

HÄLSORISKER HOS FLICKOR VILKA ANVÄNDE SOCIALA MEDIER

En litteraturöversikt

HEALTH RISKS IN USE OF SOCIAL MEDIA AMONG GIRLS

A literature review

Examensarbete inom huvudområdet Folkhälsovetenskap
Grundnivå 7,5 Högskolepoäng
Vårterminen 2016

Christina Andersson
Cecilia Lindberg

Handledare: Kristina Carlén
Examinator: Koustuv Dalal

Abstrakt

Inledning: Sociala medier har utvecklats och skapar en ny arena för integration. Den psykiska ohälsan ökar hos unga flickor tycks påverkas av sociala medier. Syftet med litteraturöversikten var att undersöka några hälsorisker flickor i åldern 11 till 17 år födda efter 1993 har utsatts för via sociala medier.

Metod: Tio originalartiklar publicerade de senaste fem åren har sökts fram via PubMed. Relevanta artiklar har granskats och tematiserats utifrån hälsorisker vilka återfinns i litteraturöversikten.

Resultat: Litteraturöversikten undersökte tidigare forskning kring hälsorisker hos unga flickor födda efter 1993 vid användning av sociala medier. Flickor tenderar att bli mer påverkade av kommentarer och påverkas under längre tid vilket kan leda till depression och ångest. Självskaumbeteende och självmordsbenägenheter är direkt kopplade till depression. Självförtroendet påverkas av kommentarer på sociala medier. Flickor tenderar i högre grad att drabbas av psykosomatiska besvär till följd av användning av sociala medier. Sociala medier kan öka känslan av rädsla och otrygghet. Flickornas kroppsbild påverkas via sociala medier vilket i förlängningen kan leda till ätstörningar.

Diskussion: Användandet av sociala medier kan ses som hälsorisk hos unga flickor. Likväl kan påverkan av sociala medier ses som enbart utlösande faktor för andra bakomliggande orsaker. Sociala medier kan även ge hälsovinster.

Abstract

Introduction: Social media has created a new arena for integration. Social media seems to affect young girls mental health. The purpose of the literature review is to examine some health risks among girls aged 11 to 17 years born after 1993 which has been exposed to through social media.

Method: Ten original articles published in the past five years have been sought out through PubMed. Relevant articles were reviewed and thematized based on health risks which are found in the overview.

Results: The literature review examined previous research on health risks in young girls born after 1993 in the use of social media. Girls tend to be more affected by the comments and are affected over time which can lead to depression and anxiety. Self-harm and suicidal tendencies are directly linked to depression. Self-confidence is affected by comments on social media. Girls tend increasingly to suffer from psychosomatic disorders due to use of social media. Social media can increase the feeling of fear and insecurity. The girls' body image is influenced by social media, which ultimately can lead to eating disorders.

Discussion: The use of social media can be seen as a health risk in young girls. Nevertheless, the impact of social media is seen as one of the triggers for other underlying causes. Social media can also provide health benefits.

Innehållsförteckning

Introduktion	1
Teknologi.....	1
Sociala medier	2
Folkhälsovetenskaplig relevans	3
Syfte	4
Metod	4
Design.....	4
Sökprocessen.....	4
Urval.....	5
Analys.....	6
Etik.....	6
Resultat.....	7
Sociala medier kan innebära risk för psykosomatiska besvär	10
Sociala medier kan innebära risk för sämre självförtroende och självkänsla.....	10
Sociala medier kan innebära risk för utanförskap och rädsla.....	11
Sociala medier kan innebära risk för sämre kroppsbild och ätstörningar.....	11
Sociala medier kan innebära risk för depression och ångest	12
Sociala medier kan innebära risk för självskadebeteende och självmord	12
Diskussion	13
Metoddiskussion.....	13
Resultatdiskussion	13
Slutsats	17
Referenser.....	18
Bilaga 1	21

Introduktion

För flickorna i åldern 11 till 17 år präglas livet av puberteten, att vilja stå på egna ben, se samhället med nya ögon men även om vetskapen om orättvisor och könsskillnader. Unga flickor har en stor press på sig att lyckas, från såväl skola, familj, tränare och vänner (Folkhälsomyndigheten, 2016a). Samhällets normer och värderingar blir tydliga samtidigt som de kämpar med att hitta sin identitet och plats i samhället. Via media och omgivningen matas unga flickor av budskapet att det viktiga inte är hur man är utan hur man ser ut. Flickorna vet att de ska vara smarta men inte för smarta, de ska synas men inte höras, vara smala men hälsosamma och starka men inte för starka. Det är en ouppnåelig bild av kvinnan de matas med (Meurling, 2003; Newsom, 2011). I och med ny teknik har bilden av det ouppnåeliga idealet blivit mer påtagligt. Genom medias bild och genom integration med andra människor sker en bedömning medvetet och omedvetet av jaget vilket i förlängningen påverkar välbefinnandet hos unga flickor (Richards, Caldwell och Go, 2015).

Teknologi

Teknologins intåg har varit snabb och omfattande. Tidigare generationer vittnar om modem och mobiltelefoner som något unikt medan nio av tio 11 åringar födda efter år 1993, fortsättningsvis kallade Generation Z, själva är ägare till en smartphone och ser ständig uppkoppling som en självklarhet. Utöver användandet av smartphone har de flesta barn och ungdomar idag tillgång till datorer, surfplattor och annan uppkoppling i såväl hemmet som i skolan. I takt med ökad tillgänglighet och en verklighet där ungdomar i snitt är aktivt uppkopplade 8 timmar per dygn ökar den psykiska ohälsan hos många unga, framförallt flickor (Turner, 2015).

Att kommunicera med vänner, familj men även okända via sociala nätverksplattformar, vilket vidare kommer att benämnas som sociala medier, är en naturlig del av Generation Z vardag enligt Richard et al. (2015). Det finns flertalet sociala medier vilka alla syftar till att på ett eller annat sätt integrera med andra människor. Sociala medier finns idag i flera former, i allt högre grad har det utvecklats applikationer (app) att ladda ner till sin smartphone och därmed i kombination med den ökade tillgängligheten på internet går att nå över allt dygnet runt.

Sociala medier

Utav sociala medier är det ett tiotal som i stor utsträckning huvudsakligen används av ungdomar. Sociala medier vilka i största grad används av ungdomar är Ask.fm vilken syftar till att ställa frågor till varandra om allt möjligt, det går att ställa frågorna anonymt och andra användare kan se svaren. Facebook och Instagram bygger på samma princip där personer bygger upp nätverk vilka de delar med sig av bilder och text. Huvudsakligen sker integrationen med andra genom kommentarer och "likes" men även genom privata chattmeddelanden. KiK är en app till smartphones där det är möjligt att chatta med sina vänner, liknande vanliga meddelanden. En app vars huvudsyfte är att integrera med andra genom att skicka bilder som visas för mottagare en kort stund är Snapchat. Det går att lägga till text på bilderna och de går att spara av mottagaren. Youtube är en videokanal där det både är möjligt att publicera egna videos men även se andras, integrationen sker genom likes och kommentarer (Friends, 2016).

Enligt Friends (2016) har 8% av flickorna i åldern 12-16 år under år 2015 mobbats via sin mobil, dator eller surfplatta. Vidare har var tredje flicka under år 2015 utsatts för kränkningar medan ytterligare var tredje flicka utsatts för sexuella trakasserier via nätet. I huvudsak är platsen för trakasserier, mobbning och hot på nätet de sociala medierna. KiK var år 2015 det sociala medier som stod först störst andel kränkningar och hot (Friends, 2016).

Flera faktorer spelar in och påverkar den mentala hälsan, ibland även med fysiska besvär som följd. Att visa bilder på sig själv och riskera att få negativ respons från kamrater kan leda till en negativ och skev kroppsbild, framförallt hos flickor. Det i kombination av övrig medias sätt att visa bilder på retuscherade kroppar gör att flickornas egna krav höjs och det finns risk för att ätstörningar utvecklas (Meurling, 2003).

Flertalet psykiska symptom förekommer hos de individer som blivit utsatta för trakasserier och exponering via sociala medier. Exempel på psykiska symptom kan vara oro, nedstämdhet, koncentrationssvårigheter samt hyperaktivitet vilka kan hålla i sig i upp till fem månader efter händelsen. Det finns ett samband mellan självmord bland unga och att ha blivit utsatt för någon form av trakasserier via sociala medier. Aboujaoude, Savage, Starcevic och Salame (2015) visar även på att det inte finns något klart samband mellan att vara utsatt och en viss åldersgrupp, vilket tyder på att det förekommer i alla åldrar. Flickor tenderar att vistas mer än

pojkar på sociala medier vilket gör att det är en grupp som löper större risk att bli utsatta och således utveckla ohälsa (Aboujaoude et al., 2015). Vidare saknas enligt Aboujaoude et al. (2015) studier om hur fenomenet förebyggs eller motarbetas. Aboujaoude et al. (2015) menar att det krävs en insats med hjälp av screening och öka möjligheterna för behandling via hälsovården för att med hjälp av kartläggning upptäcka de utsatta i tid. Enligt Dunkels (2016) är nätmobbning, näthat och andra typer av trakasserier på nätet inget nytt fenomen utan kan likställas med traditionell mobbning, dock är det en ny arena som måste tas i beaktning.

Psykisk ohälsa är ett samlat begrepp för flera olika åkommor och i många fall visar de sig redan i tidiga år. Bland barn och ungdomar handlar det i de flesta fall om symptom som huvudvärk, magvärk, dåligt självförtroende, aggressivitet och ångslan (Pellmer, Wramner & Wramner, 2012). Under de senaste 20 åren har det skett en ökning av fall med psykisk ohälsa bland ungdomar och bland flickor är åkommor som stress, ångest och depression vanligast (Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor (MUCF), 2015). Enligt Richards et al. (2015) kan de ungdomar som befinner sig på sociala medier påverkas negativt vad gäller självkänsla och välbefinnande då det förekommer möjlighet att få negativa kommentarer och reaktioner på det som lagts ut. Richards et al. (2015) har vidare påvisat att unga flickor ses som mer sårbara vad gäller kritik via internet och i större grad tar det personligt.

Folkhälsovetenskaplig relevans

Det tredje nationella folkhälsomålet, vilket är utformat av Nationella folkhälsokommittén, belyser barn och ungdomars uppväxtvillkor. Det innebär till stor del att ta hänsyn till och motarbeta den ökande psykiska ohälsan bland barn och ungdomar (Folkhälsomyndigheten, 2016b; Pellmer et al., 2012). Vidare påvisar Aboujaoude et al. (2015) att 20-40% av ungdomar i Generation Z har blivit utsatta för någon typ av trakasserier på internet. Med det som bakgrund stärks behovet av en vidare insats mot alla former av trakasserier via internet, främst sociala medier

Det finns en folkhälsovetenskaplig relevans att undersöka vilka hälsorisker unga flickor utsätts för via sociala medier eftersom den psykiska ohälsan har en tendens att öka hos målgruppen i takt med att användandet av sociala medier ökar. Samband har i tidigare studier till viss del kunnat påvisas och litteraturöversikten undersökte vilka hälsorisker som finns samt hur de påverkar flickor i åldern 11 till 17 år födda i Generation Z.

Syfte

Syftet med litteraturöversikten var att undersöka några hälsorisker flickor i åldern 11 till 17 år födda i Generation Z har utsatts för via sociala medier.

Metod

Design

Genom att metodiskt, systematiskt och kritiskt granska tidigare publicerade artiklar genomfördes litteraturöversikten utifrån syfte. En litteraturöversikt ansågs lämpligt med tanke på ämnesval då den tillät användandet av studier gjorda med hjälp av olika forskningsmetoder, såväl experimentella som icke experimentella. Metoden bidrog till en bredare syn och ökad förståelse av det specifika hälsoproblemet, vilket vidare kan bygga en god grund för ytterligare hälsoarbete inom området (Whittemore & Knafl, 2005).

Sökprocessen

Tabell 1. Databassökning och urval av artiklar utifrån hälsorisker med användning av sociala medier hos flickor i åldern 11-17 år.

Databas	Sökord alt. MESH term	Träffar	Lästa titlar	Lästa abstrakt	Granskade artiklar	Använda artiklar	Valda artiklar
PubMed	Internet harassment adolescent girls	33	33	6	2	1	Fridh et al. (2015)
PubMed	Social media AND adolescent AND girl*	77	77	11	6	2	Einberg et al. (2015) Meier et al. (2014)
PubMed	Self-harm AND adolescent AND internet	27	27	4	2	1	Liu et al. (2016)
PubMed	psychosomatic health AND cyberbullying AND adolescent	19	19	6	5	3	Garcia-Moya et al. (2014) Landstedt et al. (2014) Sourandet et al. (2015)
PubMed	cyberbullying AND Sweden AND adolescent	33	33	12	4	1	Berne et al. (2014)
PubMed	mental health adolescence risk cyber*	40	40	8	3	1	Bauman et al. (2013)

Sökningarna påbörjades 18 april och avslutades 23 maj 2016. Relevanta sökord användes i olika kombinationer i PubMed som är den stora databasen inom biomedicinsk forskning vilket omfattar det folkhälsovetenskapliga området. De relevanta sökorden vilka användes var; Internet, harassment, adolescent, girls, social media, self-harm, psychosomatic health, cyberbullying, Sweden, mental health, risk samt cyber. Trunkering har använts på två sökord (girl & cyber) i tre olika sökningar. Vidare har sökorden använts både med och utan booleska operatorer. Trots olika sökkombinationer har artiklar i flertalet sökningar återkommit i träfflistan. I tabell 1 är de enbart redovisade i den första sökningen de återfanns i. Många artiklar fanns i fulltext på PubMed vilket underlättade sökprocessen. Sökningarna begränsades till att enbart innefatta artiklar publicerade de senaste fem åren och redovisas i Tabell 1. En utökad sökning gjordes vad gällde sökorden psychosomatic health AND cyberbullying AND adolescent till att gälla artiklar publicerade de senaste tio åren.

Urval

Ett första urval gjordes utifrån titlarnas relevans för ämnet. De artiklar vars titel innehöll en vinkling eller relevans på det valda folkhälsoproblemet granskades vidare genom att abstrakten lästes. Ett urval gjordes utifrån inklusions- och exklusionskriterier. Vid närmare granskning upptäcktes att flertalet artiklar handlade om kopplingar mellan unga, internet och rökning, unga föräldrar, cancer eller HIV vilket avsikten inte var att undersöka och därmed exkluderades omgående. Vidare granskades de artiklar vars abstrakt föreföll relevanta i sin helhet. Original artiklar publicerade de senaste fem åren med svenska eller engelska som språk samt där respondenterna var i åldersgruppen 11-17 inkluderades. I ett fall inkluderades en ytterligare artikel där medelåldern var 18,02 eftersom resultatet ansågs relevant även för en yngre ålder. De artiklar vilka inkluderades var utförda i Europa alternativt USA och Australien vidare fanns det ett utökat inklusionskriterie i ett urval vilket medförde att en artikel utförd i Taiwan inkluderades på grund av sin relevans. Övriga artiklar utförda i andra delar av världen och med en annan ålderskategori som målgrupp exkluderades. I de fall artikeln inte fanns i fulltext gjordes en sökning av artikelns exakta titel på Google Scholar vilket resulterade i att artikeln i sin helhet kunde finnas.

Vid granskning av en artikel vilken inte föreföll relevant för ämnesområdet kom förslag på relaterade artiklar upp vilken ledde oss vidare till den tionde artikeln och således fanns via manuellsökning. Vidare sammanfattades alla artiklar utifrån syfte och resultat. Artiklarna delgavs båda författarna. Författarna läste alla artiklar och sammanfattade dem i tabell 2.

Analys

De tio artiklar som slutligen valdes att innefattas i översikten analyserades i första hand utifrån sitt syfte och sedan utifrån vilka resultat de kommit fram till i enlighet med Forsberg och Wengström (2013). Artiklarna lästes i sin helhet i flera omgångar med avsikt att strukturera upp dem och tematisera dem men även för att öka förståelsen. Vidare analyserades artiklarnas resultat i syfte att förklara sambanden mellan de olika hälsoriskerna hos målgruppen och sociala medier. Samband mellan utsatthet på internet och i verkliga livet undersöktes vidare för att hitta ytterligare förklaringar till riskfaktorer och vad de innebär ur en hälsoaspekt. Genom diskussion författarna emellan samt med utomstående handledare kunde teman ringas in utifrån relevans. De sex teman vilka identifierades genom diskussion och tidigare forskning kom att handla om Sociala mediers risk för psykosomatiska besvär, självförtroende och självkänsla, utanförskap och rädsla, kroppsbild och ätstörningar, depression och ångest samt självskadebeteende och självmord. För att särhålla teman färgkodades artiklarna utifrån valda teman. En artikel kunde innehålla flera teman och fick således en flerfärgad markering medan en annan endast belyste ett temaområde. I flera fall gick olika teman in i varandra och nämndes kort även om artikelns huvudsyfte höll sig inom ett specifikt temaområde. Ett tydligt sådant temaområde var självskadebeteende och självmords koppling till depression och ångest. Varje tema var kopplat till de hälsorisker översikten syftar till att undersöka och underkategoriserade utifrån risk och symptom. Vidare fördes artiklarna utifrån sina teman in i en tabell (se Tabell 3 i bilaga 1) med avsikt att underlätta arbetet med översikten för författarna.

Etik

Att skydda den enskilde individen vilken deltar i en undersökning ska alltid väga tyngre än intresset att inhämta ny kunskap. Forskaren skall i sin etiska avvägning ta hänsyn till deltagarnas hälsa under studien vilket regleras i Helsingforsdeklarationen (World Medical Association (WMA), 2013) och även Forsberg och Wengström (2013) vidhåller. Flertalet av de valda artiklarna skriver uttryckligen att undersökningen är utförd i enlighet med Helsingforsdeklarationen. Vidare lyfter alla artiklarna där respondenterna är under 18 år fram att de inhämtat tillstånd från vårdnadshavare för att genomföra studien. Alla studier har varit frivilliga och i flertalet fall har det slutgiltiga antalet respondenter blivit lägre än det var tillänt från början. Artiklarnas etiska ställningstagande granskades för att se om de efterföljt de lagar och förordningar vilka finns inom forskning med människor. Vidare har en av de

valda artiklarna uttryckligen angett att tillstånd för studien har getts av etikprövningsnämnden i Umeå samt angett diarienummer för beslutet. Ytterligare en artikel anger att tillstånd för studien har givits utan invändning av det etiska rådet i Karlstad.

Litteraturöversikten bygger på sekundära källor vilka har granskats utifrån ett etiskt perspektiv av författarna. Författarna har vidare återgett referenser korrekt och inte medvetet undanhållit resultat vilka talar emot syftet utan även lyft fram de.

Resultat

Litteraturöversikten undersökte tidigare forskning kring hälsorisker hos unga flickor födda i Generation Z vid användning av sociala medier. Flickor är enligt forskning mer sårbara vad gäller trakasserier och mobbning. De negativa effekterna håller i sig längre hos flickor vilket leder till en mer negativ påverkan på deras hälsa (Richards et al., 2015). Återkommande hälsorisker kategoriserades i teman utifrån överensstämmande innehåll, vilket skulle kunna jämföras med Forsberg och Wengström (2013) beskrivning av huvudkategorier. Teman kom att omfatta risk för psykosomatiska besvär, självförtroende och självkänsla, utanförskap och rädsla, kroppsbild och ätstörningar, depression och ångest samt självskadebeteende och självmord hos unga flickor, Generation Z, vid användning av sociala medier. De artiklar vilka har ingått i resultatet redovisas i Tabell 2.

Tabell 2 Resultat av databassökning och relevanta artiklar.

FÖRFATTARE	TITEL	ÅR	LAND	DELTAGARE	ÅLDER	METOD	SYFTE	RESULTAT
Bauman, S., Toomey, R.B., & Walker, J.L.	Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students	2013	USA	1491	14-18 år	Kvantitativ studie	Utforska sambandet mellan depression och självmord hos offer för såväl traditionell mobbning och nätmobbning.	Det finns ett tydligt samband mellan depression och självmordstankar hos flickor inom såväl traditionell- som nätmobbning. De negativa effekterna av mobbning går i varandra och utgör ytterligare risk för påverkan hos flickorna.
Berne, S., Frisen, A., & Kling, J.	Appearance-related cyberbullying: A qualitative investigation of characteristics, content, reasons, and effects	2014	Sverige	27	15 år	Kvalitativ studie genom intervjuer i fokusgrupper.	Att utforska ungdomars erfarenhet av utseendets betydelse för nätmobbning.	Alla oberoende av utseende kan bli offer för nätmobbning. Trakasserier inriktar sig direkt på utseende och kropp. I större grad riktas trakasserier mot flickor med avsikt för att göra stor skada. Flickor är oftare online vilket gör dem mer lättåtkomliga.
Beckman, L., Hagquist, C., & Hellström, L	Does the association with psychosomatic health problems differ between cyberbullying and traditional bullying?	2012	Sverige	3820	13-16 år	Kvantitativ studie	Att undersöka skillnader och likheter mellan nätmobbning och traditionell mobbning utifrån psykosomatiska besvär.	Visar på en ökad risk för psykosomatiska besvär hos flickor som blivit utsatta av såväl traditionell- som nätmobbning. Nätmobbning och traditionell mobbning kan likställas vad gäller de negativa effekterna så som psykosomatiska besvär.
Einberg, E-L., Lidell, E., & Clausson, E.K.	Awareness of demands and unfairness and the importance of connectedness and security: Teenage girls' lived experiences of their every day lives	2015	Sverige	8	13-16 år	Kvalitativ studie med individuella intervjuer	Förklara tonårsflickors vardagliga liv utifrån deras egna erfarenheter.	En orättvisa, stora krav och könsskillnader präglar flickors vardag ihop med en känsla av att behöva en samhörighet och kunna lita på andra. Flickor är medvetna om orättvisor mellan kön och att det ställs höga krav utifrån vilket leder till större påverkan. Flickor känner sig utsatta och otrygga i samhället och på nätet.
Fridh, M., Lindström, M., & Rosvall, M.	Subjective health complaints in adolescent victims of cyber harassment: moderation through support from parents/friends – a Swedish population-based study	2015	Sverige	8544	15 år	Kvantitativ tvärsnittsstudie	Undersöka sambandet mellan psykosociala symptom och nätmobbning.	Nätmobbning påverkar hälsan hos ungdomar men stöd från föräldrar och vänner kan minska det genom en stressbuffert vilket minskar risken för att bli utsatt och påverkas av negativa kommentarer.

Garcia-Moya, I., Suominen, S., & Moreno, C.	Bullying Victimization Prevalence and Its Effects on Psychosomatic Complaints: Can Sense of Coherence Make a Difference?	2014	Spanien	7580	11-18 år	Kvantitativ studie	Att undersöka erfarenheterna utifrån olika former av mobbning och effekterna på dem så som fysiska och psykiska besvär	Att inte ha en känsla för sammanhang ökade risken för såväl psykiska som fysiska besvär hos ungdomarna. De fysiska riskerna ökade dock inte hos flickorna. Visar på ett samband mellan utsatthet och psykosomatiska besvär hos unga flickor. Flickor utan tydlig känsla av sammanhang blev i högre grad utsatta för trakasserier, hot och mobbning via Internet.
Landstedt, E., & Persson, S.	Bullying, cyberbullying, and mental health in young people	2014	Sverige	1214	13-16 år	Kvantitativ studie	Att undersöka hur traditionell mobbning och nätmobbning påverkas av psykosomatiska besvär men även förklara sambandet mellan utsatthet och psykosomatiska besvär.	Flickor var mer benägna att drabbas av psykosomatiska besvär, de var även mer utsatta för såväl traditionell mobbning som mobbning via nätet. Dålig kroppbild är vanligt hos både flickor och pojkar – flickor tenderar dock att mobbas utifrån det.
Liu, H-C., Liu, S-I., Tjung, J-J., Sun, F-J., Huang, H-C., & Fang, C-K.	Self-harm and its association with internet addiction and internet exposure to suicidal thought in adolescents	2016	Taiwan	1539	14-19 år	Kvantitativ studie	Studien undersökte om det fanns ett samband mellan internetberoende och exponering på nätet och självskadebeteenden samt självmordstankar.	Internet beroende och exponering på nätet hade ett signifikant samband med självskadebeteenden och självmordstankar hos främst unga flickor dock minskade sambandet efter att ha uteslutit andra riskfaktorer.
Meier, E.P., & Gray, J.	Facebook Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girls	2014	USA	103	12-18 år	Kvantitativ studie	Att identifiera de specifika funktioner på Facebook vilka är kopplade till tonårsflickors kroppsuppfattning.	Ökad exponering ökade risken hos flickor för en felaktig kroppsuppfattning och objektifiering av sig själv. Flickorna tenderar att bli fixerade av sitt BMI (Body Mass Index) oavsett verkligt värde vilket även ökade risken för att vilja/försöka bli smalare.
Sourander, A., Brunstein Klomek, A., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., Koskelainen, M., Ristkari, T., & Helenius, H.	Psychosocial Risk Factors Associated With Cyberbullying Among Adolescents	2010	Finland	2215	13-16 år	Kvantitativ studie	Studiens syfte var att undersöka samband mellan psykosomatiska besvär hos nätmobbings offer samt hur utbredd fenomenet är.	Offer för nätmobbning fanns i högre grad vara drabbade av sömnsvårigheter, huvudvärk, litet socialt kontaktnät, oftare vara rökare och alkoholkonsumenter vidare fanns de känna sig mindre trygga i skolan och ha problem med kamratrelationer.

Sociala medier kan innebära risk för psykosomatiska besvär

Genomgående tenderar flickor att i högre grad drabbas av psykosomatiska besvär så som koncentrationssvårigheter, sömnsvårigheter, huvudvärk, magont, oro, nedstämdhet eller minskad aptit (Beckman, Hagqvist & Hellström, 2012; Fridh, Lindström & Rosvall, 2015; Landstedt & Persson, 2014; Sournander, Brunstein-Klomek, Ikonen, Lindroos, Luntamo, Keskelainen, Ritskari & Helenius, 2010). Landstedt et al. (2014) använde den psykosomatiska problem skalan (PSP) för få ett mätbart resultat utifrån psykosomatiska besvär under de senaste 6 månaderna. Av flickorna vilka var utsatta för trakasserier via nätet uppgav 30 % någon form av psykosomatiska besvär. Garcia-Moya, Suominen och Moreno (2014) visar på samband mellan utsatthet och psykosomatiska besvär hos unga flickor vilka inte har en tydlig känsla av sammanhang. I högre grad blev ungdomar utan tydlig känsla av sammanhang utsatta för mobbning, trakasserier och hot via internet. De utsatta ungdomarna blev i högre grad drabbade av hälsorisker till följd av sina erfarenheter och upplevelser.

Sociala medier kan innebära risk för sämre självförtroende och självkänsla

Berne, Frisen och Kling (2014) lyfter fram att unga flickor är den person de visar via sociala medier vilken inte behöver överstämman med verkligheten utan kan vara en förvrängd bild utifrån samhällets ideal vilken ger en yttlig bild av flickor. Flickor tenderar att bli mer påverkade av kommentarer och påverkas under längre tid vilket leder till sämre självkänsla. Självförtroendet påverkas då även prestationer bedöms via exponering på sociala medier. Förövare vet ofta vilka vapen som ska användas för att komma åt ömmaste punkten hos offret. Ofta tenderar kommentarerna att rikta sig mot känsliga ämnen så som vikt, vilket ger såväl försämrat självförtroende som självkänsla.

Media kan påverka unga flickors självförtroende och självkänsla negativt enligt Einberg, Lidell och Clausson (2015). Flickorna tenderar att jämföra sig med medias bild av den perfekta kvinnan som smal, vacker och framgångsrik. Bilden förmedlar ett ouppnåeligt ideal men även en bild av hur den större kvinnan utan karriär är misslyckad. Flickor tenderar att försöka uppnå medias kvinnliga ideal. Försöken leder ofta till en känsla av misslyckande vilket försämrar flickornas självförtroende och självkänsla. Ytterligare påverkas självförtroendet och självkänslan av andras kommentarer via sociala medier vilka ofta tenderar att jämföra bilden på flickan med medias ideal (Berne et al., 2014).

Sociala medier kan innebära risk för utanförskap och rädsla

Att ha kontakt med vänner anses viktigt för flickor i tonåren och det visar sig genom umgänge i och utanför skolan. Att vistas på sociala medier förekommer bland flertalet flickor och särskilt viktigt för de som geografiskt har svårigheter att umgås efter skolan. Att umgås i verkliga livet eller via internet ses som likvärdigt och en viktig del i flickors liv (Einberg et al., 2015). Att söka sin plats och vara en del av ett sammanhang skapar en trygghet och är enligt Einberg et al. (2015) en viktig del av unga flickors livsvillkor. I sökandet är föräldrar och familjers stöd enligt Einberg et al. (2015) och Garcia-Moya et al. (2014) viktiga för att få en känsla av samhörighet. Garcia-Moya et al. (2014) lyfter fram aspekten att ungdomar vilka tenderar att sakna en känsla av sammanhang löper större risk för att utsättas för mobbning och med den psykosomatiska besvär. Vidare menar Garcia-Moya et al. (2014) att även en känsla av utanförskap kan uppkomma som effekt av såväl traditionell mobbning som mobbning via nätet.

De sociala medierna tenderar att påverka unga flickors känsla av trygghet. Rädslan över att inte veta vad som väntar i komentarsfältet på de sociala medierna och känslan av att aldrig bli lämnad i fred ökar osäkerheten även IRL (in real life) hos offer för nätmobbning vilket både Sourander et al. (2010) och Einberg (2015) belyser. Osäkerheten påverkar de unga flickorna stort och ökar risken för psykosomatiska besvär, depressioner, självkadebeteenden, självmordstankar samt negativa resultat i skolan (Einberg et al., 2015; Garcia-Moya et al., 2014; Liu, Liu, Tjung, Sun, Huang & Fang, 2016; Sourander et al., 2010).

Sociala medier kan innebära risk för sämre kroppsbild och ätstörningar

Kroppsbilden ändras betydligt under tonåren vilket resulterar i ett utbrett kroppsmisnöje med eventuella ätstörningar som följd, speciellt bland flickor. Enligt undersökningar påverkar media den bild av det tunna idealet som råder i samhället vilket tenderar att ökar misnöjet hos flickor vad gäller den egna kroppen, i jämförelse med den bild media uppvisar. Flickorna strävar mot en orealistisk bild vilket inte sällan leder till en hets för att bli likadan (Meier & Gray, 2014) En dålig kroppsbild hos flickor kan även öka risken att bli utsatt för nätmobbning via sociala medier och en negativ respons via internet gör att misnöje ökar vilket leder till en ond spiral (Landstedt et al., 2014). Vidare kan nätmobbning enligt Landstedt et al. (2014) vara en bidragande orsak till en sämre kroppsbild hos unga flickor, vilket i sin tur kan resultera i psykosomatiska problem och utveckling av ätstörningar.

Berne et al. (2014) lyfter vidare fram att kommentarer ofta är kopplade till mottagarens utseende. Flickor tenderar i högre grad att ta emot fler kommentarer utifrån sitt utseende. De kommentarer vilka verkar påverka flickornas hälsa till störst del handlar oftast om att mottagaren är överviktig eller fet även om så inte är fallet. Kommentarer direkt kopplade till utseendet tenderar vidare att upplevas hårdare och påverka hälsan på flera plan men framför allt med en negativ kroppsbild som följd. En negativ kroppsbild och krav från familj och vänner i kombination med samhällets normer och värderingar leder i högre grad till självska debeteenden och ätstörningar (Liu et al., 2016).

Sociala medier kan innebära risk för depression och ångest

Ungdomar med självska debeteende är vanligtvis flickor, ofta boende med bara en av föräldrarna, och flickorna tenderar även att vara mer självmordsbenägna. Självmordstankarna uppkommer vanligen till följd av en tids depression. Orsak till depressionen är ofta en följd av trakasserier eller exponering på nätet men även till följd av att andras självmords erfarenheter exponeras på nätet (Liu et al., 2016). Vidare enligt Liu et al. (2016) är att ta del av självmordstankar på internet vanligare än via det verkliga livet.

Bauman et al. (2013) visar på ett samband med ökad depression och självmordsbenägenhet hos unga flickor. Den ökade självmordsbenägenheten är kopplad till den ökade psykiska ohälsan i form av framförallt depression och ångest.

Berne et al. (2014) påvisar att det kan förekomma självmordstankar hos flickor till följd av nätmobbing, då utsatta flickor drabbas av lägre självkänsla och självförtroende. En låg självkänsla och sämre självförtroende till följd av att ha blivit utsatt för trakasserier via sociala medier kan ses som riskfaktor för att utveckla självmordstankar. (Berne et al., 2014)

Sociala medier kan innebära risk för självska debeteende och självmord

Ungdomar med självska debeteende är vanligtvis flickor, de tenderar även att vara mer självmordsbenägna. Ofta uppkommer självmordstankar till följd av en tids depression till följd av trakasserier eller exponering på nätet men även till följd av att andras självmordserfarenheter exponeras på nätet (Liu et al., 2016).

Bauman et al. (2013) visar på ett samband med ökad depression och självmordsbenägenhet hos unga flickor. Den ökade självmordsbenägenheten är kopplad till den ökade psykiska ohälsan i form av framförallt depression och ångest.

Diskussion

Metoddiskussion

En svaghet i processen var att det verkar behövas mer forskning inom området. Forskning inom området verkar vara ett nytt fenomen vilket trots sin brist på artiklar var en styrka då den forskning som fanns var aktuell och i samtliga fall publicerad de senaste fem åren. En svårighet i urvalet av artiklarna var att funna artiklar ofta fokuserade på ett samband med andra hälsorelaterade orsaker, vilka inte var intressanta utifrån den här litteraturöversiktens syfte och ämnesval.

En intressant iakttagelse utifrån ett etiskt perspektiv var att två valda artiklar i sina studier valde att erbjuda deltagande mot betalning. Frågan är om det kan ses som moralisk försvarbart då studierna riktat sig till minderåriga deltagare (Forsberg & Wengström, 2013). Vidare kan betalning för deltagande diskuteras vad gäller hänsyn till moral och etik. Tillförlitligheten i resultatet kan vidare diskuteras då deltagare eventuellt deltar med ekonomisk vinning som syfte.

Resultatdiskussion

Flickor i åldern 11 till 17 år födda i Generation Z har under hela sin uppväxt haft i princip fri tillgång till internet och teknik. Internet har utvecklats till en förlängning av samhället och sociala medier har kommit att bli en lika stor källa till socialt umgänge som i det verkliga livet (Dunkels, 2016; Einberg et al., 2015). Flickors livssituation präglas till stor del av krav från såväl familj, vänner, skola, tränare samt samhällets normer, värderingar och förväntningar (Folkhälsomyndigheten, 2016a). Tonårstiden är för flickor av naturliga skäl en tid i förändring till följd av puberteten och även en ökad medvetenhet om samhällets orättvisor. Flickor är enligt Richards et al. (2015) väl medvetna om samhällets krav och orättvisor vad gäller könsroller men tenderar trots det att leva upp till dem vilket kan leda till stress och ökad risk för ohälsa. En intressant iakttagelse kring flickors generella livsvillkor är att redan högt ställda krav blir

ytterligare en faktor till stress i och med att samhället på många plan ökar pressen genom olika kanaler så som sociala medier. Möjligtvis kan det vara så att flickor tenderar att bli en utsatt målgrupp för samhällets ideal och normer.

Även om sociala medier är ett relativt nytt fenomen så är aktiviteten på dem inte något nytt fenomen (Dunkels, 2016). Att kommunicera och att socialisera sig har människor haft behov av i alla tider. Den stora skillnaden mellan trakasserier IRL och på sociala medier är att tillgängligheten i princip är konstant och impulsiv samt att det som skrivs aldrig försvinner och att mottagarna kan vara oändliga till antalet (Dunkels, 2016). Den ständiga tillgången ökar risken för att en individ i sin ilska eller frustration skriver något förövaren egentligen inte menar men som får konsekvenser för offret. I kombination med flickors livsvillkor och ny teknik riskerar flickor i högre grad att bli utsatta för trakasserier, hot och mobbning via nätet.

En förklaring till varför flickor tenderar att känna sig osäkra och otrygga i skolan kan vara att KiK är en direkt förlängning av samhället. Redan utsatta flickor är i högre grad även utsatta på sociala medier (Friends, 2016; Ungdomsstyrelsen, 2012). Flickor födda i Generation Z vilka är användare av sociala medier drabbas i högre grad av hälsorisker (Aboujaoude, et al., 2015; Bauman et al., 2013 ; Berne et al., 2014 ; Beckman et al., 2012 ; Einberg et al, 2015 ; Fridh et al.,2015 ;Friends, 2016; Liu et al.,2016 ; Meier et al.,2014 ; MUCF, 2014; Richards et al., 2015; Sourander et al.,2010). Mest förekommande är de psykosomatiska besvären vilket skulle kunna förklaras med att flickorna i kombination med sina generella livsvillkor och eventuella utsatthet IRL påverkas mer via den negativa jargongen på sociala medier.

Ytterligare en möjlig förklaring till varför flickor i högre grad drabbas av psykosomatiska besvär kan vara att de tenderar att tillbringa mer tid på sociala medier. Att flickor i högre grad utsätts för trakasserier av sexuell karaktär eller personliga påhopp kan vara en ytterligare förklaring till varför flickor mår sämre (Friends, 2016). Vidare menar Berne et al. (2014) att flickor tar åt sig mer av såväl negativa som positiva kommentarer på sociala medier och de påverkar dem under längre tid. En negativ kommentar kan enligt Berne et al. (2014) sitta i och påverka en flicka i upp till fem månader efter händelsen. Att kommentarer påverkar flickorna mer och under längre tid skulle kunna vara en förklaring till den ökade risken för psykosomatiska besvär, depression, ångest och självskadebeteenden samt självmordstankar. Vidare kan andra faktorer i samhället ligga till grund för besvären vilket skulle kunna innebära att sociala medier enbart är den utlösande faktorn. Flickors psykiska ohälsa bör beaktas och tas på allvar.

Det finns en risk med att dela med sig av personliga bilder på Facebook, Instagram, Snapchat och Youtube vilka i många fall tenderar att eftersträva medias ouppnåeliga ideal samt ha en medveten eller omedveten sexuell ton. Även om bilden inte har för avsikt att anspela på sexualitet tolkar ofta mottagaren den på det viset (Ungdomsstyrelsen, 2012). Sexuella trakasserier och personliga påhopp är enligt Berne et al. (2014) vanligt förekommande hos flickor födda i Generation Z. Personliga påhopp kan yttra sig i negativa kommentarer kopplade till utseende och beteende. Förövare riktar i högre grad in sig på känsliga områden hos flickor så som kroppsvikt. Likväl genomsyras sociala medier av samhällets förlegade syn på kvinnan där flickan objektiviseras och bedöms även utifrån sitt beteende (Garcia-Moya et al., 2014). Den negativa hälsoutvecklingen hos unga flickor födda i Generation Z kan förklaras med en större mental påverkan då trakasserier, hot och mobbning via sociala medier tenderar att vara mer personligt riktade. Vidare går hälsoriskerna i varandra och tenderar att yttra sig i en kedjereaktion samtidigt som Berne et al. (2014) och Garcia-Moya et al. (2014) menar på att redan utsatta flickor löper större risk att bli utsatta även via sociala medier vilket gör det svårt att se ett tydligt samband mellan orsak och verkan. De personliga påhopp och sexuella anspelningarna utifrån bilder leder ofta till en sämre självkänsla och en felaktig kroppsbild. Hälsoriskerna tenderar att gå i varandra, en sämre självkänsla kan leda till depression. Depressionen i sin tur kan leda till självskadebeteenden och självmordstankar vilket tydliggör den folkhälsovetenskapliga relevansen och behovet av förebyggande åtgärder.

Myndigheten för ungdoms- och civilrättsfrågor (2014) påtalar oron och rädslan hos flickor födda i Generation Z för att andra i avseende att vara elaka lägger upp bilder på dem via framförallt Snapchatt, Instagram, Facebook och Youtube. Ofta läggs bilderna upp med elaka kommentarer, det finns även exempel på hur evenemang och profiler har skapats i egenskap av att utsätta en individ för skada (Friends, 2016; MUCF, 2014). Vidare finns en rädsla och oro för att andra ska sprida bilder och filmer vidare vilka endast är avsedda för vänner. Den konstanta oron och rädslan i kombination med krav om att vara den perfekta flickan utifrån samhällets normer och värderingar samt familj, skola och vänner krav bidrar till flera hälsorisker. Ytterligare en faktor som kan förklara rädslan och oron skulle kunna vara flickors medvetenhet om att det är olagligt att sprida bilder via sociala medier utan tillåtelse (Friends, 2016) men att rättsväsendet inte har resurser att utreda och domen ofta blir till flickors nackdel (Wennstam, 2002).

Garcia-Moya et al. (2014) lyfter fram vikten av att känna en samhörighet och vara en del av ett sammanhang för att minska de psykosomatiska besvären med användandet av sociala

medier. Att känna samhörighet och vara en del av ett sammanhang är viktigt men inte helt enkelt hos flickor i tonåren då tonårstiden till stor del karaktäriseras av ett sökande efter en egen identitet och en samhörighet. Det är inte ovanligt att flickor i tonåren byter umgängeskrets flertalet gånger (Folkhälsomyndigheten, 2016a). Att söka sin identitet och samhörighet kan för flickan innebära ett uppbrott från en tillhörighet för att söka sig till ett nytt vilket skulle kunna innebära en ökad risk för psykosomatiska besvär. Vidare visar Friends (2016) på att exkludering på sociala medier även är ett vanligt fenomen bland flickor födda i Generation Z. Det skapas via framförallt KiK men även Facebook och Instagram gruppchattar för exempelvis klasser vilka redan utsatta flickor exkluderas från (Friends, 2016; Muf.se, 2014). Likväl verkar det vara vanligt hos flickor att de direkt utesluter varandra vid osämja. Flickor verkar visa missunsamhet och avundsjuka gentemot andra flickor mer genom negativa kommentarer, trakasserier och hot. Unga flickor är anmärkningsvärt således både förövare och offer (Berne et al., 2014). En förklaring kan vara att flickor i större grad mår sämre IRL utifrån sina livsvillkor och genom sociala mediernas anonymitet och för vuxna en relativt dolda arena, kan få utlopp för det.

Fridh et al. (2015) belyser vikten av att få socialt stöd av huvudsakligen föräldrar och vänner för att minska hälsoriskerna hos unga flickor vilka är aktiva på sociala medier. Även Garcia-Moya et al. (2014) betonar vikten av föräldrars betydelse för att unga flickor ska få en känsla av sammanhang och samhörighet inte enbart för att påverkas mindre utan även för att minska risken att bli utsatt. Trots att litteraturöversikten inte haft till syfte att omfatta föräldrars påverkan har det i flertalet artiklar poängterats att majoriteten av utsatta flickor lever med endast en förälder (Einberg, 2015; Fridh et al., 2015; Liu et al., 2016). En möjlig förklaring till att hur flickornas boendemiljö kan ses som ett samband vad gäller sociala mediernas påverkan på hälsan, kan vara att de inte får samma möjlighet till stöd som jämnåriga boendes med båda sina föräldrar. Ytterligare en förklaring skulle kunna vara att de sedan tidigare mår sämre och med det är mer utsatta (Berne et al., 2014)

Trots de hälsorisker vilka verkar vara vanliga hos flickor aktiva på sociala medier, födda i Generation Z tycks det även finnas hälsovinster. Att kunna knyta kontakter med likasinnade via sociala medier över hela världen kan ses som positivt för den unga flickan. Möjligheterna att hitta likasinnade ökar. Framförallt för flickor vilka känner ett utanförskap IRL kan umgänget på sociala medier kompensera för det och bidra till en samhörighet vilken skulle kunna öka välbefinnandet. Positiva kommentarer och respons på sociala medier har setts öka

självförtroendet och stärka självkänslan hos flickor vilket talar för att sociala medier inte enbart utgör en hälsorisk.

För att säkerställa att de sociala medierna verkligen är en källa till hälsorisker och inte enbart en utlösande faktor krävs vidare forskning. Framför allt bör vidare forskning fokusera på sambanden mellan faktorer inom flickors generella livsvillkor och sociala medier för att kunna avgöra om de sociala medierna ligger till grund för ökad sårbarhet hos flickor födda i Generation Z. Vidare kan sociala medier även vara en källa till hälsovinster då de även kan minska utanförskap och öka självkänslan hos unga flickor. Det krävs ytterligare forskning om hälsovinsterna vilka skulle kunna leda till lyckade insatser riktade direkt till flickorna på sociala medier.

Insatser bör syfta till att angripa problemet utifrån dess karaktär istället för arena genom att öka kunskapen hos vuxna. Ett ytterligare förslag på insats skulle kunna vara att de vuxna får ta del av unga flickors erfarenheter och kunskaper kring sociala medier.

Slutsats

Syftet med litteraturöversikten var att undersöka några hälsorisker vilka flickor i åldern 11 till 17 år födda i Generation Z har utsatts för via sociala medier. Flickor födda i Generation Z tycks utsättas för hälsorisker via sociala medier. Hälsoriskerna är en kombination av flickors generella levnadsvillkor och användandet av sociala medier. Hälsoriskerna flickor utsätts för via sociala medier tenderar att påverkas av varandra så som att dålig självkänsla kan leda till depression men även tvärtom. Sociala medier är en förlängning av samhället och trakasserier på sociala medier kan likställas med traditionell mobbning. Kunskap om hur sociala medier påverkar unga flickor födda i Generation Z saknas hos vuxna.

Referenser

- Aboujaoude, E., Savage, M.W., Starcevic, V., & Salame, W.O. (2015). Cyberbullying: Review of an Old Problem Gone Viral. *Journal of Adolescent Health, 57*(2015), 10-18. doi: 10.1016/j.jadohealth.2015.04.011
- Bauman, S., Toomey, R.B., & Walker, J.L. (2013). Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students. *Journal of Adolescence, 36*(2013), 341-350. doi: 10.1016/j.adolescence.2012.12.001
- Beckman, L., Hagqvist, C., & Hellström, L. (2012). Does the association with psychosomatic health problems differ between cyberbullying and traditional bullying? *Emotional and Behavioural Difficulties, 17*(3-4), 421-434. doi: 10.1080/13632752.2012.704228
- Berne, S., Frisen, A., & Kling, J. (2014). Appearance-related cyberbullying: A qualitative investigation of characteristics, content, reasons, and effects. *Body Image 11*(2014), 527-533. doi: 10.1016/j.bodyim.2014.08.006
- Dunkels, E. (2016). *Nätmobbing, näthat och nätkärlek – kunskap och strategier för en bättre vardag på nätet*. Stockholm: GOTHIA utbildning.
- Einberg, E-L., Lidell, E., & Clausson, E.K. (2015). Awareness of demands and unfairness and the importance of connectedness and security: Teenage girls' lived experiences of their everyday lives. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being, 10*. doi: 10.3402/qhw.v10.27653
- Folkhälsomyndigheten. (2016a). *Skolprestationer, skolstress och psykisk ohälsa bland tonåringar*. Hämtad 2016-04-28, från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationer/Skolprestationer-skolstress-och-psykisk-ohalsa-bland-tonaringar/>
- Folkhälsomyndigheten. (2016b). *Barn och ungas uppväxtvillkor*. Hämtad 2016-03-10, från <http://www.folkhalsomyndigheten.se/amnesomraden/livsvillkor-och-levnadsvanor/folkhalsans-utveckling-malomraden/barn-och-ungas-uppvaxtvillkor/>

Forsberg, C., & Wengström, Y. (2013). *Att göra systematiska litteraturstudier: värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning*. Stockholm: Natur & Kultur

Fridh, M., Lindström, M., & Rosvall, M. (2015). Subjective health complaints in adolescent victims of cyber harassment: moderation through support from parents/friends – a Swedish population-based study. *BMC Public Health*. 15(949). doi: 10.1186/s12889-015-2239-7

Friends. (2016). *Friends nätrapport 2016*. Stockholm: Friends

Garcia-Moya, I., Suominen, S., & Moreno, C. (2014). Bullying Victimization Prevalence and Its Effects on Psychosomatic Complaints: Can Sense of Coherence Make a Difference? *Journal of School Health*. 84, 646-653.

Landstedt, E., & Persson, S. (2014). Bullying, Cyberbullying, and mental health in young people. *Scandinavian Journal of Public Health*. 42, 393-399. doi: 10.1177/1403494814525004

Liu, H-C., Liu, S-I., Tjung, J-J., Sun, F-J., Huang, H-C., & Fang, C-K. (2016). Self-harm and its association with internet addiction and internet exposure to suicidal thought in adolescents. *Journal of the Formosan Medical Association*. (2016), 1-8. doi: 10.1016/j.jfma.2016.03.010

Meier, E.P., & Gray, J. (2014). Facebook Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girls. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 17(4), 199-206. doi:10.1089/cyber.2013.0305

Meurling, B. (2003). *Varför flickor? Ideal, självbilder och ätstörningar*. Lund: Studentlitteratur.

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor. (2014). *Nätkränkningar – Svenska ungdomars normer och beteenden*. Hämtad 2016-05-09, från <http://www.mucf.se>

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor. (2015). *När livet känns fel – ungas upplevelser kring psykisk ohälsa*. Hämtad 2016-05-09, från <http://www.mucf.se>

Newsom, J.S. (Författare och Regissör). (2011). *Miss Representation* [Film]. USA: Girl's Club Entertainment

Pellmer, K., Wramner, B., & Wramner, H. (2012). *Grundläggande folkhälsovetenskap*. Stockholm: Liber

Richards, D., Caldwell, P., & Go, H. (2015). Impact of social media on the health of children and young people. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 51, 1152-1157. doi: 10.1111/jpc.13023

Sourander, A., Klomek, A. B., Ikonen, M., Lindroos, J., Luntamo, T., Koskelainen, ... Helenius, H. (2010). Psychosocial Risk Factors Associated With Cyberbullying Among Adolescents – A population based study. *Arch Gen Psychiatry*. 67(7), 720-728. doi:

Turner, A. (2015). Generation Z: Technology and Social Interest. *The Journal of Individual Psychology*, 71(2), 103-113. doi: 10.1353/jip.2015.0021

Ungdomsstyrelsen. (2012). *Utsatt? Unga, sex och internet*. Hämtad 2016-04-10, från <http://www.muuf>

Wennstam, K. (2012). *Flickan och skulden – en bok om samhällets syn på våldtäkt*. Stockholm: Månocket

Whittemore, R. & Knafl, K. (2005). The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, 52(5), 546-553. doi: 10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x

World Medical Association. (2013). *WMA Declaration of Helsinki – Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects*. Hämtad 2016-05-25, från <http://www.wma.net/en/30publications/10policies/b3/>

Bilaga 1

Tabell 3 tematisering av valda artiklar utifrån innehåll

Artikel	Psykosomatiska besvär	Självförtroende Självkänsla	Utanförskap Rädsla	Kroppsbild Ätstörningar	Depression Ångest	Självskadebeteende Själv mord
Bauman et al.					X	X
Berne et al.		X		X		
Beckman et al.	X					
Einberg et al.		X	X		X	
Fridh et al.	X					
Garcia-Moya et al.	X		X			
Landstedt et al.	X			X	X	
Liu et al.			X	X		X
Meier et al.				X		
Sourander et al.	X		X			