner på deres hjemmesider. Nogle hjemmesider giver mulighed for at anvende søgeord, mens andre hjemmesider ikke har samme mulighed, og i de tilfælde blev alle publicerede rapporter screenet på baggrund af titel. Foruden en søgning på disse institutioner og organisationers hjemmesider indeholder kortlægningen også en søgning på Google. Ved gennemgangen af grå litteratur er samme inklusions- og eksklusionskriterier anvendt som ved den videnskabelige litteratursøgning. De udvalgte forskningsinstitutioner og organisationer er udvalgt efter godkendelse fra SST.

Tabel 1 Oversigt over forskningsinstitutioner og organisationer, hvor vi har søgt efter grå litteratur

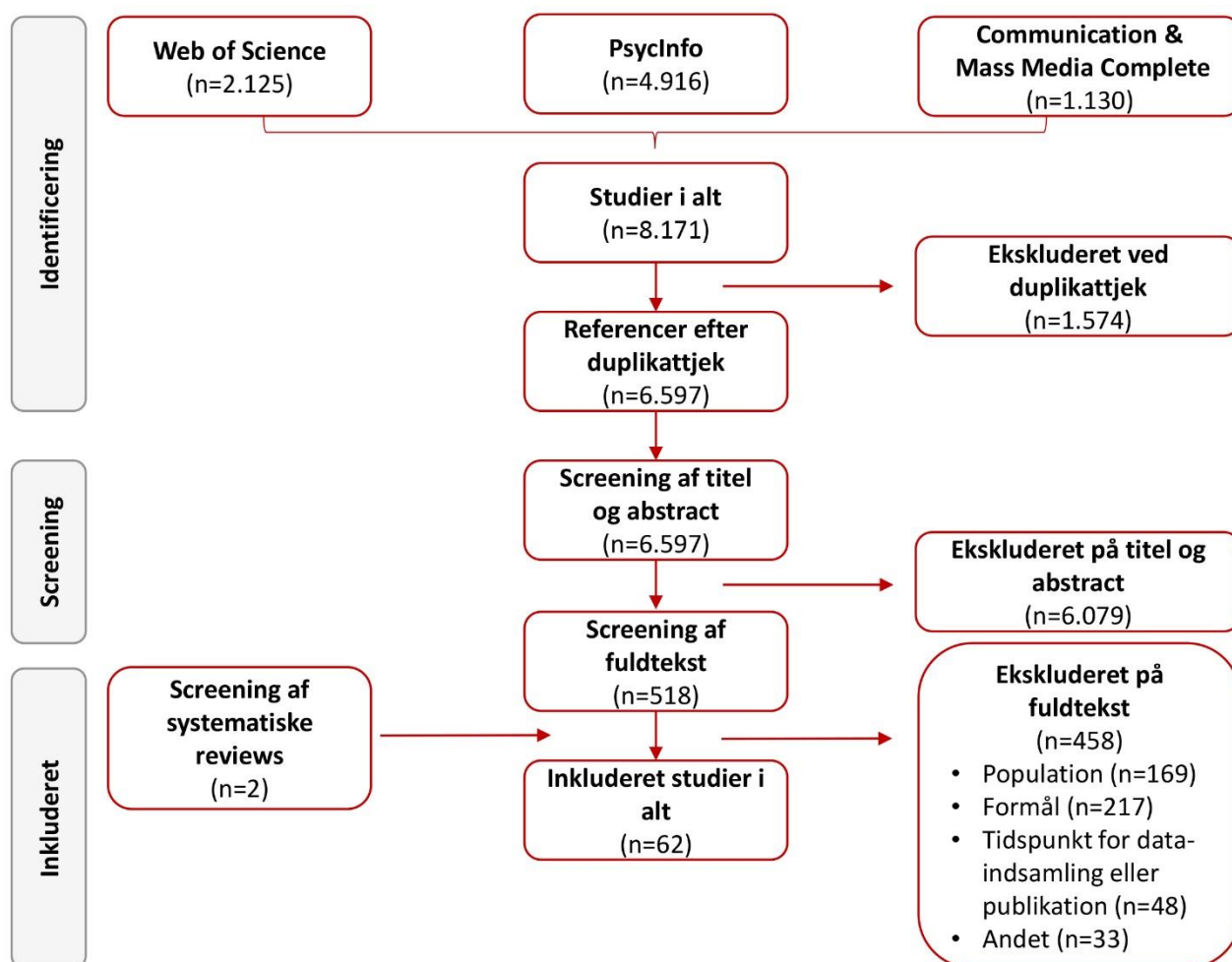
Type	Forskningsinstitution/organisation
Interesseorganisationer, herunder patient- og pårørende organisationer	Børns Vilkår Center for Børneliv Børnerådet Psykiatrifonden Center for Digital Pædagogik
Statslige råd og tilsyn	Nordisk Ministerråd Medierådet for Børn og Unge (Danmark) Statens Medieråd (Sverige) Medietilsynet (Norge) Sundhedsstyrelsen Folkehelseinstituttet (Norge) Folkhälsomyndigheten (Sverige) Finish Institute for Health and Welfare (Finland)
Danske forskningsinstitutioner uden for universiteterne	Vidensråd for Forebyggelse VIVE DEFACTUM EVA Danmarks Evalueringsinstitut

Inkluderede studier: Børn og unges digital mediebrug og sociale relationer og fællesskaber (del A)

Videnskabelig litteratur

Der blev i alt blevet identificeret 8.171 studier, hvoraf 1.574 var dubletter. I forbindelse med titel og abstraktscreening blev 6.597 studier sorteret fra, mens 518 artikler blev underkastet en fuldtekst-screening. Hovedparten af studierne blev frasorteret, fordi undersøgelsesformålet ikke relaterede sig til denne litteraturgennemgangs forskningsspørgsmål (217), eller fordi studiepopulationen enten var over 15 år eller ikke kunne bestemmes på grund af samplingsstrategien (169). Yderligere 48 studier blev ekskluderet, fordi studiet var udgivet før 2010, eller fordi data var indsamlet før 2007 (efter aftale med SST). To studier blev inkluderet på baggrund af screening af de systematiske reviews, som blev identificeret i litteratursøgningen for på denne måde at sikre, at al relevant litteratur er identificeret. De identificerede systematiske reviews blev gennemgået for relevante enkeltstudier, som ikke var identificeret i litteraturgennemgangen, og derefter blev de systematiske reviews ekskluderet inden fuldtekstlæsningen begyndte.

Figur 3 Flow-chart over screening af videnskabelig litteratur for del A.



Grå litteratur

Ved litteratursøgningen blev i alt 32 rapporter identificeret som værende relevante i forhold til denne systematiske litteraturgennemgangs undersøgelsesfelt. Efter gennemgang af den identificerede grå litteratur blev 28 rapporter/artikler inkluderet i denne litteraturgennemgang (se bilag 3). Den inkluderede grå litteratur består af i alt 28 danske, svenske og norske rapporter, der på forskellig vis omhandler børn og unges brug af digitale medier og i mere eller mindre direkte forstand berører, hvordan digital mediebrug påvirker relationer og fællesskaber. Langt de fleste rapporter er baseret på omfattende spørgeskemaundersøgelser med både børn og forældre, ofte suppleret med kvalitative interview. En række af rapporterne behandler børn og unges digitale medievaner på et generelt og relativt deskriptivt niveau, hvorfor vi har fokuseret på enkelte dele af rapporterne, som er særligt relevante for denne litteraturgennemgangs fokus på relationer og fællesskaber.

I en dansk kontekst har Børnerådet udgivet en række analyser om børn og unges brug af medier og beslægtede problemstillinger (eksempelvis digital mobning) (Alim et al., 2017; Jønson, 2014, 2015; Lindberg et al., 2015; Lindberg & Jønson, 2015; Sørensen, 2014), Børns Vilkår har udgivet analyser om digitale mediers rolle i børns hverdags-, institutions- og skoleliv (Alim, Kjeldsen, et al., 2019; Alim, Nebelong, et al., 2019; Pedersen et al., 2020), Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for

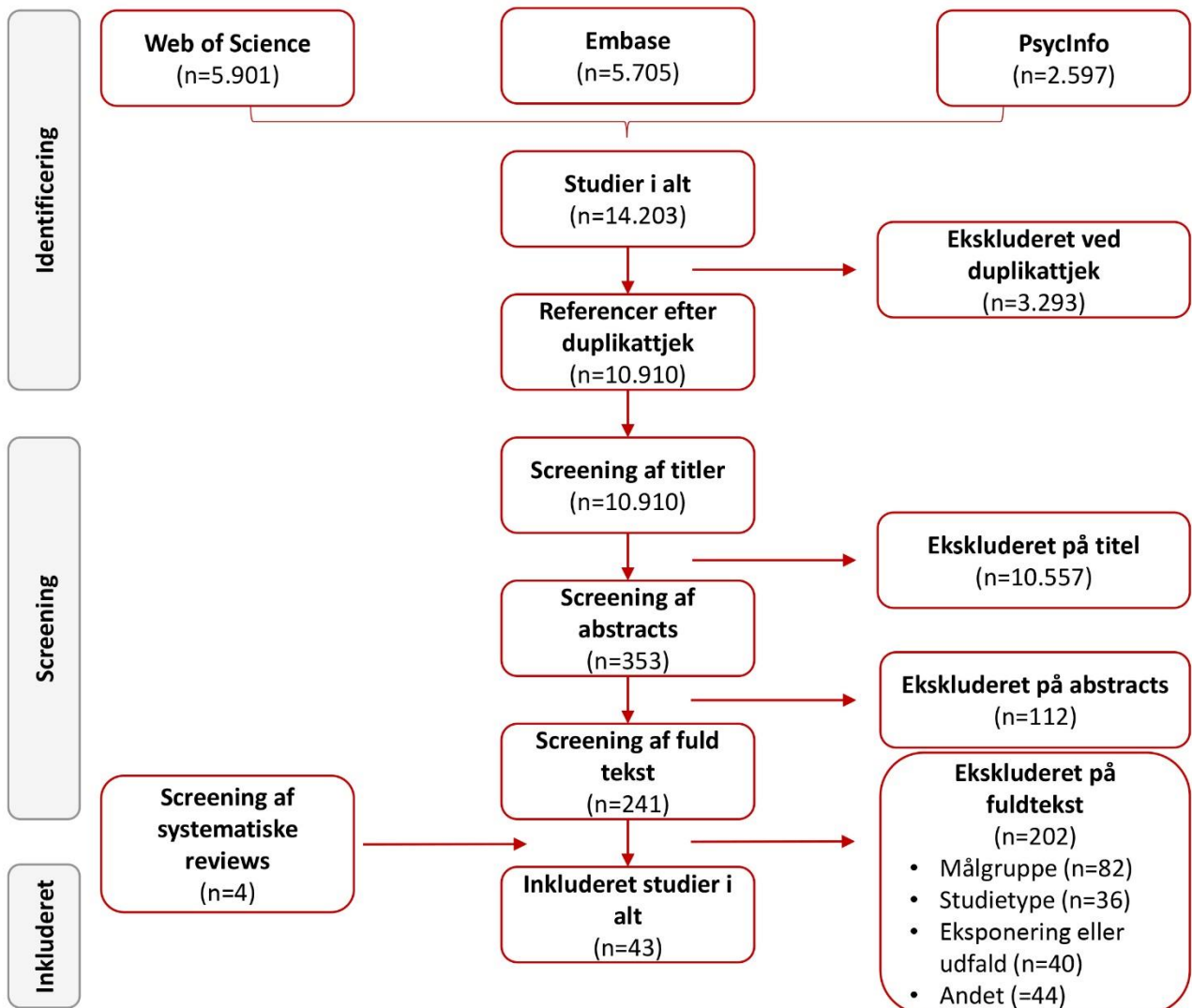
Velfærd (VIVE) har udgivet en undersøgelse om børn og unges trivsel og brug af digitale medier (Ottosen & Andreasen, 2020), og Dansk Center for Undervisningsmiljø (DCUM) har udgivet en rapport om digital mobning i folkeskolen (Rudbeck & Simonsen, 2016). Nordisk Ministerråd har desuden udgivet en rapport om sociale medier og unges trivsel (Birkjær & Kaats, 2019b). Desuden har vi inddraget en række rapporter fra norske og svenske undersøgelser, der løbende monitorerer udviklingen i børn og unges mediebrug, forældrenes oplevelser af dette m.m. (Medietilsynet & Ipsos MMI, 2014a, 2014b; Medietilsynet & Sentio Research, 2010, 2012a, 2012b, 2016a, 2016b, 2018a, 2018b, 2020; Statens Medieråd, 2013a, 2013b, 2015a, 2015b, 2017a, 2017b, 2019a, 2019b). Som antydnet er disse studier dog ofte ganske deskriptive og derfor ikke i sig selv velegnede til at sige noget entydigt om, hvordan mediebrugen påvirker relationer og fællesskaber i og uden for familien. Når vi alligevel har inddraget dem, er det fordi deres beskrivelser af for eksempel kønsforskelle, oplevelser med mobning og forældre-barn interaktion omkring mediebrug kan sætte de tendenser, vi ser i den bredere internationale forskning, ind i et nordisk perspektiv.

Inkluderede studier: Børn og unges digital mediebrug og stress (del B)

Videnskabelig litteratur

Der blev i alt identificeret 14.203 studier, hvoraf 10.910 studier er unikke studier og således ikke dubletter. Efter screening af titler blev 10.557 studier sorteret fra. Herefter blev yderligere 112 studier frasorteret på baggrund af gennemlæsning af abstracts. Hovedparten af studierne blev frasorteret, fordi undersøgelsesformålet ikke relaterer sig til denne litteraturgennemgangs forskningsspørgsmål, eller fordi studiepopulationens alder ligger uden for aldersgruppen 6-15 år. Fire studier er inkluderet på baggrund af screening af de systematiske reviews, som blev identificeret i litteratursøgningen for på denne måde at sikre, at al relevant litteratur er identificeret. De identificerede systematiske reviews er efterfølgende blevet ekskluderet, inden fuldtekstlæsningen er påbegyndt. Efter fuldtekstlæsning er 201 studier ekskluderet, heraf er 82 ekskluderet grundet målgruppe, 36 grundet studietype, 39 grundet eksponering eller udfald og 44 grundet andet.

Figur 4 Flow-chart over screening af videnskabelig litteratur for del B



Grå litteratur

I litteratursøgningen blev i alt ti rapporter identificeret som relevante i forhold til denne systematiske litteraturgennemgangs undersøgelsesfelt. Efter gennemgang af de identificerede rapporter er kun to rapporter inkluderet i litteraturgennemgangen. Langt de fleste rapporter er baseret på spørgeskemaundersøgelser med børn og unge, ofte suppleret med kvalitative interview. En række af rapporterne behandler børn og unges digitale medievaner på et generelt og deskriptivt niveau, hvorfor vi har fokuseret på enkelte dele af rapporterne, som er særligt relevante for denne litteraturgennemgangs fokus på stress. De primære årsager til, at hovedparten af den identificerede litteratur blev frasorteret, er, 1) at rapporterne primært opgør brugen af digitale medier eller digital dannelse blandt børn, og således ikke handler om stress, 2) fordi de gennemgår resultaterne fra andre studier, eller 3) fordi undersøgelsespopulationen har været over 15,9 år.

Resultater

Del A: Digital mediebrugs betydning for børn og unges fællesskaber og sociale relationer

Dette afsnit gennemgår de studier, der undersøger, hvordan digital mediebrug påvirker børn og unges sociale relationer og fællesskaber. Afsnittet baserer sig på i alt 62 videnskabelige publikationer og 28 rapporter (grå litteratur), som belyser dette spørgsmål fra forskellige vinkler. Afsnittet er tematisk inddelt med henblik på at besvare de forskellige dele af vores forskningsspørgsmål: først gennemgås de studier, der beskæftiger sig med digital mediebrugs betydning i relation til familie og nære relationer; derefter gennemgås den del af litteraturen, der forholder sig til børn og unges relationer og fællesskaber med hinanden, herunder blandt andet deres venskaber og forskelle mellem drenge- og pigefællesskaber. Endelig ser vi på sammenhængen mellem digital mediebrug, konflikter og mobning hos børn og unge.

Digital mediebrug, familie og nære relationer

En række af de studier, der beskæftiger sig med særligt de mindre aldersgrupper, handler om, hvordan digital mediebrug påvirker relationer og interaktion i den nærmeste familie og mere specifikt forholdet mellem forældre og børn. I den følgende gennemgang er tematisk inddelt og beskrives for så vidt muligt kronologisk i forhold til de tre undersøgte aldersgrupper, de 0-5-årige, 6-12-årige og 13-15-årige: Første afsnit beskriver studier, der handler om, hvordan forældrenes mediebrug påvirker børnenes sociale udvikling og tilknytning særligt i de tidlige år af barndommen; andet afsnit beskriver, hvordan børnenes brug af digitale medier påvirker deres sociale udvikling, relationsdannelse osv.; tredje afsnit handler om forældre og børns fælles og indbyrdes mediebrug, og hvordan dette påvirker relationer og kontakt; fjerde afsnit beskriver, hvordan brugen af digitale medier udløser forhandlinger og konflikter inden for familien; og femte afsnit handler om, hvordan digitale medier fungerer som et middel til at opnå større autonomi og frigørelse fra forældrene, særligt i teenageårene.

Betydningen af forældrenes mediebrug

I alt fem studier undersøger, hvordan forældres (særligt mødres) brug af digitale og mobile medier påvirker børns udvikling og tilknytning (Myruski et al., 2018; Radesky et al., 2014, 2015, 2018; Ventura et al., 2019). Disse studier baserer sig alle på observationer af interaktioner mellem børn og forældre og undersøger, hvordan brugen af mobile enheder påvirker interaktionerne og børnenes følelsesmæssige og sociale udvikling. To af disse studier fokuserer på de helt små børn og er alle gennemført som eksperimenter i laboratorier, der undersøger forholdet og interaktionerne mellem mødre og børn. Myruski et al. (2018) er således et eksperimentelt observationsstudie, der inden for en amerikansk kontekst undersøger, hvordan 50 spædbørn på 7,2 til 23,6 måneder reagerer på mødres mobile mediebrug. Studiet konkluderer, at børnene reagerede negativt, når mødre trak

sig fra interaktionen for i stedet af bruge en mobil enhed, og efterfølgende var mindre tilbøjelige til at interagere med mødrene og udforske omgivelserne. Ventura et al. (2019) er ligeledes et eksperimentelt observationsstudie af, hvordan amerikanske mødres brug af mobile medier under amning af 3-6 måneder gamle spædbørn påvirker interaktionerne og kommunikationen mellem mødre og børn. Studiet konkluderer, at mødres mobilbrug medførte mindre kommunikation mellem mor og barn, og at interaktionen generelt blev forringet, men fastslår også, at fremtidige undersøgelser i højere grad bør tage højde for mødrenes måde at bruge de mobile medier (om de fx er konstant optaget af dem eller tjekker dem i ny og næ).

Tre studier fokuserer på de lidt større børn og baserer sig på observationer af mere "naturlige" situationer (fx på en familierestaurant, i hjemmet osv.). Radesky et al. (2014) og Radesky et al. (2015) undersøger begge, hvad forældres brug af mobiltelefoner under måltider betyder for kvaliteten af interaktionen med børnene gennem to meget forskellige undersøgelsesdesigns. I det første studie (Radesky et al., 2014) gennemføres en kvalitativ ikke-deltagende observationsundersøgelse af 55 måltidssituationer på 15 fastfood restauranter i Boston, hvor de observerede familier inkluderer børn, der vurderes til at være i alderen nul til 10 år. Studiet indikerer en sammenhæng mellem stor optagethed af telefonen, begrænset opmærksomhed på barnet og et højere konfliktniveau i situationen. I en lignende undersøgelse (Radesky et al., 2015) analyserer Radesky og kollegaer videomateriale fra en undersøgelse om amerikanske forældres måltidsdynamikker og fedme. Videomaterialet fra 301 situationer, hvor mødre og børn i seksårsalderen spiser henholdsvis kendt og ukendt mad, kodes med fokus på eventuelt mobilbrugs betydning for mødrenes adfærd. Studiet finder, at der er en sammenhæng mellem mødrenes mobilbrug og hvorvidt de tilskynder deres børn til at spise, således at mødre, der bruger mobile enheder under måltidet, også er mindre tilbøjelige til at opfordre børnene til at smage på særligt ukendt mad. I et andet studie, der benytter sig af spørgeskemaer, semistrukturerede interview og observationer af 195 amerikanske forældre og børn i seksårsalderen, finder Radesky et al. (2018) en sammenhæng mellem mødrenes brug af mobile medier under måltider og deres fremstillinger af deres børn som vanskelige. Det vurderes dog, at denne sammenhæng ikke nødvendigvis afspejler, at digital mediebrug gør børnene mere vanskelige, men snarere, at forældre til børn, der opfattes som vanskelige, bruger de mobile medier til at trække sig fra sociale situationer. Det skal påpeges, at de to sidstnævnte studier begge baserer sig på undersøgelsespersoner rekrutteret fra "Head start", et førskole-program for lavindkomst familier i USA.

Samlet set peger de inkluderede studier altså på, at forældrenes mediebrug kan mindske interaktioner og kommunikation mellem forældre og særligt de helt små børn, og at særligt spædbørns interaktioner med forældrene kan påvirkes af forældrenes mediebrug, hvilket potentielt kan påvirke deres udvikling og tilknytningsforhold. Antallet af studier er dog begrænset, og særligt for de større børn er det vanskeligt at identificere entydige forklaringer på, hvordan forældrenes mediebrug påvirker – eller er påvirket af – forholdet til børnene.

Børnenes mediebrug og sociale udvikling

Mens de ovenstående studier fokuserer på forældrenes mediebrug, tager fire studier udgangspunkt i børnenes eget mediebrug, og hvordan dette påvirker de sociale dynamikker i familien og børnenes sociale udvikling (Nelson, 2019; Przybylski & Weinstein, 2019; Sampasa-Kanyinga et al., 2020, Skaug et al 2018a). I et opfølgingsstudie baseret på spørgeskemaer og observationer med 995 norske børn og deres forældre, undersøger Skaug et al. (2018a) sammenhængen mellem TV-forbrug og samvær mellem forældre og børn da børnene er henholdsvis fire og seks år. Undersøgelsen bygger på forældrenes angivelser af børnenes TV-forbrug og laboratorieobservationer af samvær mellem forældre og børn, og konkluderer, at børn med et højt TV-forbrug i fireårsalderen i mindre grad involverer sig i leg med deres forældre. Når undersøgelsen følges op i seksårsalderen, er det

samme dog ikke tilfældet, hvorfor undersøgelsen ikke kan bekræfte sin hypotese om, at et højt TV-forbrug tidligt i barndommen påvirker interaktionerne med forældrene, når de bliver ældre. I et tværsnitstudie baseret på 19.957 telefoninterview med engelske forældre til 2- til 5-årige undersøger Przybylski & Weinstein (2019) sammenhængen mellem digital mediebrug og psykosocialt velvære. Forældrene angiver, hvor meget deres børn bruger digitale medier og svarer på en række spørgsmål om børnenes psykosociale velvære. Studiet finder ikke en sammenhæng mellem børns skærmbrug og tilknytningen mellem forældre og børn, og konkluderer derfor, at der ikke umiddelbart kan påvises en sammenhæng mellem digital skærmbrug og unge børns psykiske velvære. Omvendt konkluderer Nelson (2019) i et tværsnitstudie baseret på en webbaseret spørgeskemaundersøgelse med 2.819 amerikanske forældre til hjemmeboende børn mellem fem og 18 år, at der kan identificeres en sammenhæng mellem brug af teknologi (fx mobiltelefoner og TV) under måltider i familien og følelsen af tæthed mellem børn og forældre. I familier, hvor børnene bruger eksempelvis mobiltelefoner og TV under måltider, angiver forældrene hyppigere, at de føler sig mindre tætte med børnene, end i familier, hvor mediebrug ikke forekommer under måltiderne. I den ældre aldersgruppe undersøger Sampasa-Kanyinga et al. (2020), i et tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse med canadiske 11- til 20-årige, relationen mellem børns brug af sociale medier og forholdet til forældrene. Studiet konkluderer, at et højt forbrug af sociale medier (to timer eller mere) korrelerer med en negativ forældre-barn-relation, mens et lavere forbrug ikke synes at have en sammenhæng med forældre-barn-relationen. Samlet set tegner de inkluderede studier altså ikke et entydigt billede af, hvordan børn og unges digitale mediebrug påvirker sociale relationer og fællesskaber i den nærmeste familie, hvilket også bør ses i lyset af, at litteraturen er begrænset, når det kommer til dette specifikke emne.

Fælles og indbyrdes mediebrug og samvær

Mens de to første grupper af studier fokuserer på henholdsvis børns og forældres *individuelle* mediebrug og dets betydning for interaktioner og relationer, undersøger i alt 10 inkluderede studier forældre og børns brug af digitale medier til at kommunikere eller interagere med hinanden (Courage et al., 2010; Coyne et al., 2014; Knauf, 2016; Nathanson & Rasmussen, 2011; Padilla-Walker et al., 2012; Skaug, Englund, Saksvik-Lehouillier, et al., 2018b; Warren & Aloia, 2018; Wood et al., 2016).

Særligt i den yngste aldersgruppe (de 0- til 5-årige) har vi identificeret en række eksperimenter og observationsstudier, der fokuserer på forskellene imellem interaktioner, der finder sted omkring digitale medier, og analoge aktiviteter. Nathanson & Rasmussen (2011) undersøger i et eksperimentelt observationsstudie interaktioner mellem 1- til 6-årige amerikanske børn og deres mødre ved henholdsvis læsning af bøger, at se TV og leg med legetøj, og konkluderer, at der er mest kommunikation ved læsning af bøger og mindst ved at se TV i fællesskab. En lignende konklusion drages af Courage et al. (2010) der i et opfølgende observationsstudie undersøger canadiske børns reaktioner på henholdsvis video og legetøj i seks-måneders- og halvandet-års-alderen og konkluderer, at forældrene taler og leger mindre med børnene, når der er tændt for videoen, end når der ikke er. Skaug et al. (2018b) undersøger i et eksperimentelt pilotstudie med 23 norske mødre og deres 19-30 måneder gamle børn, interaktionen omkring forskellige typer af medier. Deltagerne blev observeret mens de legede med legetøj og interagerede omkring tablets eller tv og studiet konkluderer, at mødrene udviser en mere uvenlig adfærd over for deres børn ved den mindre strukturerede leg med legetøj end ved de mere strukturerede aktiviteter, der fandt sted omkring brugen af tablets og tv. Yuill & Martin (2016) sammenligner i et eksperimentelt observationsstudie med engelske børn i alderen syv til ni år og deres mødre, fælles læsning på henholdsvis papir og skærm henblik på at identificere forskelle i de sociale interaktioner og følelsesmæssig nærhed. Studiet konkluderer, at interaktionerne mellem børn og mødre er præget af en større varme, når der var tale om læsning af trykte bøger end ved brug af digitale skærme, og peger på, at dette kan hænge sammen med de

fysiske omstændigheder omkring læsningen (fx hvordan man sidder). Mødrene kommenterede desuden mere på trykte bøger end på e-bøger.

En anden mindre gruppe af studier fokuserer specifikt på fælles aktiviteter omkring digitale medier og fremhæver de positive konsekvenser, som fælles digital mediebrug kan have for forholdet mellem forældre og børn. I et eksperimentelt observationsstudie med 104 canadiske børn i fire- til seksårsalderen og deres forældre undersøger Wood et al. (2016) interaktioner og oplevelser af fælles tabletbrug. Studiet konkluderer, at forældrene gennem interaktionerne omkring tabletten støtter børnene verbalt, følelsesmæssigt, fysisk og psykisk, og at forældre generelt har positive oplevelser af brugen af tablet. I et kvalitativt observations-, interview- og dokumentstudie af brugen af sociale medier i en amerikansk børnehave/børnehaveklasse med 15 fem- til seksårige konkluderer Knauf (2016), at social mediebrug øger kommunikationen mellem børn og forældre og gør børnene mere aktive i interaktionen og kommunikationen med forældrene.

Endelig behandler i alt fire studier den ældre aldersgruppe (de 13- til 15-årige) med henblik på at undersøge betydningen af forskellige former for indbyrdes digital kommunikation i den nærmeste familie. Coyne et al. (2011) undersøger gennem et tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse med 287 amerikanske unge mellem 11 og 16 år og deres forældre, hvordan forældrenes deltagelse i computerspil med børnene er relateret til børnenes adfærd og familiemæssige forhold. Studiet konkluderer, at fælles computerspil med forældrene for pigernes vedkommende er forbundet med en stærkere oplevelse af forbundethed med deres forældre og med en mere pro-social adfærd i familien. Studiet finder dog ikke den samme sammenhæng for drenge, ligesom de identificerede sammenhænge var afhængigt af, hvilket spil der var tale om, og særligt om det var egnet til barnets alder. I et tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse med 491 amerikanske unge i alderen 11 til 16 år og deres forældre undersøger Coyne et al. (2014), hvorvidt forældre og unge kommunikerer med hinanden gennem sociale medier, kvaliteten af deres relation til hinanden og de unges sociale forhold mere generelt. Studiet finder en sammenhæng mellem unge, der er forbundet med deres forældre via sociale medier, og unge, der generelt føler sig forbundet med deres forældre, og konkluderer, at social mediebrug er forbundet med et stærkere forældre-barn forhold, og med at de unge er velfungerende i både deres sociale og digitale liv. Padilla-Walker et al. (2012) er et tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse blandt 453 amerikanske unge med en gennemsnitsalder på 14 år. Dette studie konkluderer ligeledes, at fælles mobilkommunikation, at se TV og spille computerspil i fællesskab kan relateres til en øget kontakt og forbindelse mellem forældre og børn. Fra de unges perspektiv kædes kommunikation med deres forældre gennem sociale medier derimod sammen med en reduceret følelse af forbundethed. Warren & Aloia (2018) adresserer dette tilsyneladende modsætningsforhold i et tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse om mobil kommunikation mellem 504 amerikanske forældre og deres 12-17årige børn. Studiet konkluderer, at den måde, kommunikationsmidlerne bruges på, har en betydning for interaktioner og relationer i familien. Praktisk kommunikation om koordinering af eksempelvis dagligdags gøremål, logistik osv. er eksempelvis forbundet med mindre følelse af forbundethed end såkaldt relationel kommunikation, hvor digitale medier bruges til at opretholde kontakt, udveksle følelser og oplevelser, der omvendt kædes sammen med en stærkere følelse af forbundethed.

De inkluderede studier peger altså på, at fælles digital mediebrug kædes sammen med øget samvær, kommunikation og følelser af nærhed inden for familien. Der er imidlertid også eksempler på at digitale aktiviteter i sammenligning med ikke-digitale aktiviteter som for eksempel leg med legetøj og læsning af trykte bøger er forbundet med mindre interaktion og nærhed, ligesom digital kommunikation i nogle tilfælde er kædet sammen med en oplevelse af mindre forbundethed forældrene og de lidt ældre børn og unge imellem.

Mediering og konflikter

Tre undersøgelser beskæftiger sig specifikt med forældrenes regulering af børnenes mediebrug (Barron, 2017; Beyens & Beullens, 2017; Kim & Davis, 2017). Beyens & Beullens (2017) undersøger i et tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse med 675 belgiske børn i alderen to til ti år, konflikter mellem børn og forældre omkring brug af tablets. Studiet konkluderer, at børn, der bruger meget tid med en tablet, og børn, der oplever en restriktiv mediering af deres tablet-brug, også har flere konflikter med forældrene. Børn, der bruger tablets sammen med deres forældre, har derimod færre konflikter. Kim & Davis (2017) konkluderer på baggrund af en interview- og fokus-gruppeundersøgelse med amerikanske børn i 6.-8. klasse (11-14 år) at børnene oplever et misforhold mellem deres forældres regler og egne begrundelser for at bruge digitale medier, og at dette skaber spændinger mellem børn og forældre. Endelig fokuserer Barron (Barron, 2017) på forældrenes brug af mobiltelefoner til monitorering og overvågning af børn gennem et kvalitativt, etnografisk studie med 60 irske otte- til 12-årige. Studiet konkluderer, at forældre og børn indgår i en række forhandlinger og konflikter omkring mobil kontakt og kontrol, og at børnene udvikler strategier til at forhandle og modstå forældres monitorering og overvågning via mobiltelefoner. Mens selve interaktionerne og den kontakt, der foregår gennem og omkring digitale medier altså synes at kunne have en række positive konsekvenser for forholdet mellem forældre og særligt de lidt større børn, ses samtidig konflikter og udfordringer i forhold til at fastsætte rammerne for, hvordan disse aktiviteter bør foregå.

Tendensen til, at digitalt mediebrug kan være genstand for konflikter mellem forældre og børn, bekræftes i høj grad af den grå litteratur, idet flere af de inkluderede rapporter beskæftiger sig med forældrenes oplevelser og vurderinger af samt strategier til at regulere deres børns digitale mediebrug. Ligesom de nævnte artikler peger en række af disse undersøgelser på, at både forældre og børn oplever uenigheder omkring fastsættelsen af regler for børnenes mediebrug, særligt hvad angår tidsforbruget. De årlige rapporter fra det norske Medietilsyn om børns mediebrug peger for eksempel på, at tidsforbruget er den mest almindelige kilde til uenighed. Dette kan eventuelt skyldes, at forældrene finder det vanskeligt at opstille faste regler for tidsforbrug og ofte fastsætter rammerne fra gang til gang (se fx rapporten *Forældre om barn & medier 2016* (Medietilsynet & Sentio Research, 2016b)). Omvendt viser Børnerådets undersøgelse af børnehavebørns brug af tablets (*Børn og medier 2015* (Lindberg & Jønson, 2015)), der er et tværsnitstudie baseret på spørgeskemadata og interviews med 844 børnehavebørn og deres forældre, pædagoger, ledere og kommunale medarbejdere, at børnehavebørnene i vid udstrækning reproducerer de voksnes holdninger og forestillinger om tabletbrug og svarer, at det er i orden, at forældrene bestemmer, hvor meget de må bruge tabletten. De norske undersøgelser peger også på, at konflikterne omkring mediebrug generelt er aftagende, ligesom forældrenes restriktioner tager af i takt med, at børnene bliver ældre. Undtagelsen fra dette er drengenes computerspil, der i særlig grad er kilde til konflikter og uenigheder, når de når 16-årsalderen. I det hele taget afspejler uenighederne de generelle forskelle i drenge og pigers mediebrug, idet drenge oplever flest uenigheder om computerspil, mens pigerne oplever uenigheder om deres mobil- og sociale mediebrug. Børns Vilkårs undersøgelse af skolebørns liv med digitale medier hjemme og i skolen (Alim, Kjeldsen, et al., 2019) nuancerer dog forståelsen af, hvordan digitale medier påvirker familielivet, idet rapporten peger på, at digitale medier også skaber grobund for samvær mellem forældre og børn samt mellem søskende.

Sidstnævnte understøttes af Levine & Stekel (2016), der undersøger forældre og børns interaktioner omkring digitale medier i et kvalitativt studie baseret på tests, interview og spørgeskemaer med 15 engelske piger i alderen ni til 17 år. Dette studie finder i modsætning til de ovennævnte ikke tegn på, at digital mediebrug udløser konflikter mellem forældre og børn. Tværtimod påpeger undersøgelsen, at deltagerne oplever forældrenes involvering som omsorgsfuld, ligesom de udviser en accept af, at forældrene opstiller regler og rammer for mediebrugen. Det konkluderes også, at børn og unge, der har en stærk tilknytning til deres forældre, inddrager forældrene aktivt i deres mediebrug og oplever

forældrenes deltagelse som en tryghedsfaktor, når de håndterer de personlige og sociale udfordringer, der knytter sig til et digitalt ungdomsliv. Ifølge dette studie tydeliggør og forstærker brugen af digitale teknologier dermed i højere grad eksisterende relationer mellem forældre og børn snarere end at ændre dem, idet eksempelvis trygge tilknytningsforhold kommer til udtryk i de interaktioner, der foregår omkring digitale mediebrug.

De inkluderede studier peger generelt på, at børn og unges digitale mediebrug kan give anledning til konflikter i familien, særligt når det kommer til forældrenes involvering og forsøg på at regulere de digitale aktiviteter. Men omvendt tyder enkelte studier (både videnskabelige artikler og den grå litteratur) også på, at interaktionerne omkring digital mediebrug kan være konstruktiv, og at forældrene kan spille en positiv rolle i børn og unges digitale liv.

Autonomi og frigørelse

Tre studier peger på at digitale medier kan være et redskab for de unge i forhold til at frigøre sig fra familien og etablere egne sociale netværk uafhængigt af forældrene (Borca et al., 2015; Edwards & Wang, 2018; Weber, 2013). I et kvalitativt fokusgruppetudie med 11-20-årige italienske børn og undersøger Borca et al. (2015), hvordan børn og unge oplever brugen af internettet som led i deres personlige udvikling. Studiet konkluderer, at internetbaseret kommunikation er et redskab til udvikling i ungdommen og kan understøtte identitetsdannelse samt tilbyde de unge et privat rum, hvor de kan udforske, forhandle og teste forældrenes regler. Dette kan både føre til konflikter med forældrene, men kan også skabe grobund for nye former for interaktion i familien. Weber (2013) konkluderer på baggrund af et kvalitativt fokusgruppe- og interviewstudie med tyske børn og unge i alderen 12 til 17 år at mediebrugen er et led i frigørelsen fra familien som primær social kontekst og understøtter en leg med voksne roller. Edwards & Wang (2018) undersøger i et fokusgruppetudie med 42 engelske børn og unge mellem 13 og 15 år, de unges håndtering af online relationer og deres holdning til forældres indgriben. Studiet konkluderer, at unge i høj grad er i stand til selv at håndtere de udfordringer, de møder på sociale medier, og at voksnes interventioner, overvågning og nultolerance ikke er effektive redskaber til at regulere de unges digitale aktiviteter. I stedet foretrækker de unge, at voksen-indgriben foretages af nære voksne i trygge kontekster, der understøtter de unges evner til selv at håndtere det identitetsmæssige og sociale ansvar, som social mediebrug medfører.

Opsummering

Samlet set peger de undersøgte studier ikke på en entydig effekt af digital mediebrug for forholdene mellem børn og forældre og i den nærmeste familie. Både forældrenes og børnenes individuelle mediebrug kan svække kontakten og kommunikationen, særligt hos de yngste. Omvendt kan særligt fælles mediebrug, det vil sige mediebrug, hvor forældre og børn er sammen om aktiviteten, styrke relationerne og følelserne af forbundethed mellem forældre og børn. Samspillet mellem digital mediebrug og forældre og børns interaktioner og relationer er dog også afhængigt af typen og omfanget af mediebrugen, ligesom brugen af digitale medier kan udløse konflikter og spændinger i familien, når forældrene skal sætte rammerne for, hvordan de digitale aktiviteter foregår. I forlængelse af dette bliver digitale medier også et middel til frigørelse for unge, der derigennem kan udfordre forældrenes normer, udvikle egen identitet og egne relationer og opnå et privat rum, som forældrene ikke har adgang til.

Digital mediebrug, venner og socialt netværk

I det foregående afsnit beskrev vi de studier, der beskæftiger sig med digital mediebrug, familie og nære relationer. Det er karakteristisk, at artikler inden for dette tema primært undersøger de yngre

børn, det vil sige de 0-5-årige og de 6-12-årige. Omvendt kan vi se, at de tekster, der beskæftiger sig med digital mediebrug, venner og socialt netværk, primært undersøger de ældre børn, det vil sige de 13-15-årige og de ældste i aldersgruppen 6-12 år. Mængden af relevante artikler er betydeligt større her, og det samme er mængden af temaer og indgangsvinkler til spørgsmålet. Vi har derfor organiseret fremstillingen i tre underafsnit: Digital mediebrug og sociale relationer, digital mediebrug, køn og social positionering samt digital mediebrug, konflikt og mobning. Digital mediebrug og sociale relationer inkluderer de artikler, der beskæftiger sig med social trivsel, venskabsmønstre og relationen mellem online og offline. Digital mediebrug, køn og social positionering inkluderer de artikler, der sætter fokus på køn og på det sociale spil omkring medierne som en væsentlig faktor. Endelig inkluderer digital mediebrug, konflikt og mobning de artikler, der adresserer den negative kommunikation og sociale aggression, som også er en væsentlig del af børn og unges digitale mediebrug.

Digital mediebrug og sociale relationer

Social trivsel

Syv studier adresserer sammenhængen mellem digital mediebrug og social trivsel i bredere forstand. Tre af disse studier undersøger denne sammenhæng blandt de 0-5-årige. Hinkley et al. (2018) undersøger således sammenhængen mellem brug af skærmmedier, udendørs leg og sociale færdigheder blandt 2-5-årige australske børn ved hjælp af en spørgeskemaundersøgelse blandt børnenes mødre. Sociale færdigheder måles i form af kommunikativ, tilpassende og forstyrrende adfærd. Studiet finder en sammenhæng mellem brug af skærmmedier, udendørs leg og sociale færdigheder i den forstand, at brug af skærmmedier associeres med mindre tilpassende adfærd, og udendørs leg associeres med mere kommunikativ og tilpassende adfærd. Disse sammenhænge findes dog kun i forbindelse med TV/DVD/video, og ikke i forbindelse med computere og håndholdte spil. Denne forskel afspejles også hos Myers et al. (2017), der undersøger sammenhængen mellem "video" og "Facetime" og (social) læring hos 1-2-årige amerikanske børn. I dette studie undersøges forskellen mellem på forhånd optaget video og "live" video-chat i forhold til de helt unges kognitive og sociale læring. Studiet viser, at den kognitive og den sociale læring er større, når den formidles gennem video-chat, hvor der indgår en direkte respons og det pointeres således, at mediet måske ikke betyder lige så meget som måden, barnet interagerer med det på. Dette kan dog ikke alene forklare forskellen på TV/DVD/video og computermidler hos Hinkley et al. (2018), da fokus ikke alene er på interaktivitet vs. passiv brug, men på den sociale responsivitet ("Contingency", Myers et al., 2017, s. 10). Lawrence (2018) observerer 20 legeforsøg, hvor 20 amerikanske børnehavebørn skal lege to og to med en iPad. Hun påpeger, at børnene både udviser konkurrerende og samarbejdende adfærd, og at app-designets henholdsvis åbne eller lukkede karakter er afgørende for den type leg, der udspiller sig. I dette studie understreges det altså, at app-designet gør en forskel.

Fire af studierne beskæftiger sig med de lidt ældre børn og unge. I et opfølgingsstudie med 205 amerikanske børn på 11 til 14 år undersøger Vannucci & Ohannessian (2019) forholdet mellem social mediebrug og psykosocial velvære over et halvt år. Undersøgelsen identificerer tre grupper af mediebrugere: en lille gruppe med et højt forbrug af sociale medier på tværs af mange platforme, en noget større gruppe med et højt forbrug af primært Instagram og Snapchat samt en gruppe med et lavt forbrug af sociale medier. Gruppen med et højt forbrug på tværs af platforme oplever signifikant mere familiekonflikt og mindre støtte fra familie og venner. Gruppen med et højt forbrug af Snapchat og Instagram rapporterer til gengæld mere kompetence i forhold til nære relationer samt mere støtte fra venner. I et andet opfølgingsstudie med 487 amerikanske teenagere med en gennemsnitsalder på 14 år undersøger Nesi et al. (2017) sammenhængen mellem kæresters kommunikationsform (samtale eller telefonsamtale vs. andre former for teknologiunder-

støttet kommunikation) og udviklingen af interpersonelle relationer over tid. Studiet finder en sammenhæng mellem mere teknologiunderstøttet kommunikation og mindre "negative assertion", det vil sige, evne til at sige fra i forhold til urimelige krav. Undersøgelsen finder endvidere en sammenhæng mellem mere teknologiunderstøttet kommunikation og dårligere konflikthåndtering, men kun for drengenes vedkommende. I en spørgeskemaundersøgelse med 516 hollandske familier med børn i alderen 10 til 15 år bekræfter Valkenburg et al. (2017) den såkaldte "rich get richer"-hypotese: At dem, der allerede har social selvtillid, mange venner m.m. bekræfter og styrker dette gennem deres digitale mediebrug. I et tværseksstudie undersøger Przybylski & Mishkin (2016) sammenhængen mellem engelske 7. klasseselvers brug af computerspil og deres underviseres evaluering af deres sociale adfærd. Studiet måler både brug af computerspil i tidsforbrug og foretrukken spilform, og når i forlængelse af dette frem til, at børn med et stort forbrug af computerspil har større tendens til at have sociale problemer, mens børn, der slet ikke spiller, omvendt også har flere sociale problemer end dem, der blot spiller lidt. Samtidig konkluderer artiklen, at sammenhængene generelt er beskedne, og at en lang række andre faktorer end mediebrug kan påvirke børnenes sociale adfærdsmønstre.

Den grå litteratur berører også spørgsmålet om, hvordan digital mediebrug og brug af sociale medier mere specifikt påvirker børn og unges sociale liv. I panelundersøgelsen '*Portræt af 7. klasse*' med 2.683 syvendeklasseelever i Danmark finder Børnerådet at 40 procent af de adspurgte mener at sociale medier gør dem mere sociale, mens 17 procent omvendt mener, at sociale medier gør dem mindre sociale (Jønson, 2014). Undersøgelsen viser også, at jo mere populære, de unge føler sig, jo mere positivt vurderer de sociale medier. Børnerådets rapport om 13-åriges liv på sociale medier som baserer sig på samme panelundersøgelse viser således, at Facebookbrugere har mere social selvtillid end dem, der ikke er på Facebook (Sørensen, 2014). Hvor 58 procent af den samlede undersøgelsespopulation giver udtryk for, at de altid eller ofte er én af dem i klassen, som de andre gerne vil være sammen med, er det blot 48 procent af dem, som ikke bruger Facebook, der giver udtryk for dette. Derimod påvises der ikke nogen sammenhæng mellem brugen af Facebook og de 13-åriges generelle trivsel og ensomhed. Rapporterne fra det norske medietilsyn (Medietilsynet & Sentio Research, 2012a) viser, at særligt de ældre børn og pigerne oplever, at de bruger for meget tid på medier og for lidt tid på blandt andet venner og familie. Nordisk Ministerråds rapport *Er sociale medier faktisk en trussel mod unges trivsel?* peger desuden på, at effekten af mediebrugen afhænger af, hvilke brugsformer der er tale om: Unge, der bruger sociale medier aktivt (det vil sige til at kommunikere direkte med andre), ses eksempelvis også oftere med venner offline. Et ekstremt højt forbrug kan derimod være forbundet med mistrivsel. Rapporten baserer sig bl.a. på en analyse af repræsentative PISA-data, baseret på omkring 77.600 unge respondenter (15–16-årige) fra Norden og peger overordnet på, at unges forbrug af sociale medier ikke kan ses som noget entydigt positivt eller negativt for unges trivsel, men må forstås i lyset af, hvilke unge der bruger dem, hvordan de bruger dem, hvilke sociale medieplatforme de bruger, og hvor lang tid de bruger d

Alt i alt tegner forskningen ikke et entydigt billede af sammenhængen mellem digital mediebrug og social trivsel. Blandt de yngste børn peger de to studier i kombination på, at måden mediet bruges på er afgørende. Blandt de ældre børn peger de tre studier dels på, at mediebrugen både kan have positiv og negativ indflydelse, at det kan variere mellem grupper, og at der ikke er en entydig proportionel sammenhæng mellem mediebrug og social trivsel. Som vi vil komme ind på i det kommende afsnit og i den endelige diskussion, skyldes dette muligvis, at der er brug for en tydeligere kvalificering af "mediebrug" og "sociale relationer" i den aktuelle forskning på området.

Venskaber og social interaktion

Syv af de identificerede studier adresserer sammenhængen mellem digital mediebrug og sociale relationer på et generelt niveau. Tre af disse artikler har form af spørgeskemaundersøgelser, der sætter fokus på børn og unges sociale interaktion og venskaber i relation til sociale netværkssider. Quinn & Oldmeadow (2013) undersøger sammenhængen mellem brugen af sociale netværkssider og oplevelsen af at høre til blandt 443 9-13-årige børn og unge i England. Undersøgelsen konkluderer, at blandt de lidt ældre drenge styrker brug af sociale medier oplevelsen af at høre til. Antheunis et al. (2016) undersøger forholdet mellem brug af sociale netværksmedier, venskabskvalitet og social kapital blandt 3.068 11-14-årige børn og unge i Holland og finder en positiv sammenhæng. I modsætning til Quinn & Oldmeadow (2013) konkluderer de dog, at det er pigerne, der får disse fordele. (Læs mere om køn på s. 35). Endvidere finder de, at den positive sammenhæng mellem sociale netværksmedier og venskabskvalitet bliver mindre ved et meget højt forbrug. I en spørgeskemaundersøgelse med 800 amerikanske teenagere finder Xie (2014), at de undersøgelsesdeltagere, der bruger sociale netværkssider, og de, som ofte taler med venner over telefonen, oftere tilbringer tid med venner uden for skolen. Mens disse tre studier baserer sig på spørgeskemaer, rapporterer Fairlie & Kalil (2017) et randomiseret eksperiment med 1.123 deltagere i det, der svarer til 5. til 9. klasse, på 15 amerikanske skoler. Halvdelen af deltagerne i dette studie blev tildelt en computer og forandringer i socialt samvær og engagement i skolen blev målt ca. 6 måneder senere. Artiklen konkluderer, at de deltagere, der får en computer, kommunikerer mere med venner og hænger også mere ud med dem fysisk, og at adgangen til en computer i hjemmet ikke synes at reducere deltagelse i fritidsaktiviteter som for eksempel sport. Endelig bidrager Kennedy & Lynch (2016) med et kvalitativt perspektiv i form af en fokusgruppeundersøgelse med 16 9-16-årige i Irland. Studiet giver et børne- og ungeperspektiv på social deltagelse via internettet og lægger vægt på denne deltagelse som en mulighed for at udvide den sociale omgangskreds, eksperimentere med sin identitet og udvikle sociale færdigheder. Undersøgelsesdeltagerne sætter dog større pris på ansigt-til-ansigt kommunikation med familie og nære venner og omtaler også social deltagelse via internettet som en stressfaktor og et led i "fear of missing out". (Se del B).

Yderligere to artikler sætter fokus på forholdet mellem eksisterende og nye relationer som et særligt aspekt af venskaber og interaktion online. Cernikova et al. (2018) undersøger gennem interviews og fokusgrupper med 368 9-16-årige fra ni europæiske lande børn og unges egne perspektiver på mødet med fremmede online. De finder, at disse møder finder steder i en lang række former både i form af nonverbal interaktion i computerspil og egentlige fysiske møder. De konkluderer, børnene og de unges både har haft positive og af negative oplevelser med disse møder, og at de i mange tilfælde blot er en af de måder, børn og unge udvider deres venskabskreds på, samt at børnene og de unge har udviklet en række strategier til at kontrollere, hvem de kommunikerer med og til at håndtere eventuelle negative oplevelser. Wang & Edwards (2016) undersøger i et tværsnitstudie baseret på spørgeskemaer med 543 11-16-årige engelske børn og unge disses socialiseringspraksisser online. De søger ligesom Cernikova et al. (2018) at anlægge et børne- og ungeperspektiv som et alternativ til det overvejende risiko-fokuserede voksenblik. De finder, at de involverede børn og unge først og fremmest bruger de digitale medier til at håndtere eksisterende sociale relationer, og at dette indgår som et led i et mere overordnet identitetsprojekt. De konkluderer endvidere, at etableringen af nye relationer udgør en betydeligt mindre andel af de online aktiviteter, og at de involverede børn og unge i disse tilfælde har udviklet strategier til at håndtere negative oplevelser, for eksempel ved at blokere den pågældende person.

Endelig sætter tre artikler fokus på computerspils betydning for sociale relationer. Rasmussen et al. (2015) undersøger sammenhængen mellem computerspil, internetbrug og sociale relationer i en spørgeskemaundersøgelse med 2.100 danske 5., 7. og 9. klasseelever. Mens majoriteten ikke oplever problemer med deres digitale mediebrug, peger resultaterne på, at

en minoritet af drengene oplever problemer med computerspil, mens en minoritet af pigerne oplever problemer med internetbrug i bredere forstand. Problemer skal her forstås som respondentens selvrapporterede oplevelse af at være afhængig af mediet, at være dårlig tilpas uden mediet eller at blive problematiseret i familien på grund af deres mediebrug. De finder endvidere, at piger, der oplever problemer med computerspil, har en højere sandsynlighed for at blive mobbet, og at det samme gør sig gældende for drengene, som endvidere har færre nære venner og mindre tillid til dem. De Grove (2014) undersøger sammenhængen mellem computerspil og sociale relationer i 100 venskabsnetværk blandt belgiske gymnasieelever (med en gennemsnitsalder på 15 år). Undersøgelsen konkluderer, at computerspil er en integreret del af bredere venskabspraksisser og bidrager til kvaliteten af venskaber, men at samtaler om computerspil betyder mere for venskaberne end egentlig fælles spilaktivitet. Verheijen et al. (2019) undersøger vennepar blandt 180 hollandske børn og unge på 7. til 10. klassetrin i et eksperimentelt design, hvor parrene udvælges tilfældigt til at spille en individuel, kooperativ eller konkurrerende version af et populært "racing game". Undersøgelsen finder en lavere venskabskvalitet efter spilaktiviteten hos de par, der konkurrerer, sammenlignet med de par, der spiller individuelt. Til gengæld synes den mere prosociale adfærd, der kan observeres i forbindelse med den kooperative spilform, ikke at resultere i en højere venskabskvalitet.

Digital mediebrug synes alt i alt at støtte venskaber og sociale relationer, omend et meget højt mediebrug kan have det modsatte resultat. Computerspil synes at udgøre en særlig problematik i den forstand, at gaming forbindes med dårligere social trivsel og færre sociale relationer. Kausaliteten i disse sammenhænge er dog uklar. Det er for eksempel svært at sige om computerspil forårsager sociale problemer, eller om børn, der oplever sociale problemer, er mere tilbøjelige til at spille meget. Negative effekter kan endvidere hænge sammen med spilaktivitetens kompetitive elementer. Et gennemgående tema er endvidere typen af sociale relationer. Navnlig de kvalitative studier skelner mellem venskaber og nære relationer på den ene side og etableringen af nye relationer på den anden, og finder, at online kommunikation primært bruges til det første. Endelig ser vi flere koblinger til spørgsmålet om digital mediebrug og stress i disse studier, herunder Quinn & Oldmeadows (2013) konklusion vedrørende drenge og oplevelsen af at høre til (se yderligere i afsnit på s. 46) samt Kennedy & Lynchs (2016) iagttagelse vedrørende online deltagelse som en stressfaktor og et led i FOMO (se afsnit på s. 41).

Relationer på tværs af online og offline

Tre studier forholder sig mere specifikt til relationen mellem online og offline kontekster. Baiocco et al. (2011) kortlægger 622 italienske 11- til 16-årige børn og unges online og offline kontakt over 20 skoledage gennem et logdata studie, hvor undersøgelsesdeltagerne løbende noterer deres kontakter dagen forinden. Undersøgelsen konkluderer, at de venskaber, der eksisterer på tværs af online og offline sammenhænge, er stærkere. Van Zalk et al. (2014) undersøger relationen mellem online venskaber, online/offline venskaber og rene offline venskaber målt over tid blandt 389 svenske teenagere med en gennemsnitsalder på 13 år. Undersøgelsen baserer sig på netværksanalyser og konkluderer, at online venskaber styrker dannelsen af online/offline og offline venskaber over tid, samt at dette særligt gør sig gældende for generte unge. Forfatterne bekræfter på det grundlag tesen om "social kompensation", det vil sige, forestillingen om, at digitale medier udgør et positivt alternativ for de børn og unge, som har svært ved at fungere socialt i deres fysiske hverdag. Li et al. (2017) anlægger tilsvarende et netværksanalytisk perspektiv på relationen mellem "socio-digitale praksisser" og sociale netværk på 7. klassetrin på en finsk skole. Undersøgelsen kombinerer spørgeske- maundersøgelse og netværksanalyse med kvalitative interviews. Den identificerer tre "socio-digitale praksisser; venskab, gaming og kreativitet, med venskab som den absolut dominerende. De sammenholder endvidere disse praksisser med elevernes sociale netværk ud fra en antagelse om, de har betydning for de sociale relationer der dannes. De konstaterer imidlertid at de identificerede

praksisser ikke er afgørende for den sociale netværksdannelse blandt eleverne. Elevernes sociale netværk er i højere grad betinget af køn end af disse praksisser. Forfatterne konkluderer også, at gamerne har færre sociale relationer i skoleklassen.

I de studier, der fokuserer på forholdet mellem relationer online og offline, ser vi altså en tendens til, at kombinationen af offline og online styrker venskaber og sociale relationer. Vi ser endvidere, at både "rich get richer" og "social compensation" teserne kan understøttes, hvilke muligvis er, fordi de ikke er indbyrdes udelukkende. Endvidere identificeres køn som en afgørende faktor i netværksdannelsen, hvilket vi vil tage fat på i det kommende afsnit. Endelig kan vi se, at gamerne også her udgør en særlig gruppe.

Digital mediebrug, køn og social positionering

Køn

Flere af de artikler, vi har gennemgået, påpeger de store kønsforskelle, der kan observeres i den digitale mediebrug. Baiocco et al. (2011) påpeger for eksempel, at pigerne i deres undersøgelse er mere kommunikativt aktive og forbundne i netværk, og Li et al. (2017) påpeger, at piger er overrepræsenterede i den venskabsorienterede sociale praksis, de identificerer. Omvendt synes pigerne at være underrepræsenterede inden for gaming, hvilket også bekræftes af De Grove (2014) og Rasmussen et al. (2015). Quinn & Oldmeadow (2013) konkluderer, at sociale medier navnlig styrker oplevelsen af at høre til blandt de lidt ældre drenge, mens Antheunis et al. (2016) omvendt konkluderer, at det er pigerne, der høster de sociale fordele. Tre af de identificerede artikler adresserer specifikt disse kønsforskelle.

Med udgangspunkt i en fokusgruppeundersøgelse med 73 amerikanske teenagere i alderen 12 til 18 år beskriver Ling et al. (2014), hvordan udvekslingen af tekstbeskeder blandt undersøgelsesdeltagerne reproducerer specifikke kønsidentiteter. Eksempelvis etableres der en kobling mellem maskulin identitet og kortfattet kommunikation og mellem feminin identitet og en mere legende og social tilgang til kommunikationen. Undersøgelsesdeltagerne kan godt tilpasse sig det modsatte køns kommunikationsform, når de har et ønske om at etablere kontakt, men undertiden giver det også anledning til misforståelser og sårede følelser. Mascheroni et al. (2015) viser tilsvarende i en fokusgruppeundersøgelse med 107 engelske, italienske og spanske teenagere i alderen 11 til 16 år samt 50 opfølgende interviews, hvordan køn og kønsnormer er med til at definere, hvad der opfattes som legitimt og mindre legitimt i visuel kommunikation online. De påpeger i særdeleshed eksistensen af dobbelte seksuelle standarder i den forstand, at piger i højere grad risikerer at blive kritiseret og stigmatiseret, når de fremstiller sig selv på seksualiseret vis, samtidig med at denne fremstillingsform giver social accept i form af likes. Thorhauge & Gregersen (2019) kortlægger pigers og drenges computerspilpraksisser gennem en spørgeskemaundersøgelse med 1.560 børn og unge i alderen fra 10 til 18 år samt opfølgende interviews med 19 unge mellem 14 og 15 år. De konkluderer, at piger og drenge bruger computerspil meget forskelligt. Drengene bruger computerspil som et redskab til socialt samvær, mens pigerne bruger det som et redskab til individuel adspredelse, mens deres sociale samvær i højere grad er organiseret omkring sociale netværksmedier. Årsagen til denne forskel tilskrives både kulturelle normer uden for spillene og den måde, spillene i praksis rammesætter interaktionen mellem spillerne.

Den grå litteratur bekræfter og afspejler i høj grad forskellene mellem drenge og piger, når det kommer til digitalt mediebrug. Eksempelvis dokumenterer en række af de svenske rapporter fra Statens Medieråd (baseret på primært spørgeskemaundersøgelser med både børn og forældre), at drengene i langt højere grad spiller computer, mens pigerne er flittigere brugere af eksempelvis sociale

medier, sms osv. Se for eksempel rapporten *Småungar & medier 2019* (Statens Medieråd, 2019a) og *Ungar & medier 2019* (Statens Medieråd, 2019b). Rapporten *Børn og unges trivsel og brug af digitale medier* fra VIVE, der er baseret på både et litteraturstudie og to opfølgingsstudier med spørgeskemadata, herunder med 1.163 unge der var 15 år i 2013, peger på samme mønster i en dansk kontekst: Drengene foretrækker generelt computerspil og underholdning, mens pigerne foretrækker at vedligeholde deres sociale relationer gennem social mediebrug (Ottosen & Andreasen, 2020). Børns Vilkårs rapport om digitale mediers rolle i børnehavebørns liv fra 2019 (der primært er baseret på en kvantitativ spørgeskemaundersøgelse med 1.310 børnehavebørn) bekræfter, at disse kønsforskelle allerede ses tidligt, idet flere drenge end piger styrer robotter, og pigerne oftere ser film og videoer end drengene (Alim, Nebelong, et al., 2019). Også Børnerådets panelundersøgelse med 2.683 syvendeklasseelever i Danmark (Sørensen, 2014) viser, at drenge er underrepræsenterede på de fleste sociale medier. De to-årige rapporter fra det norske Medietilsyn (der er baseret på omfattende spørgeskemaundersøgelser med dels forældre til børn i alderen et til 12 år og dels norske skoleelever i alderen 9 til 16/18 år) påpeger ligeledes på tværs af år, at drenge bruger mere tid på computerspil, mens pigerne foretrækker at bruge tid på mobilen, sociale medier, film og tv, og *Barn og medier 2020*-rapporten påpeger desuden, at pigerne i højere grad end drengene har fortrudt noget, de har lagt op på de sociale medier (Medietilsynet & Sentio Research, 2020). Denne tendens bekræftes af Nordisk Ministerråds rapport "Er sociale medier faktisk en trussel mod unges trivsel?", som bl.a. er baseret på PISA-data fra 77.600 15–16-årige i fra Norden og som ligeledes finder forskelle i, hvordan social mediebrug påvirker henholdsvis drenge og piger. Rapporten konkluderer bl.a., at pigerne har vanskeligere ved at undvære sociale medier, og at daglig brug er forbundet med en mindre tilfredshed med livet, hvis de samtidig oplever ringe emotionel støtte fra deres forældre (Birkjær & Kaats, 2019a). Også i forældrenes måde at indgå i digitale aktiviteter med børnene ses der kønsforskelle: Børns Vilkårs undersøgelse af skolebørns liv med digitale medier hjemme og i skolen (Alim, Kjeldsen, et al., 2019) som bl.a. inkluderer spørgeskemabesvarelser fra 708 forældre til skolebørn, finder således at flere fædre sjældent eller aldrig er sammen med deres barn om kreative eller undersøgende aktiviteter på digitale medier sammenlignet med mødre. 96 procent af fædre leger eller bevæger sig sjældent eller aldrig med barnet med digitale medier, mens det samme er gældende for 73 procent af mødre. Modsat spiller fædre oftere end mødre digitale spil med deres barn.

Som de inkluderede studier vidner om, er køn en meget stærk faktor i digital mediebrug og i dens konsekvenser. Kønsnormer er en central faktor i etableringen af medierede fællesskaber og for den måde, børn og unge positionerer sig indbyrdes i disse fællesskaber. På den måde har kønsnormerne også indflydelse på sociale relationer uden for disse fællesskaber. En sidste gruppe af artikler forholder sig mere specifikt til denne dynamik omkring popularitet og social positionering.

Popularitet og social positionering

Maclsaac et al. (2018) kombinerer deltagerobservation og gruppeinterviews i et etårigt etnografisk studie blandt 7. klasseelever på en skole i Skotland. De beskriver, hvordan eleverne i deres online kommunikation reproducerer en "celebrity" kultur med fokus på at "være kendt" på tværs af skoler i omegnen. De førnævnte kønsnormer er en central brik i dette spil i den forstand, at det især er gennem skønhed og seksuel attraktivitet, at pigerne kan positionere sig via de sociale netværksmedier. Forfatterne påpeger, at der ikke er noget nyt i, at skolen danner kontekst for en sådan social positionering, men at de digitale medier øger skalaen og den geografiske rækkevidde af dette fænomen. I en kvalitativ interviewundersøgelse med 32 svenske teenagere mellem 14 og 15 år sætter Eek-Karlsson (2019) fokus på de unges egne sproglige diskurser vedrørende deres online kommunikation. Disse kredser om ansvarlighed, navnlig i forhold til nærmeste venner, samt at "opretholde ansigt" og "positionere sig" navnlig i forhold til knap så nære venner og fjernere bekendtskaber. Hun

påpeger tilsvarende betydningen af kønsnormer, men tilføjer, at disse ikke skal ses uafhængigt af social status i de unges fællesskab. En populær pige kan tillade sig mere end en mindre populær pige og har dermed et større handlerum. I et opfølgingsstudie med 376 amerikanske teenagere (gennemsnitsalder på 14 år) sætter Schwartz et al. (2019) fokus på sammenhængen mellem sociale netværksmedier, sociale relationer og præstationer i skolen. Artiklens primære fokus er elevernes faglige præstationer, men den er taget med her, fordi popularitet inddrages som en central faktor. Schwartz et al. (ibid.) ser en stærk tendens til, at elever, der opfattes som populære af deres klassekammerater, også opfattes som relationelt aggressive, det vil sige mere tilbøjelige til at bagtale og være onde mod andre. Forfatterne finder endvidere en positiv sammenhæng mellem et højt forbrug af populære sociale netværksmedier og disse elever, det vil sige, de populære og aggressive elever har et højere forbrug af populære sociale netværksmedier.

Som det fremgår, vidner både kvalitative og kvantitative studier om, at popularitet og social positionering er en central faktor i store børns brug af sociale netværksmedier. Mens de kvalitative studier fremhæver "celebrity-kultur" og betydningen af kønsnormer, finder det kvantitative studie en sammenhæng mellem popularitet og et højt forbrug af sociale netværksmedier.

Digital mediebrug, konflikt og mobning

10 artikler adresserer sammenhængen mellem digital mediebrug, konflikt og mobning. En ganske stor gruppe af disse artikler anlægger forskellige vinkler på sammenhængen mellem online mediebrug og offline mobning, herunder i hvilket omfang det ene kan forudsige det andet (Cross et al., 2015; Gradinger et al., 2012; Vollet et al., 2020), i hvilket omfang der er en sammenhæng mellem online mobning og popularitet (Badaly et al., 2013; Gradinger et al., 2012), og hvordan en netværksanalytisk tilgang kan belyse denne sammenhæng (Heirman et al., 2015; Wegge et al. 2014). Yderligere to grupper af artikler involverer nogle mere overordnede analytiske pointer vedrørende digital mediebrug, mobning og fællesskaber. Dette drejer sig dels om online/offline mobnings relative skadelighed (Cross et al., 2015; Mitchell et al., 2016), og hvorvidt mediet har en betydning for "bystander" adfærd (Barlińska et al., 2013; Bastiaensens et al., 2015).

Den grå litteratur giver ligeledes et indblik i forholdet mellem digital mediebrug, konflikter og mobning, idet både de mere generelle rapporter og en række mere specifikke beskæftiger sig med digital mobning. De norske og svenske rapporter om børn og unges mediebrug har eksempelvis mobning med som et vedvarende parameter, som der måles på hvert år. Disse undersøgelser viser – ikke overraskende – at digital mobning er blevet et mere almindeligt fænomen i takt med, at den digitale mediebrug er taget til. For eksempel dokumenterer det norske Medietilsyns årlige rapporter, at børn og unges erfaringer med online mobning er steget i løbet af de sidste ti år. I 2010 angav 19 procent, at de havde været vidner til online mobning, 10 procent angav, at de var blevet mobbet, og fem procent, at de selv havde mobbet (Medietilsynet & Sentio Research, 2010). I 2018 angav 50 procent, at de havde observeret mobning via internettet, spil eller mobilen, 28 procent angav selv at have været udsat for mobning, og 14 procent angav selv at have mobbet (Medietilsynet & Sentio Research, 2018a). Børnerådets rapport *Unge og mobning i det digitale rum*, der er en spørgeskemaundersøgelse med 1.932 7. klasseelever beskriver, at unge med et højt forbrug af sociale medier i højere grad oplever, at andre skriver grimme ting om dem, end unge med et lavere medieforbrug (Lindberg et al., 2015). De rapporter, der beskæftiger sig med mobbeproblematikken specifikt, bekræfter en række af de pointer, vi også ser i forskningslitteraturen, og som beskrives nedenfor. Rapporten "Hvordan har du haft det på internettet i dag?", der er en kvalitativ analyse baseret på interview med 20 7., 8. og 9. klasseelever, peger eksempelvis på, at de digitale mediers afgørende rolle i børn og unges hverdagsliv gør det svært at lukke af for digital mobning, at medierne bruges til social positionering og identitetsdannelse, at der er kønsforskelle på måden, digital mobning foregår,

idet pigerne oftere er i konflikter end drengene, at det kan være vanskeligt at skelne mellem mobber og mobbeoffer og afgøre, hvem der indgår i mobningen, og at risikoen for mobning kan gøre børn og unge mere forsigtige og hæmme deres sociale udfoldelse (Rudbeck & Simonsen, 2016). Børnerådets analyse *Unge erfaringer med digital mobning* (Alim et al., 2017) bekræfter også, at der er et sammenfald mellem mobbere og mobbeofre. Rapporten baserer sig på spørgeskema data fra 1.390 elever i 9. klasse og finder at 37 procent af dem, som er blevet mobbet, selv har mobbet andre på digitale medier.

Relationen mellem online og offline mobning

Gradinger et al. (2012) undersøger sammenhængen mellem offline og online mobning og popularitet som en mulig forklaringsmekanisme i et opfølgingsstudie med 665 østrigske teenagere med en gennemsnitsalder på 11,6 år. De konkluderer, at online og offline mobning samvarierer på det enkelte målingstidspunkt, men de kan ikke forudsige hinanden målt over tid, så det kan ikke afgøres, om offline mobning fører til online mobning eller omvendt. Cross et al. (2015) rapporterer tilsvarende et opfølgingsstudie med 1.504 australske teenagere i alderen 13 til 15 år. De konkluderer, at piger i højere grad end drenge både bliver mobbet offline, og at online/offline mobning optræder sammen. De konkluderer endvidere, at kombinationen af online og offline mobning rapporteres som mere alvorlig og øger risikoen for fravær i skolen. I en lidt anden type undersøgelsesdesign sammenholder Vollet et al. (2020) 297 amerikanske skoleelevers socialt aggressive tekstbeskeder med læreres vurdering af de enkelte deltagers sociale aggression over tid. De konkluderer, at de undersøgelsesdeltagere, der udsættes for aggressive tekstbeskeder, er mere tilbøjelige til selv at sende socialt aggressive tekstbeskeder, samt at eksponering for socialt aggressive tekstbeskeder kan forudsige offline social aggression målt over tid. Endelig bidrager Pabian et al. (2018) med et kvalitativt perspektiv på relationen mellem offline og online mobning i en interviewundersøgelse med 34 hollandske teenagere mellem 13 og 14 år. De konkluderer, at det i vid udstrækning er de samme mobberformer der gør sig gældende online og offline, men at undersøgelsesdeltagerne aktivt holder de to kontekster adskilt og så vidt muligt undgår at interaktion online fortsætter offline og omvendt.

Et par af teksterne sætter fokus på i hvilket omfang online mobning er mere eller mindre skadeligt end offline mobning, herunder kombinationen af online og offline (Cross et al., 2015), og hvorvidt mediet gør en forskel (Mitchell et al., 2016). 05-10-2020 11:31:00 konkluderer som nævnt i foregående afsnit, at deres undersøgelsesdeltagere giver udtryk for at være mere påvirkede af mobning, når det både finder sted offline og online. Mitchell et al. (2016) konkluderer på baggrund af en interviewundersøgelse med 791 amerikanske børn og unge mellem 10 og 20 år, at størsteparten af den oplevede mobning finder sted offline, at online mobning opleves som mindre skadelig, men at koblingen mellem offline og online mobning omvendt opleves som meget mere skadelig. Forfatterne konkluderer således, at antagelsen om, at online mobning har en større skadelighed i sig selv, ikke understøttes i data, og at en alternativ forklaringsmodel kan være, at kombinationen af online/offline gør det svært at trække sig fra situationen, samt at mange af de kombinerede online/offline mobbetilfælde, der blev rapporteret, involverede nære eller intime relationer.

Alt i alt kan vi konkludere, at online og offline mobning synes at optræde samtidigt, uden nødvendigvis at være kausalt forbundne i den forstand, at mobning offline forårsager mobning online eller omvendt. Til gengæld synes aggressive tekstbeskeder at kunne forudsige social aggression over tid i et vist omfang. Endvidere opleveres kombinationen af offline og online mobning, i de tilfælde hvor den finder sted, som betydeligt mere skadelig end offline og online mobning hver især.

Popularitet og sociale positioner

Foruden relationen mellem online og offline mobning er et relativt gennemgående tema popularitet. Dette er interessant, fordi popularitet og social positionering også går igen som tema i den forskningslitteratur, der vedrører digital mediebrug og sociale relationer i bredere forstand. Som nævnt i foregående afsnit undersøger Gradinger et al. (2012) popularitet som en mulig forklaringsmekanisme for online mobning, men finder ikke, at fænomenet kan forudsige "online victimization", det vil sige sandsynligheden for, at en undersøgelsesdeltager bliver mobbet online. Badaly et al., (2013) undersøger sammenhængen mellem online mobning og social status i et opfølgingsstudie med 415 amerikanske teenagere med en gennemsnitsalder på 14,7 år. De finder omvendt en sammenhæng, hvor populære børn og unge er mere tilbøjelige til at agere aggressivt online og også er i større risiko for at blive udsat for social aggression online. De observerer endvidere en kønsforskel i den forstand, at online aggressiv adfærd øger popularitet hos piger, men omvendt reducerer populariteten hos drengene. Denne sammenhæng mellem online/offline mobning og sociale konstellationer adresseres også af Heirman et al. (2015) i et netværksstudie baseret på 1,428 i 103 8. klasser i Belgien. I dette studie holdes sociale mønstre i skoleklasser op imod demografiske faktorer såsom etnisk sammensætning og kønssammensætning. De finder, at skoleklasser med en høj offline og online "centralisering af tæthed", det vil sige, skoleklasser hvor nogle individer er mere socialt forbundne end andre, oplever flere tilfælde af online mobning. De finder endvidere en sammenhæng mellem høj klyngedannelse, det vil sige, når der alt i alt er flere sociale forbindelser på tværs af netværket, og mobning. Denne sammenhæng består i, at høj klyngedannelse i online sammenhæng giver færre tilfælde af online mobning, men at der omvendt ikke er en sammenhæng mellem høj klyngedannelse offline og tilfælde af online mobning. Endelig finder Wegge et al. (2015) i et netværksstudie med 1.458 belgiske teenagere at en høj mængde Facebook-forbindelser, hvoraf få er venner, øger risikoen for online mobning. Endvidere har både online mobbere og ofre en høj andel af "ubalancerede" venskaber, det vil sige relationer, som kun den ene part har identificeret som et venskab. Sidstnævnte indikerer ifølge Wegge et al. (ibid.), at mobbere og ofre er forskelligt placeret i det sociale hierarki.

Alt i alt peger forskningen i retning af, at popularitet og online mobning hænger sammen, omend popularitet i mindre grad kan forudsige, om børn og unge bliver ofre for mobning. Endvidere synes køn også her at være en central faktor i den forstand, at piger i modsætning til drenge kan opnå popularitet ved at kommunikere aggressivt online. Endelig kan en netværksvinkel på popularitet og social position bidrage med en mulig forklaring på både disse forhold samt sammenhængen mellem online og offline mobning i de foregående afsnit. Således synes der at opstå mere online mobning i netværk, hvor nogle individer er mere socialt forbundne end andre, og hvor online forbindelser ikke er forankret i venskaber.

Mediets betydning for tilskueradfærd

To tekster sætter fokus på mediets betydning for tilskueradfærd, når mobning finder sted (Barlińska et al., 2013; Bastiaensens et al., 2015). Gennem et eksperimentelt studie med 760 11-18-årige i Polen undersøger Barlińska et al. (2013) sammenhængen mellem tilskueradfærd online/offline i privat/offentlig sammenhæng. Privat/offentlig refererer til, hvor mange vidner der er til handlingen. De finder, at risikoen for, at tilskueren tager aktivt del i mobningen, er generelt større online, men mindre i online sammenhænge, hvor der er mange vidner. Bastiaensens et al. (2015) tager tilsvarende udgangspunkt i et eksperimentelt studie, i dette tilfælde med 453 belgiske teenagere med en gennemsnitsalder på 13,3 år, men fokuserer omvendt på intentionen om at hjælpe mobbeofferet. De finder, at tilskuere har stærkere intentioner om at hjælpe offeret i sammenhænge med få vidner i private online sammenhæng, det vil sige sammenhænge med ingen eller få vidner.

Interessant nok synes altså både positiv og negativ tilskueradfærd af blive forstærket online, ligesom det ser ud til at have betydning, om mobningen finder sted i privat eller offentlig sammenhæng, offline såvel som online.

Opsummering

Samlet set kan vi se, at mediebrugen både kan have positiv og negativ indflydelse på den sociale trivsel, og at der ikke er en entydig proportionel sammenhæng mellem mediebrug og social trivsel. Endvidere synes digital mediebrug at støtte venskaber og sociale relationer, omend et meget højt mediebrug kan have det modsatte resultat. I forlængelse af sidstnævnte er det væsentligt at skelne mellem vedligeholdelsen af eksisterende relationer og etablering af nye, såvel som mellem nære relationer og en bredere bekendtskabskreds. Således synes den digitale mediebrug også at indgå i en løbende spil om popularitet og social positionering i relation til en bredere beskeds-kreds (I vores diskussion vil vi komme ind på, hvordan det kan kobles til spørgsmålet om digital mediebrug og stress, herunder at sammenligne sig med andre og FOMO, som behandles i del B).

Online og offline mobning optræder samtidigt men er ikke nødvendigvis kausalt forbundne. Når de kombineres, opleves mobningen til gengæld som mere skadelig. Endvidere er popularitet og social positionering også et gennemgående tema i denne del af forskningslitteraturen, og flere studier påviser en sammenhæng mellem popularitet og social aggression online, ligesom centralisering af sociale relationer og lav klyngedannelse i et netværk synes at hænge sammen med mere mobning online. Endelig synes online-konteksten både at forstærke positiv og negativ tilskueradfærd i relation til mobning.

Køn er en helt afgørende faktor på tværs af de identificerede studier. Kønsnormere er en central faktor i etableringen af medierede fællesskaber, for den måde børn og unge positionerer sig i disse fællesskaber og for mobning i digitale medier. I det hele taget ser vi en køns og social positionering som et gennemgående tema.

Endelig udgør gamerne en særlig gruppe i den forstand, at gaming forbindes med dårligere social trivsel, færre sociale relationer og mere mobning. Samtidig synes computerspil dog også at være en central faktor i opretholdelsen af venskaber og en central platform for især drengenes sociale samvær. Kausaliteten i disse sammenhænge er dog uklar. Det er for eksempel svært at sige om computerspil forårsager sociale problemer, eller om børn, der oplever sociale problemer, er mere tilbøjelige til at spille meget.

Del B: Digital mediebrugs betydning for børn og unges stress

I dette kapitel gennemgår vi studier, der undersøger, hvordan brugen af digitale medier påvirker stress hos børn og unge. Vi har identificeret i alt 43 studier og to danske rapporter, som på forskellig vis belyser denne sammenhæng. Som beskrevet i baggrundsafsnittet definerer vi i denne rapport stress med udgangspunkt i tre forskellige teoretiske tilgange, herunder mere specifikt 1) potentielle stressorer (FOMO, at sammenligne sig med andre og længslen efter at høre til), 2) selvoplevet stress, og 3) stresssymptomer blandt børn og unge i aldersgruppen 6-15 år. Dette resultat afsnit er derfor opdelt i tre overordnede afsnit, som hver knytter sig til hver af de tre tilgange til stress.

Detaljerede beskrivelser af hvert studie kan ses i bilag 4.

Digitalt mediebrug og potentielle stressorer

Vi har identificeret 22 studier og én dansk rapport, der på forskellig vis undersøger, hvordan børn og unges digitale mediebrug relaterer sig til potentielle stressorer som FOMO, at sammenligne sig med andre og længslen efter at høre til. Disse tre potentielle stressorer er oplevelser eller følelser, der er nært knyttet til børn og unges digitale mediebrug, og som for nogen børn og unge også vil føre til, at de føler sig stressede.

FOMO

Dette afsnit beskriver resultaterne fra de studier, som undersøger sammenhængen mellem digital mediebrug og FOMO blandt børn og unge mellem 6 og 15 år. Mens ingen af de identificerede studier beskæftiger sig med de yngste (6-12 år), undersøger i alt otte studier og en dansk rapport, hvordan digitale medier relaterer sig til FOMO blandt de 13- til 15-årige. Af disse studier er tre studier kvalitative (Park, 2018; Scott et al., 2019; Throuvala et al., 2019), og fem er tværsnitstudier (Barry et al., 2019; Barry et al., 2017; Franchina et al., 2018; Santana-Vega et al., 2019; Scott & Woods, 2018), som alle anvender samme skala til at måle FOMO hos de unge: "Fear of missing out survey" af Przybylski et al. (2013). Skalaen består af 10 spørgsmål (fx "Jeg bliver bekymret, når jeg finder ud af, at mine venner har det sjovt uden mig"), og besvarelsen af hvert spørgsmål angives på fempunktsskala fra "slet ikke sandt" til "ekstremt sandt". Den danske rapport af Pedersen et al. (2020) anvender både gruppeinterview men også tværsnitsspørgeskemadata, som belyser FOMO ved at spørge eleverne: "På nogle sociale medier står der "set", når en besked er åbnet. Er du enig eller uenig i, at du bør svar dine venner med det samme, når der står, at du har set deres besked?" med svarkategorier fra "Helt enig" til "Helt uenig".

Den inkluderede litteratur anlægger forskellige vinkler på sammenhængen mellem digital mediebrug og FOMO; hvor nogle studier undersøger, hvordan FOMO påvirker digitalt mediebrug (Franchina et al., 2018; Scott & Woods, 2018), undersøger andre studier den omvendte sammenhæng og anvender FOMO som udfaldsmål (Barry et al., 2017; Santana-Vega et al., 2019). Vi kan således ikke sige noget om retningen på sammenhængen mellem digitalt mediebrug og FOMO på grund af studiernes tværsnitsdesign, men belyse, om de to begreber påvirker hinanden.

Aktivitet på digitale medier og FOMO

Seks af de inkluderede studier og en dansk rapport undersøger sammenhængen mellem unges aktivitet på digitale medier og FOMO (Barry et al., 2017; Franchina et al., 2018; Park, 2018; Santana-Vega et al., 2019; Scott & Woods, 2018; Throuvala et al., 2019). Overordnet peger litteraturen på, at børn og unges FOMO hænger sammen med, hvor meget de bruger de digitale medier. Et tværsnitsstudie af Franchina et al. (2018), som blandt andet undersøger sammenhængen mellem FOMO og brugen af sociale medier blandt 2.663 belgiske gymnasieelever, finder, at jo mere FOMO de unge oplever, jo mere aktive er de på sociale medier som Facebook, Instagram, Snapchat og YouTube, og jo flere aktive konti har de. Tilsvarende finder et amerikansk tværsnitsstudie af 113 14-17-årige unge, at antallet af aktive konti på sociale medier hænger sammen med graden af FOMO således, at jo flere konti, jo højere grad af FOMO angiver de unge (Barry et al., 2017). Ligeledes finder studiet, at jo oftere de 14-17-årige tjekker deres sociale medier, jo højere grad af FOMO. Et spansk tværsnitsstudie, som undersøger sammenhængen mellem problematisk brug af mobiltelefon (defineret som konflikter, negative følelser og negative kommunikationsmønstre relateret til brug af mobiltelefon) og FOMO blandt 569 børn og unge (12-19 år), finder, at jo mere problematisk brug af mobiltelefon de 12-19-årige har, jo højere grad af FOMO oplever de (Santana-Vega et al., 2019). Samme studie finder også, at deltagerne med et forbrug på mere end 4 timer i højere grad oplever en følelse af FOMO sammenlignet med dem, som har et forbrug på henholdsvis 0-2 timer eller 2-4 timer om dagen. Derudover finder studiet også, at de børn og unge, som kommunikerer mest med deres venner på mobiltelefonen, i højere grad oplever en følelse af FOMO sammenlignet med børn og unge, der på kommunikerer mest med deres forældre på telefonen (Santana-Vega et al., 2019).

Børn og unges problematiske brug af digitale medier undersøges også af Franchina et al. (2018). I studiet finder forskerne, at en øget følelse af FOMO er associeret med øget problematisk brug af sociale medier, defineret som en overdreven usund brug af sociale medier, blandt andet kendetegnet ved manglende kontrol over egen adfærd ved brug af sociale medier. Derudover finder forskerne, at en øget følelse af FOMO er forbundet med øget "phubbing" adfærd, som betyder, at man ignorerer de personer, man er fysisk til stede med, til fordel for at være online (Franchina et al. 2018). Brugen af sociale medier afgrænses ikke kun til dagtimerne, og i et tværsnitstudie blandt 101 12-18-årige fra Storbritannien finder forskerne, at høj grad af FOMO også hænger sammen med øget brug af sociale medier sent om aftenen/natten (Scott & Woods, 2018). Sammenhængen mellem børn og unges hyppige aktivitet på sociale medier og FOMO udfoldes i et kvalitativt studie fra Australien af Park (2018). Gennem interviews med 31 australske og sydkoreanske 12-18-årige finder studiet, at hyppig deltagelse i online interaktioner hænger sammen med en følelse af FOMO. Ligeledes finder studiet, at det korte tidsrum, der er til at deltage i online interaktioner omkring et opslag på de sociale medier, inden det forsvinder og erstattes af nye, også er medvirkende til, at børn og unge er hyppigt på de sociale medier (ibid.). Dette understøttes af et kvalitativt studie blandt 42 12-16-årige fra Storbritannien, hvor formålet er at undersøge børn og unges brug af sociale medier og den motivation og de værdier, som tilskrives skærmtid og brug af sociale medier (Throuvala et al., 2019). Studiet finder, at blandt andet FOMO og den tætte relation, de 12-16-årige oplever med deres venner, er centrale motivationsfaktorer for at bruge sociale medier.

At børn og unge hele tiden har mulighed for at være i kontakt med hinanden gennem sociale medier og smartphones, beskriver deltagerne som medvirkende til en gensidig forventning om hele tiden at være online, hvilket medfører, at de ofte tjekker beskeder og notifikationer (ibid.). I forlængelse af dette finder samme studie, at FOMO bliver forstærket yderligere af den gensidige forventning om konstant tilgængelighed og nomofobi (frygten for at være uden sin telefon). Konklusionerne fra disse studier underbygges i en ny dansk rapport, som er udgivet af Børns Vilkår i 2020 (Pedersen et al., 2020). Rapporten undersøger børn og unges perspektiv på præstationer, perfektion og stress, og resultaterne viser, at FOMO (målt som at være enig eller meget enig i, at man skal svare på beskeder

øjeblikkeligt) er særligt udbredt blandt piger i 9. klasse. Derudover angiver 63 procent af pigerne i 9. klasse, at de har fået andre til at passe *streaks* på Snapchat for ikke at miste dem. Rapporten konkluderer således, at medieplatformes adfærdsdesign – for eksempel konstante påmindelser i form af notifikationer – er med til at rammesætte og skabe nye normer i børne- og ungdomskulturen, der kan opleves som et ekstra pres og fremme følelsen af stress blandt skoleelever (ibid.).

FOMO, søvn og mental sundhed

Fire af de identificerede studier beskæftiger sig med, hvordan FOMO i kraft af dets relation til brugen af digitale medier er associeret til søvn, og om FOMO har indflydelse på sammenhængen mellem digital mediebrug og mental sundhed (Barry et al., 2019; Barry et al., 2017; Scott et al., 2019; Scott & Woods, 2018). Samlet indikerer studierne, at FOMO er associeret til faktorer, som påvirker børn og unges søvn negativt, og at FOMO forstærker sociale mediers negative effekt på børn og unges mentale sundhed. De to studier, som undersøger sammenhængen mellem FOMO og søvn, er fra Storbritannien og er henholdsvis et tværsnitsstudie blandt 101 12-18-årige og et kvalitativt studie blandt 24 11-17-årige (Scott et al., 2019; Scott & Woods, 2018). I tværsnitsstudiet finder forskerne, at jo større følelse af FOMO de 12-18-årige oplever, jo mere vågne føler de sig inden sengetid (målt ved kognitiv arousal inden sengetid). Desuden konkluderer studiet, at FOMO er associeret med kortere søvnlængde via to mekanismer: 1) på et adfærdsmæssigt niveau ved at brug af sociale medier ved sengetid/om natten forsinker indsovningstidspunkt og 2) på et kognitivt niveau ved at øget arousal inden sengetid også forsinker indsovningen (Scott & Woods, 2018). Det kvalitative studie af Scott et al. (2019) udfolder dette og finder, at de 11-17-åriges brug af sociale medier om natten, og dermed deres udskydelse af søvn, er drevet af bekymringer om, hvordan det kan få negative konsekvenser for deres offline-relationer, hvis de går glip samtaler på de sociale medier. Deltagerne i studiet beskriver blandt andet, at frygten for at være offline og eventuelt gå glip af begivenheder på sociale medier fører til frustration, ensomhed og paranoia (Scott et al., 2019). De potentielt negative konsekvenser, FOMO kan have for børn og unge, afgrænses ikke kun til udskydelse af søvn, og to amerikanske tværsnitsstudier har undersøgt, hvordan FOMO i kraft af dets relation til digital mediebrug påvirker mental sundhed, herunder via mobning, negativt (Barry et al., 2019; Barry et al., 2017). Studiet af Barry et al. fra 2017 er baseret på 113 14-17-årige og finder, at følelsen af FOMO forstærker sammenhængen mellem antallet af konti på sociale medier (rapporteret af forældre) og symptomer på angst og depression, således at 14-17-årige, som både har mange konti på sociale medier, og som oplever en stor følelse af FOMO, i højere grad har symptomer på angst og depression end 14-17-årige, som har færre konti og oplever FOMO i mindre grad. Sammenhængen er ikke signifikant, når antal konti på sociale medier rapporteres af de unge. Det andet studie af Barry et al. (2019) finder, at FOMO korrelerer med selvrapporteret online mobning således, at 14-17-årige med højere grad af FOMO i højere grad er blevet mobbet eller har udøvet mobning online (online mobning udfoldes yderligere i afsnittet på s. 48).

Digitalt mediebrug og at sammenligne sig med andre

Samlet set beskæftiger 11 af de identificerede studier og en dansk rapport sig med digitalt mediebrug og at sammenligne sig med andre, heraf et tværsnitsstudie (Noon & Meier, 2019), to opfølgingsstudier (Boers et al., 2019; Rousseau et al., 2017), seks eksperimentelle studier (Kleemans et al., 2018; Mulgrew et al., 2014; Veldhuis et al., 2012; Veldhuis et al., 2014; Weinstein, 2017), tre kvalitative studier (Burnette et al., 2017; Tatangelo & Ricciardelli, 2017; Throuvala et al., 2019) og én dansk rapport baseret på tværsnitsdata og gruppeinterview (Pedersen et al., 2020). Mens ni af studierne samt den danske rapport belyser sammenhængen blandt den ældre aldersgruppe (13-15 år), omhandler de resterende tre studier den yngre aldersgruppe. Hvert af studierne måler sammenligning med andre på forskellig vis, ligesom også digital mediebrug belyses forskelligt.

Aktivitet på digitale medier, sammenligning med andre og kropstilfredshed

Særligt to studier belyser hvordan digitalt mediebrug påvirker tendensen til at sammenligne sig med andre og de mekanismer, der kan ligge bag denne sammenhæng (Boers et al., 2019; Throuvala et al., 2019), og ni studier handler i særlig grad om kropstilfredshed, og hvordan børn og unges tendens til at sammenligne sig med andre påvirkes af de billeder, de præsenteres for på digitale medier (Burnette et al., 2017; Kleemans et al., 2018; Mulgrew et al., 2014; Noon & Meier, 2019; Rousseau et al., 2017; Tatangelo & Ricciardelli, 2017; Veldhuis et al., 2012; Veldhuis et al., 2014; Weinstein, 2017). Overordnet peger studierne på, at øget sammenligning med andre hænger sammen med og er en motivationsfaktor for at bruge digitale medier, og at børn og unges tendens til at sammenligne sig med andre er en central faktor i sammenhængen mellem digitalt mediebrug og kropstilfredshed.

Studiet af Boers et al. (2019) er et canadisk opfølgingsstudie, der følger 3659 børn og unge fra 7. til 11. klasse (gennemsnitsalder 12,7 år). Studiet undersøger sammenhængen mellem tidsforbrug af fire typer af skærmtid (målt som enten et gennemsnitligt højt forbrug over alle fire år, eller som en stigning i tidsforbrug indenfor samme år) og symptomer på depression, og hvad der kan være med til at forklare denne sammenhæng. Studiet finder, at et generelt højt tidsforbrug af sociale medier og computer- men ikke af videospil og TV-forbrug – over alle fire år, er forbundet med en øget risiko for symptomer på depression. Forskerne konkluderer, at denne sammenhæng blandt andet kan forklares med, at børn og unge konstant eksponeres for muligheden for at sammenligne sig med andre, som de vurderer er i en mere gunstig situation end dem selv og for eksempel har perfekte liv eller perfekte kroppe (Boers et al. 2019.) Denne sammenhæng understøttes af et engelsk kvalitativt studie blandt 42 12-16-årige børn og unge (Throuvala et al., 2019). Studiet finder, at sammenligning med andre er en motivationsfaktor for at bruge og engagere sig på sociale medier. Desuden konkluderer studiet, at sammenligningen med andre på de digitale medier kan være ledsaget af en frygt for andres bedømmelse samt en stor opmærksomhed på at få mange "likes", kommentarer og "venner"/"følgere", hvilket fører til, at mange redigerer deres billeder, inden de poster dem (Throuvala et al., 2019). Børn og unges tendens til at sammenligne sig med andre på sociale medier undersøges nærmere i et eksperimentelt studie blandt henholdsvis 507 (kvantitative del) og 24 (kvalitative del) amerikanske børn og unge (gennemsnitsalder 15,3 år) (Weinstein, 2017). I den indledende kvantitative del af studiet finder forskerne, at et øget antal sociale medier, som bruges dagligt, er associeret med øget tendens til at sammenligne sig med andre, samt at piger i højere grad end drenge bruger sociale medier dagligt og i højere grad rapporterer negativ sammenligning med andre (ibid.). I studiet eksponeres deltagerne for et af tre forskellige "feeds" (en række af billeder vist på et online medie): 1) kun pæne billeder 2) kun pæne billeder, men med en påmindende billedtekst om, at folk ofte kun viser den "pæne" side af virkeligheden 3) både pæne og "grimme" billeder. I studiets kvalitative del konkluderer forskerne, at de børn og unge, som i høj grad sammenligner sig med andre, i højere grad oplever, at en påmindelse om, at de sociale medier ofte viser det perfekte og redigerede billede af virkeligheden, er gavnlig for deres "surfing" på sociale medier. Modsat angiver majoriteten af børn og unge med lav grad af sammenligning med andre, at påmindelser ikke vil ændre deres "surfing" oplevelse (ibid.). I et tværsnitstudie blandt 266 13-18-årige fra Storbritannien undersøger forfatterne, hvordan sammenhængen mellem det at sammenligne sine evner med andre og at søge inspiration på Instagram påvirkes af godsindet og ondsindet misundelse (Noon & Meier, 2019). Studiet finder blandt andet, at i jo højere grad de unge sammenligner sine evner med andre, jo større tendens har de til at søge inspiration på Instagram. Derudover konkluderer forfatterne, at misundelse er en underliggende mekanisme, som fremmer eller hæmmer inspiration på Instagram, og at sammenligning på Instagram er mere inspirerende, når unge sammenligner sig med personer, der minder om dem selv, fremfor når de sammenligner sig med fremmede (ibid.). At sammenligning med andre kan opleves som blandt andet inspirerende, understøttes delvist af et australsk kvalitativt studie

(Tatangelo & Ricciardelli, 2017). Studiet, som er udført blandt 68 8-10-årige, finder, at sammenligning med andre for drenges vedkommende ofte opleves som inspirerende og motiverende, hvor det for pigernes vedkommende oftere forbindes med negative følelser. Derudover finder forskerne tydelige kønsforskelle i forhold til, at pigerne primært sammenligninger sig selv med andre på baggrund af deres udseende, så sammenligner drengene sig i højere grad med andre om sport eller fysiske færdigheder. På tværs af kønnene finder forfatterne, at børn i langt højere grad sammenligner sig med venner, for blandt andet at opnå anerkendelse, end med mediefigurer (ibid.). Ovenstående fund understøttes af den nye danske rapport fra Børns Vilkår, som blandt andet finder, at særligt pigerne angiver, at de har fjernet et billede på de sociale medier, fordi det ikke har fået nok likes, hjerter eller kommentarer (Pedersen et al., 2020). Her er andelen langt mindre blandt drengene. Ligeledes viser rapporten, at 38 procent af pigerne i 9. klasse redigerer billeder af sig selv, inden de lægger dem op på sociale medier. Det gælder 14 procent af drengene i 9. klasse. For pigerne fylder denne adfærd mindre blandt de yngste piger (34 procent i 6. klasse), hvor det omvendte gør sig gældende for drengene (28 procent i 6. klasse). Tal fra rapporten peger således på, at det også blandt danske skoleelever er særligt pigerne, som oplever et pres om at fremstå perfekt på de sociale medier (ibid.).

At det kan have negative implikationer for piger at sammenligne sig selv med andre på de sociale medier understøttes også af to nyere studier af Burnette et al. (2017) og Kleemans et al. (2018). I det amerikanske studie af Burnette et al. (2017), som er baseret på fokusgruppeinterview med 38 12-14-årige piger, konkluderer forfatterne, at pigerne oplever, at de sociale medier er med til at fremme, at de sammenligner sig med andre – særligt venner – men også, at de sociale medier får dem til at bekymre sig om deres udseende og påvirke deres kropsopfattelse negativt. I forlængelse heraf finder Kleemans et al. (2018) i et online eksperimentelt studie blandt 144 14-18-årige hollandske piger, at piger, som udsættes for redigerede billeder på Intragram, har lavere kropstilfredshed end piger, som udsættes for originale og uredigerede billeder. Desuden finder forfatterne, at det i særlig grad er blandt de piger, som har størst tendens til at sammenligne sig med andre, at deres kropsopfattelse påvirkes negativt ved at se de manipulerede billeder. Et andet studie laver et lignende eksperiment blandt drenge (Mulgrew et al., 2014), og med udgangspunkt i 180 australske drenge i henholdsvis 7. klasse (gennemsnitsalder 12,7 år), 9. klasse (gennemsnitsalder 14,4 år) og 11. klasse (gennemsnitsalder 16,1 år) finder forfatterne, at de drenge, som eksponeres for flotte muskuløse mænd i musikvideoer, har større tendens til at sammenligne sig med andre end de drenge, som eksponeres for musikvideoer med mænd med almindeligt udseende. Derudover finder studiet, at det i højere grad er de ældre end de yngre drenge, som sammenligner sig med andre (ibid.). Kropstilfredshed undersøges ligeledes af Rousseau et al. (2017) i et opfølgingsstudie. Her følger forfatterne 1.840 belgiske børn og unge mellem 12 og 19 år over otte måneder med det formål at undersøge sammenhængen mellem Facebookbrug og kropstilfredshed samt undersøge, hvordan denne sammenhæng påvirkes af, om man sammenligner sig med andre på Facebook. Forskerne finder, at børn og unge, som bruger Facebook passivt (kun kigger uden at interagere med opslag), har en øget tendens til at sammenligne sig med andre, som igen øger kropsutilfredsheden blandt både drenge og piger.

To hollandske studier fokuserer mere specifikt på, hvordan mediefigurer og modellers vægt og kroppe fremstilles på sociale medier, og hvordan denne fremstilling påvirker, hvordan piger sammenligner sig med andre og tænker om deres kroppe (Veldhuis et al., 2012; Veldhuis et al., 2014). I et eksperimentelt studie af Veldhuis et al. fra 2012, undersøger forfatterne, hvordan information om vægten på modeller med forskellig kropsstørrelse påvirker 9-10-årige, 12-13-årige og 15-16-årige pigers kropsopfattelse og tendens til at sammenligne sig med andre. Forskerne finder, at piger, der eksponeres for billeder af ekstremt tynde modeller med en information om, at modellerne er normalvægtige, rapporterer lavere kropstilfredshed, højere kropsskam og større tendens til at sammenligne sig med mediefigurer og modeller sammenlignet med piger, som eksponeres for billeder, hvor kropsstørrelsen på modellerne er i overensstemmelse med information om vægten. Derudover finder

forskerne, at pigernes utilfredshed med kroppen stiger, jo ældre pigerne bliver. I et tilsvarende eksperimentelt studie af Veldhuis et al. fra 2014 undersøger forskerne, hvordan 11-18-årige pigers kropstilfredshed, kropsskam og tendens til at sammenligne sig med mediefigurer påvirkes af venners kommentarer om modeller og mediefigurers vægt. Her konkluderer forskerne, at venners kommentarer og vurderinger af modelleres vægt har betydning for, hvornår pigerne oplever noget som normalvægtigt, og når for eksempel helt ekstremt tynde modeller opleves som normalvægtige, øger det pigerne negative kropsopfattelse. Fund fra disse to studier viser således, hvordan sociale medier og venner er med til at sætte standarden for, hvad piger oplever som normalvægtigt og som en normal krop, og at det har betydning for hvem og hvordan, de sammenligner sig med andre og tænker om deres kroppe.

Digital mediebrug og følelsen af at høre til

Dette afsnit samler resultaterne fra den litteratur, som har undersøgt sammenhængen mellem digital mediebrug og følelsen af at høre til ("belongingness") samt ønsket om at høre til ("the need to belong") blandt børn og unge i alderen 6-15 år. Til at belyse dette felt identificerede vi tre studier (Lansu et al., 2017; Ruggieri et al., 2013; Seo et al., 2014), heraf to eksperimentelle studier (Lansu et al., 2017; Ruggieri et al., 2013) og et tværsnitstudie (Seo et al., 2014). Overordnet peger fund fra disse tre studier på, at digitale medier, herunder brug af computerspil og sociale medier, er associeret med en øget følelse af at høre til.

De to eksperimentelle studier anvender begge computerspillet Cyberball (Williams et al., 2000) til at simulere social eksklusion i online spil blandt henholdsvis 564 børn (gennemsnitsalder 9,9 år) (Lansu et al., 2017) og 91 børn og unge (gennemsnitsalder 12,7 år) (Ruggieri et al., 2013). Begge studier finder, at børn og unge, som ekskluderes fra computerspillet, mens de spiller, i mindre grad oplever følelsen af at høre til sammenlignet med de børn, som forbliver i computerspillet (Lansu et al., 2017; Ruggieri et al., 2013). Desuden finder studiet af Lansu et al. (2017), at mobning forstærker betydningen af at blive ekskluderet i computerspillet og ønsket om at høre til således, at hvis de børn og unge, der ekskluderes i computerspillet, samtidig oplever mobning (uafhængig af computerspillet) reduceres deres følelse af at høre til yderligere. Der er ligeledes en alderseffekt på sammenhængen mellem eksklusion i computerspillet og ønsket om at høre til, da studiet af Ruggieri et al. (2013) finder, at sammenhængen mellem eksklusion i computerspillet og ønsket om at høre til er størst blandt de yngste børn i studiet. Børn og unges ønske om at høre til, og hvordan det relateres til brugen af sociale medier, undersøges i et amerikansk tværsnitstudie fra 2014 (Seo et al., 2014). Studiet finder på baggrund af spørgeskemadata fra 280 teenagere (13-19 år), at deres ønske om at høre til korrelerer med antallet af timer, de bruger på sociale medier således, at jo større ønske de har om at høre til, jo flere timer bruger de på sociale medier. Denne sammenhæng er ikke afhængig af køn, etnicitet eller socioøkonomisk status (ibid.).

Opsummering

De identificerede studier om potentielle stressorer peger samlet på, at et øget brug af digitale medier – for eksempel øget hyppighed, varighed, antal venner og konti – hænger sammen med alle tre potentielle stressorer: FOMO, tendensen til at sammenligne sig med andre og ønsket om at høre til. Derudover tilskriver flere studier, at øget grad af FOMO kan hænge sammen med, at online relationer rækker ind i offline verdenen, hvilket blandt andet understøttes i afsnittet om relationer på tværs af online og offline (se afsnit på s. 34). Litteraturgennemgangen viser også, at digitalt mediebrug forstærker børn og unges muligheder for interaktion og derfor også tendens til at sammenligne sig med andre. Det tyder for eksempel på, at børn og unge med et højt digitalt mediebrug (målt ved fx antal sociale medier brugt dagligt, tiden på at søge inspiration mv.) i højere grad sammenligner sig

med andre end børn og unge med et lavere forbrug. Flere af studierne finder desuden, at særligt pigernes kropstilfredshed påvirkes negativt af at sammenligner sig med andre på digitale medier, samt at børn og unge – og særligt pigerne – er meget optaget af at få positive kommentarer og ”likes” til deres opslag. Kun få studier belyser, hvordan digitalt mediebrug hænger sammen med de 6-15-åriges ønske om at høre til. Disse enkelte studier peger på, at eksklusion fra computerspil har en negativ betydning for følelsen af at høre til. Denne sammenhæng understøttes og uddybes yderligere i afsnittet *Venskaber og social interaktion* (se afsnit på s. 33).

Digital mediebrugs betydning for selvoplevet stress

I dette afsnit beskrives den identificerede litteratur som undersøger sammenhængen mellem digitalt mediebrug og selvoplevet stress blandt børn og unge mellem 6-15 år, herunder også stresshåndtering og online mobning. Vi har i alt identificeret 14 studier og to danske rapporter, som belyser disse sammenhænge.

Sammenhængen mellem digital mediebrug og selvoplevet stress

Syv studier og to danske rapporter undersøger på forskellig vis, hvordan digitalt mediebrug påvirker selvoplevet stress; heraf er tre tværsnitsstudier (Müller et al., 2018; Pontes, 2017; Rosenkranz et al., 2017), to kvalitative studier (Favotto et al., 2017; Weinstein 2018), to opfølgingsstudier (Hawk et al., 2019; McVeigh et al., 2016) og to danske rapporter, som både anvender tværsnitsdata og interview (Jønson, 2015; Pedersen et al., 2020). Hovedparten af studierne finder en sammenhæng mellem digitalt mediebrug, herunder tidsforbrug, typen af socialt medier, internetafhængighed osv. og selvoplevet stress, mens to undersøgelser drager modsatrettede konklusioner omkring sammenhængen mellem tidsforbrug af TV og selvoplevet stress.

I et tysk tværsnitsstudie af Müller et al. (2018) undersøges sammenhængen mellem problematisk internetbrug (målt ved hjælp af spørgsmål om blandt andet mangel på kontrol og fortsat brug på trods af negative konsekvenser) og selvoplevet stress blandt 1.489 10-17-årige. Studiet finder, at deltagerne med et problematisk internetforbrug i højere grad har oplevet negative livsbegivenheder det seneste år og i højere grad føler sig stressede sammenlignet med deltagere med et mindre eller intet problematisk internetforbrug. Denne sammenhæng understøttes af et tysk tværsnitsstudie af Rosenkranz et al. (2017), som undersøger sammenhængen mellem otte forskellige former for internetafhængighed (spil, indkøb, chat, e-mails, seksuelt indhold, gambling, sociale netværk og informationssøgning) og selvoplevet stress blandt 12-19-årige internetspillere og generelle internetbrugere. Spillere, som udviser afhængighed af internettet, føler sig mere stressede end internetspillere, som ikke udviser afhængighed af internettet (ibid.). Tilsvarende finder et portugisisk tværsnitsstudie blandt 509 10-18-årige børn og unge en positiv sammenhæng mellem afhængighed af sociale medier og stress samt afhængighed af internetspil og stress (Pontes, 2017). Hvilken betydning, de sociale medier kan have for børn og unges sundhed, undersøges også i et canadisk, kvalitativt studie af Favotto et al. (2017), hvor forskerne belyser, hvordan online kommunikation påvirker børn og unges sundhed med udgangspunkt i 40 interview med 11-15-årige. Studiet finder, at unge oplever det som stressende at være i konstant kontakt med sine jævnaldrende på de digitale medier, og at det kan opleves som befriende ikke altid at have adgang til hertil. Samtidig understreger de unge, at det også kan påvirke dem, hvis de ikke får et svar med det samme. Studiet finder også, at de unge oplever, at man kan finde på at sige ting i beskeder, som man aldrig ville sige direkte til andre. Tilsvarende resultater findes i et studie af Weinstein (2018), som undersøger sociale medier fra børn og unges eget perspektiv. På baggrund af interviews med 26 amerikanske unge konkluderer forfatterne, at de oplever det som stressende og som et forventningspres at skulle besvare alle de

beskeder, som de konstant modtager på sociale medier. Derudover finder forfatterne, at de unge oplever negative følelser forbundet med at poste opslag på de sociale medier, fordi de bekymrer sig over, hvordan andre vil bedømme og kommentere deres opslag (Weinstein, 2018). I et opfølgningsstudie af Hawk et al. (2019) undersøger forfatterne, sammenhængen mellem narcissisme og smartphone stress blandt 307 hollandske 12-15-årige, hvor smartphone stress i studiet adresserer de unges oplevelse af nomofobi (frygten for at være uden sin telefon) og af overvældelsen af indholdet på de sociale medier. Forskerne finder, at narcissisme påvirker smartphone stress gennem opmærksomhedssøgen, så jo mere narcissistiske de unge er, jo højere behov for opmærksomhed og efterfølgende højere niveau af smartphone stress rapporterer de. Ligeledes finder forskerne, at smartphone stress er afhængig af køn og alder således, at piger og ældre teenagere oplever et højere niveau af stress end drenge og yngre teenagere.

En analyse fra Børnerådet (Jønson, 2015) undersøger 8. klasseelevers (13-15-årige) brug af digitale medier og trivsel ved hjælp af spørgeskemadata og gruppeinterview. Resultaterne fra rapporten er i tråd med de internationale studier og konkluderer blandt andet, at unge oplever en dobbelt stressfølelse: Det er stressende, hvis man ikke er online eller ikke har sin telefon i nærheden, og samtidig opleves forpligtigelsen til at være uafbrudt tilgængelig som stressende. I forlængelse heraf angiver 37 procent af 8. klasseeleverne, at de er meget enige eller enige i, at det er stressende, hvis de har ubesvarede beskeder på telefonen. Ligeledes finder rapporten en positiv sammenhæng mellem tidsforbrug af sociale medier eller film/TV og stress således, at en højere andel unge, som bruger mere end 4 timer dagligt på at se film/TV eller på de sociale medier, føler sig stressede i forhold til unge med et lavere medie- eller film/TV-forbrug (ibid.). På samme måde konkluderer rapporten fra Børns Vilkår, at nogle af de primære årsager til, at elever i 6. og 9. klasse føler sig stressede, er forventningen om, hvad de skal leve op til omkring deres udseende og på sociale medier (Pedersen et al., 2020). Til forskel fra Børnerådets resultater, finder et opfølgningsstudie af McVeigh et al. (2016) ingen sammenhæng mellem TV-forbrug og selvoplevet stress. I studiet undersøges sammenhængen mellem TV-forbrug og mental sundhed med udgangspunkt i en australsk fødselskohorte, hvor deltagerne bliver spurgt om TV-forbrug over en 15-årig periode, når de er henholdsvis 5, 8, 10, 14, 17 og 20 år. Forskerne finder ingen forskel i stressniveau (total DASS-score og enkelte subskalaer) blandt børn og unge som ser meget fjernsyn, ingen fjernsyn eller ser meget lidt fjernsyn. På baggrund af dette studie synes TV-forbruget således ikke at have en betydning for stressniveauet blandt børn og unge (ibid.).

Online mobning og stress

Dette afsnit beskriver litteraturen, som undersøger sammenhængen mellem online mobning og selvoplevet stress blandt 6-15-årige børn og unge. Fire tværsnitsstudier belyser sammenhængen (Canas et al., 2019; Fredstrom et al., 2011; Garaigordobil & Machimbarrena, 2019; Sincek et al., 2017), heraf omhandler tre studier de 13-15-årige (Canas et al., 2019; Fredstrom et al., 2011; Sincek et al., 2017), mens et studie omhandler de 6-12-årige (Garaigordobil & Machimbarrena, 2019).

Overordnet peger studierne på, at online mobning påvirker børn og unges stressniveau, således at de børn og unge, som oplever online mobning, rapporterer et højere stressniveau end børn og unge, som ikke mobbes online (Canas et al., 2019; Fredstrom et al., 2011; Garaigordobil & Machimbarrena, 2019; Sincek et al., 2017). Derudover finder to af studierne, at de børn og unge, der selv udøver online mobning, har et højere stressniveau end børn og unge, der ikke udøver online mobning (Canas et al., 2019; Sincek et al., 2017). Et spansk tværsnitsstudie af Garaigordobil & Machimbarrena (2019) belyser sammenhængen mellem offline og online mobning og stress blandt 1.993 yngre børn (6-12-årige). Forfatterne finder, at børn, som udøver eller udsættes for meget offline og online mobning, oplever et højere stressniveau end børn, som i mindre grad udøver eller udsættes for offline

og online mobning. Derudover finder studiet, at jo mere online mobning børnene udsættes for, jo højere grad af familiestress (konflikter med familien), skolestress og generel stress (mere stressede af daglige gøremål) oplever de. Samme tendens finder studiet blandt børn, som udøver online mobning (ibid.). Netop dette samspil mellem at udøve eller være udsat for online mobning og selvoplevet stress undersøges også i to studier blandt den ældre aldersgruppe (Canas et al., 2019; Sincek et al., 2017). I det kroatiske tværnsnitsstudie blandt 1.176 11-20-årige af Sincek et al. (2017) finder forfatterne, at de børn og unge, som både udsættes for og udøver online mobning, har et højere gennemsnitligt stressniveau end dem, som kun mobbes eller mobber online eller ikke er involveret i online mobning. Derudover finder forskerne, at stressniveauet påvirkes nogenlunde ens uanset om man mobber online eller udsættes for online mobning. Studiet finder desuden, at dem, der både er udsat for og udøver online mobning, har mere adgang til internettet og bruger mere tid på internettet end dem, som ikke er involveret i online mobning (ibid.). Resultaterne bekræftes i det spanske tværnsnitsstudie af 1.318 11-18-årige børn og unge, som viser, at børn og unge, der er udsat for eller selv udøver online mobning, oplever mere stress end børn og unge, som ikke udsættes for eller udøver online mobning (Canas et al., 2019).

Et amerikansk tværnsnitsstudie undersøger sammenhængen mellem mobning (online og offline) og psykologisk tilpasning, herunder selvoplevet stress, blandt 802 børn og unge (gennemsnitsalder 15,8 år) (Fredstrom et al., 2011). Forskerne finder, at både skolebaseret (offline) og online mobning er associeret med et højere stressniveau. Studiet undersøger også, om online mobning i forskellige kontekster (telefonbaseret vs. computerbaseret) har divergerende effekt på stress. Forskerne finder, at selvom sms og opkald (telefonbaseret mobning) er den mest udbredte type af online mobning, er telefonbaseret mobning ikke lige så stærkt associeret med stress, som computerbaseret mobning (mobning via fx chatforum, opslag m.m.) (ibid.). Forskerne argumenterer for, at denne betydning af konteksten af online mobning, kan skyldes, at jævnaldrende kan følge med i den computerbaseret mobning og dermed kan motiveres til også at mobbe, hvorimod telefonmobning i højere grad kan skjules for andre.

Digitalt mediebrug, stress og stresshåndtering

Tre studier har også et særligt fokus på, hvordan stress håndteres med digitale medier, heraf et opfølgingsstudie (Hinkley et al., 2017), et tværnsnitsstudie (Rosenkranz et al., 2017) samt et mixed methods, som benytter både interview og tværnsnitsdata (Duvenage et al., 2020). Studierne peger ikke på én overordnet tendens i sammenhængen mellem elektroniske medier og stresshåndtering, men beskriver forskellige nuancer – også på tværs af alder.

I det australske opfølgingsstudie af Hinkley et al. (2017) undersøges sammenhængen mellem brug af elektroniske medier i 3-5-årsalderen og stresshåndteringsfærdigheder ved 6-8-årsalderen. Studiet finder, at jo mere tid børnene bruger på computer, internet og stillesiddende elektroniske spil som 3-5-årig, jo bedre stresshåndteringsfærdigheder har de som 6-8-årig. Et australsk mixed methods-studie af Duvenage et al. (2020) undersøger på baggrund af fokusgruppeinterviews med 16 unge og tværnsnitsspørgeskemadata blandt 156 unge, hvordan 13-16-årige bruger teknologi til at håndtere daglige stressorer. Resultater fra interviewene indikerer, at unge bruger teknologi til at håndtere stress, og at de oplever det som en god måde at lette bekymringer på. Analyserne fra spørgeskemaet finder derimod ingen sammenhæng mellem nylig brug af teknologi og ændringer i følelser. Til gengæld viser disse analyser også, at unge, der ofte benytter online aktiviteter som håndteringsstrategi, reagerer negativt på stressorer og har svært ved at overkomme bekymringer og jalousi (ibid.). Forskere bag det tyske tværnsnitstudie af Rosenkranz et al. (2017) undersøger stresshåndteringsstrategier blandt 5.667 12-19-årige unge, som opdeles i fire grupper af henholdsvis gamere på internettet og generelle internetbrugere med og uden et problematisk forbrug. Forskerne finder, at

unge med et problematisk forbrug af internettet i højere grad angiver problematiske stresshåndteringsstrategier (fx at give op eller benægtelse), end gamere både med og uden et problematisk forbrug.

Opsummering

De inkluderede studier, som undersøger sammenhængen mellem digitalt mediebrug og selvoplevet stress, peger samlet set på, at flere forskellige typer af digitalt mediebrug (fx afhængighed af spil, typen af sociale medie, hyppighed og tid på sociale medier/internettet, mindre søvn pga. skærmtid osv.) øger risikoen for, at børn og unge føler sig stressede. Dette går på tværs af studier, som særligt undersøger spilafhængighed, og studier med fokus på sociale medier og anden form for digital mediebrug. Omvendt finder to undersøgelser, at TV-forbrug ikke er relateret til øget selvoplevet stress. I forhold til online mobning peger de identificerede studier på, at online mobning (både online mobbere og online mobbeofre) er associeret med et højt stressniveau blandt 6-15-årige børn og unge. Særligt de, som både udøver og er udsat for online mobning, synes have et højt stressniveau. Derudover finder studierne, at både offline og online mobning korrelerer med højere stressniveau, hvilket understøttes af resultaterne under temaet *Digital mediebrug, konflikt og mobning* (se afsnit på s. 37), som blandt andet finder, at samme mobbeformer gør sig gældende ved offline og online, og kombination af offline og online mobning opleves som mest skadeligt. Enkelte af de identificerede studier omhandler stresshåndtering blandt børn og unge. Disse studier finder aldersforskelle i sammenhængen mellem stresshåndtering og digital mediebrug. Blandt den yngre aldersgruppe er der en tendens til, at børn med et forbrug af elektroniske medier, er bedre til at stresshåndtere, mens nogle ældre børn og unge benytter internettet til at håndtere problemer, hvilket ikke nødvendigvis er gavnlig for deres stresshåndtering.

Digital mediebrug og stresssymptomer

Dette afsnit samler op på de studier, som undersøger sammenhængen mellem digital mediebrug og symptomer på stress. Blandt disse studier er en mindre gruppe studier, som mere specifikt undersøger, hvordan brug af computerspil kan udløse stresssymptomer. Vi identificerede i alt ni studier, som belyser disse sammenhænge, hvoraf fem studier undersøger symptomer på stress ved hjælp af kortisolmåling, og fire studier anvender henholdsvis selvrapporterede symptomer og/eller hjertebanken.

Stresssymptomer

Seks studier undersøger associationen mellem digital mediebrug og stresssymptomer, heraf fem tværsnitstudier (Afifi et al., 2018; McHale et al., 2012; Morin-Major et al., 2016; Rehbein et al., 2010; Wallenius et al., 2010) og et opfølgingsstudie (Foerster et al., 2019). Samlet set peger studierne på, at digital mediebrug øger risikoen for at opleve stresssymptomer. Resultaterne fra de fem studier, som mere specifikt undersøger kortisol-niveauet, finder dog, at digital mediebrug kan føre til både forhøjet og for lavt kortisolniveau. Denne uoverensstemmelse er et udtryk for, at både for højt og for lavt kortisol opvågningsrespons kan være tegn på for eksempel stress (Afifi et al., 2018).

Fire studier anvender kortisolmålinger (målt i spyt fire gange dagligt) som en proxy for stress (Afifi et al., 2018; McHale et al., 2012; Morin-Major et al., 2016; Wallenius et al., 2010). Disse målinger blev taget 1) lige efter opvågning, 2) 30-60 minutter efter opvågning, 3) sidst på eftermiddagen og 4) inden sengetid. I studierne anvendes oftest det gennemsnitlige daglige kortisolniveau eller kortisolopvågningsresponsen (forskellen i kortisolniveau lige efter opvågning og efter 30 minutter). Et

finsk tværsnitstudie blandt 72 10-13-årige skolebørn undersøger sammenhængen mellem tidsforbrug på forskellige digitale medier og kortisolmålinger den efterfølgende dag (Wallenius et al. 2010). Studiet finder, at deltagerne med et højt forbrug af digitale medier i gennemsnit bruger tre timer på digitale medier om dagen. Disse deltagere har et lavere kortisol opvågningsrespons end deltagerne, som bruger under en time på digitale medier om dagen. Tilsvarende sammenhæng undersøges i et amerikansk tværsnitstudie blandt 62 13-18-årige unge (Afifi et al., 2018). Forskerne finder, at jo højere mobiltelefonbrug, generelt mediebrug og større netværk på Facebook, jo højere stigning i kortisolorpvågningsrespons (ibid.). Tilsvarende sammenhæng undersøges i et amerikansk studie blandt 28 10-18-årige børn og unge (McHale et al., 2012). Forskerne finder, at på dage, hvor deltagerne brugte mere tid end sædvanligt på at spille videospil eller se fjernsyn, var det totale daglige kortisolniveau lavere end på dage, hvor deltagerne brugte mindre tid på disse aktiviteter. Derudover finder forskerne, at unge, som bruger mere tid end sædvanligt på computeraktiviteter, både har et højere dagligt kortisolniveau og højere kortisolorpvågningsrespons og højere kortisolniveau om morgenen. Et canadisk studie af Morin-Major et al. (2016) undersøger sammenhængen mellem forskellige Facebook-adfærdsmønstre (fx hvor ofte man bruger Facebook og størrelsen af netværk) og basalt kortisolniveau blandt 12-17-årige. Forskerne finder, at jo større netværk på Facebook, jo færre interaktioner (fx kommentering af billeder, tjekker andres Facebook) med jævnaldrende, jo højere er deres daglige kortisolniveau.

To af de identificerede studier undersøger ikke symptomer på stress gennem kortisolmålinger, men derimod ved hjælp af selvrapporterede symptomer, såsom træthed, mangel på koncentration og hovedpine (Rehbein et al., 2010; Foerster et al., 2019). Et schweizisk opfølgingsstudie af 10-17-årige undersøger, hvordan dagligt tidsforbrug af skærm (TV, computer, tablet og mobil) påvirker børn og unges generelle sundhed, herunder selvrapporterede stresssymptomer (Foerster et al. 2019). Forskerne finder, at et højt skærmbforbrug ved både baseline og opfølgning øger risikoen for at opleve symptomer på stress som for eksempel udmattelse, mangel på koncentration og dårlig fysisk velbefindende. Derudover fandt forskerne, at unge, som øger deres skærmtid fra baseline til opfølgningstidspunktet, oplever ringere trivsel. De deltagere, som derimod fik et mindre skærmbforbrug fra baseline til opfølgning, havde en øget risiko for at dårligere fysisk velbefindende sammenlignet med dem, som hverken havde et højt forbrug ved både baseline og opfølgning (ibid.). Et tysk tværsnitstudie af 15.168 unge 9. klasseelever (gennemsnitsalder 15,3 år) finder, at computerspilsafhængighed medfører et øget niveau af psykisk og social stress i form af dårligere skolepræstation, øget fravær, mindre søvnlængde, færre fritidsaktiviteter og flere tanker om selvmord. Nogle af de samme tendenser ses ligeledes blandt drenge, som var i risiko for at blive spilafhængige (Rehbein et al., 2010).

Computerspil og stresssymptomer

Dette afsnit gennemgår de tre studier, som alle er eksperimentelle studier, og som undersøger sammenhængen mellem brugen af computerspil og stress (Ferguson et al., 2016; Gentile et al., 2017; Ivarsson et al., 2013). På trods af, at de tre studier har anvendt forskelligartede metoder til måling af stress, bliver de beskrevet samlet, da studierne alle undersøger brugen af computerspil, der skildrer vold. Overordnet finder studierne ikke entydige tendenser, hvilket muligvis er grundet de forskellige målemetoder.

De tre inkluderede studier undersøger sammenhængen mellem computerspil og stress ved at ud sætte deltagerne for enten et computerspil, der skildrer vold eller ét, som ikke gør, og efterfølgende undersøge deltagerens stressniveau via enten kortisolmålinger (Gentile et al., 2017), hjertebanken og selvoplevet stress ved sengetid (Ivarsson et al., 2013) eller stress ved hjælp af State/Trait Anxiety Inventory (Ferguson et al., 2016). Studiet af Gentile et al. (2017) finder en sammenhæng mellem

computerspil og kortisolniveau blandt 136 8-12-årige børn, således at de børn, som spiller computerspil, der skildrer vold, oplever et øget kortisolniveau under spillet til forskel fra de børn, som ikke spiller et voldeligt computerspil. Dette studie undersøger ligeledes kardiovaskulær arousal i løbet af computerspillet og finder en forskel mellem kønnene, da arousal øges blandt drengene, men ikke blandt pigerne. Forskellene mellem kønnene undersøges ligeledes i et amerikansk studie af 43 12-18-årige af Ferguson et al. (2016). Forskerne finder ikke nogen sammenhæng mellem computerspil, der skildrer vold, og stresssymptomer, men finder en kønsforskelle, da drengene ikke oplever stresssymptomer i forbindelse med computerspillet, men pigerne gør (ibid.). I studiet af Ivarsson et al. (2013) undersøges blandt andet hjerterytme under computerspil og den efterfølgende søvn blandt 30 13-16-årige drenge, hvoraf halvdelen er vant til at spille mere end tre timer om dagen, og den anden halvdel normalt spiller mindre end en time om dagen. Overordnet finder forskerne ikke nogen forskel i hjerterytme mellem grupperne i løbet af spillet, hverken i forhold til om deltagerne er vant til at spille meget, eller om de spiller computerspil, der skildrer vold. Derimod er der en forskel i hjerterytme under efterfølgende søvn blandt deltagerne, som normalt ikke spiller meget, hvor deltagerne, som spiller computerspil, der skildrer vold, har en hurtigere hjerterytme end de deltagerne, som ikke spiller dette. Den modsatte sammenhæng ses blandt deltagerne, som i forvejen spiller meget computer, hvor deltagerne, som spiller computerspillet uden vold, har lidt hurtigere hjerterytme end deltagerne, som spiller et computerspil, der skildrer vold. Ligeledes angiver alle deltagere, om de føler sig stressede inden sengetid, og i den forbindelse fremkalder computerspil, der skildrer vold, signifikant højere stressniveau ved sengetid end computerspil, der ikke skildrer vold, blandt alle deltagerne i studiet.

Opsummering

Samlet set finder studierne, at stresssymptomer målt på flere forskellige måder, herunder kortisolniveau, hjerterytme og selvoplevet stress, påvirkes af digital mediebrug. Resultaterne i studierne er dog lidt modsatrettede i forhold til kortisolniveau, hvilket kan skyldes, at en stigning i kortisolopvågningsrespons er forventelig og sundt, men for høj eller for lav kortisolopvågningsrespons ofte er en proxy for dårligere mental sundhed, herunder stress. Ligeledes er studierne af computerspil og stresssymptomer ikke entydige. Det kunne dog tyde på, at piger i højere grad end drenge bliver påvirket af computerspil, der skildrer vold, og at børn, der ikke er vant til at spille disse computerspil i højere grad, bliver påvirket heraf.

Tværgående temaer i del B: Digital mediebrug, køn og alder

Som i afsnittet *Digital mediebrug, køn og social positionering* i del A finder vi tilsvarende kønsforskelle i sammenhængen mellem digital mediebrug og stressorer, selvoplevet stress og stresssymptomer. Eksempelvis observerer en stor andel af studierne, som belyser sammenhængen mellem digital mediebrug og at sammenligne sig med andre, at pigerne i højere grad end drengene har tendens til at sammenligne sig med andre på sociale medier, og at denne sammenligning påvirker deres kropsfredsheds negativt (Burnette et al., 2017; Kleemans et al., 2018; Tatangelo & Ricciardelli, 2017; J. Veldhuis et al., 2012; Jolanda Veldhuis et al., 2014). Kønsforskelle påvises ligeledes i sammenhængen mellem digital mediebrug og selvoplevet stress, da piger i højere grad end drenge scorer højt i selvoplevet stress (Hawk et al., 2019). I forlængelse heraf finder et studie, at piger dagligt bruger mere tid på sociale medier end drenge (Weinstein, 2017). Derudover finder en undersøgelse af symptomer på online spilafhængighed, at drenge har tendens til lidt flere symptomer end piger (Pontes, 2017), mens et andet studie kommer frem til, at pigers stressniveau i højere grad end drenge påvirkes negativt af at spille voldelige computerspil (Ferguson et al., 2016). I forhold til

sammenhængen mellem digital mediebrug og FOMO finder to af studierne modsatte resultater; ét studie finder, at digital mediebrug og FOMO ikke afhænger af køn (Santana-Vega et al., 2019), mens et andet studie finder, at piger rapporterer højere grad af FOMO end drenge (Franchina et al. 2018).

På tværs af de identificerede studier fremgår det, at det særligt er de større børn og unge (13-15 år), der er blevet undersøgt i forhold til sammenhængen mellem digital mediebrug og stressorer, selvoplevet stress og stresssymptomer. Således har vi blot identificeret et mindre antal studier, der undersøger den yngre aldersgruppe (6-12 år). De aldersforskelle, som observeres i sammenhængen mellem digital mediebrug og stress, er derfor særligt blandt unge i alderen 13-15 år og i flere tilfælde også ældre unge, men hvor gennemsnitsalderen i studiepopulationen er mindre end 15,9 år. Eksempelvis finder et par af studierne, at ældre børn og unge i højere grad sammenligner sig med andre samt er mere utilfredse med deres krop end børn og unge, som er yngre (Mulgrew et al., 2014; J. Veldhuis et al., 2012). Ligeledes scorer de ældre børn og unge også højere i stress (Hawk et al., 2019), og deres brug af internettet til at håndtere problemer er i mindre grad gavnlige for deres stresshåndtering sammenlignet med yngre børn (Duvenage et al., 2020; Hinkley et al., 2017; Rosenkranz et al., 2017). Omvendt finder to af studierne, at sammenhængen mellem digital mediebrug og FOMO ikke er påvirket af alder (Franchina et al. 2018; Santana-Vega et al., 2019).

Diskussion

Formålet med denne rapport er at undersøge betydningen af digitalt mediebrug for henholdsvis sociale relationer og fællesskaber (del A) og stress (del B) blandt børn og unge. Der er tale om to separate litteraturgennemgange, som er blevet gennemført parallelt med henblik på efterfølgende at identificere tværgående temaer. Dette er sket ud fra en formodning om, at det blandt andet er børn og unges sociale interaktion online, der kan give en oplevelse af stress. Overordnet kan vi sige, at denne sammenhæng er til stede i et vist omfang, men primært hos de ældste børn og unge, hvor mobning og stress er et gennemgående tema. Desuden er der stor forskel på de sociale relationer, der beskrives hos de yngste og de lidt ældre børn. Hos de yngste har forskningen først og fremmest vægt på relationen til forældrene, og hos de lidt ældre har forskningen vægt på venner og social omgangskreds på tværs af offline og online sammenhænge.

I dette kapitel vil vi først sammenfatte resultaterne af de to litteraturgennemgange enkeltvis. Derefter vil vi diskutere nogle af de temaer, der går på tværs af de to litteraturgennemgange, og som blandt andet kan belyse de formodede sammenhænge mellem digital mediebrug, sociale relationer, fællesskaber og stress. Endelig vil vi præsentere de metodiske og konceptuelle problemstillinger, som vi er stødt på i processen, og som giver anledning til en række anbefalinger vedrørende fremtidig forskning på området.

Sammenfatning af del A

For de yngste børns vedkommende peger de undersøgte studier ikke på en entydig effekt af digital mediebrug. Både forældrenes og børnenes individuelle mediebrug kan svække kontakten og kommunikationen, særligt hos de yngste. Omvendt kan særligt fælles mediebrug, det vil sige mediebrug, hvor forældre og børn er sammen om aktiviteten, styrke relationerne og følelserne af forbundethed mellem forældre og børn. Brugen af digitale medier kan dog også udløse konflikter og spændinger i familien, og de kan være et middel til frigørelse for de unge, der er i gang med at frigøre sig fra familien. Tilsvarende synes mediebrugen at have både positiv og negativ indflydelse på den sociale trivsel. Digital mediebrug kan støtte venskaber og sociale relationer, omend det er væsentligt at skelne mellem vedligeholdelsen af eksisterende relationer og etablering af nye, såvel som mellem nære relationer og en bredere social omgangskreds. Således synes den digitale mediebrug også at indgå i et løbende spil om popularitet og social positionering i relation til en bredere social omgangskreds. Mobning er et centralt tema den inkluderede litteratur, og her kan vi først og fremmest se, at online og offline mobning optræder samtidig, mens årsagssammenhængen ikke er entydig. Desuden er popularitet og social positionering også et gennemgående tema i denne del af forskningslitteraturen, og flere studier påviser en sammenhæng mellem popularitet og social aggression online, ligesom centralisering af sociale relationer og lav klyngedannelse i et netværk synes at hænge sammen med mere mobning online. Køn er en helt afgørende faktor på tværs af den fundne forskningslitteratur i del A. Der er store forskelle i pigers og drenges foretrukne medier, hvor drenge i højere grad spiller computerspil, og piger i højere grad er på sociale medier. Desuden er kønsnormer afgørende for den måde, piger og drenge kommunikerer og positionerer sig på: Der er forskellige forventninger til, hvordan en pige eller en dreng bør opføre sig i online fællesskaber. Endelig udgør gamerne en særlig gruppe i den forstand, at gaming forbindes med dårligere social trivsel, færre sociale relationer og mere mobning. Samtidig synes computerspil dog også at være en central faktor i opretholdelse

af venskaber og er en central platform for især drengenes sociale samvær (se dog afsnit om kausalitet i metodediskussion).

Sammenfatning af del B

Overordnet set peger de inkluderede studier på, at der er en sammenhæng mellem forskellige typer af digital mediebrug og stress, som her i rapporten både inkluderer tre potentielle stressorer (FOMO, længslen efter at høre til og at sammenligne sig med andre), selvoplevet stress og stresssymptomer. Der er identificeret mest litteratur blandt den ældre målgruppe, hvorfor resultaterne i del B primært kan sige noget om digital mediebrug og stress blandt større børn og unge mellem 13 og 15 år.

De identificerede studier om potentielle stressorer peger samlet på, at et øget brug af digitale medier – for eksempel øget hyppighed, varighed, antal venner og konti – hænger sammen med alle tre potentielle stressorer: FOMO, tendensen til at sammenligne sig med andre og ønsket om at høre til. De inkluderede studier, som belyser sammenhængen mellem digitalt mediebrug og FOMO, peger på, at jo flere aktive konti på sociale medier og jo hyppigere aktivitet (fx tjekke konti, indgå i online interaktioner), jo mere problematisk brug, samt jo flere timer på sociale medier, jo højere grad af FOMO oplever børn og unge. Studierne viser også, at digitale medier øger muligheden for, at børn og unge kan være i kontakt og skabe relationer, men at disse muligheder samtidig skaber en forventning om at være tilgængelig, at man skal svare hurtigt, hvilket forstærker følelsen af FOMO. Litteraturgennemgangen viser også, at digitalt mediebrug forstærker børn og unges muligheder for interaktion og derfor også tendens til at sammenligne sig med andre. Det tyder for eksempel på, at børn og unge med et højt digitalt mediebrug (målt ved fx antal sociale medier brugt dagligt, tiden på at søge inspiration mv.) i højere grad sammenligner sig med andre end børn og unge med et lavere forbrug. Muligheden for at sammenligne sig med andre bliver fremhævet som en motivationsfaktor for digital mediebrug, men omvendt fremhæves det også som en kilde til frygten for andres negative bedømmelser eller manglende anerkendelse. Flere studier peger på, at børn og unges tendens til at sammenligne sig med andre er central i sammenhængen mellem digitalt mediebrug og negativ kropstilfredshed – særligt blandt piger. Enkelte studier peger på, at det for eksempel kan skyldes, at det indhold og de personer, børn og unge sammenligner sig med, er med til at sætte standarden for, hvad særligt piger oplever som det normale, og at denne standard har betydning for, hvordan de tænker om deres kroppe. Kun få studier belyser, hvordan digitalt mediebrug hænger sammen med de 6-15-åriges ønske om at høre til. Disse enkelte studier peger på, at eksklusion fra computerspil har en negativ betydning for følelsen af at høre til.

De inkluderede studier, som undersøger sammenhængen mellem digitalt mediebrug og selvoplevet stress, peger samlet set på, at flere forskellige typer af digitalt mediebrug (fx afhængighed af spil, typen af sociale medie, hyppighed og tid på sociale medier/internettet, mindre søvn pga. skærmtid osv.) øger risikoen for, at børn og unge føler sig stressede. Manglende adgang til sin telefon eller følelsen af at skulle være tilgængelig hele tiden, tyder på at være centrale forhold – særligt blandt piger og blandt de ældre børn og unge. Særligt forventningen om hele tiden at være tilgængelig på de digitale medier synes at påvirke børn og unge og øge følelsen af stress og frustration men samtidig også frygten for at blive ignoreret i offline relationer og fællesskaber. Online mobning ser på tværs af flere studier ud til at være central i sammenhængen mellem digital mediebrug og selvoplevet stress. Derudover peger fund fra enkelte studier på, at nogle børn og unge bruger digitale medier som en måde at håndtere stress, og at dette kan have forskellig betydning afhængig af alder; hvor den yngre aldersgruppe oplever gavnlige effekter af at bruge digitale medier til stresshåndtering, synes digitale medier ikke at være gavnlige for stresshåndtering blandt ældre børn og unge.

En mindre gruppe studier undersøger sammenhængen mellem digitalt mediebrug og stresssymptomer, og denne forskning peger på, at et højt forbrug af digitale medier (fx høj skærmtid, hyppig brug af Facebook, stort digitalt netværk mv.) øger børn og unges risiko for at opleve stresssymptomer. En del studier viser, at digitale mediebrug blandt børn og unge påvirker kortisolniveauet u hensigtsmæssigt og enkelte peger også på, at det kan øge forekomsten af stresssymptomer som for eksempel træthed, mangel på koncentration og hovedpine.

Køn fremstår som et gennemgående tema på tværs af størstedelen af de inkluderede studier, og det tyder på, at digitalt mediebrug har de største negative implikationer for piger. For eksempel peger studierne på, at det i højere grad er piger end drenge, som sammenligner sig negativt med andre. Derudover sammenligner piger sig oftere med hinanden omkring udseende og drenge oftere om egenskaber/præstationer, hvilket ser ud til at øge pigernes følelser af stress i højere grad end drenge. Samtidig tegner der sig et mønster i, at større børn og unge i højere grad end mindre børn oplever et højere stressniveau ved brug af digitale medier.

Tværgående temaer

Det er især blandt de 13-15-årige, at temaerne går på tværs af de to litteraturgennemgange. For eksempel fokuserer hovedparten af forskningslitteraturen vedrørende mobning og stress på denne aldersgruppe. I litteraturgennemgangen der fokuserer på sociale relationer og fællesskaber, synes navnlig spørgsmålet om social positionering og popularitet at binde forskningen vedrørende børn og unges online interaktion og forskningen vedrørende online mobning sammen. Social positionering og popularitet spiller ind på de ældre børns mediebrug. Nogle af studierne peger for eksempel på, hvordan de sociale medier bruges til at synliggøre sig og positionere sig i forhold til en bredere omgangskreds af venner og bekendte. Samtidig er popularitet og social positionering et væsentligt tema inden for forskningen i online mobning. For eksempel finder flere studier en sammenhæng mellem en høj grad af popularitet og mobning, og andre studier finder en sammenhæng mellem skoleklassers sociale netværk og forekomsten af mobning på den måde, at skoleklasser, hvor de sociale forbindelser koncentrerer sig om nogle få individer, oplever mere mobning. I den litteraturgennemgang, der fokuserer på stress, optræder en række temaer, der synes at afspejle dette spil om social positionering og popularitet, herunder at sammenligne sig med andre og FOMO, der på forskellig vis kan associeres med oplevelsen af stress. At sammenligne sig med andre og FOMO, det vil sige den løbende måling af sig selv op mod andre og frygten for at gå glip af noget, kan tolkes som et produkt af den sociale positionering og som en af de måder, digital mediebrug kan forårsage stress. Denne sammenhæng adresseres dog ikke direkte i nogle af studierne, og det vil kræve opfølgende undersøgelser at afgøre om denne tolkning er korrekt. Derudover kan mobning i sig selv ses som en årsag til oplevelsen af stress. På den måde kan popularitet og social positionering ses som et af de gennemgående temaer, der kæder online deltagelse, mobning og stress sammen. Dette understøttes af dansk forskning i mobning (Søndergaard & Kofoed, 2012), der netop beskriver mobning som et resultat af "sociale processer på afveje" (i modsætning til for eksempel onde individer), der i bund og grund er drevet af den enkeltes angst for at blive lukket uden for fællesskabet.

Derudover peger resultaterne fra begge litteraturgennemgange på, at køn spiller en helt afgørende rolle. Køn er en afgørende faktor i netværksdannelsen, og kønsidentiteter er et centralt aspekt af popularitet og social positionering. Piger synes at være særligt udsatte i dette spil, i særdeleshed når der er tale om seksualiseret kønsidentitet, og det er også blandt pigerne, at sammenhængen mellem digitalt mediebrug og stress ser ud til at være stærkest. Omvendt er drengene overrepræsenteret inden for gaming, og i det omfang gaming giver anledning til problemer i form af for eksempel dårlig social trivsel eller social isolation, er det drengene, der har problemet.

Alder er et andet centralt tværgående tema i den forstand, at de problematiske aspekter af den digitale mediebrug synes at være større for de lidt ældre børn. For eksempel adresserer stort set alle artikler vedrørende mobning de lidt ældre børn, mens dette ikke er et gennemgående tema i de artikler, der beskæftiger sig med de yngre børn. Den samme tendens gælder for temaerne omkring digitalt mediebrug og stress, hvor sammenhængen synes at blive stærkere, jo ældre børnene bliver.

Det er dog svært at afgøre, om dette mønster rent faktisk skyldes forskellig adfærd i forskellige aldersgrupper, eller om det blot skyldes, at der er mere litteratur omkring de lidt ældre børn, fordi det er lettere at få adgang til at lave undersøgelser med dem.

Det er karakteristisk for alle de tværgående temaer, vi har identificeret, at de beskriver processer der også eksisterer forud for og sideløbende med digital mediebrug i fysiske fællesskaber. Det vil sige, mobning, frygten for at føle sig udenfor og frygten for ikke at være lige så god som andre, eksisterede også før digitale medier blev en del af børn og unges sociale liv. Imidlertid peger nogle af de fundne studier på, at sociale medier kan være med til at forstærke disse processer, for eksempel ved at synliggøre kampen om popularitet og social position og gøre den mere allestedsnærværende i børn og unges hverdag, hvorved disse processer accelererer. Endvidere peger nogle af studierne omkring mobning på, at voksne i mindre grad træder til og håndterer situationen, når mobningen foregår online, hvilke også kan være medvirkende til, at online mobning eskaleres og forårsager social mistro og stress.

Metodiske overvejelser

En styrke ved disse systematiske litteraturgennemgange er, at vi har kvalitetsvurderet de identificerede studier med validerede og standardiserede vurderingsværktøj til kvalitative og kvantitative studier (Critical Appraisal Skills Programme, 2018; Effective Public Health Practice Project, 1998). Den valgte ramme for kvalitetsvurdering af kvantitative studier har dog vist sig at give visse udfordringer, fordi den i kraft af sin forankring i det sundhedsvidenskabelige felt måler alle studiedesigns op imod det kontrollerede, randomiserede forsøg som det altovervejende ideal. Det betyder, at for eksempel netværksanalyser, felteksperimenter eller mixed methods-baserede studiedesigns vurderes som svage alene i kraft af deres design, uanset om der er tale om et godt eller et dårligt gennemført studie. På baggrund af indgående drøftelser af denne problematik har vi dog valgt at fastholde den valgte ramme for kvalitetsvurdering, så alle studier er blevet vurderet ud fra samme kriterier. Det betyder, at nogle af studierne i den vedhæftede kvalitetsvurdering er vurderet som svage, selvom de i praksis kan bidrage med robuste og velunderbyggede analyser og konklusioner. I forbindelse med fremtidige projekter, hvor resultater skal sammenlignes på tværs af faglige discipliner, kan man overveje, om kvalitetsvurderingen kan gribes an på anden vis. Andre metodiske problematikker, som bør nævnes, drejer sig især om studiepopulationen, typen af studier, konceptualisering af begreberne sociale relationer, fællesskab, digitalt mediebrug og stress samt målemetoder.

En første væsentlig begrænsning ved dette litteraturstudie relaterer sig til mængden af inkluderet litteratur i undersøgelsespopulationen af børn og unge, som er defineret ved 0-15 år for del A og 6-15 år for del B. I gennemgangen af litteraturen er det blevet tydeligt, at langt størstedelen af litteraturen findes blandt de større børn og blandt unge, hvilket begrænser vores mulighed for at sige noget om sammenhængen mellem digital mediebrug og sociale relationer, fællesskaber og stress blandt de mindre børn. For eksempel belyser ingen af de identificerede studier sammenhængen mellem digital mediebrug og FOMO blandt den yngre aldersgruppe. Over halvdelen af studierne i del A og størstedelen af studierne i del B adresserer de større børn og unge.

Andre begrænsninger ved litteraturgennemgangene knytter sig til de inkluderede studiers design. For eksempel er langt de fleste studier tværsnitstudier, hvilket gør det svært at sige noget om årsagssammenhænge. Det kan være, at børn og unge, som føler sig meget stressede, har større tendens til at være meget på de sociale medier og have et højt digitalt medieforbrug for at skabe ro og stress af. Men det kan også være, at et højt mediebrug gør, at børn og unge føler sig mere stressede. Kausaliteten i disse sammenhænge er uklar. Det er for eksempel svært at sige om computerspil forårsager sociale problemer, eller om børn, der oplever sociale problemer, er mere tilbøjelige til at spille meget. Ligeledes har vi haft fokus på at belyse, hvordan digitalt mediebrug påvirker børn og unges FOMO, men flere af de inkluderede studier har fokus på, hvordan børn og unges FOMO påvirker deres digitale mediebrug for eksempel (Holly Scott & Woods, 2018). Tilsvarende gør sig gældende for sammenhængen mellem digital mediebrug og sociale relationer og mellem popularitet og mobning. Vi kan således primært sige noget om, hvorvidt forskellige forhold er associeret med hinanden, og meget lidt om hvordan de forskellige faktorer påvirker hinanden. Man må dog formode, at flere af sammenhængene går begge veje (Rousseau et al., 2017). En yderligere begrænsning ved litteraturgennemgangen, som knytter sig til de inkluderede artiklers design, er, at flere af studierne er vurderet med lav kvalitet. Det skyldes ikke kun de før nævnte udfordringer med at kvalitetsvurdere mixed methods studier, netværksanalyser etc., men også, at mange studier er tværsnitstudier, har mangelfuld metodebeskrivelse, små populationer og utilstrækkelig kontrol for confounding. Desuden er der i de dele af rapporten, som undersøger sammenhængen mellem digitalt mediebrug og selvoplevet stress samt stresssymptomer, inkluderet ganske få kvalitative studier. Det efterlader et videnshul i forhold til at forstå den kompleksitet og de nuancer, som har betydning for sammenhængene, og som ville kunne supplere resultaterne i denne rapport.

Digitalt mediebrug, sociale relationer, fællesskaber og stress er alle fire omfangsrige forskningsområder og en anden væsentlig begrænsning handler om variationen i måden, hvorpå disse centrale begreber defineres og måles. For eksempel er det tydeligt på tværs af de inkluderede studier, at digitalt mediebrug ikke er en entydig størrelse og kan konceptualiseres og måles på mange forskellige måder. "Skærmtid" kan både dække over kommunikation med venner, tidsfordriv med streaming, praktiske opgaver, lektielæsning og så videre, og det kan måles i tidsforbrug, antal venner oplevede problemer m.m. Hvis vi skal have en dybere forståelse af sammenhængen mellem digitalt mediebrug, sociale relationer og stress, er vi nødt til at kvalificere ikke blot måden, vi måler det på, men også de mange forskellige typer af aktiviteter, der er tale om. Tilsvarende kan siges om sociale relationer, da der ud fra studierne at dømme er stor forskel på, om der er tale om familie, nære venner og den bredere sociale omgangskreds, både hvad angår social trivsel, kvaliteten af relationer, social positionering og mobning. De inkluderede studier definerer og måler således digitalt mediebrug, sociale relationer, fællesskaber og stress på forskellige måder, og der er derfor identificeret sammenhænge, som kun er blevet undersøgt i et enkelt eller meget få studier, hvilket udfordrer muligheden for at drage robuste konklusioner, ligesom denne forskellighed i målemetode komplicerer at sammenligne resultaterne og drage konklusioner på tværs af studierne. Bilag 3 og 4, som samler alle inkluderede studier i oversigtsskemaer, giver et overblik over variationen af definitioner og måling – se for eksempel kolonnerne udfaldsmål og eksponering.

Stresssymptomer er i denne rapport en central del af definitionen af stress. For at lave en meningsfuld og overkommelig afgrænsning af litteraturen til denne rapport blev søgeordene omkring stresssymptomer derfor defineret som for eksempel "stress symptom*", "Psychological stress symptom*", "Physiological stress symptom*" etc. (se bilag 2 med den udfoldede søgestreng). Vi har således valgt ikke at specificere typen af stresssymptomer, da det ville resultere i en for stor mængde studier. Det er således centralt at have sig for øje, at vi på denne måde kan have overset studier, som undersøger sammenhænge mellem digitalt mediebrug og specifikke stresssymptomer som for eksempel hjertebanken, manglende appetit, ængstelighed, hovedpine etc. Hvis man ønsker en mere

nuanceret forståelse af, hvordan digitalt mediebrug kan påvirke børn og unges stresssymptomer, kan fremtidige analyser dykke ned i nogle af disse udvalgte symptomer.

Anbefalinger til fremtidig forskning

Som det er nævnt under litteraturgennemgangenes metodiske begrænsninger, er der stor variation i måden, hvorpå de inkluderede studier definerer og måler digitalt mediebrug, sociale relationer, fællesskaber og stress. Der er derfor identificeret sammenhænge, som kun er blevet undersøgt i et enkelt eller meget få studier, hvilket udfordrer muligheden for at drage robuste konklusioner. Formålet med denne litteraturgennemgang har været at kortlægge eksisterende viden om, hvilken betydning digitalt mediebrug har for børn og unges sociale relationer, fællesskaber og stress - viden som Sundhedsstyrelsen skal bruge til at kvalificere fremtidige anbefalinger på området. For at kunne understøtte og præcisere anbefalingerne på dette område i fremtiden vil det derfor være en styrke med yderligere forskning på området, så vi med større sikkerhed og mere nuanceret kan sige noget om sammenhængene og for eksempel hvilken betydning, særlige forhold ved børn og unges digitale mediebrug – for eksempel typen af kommunikationsteknologi eller tjeneste, hyppighed, varighed, formål med brug, interaktion med relationer med mere – har for henholdsvis sociale relationer, fællesskaber og stress.

I del A henvises til en række rapporter fra Norge og Sverige, der løbende monitorerer udviklingen i børn og unges mediebrug. I Norge dokumenterer Medietilsynet for eksempel i årlige rapporter udviklingen i børn og unges brug af digitale medier samt forældrenes opfattelser af dette (Medietilsynet & Ipsos MMI, 2014a, 2014b; Medietilsynet & Sentio Research, 2010, 2012a, 2012b, 2016a, 2016b, 2018a, 2018b, 2020), hvilket gør det muligt at sammenligne udviklingen i eksempelvis digital mobning, uenigheder om mediebrug i familierne m.m. over tid. I Sverige dokumenterer Statens Medieråd på tilsvarende måde udviklingen i mediebrugen set fra såvel et børne- som et forældreperspektiv (Statens Medieråd, 2013a, 2013b, 2015a, 2015b, 2017a, 2017b, 2019a, 2019b), hvilket gør det muligt at sammenligne eksempelvis tidsforbrug på forskellige former for medier over tid. Det vil være en styrke for både forskningen og mulighederne for at komme med anbefalinger, hvis der i Danmark var en tilsvarende monitorering af området.

Vi har inddraget alle studier uanset kvalitet. I fremtiden er der brug for flere studier af høj kvalitet, herunder for eksempel studier med præcise og gennemsigtige metode- og analysebeskrivelser, samt studier der er mere velegnet til at belyse årsagssammenhænge. Sidstnævnte kunne for eksempel være randomiserede kontrollerede studier eller kohortestudier med en længere opfølgningsperiode, som tager udgangspunkt i større populationer.

Der er desuden behov for studier, der opererer med en mere nuanceret forståelse af digital mediebrug og af sociale relationer med henblik på at etablere en dybere forståelse af de årsagssammenhænge, der identificeres. I den gennemgåede litteratur kan vi for eksempel se, at måden, medier bruges på, er afgørende for små børns indlæring, ligesom en række studier indikerer, at der er forskel på, om man bruger medierne til at kommunikere med nære venner eller til at positionere sig i relation til en bredere omgangskreds. Således kan digital mediebrug bidrage positivt til venskabskvalitet samtidig med, at det bidrager negativt gennem oplevelsen af stress i relation til social positionering. Fremtidige studier kan med fordel kvalificere både mediebrug og sociale relationer med henblik på at uddybe og teste dette.

Denne rapport har inkluderet litteratur om børn og unge op til 15 år. En stor del af den litteratur, som blev ekskluderet fra rapporten, blev sorteret fra, fordi populationen var over 15 år. Da gruppen "børn og unge" i mange sammenhænge også kan inkludere personer op til 18 år eller ældre, kan det i

fremtiden være relevant at se nærmere på litteraturen blandt unge fra 15 år og frem. Her synes at være meget litteratur og således viden at hente, hvis man ønsker at øge og nuancere forståelsen af, hvilken betydning børn og unges digitale mediebrug har for henholdsvis sociale relationer, fællesskaber og stress.

Stress er en type af mistrivsel eller et tegn på dårlig mental sundhed, men hænger stærkt sammen med andre typer af tegn på mistrivsel eller dårlig mental sundhed som for eksempel ensomhed, søvnbesvær, angst og depression, lav livstilfredshed osv. Ved denne litteraturgennemgang er det blevet tydeligt, at der findes meget litteratur, som beskæftiger sig med disse beslægtede områder til stress, og som således belyser, hvordan digitalt mediebrug påvirker andre dimensioner af børn og unges mistrivsel eller dårlige mentale sundhed. Dette kunne også være relevant at belyse yderligere, hvis man ønsker en bredere forståelse af de eventuelle implikationer, digitalt mediebrug kan have for børn og unges generelle mentale sundhed eller trivsel.

Konklusion

På tværs af den identificerede litteratur i nærværende rapport fremgår det, at digital mediebrug på forskellig vis kan forbindes med børn og unges dannelse af sociale relationer og fællesskaber samt deres oplevelse af stress. Hovedparten af den inkluderede litteratur beskæftiger sig med børn og unge i alderen 13-15 år, hvorfor det er for denne aldersgruppe, at evidensen for sammenhængene er mest veldokumenteret. I forlængelse heraf er det dog vigtigt at fremhæve, at de fundne studier har en del metodiske begrænsninger, og derfor skal de nøjagtige effekter af digital mediebrug anvendes med forsigtighed. Den store mængde tværnsnitstudier gør det vanskeligt at udtale sig om egentlige årsagssammenhænge, ligesom både mediebrug, sociale relationer og stress måles på mange forskellige måder. En væsentlig konklusion af denne litteraturgennemgang er derfor, at der er behov for mere solide studier om emnet, herunder studier med studiedesigns, metoder og måleredskaber, der gør det muligt at påvise årsagssammenhænge og differentiere mellem for eksempel forskellige typer af mediebrug (udover 'skærmtid') og forskellige typer af sociale relationer. Der er endvidere behov for at få afdækket betydningen af digital mediebrug hos de yngre aldersgrupper. På trods af disse begrænsninger, kan der på baggrund af nærværende litteraturgennemgang drages vigtige konklusioner.

På baggrund af litteraturgennemgangen er der områder omkring digital mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt børn og unge, som er særligt fremtrædende, og derfor fremadrettet kan bruges som opmærksomhedspunkter. Hvad de yngre børn angår, peger de fundne studier på, at børn og forældres individuelle mediebrug kan påvirke forældre-barn relationen negativt, mens fælles mediebrug kan øge tilknytningen forældre og børn imellem, også hos de lidt ældre børn. Hvad de lidt ældre børn angår peger en stor andel af studierne endvidere på, at digital mediebrug understøtter venskaber i børn og unges hverdag, samtidig med at de indgår i en løbende social positionering i forhold til en bredere social omgangskreds af bekendte. Studier, der fokuserer på den førstnævnte del, finder flere positive effekter, mens studier, der fokuserer på den anden del, finder flere negative effekter. Dette indikerer, at typen af social relation er afgørende for, om digital mediebrug har en positiv eller en negativ betydning, hvilket bør adresseres og efterprøves i fremtidig forskning. Endvidere indgår spørgsmålet om popularitet og sociale positioner som et centralt tema i forskningen omkring online mobning, der også er fremtrædende i forhold til digital mediebrugs betydning for selvoplevet stress blandt børn og unge. Her peger den fundne litteratur endvidere på, at unges aktivitet (antal aktive konti, antal timer m.v.) på digitale medier hænger sammen med en øget følelse af FOMO. Derudover peger litteraturen på, at digital mediebrug kan associeres med en øget tendens til, at børn og unge sammenligner sig med andre, og at de oplever lavere kropstilfredshed – særligt blandt pigerne. Ligeledes peger en stor gruppe af studier på, at oplevelsen af afhængighed

af digitale medier og mængden af tid anvendt på digitale medier øger risikoen for at børn og unge føler sig stressede eller oplever stresssymptomer, for eksempel forhøjet kortisolniveau, hjertebanken eller koncentrationsbesvær.

Der er som nævnt behov for opfølgende forskning på området, der kan afgøre med større tydelighed, hvad der forårsager hvad i disse sammenhænge. Endvidere kan vi konstatere, at der i norsk og svensk kontekst foretages en systematisk og løbende monitorering af børn og unges digitale mediebrug i form af Medietilsynets og Medierådets rapporteringer, der er blevet foretaget hvert andet år i over ti år, og som gør det muligt at identificere centrale tendenser over tid. Et sådant, mere systematisk vidensgrundlag vil også kunne understøtte en udviklingen af mere robuste anbefalinger til danske forældre vedrørende deres børn digitale mediebrug, sociale relationer, fællesskaber og stress.

Ordliste

Digital mediebrug: Omfatter en bred vifte af kommunikationsteknologier og tjenester, der tilgås via mobiltelefoner, tablets og computere, som for eksempel sms'er, beskedtjenester, videotjenester og sociale netværkssider. Vi har inkluderet platforme (for eksempel "computer", "smartphone"), konkrete tjenester (for eksempel "Facebook", "Snapchat") og bredere betegnelser (for eksempel "internet") og har afgrænset os til et brugsperspektiv på disse kommunikationsteknologier. Det vil sige, at vi har fokuseret på de studier, som undersøger selve brugen, for eksempel gennem hyppighed og varighed, antal venner social netværksdannelse, formål med brug og fokus for brug.

Effektmodifikation/interaktion: Effekten af en eksponering (for eksempel digital mediebrug) på et givent udfald (for eksempel stress) afhænger af en tredje faktor (for eksempel køn).

Fear of missing out (FOMO): Bekymringen for at gå glip af noget vigtigt på nettet eller de sociale medier.

Interventionsundersøgelse: Ved en interventionsundersøgelse studeres effekten af en bestemt indsats (intervention), som er kontrolleret af forskeren. Det kunne for eksempel være en indsats mod at forebygge skærmtid, og udfaldet kunne i så fald være, om man er mindre stressede, efter at man har deltaget i indsatsen. Fordeles eksponeringen tilfældigt efter et lodtrækningsprincip, taler man om en eksperimentel, randomiseret undersøgelse.

Kohortestudie: Undersøgelse, hvor en gruppe individer studeres over tid. Man kan derved vurdere fremtidig risiko for et givent udfald. Ved studiets afslutning sammenlignes forekomsten af et givent udfald i befolkningsgruppen, for eksempel stress eller fællesskaber, med og uden den givne eksponering, for eksempel antallet af aktive konti på sociale medier.

Kortisolniveau: Kortisol er et af kroppens vigtigste stresshormoner og spiller en central rolle i vores stressrespons. Hormonet bliver udskilt af binyrerne, når vi for eksempel føler os pressede. I akutte kortvarige situationer kan det hjælpe os til at præstere både fysisk og mentalt, men for meget kortisol i længere tid er skadeligt for kroppen og kan føre til egentlig sygdom.

Kvasi-eksperimentelt studie: Dækker over flere typer design, såsom naturlige eksperimenter, matching og propensity score matching. Det indebærer ligesom RCT-studier typisk en indsats- og kontrolgruppe. Til forskel fra RCT-studier er allokeringen af deltagerne i grupperne tilfældig og dermed ikke randomiseret.

Longing for belonging: Længsel efter at høre til.

Metaanalyser: En statistisk beregning af resultaterne fra studier, som anvender bestemte statistiske metoder til at akkumulere kvantitative data. Det kunne for eksempel være effektmålinger fra flere videnskabelige studier, så man får et samlet gennemsnit af de sammenlignede studiers resultater.

Mixed methods-studie: Undersøgelse, der kombinerer kvantitative og kvalitative data af det samme fænomen, for eksempel sociale relationer, for at give en så omfattende og præcis beskrivelse af fænomenet som muligt.

Odds-ratio (OR): Et ofte anvendt udtryk for forekomsten af et fænomen i en given gruppe sammenlignet med forekomsten i en kontrolgruppe. Hvis OR for en given gruppe er større end 1, er der flere med dette fænomen end i kontrolgruppen. Hvis OR er mindre end 1, er der færre med dette fænomen.

Prævalensstudier: Undersøgelser, der ser på antallet af cases med for eksempel stress på et givet tidspunkt i en afgrænset befolkning, for eksempel børn og unge i alderen 6-15 år.

Randomiserede kontrollerede studier (RCT): Undersøgelse, hvor forsøgspersonerne inddeles i mindst én indsats- og kontrolgruppe. Indsatsgruppen modtager den indsats, som studiet undersøger effekten af. Kontrolgruppen modtager ingen indsats og fortsætter typisk med den gængse praksis på området. Kontrolgruppen fungerer således som et sammenligningsgrundlag, som resultaterne i indsatsgruppen kan holdes op imod. Herved kan effekten af en indsats vurderes.

Statistisk signifikant: Ved hjælp af beregninger kan man vurdere, om et resultat er statistisk signifikant. Det betyder, at en observeret sammenhæng sandsynligvis ikke skyldes tilfældig variation, men afspejler en reel forskel imellem grupperne. Denne sandsynlighed angives normalt ved en p-værdi eller et konfidensinterval.

Selvoplevet stress: Individets vurdering af om der er ubalance imellem omgivelsernes krav og dets egne ressourcer til at håndtere disse krav. Der er således fokus på individets egen oplevelse af, hvorvidt en given situation opleves som stressende eller ej.

Social comparison: Tendensen til at sammenligne sig med andre.

Social aggression: Aggression, som kommer til udtryk gennem verbal eller social adfærd. Social aggression kan for eksempel komme til udtryk gennem nedsættende eller truende kommentarer, enten i direkte samtale eller via tekst.

Sociale relationer/fællesskab: Definitionen på sociale relationer og fællesskaber afhænger af den teoretiske ramme, man tager udgangspunkt i.

Stress: En kort- eller længerevarende tilstand karakteriseret ved anspændthed og ulyst. Følelsen af stress kan opstå, når der ikke er balance mellem de krav, der stilles til os fra omverdenen eller os selv, og de ressourcer, som vi oplever at have til rådighed til at håndtere disse krav. Kortvarig stress er en naturlig reaktion og et livsvilkår, der hjælper os til at handle i krævende situationer og er ikke en belastning, man bliver syg af. Længerevarende stress kan derimod føre til alvorlige fysiske, psykiske og helbredsmæssige konsekvenser.

Stressorer: Belastninger i omgivelserne, der påvirker individet og øger risikoen for, at man føler sig stresset, for eksempel eksamen, mobning eller større livsbegivenheder som skilsmisse, dødsfald eller flytning. Længslen efter at høre til, FOMO og at sammenligne sig med andre kan betragtes som potentielle stressorer, der i særlig grad er relateret til digital mediebrug.

Stresssymptomer: Fysiske (for eksempel hjertebanken, kvalme, svimmelhed, muskelspændinger), psykiske (for eksempel angst, ulyst, nedtrykthed) og adfærdsmæssige (for eksempel søvnbesvær, social isolation, øget indtag af alkohol og cigaretter) reaktioner, der opstår som følge af stressbelastninger.

Systematisk review (systematisk litteraturgennemgang): En opsummering af resultaterne af artikler inden for et specificeret felt. Under udarbejdelsen af et systematisk review gennemføres

systematiske databasesøgninger efter artikler inden for samme emne, her søvn og digitale enheder, og der foretages en kritisk vurdering af kvaliteten af de identificerede studier. Det systematiske review afsluttes med en vurdering af det samlede dokumentationsgrundlag for, om en bestemt eksponering eller intervention har en effekt.

Tværsnitsundersøgelse: Undersøgelse, hvor man kigger på eksponering (fx digital mediebrug) og udfald (fx stress eller fællesskaber) på det samme tidspunkt. Denne type af undersøgelse bygger udelukkende på et øjebliksbillede, og der kan ikke siges noget om årsagssammenhænge.

Referencer

- Afifi, T. D., Zamanzadeh, N., Harrison, K., & Acevedo Callejas, M. (2018). WIRED: The impact of media and technology use on stress (cortisol) and inflammation (interleukin IL-6) in fast paced families. *Computers in Human Behavior*, *81*, 265–273. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.010>
- Alim, W., Jønson, L. E., & Eistrup, A. (2017). *Unge erfaringer med digital mobning 2017* (Nr. 4; s. 19). Børnerådet. https://www.boerneraadet.dk/media/217023/BRD_Boerneindblik_Nr4_2017_Mobning_på_digitale_medier_final.pdf
- Alim, W., Kjeldsen, C. M., Nebelong, S., Tvergaard, J. S., Ghaderi, A., & Thorhauge, A. M. (2019). *Skolebørns liv med digitale medier hjemme og i skolen 2019* (s. 135). Børns Vilkår, TrygFonden & Medierådet for Børn og Unge. <https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2019/02/BV-Digital-Dannelse-Del-3.pdf>
- Alim, W., Nebelong, S., Kjeldsen, C. M., Bindslev, M. W., Kristensen, P. M. F., & Johansen, S. L. (2019). *Børnehaverbørns hverdag med digitale medier* (s. 118). Børns Vilkår, TrygFonden & Medierådet for Børn og Unge. <https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2018/12/Digital-Dannelse-Del-1.pdf>
- Ames, H. M., Glenton, C., & Lewin, S. (2017). Parents' and informal caregivers' views and experiences of communication about routine childhood vaccination: A synthesis of qualitative evidence (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews*, *2*(2), 1–121. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011787.pub2>
- Anderson, N. B., Belar, C. D., Breckler, S. J., Nordal, K. C., Ballard, D. W., Bufka, L. F., Bossolo, L., Bethune, S., Brownawell, A., & Wiggins, K. (2014). *Stress in America: Are Teens Adopting Adults' Stress Habits?* (s. 1–38). American Psychological Association. <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2013/stress-report.pdf>
- Antheunis, M. L., Schouten, A. P., & Krahmer, E. (2016). The Role of Social Networking Sites in Early Adolescents' Social Lives. *The Journal of Early Adolescence*, *36*(3), 348–371. <https://doi.org/10.1177/0272431614564060>
- Armijo-Olivo, S., Stiles, C. R., Hagen, N. A., Biondo, P. D., & Cummings, G. G. (2012). Assessment of study quality for systematic reviews: A comparison of the Cochrane Collaboration Risk of Bias Tool and the Effective Public Health Practice Project Quality Assessment Tool: methodological research: Quality assessment for systematic reviews. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, *18*(1), 12–18. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2753.2010.01516.x>
- Aro, H., Hänninen, V., & Paronen, O. (1989). Social support, life events and psychosomatic symptoms among 14–16-year-old adolescents. *Social Science & Medicine*, *29*(9), 1051–1056. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(89\)90015-4](https://doi.org/10.1016/0277-9536(89)90015-4)
- Badaly, D., Kelly, B. M., Schwartz, D., & Dabney-Lieras, K. (2013). Longitudinal Associations of Electronic Aggression and Victimization with Social Standing During Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, *42*(6), 891–904. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9787-2>
- Baiocco, R., Laghi, F., Schneider, B. H., Dalessio, M., Amichai-Hamburger, Y., Coplan, R. J., Koszycki, D., & Flament, M. (2011). Daily Patterns of Communication and Contact Between Italian Early Adolescents and Their Friends. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *14*(7–8), 467–471. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0208>

- Barlińska, J., Szuster, A., & Winiewski, M. (2013). Cyberbullying among Adolescent Bystanders: Role of the Communication Medium, Form of Violence, and Empathy: Cyberbullying among adolescent bystanders. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 23(1), 37–51. <https://doi.org/10.1002/casp.2137>
- Baron, N. S. (2010). *Always on: Language in an online and mobile world*. Oxford University Press.
- Barron, C. (2017). "Where are you, who are you with, what are you doing?" Children's strategies of negotiation and resistance to parental monitoring and surveillance via mobile phones. I E. Taylor & T. Rooney (Red.), *Surveillance Futures: Social and Ethical Implications of New Technologies for Children and Young People* (1. udg., s. 110–121). Routledge.
- Barry, C. T., Briggs, S. M., & Sidoti, C. L. (2019). Adolescent and Parent Reports of Aggression and Victimization on Social Media: Associations With Psychosocial Adjustment. *Journal of Child and Family Studies*, 28(8), 2286–2296. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01445-1>
- Barry, Christopher T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R., & Lindsey, R. A. (2017). Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives. *Journal of Adolescence*, 61, 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.005>
- Bastiaensens, S., Vandebosch, H., Poels, K., Van Cleemput, K., DeSmet, A., & De Bourdeaudhuij, I. (2015). "Can I afford to help?" How affordances of communication modalities guide bystanders' helping intentions towards harassment on social network sites. *Behaviour & Information Technology*, 34(4), 425–435. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2014.983979>
- Beyens, I., & Beullens, K. (2017). Parent–child conflict about children's tablet use: The role of parental mediation. *New Media & Society*, 19(12), 2075–2093. <https://doi.org/10.1177/1461444816655099>
- Birkjær, M., & Kaats, M. (2019a). #StyrPåSoME: Er sociale medier faktisk en trussel for unges trivsel? (s. 7–41). Nordic Council of Ministers. <https://doi.org/10.6027/Nord2019-026>
- Birkjær, M., & Kaats, M. (2019b). #StyrPåSoME: Er sociale medier faktisk en trussel for unges trivsel? (s. 7–41). Nordic Council of Ministers. <https://doi.org/10.6027/Nord2019-026>
- Boers, E., Afzali, M. H., Newton, N., & Conrod, P. (2019). Association of Screen Time and Depression in Adolescence. *JAMA Pediatrics*, 173(9), 853–859. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.1759>
- Borca, G., Bina, M., Keller, P. S., Gilbert, L. R., & Begotti, T. (2015). Internet use and developmental tasks: Adolescents' point of view. *Computers in Human Behavior*, 52, 49–58. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.05.029>
- Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.
- Brooks, T. L., Harris, S. K., Thrall, J. S., & Woods, E. R. (2002). Association of adolescent risk behaviors with mental health symptoms in high school students. *Journal of Adolescent Health*, 31(3), 240–246. [https://doi.org/10.1016/S1054-139X\(02\)00385-3](https://doi.org/10.1016/S1054-139X(02)00385-3)
- Burnette, C., 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>
- Byrne, D. G., Davenport, S. C., & Mazanov, J. (2007). Profiles of adolescent stress: The development of the adolescent stress questionnaire (ASQ). *Journal of Adolescence*, 30(3), 393–416. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2006.04.004>

- Canas, E., Estevez, E., Marzo, J. C., & Piqueras, J. A. (2019). Psychological adjustment in cybervictims and cyberbullies in secondary education. *Anales de Psicología*, 35(3), 434–443. <https://doi.org/10.6018/analesps.35.3.323151>
- Cernikova, M., Dedkova, L., & Smahel, D. (2018). Youth interaction with online strangers: Experiences and reactions to unknown people on the Internet. *Information, Communication & Society*, 21(1), 94–110. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2016.1261169>
- Chayko, M. (2017). *Superconnected: The internet, digital media, and techno-social life*. Sage Publications.
- Clark, L. S. (2013). *The parent app: Understanding families in the digital age*. Oxford University Press.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385. <https://doi.org/10.2307/2136404>
- Courage, M. L., Murphy, A. N., Goulding, S., & Setliff, A. E. (2010). When the television is on: The impact of infant-directed video on 6- and 18-month-olds' attention during toy play and on parent–infant interaction. *Infant Behavior and Development*, 33(2), 176–188. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2009.12.012>
- Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., Day, R. D., Harper, J., & Stockdale, L. (2014). A Friend Request from Dear Old Dad: Associations Between Parent–Child Social Networking and Adolescent Outcomes. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(1), 8–13. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0623>
- Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., Stockdale, L., & Day, R. D. (2011). Game On... Girls: Associations Between Co-playing Video Games and Adolescent Behavioral and Family Outcomes. *Journal of Adolescent Health*, 49(2), 160–165. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.11.249>
- Critical Appraisal Skills Programme. (2018). *CASP Checklist: 10 questions to help you make sense of a Qualitative research*. www.casp-uk.net. <https://casp-uk.net/wp-content/uploads/2018/01/CASP-Qualitative-Checklist-2018.pdf>
- Cross, D., Lester, L., & Barnes, A. (2015). A longitudinal study of the social and emotional predictors and consequences of cyber and traditional bullying victimisation. *International Journal of Public Health*, 60(2), 207–217. <https://doi.org/10.1007/s00038-015-0655-1>
- De Grove, F. (2014). Youth, Friendship, and Gaming: A Network Perspective. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(9), 603–608. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0088>
- De Vriendt, T., Moreno, L. A., & De Henauw, S. (2009). Chronic stress and obesity in adolescents: Scientific evidence and methodological issues for epidemiological research. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 19(7), 511–519. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2009.02.009>
- Deasy, C., Coughlan, B., Pironom, J., Jourdan, D., & Mcnamara, P. M. (2015). Psychological distress and lifestyle of students: Implications for health promotion. *Health Promotion International*, 30(1), 77–87. <https://doi.org/10.1093/heapro/dau086>
- Derogatis, L. R., & Coons, H. L. (1993). Self-report measures of stress. I L. Goldberger & S. Breznitz (Red.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (s. 200–233). Free Press.
- Dewald, J. F., Meijer, A. M., Oort, F. J., Kerkhof, G. A., & Bögels, S. M. (2014). Adolescents' Sleep in Low-Stress and High-Stress (Exam) Times: A Prospective Quasi-Experiment. *Behavioral Sleep Medicine*, 12(6), 493–506. <https://doi.org/10.1080/15402002.2012.670675>
- Due, P., Diderichsen, F., Meilstrup, C., Nordentoft, M., Obel, C., Sandbæk, A., & Nielsen, A. T. (2014). *Børn og Unges Mentale Helbred: Forekomst af psykiske symptomer og lidelser og mulige*

- forebyggelsesindsatser* (s. 1–185). Institut for Folkesundhed - Almen Medicin. https://pure.au.dk/portal/files/81979096/vidensraadforebyggelse_boern_og_unge_mentale_helbred_digital_01_0.pdf
- Duggleby, W., Hicks, D., Nikolaichuk, C., Holtslander, L., Williams, A., Chambers, T., & Eby, J. (2012). Hope, older adults, and chronic illness: A metasynthesis of qualitative research: Hope, older adults, and chronic illness. *Journal of Advanced Nursing*, 68(6), 1211–1223. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2011.05919.x>
- Duvenage, M., Correia, H., Uink, B., Barber, B. L., Donovan, C. L., & Modecki, K. L. (2020). Technology can sting when reality bites: Adolescents' frequent online coping is ineffective with momentary stress. *Computers in Human Behavior*, 102, 248–259. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.024>
- Edwards, S., & Wang, V. (2018). There are two sides to every story: Young people's perspectives of relationship issues on social media and adult responses. *Journal of Youth Studies*, 21(6), 717–732. <https://doi.org/10.1080/13676261.2017.1418083>
- Eek-Karlsson, L. (2019). Between Responsibility and Positioning: A Study About Young People's Interactions in Social Media. *YOUNG*, 27(1), 1–17. <https://doi.org/10.1177/1103308818761413>
- Effective Public Health Practice Project. (1998). *Quality Assessment Tool For Quantitative Studies*. National Collaborating Centre for Methods and Tools. <https://www.nccmt.ca/knowledge-repositories/search/14>
- Enevold, J., Thorhauge, A. M., & Gregersen, A. (Red.). (2018). *What's the problem in problem gaming?* Nordicom, University of Gothenburg.
- Fairlie, R. W., & Kalil, A. (2017). The effects of computers on children's social development and school participation: Evidence from a randomized control experiment. *Economics of Education Review*, 57, 10–19. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2017.01.001>
- Favotto, L., Michaelson, V., & Davison, C. (2017). Perceptions of the influence of computer-mediated communication on the health and well-being of early adolescents. *International journal of qualitative studies on health and well-being*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2017.1335575>
- Feder, G. S., Hutson, M., Ramray, J., & Taket, A. R. (2006). Women Exposed to Intimate Partner Violence: Expectations and Experiences When They Encounter Health Care Professionals: A Meta-analysis of Qualitative Studies. *Archives of Internal Medicine*, 166(1), 22–37. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.1.22>
- Ferguson, C. J., Trigani, B., Pilato, S., Miller, S., Foley, K., & Barr, H. (2016). Violent video games don't increase hostility in teens, but they do stress girls out. *Psychiatric Quarterly*, 87(1), 49–56. <https://doi.org/10.1007/s11126-015-9361-7>
- Foerster, M., Henneke, A., Chetty-Mhlanga, S., & Roosli, M. (2019). Impact of Adolescents' Screen Time and Nocturnal Mobile Phone-Related Awakenings on Sleep and General Health Symptoms: A Prospective Cohort Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph16030518>
- Franchina, V., Abeele, M. V., van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15 (10)(2319). <https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>
- Fredstrom, B. K., Adams, R. E., & Gilman, R. (2011). Electronic and School-Based Victimization: Unique Contexts for Adjustment Difficulties During Adolescence. *J Youth Adolescence*, 40, 405–415. <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9569-7>

- Garaigordobil, M., & Machimbarrena, J. M. (2019). Victimization and Perpetration of Bullying/Cyberbullying: Connections with Emotional and Behavioral Problems and Childhood Stress. *Psychosocial Intervention, 28*(2), 67–73. <https://doi.org/10.5093/pi2019a3>
- Gentile, D. A., Bender, P. K., & Anderson, C. A. (2017). Violent video game effects on salivary cortisol, arousal, and aggressive thoughts in children. *Computers in Human Behavior, 70*, 39–43. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.12.045>
- Gradinger, P., Strohmeier, D., Schiller, E. M., Stefanek, E., & Spiel, C. (2012). Cyber-victimization and popularity in early adolescence: Stability and predictive associations. *European Journal of Developmental Psychology, 9*(2), 228–243. <https://doi.org/10.1080/17405629.2011.643171>
- Granovetter, M. S. (1973). The strength of weak ties. *American Journal of Sociology, 78*(6), 1360–1380.
- Hawk, S. T., van den Eijnden, R., van Lissa, C. J., & ter Bogt, T. F. M. (2019). Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress. *Computers in Human Behavior, 92*, 65–75. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.10.032>
- Heirman, W., Angelopoulos, S., Wegge, D., Vandebosch, H., Eggermont, S., & Walrave, M. (2015). Cyberbullying—Entrenched or Cyberbully-Free Classrooms? A Class Network and Class Composition Approach. *Journal of Computer-Mediated Communication, 20*(3), 260–277. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12111>
- Higgins, J. P. T., Thomas, J., Chandler, J., Cumpston, M., Li, T., Page, M. J., & Welch, V. A. (Red.). (2019). *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions version 6.1* (2. udg.). John Wiley & Sons.
- Hinkley, T., Brown, H., Carson, V., & Teychenne, M. (2018). Cross sectional associations of screen time and outdoor play with social skills in preschool children. *PLOS ONE, 13*(4), e0193700. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0193700>
- Hinkley, T., Timperio, A., Salmon, J., & Hesketh, K. (2017). Does preschool physical activity and electronic media use predict later social and emotional skills at 6 to 8 years? A cohort study. *Journal of Physical Activity & Health, 14*(4), 308–316. <https://doi.org/10.1123/jpah.2015-0700>
- Hokby, S., Hadlaczy, G., Westerlund, J., Wasserman, D., Balazs, J., Germanavicius, A., Machin, N., Meszaros, G., Sarchiapone, M., Varnik, A., Varnik, P., Westerlund, M., & Carli, V. (2016). Are Mental Health Effects of Internet Use Attributable to the Web-Based Content or Perceived Consequences of Usage? A Longitudinal Study of European Adolescents. *Jmir Mental Health, 3*(3). <https://doi.org/10.2196/mental.5925>
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research, 11*(2), 213–218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- Holstein, B., & Rasmussen, M. (2019). Skolebørnsundersøgelsen 2018—Ny indsigt i elevers brug af sociale medier. *Sundhedsvejersken, 41*(5), 22–26.
- Ivarsson, M., Anderson, M., Aring, kerstedt, T., & Lindblad, F. (2013). The Effect of Violent and Nonviolent Video Games on Heart Rate Variability, Sleep, and Emotions in Adolescents With Different Violent Gaming Habits. *Psychosomatic Medicine, 75*(4), 390–396. <https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e3182906a4c>
- Jensen, H. A. R., Davidsen, M., Ekholm, O., & Christensen, A. I. (2018). *Danskernes Sundhed – Den Nationale Sundhedsprofil 2017* (1.0; s. 3–131). Sundhedsstyrelsen. <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2018/~media/73EADC242CDB46BD8ABF9DE895A6132C.ashx>

- Jønson, L. E. (2014). *Familiens økonomi og unges viden om privatliv på nettet 2014* (Nr. 9; s. 9). Børnerådet. https://www.boerneraadet.dk/media/92605/boerneindblik_nr9_ny.pdf
- Jønson, L. E. (2015). *Børneindblik—Analyse notat fra Børnerådet* (Nr. 3; s. 2–13). Børnerådet. https://www.boerneraadet.dk/media/124533/BØRNEINDBLIK_Nr3_15_Unges_medieforbrug_og_trivsel.pdf
- Kennedy, J., & Lynch, H. (2016). A shift from offline to online: Adolescence, the internet and social participation. *Journal of Occupational Science*, 23(2), 156–167. <https://doi.org/10.1080/14427591.2015.1117523>
- Khan, K. S., Kunz, R., Kleijnen, J., & Antes, G. (Red.). (2003). *Systematic Reviews to Support Evidence-based Medicine: How to review and apply findings of healthcare research*. Royal Society of Medicine Press.
- Kim, A. S., & Davis, K. (2017). Tweens' perspectives on their parents' media-related attitudes and rules: An exploratory study in the US. *Journal of Children and Media*, 11(3), 358–366. <https://doi.org/10.1080/17482798.2017.1308399>
- Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I., & Anschutz, 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>
- Knauf, H. (2016). Interlaced social worlds: Exploring the use of social media in the kindergarten. *Early Years*, 36(3), 254–270. <https://doi.org/10.1080/09575146.2016.1147424>
- Kulturstyrelsen. (2015). *Mediernes udvikling i Danmark 2015: Sociale medier. Brug, interesseområder og debatlyst* (s. 1–72). Kulturstyrelsen. https://mediernesudvikling.slks.dk/fileadmin/user_upload/dokumenter/medier/Mediernes_udvikling/2015/Specialrapporter/Sociale_medier/PDF-filer_dokumenter/SPECIALRAPPORT_2015_SOCIALE_MEDIER_ENDELIG.pdf
- Lansu, T. A., van Noorden, T. H., & Deutz, M. H. (2017). How children's victimization relates to distorted versus sensitive social cognition: Perception, mood, and need fulfillment in response to Cyberball inclusion and exclusion. *Journal of Experimental Child Psychology*, 154, 131–145. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2016.10.012>
- Lawrence, S. M. (2018). Preschool Children and iPads: Observations of Social Interactions During Digital Play. *Early Education and Development*, 29(2), 207–228. <https://doi.org/10.1080/10409289.2017.1379303>
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. Springer Publishing Co.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer.
- Levine, D. T., & Stekel, D. J. (2016). So why have you added me? Adolescent girls' technology-mediated attachments and relationships. *Computers in Human Behavior*, 63, 25–34. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.011>
- Li, S., Hietajärvi, L., Palonen, T., Salmela-Aro, K., & Hakkarainen, K. (2017). Adolescents' Social Networks: Exploring Different Patterns of Socio-Digital Participation. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 61(3), 255–274. <https://doi.org/10.1080/00313831.2015.1120236>
- Lindberg, S., & Jønson, L. E. (2015). *Børn og medier 2015* (s. 47). Børnerådets Minibørnepanel. https://www.boerneraadet.dk/media/124065/BRD_Minipanelrapport_Boern_og_Medier.pdf
- Lindberg, S., Jønson, L. E., & Eistrup, A. (2015). *Unge og mobning i det digitale rum 2015* (Nr. 2; s. 9). Børnerådet. https://www.boerneraadet.dk/media/109991/bc398rneindblik_nr215_digital_mobning_cn.pdf

- Ling, R., Baron, N. S., Lenhart, A., & Campbell, S. W. (2014). "Girls Text Really Weird": Gender, Texting and Identity Among Teens. *Journal of Children and Media*, 8(4), 423–439. <https://doi.org/10.1080/17482798.2014.931290>
- Lipu, M., & Siibak, A. (2019). "Take it down!": Estonian parents' and pre-teens' opinions and experiences with sharenting. *Media International Australia*, 170(1), 57–67. <https://doi.org/10.1177/1329878X19828366>
- Maclsaac, S., Kelly, J., & Gray, S. (2018). "She has like 4000 followers!": The celebrification of self within school social networks. *Journal of Youth Studies*, 21(6), 816–835. <https://doi.org/10.1080/13676261.2017.1420764>
- Mascheroni, G., Vincent, J., & Jimenez, E. (2015). "Girls are addicted to likes so they post semi-naked selfies": Peer mediation, normativity and the construction of identity online. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 9(1). <https://doi.org/10.5817/CP2015-1-5>
- McHale, S. M., Blocklin, M. K., Walter, K. N., Davis, K. D., Almeida, D. M., & Klein, L. C. (2012). The role of daily activities in youths' stress physiology. *Journal of Adolescent Health*, 51(6), 623–628. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.03.016>
- McVeigh, J., Smith, A., Howie, E., & Straker, L. (2016). Trajectories of Television Watching from Childhood to Early Adulthood and Their Association with Body Composition and Mental Health Outcomes in Young Adults. *PLoS ONE*, 11(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0152879>
- Medietilsynet, & Ipsos MMI. (2014a). *Barn og medier* (s. 98). Medietilsynet & Ipsos MMI. https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/2015/rapport_barnogmedier_2014.pdf
- Medietilsynet, & Ipsos MMI. (2014b). *Foreldre om småbarns mediebruk 2014* (s. 85). Medietilsynet & Ipsos MMI. https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/2015/rapport_foreldre_sma-barns_mediebruk_2014.pdf
- Medietilsynet, & Sentio Research. (2010). *Barn og digitale medier* (s. 95). Medietilsynet & Sentio Research. <https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2010-barn-og-medier-9---16-ar-hovedrapport.pdf>
- Medietilsynet, & Sentio Research. (2012a). *Barn og medier* (s. 64). Medietilsynet & Sentio Research. <https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2012-barn-og-medier-9---16-ar-hovedrapport.pdf>
- Medietilsynet, & Sentio Research. (2012b). *Småbarn og medier* (s. 51). Medietilsynet & Sentio Research. <https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2012-barn-og-medier-1---12-ar-hovedrapport.pdf>
- Medietilsynet, & Sentio Research. (2016a). *Barn og medier 2016* (s. 85). Medietilsynet & Sentio Research. https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2016_barnogmedier.pdf
- Medietilsynet, & Sentio Research. (2016b). *Foreldre om barn & medier 2016* (s. 78). Medietilsynet & Sentio Research. https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2016_barnogmedier_foreldre.pdf
- Medietilsynet, & Sentio Research. (2018a). *Barn og medier-undersøkelsen 2018* (s. 106). Medietilsynet & Sentio Research. http://www.medienorge.uib.no/files/Eksterne_pub/Barn-og-medier-2018.pdf
- Medietilsynet, & Sentio Research. (2018b). *Foreldre og medier 2018* (s. 78). Medietilsynet & Sentio Research. <https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2018-foreldre-og-medier>

- Medietilsynet, & Sentio Research. (2020). *Barn og medier 2020* (s. 25). Medietilsynet & Sentio Research. https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2020/200211-barn-og-medier-2020-delrapport-1_-februar.pdf
- Mitchell, K. J., Jones, L. M., Turner, H. A., Shattuck, A., & Wolak, J. (2016). The role of technology in peer harassment: Does it amplify harm for youth? *Psychology of Violence, 6*(2), 193–204. <https://doi.org/10.1037/a0039317>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *Annals of Internal Medicine, 151*(4), 264. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-151-4-200908180-00135>
- Morin-Major, J. K., Marin, M. F., Durand, N., Wan, N., Juster, R. P., & Lupien, S. J. (2016). Facebook behaviors associated with diurnal cortisol in adolescents: Is befriending stressful? *Psychoneuroendocrinology, 63*, 238–246. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2015.10.005>
- Mulgrew, K. E., Volcevski-Kostas, D., & Rendell, P. G. (2014). The effect of music video clips on adolescent boys' body image, mood, and schema activation. *Journal of Youth and Adolescence, 43*(1), 92–103. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-9932-6>
- Munn, Z., Peters, M. D. J., Stern, C., Tufanaru, C., McArthur, A., & Aromataris, E. (2018). Systematic review or scoping review? Guidance for authors when choosing between a systematic or scoping review approach. *BMC Medical Research Methodology, 18*(1), 143. <https://doi.org/10.1186/s12874-018-0611-x>
- Myers, L. J., LeWitt, R. B., Gallo, R. E., & Maselli, N. M. (2017). Baby FaceTime: Can toddlers learn from online video chat? *Developmental Science, 20*(4), e12430. <https://doi.org/10.1111/desc.12430>
- Müller, K. W., Wolfling, K., Beutel, M. E., Stark, B., Quiring, O., Aufenanger, S., Schemer, C., Weber, M., & Reinecke, L. (2018). Insights into aspects behind Internet-related disorders in adolescents: The interplay of personality and symptoms of adjustment disorders. *Journal of Adolescent Health, 62*(2), 234–240. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2017.09.011>
- Myruski, S., Gulyayeva, O., Birk, S., Pérez-Edgar, K., Buss, K. A., & Dennis-Tiway, T. A. (2018). Digital disruption? Maternal mobile device use is related to infant social-emotional functioning. *Developmental Science, 21*(4), e12610. <https://doi.org/10.1111/desc.12610>
- Nathanson, A. I., & Rasmussen, E. E. (2011). TV Viewing Compared to Book Reading and Toy Playing Reduces Responsive Maternal Communication with Toddlers and Preschoolers. *Human Communication Research, 37*(4), 465–487. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2011.01413.x>
- Nelson, J. J. (2019). Pass the iPad: Assessing the Relationship between Tech Use during Family Meals and Parental Reports of Closeness to Their Children. *The Sociological Quarterly, 60*(4), 696–715. <https://doi.org/10.1080/00380253.2019.1580548>
- Nesi, J., Widman, L., Choukas-Bradley, S., & Prinstein, M. J. (2017). Technology-Based Communication and the Development of Interpersonal Competencies Within Adolescent Romantic Relationships: A Preliminary Investigation. *Journal of Research on Adolescence, 27*(2), 471–477. <https://doi.org/10.1111/jora.12274>
- Nielsen, L., Vinter-Larsen, M., Nielsen, N. R., & Grønbaek, M. (2007). *Stress blandt unge*. Sundhedsstyrelsen.
- Nielsen, N. R., & Kristensen, T. S. (2007). *Stress i Danmark—Hvad ved vi?* (1.0). Sundhedsstyrelsen.
- Noon, E. J., & Meier, A. (2019). Inspired by friends: Adolescents' network homophily moderates the relationship between social comparison, envy, and inspiration on Instagram. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 22*(12), 787–793. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0412>

- Norhayati, M. N., SURIANTI, S., & Nik Hazlina, N. H. (2015). Metasynthesis: Experiences of Women with Severe Maternal Morbidity and Their Perception of the Quality of Health Care. *PLOS ONE*, *10*(7), e0130452. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0130452>
- Ottosen, M. H., & Andreasen, A. G. (2020). *Børn og unges trivsel og brug af digitale medier—To analysernotater* (Viden til Velfærd, s. 91). Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE). <https://www.vive.dk/media/pure/15089/4329811>
- Pabian, S., Erreygers, S., Vandebosch, H., Van Royen, K., Dare, J., Costello, L., Green, L., Hawk, D., & Cross, D. (2018). “Arguments online, but in school we always act normal”: The embeddedness of early adolescent negative peer interactions within the whole of their offline and online peer interactions. *Children and Youth Services Review*, *86*, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2018.01.007>
- Padilla-Walker, L. M., Coyne, S. M., & Fraser, A. M. (2012). Getting a High-Speed Family Connection: Associations Between Family Media Use and Family Connection. *Family Relations*, *61*(3), 426–440. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2012.00710.x>
- Park, S. (2018). Fomo, Emhemerality, and Online Social Interactions among Young People. *East Asian Science, Technology and Society*, *12*(4), 439–458. <https://doi.org/10.1215/18752160-7218675>
- Pedersen, M. H., Svendsen, A. M. B., Stribæk, K., Kjeldahl, R., & Werner, R. O. (2020). *Krop, køn og digital adfærd: Pres og stress* (s. 3–63). Børns Vilkår & TrygFonden. <https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2020/06/Pres-og-stress-Krop-køn-og-digital-adfærd.pdf>
- Pisinger, V., Thorsted, A., Jezek, A. H., Jørgensen, A., Christensen, A. I., & Thygesen, L. C. (2019). *UNG19: Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelser 2019*. Syddansk Universitet & Statens Institut for Folkesundhed. https://www.sdu.dk/sif/-/media/images/sif/udgivelser/2019/rapport_ung19.pdf
- Pontes, H.M. (2017). Investigating the differential effects of social networking site addiction and Internet gaming disorder on psychological health. *J Behav Addict*, *6*(4), 601–610. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.075>
- Przybylski, A. K., & Mishkin, A. F. (2016). How the quantity and quality of electronic gaming relates to adolescents’ academic engagement and psychosocial adjustment. *Psychology of Popular Media Culture*, *5*(2), 145–156. <https://doi.org/10.1037/ppm0000070>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, *29*(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2019). Digital Screen Time Limits and Young Children’s Psychological Well-Being: Evidence From a Population-Based Study. *Child Development*, *90*(1), e56–e65. <https://doi.org/10.1111/cdev.13007>
- Putnam, R. D. (2000). Bowling Alone: America’s Declining Social Capital. I L. Crothers & C. Lockhart (Red.), *Culture and Politics* (s. 223–234). Palgrave Macmillan US. https://doi.org/10.1007/978-1-349-62397-6_12
- Quinn, S., & Oldmeadow, J. A. (2013). Is the igeneration a “we” generation? Social networking use among 9- to 13-year-olds and belonging. *British Journal of Developmental Psychology*, *31*(1), 136–142. <https://doi.org/10.1111/bjdp.12007>
- Radesky, J. S., Kistin, C. J., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M., Augustyn, M., & Silverstein, M. (2014). Patterns of Mobile Device Use by Caregivers and Children During Meals

in Fast Food Restaurants. *PEDIATRICS*, 133(4), e843–e849. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-3703>

Radesky, J. S., Leung, C., Appugliese, D., Miller, A. L., Lumeng, J. C., & Rosenblum, K. L. (2018). Maternal Mental Representations of the Child and Mobile Phone Use During Parent-Child Mealtimes: *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 39(4), 310–317. <https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000556>

Radesky, J. S., Miller, A. L., Rosenblum, K. L., Appugliese, D., Kaciroti, N., & Lumeng, J. C. (2015). Maternal Mobile Device Use During a Structured Parent–Child Interaction Task. *Academic Pediatrics*, 15(2), 238–244. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2014.10.001>

Rasmussen, M., Kierkegaard, L., Rosenwein, S. V., Holstein, B. E., Damsgaard, M. T., & Due, P. (2019). *Skolebørnsundersøgelsen 2018: Helbred, trivsel og sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige skoleelever i Danmark* (s. 1–141). Statens Institut for Folkesundhed.

Rasmussen, Mette, Meilstrup, C. R., Bendtsen, P., Pedersen, T. P., Nielsen, L., Madsen, K. R., & Holstein, B. E. (2015). Perceived problems with computer gaming and Internet use are associated with poorer social relations in adolescence. *International Journal of Public Health*, 60(2), 179–188. <https://doi.org/10.1007/s00038-014-0633-z>

Rehbein, F., Kleimann, M., & Mossle, T. (2010). Prevalence and risk factors of video game dependency in adolescence: Results of a German nationwide survey. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 13(3), 269–277. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0227>

Rosenkranz, T., Muller, K. W., Dreier, M., Beutel, M. E., & Wolfing, K. (2017). Addictive potential of Internet applications and differential correlates of problematic use in Internet gamers versus generalized Internet users in a representative sample of adolescents. *European Addiction Research*, 23(3), 148–156. <https://doi.org/10.1159/000475984>

Rousseau, A., Eggermont, S., & Frison, E. (2017). The reciprocal and indirect relationships between passive Facebook use, comparison on Facebook, and adolescents’ body dissatisfaction. *Computers in Human Behavior*, 73, 336–344. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.056>

Royal Society for Public Health. (2017). *Status of Mind: Social media and young people’s mental health and wellbeing* (s. 1–32). RSPH. <https://www.issup.net/files/2018-05/%23StatusofMind.pdf>

Rudbeck, C., & Simonsen, N. A. (2016). *Hvordan har du haft det på internettet i dag?* (s. 41). Dansk Center for Undervisningsmiljø. <https://dcum.dk/media/1223/dcum-rapport-digital-mobning.pdf>

Ruggieri, S., Bendixen, M., Gabriel, U., & Alsaker, F. (2013). Cyberball: The impact of ostracism on the well-being of early adolescents. *Swiss Journal of Psychology*, 72(2), 103–109. <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000103>

Sampasa-Kanyinga, H., Goldfield, G. S., Kingsbury, M., Clayborne, Z., & Colman, I. (2020). Social media use and parent–child relationship: A cross-sectional study of adolescents. *Journal of Community Psychology*, 48(3), 793–803. <https://doi.org/10.1002/jcop.22293>

Santana-Vega, L. E., Gomez-Munoz, A. M., & Feliciano-Garcia, L. (2019). Adolescents problematic mobile phone use, Fear of Missing Out and family communication. *Comunicar*, 27(59), 39–47. <https://doi.org/10.3916/C59-2019-04>

Schwartz, D., Kelleghan, A., Malamut, S., Mali, L., Ryjova, Y., Hopmeyer, A., & Luo, T. (2019). Distinct Modalities of Electronic Communication and School Adjustment. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(8), 1452–1468. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01061-8>

Scott, H., Biello, S. M., & Woods, H. C. (2019). Identifying drivers for bedtime social media use despite sleep costs: The adolescent perspective. *Sleep health*, 5(6), 539–545. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2019.07.006>

- Scott, Holly, & Woods, H. C. (2018). Fear of missing out and sleep: Cognitive behavioural factors in adolescents' nighttime social media use. *Journal of Adolescence*, 68, 61–65. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.07.009>
- SDU. (2020). *Systematiske reviews*. sdu.dk. <https://www.sdu.dk/da/bibliotek/forskere/litteraturoegninger+og+reviews/systematiske+reviews>
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. McGraw-Hill Book Company.
- Seo, H., Houston, J., Knight, L. A. T., Kennedy, E. J., & Inghis, A. B. (2014). Teens' social media use and collective action. *New Media & Society*, 16(6), 883–902. <https://doi.org/10.1177/1461444813495162>
- Sheth, C., McGlade, E., & Yurgelun-Todd, D. (2017). Chronic Stress in Adolescents and Its Neurobiological and Psychopathological Consequences: An RDoC Perspective. *Chronic Stress*, 1, 247054701771564. <https://doi.org/10.1177/2470547017715645>
- Sincek, D., Duvnjak, I., & Milic, M. (2017). Psychological outcomes of cyber-violence on victims, perpetrators and perpetrators/victims. *Hrvatska Revija Za Rehabilitacijska Istrazivanja*, 53(2), 98–110. <https://doi.org/10.31299/hrri.53.2.8>
- Skaug, S., Englund, K. T., Saksvik-Lehouillier, I., Lydersen, S., & Wichstrøm, L. (2018). Parent-child interactions during traditional and interactive media settings: A pilot randomized control study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 59(2), 135–145. <https://doi.org/10.1111/sjop.12420>
- Skaug, S., Englund, K. T., & Wichstrøm, L. (2018). Young children's television viewing and the quality of their interactions with parents: A prospective community study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 59(5), 503–510. <https://doi.org/10.1111/sjop.12467>
- Statens Medieråd. (2013a). *Småungar & medier 2012/2013* (s. 50). Statens Medieråd. https://statensmedierad.se/download/18.3d35018c150001239d91a630/1443358045127/Smaungar_och_medier_2013_fullfarg.pdf
- Statens Medieråd. (2013b). *Ungar & medier 2012/2013* (s. 77). Statens Medieråd. https://statensmedierad.se/download/18.3d35018c150001239d91a877/1443358522280/Ungar_och_medier_2013_fullfarg.pdf
- Statens Medieråd. (2015a). *Småungar & medier 2015* (s. 60). Statens Medieråd. <https://statensmedierad.se/download/18.7a953dba14fef1148cf3a0e/1442841273052/Sma-ungar-och-medier-2015.pdf>
- Statens Medieråd. (2015b). *Ungar & medier 2015* (s. 85). Statens Medieråd. <https://statensmedierad.se/download/18.7a953dba14fef1148cf3b32/1442841939189/Ungar-och-medier-2015.pdf>
- Statens Medieråd. (2017a). *Småungar & medier 2017* (s. 68). Statens Medieråd. <https://statensmedierad.se/download/18.30c25b3115c152ee8f82fe95/1495204277588/Småungar%20och%20medier%202017%20tillgänglighetsanpassad.pdf>
- Statens Medieråd. (2017b). *Ungar & medier 2017* (s. 90). Statens Medieråd. <https://statensmedierad.se/download/18.7b0391dc15c38ffbccd9a238/1496243409783/Ungar%20och%20medier%202017.pdf>
- Statens Medieråd. (2019a). *Småungar & medier 2019* (s. 50). Statens Medieråd. <https://statensmedierad.se/download/18.126747f416d00e1ba9469044/1568041712057/Småungar%20och%20medier%202019%20tillgänglighetsanpassad.pdf>
- Statens Medieråd. (2019b). *Ungar & medier 2019* (s. 76). Statens Medieråd. <https://statensmedierad.se/download/18.126747f416d00e1ba946903a/1568041620554/Ungar%20och%20medier%202019%20tillgänglighetsanpassad.pdf>

- Søndergaard, D. M., & Kofoed, J. R. (2012). *Mobning: Sociale processer på afveje*. Hans Reitzel.
- Sørensen, H. (2014). *13-åriges liv på sociale medier 2014* (Nr. 3; s. 6). Børnerådet. <https://www.boerneraadet.dk/media/45316/Boernindblik32014.pdf>
- 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>
- Thorhauge, A. M., & Gregersen, A. (2019). Individual pastime or focused social interaction: Gendered gaming practices among Danish youth. *New Media & Society, 21*(7), 1444–1464. <https://doi.org/10.1177/1461444818823546>
- Thorsen, F., Antonson, C., Sundquist, J., & Sundquist, K. (2016). Perceived Stress and Psychiatric Symptoms in Swedish Upper Secondary School Students. *Journal of Educational and Developmental Psychology, 6*(2), 183. <https://doi.org/10.5539/jedp.v6n2p183>
- Throuvala, M. A., Griffiths, M. D., Rennoldson, M., & Kuss, D. J. (2019). Motivational processes and dysfunctional mechanisms of social media use among adolescents: A qualitative focus group study. *Computers in Human Behavior, 93*, 164–175. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.012>
- Valkenburg, P. M., Koutamanis, M., & Vossen, H. G. M. (2017). The concurrent and longitudinal relationships between adolescents' use of social network sites and their social self-esteem. *Computers in Human Behavior, 76*, 35–41. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.008>
- van Zalk, M. H. W., Zalk, N. V., Kerr, M., & Stattin, H. (2014). Influences Between Online-Exclusive, Conjoint and Offline-Exclusive Friendship Networks: The Moderating Role of Shyness: Online and offline friendships. *European Journal of Personality, 28*(2), 134–146. <https://doi.org/10.1002/per.1895>
- Vannucci, A., & Ohannessian, C. M. (2019). Social Media Use Subgroups Differentially Predict Psychosocial Well-Being During Early Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 48*(8), 1469–1493. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01060-9>
- Veldhuis, J., Konijn, E. A., & Seidell, J. C. (2012). Weight Information Labels on Media Models Reduce Body Dissatisfaction in Adolescent Girls. *Journal of Adolescent Health, 50*(6), 600–606. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2011.10.249>
- Veldhuis, Jolanda, Konijn, E. A., & Seidell, J. C. (2014). Negotiated media effects. Peer feedback modifies effects of media's thin-body ideal on adolescent girls. *Appetite, 73*, 172–182. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.10.023>
- Ventura, A. K., Levy, J., & Sheeper, S. (2019). Maternal digital media use during infant feeding and the quality of feeding interactions. *Appetite, 143*, 104415. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104415>
- Verheijen, G. P., Stoltz, S. E. M. J., van den Berg, Y. H. M., & Cillessen, A. H. N. (2019). The influence of competitive and cooperative video games on behavior during play and friendship quality in adolescence. *Computers in Human Behavior, 91*, 297–304. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.10.023>
- Vollet, J. W., George, M. J., Burnell, K., & Underwood, M. K. (2020). Exploring text messaging as a platform for peer socialization of social aggression. *Developmental Psychology, 56*(1), 138–152. <https://doi.org/10.1037/dev0000848>
- Wallenius, M., Hirvonen, A., Lindholm, H., Rimpela, A., Nygard, C.-H., Saarni, L., & Punamaki, R.-L. (2010). Salivary cortisol in relation to the use of Information and Communication Technology (ICT) in school-aged children. *Psychology, 1*(2), 88–95. <https://doi.org/10.4236/psych.2010.12012>

- Wang, V., & Edwards, S. (2016). Strangers are friends I haven't met yet: A positive approach to young people's use of social media. *Journal of Youth Studies*, 19(9), 1204–1219. <https://doi.org/10.1080/13676261.2016.1154933>
- Warren, R., & Aloia, L. (2018). Parent–Adolescent Communication Via Mobile Devices: Influences on Relational Closeness. *Journal of Family Issues*, 39(15), 3778–3803. <https://doi.org/10.1177/0192513X18793924>
- Weber, M. (2013). Psychosocial Functions of Shared Media use Among German Adolescents. *Journal of Children and Media*, 7(3), 366–382. <https://doi.org/10.1080/17482798.2012.755634>
- Wegge, D., Vandebosch, H., Eggermont, S., & Walrave, M. (2015). The Strong, the Weak, and the Unbalanced: The Link Between Tie Strength and Cyberaggression on a Social Network Site. *Social Science Computer Review*, 33(3), 315–342. <https://doi.org/10.1177/0894439314546729>
- Weinstein, E. (2017). Adolescents' differential responses to social media browsing: Exploring causes and consequences for intervention. *Computers in Human Behavior*, 76, 396–405. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.038>
- Weinstein, E. (2018). The social media see-saw: Positive and negative influences on adolescents' affective well-being. *New Media & Society*, 20(10), 3597–3623. <https://doi.org/10.1177/1461444818755634>
- Wellman, B. (1997). An electronic group is virtually a social network. I S. Kiesler (Red.), *Cultures of the Internet* (s. 179–205). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Williams, K. D., Cheung, C. K., & Choi, W. (2000). Cyberostracism: Effects of being ignored over the Internet. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 748–762.
- Wood, E., Petkovski, M., De Pasquale, D., Gottardo, A., Evans, M. A., & Savage, R. S. (2016). Parent Scaffolding of Young Children When Engaged with Mobile Technology. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00690>
- Xie, W. (2014). Social network site use, mobile personal talk and social capital among teenagers. *Computers in Human Behavior*, 41, 228–235. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.09.042>
- Yuill, N., & Martin, A. F. (2016). Curling Up With a Good E-Book: Mother-Child Shared Story Reading on Screen or Paper Affects Embodied Interaction and Warmth. *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01951>

Bilag 1: Del A søgeprotokol

Med udgangspunkt i de tre blokke, samt i samarbejde med SIF og to forskningsbibliotekarer, er følgende søgeord udvalgt til hhv. blok 1, 2 og 3.

Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
Adolescent	Digital device	Family
Boy	Digital media	Parent
Child	Digital screen	Mother
Girl	Electronic device	Father
Juvenile	Electronic media	Caretaker
Kid	Media device	Sibling
Minor	Portable media	Friend
School child	Portable mobile	Peer
School-aged child	Touch screen device	Peer group
Teen	Cell phone	Social group
Young	Cellular phone	Relation
Youth	Mobile phone	Social
Baby	Smartphone	Togetherness
Babies	Telephone	Network
Infant	Hybrid computer	Community
Newborn	Ipad	Attachment
Preschool child	Tablet computer	Relationship formation
Toddler	Tablet device	Interact
	Television	Social interaction
	TV	Social relationship
	Screen time	Social contact
	Internet media	Social life
	Online media	Social connectedness
	Internet communication	Social connection
	Internet-based communication	Social tie
	Online communication	Loneliness
	Digital communication	Lonely
	Computer mediated communication	Play
	Video game	Bully
	Computer Game	FOMO
	Gaming	Wellbeing
	Online gaming	Parent participation
	Social media	Adult participation
	Status update	Social status
	Short message service	Emotional ties
	SMS	Intimacy
	Facebook	Intimate
	Snapchat	Commonality
	Youtube	
	Instagram	

	Reddit Twitch Netflix Pinterest Jodel Momio Whatsapp Kik Tumblr 4chan Vine Tiktok Imgur Steam	
--	--	--

Søgestreng

Web of Science		
Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Pre-school child" OR Toddler*)	TI=(((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))	TS=(Family* OR Parent* OR Mother* OR Father* OR Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social* OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*)
Samlet søgestreng		
TI=(((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)) AND TS=(Family*		

OR Parent* OR Mother* OR Father* OR Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social* OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*)
 AND TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Preschool child" OR Toddler*)

Antal hits = 2.125 hits den 12. februar 2020.

Communication and Mass Media Complete		
Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Pre-school child" OR Toddler*)	TI=(((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)) OR KW=(((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR	TX=(Family* OR Parent* OR Mother* OR Father* OR Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social* OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*)

	Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))	
Mesh-termer		
	SU=("DIGITAL media" OR "DIGITAL communications" OR "ONLINE social networks" OR "TOUCH screens" OR "TEXT messages (Telephone systems)" OR "MOBILE games" OR "CELL phones" OR "TELEPHONES" OR "CELL phones" OR "IPADS" OR "TABLET computers" AND "TELEVISION" OR "INTERNET television" OR "INTERNET" OR "INTERNET & children" OR "INTERNET & families" OR "INTERNET friendship" OR "INTERNET & teenagers" OR "INTERNET & youth" OR "EMAIL" OR "COMPUTERS & children" OR "VIDEO game culture" OR "SOCIAL media")	SU=("CYBERBULLYING" OR "MASS media & families" OR "INTERNET & families" OR "SIBLING communication" OR "PARENT-child communication" OR "CHILD-adult communication" OR "INTERNET friendship" OR "PEER communication" OR "SOCIAL interaction" OR "COMMUNITIES" OR "ATTACHMENT behavior" OR "SOCIAL belonging" OR "SOCIALIZATION" OR "SOCIAL status" OR "EMOTIONAL response" OR "EMOTIONAL problems of children" OR "SOCIAL support" OR "INTIMACY (Psychology)")
Samlet søgestreng		
<p>TI=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)) AND TX=(Family* OR Parent* OR Mother* OR Father* OR Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social* OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*) AND TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Preschool child" OR Toddler*) OR KW=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)) AND TX=(Family* OR Parent* OR Mother* OR Father* OR</p>		

Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social* OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*) AND TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Preschool child" OR Toddler*) OR SU=("DIGITAL media" OR "DIGITAL communications" OR "ONLINE social networks" OR "TOUCH screens" OR "TEXT messages (Telephone systems)" OR "MOBILE games" OR "CELL phones" OR "TELEPHONES" OR "CELL phones" OR "IPADS" OR "TABLET computers" AND "TELEVISION" OR "INTERNET television" OR "INTERNET" OR "INTERNET & children" OR "INTERNET & families" OR "INTERNET friendship" OR "INTERNET & teenagers" OR "INTERNET & youth" OR "EMAIL" OR "COMPUTERS & children" OR "VIDEO game culture" OR "SOCIAL media") AND SU=("CYBERBULLYING" OR "MASS media & families" OR "INTERNET & families" OR "SIBLING communication" OR "PARENT-child communication" OR "CHILD-adult communication" OR "INTERNET friendship" OR "PEER communication" OR "SOCIAL interaction" OR "COMMUNITIES" OR "ATTACHMENT behavior" OR "SOCIAL belonging" OR "SOCIALIZATION" OR "SOCIAL status" OR "EMOTIONAL response" OR "EMOTIONAL problems of children" OR "SOCIAL support" OR "INTIMACY (Psychology)") AND TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Preschool child" OR Toddler*)

Antal hits = 1.130 16. marts 2020

PsyInfo		
Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
(TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Preschool child" OR Toddler*))	TI=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*) OR KW=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital)	TI=(Family* OR Parent* OR Mother* OR Father* OR Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social* OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*) OR KW=(Family* OR Parent* OR Mother* OR Father* OR Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social*

	<p>AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))</p>	<p>OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*))</p>
Mesh-termer		
	<p>DE =(Online Community OR Online Social Networks OR Computers OR Computer Applications OR Mobile Devices OR Mobile Phones OR Mobile Applications OR Electronic Communication OR Digital Gaming OR Digital Media OR Digital Computers OR Social Media OR Communications Media OR Mass Media OR Telecommunications Media OR Media Exposure OR Screen Time OR Electronic Communication OR "Information and Communication Technology" OR Smartphones OR Tablet Computers OR Laptop Computers OR Television OR Internet OR Internet Usage OR Computer Games OR Social Networks OR Text Messaging OR "Smartphone Use")</p>	<p>DE=("Interpersonal Relationships" OR "Social Interaction" OR "Caregivers" OR "Family Relations" OR "Friendship" OR "Kinship" OR "Peers" OR "Relationship Quality" OR "Interpersonal Interaction" OR "Social Behavior" OR "Conflict Resolution" OR "Teasing" OR "Psychodynamics" OR "Family Relations" OR "Family" OR "Parent Child Relations" OR "Parental Role" OR "Parenting" OR "Sibling Relations" OR "Peer Relations" OR "Friendship" OR "Bullying" OR "Cyberbullying")</p>
Samlet søgestreng		
<p>TI=(((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)) AND TI=(Family*</p>		

OR Parent* OR Mother* OR Father* OR Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social* OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*) AND (TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Preschool child" OR Toddler*) OR KW=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)) AND KW=(Family* OR Parent* OR Mother* OR Father* OR Caretaker* OR Sibling* OR Friend* OR Peer* OR "peer group" OR "social group" OR Relation* OR Social* OR Togetherness* OR Network* OR Community* OR Attachment* OR "relationship formation" OR Interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social contact" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR Loneliness* OR Lonely* OR Play* OR Bully* OR "fomo" OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional ties" OR Intimacy* OR Intimate* OR Commonality*)) AND (TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR Young* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Preschool child" OR Toddler*) OR DE =(Online Community OR Online Social Networks OR Computers OR Computer Applications OR Mobile Devices OR Mobile Phones OR Mobile Applications OR Electronic Communication OR Digital Gaming OR Digital Media OR Digital Computers OR Social Media OR Communications Media OR Mass Media OR Telecommunications Media OR Media Exposure OR Screen Time OR Electronic Communication OR "Information and Communication Technology" OR Smartphones OR Tablet Computers OR Laptop Computers OR Television OR Internet OR Internet Usage OR Computer Games OR Social Networks OR Text Messaging OR "Smartphone Use") AND DE=("Interpersonal Relationships" OR "Social Interaction" OR "Caregivers" OR "Family Relations" OR "Friendship" OR "Kinship" OR "Peers" OR "Relationship Quality" OR "Interpersonal Interaction" OR "Social Behavior" OR "Conflict Resolution" OR "Teasing" OR "Psychodynamics" OR "Family Relations" OR "Family" OR "Parent Child Relations" OR "Parental Role" OR "Parenting" OR "Sibling Relations" OR "Peer Relations" OR "Friendship" OR "Bullying" OR "Cyberbullying") AND (TI=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child" OR "School-aged child" OR Teen* OR "Young adult" OR Youth* OR young* OR Baby* OR Babies* OR Infant* OR Newborn* OR "Preschool child" OR Toddler*))

Antal hits = 4.916 11. marts 2020

Bilag 2: Del B søgeprotokol

Søgestrategi

Vores søgestrategi er bygget op omkring PEO-modellen, der er en konceptualiseringsmodel, som bidrager til at strukturere og definere forskningsspørgsmålet. Modellen deles op i tre blokke: P (patient/problem/population), E (exposure) og O (outcome). Med afsæt i forskningsspørgsmålet: "hvilken sammenhæng er der mellem brug af digitale medier og oplevet stress hos børn og unge", vil søgningen være opdelt i følgende tre søgeblokke:

Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
Børn og unge i alderen 6-15 år	Digitale medier	Selvoplevet stress

Databaser

Med baggrund i forskningsspørgsmålet og i samarbejde med to forskningsbibliotekarer har vi udvalgt følgende tre relevante databaser: Web of Science Core Collection, PsycInfo og Embase. Web of Science Core Collection har et tværfagligt fokus, mens Embase har et mere medicinsk fokus, og PsycInfo indeholder den mest omfattende registrering af den internationale psykologiske forskning. Ved at vælge disse tre databaser rammer vi derfor både relevant og bredt.

Søgeord

Med udgangspunkt i de tre blokke, samt i samarbejde med KU og to forskningsbibliotekarer, er følgende søgeord udvalgt til hhv. blok 1, 2 og 3.

Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
Adolescent	Digital device	Longing for belonging
Adolescence	Digital media	Belonging
Boy	Digital screen	Keeping updated
Child	Electronic device	Quick response time
Girl	Electronic media	Response time
Juvenile	Media device	Speed of response
Kid	Portable media	Fear of missing out
Minor	Portable mobile	FOMO
School child	Touch screen device	Negative social comparison
School-aged child	Cell phone	Social comparison
Teen	Cellular phone	Negative comparison
Teenager	Mobile phone	Mirroring
Young child	Smartphone	Envy
Young adult	Telephone	Stress
Youth	Hybrid computer	Stress symptoms
Young	Ipad	Psychological stress symptoms
	Tablet computer	Psychological stress response
	Tablet device	Physiological stress symptoms
	Television	Physiological stress response
	TV	Behavioral stress symptoms

	Screen time Internet media Online media Internet communication Internet-based communication Online communication Digital communication Computer mediated communication Video game Computer Game Gaming Online gaming Social media Status update Short message service SMS Facebook Snapchat Youtube Instagram Reddit Twitch Netflix Pinterest Jodel Momio Whatsapp Kik Tumblr 4chan Vine Tiktok Imgur Steam	Behavioral stress response
--	--	----------------------------

In- og eksklusionskriterier

Den systematiske søgning i de tre udvalgte databaser gennemføres med afsæt i nedenstående in- og eksklusionskriterier. Dette gøres for at besvare forskningsspørgsmålet. In- og eksklusionskriterier anvendes i forskellige stadier af arbejdsprocessen. Mens nogle af kriterierne stilles allerede i søgningen, er der andre, der anvendes i screeningsprocessen. Det afhænger af, hvad databaserne tillader samt en sikkerhed i, at begrænsningen bliver gjort korrekt.

Inklusionskriterier i søgningen

Tidsmæssig afgrænsning: Der inkluderes studier, der er publiceret de sidste ti år (2010-2020).

Sproglig afgrænsning: Der inkluderes studier skrevet på engelsk, dansk, norsk og svensk.

Inklusionskriterier i screeningen

Geografisk afgrænsning: Der inkluderes studier, hvor studiepopulationen er fra vestlige lande. Dette gøres først i screeningsprocessen, da det for det første ikke er alle databaserne, der tillader denne

begrænsning i søgningen. Derudover er vi usikre på, hvorvidt en sådan begrænsning i databaserne sker efter udgivelseslandet eller på baggrund af studiepopulationen. Ved at gøre ekskludere i screeningsprocessen sikrer vi, at der ikke ekskluderes relevante studier.

Målgruppe: Der inkluderes studier, hvor hovedvægten af studiepopulationen er børn i alderen 6-15 år. Dette forsøges allerede indskrænket i søgeprocessen ved hjælp af søgeordene i blok 1, men bliver kontrolleret i screeningsprocessen.

Formål: Der ekskluderes studier, der ikke har til formål at undersøge forhold vedrørende forsknings-spørgsmålet. Dette indskræpes yderligere senere i processen.

Søgestreng

Dette afsnit viser de specifikke søgestreng til de enkelte databaser. Da hver database har forskellige muligheder, vil der på visse områder være forskel på søgestrengene. Søgestrengene forklares kort nedenstående.

Søgeniveau: Fælles for søgestrengene er, at der i alle tre databaser i alle tre blokke søges på titel-, keywords- og abstract-niveau, så vidt det er muligt. I Embase hedder det hhv. titel (ti), keywords (kw) og abstract (ab). I PsycInfo hedder det i stedet keyconcepts (id) samt titel (ti) og abstract (ab). Mens det i Web Of Science Core Collection ikke er muligt at søge specifikt på hhv. keywords og abstract, hvorfor vi anvender det der hedder topic (TS=), der inkluderer titel, abstract samt keywords (author keywords og keywords plus).

Mesh-termer: Det er ikke muligt i alle databaser at inkludere mesh-termer/emneord. I det omfang det har været muligt, har vi inkluderet databasens relevante mesh-termer. Web of Science Core Collection har ikke mesh-termer, hvorimod både PsycInfo og Embase har disse. I de to databaser, hvor det har været muligt at inkludere mesh-termer, indgår mesh-terminerne både som mesh-termer samt som søgeord. Hver database har forskellige mesh-termer, hvorfor disse ikke nødvendigvis er identiske.

Begrænsning: Som det fremgår af in- og eksklusionskriterierne, begrænser vi søgningen i alle tre databaser i vores søgestreng. Det gør vi på hhv. år og sprog.

Tegn: Nogle søgeord er efterfulgt af en stjerne (*), hvilke medfører, at der søges på ordet inklusiv eventuelle andre endelser. Derudover er der nogle ord, der er sat i citationstegn (""), hvilket betyder, at der søges på ordene inden for citationstegnet samlet.

Web of Science		
Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
(TS=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child*" OR "School-aged child*" OR Teen* OR "Young adult*" OR Youth* OR Young*))	(TS=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR SMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR	(TS=("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison*" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom*" OR "Psychological stress symptom*" OR "Psychological stress response" OR "Physiological stress symptom*" OR "Physiological stress response" OR "Behavioral stress symptom*" OR "Behavioral stress response"))

	Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))	
Samlet søgestreng		
<p>(TS=(Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child*" OR "School-aged child*" OR Teen* OR "Young adult*" OR Youth* OR Young*)) AND (TS=(((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR SMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)) AND (TS=("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison*" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom*" OR "Psychological stress symptom*" OR "Psychological stress response" OR "Physiological stress symptom*" OR "Physiological stress response" OR "Behavioral stress symptom*" OR "Behavioral stress response")) AND LANGUAGE: (English OR Danish OR Norwegian OR Swedish)</p> <p>Indexes=SCI-EXPANDED, SSCI, A&HCI, CPCI-S, CPCI-SSH, ESCI Timespan=2010-2020</p>		
Antal hits = 5.901 den 4. marts 2020		

PsycInfo		
Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
((Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child*" OR "School-aged child*" OR Teen* OR "Young adult*" OR Youth* OR Young* OR "Primary School Students" OR "Elementary School Students").ti,id,ab.)	(((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR SMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam* OR "Online Community" OR "Online Social Networks" OR "Computer	((("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison*" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom*" OR "Psychological stress symptom*" OR "Psychological stress response" OR "Physiological stress symptom*" OR "Physiological stress response" OR "Behavioral stress symptom*" OR "Behavioral stress response" OR "Psychological Stress" OR "Chronic Stress" OR "Social Stress" OR "Stress Reactions" OR "Stress and Coping Measures" OR "Acute Stress Disorder" OR "Academic Stress").ti,id,ab.)

	<p>Applications" OR "Mobile Phones" OR "Mobile Applications" OR "Electronic Communication" OR "Digital Computers" OR "Communications Media" OR "Mass Media" OR "Telecommunications Media" OR "Media Exposure" OR "Information and Communication Technology" OR "Tablet Computers" OR "Laptop Computers" OR "Internet Usage" OR "Social Networks" OR "Text Messaging" OR "Smartphone Use").ti,id,ab.)</p>	
Mesh-termer		
<p>(exp Primary School Students/ or exp Elementary School Students/)</p>	<p>exp Online Community/ or exp Online Social Networks/ or exp Computers/ or exp Computer Applications/ or exp Mobile Devices/ or exp Mobile Phones/ or exp Mobile Applications/ or exp Electronic Communication/ or exp Digital Gaming/ or exp Digital Media/ or exp Digital Computers/ or exp Social Media/ or exp Communications Media/ or exp Mass Media/ or exp Telecommunications Media/ or exp Media Exposure/ or exp Screen Time/ or exp Electronic Communication/ or exp "Information and Communication Technology"/ or exp Smartphones/ or exp Tablet Computers/ or exp Laptop Computers/ or exp Television/ or exp Internet/ or exp Internet Usage/ or exp Computer Games/ or exp Social Networks/ or exp Text Messaging/ or exp "Smartphone Use"/</p>	<p>exp Belonging/ or exp Social Comparison/ or exp Mirroring/ or exp Psychological Stress/ or exp Chronic Stress/ or exp Social Stress/ or exp Stress Reactions/ or exp "Stress and Coping Measures"/ or exp Acute Stress Disorder/ or exp Academic Stress/ or exp Stress/</p>
Samlet søgestreng		
<p>((Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child*" OR "School-aged child*" OR Teen* OR "Young adult*" OR Youth* OR Young* OR "Primary School Students" OR "Elementary School Students").ti,id,ab.) OR (exp Primary School Students/ or exp Elementary School Students/)) AND (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR SMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam* OR "Online Community" OR "Online Social Networks" OR "Computer Applications" OR "Mobile Phones" OR "Mobile</p>		

Applications" OR "Electronic Communication" OR "Digital Computers" OR "Communications Media" OR "Mass Media" OR "Telecommunications Media" OR "Media Exposure" OR "Information and Communication Technology" OR "Tablet Computers" OR "Laptop Computers" OR "Internet Usage" OR "Social Networks" OR "Text Messaging" OR "Smartphone Use").ti,id,ab.) OR (exp Online Community/ or exp Online Social Networks/ or exp Computers/ or exp Computer Applications/ or exp Mobile Devices/ or exp Mobile Phones/ or exp Mobile Applications/ or exp Electronic Communication/ or exp Digital Gaming/ or exp Digital Media/ or exp Digital Computers/ or exp Social Media/ or exp Communications Media/ or exp Mass Media/ or exp Telecommunications Media/ or exp Media Exposure/ or exp Screen Time/ or exp Electronic Communication/ or exp "Information and Communication Technology"/ or exp Smartphones/ or exp Tablet Computers/ or exp Laptop Computers/ or exp Television/ or exp Internet/ or exp Internet Usage/ or exp Computer Games/ or exp Social Networks/ or exp Text Messaging/ or exp "Smartphone Use"/))
 AND (((("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison*" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom*" OR "Psychological stress symptom*" OR "Psychological stress response" OR "Physiological stress symptom*" OR "Physiological stress response" OR "Behavioral stress symptom*" OR "Behavioral stress response" OR "Psychological Stress" OR "Chronic Stress" OR "Social Stress" OR "Stress Reactions" OR "Stress and Coping Measures" OR "Acute Stress Disorder" OR "Academic Stress").ti,id,ab.) OR (exp Belonging/ or exp Social Comparison/ or exp Mirroring/ or exp Psychological Stress/ or exp Chronic Stress/ or exp Social Stress/ or exp Stress Reactions/ or exp "Stress and Coping Measures"/ or exp Acute Stress Disorder/ or exp Academic Stress/ or exp Stress/)) limit to ((danish or english or norwegian or swedish) and yr="2010 - 2020")

Antal hits = 2.597 den 4. marts 2020

Embase		
Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
((Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child*" OR "School-aged child*" OR Teen* OR "Young adult*" OR Youth* OR Young*).ti,kw,ab.)	((((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR SMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam* OR "online social network" OR "mobile application" OR "mobile phone" OR "cell phone use" OR	((("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison*" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom*" OR "Psychological stress symptom*" OR "Psychological stress response" OR "Physiological stress symptom*" OR "Physiological stress response" OR "Behavioral stress symptom*" OR "Behavioral stress response" OR "behavioral stress" OR "emotional stress" OR "social stress" OR "school stress" OR "mental stress").ti,kw,ab.)

	"tablet computer" OR "digital computer" OR "computer network" OR "television viewing" OR "video game" OR "text messaging).ti,kw,ab)	
Mesh-termer		
(adolescent/ or boy/ or child/ or girl/ or juvenile/ or school child/ or young adult/)	(online social network/ or mobile application/ or social media/ or screen time/ or mobile phone/ or "cell phone use"/ or smartphone/ or telephone/ or computer/ or tablet computer/ or digital computer/ or computer network/ or television/ or television viewing/ or Internet/ or video game/ or text messaging/)	(behavioral stress/ or emotional stress/ or social stress/ or stress/ or school stress/ or mental stress/)
Samlet søgestreng		
<p>((Adolescent* OR Boy* OR Child* OR Girl* OR Juvenile* OR Kid* OR Minor* OR "School child*" OR "School-aged child*" OR Teen* OR "Young adult*" OR Youth* OR Young*).ti,kw,ab.) OR (adolescent/ or boy/ or child/ or girl/ or juvenile/ or school child/ or young adult/))</p> <p>AND (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tv OR television* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR SMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam* OR "online social network" OR "mobile application" OR "mobile phone" OR "cell phone use" OR "tablet computer" OR "digital computer" OR "computer network" OR "television viewing" OR "video game" OR "text messaging).ti,kw,ab) OR (online social network/ or mobile application/ or social media/ or screen time/ or mobile phone/ or "cell phone use"/ or smartphone/ or telephone/ or computer/ or tablet computer/ or digital computer/ or computer network/ or television/ or television viewing/ or Internet/ or video game/ or text messaging/))</p> <p>AND (((("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison*" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom*" OR "Psychological stress symptom*" OR "Psychological stress response" OR "Physiological stress symptom*" OR "Physiological stress response" OR "Behavioral stress symptom*" OR "Behavioral stress response" OR "behavioral stress" OR "emotional stress" OR "social stress" OR "school stress" OR "mental stress").ti,kw,ab.) OR (behavioral stress/ or emotional stress/ or social stress/ or stress/ or school stress/ or mental stress/)) limit to ((danish or english or norwegian or swedish) and yr="2010 - 2020")</p>		
Antal hits = 5.705 den 4. marts 2020		

Screenings- og selektionsprocedure

For at sikre systematisk i gennemgangen af litteraturen vil der i udvælgelsen af studier blive gennemført en procedure. Artiklerne sorteres (inkluderes/fravælges) først på baggrund af læsning af titler (og keywords ved behov), derefter ved læsning af abstracts, og afslutningsvis sorteres artiklerne på baggrund af læsning af de fulde artikler. Artiklerne vil blive screenet i softwareprogrammet Covidence, der er opsat til at skabe en systematisk gennemgang af artikler. Derudover kan flere reviewere arbejde samtidig, hvilket gør programmet attraktivt at anvende ved udførelsen af et systematisk

review. Der vil være to reviewere tilknyttet screeningsprocessens tre faser, for således at undgå bias i udvælgelsen af artikler.

Bilag 3: Del A tabeller over inkluderede studier

Tabel til afrapportering af kvalitative studier for del A

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Population: alder, køn, antal (N)	Studiedesign og undersøgelsesmetode	Resultater
Barron, 2017, Irland Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger hvordan forældre bruger mobiltelefoner (sms og opkald) til at monitorere deres børn i tid og rum	60 irske skolebørn, 32 piger og 28 drenge, mellem otte og 12 år	Etårigt etnografisk observationsstudie	Mobil monitorering har en til tider begrænsende indflydelse på børns bevægelsesfrihed, hvilket fører til at børnene forhandler om og udvikler af strategier til at modvirke overvågningen.
Borca et. al., 2015, Italien Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger unges holdninger til, hvordan internettet påvirker deres personlige udvikling.	127 italienske internetbrugere, 65 drenge og 62 piger, i alderen 11 til 20 år (gennemsnitsalder: 14.67)	13 fokusgrupper med seks til 11 deltagere i hver	Internettet har afgørende betydning for identitetsdannelse og for relationer uden for familien. Det bruges som en arena for at udvikle og praktisere autonomi og kan både være kilde til konflikter med forældrene og et redskab til interaktion i familien.
Cernikova et al., 2018, Tjekkiet Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	At undersøge de forskellige former for digital kontakt med fremmede, unge indgår i som del af deres dagligdags digitale aktiviteter.	358 ni- til 16-årige internetbrugere fra ni europæiske lande, halvdelen piger og halvdelen drenge	56 fokusgrupper og 114 interview indsamlet i forbindelse med projektet EU Kids Online III, der omhandler børn og unges internetrelaterede problemer.	Unge møder med fremmede online finder steder i en lang række former fra nonverbal interaktion i computerspil til egentlige fysiske møder. Møderne er både af positiv og af negativ karakter og i mange tilfælde en af flere måder, børn og unge udvider deres venskabskreds på. De unge udvikler en række strategier til at kontrollere, hvem de kommunikerer med og til at håndtere evt. negative oplevelser.
Edwards & Wang, 2018, Storbritannien	Undersøger unges identitetsdannelse og socialiseringspraksisser på otte forskellige	42 engelske børn, 16 drenge og 26 piger, mellem 13 og 15 år	Ni fokusgrupper med mellem to og syv deltagere i hver	Unge er i høj grad i stand til at håndtere de udfordringer, de møder på sociale medier, og

Samlet kvalitetsvurdering: Stærk	sociale medieplatforme, samt hvordan skolepersonale håndterer udfordringer i forbindelse med dette.			voksnes interventioner og overvågning lader ikke til at være effektive redskaber til at regulere unges digitale aktiviteter. De unge ønsker derimod støtte fra de voksne til selv at håndtere udfordringerne i en tryk kontekst.
Eek-Karlsson, 2019, Sverige Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger unges måder at beskrive deres kommunikation via sociale medier samt deres diskursive fremstillinger af deres digitale hverdagsliv.	32 svenske skoleelever, 13 drenge og 19 piger, mellem 14 og 15 år.	Semistrukturerede interview	Identificerer tre diskurser, der præger deres online aktiviteter: 1) ansvarlighed i forhold til særligt de nærmeste venner; 2) at opretholde ansigt; og 3) at positionere sig særligt i forhold til mindre nære relationer. Sociale medieaktiviteter er desuden præget af kønsnormer.
Kennedy & Lynch, 2016, Irland Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger karakteren af børn og unges sociale deltagelse online.	16 irske skoleelever, fem drenge og 11 piger, mellem ni og 16 år.	Tre fokusgrupper med fem til seks deltagere i hver.	Social deltagelse via internettet er en mulighed for at udvide børn og unges sociale omgangskreds, eksperimentere med identiteter og udvikle sociale færdigheder. Undersøgelsesdeltagerne sætter dog større pris på ansigt-til-ansigt kommunikation med familie og nære venner og omtaler også social deltagelse via internettet som en stressfaktor og et led i "fear of missing out".
Knauf, 2016, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger anvendelsen af digitale teknologier i børnehaven og betydningen af dette for relationen mellem børn, forældre og pædagoger/lærere	15 fem- til seksårige amerikanske børn, 12 drenge og fem piger	Semistrukturerede interview, observation og dokumentanalyse	Brugen af digitale teknologier i børnehaven øger kommunikationen mellem børn og forældre og gør børnene mere aktive i interaktioner og kommunikation med forældrene.
Lawrence, 2018, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger sociale interaktioner mellem børn omkring brugen af iPads samt konsekvenserne af dette for deres sociale samvær.	20 amerikanske børn i alderen 4,5 til 6,5 år (kønsfordeling fremgår ikke).	Observation af eksperiment med ipad og semistrukturerede interview med tre pædagoger/lærere	Børns lege med iPads er varierede og mangeartede og adskiller sig ikke fra traditionelle lege. Børnene bliver ikke mere isolerede af at benytte sig af skærme, men bruger dem til socialt samvær.

<p>Levine & Stekel, 2016, Storbritannien</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Moderat</p>	<p>Undersøger unge pigers brug af digitale medier til relationsopbygning med familie og venner.</p>	<p>15 engelske ni- til 17-årige piger (gennemsnitsalder: 13,5 år)</p>	<p>Tests, spørgeskema og interview</p>	<p>De unge piger oplever generelt forældrenes involvering i deres digitale aktiviteter som omsorgsfuld og udviser en accept af, at forældrene opstiller regler og rammer for mediebrugen. Børn og unge, der har en stærk tilknytning til deres forældre, inddrager forældrene aktivt i deres mediebrug og oplever forældrenes deltagelse som en tryghedsfaktor, når de håndterer de personlige og sociale udfordringer, der knytter sig til et digitalt ungdomsliv.</p>
<p>Ling et al., 2014, USA</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Svag</p>	<p>Undersøger de strategier, teenagere benytter, når de interagerer med det modsatte køn via sms.</p>	<p>73 amerikanske 12- til 18-årige, 39 drenge og 34 piger.</p>	<p>Ni fokusgrupper</p>	<p>Udveksling af tekstbeskeder reproducerer eksisterende kønsidentiteter, idet der for eksempel ses en kobling mellem maskulin identitet og kortfattet kommunikation og mellem feminin identitet og en mere legende og social tilgang til kommunikationen. Undersøgelsesdeltagerne kan godt tilpasse sig det modsatte køns kommunikationsform når de har et ønske om at etablere kontakt, men undertiden giver det også anledning til misforståelser og sårede følelser</p>
<p>Maclsaac et al., 2018, Skotland</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Stærk</p>	<p>Undersøger skoleelevers uformelle sociale relationer og interaktioner via digitale medier.</p>	<p>41 skotske unge mellem 11 og 18 år, 22 piger og 19 drenge.</p>	<p>Etårigt etnografisk studie baseret på observation og 14 gruppeinterview med to til seks deltagere.</p>	<p>Sociale relationer online reflekterer en "celebrity-kultur", hvor elevernes efterligner og fortolker massemedierne i forsøg på at etablere og fastholde deres sociale position.</p>
<p>Mascheronil et al., 2015, Storbritannien, Italien og Spanien</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Svag</p>	<p>Undersøger, hvordan identiteter og normer kommer til udtryk i måden hvorpå børn og unge fremstiller sig selv på sociale medier herunder</p>	<p>107 engelske, italienske og spanske 11- til 16-årige piger og drenge, hvoraf 50 deltog i opfølgende interview</p>	<p>24 fokusgrupper med i alt 107 deltagere og opfølgende interview med 50 af disse.</p>	<p>Køn og kønsnormer er med til at definere, hvad der opfattes som legitimt og mindre legitimt i visuel kommunikation online. Seksuelle dobbeltstandarder bevirker, at særligt piger på én gang risikerer</p>

	kønsroller og -normers betydning for dette.			at blive kritiseret og stigmatiseret, når de fremstiller sig selv på seksualiseret vis, samtidig med at denne fremstillingsform giver social accept i form af likes.
Pabian et al., 2018, Holland Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger børn og unges erfaringer med negativ kommunikation online og offline, og hvordan de to sammenhænge kædes sammen.	34 hollandske teenagere mellem 13 og 14 år, 17 piger og 17 drenge	Semistrukturerede interview baseret på forhånd indrapporterede screendumps og billeder	De samme mobbeformer gør sig gældende online og offline, men holdes adskilt, så online interaktion i begrænset omfang fortsætter offline og omvendt.
Radesky et al., 2014, USA Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger, hvordan forældres mobilbrug påvirker interaktionen mellem forældre og børn.	55 anonyme forældre med et eller flere børn, der blev vurderet til at være mellem nul og ti år.	Naturalistisk observationsstudie af mobilbrug og interaktioner mellem forældre og børn i 15 fastfoodrestauranter i Boston.	Det afgørende for, hvordan mobilbrugen påvirkede forældre-barn interaktionen var, hvor optagede af de mobile enheder, forældrene var. Børnene reagerede på forældrenes ved at underholde sig selv eller ved at forsøge at påkalde sig opmærksomhed. Forældre, der var meget optagede af mobile medier, reagerede skrappt på deres børns adfærd.
Weber, 2013, Tyskland Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger hvordan unge bruger digitale, audiovisuelle medier i deres psykosociale udvikling og socialisering.	Tyske unge mellem 12 og 17 år, interview med 10 piger og ni drenge 19, fokusgrupper med fire piger og 16 drenge.	Interview med 19 unge og fire fokusgrupper med fire til seks deltagere i hver (20 i alt)	Fælles digital, audiovisuel mediebrug fungerer som et led i frigørelsen fra familien som primær social kontekst og understøtter en leg med voksne roller.

Tabel til afrapportering af kvantitative studier for del A

Forfatter, år, land Kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Population: alder, køn, antal (N)	Studiedesign og undersøgelsesmetode	Eksponering	Udfaldsmål	Resultater
Antheunis et al., 2016, Holland Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger sociale mediers rolle i unges sociale liv, herunder relationen mellem social mediebrug og kvaliteten af venskaber, social kapital mm. samt forskellen på brugere og ikkebrugere af sociale medier, når det kommer til deres sociale liv.	3.068 hollandske unge mellem 11 og 14 år med en gennemsnitsalder på 13,46 år, hvoraf 46,3 % var drenge, og 53,7 % var piger.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaer udsendt til elever på 15 forskellige skoler i forskellige dele af Holland.	1) Intensiteten af den sociale mediebrug (tidsforbrug og vurderinger af betydning) 2) Kvalitet af venskaber 3) Grad af social kapital (frekvens af ansigt-til-ansigt kommunikation og social angst som kontrolvariable)	1) Intensiteten af den sociale mediebrug (tidsforbrug og vurderinger af betydning) 2) Kvalitet af venskaber 3) Grad af social kapital (frekvens af ansigt-til-ansigt kommunikation og social angst som kontrolvariable)	Unge bruger sociale medier til at møde nye venner og at holde kontakten med venner i en særlig periode af livet, hvor familierelationerne bliver mindre afgørende. Der ses en positiv sammenhæng mellem social mediebrug og kvaliteten af venskaber mellem unge. Unge, der bruger meget tid på sociale medier, har flere venner, føler sig mere forbundne til dem og oplever en højere venskabskvalitet. De kommer oftere i kontakt med nye mennesker, føler sig som del af et større fællesskab og oplever, at de har flere mennesker de kan søge råd og støtte hos.
Badaly et al., 2013, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger hvordan popularitet og sociale positioner blandt unge er relateret til digital mobning over tid. Herunder, hvorvidt mobning fører til øget eller svækket popularitet, og omvendt, hvordan eksisterende sociale positioner påvirker risikoen for at udøve eller blive offer for digital, aggressiv adfærd.	415 amerikanske 9. klasses elever med en gennemsnitsalder op 14,68 år, hvoraf 53 % var piger.	Opfølgingsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse foretaget med de samme skoleelever to gange med et års mellemrum.	1) Social position og popularitet 2) Erfaringer med aggressiv adfærd (både som offer og udøver)	1) Social position og popularitet 2) Erfaringer med aggressiv adfærd (både som offer og udøver)	Populære unge har mere tendens til både at udvise aggressiv adfærd på sociale medier, og at være offer for det. Popularitet var dermed associeret med stigende aggressivitet over tid, ligesom aggressiv adfærd var relateret til øget popularitet for pigernes vedkommende, men til faldende popularitet for drengenes. Unge bruger altså digital mobning som led i at etablere og fastholde sociale positioner, og at populære unge, som ofte har et stort, digitalt netværk, er i større risiko for at blive ofre for digital mobning.
Baiocco et al., 2011, Italien	Undersøger unges kommunikationsmønstre med venner	622 italienske unge i alderen 11 til 16 år med	Tværsnitstudie bestående af registrering af	1) Daglig kontakt med venner	1) Daglig kontakt med venner	Piger har mere kontakt med deres venner end drenge, og deres venskaber er tættere og mere intime. Derimod

Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	på tværs af online og offline, herunder hvordan dette er relateret til kvaliteten af venskaber og graden af ensomhed	en gennemsnitsalder på 13,16 år. 314 drenge og 308 piger.	daglig mediebrug over 20 skoledage samt spørgeskemaundersøgelse	2) Kvalitet af venskaber 3) Grad af ensomhed	2) Kvalitet af venskaber 3) Grad af ensomhed	rapporterede drengene at have mere kontakt med deres venner via digitale medier. Unge, der kombinerede ansigt-til-ansigt kommunikation og digital kommunikation med venner var mindre ensomme end dem, der havde et mindre alsidigt kontaktmønster.
Barlińska et al., 2013, Polen Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger hvordan unge reagerer, når de er tilskuere til online mobning samt hvilke faktorer, der kan påvirke deres handlinger.	Randomiseret sample af henholdsvis 760, 296 og 288 polske skoleelever i alderen 11-18 år.	Tværsnitsstudie bestående af tre eksperimentelle delundersøgelser.	1) Køn 2) Interaktionsform (online eller offline) 3) Form for vold (privat eller offentlig) 4) Empati (affektiv og kognitiv) 5) Negativ "bystander"-adfærd 6) Tidligere oplevelser af online mobning	1) Køn 2) Interaktionsform (online eller offline) 3) Form for vold (privat eller offentlig) 4) Empati (affektiv og kognitiv) 5) Negativ "bystander"-adfærd 6) Tidligere oplevelser af online mobning	Negativ "bystander"-adfærd forekommer oftere online end offline. Derudover kan former for empatisk indgriben begrænse denne negative adfærd, der understøtter online mobning.
Bastiaensens et al., 2015, Holland Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger de adfærdsmæssige hensigter blandt "bystanders" om at hjælpe et offer samt mediets betydning for denne "bystander"-adfærd.	453 hollandske skoleelever med en gennemsnitsalder på 13.29, hvoraf 55 % drenge.	Tværsnitsstudie baseret på resultaterne af et eksperiment.	1) "Bystanders" adfærdsmæssige hensigter 2) Mediering (via kommunikationsteknologi eller ansigt-til-ansigt) 3) Privatliv (privat eller offentligt)	1) "Bystanders" adfærdsmæssige hensigter 2) Mediering (via kommunikationsteknologi eller ansigt-til-ansigt) 3) Privatliv (privat eller offentligt)	Generelt har "bystanders" et ønske om at hjælpe offeret privat fremfor offentligt samt via brug af et kommunikationsmedie fremfor ansigt-til-ansigt.

<p>Beyens & Buelens, 2017, Belgien</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Svag</p>	<p>Undersøger børns tabletbrug inden for familien og forholdet mellem forældre og børn, herunder tabletbrugens relation til konflikter.</p>	<p>675 belgiske forældre til børn mellem to og ti år med en gennemsnitsalder på 6,46 år, 49,7 % drenge og 50,3 % piger</p>	<p>Tværsnitstudie i form af en online spørgeskemaundersøgelse</p>	<p>1) Børns tid brugt på tablet</p> <p>2) Forældres mediering af børns tabletbrug</p> <p>3) Hyppighed af forældre-børnkonflikter om tabletbrug</p>	<p>1) Børns tid brugt på tablet</p> <p>2) Forældres mediering af børns tabletbrug</p> <p>3) Hyppighed af forældre-børnkonflikter om tabletbrug</p>	<p>Børn, der bruger meget til med en tablet og børn der oplever en restriktiv mediering af deres tablet-brug, har flere konflikter med forældrene. Børn, der bruger tablets sammen med deres forældre har derimod færre konflikter.</p>
<p>Courage et al., 2010, Canada</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Svag</p>	<p>Undersøger børns reaktioner på henholdsvis video og legetøj i seks måneders- og halvandet-års-alderen samt forældrenes opmærksomhed overfor deres børn i denne legekøntekst.</p>	<p>48 6-måneders gamle spædbørn og en af deres forældre (46 mødre og 2 fædre), hvoraf 30 af børnene, da de blev 18 måneder gamle, samt deres forælder, kunne deltage i det opfølgende studie et år senere.</p>	<p>Opfølgingsstudie baseret på et 20-minutters eksperiment hvor barnet begge gange skulle lege med legetøj og se en video imens forældrene var til stede.</p>	<p>1) Børns leg med legetøj</p> <p>2) Børns reaktion på video.</p> <p>3) Grad af opmærksomhed hos barn og forælder</p>	<p>1) Børns leg med legetøj</p> <p>2) Børns reaktion på video.</p> <p>3) Grad af opmærksomhed hos barn og forælder</p>	<p>Børnenes reagerede i begge aldersgrupper højere grad på leg med legetøj end på afspilning af video og havde desuden en lav grad af opmærksomhed til forældrene under begge aktiviteter. Forældrene dedikerede mest opmærksomhed til børnene fremfor til legetøjet og videoen, men talte og legede mindre med børnene, når der var tændt for videoen, end når der ikke var.</p>
<p>Coyne et al., 2011, USA</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Moderat</p>	<p>Undersøger forholdet mellem forældres deltagelse i computerspil og adfærds- og familiemæssige forhold</p>	<p>287 amerikanske unge mellem 11 og 16 år og med en gennemsnitsalder på 13,26 og deres forældre.</p>	<p>Tværsnitstudie bestående af en spørgeskemaundersøgelse med en svarprocent på 65.</p>	<p>1) Aldersgrænse på anvendte spil</p> <p>2) Hyppighed af computerspil med forældre</p> <p>3) Grad af utilpassethed (for børnene)</p>	<p>1) Aldersgrænse på anvendte spil</p> <p>2) Hyppighed af computerspil med forældre</p> <p>3) Grad af utilpassethed (for børnene)</p>	<p>Hyppigheden af fælles computerspil mellem forældre og børn varierede ikke afhængigt af børnenes køn, familiestrukturer, etnicitet eller indkomstniveau. Fælles computerspil mellem forældre og særligt piger har positive effekter for piger, der i nogen grad oplever en stærkere forbundenhed med deres forældre, men har begrænset betydning for drenge. Sammenhængen afhænger dog også af, hvilket spil der spilles (mere specifikt om det er egnet til barnets alder). Piger, der spillede</p>

				4) Grad af aggressiv adfærd (for børnene) 5) Grad af pro-social adfærd (for børnene) 6) Forældre-barn-forbundenhed	4) Grad af aggressiv adfærd (for børnene) 5) Grad af pro-social adfærd (for børnene) 6) Forældre-barn-forbundenhed	computerspil med deres forældre rapporterede en mere pro-social adfærd overfor familiemedlemmer.
Coyne et al., 2014, USA Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger forholdet mellem forældre og børns kommunikation via sociale medier, deres forbundethed og betydningen af dette for de unge.	491 amerikanske unge mellem 12 og 17 år med en gennemsnitsalder på 14,40, hvoraf 53 % var kvinder.	Tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse med en svarprocent på 61.	1) Social mediebrug mellem forældre og børn 2) Følelser af forbundenhed mellem forældre og børn 3) Grad af utilpassestthed (for børnene) 4) Grad af relationel aggressivitet (for børnene) 5) Grad af pro-social adfærd (for børnene)	1) Social mediebrug mellem forældre og børn 2) Følelser af forbundenhed mellem forældre og børn 3) Grad af utilpassestthed (for børnene) 4) Grad af relationel aggressivitet (for børnene) 5) Grad af pro-social adfærd (for børnene)	Social mediebrug med forældre var forbundet med en højere grad af forbundenhed mellem forældre og børn samt med pro-social adfærd og en lav grad af relationel aggression og utilpassestthed hos børnene. Unge, der ikke kommunikerede med forældre via sociale medier, var udviste derimod en højere grad af relationel aggression, utilpassest adfærd og en lavere grad af forbundenhed.
Cross et al., 2015, Australien Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger i hvilket omfang online mobning er mere eller mindre skadeligt end offline mobning, herunder kombinationen af online og offline mobning.	1504 teenagere i alderen 13-15 år fra 16 australske skoler, hvoraf 53 % var piger.	Opfølgingsstudie baseret på en selvrapporteret spørgeskemaundersøgelse blandt deltagerne.	1) Online mobning 2) Offline mobning	1) Online mobning 2) Offline mobning	Teenagere, som har det svært socialt og følelsesmæssigt, oplever oftere både online og offline mobning fremfor blot offline mobning. Piger bliver desuden mobbet i højere grad end drenge, og yderligere rapporteres online og offline mobning i kombination som værende

				3) Social og følelsesmæssig betydning	3) Social og følelsesmæssig betydning	mere alvorligt og som noget, der øger risikoen for fravær.
De Grove, 2014, Belgien Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger forholdet mellem at tale om samt spille computerspil og venskabskvalitet blandt hhv. børn, der spiller, og børn, der ikke spiller computer, herunder i hvilken udstrækning computerspil indgår i børns venskabsdannelse.	100 belgiske gymnasieelever med en gennemsnitsalder på 15,39 år, hvoraf 67 % var mænd.	Tværsnitstudie bestående af en netværksanalyse af 100 vennenetværk indsamlet via ansigt-til-ansigt interview og spørgeskemaer.	1) Køn 2) Brug af computerspil 3) Kvalitet af venskaber 4) Samtaler om computerspil inden for den seneste måned 5) Fælles computerspil inden for den seneste måned	1) Køn 2) Brug af computerspil 3) Kvalitet af venskaber 4) Samtaler om computerspil inden for den seneste måned 5) Fælles computerspil inden for den seneste måned	Samtaler om computerspil udbredt i og mellem netværk af venner og er uafhængigt af køn signifikant associeret med venskabskvalitet. Derimod er fælles computerspil mindre almindeligt og i højere grad afhængigt af køn: jo flere piger, der er i et netværk, jo mindre udbredt er fælles computerspil.
Fairlie & Kalil, 2017, USA Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger effekten af at have adgang til en computer i hjemmet på børns sociale udvikling og deltagelse i skolen	1.123 børn fra 6. til 10. klasse-trin med en gennemsnitsalder på 12,9 og en repræsentativ fordeling af drenge og piger	Opfølgingsstudie baseret på et eksperiment, hvor en gruppe af børn fik udleveret gratis computere, mens en kontrolgruppe ikke gjorde. Baseline spørgeskema fulgt op af indsamling af data fra skolerne og opfølgingsspørgeskema ved afslutningen af skoleåret.	1) Adgang til og brug af computer i hjemmet	1) Antal af venner, respondenterne kommunikerer og hænger (fysisk) ud med i løbet af en uge samt hyppighed af sociale aktiviteter med venner. 2) Efterskole aktiviteter 3) Deltagelse i skolen	Børn, der har fået adgang til en computer i hjemmet, er mere tilbøjelige til at have en profil på sociale medier og angiver at bruge mere tid på at kommunikere med deres venner og at være sammen med venner ansigt-til-ansigt. Adgang til en computer i hjemmet lader ikke til at mindske andre aktiviteter.
Gradinger et al., 2012, Østrig	Undersøger sammenhængen mellem	I alt 665 østrigske unge med	Opfølgingsstudie bestående af	1) Online mobning (offer og	1) Online mobning (offer og	Selvom online og offline mobning varierer, kan de ikke forudsige hinanden

Samlet kvalitetsvurdering: Stærk	offline og online mobning, og popularitet som en mulig forklarmekanisme.	en gennemsnitsalder på 11,63, hvoraf 365 er drenge og 309 er piger.	en internetbaseret spørgeskemaundersøgelse udført i skoletiden med en svarprocent på henholdsvis 55 % og 73 %.	udøvers opfattelse) 2) Offline mobning (offer og udøvers opfattelse) 3) Graden af venskab mellem de unge (offer og udøvers opfattelse) 4) Popularitet og opfattet popularitet	udøvers opfattelse) 2) Offline mobning (offer og udøvers opfattelse) 3) Graden af venskab mellem de unge (offer og udøvers opfattelse) 4) Popularitet og opfattet popularitet	målt over tid. Online mobning kan ikke forudsiges ud fra popularitet, men fremmer opfattet popularitet hos piger. Hos drenge øger en lav grad popularitet risikoen for offline mobning samtidig med, at offline mobning øger risikoen for en lav grad af popularitet.
Heirman et al., 2015, Belgien Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger skoleklassers relative distribution af tæthed samt klyngedannelse i relation til demografiske faktorer såsom etnisk sammensætning og kønssammensætning.	103 8. klasser i Belgien hvoriblandt størstedelen var mellem 13 og 14 år.	Tværsnitsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse.	1) Tæthed og klyngedannelse online og offline 2) Online mobning	1) Tæthed og klyngedannelse online og offline 2) Online mobning	Skoleklasser hvori sociale forbindelser i høj grad centraliseres omkring få individer både online og offline, oplever flere tilfælde af online mobning. Derudover ses en negativ sammenhæng mellem høj klyngedannelse i online netværk og tilfælde af online mobning, men ingen sammenhæng mellem høj klyngedannelse offline og tilfælde af online mobning.
Hinkley et al., 2018, Australien Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger sammenhængen mellem brug af skærm-medier, udendørsleg og sociale færdigheder hos 2-5-årige.	575 mødre til børn i 2-5-års alderen, hvoraf 54 % af børnene var drenge.	Tværsnitsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse blandt børnenes mødre.	1) Brug af skærm-medier 2) Udendørsleg 3) Sociale færdigheder i form af henholdsvis kommunikativ, tilpassende og forstyrrende adfærd.	1) Brug af skærm-medier 2) Udendørsleg 3) Sociale færdigheder i form af henholdsvis kommunikativ, tilpassende og forstyrrende adfærd.	Der findes ingen sammenhæng mellem brug af skærmmedier og forstyrrende adfærd, men en positiv sammenhæng mellem udendørsleg og kommunikativ og tilpassende adfærd samt en negativ sammenhæng mellem brug af skærmmedier og disse typer adfærd. Sammenhængen findes dog kun i forbindelse med TV/DVD/video og ikke i forbindelse med computere og håndholdte spil.

<p>Mitchell et al., 2016, USA</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Moderat</p>	<p>Undersøger komponenterne og den følelsesmæssige virkning af online og offline mobning, samt hvorvidt mediet har en betydning.</p>	<p>791 amerikanske børn og unge i alderen 10-20.</p>	<p>Tværsnitsstudie baseret på telefoninterviews.</p>	<p>1) Følelsesmæssig virkning af online mobning</p> <p>2) Følelsesmæssig virkning af offline mobning</p> <p>3) Mediets betydning</p>	<p>1) Følelsesmæssig virkning af online mobning</p> <p>2) Følelsesmæssig virkning af offline mobning</p> <p>3) Mediets betydning</p>	<p>Størsteparten af den oplevede mobning finder sted offline.</p> <p>Online mobning opleves desuden af unge som værende mindre skadelig, mens koblingen mellem offline og online mobning derimod opleves som værende mere skadelig. En alternativ forklaringsmodel er her, at kombinationen af online og offline mobning gør det svært at trække sig fra situationen, samt at mange af de kombinerede online og offline mobbetilfælde, der blev rapporteret, involverede nære eller intime relationer.</p>
<p>Myers et al., 2017, USA</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Moderat</p>	<p>Undersøger sammenhængen mellem på forhånd optaget video og "live" video-chat via FaceTime, samt 1-2-åriges kognitive og sociale læring.</p>	<p>60 børn i alderen 12-25 måneder, hvoraf 31 var drenge og 29 piger.</p>	<p>Opfølgingsstudie baseret på et eksperiment samt en opfølgning ugen efter.</p>	<p>1) På forhånd optaget video</p> <p>2) "Live" video via FaceTime</p> <p>3) Børns kognitive og sociale læring</p>	<p>1) På forhånd optaget video</p> <p>2) "Live" video via FaceTime</p> <p>3) Børns kognitive og sociale læring</p>	<p>Studiet påviser at den kognitive og den sociale læring er større når den formidles gennem "live" video-chat, hvor der indgår en direkte respons og peger således på, at det er børns interaktion med mediet snarere end mediet i sig selv, der er af betydning.</p>
<p>Myruski et al., 2018, USA</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Svag</p>	<p>Undersøger hvordan mødres brug af digitale og mobile medier påvirker små børns udvikling og tilknytning til mødre.</p>	<p>50 spædbørn mellem 7,2 og 23,6 måneder og deres mødre.</p>	<p>Tværsnitsstudie baseret på henholdsvis et eksperiment af mellem 1 og 2,5 times varighed, hvor spædbørn og deres mødre blev observeret sammen, samt et spørgeskema med mødre.</p>	<p>1) Mødres brug af digitale og mobile medier</p> <p>2) Spændbørns socio-emotionelle evner.</p>	<p>1) Mødres brug af digitale og mobile medier</p> <p>2) Spændbørns socio-emotionelle evner.</p>	<p>Man observerede, at børnene reagerede negativt, når mødrene afbrød interaktionen for at benytte sig af en mobil enhed, og at børnene efterfølgende var mindre tilbøjelige til at interagere med mødrene og udforske omgivelserne.</p>
<p>Nathanson & Rasmussen, 2011, USA</p>	<p>Undersøger interaktioner mellem 1-6-årige børn og deres mødre ved</p>	<p>73 børn mellem 1-6 år og deres mødre, hvoraf</p>	<p>Tværsnitsstudie baseret på et 30 minutters langt eksperiment,</p>	<p>1) Mor-barn-interaktion</p>	<p>1) Mor-barn-interaktion</p>	<p>Mor-barn-interaktion var hyppigst ved læsning af bøger og i mange tilfælde ved leg med legetøj, mens den var mindst ved fælles TV-sening. Studiet</p>

Samlet kvalitetsvurdering: Svag	henholdsvis læsning af bøger, TV-sening og leg med legetøj.	41 % af børnene var piger.	hvor mor og barn i samspil blev observeret under henholdsvis fælles læsning af bøger, TV-sening samt leg med legetøj.	2) Læsning af bøger 3) TV-sening 4) Leg med legetøj	2) Læsning af bøger 3) TV-sening 4) Leg med legetøj	peger desuden på, hvordan fælles TV-sening er et relativt skadeligt kommunikativt miljø for børn, hvorimod fælles læsning af bøger leder til bedre mor-barn-interaktion.
Nelson, 2019, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger hvordan børns mediebrug under familiemåltider påvirker de sociale dynamikker i familien.	2.819 amerikanske forældre til hjemmeboende børn mellem 5 og 18 år.	Tværsnitstudie baseret på en webbaseret spørgeskemaundersøgelse.	1) Elektronisk mediebrug under familiemåltider 2) Forældres følelse af nærhed til sine børn	1) Elektronisk mediebrug under familiemåltider 2) Forældres følelse af nærhed til sine børn	Brugen af teknologi som mobiltelefoner og TV under måltider i familien er negativt relateret til forældres angivelser af at føle sig tæt med deres børn.
Nesi et al., 2016, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger sammenhængen mellem kæresters kommunikationsform og udviklingen af interpersonelle relationer over tid	487 amerikanske teenagere med en gennemsnitsalder på 14,1 år.	Opfølgingsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse	1) Tidsforbrug på samtaler eller telefonsamtaler med kærester 2) Andre former for teknologiunderstøttet kommunikation med kærester	1) Interpersonelle kompetencer i forbindelse med romantiske forhold	Studiet finder en sammenhæng mellem mere teknologiunderstøttet kommunikation og mindre "negative assertion", det vil sige, evne til at sige fra i forhold til urimelige krav. Undersøgelsen finder endvidere en sammenhæng mellem mere teknologiunderstøttet kommunikation og dårligere konflikthåndtering, men kun for drengenes vedkommende.
Padilla-Walker et al., 2012, USA Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger forældre og børns brug af digitale medier til at kommunikere eller interagere med hinanden.	453 amerikanske unge med en gennemsnitlig alder på 14.32 år, hvoraf 52 % var piger, samt deres forældre.	Opfølgingsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse hvor første del af dataindsamlingen er foretaget før 2007, mens anden, tredje og fjerde del indsamledes cirka et år efter.	1) Familiens mediebrug (barn og forælder) 2) Indbyrdes relation mellem barn og forælder	1) Familiens mediebrug (barn og forælder) 2) Indbyrdes relation mellem barn og forælder	Fælles mobilkommunikation eller mobilkommunikation, TV-sening og computerspil medfører en øget kontakt og forbindelse mellem forældre og børn, men social mediebrug, set fra de unges perspektiv, svækker følelsen af forbundethed.
Przybylski & Mishkin, 2016, England	Undersøger sammenhængen mellem syvendeklasses-elevens	217 engelske syvendeklasses-elever med	Tværsnitstudie baseret på data om elevernes	1) Brug af computerspil i tidsforbrug	1) Brug af computerspil i tidsforbrug	Børn med et stort forbrug af computerspil har større tendens til at have sociale problemer, mens børn, der slet ikke

Samlet kvalitetsvurdering: Svag	brug af computerspil, og deres underviseres evaluering af deres sociale adfærd.	en gennemsnitsalder på 12.57 og en fordeling på 110 drenge og 107 piger.	kvantitative (tid) og kvalitative (spilform) computerspilsvaner samt på underviseres evaluering af elevernes sociale adfærd de sidste seks måneder.	2) Foretrukken spilform 3) Social adfærd	2) Foretrukken spilform 3) Social adfærd	spiller, omvendt også har flere sociale problemer end dem der blot spiller lidt. Generelt er disse tendenser beskedne, og en lang række andre faktorer end mediebrug kan påvirke børnenes sociale adfærdsmønstre.
Przybylski & Weinstein, 2019, England Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger forholdet mellem digital skærmtid og børns psykologiske velvære.	19.957 forældre til 2-5-årige.	Tværsnitsstudie baseret på telefoninterviews.	1) Digital skærmtid 2) Psykologisk velvære	1) Digital skærmtid 2) Psykologisk velvære	Der ses ikke en væsentlig sammenhæng mellem børns skærmb brug og tilknytningen mellem forældre og børn, og der ikke er bevis for en skadelig sammenhæng mellem digitalt skærmb brug og unge børns psykologiske velvære.
Quinn & Oldmeadow, 2013, England Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger sammenhængen mellem brugen af sociale netværkssider og oplevelsen af at have tilhørsforhold i en vennegruppe.	443 engelske 9-13-årige, hvoraf 48.98 % var drenge.	Tværsnitsstudie baseret på selvrapporterende spørgeskema med fokus på deltagernes brug af sociale netværkssider og deres følelse af at høre til i en vennegruppe.	1) Brug af sociale netværkssider 2) Følelse af tilhørsforhold i en vennegruppe	1) Brug af sociale netværkssider 2) Følelse af tilhørsforhold i en vennegruppe	Brugen af sociale medier styrker oplevelsen af at høre til blandt de lidt ældre drenge, men der blev ikke fundet noget signifikant forhold blandt piger med hensyn til intensiteten i brugen af sociale netværkssider og følelsen af at høre til i en vennegruppe.
Radesky et al., USA, 2015 Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger sammenhængen mellem mødres mobilbrug og frekvensen af interaktioner mellem mor og barn.	225 amerikanske lavindkomstmødre og deres børn, hvor børnene var cirka 6 år gamle og mødrene i gennemsnit 31.2 år gamle.	Opfølgingsstudie baseret på 4 minutters lange eksperimenter, der optages på video, hvor mødre og børn spiser henholdsvis kendt og ukendt mad.	1) Mødres mobilbrug 2) Mor-barn-interaktion 3) Mødres adfærd overfor barnet	1) Mødres mobilbrug 2) Mor-barn-interaktion 3) Mødres adfærd overfor barnet	Studiet finder en negativ sammenhæng mellem mødrenes mobilbrug og hvorvidt de tilskynder deres børn til at spise, når der er tale om ukendt mad.
Rasmussen et al., 2015, Danmark	Undersøger sammenhængen mellem computerspil, internetbrug	2.100 danske 5., 7. og 9. klasser elever	Tværsnitsstudie baseret på	1) Computerspil 2) Internetbrug	1) Computerspil 2) Internetbrug	Mens majoriteten ikke har nogen problemer med deres digitale mediebrug peger resultaterne på at en minoritet af

Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	og sociale relationer blandt unge.	fra i alt 13 forskellige skoler i Aarhus.	spørgeskemaundersøgelse gennemført på 13 skoler med en svarprocent på 89.	3) Sociale relationer	3) Sociale relationer	drengene oplever problemer med computerspil mens en minoritet af pigerne oplever problemer med internetbrug i bredere forstand. Endvidere har piger, der oplever problemer med computerspil, en højere sandsynlighed for at blive mobbet. Det samme gør sig gældende for drengene, som endvidere har færre nære venner og mindre tillid til dem.
Sampasa-Kanyinga et al., 2019, Canada Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger børnenes eget mediebrug og hvordan dette påvirker de sociale dynamikker i familien.	9.732 canadiske studerende i aldersgruppen 11-20 år, hvoraf 48.4 % var kvinder.	Tværsnitsstudie baseret på en repræsentativ spørgeskemaundersøgelse.	1) Social mediebrug 2) Total skærm-tid 3) Kvaliteten af forholdet mellem barn og forælder	1) Social mediebrug 2) Total skærm-tid 3) Kvaliteten af forholdet mellem barn og forælder	Et højt forbrug af sociale medier, det vil sige på to timer eller mere, korrelerer med en negativ forældre-barn-relation, mens et lavere forbrug ikke synes at have en sammenhæng med forældre-barn-forholdet.
Schwartz et al., 2019, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger sammenhængen mellem sociale netværksmedier, sociale relationer og præstationer i skolen.	376 teenagere med en gennemsnitsalder på 14.4 fra en skole i USA.	Opfølgingsstudie på baggrund af skolebaseret dataindsamling hvor deltagerne under dataindsamlingen gennemførte bestemte tiltag i gruppeadministrerede sessioner.	1) Forbruget af sociale netværksmedier 2) Sociale status og omdømme 3) Præstationer i skolen	1) Forbruget af sociale netværksmedier 2) Sociale relationer 3) Præstationer i skolen	Et højt forbrug af sociale netværksmedier korrelerer med "populær-aggressive" sociale positioner og dårligere præstationer i skolen.
Skaug et al., 2018a, Norge Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger børns følelsesmæssige tilgængelighed i interaktionen med deres forældre i forhold til børnenes TV-forbrug.	995 norske børn i 4-6-årsalderen og deres familier, hvoraf 795 deltog i opfølgningen to år senere.	Opfølgingsstudie baseret på repræsentativt spørgeskema og observation, hvor børnene blev testet da de var henholdsvis 4 og 6 år.	1) Børns lydhørhed overfor forældrene 2) Børns inddragelse af forældre i leg og interaktion	1) Børns lydhørhed overfor forældrene 2) Børns inddragelse af forældre i leg og interaktion	Jo højere TV-forbrug børnene har i fireårsalderen, jo mindre tilbøjelige er de til at involvere sig i almindelig leg med deres forældre. Dette ses dog ikke i seksårsalderen, og undersøgelsen kan derfor ikke bekræfte sin hypotese om, at et højt TV-forbrug tidligt i barndommen påvirker interaktionerne med forældrene, når de bliver ældre.

				3) Børns TV-forbrug	3) Børns TV-forbrug	
Skaug et al., 2018b, Norge Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger interaktionen og den følelsesmæssige tilgængelighed hos mødre og deres børn under fælles spil på tablet.	22 norske mødre og deres 2-årige børn med en gennemsnitlig alder på 24.9 måneder, hvoraf 14 var piger og 8 var drenge.	Tværsnitsstudie baseret på et 50-minutters langt eksperiment.	1) Følelsesmæssig tilgængelighed hos mor og barn 2) Interaktioner mellem mor og barn ved fælles spil på tablet 3) Interaktioner mellem mor og barn under fælles TV-sening 4) Interaktioner mellem mor og barn under fri leg med traditionelt legetøj	1) Følelsesmæssig tilgængelighed hos mor og barn 2) Interaktioner mellem mor og barn ved fælles spil på tablet 3) Interaktioner mellem mor og barn under fælles TV-sening 4) Interaktioner mellem mor og barn under fri leg med traditionelt legetøj	Mødre var mere følsomme overfor deres børn under fælles spil på tablet end ved fælles TV-sening, men mere fjendtlige overfor deres børn under leg med traditionelt legetøj end under fælles spil på tablet eller fælles TV-sening. Det peger herigennem på at fælles brug af interaktive medier såsom tablets kan øge den følelsesmæssige tilgængelighed og interaktion mellem mor og barn.
Valkenburg et al., 2017, Holland Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger sammenhængen mellem unges sociale mediebrug og deres sociale selvværd.	516 hollandske familier med to børn i alderen 10 til 15 år.	Opfølgingsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	1) Socialt selvværd 2) Brug af sociale medierne 3) Graden af positiv feedback fra venner	1) Socialt selvværd 2) Brug af sociale medierne 3) Graden af positiv feedback fra venner	Artiklen bekræfter at dem, der allerede har social selvtillid og mange venner, bekræfter og styrker dette gennem deres digitale mediebrug.
Vannucci & Ohannessian, 2019, USA Samlet kvalitetsvurdering: Stærk	Undersøger forholdet mellem social mediebrug og psykosocialt velvære blandt unge.	1.205 amerikanske børn på 11 til 14 år, hvoraf 51 % var kvinder.	Opfølgingsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse, der blev fulgt op på efter et halvt år.	1) Social mediebrug 2) Symptomer på angst 3) Symptomer på depression	1) Social mediebrug 2) Symptomer på angst 3) Symptomer på depression	Unge, der generelt har en høj grad af social mediebrug, er i højere risiko for at udvikle depressive symptomer og panikangst, samt at have i familiekonflikter, ligesom de oplever mindre støtte fra familie og venner. Unge der bruger særligt Instagram og Snapchat meget har øget tendens til kriminalitet og pjækning, men højere kompetencer i forhold

				4) Kriminel opførelse 5) Graden af konflikt i familien 6) Evnen til at få nære venner 7) Graden af den opfattede sociale support fra familie og venner	4) Kriminel opførelse 5) Graden af konflikt i familien 6) Evnen til at få nære venner 7) Graden af den opfattede sociale support fra familie og venner	til dannelse af tætte venskaber og højere grad af støtte fra venner.
Van Zalk et al., 2014, Sverige Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger relationen mellem dannelsen af online venskaber, online/offline venskaber og rene offline venskaber i relation til selvværd hos unge.	389 svenske teenagere med en gennemsnitsalder på 13.29, hvoraf 193 var piger og 196 var drenge.	Opfølgingsstudie baseret på en kombination af online og offline spørgeskemaundersøgelser som blev udført tre gange med 8-månedersintervaller herimellem.	1) Online og offline venskaber 2) Hyppighed af kommunikation over sociale medier 3) Selvværd 4) Generthed	1) Online og offline venskaber 2) Hyppighed af kommunikation over sociale medier 3) Selvværd 4) Generthed	Online venskaber styrker dannelsen af online/offline venskaber samt offline venskaber over tid, hvilket særligt gør sig gældende for generte unge. Heri gennem bekræftes tesen om "social compensation", det vil sige forestillingen om, at digitale medier udgør et positivt alternativ for de børn og unge, som har svært ved at fungere socialt i deres hverdag offline.
Ventura et al., 2019, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger hvordan mødres brug af digitale og mobile medier påvirker små børns udvikling og tilknytning til forældrene.	25 mødre og deres 3-6 måneders gamle spædbørn med en gennemsnitsalder på 19.3 uger.	Tværsnitsstudie baseret på et eksperiment, hvor mor og barn blev optaget på video og observeret under amning samt med og uden morens brug af digitale og mobile medier undervejs.	1) Graden af mødres digitale og mobile mediebrug under amning 2) Interaktion mellem mor og barn	1) Graden af mødres digitale og mobile mediebrug under amning 2) Interaktion mellem mor og barn	Mødres brug af mobile medier under amning af 3-6 måneder gamle spædbørn medførte, at mødre kommunikerede mindre med børnene, og at interaktionen blev forringet. Konsekvenserne af dette afhang dog af mødrenes måde at bruge de mobile medier på, det vil sige, om de eksempelvis var konstant optagede af dem eller derimod tjekkede dem i ny og næ.
Verheijen et al., 2019, Holland Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger effekten af gaming på teenageres spilleadfærd, venskabskvalitet og	180 hollandske børn og unge på 7. til 10. klassetrin med en	Tværsnitsstudie med et eksperimentelt design, hvor venskabspar tilfældigt	1) Interaktion under computerspil mod eller med en ven	1) Interaktion under computerspil mod eller med en ven	Venskabskvalitet efter spilaktiviteten er lavere hos de par, der spiller kompetitivt, sammenlignet med de par der spiller individuelt. Til gengæld synes den mere prosociale adfærd, der kan

	deres efterfølgende prosociale adfærd.	gennemsnitsalder på 14.75, hvoraf 30.8 % var piger.	udvalgte til at spille en individuel, kooperativ eller kompetitiv version af et populært "racing game", der blev optaget på video.	2) Venskabskvalitet 3) Prosocial adfærd	2) Venskabskvalitet 3) Prosocial adfærd	observeres i forbindelse med den kooperative spilform, ikke at resultere i en højere venskabskvalitet.
Vollet et al., 2020, USA Samlet kvalitetsvurdering: Stærk	Undersøger om skoleelever, der udsættes for socialt aggressive tekstbeskeder, er mere tilbøjelige til selv at sende socialt aggressive tekstbeskeder.	297 amerikanske skoleelever med en gennemsnitsalder på 15.2, hvoraf 46,7 % var kvinder.	Opfølgingsstudie baseret på eksperiment hvor eleverne fik udløst smartphoner.	1) Køn 2) Afsendelse af socialt aggressive tekstbeskeder 3) Modtagelse af socialt aggressive tekstbeskeder	1) Køn 2) Afsendelse af socialt aggressive tekstbeskeder 3) Modtagelse af socialt aggressive tekstbeskeder	Undersøgelsesdeltagere der udsattes for aggressive tekstbeskeder var mere tilbøjelige til selv at sende socialt aggressive tekstbeskeder. Derudover kan eksponering for socialt aggressive tekstbeskeder i et lille omfang forudsige offline social aggression over tid.
Wang & Edwards, 2016, England Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger hvordan børn og unge bruger sociale medier til socialisering og venskabsdannelse, herunder hvordan sociale medier anvendes til at kommunikere med henholdsvis offline sociale relationer og fremmede.	543 engelske 11-16-årige fra tre forskellige skoler. 98,4 % er under 16 år og 52,8 % er piger, mens 47,2 % er drenge.	Tværsnitstudie i form af et online spørgeskema bestående af 21 spørgsmål omhandlende otte specifikke sociale medier, der undersøger de socialiseringspraksisser og relations-opbygninger, der foregår omkring disse.	1) Social mediebrug 2) Socialiserings- og adfærdsmønstre 3) Relations-former	1) Social mediebrug 2) Socialiserings- og adfærdsmønstre 3) Relations-former	Børn og unge bruger de digitale medier til at håndtere eksisterende sociale relationer og som led i et mere overordnet identitetsprojekt. Etableringen af nye relationer udgør en betydeligt mindre andel af de online aktiviteter, og de involverede børn og unge har i disse tilfælde en række strategier til at håndtere den eventuelle risiko det involverer.
Warren & Aloia, 2018, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger hvordan mobilkommunikation påvirker familielivet og familiemedlemernes følelse af relationel nærhed til hinanden.	504 amerikanske unge i alderen 12-17 år og deres forældre. Blandt de unge var	Tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse om mobilkommunikation.	1) Følelsen af relationel nærhed (barnets følelse af relationel nærhed til forældrene og forældrenes følelse af	1) Følelsen af relationel nærhed (barnets følelse af relationel nærhed til forældrene og forældrenes følelse af	Måden mobiltelefonerne bruges på, er afgørende for påvirkningen af familiere-lationer. Praktisk kommunikation om koordinering af eksempelvis dagligdags gøremål og logistik. har eksempelvis en mindre positiv betydning for følelsen af forbundethed end såkaldt relationel

		gennemsnitsalderen 14.54 og blandt forældrene var gennemsnitsalderen 43.73.		relationel nærhed til barnet) 2) Frekvens af mobilkommunikation 3) Grundene til brugen af mobilkommunikation	relationel nærhed til barnet) 2) Frekvens af mobilkommunikation 3) Grundene til brugen af mobilkommunikation	kommunikation, hvor digitale medier bruges til at opretholde kontakt, udveksle følelser og oplevelser.
Wegge et al., 2015, Belgien Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger, hvordan unges relationer på sociale medier (Facebook) er forbundet med risikoen for at blive udsat for digital mobning.	1.458 8. classes elever fra 11 forskellige skoler i Antwerpen, Belgien. Heraf 60,2 % drenge.	Tværsnitsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse om digital mobning og social mediebrug (Facebook-brug)	1) Antal venner på Facebook 2) Relationstype (nære eller fjerne relationer) 3) Erfaringer med aggressiv adfærd på internettet	1) Antal venner på Facebook 2) Relationstype (nære eller fjerne relationer) 3) Erfaringer med aggressiv adfærd på internettet	Risikoen for både at være offer for og udøve digital mobning er relateret til karakteren af netværk på Facebook. Personer, der har mange forbindelser på Facebook, men hvor relationerne ikke har karakter af venskab, har i højere grad erfaringer med online mobning, ligesom både udøvere og ofre for online mobning typisk har et højt antal ikke-nære forbindelser.
Wood et al., 2016, Canada Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger børn og forældres interaktion og oplevelse af fælles tabletbrug.	104 canadiske børn i fire- til seksårsalderen, og deres forældre. Blandt børnene var 50 piger og 54 drenge, mens 72 af forældrene var mødre og 32 var fædre.	Tværsnitsstudie baseret på observation af barn og forælders interaktion under fælles brug af "iPad".	1) Forældres opfattelse af deres børns tabletbrug 2) Interaktion mellem barn og forælder under fælles tabletbrug	1) Forældres opfattelse af deres børns tabletbrug 2) Interaktion mellem barn og forælder under fælles tabletbrug	Gennem interaktionerne omkring tabletten støtter forældrene børnene verbalt, følelsesmæssigt, fysisk og psykisk, og forældrene har generelt positive oplevelser af brugen af tablet i fællesskab med deres børn.
Xie, 2014, USA Samlet kvalitetsvurdering: Moderat	Undersøger variationen i social kapital ved brug af sociale netværkssider til forskellige aktiviteter samt personlig	800 amerikanske teenagere i alderen 12-17 år og deres forældre.	Tværsnitsstudie baseret på en nationalt repræsentativ spørgeskemaundersøgelse.	1) Graden af deltagelse og engagement i større samfundsmæssige fællesskaber af forskellig art	1) Graden af deltagelse og engagement i større samfundsmæssige fællesskaber af forskellig art	Teenagere, der benytter sig af sociale netværkssider, herunder aktiviteter som at deltage i Facebookgrupper og at kommentere på venners profilbilleder, er mere tilbøjelige til at have tætte bånd til venner såvel som til at deltage i større fællesskaber af forskellig art.

	mobilkommunikation blandt teenagere.			<p>2) Tid brugt på sociale aktiviteter med venner udenfor skoletiden</p> <p>3) Brug af sociale netværkssider</p> <p>4) Typer af aktiviteter udført på sociale netværkssider</p> <p>5) Tid brugt på personlige samtaler med venner over mobiltelefon</p> <p>6) Køn</p>	<p>2) Tid brugt på sociale aktiviteter med venner udenfor skoletiden</p> <p>3) Brug af sociale netværkssider</p> <p>4) Typer af aktiviteter udført på sociale netværkssider</p> <p>5) Tid brugt på personlige samtaler med venner over mobiltelefon</p> <p>6) Køn</p>	Brugen af sociale netværkssider øger herigennem teenagernes sociale netværkskapital.
<p>Yuill & Martin 2016, Storbritannien</p> <p>Samlet kvalitetsvurdering: Svag</p>	Undersøger interaktionerne mellem mødre og børn i forbindelse med fælles læsning af bøger på henholdsvis skærm og papir	24 engelske børn i alderen syv til ni år og deres mødre	Tværsnitstudie baseret på observation af barn og forælders interaktion under fælles læsning	<p>1) Kognitiv interaktion</p> <p>2) Interaktivitet og affektion</p> <p>3) Fysisk positionering</p> <p>4) Attituder til læsning</p>	<p>1) Kognitiv interaktion</p> <p>2) Interaktivitet og affektion</p> <p>3) Fysisk positionering</p> <p>4) Attituder til læsning</p>	Ved læsning på skærm var interaktionen mellem børn og mødre en smule mindre varm, end ved læsning på papir, hvilket kan hænge sammen med de fysiske omstændigheder omkring læsningen (hvordan man sidder osv.). Mødrene kommenterede også mere på papirbøger end på e-bøger.

Tabel til afrapportering af mixed methods studier for del A

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Population: alder, køn, antal (N)	Studiedesign og undersøgelsesmetode	Resultater
Kim & Davis, 2017, USA Samlet kvalitetsvurdering: Svag/moderat	Undersøger, hvordan børn og unge forstår deres egen digitale mediebrug (særligt sociale medier og computerspil), og hvordan de forholder sig til deres forældres regler om brug af teknologi.	79 amerikanske børn og unge mellem 11 og 14 år, 41 drenge, 32 piger og seks, der ikke ønskede at angive køn. Heraf deltog 30 af de ældste i opfølgende fokusgrupper.	Eksplorativt studie baseret på spørgeskemaer og fokusgruppeinterview med 15 deltagere i hver gruppe. Spørgeskemaet dokumenterer, hvilke digitale enheder deltagernes ejer, deres digitale medievaner og deres forældres regler om teknologi, mens fokusgruppeinterviewene er brugt til at give indblik i deltagernes forståelser af forældrenes regler, attituder og reaktionerne.	Børnene oplever et misforhold mellem deres forældres regler og deres egne begrundelser for at bruge digitale medier, hvilket skaber spændinger mellem børn og forældre.
Li et al., 2017, Finland Samlet kvalitetsvurdering: Svag	Undersøger finske børn og unges "socio-digitale" praksisser, herunder hvordan disse relaterer sig til køn og offline socialitet.	253 finske skoleelever på 6.-9. klassetrin med en gennemsnitsalder på 13,94 år (kønsfordeling fremgår ikke). 35 elever fra 6. og 7. klasse og jævnt fordelt på køn er udvalgt til opfølgende interview.	Spørgeskema, netværksanalyse og semistrukturerede interview. Spørgeskemaet måler respondenternes selvrapporterede tidsforbrug samt kompetencer i forhold til forskellige digitale aktiviteter samt deres klassekammeraters vurderinger af dette. Resultaterne grupperes efter intensiteten af deres socio-digitale deltagelse samt kontaktmønstre og interaktion mellem respondenterne. Interviewene omhandler betydningen af venskaber, interesser og kompetencer for respondenternes socio-digitale praksisser.	I analysen identificeres tre overordnede profiler: venskab, gaming og kreativitet. Den konkluderer, at piger er overrepræsenterede i den venskabsorienterede sociale praksis de identificerer. Omvendt synes pigerne at være underrepræsenterede indenfor gaming.
Radesky et al., 2018, USA	Undersøger, hvordan kvaliteten af forældre-barn relationer påvirker brugen af mobile	195 amerikanske forældre-børn-par rekrutteret via et program for lavindkomstfamilier i Michigan.	Opfølgingsstudie baseret på spørgeskemaer, semistrukturerede interview med mødrene, observationer af	Studiet finder en sammenhæng mellem mødrenes brug af mobile medier under måltider og deres fremstillinger af deres børn som vanskelige og vurderer, at brugen af mobile medier i de

<p>Samlet kvalitetsvurdering: Svag/moderat</p>	<p>enheder under fælles, forældre-barn aktiviteter, her måltidssituationer.</p>	<p>Børnene var ved rekrutteringen mellem tre og fire år, og ved den opfølgende anden bølge af dataindsamling var de seks år. Kønsfordeling fremgår ikke.</p>	<p>måltidssituationer i både hjemmet og laboratorier.</p>	<p>daglige rutiner kan være en afspejling af underliggende problemer i relationerne. Dette forklares blandt andet ved, at mødre, der oplever deres børn som vanskelige bruger de mobile medier til at trække sig fra vanskelige sociale situationer og afsætter tid til sig selv.</p>
<p>Thorhauge & Greger- sen, 2019, Danmark Samlet kvalitetsvurdering: Svag/moderat</p>	<p>Undersøger computerspillets rolle i børn og unges sociale praksisser, herunder hvordan det indlejres i sociale familiemønstre og venskaber samt hvordan det relaterer sig til køn.</p>	<p>1.560 danske børn og unge i alderen 10 til 18 år, interview med 19 14- til 16-årige, derudover to fokusgrupper med i alt 13 børn</p>	<p>Spørgeskema, 19 interview og to fokusgrupper. Spørgeskemaet undersøger relationen mellem computerspillemønstre og andre former for mediebrug, og kommunikationsmønstre og sociale samværsformer (fx konkurrence og samarbejde). Interview og fokusgrupper tager udgangspunkt i de kønsforskelle, der er udledt af spørgeskemaundersøgelsen og kortlægger respondenternes hverdagssituationer i familien, med venner og i skolen.</p>	<p>Computerspil er led i fokuseret samvær for drengenes vedkommende og individuel adspredelse for pigernes vedkommende. Årsagen til denne forskel tilskrives både kulturelle normer udenfor spillene og den måde spillene i praksis rammesætter interaktionen mellem spillerne.</p>

Tabel til afrapportering af grå litteratur for del A

Institution, forfatter, årstal og land	Titel på rapport og link	Population: alder, køn, antal (N)	Metode	Resultater
Børnerådet, Jønson, 2014, Danmark	Familiens økonomi og unges viden om privatliv på nettet 2014, https://www.boerner-aadet.dk/media/92605/boerneindblik_nr9_ny.pdf	Den kvantitative del af undersøgelsen er baseret på besvarelser fra 1.932 7.-klasses elever, hvoraf 52,2 % er piger (hvilket gør pigerne overrepræsenterede sammenlignet med andelen af 7.klasses piger på landsplan. Den kvalitative del er baseret på gruppeinterview med 20 8. klasses elever fra to skoler. Kønsfordelingen fremgår ikke.	De kvantitative data er resultatet af spørge- skemaundersøgelse i Børnerådets Børne- og Ungepanel, der består af 2.683 elever fra 7. klasse fra 110 tilfældigt udtrukne klasser fra almenområdet og 11 klasser fra specialområdet. De kvalitative data er resultat af fire uddybende gruppeinterview med i alt 20 elever fra 8. klasse på to forskellige skoler.	40 % af de unge synes, at sociale medier gør dem mere sociale. 17 % af de unge synes, at sociale medier gør dem mindre sociale. Jo mere populære de unge føler sig, jo mere positivt vurderer de sociale medier. 94 % af de unge har adgang til mindst én medieplatform på deres værelse.
Børnerådet, Sørensen, 2014, Danmark	13-åriges liv på sociale medier 2014, https://www.boerner-aadet.dk/media/45316/Boernindblik32014.pdf	2.055 danske, 13-årige 7. klasseelever fra 110 klasser fra almenområdet og 11 klasser fra specialområdet har svaret på spørgeskemaet. 20 af disse (fra to skoler i Københavnsområdet) har deltaget i opfølgende fokusgruppeinterviews. Kønsfordeling fremgår ikke.	Spørgeskemaundersøgelse med Børnerådets Børne- og Ungepanel med en svarprocent på 76 samt opfølgende, semistrukturerede fokusgruppeinterview.	97 % af de 13-årige har mindst én profil på et socialt medie, men drengene er underrepræsenterede på de fleste sociale medier. Facebook-brugerne har mere social selvtillid end dem, der ikke er på Facebook. 58 % af de 13-årige giver udtryk for, at de altid eller ofte er én af dem i klassen, som de andre gerne vil være sammen med. Det siger blot 48 % af ikke-Facebook-brugerne. Der er ingen sammenhæng mellem brug af Facebook og 13-åriges generelle trivsel, faglige selvtillid, oplevelse af stemning i hjemmet eller ensomhed.
Børnerådet, 2015, Lindberg & Jønson, Danmark	Børn og medier 2015, https://www.boerner-aadet.dk/media/124065/BRD_Minipanelrapport_Boern_og_Medier.pdf	Spørgeskemaundersøgelsen baserer sig på 844 børnehaver i alderen fire til seks år (størstedelen fem år), hvoraf 51 % er drenge og 49 % er piger. De indledende interview er foretaget med 27 børn fra fire forskellige børnehaver, mens de opfølgende interview er med 16 børn i fem- til seks-årsalderen fra to forskellige børnehaver.	Digital spørgeskemaundersøgelse (talende spørgeskema) udsendt til Børnerådets Mini-børnepanel bestående af 105 integrerede og ikke-integrerede børnehaver fra alle dele af Danmark. Undersøgelsen har en svarprocent på 72. Forud for spørgeskemaet er der foretaget eksplorative interview og efterfølgende er de kvantitative resultater tolket	Formidler børns fortællinger om og fortolkninger af egne medievaner med primært fokus på tablets. Viser blandt andet, at størstedelen af børnene foretrækker at sidde alene med tabletten, men at en næsten ligeså stor gruppe synes, at det er rart at bruge tabletten sammen med andre. Børnenes holdninger til tabletbrug afspejler i høj grad de voksnes, og størstedelen af børnene svarede, at det var ok, at forældrene bestemmer, hvor meget de må bruge tabletten.

			ved hjælp af opfølgende interview.	
Børnerådet, Lindberg, Jønson & Eistrup, 2015, Danmark	Unge og mobning i det digitale rum 2015, https://www.boerner-aadet.dk/media/109991/bc398rneindblik_nr215_digital_mobning_cn.pdf	Kvantitativ del: 1.932 7. klasseelever, hvoraf 52,2 % er piger og 49,1 % er drenge. Kvalitativ del: 15 8. klasseelever fra to forskellige skoler - køns- og aldersfordeling fremgår ikke.	Analysen bygger på en spørgeskemaundersøgelse i Børnerådets Børne- og Ungepanel, der består af 2.683 elever (denne undersøgelse har dermed en svarprocent på 72) samt en række kvalitative uddybende gruppeinterview.	Fem % af de unge har flere gange om ugen/et par gange om måneden oplevet, at der er blevet skrevet grimme ting til dem på et socialt medie, så andre kunne se det. 14 % af de unge har flere gange om ugen/et par gange om måneden oplevet, at der er blevet skrevet grimme ting til en, de kender, på et socialt medie, så andre kunne se det. 75 % af de unge, der selv har oplevet digital mobning, handlede på det – primært ved at fortælle om det til en ven. 78 % af de unge, der har oplevet andre blive udsat for digital mobning, handlede på det – primært ved at tale om det med den, det gik udover. Tre % af de unge, der bruger sociale medier op til to timer om ugen, har oplevet, at nogen har skrevet grimme ting til dem på et socialt medie flere gange om ugen/et par gange om måneden. Til sammenligning oplever 12 % af de unge, der bruger sociale medier mere end fire timer om ugen, denne form for mobning.
Børnerådet, 2017, Danmark	Unge erfaringer med digital mobning 2017, https://www.boerner-aadet.dk/media/217023/BRD_Boerneindblik_Nr4_2017_Mobning_på_digitale_medier_final.pdf	Kvantitativ del: 1.390 elever i 9. klasse, hvoraf 93 % af de unge var mellem 15 og 16 år, 47,63 % var drenge og 52,37 % var piger. Kvalitativ del: 19 9. klasses-elever - alder og kønsfordeling fremgår ikke.	16 % af de unge i 9. klasse er blevet mobbet på nettet inden for det seneste år. De unge, som lever i en familie med færre penge end gennemsnittet samt unge anbragt uden for hjemmet, oplever mere mobning end andre unge. 47 % af de unge, som har været udsat for mobning én gang inden for det seneste år, har søgt hjælp eller rådgivning. Det samme gælder for kun 14 % af de unge, der har været udsat for mobning mange gange inden for det seneste år. 15 % af de unge i 9. klasse har mobbet andre på nettet inden for det seneste år.	16 % af de unge i 9. klasse er blevet mobbet på nettet inden for det seneste år. De unge, som lever i en familie med færre penge end gennemsnittet samt unge anbragt uden for hjemmet, oplever mere mobning end andre unge. 47 % af de unge, som har været udsat for mobning én gang inden for det seneste år, har søgt hjælp eller rådgivning. Det samme gælder for kun 14 % af de unge, der har været udsat for mobning mange gange inden for det seneste år. 15 % af de unge i 9. klasse har mobbet andre på nettet inden for det seneste år. Der er flere drenge (21 %) end piger (10 %), der svarer, at de har mobbet andre på digitale medier. 37 % af de unge, som er blevet mobbet, har også selv mobbet andre på digitale medier inden for det seneste år.

			Der er flere drenge (21 %) end piger (10 %), der svarer, at de har mobbet andre på digitale medier. 37 % af de unge, som er blevet mobbet, har også selv mobbet andre på digitale medier inden for det seneste år.	
Børns Vilkår, Alim, Nebelong, Kjeldsen, Bindslev, Kristensen & Johansen, 2019, Danmark	Børnehavebørns hverdag med digitale medier 2019, https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2018/12/Digital-Dannelse-Del-1.pdf	Det kvalitative analysegrundlag består af 12 interviews med 25 børnehavebørn (11 drenge og 14 piger) og 24 interviews med 25 voksne (forældre, pædagoger, pædagogiske ledere og kommunale chefer, hvoraf syv var mænd og 18 var kvinder). Det kvantitative analysegrundlag består af 1.310 børnehavebørn født i 2011 eller 2012 fra 141 forskellige børnehaver, 385 forældre til børn i samme aldersgrupper og fra samme udvalg af børnehaver, 181 pædagoger, 102 pædagogiske ledere og 41 kommunale chefer.	Den samlede undersøgelse består af: en indledende eksplorativ del, hvor formålet var at udforske emnet "digital dannelse i børnehøjde" gennem enkelt- og gruppeinterviews; en kvantitativ del, hvor formålet var at generere statistisk generaliserbar viden gennem elektroniske spørgeskemaer til målgrupperne; en opfølgende kvalitativ del, hvor formålet var at skabe mere dybdegående viden gennem interview.	Digitale medier er en fast del af 5-6-åriges hverdagsliv. De bruger mest digitale medier til at spille spil og se film på i hjemmet. Børnene oplever i nogen grad, at de voksne laver noget andet, mens de bruger tabletten eller telefonen såsom at lave mad (65 %), gøre rent (49 %) og arbejde i hjemmet (42 %). 32 % af børnene angiver, at de voksne er sammen med børnene på de digitale medier. Knap halvdelen af børnene (43 %) bruger digitale medier på 1-2 måder, og den anden halvdel (57 %) på 3-4 måder. Der er kønsforskelle i børnenes måder at bruge digitale medier på hjemme. Flere drenge end piger styrer robotter og pigerne ser oftere film og videoer end drengene.
Børns Vilkår, Alim, Møller, Kjeldsen, Nebelong, Tvergaard, Ghaderi & Thorhauge, 2019, Danmark	Skolebørns liv med digitale medier hjemme og i skolen 2019, https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2019/02/BV-Digital-Dannelse-Del-3.pdf	Spørgeskemabesvarelser fra 3.365 børn i 4. og 7. klasse, 708 skoleforældre, 90 skoleledere, 185 lærere samt 48 kommunale chefer. Derudover enkelt- og gruppeinterviews med 46 børn i 4. og 7. klasse, 4 skoleforældre, 5 skoleledere, 5 lærere samt 4 kommunale chefer.	Den samlede undersøgelse består af: en indledende eksplorativ del, hvor formålet var at udforske emnet "digital dannelse i børnehøjde" gennem enkelt- og gruppeinterview med børn, forældre, skoleledere, lærere samt kommunale chefer; en kvantitativ del, hvor formålet var at generere statistisk generaliserbar viden gennem elektroniske spørgeskemaer til børn, forældre, skoleledere, lærere samt kommunale chefer; en opfølgende	Omhandler en række forskellige forhold omkring digitalt mediebrug i skolen og hjemmet. I forhold til dette litteraturstudie er det mest relevante resultat, at dialog om digitale medier mellem forældre og barn skaber grobund for samvær. Foruden dialog viser interviewene, at et barns brug af et digitalt medie kan være udgangspunkt for socialt samvær mellem søskende. Undersøgelsen viser endvidere, at der er kønsforskelle i forhold til, hvilke voksne der er sammen med børnene om bestemte aktiviteter, der inkluderer digitale medier: flere fædre er sjældent eller aldrig sammen med deres barn om kreative eller undersøgende aktiviteter på digitale medier sammenlignet med mødre; 96 % af fædrene leger

			kvalitativ del, hvor formålet var at skabe mere dybdegående viden gennem interview med børn, forældre, skoleledere, lærere samt kommunale chefer.	eller bevæger sig sjældent eller aldrig med barnet med digitale medier, mens det samme er gældende for 73 % af mødrene. Modsat spiller fædrene oftere end mødrene digitale spil med deres barn.
Dansk Center for Undervisningsmiljø (DCUM), Rudbeck & Simonsen, 2016, Danmark	Hvordan har du haft det på internettet i dag?, https://dcum.dk/media/1223/dcum-rapport-digital-mobning.pdf	20 7., 8. og 9.klasseselever fra 14 forskellige skoleklasser på fem forskellige skoler, 10 drenge og 10 piger.	Undersøgelsen bygger på fem semistrukturerede gruppeinterviews med skoleelever i henholdsvis 7. og 9. klasse, samt fire individuelle interviews med elever fra 7., 8. og 9. klasse.	Skoleeleverne i undersøgelsen fortæller, at mobiltelefoner og computere er en integreret del af deres hverdag, og at de bruger dem løbende til blandt andet at vedligeholde venskaber. Digitale medier er en vigtig arena for børnenes identitetsdannelse, og det fylder meget for dem hvordan de præsenterer sig selv her. Meget af den digitale mobning opstår, fordi børnene "positionerer" sig i forhold til hinanden, hvor det at have et publikum til positioneringen er en faktor, som fører til mobning. Alle elever i undersøgelsen har enten selv oplevet digital mobning eller har venner, som har oplevet det. Selvom eleverne mener, at det kan være svært at placere skyld i de digitale mobbesager, oplever de, at lærerne ofte griber sagerne an på den "gammeldags" måde. Dette gør eleverne skeptiske overfor at involvere lærere, fordi de føler, at det tit er vilkårligt, hvem der får skylden for en konflikt. Eleverne i undersøgelsen oplever desuden, at der er forskelle på, hvordan piger og drenge agerer digitalt. Begge køn er optaget af popularitet og af at positionere sig, men drengene er generelt mindre i konflikt på de sociale medier end pigerne er.
Medietilsynet & Ipsos MMI, 2014, Norge	Barn og medier 2014, https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/2015/rapport_barnogmedier_2014.pdf	1.950 børn på 4-10. klassetrin (9-16 år) fra 71 skoler rundt om i Norge. Resultaterne er efterfølgende vægtet på køn, alder og geografi.	Online spørgeskemaundersøgelse med en svarprocent på 55.	Undersøger børn og unges mediebrug generelt. I forhold til sociale relationer og fællesskaber er det mest relevante resultat, at børn og unges digitale medier er kilde til uenighed mellem børn og forældre, men at det er tidsforbruget snarere end selve medieindholdet, der diskuteres. Børn og unge oplever desuden, at deres forældres interesse i deres digitale aktiviteter er faldende med alderen, og at forældrene generelt udviser større interesse for andre fritidsaktiviteter.

				Rapporten viser også, at lidt flere drenge (98 %) end piger (90 %) angiver, at de spiller computer.
Medietilsynet & Ipsos MMI, 2014, Norge	Foreldre om småbarns mediebruk 2014, https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/2015/rapport_foreldre_sma-barns_mediebruk_2014.pdf	2023 forældre til børn i alderen 1 til 12 år, 62 % mænd og 48 % kvinder, der er forældre til både drenge og piger (1016 drenge og 1007 piger).	Online spørgeskema udsendt til et tilfældigt udvalg af forældre med børn i alderen 1 til 12 år	Børn i alderen 1-12 år bruger generelt det meste af deres fritid på at være sammen med familie og venner, men ser også ofte film og tv, og 55 % bruger internettet dagligt, hvilket stiger med alderen. Internettet bruges først og fremmest til underholdning; pigerne er mest aktive på sociale medier, mens drengene bruger videotjenester og spil. Lidt over halvdelen af forældrene er bekymrede for, hvad børnene oplever på internettet, primært i forhold til mobning eller udlevering af personlige oplysninger. Tidsforbrug er den mest almindelige kilde til uenighed mellem forældre og børn, når det gælder mediebrug i hjemmet, og de fleste forældre angiver, at de taler med deres børn om deres medieoplevelser.
Medietilsynet & Sentio Research Norge 2010, Norge	Barn og digitale medier 2010, https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medierundersokelser/2010-barn-og-medier-9---16-ar-hovedrapport.pdf	1.777 besvarelser fra børn i alderen ni til 16 år fra 19 skoler rundt om i Norge samt interview med 1.000 tilfældigt udvalgte forældre til børn i alderen seks til 16 år. Begge undersøgelser er vægtet efter køn og alder, samt uddannelsesniveau for forældrenes vedkommende.	To spørgeskemaundersøgelser: én fysisk med børn og unge med en svarprocent på 76,5 og én telefonisk med forældre til børn i alderen seks til 16 år.	Beskriver børn og unges brug af og erfaringer med forskellige former for digitale medier, herunder brugen af computerspil, mobiltelefoner, chat osv., udbredelsen af mobning samt regler og undervisning i brug af digitale medier. Viser for eksempel at 19 % angiver at have været vidne til online mobning, 10 % angiver at de er blevet mobbet, og 5 % angiver, at de selv har mobbet. Viser også, at computerspil er populære, særligt blandt drengene.
Medietilsynet & Sentio Research, 2012, Norge	Barn og medier 2012, https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medierundersokelser/2012-barn-og-medier-9---16-ar-hovedrapport.pdf	2.042 børn på hhv. 4-7. og 8.-10- klassetrin (9-16 år) fra 27 skoler rundt om i Norge. Resultaterne er efterfølgende vægtet på køn og alder.	Online og fysisk spørgeskemaundersøgelse med en svarprocent på 81.	Bred undersøgelse af medievaner, der i forhold til sociale relationer og fællesskaber viser, at de ældre børn oplever at bruge for meget tid på medier og for lidt tid på blandt andet venner og familie. Dette er mest udpræget for piger, som også er mere tilbøjelige til at bruge sociale medier, sende tekstbeskeder mm. end drengene, der i højere grad spiller computer. Undersøgelsen viser også, at mediebrug er en kilde til uenighed og konflikt i hjemmet særligt omkring børnenes tidsforbrug, og at børnene oplever, at forældrene interesserer sig mindre for deres digitale aktiviteter end for andre fritidsaktiviteter.

<p>Medietilsynet & Sentio Research, 2012, Norge</p>	<p>Småbarn og medier 2012, https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2012-barn-og-medier-1---12-ar-hovedrapport.pdf</p>	<p>1.500 forældre til børn i alderen 1 til 12 år. 57 % mænd og 43 % kvinder, der er forældre til i alt 801 drenge og 699 piger. Undersøgelsen er vægtet på forældrenes alder og uddannelsesniveau</p>	<p>Online spørgeskema udsendt til et panel af forældre via e-mail.</p>	<p>Rapporten dokumenterer, at norske børn har en betydelig adgang til forskellige former for digitale medier og bruger dem ofte. Forældrene er generelt tilfredse med deres børns mediebrug, men 29 % af forældrene til drenge mener, at deres barn bruger for meget tid på computerspil, hvilket kun er ni % for pigerne. 53 % af forældrene angiver at have været bekymret for deres barns internetbrug, og 32 % bruger et spærreprogram eller filter, som begrænser adgangen til forskellige former for indhold via computeren. Forældrene finder det svært at opstille klare regler eller begrænsninger for både hvad børnene laver, og hvor meget tid, de bruger på digitale medier, men 45 % svarer alligevel, at de har opstillet regler for, hvad børnene må lave på internettet, ligesom 74 % har regler for, hvor meget TV børnene må se. Regler for mobiltelefoni er derimod mindre almindeligt.</p>
<p>Medietilsynet & Sentio Research, 2016, Norge</p>	<p>Barn og medier 2016, https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2016_barnogmedier.pdf</p>	<p>2.888 norske børn i alderen 9 til 16 år, heraf er 49,5 % piger, 48,9 % drenge, og 1,5 % har ikke opgivet køn.</p>	<p>Online spørgeskemaundersøgelse udsendt til et ikke udspecificeret antal af norske skoler.</p>	<p>Meget bred undersøgelse, der primært fokuserer på medievaner og tidsforbrug. I forhold til rapportens fokus på relationer og fællesskaber er det mest relevante, at undersøgelsen påviser, at digital mediebrug er en kilde til uenighed og konflikt i familier, og at disse typisk omhandler tidsforbrug snarere end indholdet, men at uenighederne er aftagende i takt med at børnene bliver ældre (undtagen for drenge og omkring computerspil, hvor der ses en stigning i uenighederne omkring 16-års alderen). Drengene oplever generelt en større grad af uenighed omkring regulering af computerspil, mens piger oplever større uenighed om mobilbrug.</p>
<p>Medietilsynet & Sentio Research, 2018, Norge</p>	<p>Barn og medier-undersøkelsen 2018, http://www.medi-enorge.uib.no/files/Eks-terne_pub/Barn-og-medier-2018.pdf</p>	<p>4.805 elever i alderen ni til 18 år fra 41 forskellige skoler og med en jævn kønsfordeling.</p>	<p>Webbaseret spørgeskema udsendt til 493 skoler, hvoraf 41 deltog og udsendte spørgeskemaet til deres elever. Undersøgelsen har en svarprocent på 74.</p>	<p>I 10-års alderen har næsten alle børn adgang til en mobiltelefon og over 90 % har smartphone fra 10-11 årsalderen, og bruger mere tid på mobilen end på at være (fysisk) sammen med venner og familie. En stigende andel af børn og unge synes, sammenlignet med 2016, at de bruger for meget tid på mobilen, sociale medier og internettet og for lidt tid sammen med venner og</p>

				familie. 28 % svarer, at de har været udsat for mobning via internettet, computerspil eller mobiltelefonen, og de ældre oplever det generelt oftere end de yngre, ligesom det er mere udbredt blandt drengene end blandt pigerne. 14 % svarer, at de selv har mobbet. Børnene er oftere uenige med forældrene om, hvor meget tid, de bruger på medierne, snarere end om, hvad de laver. For drengene omhandler konflikterne typisk spil, mens det for pigernes vedkommende typisk drejer sig om mobilbrug, sociale medier, film, serier eller tv.
Medietilsynet & Sentio Research, 2016, Norge	Foreldre om barn & medier 2016, https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2016_barnogmedier_foreldre.pdf	2.007 norske forældre med børn i alderen et til 18 år, heraf 51 % mænd og 49 % kvinder.	Undersøgelsen er gennemført via web-panel, hvor et tilfældigt udvalg af forældre med børn i alderen et til 18 år fik tilsendt et online spørgeskema. Data er vægtet på køn, alder og geografi for at gøre resultaterne repræsentative.	Ca. en tredjedel af forældrene har brugt filtre og indstillinger på forskellige medier til at begrænse indhold og betalingsmuligheder, hvilket er mest udbredt for forældre med børn i alderen fem til 12 år. Det er mest udbredt at have regler for brug af penge på mobilen/nettet samt ulovlig download og streaming, og det er mere almindeligt at opstille regler for computerspil for drenge end for piger. Regler om tidsforbrug fastsættes ofte i situationerne, og det er netop disse diskussioner, der oftest giver anledning til uenighed mellem børn og forældre, hvorimod der er større enighed om, hvad børnene bør gøre eller se via medierne. Det er mere almindeligt, at forældrene oplever at være uenige med drengene end med pigerne om, hvilke spil de skal spille, og hvor lang tid de skal bruge på det.
Medietilsynet & Sentio Research, 2018, Norge	Foreldre og medier 2018, https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2018-foreldre-og-medier	2.171 norske forældre med børn i alderen 1 til 18 år, heraf 51 % mænd og 49 % kvinder.	Undersøgelsen er gennemført via web-panel, hvor et tilfældigt udvalg af forældre med børn i alderen et til 18 år fik tilsendt et online spørgeskema. Data er vægtet på køn, alder og geografi for at gøre resultaterne repræsentative.	Forældrene oplyser, at drengene bruger betydelig mere tid på at spille computer end pigerne, og forskellen er størst fra 11-års alderen. Fra samme alder bruger pigerne mere tid end drengene på mobilen, sociale medier og film, serier eller TV-programmer. 45 % af forældrene svarer, at de har brugt filtre og indstillinger på forskellige medier til at begrænse indhold og betalingsmuligheder, og det er mest udbredt at have regler for brug af penge på mobilen/nettet samt ulovligt download og streaming. Halvdelen har også tydelige regler for, hvad børnene må gøre

				på internettet og lidt under halvdelen har regler for, hvilke computerspil, børnene må spille. Det opleves som betydeligt vanskeligere at opstille regler for tidsforbrug, hvor beslutningerne oftere træffes fra situation til situation. Det er netop disse diskussioner, der oftest giver anledning til uenighed mellem børn og forældre, hvorimod der er større enighed om, hvad børnene bør gøre eller se via medierne. Det er mere almindeligt, at forældrene oplever at være uenige med drengene end med pigerne om, hvilke spil de skal spille, og hvor lang tid de skal bruge på det.
Medietilsynet & Sentio Research, 2020, Norge	Barn og medier 2020 (Delrapport 1 om sociale medier og digitalt medieindhold), https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2020/200211-barn-og-medier-2020-delrapport-1_februar.pdf	3.395 børn og unge i alderen ni til 18 år fra 51 skoler fordelt på alle regioner (fylker) i Norge.	Online spørgeskemaundersøgelse udsendt til 51 skoler i Norge.	Handler om børn og unges brug af sociale medier samt de forskellige typer af digitalt medieindhold, som de tilgår. Viser blandt andet, at 90 % af de ni- til 18-årige er på et eller flere sociale medier, at 48 % af pigerne har fortrudt noget, de har delt, mod 33 % af drengene.
Nordisk ministerråd, Happiness Research Institute, Birkjær & Kaats, 2019, Danmark, Finland, Island, Norge og Sverige	Er sociale medier faktisk en trussel mod unges trivsel? 2019, http://medi-enorge.uib.no/files/Eks-terne_pub/Some-trus-sel-2019.pdf	Spørgeskemadata fra 1.160 14-29-årige unge; PISA-data fra omkring 77.600 unge respondenter (15–16-årige) fra Norden.	Rapportens indhold og konklusioner baserer sig primært på to kilder: (1) En kvantitativ spørgeskemaundersøgelse, hvor respondenterne var rekrutteret via Facebook; (2) en analyse af repræsentative PISA-data	Unge forbruget af sociale medier kan ikke ses som noget entydigt positivt eller negativt for unges trivsel, men må forstås i lyset af, hvilke unge, der bruger dem, hvordan de bruger dem, hvilke sociale medieplatforme, de bruger, og hvor lang tid de bruger. Effekten af socialt mediebrug er afhængig af køn, alder og særligt kvaliteten af unges offline-relationer – unge piger har for eksempel vanskeligere ved at undvære sociale medier og daglig brug er forbundet med en mindre livstilfredshed, hvis de samtidig oplever ringe emotionel støtte fra deres forældre. Der er forskel på aktiv brug (til direkte kommunikation med andre) og passiv brug, idet unge der primært bruger sociale medier aktivt oftere ses med venner offline. Og selvom unges tidsforbrug

				på sociale medier for det meste har en begrænset indvirkning på deres trivsel, kan et ekstremt højt forbrug være forbundet med mistrivsel. Det er dog vanskeligt at sige noget entydigt om kausaliteten i disse tilfælde.
Statens Medieråd, 2013, Sverige	Ungar & medier 2012/2013, https://statensmedierad.se/download/18.3d35018c150001239d91a877/1443358522280/Ungar_och_medier_2013_fullfarg.pdf	421 ni- til 12-årige og 403 13- til 18-årige. Kønsfordeling fremgår ikke.	To spørgeskemaundersøgelser udsendt til hhv. 1.000 ni- til 12-årige og 1.000 13- til 18-årige. Undersøgelserne har en svarprocent på henholdsvis 42,1 og 40,3.	Rapporten dokumenterer blandt andet børns og unges adgang til og brug af mobiltelefoner og identificerer en markant stigning i alle aldersgrupper sammenlignet med 2010. Den viser også, at drenge i alle aldersstrin oftere er såkaldte "højkonsumenter" af computerspil. I 15-års alderen svarer 50 % eksempelvis, at de spiller mere end tre timer om dagen, mens nul % af pigerne svarer det samme. Rapporten dokumenterer også, at brugen af sociale medier er udbredt, særligt blandt de ældste teenagere, og at piger i højere grad anvender digitale medier end drenge, hvilket er mest udbredt i 17-års alderen, hvor 42 % af pigerne svarer, at de bruger mere end tre timer om dagen på sociale medier mod 15 % af drengene.
Statens Medieråd, 2013, Sverige	Småungar & medier 2012/2013, https://statensmedierad.se/download/18.3d35018c150001239d91a630/1443358045127/Smaungar_och_medier_2013_fullfarg.pdf	423 forældre til børn mellem nul og fire år og 437 forældre til børn mellem fem og otte år. Kønsfordeling og forældrenes alder.	To spørgeskemaundersøgelser udsendt til hhv. 1.000 forældre til børn mellem nul og fire år og 1.000 forældre med børn mellem fem og otte år. Undersøgelserne har en svarprocent på henholdsvis 42,3 og 43,7 og er vægtet for køn og uddannelsesniveau.	Rapporten dokumenterer blandt andet en markant stigning i internetbrugen i takt med, at børnene bliver ældre, ligesom den viser, at denne stigning har taget til siden 2010. Den viser også, at drengene fra femårsalderen og frem bruger mere tid på at spille computer end pigerne. Rapporten identificerer desuden en stigning i forældre, der angiver at bruge medier sammen med deres børn, mens færre angiver at tale med børnene om medier.
Statens Medieråd, 2015, Sverige	Ungar & medier 2015, https://statensmedierad.se/download/18.7a953dba14fef1148cf3b32/1442841939189/Ungar-och-medier-2015.pdf	807 ni- til 12-årige og 789 13- til 18-årige. Kønsfordeling fremgår ikke.	To spørgeskemaundersøgelser udsendt til hhv. 1.999 ni- til 12-årige og 1.999 13- til 18-årige. Undersøgelserne har en svarprocent på henholdsvis 40,4 og 39,5.	Rapporten dokumenterer en fortsat stigning i andelen af børn og unge, der har og bruger mobiltelefoner, samt en fortsat tendens til, at drengene spiller mere computer end pigerne, mens pigerne i højere grad end drengene bruger sociale medier. Relativt store andele af børn og unge (mellem 35 og 38 %) oplever, at de bruger for meget tid på mobilen, på sociale medier og internettet.

Statens Medieråd, 2015, Sverige	Småungar & medier 2015, https://statensmedierad.se/download/18.7a953dba14fef1148cf3a0e/1442841273052/Sma-ungar-och-medier-2015.pdf	836 forældre til børn mellem nul og fire år og 792 forældre til børn mellem fem og otte år. Kønsfordeling og forældrenes alder.	To spørgeskemaundersøgelser udsendt til hhv. 2.000 forældre til børn mellem nul og fire år og 1.996 forældre med børn mellem fem og otte år. Undersøgelserne har en svarprocent på henholdsvis 41,8 og 39,7 og er vægtet for køn og uddannelsesniveau.	Rapporten dokumenterer blandt andet en markant stigning i internetbrugen i takt med, at børnene bliver ældre, ligesom den viser, at denne stigning har taget til siden 2012/13. Flere børn på alle alderstrin bruger altså dagligt internettet. Rapporten viser også, at drengene særligt i fem- til otteårsalderen bruger mere tid på computerspil end pigerne.
Statens Medieråd, 2017, Sverige	Ungar & medier 2017, https://statensmedierad.se/download/18.7b0391dc15c38ffbccd9a238/1496243409783/Ungar%20och%20medier%202017.pdf	769 ni- til 12-årige og 1.161 13- til 18-årige. Kønsfordeling fremgår ikke.	To spørgeskemaundersøgelser udsendt til hhv. 1999 ni- til 12-årige og 3.000 13- til 18-årige. Undersøgelserne har en svarprocent på henholdsvis 38,5 og 38,7.	Rapporten dokumenterer en stigning i andelen af såkaldte "højkonsumenter", så der eksempelvis i gruppen af 13-16-årige er 62 %, der anvender internettet mere end tre timer om dagen og 54 %, der anvender mobiltelefonen mere end tre timer om dagen mod hhv. 29 og 32 % i 2010.
Statens Medieråd, 2017, Sverige	Småungar & medier 2017, https://statensmedierad.se/download/18.30c25b3115c152ee8f82fe95/1495204277588/Småungar%20och%20medier%202017%20tillg%20anglighetsanpassad.pdf	768 forældre til børn mellem nul og fire år og 767 forældre til børn mellem fem og otte år. Kønsfordeling og forældrenes alder.	To spørgeskemaundersøgelser udsendt til hhv. 2.000 forældre til børn mellem nul og fire år og 1.998 forældre med børn mellem fem og otte år. Undersøgelserne har begge en svarprocent på 38,4 og er vægtet for køn og uddannelsesniveau.	Rapporten dokumenterer blandt andet, at børns brug af internettet fortsat stiger med alderen og at flere børn i alle aldersgrupper på nær de helt små bruger internettet dagligt end det var tilfældet i 2014. Børnene har i stigende grad deres egne enheder snarere end at dele med resten af familien.
Statens Medieråd, 2019, Sverige	Småungar & medier 2019, https://statensmedierad.se/download/18.126747f416d00e1ba9469044/1568041712057/Småungar%20och%20medier%202019%20tillg%20anglighetsanpassad.pdf	626 forældre til børn mellem nul og fire år og 633 forældre til børn mellem fem og otte år. Kønsfordeling og forældrenes alder.	To spørgeskemaundersøgelser udsendt til hhv. 2.000 forældre til børn mellem nul og fire år og 1.999 forældre med børn mellem fem og otte år. Undersøgelserne har en svarprocent på henholdsvis 31,3 og 31,7 og er vægtet for køn og uddannelsesniveau.	Rapporten dokumenterer blandt andet, at børns ellers tidligere stigende tilgang til digitale medier generelt er stagneret samtidig med, at typen af medier, der bruges, har ændret sig (fx ses der en markant nedgang i håndholdte spilheder, ligesom brugen af fælles computere i familien mindskes). Drengene har fortsat en større tendens til at spille computer end pigerne, mens der ikke er kønsforskelle, når det kommer til mobilspil.
Statens Medieråd, 2019, Sverige	Ungar & medier 2019, https://statensmedierad.se/download/18.126747f416d	652 ni- til 12-årige og 986 13- til 18-årige. Kønsfordeling fremgår ikke.	To spørgeskemaundersøgelser udsendt til hhv. 2.000 ni- til 12-årige og 2.999 13- til 18-årige. Undersøgelserne har en	Rapporten dokumenterer, at forskellige former for digitalt mediebrug nærmer sig en udbredelse på 100 % i alle aldersgrupper, og at smartphonen er blevet stærkt udbredt blandt de ni- til 18-

	<p>00e1ba946903a/1568041620554/Ungar%20och%20medier%202019%20tillganglighetsanpassad.pdf</p>		<p>svarprocent på henholdsvis 32,6 og 32,9.</p>	<p>årige, særligt i de ældste aldersgrupper fra 12 år og frem, hvor mellem 97 og 99 % svarer, at de har deres egen smartphone. Der er visse forskelle mellem kønnene, idet pigerne angiver, at de oftere bruger sms, taler i telefon, sender mms'er, tager billeder og bruger sociale medier, mens drengene i højere grad spiller spil. Pigerne bruger generelt deres mobiltelefoner mere, og karakteriseres hyppigere som "højkonsumenter", der bruger den mere end tre timer om dagen. Aldelen af højkonsumerende piger peaker allerede i 13-års alderen, mens det tidligere var i 16-årsalderen.</p>
<p>Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (VIVE), Ottosen & Andreasen, 2020, Danmark</p>	<p>Børn og unges trivsel og brug af digitale medier – to analysernotater, https://www.vive.dk/media/pure/15089/4329811</p>	<p>Litteraturgennemgangen baserer sig på 26 reviews, metaanalyser og større enkeltstudier. Første del af rapportens empiriske undersøgelser baserer sig på besvarelser fra 1.163 unge, der var 15 år i 2013 og 19 år 2017. Anden del baserer sig på besvarelser fra 871, 1.144, og 1.326 19-årige i henholdsvis 2009, 2013 og 2017. Dataen er indsamlet i forbindelse med Børn og Unge i Danmark-undersøgelsen, der er gennemført blandt ca. 12.000 tilfældigt udvalgte danske børn og unge i aldersgrupperne 3, 7, 11, 15 og 19 år.</p>	<p>Litteraturgennemgang af nyere danske og udenlandske undersøgelser og kortlægninger om børn og unges brug af digitale medier, samt internationalt publicerede reviews, metaanalyser og større enkeltstudier (2015-2020=, som omhandler spørgsmålet om de digitale mediers effekter på børn og unges trivsel. Desuden to opfølgingsstudier med spørgeskemadata fra 2009, 2013 og 2017.</p>	<p>Litteraturgennemgangen viser blandt andet, at danske børn og unge har et relativt højt skærmforbrug sammenlignet med børn og unge i sammenlignelige lande, at skærmforbruget stiger med alderen, og at drenge og pigers digitale mediebrug adskiller sig fra hinanden: drengene foretrækker computerspil og underholdning, mens pigerne foretrækker at vedligeholde deres sociale relationer gennem social mediebrug. De empiriske analyser viser, at størstedelen af de unge har et stabilt medieforbrug fra 15- til 19-års alderen, men at de drenge, der har et vedvarende højt skærmforbrug hyppigere, føler sig ensomme, ligesom piger, der brugte flere timer foran skærmen i 19-års alderen end i 15-års alderen, hyppigere er ensomme. Unge, der i 15-års alderen ofte chattede med deres venner, men gør det mindre i 19-års alderen føler sig også mere ensomme. Ydermere konkluderer undersøgelserne, at der er en sammenhæng mellem unges digitale adfærd og deres trivsel, idet unge der mistrives eller føler sig ensomme, er lidt mere tilføjelige til at bruge mere tid ved skærmen, end dem, der trives. Det er dog ikke tydeligt om det er et højt forbrug af digitale medier, der fører til mistrivsel eller omvendt.</p>

Bilag 4: Del B tabeller over inkluderede studier

Tablet til afrapportering af kvalitative studier for del B

Forfatter, år, land	Formål eller delformål	Population: alder, køn, antal (N)	Studiedesign og undersøgelsesmetode	Resultater
Burnette et al. 2017 USA Stærk	Det primære formål med studiet er at undersøge sammenhængen mellem unge pigers brug sociale medier og deres kropsofattelse, og hvordan denne sammenhæng påvirkes af pigernes tendens til at sammenligne sig med venner eller kendte personer.	12-14-årige (gennemsnitsalder: 13,4 år), Kun piger N=38	Kvalitativt studie med udgangspunkt i seks fokusgruppeinterview.	<p>1) Forskerne konkluderer, at pigerne oplever at de sociale medier er med til at fremme, at de sammenligner sig med andre på baggrund af udseende (hår, tøj, højde mv.) – for eksempel kendte personer, men i særlig grad med venner – men også, at de sociale medier er med til at forstærke bekymringer om deres udseende og påvirke deres kropsofattelse negativt.</p> <p>- <i>“Sometimes when I see someone post a picture, not necessarily a selfie but just any picture, I’m like, ‘I’m not that cute.’”</i></p> <p>2) Samtidig finder forskerne, at pigerne oplever at accept og værdsættelse af forskellighed, kendskab til de sociale medier samt selvtillid er forhold der er gunstige ift. at afbøde den negative betydning sociale mediers kan have på kropsofattelse og måden de sammenligner sig med andre på. Resultaterne peger på derudover på, at disse forhold forstærkes af støttende forældre og et støttende skolemiljø.</p> <p>- <i>At this school, they teach us how to like yourself and self-confidence and stuff.</i></p>
Favotto et al. 2017	Formålet med dette studie er at undersøge, hvordan brug af	11-15-årige (gennemsnitsalder er ikke oplyst)	Kvalitativt studie med udgangspunkt i syv fokusgruppeinterview.	Forskerne kommer frem til flere forskellige temaer, som var påvirket af internet-medieret kommunikation, og inddeler dem i fysisk aktivitet, negative

<p>Canada</p> <p>Moderat</p>	<p>internet-medieret kommunikation påvirker unges sundhed.</p>	<p>Fordeling af køn er ikke oplyst</p> <p>N= 40</p>		<p>mentale og emotionelle forstyrrelser, mindfulness og relationer.</p> <p>1) Stress: De unge udfolder, at det kan være stressende konstant at have kontakt til sine jævnaldrende, blandt andet fordi der kan blive sagt ting over beskeder, som man ikke vil sige direkte til personen, og at det ligeledes kan være en befrielse ikke at have adgang til telefonen. På den anden side nævner de unge, at det også kan påvirke dem, hvis de ikke får et svar med det samme, fordi man bliver bekymret for, om den, man skriver med, er okay.</p> <p>- <i>I used to have it all of the time and I would [get] really angry and stuff. There was a lot of drama that was involved with it. People say stuff over text that they wouldn't necessarily say in person. It made me more stressed and when I didn't have it I felt better.</i></p> <p>2) Mobning: Ligeledes understreger en af interviewpersonerne, at internet-medieret kommunikation også kan være en kilde til mobning (henvisning til mobbeafsnittet). En interviewperson udfolder også det modstridende forhold, det kan være at have adgang til teknologien; på den ene side kan det være virkelige stressende, men man kan også flygte lidt fra de problemer, man har i det virkelige liv.</p>
<p>Scott et al. 2019</p> <p>Skotland</p> <p>Moderat</p>	<p>At give unge en stemme i litteraturen omkring søvn og brug af sociale medier.</p>	<p>11-17-årige (gennemsnitsalder: 14,3 år)</p> <p>50 % drenge</p> <p>N = 24</p>	<p>Kvalitativt studie med fokusgruppe interview (med 6 deltagere i hvert interview)</p>	<p>To overordnede temaer: Frygt for at gå glip og normer ("Missing Out and Norms") og forventninger ("Expectations").</p> <p>1) De unges brug af sociale medier om natten/inde sengetid var drevet af bekymringer for de negative konsekvenser i "offline-verdenen", hvis de var afkoblet fra sociale medier. Disse bekymringer</p>

				<p>omfattede risikoen for eksklusion, fordi man var gået glip af online interaktioner og frygt for social misbilligelse, hvis man overtræder normer omkring at være online tilgængelig hele tiden samt at give hurtige svar.</p> <p>2) Der var en gensidig bekymring omkring konsekvenserne af ikke at være aktiv på sociale medier, især omkring sengetid, hvor deltagerne rapporterede, at deres jævnaldrende var mest aktive. Deltagerne rapporterede, at det ikke at være aktiv på sociale medier ved sengetid kan føre til, at man går glip af online samtaler, og dermed risikerer at føle sig udeladt fra ansigt til ansigt interaktioner den efterfølgende dag, hvilket var ledsaget af følelser af frustration, ensomhed og paranoia.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>"Yeah then it sort of leads to exclusion and you feel paranoid that you're not included in that"</i>
<p>Park 2018</p> <p>Sydkorea og Australien</p> <p>Svag</p>	<p>At undersøge hvordan unge tilpasser sig til den digitale verden ("the networked digital space")</p>	<p>12-18-årige (gennemsnitsalder er ikke oplyst)</p> <p>35 % drenge (7 australsk drenge og 4 sydkoreanske drenge)</p> <p>N = 31 (17 fra Australien og 14 fra Sydkorea)</p>	<p>Kvalitativt studie med semi-strukturerede interviews</p>	<p>1) Hyppig deltagelse i online interaktioner er forbundet med en følelse af FOMO.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>"Scroll [my Facebook] ... I kind of feel like I'm missing out on something if I don't check it every day"</i> Jackie, AU <p>2) Det korte tidsrum, der er til at deltage i online interaktioner omkring et opslag på de sociale medier, inden det forsvinder, er medvirkende til, at børn og unge hyppigt bruger sociale medier. Dette forklares blandt andet med at børn og unges tilstedeværelse på digitale medier giver dem mulighed for at opretholde og danne venskaber.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>"You feel the need to contact them on a daily basis, and just, like, to maintain the friendship by committing on their photos ... I guess individuals who they don't have a phone, they would feel kind</i>

				<i>of left out. It's one click away. You just can do anything really quickly"</i>
Tatangelo og Ricciardelli 2017 Australien Stærk	At undersøge børn og unges medie relaterede "sociale sammenligning" (oversat fra social comparison) og hvordan dette påvirker deres kropsbillede.	8-10-årige (gennemsnitsalder: 9,4 år for pigerne og 9,2 år for drengene) 51 % drenge N = 68	Kvalitativt studie med fokusgruppe og individuelle interview	<p>1) Sammenligning med andre ("social comparison") opleves for drenges vedkommende ofte som inspirerende og motiverende, hvor det for pigernes vedkommende oftere forbindes med negative følelser.</p> <p>2) Tydelige kønsforskelle fremtræder i forhold til, at pigerne primært sammenligner sig selv med andre på baggrund af deres udseende og drengene i højere grad sammenligner sig med andre om sport eller fysiske færdigheder.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>"I want to look like Mia and Mia wants to look like me. She thinks that I'm pretty but I don't think I'm pretty, I think she's pretty. She doesn't think she is pretty"</i> - <i>"I'm probably one of the best at footy, not the very best but my best sports are footy and cricket"</i> <p>3) På tværs af kønnene ses, at børn i langt højere grad sammenligner sig med venner, for blandt andet at opnå anerkendelse, end med mediefigurer.</p>
Throuvala et al. 2019 England Moderat	At undersøge af brugen, motivation og værdier, som tilskrives skærmtid og brug af social netværks sider (sociale medier) blandt unge.	12-16-årige (gennemsnitsalder: 13,5 år) 52 % drenge N=42	Kvalitativt studie med semi-strukturerede fokusgruppe-interviews	<p>1) Studiet finder, at oplevelse af FOMO er en motivationsfaktor for at bruge sociale medier, fordi de unge ikke vil gå glip af mulighederne for at tilbringe tid sammen med venner, samt konstant har behov for at vide, hvad deres venner laver. Derudover beskriver deltagerne, at FOMO bliver forstærket af den gensidige forventning om konstant tilgængelighed og nomofobi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>"When you can't reply, it makes you feel really agitated, get really angry, and you're like I need to reply. I have to reply"..."</i>

				<ul style="list-style-type: none"> - <i>“Even when you’re with your friends you’re like “oh look what she posted”...”</i> <p>2) Studiet finder, at ”sammenligning med andre” (social comparison) er også en motivationsfaktor for unges brug og engagement på sociale medier for eksempel beskriver deltagerne, at sammenligning med andre kan være ledsaget af frygt for andres bedømmelser, samt stor opmærksomhed på at få mange ”likes”, kommentarer og ”venner”/”følgere”, hvilket fører til, at de redigerer deres billeder, inden de poster dem.</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>“I get scared that someone will post a really ugly photo of me, I feel that people are so judgmental.”</i>
<p>Weinstein 2018 USA</p> <p>Moderat</p>	<p>At undersøge og forstå sociale medier fra unges ståsted</p>	<p>Gennemsnitsalder: 15,26 år</p> <p>38,5 % drenge</p> <p>N= 26</p>	<p>Kvalitativt studie med semi-strukturerede interviews</p> <p>Studiet består også af en kvantitativ del, men resultater fra denne del er ikke relevant for fokuset i denne rapport, hvorfor den kvantitative del af studiet ikke rapporteres.</p>	<p>1) Hovedparten af deltagerne beretter om en ambivalent følelse omkring sociale medier. Sociale medier medfører negative følelser, som beskrives som stress i forbindelse med andres bedømmelser/feedback på SOME-opslag, som man har lagt op. De positive følelser omhandler om glæden og spændingen ved at lave et opslag på sociale medier og modtage positiv feedback:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>“I feel good when I post something. I feel kinda happy ... Every time I have an idea, I get really excited about it, I wanna put it out there.”</i> - <i>“If I post something [on Instagram] ... I’ll keep checking to see what people are saying or liking or doing. I wouldn’t say it’s a feel-good app, like you’d be happy when you’re posting. More like ... [you feel] anxious to see what people are gonna say for your posts”</i>

				<p>2) Deltagerne beskriver det også som overvældende, stressfyldt og fyldt med forventningspres om at skulle besvare alle de beskeder, som hele tiden modtages på sociale medier.</p> <ul style="list-style-type: none">- <i>“gets annoying, especially when so many people—like 10, 12 people are snapchatting you at the same time, constantly. ... [it is] “impolite to have someone send you something and not to respond.”</i>- <i>“really stressful” because “you have to constantly be on your phone and making sure that you don’t lose a streak with someone.”</i>
--	--	--	--	---

Tabel til afrapportering af kvantitative studier for del B

Forfatter, år, land	Formål/delformål	Population: alder, køn, antal (N)	Studiedesign og undersøgelsesmetode	Eksposering	Udfaldsmål	Resultater
Affifi et al. 2018 USA Svag	At undersøge hvordan brug af teknologi og medier påvirker stress (kortisol) blandt både forældre og deres børn. Herunder undersøge på hvilken måde mængden af generelt forbrug af teknologi blandt forældre og børn over en uge, påvirker deres niveau af kortisol opvågningsrespons og daglige kortisol niveau.	13-18-årige (gennemsnitsalder: 14,8 år) 50 % drenge N=62 børn (og 62 forældre)	Tværsnitsstudie: selvrapporteret spørgeskemaer vedr. forbrug af teknologi og medier og indsamling af to spyprøver på én uge.	Forbrug af medier og teknologi for eksempel emailing, telefonbrug (inkl. al forbrug af smartphone herunder opkald, sms, musik, billeder, internet etc.), general media brug (fx TV-sening, gaming, mediedeling, internet surfing) og sociale medier (fx tjekke Facebook eller andre sociale netværk, statusopdateringer, dele billeder og læse opslag). Antal venner på Facebook og antal venner på Facebook, som du kender personlig.	Måling af kortisol opvågningsrespons målt over to dage (ved opvågning, 30 min efter opvågning, middag og sengetid): Kortisol blev målt ved det gennemsnitlige niveau på tværs af de to indsamlingsdage. Kortisol opvågningsrespons blev målt ved 30 min efter opvågning minus "opvågningscoren". Det daglige niveau af kortisol blev analyseret på tværs af måletidspunkterne (opvågning, 30 min efter opvågning, middag og sengetid).	1) Unge med større mobiltelefonbrug ($p = 0.05$, $B = 0.01$, 95 %CI [-0.0003, 0.02], $t(59.94) = 1.95$), mere generel mediebrug ($B = 0.09$, 95 %CI [0.002, 0.17], $t(59.49) = 2.04$, $p < 0.05$), og brug af sociale netværk på Facebook ($B = 0.01$, 95 %CI [0.002, 0.02], $t(58.45) = 2.49$, $p < 0.05$) har en større stigning i kortisol opvågningsrespons. Disse analyser er kontrolleret for søvn. 2) Der er ikke fundet signifikante forskelle i kortisolniveau over hele døgnet. En stigning i kortisol opvågningsrespons er forventelig og sundt, men for høj eller for lav kortisol opvågningsrespons er ofte en prædikator for dårligere mental sundhed, herunder stress. 3) Når brug af teknologi ved sengetid var højt, var det generelle brug af medier associeret med en stigning i CAR for unge

						(b = 0.34, t = 2.39, p < 0.05) sammenlignet med deres forældre.
Barry et al. 2019 USA Svag	At undersøge unges mobning på sociale medier i relation til eksempelvis engagement i sociale medier (rapporteret af de unge og deres forældre).	14-17-årige (gennemsnitsalder: 15,5) 48.6 % drenge og 3,7 % "andre" eller "nægtede at svare" N=214 unge (428 forældre)	Tværsnitsstudie: Forældrerapporterede og selvrapporterede spørgeskemadata	Unge brug af sociale medier målt med "Social Media Survey - Adolescent Version og Parent Version", som for eksempel spørger til antal konti på sociale medie, hyppighed af at tjekke sociale medier og oplevelse med at udøve og være udsat for online mobning.	FOMO målt med Fear of Missing Out Survey (FOMOS), som indeholder spørgsmål: "I get worried when I find out my friends are having fun without me"	1) FOMO er associeret til at udøve online mobning (målt ved aggression). Dvs. dem, som mobber online, oplever højere grad af FOMO (rapporteret af unge: korrelation = 0,25, p < .001 og rapporteret af forældre: korrelation = 0,17, p < 0.05) 2) FOMO er associeret til at blive mobbet online (målt ved "victimization"). Dvs. dem, som bliver mobbet online, oplever højere grad af FOMO (rapporteret af unge: korrelation = 0.29, p < .001) 3) Efter kontrol for relevante kontrolvariable, er FOMO fortsat associeret med at blive mobbet online (direkte online mobning: standardiseret effekt = 0.17, p < 0.05 og indirekte online mobning: standardiseret effekt = 0.19, p < 0.01 (rapporteret af unge))
Barry et al. 2017 USA	At undersøge sammenhængen mellem unges brug af sociale medier og forældrerapporterede symptomer på	14-17-årige (gennemsnitsalder: 15,3 år) 48,7 % drenge og 6,2 %	Tværsnitsstudie: Forældrerapporterede og selvrapporterede spørgeskemadata	Unge brug af sociale medier målt med "Social Media Survey - Adolescent Version og Parent Version", som for eksempel spørger til	Unge oplevelse af FOMO betragtes i studiet som moderator for sammenhængen mellem aktivitet på sociale medier og for eksempel depression	1) Forældrerapporterede og unges selvrapporterede antal konti på sociale medier er positivt korreleret med de unges selvrapporterede FOMO: partiel korrelation: 0,34, p < 0,001 (forældre

Svag	for eksempel depression og angst, herunder relationen til de unges selvrapporterede FOMO.	angav ikke køn N=113		antal konti på sociale medie, hyppighed af at tjekke sociale medier og oplevelse med at udøve og være udsat for online mobning.	og angst (målt med 5th edition of the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) FOMO målt med Fear of Missing Out Survey (FOMO-S), som indeholder spørgsmål: "I get worried when I find out my friends are having fun without me"	rapporteret) og partiel korrelation: 0,40, $p < 0,001$ (selvrapporteret af de unge). 2) Unges selvrapporterede hyppighed af at tjekke sociale medier er positivt korreleret med FOMO: partiel korrelation: 0,35, $p < 0,001$. 3) Unges følelse af FOMO forstærker sammenhængen mellem antal konti på sociale medier (rapporteret af forældre) og symptomer på angst og depression: angst; $\beta = 0.34$, $se = 0.09$, $p < .001$ og depression; $\beta = 0.18$, $se = 0.05$, $p < .001$. Dvs., at når antallet af konti på sociale medier stiger og niveauet af FOMO samtidig også stiger, så tenderer symptomer på angst og depression til at være højere. Denne sammenhæng er ikke signifikant, når antal konti på sociale medier rapporteres af de unge selv.
Boers et al 2019 Canada Stærk	At undersøge associationen mellem fire typer skærmtid (sociale medier, fjernsyn, videospil, computerbrug) og symptomer på depression blandt unge. Derudover at	Eleverne følges fra 7. til 11. klassetrin (gennemsnitsalder: 12,7 år) 53 % drenge N=3659	Opfølgingsstudie som anvender en årlig online spørgeskemaundersøgelse (studiet anvender data fra et RCT-studie, som undersøger effekten af et forebyggelsesprogram om stoffer og alkohol).	Skærmtid målt ved antal timer brugt på 1) sociale medier, 2) fjernsyn, 3) computerspil og 4) computerbrug. Effekten af tidsforbruget estimeres enten som 1) "between-	Symptomer på depression er målt ved en sub-skala til the Brief Symptoms Inventory scale.	1) Studiet finder, at sociale medier (både between-person og within-person) er associeret med øgede symptomer på depression. Et generelt højt forbrug af TV over fire år er ikke associeret med øget depression, men det var en stigning i TV-forbrug indenfor samme år derimod.

	undersøge, om denne sammenhæng kan forklares med udgangspunkt i én af tre teorier: 1) "dis-placement hypothesis", hvor skærmtid erstatter fysisk aktivitet, 2) "upward social comparison" hvor man sammenligner sig med andre, man vurderer er i en mere gunstig situation end en selv, fx med perfekt liv eller krop, eller 3) "reinforcing spirals", hvor man søger og vælger information som er i overensstemmelse med ens stemning – fx søger depressive personer mere depressivt indhold på skærmen.			person", som afspejler et højt gennemsnitligt tidsforbrug over alle fire år eller 2) "within-person", som afspejler at tidsforbruget øges med en time indenfor et år.		Desuden fandt studiet, et højt gennemsnitligt tidsforbrug af computer over fire år øger risikoen for symptomer på depression, men at en stigning indenfor et samme år ikke gør. Tidsforbrug af videospil (både between-person og within-person) var ikke associeret med symptomer på depression. 2) Studiet konkluderer, at noget af sammenhængen mellem et højt tidsforbrug af sociale medier og symptomer på depression kan forklares med, at børn og unge sammenligner sig med andre, som de synes har et bedre liv end dem selv.
Canas et al. 2019 Spanien Svag	At analysere den psykologiske profil af individer, som er involveret i online mobning - både mobbeofre og mobbere.	11-18-årige (gennemsnitsalder: 13,8 år) 47 % drenge N=1318	Tværsnitsstudie: selvrapporterede spørgeskemaer	Online mobning målt ved Cyberbullying Scale (CYB-AG), som for eksempel spørger til antallet af online mobbeepisoder udøvet det seneste år på mobiltelefonen.	Selvoplevet stress målt ved spansk oversættelse af Perceived Stress Scale (PSS), som spørger til specifikke stress situationer den seneste måned.	1) Online mobning korrelerer positivt med selvoplevet stress blandt online mobbeofre (korrelation =0,27, p<0,01.) og online mobbere (korrelation=0,09 p<0,01). Dvs., at online mobbeofre og mobbere begge scorer højere i selvoplevet stress

						<p>sammenlignet med unge, som ikke bliver online mobbet eller online mobber.</p> <p>2) Inddeles online <i>mobbeofre</i> i tre grupper (ingen, moderat og svær online mobning) ses det, at unge, som er udsat for svær mobning scorer højere i selvoplevet stress sammenlignet med unge, som er udsat for ingen eller moderat grad af online mobning: $F(2, 1109)=32,84$ $p<0.05$. Effektstørrelsen er lille, $\eta^2 = 0,06$.</p> <p>3) Inddeles online <i>mobbere</i> inddeles i tre grupper (ingen, moderat og svær online mobning) ses det, at unge, som udøver svær mobning, scorer højere i selvoplevet stress sammenlignet med unge, som ikke udøver online mobning eller udøver moderat grad af online mobning: $F(2, 1082)= 9.68$ $p<0,05$. Effektstørrelsen er lille, $\eta^2 = 0,01$.</p> <p>4) Piger scorer højere end drenge i selvoplevet stress ($t = -2,77$, $p<0,01$).</p>
Ferguson et al. 2016 USA	At undersøge voldelige computerspil eksponering i forhold til kortvarigt	12-18-årige (gennemsnitsalder: 15,4 år)	Deltagerne blev randomiseret til at spille et voldeligt eller ikke-voldeligt computerspil. Før computerspillet	Et voldelig (Tomb Raider) eller et ikke voldeligt (FIFA) computerspil	Kortvarig stress. Dette blev målt ved hjælp af måleinstrumentet State/Trait Anxiety Inventory (STAI), som	<p>1) Overordnet viste analyserne af sammenhænge mellem tid eller spiltype og stress ingen signifikant effekt. Der var dog en grænsesignifikant interaktion</p>

Moderat	fald i stress blandt unge.	67,4 % drenge N=43	blev deltagerne bedt om at udfylde præ-tests om blandt andet stress. Deltagerne fik fortalt, at de skulle undersøges i forhold til, hvordan computerspil påvirker kognitiv læring (som dækhistorie). Herefter blev deltagerne randomiseret til at spille enten Tomb Raider eller FIFA.		medtager udsagn som "Jeg føler mig rolig" og "Jeg føler mig nervøs".	mellem tid og spiltype ($F(1,40) = 3,80$; $p=0,058$ $r = 0,29$), hvor deltagere blev mere stresset ved at spille voldelige spil. 2) I en subgruppeanalyse fandt forfatterne, at drengene ikke blev mere stresset af at spille et voldelig computerspil (29,47 ved præ-måling vs 29,56 ved post-måling), men at stressniveauet blandt pigerne steg (30,25 ved præ-måling vs 38,63 ved post-måling).
Foerster et al. 2019 Schweiz Moderat	Formålet er at undersøge effekten af natlig brug af mobil relateret opvågning og skærmtid på unges søvnproblemer og generelle helbredssymptomer.	13-15-årige 56,4 % piger N=895	Kohortestudie med selvrapporterede spørgeskema om elektronisk mediebrug, søvnproblemer, generel sundhed og socioøkonomiske faktorer, som indsamles efter et år. Yderligere har forældre svaret på spørgsmål om hjemmet, samt deres uddannelse og erhverv. Data er fra HERMES (Health Effects Related to Mobile phone use in adolescentS) kohorte studie. Der er blevet justeret for relevante	Natlig brug af telefonen og general skærmtid. Forskerne definerer deltagerne som værende eksponeret, hvis de har et skærmtidsforbrug over medianen (baseline-median: 180,8 min/dagen, median ved opfølgning: 173,6 min/dagen).	Generelle helbredssymptomer (træthed, udmattelse, mangel på koncentration)	1) Efter justering for relevante confoundere finder forskerne, at meget skærmtid ved både baseline og opfølgning øger risikoen for at opleve symptomer, som udmattelse (OR: 2.23 (CI: 1.21–4.13)), mangel på koncentration (OR: 3.18 (CI: 1.56–6.48)), samt dårlig fysisk trivsel (OR: 2.36 (CI: 1.30–4.29)). I forhold til trivsel fandt forskerne ligeledes, at deltagere, som øgede deres skærmtid fra baseline til opfølgning ligeledes havde en dårligere trivsel (OR: 2.01 (CI: 1.04–3.88)). For den samme gruppe sås en mindre OR i forhold til træthed (OR: 0.42 (CI: 0.20–0.91)). Deltagere, som mindskede deres skærmtidsforbrug fra baseline til opfølgning reducerede risikoen for at udvikle

			confoundere såsom køn, alder, klasse, fysisk aktivitet, rygning, alkohol og forældres uddannelse.			<p>hovedpine (ikke signifikant (OR: 0,50 (CI: 0,19–1,28)), men øgede risikoen for at få dårligere fysisk trivsel (OR: 2.01 (CI: 1.04–3.88)) sammenlignet med referencegruppen, som hverken havde et højt forbrug ved både baseline og opfølgning.</p> <p>2) Deltagere med mobilrelateret opvågning om natten ved baseline og opfølgning havde signifikant øget risiko for at udvikle hovedpine (OR: 2.72 (CI: 1.01–7.36)) og tilnærmelsesvist signifikant risiko for at udvikle koncentrationsbesvær (OR: 2.67 (CI: 0.98–7.22)). Den sidstnævnte blev signifikant blandt deltagere, som rapporterede opvågning pga. mobiltelefonen ved opfølgning, men som ikke rapporterede det ved baseline (OR: 3.15 (CI: 1.22–8.14)).</p>
<p>Fran- china et at, 2018</p> <p>Belgien</p> <p>Moderat</p>	<p>At undersøge sammenhængen mellem FOMO, social mediebrug, problematisk social mediebrug (PSMU) og phubbing adfærd.</p>	<p>Gennemsnitsalder: 14,9 år</p> <p>42,9 % drenge</p> <p>N=2663</p>	<p>Tværsnitsstudie, selvrapporterede spørgeskemaer</p>	<p>FOMO målt med Fear of Missing Out Survey (FoMOS), som indeholder spørgsmål: "When I go on summer camp or vacation, I continue to keep tabs on what my friends are doing". Studiet anvendte kun 4 af spørgeskemaet i alt 10 spørgsmål.</p>	<p>Brug af sociale medier målt ved for eksempel at spørge antallet af aktive konti på sociale medier og hvor ofte deltagerne bruger sociale medier.</p> <p>Problematisk brug af sociale medier (PSMU) målt vha. 7 spørgsmål for eksempel "How frequently</p>	<p>1) FOMO er positivt associeret med brugen af populære sociale medier såsom Facebook (parameter estimat: 0,48, SE: 0,07, p<0,001), Instagram (parameter estimat: 0,34, SE: 0,07, p < 0,001), Snapchat (parameter estimat: 0,28, SE: 0,07, p<0,001) og YouTube (parameter estimat 0,18, SE: 0,07, p < 0,01).</p>

					<p>do you find it difficult to quit using social media?"</p> <p>Phubbing adfærd målt vha. 4 spørgsmål for eksempel "How frequently are you engaged with your phone during a conversation?"</p>	<p>2) FOMO ($\beta = 0,14$, $p < 0,001$) er positivt associeret til antallet af aktive SOME-konti, som de unge har. Dvs. jo højere grad af FOMO, jo flere aktive SOMO-konti.</p> <p>3) FOMO er stærkere korreleret til Facebook ($r = 0,16$, $p < 0,001$) og Snapchat ($r = 0,17$, $p < 0,001$) end YouTube ($r = 0,00$, $p = 0,92$) og Twitter ($r = 0,06$, $p = 0,002$).</p> <p>4) FOMO er en signifikant prædiktør for problematisk brug af sociale medier (PSMU) ($\beta = 0,40$, $p < 0,001$) og phubbing adfærd ($\beta = 0,20$, $p < 0,001$).</p> <p>5) FOMO er signifikant prædikeret af køn: piger rapporterede højere FOMO score ($\beta = 0,08$, $p < 0,001$). FOMO er ikke signifikant associeret til alder ($\beta = 0,03$, $p = 0,109$) eller karakterer i skolen ($\beta = -0,01$, $p = 0,80$).</p>
<p>Fredstrom et al. 2011</p> <p>USA</p> <p>Svag</p>	<p>At undersøge 6 områder af unges psykosociale og psykologiske tilpasning i relation til skolebaseret og elektronisk mobning: selvværd, social stress, angst, depressive</p>	<p>Gennemsnitsalder: 15,8 år</p> <p>43 % drenge</p> <p>N=802</p>	<p>Tværsnitsstudie (en del af et større opfølgingsstudie). Data er baseret på selvrappede spørgeskemaer.</p>	<p>Skolebaseret mobning (deltagerne skulle svare på "hvor ofte du blev mobbet i skolen det seneste år")</p> <p>Elektronisk mobning (deltagerne skulle svare på, om de havde</p>	<p>Social stress målt ved at anvende dele af spørgeskemaet "The BASC-2", blandt andet de 10 spørgsmål vedr. social stress.</p>	<p>1) Elektronisk mobning er associeret til højere stressniveau: $b=1,05$, $SE=0,15$, $\beta = 0,25$, $t\text{-værdi}=6,99$, $p < 0,001$. Dvs. højere niveau af elektronisk mobning er forbundet med højere niveau af stress. Skolebaseret mobning er tilsvarende relateret til stress.</p>

	symptomer, kontrol og tro på egne evner.			oplevet mobning på forskellige elektroniske - telefonbaserede og computerbaserede - enheder det seneste år)		<p>2) Når der kontrolleres for skolebaseret mobning forbliver elektronisk mobning en signifikant prædiktør for social stress: $b=0,66$, $SE=0,15$, $\beta =0,15$, $p<0,001$.</p> <p>3) Deltagere, som var udsat for computerbaseret mobning, scorer højere i social stress ($F(1,775) = 32,04$, $p<0,001$), sammenlignet med deltagere, som ikke havde været udsat for computerbaseret mobning. Telefonbaseret mobning er ikke associeret med social stress.</p>
Garaigordobil og Machimbarrena 2019 Spanien Moderat	At analysere sammenhængen mellem mobning (hhv. ansigt-til-ansigt mobning og online mobning) og selvoplevet stress og forskellige andre følelsesmæssige og adfærdsmæssige problemer.	9-13-årige (gennemsnitsalder: 10,7 år) 50,2 % drenge N=1993	Tværsnitsstudie, selvrapporterede spørgeskemaer	Ansigt-til-ansigt mobning og online mobning målt ved "Cyberbullying: Screening of peer harassment", som vurderer ansigt-til-ansigt mobning (fysisk, verbalt, social og psykologisk) og online mobning.	Selvoplevet stress målt ved "Inventory of Children's Daily Stress", som vurderer stress på tre parametre: sundhed og psykosomatiske problemer, stress i skolekontekst og stress i en familie kontekst.	<p>1) Offline og online mobning (både mobbeofre (målt ved "cyber victimization" og "victimization") og mobbere (målt ved "cyber aggression" og "aggression") er associeret med et højt generelt stressniveau: $F(4, 1901) = 79,01$, $p<0,001$, med høj effektstørrelse, $\eta^2 = 0,143$.</p> <p>2) At blive mobbet online (målt ved "cyber victimization") er positivt korreleret med familiestress ($r=0,19$, $p<0,000$), skolestress ($r=0,23$, $p<0,000$), og generel stress ($r=0,26$, $p<0,000$).</p> <p>3) At mobbe online (målt ved "cyber aggression") er korreleret</p>

						med skolestress ($r=0,08$, $p<0,000$) og generel stress ($r=0,05$, $p<0,029$).
Gentile et al. 2017 USA Svag	Dette studie undersøger effekten af voldeligt indhold i computerspil på to fysiologiske indikatorer for fight-or-flight respons (kortisol og kardiovaskulære "arousal").	8-12-årige (gennemsnitsalder = 10,1 år) 49,2 % drenge N=163	Ekspirement Børn blev randomiseret til at spille enten et voldeligt eller ikke-voldeligt computerspil	Voldelige computerspil (Spiderman) eller ikke-voldeligt computerspil (Find Nemo)	Kortisol målt i spyt, kardiovaskulær "arousal" (på baggrund af hjerterytme og blodtryk)	1) Forskerne finder en sammenhæng mellem voldelige computerspil og øget kortisolniveau i løbet af computerspillet blandt børn, der spiller voldelige computerspil ($M = 0,167$) i forhold til de børn, som ikke spiller et voldeligt computerspil ($M = 0,112$) ($F(1, 94) = 8,78$, $p < 0,01$, partial $\eta^2 = 0,09$). Dette er blandt andet kontrolleret for baseline kortisolmålinger. 2) Dette studie undersøger ligeledes kardiovaskulær arousal i løbet af computerspillet og finder en overordnet effekt ($F(1, 112) = 4,76$, $p = 0,05$, partial $\eta^2 = 0,04$) og en forskel mellem kønnene, da arousal øges blandt drenge ($M_{\text{spiderman}}=0,70$; $M_{\text{Find Nemo}}=-0,51$), men ikke blandt pigerne ($M_{\text{spiderman}}=-0,25$; $M_{\text{Find Nemo}}=-0,03$) ($F(1, 112) = 10,16$, $p < 0,01$, partial $\eta^2 = 0,09$).
Hawk et al. 2019 Holland Stærk	Dette studie undersøger hvordan narcissisme hænger sammen med unges problematiske brug af sociale medier, smartphone stress og	12-15-årige ved først måling (T1) (gennemsnitsalder: 12,9 år) 52 % piger	Opfølgingsstudie med et års mellemrum mellem baseline (T1) og opfølgning (T2). De unge blev rekrutteret fra to skoler. De unge besvarede et computerbaseret	1) Narcissisme: målt ved 10 item Childhood Narcissism Scale, som indeholder spørgsmål som fx 'børn som mig, fortjener lidt mere' og 'jeg kan godt lide at	1) Smartphone stress: blev målt ved fem selvudviklede spørgsmål, som adresserer de unges oplevelse af "nomofobi" (frygten for at være uden sin telefon) og af at blive overvældet af indholdet	1) Smartphone stress var moderat stabil fra baseline (T1) til opfølgning (T2) ($B=0.479$, $SE=0.048$, $p < .001$). Ved baseline var Smartphone Stress associeret med køn ($B=-0.258$, $SE=0.112$, $\beta=-0.129$, $p=.021$), hvor piger rapporterede en

	<p>selvafsløring på sociale medier, og hvordan disse sammenhænge på virkes af opmærksomhedssøgen og social afvisning</p>	<p>N=307</p>	<p>spørgeskema ved både baseline og opfølgning i løbet af skoletiden.</p>	<p>tænke på, hvor fantastisk jeg er’.</p> <p>Mediatorer/effekt modifikatorer:</p> <p>1) Social afvisning: målt ved hjælp af fem spørgsmål fra 'Self-Perception Profile for adolescents'. Spørgsmålene var fx: 'Jeg har ikke en god ven, som jeg kan dele en hemmelighed med’.</p> <p>2) Opmærksomhedssøgende: Målt ved en selvudviklet fem item skala, som blandt spørger 'jeg synes det er vigtigt, at jeg får så mange likes som muligt på de ting jeg poster', 'jeg poster billeder og beskeder, for at få opmærksomhed fra venner’.</p>	<p>på de sociale medier. På en skala fra 1-5, skulle deltagerne fx svare på: 'Hvis jeg glemmer min smartphone, skal jeg hjem og hente den med det samme'; 'Hvis jeg ikke har min smartphone med mig, føler jeg ubehag'; 'Jeg føler mig ikke tilpas, hvis jeg har fået en besked, men ikke kan kigge på den med det samme’</p> <p>2) Problematisk brug af sociale medier blev målt ved hjælp af ni spørgsmål fra 'Social Media Disorder Scale', hvortil de unge skulle svare enten ja eller nej til fx: 'I løbet af det seneste år har du..' fx '..forsøgt at bruge mindre tid på sociale medier, men ikke kunne gøre det?' '... med jævne mellemrum ikke deltager i andre aktiviteter (såsom hobbyer eller sport), fordi du vil bruge de sociale medier?’</p> <p>3) Selvafsløring på sociale medier blev målt med en tidligere udviklet skala</p>	<p>højere score på den samlede Smartphone Stress score. Ved T2 var Smartphone Stress stadig associeret med køn ($B=-0.207$, $SE=102$, $\beta=0.104$, $p=.042$), og ligeledes associeret med alder ($B=0.144$, $SE=0.047$, $\beta=0.144$, $p=.002$), hvor piger og de ældste teenagere rapporterede en højere stress score.</p> <p>2) T1 narcissisme var negativt associeret med T2 Smartphone Stress ($B=-0.109$, $SE=0.053$, $p=.038$). At være opmærksomhedssøgende ved T2 var positivt associeret med T2 Smartphone Stress ($B=0.18$, $SE=0.059$, $p=.002$). Ingen af de andre variable var associeret med T2 smartphone stress.</p> <p>3) Der var en signifikant, positiv indirekte effekt af T1 Narcissisme på T2 smartphone stress gennem T2 opmærksomhedssøgen ($\beta=0.037$, $p=.041$; 95% CI [0.002, 0.073])</p>
--	--	--------------	---	---	---	--

					med fire items, der spørger til hyppigheden hvormed de unge bruger sociale medier som fx Facebook, Twitter, Instagram eller Pinterest til at 1) poste egne tanker, 2) poste egne følelser, 3) poste vigtige begivenheder i sit liv eller 4) poste en selfie	
Hinkley et al. 2017	Undersøge associationen af 3-5-åriges børn fysiske aktivitet og elektroniske mediebrug med deres sociale og emotionelle evner, når de er 6-8 år.	3-5-årige ved baseline og 6-8 år ved opfølgning 53 % drenge N=108	Opfølgingsstudie. Børnene er 3-5 år ved 1. måling og 6-8 år ved 2. måling. Data kommer fra "Healthy Activity Preschool and Primary Years (HAPPY)" study. I alt blev 1002 børn fra 3-5 år rekrutteret ved baseline. 567 familier deltog ved opfølgning i 2011-2012. Børnene i dette studie er kun en delpopulation, men adskiller sig ikke fra det større studie i forhold til demografiske karakteristika eller mediebrug.	Brug af elektroniske medier, herunder TV-seneing (inklusive film), stillesiddende elektroniske spil (fx Playstation), aktive elektroniske spil og computer/internetbrug (ikke spil) i løbet af den seneste måned.	Stress håndtering blev målt med en forkortet version af "Child Social and Emotional Skills", hvor der blev givet en score for hver af de fire følgende punkter: intrapersonal (evnen til at forstå sine følelser), interpersonel (evnen til at lytte til og forstå andres følelser), stresshåndtering (evnen til at forholde sig rolig og arbejde godt under pres) og omstillingsparathed (evnen til at være fleksibel, realistisk og effektiv ved forandring).	1) Forskerne finder, at hvert minut, som børnene bruger på stillesiddende elektroniske spil, er associeret med en 0,13 point stigning i stresshåndteringsfærdigheder ved opfølgning, når børnene er 6-8 år ($P = 0,003$; 7,8 points for hver ekstra time; $\beta = 0.15$). Ligeledes er hvert ekstra minut, som børnene bruger på computer og internettet, associeret med 0,11 point stigning i stresshåndteringsfærdigheder ved opfølgning ($P = 0,032$; 6,9 points per time; $\beta = 0.11$). 2) I de multivariate analyser ses de samme tendenser; hvert minut som blev brugt stillesiddende elektroniske spil var associeret med en 0,17 ($P < .001$; 10.2/time; $\beta = 0.20$) and 0.12 ($P = .030$; 7.4/time; $\beta = 0.15$) point forbedring i

						stresshåndteringsfærdigheder. Hvert ekstra minuts brug af computer ved baseline var associeret med en 0,10 point forbedring i børnenes stresshåndteringsfærdigheder ved opfølgning ($P = .049$; $6.0/\text{time}$; $\beta = 0.09$).
Ivarsson et al. 2013	Formålet med studiet er at undersøge om reaktionsmønstret er forskelligt blandt teenage drenge, som var vant til at blive eksponeret for voldelige computerspil (>3 timer) sammenlignet med teenage drenge, der i mindre grad var vant til at blive eksponeret for voldelig computerspil (<1 time om dagen), efter at de har spillet henholdsvis et voldelig computerspil. Dette undersøges blandt andet ved hjerterytme, måling af følelser (fx tristhed, vrede, angst) og søvnkvalitet.	13-16-årige 100 % drenge N=30	Ekspertiment Halvdelen af drengene var vant til at spille voldelige computerspil i mindst tre timer om dagen (høj-eksponering) og den anden halvdel var vant til at spille mindre end en time om dagen (lav-eksponering). Spillene forgik mellem 20-22 om aftenen, og drengene måtte ikke have pauser i spillet. Både før og efter spillet, samt næste morgen udfyldte de et spørgeskema.	Et voldeligt (Manhunt) eller et ikke-voldeligt computerspil (Animaniacs)	1) Hjerterytme 2) Emotionelle reaktioner: Ked af det, sur, glad, bekymret 3) Selvopfattet stress	Overordnet fandt forskerne ikke nogen forskel mellem grupperne i løbet af spillet i forhold til, om deltagerne var vant til at spille meget, eller om de spillede et voldeligt eller et ikke voldeligt computerspil. 1) Hjerterytme: Der var dog en forskel i hjerterytme under efterfølgende søvn blandt deltagerne, som ikke var vant til at spille, hvor deltagerne, som spillede et voldeligt computerspil, havde en højere hjerterytme end deltagerne, som havde spillet et ikke-voldeligt computerspil ($\eta^2 = 0,255$, $p = 0,018$). Den modsatte sammenhæng sås blandt deltagerne, som i forvejen spillede meget computer, hvor deltagerne, som spillede det ikke-voldelige computerspil, havde lidt hurtigere hjerterytme, end deltagerne, som spillede et voldeligt computerspil. 2) Selvopfattet stress: Deltagerne skulle angive, om de følte

						sig stresset inden sengetid, og i den forbindelse fremkaldte voldelige computerspil signifikant højere stressniveau ved sengetid end ikke-voldelig computerspil blandt alle deltagere i forsøget ($\eta^2 = 0,173$).
Kleemans et al. 2018 Holland Moderat	At undersøge effekterne af redigerede instagram billeder på unge pigers kropbillede, og om tendensen til at sammenligne sig med andre (social comparison) modificerer denne relation.	14-18-årige (gennemsnitsalder: 15,9 år) Kun piger N=144	Eksperiment med manipulerede billeder på Instagram. Data blev indsamlet vha. online spørgeskema.	Manipulerede billeder på Instagram	Kropstilfredshed vha. spørgeskemaet "The Body Image State Scale" "At sammenligne sig med andre" (social comparison) vha. "Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure, som består af 11 spørgsmål, for eksempel "I often compare myself with others with respect to what I have accomplished in life"	1) Resultaterne viser, at piger som udsættes for redigerede billeder på Instagram har lavere kropstilfredshed end piger, som udsættes for originale og uredigerede billeder ($p = 0.021$): (Gennemsnitscore _{manipulerede billeder} = 4.57; SE = 0.13) vs. Gennemsnitscore _{ikke manipulerede billeder} = 4.94; SE = 0.13). 2) Derudover finder studiet, at det i særlig grad er blandt de piger, som har størst tendens til at sammenligne sig med andre, at deres kropsopfattelse påvirkes negativt ved at se de manipulerede billeder ($p < 0.001$): (Gennemsnitscore _{høj social comparison} = 4.35; SE = 0.12 vs. Gennemsnitscore _{lav social comparison} = 5.15; SE = 0.14)
Lansu et al. 2017 Holland	At undersøge om mobning er associeret med 1) en general negativ bias hvor alle situationer	Gennemsnitsalder: 9,9 år 50,9 % drenge	Eksperimentelt studie og selvrapporterede spørgeskemaer	Social eksklusion, som blev simuleret gennem inklusion og eksklusion i et online kastespil "Cyberball"	"Belongingness" målt med spørgeskemaet The Need Threat Scale. Skalaen består af 5 spørgsmål, der måler	1) Børn, som ekskluderes i spillet Cyberball, oplever i mindre grad en følelse af at høre til ("belongingness") (gennemsnitscore = 4.0, SD = 2.07)

<p>Moderat</p>	<p>opfattes som mere negative eller 2) en specifik øget følsomhed overfor negative sociale begivenheder, hvor kun negative sociale situationer opfattes som negative</p>	<p>N=564</p>			<p>belongingness, for eksempel "I felt excluded"</p> <p>Selvrapporteret mobning målt ved "Who in your classroom has bullied you?"</p> <p>Peer rapporteret mobning målt ved "Who in your classroom is bullied by others?"</p>	<p>sammenlignet med børn, som inkluderes i spillet (gennemsnitsscore=6.25, SD= 0.90), (p<0,05).</p> <p>2) Børn, som ekskluderes i spillet Cyberball, oplever i mindre grad en følelse af at høre til ("belongingness") sammenlignet med børn, som inkluderes i spillet, når der kontrolleres for selvrapporteret mobning ($\beta = -0.54$, p<0,05)</p> <p>3) Børn, som selv rapporterer mobning, oplever i mindre grad en følelse af at høre til ("belongingness") sammenlignet med børn, som ikke rapporterer mobning i samme grad ($\beta = -0.14$, p<0,05).</p> <p>4) Der er ingen interaktion mellem selvrapporteret mobning og interventionsstatus (eksklusion vs. inklusion). Associationen mellem selvrapporteret mobning og følelsen af at høre til ("belongingness") eksisterer derfor uafhængigt af, om børnene reelt inkluderes eller ekskluderes i spillet.</p> <p>5) Peer rapporteret mobning er kun associeret med en mindre følelse af at høre til</p>
----------------	--	--------------	--	--	--	--

						("belongingess") blandt de børn, der reelt bliver ekskluderet fra spillet.
McHale et al. 2012 USA Svag	At undersøge linket mellem daglige mønstre af stresshormon, kortisol og teenagers tid brugt på ni almindelige daglige aktiviteter.	10-18-årige (gennemsnitsalder: 13,3 år) 60 % drenge N=28	I løbet af otte telefoninterviews hver aften rapporterede de unge deres daglige aktiviteter. På fire af dagene, blev fire spytmålinger indsamlet for at måle kortisol.	Daglige aktiviteter herunder fjernsynsbrug, computerspil og andre computeraktiviteter	Daglig stress målt ved hjælp af kortisol i spyt	<p>1) Forskerne finder, at på dage, hvor deltagerne brugte mere tid end sædvanligt på at spille videospil eller se fjernsyn, var det totale daglige kortisol (Area under the curve) lavere end på dage, hvor deltagerne brugte mindre tid på disse aktiviteter (videospil: $B = -24,46$, $SE = 11,57$, $p < 0,05$; TV-sening: $B = -10,43$, $SE = 5,80$, $p < 0,10$). Der sås ligeledes en negativ effekt på kortisol-niveau om morgenen blandt både videospillerne og TV-seerne (videospil: $B = -2,73$, $SE = 1,01$, $p < 0,01$; TV-sening: $B = -1,05$, $SE = 0,47$, $p < 0,05$).</p> <p>2) Ligeledes fandt forskerne, at unge, som brugte mere tid på computeraktiviteter, havde et højere dagligt kortisolniveau ($B = -107,87$, $SE = 35,54$, $p < 0,01$) med stejlere kortisol opvågningsrespons ($B = -19,20$, $SE = 4,83$, $p < 0,01$) og højere kortisolniveau om morgenen ($B = -10,85$, $SE = 4,35$, $p < 0,05$). Disse analyser lavet på baggrund af sammenligning mellem deltagerne.</p>

McVeigh et al. 2016	Formålet er at undersøge sammenhængen mellem TV-sening og blandt andet mental sundhed i en kohorte af børn, som er blevet fulgt, fra de er 5 år til 20 år.	Deltagerne følges fra de er 5 år til de er 20 år 50 % drenge N=910 (58 %), som havde svaret på hele spørgeskemaet ved opfølgning.	Opfølgingsstudie. Deltagerne bliver spurgt om deres fjernsynsforbrug over 15 år ved 5, 8, 10, 14, 17 og 20 år	TV-sening: Ved 5, 8 og 10 år rapporterede forældrene hvor lang tid deres barn brugte på at se TV med seks kategorier fra "Ingen tid" til "Mere end tre timer". De unge blev selv spurgt, da de var 14, 17 og 20 år med svarkategorier fra "Ingen tid" til "Fire timer eller mere" om dagen.	Blandt andet stress målt ved hjælp af DASS-21	Deltagerne bliver delt ind i tre kategorier: Gruppe 1 (47,4 %) havde et konstant højt niveau af TV-sening (>14 timer/ugen), gruppe 2 (37,9 %) var karakteriseret ved en stigning i TV-sening i løbet af ungdommen og gruppe 3 (14,7 %) med et konstant lavt niveau af TV-sening (<14 timer/ugen). 1) Forskerne finder ingen signifikant association mellem det at være i den TV-seende gruppe og mental sundhed, for total DASS-score og for de enkelte subskalaer, herunder stress ($p>0.05$). 2) Køn var signifikant associeret med hvilken TV-gruppe, deltager var en del af ($p<0,001$), hvor pigerne udgjorde henholdsvis 45 % af gruppe 1, 47 % af gruppe 2 and 59 % af gruppe 3.
Morin-Major et al. 2016	Formålet med dette studier er at undersøge sammenhængen mellem forskellige Facebook-adfærdsmønstre (hvor ofte man bruger Facebook, størrelse af netværk, hvordan man præsenterer sig selv og	12-17-årige (gennemsnitsalder: 14,5 år) 48 % drenge N=94	Tværsnitsstudie med selvrapporterede spørgeskemaer og kortisolmålinger i spyt.	Frekvens af Facebook-brug, størrelse af Facebook-netværk, præsentation af sig selv på Facebook (fx ændring i tekst på Facebook, lægger billeder op), interaktion med jævnaldrende på Facebook	Fleere mål for stress blandt andet daglig kortisol niveau ved hjælp af fire spytprøver i løbet af to dage og selvopfattet stress ved hjælp af Perceived Stress Scale.	1) Der er en sammenhæng mellem det at være pige og frekvens af Facebook-brug og kortisolniveau (estimerer ikke angivet). 3) I en regressionsanalyse finder forskerne, at systemisk kortisol var positivt associeret med antal Facebook-venner ($\beta= 19,01$, $p = 0,012$) og negativt associeret

	interaktion med jævnaldrende) og basalt kortisolniveau.					med interaktion med jævnaldrende på Facebook ($\beta = -5,83$, $p = 0,038$).
Mulgrew et al. 2014 Australien Moderat	At undersøge effekten af at se muskuløse og tiltrækkende sangere i videoklip på drenges kropsbillede, humør og udvikling af udseende-relaterede "skemaer" til at vurdering af for eksempel eget udseende	7., 9., og 11. klassetrin (gennemsnitsalder på hhv. 12,7 år, 14,4 år og 16,2 år) Kun drenge N=180	Eksperiment og selvrapporterede spørgeskemaer	Deltagerne blev tilfældigt allokeret til at blive eksponeret for enten musikvideo med muskuløse og tiltrækkende mænd eller musikvideoer med mænd med et mere almindeligt udseende og kropsbygning.	"Sammenligning med andre" (oversat fra social comparison) målt med spørgsmål, som bygger på undersøgelser lavet af Tiggemann and Slater, 2004, som for eksempel spørger til "how much did you compare yourself to the singers in the clips?"	1) "At sammenligne sig med andre" er associeret med eksponering for musikvideoklip (med hhv. muskuløse mænd eller mænd med almindeligt udseende): ($F(1, 173)=15,57$, $p<0,001$, $f = 0,30$). Dvs. drengene, som så musikvideo med muskuløse mænd scorer højere i "at sammenligne sig med andre" (gennemsnitscore=33,37, SE=3,15) sammenlignet med de drenge, som så musikvideo med mænd med almindeligt udseende (gennemsnitscore 18,24, SE=2,62). 2) "At sammenligne sig med andre" er associeret med alder (målt ved klassetrin: $F(2, 173) = 6.37$, $p = .002$, $f = 0.27$). Drenge i 11. klassetrin scorer højere i "sammenligning med andre" (gennemsnitscore = 33,37, SE=3,15) sammenlignet med drenge i 7. klassetrin (gennemsnitscore=17,44, SE=3,16).
Müller et al. 2018 Tyskland	Formålet med dette studie er blandt andet at undersøge sammenhængen mellem	10-17-årige (gennemsnitsalder: 13,1 år)	Tværsnitsstudie med selvrapporterede spørgeskema.	Problematisk internetbrug målt ved hjælp af "The Scale of the Assessment of Internet and Computer Game	Selvopfattet stress målt ved hjælp af en forkortet version af "Perceived Stress Scale 4", for at måle deltagernes grad af	1) Forfatterne finder, at deltagerne med et problematisk internetforbrug (69,7 %) i højere grad har oplevet kritiske oplevelser i løbet af det seneste år,

Moderat	problematiske internetforbrug og stressfulde begivenheder og selvopfattet stress	53,2 % piger N=1489		Addiction” med 14 spørgsmål, hvor der blandt andet bliver spurgt ind til mangel på kontrol og tolerance.	stress i de sidste 12 måneder.	sammenlignet med deltager, som ikke har et problematisk internetforbrug (42,3 %) ($\chi^2(2) = 20,87$, $p = 0,001$, Cramer V= 0,12). 2) Problematisk brug af internettet var signifikant højere blandt piger end drenge ($\chi^2(2) = 12,10$, $p = 0,002$, $\phi = 0,09$). 3) Deltagere med et problematisk internetforbrug scorer i højere grad højt på Percieved Stress Scale, sammenlignet med de deltagere, som enten ikke har et problematisk internetforbrug ($p = .001$), eller som har et mindre problematisk internetforbrug ($p = .020$).
Noon og Meier 2019 England Svag	At undersøge hvordan unges sociale sammenligninger af evner på Instagram er associeret med inspiration gennem mekanismerne godartet og ondsindet misundelse samt at undersøge hvorvidt to aspekter af netværkskomposition (at følge personer som ligner en selv og at følge fremmede personer)	13-18-årige (gennemsnitsalder: 15,2 år) 45 % drenge N=266	Tværsnitsstudie, selvrapporterede spørgeskemaer	Social sammenligning af evner på Instagram målt ved the Social Media Social Comparison Scale tilpasset Instagram. Skalaen består af 4 spørgsmål, for eksempel “When Using Instagram, I compare how I do things with others”. Godartet og ondsindet misundelse målt ved en tilpasset version af the Benign and Malicious	Instagram inspiration målt ved en tilpasset version af the Inspiration Scale. Skalaen består af 4 spørgsmål, for eksempel “When I am on Instagram, I experience or encounter things that inspire me”.	1) De unge, som i højere grad sammenligner sine evner med andre på Instagram, rapporterer også, at de i højere grad bliver inspireret af at bruge Instagram ($b = 0,24$, $SE=0,07$, $p<0,001$). Denne sammenhæng medieres dog af misundelse: Godartet misundelse medierer sammenhængen positivt (point estimate = 0,21, $SE=0,05$), mens ondsindet misundelse medierer sammenhængen negativt (point estimate=-0,04, $SE=0,02$). Det indikerer, at misundelse er en underliggende mekanisme, som

	modererer sammenhængene.			Envy Scale. Skalaen består af 10 spørgsmål, for eksempel "Envying others on Instagram motives me to accomplish my goals".		fremmer og hæmmer inspiration på Instagram. 2) Dét at følge personer, som ligner én selv, modererer sammenhængen mellem social sammenligning af evner på Instagram og Instagram inspiration gennem både godartet misundelse (index = 0,07, SE= 0,03) og ondsindet misundelse (index = 0,03, SE= 0,01). Dét at følge fremmede på Instagram har derimod ingen indvirkning på sammenhængen mellem social sammenligning af evner på Instagram og Instagram inspiration (index = 0,01, SE= 0,03). På baggrund af disse resultater konkluderer studiet, at social sammenligning på Instagram er mere inspirerende, når unge sammenligner sig med personer, der minder om dem selv, fremfor at sammenligne sig med fremmede.
Pontes 2017 Portugal Moderat	Formålet med studiet er at undersøge sammenhængen mellem afhængighed af sociale netværkssider og internet-spil og psykologisk sundhed	10-18-årige (gennemsnitsalder: 13 år) 53, 5 % drenge N=509	Tværsnitsstudie, spørgeskemaundersøgelse i 6.-9. klasse.	Afhængighed af sociale netværkssider og internet-spil målt ved hjælp af spørgsmål om ugentlig tid brugt på internettet og gaming. "The Bergen Facebook Addiction Scale" blev benyttet til måling af	Stress blev målt ved hjælp af DASS 21	1) Forfatterne finder både en sammenhæng mellem afhængighed af sociale netværkssider og stress ($r = 0,36$, $p < 0,01$, $R^2 = 0,13$) og mellem afhængighed af internet-spil og stress ($r = 0,40$, $p < 0,01$, $R^2 = 0,16$) i korrelationsanalyser.

				afhængighed af Facebook.		<p>2) Drengene har i højere grad symptomer på internetspilafhængighed end piger ($\beta = 0,32$, $p < 0,001$)</p> <p>3) Det undersøges ligeledes hvorvidt afhængighed af sociale netværkssider og afhængighed af internetspil har forskellige effekter, hvilket viser, at både internetspilafhængighed ($\beta = 0,33$, $p < 0,001$) og afhængighed af sociale netværkssider ($\beta = 0,26$, $p < 0,001$) øger stressniveauet.</p>
Rehbein et al. 2010	Formålene med dette studie er at validere Video Game Dependency Scale og at identificere risikofaktorer for "Video Game Disorder".	Gennemsnitsalder: 15,3 år 51,3 % drenge N=15.168	Tværsnitsstudie Spørgeskemaundersøgelse blandt en repræsentative gruppe elever i 9. klasse. Til de anvendte analyser, som nævnes i denne tabel, bliver der kun brugt data for drenge.	Computerspilafhængighed målt ved hjælp af "Video Game Dependency Scale", som blandt omhandler optagethed, mangel på kontrol.	Stress målt ved hjælp af spørgsmål om selvmordstanker. Eleverne blev spurgt, "Har du nogensinde tænkt på at begå selvmord?". I studiet spørges der ligeledes ind til andre relevante stressrelaterede spørgsmål såsom fravær og søvnlængde.	Forskerne finder, at computerspilafhængighed medfører et øget niveau af psykologisk og social stress i form af dårligere skolepræstation ($p < 0,01$), øget fravær ($p < 0,01$), mindre søvnlængde ($p < 0,01$), færre fritidsaktiviteter ($p < 0,01$) og flere tanker om selvmord ($p < 0,01$). Nogle af de samme tendenser sås ligeledes blandt drenge, som var i risiko for at blive spilafhængige.
Rosenkranz et al. 2017	Formålet er at undersøge afhængighed af otte forskellige former for internetforbrug (spil, indkøb, chat, e-mails, seksuelt indhold, gambling, sociale	12-19-årige (gennemsnitsalder: 15,5 år) 50,3 % drenge N=5667	Tværsnitsstudie, Spørgeskemaundersøgelse på et repræsentativt udsnit af skoler	Internetafhængighed målt ved hjælp af instrumentet "Internet Addiction" med i alt 16 spørgsmål omhandlende blandt andet afhængighed, at trække sig fra andre ting,	Selvopfattet stress målt ved hjælp af Perceived Stress Scale	1) Internetafhængighed blandt internetspillere er associeret med højere selvopfattet stress ($F(1,504) = 46,69$, $\eta_p^2 = 0,08$, $p < 0,001$), emotionelle problemer ($F(1,504) = 19,46$, $\eta_p^2 = 0,04$, $p < 0,001$) og flere psykosomatiske problemer ($F(1,504) =$

	netværk og informationssøgning) og selvopfattet stress blandt internetspillere og generelle internetbrugere.			mangel på kontrol, samt hvor ofte og hvor meget tid, deltagerne bruger på forskellige online aktiviteter.		<p>37,97, $\eta_p^2 = 0,07$, $p < 0,001$) end blandt internetspillere, som ikke har et problematisk forbrug.</p> <p>2) Brugen af chat ($\beta = 0,24$, $p < 0,001$) og sociale netværk ($\beta = 0,23$, $p < 0,001$) var i højere grad en årsag til problematisk internet brug blandt piger, mens spil er den stærkeste prædikator blandt drengene ($\beta = 0,37$, $p < 0,001$).</p> <p>3) Internetspillere med et problematisk forbrug gør i højere grad brug af dysfunktionelle strategier end internetspillere, som ikke havde et problematisk forbrug. Studiet indikerer, at internetspillere med problematisk forbrug i højere grad bruger digitale medier som copingstrategi ($F(1,504) = 19,46$, $\eta_p^2 = 0,12$, $p < 0,001$).</p>
Rousseau et al. 2017 Belgien Stærk	At undersøge hvordan passiv brug af Facebook er relateret til unges utilfredshed med kroppen, gennem sammenligning på Facebook.	12-19-årige (gennemsnitsalder: 14,8 år) 52 % drenge N=1840	Opfølgingsstudie på 8 måneder (data, som anvendes i studiet, er fra et større opfølgingsstudie omhandler sammenhængen mellem unges brug af Facebook og mental sundhed) Data er indsamlet vha. spørgeskemaer	Passiv internetbrug målt vha. underskalaer af spørgeskemaet "Multidimensional Scale of Facebook Use", som anvender spørgsmål såsom "How often do you watch photos of a Facebook friend"	Sammenligning på Facebook, målt ved spørgsmål som spørgsmål såsom "I often compare myself with others on Facebook when I am reading news feeds or checking others' photos" Kropsopfattelse målt vha. af spørgeskemaet "Body Dissatisfaction Subscale	Overordnet finder studiet, at børn og unge, som bruger Facebook passivt (kun kigger uden at interagere med opslag), har øget tendens til at sammenligne sig med andre på Facebook og at sammenligne sig med andre på Facebook er associeret til øget utilfredshed med kroppen blandt både drenge og piger. Derudover fandt studiet, at sammenhængen var modsatrettet.

					of the Body Attitude Test”, som for eksempel spørger til “I envy others for their physical appearance”	<p>Studiet laver målinger ved studiets start <u>tid 1</u> og målinger ved studiets opfølgning <u>tid 2</u>:</p> <p>1) Passiv brug af Facebook (tid 1) er positivt associeret til ”at sammenligne sig på Facebook” (tid 1): $b = 0,20$, $B=0,017$, $SE=0,03$, $p<0,001$ samt præsigerer ”at sammenligne sig på Facebook” (tid 2): $b = 0,10$, $B = 0,08$, $SE= 0,02$, $p<0,05$</p> <p>2) “At sammenligne sig på Facebook” (tid 2) er positivt associeret med utilfreds med kroppen (tid 2): $b = 0,14$, $B=0,13$, $SE=0,02$, $p<0,001$. Men “At sammenligne sig på Facebook” (tid 1) forudsiger ikke utilfredshed med kroppen (tid 2): $p>0,05$.</p> <p>3) Mediationsanalyse viser, at sammenhængen mellem Passivt Facebook brug (tid 1) og utilfredshed med kroppen (tid 2) er medieret af “at sammenligne sig på Facebook (tid 2): $CI=0,013;0,045$, $SE=0,01$, $p=0,001$, men ikke medieret af “at sammenligne sig på Facebook (tid 1): $p>0,05$.</p>
Ruggieri et al. 2013	At undersøge effekterne af social eksklusion (ved hjælp af computerspillet	Gennemsnitsalder: 12,7 år	Ekspertimentelt studie og selvrapporterede spørgeskemaer	Social eksklusion, som blev simuleret gennem inklusion og eksklusion	Følelse af at høre til (oversat fra <i>sense of belonging</i>) målt vha. tre spørgsmål: “I felt	1) Børn, der blev udelukket, rapporterede signifikant mindre følelse af at høre til gruppen ($F(1, 89) = 51,20$, $p<0,001$, partiel η^2

Schweiz Moderat	Cyberball) på selv-rapporteret humør, følelse af at høre til, selvværd, meningsfuld eksistens og kontrol.	48 % drenge N=91		i et online kastespil "Cyberball"	disconnected," "I felt rejected," "I felt like an outsider" Selvværd målt ved tre spørgsmål: "I felt good about myself," "My self-esteem was high," "I felt liked"	= 0,365 (d = 1,50)) og havde lavere selvværd (F(1, 89) = 15,16, p <0,001, partiel η^2 = 0,146 (d = 0,80)), end børn, der var inkluderet i spillet. 2) Studiet fandt at alder havde effekt på sammenhængen mellem eksklusion i computerspillet og ønsket om at høre til; sammenhængen mellem eksklusion i computerspillet og ønsket om at høre til er størst blandt de yngste børn i studiet.
Santana-Vega et al. 2019 Spanien Moderat	At analysere problematisk brug af mobiltelefoner, FOMO og kommunikationen mellem forældre og børn	12-19-årige (gennemsnitsalder: 14,6 år) 38,8 % drenge N=569	Tværsnitsstudie, selv-rapporterede spørgeskemaer	Problematisk brug for mobiltelefon målt med spørgeskemaet "Mobile Related Experiences Questionnaire (MREQ)", som indeholder 10 spørgsmål relateret til hhv. 1) konflikter (fx "Do you feel the need to invest more and more time on the mobile to feel satisfied?") og 2) negative følelser/kommunikations-mønstre (fx "Do you think that life without a mobile is boring, empty and sad?").	FOMO målt med Fear of Missing Out Survey (FoMOS), som indeholder spørgsmål: "I get worried when I find out my friends are having fun without me" Forældre-barn-kommunikation målt ved spansk version "Parent and Peer Attachment" Inventory (PPAI).	1) Problematisk brug af mobiltelefon er associeret til FOMO (r=0,53, p<0,005). Dvs. jo større problematisk brug for mobiltelefon blandt børnene, jo større følelse af FOMO oplever de. 2) Børn med et forbrug på mere end 4 timer scorer højere i FOMO sammenlignet med børn med et forbrug på henholdsvis 0-2 timer eller 2-4 timer om dagen (F(2.557)= 13,95, p<0,05). Effektstørrelsen for denne forskel var høj (Eta squared = 0,48). 3) Børn, som kommunikerer mest med deres venner, har en gennemsnitlig højere score i FOMO sammenlignet med unge, som kommunikerer mest med

						<p>deres forældre ($F(2566) = 3,59$, $p < 0,05$). Effektstørrelsen for forskel var moderat ($\text{Eta squared} = 0,14$).</p> <p>4) Gennemsnitlig score i FOMO var uafhængig af køn og alder.</p>
<p>Scott og Woods 2018</p> <p>UK</p> <p>Svag</p>	<p>At undersøge sammenhængen mellem unges vaner på sociale medier, FOMO og søvnudfald samt undersøge de underliggende mekanismer</p>	<p>12-18-årige (gennemsnitsalder: 14 år)</p> <p>34 % drenge</p> <p>N=101</p>	<p>Tværsnitsstudie, selvrapporterede spørgeskemaer</p>	<p>FOMO målt ved the Fear of Missing Out Scale. Skalaen består af 10 spørgsmål, for eksempel. "I get anxious when I don't know what my friends are up to".</p> <p>Brug af sociale medier ved sengetid/om natten målt ved 7 spørgsmål, for eksempel "How often during the last month have you used social media in bed?".</p>	<p>Søvn målt ved sengetid, indsovning og søvnlængde</p>	<p>1) FOMO er associeret med øget brug af sociale medier ved sengetid/om natten (korrelation = 0,36, $p < 0,001$).</p> <p>2) FOMO er associeret med arousal inden sengetid (korrelation = 0,52, $p < 0,001$).</p> <p>3) Brug af sociale medier ved sengetid/om natten er associeret med senere sengetider, øget arousal inden sengetid, længere indsovning og kortere søvnlængde. Studiet finder, at FOMO prædikterer kort søvnlængde via to mekanismer: 1) på et adfærdsmæssigt niveau: ved at fremme brug af sociale medier ved sengetid/om natten, hvilket forsinker sengetiden, 2) på et kognitivt niveau: ved at øge arousal inden sengetid og dermed forsinke indsovning.</p>
<p>Seo et al. 2014</p> <p>USA</p>	<p>At undersøge hvordan teenagers social-psykologiske karakteristika (fx "need to belong") er</p>	<p>13-19-årige (gennemsnitsalder er ikke oplyst)</p>	<p>Tværsnitsstudie, selvrapporterede (selvudviklede) spørgeskemaer</p>	<p>"Behov for at høre til" (oversat fra Need to belong) er målt ved at spørge til, om deltagerne føler sig</p>	<p>Brug af sociale medier (målt fx ved at spørge til, hvor meget tid de bruger på sociale netværkssider på en gennemsnitlig</p>	<p>1) Unges "behov for at høre til" er associeret med antallet af timer, som de bruger på sociale medier ("social networking sites"): ($\beta = 0,28$, $t = 4,15$,</p>

Moderat	associeret til deres intension om at deltage i flash mob.	32,1 % drenge N=280		behandlet bedre online end offline, og hvor meget de føler, at online interaktioner hjælper dem med at føle sig bedre, når de er nede.	hverdag og i weekenden og hvor meget de er enige med forskellige årsager til brugen af sociale netværkssider: for eksempel "at bruge tid" eller "for at hjælpe mig med at føle mig bedre, når jeg har det dårligt."	p<0,001), kontrolleret for demografiske faktorer. Dvs. jo større "behov for at høre til", jo mere tid bruger de unge på sociale medier.
Sincek et al. 2017 Kroatien Moderat	At undersøge prævalensen af at udøve og være udsat for online mobning i forhold til køn, alder, skolekarakterer samt at undersøge forskellige i psykologiske udfald (fx stress) og forskelle i brug af internet blandt online mobbeofre og mobbere	11-20-årige (gennemsnitsalder: 14,8 år) 49,1 % drenge N=1176	Tværsnitsstudie, selvrapporterede spørgeskemaer	Udøve og opleve online mobning målt med spørgeskemaet "The Committing and Experiencing Cyberviolence Scale" (CECVS).	Stress målt med spørgeskemaet "The Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21)"	1) Unge, der både er udsat for online mobning og som udøver online mobning, scorer højere i selvoplevet stress (gennemsnitsscore=2,48, SD=0,75) sammenlignet med unge, som ikke er involveret i mobning (gennemsnitsscore=1,77, SD=0,65), unge, som kun udøver online mobning (gennemsnitsscore=2,10, SD=0,72) eller unge, som kun online mobbes (gennemsnitsscore=2,08, SD=0,76). Post hoc analyser viser, at unge, som ikke er involveret i online mobning har lavere niveau af selvoplevet stress sammenlignet med unge, som hhv. både mobber og mobbes og unge, som kun mobbes eller mobber (F(3,1125) = 46,92, p<0,01). 2) Unge, som både er online mobbeoffer og online mobber, har mere adgang til internettet og bruger mere tid på internettet sammenlignet med unge, som

						ikke er involveret i mobning (F=10.11 df=3,1166, p<0,00).
Veldhuis et al. 2012 Holland Moderat	Formålet med studiet er at undersøge, hvordan oplysninger om vægt knyttet til billeder af modeller med forskellig kropsstørrelse/vægt påvirker 9-10-årige, 12-13-årige og 15-16-årige pigers kropsopfattelse og hvordan de sammenligner sig selv med disse andre.	Tre aldersgrupper: 9-10-årige, 12-13-årige og 15-16-årige (gennemsnitsalder: 12,6 år) Kun piger N=184	Eksperimentelt design. Der genereres ni forskellige kombinationer af tre billeder af forskellige kropsstørrelser (ekstremt tynd, tynd og normal) og tre informationsbeskrivelser om vægtstatus (6 kg undervægtig, 3 kg undervægtig og normalvægtig), således der for eksempel kommer en kombination af en ekstremt tynd person, med en information om at de er normalvægtig. Pigerne randomiseres tilfældigt til at se én af de ni kombinationer.	Eksponering af én af de ni forskellige kombinationer af: billede af kropsform og information om vægtstatus.	Kropsutilfredshed målt med ni spørgsmål vedr. kropsutilfredshed fra spørgeskemaet "Eating Disorder Inventory", Objektiveret kropsbevidsthed, herunder kropsovervågning and kropsskam (målt ved 10 spørgsmål) Sammenligning med mediefigurer målt med syv spørgsmål fra spørgeskemaet "The Internalization Scale of the Sociocultural Attitudes Toward Appearance Questionnaire" Intention om at ændre sin krop målt med syv spørgsmål fra spørgeskemaet "Acceptance of Cosmetic Surgery Scale".	1) Piger der eksponeres for billeder af ekstremt tynde modeller med en information om, at modellerne er normalvægtige, rapporterer højere kropsutilfredshed (F[4,157]=2,34, p=0,057, η^2 = 0,06), højere objektiveret kropsbevidsthed (F[4,157]=2,45, p = 0,05, η^2 = 0,06) og større tendens til at sammenligne sig med mediefigurer og modeller (F[4,157]=2.73, p=0,03, η^2 = 0,07) end piger, som eksponeres for billeder, hvor kropsstørrelsen på modellerne er i overensstemmelse med vægten. 2) Øget utilfredshed med kroppen er associeret med jo ældre pigerne bliver (F[2,157] =15,55, p<0,0001, η^2 =0,17)
Veldhuis et al. 2014 Holland Moderat	Studiets formål er at undersøge den selvstændige samt kombinerede effekt af det tynde kropsideal som ses i medierne og venners feedback på dette på unge pigers	11-18-årige (gennemsnitsalder: 14,2 år) Kun piger N=216	Eksperimentelt design. Der genereres ni forskellige kombinationer af tre billeder af modeller fra medierne med forskellige kropsstørrelser (ekstremt tynd, tynd og normal) og tre typer	Eksponering af én af de ni forskellige kombinationer af: billeder af modeller fra medierne med forskellige kropsstørrelser og kommentarer fra venner om vægtstatus.	Tre udfaldsmål: 1. Kropsutilfredshed (målt ved ni item Body Dissatisfaction Subscale from the Eating Disorder Inventory) 2. objektiveret kropsbevidsthed, herunder	Studiet finder, at venners kommentarer og vurderinger af modellens vægt har betydning for, hvornår pigerne oplever noget som normal vægt, og når for eksempel helt ekstremt tynde modeller opleves som normalvægtige, øger det pigerne negative kropsopfattelse.

	kropsutilfredshed, objektiveret kropsbevidsthed samt sociale sammenligning med modeller i medierne.		af kommentarer fra venner om vægtstatus (6 kg undervægtig, 3 kg undervægtig og normalvægtig), således der for eksempel dannes en kombination af en ekstremt tynd model fra medierne, som en ven vurderer som normalvægtig. Pigerne randomiseres tilfældigt til at se én af de ni kombinationer.		kropsovervågning and kropsskam (målt ved 8 items fra the Objectified Body Consciousness Scale for Preadolescents and Adolescents) 3. sammenligning med mediefigurer (målt med syv items fra The Internalization Scale of the Sociocultural Attitudes Toward Appearance Questionnaire)	Studier finder også, at jævnaldrendes kommentarer til mediemodellers kropsstørrelse har øger pigernes kropsutilfredshed: $F(2.204) = 4,43$, $p = 0,01$, $r = 0,189$, og objektiveret kropsbevidsthed: $F(2.204) = 3,03$, $p = 0,05$, $r = 0,205$, men har ikke betydning for deres sammenligning med mediefigurerne ($p = 0,22$). Derudover finder studier, at særligt kommentarer om, at de ekstremt tynde modeller er "3 kg. undervægtige", resulterer i mest kropsutilfredshed blandt pigerne sammenlignet med kommentarer om, at modellerne er "6 kg undervægtige" eller "normalvægtige".
Walle- nius et al. 2010 Finland Svag	At undersøge om mængden af tid brugt på digitale medier den foregående dag er relateret til kortisol i spyt den efterfølgende dag blandt børn i skolealderen.	10-13-årige 52,2 % drenge N=72	Tværsnitsstudie. Spørgeskemaundersøgelse om blandt andet brugen af digitale medier den foregående dag samt målinger af kortisol i spyt.	Brug af digitale medier målt ved hjælp af dagbog om følgende aktiviteter: brug af mobiltelefon, spille spil på mobiltelefon, spille spil på TV eller konsol, spille computer eller internetspil, bruge computer til lektier, bruge computer til	Målinger af kortisol i spyt i løbet af hele dagen (efter opvågning, en time efter opvågning, tre timer efter opvågning, sent på eftermiddagen og inden sengetid).	Deltagerne i studiet bliver delt op i brugere med et højere forbrug af digitale medier (mere end en time/dagen) og brugere med et lavt forbrug af digitale medier. Deltagerne med et stort forbrug af digitale medier bruger i gennemsnit tre timer på digitale medier om dagen, og de har et signifikant reduceret kortisol

				e-mail eller chat og surfe på internettet.		opvågningsrespons i forhold til dem, som bruger under en time på digitale medier ($p = 0.03$). Effekttørrelsen er dog relativt lille ($F(1,70) = 4,82$, $p=0,032$, $\eta^2=0,067$).
--	--	--	--	--	--	---

Tabel til afrapportering af mixed methods studier for del B

Forfatter, år, land	Formål/delformål	Population: alder, køn, antal (N)	Studiedesign og undersøgelsesmetode	Eksposering	Udfalsmål	Resultater
Duvenage et al. 2020 Australien Stærk (kvantitativ)/svag (kvalitativ)	Formålet er at undersøge, hvordan unge bruger teknologi til at håndtere daglig stressorer ved både at lave fokusgruppeinterview med 16 unge og et tværsnitstudie med 156 unge mellem 13-16 år.	Alder: 13-16 år (gennemsnitsalder: 14,7 år) N= 156 i det kvantitative studie (66 % piger) /16 i de kvalitative interviews (syv piger og ni drenge)	Kvalitativt studie med udgangspunkt i fokusgruppeinterview Deltagerne i det kvantitative studie lånte en iPhone i syv dage og modtog fem gange om dagen en SMS med et link til et spørgeskema.	Brug af teknologi	Evnen til at håndtere daglige stressorer i hverdagen	Kvantitative del: 1) Der findes ingen sammenhæng mellem nylig brug af teknologi og ændringer i følelser (estimerer ikke vist). 2) Det kvantitative studie indikerer, at de unge, der ofte benytter online aktiviteter som en copingstrategi, responderer mere negativt overfor stressorer og har sværere ved at overkomme bekymringer (b= 0,46; p< 0,001) og jalousi (ikke signifikant: b=0,05, p= 0,201). Kvalitative del 2) I fokusgruppe-interviewene finder forskerne, indikationer på, at unge bruger teknologi til at håndtere stress, og at de synes, at det er en god måde at lette sine bekymringer. - "I watch YouTube videos [to manage unpleasant mood]" - "I watch YouTube videos, or play on the x-box when I feel crap" [Facilitator: Oh ok, so you feel crap and it pops into your head, or?] " Yeah, and then I just try and, get my mind off it"
Weinstein 2017 USA Moderat	At undersøge effekten af negativ sammenligning på sammenhængen mellem Instagram surfing og unges trivsel	Gennemsnitsalder: 15,26 år 51,6 % drenge (kvantitativ del) og 45,8 % drenge (kvalitativ del)	Eksperimentelt kvantitativ spørgeskemaundersøgelse og kvalitativt studie med individuelle interviews Den kvantitative del	Surfing på Instagram (eksperiment udviklet til studiet): Deltagerne ekspone-res tilfældigt for et af tre forskellige "feeds" (en	Negativ social sammenligning målt med spørgeskemaet "Positive and Negative Affect Scales" (PANAS)	<u>Kvantitative del (ujusterede analyser):</u> 1) Øget antal sociale medier, som bruges dagligt, er associeret med øget sammenligning (korrelation = 0.11, p<0,06). Dvs. jo mere de unge bruger sociale medier, jo mere negativ sammenligning oplever de. 2) Drenge bruger i mindre grad end piger

<p>(kvantitativ)/svag (kvalitativ)</p>		<p>N= 507 (kvantitative del) og 24 (kvalitative del)</p>	<p>bestod af en online spørgeskemaundersøgelse.</p> <p>Den kvalitative del bestod af 24 opfølgningsinterview med deltagere, som rapporterede høj eller lav negativ sammenligning (i den kvantitative del).</p>	<p>række af billeder vist på et online medie): 1) kun pæne billeder 2) kun pæne billeder, men med en påmindende billedtekst om, at folk ofte kun viser den "pæne" side af virkeligheden 3) både pæne og "grimme" billeder.</p> <p>Brug af sociale medier (målt ved at de unge rapporterede alder ved første konto på sociale medier og antal forskellige apps/sociale medier, som bruges dagligt)</p>	<p>sociale medier dagligt (korrelation = -0,26, $p < 0,001$) og rapporterer i mindre grad end piger negativ sammenligning med andre (korrelation = -0,15, $p < 0,001$).</p> <p><u>Kvalitative del:</u></p> <p>1) De børn og unge, som i høj grad sammenligner sig med andre, oplever i højere grad, at en påmindelse om, at de sociale medier ofte viser det perfekte billede af virkeligheden, er gavnligt for deres "surfing" på sociale medier. Modsat oplever majoriteten af de børn og unge med lav grad af sammenligning med andre, at påmindelser ikke vil ændre deres "surfing" oplevelse.</p> <p>- "[The interventions would] Not really [make a difference], because ... [on] social media everybody posts what you want people to see. [...]"</p> <p>- "I guess a lot of these photos would make me feel like questioning my worth [and] jealous of her. "Cause it seems like she has a great life. She's pretty, she has nice friends, she has enough money to go on vacationing at that beach or something [...]"</p>
--	--	--	--	---	--

Tabel til afrapportering af grå litteratur for del B

Institution, forfatter, årstal og land	Titel på rapport og link	Population, alder, køn, antal (N)	Metode	Resultater
Børns vilkår Pedersen et al. 2020 Danmark	Pres og stress. Krop, køn og digital adfærd. Hvordan mindsker vi presset på børn og unge https://bornsvilkar.dk/wp-content/uploads/2020/06/Pres-og-stress-Krop-køn-og-digital-adfærd.pdf	Kvantitativ del Alder: 6. og 9. classes skoleelever 50,9 % piger og 49,1 % drenge N = 1.820 Kvalitativ del Alder: 6. og 9. classes skoleelever. Fordeling af køn er ikke oplyst. N = 51, heraf 22 børn fra 6. klasse og 29 unge fra 9. klasse.	Data fra BørneTelefonen Data fra Børnetelefonen består af registreringer fra rådgivningsplatforme: telefonisk rådgivning, chat-rådgivning, sms-rådgivning, brevkasse og "Børn hjælper børn". Registreringerne består af information om temaer i samtalen, barnets køn og alder. Derudover noterer rådgiveren beskrivelser af samtalerne i ca. 25 % af samtalerne. Disse beskrivelser viser, hvad det er, børn fortæller, når de for eksempel henvender sig om stress, kropstillfredshed mv. Den <u>kvantitative</u> del består af data fra skoleeleveres besvarelser af et digitalt spørgeskema, der er udsendt i perioden oktober-november 2019. Eleverne er en del af Børns Vilkårs børne-panel "Viden fra Børn". Panelerne er dannet ved en tilfældig stikprøve på baggrund af udtræk fra Undervisningsministeriets institutionsregister i 2017. Undersøgelsens <u>kvalitative</u> datagrundlag består af to faser: En indledende eksplorativ fase og en opfølgende interview-fase. Begge faser er udmøntet ved semi-strukturerede enkelt- eller gruppeinterviews og varer 30-60 min.	Rapporten viser, at elever i 6. og 9. klasse angiver at forventning om, hvad de skal leve op til omkring deres udseende og på sociale medier er blandt nogle af de primære årsager til, at de føler sig stresset. I forlængelse heraf angiver særligt pigerne (54 % i 9. kl. og 47 % i 6. kl.) at de har fjernet et billede på de sociale medier, fordi det ikke har fået nok likes, hjerter eller kommentarer. Her er andelen langt mindre blandt drengene (17 % i 9. kl. og 22 % i 6 kl.). Ligeledes viser rapporten, at 38 % af pigerne i 9. kl. redigerer billeder af sig selv, inden de lægger dem op på sociale medier. Det gælder 14 % af drengene i 9. kl. For pigerne fylder denne adfærd mindre blandt de yngste piger (34 % i 6.kl), hvor det omvendte gør sig gældende for drengene (28 % i 6.kl). Det tyder derfor på, at det særligt er pigerne, som oplever et pres om at fremstå perfekt på de sociale medier. Undersøgelsen viser også, at FOMO (her målt som at være enig i, at man skal svare på beskeder øjeblikkeligt) er særligt udbredt blandt piger i 9. klasse, hvor 68 % angiver, at du bør svare venner i samme øjeblik, man kan se, at en besked står som "læst" (til forskel fra 53 % af pigerne i 6.kl, 56 % af drengene i 9. kl. og 49 % af drengene i 6 kl.). 63 % af pigerne angiver ligeledes at have fået en anden til at passe sine streaks på Snapchat for ikke at miste dem. Rapporten konkluderer, at medieplatformes

				adfærdsdesign – for eksempel konstante påmindelser i form af notifikationer - er med til at rammesætte og skabe nye normer i børne- og ungdomskulturen, der kan opleves som et ekstra pres og fremme følelsen af stress blandt skoleelever.
Børnerådet Jønson 2015 Danmark	<p>Analyse: Unges medieforbrug og trivsel. Stort medieforbrug kan skade unges trivsel.</p> <p>https://www.boerneraa-det.dk/me-dia/124533/B%C3%98RNE-INDBLIK_Nr3_15_Unges_medieforbrug_og_trivsel.pdf</p>	<p>Kvantitativ del: Alder: 13-15-årige (fra 7. klasse). 52,2 % piger N = 1.932</p> <p>Kvalitativ del: Alder: 8. klasses elever. Fordeling af køn er ikke oplyst. N= 22 børn i 8. klasse</p>	<p>Kvantitativ del: Data er indsamlet via spørgeskemaundersøgelsen 'Unge og Medier' i Børnerådets Børne- og Ungepanel gennemført i maj/juni 2014.</p> <p>Panelet består af elever fra 7. klasse fra 110 klasser fra almenområdet og 11 klasser fra specialområdet fordelt over hele landet.</p> <p>Kvalitativ del: Data er indsamlet via fire uddybende gruppeinterview med elever fra 8. klasse på to forskellige skoler. Interviewene varede 30-50 min. og var semistrukturerede med en interviewguide, som tog udgangspunkt i resultaterne fra den del af spørgeskemaundersøgelsen, der handlede om livet derhjemme og de voksne, som børnene bor sammen med. Formålet med interviewene var at få de unges forklaringer på resultaterne samt at få eksempler fra deres liv.</p>	<p>Rapporten finder en positiv sammenhæng mellem antallet af timer elever i 7. kl. bruger på sociale medier eller film/TV og stress: For eksempel angiver 20 % af eleverne, som er mere end fire timer dagligt på sociale medier, og 24 % af eleverne som ser film/TV mere end 4 timer dagligt, at de ofte eller hele tiden føler sig stresset til forskel fra elever, som ser film/TV og er på sociale medier op til 2 timer dagligt. Her angiver 10 % at føle sig stresset ofte eller hele tiden.</p> <p>Unge fortæller om en dobbelt stressfølelse: De oplever det som et pres ikke at være online og stressende, hvis de ikke har telefonen tæt på til at være tilgængelig, og samtidig opleves disse forpligtigelser som en byrde. I spørgeskemaundersøgelsen angiver 37 % af eleverne, at det er stressende, hvis man har beskeder på telefonen, som man ikke har svaret på.</p>