



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV
Avdelningen för socialt arbete och kriminologi

Självskadebeteende på Sociala Medier

En litteraturöversikt om ett nutida fenomen

Camilla Dalmyr & Emilia Ålund

2019

Examensarbete, Grundnivå (kandidatexamen), 15 hp

Socialt arbete

Socionomprogrammet

SAG802

Handledare: Ulla Beijer

Examinator: Fereshteh Ahmadi

Abstract

The purpose of this study was to examine the effects social media can have on people who self-harm. Based on ten research articles published between 2009-2019, which we selected through a systematic search in six databases. An interactive literature review was made and thematic analysis used. Four themes were identified, the social media-based community for self-harming, the reasons individuals publish material of self-harm, the negative and positive aspects of self-harm content. Our findings show that these individuals experience a sense of community, understanding, support, and companionship on social media. In turn, support on social media can trigger further self-harm, complicate recovery, and encourage individuals not to seek professional help. The reason they contribute to the self-harm community is, among other things, to be a part of the community, maintain a self-harm ritual, to increase understanding in society, or as an artistic expression.

Keywords:

Instagram, self-harm, social media

Sammanfattning

Syftet med denna uppsats var att skapa en överblick av forskning, mellan 2009 och 2019, kring sociala mediers påverkan på personer med självskadebeteende. Metod: Integrativ litteraturöversikt. Tio vetenskapliga artiklar selekterades genom en systematisk sökning på sex databaser. Artiklarna granskades och analyserades tematiskt. Resultatet redovisades under fyra teman, gemenskapen på de sociala medier som riktar sig till personer med självskadebeteende, orsaker till att publicera material på sociala medier, negativa aspekter och positiva aspekter av självskadebeteende på sociala medier.

Slutsats: Dessa individer upplever gemenskap på sociala medier, känner sig förstådda, samt får stöd och kamratskap. Material av självskadebeteende kan fungera triggande, försvåra tillfrisknande, stödet på sociala medier kan bidra till att individerna inte söker professionell hjälp. Orsaken till inlägg på sociala medier är bland annat för att känna sig som fullvärdiga medlemmar, som en del av en självskaderitual, öka förståelsen i samhället eller som konstnärligt uttryck.

Nyckelord:

Instagram, självskadebeteende, sociala medier,

Förord

Ansvaret för uppsatsens olika områden har delats av författarna. Diskussioner har skett kontinuerligt för att säkerställa bådass delaktighet om diverse beslut i arbetsprocessen.

Ett stort tack till Ulla Beijer (Phd) som handlett och gett råd under arbetets gång.

Vi vill även tacka våra nära och kära som har stöttat, lyssnat och agerat bollplank under processen med detta arbete. Erat stöd har varit ovärderligt!

Slutligen vill vi även tacka varandra för ett gott samarbete.

Camilla Dalmyr & Emilia Ålund

<u>1</u>	<u>INTRODUKTION</u>	<u>1</u>
1.1	FÖRFÖRSTÅELSE	1
1.2	PROBLEMFORMULERING	2
1.3	SYFTE	2
<u>2</u>	<u>UPPSATSENS DISPOSITION</u>	<u>3</u>
2.1	BEGREPPSDEFINITIONER	3
<u>3</u>	<u>BAKGRUND OCH TIDIGARE FORSKNING</u>	<u>5</u>
3.1	LITTERATURSÖKNING	5
3.2	SJÄLVSKADEBETEENDE	6
3.3	SOCIALA MEDIER	6
3.4	RELEVANS FÖR SOCIALT ARBETE	8
3.5	SJÄLVSKADEBETEENDE OCH SOCIALA MEDIER	8
<u>4</u>	<u>TEORETISKA PERSPEKTIV</u>	<u>10</u>
4.1	DEN DRAMATURGISKA TEORIN	10
4.2	STIGMA OCH IDENTITET	12
4.3	TEORIDISKUSSION	14
<u>5</u>	<u>METOD</u>	<u>15</u>
5.1	DESIGN	15
5.2	URVALSPROCESSEN	15
5.2.1	INKLUSIONSKRITERIER:	16
5.2.2	EXKLUSIONSKRITERIER:	17
5.2.3	TABELL 1 EXKLUDERINGSPROCESSEN:	18
5.2.4	TABELL 2, LITTERATURSÖKNING	19
5.3	TEMATISK SYNTES	19
5.4	FORSKNINGSETISKA ÖVERVÄGANDEN	20
5.5	METODDISKUSSION	21
<u>6</u>	<u>RESULTATREDOVISNING</u>	<u>23</u>
6.1	INKLUDERADE ARTIKLARS DESIGN	23
6.2	GEMENSKAPEN PÅ DE SOCIALA MEDIER SOM RIKTAR SIG TILL PERSONER MED SJÄLVSKADEBETEENDE	24
6.3	ORSAKER TILL ATT PUBLICERA MATERIAL PÅ SOCIALA MEDIER	26
6.4	NEGATIVA ASPEKTER AV SJÄLVSKADEBETEENDE PÅ SOCIALA MEDIER	28
6.5	POSITIVA ASPEKTER AV SJÄLVSKADEBETEENDE PÅ SOCIALA MEDIER	30
<u>7</u>	<u>ANALYS</u>	<u>32</u>

7.1 GEMENSKAPEN PÅ DE SOCIALA MEDIER SOM RIKTAR SIG TILL PERSONER MED SJÄLVSKADEBETEENDE	32
7.2 ORSAKER TILL ATT LÄGGA UPP MATERIAL PÅ SOCIALA MEDIER.....	33
7.3 NEGATIVA ASPEKTER AV SJÄLVSKADEBETEENDE PÅ SOCIALA MEDIER	35
7.4 POSITIVA ASPEKTER AV SJÄLVSKADEBETEENDE PÅ SOCIALA MEDIER.....	36
<u>8 DISKUSSION.....</u>	<u>38</u>
8.1 EMPIRIDISKUSSION.....	39
8.2 ANALYSDISKUSSION.....	40
8.3 VIDARE FORSKNING.....	42
<u>REFERENSLISTA.....</u>	<u>44</u>
BILAGA 1.....	49

1 INTRODUKTION

Intresset för hur sociala medier kan påverka individer med ett självskadebeteende väcktes i samband med att en av författarna till denna uppsats, arbetar på ett ungdomshem och kommer i kontakt med unga individer med självskadebeteende. En av dessa ungdomar berättade om sina egna upplevelser angående självskador på Instagram, och sade sig se en trend; *“Typ alla lägger upp bilder på skärsår där, och vill visa upp sig”* (Personlig kommunikation, Februari, 2019). Detta sammanföll med att Instagram, i Februari år 2019, gick ut med beskedet om att de skall skärpa sina regler kring publicering av bilder på självskadebeteende. Detta på grund av att en 14-årig flicka i Storbritannien tog sitt liv efter att hon antas ha påverkats av bilder på självskadebeteende (Marsh & Waterson, 2019, Feb 7). Sammantaget fick detta oss att vilja studera fenomenet närmare.

1.1 FÖRFÖRSTÅELSE

Författarna till detta arbete rör sig själva på sociala medier såsom Instagram och Facebook, men har inte nämnvärt kommit i kontakt med material som rör självskadebeteende tidigare. I och med att internetanvändning delvis styrs av algoritmer, där vi presenteras för sådant material på internet som vi tidigare har sökt efter. Utsätts vi till största del av det vi själva finner intressant i vår vardagliga användning av sociala medier (Statens medieråd, 2018). Ingen av oss har specifikt sökt efter material kring självskadebeteende innan vi påbörjade denna studie. Nu har vi gjort sådana sökningar, bland annat via google och via hashtaggar på sociala medier, och vi har insett att det finns mycket material på sociala medier som berör självskadebeteende. Efter att vi läst tidigare nämnda nyhet om den fjortonåriga flickan som tagit sitt liv efter, vad fadern anser, ha tittat på material angående självskadebeteende på social medier (Marsh & Waterson, 2019, Feb 7), frågade vi oss hur Instagram skärpt sina restriktioner och sökte därför på hashtaggar relaterade till självskadebeteende. Då vi sökte på Instagram, exempelvis på #självskadebeteende, såg vi först en informationstext med syftet att varna för vilka bilder som kan uppkomma och hur dessa bilder kan påverka negativt. Sedan hänvisar Instagram till en hjälp- och stödfunktion för individer med självskadebeteende.

Vi fick här valmöjligheten att se bilderna eller avböja. Då vi godkände och såg materialet, upplevde vi oss ej se någon direkt skillnad i tillgången av bilder på självskadebeteende, jämfört med tiden innan de nya restriktionerna trädde i kraft (Instagram, april, 2019).

1.2 PROBLEMFORMULERING

Genom egna sökningar på internet har vi funnit att det på de flesta större webbplatser för social interaktion (exempelvis instagram och facebook), går att finna sektioner, hashtags, forum eller liknande, där det går att publicera personligt material i form av både bilder och texter. På dessa plattformar publicerar även självskadande individer material, vilket ser ut att vara både eget och andras material relaterat till självskador.

Enligt Richards, Caldwell & Go (2015) kan hög närvaro på sociala medier påverka den psykiska hälsan negativt. Att individer exponerar ett självskadebeteende på sociala medier kan anses vara ett förhållandevis nytt fenomen, och konsekvenserna av internetanvändande i relation till psykisk instabilitet kan därav ses som ett relativt nytt socialt problem (Pantic, 2014).

I och med att fenomenet verkar vara utbrett, förstår vi att sociala medier fyller en funktion för personer med självskadebeteende. Frågan som kvarstår är dock hur dessa individer påverkas och om användandet av sociala medier utgör en riskfaktor för personer med självskadeproblematik.

1.3 SYFTE

Att skapa en överblick baserad på forskning från de senaste tio åren, kring sociala mediers påverkan på personer med självskadebeteende.

Följande frågeställningar kommer att besvaras:

- Vilka positiva- respektive negativa aspekter kan användandet av sociala medier ha för individer med självskadebeteende?
- Hur kan samspelet som uppstår på sociala medier riktat till personer med självskadebeteende förklaras, och hur påverkas individerna av detta?

2 UPPSATSENS DISPOSITION

Inledningsvis presenteras en introduktion till vårt aktuella forskningsområde där vi först ger en beskrivning av självskadebeteende, för att sedan beskriva sociala medier, samt vilken relevans vi anser att vår studie har för socialt arbete. I det sistnämnda avsnittet redogör vi för, vad vi anser vara en kunskapslucka, vilken vi hoppas kunna bidra till att fylla i och med denna litteraturöversikt. Vidare redogör vi för tidigare forskning som främst bidrar till att ge en vidare uppfattning kring hur självskadebeteende används och hur man kan se på beteendet i en social kontext. Kapitlet utgör en grund för en vidare förståelse av denna uppsats.

I teorikapitlet presenteras relevanta delar av Goffmans dramaturgiska teori, samt hans teori om stigma, vilka båda hör till forskningsfältet socialpsykologi. Vi avslutar kapitlet med en teoridiskussion.

I metodkapitlet motiveras och beskrivs valet av tillvägagångssätt, vilket är integrativ litteraturöversikt. Litteratursökning och inkluderings-exkluderingsprocess av valda artiklar beskrivs, och vidare redogör vi hur vi bearbetat resultatet med hjälp av tematisk syntes. Vi redogör även för våra forskningsetiska överväganden, och för i anslutning till detta kapitel en kritisk metoddiskussion.

Resultatet redovisas inledningsvis genom en beskrivning av inkluderade artiklars forskningsdesign och presenteras därefter utifrån fyra teman: Gemenskapen på sociala medier som riktar sig till personer med självskadebeteende, Orsaker till att lägga upp material på sociala medier, Negativa aspekter av självskadebeteende på sociala medier och Positiva aspekter av självskadebeteende på sociala medier. Därefter analyseras resultatet genom valda teorier och utifrån samma teman som används i resultatavsnittet.

Avslutande diskussion består av tre olika delar. En empirisk diskussion, en analysdiskussion samt en del om vidare forskning.

2.1 BEGREPPSDEFINITIONER

Hashtag (#): En hashtag (#) är ett digitalt hjälpmedel som används på många plattformar för sociala medier för att göra ett inlägg kategoriserat och sökbart (Nationalencyklopedin, 2019). Vid en sökning av exempelvis #självskadebeteende kommer alla inlägg som använt samma hashtag att visas i sökresultatet.

Sociala medier: Samlingsnamn på kanaler på internet som möjliggör användare att kommunicera direkt med varandra genom exempelvis text, bild eller ljud. Sociala

nätverk, bloggar med kommentarsfält, mikroblogger och diskussionsforum är exempel på sociala medier. Till sociala medier räknas även sajter där användare kan dela med sig av tips och råd, samt virtuella världar där användarna kan kommunicera med varandra (IT-ord, 2018). Sociala medier skiljer sig från massmedia genom att det är användarna själva som publicerar materialet på sidorna genom internet (Ne., 2019).

Instagram: Instagram är ett socialt medium på internet som finns för bild- och videodelning. Användare kan välja att ha en öppen användarprofil där alla får åtkomst till bilder, eller en stängd användarprofil där endast, av användaren godkända medlemmar kan ta del av bilderna. Användare kan även välja att vara anonyma, och använda sig av ett alias. Under bilderna finns ett kommentarsfält, och det finns även en gillafunktion. Applikationen är helt gratis, och lanserades i oktober 2010 (Instagram, 2019).

Facebook: Socialt nätverk med två miljarder användare (2017). Används som ett kontaktnät där man lägger till vänner, och skickar vänförfrågningar. Det går även att ha en öppen profil där alla kan se innehåll. Even företag och föreningar använder facebook för att hålla kontakt och lägga ut information. Det går att publicera text, bilder, filmer och länkar till klipp från andra plattformar på facebook, men där finns även exempelvis spel och tester (IT-ord, 2018).

Twitter: Används för att publicera mikroblogger, med max 280 ord per inlägg. Följare kan kommentera dessa inlägg som kallas för tweets (IT-ord, 2017).

Gillafunktion: Under inlägg på flera sociala medier, ex. Facebook och Instagram, finns en funktion för att med ett klick gilla bilden eller inlägget. Antingen genom att klicka på ordet gilla, eller en bild av tummen upp (IT-ord, 2018).

Algoritm: Sociala nätverk som instagram och Facebook använder sig av algoritmer för att anpassa ditt nyhetsflöde till dina intressen. Algoritmerna är ett matematiskt program som samlar in information från nätet om hundratals faktorer, exempelvis var du bor, vad du jobbar med och vilka dina intressen du har, baserat på sökningar och "gillningar". Algoritmerna uppdateras kontinuerligt. Både på individnivå, utifrån vårt nätbeteende, och på ett övergripande plan. Google Sök ändrar till exempel algoritmerna flera hundra gånger per år (Statens medieråd,2018).

3 BAKGRUND OCH TIDIGARE FORSKNING

I detta kapitel ger vi en kortare inblick i hur självskadebeteende har uppfattats kulturellt, socialt och historiskt, detta i syfte att ge en något djupare förståelse för ämnet ursprung och karaktär. Vidare beskriver vi hur sociala medier används och relaterar detta till självskadebeteende, samt ämnets relevans för det sociala arbetet.

3.1 LITTERATURSÖKNING

För att skapa en djupare förståelse för fenomenet självskadebeteende på sociala medier, föresatte vi att få en större inblick i dels självskadebeteende och dels sociala medier. Vi valde att söka bakgrundsinformation via sökdatabasen Discovery och via Google.

Genom sökordet *självskadebeteende* fann vi 497 resultat, av dessa valde vi ut artiklar på basen av artikelns namn. Kriteriet var att artikeln skulle beskriva självskadebeteende som fenomen.

Vi gjorde även en sökning på engelska där vi använde oss av sökorden *self harm* or *self injury* or *deliberate self harm* or *self mutilation* or *self injurious behavior* och *social media* or *instagram* or *facebook* or *snapchat* or *youtube* or *twitter*. 229 resultat uppkom, var av vi sållade i, genom att dels läsa titeln, men också 29 abstrakt. Det resulterade i att vi fann endast tre artiklar som vi upplevde relevanta för tidigare forskning.

Vi tog även hjälp av personal på Stockholm Stadsbibliotek vilka kunde leda oss till relevant litteratur inom ämnet. Där fann vi främst litteratur som berörde självskadebeteende.

Via Google sökte vi fram information om sociala medier och internetanvändande. Statens medieråd är en myndighet som följer upp ungas medieanvändande. Via deras hemsida sökte vi relevant information om ämnet och kunde även hitta andra användbara rapporter.

Det visade sig även att två av de artiklar som exkluderats vid litteratursökningen för litteraturöversikten kunde användas i bakgrund och tidigare forskning, snarare än i vårt resultat. Detta eftersom de tog upp viktiga aspekter kring sociala medier och psykisk ohälsa även om de inte specifikt relaterade detta till självskadebeteende.

3.2 SJÄLVSKADEBETEENDE

Självskadande beteende har funnits länge inom den mänskliga kulturen. Historiskt sett har det rört sig om religiösa, ritualiserande självskador för att komma nära ett martyrskap, uppnå helande egenskaper, för att komma närmare det gudomliga, eller för att påminnas om att smärta är en känsla som förenar de mänskliga livs- och dödsdrifterna (Fjellman, 2010). Många religioner och kulturer världen över, har en historia av självskadebeteende. Exempelvis innehåller buddhismen, Shamanismen i Latinamerika, Nordamerikanska ursprungsbefolkningens mysticism och kristendomen, spår och berättelser relaterat till självskadebeteende. En av de äldsta formerna av självskadebeteende kan dateras så långt tillbaka som för 20 000 år sedan. Vid förluster av nära släktingar amputerades spetsen av ett finger. Denna forntida form var ett slags religiöst sätt att visa sorg på och brukas fortfarande i vissa delar av sydostasien (Favazza, 1996).

Både kulturellt och religiöst kan individer exempelvis använda sig av piskor, krossat glas eller glödande kol för att uppnå fysisk smärta. Det kan även handla om kulturella kroppsmodifikationer såsom tatueringar, piercingar, eller att skära in mönster i huden för att markera en viktig händelse i livet. Men det krävs att detta sker i ett meningsfullt sammanhang. Att enbart vilja åstadkomma smärta utan en kulturell eller religiös ritual är sannolikt oacceptabelt världen över (Fjellman, 2010).

Förutom att vara en kulturell eller religiös ritual, kan självskadebeteende även vara en metod att medvetet åsamka sig fysiska skador i syfte att hantera ångest och svårigheter, utan att vilja ta sitt liv. Självskadande individer kan använda olika objekt såsom rakblad eller tändare, med anledning att skada, rispa, skära och bränna i sin hud, men det kan även handla om substansbruk eller destruktiva och skadliga sexuella relationer (Favazza, 1996).

Självskadebeteende debuterar oftast i yngre tonåren och ökar fram till ung vuxen ålder för att sedan avta. Beteendet är vanligare hos flickor än hos pojkar, men pojkar tenderar skada sig fysiskt allvarigare än flickor (Nationella självskadeprojektet, 2016).

3.3 SOCIALA MEDIER

Sociala medier finns ständigt närvarande i många människors liv och har stor betydelse för vårt sociala liv samt den mellanmänskliga interaktionen i vardagen. Interaktionerna

på sociala medier påverkar oss på många plan, både privat och professionellt då nya kommunikations- och relationsmönster uppstår (Eek-Karlsson, 2015).

I rapporten *Ungar och medier 2017* (2017), utgiven av statens medieråd, görs en jämförande studie över ungas medievanor över tid. Där beskrivs att medieaktivitet ser helt annorlunda ut vid utgivning av rapporten, än tio år tidigare. Det som ansågs vara hög konsumtion av internet år 2005 börjar år 2017 snarare anses vara normal konsumtion, och andelen unga som använder internet över tre timmar dagligen har mer än fyrdubblats de senaste tio åren. Tidigare hade människor mer avgränsade internetvanor, exempelvis på fritiden via hemdatorn. Nu är användandet mer integrerat i vardagen, då smarttelefoner blivit en norm bland unga. 85% av svenska barn i nioårsåldern, ägde eller hade kontinuerlig tillgång till en smarttelefon och motsvarande 97% av arton-åringarna. Användning av internet i mobiltelefoner ökade explosionsartat mellan 2010 och 2012 och användningen av sociala medier har stadigt ökat från ungefär samma tidsintervall (Statens medieråd, 2017).

Sociala medier kan ha många positiva aspekter. De kan fungera som plattformar för att hålla kontakten med sina vänner, att finna nya vänner eller uppleva sin tillvaro som mindre ensam. Personer med social fobi kan till exempel träna sin sociala förmåga genom sociala medier, hitta ett sätt att få kontakt med andra och känna gemenskap (Richards, Caldwell & Go, 2015).

Även om sociala medier kan ha många positiva effekter på våra liv, finns det aspekter som kan vara mindre gynnsamma. Sociala mediers påverkan på den mentala hälsan hos unga kan enligt studier vara påtagligt negativ (ibid). Det har visat sig att antal timmar spenderade på sociala medier såsom Facebook, Twitter, Instagram eller Myspace kan öka symptom på depression, ångest, bidra till en negativ självbild samt öka narcissistiska personlighetsdrag. Så lite som tre timmar i veckan kan leda till att symptom på depression uppkommer (ibid).

Efter att en 14 årig flicka som misstänks ha påverkats negativt av bilder på självskador på Instagram, tog livet av sig i februari år 2017 har både Instagram och Facebook sett över sina restriktioner kring dessa bilder. Detta i en process att skärpa reglerna kring spridningen av bilder med självskador. Enligt Brittisk polis tittade flickan aktivt på material med hashtaggar som *cutting*, *self-harm* och *suicidal*, vilket enligt flickans far skulle kunna vara anledningen till hennes självmord (Marsh & Waterson,

2019, Feb 7).

3.4 RELEVANS FÖR SOCIALT ARBETE

Då självskadande beteende studerats ur ett psykologiskt eller medicinskt perspektiv i över hundra år, har också behandlingsmetoder och interventioner varit baserade på dessa (Ekman, 2018). Exempelvis kognitiv terapi, medicinering med serotonin och psykodynamisk terapi (Favazza, 1996). Genom att studera ämnet i dess sociala kontext där de självskadande handlingarna kan beskrivas som ett fenomen med faktorer såsom hur individens sociala system ser ut, socioekonomiska faktorer eller ur kulturella synsätt, kan fenomenet förstås på ett mer nyanserat och fördjupat vis (Ekman, 2018).

Socialarbetare kan, på olika håll inom professionen, komma i kontakt med individer som utför självskadande handlingar. Exempelvis kan kuratorer på skolor, socialarbetare på ungdomsmottagningar eller inom andra institutioner möta personer med självskadeproblematik. Det finns handlingsplaner för hur socialarbetare på ungdomsmottagningar kan gå tillväga i bemötandet, men också rekommendationer om olika behandlingsmetoder (Nationella Självskadeprojektet, 2017).

Eftersom människor rör sig allt mer på internet och sociala medier, kan socialarbetare behöva utbildas och hållas uppdaterade för att förstå hur internet påverkar individers liv och vardag. Socialarbetare kan behöva bli medvetna om hur kommunikationen på sociala medier påverkar gruppdynamiken och individer (Giffords, 2009). Sker de självskadande handlingarna på sociala medier, behövs kanske andra strategier för att hjälpa och stötta individerna. Att ta reda på hur personer med självskadebeteende blir påverkade i användningen av sociala medier kan därför vara av vikt i syfte att förstå och stötta individerna. Då självskadebeteende dessutom kan vara ett tecken på en större sjukdomsbild inom psykisk ohälsa, och även ett symptom på ett suicidala handlingar (Fjellman, 2010), kan relevansen för socialt arbete anses vara stor.

3.5 SJÄLVSKADEBETEENDE OCH SOCIALA MEDIER

För cirka 30 år sedan var det näst intill omöjligt att hitta andra personer med ett självskadebeteende då detta var något som skedde i skymundan, ofta på grund av skam kring sitt beteende. Internet och dess sociala medier har hjälpt dessa individer att hitta varandra. De beskriver att internet kan hjälpa individer med självskadebeteende att hitta

en slags gemenskap vilket kan göra att individerna kan uppleva sig mindre isolerade, men också att denna gemenskap kan utgöra en viss fara och förhindra tillfrisknande (Whitlock, Powers, & Eckenrode, 2006).

Sociala medier har bidragit till att vi kan ta del av kommunikation och intryck som annars hade varit dolt på grund av samhällsstrukturen, geografiskt avstånd eller andra faktorer (Eek-Karlsson, 2015). Dessutom har möjligheterna till anonym kommunikation, samt chansen att välja vilka sidor av sig själv som visas upp, bidragit till en förskjutning av de sociala gränserna, vilket gör att det finns mycket material som kan påverka individen att agera gränsöverskridande (ibid).

Även om forskning angående självskadebeteende pågått i över ett sekel, har frågan om varför individer skadar sig själva ej kunnat besvarats helt och hållet. Det kan anses vara ett ämne som fortsätter att förvirra forskare. Beroende på ur vilket perspektiv fenomenet ses genom, har det undersökts, setts på och behandlats på olika sätt. Självskadebeteende har främst undersökts genom ett medicinskt och psykologiskt perspektiv medan de sociokulturella och socioekonomiska perspektiven i stort sett saknats (Ekman, 2018).

Även för självskadande individer kan fenomenet vara förvirrande, som en patient i en fallstudie berättade (på originalspråket engelska); "*The whole idea of cutting yourself is ironic (...) Making yourself hurt to feel better is really a wicked and deranged thing. Yet to me, it's normal.*" (Favazza, 1996, s. 241).

4 TEORETISKA PERSPEKTIV

Socialpsykologin är en drygt hundraårig vetenskap som försöker förstå människans samspel med omgivningen, och hur underförstådda regler och kulturella betingelser påverkar människors handlingar. Forskningsfältet brukar delas in i individualistiska teorier och grupporienterade teorier. Den först-nämnde förklarar skeenden utifrån individens enskilda egenskaper och beteenden, medan den andra förklarar skeenden utifrån ett grupperspektiv utifrån samspelet mellan individerna (Svedberg, 2016).

Vi har tagit hjälp av Erving Goffmans (1922-1982) *dramaturgiska teori* samt *stigma* för att besvara studiens frågeställningar.

4.1 DEN DRAMATURGISKA TEORIN

Den dramaturgiska teorin innehåller en mängd användbara begrepp som kan vara hjälpsamma för att förklara interaktionen på sociala medier och hur fenomenet ter sig. Teorin beskriver interaktionen mellan människor och hur dessa möten påverkar grupper och individer. Den förklarar varandet och identitetsskapandet genom metaforer från teatervärlden (Goffman, 1959/2014). Goffman menar att varje individ presenterar och speglar sig själv i en grupp utifrån hur hen vill passa in och bli betraktad av publiken. Att varje individ är både skådespelare, manusförfattare och regissör i sitt eget vardagliga drama. Han beskriver även att människor agerar olika beroende på om de befinner sig på scenen eller bakom scenen, vilket han kallar för den *främre och bakre regionen* (Ritzer, 2018).

Främre och bakre region står för Goffmans indelning av de scener med skiftande kontexter, där vi framträder med våra roller. *Den främre regionen* är den offentliga scenen, där vi förväntas agera efter de existerande normerna. Bland annat förväntas en person stå i kö och inte tränga sig före, eller inte hosta utan att hålla för munnen på en restaurang bland andra matgäster. Vi vill efterleva dessa normer då det kan följa en viss bestraffning om vi inte gör det. Exempelvis bli uteslutna ur en grupp, utskällda eller rentav få ett straff enligt lagen, om så grova normer bryts. *Den bakre regionen* handlar istället om de platser där människor befinner sig när ingen ser på och gör det som är hemligt som ingen utomstående bör se. Här styr inga normer direkt över vad som är acceptabelt uppförande eller ej. Här kan individen slappna av utan att behöva anpassa sig. Dessa platser ändras över tid och kontext. Badrummet kan exempelvis vara både en

bakre och en främre region, om middagsgästerna skall använda rummet, och bakre regionens tecken städas undan för att göra sken av att vara en främre region. Dessa begrepp kan användas i syfte att beskriva de scener, eller kontexter, som individerna växlar emellan, utanför eller på internet (Goffman, 1959/2014; Persson, 2012).

Goffman är en av de sociologer som vidareutvecklat rollbegreppet till vad det är idag. *Roll* hjälper oss förklara hur individen formas i samspel med de andra i gruppen. Vilken roll individen förväntas ha i samspelet med andra på sociala medier. Begreppet roll började användas redan på 1800-talet för att beskriva interaktionen mellan människor i samhället och i grupper (Persson, 2012). Enligt teorin antar vi olika roller beroende på vilket sammanhang vi är i och med vilka människor. Det är förväntningarna och de normer som samhället och andra har på rollen som är avgörande för vad rollens egenskaper, funktioner och beteende innebär. Det finns ideal för hur en roll bör införlivas, Goffman kallar detta för *idealisering* (Goffman, 1959/2014). Det finns två typer av roller. Den ena kallar Goffman för *funktionsroll*. Här har individens roll en funktion som till exempel normerna kring ett yrke skapar, eller som klasskamrat, son eller dotter. *Interaktionsrollen* skapas genom interaktionen mellan individer. Här har rollen inte en särskild, förbestämd uppgift som funktionsrollen, utan rollen sker i samband med interaktionen och utgör rollen. Dessa begrepp kan användas för att beskriva individens roll i gruppen och hur interaktionen sker mellan individer på sociala medier (Ibid).

En individ som spelar en viss roll kan styra vilka uttryck som sänds ut till andra i omgivningen. Detta kallar Goffman för *intrycksstyrning* och menar att vi spelar en slags teater där vi väljer hur vi agerar för att styra vad andra får för olika intryck av oss som personer. Det handlar i stora drag om att styra över sin identitet och hur identiteten kan uppfattas av andra, hur vi bygger upp och visar upp bilden av oss själva och vår person (Svedberg, 2007). Intrycksstyrning kan hjälpa oss att analysera hur individer med självskadebeteende påverkar varandra genom att välja vad som visas upp och inte, när det lämpar sig och inte lämpar sig av visa upp sina självskador. Individen anpassar sitt handlande efter rådande normer som finns i kontexten och försöker reglera de intryck andra får om individens person. Det är alltså situationen och vilka som är närvarande som avgör vilka uttryck en individ bör sända ut till sin omgivning (Goffman, 1959/2014). Detta kan hjälpa oss att förklara fenomenet och hur det kan påverka gruppens samspel, normer, värderingar och beteenden.

Goffman har utvecklat ett flertal begrepp som beskriver de olika gruppkonstellationer vi rör oss emellan. Begreppet *team* kan användas i syfte att förklara och beskriva gruppen och dess processer, som exempelvis individen med självskadebeteende tillhör eller strävar efter att tillhöra på sociala medier. Team kan beskrivas som en grupp där medlemmarna har en gemensam uppgift, gemensamma värderingar och normer som innebär att alla teammedlemmar behöver upprätthålla dessa och agera på ett sätt som inte går emot gruppens ideal. De försöker upprätthålla situationen som medlemmarna ser som verklighet genom att kollektivt följa de regler som definierar gruppen som helhet, "(...) för att främja gemensamma intressen eller kollektiva syften med alla medel som står dem till buds" (Goffman, 1959/2014, s. 79). Gör en medlem inte detta kan i värsta fall uteslutning ur gruppen följa som en slags bestraffning.

För att beskriva interaktionen och relationen närmre mellan individer med självskadebeteende på sociala medier, kan vi ta stöd av begreppen *signifikanta andra* och *osignifikanta andra*. Dessa begrepp beskriver individens relationer vilka avgör betydelsen av och hur interaktionen ser ut med andra individer. *Signifikanta* är de personer individen har en direkt relation till och delar de mer intima och personliga med, kanske till och med det som händer i de bakre regionerna. *Osignifikanta* är de personer som vi inte har någon direkt relation till, till exempel busschauffören eller optikern, de som vi ej delar vårt vardagsliv med mer än nödvändigt. De är människor vi inte lägger något större fokus på, som vi möter på allmänna platser i den främre regionen. Dessa relativt ouppmärksammade individer kan dock bli en signifikant sådan om vi bjuder in, ömsesidigt delar information om varandra och på så sätt kommer närmre. Dessa bidrar också med sin blotta närvaro till upprätthållandet av normerna som vi förväntas följa (Persson, 2012).

4.2 STIGMA OCH IDENTITET

Goffman (1963/2011) beskriver *stigma* som ett avvikande attribut eller egenskap. En person som anses vara mycket ovanlig i karaktären och inte kunna upprätthålla rådande normer och moral. Det kan bland annat handla om en person som avtjänat ett fängelsestraff, en person som avviker utseendemässigt, har en funktionsnedsättning, en sjukdom eller på något annat vis inte faller inom ramen om vad som anses rätt och riktigt enligt normer i samhället och i grupper. Det är de som Goffman kallar för de

“normala” som sätter normerna och ramen för vad som är klassat som stigma. De “normala” är de som ej har något slags stigma utan smälter in och räknas som en mer fullvärdig medlem i samhället. Dock beskriver även Goffman att de normala och stigmatiserade mer är som två motpoler. En individ kan variera mellan dessa beroende på livssituation eller vilken kontext individen befinner sig i (Goffman, 1963/2011).

En utomståendes första intryck fastställer personens sociala identitet och personen tillskrivs egenskaper enligt stigmat, som exempelvis farlig, smittsam, svag eller obehaglig. Den diskurs som används i samhället om stigmatiserade individer kan emellanåt ses som nedlåtande eller förlöjligande, de beskrivs som något avvikande och drar sig då för att närvara i det offentliga. Individen stämplas således och kan hamna utanför samhället, bli utstött och isolera sig. Den stämplade kan då söka sig till grupper som kan upplevas som mer accepterande och delar personens stigma (ibid).

Goffman gör skillnad på *virtuell identitet* och *tillskriven identitet*, dessa innebär personens egen identitet och den identitet de får tillskrivas i och med stigmat och utanförskapet. Detta kan resultera i att individen ser sig själv som utomstående, självbilden är definierad av stigmat och kan ses som ett steg i processen för ett utanförskap och isolering. Om den enda som vet om avvikelsen är individen själv, kan individen passera som “normal” och smälta in i samhället, så länge avvikelsen inte upptäcks av någon “normal” och avslöjas (ibid).

Inom den stigmatiserade gruppen finns också normer och värderingar som tillhörande individer bör infria. Uppfyller individen kraven från den stigmatiserade gruppen kan individen ses som en solidarisk och genuin gruppmedlem. Individens gruppmedlemskap definieras av de “normala” men också av medlemmarna inom den stigmatiserade gruppen. Tillsammans med den subjektiva upplevelsen, de olika gruppernas åsikter om individen och den sociala erfarenheten är avgörande för individens självbild och identitet (ibid)

Teorin kan hjälpa oss analysera och förklara hur det kommer sig att individer som självskadar söker sig till sociala medier, hur relationen ser ut mellan individer som självskadar och sociala medier, samt hur dessa individer ser på sig själva. Vidare tror vi att teorin kan stötta i analysen av hur individers avvikande beteende i *en* kontext anses vara just avvikande men i *en* annan anses beteendet vara normalt, och normaliserats.

4.3 TEORIDISKUSSION

Ovanstående teorier används i syfte att försöka förklara detta komplexa fenomen: Hur individen påverkas i samspel med andra individer på sociala medier, vilka positiva och negativa aspekter detta samspel kan erbjuda och hur det kommer sig att individer laddar upp bilder på självskadebeteende på dessa medier. I valet av vilket teoretiskt perspektiv som var mest relevant och kunde användas för att analysera studiens resultat, utgick vi från våra frågeställningar. Goffmans dramaturgiska teori kändes genast adekvat för att söka förklaring kring samspelet som uppstår på sociala medier, medan valet av teoretiskt perspektiv för att belysa vilka positiva respektive negativa aspekter det finns för individer med självskadebeteende på sociala medier inte var lika självklart. Genom våra diskussioner under arbetets gång, upplevde vi att vi hade kunnat använda teorier som handlar om sårbarhet, salutogenes eller coping. Men vi valde ändå att använda oss av Goffmans teori om stigma då den kan erbjuda förståelse kring individens agerande och hur olika kontext kan utgöra stor skillnad i individens upplevelser.

Vi upplever att båda teorierna är väsentliga och kan användas att besvara våra frågeställningar, eftersom dessa teorier kan erbjuda både ett individuellt och grupp fokuserat perspektiv. Vidare finns behavioristiska perspektiv samt element av sårbarhet och coping inom de valda teorierna. Detta gör att vi med fördel kan använda både den dramaturgiska teorin och teorin om stigma till analysen i detta arbete. Vi har valt två olika men relaterade teorier, som handlar om människors interaktion och påverkan på varandra. Hur de i ett samspel skapar och omskapar varandras syn på varandra och sig själva. Vi anser att teorierna kan erbjuda ett perspektiv som förklarar dessa processer och kan hjälpa till att besvara frågeställningarna på ett tydligt vis genom välkända och genomarbetade sociologiska teorier.

5 METOD

5.1 DESIGN

För att svara på studiens syfte har vi valt att identifiera och utvärdera befintlig forskning genom en systematisk, integrativ litteraturöversikt. En litteraturöversikt ger en samlad överblick av hela kunskapsläget inom ett område och kan därigenom även identifiera eventuella kunskapsluckor (Booth, Papaionnou & Sutton, 2013). Genom en litteraturöversikt kan vi även jämföra olika studier och bidra till att öka förståelsen för fenomenet (ibid); självska debeteende på sociala medier. För att vår översikt skulle bli så bred som möjligt valde vi att använda oss av integrativ litteraturöversikt, vilket syftar till att inbegripa såväl kvalitativa som kvantitativa forskningsstudier (ibid).

Litteraturöversikten är kombinatorisk med syfte att summera och beskriva hittills dokumenterad forskning utifrån våra frågeställningar, den är även komparativ, vilket innebär att vi utreder olikheter och likheter i resultatet hos den tidigare forskningen som ingår i vår studie (Backman, 2016).

5.2 URVALSPROCESSEN

För 10-15 år sedan kan utbudet av forskning om självska debeteende på sociala medier anses vara något sparsam, då detta fenomen ej var så pass beforskat som det är idag. Främst ser den tidigare forskningen ut att ha behandlat ämnen kring internet och självmord, där mindre sektioner har berört självska debeteende. Utvecklingen av sociala medier och hur vi använder internet har dessutom gått fort fram (Statens medieråd, 2017). Därav fann vi det tillämpligt att begränsa litteratursökningen till den senaste tioårsperioden, dvs mellan år 2008 och år 2018, samt fram till april 2019 då vår litteratursökning genomfördes.

Selektionsbias kan uppstå i urvalet av medverkande artiklar i en litteraturöversikt. Selektionsbias innebär systematiska fel eller snedvridningar som kan uppstå i insamlandet av data. Dessa fel kan uppstå om forskaren medvetet eller omedvetet endast använder sig av litteratur som stöder forskarens egna ståndpunkter (Booth et al., 2013). Bias kan även uppstå om en sökning inte varit tillräckligt omfattande, i och med att de studier som fått mest uppmärksamhet eller har efterfrågats mest ofta är lättare att finna.

Vidare kan bias uppstå om forskaren har en övertro till vissa databaser eller magasin, och därav inte granskar artikeln tillräckligt nog (ibid). Om vi kan undvika dessa bias, når studien en högre validitet (ibid). För att undvika selektionsbias har vi använt oss av så väl inkluderingskriterier, som exkluderingskriterier i valet av artiklar. Artiklarna har uteslutande valts utifrån relevans för studiens syfte, hur pass välarbetade, och därigenom pålitliga de är. Artiklar har exempelvis inte valts enbart på basen av att deras resultat `verkat intressant` (ibid).

För att försäkra oss om att de artiklar som medverkar i översikten svarar till vårt syfte utformade vi inklusions- och exklusionskriterier. Att veta vad undersökningen inkluderar och inte försäkras oss om att vi inte inkluderat irrelevant data utan endast sådan som svarar mot vårt syfte. Dessutom har det underlättat litteraturgenomgången och sparat tid (ibid). Följande kriterier avgör vilka studier som medverkar i vår litteraturöversikt:

5.2.1 Inklusionskriterier:

- Krav att artikeln tar upp självska debeteende i form av att åsamka fysisk skada på den egna kroppen genom skärsår, brännmärken eller liknande på huden, och sociala medier i relation till varandra, då syftet är att undersöka hur personer med ett självska debeteende påverkas av sociala medier.
- Krav på population. De individer som undersöks eller studeras i artiklarna skall antingen ha ett eget självska debeteende, arbeta med personer med självska debeteende, eller vara anhörig till personer med självska debeteende.
- Krav att artikeln är publicerad inom rätt tidsperiod. Baserat på undersökningar som påvisar ett ändrat användande av sociala medier det senaste decenniet (statens medieråd, 2017) har vi valt att endast inkludera studier gjorda inom närmsta tioårsperiod, dvs. från och med 2008 till och med april, 2019.
- Krav på språk. Våra språkkunskaper är begränsade till Svenska och Engelska, och därav inkluderas endast studier på dessa språk.
- Krav på utformning och läsmöjlighet. Artikeln skall vara Peer reviewed och gå att läsa i fulltext. Detta för att försäkra oss om att innehållet är granskat, samt för att själva kunna läsa hela studiens uppbyggnad och resultat.

5.2.2 Exklusionskriterier:

- Studier som endast tar upp självskadebeteende eller sociala medier exkluderas från vår studie, då vi specifikt vill studera sambandet dem emellan.
- Studier som tar upp självskadebeteende i andra former än genom att tillskansa fysiska skador såsom skärsår eller brännmärken på huden exkluderas. Vi kommer i vår studie inte att undersöka exempelvis självskadebeteende i form av ätstörningar, sexuellt självskadebeteende eller droganvändning. Artiklar som tar upp självskadebeteende i form av att exempelvis bita sig själv, eller slå huvudet i väggen som kan förekomma i samband med vissa neuropsykiatriska diagnoser används inte i vår studie.
- Studier publicerade innan 2008 exkluderas, då det finns risk att tidigare studier inte avspeglar vår samtid.
- För att öka trovärdigheten exkluderas artiklar som inte är Peer Reviewed. Artiklar som ej kan läsas i full text exkluderas också på samma grunder, då det är svårt att göra en bedömning utan fullständig information.

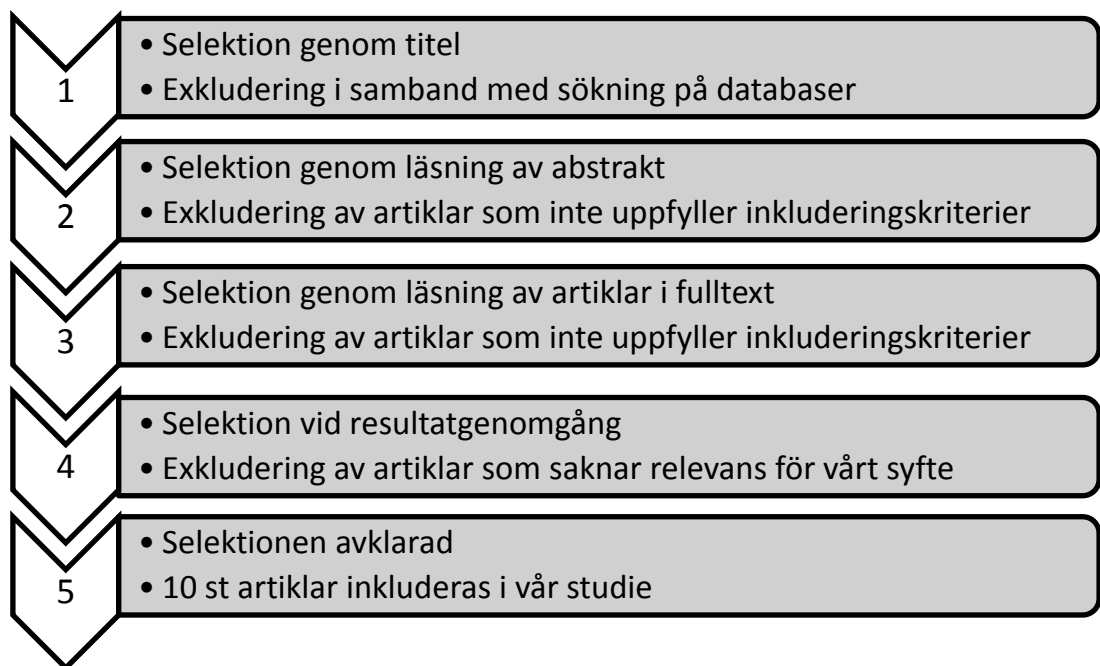
Selektionen av medverkande artiklar i litteraturöversikten har genomgått en exkluderingsprocess i flera faser, vilken är inspirerad av Booth, et al., (2013). För en närmare inblick i vilka databaser och söktermer vi använt oss av, se tabell 2 nedan.

Redan under sökningsprocessen på olika databaser exkluderades en stor del artiklar vars titel vi upplevde saknade relevans för vår studie. 64 artiklar inkluderades i det här skedet, varvid vi fann hela 21 dubletter, vilket betyder att vi läste 43 olika abstrakt, och exkluderade de artiklar som inte uppfyllde våra inklusionskriterier. Vi läste båda igenom abstrakten oberoende av varandra, och valde att inkludera alla artiklar som någon av oss ansåg uppfylla våra inkluderingskriterier i det här skedet. De kvarvarande 25 artiklarna lästes igenom i fulltext, och även i detta skede läste vi båda igenom alla artiklar oberoende av varandra och kommenterade vilka vi ville exkludera och vilka vi ville inkludera. Vi hade helt samma åsikt gällande inkludering av 12 st av artiklarna, medan vi hade olika åsikt gällande fyra artiklar. Vi läste igenom dessa fyra artiklar igen och diskuterade var och en, varvid vi gemensamt kom fram till att inkludera ytterligare en artikel och exkludera de tre övriga. Vi fann således att 13 artiklar motsvarade våra inkluderingskriterier. Vi påbörjade nu vår databearbetning enligt Tematisk syntes (ibid), vilket kommer att förklaras närmare senare i detta kapitel. När resultaten från artiklarna åskådliggjorts valde vi att exkludera ytterligare tre artiklar, då vi inte ansåg dem bidra med någon relevans för våra frågeställningar. Dessa artiklar beskrev hur publicerat

material av individers självskadebeteende såg ut, snarare än att de beskrev fenomenet, med dess risker och fördelar.

Tabellerna nedan (Tabell 1 och 2) ger en tydlig bild av urvalsprocessen i litteratursökningen:

5.2.3 Tabell 1 exkluderingsprocessen



5.2.4 Tabell 2, Litteratursökning

Databaser	Söktermer	Antal träffar	Lästa abstract	Dubbletter	Artiklar lästa i fulltext	Använda artiklar
Discovery	Self-harm AND Social media	667	23	1	13	5
SocIndex	Self-harm or self-injury or self-mutilation AND social media or Facebook or twitter or Instagram or snapchat or Tumblr or social networking	44	8	2	4	1
PubMed	""	94	8	7	1	0
Psycarticles	""	7	1		1	1
Eric (EBSCOhost)	""	11	2		2	0
Psycinfo	""	139	22	11	4	3

5.3 TEMATISK SYNTES

För att bearbeta vår data har vi använt oss av tematisk syntes som baserar sig på tematisk analys (Booth et al., 2013). Tematisk syntes används i litteraturöversikter som en jämförande analys och används främst för att svara på frågor om individers

perspektiv och upplevelser och för att identifiera faktorer som är signifikanta för att förstå ett specifikt fenomen (ibid). I vår studie vill vi göra en analys för att försöka förstå gruppdynamiken på sociala medier, samt identifiera risker och fördelar i användandet av sociala medier vid självskadebeteende. Enligt tematisk syntes börjar sökandet efter relevant information genom att stryka under allt av relevans (ibid). Sedan kodas det undersökta materialet och sorteras i olika områden för att sedan bilda olika teman (ibid). Vi skrev ut utvalda artiklar och läste igenom dessa noggrant. De granskades och sammanställdes i en matris-tabell enligt kategorierna: syfte, metod och resultat. Matrisen innehåller ytterligare en kolumn för att specificera om resultatet av artikeln är positivt eller negativt i fråga om självskadebeteende på sociala medier, samt övrigt av relevans, exempelvis forskarnas förslag till vidare forskning (Bilaga A). Sammanställningen av matrisen tydliggjorde insamlad data på ett överskådligt sätt, och verkade som en grund för fortsatt analys. Vid en mer noggrann genomgång av matrises resultatdel identifierade vi de mest påtagliga resultaten i relation till våra frågeställningar. Utifrån dessa observationer utkristalliserade sig fyra teman: *Gemenskapen på de sociala medier som riktar sig till personer med självskadebeteende, Orsaker till att lägga upp material på sociala medier, Negativa aspekter av självskadebeteende på sociala medier och Positiva aspekter av självskadebeteende på sociala medier*. Artiklarna lästes igenom ytterligare och viktiga delar ströks under och kodades sedan genom färgmarkeringar utifrån de fyra teman vi funnit. Resultatet kommer att redovisas utifrån dessa teman.

5.4 FORSKNINGSETISKA ÖVERVÄGANDEN

Även vår studie, i form av en litteraturoversikt, kräver forskningsetiska ställningstaganden och överväganden, trots att den baserar sig på färdig forskning (ALLEA, 2017). För att försäkra oss om att hålla ett etiskt förhållningssätt har vi genom hela forskningsprocessen ställt oss frågan om det material vi jobbar med är etiskt försvarbart. Inkluderade artiklar har kontrollerats utifrån etisk granskning. Vi har satt oss in i Forskningsetiska rådets principer för forskning inom humanistisk och samhällsvetenskaplig forskning (2002), samt All European Academies principer för forskareetik. Forskningsetiska rådets publikation tar upp de etiska krav som råder för att säkerställa medverkande personers individskydd i forskningen (Vetenskapsrådet, 1990).

De artiklar vi har valt att använda oss av i vår studie är alla granskade och bedömda av sakkunniga inom samma kunskapsområde som oss (peer-reviewed), vilket gör att vi känner tillförsikt till att medverkande personer i studierna fått tillförlitligt individskydd. De fyra forskarens principerna; tillförlitlighet, ärlighet, respekt och ansvar som handlar om forskarens relation till uppgiften är hämtad ur *Den europeiska kodexen för forskningens integritet* (ALLEA, 2017). Dessa principer är menade att fungera som vägledande då forskaren stöter på etiska och intellektuella problem (ibid). Genom att vi studerat artiklarnas uppbyggnad och utnyttjande av resurser finner vi valda artiklar vara *tillförlitliga*. I sammanställning av artiklarna har vi eftersträvat ett objektiva förhållningssätt, utan att vi avsiktligt lagt till våra egna åsikter eller värderingar. Vi har även strävat efter transparens i beskrivningen av tillvägagångssätt. På det viset skapar vi *ärlighet* i vår forskning. Eftersom vi valt att undersöka en utsatt grupp har det under analysens gång känts viktigt att behandla materialet med *respekt* för individen och den kontext de befinner sig i. Högskolan i Gävle har gett oss *ansvar* att genomföra denna studie, och de har i sin tur ansvarat för att vi fått adekvat grundutbildning, att vi fått handledning under processens gång, samt att uppsatsen blir granskad och bedömd. Arbetet har genomgått plagiatkontroll via högskolan i Gävle.

5.5 METODDISKUSSION

Vår litteraturöversikt innefattar tre studier som också är litteraturöversikter, fast med andra frågeställningar. Vi har inte läst all litteratur som de baserar sin forskning på utan fokuserat på att ta till vara på det resultat de funnit. Liksom övriga artiklar har vi studerat design, metod och analys för att säkerställa tillförlitligheten, men vi kan inte helt säkerställa att författarna till dessa översikter har redogjort för all information som vi hade funnit relevant utifrån våra frågeställningar. Tre av våra inkluderade studier baserar sin empiri på semistrukturerade intervjuer. Alla har hittat sina respondenter genom riktade annonser på webbsidor relaterade till självskadebeteende. Det går inte helt att avgöra om respondenterna är representativa för en hel grupp av individer, men sannolikheten känns högre eftersom att dessa tre studier fått liknande resultat på många punkter. Övriga studier består av text- eller bildanalys eller en kombination av dessa. De har hämtat sin empiri från sidor där individer med självskadebeteende lägger upp innehåll relaterat till sitt självskadebeteende. Det läggs kontinuerligt upp mycket

material på dessa sidor så det kan vara svårt att avgöra om studierna innehåller ett representativt urval. Något som ökar den sannolikheten är att studierna är utförda och publicerade med så lång tid emellan (2013, 2015 & 2018), samt mängden empiri bestående av över 1000 bilder. Två av studierna som är gjorda enligt bildanalys är dock skrivna av samma författare och baserar sig på samma empiri, så vi inser att dessa studier kan vara påverkade av varandra. Variationen av studier ökar validiteten och överförbarheten av vår litteraturöversikt (Booth et al. 2013).

6 RESULTATREDOVISNING

Inledningsvis redovisas designen på de medverkande artiklarna, och därefter redovisas resultatet utifrån de fyra teman som framkom genom tematisk syntes. De citat som används i resultatredovisningen är alla fritt översatta från engelska till svenska.

6.1 INKLUDERADE ARTIKLARS DESIGN

Av studiens 10 inkluderade artiklar är tre av studierna litteraturöversikter (Marchant et al., 2017; Memon, Sharma, Mohite & Jain, 2018; Lewis, Heath, Michal & Duggan, 2012). Den första baseras på 46 olika artiklar publicerade mellan 2011 och 2015 som rör individer i åldrarna 25 år och yngre med självskadebeteende. Den andra baseras på 9 olika artiklar publicerade mellan 2007 och 2017 som rör individer i åldrarna 13-17 år. Den tredje litteraturöversikten baseras på 36 artiklar som specifikt berör fördelar och nackdelar med självskadebeteende online.

En av studierna består av en textanalys med kvalitativ ansats (Hilton, 2016), där empirin är hämtad från Twitter under mars, 2014 och utgörs av 362 tweets som hittats genom sökning på #self-harm.

Tre av studiens inkluderade artiklar är baserade på en kombinerad bild- och textanalys. Den första av dem är baserad på 602 bilder, inklusive undertexter och kommentarer, som samlats in från Twitter, Instagram och Tumblr genom sökning på #selfharm under en dag, år 2016. De 200 första relevanta bilderna på varje sida är inkluderade i studien (Shanahan, Brennan, & House, 2019). Den andra studien med bildanalys har gjort en tematisk analys av bilder, samt undertext och kommentarer på 423 bilder från en stor och aktiv community för personer med självska debeteende. Studien har både kvalitativ och kvantitativ ansats (Rodham, Gavin, Lewis, Bandalli & St. Denis, 2013). Den sista studien av detta slag är baserad på samma material som föregående artikel (Rodham, Gavin, Lewis, Bandalli & St. Denis, 2016).

Slutligen är tre av studiens inkluderade artiklar kvalitativa intervjustudier, varav den första baseras på 21 semistrukturerade intervjuer med 21 personer med självskadebeteende i åldrarna 16-24 bosatta i Wales, Storbritannien (Jacob, Evans, & Scourfield, 2017). Den andra studiens informanter hittades via webbsidor riktade till personer med självskadebeteende och består av 10 personer i åldrarna 18-33 år och intervjuerna utfördes genom e-post och chatt (Baker & Fortune, 2008). Den sista

intervjustudien baseras på semistrukturerade intervjuer med 17 respondenter i åldrarna 16-27 år som är medlemmar på sidan selfinjury.net. Intervjuerna utfördes via e-post och chatt (Seko, Kidd, Wiljer, & McKenzie, 2015).

6.2 GEMENSKAPEN PÅ DE SOCIALA MEDIER SOM RIKTAR SIG TILL PERSONER MED SJÄLVSKADEBETEENDE

Åtta av tio artiklar beskriver att sociala medier, där det finns funktioner som möjliggör delning av material om självskadebeteende, utgör en plattform för gemenskap och/eller socialt stöd för medlemmarna. På dessa sociala medier kan de bland annat känna kärlek, vänskap och samhörighet, samt dela sina tankar kring självskadebeteendet (Shanahan et al., 2019; Hilton, 2016; Memon et al., 2018; Marchant et al. 2017; Baker & Fortune, 2008; Seko et al., 2015; Lewis et al., 2012; Rodham et al., 2013).

Shanahan et al. (2019) beskriver att individerna som postat inlägg på sociala medier använde sig av många olika hashtaggar för att tydliggöra inom vilken eller vilka gemenskaper eller subkulturer de kände att de hörde hemma.

Det fanns genomgående inlägg om tillhörighet. Medlemmar använde taggar med referenser om att de tillhörde en annan subkultur (t.ex. #BMTH, #EMO, # secretsociety123, #goth) tillsammans med hashtaggar där medlemmarna tycktes referera till sina psykiska problem (#ångest, #BPD, #depression). Dessutom hänvisade vissa inlägg till självskador i samband med andra beteenden (som ätstörningar) eller andra erfarenheter (som att bli mobbade) vilket bidrog till en känsla av delad tillhörighet. Många inlägg skildrade också sina bilder med diskussionspunkter eller frågor som tydde på att en av funktionerna var att ansluta till andra som kanske delade samma erfarenheter.

Medlemmarna beskriver att de känner sig förstådda och sedda på dessa sidor och att de fungerade uppmuntrande och terapeutiska (Shanahan et al., 2019; Hilton et al., 2016; Marchant et al., 2017; Baker & Fortune, 2008; Seko et al., 2015; Lewis et al., 2012; Rodham et al., 2013).

I Baker & Fortunes (2008) intervjustudie framställer de att alla respondenter tog upp förståelse och empati när de berättade om fördelarna av att använda sociala medier. Författarna beskriver att medlemmarna får tillgång till två positiva egenskaper via

sociala medier, de finner förståelse samtidigt som de får vara den som förstår. Dessa känslor kan vara ovanliga för individer som ofta får höra att de endast är uppmärksamhetssökande.

Någon som förstår andra kan sägas vara omtänksam, medkännande och hjälpsam, medan någon som är förstådd kan stödjas, känna att andra bryr sig, och accepteras. De senare är per definition förståelse, vilket kan vara ovant för människor som har självska- och självmordsbeteenden, eftersom dessa beteenden ofta porträtteras som oförståeliga, irrationella eller till och med galna (ibid, s. 120).

Baker & Fortune (2008) menar att sociala medier kan hjälpa individerna att uppfylla ett grundläggande mänskligt behov av tillhörighet.

Samtidigt beskrivs individer utanför denna gemenskap som okunniga, oförstående och dömande (Rodham et al., 2016; Baker & Fortune, 2008; Seko et al., 2015). Rodham et al. (2016) demonstrerar dessa känslor med ett citat från en webbsida: *"Och för alla de idioter som gör det värre genom att säga att det [Självska- och självmordsbeteende] används för att försöka döda dig själv eller är något som freaks gör, så ignorera dem. De förstår inte vad du går igenom."* Vidare beskriver de att medlemmarna, trots att de visar upp sitt självska- och självmordsbeteende på sociala medier, upplever att ingen ser dem, men då hänvisar de till människor i deras direkta närhet i en offline-kontext.

På sociala medier finns en möjlighet att hitta andra med liknande erfarenheter (Seko et al., 2015; Marchant et al., 2017; Rodham et al., 2016; Seko et al., 2015; Rodham et al., 2013) och de kan dela med sig av sina känslor, vilka annars kan vara svåra att uttrycka i en offline-kontext (Shanahan et al., 2019; Memon et al., 2018; Marchant et al., 2017; Seko et al., 2015; Rodham et al., 2013).

I bland annat Seko et al. (2015) studie finner man att undersökningspersonerna beskriver att sociala medier är den enda plats där de kan få känslomässigt stöd och empatiska reaktioner för sina självska- och självmordsbeteenden. Hilton (2016) åskådliggör i sin studie hur tre olika medlemmar stöttar andra medlemmar och visar förståelse och acceptans, genom respons till andra med självska- och självmordsbeteende: *"Till människorna som självska- och självmordsbeteende, ni och era ärr är vackra."*

"Om du lider av självska- och självmordsbeteende, vill jag bara att du skall veta att jag är glad att du

fortfarande lever och kan läsa detta <3”

“Självskada används inte för att få uppmärksamhet, det är ett rop på hjälp i hopp om att någon skall förstå vad de går igenom och bry sig tillräckligt för att hjälpa.” (s. 1697).

6.3 ORSAKER TILL ATT PUBLICERA MATERIAL PÅ SOCIALA MEDIER

Den mest omnämnda orsaken till att individer söker sig till sociala medier relaterade till självskadebeteende är på grund av den gemenskap de säger sig uppleva där (Shanahan et al., 2019; Hilton, 2016; Memon et al., 2018; Baker & Fortune, 2018; Seko et al., 2015; Lewis et al., 2012; Rodham et al., 2013) och därigenom möjligheten att minska känslan av ensamhet och social isolering (Marchant et al., 2017).

Medlemmar berättar att de, utanför sociala medier, ofta får höra att deras självskadebeteende beror på att de är uppmärksamhetsökande, psykiskt sjuka eller patetiska. För att komma ifrån dessa dömande ord och negativa synsätt, söker de sig till sociala medier (Memon et al., 2018; Rodham et al., 2016; Baker & Fortune, 2018; Seko et al., 2015; Lewis et al., 2012; Rodham et al., 2013), där de känner att de får förståelse och empati (Hilton, 2016; Memon et al., 2018; Baker & Fortune, 2018).

På sociala medier kan de även känna en slags terapeutiskt och känslomässigt stöd (Shanahan et al., 2019; Memon et al., 2018; Marchant et al., 2015; Seko et al., 2015; Lewis et al., 2012).

En annan orsak till att lägga upp material av självskadebeteende är att använda sociala medier som en sorts dagbok (Shanahan et al., 2019; Seko et al., 2015; Rodham et al., 2013) och för att visa bilder på tillfrisknande eller bakslag i sitt självskadebeteende (Shanahan et al., 2019; Rodham et al., 2013).

Förutom att erbjuda en plats för självuttryck, gav plattformar online deltagarna en medial form att arkivera och organisera sina material. Vissa deltagare rapporterade att de utnyttjade online media som ett bekvämt förvar för deras personliga minnen där de kunde dokumentera självskade-erfarenheter, händelser som utlöste självskada, och den känsla de haft efter att ha engagerat sig i självskada (Shanahan et al., 2019).

Vissa lägger upp bilder som ett avskräckande exempel för att varna andra (Rodham et al., 2016; Rodham et al., 2013) eller för att influera och stötta andra till tillfrisknande (Shanahan et al., 2019; Baker & Fortune, 2008; Seko et al., 2015; Rodham et al., 2013).

Rodham et al. (2016) beskriver i sin studie att många inlägg på sociala medier läggs upp med kommentarer som uppmanar dem som ser inlägget att inte självskada. Samtidigt beskriver de det paradoxala i att de som lägger upp dessa inlägg själva har sett dylika inlägg, men ändå fortsätter att självskada. De som gjort inläggen hävdar i alla fall att de försöker göra skillnad, och försöker minska andras självskada.

Vidare vill många som lägger upp bilder och annat material på sociala medier verka för att öka förståelsen i samhället och minska stigma kring självskadebeteende (Seko et al., 2015; Rodham et al., 2013), medan andra ser sina inlägg som ett konstnärligt uttryck (Baker & Fortune, 2008; Seko et al., 2015).

Jag skapar det [självskaderelaterad poesi] eftersom det är ett bra utlopp för allt jag håller inuti ... Jag delar det online eftersom jag inte brukar känna mig bekväm med att dela det i verkligheten, och jag är stolt över det och vill veta vad andra tycker. Det är ett sätt att känna sig hörd men samtidigt inte dömd (Seko et al., 2015, s. 1338).

Att lägga upp och/ eller titta på material som rör självskadebeteende kan fungera som ett substitut för att självskada sig (Seko et al., 2015; Lewis et al., 2012) men kan också vara del av en självskaderitual och fungera som en trigger för att upprätthålla sitt självskadebeteende (Memon et al., 2018). Memon et al (2018) beskriver att sociala medier fungerar som en plattform där medlemmarna kan dela tekniker och tips på olika sätt att självskada. Detta motiverar dem att upprätthålla sitt självskadebeteende och det blir som en rutinmässig aktivitet att gå in på sidorna och titta på, eller skapa nytt material. Det kan även upplevas som en plikt att lägga upp material på självskada för att känna sig som en fullvärdig medlem på en sida (Rodham et al., 2016; Seko et al., 2015). Medlemmar på sidor för självskadebeteende kände sig manade att lägga upp bilder på självskador för att passa in och vara en fullvärdig medlem (Rodham et al., 2016; Baker & Fortune, 2008; Seko et al., 2015; Rodham et al., 2013).

Jag känner samhörighet med denna "gemenskap" när jag publicerar online eftersom det är vad dessa stödforum är. För mig, skulle det inte vara annorlunda mot om jag var ansikte mot ansikte med en stödgrupp i verkligheten och delade med mig av materialet i grupp. Detta råkar bara vara online så jag måste lägga upp det online. Och jag skulle inte känna mig som en del av gemenskapen om jag aldrig hade upp något. (Seko et al., 2015, s. 1339).

Innehållet i material om självskada som läggs upp på sociala medier beror enligt Rodham et al. (2013) på vilken den tilltänkta publiken är, och likaså orsaken till att publicera att publicera material. Författarna sammanfattar orsakerna till varför användarna vill publicera just på sociala medier:

Offentligheten på webbplatsen verkar därför vara väsentlig när det gäller att bära vittne, förmåga att hantera negativa stereotyper, förmåga att söka och erbjuda stöd från individer med liknande erfarenheter, förmåga att hitta gruppgemenskap genom att dela egna bilder av liknande (eller nya, t.ex. , annan etnicitet eller typ av skada som ännu inte är representerad på sidan) episoder av självskada. (s. 177).

6.4 NEGATIVA ASPEKTER AV SJÄLVSKADEBETEENDE PÅ SOCIALA MEDIER

Det sker en normalisering av självska debeteende på social medier (Jacob, Evans & Scourfield, 2017; Hilton, 2016; Memon et al., 2018; Marchant et al., 2018), vilket kan vara en bidragande orsak till ett ökat självska debeteende (Memon et al., 2018; Seko et al., 2015; Baker & Fortune, 2008; Lewis et al., 2012). Självska debeteendet kan lätt eskalera, eftersom att självska ses som något normalt på sidorna. Medlemmarna vill prova nya sätt, visa bilder på djupare sår och engagera sig mer i sitt självska debeteende för att bli en "bättre självska dare", vilket demonstreras i nedanstående citat från en 19-årig kvinna

... när min självska eskalerat stannade den ganska förhöjd, som om jag inte bara kunde göra ett litet snitt, det var bara omöjligt. Jag bara tittade på mig själv

i spegeln och skrattade, var som "Kom igen nu. Vad gör du? Det här är långt ifrån bra nog". (Jacob et al., 2017, s. 143).

Lewis et al. (2012) fann i sin litteraturöversikt att bilder av självskada kan framstå som glamouriserade och att texter kan beskriva självskada som ett effektivt sätt att hantera jobbiga känslor. Självskadebeteende kan "smitta" genom sociala medier (Memon et al., 2018; Marchant et al., 2017) och bilder och/eller text kan fungera som en trigger för självskada (Jacob et al., 2017; Marchant et al., 2017; Seko et al., 2015; Rodham et al. 2013). Jacob et al. (2017) kom fram till att medlemmar på sociala medier söker triggers som en del av en ritual vid självskada. Att titta på inlägg av självskada gav vissa en stark och fysisk reaktion som triggade en längtan av att självskada:

Jag brukade söka på Google efter bilder, för som jag sa, får jag hjärtklappning och det är triggande och det är som ett rus, och det blev som ett beroendeframkallande tillstånd och sen måste varje bild vara värre än den innan. (ibid, s. 143).

Det kan uppstå en känsla av tävling kring vem som skadar sig mest eller bäst (Memon et al., 2018; Jacob et al., 2017; Marchant et al., 2017). Det kan även uppstå en press att tycka och agera likadant som övriga medlemmar på sidor för självskadebeteende vilket kan leda till ytterligare marginalisering i samhället (Seko et al., 2015). Vidare kan det bidra till att medlemmar inte söker professionell hjälp utanför sociala medier (Hilton, 2016; Memon et al., Baker & Fortune, 2008; Lewis et al., 2012). *"Deltagarna skapade diskurser om makt och tvång, vilka utmålade psyk- och sjukvårdstjänster som hotande, missbrukande och oterapeutiska."* (Baker & Fortune, 2008, s. 121).

På grund av att sociala medier är öppet för alla och att det finns möjlighet att skriva anonyma kommentarer finns en risk att bli hånad eller förlöjligad (Hilton, 2016). Hilton (2016) beskriver i sin studie att det finns inlägg på twitter som skämtar om självskadebeteende på olika sätt, vilket upplevdes upprörande för individerna med självskadebeteende: *"Min bror skämtade om självskada och bulimi Om han bara*

visste hur illa min depression var, om han bara visste om min ÄS [ätstörning]. Kanske han inte skulle skämta” (ibid, s.1695).

6.5 POSITIVA ASPEKTER AV SJÄLVSKADEBETEENDE PÅ SOCIALA MEDIER

Shanahan et al. (2019) beskriver i sin artikel att sociala medier är en övervägande bra mötesplats för personer med självskadebeteende:

Dessa bilder visar inte bara själva självskadehandlingar i vilken form som helst utan bland annat som en form att dela motivation, stress, humor och olika sätt att hantera situationen. Från bilderna i vårt urval fann vi inget bevis på självskada skulle sensationelliseras eller att medlemmarna använde sociala medier för att uppmuntra andra att självskada (ibid).

Det forskarna fann positivt med användningen av sociala medier i samband med självskadebeteende var att det kunde öka hanterbarheten (Seko et al., 2015) och minska känslan av ensamhet (Shanahan et al., 2019; Marchant et al., 2017; Seko et al., 2015; Lewis et al., 2012). Individerna får förståelse (Shanahan et al., 2019; Jacob et al., 2017; Seko et al., 2015; Lewis et al., 2012), samt krishjälp och stöttning (Marchant et al., 2017; Baker & Fortune, 2008).

Uppfattningen att bara de som har upplevt självskadebeteende själva fullt ut kunde förstå eller stödja andra med självskadebeteende uttrycktes. En person som erbjuder stöd måste ha upplevt det själv, uppfattas som en vän, eller åtminstone inte som någon [en terapeut] som bara är där för att de får betalt för det (seko et al., 2015, s. 1339).

Detta kan resultera att individen upplever sig ha en mer positiv identitet (Baker & Fortune, 2018), vilket hjälper till vid tillfrisknande (Hilton, 2016), och resulterar i en minskning av självskada (Jacob et al., 2017; Baker & Fortune, 2008; Seko et al., 2015; Lewis et al. 2012).

Sedan jag började använda sidorna för att berätta för folk hur jag kände och så, tror jag definitivt att frekvensen på min självskada har minskat mycket. Jag vet att om jag känner att jag behöver göra det kan jag gå in på sidorna eller på msn och någon kommer att vara där som jag kan prata med och jag kan få ut mina känslor och det kan liksom vara ett sätt att distrahera mig själv. "(Deltagare 7) (Baker & Fortune, 2008, s.120).

Seko et al. (2015) beskriver att vissa personer som tittar på material av självskada kan få en slags placebo-effekt, där själva tittandet på bilderna kan ge den känslan de söker, och därigenom minskas den egna självskadan.

7 ANALYS

För att besvara frågeställningarna har vi valt att analysera utifrån de olika teman vi fann i det empiriska materialet. Vi kategoriserade materialet utifrån teman, i syfte att systematisera analysprocessen och få en klar överblick av vilket av det empiriska materialet som hör till vilken del av våra valda teorier. Dock påbörjades redan analysprocessen då vi sammanställde resultatet, vilket skedde naturligt genom de diskussioner vi förde under arbetets gång. Detta är ett vanligt arbetssätt vid analys av kvalitativ data under arbetet med litteraturöversikter (Backman, 2008).

7.1 GEMENSKAPEN PÅ DE SOCIALA MEDIER SOM RIKTAR SIG TILL PERSONER MED SJÄLVSKADEBETEENDE

Majoriteten av artiklarna inkluderade i vår studies resultat påvisar att det finns vissa positiva aspekter med att tillhöra en gemenskap på sociala medier, särskilt om individerna upplever sig sakna detta offline. Individerna kan uppleva empatisk förståelse för sin problematik och även vara den som visar förståelse, i ett ömsesidigt utbyte medlemmar emellan. En självskadande individ kan enligt vår studies resultat ha svårigheter att uppleva samhörighet med individer i en offline kontext, detta av flera orsaker, exempelvis för att självskadebeteende kan anses vara oacceptabelt i samhället. De som Goffman (1963/2011) kallar för de "normala" har satt normerna för vilka beteenden som samhället anser vara godtagbara. De skulle kunnat anse att självskadebeteende är fränstötande och intolerabelt, vilket i sin tur skulle kunna påverka individen att känna en skam och ett stigma kring självskadebeteendet. Bemötts en individ med nedlåtande kommentarer om sin person och sina handlingar, kan individen börja isolera sig från den dömande omgivningen och söka sig till mer accepterande grupper (ibid), i detta fall på sociala medier.

Individer som självskadar kan förmodligen ses som stigmatiserade individer då de begår handlingar vilka gemene man ej tolererar. Även om de döljer självskadorna för sin omgivning och dessa ej upptäckts, kan vi tänka oss att denna isolering varit en process som skett över tid, och tillslut börjar individen se på sig själv som exkluderad och i ett utanförskap. Att individerna söker sig till sociala medier och den gemenskap de finner där, kan vara på grund av att de upplever sig passa in med andra "stigmatiserade". I dessa grupper kan de finna en fristad där de kan vara öppna med sitt

beteende och ses på som “normala”. Här ses deras självskador som något samhället inte förstår och en gemenskap har växt fram i utanförskapet. Goffman (1963/2011) skriver att de som delar stigmat kan ge varandra moraliskt stöd, få varandra att känna sig som hemma, eller som alla andra, precis som de självskadande individerna ser ut att göra, i en online kontext. Stigmat blir med andra ord det som individen använder sig av för att vara en del av en grupp, det blir underlaget för det liv individen bygger upp på sociala medier och för den gemenskap som där existerar. Det kan alltså vara stigmat och den avvikande egenskapen som för dem samman på sociala medier (ibid). Detta tydliggjordes i vårt resultat bland annat av Shahnahan et al. (2019) där de beskrev hur användarna använde sig av olika hashtaggar för att finna den gemenskap där de kände mest samhörighet, och att det var då själva stigmat som utgjorde den gemensamma faktorn.

Internet ser ut att börja likna allmänna platser där alla har möjlighet att vara, en plats där vi möter både signifikanta andra och osignifikanta andra. Då individernas roller kan bli diffusa, samt att de rum de rör sig i på internet blivit något slags mellanting mellan främre och bakre regioner, online och offline, blir även de signifikanta och osignifikanta andra något diffusa. Individerna på sociala medier fungerar kanske både som någon man kan utveckla en speciell relation med, och som någon man egentligen inte känner. Samtidigt som de agerar publik och potentiell nära vän så förväntas individerna följa de normer som i kontexten anses lämpliga (ibid).

Som bland annat Rodham et al. (2016) beskriver, kan de som inte anses vara en del av gruppen, det övriga samhället, ses på som okunniga, oförstående och dömande. Vi kan tänka oss att det här sker ett motagerande hos den stigmatiserade gruppen, som samhället kan behandla med exempelvis nedlåtande glåpord som som kan fungera som en definiering av individerna och skapa ett “vi mot dem”, vilket kan vara ett svar från gruppen, i syfte att stärka gruppens sammanhållning och definiera sig själva. Samhället kan i sin tur definiera den stigmatiserade gruppen som annorlunda.

7.2 ORSAKER TILL ATT LÄGGA UPPI MATERIAL PÅ SOCIALA MEDIER

Resultatet visade att individer med självskadebeteende kan känna en viss press att publicera material på de sociala medier där de känner en gemenskap. Det beskrevs som en handling som utfördes för att känna sig som en fullvärdig medlem. De sidor på

sociala medier där personer med självskadebeteende känner samhörighet, finns en sorts ideal för hur individen bör agera och framställa sig. Denna idealisering rättar sig individen efter för att passa in i gruppen och det visar sig bland annat genom att publicera material på dessa sidor. Att agera utifrån gruppens värderingar bidrar till att individen upplevs som genuin och solidarisk (Goffman, 1959/2014). Genom att publicera material med självskador kan medlemmarna uppleva att de blir hörda utan att dömas av andra, detta är enligt Goffman viktigt i syfte att känna samhörighet med andra.

Individer spelar olika roller beroende på hur vi vill bli betraktade och genom intrycksstyrning kan vi styra vad andra får för intryck av oss. Som medlem i ett team försöker individen använda sig av de medel som står till buds för att gynna kollektivet (Goffman, 1959/2014). Detta kan förklara varför personer med självskadebeteende publicerar material på sociala medier, dels för att öka förståelsen i samhället och synliggöra fenomenet, samt minska stigmat. Men även i syfte att influera varandra, stötta varandra och visa bilder på tillfrisknande eller bakslag i sitt självskadande. Medlemmarna gynnar så att säga teamet genom att medverka till att upprätthålla innehållet på deras mötesplats på sociala medier.

Individens roll på sociala medier kan tänkas bli ett slags mellanting mellan Goffmans olika rollbegrepp funktion- och interaktion. Individen har en plikt att utföra, genom att publicera material på sociala medier uppfyller de sin beskärda del. Men det kan också skapas en roll som tillkommer på grund av den interaktion som uppstår i dessa grupper (Goffman, 1959/2014).

Sociala medier ser ut att ha förändrat de bakre och främre regionernas funktioner (Persson, 2012). Enligt vår studies resultat döljer inte individerna sitt självskadebeteende på sociala medier så som de gör offline, dock kan anonymiteten vara en bidragande faktor till att dela självskadorna med andra. *“De förändringar av dessa gränser som vi kan iaktta just nu förefaller innebära ett offentliggörande av det privata och intima, samtidigt som det tycks ske en privatisering och intimisering av det offentliga”* (Persson, 2012, s. 243). Individerna tänjer på gränserna mellan de olika regionerna och delar då med sig av mer än de skulle ha gjort offline, eller ansikte mot ansikte (ibid).

7.3 NEGATIVA ASPEKTER AV SJÄLVSKADEBETEENDE PÅ SOCIALA MEDIER

Goffmans (1959/2014) beskrivning av begreppet team innebär att medlemmar i en grupp behöver agera i enlighet med gruppens ideal och förväntningar med gemensamma normer och värderingar. Detta anser vi kan medverka till den normalisering av självskadebeteende, som resultatet visar sker på sociala medier. Eftersom medlemmar i teamet behöver upprätthålla gruppens särdrag, kan detta bidra till ett ökat självskadebeteende. Medlemmarna kan i enighet med vår studies resultat, även uppmana varandra att begå grövre självskador, på så sätt uppfyller de även krav som kan uppkomma om att vara en "riktigt självskadare" och en äkta gruppmedlem.

I och med den gemenskap och det stöd personer med självskadebeteende kan uppleva med andra på sociala medier, kan individen uppleva att dessa individer blir hans signifikanta andra, trots att de kanske inte har några andra kopplingar än sitt självskadebeteende. Denna förskjutning av förtrolighet kan vara en bidragande orsak till att individer väljer att inte söka professionell hjälp, då de upplever att de får det stöd de behöver på sociala medier (Persson, 2012).

Enligt Goffman (1963/2011) vill individer uppfylla de normer som gruppen gemensamt har konstruerat. Att publicera bilder eller text relaterat till sitt självskadebeteende, kan vara en av de normer som individen bör följa för att tillhöra gruppen. Därav kanske de upplever en press att publicera bilder på sociala medier och agera utifrån gruppens regler, skapa värre självskador när det efterfrågas och på så sätt fortsätta vara en lojal gruppmedlem som följer gruppens regler. Om de gör detta riskerar de inte att uteslutas ur gruppen (ibid).

Enligt både Memon et al. (2018) och Marchant et al. (2017), kan självskadebeteende spridas mellan individer på sociala medier. Enligt Goffmans rollteori har de roller individer spelar olika förväntningar, och om man inte lever upp till dessa förväntningar blir inte rollen som spelas trovärdig. Medlemmarna vill passa in i gruppen, och beteendet kan då spridas och öka i takt med att de publicerar värre och värre självskador.

I en rolluppsättning bestående av personer med självskadebeteende i ett skådespel som i stort sett endast handlar om självskada, faller det sig ganska naturligt att agerandet på den scenen består i att självskada sig. De förväntningar som finns på rollen styrs av intrycksstyrning mellan individer i en grupp och kan vara av såväl verbal- som icke-verbal art (Goffman, (1959/2014). Den icke-verbala intrycksstyrningen på sociala

medier för självskada sänder ut signaler om att den roll som får mest uppskattning på denna plattform är den som består av självskadebeteende. Detta tänker vi oss skulle kunna fungera som den trigger till självskador som denna litteraturöversikt visat finns.

Individer med självskadebeteende kan uppleva att de görs narr av i samhället, de kan exempelvis kallas psyksjuka eller patetiska. Goffman skriver (1963/2011) att de som avviker från samhällets förväntningar och normer ses ned på, samhället kan använda olika nedlåtande termer i syfte att markera deras underlägsenhet och övertyga sig om att individerna är annorlunda. Dessa termer kallar Goffman för stigmatemer, som vi tillskriver de avvikande individernas identiteter med. Om individerna sedan reagerar på stigmatemerna med en tillbakaslående reaktion, ser vi detta som en manifestation för de avvikande egenskaperna. Att bli hånad och få nedlåtande kommentarer kan då resultera i att individen börjar se sig själv som annorlunda och drar sig undan från det övriga samhället och i detta fall söker sig till sociala medier (ibid). Dock kan individerna även bli hånade online av utomstående andra, vilket skulle kunna förstärka känslan av ett utanförskap och resultera i att de självskadande individerna drar sig undan mer från en social kontext utanför den gemenskap som finns bland andra självskadare, vilket skapar en mer påtagligt vi-och-demstruktur.

7.4 POSITIVA ASPEKTER AV SJÄLVSKADEBETEENDE PÅ SOCIALA MEDIER

Baker & Fortune, (2018) skriver att självskadande individer kan uppleva sig ha en mer positiv identitet av att samtala och interagera med andra som förstår, sympatiserar och stöttar beteendet. Goffmans (1963/2011) teori om stigma kan hjälpa till att förklara detta. Han gör skillnad på den tillskrivna identiteten, den sociala som individerna får i samband med stigmat, och den faktiska identiteten som är den personliga identitet som individen själv upplever. Att individen går från att ha en negativt klingande identitet enligt samhällets syn som baseras på självskadorna, till att självskadorna leder till något positivt på sociala medier, kan bidra till att individen ser på sig själv mer positivt i de sociala mediernas kontext.

Då individen växlar mellan att vara "normal" eller "stigmatiserad" beroende på vilken livssituation eller kontext personen befinner sig, kan vi förstå när individerna växlar mellan att befinna sig online eller offline. Offline vet inte individen vart hen har de "normala", som Goffman (1963/2011) uttrycker det. Det kan skapa en osäkerhet hos

individen, att inte veta vad andra tycker och tänker, samt bidra till att individen börjar isolera sig från sin omgivning. Detta kan enligt våra resultat leda till en känsla av ensamhet, vilket sociala medier kan hjälpa till att minska, då individerna interagerar med andra likasinnade, upplever ett kamratskap, känner kärlek och empatisk förståelse. Detta kan resultera i att de stigmatiserade söker sig till grupper där de kan vara mer accepterade och upplever sig själva som mer positiva. Om personen med ett självskadebeteende istället för att vara exkluderad och isolerad; blir inkluderad i en gemenskap och accepterad, skulle detta eventuellt kunna leda till att individen upplever sig själv som mer värdefull och med en mer meningsfull tillvaro (ibid). Vilket våra resultat pekar på kan öka hanterbarheten, leda till färre självskador och till och med ett tillfrisknandet.

8 DISKUSSION

Inledningsvis presenteras de viktigaste resultaten utifrån vårt syfte att skapa en överblick baserad på forskning från de senaste tio åren, kring sociala mediers påverkan på personer med självskadebeteende. Dessa redovisas genom att kortfattat besvara studiens frågeställningar.

Vilka positiva- respektive negativa aspekter kan användandet av sociala medier ha för individer med självskadebeteende?

Den speciella typ av gemenskap som uppstår på sociala medier kan generera både positiva och negativa aspekter för användarna. Som stigmatiserad grupp upplever personer med självskadebeteende att de hittat en plattform där de kan få kamratskap, förståelse och stöd som de annars saknar. Denna kamratskap kan fungera som ett stöd i att minska självskada, samtidigt kan det bidra till en normalisering av självskada, vilket i sin tur bidrar till ett eskalerande beteende. Vidare kan individerna känna att de får fullgott stöd från övriga medlemmar på sociala medier, vilket i sig kan vara positivt. Denna känsla kan dock bidra till att individer inte söker professionell hjälp, trots att de kanske skulle vara i behov av detta. Att titta på material av självskada kan upplevas triggande till eget självskadebeteende, samtidigt som vissa anser att de kan använda tittandet på inlägg av självskadebeteende som substitut för att skada sig själva.

Hur kan samspelet som uppstår på sociala medier riktat till personer med självskadebeteende förklaras, och hur påverkas individerna av detta?

Samspelet som uppstår på sociala medier kan främst förklaras genom Goffmans teori om stigma. Individer med självskadebeteende får ofta höra att de är uppmärksamhetssökande, störda eller idiotiska, detta gör att de blir stigmatiserade i samhället. På sociala medier där alla delar samma stigma, uppstår en normalitet och en samhörighet. Utifrån denna samhörighet bildas en "vi och dom känsla" vilket fungerar stärkande för gruppen och även individen. Individen får förståelse men upplever även en djupare mening genom att vara den förstående. Individen kan uppleva en lojalitet gentemot gruppen, vilket kan bidra till att hen vill upprätthålla gruppens regler genom att självskada och/ eller publicera material på sidorna.

8.1 EMPIRIDISKUSSION

Forskningen påvisar att självskadebeteende är som vanligast bland ungdomar och unga vuxna, samt att det är vanligare hos flickor/kvinnor än hos män/pojkar. Detta kan vi även se i representationen av populationen i vår litteraturöversikt, vars artiklar baseras på en population bestående av individer som är 33 år eller yngre, i många fall tonåringar, i de fall ålder nämns. I alla studier där kön nämns, anges en majoritet av flickor/kvinnor. Man kan därav styrka att studien är representativ i fråga om att inkluderade artiklar studerar relevant population (Booth et al., 2013).

Under de diskussioner vi författare hade inför denna studie i fråga om vår egen förförståelse, och vilka resultat vi trodde att vi skulle finna, hade vi en känsla av att vi skulle finna både positiva och negativa resultat i fråga om huruvida självskadebeteende på sociala medier gynnar individen eller inte. Det visade sig att forskarna sammantaget fann fler negativa aspekter än positiva, men att majoriteten ändå tog upp den gemenskap personer med självskadebeteende fann på sociala medier. I och med att vi hade ett relativt neutralt förhållningssätt till de förväntade resultaten hoppas vi ha undvikit att favorisera en viss typ av artiklar i vår litteratursökning (Booth et al., 2013).

De artiklar som stod längst ifrån varandra i relation till våra frågeställningar var en intervjustudie (Shanahan et al., 2019) och en litteraturöversikt (Memon et al., 2018), vilket inte var så överraskande då den förstnämndes syfte var att finna förståelse för betydelsen av sociala medier för personer med självskadebeteende, medan den andra artikelns syfte var att finna bevis för att sociala medier kan vara skadligt för personer med självskadebeteende.

Shanahan et al. (2019) menar att behandlare av personer med självskadebeteende inte behöver oroa sig för individers användning av social medier, utan kan förlita sig på att social medier snarare hjälper dem att tillfriskna. Memon et al. menar å andra sidan att social medier till största del innebär en risk för personer med självskadebeteende, där de utsätts för ogynnsamma råd, riskerar att ”smitta” varandra och undviker att söka professionell hjälp, vilket i sin tur ökar risken för att drabbas av psykisk sjukdom i vuxen ålder.

Med tanke på studiernas skillnad i ansats, syfte och metod känns det fullt logiskt att resultaten skiljer sig åt. Att båda de studier som står längst ifrån varandra i åsikt tar upp den gemenskap som kan finnas för personer med självskadebeteende på sociala medier, samt att denna gemenskap berörs av de flesta studierna, gör att vi finner att det är

generaliserbara resultat. Överförbart i den bemärkelsen att vi kan tänka oss att många individer med självskadebeteende kan känna gemenskap på sociala medier. Men detta kan även vara överförbart för andra typer av stigmatiserade grupper då människor naturligt söker en gemenskap (Goffman, 1963/2011).

Artiklarna var till största delen baserad på bilder eller texter hittade på sociala medier eller på utsagor av respondenter funna på sociala medier. Detta har möjliggjort en stor geografisk spridning vilket vi ser som en styrka. Även om en artikel var skriven i Indien eller Storbritannien kan empirin vara hämtad från stora delar av världen. Det som däremot inte framgår på grund av detta är om det finns några geografiska skillnader i fråga om användandet av sociala medier vid självskadebeteende.

8.2 ANALYSDISKUSSION

De teorier som vi har valt för att analysera och förstå fenomenet genom har bidragit till att se det genom ett väl genomarbetat sociologiskt perspektiv. De har hjälpt oss att förstå hur det kommer sig att individer som självskadar söker sig till en gemenskap. Detta ser vi vara ytterst väsentligt då vikten av en gemenskap fanns i alla de artiklar inkluderade i resultatet. De har hjälpt oss förklara hur det kommer sig att individerna söker sig till sociala medier, varför de publicerar material och vikten av att interagera med likasinnade.

Under analysprocessen lade vi märke till att självskadebeteende förmodligen kan vara en slags copingmekanism, som skulle kunna bygga på hur pass bra individerna har lärt sig bemästra svåra situationer och känslor. Det hade kunnat varit aktuellt att analysera med hjälp av salutogen teori, eller copingteori. Vi kan tänka oss att individerna i de inkluderade forskningsrapporterna sysslar med coping då de självskadar i syfte att kunna hantera de svårigheter som de upplever i sina liv och att söka sig till sociala medier för att hitta en gemenskap kan vara en form av coping i sig. Att hantera sina problem med hjälp av självskadande handlingar skulle enligt copingteori vara en slags destruktiv metod där en individ ej har lärt sig att på ett konstruktivt sätt kunna hantera svårigheterna (Lennéer Axelson, 2010). Det kan vara svårt för oss att uttrycka oss huruvida det är en destruktiv copingmekanism för individerna att delta i sociala medier. Främst eftersom forskningen visar på både positiva men också negativa aspekter i hur sociala medier påverkar individer med självskadebeteende. Dock hade detta krävt andra frågeställningar än de aktuella i denna studie. Vi ansåg att det var relevant att undersöka

och försöka förstå hur det kommer sig att individerna söker sig till sociala medier och hur dessa påverkar individen, snarare än att förstå varför de faktiskt självskadar. Det existerar dessutom en större mängd forskning om just självskadebeteende i sig, än självskadebeteende på sociala medier (Ekman, 2018).

Då samhället vi lever i ständigt förändras, kan detta leda till att våra identiteter förändras i takt med samhället. Som Giddens (1999, s. 49; i Persson, 2012) skriver, kan detta leda till “(...) *en ångest som sträcker sig ända in i självetets kärna*”. Den ständiga förändringen gör att våra identiteter blir flytande och måste anpassa sig efter de skiftande normerna. De konstanta förändringarna i samhället kan leda till att det sätts en press på våra identiteter, vilka normer vi förväntas följa och när det passar sig att agera på ett visst sätt. Enligt Persson (2012) kan detta leda till att våra identiteter försvagas på grund av den snabba samhällsförändringen och de konstanta intryck från sociala medier och internet. Detta leder i sin tur till att den kollektiva identiteten blir allt viktigare. Om gruppidentiteten blir allt viktigare då den personliga identiteten blir svagare, kan vi förstå att individer känner en meningsfullhet och ett syfte av att vara en del av en gemenskap på sociala medier. Detta kan eventuellt vara ett slags motgift mot den stress som skapas i samhället, att behöva förändras och anpassa sig konstant. Det blir med andra ord meningsfullt att självskada i den kontext dessa individer befinner sig i, då självskadorna skulle kunna vara en symbol för den grupp man tillhör. Man skapar således en egen identitet med hjälp av gruppidentiteten. Orsaken till individers strävan efter gemenskap och grupptillhörighet kan alltså vara den bristande känslan av tillhörighet i samhället. Att identifiera sig med en grupp kanske kan ge illusionen av en starkare mer positiv, personlig identitet (Persson, 2012), vilket forskningen påvisar att individerna kan uppleva.

Att en gemenskap är viktigt för individer med självskadeproblematik framgår tydligt, även att de kan vara i behov av att prata om självskadorna och de eventuellt underliggande problemen. Det ser även ut att vara viktigt att kunna vara anonym då det verkar ligga ett stigma kring självskadebeteende. Vi kan tänka oss att det handlar om samhällets syn på dessa skador och den process som lett till stigmatiseringen. Vi anser att samhällets i stort skulle behöva ändra sin uppfattning om självskadebeteende. Att ett förlöjligande där man hånar dessa individer genom att kalla dem för patetiska, psyksjuka, eller uppmärksamhetskrävande, skulle kunna bidra till att individerna ej söker professionell hjälp och ej vågar prata öppet om sin problematik. Det skulle kunna

bidra till att individer med ett självskadebeteende kan ingå i en stigmatiserad grupp som söker sig till anonyma sociala medier. Men detta anser vi kunna gälla många stigmatiserade grupper. Om samhället accepterar de avvikande kanske de ej längre kan anses vara stigmatiserade på samma vis.

8.3 VIDARE FORSKNING

Författarna till de artiklar som denna litteraturöversikt är baserad på har funnit kunskapsluckor genom sina studier. Memon et al. (2016) skulle önska kvantitativa undersökningar för att se hur sociala medier påverkar självskadebeteende då användningen av sociala medier ständigt ökar. Jacob et al. (2017) anser att det behövs vidare forskning inom ämnet för att förstå hur man kan ta fram interventionsmetoder vid självskadebeteende i samband med sociala medier. De menar att ett större fokus och mer ingående betraktelser krävs för att förstå interaktionen online och hur det påverkar ungdomarna. Marchant et al. (2017) anser att forskningen bör undersöka hur internetanvändningen kan hjälpa ungdomar att tillfriskna från självskadebeteende. Vidare anser dessa forskare att behandlare som jobbar med personer med självskadebeteende bör diskutera patienternas internetvanor med dem. De hävdar att detta borde vara standard vid all behandling av självskadebeteende. Lewis et al. (2012) var av samma åsikt redan fem år tidigare och har i sin undersökning tagit fram ett formulär som kan användas specifikt för att ringa in patienters/klienters internetanvändning i samband med självskadebeteende. Även vi tycker att detta formulär vore väldigt användbart i arbetet med unga individer med självskadebeteende, då det innehåller frågor både kring hur individen använder sociala medier, och hur dessa påverkar denne/a. Vi hade gärna sett att detta nått ut till behandlande enheter och hoppas att vi kanske kan bidra till att behandlare får intresse av att använda sig av detta, liknande formulär, eller ta fram eget underlag. Lewis et al. (2012) förslag till vidare forskning var att undersöka fördelarna med sidor för självskadebeteende på sociala medier och vem som kan dra nytta av dem, samt hur olika individer påverkas olika av självskadebeteende online. Baker & Fortune (2018) önskar också att professionen skall ha en öppnare dialog med dem som använder sig av internet som en källa för stöd och Seko et al. (2015) eftertraktar vidare forskning kring hur självskadematerial påverkar personer som löper risk för självskadebeteende, i syfte att ge värdefull information till

professionella som jobbar med dessa individer. Rodham et al. (2013) önskar vidare forskning kring hur man kan nå dem som kommunicerar sitt självskadebeteende online även offline. De ställer sig frågan om man på något vis kan använda sig av online-beteende även i en offline-värld.

Professionella skulle kunna nå dessa individer genom sociala medier eller andra webbsidor på internet och erbjuda hjälp. Professionella kan behöva utbildning i hur sociala medier kan fungera för stigmatiserade grupper och utveckla webbaserade interventioner och terapeutiska program för att nå individerna inom deras egen komfortzon.

Individer kan hamna i en sorts informationsbubbla där de i stort sett endast exponeras för information de redan visat intresse för, på grund av de tidigare nämnda algoritmer som förutbestämmer vilken information som visas. Vi upplever att forskningen skulle behöva undersöka vad som händer med individen då den utsätts för så mycket och så pass snäv information om självskada. Då individerna i många fall dagligen besöker sidor med självskadebeteende, kanske deras flöde på instagram och facebook fylls av material om just självskadebeteende.

Det kan också vara av vikt att studera hur en gemenskap på sociala medier kan hjälpa till att stödja ett tillfrisknande, där både förståelse och en känsla av att vara viktig för någon annan ser ut att uppstå. Vi tror att en longitudinell studie kring detta fenomen skulle kunna vara betydelsefull, i syfte att ta reda på hur sociala medier skulle kunna användas positivt för att stödja personer med självskadeproblematik eller psykisk ohälsa.

REFERENSLISTA

All European Academics (2018). *Den europeiska kodexen för forskningens integritet*. Berlin: ALLEA

Backman, J., (2016) *Rapporter och uppsatser*. Upplaga 3. Lund: Studentlitteratur

Backman, J., (2008) *Rapporter och uppsatser*. Upplaga 2:9. Lund: Studentlitteratur

Baker, D., & Fortune, S. (2008). Understanding self-harm and suicide websites: A qualitative interview study of young adult website users. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, 29(3), 118–122. <https://doi.org/10.1027/0227-5910.29.3.118>

Booth, A., Papaioannou, D. & Sutton, A. (2013). *Systematic approaches to a successful literature review*. London: Sage.

Computer Sweden (2018). *IT-ord*. Hämtad den 2019-04-30 från <https://it-ord.idg.se/>

Eek-Karlsson, L. (2015). *Ungas samspel i sociala medier - att balansera mellan ansvar och positionering*. Kalmar: Linneuniversitetet, Institutionen för pedagogik.

Ekman, I., (2018). *Självskadande handlingar: ungdomars berättelser : kontextualisering av ett medikaliserat socialt fenomen*. Diss. (sammanfattning) Umeå : Umeå universitet, 2018. Umeå.

Eriksson, M., (2015). *Salutogenes: Om hälsans ursprung*. Stockholm: Liber AB

Favazza, R., Armando, (1996). Andra upplagan. *Bodies under siege: self-mutilation and body modification in culture and psychiatry*. Baltimore: The Johns Hopkins University Press

- Fjellman, L., (2010). *Självskadebeteende och suicidalt beteende hos ungdomar*. Stockholm: Liber AB
- Giffords, E. D. (2009). *The internet and social work: The next generation*. *Families in Society*, 90(4), 413–418. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.3920>
- Goffman, E., (1959/2014). *Jaget och maskerna: en studie i vardagslivets dramatik*. Upplaga 6:1. Lund: Studentlitteratur AB
- Goffman, E., (1963/2011). *Stigma : den avvikandes roll och identitet*. Upplaga 3. Stockholm: Norstedts
- Hilton, C. E. (2016). Unveiling self-harm behavior: what can social media site Twitter tell us about self-harm? A qualitative exploration. *Clinical Nursing*, 26 (11-12), 1690-1704. <https://doi.org/10.1111/jocn.13575>
- Instagram, (2019). Hämtad 2019-05-07 från <https://www.instagram.com/>
- IT-ord (2019). Hämtad 2019-05-11 från <https://it-ord.idg.se/>
- Jacob, N., Evans, R., & Scourfield, J. (2017). The influence of online images on self-harm: A qualitative study of young people aged 16-24. *Journal of adolescents*, Oct (60), 140-147. doi:<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.08.001>
- Lewis, S.P., Heath, N.L., Michal, N.J. & Duggan, J.M. (2012). *Non-suicidal self-injury, youth, and the internet: What mental health professionals need to know*. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 6(13). <http://www.capmh.com/content/6/1/13>
- Lennéer Axelson, B., (2010). *Förluster: Om sorg och livsomställning*. Första utgåvan. Stockholm: Författaren och Natur och Kultur
- Marchant, A., Hawton, K., Stewart, A., Montgomery, P., Singaravelu, V., Lloyd, K., John, A. (2017). A systematic review of the relationship between internet use, self-harm

and suicidal behaviour in young people: The good, the bad and the unknown. *PLoS ONE*, (8). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0181722>

Marsh, S., & Waterson, J., (2019, 7 Feb). Instagram bans 'graphic' self-harm images after Molly Russell's death: Social media site announces action following criticism from British teenager's father. *The Guardian*. Hämtad 2019-02-20 från: <https://www.theguardian.com/technology/2019/feb/07/instagram-bans-graphic-self-harm-images-after-molly-russells-death>

Memon, A. M., Sharma, S. G., Mohite, S. S., & Jain, S. (2018). The role of online social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: A systematized review of literature. *Indian J Psychiatry*, 2018(60), 384-392. doi: 10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_414_17

Nationella Självskadeprojektet, (2017). *Uppmärksamma och bemöta självskadebeteende - Ett stödmaterial för ungdomsmottagningar*. Hämtad 20190225, från: Uppdrag Psykisk Hälsa &

Nationella Självskadeprojektet, <https://www.uppdragpsykiskhalsa.se>

NE.se [Elektronisk resurs]. (2000-2019). Malmö: Nationalencyklopedin. Hämtad 2019-05-01 från <https://www.ne.se>

Persson, A., (2012) *Ritualisering och sårbarhet: Ansikte mot ansikte med Goffmans perspektiv på social interaktion*. Malmö: Författaren och Liber AB

Seko, Y. Kidd, S.A., Wiljer, D. & McKenzie K.J. (2015). *On the Creative Edge: Exploring Motivations for Creating Non-Suicidal Self-Injury Content Online*. *Qualitative Health Research*, 25 (10), 1334-1346. doi:10.1177/1049732315570134

Shanahan, N., Brennan, C., & House, A. (n.d.). Self-harm and social media: Thematic analysis of images posted on three social media sites. *BMJ Open*, 9(2). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-027006>

Svedberg, L. (2016). *Gruppsykologi: om grupper, organisationer och ledarskap*. (6., [rev.] uppl.) Lund: Studentlitteratur.

- Svedberg, L. (2007). *Gruppsykologi: om grupper, organisationer och ledarskap*. Upplaga 4. Lund: Studentlitteratur.
- Statens medieråd (2018). *Algoritmer - så påverkar de vår nätvardag*. Hämtad 2019-05-07 från <https://statensmedierad.se/mik/algoritmersapaverkardevarnatvardag.2669.html>
- Statens medieråd (2017). *Ungar och medier 2017*. Stockholm: Statens medieråd.
- Richards, D., Caldwell, P., Hendry Y Go (2015). *Impact of social media on the health of children and young people*. *Journal of Paediatrics and Child Health* 51(2015) 1152–1157
- Ritzer, G. (2008). *Sociological theory*. (7. ed.) Boston: McGraw-Hill.
- Rodham, K., Gavin, J., Lewis S.P., St Denis, J.M. & Bandalli, P. (2013). *An Investigation of the Motivations Driving the Online Representation of Self-Injury: A Thematic Analysis*. *Archives of suicide Research*, 17, 173-183.
doi:10.1080/13811118.2013.776459
- Rodham, K., Gavin, J., Lewis S.P., Bandalli, P. & St Denis, J.M. (2016). *The NSSI Paradox: Discussing and Displaying NSSI in an Online Environment*. *Deviant Behavior* 37(10), 1110-1117. <http://dx.doi.org/10.1080/01639625.2016.1169747>
- Pantic, I. (2014). Online social networking and mental health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(10), 652–657.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0070>
- Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.
- Whitlock, J. L., Powers, J. L., & Eckenrode, J. (2006). The virtual cutting edge: The Internet and adolescent self-injury. *Developmental Psychology*, 42(3), 407–417.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.3.407>

	Titel, År, Författare, Land	Syfte	Metod: Urval, insamlingsmetod, analysmetod	Huvudsakliga resultat	Positivt/ negativt Övrigt
1	<p>Self-harm and social media: Thematic analysis of images posted on three social media sites</p> <p>2018</p> <p>Nicola Shanahan, Cathy Brennan, Allan House</p> <p>Storbritannien</p>	<p>Att undersöka innehållet hos och betydelsen av bilder med hashtag (#) "self-harm" på sociala medier, vad detta kan säga om användningen/funktionen av/hos den här typen av webbsidor.</p>	<p><u>Design:</u> Kvantitativ design</p> <p><u>Urval:</u> 602 bilder samlades in från Twitter, Instagram och Tumblr.</p> <p><u>Datainsamling:</u> Söte på #selfharm</p> <p><u>Analys</u> Bild och innehållsanalys. Tematisk analys</p>	<p>Resultaten påvisar att behandlare ej behöver oroa sig för patienternas användning av sociala medier då de i huvudsak använder sig av sociala medier i syfte att kommunicera sina svårigheter och känna gemenskap. Forskarna finner ej bilderna påverka negativt eller uppmuntra självskadebeteende, snarare uppmuntran att tillfriskna.</p>	<p>Positiva resultat</p> <p>Jämförelse med andra typer av beroenden görs</p>
2	<p>Unveiling self-harm behaviour: what can social media site Twitter tell us about self-harm? A qualitative exploration</p> <p>År: 2016</p> <p>Charlotte Emma Hilton</p> <p>UK</p>	<p>Att undersöka/analysera hur självskadebeteende sprids via Twitter.</p> <p>Med hjälp av #self-harm.</p>	<p><u>Design:</u> Kvalitativ design</p> <p><u>Urval:</u> Ålder på användarna har en medelålder på 17,58 år.</p> <p><u>Datainsamling:</u> Empiri hämtades från Twitter under marsmånad år 2014, . 317 konton valdes ut sammanlänkade med hashtag "self-harm". Vissa valdes bort pga dubletter. För analys återstod 362 tweets.</p> <p><u>Analys</u> Undersökande, induktiv, tematisk analys</p>	<p>Twitter kan fungera som ett sätt att hitta gemenskap och förståelse, men en negativ aspekt är att SSB kan bli förlöjligade av andra på en öppen plattform som SM.</p> <p>SM kan vara till hjälp vid tillfrisknande. Men SM kan riskera att normalisera SSB och på så sätt vara ett hinder till att söka behandling.</p> <p>Fem teman identifierades.</p>	<p>Blandade resultat med vikt på positiva.</p> <p>Viktigt att studera SSB på SM ur ett psykologisk perspektiv snarare än diagnostiserande och medicinskt</p>

	Titel, År, Författare, Land	Syfte	Metod: Urval, insamlingsmetod, analysmetod	Huvudsakliga resultat	Positivt/ negativt Övrigt
3	<p>The role of online social networking on deliberate self-harm and suicidality in adolescents: A systematized review of literature</p> <p>2018</p> <p>Memon AM, Sharma SG, Mohite SS, Jain S.</p> <p>Indien</p>	<p>Att hitta bevis för att sociala medier kan ha negativ påverkan på unga som självskadare (samt "självordsbeteende"). Förf önskar ge en bättre förståelse för behandlare, föräldrar, lärare, över vilken påverkan Sociala medier kan ha på personer med självskadabeteende för att kunna hjälpa till att skapa interventioner.</p>	<p><u>Design:</u> Kvalitativ design</p> <p><u>Urval:</u> 8 artiklar var från västländer, 1 från Taiwan.</p> <p><u>Datainsamling:</u> sökte i PubMed och Ovid Medline, 9 artiklar valdes ut, 4 studier kvantitativa och 4 undersökte inlägg på SM och 1 kvalitativa intervjuer.</p> <p><u>Analys:</u> Systematisk litteraturöversikt</p>	<p>Självskadabeteende kan "smitta" via sociala medier. Funktioner: kommunicera sina svårigheter, söka socialt stöd från likasinnade, risk för "negativa råd". Ju mer online tid - ju större risk för psykisk ohälsa, självmord/självordstankar Psykisk stress. Många föredrar att söka stöd online istället för hos professionella.</p> <p>SSB kan utgöra en risk för att senare i livet ha psykiska problem.</p>	<p>Negativa resultat</p> <p>Författarna vill öka kunskapen om hur unga exploateras för SB online och de risker som finns. Önskar kvantitativa undersökningar för att se hur SM påverkar SB då användningen av SM konstant ökar.</p>
4	<p>The influence of online images on self-harm: A qualitative study of young people aged 16–24.</p> <p>År: 2017</p> <p>Författare: Nina Jacob, Rhiannon Evans, Jonathan Scourfield</p>	<p>Att undersöka hur unga uppfattar och använder bilder av SSB</p> <p>Författarna skapade tre teman: Internets roll i unga personers SSB. Hur exponeringen av bilder på SSB påverkar unga personers SSB. Hur unga använder sociala medier för att visa upp bilder på SB.</p>	<p><u>Design:</u> Kvalitativ design</p> <p><u>Urval:</u> Genom Facebook hittades 21 personer i åldrarna 16-24, bosatta i Wales UK, med en historia av SB.</p> <p><u>Datainsamling:</u> Semistrukturerade intervjuer</p> <p><u>Analys:</u> tematisk analys. Induktiv kodning. Komparativ.</p>	<p>Resultatet påvisar att en normalisering skett av ungdomars SSB på internet, vilket leder till nya sätt av SSB. Bilder har större väsentlighet än att kommunicera via text vid SSB online. Dock kan interaktioner via text vara hjälpsamt och stödjande, men i både negativ och positiv bemärkning. Ungdomarna sade sig bli inspirerade/provocerade till SSB via exponering av bilder med SB. Tumblr är vanligast för deling av SSB-bilder, eftersom anonymiteten är stor. Att titta på dessa bilder är likt en ritual i samband med SSB. Vill man bli triggad och självskada söker man upp värre och värre bilder som får individen att begå värre och värre SSB då de vill "bräcka" bildens innehåll. Vissa får kritik för sina bilder. Detta leder till att de skär djupare för att få bättre kritik.</p>	<p>Blandade Resultat</p> <p>Förslag till vidare forskning: Det bör forskas mer inom området för att förstå hur man kan ta fram interventionsmetoder vis SSB i samband med internet/sociala medier.</p> <p>Fokus bör ligga på var och hur bilderna används samt uppfattas. Hur interaktionen sker online och hur påverkan på ungdomarnas SSB ser ut i samband.</p>

	Titel, År, Författare, Land	Syfte	Metod: Urval, insamlingsmetod, analysmetod	Huvudsakliga resultat	Positivt/ negativt Övrigt
5	<p>A systematic review of the relationship between internet use, self-harm and suicidal behaviour in young people: The good, the bad and the unknown (+A Correction.)</p> <p>2017</p> <p>Amanda Marchant, Keith Hawton, Ann Stewart, Paul Montgomery, Vinod Singaravelu, Keith Lloyd, Nicola Purdy, Kate Daine, Ann John</p> <p>USA(?)</p>	<p>Att undersöka existerande forskning i syfte att se om det finns ett samband mellan SB och SM. Studien undersökte personer med SB och deras användning av internet och hur de använde SB-relaterat innehåll på internet.</p>	<p><u>Design:</u> Mixad design</p> <p><u>Urval:</u> Inkluderande artiklar behandlar SB eller suicidala beteenden och internetvanor - inte bara SM utan all internetaktivitet - men direkt kopplat till SB. Individerna är alla under 25 år, barn eller ungdomar. Internationella vetenskapliga artiklar, alla skrivna på engelska.</p> <p><u>Datansamling:</u> Artiklar publicerade mellan 01/01/2011 and 26/01/2015. Databaserna Medline, Cochrane and PsychInfo.</p> <p><u>Analys</u> Systematisk litteraturöversikt.</p>	<p>Negativ påverkan av SM vid SB: normalisering, triggering, tävling, smitta</p> <p>Positiv påverkan: stöd vid kris, minskning av social isolering, kontakt med terapi, nå ut</p> <p>46 olika studier granskades och analyserades. 11 st positiva (38191 deltagare), 18 st negativa (119524 deltagare), blandade resultat 17 st (35235 deltagare).</p> <p>Räknas de jämförande artiklarna med blir det ett totalt nr av 51 (där positiva (15), negativa (19) and blandade (17)).</p> <p>Forskningsöversikten visar övergripande negativa resultat av SB och SM och annan internetanvändning. Mer än 2-5 tim per dag kan leda till suicidala tendenser/beteende. Dock är det svårt att hitta kausalitet mellan internetanvändning och SB/suicidalitet.</p>	<p>Blandade resultat, både pos och neg</p> <p>Vidare fokus bör ligga på hur SM och internet kan hjälpa till individer med SB att tillfriskna och inkorporeras i terapi och behandling.</p> <p>Behandlare bör diskutera internetanvändning med patienter med SB eller annan psykisk ohälsa.</p> <p>Forskarna anser att detta borde vara standard vid arbete med SB.</p>
6	<p>The NSSI Paradox: Discussing and Displaying NSSI in an Online Environment.</p> <p>2015</p> <p>Karen Rodham, Jeffrey Gavin, Stephen Lewis, Peter Bandalli & Jill St. Denis</p> <p>Storbritannien</p>	<p>Att undersöka varför individer lägger ner mycket möda för att dölja sitt självskadebeteende offline, samtidigt som de öppet delar sitt sh med (potentiellt) många andra genom att lägga upp bilder och texter online. Vidare hur användarna själv tänkte kring den uppenbara paradoxen att de helt öppet delade med sig av ett "hemligt" beteende</p>	<p><u>Design:</u> Mixad design</p> <p><u>Urval:</u> Texter under 423 bilder publicerade på en sida med självskadetema.</p> <p><u>Datansamling:</u> Sökte först via google efter sidor för självskadebeteende. Valde den första som var en stor och aktiv community</p> <p><u>Analys:</u> Kodade och analyserade text utifrån polytextuell tematisk analys</p>	<p>Fotografier på sidan verkade sekundära till undertexterna. Införstått i beskrivningarna av bilderna var att SSB var ett beroende, med behov som inte går att motstå och att beteendet eskalerar. Flera poster refererade till skillnader i online- och offline beteende. Kunde visa på skärsår och sedan metoder för att dölja dem. Det fanns beskrivningar på djupet och utseendet av såret. Detta bidrog till känslan av att vara delaktig och "fullvärdig medlem" De som skar sig och postade framställde sig ofta som "experter" och de utanför var okunniga och oförstående - noviser. Skillnaden i online och offline känsla; "jag skär mig fortfarande och ingen vet". Personer som var öppna med sitt ssb i verkliga världen fick höra att de var patetiska, uppmärksamhetsökande, tävlingsinriktade. De blev föraktade.</p>	<p>Blandade resultat</p> <p>Baserar sig på samma material som "An investigation of the motivations driving the online representation of self-injury: A thematic analysis" författare och har samma författare</p>

	Titel, År, Författare, Land	Syfte	Metod: Urval, insamlingsmetod, analysmetod	Huvudsakliga resultat	Positivt/ negativt Övrigt
7	<p>Understanding self-harm and suicide websites: A qualitative interview study of young adult website users.</p> <p>2008</p> <p>Darren Baker & Sarah Fortune</p> <p>Storbritannien</p>	<p>Undersökning av diskurser, vilka olika identiteter som konstrueras på webbsidorna och ta reda på den subjektiva erfarenheten av vilka handlingar och erfarenheter som är rimliga inom varje diskurs och vilka som inte är det. Undersöker även eventuella funktioner för varje diskurs.</p>	<p><u>Design:</u> Kvalitativ design</p> <p><u>Urval:</u> Personer med självskadebeteende och självmordstankar som var aktiva medlemmar på websidor specifikt riktade till den målgruppen</p> <p><u>Datainsamling:</u> Riktade annonser lades ut på webbsidor som specifikt riktade sig till personer med självskadebeteende och självmordstankar för att söka informanter</p> <p><u>Analys:</u> Semistrukturerad intervjustudie med 10 informanter. Intervjuerna gjordes per e-post eller chat.</p>	<p>Fann tre diskurser: <u>Empatisk/förstående</u> Alla medverkande skrev om förståelse och empati. De får vara både den förstående och den förstådda. Att känna positiv identitet kan vara ovanligt för någon som ofta hör att den är psykiskt sjuk eller uppmärksamhetssökande. Utomstående beskrivs ofta som oförstående och dömande. Kan leda till att de SSB söker sig allt längre bort från övriga samhället.</p> <p><u>Gemenskap:</u> Medlemmarna fick känslomässigt stöd, information och råd, samt viktigast; vänskap. De tillhör en grupp, är socialt integrerade och accepterade. I en marginaliserad grupp kan det uppstå press att tycka och agera lika, vilket kan öka marginaliseringen i samhället.</p> <p><u>Hanterbarhet:</u> Webbsidorna kan användas som ett verktyg att hantera SSB. Kan användas för att stilla begäret att skada sig själv. Kan leda till att detta ersätter konventionella hjälpformer.</p>	<p>Blandade resultat Övervägande positivt</p> <p>Professionen har fokuserat nästan uteslutande på de negativa aspekterna av användningen av internet för sitt självskadebeteende och har misslyckats med att konsultera dem som faktiskt använder sig av webbsidorna. Författarna önskar att professionen skall ha en öppnare dialog med dem som använder internet som en källa för stöd.</p>
8	<p>An investigation of the motivations driving the online representation of self-injury: A thematic analysis.</p> <p>2013</p> <p>K. Rodham, J Gavin S.P. Lewis J.M. St. Denis P. Bandalli</p> <p>Storbritannien</p>	<p>Målet är att utforska tydliga skillnader mellan oskrivna regler i kommunikationen om självskadebeteende online och offline</p> <p>Frågeställn: Vad motiverar kommunikationen om självskadebeteende öppet på ett onlineforum? Vad (om något) är signifikant för offentligheten i beteendet?</p>	<p><u>Design:</u> Kvalitativ design</p> <p><u>Urval:</u> 423 bilder publicerade på en stor websida för personer med SSB.</p> <p><u>Datainsamling:</u> Sökte via google efter sidor för självskadebeteende. Valde den första som var en stor och aktiv community.</p> <p><u>Analys:</u> Tematiserande textanalys</p>	<p>De fann fem orsaker till att lägga upp bilder:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. erkännande- berättar hur länge sedan de senast självskadade. Eller att de hade gett efter för SSB 2. Att markera en vändpunkt. Förklara sin ändrade ståndpunkt till SSB och beslutsamhet att sluta. 3. Att agera avskräckande, som en varning för andra. 4. korrigerar myter- en önskan av att skapa förståelse för fenomenet. 5. att söka eller erbjuda stöd.. <p>Förväntar sig olika publik:(1) aktiva självskadare(2) de som försöker sluta(3) nybörjare (4) de misstänktsamma och nyfikna.</p>	<p>Blandade resultat. Övervägande positiva</p> <p>SSB normaliseras på sidan och de som inte ägnar sig åt SSB ses som avvikande.</p> <p>Förslag till vidare forskning: Hur man kan använda sig av online beteende/ gränser även offline. Hur man når dem som kommunicerar sitt SSB online.</p>

	Titel, År, Författare, Land	Syfte	Metod: Urval, insamlingsmetod, analysmetod	Huvudsakliga resultat	Positivt/ negativt Övrigt
9	<p>On the creative edge: Exploring motivations for creating non-suicidal self-injury content online</p> <p>2015</p> <p>Seko, Y. Kidd, S.A., Wiljer, D. & McKenzie K.J.</p> <p>Canada</p>	<p>Syftet är att ge en djupare och mer nyanserad förståelse av användare som delar NSSI på sociala medier. Vilka behov de förväntar sig att sociala medier uppfyller, och hur NSSI material påverkar deras eget självskadebeteende. Huvudfrågor vid intervjuer: Vilka är dina orsaker att posta NSSI online? Vilka tänker du dig är din publik? Vad tror du publiken anser om ditt arbete? Hur reagerar du på andras NSSI-material</p>	<p><u>Design:</u> Kvalitativ design</p> <p><u>Urval:</u> Aktiva medlemmar på websidan injury.net</p> <p><u>Datainsamling:</u> De använde en riktad annonsstrategi och postade en förfrågan efter respondenter på self-injury.net, med 14700 medlemmar.</p> <p><u>Analys:</u> Sammanlagt 17 intervjuer per e-post eller chat, enligt semistrukturerad intervjumall. Kodades och kategoriserades.</p> <p>14 av 17 var kvinnor, ålder 16-27 år olika etnicitet.</p>	<p>Orsaker till NSSI: - - Få ur sig negativa känslor, stress och ångest som annars är svårt att uttrycka.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uttrycka en konstform med mycket känslomässigt innehåll - Hjälp att hålla koll på sitt eget SSB, som en dagbok. Att titta på gamla poster kan hjälpa till att undvika att göra det igen, även själva postandet i sig kan tjäna som ett substitut för att självskada. När de känner för att skada sig själva skapar de en ex dikt i stället och postar den. - Gemenskap, samhörighet, stötning. - Ett rop på hjälp. En önskan av att bli sedd och hjälpt. - Poster inlägg för att vara fullvärdig medlem i community. Känns inte rätt annars. - Känsla av säkerhet, pålitlighet och kärlek. Motverkar ensamhet - Vill öka medvetenheten om stigmat runt självskadebeteende - Får höra offline att de var freaks, bara sökte uppmärksamhet eller var själviska. Detta möttes de inte av online. <p>-Att titta på andras självskada kan hindra en från att göra det. Kan använda webbsidan för att gå in och titta på bilder och annat när lusten att skada sig kommer. Och då skjuta upp det.</p> <p>-Kan även fungera som trigger. Om de redan bestämt sig att skada sig själv, drevs de lite längre av att titta på bilder eller läsa andras känslor etc.</p> <p>Öppna sår var mer triggande än ex ärr</p> <ul style="list-style-type: none"> - text fungerar mer triggande på endel, medan bilder gör det för andra -De hade inte ägnat mycket tanke kring hur eget material påverkar andra 	<p>Blandade resultat</p> <p>SSK startade från 7-13 års ålder.</p> <p>Skärsår vanligast metod 12 av 17 hade psykiatrisk diagnos</p> <p>4.4 h online dagligen var medeltid.</p> <p>Hittade sidan genom att söka information om NSSI.</p> <p>Vissa postade bilder, andra filmer, konst, dikter, texter etc</p> <p>Lade ner i medeltal tre timmar i veckan på att framställa material till sidan.</p> <p>Olika plattformar online fyller olika funktioner, och det går att gå in på olika sidor beroende på vad en söker. Om en bestämt sig för att självskada söker en material som trigger. Stigma och skam som finns runt självskada gör att de inte vill söka hjälp. Deltagarna såg det som viktigt att de inte identifierade sig som självskadare och att de inte såg det som en livsstil, till motsats mot Pro Ana sidor.</p>

	Titel, År, Författare, Land	Syfte	Metod: Urval, insamlingsmetod, analysmetod	Huvudsakliga resultat	Positivt/ negativt Övrigt
10	<p>Non-suicidal self-injury, youth, and the Internet: What mental health professionals need to know.</p> <p>2012</p> <p>Stephen P. Lewis Nancy L Heath Nathalie J Michal Jamie M Duggan</p> <p>Canada</p>	<p>Att ge en kortfattad överblick över aktuell litteratur som undersöker formen och omfattningen av NSSI material på internet och dess potentiella inverkan på dem som betraktar, interventerar och kommer i kontakt med ungdomars självskadebeteende online.</p> <p>Förslag till vidare forskning: Undersöka fördelarna av NSSI-sidor och vem som kan dra nytta av dessa. Och hur olika individer påverkas olika av självskadebeteende online</p>	<p><u>Design:</u> Kvalitativ design</p> <p><u>Urval:</u> artiklar som specifikt undersökte potentiella risker och fördelar med självskadebeteende på internet.</p> <p><u>Datainsamling:</u> Sökning på Psych-Info, PubMed och Google Scholar. Sökord: self-injury, self-harm, online & internet</p> <p><u>Analys:</u> Litteraturöversikt.</p>	<p>Den mest vanliga fördelen är socialt stöd och känsla av att vara med jämlika. Känns lockande för dem som tycker att det är svårt att dela med sig eller söka hjälp offline. Vissa angav minskning av eget NSSI av att vara på NSSI-sidor. Negativt: Ökning av eget självskadebeteende. Självskadebeteende lyfts på många ställen fram som ett effektivt sätt att hantera jobbiga känslor. I vissa fall skrivs det att det inte är plågsamt och att det är ett ostoppbart beroende. Självskadebeteende läggs fram på motiverande, och ibland även glamouriserande sätt. Om personen tror den blir hjälpt av internetsidorna, minskar chansen att hen söker hjälp utanför. . Materialet framställs melankoliskt/hopplöst. De som laddade upp videor kunde bli prisade i kommentarsfältet</p> <p>Professionella som arbetar med självskadebet. behöver ta upp ungdomars onlinevanor i sitt arbete. De behöver vara medvetna om och lära sig språket som sker online.</p> <p>De kan inte be ungdomen att försöka sluta besöka självskadesidor på nätet, men i stället erbjuda provat hälsosammare sidor som tar upp ämnet. Professionen bör vara delaktiga på dessa sidor.</p> <p>Be ungdomen skriva dagbok om sitt självskadebeteende och sina onlinevanor. Känslor innan , efter och i samband med dessa.. Sedan utvärdera fördelar eller risk med onlinebeteendet.</p>	<p>Blandade resultat</p> <p>Unga med självskadebeteende har mer tid online än övriga.</p> <p>Studien innehåller råd för intervention och även en lista över sidor som erbjuder hjälp vid självskadebeteende online. Innehåller också ett frågeformulär som kan användas för att kartlägga ungdomens online aktivitet.</p>