



**LUNDS**  
**UNIVERSITET**

Socialhögskolan

# **”hej jag e typ deprimerad”**

**En etnografisk studie om ungdomars interaktion kring  
psykisk ohälsa på internet**

Av: Amanda Petersson

Kandidatuppsats (SOPA 63)

vt 2015

Handledare: Gabriella Scaramuzzino

# Abstract

Author: Amanda Petersson

Title: “Hi I’m kind of depressed” - An Ethnographic Study of Adolescents’ Interaction Concerning Mental Illness on the Internet [Translated title]

Supervisor: Gabriella Scaramuzzino

Assessor: Torbjörn Hjort

The aim of this study has been to examine how adolescents interact concerning mental illness on the Internet. I have spent time on one of the largest Internet forums that adolescents use in Sweden and looked at the comments that were published in 2014. An ethnographic method has allowed me to see the interaction from the adolescents’ point of view and through hidden observations I have been able to observe the interaction without the potential impact of my presence. My intention has been to reach a further understanding of the interaction. In my analysis I have used both Goffman’s theory (1963/2011) on stigma and Cohen’s (1985) theory on communities in which he describes them as symbolically constructed. This study shows that adolescents choose the Internet to interact and discuss around their mental health problems because it allows them to avoid stigmatization. Through interaction concerning diagnosis, medication and suicide the adolescent’s form a sense of community. One conclusion is that adolescents tend to use the Internet forum for self-help.

Keywords: Adolescents, Mental Health, Mental Illness, Internet, Community, Interaction, Identity

## Förord

Jag vill rikta ett stort tack till Gabriella Scaramuzzino för både den handledning jag fått men även för sin tidigare forskning som inspirerat mitt arbete samt öppnat upp ett intresse för etnografiska studier på Internet. Vidare vill jag också tacka Hanna-Liisa Juntti och Linnea Möller, ni har alltid stått ut och trott på mig även då jag inte själv gjort det. Lycka till i Stockholm, ni är bäst!

# Innehållsförteckning

<b>1. Problemformulering</b> .....	<b>1</b>
<b>2. Syfte och frågeställningar</b> .....	<b>2</b>
<b>3. Kunskapsläget</b> .....	<b>3</b>
Psykisk ohälsa.....	3
Psykisk ohälsa och Internet .....	3
Gemenskap .....	4
Identitet.....	5
<b>4. Teori</b> .....	<b>6</b>
Stigma och stigmatisering .....	6
<i>Stigmatiseringsprocessen</i> .....	6
<i>Stigmatisering och gemenskap</i> .....	7
Den symboliska konstruktionen av gemenskap.....	8
<i>Gemenskap</i> .....	8
<i>Symboler</i> .....	9
<b>5. Metod och metodologiska överväganden</b> .....	<b>9</b>
Metodval.....	9
Etnografisk studie på Internet.....	10
Observation: öppen eller dold?.....	11
Urval .....	12
Tillförlitlighet .....	13
Analytiskt tillvägagångssätt.....	14
Forskningsetiska överväganden.....	15
<b>6. Analys och resultat</b> .....	<b>17</b>
Vad har du för diagnos?.....	19
<i>Symboliken bakom diagnosen</i> .....	19
<i>Hej, mitt namn är bipolär. Vad heter du?</i> .....	20
<i>Att må dåligt på riktigt</i> .....	21
Benzo, ssri och 100 mg.....	23
<i>Riktiga mediciner eller sockerpiller</i> .....	23
<i>Jag och mina tabletter</i> .....	24

<i>Gemenskap</i> .....	24
Den mest drastiska lösningen .....	26
<i>Vill jag dö eller orkar jag bara inte</i> .....	27
<i>Det är normalt att vilja dö</i> .....	27
<b>7. Avslutande diskussion</b> .....	<b>29</b>
Stöd eller ”stöd” .....	29
Diagnosens betydelse .....	30
<b>8. Referenslista</b> .....	<b>31</b>

# 1. Problemformulering

I Sverige mår barn och ungdomar generellt sätt bra vilket det är viktigt att komma ihåg. Dock finns det vissa aspekter av hälsa där en oroande trend utvecklats. Den psykiska hälsan hos ungdomar har enligt Folkhälsomyndigheten (2014, s. 65) sedan slutet på 1990-talet försämrats och tre gånger så många uppger symptom så som oro, ångest och problem vid insomning. Ytterligare indikatorer som pekar mot en ökning av psykisk ohälsa är att allt fler vårdas på sjukhusinrättningar och att självmordsstatistiken bland unga stiger (Folkhälsomyndigheten 2014, s. 77). Ungdomar som under uppväxten besvärats av psykisk ohälsa löper stor risk att även i vuxen ålder få problem med psykiska sjukdomar (Socialstyrelsen 2013, s. 74). Studier visar att individer med psykisk ohälsa i större utsträckning hamnar utanför arbetsmarknaden, får ekonomiska problem, har ett bristande socialt nätverk och en sämre fysisk hälsa (Lundberg, 2010).

I dagsläget finns det inga entydliga förklaringar till den ökade psykiska ohälsan bland ungdomar men en allt tuffare arbetsmarknad, en ökad stress i samhället samt en ökad individualisering uppges vara tänkbara faktorer (Folkhälsomyndigheten 2014, s. 66; SOU 2006:77, s. 16). Allt mer ansvar läggs på individen när det gäller att söka stöd vilket kan medföra att de som behöver det mest inte alltid har resurser till det.

Psykisk ohälsa är inte heller ett entydigt begrepp och skiljelinjen mellan vad som betraktas vara hälsa respektive ohälsa är diffus (SOU 2006:77, s. 49). Symptom kan uppfattas på olika sätt och det någon inte ser som problematiskt kan leda till stort lidande hos någon annan. Det är bland annat denna diffusa bild av psykisk ohälsa som leder till att ungdomar blir osäkra på om deras problem är tillräckligt allvarliga att söka hjälp för (Barnombudsmannen 2014, s. 41). Ungdomar kan känna en rädsla för att inte bli tagna på allvar samt sakna tilltro till att någonting kommer att hjälpa dem (Deane, Rickwood & Wilson 2010, s. 36). Ytterligare hinder som står i vägen för ungdomars hjälpsökande är att psykisk ohälsa fortfarande är något som är skuld- och skambelagt (Barnombudsmannen 2014, s. 41). Psykisk ohälsa ses som något avvikande vilket i sin tur kan leda till stigmatisering (Goffman 1963/2011, s. 10). Ungdomar som mår dåligt söker således inte alltid hjälp genom de traditionella vägarna utan hittar istället egna strategier för att få stöd och de primära alternativen finns numera på Internet (Umeå

universitet 2015). Internet erbjuder en möjlighet till anonymitet vilket kan ses som en förklaring till varför just Internet blir en arena för sociala interaktioner kring psykisk ohälsa (Karlsson & Thörn 2013, s. 254).

Forskningen om det stöd som förekommer på Internet är fortfarande begränsad men Simon Lindgren, professor i sociologi vid Umeå universitet, fick under början av 2015 ett projektbidrag av Vetenskapsrådet. Projektet *Hur kan kunskap om självorganiserat socialt stöd på Internet ligga till grund för framtida interventioner för unga människor med psykisk ohälsa* förväntas bidra med kunskap som också ska kunna användas för att utveckla framtida interventioner (Umeå universitet 2015). Det behövs således mer kunskap om ungdomars interaktion på Internet kring psykisk ohälsa, inte minst då majoriteten av sveriges ungdomar spenderar 2-3 timmar på Internet varje dag (Statens Medieråd 2013). Ungdomar saknar en etablerad position i samhället och kan behöva stöd för att deras intressen ska tillvaratas. Målet med denna studie är att bidra med kunskap om ungdomars verklighet i relation till den interaktion som sker på Internet kring psykisk ohälsa. Det är ungdomarnas liv som beörs och deras perspektiv är nödvändigt för en förståelse av den interaktion som sker till följd av den stigmatisering de i samhället utsatts för. Interaktionen jag vill titta närmre på handlar om de sätt ungdomarna närmar sig varandra, hur de på forumet ömsesidigt påverkar varandra genom kommunikation. Vidare kommer jag också beröra det samspel som sker, detta eftersom att interaktion till stor del utgörs av detta.

## 2. Syfte och frågeställningar

Syftet med denna studie är att undersöka ungdomars interaktion kring psykisk ohälsa på ett Internetforum med fokus på diagnoser, mediciner och självmord samt att utforska denna interaktion i relation till stigmatisering.

För att uppnå syftet med studien har två frågeställningar formulerats:

1. Hur interagerar ungdomarna på forumet kring psykisk ohälsa?
2. På vilket sätt påverkar stigmatiseringen interaktionen?

### 3. Kunskapsläget

Detta kapitel kommer beröra kunskapsläget kring det forskningsområde min studie faller inom. Efter att ha utformat relevanta sökord har jag primärt använt mig av LUB-search samt Libris för att söka existerande forskning. Sökorden har varit *psykisk ohälsa, ungdomar, gemenskap, Internet, identitet, kollektiv identitet, stigmatisering, forum, anonymitet, mental health, adolescents, community, Internet, identity, collective identity, stigmatization, forums och anonymity*. Det finns idag ett brett spektrum av forskning som berör Internet, social interaktion, gemenskap och psykisk ohälsa. Jag har valt att kort redogöra för valda delar av den forskning som har relevans för min studie vilket inkluderar studier om bland annat psykisk ohälsa, gemenskap samt identitet.

#### Psykisk ohälsa

Det finns en rad studier om psykisk ohälsa (se t.ex. Lundberg 2010; Erdner 2006) i vilka det framkommer att psykisk ohälsa i stor utsträckning påverkar individens livsvillkor negativt. Psykisk ohälsa kan bland annat leda till ett begränsat socialt nätverk, ett minskat deltagande på arbetsmarknaden och kan medföra en känsla av utanförskap. Psykisk ohälsa kan ses som ett samlingsbegrepp för en rad oönskade mentala hälsotillstånd. Dessa kan vara av varierande karaktär och kännetecknas av milda som såväl allvarliga symptom (Vilhelmsson, 2014). Symptomen skapar någon form av lidande hos personen och kan i vissa fall vara av sådan art att de uppfyller de kriterier som finns för specifika diagnoser. Det finns även studier (se t.ex. Ohlsson 2009; Högberg, 2010) som fokuserar på diagnosers roll när det kommer till psykisk hälsa. En studie (se t.ex. Lassinantti, 2004) diskuterar hur diagnoser kan ses som samhällets distinktion mellan vad som tillåts vara endel av det normativa och det som inte gör det.

#### Psykisk ohälsa och Internet

Det finns ett fåtal studier om psykisk ohälsa och Internet (se t.ex. Fergie, Hilton & Hunt 2012; Greenfielt & Subrahmanyam 2008) som diskuterar anledningarna till varför ungdomar väljer att interagera kring psykiska problem på Internet. Internet finns tillgängligt hela tiden och ger ungdomarna en möjlighet att få svar på sina frågor indirekt genom att ta del av andras frågor och svar (ibid).



I en rapport från forskningsprojektet *Att uttrycka det svåra online* fokuserar t.ex. Margareta Aspán och Cecilia Löfberg (2011, s. 34) på ungdomars upplevelser av att söka information och stöd på Internet. I rapporten framkommer det att möjligheten att kunna prata om sina känslor hemifrån över internet och således anonymt bidrar till att ungdomarna vågar uttrycka det som de inte hade vågat tala om utanför Internet. Möjligheten att berätta om sina känslor utan att få en direkt respons på det som sägs beskrivs också vara av betydelse då ungdomarna upplever det som avdramatiserande. Rapporten visar också hur att chatta med någon som bryr sig upplevs vara lugnande och gör att de får stöd i att se på sin situation ur ett annat perspektiv (Aspán & Löfberg 2011, s. 37).

Precis som Aspán och Löfberg (2011, s. 34) beskriver Kate Davis (2012, s. 1534 f.) i sin studie från Bermuda att Internet används som en plattform för diskussion kring känsliga frågor. Detta då ungdomar anser det vara lättare att öppna upp sig på Internet. Enligt Davis (ibid) kommunicerar även de som är vänner utanför Internet hellre online eftersom ingen kan avläsa vad man tänker och känner utifrån kroppsspråket vilket kan uppfattas som skrämmande.

## Gemenskap

I och med att det är många som idag interagerar med varandra på Internet finns det flera studier (Se t.ex. Josefsson 2007; Gillian, Hunt & Shona Hilton 2012) som visar att interaktion på Internet genom erfarenhetsutbyte och socialt stöd kan utveckla känsla av gemenskap. Jeanette Sjöberg färdigställde 2010 en avhandling med syfte att undersöka hur ungdomar skapar gemenskap på en chatt. Sjöbergs (2010) studie genomfördes med hjälp av observationer på ett chattrum som tillhör en svensk ungdomssajt och pågick under tre år. Sjöberg (2010, s. 105 ff.) beskriver olika tillvägagångssätt ungdomarna använde sig av för att skapa gemenskap på chatten. Mycket handlade om att positionera sig likadant. Smakpreferenser beträffande populärkultur, attityder gentemot samhället och vilket språkbruk som användes var några av de saker som ledde till ökad gemenskap. Möjligheten att relatera och förstå varandra uppfattades som viktigt. Något som ofta förekom var att ungdomarna gjorde en så kallad självvattack, detta innebar att ungdomarna tillskrev sig själva negativa epitet. Sjöberg (2010, s.125 ff.) menar att detta kan vara ett sätt att skapa gemenskap på om flera av ungdomarna tänker likadant om sig

själva, de kan då identifiera sig med varandra. Vidare kan det också tolkas som ett sätt att vinna sympatier, något som i sin tur öppnar upp för kommunikation.

Ytterligare komponenter för gemenskap är inkludering och exkludering. Med hjälp av de normer och koder som ungdomarna tillsammans skapar dras det gränser för vilka som får tillhöra eller inte (Sjöberg 2010, s. 98). Då en grupp tydligt tar avstånd från en annan och inte vill förknippas med den stärks känslan av samhörighet.

## Identitet

Det har bedrivits mycket forskning kring hur social interaktion och gemenskap är med och utvecklar en individs identitet. Det finns exempelvis studier som diskuterar hur sociala nätverk på Internet har blivit en ny kontext där ungdomar i samspel med andra kan utveckla sin identitet (se t.ex. Davis 2013). Interaktionen på Internet präglas av att användarna presenterar sig själva med hjälp av profiler, bilder och beskrivningar av sin person. Utifrån detta får de respons vilket bidrar till identitetsskapande (se t.ex. Hallberg 2014; Spies Sharpiro & Margolin 2014). På dessa sociala nätverk kan ungdomar interagera med många människor samtidigt och detta sker på olika sätt. Ungdomarna ges då en möjlighet att experimentera i sökandet och skapandet av sin identitet. Detta är inte enbart något positivt då ungdomsperioden präglas av en stor osäkerhet och yttre påverkan kan få för stor betydelse (Se t.ex. Davis 2013; Anderson & McCabe 2013, s. 242).

Anna Johansson (2011, s. 241 ff.) har genomfört observationer på Internetforum med syfte att undersöka identitetsskapande kring självskadebeteende. Hon beskriver att en identitet bland annat skapas genom ett symboliskt upprätthållande av gränslinjer gentemot andra människor eller grupper. Av studien framkommer det att ungdomarna vågar visa sin egentliga identitet på Internetforumet och genom detta kan identifiera sig med varandras berättelser. Ungdomarna speglar då varandra vilket bidrar till identitetsutveckling. Johansson (ibid) beskriver att det på Internetforumet i stor utsträckning fokuseras på det de anser sig ha gemensamt vilket leder till att det kan uppfattas som homogent.

Vid en genomgång av kunskapsläget finns det viss forskning om ungdomars interaktion kring psykisk ohälsa på Internet. Studierna har särskilt fokuserat på anledningarna till

varför ungdomar söker sig till Internet och vad som kan bidra till en känsla av gemenskap. Det finns också forskning kring hur interaktionen är med och formar ungdomarnas identitet. Trots detta är kunskapen fortfarande begränsad och då det blir ett allt mer aktuellt ämne behöver vidare studier genomföras. I min studie har jag observerat interaktionen om psykisk ohälsa mellan ungdomar på ett Internetforum och då valt att fokusera specifikt på diagnoser, medicinering och självmord. Då psykisk ohälsa ses som något stigmatiserat kommer studien även beröra stigmatisering och om huruvida den påverkar interaktionen.

## 4. Teori

Min analys kommer att baseras på både Goffmans (1963/2011) teori om stigma och Cohens (1989) teori om att gemenskap är symboliskt konstruerat. Dessa teorier möjliggör en djupare analys av interaktionen mellan ungdomarna och kommer fungera som stöd för slutsatser jag gör. Vidare kommer jag även att redogöra för teoriernas relevans för denna studie.

### Stigma och stigmatisering

Begreppet stigma går historiskt sett att härledas tillbaka till grekerna och det syftade då på yttre attribut samt moral som uppfattades vara avvikande. Goffman (1963/2011, s. 10 ff.) urskiljer sedan olika former av stigma: kroppsliga missbildningar, stambetingande egenskaper och brister i personligheten. Det sistnämnda involverar bland annat psykiska avvikelser och självmordsförsök vilket innebär att begreppet stigma blir intressant i relation till min studie.

#### *Stigmatiseringsprocessen*

Vi människor har en benägenhet att kategorisera varandra då det underlättar det för oss att förstå vår verklighet. Vid ett första intryck skapas det förväntningar på hur den andra individen ska bete sig utefter de rådande normerna som gäller för den kategori vi placeerar individen. Goffman (1963/2011, s. 10 ff.) använder begreppet *virtuell identitet* för att beskriva detta vilket innebär de egenskaper individen tillskrivs enbart baseras på de föreställningar som finns. Då individens *faktiska identitet* och egenskaper kommer till känna uppstår det en distinktion mot det förväntade vilket leder till att individen upplevs

vara avvikande. Det är utifrån detta *stigma* skapas och grundar sig alltså i ett avvikande från det normativa i en negativ bemärkelse (ibid). I dagens samhälle råder det väldigt starka normer kring god psykisk hälsa. Vi förväntas vara lyckliga, besitta en positiv livsinställning och må bra. Att drabbas av psykisk ohälsa ses därför som något avvikande trots det faktum att det är oerhört vanligt, inte minst bland ungdomar där problematiken ökar (Folkhälsomyndigheten 2014, s. 65). Inom alla gemenskaper skapas det specifika normsystem (Goffman 1963/2011, s. 156). Detta innebär att det som uppfattas som avvikande i samhället kan exempelvis på ett forum uppfattas som någonting normalt.

### *Stigmatisering och gemenskap*

Individer som tillhör en stigmatiserad grupp har en stor benägenhet att söka sig till de som tillskrivits samma stigma (Goffman 1963/2011, s. 28 ff.). De är sympatiskt inställda gentemot varandra och kan agera som moraliskt stöd. Då stigmat ses som något naturligt tillåts gruppmedlemmarna att tala fritt om det utan att exkluderas och kan således få vara sig själva. Ett likartat stigma innebär ofta liknande erfarenheter, dels på grund av att ett stigma uppstår utifrån vissa attribut men även att dessa i sin tur varit med och format individen (ibid). Då berättelserna kan se likartade ut finns det dock enligt Goffman (1963/2011, s. 29) en risk att de blir uttjatade och att medlemmarna blir uttråkade av dem. Vidare beskriver Goffman (1963/2011, s. 108) att individer med samma stigma räknar med att få stöd av varandra, detta för att undvika att andra lägger märket till stigmat och de kan få passera som normala.

Även om gemenskapen inom den stigmatiserade gruppen kan vara stärkande finns det även ett motstånd till gruppen då den i grunden inte är självvald. Stundtals kan individen känna ambivalens inför gruppmedlemskapet och då välja att ta avstånd från den. Goffman (1963/2011, s. 118) menar att individer inom stigmatiserade grupper kan behandla de som de anser vara stigmatiserade i större utsträckning än sig själva på samma sätt som de normala behandlar dem. Detta kan exempelvis ske då individen betar sig för stereotyp och bekräftar de negativa attribut gruppen tillskrivits (ibid).

## Den symboliska konstruktionen av gemenskap

Cohens teori om den symboliska konstruktionen av gemenskap publicerades 1985 i en kontext utan Internet. Detta medför att de resonemang som teorin bygger på kan tyckas vara svåra att applicera på dagens samhälle då interaktion i stor utsträckning sker på Internet. Det här kan vara bra att ha i åtanke eftersom att Internet möjliggör nya former av interaktion. Vidare kan också interaktionen innan Internets genomslag ha sett annorlunda ut. Mitt val av denna teori grundar sig på något som Cohen (1985, s. 13) tar upp då han beskriver gemenskaper som just symboliskt konstruerade. Min tolkning av detta är att kontexten till viss del spelar en betydande roll men att det centra är subjektiva upplevelser, något som också existerar på Internet. De gränslinjer Cohen (1985, s. 13) beskriver går att härleda till Goffmans (1963/2011, s. 156) teori om stigma då båda berör aspekter som exempelvis inkludering och exkludering.

### *Gemenskap*

Gemenskap är enligt Cohen (1985, s. 51) inte något som skapas utifrån strukturer i samhället vilket innebär att det finns andra förklaringar till varför det skapas. Detta är något intressant i relation till min studie då exempelvis många forum benämner sig själva med det engelska ordet Communitys vilket på svenska översätts till just gemenskap. Det är således inte konstigt att de som vänder sig till sådana forum förväntar sig just gemenskap och även tycker sig uppleva det.

Cohen (1985, s. 12) beskriver att en *gemenskap* är det som existerar inom gränslinjer som dragits mot något annat. Till skillnad från tidigare sociologer menar Cohen (1985, s. 70) att gränslinjerna är relationella och inte objektiva vilket innebär att de kan dras på olika sätt. De beskrivs också vara subjektiva vilket kan leda till oklarhet då de blir mindre tydligare för utomstående. Ett Internetforum är t.ex. en arena där individer kan bli medlemmar genom att själva registrera sig som det, ett medlemskap innebär att individen placeras inom de gränslinjerna som forumets administratör skapat. Utifrån Cohens (1985, s. 98 ff.) teori kan administratören ha en bild av att det råder gemenskap på forumet samtidigt som dess medlemmar kan ha andra uppfattningar, gränslinjerna har då dragits olika. Gränslinjer är nödvändiga för interaktion och är med och skapar gruppens identitet (Cohen 1985, s. 12).

## *Symboler*

Gränslinjerna som skapas utformas av symboler och den symboliska aspekten av gemenskap är att det avgörande är vad de tillskrivs (Cohen 1985, s. 13). Symboler i sig innehåller ingen betydelse utan får det genom subjektiva föreställningar om dess innebörd.

En av de symboler som vi använder oss mest av är språket och det är också det som jag i min studie främst riktat in mig på. Detta då det är just interaktionen genom skrivna inlägg på ett Internetforum som bildar min empiri. Cohen (1985, s. 73) beskriver att ett delat vokabulär kan leda till att medlemmarna tror att de förstår varandra, samtidigt kan ord ha olika betydelse för olika medlemmar. Detta innebär att interaktionens innehåll kan uppfattas på vitt skilda sätt. Detta gäller även beteenden då de kan uppfattas olika beroende på vilka egna erfarenheter medlemmarna har, de tillskrivs således subjektiva betydelser vilket även påverkar interaktionen. För att kunna fånga dessa subjektiva betydelser krävs det en metod som tillåter mig att komma så nära ungdomarna som möjligt.

## 5. Metod och metodologiska överväganden

I detta kapitel kommer jag inledningsvis att beskriva och diskutera det metodval som gjorts. Metodens för- respektive nackdelar kommer tas upp samt metodvalets relevans för de frågeställningar jag ämnar besvara. Vidare kommer jag att föra en diskussion om den urvalsprocess som skett och de etiska ställningstaganden som gjorts.

### Metodval

Samhällsvetenskaplig forskning har under en lång tid präglats av naturvetenskaplig forskning och har således i stor utsträckning utgått ifrån kvantitativa metoder (Ahrne & Svensson 2011, s. 13). Kvantitativa metoder fastställer samband vilka ofta är förankrade i siffror (ibid). Sedan 1950-talet har det dock växt fram en kritik mot detta då undersökningar av den här karaktären tenderade att förbise de nyanser som finns i mänskligt beteende. Den kvalitativa forskningen kan bidra med kunskap om dessa nyanser då den snarare fokuserar på skapandet av förståelse än förklaringar kring samhälleliga fenomen. Den sociala interaktionen mellan människor, förutsättningar för relationsskapande

och förhandling kring vilka normer som ska råda är exempel på fenomen vilka kan fångas med stöd av en kvalitativ metod (ibid). Kunskap om ungdomars användande av Internetforum går bland annat att hitta i den interaktion som sker. I relation till min studie sker interaktionen genom publicerade inlägg som berör kring psykisk ohälsa.

Utifrån detta och de frågeställningar jag formulerat anser jag att en kvalitativ metod är mest lämplig. Studien är inte ämnad att bidra med förklaringar kring interaktionens omfattning utan ska möjliggöra en detaljerad förståelse för den.

Vid forskning används det olika metoder för insamlande och skapande av den empiri som behövs för att kunna besvara syftet med studier (Ahrne & Svensson 2011, s. 22). En kvalitativ metod passar bäst för min studie då jag i så stor utsträckning som möjligt vill kunna sätta mig in i ungdomarnas situation, det vill säga hur det är att som ung idag interagera kring psykisk ohälsa med andra i liknande situationer på Internet. Enligt Bryman (2011, s. 362) värdesätter många kvalitativa forskare möjligheten att inta undersökningspersonens roll för att på så sätt ta del av det kunnande de har om sig själva. Min empiri till denna studie består av de inlägg som ungdomar publicerat på ett Internetforum. Genom att se dessa i sin kontext och ta del av den respons de får, eller inte får, går det att observera hur interaktionen ser ut. Det språk ungdomarna använder kan enligt Ahrne och Svensson (2011, s. 23) spegla deras tankar, känslor och upplevelser.

### Etnografisk studie på Internet

Etnografiska forskare är främst intresserade av mänsklig interaktion och bedriver sin forskning på de platser som detta sker. Den tekniska utvecklingen har medfört att endel etnografer valt att förflytta sig till Internet då allt mer interaktion sker där. Internet har blivit ett allt mer intresseväckande forskningsfält eftersom kulturer och normsystem också uttrycks online och har en direkt inverkan på människors liv, inte minst då allt mer tid spenderas där (Daneback & Månsson 2008, s. 154 ff.). Etnografiska studier användes till en början av socialantropologer vilka spenderade långa perioder inom specifika kontexter för att på så sätt få tillgång till olika gruppers kulturer. Information om interaktionen mellan individerna samt de normsystem de skapar kan med en etnografisk metod kartläggas (Bryman 2011, s. 379). Inledningsvis präglas etnografiska studier av

en öppenhet kring vad som specifikt ska undersökas, genom att utforska miljön kan forskaren skapa sig en uppfattning om vad som utmärker sig inom kulturen och sedan utgå från det. Forskaren ges också en möjlighet att studera hur gemenskapen ser ut och är även med och påverkar den genom att välja vad som ska inkluderas respektive exkluderas.

Internet är ingen homogen miljö vilket betyder att det finns skillnader mellan hur olika platser ser ut och fungerar. Chattar och hemsidor är inte utformade på samma sätt och interaktionen sker utifrån olika förutsättningar. Kommunikation över chattar sker i realtid medan den på hemsidor, exempelvis forum, tillåter fördröjning (Daneback & Månsson 2008, s. 154). Bryman (2011, s. 379) menar att det inom etnografisk forskning läggs mycket fokus på kontexten. Utformningen på det forum jag kommer använda mig av är av betydelse för min kommande analys. Detta då utformningen styr bland annat vilka som får publicera och läsa inlägg.

Då inläggen är skrivna på ett forum finns det mer tid för eftertanke innan publicering eftersom att exempelvis ett svar på en fråga inte behöver komma direkt utan kan skrivas vid ett senare tillfälle. Vidare går det också båda att radera och redigera inläggen i efterhand, något som det för mig är viktigt att ha i åtanke då det kan förändra interaktionen.

### Observation: öppen eller dold?

För att kunna fånga interaktionsmönster är det vanligt att använda sig utav olika former av observationer (Ahrne & Svensson 2011, s. 23; Bryman 2011, s. 588).

Observationer kan vara öppna eller dolda och de olika alternativen medför en rad möjligheter men även begränsningar. Vid en öppen observation är undersökningspersoner medvetna om att studien äger rum och forskaren kan ges insyn och tillåtas bli en del av gemenskapen (Bryman 2011, s. 378 ff.). För att få möjligheten till att göra detta krävs det dock att tillträde till miljön ges och då också under en längre tidsperiod vilket kan vara svårt att få. Vid öppna observationer finns det en överhängande risk att forskaren, även om den förhåller sig passivt, påverkar undersökningspersonerna och således även forskningsresultatet (ibid).

Detta är något som kan undvikas genom användandet av en dold observation. Inte minst vid internetforskning då forskaren ges en unik möjlighet att vara närvarande utan att



undersökningsspersonerna får vetskap om detta (Scaramuzzino 2012, s. 47). Tillträdet till miljön är obegränsat så länge den existerar och då interaktionen finns publicerad är det enkelt att gå tillbaka till det som observerats för att exempelvis komplettera med ytterligare information. Förutom de etiska aspekterna kring dolda observationer på Internet är också insamlandet av empiri något som kan uppfattas som problematiskt. Det finns ofta väldigt mycket data att tillgå vilket medför svårighet vad gäller urval (ibid)

För att kunna samla in empiri till min studie och få tillgång till ett så äkta material som möjligt valde jag att genomföra en dold observation. Min närvaro påverkade inte interaktionen och jag tilläts observera den utifrån de premisser som generellt sätt råder. Min roll som forskare har i enighet med det kvalitativa metodvalet präglas av en närhet till undersökningsspersonerna (Ahrne & Svensson 2011, s. 21). Detta ses dock inte bara som något positivt enligt Ahrne och Svensson (ibid) eftersom att forskaren då enklare kan känna empati för undersökningsspersonerna. Något som i sin tur kan påverka studiens tillvägagångssätt som såväl resultat. Vid genomförandet av denna studie spenderade jag mycket till på Internetforumet och fick möjligheten att ta del av många ungdomars livsberättelser. För att undvika att observationerna skulle styras av empati fick jag kritiskt granska mig själv och ständigt ha ett tydligt fokus på interaktionen mellan ungdomarna. Vidare lämnas en stor valfrihet till forskaren gällande bland annat teoretiska utgångspunkter och urval av undersökningsspersoner. Det urval forskaren gör ska inte styras av annat än de formulerade forskningsfrågorna och det är viktigt att kritiskt granska det.

## Urval

Det empiriska materialet till denna studie består av inlägg på ett Internetforum för ungdomar. Då syftet med studien är att analysera hur ungdomar interagerar kring sin psykiska ohälsa har jag börjat med att undersöka vilka Internetsajter som just nu är de mest populära. För att göra detta använde jag mig av sökmotorn Google och genom att använda sökorden *ungdomar* och *Internetforum* listades ett flertal forum. Därefter valde jag ett av dem som hade ett av de mest aktiva forumen, antalet inlägg och antalet nystartade trådar per dag styrde mitt val av forum. När detta urval gjorts riktade jag in mig på att välja ut en lämplig tråd på Internetsajtens forum och kom då i kontakt med den jag valde att använda mig av. Väl där började jag läsa de senast publicerade inläggen vilket gjorde mig intresserad av att utforska dem vidare.

Tråden som denna studie baserats på startades redan 2004 och har således existerat i över 10 år. I dagsläget innehåller den nästan 2500 sidor med uppemot 50000 inlägg. Det är således inte möjligt att inom den avsatta tidsperioden inkludera alla dessa inlägg. För att kunna genomföra en djupare analys har jag valt att avgränsa mig till de inlägg som publicerats under 2014, detta för att få fram aktuell data. Vidare har jag gjort ett urval bland dessa och valt ut de som berör diagnoser, medicinering och självmord. Detta för att det var återkommande teman som det också skedde mest interaktion kring. För att kunna analysera interaktionen mellan ungdomarna har även inlägg i anknytning till ovanstående teman inkluderats i studien, detta för att de inte ska tas ut ur sitt sammanhang utan placeras i rätt kontext. Detta har varit viktigt eftersom att det är interaktionen på just detta Internetforum som ska observeras. Tydliggörs inte kontexten går det inte att tolka studiens resultat vilket leder till att studien i slutändan saknar betydelse.

## Tillförlitlighet

Trovärdighet, överförbarhet, pålitlighet samt en möjlighet till att styrka och konfirmera en studie uppger Bryman (2011, s. 352 ff.) vara delkriterier för att en studie ska bli tillförlitlig.

Trovärdighet handlar om att de som tar del av studien ska uppfatta texten och de resultat som återges trovärdiga. För att uppnå detta är det viktigt att studien förhåller sig till andra beskrivningar av fenomenet och tydligt klargör varför den egna studiens resultat är att föredra, det gäller att övertyga läsaren. Information kring att forskningsprocessen gått rätt till stärker trovärdigheten då det bidrar till att läsaren själv kan värdera innehållet (ibid). Under forskningsprocessen har jag fört en regelbunden dokumentation för att säkerställa att jag kan återge hur jag gått tillväga. Vidare kan trovärdigheten också fastställas genom återkoppling till undersökningspersonerna för att ta del av deras synpunkter på studien och huruvida de uppfattar att den speglar deras situation. Eftersom jag har använt mig av en dold observation har jag inte kunna göra detta utan har fått finna andra vägar för att uppnå tillförlitlighet. Framför allt genom att skapa en tydlig kontext som läsaren kan placera studien i.

Vid kvalitativa studier ägnar sig forskaren åt att undersöka en mindre population eller ett tydligt avgränsat område. Kontexten för det fenomen som ska undersökas är således tydligt avgränsat. Bryman (2011, s. 355) beskriver överförbarhet som ett kriterium för att stärka tillförlitligheten. Detta innebär att studiens resultat ska kunna generaliseras till en större population. Ahrne och Svensson (2011, s. 28 f.) skriver att det är svårt att använda resultat från kvalitativa metoder på det sättet och att en empirisk generalisering inte är möjlig. Istället beskrivs kvalitativa forskare vara intresserade av att använda sig utav resultatet på liknande situationer i en kontext som liknar den vilken studien genomförts i. Vidare tar Ahrne och Svensson (ibid) upp en annan form av generaliserbarhet, den teoretiska. De resultat som genereras härleds snarare till allmänna teorier och begrepp än till specifika fall. Utifrån de observationer jag genomfört har jag fått kunskap om hur interaktionen mellan ungdomarna ser ut och har sedan kunnat placera in denna kunskap i ett teoretiskt sammanhang. Min studie kommer bland annat att beröra stigmatisering och hur det uppkommer vid ett avvikande från normen. Stigmatiserade individer tenderar enligt Goffman (1963/2011, s. 32) att dras till andra med samma stigma vilket Internetforumet kan vara ett exempel på. Med utgångspunkt i min observation har jag således kunnat generalisera mitt resultat till en befintlig teori.

En studie är också beroende utav dess pålitlighet, läsaren ska få möjligheten att ta del av forskningsprocessen för att få en bild av hur den genomförts. Forskaren ska således på ett tydligt och begripligt sätt redogöra för de beslut som tas, föra en diskussion kring dessa och utförligt beskriva sitt tillvägagångssätt (Bryman 2011, s. 355). En studie ska inte präglas av forskarens egna uppfattningar eller värderingar och det är viktigt med ett objektivt förhållningssätt. Genom att styrka och konfirmera sina resonemang med stöd i tidigare forskning ökar tillförlitligheten då det tydliggörs att det inte är subjektiva åsikter (ibid).

### Analytiskt tillvägagångssätt

I min analys har jag växelvis använt mig av ett induktivt och ett deduktivt angreppssätt (Bryman 2011, s. 28 ff.). Vid ett induktivt angreppssätt utgår forskaren från sina observationer och resultat för att i efterhand applicera de teorier som kan tänkas bli användbara. I min studie växte tre tydliga teman fram, diagnoser, medicinering och självmord. Dessa fick vara med och styra ett första teorival. Vid ett deduktivt angreppssätt utgår

forskaren istället från teori och formulerar därefter hypoteser. Hypoteserna styr sedan datainsamlingen och beroende på studiens resultat kommer de antingen bekräftas eller förkastas (ibid). Inledningsvis präglades mig analys främst av det induktiva angreppssättet men efterhand då jag fick mer kunskap och förståelse för forumet blev jag intresserad av att utgå från mina teorier och se vad det skulle ge för resultat. Jag har således både utgått från de teorier jag valt och applicera dessa på mina observationer men även kommit till att härleda mina resultat till teoretiska begrepp.

### Forskningsetiska överväganden

Jag har som stöd för min etiska diskussion valt att använda mig av vetenskapsrådets fyra forskningsetiska principer. Då dessa inte utformats i relation till forskning på Internet har jag även tillämpat ytterligare litteratur som kan komplettera vad gäller de etiska aspekterna jag förhållit mig till. Vetenskapsrådet (2014) fastställer fyra grundläggande krav vilka ställs på forskning som bedrivs kring människor. Dessa är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet.

Informationskravet innebär att undersökningspersonerna ska informeras om att studien bedrivs, vad syftet med den är och varför detta är ett ämne värt att forska kring. Vidare bör undersökningspersonernas roll klargöras samt vilka villkor de ställer upp på, de ska också få information om att deltagandet är frivilligt. De ska således veta att de kan välja att dra sig ur när som helst under forskningsprocessen. I relation till den dolda observation jag genomfört blev denna princip omöjlig att beakta, forskningskravet ställdes mot individsskyddskravet och jag har ansett att forskningskravet vägt tyngre. Dessutom är det ett stort omlopp av besökare på Internetmiljöer vilket leder till praktiska svårigheter (Sveningsson, Lövheim & Bergquist 2003, s. 179). Den andra principen är samtyckeskravet, deltagarna ska själva få bestämma över sin medverkan och lämna sitt samtycke. Är undersökningspersonerna under 15 år ska vårdnadshavaren tillfrågas då Vetenskapsrådet (2014) beskriver forskning om barn och ungdomar som ett känsligt ämne. Vid de tillfällen deltagarna aktivt medverkar i studien ska ett samtycke alltid inhämtas. På det Internetforum jag undersökte framkom det inte hur gamla ungdomarna var om de inte själva valde att berätta det. Vid de tillfällen ungdomarna gjorde det uppgav alla en ålder över 15 år. Jag kan dock inte utesluta att några av de andra ungdomarna var under

15 år. Då studien inte undersöker specifika individer utan Internetforumet generellt och att en anonymisering skett har jag trots detta valt att genomföra studien.

Samtyckeskrauet blev liksom informationskrauet svårt att uppfylla. För att ett samtycke ska kunna inhämtas krävs det att undersökningspersonerna har vetskap om att studien bedrivs. I min studie har jag använt mig av en dold observation, undersökningspersonerna har således inte vetat om att de deltar i studien vilket innebär att de inte heller kunnat lämna samtycke till sin medverkan.

Konfidentialitetskrauet innebär att de personuppgifter som forskaren inhämtar ska sekretessbeläggas och användas varsamt. Undersökningspersonerna ska inte kunna identifieras av utomstående eller letas upp med hjälp av den information som används i studien. Många använder sig utav användarnamn som inte är kopplade till sitt egentliga namn vilket underlättar det för forskaren att värna om individens integritet. Dock använder sig ofta individer samma användarnamn på flera hemsidor vilket innebär att anonymiteten inte kan tas för given (NESH, 2014). För att värna om ungdomarnas integritet har jag i min studie valt att anonymisera användarnamnen, då studiens primära syfte är att undersöka interaktionen ser jag inte detta som något problematiskt då en anonymisering inte leder till att studiens resultat förändras. Likaså gäller namnet på Internetforumet.

I de fall forskaren väljer att använda sig av citat hämtat ur empirin måste det ske en avvägning om detta är lämpligt i relation till innehållets känslighet. Ibland går det att spåra ett citat med hjälp av sökmotorer vilket kan leda till att individens identitet röjs. De gånger detta blir aktuellt kan forskaren byta ut några ord i citatet och på så sätt undvika det. I NESH (ibid) framkommer det att forskaren har ett ansvar för att detta sker utan att citatet förvrängs och innehållet ändras.

I min studie hade jag först tänkt använda mig av direktcitat men också av citat där jag bytt ut ord. Den aspekt jag framförallt tänkte utgå ifrån var huruvida citatet gick att spåra till användaren eller inte. Långa citat är mer specifika vilket innebär att de enklare kan spåras till användaren medan kortare citat ofta varit av sådan karaktär att en sökning inte direkt leder till användaren. Vid längre citat tänkte jag således ändra ord medan kortare medan de mer generiska citaten skulle använts utan någon förändring. Min in-

ställning kring detta ändrades under analysens gång då citatens innehåll till viss del fick en ny betydelse vid användandet av teori samt i relation till tidigare forskning. De citat som förekommer i analysen är således inte direkta och jag har använt mig av sökmotorn Google för att kunna säkerställa att de är tillräckligt förändrade.

Den inhämtade informationen får enligt nyttjandekravet enbart användas i studiens vetenskapliga syften och får inte lämnas ut till någon utomstående. Det empiriska materialet ska efter avslutad studie inte heller sparas.

Avslutningsvis är det viktigt att reflektera kring huruvida information på Internet bör ses som offentlig eller privat. Bryman (2011, s. 610) beskriver att det hänsynstagande kring de etiska aspekterna forskaren behöver ta står i relation till detta. Forskaren måste vara införstådd med att det kan råda en skillnad mellan vad som faktiskt är privat och det som uppfattas vara det (NESH, 2014). På Internet är det svårare att dra gränser mellan det offentliga och privata och individer inom samma kontext kan uppfatta det på olika sätt. I min studie har jag använt mig av inlägg som det går att ta del av utan att det krävs någon registrering eller inloggning på hemsidan. Detta beskrivs vara etiskt försvarbart i högre utsträckning. Individernas förväntningar på att det ska vara privat är då inte lika stora som om medlemskap krävts (ibid). Trots detta har jag många gånger behövt reflektera kring de etiska aspekterna gällande denna studie och har vid tillfällen känt mig tveksam, exempelvis gällande ovissheten kring ungdomarnas ålder. Genom att beakta forskningsprincipen och individsskyddsprincipen har jag funnit stöd i behovet av forskning kring ungdomars interaktion på Internet och den anonymisering som skett för att värna om ungdomarnas integritet.

## 6. Analys och resultat

Inledningsvis kommer jag att beskriva det Internetforum använt mig av, detta då kontexten spelar en betydande roll för kvalitativa studier och inte minst då de förhåller sig etnografiskt. Internetforumet riktar sig till ungdomar vilket framkommer av dess namn men även av startsidan. Vidare dyker det ibland upp undersökningar som medlemmarna får möjlighet att besvara, vid dessa tillfällen nämns olika ålderskategorier som medlemmarna på forumet kan välja bland. Den högsta ålder som går att välja är 18 vilket

också är en indikator på dess målgrupp. Forumet saknar någon specifik inriktning och behandlar en mängd olika ämnen i diverse trådar. Stämningen på forumet präglas generellt sett av ett trevligt klimat. För att kunna läsa inlägg på forumet behövs ingen inloggning men för att publicera inlägg är detta ett krav.

Den kommande analysen inleds med en kort beskrivning av hur interaktionen på forumet generellt sett ser ut mellan ungdomarna för att skapa en överblick och bidra med en förståelse för kontexten. Därefter kommer jag gå in på de teman jag valt att beröra mer specifikt och dessa är diagnoser, medicinering och självmord. Genom att fokusera på dessa har jag kunnat se att det skrivs mycket om det på forumet vilket förmodligen inte är någon slump utan snarare ett resultat av stigmatiseringen kring detta i samhället.

I den tråd min observation genomförts uppmuntrar trådskaparen i det första inlägget medlemmarna till att berätta hur det mår och välkomnar även motiveringar. Det framkommer inte specifikt att tråden är ägnad åt berättelser om psykisk ohälsa men majoriteten av den interaktion som sker kretsar ändå kring detta ämne.

Här skriver medlemmar hur de mår just nu. Beskrivningar är välkomna. Jag mår ganska bra. Har tränat ett tag och börjar se resultat:)

Ungdom 1

En möjlig förståelse till varför tråden tagit den riktning den gjort, går att hitta i tidigare forskning som visar att ungdomar hellre pratar om sin psykiska ohälsa online (Davis 2012). I samhället råder det starka normer kring psykisk hälsa och ett bra mående värderas högt. Psykisk ohälsa kan ses som motsatsen till detta och är ett oönskat och avvikande tillstånd vilket ungdomarna hanterar genom att vända sig till forumet.

i fortsättningen kommer jag inte visa dåligt mående för andra utanför forumet, då dömer jag mig själv för det, och det är ett löfte. Inget ska från och med nu riskera relationer jag som betyder mycket för mig

Ungdom 2

## Vad har du för diagnos?

Ungdomarna på forumet interagerar mycket kring diagnoser vilket framkom under den tid jag spenderade där. Det verkar tillhöra normaliteten att ha en diagnos och det ses inte som något avvikande. Ungdomarna är öppna med vilka diagnoser de har vilket är en bidragande orsak till att det har blivit normaliserat, att ha en diagnos ses som en naturlig del av livet. Det som i samhället är stigmatiserat och ses som något avvikande kan på forumet istället bidra till gemenskapen. Goffman (1963/2011) beskriver att något som ses som ett negativt attribut inom en kontext kan tillskrivas något positivt i en annan.

### *Symboliken bakom diagnosen*

Interaktionen mellan ungdomarna på forumet sker genom publicerade inlägg. De ord de använder får stor betydelse för interaktionen eftersom de kan styra åt vilken riktning interaktionen ska ta. Språket är således en viktig symbol, något som ungdomarna kan vara mer eller mindre medvetna om. För att kunna förstå hur ungdomarna interagerar kring diagnoser är det väsentligt att undersöka vad det tillskrivs diagnoserna för betydelse. Detta då Cohen (1985, s. 12) beskriver att symboler i sig inte berättar vad de betyder utan att det är något som uppstår i de subjektiva tankarna.

Något som ofta förekommer är att ungdomarna berättar att de har en diagnos, de nämner den vid namn utan att förklara vad den innebär. Beskrivningar av dess kriterier eller vilka symptom som kan kopplas till den återfinns inte. Trots detta kan interaktion kring diagnoserna ske vilket tyder på att det förväntas att ungdomarna redan vet vad de innebär. När de beskriver hur diagnoserna påverkar deras liv bemöts de med igenkänning, möjliga skillnader nämns inte i kommunikationen utan utesluts. Många av de svar som publiceras går nästan att förutse eftersom att de följer det samspelsmönster som råder. Språket spelar en stor roll som symbol då en förståelse för de diagnoser som nämns öppnar upp för en möjlighet till gemenskap. Interaktionen grundar sig på en upplevd förståelse av att de talar om samma sak. Diagnoser har visserligen vissa kriterier som ska vara uppfyllda men kunskapen om dem leder inte till att ungdomarna kommer åt varandras subjektiva känslor. Diagnoser kan även yttra sig på många olika sätt.

vad har du för sjukdom? Om du vill berätta

Ungdom 3



På forumet är det vanligt att ungdomarna vill veta vad de andra ungdomarna har för diagnoser. För att få den informationen kan de exempelvis fråga varandra. När dessa frågor ställs ges det svar på frågan utan något ifrågasättande kring varför detta skulle vara intressant att veta. Detta kan bero på att ungdomen som får frågan själv anser att diagnosen har betydelse vilket resulterar i att interaktionen återskapar och förstärker betydelsen. Johansson (2011) beskriver att återskapandet spelar en stor roll för upplevelsen av gemenskap eftersom att symbolerna i sig saknar betydelse. För att gränslinjen ska kunna upprätthållas krävs det således att de fortlöpande tillskrivs mening.

*Hej, mitt namn är bipolär. Vad heter du?*

Internet ge ungdomarna en unik möjlighet att utforska och experimentera med sin identitet. De tillåts att själva välja hur de presenterar sig för varandra och kan på olika sätt visa vilka de är (Anderson & McCabe 2013.) Det finns inte några ungdomar som använder sina egentliga namn eller har profilbilder som föreställer sig själva. Istället för dessa möjligheter att presentera sig själva presenterar sig ungdomarna på forumet sig snarare med sin diagnos.

hallå, jag tror att jag är deprimerad? Men har inte berättat för någon för då skulle folk bara ta avstånd från mig... det är det sista jag behöver för så skulle jag känna mig ännu mer ensam

Ungdom 5

välkommen till forumet

Ungdom 6

Anonymiteten leder till att ungdomen istället för att dölja sin diagnos väljer att träda in i gemenskapen med den. Diagnosen går att likna vid en nyckel till gemenskap med de andra ungdomarna på forumet. Det går att tolka det som att ungdomen är medveten om att en diagnos krävs för att bli inkluderad på forumet och tillskriver en sådan till sin identitet. För att snabbt komma in i gemenskapen tar ungdomen därför till den strategin vilket visar sig fungera då ungdomen välkomnas till forumet.

Skapandet av en identitet sker i samspel med andra människor (se t.ex. Johansson 2011, s. 241) vilket innebär att ungdomarnas interaktion med varandra kring diagnoser bidrar till detta. Det framkommer att möjligheten till anonymitet spelar en stor roll i detta eftersom att de på forumet kan visa sin faktiska identitet och inte utgå från den virtuella som de förhåller sig till i samhället. På forumet använder sig ungdomarna av användarnamn vilket innebär att deras identitet utanför inte avslöjas. De kan därför öppna upp sig inför varandra i en miljö som inte påverkar deras liv utanför forumet. Att vänner, familj och andra personer i ungdomarnas närhet ska få reda på hur de *egentligen mår* går genom interaktionen på forumet att undvika. Detta uppges vara önskvärt eftersom att de bland annat inte tror att de kommer bemötas med en förståelse utan bli utstötta.

jag är fortfarande inte okej med att man skriver något av mina irl-namn [...]

Ungdom 7

En ungdom berättar genom sin önskan att inte få *sitt irl-namn* utskrivet att det är viktigt att identiteten utanför forumet inte avslöjas. Några av de mest aktiva användarna har träffats utanför forumet och har således mer kunskap om varandra än den de delat med sig av på forumet. Det finns en risk att den information som delats utanför forumet publiceras av någon annan ungdom och det råder vissa spänningar kring detta. Vid de tillfällena det skett har den annars sympatiska stämningen blivit ansträngd och spänningarna tyder på att anonymiteten värderas högt. Generellt sätt är dock ungdomarna hänsynstagande mot varandras känslor inför detta. Tidigare forskningsresultat pekar på att just möjligheten till anonymitet är en av de anledningarna till att ungdomar väljer att söka sig till Internet (Aspán & Löfberg 2010, s. 34; Davis 2012, s.1534).

### *Att må dåligt på riktigt*

Ungdomarna vill ha kunskap om huruvida deras mående är normalt eller inte i relation till samhället, något en diagnos kan bidra med (Lassinantti, 2004). Då det visat sig att diagnoser är viktiga symboler för gemenskap är det inte konstigt att interaktionen som sker ofta är en del av sökandet efter en diagnos. Det framkommer i tidigare forskning (Se t.ex. Rickwood & Wilson 2010) att ungdomar i stor utsträckning är rädda att inte bli

tagna seriöst. Fastställandet av en diagnos kan därför spela en betydande roll och bekräfta att det dåliga måendet faktiskt existerar och är något som bör tas på allvar.

Det händer att ungdomarna interagerar kring diagnoser utifrån ett diagnostiskt perspektiv vilket innebär att de vänder sig till varandra för att få svar på sina funderingar. Forumet blir således även en plats där de kan interagera fritt kring svåra frågor.

måendet skiftar väldigt mkt ena sekunden är jag lycklig andra sekunden vill jag dö är jag bipolär

Ungdom 8

Nä, vad jag vet (kan ju ha lärt mig fel), så är det där långt ifrån bipolaritet. Bipolaritet är längre perioder, av olika måenden som är svart på vitt. Dvs no worries för just den diagnosen, men ta ditt mående på allvar.

Ungdom 9

Av ovanstående citat framkommer det att diagnoser spelar en viktig roll i relation till huruvida den psykiska ohälsan ska tas på allvar eller inte. I ungdomarnas interaktion framställs en bipolär sjukdom som en tung diagnos som ungdomen nu inte behöver oroa sig för. Olika diagnoser värderas således olika utifrån hur allvarliga de upplever att de är. Sökandet efter en diagnos på forumet blir ett sökande efter möjligheten att få vara normal inom gemenskapen. Stigmatiseringen i samhället har varit en bidragande faktor till varför ungdomarna väljer att vända sig till forumet och eftersom att de flesta ungdomar på forumet uppger att de har en diagnos blir det normativt. Detta går att härleda till Goffman (1963/2011) som beskriver att det inom alla gemenskaper skapas egna normsystem som medlemmarna måste förhålla sig till.

Diagnosens position som legitimerande framkommer då ungdomarna hänvisar till den då de söker hjälp. Istället för att beskriva sitt mående använder de sig i stor utsträckning ofta av diagnoserna och jag har under mina observationer kunnat se detta som ett tydligt interaktionsmönster.

är på väg att få en ångestattack kan ngn prata med mig snälla

Ungdom 10

prata med mig

### Benzo, ssri och 100 mg

I samhället förväntas det att individer ska klara sig själva och användandet av mediciner är något stigmatiserat. Att behöva använda sig av mediciner för att kunna hantera sitt mående kan uppfattas som en brist i den personliga karaktären vilket går att härleda Goffman (1963/2011) då han uttrycker att just sådana brister är avvikande.

Precis som vid diagnoser tas mycket kunskap om mediciner för given och är en viktig symbol i relation till det gemenskapande och identitetsskapande som sker på forumet. Ungdomarna förväntas veta vad de olika medicinerna är för något, dess användningsområde, vilka doseringar som gäller samt vilka eventuella biverkningar som finns. För att kunna vara med i samspelet krävs det att ha kunskap om detta eftersom att man annars riskerar att bli exkluderad.

### *Riktiga mediciner eller sockerpiller*

Ungdomarnas användande av mediciner är på forumet utbrett och interaktion sker ofta kring huruvida de fungerar eller inte, vilka biverkningar de fått eller om de ska testa någon ny. Olika mediciner tillskrivs olika innebörd och det går att se att de rangordnas utefter hur tunga de anses vara.

frågar om medicin men får bara sockerpillren atarax

Samtidigt som ungdomen beskriver medicinen som sockerpiller nedvärderas den och således också de andra ungdomarna som använder den. Mår någon dåligt på riktigt kan den inte hjälpa och gör den det är det dåliga måendet bara en inbillning. Ungdomen uttrycker att den är i behov av starkare mediciner för att må bättre och förstärker därmed sitt eget behov av hjälp. Då en ungdom beskriver en medicin som antingen tung eller lätt blir det vägledande för hur de senare kommer till att interagera kring den och under mina observationer återfann jag inget publicerat inlägg rörande medicinen Atarax. Genom den kommunikation som sker påverkar ungdomarna varandra vilket i detta fall leder till att deras syn på medicinen förändras.

Johansson (2010) beskriver att det på forum ofta fokuseras på det individerna har gemensamt vilket bidrar till att gemenskapen stärks. Då en ungdom exempelvis uttrycker en stark åsikt om en medicin är det inget som leder till konfrontation eftersom det skulle kunna leda till meningsskiljaktigheter och att gränslinjerna beträffande gemenskapen blir ostabila.

### *Jag och mina tabletter*

På samma sätt som en diagnos bekräftar den psykiska ohälsan uppfattar jag det som att medicinering i sin tur kan bekräfta en diagnos. Detta framkommer då det inte bara är medicinen som sådan som spelar roll utan också den dos de tar. Generellt sätt är doseringen av mediciner individanpassad vilket ungdomarna på forumet inte beaktar utan det styrande blir hur många milligram de tar. Vidare så doseras olika mediciner olika vilket de inte heller talas om. Då en medicin nämns sker det ofta att någon annan ungdom frågar vilken dos de tar vilket också vittar att det spelar roll.

”100 mg?”

Ungdom 13

”40 mg”

Ungdom 14

”max är 50 mg”

Ungdom 14

I detta fall blir doseringen av betydelse och viktig då ungdomen direkt efter att ha publicerat ett inlägg publicerar ett till för att klargöra att den. Ungdomen poängterar att dosen ligger nära maxdosen vilket tyder på att en hög diagnos ses som något önskvärt. Interaktion kring dosering kan leda till identitetsutveckling eftersom att ungdomen väljer att presentera sig på ett visst sätt. Genom att försäkra sig om att den rätta doseringen nämnts försäkras sig ungdomen också att identiteten presenteras korrekt.

### *Gemenskap*

Ungdomarna på forumet interagerar ofta med utgångspunkt i de mediciner de tar och medicinerna blir således något som länkar dem samman. Mycket av den tidigare forskning jag tagit del av (se t.ex. Josefsson 2007; Sjöberg 2010) visar just på att gemenskap

i stor utsträckning grundas på föreställningar om liknande upplevelser och erfarenheter.

Bensodiazepiner som ungdomarna förkortar benso är den medicin som de flesta har en hat-kärlek till. Samtidigt som de säger att den är det som håller dem vid liv så har den också lett in dem på ett beroende det inte var tänkt att de skulle hamna i.

Tabletterna hjälpte massor nu mår jag bättre

Ungdom 15

Ytterligare exempel på detta följer nedan:

nu börjar jag med dubbel dos av medicinen som räddar mitt liv

Ungdom 16

jag har bedövat ångesten med benso (som jag fått på recept) för länge och idag kände jag sådan hemsk abstinens att jag var villig att ta mitt liv.

Ungdom 16

Ungdomarna tenderar att härleda ett bättre mående enbart till medicineringen och det framkommer att de har en stark tilltro till den. Istället för att se förändringen något som de aktivt varit med och bidragit med väljer de sig att se medicinen som en räddare. Den identitet ungdomarna skapat på forumet stämmer inte överens med ett bra mående och för att fortfarande inkluderas i gemenskapen kan medicinen bli en stark symbol. Av citaten ovan framkommer det att en ungdom tillskriver medicinen både en hjälpande och stjälpande funktion och det går att se spår av ambivalens.

Många av ungdomarna har väldigt bra kunskaper om mediciner. Forumet kan ibland uppfattas som ett uppslagsverk där olika mediciner nämns.

Vilken sömnmedicin är att föredra om man har problem (underdrift) med att hålla sömnen? Tar Imovane, theralen och circadin. Ska prata med läkarna om detta men det är aktuellt först på måndag. Om nån har nåt tips till mig är jag väldigt tacksam, behöver soooooova

testat propavan ihop med imovane?

Istället för att vända sig till sin läkare väljer ungdomarna att vända till varandra. Goffman (1963/2011) beskriver att stigmatiserade individer vill undvika att avslöja sitt stigma utan gör vad de kan för att dölja det. Interaktionen mellan ungdomarna leder till att de inte behöver söka information utanför forumet och kan således passera som normala. Deras faktiska identitet behöver således inte ge sig till känna utan den virtuella som passar in i samhällets normsystem blir den framträdande utanför forumet.

### Den mest drastiska lösningen

Själv mord är i samhället något stigmatiserat och lika så samtal kring det. Inte minst om de kretsar kring egna tankar om att vilja avsluta sitt liv. På forumet är det ett förekommande ämne och själv mord beskrivs som en lösning på problem de anser vara omöjliga att hantera. De gånger ungdomarna uttrycker en önskan om att avsluta sina liv handlar det snarare om en önskan att inte vilja leva mer än att faktiskt vilja dö. Under hela 2014 då de inlägg som tillhör mitt urval publicerats innehåller inte något inlägg med några direkta själv mordsplaner, inte heller sker det någon provocerande interaktion med mål att uppmuntra någon till att avsluta sitt liv. Goffman (1963/2011) beskriver att individer med likartat stigma tenderar att fungera som moraliskt stöd vilket kan vara en förklaring till detta då flertalet av ungdomarna interagerar kring frågor rörande själv mord.

Inlägg gällande själv mord kan publiceras utan att de får någon respons. Detta beror på att det på forumet inte är något avvikande att fundera mycket kring det samt att själv ha eller ha haft tankar på att begå själv mord. Eftersom att det inte ses som avvikande kan många inlägg kring själv mord publiceras vilket också kan leda till att det för ungdomarna blir tröttsamt att läsa om det. Goffman (1963/2011) beskriver att detta är något som kan förekomma bland individer med samma stigma eftersom de ofta har liknande erfarenheter vilket innebär att deras berättelser till stor del liknar varandra. Inläggen kan utifrån detta ses som upprepanande och snarare väcka irritation som leder till att respons uteblir.

### *Vill jag dö eller orkar jag bara inte*

Även om begreppet självmord i viss mån används på forumet är det ofta ersatt av andra ord. Uttryck som att skjuta sig eller att inte orka tillhör de vanligare. Det sistnämnda är väldigt diffust vilket symboler ofta är, något som gör att de är väldigt användbara då det subjektivt blir enklare att tillskriva dem betydelse (Cohen, 1958). Uttrycken ifrågasätts inte utan sprids bland ungdomarna och då de används frekvent blir de en del av det delade språket. Ett delat vokabulär kan enligt Cohen (1958) leda till en upplevd gemenskap, uttrycken kan dock betyda skilda saker för individerna vilket de inte alltid är medvetna om.

Jag orkar inte. Jag orkar faktiskt inte. Skjut mig i huvudet snälla [...]

Ungdom 20

Istället för att använda ordet självmord används det delade språket och ungdomens gemenskap till de andra ungdomarna på forumet förstärks. Ordet orka går att tolka som något jobbigt ungdomen måste uthärda, genom att inte längre göra det går det att undkomma det jobbiga. Något som kan upplevas som en befrielse.

### *Det är normalt att vilja dö*

Trots att många inlägg kring självmord inte får någon respons händer de också att de får det. Interaktionen mellan ungdomarna ser då likartad ut och präglas av ett moraliskt stöd. Ungdomarna kan uttrycka sig tydligt kring önskingar om att begå självmord men det är också något som förekommer implicit.

Jag bor på högsta våningen och tittar ibland jag balkongen och tänker på det som en utväg. Det gör mig rädd. Tror inte att jag skulle göra det men bara att tänker på det är skrämmande. Har det verkligen gått så långt?"

Ungdom 21

nejnejnejnej.

Ungdom 22

usch, känner mig så dum som berättar det här för folk som känner mig men tanker tanken ibland och ville bearbeta det på något sätt"



Ungdom 21

Mmm, jag kan förstå. Ventilera. Med tankar som dessa är hemska, skadliga. giftiga. Har varit i liknande perioder

Ungdom 23

Nej, det har det nog inte. Alla överväger vi det ibland, men om vi verkligen tankar göra det så håller vi det nog hemligt. Oroa dig inte över tankarna.

Ungdom 24

En ungdom uttrycker att den vill begå självmord, något som framkommer av det gemensamma språket de tillsammans skapat. Interaktionen som följer fungerar som normaliserande då de relaterar till egna erfarenheter. Detta kan vara ett sätt att lugna ungdomen eftersom att det avdramatiserar situationen. Den lugnande effekten bidrar till att ungdomen kan sansa sig och få en möjlighet till att se på sin situation ur ett annat perspektiv. Detta är även något som framkommer i tidigare forskning (Aspán & Löfberg 2011) där interaktion med någon som bryr sig beskrivs ha en positiv inverkan.

Ungdomens val att berätta om sina självmordstankar går också att ses som en form av det som Löfberg (2010) kallar för självattack. Ungdomen kallar exempelvis sig själv för dum och kan på så sätt vinna sympatier hos de andra vilket även kan leda till gemenskap eftersom att de andra ungdomarna också kan relatera till den dumhet som beskrivs. Det finns även ytterligare exempel på detta vilket kan bero på det att ungdomarna ofta har en negativ självbild.

Hade jag inte varit så äckligt feg hade jag varit död idag. Tanken på att få försvinna dyker upp hos mig alldeles för ofta. Vad fan är det som håller mig kvar, seriöst? Min existens är fullkomligt meningslös.

Ungdom 25

Också detta kan ses som självattacker då de nedvärderar sig själva. Det faktum att de fortfarande är vid liv ses inte som någonting positivt utan som ett misslyckande eftersom att det motsätter sig de önskningar de har. Då ungdomarna gör detta sker även en idealisering av självmordet då de beskriver det som något att strävar efter.

Drömde jag lyckats ta livet av mig denna gången. Jag vaknade, kände mig lättad. Jag trodde att jag var död och men när jag såg mig runt omkring tänkte sedan ”vafan?!” - insåg att jag bara drömt och inte alls lyckats - så jag började Jävla skit.

Ungdom 26

Det jag väljer att benämna som idealisering går att härleda till Löfgrens (2010) resonemang om att gemenskap kan uppstå då individer positionerar sig likartat. Detta är något ungdomarna gör då de båda väljer att se självmordet som en lösning.

## 7. Avslutande diskussion

Den psykiska ohälsan bland ungdomar ökar och i takt med det behöver nya interventioner tas fram, inte minst sådana som följer samhällsutvecklingen där ungdomar spenderar en allt större tid på Internet. Då psykisk ohälsa fortfarande är stigmatiserat blir Internet och dess möjlighet till bland annat anonymitet en möjlig plats för stöd. Att ungdomar uppskattar detta är något som framkommer av både tidigare forskning men också genom den interaktion jag observerat. Anonymiteten beskrivs som något väldigt positivt vilket jag ställer mig frågande till eftersom att egentligen är en konsekvens av en stark stigmatisering, något det inte går att komma ifrån. Även om min studie pekar mot att det just är stigmat som leder till gemenskap borde det finnas andra vägar till detta och de ska inte behöva söka sig till varandra som sista utväg.

Ungdomarnas interaktion på forumet utgörs i stor utsträckning av att de relaterar till varandras berättelser. Genom att göra detta påverkar de varandra och ett samspele mönster bildas. Detta innebär att ungdomarnas kommunikation till viss del blir förutsägbart i och med att svar tenderar att bli standardiserade. De är följsamma i relation till varandra och motsättningar undviks.

### Stöd eller ”stöd”

Ungdomarnas användande av internet som socialt stöd behöver inte bara innebära något positivt. Erfarenhetsutbytet och interaktionen kan även leda till att de påverkar varandra i negativ riktning, något som jag i min studie inte berört men som det också är viktigt att reflektera kring. Berättelser om självmord kanske kan leda till att ungdomar som tidigare inte tänkt på det som ett alternativ börjar göra det? De många beskrivningar som

görs av diagnoser kanske bidra till att ungdomar istället för att se sitt dåliga mående som en naturlig del av livet tänker att det måste vara relaterat till en diagnos.

## Diagnosens betydelse

Ungdomarna skriver som sagt mycket om sina diagnoser på forumet och det är intressant att se detta i relation till den funktion diagnoser är tänkta att fylla. Ur ett medicinskt perspektiv fungerar diagnoser som samlingsbegrepp för en rad olika symptom. En korrekt ställd diagnos kan sedan användas som stöd vid val av exempelvis behandlingsmetod och medicinering. Frågan är om ungdomar ser på sina diagnoser på samma sätt eller om de huvudsakligen används för att kunna relatera till varandra. Vidare går det också att föra en reflektion kring samhällets påverkan, diagnoser är ofta en nyckel till interventioner och krävs också exempelvis vid sjukskrivningar. De fyller således en viktig roll, en diagnos kan även ur ett samhällsperspektiv leda till att den psykiska ohälsan uppfattas som mer legitim.

Avslutningsvis så behövs det mer forskning om ungdomars interaktion på Internet, inte minst i relation till psykisk ohälsa. Vid forskning om barn och ungdomar är det enkelt att tappa barnets perspektiv utan istället utgå från barnperspektivet. Som jag nämner i mitt avsnitt om etik finns det vissa etiska dilemman vid forskning som rör barn vilket kan avskräcka forskare från att genomföra studier. Det vore intressant att använda variablerna psykisk ohälsa och internetanvändande för att se om de på något sätt hänger ihop då det i tidigare forskning framkommer att både den psykiska ohälsan bland ungdomar stiger och deras internetanvändande ökar.

Som ett sista tillägg vill jag inflika med att ungdomarna, trots att de interagerar kring svåra ämnen, lyckas få in endel humor. Något jag beundrar dem för.

Tror jag precis fick en endorfin eller två, ska spara dom till senare

Ungdom 27

## 8. Referenslista

- Ahrne, Göran & Svensson, Peter (2011) Att designa ett kvalitativt forskningsprojekt. I: Ahrne, Göran & Svensson, Peter (Red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Malmö: Liber.
- Anderson, Laurel & McCabe, Deborah (2013) A co-constructed World: Adolescent Self-Socialization on the Internet. *Journal of Public Policy & Marketing*, 31 (2): 240-253.
- Barnombudsmannen (2014) *Bryt tystnaden - barn och unga om samhällets stöd vid psykisk ohälsa*. Stockholm: Barnombudsmannen.
- Bryman, Alan (2011) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Andra uppl. Malmö: Liber.
- Cohen, Anthony Paul (1989) *The symbolic construction of community*. London: Routledge
- Davis, Katie (2012) Friendship 2.0: Adolescents' experiences of belonging and self-disclosure online. *Journal of Adolescence*, 35 (6): 1527-1536.
- Davis, Katie (2013) Young people's digital lives: The impact of interpersonal relationships and digital media use on adolescents' sense of identity. *Computers in Human Behavior*, 29 (6): 2281-2293.
- Deane, Frank, Caroline Wilson & Debra Rickwood (2007) When and how do young people seek professional help for mental health problems? *The Medical Journal of Australia*, 187 (7): 35-39
- Den nasjonale forskningsetiske komite for samfunnsvitenskap og humaniora (2014) *Etiske retningslinjer for forskning på Internett*.  
[<https://www.etikkom.no/globalassets/documents/publikasjoner-som-pdf/forskningsetiske-retningslinjer-for-forskning-pa-internett.pdf> Hämtat 2015-04-21]
- Erdner, Anette (2006) Berättelser om ensamhetens vardag hos människor med psykiska funktionshinder. Diss., Karolinska institutet.
- Fergie, Gillian, Kate Hunt & Shona Hilton (2012) What young people want from health-related online resources: a focus group study. *Journal of Youth Studies*, 15 (5): 579-596.
- Folkhälsomyndigheten (2014) *Folkhälsan i Sverige - Årsrapport 2014*. Solna: Folkhälsomyndigheten.
- Goffman, Erving (2011). *Stigma - Den avvikande roll och identitet*. (Richard Matz, övers.). Stockholm: Norstedts. (Original publicerat 1963)

- Greenfielt Patricia & Kaveri Subrahmanyam (2008) Online Communication and Adolescent Relationship. *The future of Children*, 18 (1): 119-140.
- Hallberg, Jonas (2014) *Adolescents in a Digital Everyday Environment*. Diss., Göteborg: Göteborgs universitet
- Högberg, Torbjörn (2010) *'Not in my backyard' - Public Attitudes Towards Mental Illness and People with Mental Illness Living in Sweden*. Diss., Karolinska institutet.
- Johansson, Anna (2011) Att skapa sig själv genom psykiatrin. Ett etnologiskt perspektiv på självskadares identitetskonstruktioner. *Socialmedicinsk tidskrift*, 88 (3): 240-248.
- Josefsson, Ulrika (2007) *Coping online - Patients' use of the Internet*. Diss., Göteborgs universitet
- Jönson, Håkan (2010) *Sociala problem som perspektiv. En ansats för forskning och socialt arbete*. Malmö: Liber.
- Karlsson, Urban & Marika Thörn (2013) Diskussionsforum på internet för hanteringen av emotionella frågor. *Socialmedicinsk tidskrift*, 90 (2): 252-260.
- Lundberg, Bertil (2010) *Erfarenheter av stigmatisering och diskriminering bland personer med psykisk sjukdom*. Diss., Lund: Lunds universitet.
- Löfberg, Cecilia & Margareta Aspán (2011) *Digitala erbjudanden - Ungas erfarenheter av information, stöd och samspel med vuxna online*. Stockholm: Stockholms universitet.
- Löfberg, Cecilia (2008) *Möjligheternas arena? Barns och ungas samtal om tjejer, killar, känslor och sexualitet på en virtuell arena*. Diss., Stockholm: Stockholms universitet.
- Ohlsson, Robert (2009) *Representationer av psykisk ohälsa - Egna erfarenheter och dialogiskt meningsskapande i fokusgruppsamtal*. Diss., Stockholms universitet.
- Scaramuzzino, Gabriella (2012) *Ethnography on the Internet – An overview*. I: Jacobsson, Katarina & Sjöberg, Katarina (Red.) *Pondering on methods - A variety of methodological concerns*. Lund: Lunds universitet.
- Sjöberg, Janette (2010) *Chatt som umgängesform - Unga skapar nätgemenskap*. Diss., Stockholms universitet.
- Socialstyrelsen (2013) *Barn och ungas hälsa, vård och omsorg 2013*. Stockholm: Socialstyrelsen
- SOU 2006:77. *Ungdomar, stress och psykisk ohälsa - Analyser och förslag till åtgärder*. Slutbetänkande av Utredningen om ungdomars psykiska hälsa.
- Spies Sharpiro, Lauren A & Gayla Margolin (2014) Growing Up Wired: Social Networking Sites and Adolescent Psychosocial Development. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 17 (1): 1-18

Strömbäck, Maria (2014) Skapa rum, ung femininitet, kroppslighet och psykisk ohälsa - genusmedveten och hälsofrämjande intervention. Diss., Umeå universitet.

Sveningsson, Malin, Mia Lövheim & Magnus Bergquist (2003) *Att fånga nätet - Kvalitativa metoder för Internetforskning*. Lund: Studentlitteratur.

Umeå universitet (2015) Kan självorganiserade aktiviteter på nätet hjälpa unga människor med psykisk ohälsa? Den 5 mars 2015.

[<http://www.umu.se/nyhet/.cid247948> Hämtat: 2015-04-06]

Vetenskapsrådet (2014). *Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning*.

[<http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf> Hämtat: 2015-03-30]