



LUNDS UNIVERSITET

Ekonomihögskolan

Institutionen för informatik

Sociala nätverkssidor och människans hälsa

En studie om unga användares interagerande med Snapchat

Kandidatuppsats 15 hp, kurs SYSK16 i Välj ett objekt.

Författare: August Mellnert

Handledare: Osama Mansour

Rättande lärare: Välj ett objekt.
Välj ett objekt.

Sociala nätverkssidor och människans hälsa: En studie om unga användares interagerande med Snapchat

ENGELSK TITEL: Social networking sites and people's well-being: A qualitative study of young users' interaction with Snapchat

FÖRFATTARE: August Mellnert

UTGIVARE: Institutionen för informatik, Ekonomihögskolan, Lunds universitet

EXAMINATOR: Christina Keller, Professor

FRAMLAGD: juni, 2020

DOKUMENTTYP: Kandidatuppsats

ANTAL SIDOR: 78

NYCKELORD: Interaktionsdesign, Sociala nätverkssidor, Snapchat, Interagera, Unga användare, Psykisk ohälsa

SAMMANFATTNING (MAX. 200 ORD):

Denna uppsats syfte är att undersöka huruvida unga användare interagerar på sociala nätverkssidor på ett sätt som påverkar psykisk ohälsa. Studien använder en kvalitativ metod och har en explorativ (upptäckande) ansats. Studien görs mot bakgrund av tidigare forskning som understryker att det behövs vidare studie om vad och hur ungdomar använder sociala nätverkssidor och hur detta påverkar ungdomars psykiska hälsa. I denna studien hämtas litteratur från två huvudsakliga teoriområden: interaktionsdesign och beteendeberoende. De centrala delarna i studiens teoretiska ramverk är fenomenen: skrollande, notifikationer, tempo och gamification. Det empiriska materialet är insamlat genom sju intervjuer med unga vuxna (20–25 år) som är dagliga användare av Snapchat. I studien konstateras att unga användare interagerar delvis med sociala nätverkssidor genom ett ”zombie” användande, ett initierande av notifikationer och zapande med en hög användartakt, vilket kan kopplas till användning som påverkar psykisk ohälsa.

Innehåll

1	Introduktion	2
1.1	Bakgrund.....	2
1.1.1	Problemformulering.....	4
1.2	Forskningsfråga.....	4
1.3	Syfte	5
1.4	Avgränsningar.....	5
1.5	Disposition	5
2	Teoretisk referensram	6
2.1	Introduktion.....	6
2.2	Skrollande	7
2.3	Notifikationer	8
2.4	Tempo	8
2.5	Gamification	9
2.6	Sammanfattning	10
3	Metod.....	12
3.1	Forskningsstrategi	12
3.1.1	Val av ansats	12
3.2	Val av studieobjekt	13
3.2.1	Om Snapchat.....	14
3.3	Insamling av material till studien.....	17
3.3.1	Respondenter.....	17
3.3.2	Intervjumetod	18
3.3.3	Bearbetning av material	19
3.4	Insamling av litteratur och tillämpning.....	20
3.5	Studiens hållbarhet och kunskapsbidrag	20
3.5.1	Reliabilitet och validitet.....	20
3.5.2	Etisk reflektion.....	21
4	Presentation av empiri	22
4.1	Introduktion.....	22
4.2	Attityder till Snapchat	22
4.3	Användande av Snapchat.....	23
4.4	Beteendemönster på mönster	25
4.5	Tidsanvändning och relationer på Snapchat	26

5	Analys och diskussion	28
5.1	Skrollande	28
5.2	Notifikationer	29
5.3	Tempo	30
5.4	Gamification	31
5.5	Sammanfattning av analys	32
6	Slutsats och vidare forskning.....	33
6.1	Slutsats	33
6.2	Studien begränsningar och vidare forskning.....	33
	Referenslista.....	35
	Bilaga 1: Intervjuguide	38
1.1	Formalia	38
1.2	Inledande fas av intervjuer	38
1.3	Huvudfasen innehållandes intervjufrågor	38
1.4	Avslutningsfas	39
	Bilaga 2: Intervjuprotokoll.....	40
2.1	Intervjuprotokoll 1.....	40
2.2	Intervjuprotokoll 2.....	47
2.3	Intervjuprotokoll 3.....	51
2.4	Intervjuprotokoll 4.....	55
2.5	Intervjuprotokoll 5.....	60
2.6	Intervjuprotokoll 6.....	66
2.7	Intervjuprotokoll 7.....	69

Figurer

Figur 2.1: Studien samlade teoretiska ramverk.

Figur 3.1: Exempel på emojis (Emojipedia, 2020).

Figur 3.2: Filter (Snapchat, 2020).

Figur 3.3: Lins (Snapchat, 2020).

Tabeller

Tabell 3.1: Sammanställning av respondenter.

Tabell 3.2: Intervjufrågorna och relationen till studiens teoretiska ramverk.

1 Introduktion

1.1 Bakgrund

Varje gång någon skickar en bild på Snapchat, har ett samtal på Messenger eller följer ett flöde på Facebook så sker detta tack vare interaktionsdesign som genom användarvänliga gränssnitt gör det möjligt för människor att utföra mängder av aktiviteter på sociala nätverkssidor. Det är cirka 56 procent av alla människor (tolv år och äldre) i Sverige som dagligen besöker sociala nätverkssidor, vilket är dubbelt så många som år 2010 (28 procent) (Svenskarna och internet, 2017). Sociala nätverkssidor har funnits i över 20 år, men har inte alltid varit så globalt stora som de är idag utan har ofta varit lokala eller nischade efter etnicitet, kultur, intresse etc. (Boyd och Ellison, 2010). Generellt kan sociala nätverkssidor definieras som ett verktyg och grupper där människor delar sina livs erfarenheter, upplevelser, attityder, musik, video och fotografier. Sociala nätverkssidor är alltså en plats där användare via internet kan direkt dela sina tankar och känslor på olika vis (Baltaci, 2019, s. 74). En mer precis definition av sociala nätverkssidor är gjord av Boyd och Ellison (2010, s. 211), som innefattar följande tre krav: webbaserade tjänster som tillåter individer att (1) konstruera en publik eller semi-publik profil inom ett begränsat system, (2) artikulera en lista över andra användare med vilka de har en relation och (3) visa och gå igenom listan med lista skapade av andra användare i systemet.

År 1997 skapades den första sociala nätverkssidan i enlighet med definitionen. Hemsidan heter SixDegrees.com och där tilläts användare skapa en profil och lista över sina ”vänner”. Profilen består av en rad frågor som besvaras såsom geografisk plats, ålder och intressen och den brukar vara följt av en ”about me page” samt avslutas med en uppmuntran till att ladda upp en bild på sig själv, en profilbild. 1998 kunde man även surfa andra användares listor av vänner på SixDegrees.com. År 2000 byggde den svenska sajten Lunarstorm om sig till att bli en social nätverkssida och innehöll nu kompislistor, gästbok och dagbok (Boyd & Ellison, 2010). Lunarstorm var ingen global aktör utan användes mest i Sverige. 2003 blev MySpace kommersiellt men först 2004 kom många tonåringar att bli medlemmar på sidan. Tonåringarna ville följa artister/band och många av dessa artister/band fick stora mängder tonårsföljare. Samma år kom Facebook, men nätverkssidan var på den tiden bara tillgängligt för Harvard studenter. För att bli medlem var du då tvungen att ha en Havard.edu email adress. År 2005 kunde även elever på highschool i USA använda Facebook, och i början av 2006 blev det tillgängligt för företag. Senare samma år blev det öppet för alla människor med en email adress. Under dessa nästan tio år fanns det ett femtiotal andra sociala nätverkssidor som också startade, men många av dessa var mer nischade.

Hur sociala nätverkssidor är utformat eller vilka interaktionsmöjligheter som finns varierar från sida till sida. Tjänsterna fungerar olika och många nya element och tillägg har gjorts på 20 år. En viktig händelse inom sociala nätverkssidor är när Facebook slog igenom med filterbubblan.

Denna händelse har haft stor betydelse för sättet att använda sociala nätverkssidor idag. Facebook introducerade filterbubblan, flödet där du får se inlägg från dina vänner som du är mest intresserad av. Exempelvis en småbarnsförälder kommer ha en Facebook som handlar om familjeliv, bröllop och mammabloggar. Ett främlingsfientligt nättroll kommer att ha sin ”feed” fylld av sidor som handlar om invandringens baksidor. Facebook använder algoritmer för att räkna på hur många ”reactions” en användare får på sina poster, hur andra reagerat på användarens tidigare inlägg och hur populärt inlägget är i sig. Detta, tillsammans med en rad andra mätpunkter gör att användarens flöde och upplevelse på Facebook ser annorlunda ut än alla andras. Idag har Facebook över två miljarder månatliga användare (Staunstrup, 2020), vilket motsvarar en fjärdedel av världens befolkning. En annan stor social nätverkssida är Instagram som ägs av Facebook. Instagram har en miljard månatliga användare och 500 miljoner dagliga användare (Omnicores, 2020).

En annan viktig händelse inom sociala nätverkssidor är när smarttelefonen (smartphone) kom. Då smarttelefonen kom började många sociala nätverkssidor också flytta över till den plattformen. Nu fick världen tillgång till sociala nätverkssidor på sina telefoner. Det medförde ett ökat användande och nya sätt att interagera med sociala nätverkssidor vilket också innebar ny design (Antti, Tye, Lingyi & Eeva, 2012). Notiser flyttade också över till telefonerna och meddelande genererades då det hänt något nytt, som ett sms ungefär. Snapchat är en fotodelnings- och multimediaapplikation (app) som bara finns för smartphones, och som lanserades 2011 av studenter vid Stanford University. Med Snapchat kan användare ta bilder eller spela in videoklipp och sedan exempelvis lägga text eller rita på dem. Användandet har ökat de senaste åren och år 2017 använde 33 procent av alla svenskar Snapchat. (Svenskarna och internet, 2017). De största användargrupperna är de mellan 12–25 år. Bland 12-15 åringar använder 91 procent Snapchat, i åldrarna 16-25 är motsvarande siffra 84 procent.

Enligt Statista (2018) spenderar varje vuxen i genomsnitt över två timmar (135 minuter) med socialt nätverkande. Nästan hälften av alla tonåringar och unga vuxna besöker sociala nätverkssidor dagligen och spenderar i genomsnitt en timme per dag helt dedikerat till användning av sociala medier (Coyne, Rogers, Zurcher, Stockdale & Booth, 2020). Dessutom är över hälften av alla barn som är tre år och äldre dagliga användare av internet (Internetstiftelsen, 2017). Vi människor befinner oss alltså i en situation där sociala nätverkssidor är ett verktyg som många använder dagligen och som därmed har blivit en stor del av våra liv (Lanier, 2018; Taplin, 2017; Wiederhold, 2018). Det har i forskning visats att stor tidskonsumtion av sociala nätverkssidor har en del negativa följder hos unga människor (Altuwairiqi, Arden-Close, Jiang, Powell, & Ali, 2019; Benjamin, Banjanin, Dimitrijevic & Pantic, 2015; Barry, Sidoti, Briggs, Reiter & Lindsey, 2017; Woods & Scott, 2016). Människor uppväxta med sociala nätverkssidor, födda efter 1995, har fler fall av depressioner, ångestproblematik, ensamhet och sömnproblematik än tidigare generationer (Elton-Marshall, Leatherdale & Turner, 2016; Twenge, Joiner, Rogers & Martin, 2018). De negativa följderna med konsumtion av sociala nätverkssidor har i tidigare forskning konstaterat vissa likheter med annan konsumtion som blir beroendeframkallande, exempelvis maskinspel såsom Kasino (Daria, Kuss & Griffiths, 2012; Dow Schull, 2014; Turel & Serenko, 2012). Vid maskinspel kan användare sitta uppe hela nätter och spela, användarna

hamnar in the "zone" som det kallas i dessa typer av kretsar (Dow Schull, 2014; Rollenhagen, 2019).

1.1.1 Problemformulering

Det finns forskning som tyder på korrelation mellan överdriven tidskonsumtion av sociala nätverkssidor och psykisk ohälsa hos unga människor (Barry et al., 2015). Coyne et al. (2020) har noterat att det finns många idéer om att sociala nätverkssidor skulle vara negativt för människor i stort. De gjorde därför en större studie under åtta år. Studien visade att under lång tid så löper inte ungdomar med mer tidskonsumtion på sociala nätverkssidor större risk för depressioner och ångestproblematik som det tidigare hade trots. Coyne et al. (2020) nämner också att de inte har sett närmare på hur ungdomar spenderar sin tid på sociala nätverkssidor, eller vilka sociala nätverkssidor de använder. De betonar att det behöver forskas närmare på detaljnivå hur ungdomars interagerar med dessa tjänster ser ut. En annan studie gjord av Noë et al. (2019) visar att tidskonsumtion av vissa sociala nätverkssidors tjänster på smartphones korrelerar med beroende. I deras studie pekar de också mot att det behövs mer studier på designen av dessa sociala nätverkssidors funktioner och hur det påverkar unga psykiskt.

Vad som kan konstateras utifrån forskning är att det verkar som att det finns problem med att överanvända sociala nätverkssidor, fast det beror inte på sociala nätverkssidor i sig, utan mer om hur det används eller vilken typ av sociala nätverkssidor som används. Vad ungdomar använder och hur det använder det verkar spelar roll för ungdomars psykiska hälsa. Forskningen inom detta område är begränsat, det är svårt att hitta studier. Det behövs därmed mer forskning om hur unga användare interagerar med sociala nätverkssidor och hur design av sociala nätverkssidor ser ut och hur den kan kopplas till deras hälsa (Barry et al., 2015; Noë et al., 2019; Coyne et al., 2020). Med en sådan kunskap ökar medvetenheten om hur interaktionsdesign kan bidra till att motverka sociala nätverkssidors negativa påverkan på människor i samhället.

1.2 Forskningsfråga

Studiens utgångspunkt är alltså att om vi får en bättre bild av hur unga användare interagerar med sociala nätverkssidor kan vi med hjälp av tidigare forskning diskutera negativa följder som forskningen pekar på att användning av sociala nätverkssidor ger. Studiens forskningsfråga är följande:

Hur interagerar unga användare med sociala nätverkssidor (Snapchat) och vilket användande kan ge psykisk ohälsa?

I studien undersökts Snapchat som är en nätverkssida som är särskilt populär hos unga människor.

1.3 Syfte

Systemvetenskap är ett brett och tvärvetenskapligt ämne med fokus på informationssystem, exempelvis sociala nätverkssidor. Hur informationssystem är designade har effekter på människor och det är därmed väsentligt att belysa positiva som negativa följder av hur interaktionsdesign påverkar människan. Denna uppsats syfte är att undersöka huruvida unga användare interagerar på sociala nätverkssidor på ett sätt som påverkar psykisk ohälsa. Ambitionen är att studiens diskussion bidrar till att bana vägen för vidare problembeskrivning och framtida specifika forskningsfrågor om hur interaktionsdesign påverkar människans psykiska hälsa inom ämnet systemvetenskap.

1.4 Avgränsningar

Givetvis är det så att sociala nätverkssidor bidrar till mycket positivt i samhället på många olika vis. Det är ingen tvekan om detta. Men i denna studie är fokus på de möjliga negativa konsekvenserna för unga användare, vilket medför att här finns en tydlig avgränsning av vad som behandlas.

I studien har sociala nätverkssidor avgränsats till ett studieobjekt, vilket är Snapchat. Denna sociala nätverkssida (Snapchat) är för unga människor den överlägset vanligaste tjänsten (Svenskarna och internet, 2017).

1.5 Disposition

I nästkommande kapitel två ges en presentation av den teori som utgör grunden för studiens teoretiska ramverk. I kapitlet beskrivs fenomenen på sociala nätverkssidor, skrollande, notifikationer, tempo och gamification, och tidigare forskning om fenomenens påverkan på individens psykiska hälsa. I det tredje kapitlet redovisas studiens metod och beskrivningar av forskningsstrategi, val av ansats och studieobjekt och insamling av det empiriska materialet och litteratur görs. I kapitlet diskuteras också studiens hållbarhet och kunskapsbidrag. I kapitel fyra presenteras empirin och i kapitel fem görs analysen. Kapitel sex innehåller studiens slutsatser, studien begränsningar och vidare forskning.

2 Teoretisk referensram

2.1 Introduktion

Målet med interaktionsdesign är att skapa användarupplevelse som tillgodoser användarens (kundens) behov, det vill säga ett gränssnitt (vad användaren ser och/eller hör när den interagerar med systemet) som användarna enkelt kan använda. Precce, Rogers och Sharp (2002, s. 2) beskriver interaktionsdesign på följande vis: ”In essence, it is about developing interactive products that are easy, effective, and enjoyable to use from the users’ perspective.” Användbarhet betyder att göra produkter och system som är lätta att lära och matchar användarens behov och krav. ISO (Swedish Standards Institute, 2018) definierar användbarhet (9241-11:2018) som: ”Den utsträckning i vilken specificerade användare kan använda ett system, en produkt eller en tjänst för att uppnå specificerade mål, med ändamålsenlighet, effektivitet och tillfredsställelse i ett specificerat användningssammanhang.” Interaktionsdesign beskrivs ofta utifrån att det handlar om att skapa en god användarupplevelse (Arvola, 2016), och mer sällan om negativa följder som kan uppstå vid användande såsom psykisk ohälsa.

I litteratur om sociala nätverkssidor som behandlar negativa följder för individen beskriver vanligtvis någon typ av problematiken mellan mental hälsa och tidskonsumtion av sociala nätverkssidor, Coyne et al. (2020) visar dock motsatsen. Annan litteratur pekar på att det finns problematik men att den inte har primärt med tidskonsumtion att göra utan vilka nätverkssidor som används eller med vilken teknologi de sociala nätverkssidorna byggs på (Noë et al., 2019). I litteraturen om hur sociala nätverkssidor kan vara problematisk för användarens hälsa återkommer ofta fyra fenomen av interaktioner som ofta existerar på sociala nätverkssidor. Ett sådant fenomen är ”zombie” *skrollande* är ett uttryck som Rollenhagen (2019) använder och betyder att en användare på sin mobil eller dator/Ipad är fast i ett flöde och fortsätter att skrolla och skrolla likt en zombie. Detta beteende är inte kopplat till just sociala nätverkssidor. Men många sociala nätverkssidor är väldigt kompatibla med detta beteende (Rollenhagen, 2019). Det har visat sig att många av de som har varit beroende av sociala nätverkssidor oftast använder nätverkssidor i ett högt *tempo*. Med högt tempo menas att dessa människor gillar de tjänster som är snabba och intensiva i sin karaktär (Pellikka, 2014). *Notifikationer* är en sorts påminnelse som används flitigt inom många tekniker. Notifikationer berättar om något nytt har hänt som användaren på något sätt kan relateras till och behöver dennes uppmärksamhet. Forskning visar att bli för distraherad av notifikationer kan vara väldigt stressigt för människan, speciellt under arbetstid (Zoupanou & Rydstedt, 2019). Ytterligare ett fenomen av interagerande är *gamification*, som kan snabbt förklaras som ett verb där en icke spelorienterad tjänst använder spelelement inuti tjänsten. Många sociala nätverkssidors tjänster har olika former av spelelement i sig (Antin & Churchill, 2011) och vissa blir destruktiva mellan relationer speciellt hos tonåringar (Vaterlaus, Barnett, Roche & Young, 2016).

Dessa fyra fenomen – skrollande, tempo, notifikationer och gamification – utgör centrala delar studiens teoretiska ramverk och kommer nedan att beskrivas mer utförligt. Avslutningsvis i kapitlet sammanfattas delarna till en helhet som utgör studiens ramverk.

2.2 Skrollande

Skrollning (scrolling) är en funktion som finns i många skärm sammanhang. Skrollning är en skärmbild som upplevs vara större än vad som syns och därför visas hela bilden successivt, antingen automatiskt eller med hjälp av användarens verkan (Encyclopedia, 2020). Dock inte på en gång. I detta sammanhang betyder skrollning att en användare genom ett rullhjul på en dator-mus eller genom en "swipe" rörelse får tillgång till mer text, bilder eller annan media. Det kan naturligtvis vara någon annan interaktion, som "tapping", eller att trycka ned en vanlig tangentbordsknapp. Men detta sker antingen på en dator eller smartphone (Gosling, 2019). Många sociala nätverkssidor erbjuder mer eller mindre ett "evigt" skrollflöde för användare och är medvetet designade på det viset. Dessa flöden saknar stopp från systemet utan fortsätter (Noë et al., 2019). Detta skrollbeteende förstärks i sin tur av notifikationer som uppmanar användaren att komma tillbaka.

Ett skrollflöde är evigt när det inte finns något stopp i flödet från systemets sida utan stannar endast då de inte finns mer information att hämta. Denna funktion får användaren att förlora tidsuppfattningen och skrollar endast för att hitta ny information (Gonidis & Sharma, 2017; Noë et al. 2019). Som när vi ser på TV, att zappa igenom tusen kanaler utan en aning om vad man egentligen letar efter är också ett evigt letande. Detta till skillnad från att man letar efter en specifik kanal eller program, eller att helt enkelt se ett program på TV.

Många människor fastnar i dessa flöden på ett zombie liknande sätt flera gånger om dagen som både tar tid och kraft ifrån oss (Rollenhagen, 2019). Denna tidskonsumtion blir problematisk när den går ut över annat i livet vi vill göra enligt Rollenhagen (2019). I sådana fall brukar man nuförtiden prata om beteendeberoende (Rollenhagen, 2019). När man pratar om beteendeberoende brukar man ofta tala om internetpornografi beroende (Antons & Matthias, 2020) eller någon form av gaming beroende (Tang, Reer & Thorsten, 2020). De negativa effekterna påminner om substansberoende och innehåller abstinens, toleransökning, förnekelse, lögner och återfall (Rollenhagen, 2019). Det är viktigt att nämna att det går att ha en tids användning av sociala nätverkssidor som är högre än det normala utan att vara beteendeberoende, men de som är beteendeberoende lägger ned mycket av sin tid på sina beteenden (Rollenhagen, 2019).

2.3 Notifikationer

Notifikationer är en sorts påminnelse som används flitigt inom många tekniker. Notifikationer berättar om något nytt har hänt som användaren på något sätt kan relateras till och behöver dennes uppmärksamhet. Ofta tillkommer ett ljud då användaren får sin notifikation, på smartphones kan det även vara en vibration. Sociala nätverkssidor använder sig av notifikationer och speciellt vid sina tjänster den har på smartphones. Vad dessa notifikationer består av beror helt på vilken social plattform som används.

En studie gjord av Fitza et al. (2019) undersöker om dosering av notifikationer under dagen ökar vårt välbefinnande. De gav grupper av människor olika doseringar av notifikationer och detta med hjälp av en app som har den funktionen. Det visade sig att en dosering på tre gånger om dagen hade klart bäst effekt på vår hälsa, som stress, produktivitet och humör. Det är värt att säga att en grupp som inte fick några notifikationer alls, inte ökade sitt välmående jämförts vis med de som fortsatte sitt liv utan restriktioner av sina notifikationer. Barrouillet, Bernardin och Camos (2004) menar att själva akten att byta uppgifter, även om det enbart är lite, kräver extra mental kraft. Denna kognitiva last gör människor mer känsliga för nya distraherande stimuli. Dessa stimuli riskerar även att uppmuntra beteendet ännu mer, Liefoghe, Barrouillet, Vandierendonck och Camos (2008) menar att när notifikationer kommer i varierande intervall får denna stimuli att förstärka beteendet ännu mer. Att vara ständigt distraherad skapar en människa som inte uppskattar det positiva i livet (Quoidbach, Berry, Hansenne & Mikolajczak, 2010). En studie av Zoupanou och Rydstedt (2019) visar att det till och med skapar både psykiska och fysiska besvär om man blir ständigt distraherad på jobbet. De negativa konsekvenserna blir ännu värre om ens arbetsbörda är stor.

2.4 Tempo

Frekvenser och farten då vi använder sociala nätverkssidor är det lite forskat om. Det finns däremot forskning inom spel där man pratar om fart och frekvenser (high pace) av belöningar, speciellt inom ”massively multiplayer online role playing games” (MMORPGs) (Hahn et al., 2014). I kasinovärlden hör man erfarna spelare berätta om att farten på spelet spelar roll, de vill spela snabbt och de har känslan att de styr farten på spelet (Dow Schull, 2014). Många spelmaskiner anpassar sin fart på spelet efter spelarens fart. Då människorna bakom maskinerna vet att ge spelarna illusionen av kontroll över spel rytmen ökar deras tidskonsumtion generellt sätt.

På senare år har kommunikationens fart inom sociala nätverkssidor ökat i sin karaktär, det kommuniceras mycket mer med symboler, bilder, emojis och memes. Emojies är runda ansikten som uttrycker känslor genom grimaser och gester. Dessa används främst när användare kommunicerar med varandra, genom chatt eller i mer publika yttranden. Memes sprids ofta på sociala nätverkssidor, traditionellt består dessa memes av bild makron parat med ett koncept eller slagord. Bild makro är en digital media där en text läggs ovanpå en bild eller konstverk

(Shifman, 2013). På vissa sociala nätverkssidor kommunicerar användarna mestadels med bilder eller bilder kombinerat med symboler och text. Denna utveckling av kommunikation gör att kommunikation blir mycket snabbare och intensivare (Vaterlaus et al., 2016). Farten skiljer sig alltså på olika sociala nätverkssidor och likaså på olika tekniska enheter. En vanlig datorskärm får plats med mer information än en smartphone, detta medför att scrollafarten på en smartphone blir mycket högre. Även interagerandet med tekniken skiljer sig, skrollhjulet på datorn tenderar att vara långsammare än ”swipandet” på en smartphone och accelerationen är också högre på en swipe än en skroll.

Forskning visar att de flesta som är beroende av sociala nätverkssidor använder dessa tjänster mest på mobilen (Pellikka, 2014). Det visar sig också finnas tendenser att de sociala nätverkssidor med mest intensiv kommunikation används mest av de som har konstaterats vara beroende (Pellikka 2014). Det finns även forskning som har visat sociala nätverkssidor beroende existerar främst hos de tjänster där takten är hög och kommunikationen sker mestadels med bilder och symboler, former som ger snabb emotionell tillfredsställelse (Noë et al., 2019).

2.5 Gamification

Gamification definieras som: ”The use of game design elements in non-game contexts” (Deterding, Dixon, Khaled & Nacke, 2011, s. 9). Vad dessa spelelement sedan syftar på är rätt omstritt bland forskare. Vad ett spel består av är egentligen en väldigt grundlig filosofisk fråga. I denna studie är det bara intressant hur spelelement uttrycker sig på sociala nätverkssidor. Hutotari och Hamari (2017) har en definition på detta som rör just sociala nätverkssidor sammanhang. De menar att gamification handlar om paketering av tjänsten. De stora ”main” funktionerna hos sociala nätverkssidor är inte gamification i sig utan sker när dessa element blir manipulerade av tjänsten till att tjäna ett sådant syfte. Gamification skapas alltså när funktioner blir utökade med nya funktioner som är spel liknande.

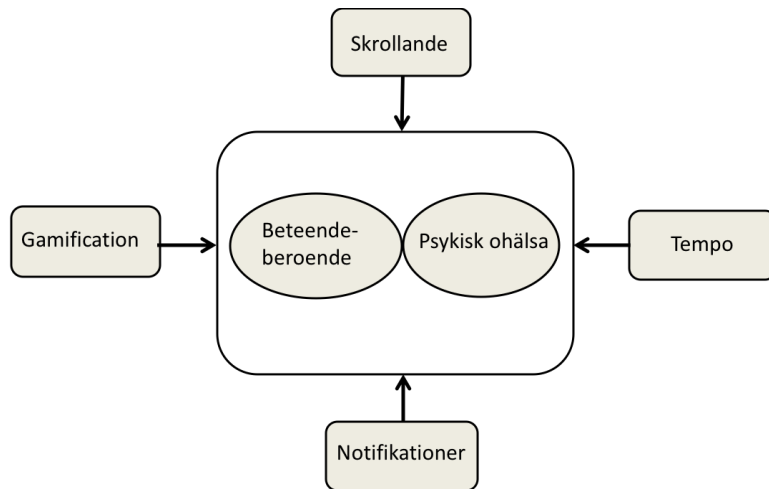
Det finns tjänster som exempelvis har funktioner som räknar hur ofta man kommunicerar med varandra. Funktionen håller reda på under hur lång tid ni har kommunicerat varje dag. Denna räkning går förlorad om man inte upprätthåller kommunikationen. Detta är alltså en utökning av den grundläggande funktionen av att skicka bilder med text och annan media mellan varandra. Många av dessa spel liknande funktioner är sedan ofta ackompanjerade med symboler och emojis som visar och bekräftar att användaren har åstadkommit något (Pellikka 2014). Denna typ av spelelement kallas ”badges” eller ”achievements” och kan översättas som troféer på svenska, och är vanligt inom sociala nätverkssidor (Antin & Churchill, 2011). Badges har fem primära funktioner enligt Antin och Churchill (2011): rykte, instruktioner, bekräftelse, gruppidentifikation och målsättning. Badges ger användaren högre status och skapar alltså ett bra rykte. Instruktioner instruerar användaren om vilka funktioner som är tillgängliga i systemet. Bekräftelsen sker genom att gammal statistik om ens troféer delas. Om användare med samma badges hamnar tillsammans har en även en ny gruppidentifikation uppstått. Slutligen så

betyder målsättning att systemet utmanar användarna att nå de badges som finns (Pellikka, 2014). Spelelementen finns till för att öka tidskonsumtionen hos användarna och öka värdet av tjänsten (Pellikka, 2014).

Det visar sig dock finnas problem med gamification. Många tonåringar tar tydligen vissa av dessa spel på allvar och studier visar att dessa tävlingar kan leda till problem i förhållande och skapa avundsjuka och social stress bland tonåringar (Vaterlaus et al., 2016). Dessa spel är inte bara poäng och statistik för många tonåringar utan bevis på popularitet. Det finns även en studie som säger att generellt sätt så används sociala nätverkssidor mer intensivt av tonåringar om de har haft föräldrar som har jämfört dem med andra barn under deras uppväxt (Charoensukmongkol, 2018). Gamification är i sig ett litet ämne när det kommer till denna typen av problematik med avundsjuka mellan människor. Hur som helst så redogör Vaterlaus et al. (2016) för Spelelement inom sociala nätverkssidor som startar denna problematik för framförallt yngre människor.

2.6 Sammanfattning

Baserat på tidigare forskning har det visats att mycket skrollande på sociala nätverkssidor kan pågå i nästan timmar, flödet tar nämligen nästan aldrig slut. Att konsumera sociala nätverkssidor på detta vis är problematisk och påverkar den psykiska hälsan. Notifikationer på våra tekniska prylar från sociala nätverkssidor kommer till oss hela tiden verkar det som, Att ständigt bli distraherad påverkar oss negativt. Tempot vi har då vi använder sociala nätverkssidor har ökat fram tills idag, vi kommunicerar mer med bilder och symboler vilket ger oss ett mer intensivt sätt att kommunicera på, vilket förstås påverkar oss. Sammantaget kan studiens teoretiska ramverk sammanfattas i fyra olika sätt att interagera med sociala nätverkssidor – skrollande, gamification, notifikationer och tempo – och hur detta påverkar oss människor: psykisk ohälsa, tidskonsumtion och beteendeberoende, se nedan Figur 2.1.



Figur 2.1: Studien samlade teoretiska ramverk.

Syftet med det teoretiska ramverket är att med hjälp av litteratur (tidigare forskning) skapa en teoretisk ram som grund för analys av det empiriska materialet (i kapitel fyra) och därigenom kunna besvara studiens frågeställning.

3 Metod

3.1 Forskningsstrategi

I denna studie är jag intresserad hur människors interagerar med sociala nätverkssidor och kunna koppla resultatet till tidigare forskning om hur människors psykiska hälsa påverkas. Studien är kvalitativ och genomförs med hjälp av intervjuer med användare. Intervjuer är ett bra sätt att förstå hur människan bygger upp sin sociala värld (Alvehus, 2019). Jag antog därför intervjuer skulle passa bra för min studie då en stor del av vår sociala värld (numera) ligger på nätet och att vi interagerar ofta med andra genom sociala nätverkssidor. En kvantitativ studie skulle ha gett mig mindre möjlighet att förstå människor interagerar med sociala nätverkssidor och hur denna digitala miljö upplevs och vad som triggat dem. För att undersöka hur unga användare interagerar med sociala nätverkssidor har jag intervjuat människor mellan 20 och 25 år. För att kunna förstå de personer som jag intervjuade och deras interagerande med Snapchat innebar det att jag fick använda en tolkande ansats för att skapa förståelse (Hallin & Helin 2018, s. 14), en sådan ansats passar bra till att bidra med mer generell förståelse till ett ämne (Alvehus, 2019), i detta fall hur unga användare interagerar med sociala nätverkssidor huruvida användandet påverkar individens psykiska hälsa.

I grunden är studien explorativ (upptäckande) med målet om att öka grundläggande kunskap om hur unga användare interagerar med sociala nätverkssidor och hur det påverkar människors hälsa. En studie som är explorativ står i kontrast till en deskriptiv (beskrivande) studie som har i uppgift att exempelvis bestämma och förklara samband (Patton, 1987, s. 47). En explorativ studie kan med fördel användas när man vet väldigt lite i förväg om frågeställningen och det empiriska materialet ger en undersökning som är sökande och behöver tas vidare i fortsatt forskning (Patton, 1987, s. 37). Kunskapen från denna studie är tänkt att bidra till nya infallsvinklar och frågor, det vill säga att det finns ett behov att bygga vidare på kunskapen. Målet har varit att slutsatserna ska kunna ge svar på min frågeställning men också ge insikter om vad som är intressant att forska vidare på. Resultatet av studien blir på så vis ett bidrag till fortsatt problembeskrivning.

3.1.1 Val av ansats

Denna studie är en empirisk studie och har framförallt en induktiv ansats (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020, s. 37) eftersom att jag inte undersöker om något förhåller sig på ett visst

sätt genom ett påstående (hypotes) som gör att man går från det generella till något konkret (deduktiv ansats). Utan i denna studie går jag snarare från mitt empiriska material för att kunna förstå något och se om det finns generella mönster. Jag har emellertid redan tidigt i uppsatsprocessen och under hand inspirerats av teori, det vill säga mitt arbetssätt har varit det som kallas för abduktion eftersom jag har växlar mellan empirisk och teoretisk reflektion (Alvehus 2019, s. 20).

3.2 Val av studieobjekt

Mitt val av studieobjekt blev Snapchat. Företaget Snapchat bytte namn till Snap inc. 2016, men mobilappen kallas fortfarande för Snapchat. Varumärkena Bitmojis (skapar animerade seriefigursaktig bild av användaren själv) och Zenly (en ”social karta”) ägs också av företaget. En anledning till att jag valde Snapchat var att användningen av Snapchat fortsätter att öka och ökningstakten har stigit. Snapchat används numera av över 80 procent av såväl män som kvinnor upp till 25 års ålder (Svenskarna och internet, 2017). Ytterligare anledning var att när appen lanserades fanns det inga direkta instruktioner om hur den fungerade. Detta gjorde mobilappen attraktiv för unga människor som själva listade ut hur den fungerade och vad de kunde användas för. Eftersom det fanns så få instruktioner kunde de unga fritt själva bestämma hur de ville använda appens funktioner. Detta skapades en form av ”barriär” gentemot föräldrar och andra vuxna. På så sätt blev Snapchat ett ”skyddat rum” där unga kunde umgås i fred (Teknik.se).

Det är via en app i mobilen som användaren av Snapchat skickar bilder och filmer till andra. Det som användaren skickar kallas en snap, från engelskans ”snapshot” vilket kan översättas till ”ögonblicksbild”. I oktober 2019 hade Snapchat 210 miljoner dagliga användare (Statista, 2019). Antal användare har konstant ökat sen dess att appen lanserades 2012 för android. Snapchat är alltså ett väldigt aktuellt och har inte tappat unga konsumenter så som exempelvis Facebook har gjort under de senaste åren (Svenskarna och internet, 2017). Det finns anledning att tro att det inte är en tjänst som kommer försvinna snart.

Det finns forskning som har studerat hur ungas aktiva användning av deras appar korrelerar med beroende av sociala nätverkssidors tjänster. Det har visat sig att av de som var beroende fanns ett över representativt användande av Snapchat närvarande (Noë et al., 2019). Snapchat är i synnerhet populärt bland unga människor, under 16 år. Så gott som alla flickor mellan 12 och 15 år använder Snapchat (99 procent) och 95 procent gör det dagligen. För den här gruppen är Snapchat den överlägset vanligaste tjänsten. Pojkarnas användning av Snapchat är visserligen inte lika hög som flickornas, men det är ändå fler än 4 av 5 som använder Snapchat och ungefär 2 av 3 som gör det dagligen (Svenskarna och internet, 2017).










3.2.1 Om Snapchat

Snaps och stories

Att skicka snaps mellan vänner är själva grunden till Snapchat. Det går ut på att man tar en bild eller video som man tillgängliggör för andra användare. Det är möjligt att skicka snaps till många vänner åt gången. Dessa bilder och videor är i sin tur redigeringsbara innan man tillgängliggör materialet. Stories består av snaps som läggs på varandra och skapar en sekvens av material som kopplas till användarens egen profil. Stories är öppet för alla användarens vänner att se. Snaps får man och skickar emellan vänner. Användarens inkorg består så att säga av alla ens vänner stories och snaps som är skickat till hen. Standardinställningen för Snapchat inkluderar notifikationer både inuti appen i form av en inkorg och utanför medan användaren gör annat på sin enhet. Notifikationerna berättar om någon har skickat en snap till användaren. Man bläddrar igenom snaps genom klicka på skärmen (tapping). Detta kan gå oerhört fort när man bläddrar igenom material. När man har sett en snap går det inte att se den igen, förutom om den är uppladdad på någons story.

Snapstreak och emojis

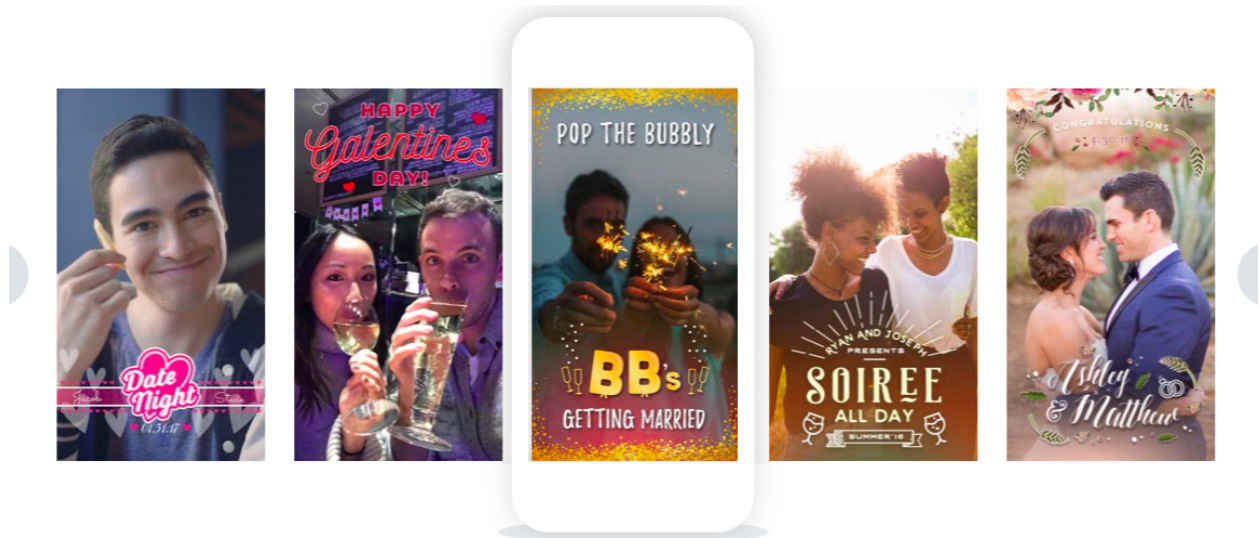
Snapstreak går igång efter att användaren har snapat till varandra varje dag i tre dygn. Snapstreaken håller reda på under hur lång tid användaren har snapat varje dag och går förlorad då man helt enkelt missar en dag. Snapchat genererar olika emojis och symboler beroende på hur ens status ser ut med ens vänner. I nedan Figur 3.1 finns exempel på emojis.

-  **Baby** — You just became friends with this person.
-  **Face With Sunglasses** — One of your best friends is one of their best friends. This means that you send a lot of snaps to someone that they also send a lot of snaps to.
-  **Grimacing Face** — Your #1 best friend is their #1 best friend. You send the most snaps to the same person that they do. Awkward.
-  **Smirking Face** — You are one of their best friends...but they are not a best friend of yours. You don't send them many snaps, but they send you a lot of snaps.
-  **Smiling Face** — Another best friend of yours. You send this person a lot of snaps. Not your #1 best friend, but they are up there.
-  **Fire** — You are on a Snapstreak! You have snapped this person every day, and they have snapped you back. Increases with number of consecutive days.
-  **Hundred** — 100 Day Snapstreak. The 100 emoji appears next to the fire when you snap back and forth with someone for one hundred days in a row.
-  **Hourglass** — Your Snapstreak is about to end. Quickly send another snap to keep it alive.
-  **Birthday Cake** — This friend has a birthday today. Only displays if friend has the *Birthday Party* feature enabled in settings.

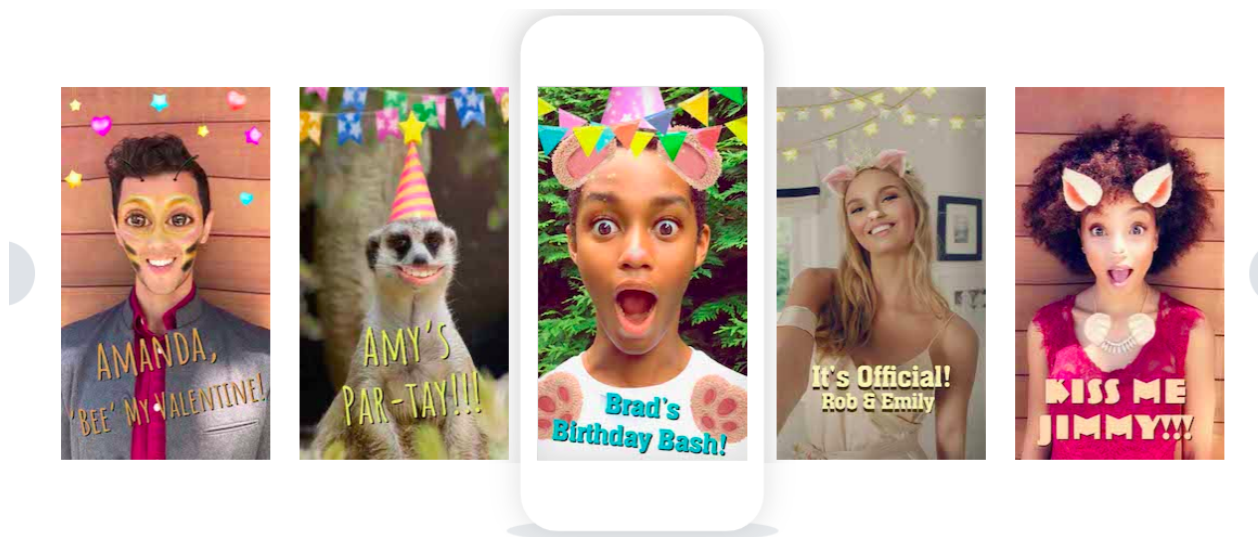
Figur 3.1: Exempel på emojis (Emojipedia, 2020).

Filter och linsar

När användaren gör en snap så kan hen välja ett "Filter" på bilden som antingen ändrar färger och ambiance (bakgrund, stämning med mera) på bilden eller som gör bilden mer spektakulär, med text och emojis. Det finns även en funktion som heter "Lins" där ansikten på ens snap känns igen och kan ändras till en mer spektakulär variant (Youtube, 2020), se nedan Figur 3.2. och Figur 3.3



Figur 3.2: Filter (Snapchat, 2020).



Figur 3.3: Lins (Snapchat, 2020).

Snap map och public stories

”Snap map” kan användas på två sätt, antingen för att se var ens vänner befinner sig på en karta (gäller bara om man har funktionen påslagen), eller för att leta upp ”public stories”. Användarens icon som berättar var hen befinner sig på snap map består av en sorts avatar, en figur av ens kön som det går att redigera efter kläder, färg och frisyr så den helst liknar användaren själv.

Snapchat memories

”Snapchar memories” är en funktion som låter användarens lagrade snaps och stories till en kollektion som hen har kontroll över. Det går att dela snaps från användarens memories, eller göra dessa helt privata.

3.3 Insamling av material till studien

3.3.1 Respondenter

Vid val av intervjupersoner har tre kriterier haft betydelse: ålder, kön och vana. De intervjupersoner som deltagit i studien är alla unga vuxna, 20–25 år, och användare av Snapchat dagligen. Detta är ett medvetet val gjort utifrån relevansen att de flesta användare av Snapchat är unga. I ålder upp till 25 år är det vanligare att hitta dagliga användare och det är betydligt mer sällsynt med dagliga användare över 35 år (Svenskarna och internet, 2017). Könet kan spela roll eftersom det finns studier som visar att kvinnor enklare fastnar i överdrivet användande av sociala nätverkssidor. Det kan alltså vara så att hur vi använder Snapchat skiljer sig mellan kvinnor och män, eller att ett kön tar användandet mer seriöst än ett annat eftersom det finns studier som visar att flickor/unga kvinnor enklare fastnar i överdrivet användande av sociala nätverkssidor som ger depressioner och ångest. Om Snapchat används dagligen ger också viktig information, då det är möjligt att olika människor med olika erfarenhet och vanor använder Snapchat på olika sätt i det dagliga utövandet. Även om det inte går att dra slutsatser om sambandet mellan vana och negativa följder i denna studie så går användarens vana ändå att relatera och diskutera mot bakgrund av tidigare studier av sociala nätverkssidor.

Antalet intervjuer är sju. Anledningen till varför jag inte genomförde ytterligare intervjuer var att jag upplevde en ”mättnad i svaren” i den sista intervjun, det vill säga det kom inte fram så mycket ny information (Bryman, 2018, s. 688). Intervjupersonerna är kategoriserade efter ålder, kön, typ av intervju och längden på intervjun, se nedan Figur 3.3.

Tabell 3.1: Sammanställning av respondenter.

Respondent	Ålder	Kön	Intervju	Minuter
1/Måns	24	Man	Personlig	25
2/Erik	25	Man	Personlig	20
3/Hanna	20	Kvinna	Personlig	20
4/Anton	23	Man	Personlig	30
5/Sofia	23	Kvinna	Personlig	20
6/Oskar	23	Man	Personlig	20
7/Carl	23	Man	Personlig	20

Intervjupersonerna är minst dagliga användare av Snapchat. Att intervjua barn (under 18 år) skiljer sig på många vis jämfört med att intervjua unga vuxna och kräver både barnets och föräldrarnas medgivande (Hallin & Helin, 2018, s. 58). Ingen av intervjupersonerna är under 20 år, och skälet till detta var att intervjupersonerna enkelt skulle förstå att det deltog i en studie och skulle känna sig bekväma med att ge sitt muntliga samtycke till deltagande. Mitt urval av intervjupersoner består av personer som jag är bekant med (dock inte mina närmaste vänner) och jag visste att dessa skulle ta sig tid att ställa upp på intervjuer. Urvalet av respondenter bygger därmed på ett så kallat bekvämlighetsurval (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020, s. 110). Samtliga respondenter är anonyma, och har fått fiktiva namn (som stämmer med deras kön) i presentation av empiri.

3.3.2 Intervjumetod

Intervjufrågorna består av åtta huvudfrågor som är framtagna baserat på studiens teoretiska ramverk, se Figur 3.4. Intervjufrågorna är semistrukturerade (Hallin & Helin, 2018, s. 43). Vid en semistrukturerad intervju är det viktigt att intervjuaren aktivt lyssnar på respondenten, så att samtalsämnet inte svävar iväg och svaren blir irrelevanta (Alvehus, 2019). Det kräver alltså av intervjuaren när intervjun görs till skillnad från en helt strukturerad intervju där intervjun blir mer formulär liknande.

Frågorna är alltså relativt få men bredare i sin karaktär, och kallas ibland öppna frågor (Alvehus, 2019). Dessa öppna frågor följs sedan upp av följdfrågor som är skapta för att rikta in svaren till att ge ytterligare information till respektive huvudfråga. För att tydliggöra för respondenten använde jag bland ovan beskrivningar om Snapchat (se 3.2.1 Om Snapchat).

Tabell 3.2: Intervjufrågorna och relationen till studiens teoretiska ramverk.

Intervjufrågor	Fenomen
Hur är din syn på snapchat som applikation?	Generell
Hur ser dina interaktioner med snapchat ut?	Tempo
Hur ofta sker dina interaktioner med snapchat?	Tempo
Hur använder du de olika funktionerna på snapchat?	Gamification
Vad letar du efter när du använder de olika funktionerna på snapchat?	Gamification
På vilket sätt brukar du interagera med snapchat ur ett tidsperspektiv?	Skrollande
Hur börjar och avslutar du din interaktion med snapchat?	Skrollande
Hur initierar du dina interaktioner med snapchat?	Notifikationer
Hur ser dina omständigheter ut när du använder snapchat?	Notifikationer

Intervjuerna tog plats hemma hos mig. Samtliga intervjuer varade i cirka 20–30 minuter. Anledningen till att intervjutiden blev relativt kort var att det visade sig att frågorna inte krävde så lång tid att få svar på och att respondenten kände sig färdiga efter 20–30 minuter. Jag fick också tidigt uppfattningen att respondenterna upplevde det som besvärande att prata mer om sitt eget användande av Snapchat, det vill säga att jag trängde in allt för djupt på individens privata område. Detta gjorde att jag efter de två första intervjuerna nämnde för respondenten att det skulle ta cirka 20–30 minuter, en överenskommelse (Denscombe, 2000, s. 143).

3.3.3 Bearbetning av material

Alla intervjuer spelades in och har transkriberats direkt efteråt, vilket Bryman (2018, s. 579) betonar som väsentligt att allt råmaterial är färdig transkriberat när analysprocessen startar. Bearbetningen av materialet har gjorts utifrån Rennstams och Wästerfors (2018) tre handlingar: sortera, reducera och argumentera. Sorteringsarbetet hjälpte till att få överblick och gjordes genom en kodning av materialet till olika kategorier, en så kallad öppen kodning (Rennstams och Wästerfors, 2018, s. 34–35). Kategorierna kodades med olika färger och på så vis kunde materialet sedan reduceras till olika teman. Jag fann fyra teman som jag bedömde kunde en rättvisande bild av helheten av materialet: (1) Attityder till Snapchat, (2) Användning av

Snapchat, (3) Beteendemönster på Snapchat och (4) Tidsanvändning och relationer på Snapchat. Inom respektive teman kunde likheter och skillnader identifieras gällande intervju-personernas uttalande. Därefter analyserades materialet med hjälp av studiens teoretiska ramverk med syftet att besvara studiens frågeställning.

3.4 Insamling av litteratur och tillämpning

I min studie hämtar jag litteratur från två huvudsakliga teoriområden. Interaktionsdesign och beroendeteori. Flera av de vetenskapliga artiklarna som jag använder är kopplade till både interaktionsdesign och beteendeberoende. En av huvudböckerna i studien är ”Addiction by Design: Machine Gambling in Las Vegas” av Dow Schull (2014). Denna bok kombinerar de två områdena och ger en djup insikt i tidskonsumtion och hur design påverkar detta. Boken går igenom i detalj alla möjliga faktorer på maskinspel och kasino utformning som skapar tidskonsumtion hos användarna. Jag har valt att tillämpa de delar maskinspel har gemensamt med sociala nätverkssidor och de har låtit mig inspireras till min teoretiska referensram. En annan central bok i studien är ”Scrollzombies: hur beroendet av sociala medier styr våra liv” av Rol-lenhagen (2019). I denna bok behandlas beteendeberoende och förklaringar till hur det uppstår. Boken ”Gamification in social media” av Pellikka (2014) är också en viktig källa till inspiration. Pellikka redogör för vad gamifications definition och hur det använts tvärs över många sociala nätverkssidor i hela världen. Studien visar vilken typ av gamification som finns och vilka som tenderar att finnas på sociala nätverkssidor.

3.5 Studiens hållbarhet och kunskapsbidrag

3.5.1 *Reliabilitet och validitet*

Ett sätt att diskutera en studies kvalitet är att förhålla sig till reliabilitet och validitet. Med reliabilitet avses frågan om ett forskningsresultat är upprepningsbart (Alvehus 2019, s. 126). Är det möjligt att en annan person skulle komma till samma resultat om denna studie upprepas? Att ge ett säkert svar på denna fråga när det gäller en kvalitativ studie är i princip omöjligt. En studie som eftersträvar en hög grad av reliabilitet (tillförlitlighet) är oberoende av forskaren. Det är inte denna studie. Det är jag som har valt ut litteratur, inhämtat och tolkat empirin, analysen och dragit slutsatser. Detta kunde ha gjorts på andra vis. Det är därför viktigt att forskaren redogör för hur hen har gått tillväga så att tillvägagångssättet kan bedömas som tillförlitligt. Jag har beskrivit hur jag har gått tillväga i undersökningsprocessen och argumenterat för mina val för att ge läsaren möjlighet att avgöra materialets tillförlitlighet.

I kvalitativa studier är det också viktigt bedöma studiens validitet. Den fråga som här står i fokus är om man undersöker det som man vill undersöka, det vill säga är materialet giltigt och trovärdigt. Denna validitet kallas ofta för intern validitet (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020, s. 221) Studiens interna validitet avgörs alltså om jag har fångat det som jag avsåg att fånga i undersökningen. Studiens metod är intervjuer med användare, som varit ett tillvägagångssätt för att förstå hur dessa interagerar med sociala nätverkssidor. Min ambition har varit att förstå och tolka mitt insamlade material genom studiens teoretiska ramverk så bra som möjligt för att kunna besvara min forskningsfråga. Jag har gått metodiskt tillväga med datainsamling och analys och har vid flera tillfällen stannat upp för att ifrågasätta vad jag gör, hur jag gör det och varför (Alvehus 2019, s. 126).

En annan typ av validitet är extern validitet och handlar om studiens resultat kan överföras till ett liknande sammanhang (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020, s. 222). Studiens externa validitet avgörs utifrån frågan om man lära sig något om det generella genom min studie där jag har studerat något specifikt som Snapchat, det vill säga går studiens kunskapsbidrag att generalisera. Bryman (2018, s. 485) skriver följande om detta: ”Det är med andra ord kvaliteten på de teoretiska slutsatserna som formuleras på grundval av kvalitativ data som är det viktiga vis bedömning av generaliseringsbarhet.” När det gäller kvalitativa studier ska resultatet generaliseras till teori, och inte till statistiska kriterier som vid den kvantitativa forskningen. Ett antagande från min sida är att studiens resultat, åtminstone delvis, är relevant för interagerande med flera andra sociala nätverkssidor än enbart Snapchat.

3.5.2 Etisk reflektion

Etiska frågeställningar uppstår när undersökningen rör människor (Johannessen, Tufte & Christoffersen 2020, s. 50). I denna studie behöver jag inte ta några direkta etiska hänsyn eftersom samtliga respondenter är anonyma. Alla respondenter har också varit över 20 år och därmed medvetna om att det har deltagit i en vetenskaplig studie. Det finns därför inte några etiskt negativa konsekvenser för dessa individer.

4 Presentation av empiri

4.1 Introduktion

I detta kapitel presenteras vad som framkommer i intervjuerna med de unga användarna av Snapchat. Materialet beskrivs utifrån fyra teman som materialet har sorterats inom: (1) Attityder till Snapchat, (2) Användning av Snapchat, (3) Beteendemönster på Snapchat och (4) Tidsanvändning och relationer på Snapchat.

4.2 Attityder till Snapchat

Måns säger att han inte gillar Snapchat. Han formulerar att han använder Snapchat för att han måste i sin studentstad, När han är hemma hos sina föräldrar i Malmö använder han den knappt. Snapchat har påverkat hans skolgång och därför var han varit tvungen att ta bort appen ett tag, Måns säger:

Påverkade min skolgång då det störde mitt plugg. Jag fick notiser hela tiden på min apple watch. Jag laddade ner appen igen eftersom så många använder det. Många föreningar här på högskolan använder Snapchat som kommunikations plattform.

Måns betonar även att hans riktiga vänner inte använder Snapchat och därför är mycket av hans interagerande med Snapchat meningslöst enligt honom. Att appen börjar kännas outdated är något som Hanna lyfter fram. Hanna menar hon har växt ifrån den, hon säger bland annat: ”Det började kännas outdated och började kännas barnsligt.” Sofia anser också att appen är något man växer ur eller att den har blivit ”outdated”. Hon framhåller att hon inte vet någon över 25 år som använder Snapchat, hon formulerar sig så här:

Jag tycker att det är en jävligt häftig app, Dom var egentligen dom första med att skicka bilder på detta sättet. När jag gick i gymnasiet var det fortfarande så att man skickade bilder genom.

Vidare poängterar Sofia att nuförtiden har Instagram samma funktionalitet fast med bättre design än Snapchat, och hon formulerar sig bland annat så här: ”Hela den här grejen med mystories tycker jag har försvunnit lite i och med att instagram har blivit så stort med sin Story där”. Även om Sofia nämner att effekterna från filter och linser har blivit bättre med åren, men att hon ändå hellre använder dessa funktioner på Instagram. Att appen till och med kommer att dö ut, är något som Oskar menar på. Han laddar hellre upp stories på Instagram än Snapchat,

han säger att "Nu laddar jag knappt upp på min Story något alls, då gör jag hellre det på Instagram" Anton anger samma sak att han hellre använder Instagram för "Story" funktionen och att det är en anledning till varför han tror Snapchat har dött ut lite. Att nyhetsflödet (feeden) är begränsat på Snapchat jämförelsevis med Facebook och Instagram, är något som Anton också understryker. Men samtidigt menar Anton att Snapchat är relativt oskyldigt att använda, han säger exempelvis:

Det jag använder Snapchat för, det har förändrats mycket över åren också. När det först kom ut var det bara en kul grej att man skickade att möjligt skit, bara för att det snabbt kunde försvinna. Nu har Snapchat mer börjat användas för att träffa någon ny som man inte känner så väl. Om du träffar en ny tjej eller en ny polare på universitetet. Det blir ganska oskuldsfullt att använda Snapchat.

Carl menar att tidigare upplevde han det stressigt med alla notiser i Snapchat och tog bort appen ett tag, men att han numera använder den igen för att träffa vänner och anser också att den är relativt oskyldig. Han ger följande beskrivning:

Detta för jag blev singel och jag kände att det är kul att snacka med vänner igen. Vad jag tycker om Snapchat nuförtiden är att det är en bra app för kommunikation mellan vänner. Allt är beroende på hur många vänner man har, hur många man snappar med.

Erik är den av respondenterna som har en neutral inställning eller attityd till Snapchat och han menar på att det är ett sätt att ha koll på vad som händer i omgivningen och kommunicera när det behövs.

Det framkommer många åsikter om och attityder till Snapchat och övergripande tycker respondenterna att Snapchat är, som någon av respondenterna uttrycker det, "outdated". Det verkar antingen bero på att man känner sig för gammal för appen. Eller helt enkelt för att andra plattformar har skapat liknande funktionalitet som innan gjorde Snapchat unikt och att man hellre använder dessa funktioner (exempelvis stories) på Instagram än på Snapchat. Men samtidigt framkommer det också att man tycker att Snapchat fyller en del funktioner som att den är praktisk för att ha kontakt med och koll på vänner eller för att träffa nya vänner. Det verkar sammantaget som att respondenterna inte direkt gillar appen men att de samtidigt, till vid del, gillar att använda den.

4.3 Användande av Snapchat

Respondenterna använder Snapchat på varierande vis. Exempelvis brukar Måns ofta använda Snapchat då han behöver fotografera någonting, eller spela in någonting med video när han inte orkar skriva till sina vänner. Att han egentligen inte vill använda Snapchat men måste eftersom det är viktigt för hans skola och fritid när han befinner sig i sin studentstad, är något som han trycker på. Han menar att hans användande i dag är mer funktionellt och består ofta av att mest svara på frågor. Men han nämner att det inte alltid är så, exempelvis händer det att när han känner sig avslappnad lägger han upp bilder för han vill då visa upp att hans liv är bra och tar då snaps på sig själv. "Visa att jag glassar med livet", som Måns uttrycker det. Han använder

även också funktionen snap map vid olika tillfällen under dagen: ”Jag och mina vänner använder snap map. Jag kan kolla var någon är så att jag potentiellt inte stör”.

Erik använder Snapchat genom att kolla på mystories vars syfte är att uppdatera sig vad hans vänner och bekanta håller på med. Till skillnad från de andra respondenterna så använder sig även Erik av snapstreaks (emojis, som står för att man har snappat till varandra inom 24 timmar i mer än tre dagar i rad) och arbetar aktivt för att hålla igång dessa. Detta kan exemplifieras i följande citat:

Ofta håller jag igång snapstreaks och ibland lägger jag märke till dessa snapstreaks symboler och det är något jag kan letar efter. Men primärt använder jag Snapchat för att titta på mystories och därmed uppdatera mig vad mina vänner gör.

Få av respondenter använder sig dock av public stories. Anton säger exempelvis så här:

På Facebook och Instagram blir det mycket mer flödesskrollande. Det finns ju SnapTV och public stories där man kan kolla i evigheter, men jag känner mig inte lika manad till det.

Erik och Sofia uttrycker emellertid att man först går igenom mystories för att sedan gå igenom public stories, även om Sofia menar att hon inte gör det så mycket mer, vilket ökar deras skrollande av Snapchat. Detta beskriver Sofia enligt följande:

Man kan få notifikationer om public stories som kommer från företag eller kändisar vilket gör att man stannar vid plattformen längre då innehållet inte riktigt tar slut.

Oskar menar att han använder Snapchat på ett annorlunda vis nu, det handlar mest om att skriva något och inte som förr:

Ja innan kunde man snappa igenom en hel fest har så där 100 sekunders story. Nu laddar jag knappt upp något alls på min story, då gör jag hellre det på Instagram. Snapchat är mer för ungdomar.

Det som samtliga respondenter nämner på ett eller annat vis i användningen av Snapchat är att de vill dela med sig av roliga saker som händer. Hanna är emellertid den enda respondenten som använder memories för att spara en hel story eller bara en enskild snap. De övriga respondenterna nämner inget om att det är intresserade av att spara något utan att det handlar

om att dela händelser när det händer. Sofia poängterar detta och säger: ”Att något roligt händer som man ser. Det är där man börjar.” Ett annat uttryck för detta är Erik som säger: ”Vill dela med mig av roliga händelser. Ibland kommunikation, men den är ofta inte så informativ”. Carl trycker på samma sak: ”Det kan vara olika, antingen att jag vill lägga upp någon händelse som jag tycker är rolig, alltså att jag filmar något kul. Som jag sedan skickar till några av mina vänner.”

I användandet av Snapchat blir det tydligt att respondenterna brukar ofta kolla igenom sina vänners stories. Samtliga respondenternas användande med börjar med ofta med en notis. Sen är det smidigt då man ska träffa vänner genom att kolla på kartan, är dom hemma eller borta. Men det som kommer fram allra mest är att dela roliga händelser med varandra. Att följa kändislivet verkar mest vara något som respondenterna har gjort tidigare, med något undantag. Visa eller berätta om något roligt verkar vara det som respondenterna anser vara huvudfunktionen.

4.4 Beteendemönster på mönster

Flera av respondenterna beskriver deras användande av Snapchat som att de vill checka igenom alla sina snaps och stories, vilket de beskriver som nästan tvångsmässigt. Måns nämner till exempel att han mest vill få allt ur vägen och därav gå igenom alla snaps och mystories. Erik berättar att han från början till slut systematiskt går igenom alla notifikationer, inklusive mystories och snaps på Snapchat för att rensa sin inkorg. Vidare berättar Erik att initiering av sitt användande av Snapchat kan ske när som helst och var som helst under dagen. Erik nämner följande angående sitt användande av Snapchat:

Det kan vara vad som helst, så länge som jag ser symboler så trycker jag på den. När jag väl är inne så checkar jag igenom min inkorg på Snaps. Sen kollar jag mystories. Jag avslutar med att kolla igenom alla mystories som finns. Så att det är rensat. Har jag någon streak så kanske jag skulle skicka iväg någon snap själv. Ibland fortsätter jag kolla snap maps och public stories

Samtliga respondenterna initierar sitt användande av Snapchat genom att de fått en notifikation skickat till sig. Respondenterna nämner även att det är ofta via en notifikation som initierar användandet och i sin tur leder till att man fastnar i Snapchats flöde. Anton beskriver att han ofta kollar igenom mystories efter att han får en notifikation från Snapchat. Anton uttrycker sig följande:

Jo det har hänt att jag kollar igenom en massa stories efter att man fått en snap. Man kan fastna i mystories. Jag har vanligtvis mottagit ett meddelande från en

person eller grupp från en notifikation, kanske svarar. Sedan kollar igenom vilka stories som finns. Finns det nån liten nyhet här på Snapchat TV

Fortsättningsvis nämner Anton att han använder Snapchat som en del av ett större beteendemönster vilket inkluderar andra sociala medier som Facebook och Instagram. Anton säger att Snapchat vanligtvis är den sista biten av beteendemönstret. Sofia och Oskar beskriver sitt beteendemönster på Snapchat som mer av en zappande karaktär där interaktionerna är snabbare än på andra sociala medier. Carl beskriver sedermera att hans beteendemönster på Snapchat många gånger är ett resultat av ett större beteendemönster när han använder sociala medier. Dock nämner Carl att han inte använder Snapchats olika funktioner särskilt mycket utan primärt använder vanliga snaps och mystories in han beteendemönster. Oskar använder och har använt mer funktioner än Carl där han nämner att snapstreaks är vanligt inkluderande i hans beteendemönster. Oskar uttrycker sig enligt följande: ”Jag och en vän hade igång i över ett år våran snapstreak.” Han beskriver även likt Sofia att hans användande av Snapchat kan liknas vid ett zappande där interaktionerna är korta men väldigt aktiva och snabba.

4.5 Tidsanvändning och relationer på Snapchat

Snapchat används framförallt genom att kommunicera med nära vänner och med sin familj enligt respondenterna. Exempelvis så menar Erik på att han endast använder Snapchat för att bli notifierad av vad hans vänner håller på med. Liknande säger Hanna att Snapchat endast används för att kommunicera med nära familj och vänner, vilket också är något som Sofia antyder. Dock säger Anton att han primärt använder Snapchat för att komma i kontakt med nya vänner vilket är tvärtom än vad Erik, Hanna och Sofia säger. Anton uttrycker sig följande: ”Det är en bra inträdesbiljett för att prata med människor för saker och ting försvinner.”

Vidare nämner Måns att han primärt använder Snapchat av funktionella skäl för att hålla kontakt med vänner då han ofta befinner sig i olika ställen av Sverige. Carl uttrycker sig likt Måns där han nämner att han använder Snapchat för att hålla kontakt med vänner, dock färre nu än tidigare i hans liv.

Måns, Hanna och Sofia uttrycker alla att de använder Snapchat när de upplever någon form av tristess när det kommer till deras användande av Snapchat. Primärt tar detta sig uttryck i att användandet av filter och linser på Snapchat för att underhålla deras relationer med andra på Snapchat. Denna åsikt blev sedermera inte uttryckt hos de andra respondenterna och i allmänhet var intresset för användande av dessa funktioner låga. Hanna så uttrycker sitt användande av filter och linser på Snapchat enligt följande: ”Ibland använder jag filter och linser om de är humoristiska, Speciellt om jag är uttråkad.” Vidare beskrivs användandet av Snapchat även som ett sätt att bedriva tidsfördriv enligt Sofia. Det vill säga att användandet av Snapchat inte används av funktionella skäl utan endast som tidsfördriv. Sofia uttryckte sig följande:

När jag är riktigt uttråkad kan jag lätt hålla på med filter och linser och skicka det till mina närmsta kompisar. Primärt för tidsfördriv, komma bort från verkligheten lite. Lite beroende är man men inte så mycket som Instagram och Facebook.

Måns, Hanna och Sofia använder alltså funktioner såsom linser och filter på Snapchat likt många av de andra respondenterna men dock av en annan anledning som primärt grundar sig i tristess och allmänt tidsfördriv. Vidare berättar respondenterna att de använder Snapchat allt ifrån 5 till 50 gånger om dagen. Måns nämner att han använder Snapchat cirka 10 till 20 gånger medan Sofia säger att hon förmodligen använder Snapchat upp till 50 gånger om dagen. Oskar säger att han använder Snapchat upp till 20 gånger om dagen medans Carl använder Snapchat ungefär 15 gånger om dagen. Anton nämner att han öppnar Snapchat ungefär 10 gånger per dag och att interaktionen med Snapchat kan beskrivas som ”slö-kollande”. Erik nämner att han är inne på Snapchat cirka 4–5 gånger om dagen och att interaktionerna är intensiva. Erik uttrycker sig följande:

Jag är inne där ungefär 4–5 ggr om dagen. Oftast snabba interaktioner. Detta är något som ökat med åren, det vill säga, jag använder Snapchat mer nu än innan. Oftast är det på kvällen som jag använder Snapchat och då brukar det inte överstiga 10 minuter åt gången.

Det är bara endast Erik som säger att han tror sig ha ökat sitt Snapchat användande över åren. De andra respondenterna säger helt enkelt att de använde tjänsten mycket mer innan. Sofia säger att förr i tiden brukade hon hålla igång snapstreaks, precis som Oskar också beskriver. Carl ger följande beskrivning till varför han inte använder Snapchat så mycket numera:

Orsaken till att jag tog bort Snapchat från första början. Det kan vara värt att nämna att jag har två Snapchat konton. Detta eftersom jag först skämdes för det första kontots namn. Jag tycker det var störikt att ha så många händelser att kolla igenom. Nu så gjorde jag ett nytt konto. Med mindre vänner.

Generellt så kollar respondenterna på Snapchat när som helst under dagen då de blir notifierade av Snapchats notifikationer. Oftast så överstiger inte användandet av Snapchat per gång över 10 minuter, utan att interaktionerna är ofta snabba.

5 Analys och diskussion

I detta kapitel används studiens teoretiska ramverk för att förstå och förklara empirin. Det teoretiska ramverket innehåller fyra olika sätt att interagera med sociala nätverkssidor, vilka påverkar användarens hälsa: skrollande, notifikationer, tempo och gamification. Empirin kopplas till det teoretiska ramverket för att undersöka vilket användande som kan ge psykisk ohälsa.

5.1 Skrollande

I många skärm sammanhang så finns det en skrollfunktion. Vilket innebär en skärmbild som verkar större än vad som syns på skärmen och uppdateras automatiskt eller med hjälp av användarens verkan. Denna uppdatering av text, bilder och annan media sker oftast genom att man rullar på ett rullhjul på en datormus eller genom en swipe rörelse. Flertalet sociala nätverkssidor inkluderar ett evigt skrollande i sitt användande och på så vis saknar stopp i sitt flöde från systemet, vilket är en del av interaktionsdesignen. Samtliga respondenter beskriver användandet av Snapchat till stor del av bläddrande av text, bilder och videoinspelningar genom funktionen stories på Snapchat. Detta visas exempelvis genom att flera av respondenterna beskriver att de kontinuerligt kollar igenom samtliga mystories på Snapchat och beskriver att hon ofta fastnar i flöde som automatiskt uppdateras. Det är därmed möjligt att konstatera att respondenterna till stor del skrollar då de använder Snapchat, då kontinuerlig uppdatering av media sker.

Det finns förutsättningar för användare att vara inne på Snapchat i långa tidsintervaller och skrolla. Detta på grund av att det finns public stories, vilka är tillgängliga för alla Snapchat användare. De flesta av respondenterna har inte många vänner på Snapchat utan bara de närmaste, så deras stories tar slut snabbt. Det kan beskrivas som att respondenterna interagerar korta och intensivt stunder med Snapchat men gör det relativt ofta. De säger att innan använde de Snapchat mer, och Sofia säger till och med att hon inte vet någon över 25 års ålder som använder appen.

Enligt Rollenhagen (2019) så liknas zombie skrollande vid att användaren engagerar sig i ett ständigt letande av ny media att konsumera. Zombie skrollande är ett sorts beteendeberoende (Rollenhagen, 2019). Respondenterna beskriver inte sitt användande av Snapchat som ständigt letande av ny media. Då de har ett begränsat utbud av media att konsumera. De uttrycker även ett mindre intresse för att fortsätta leta mer media på de funktioner på Snapchat där flödet inte tar slut. Respondenterna har inte så många vänner på Snapchat längre och är inte intresserade av public stories så mycket mer utan använder hellre andra sociala nätverkssidor som har liknande tjänster. Sofia säger exempelvis att hon upplever Snapchat som privat och man har mest nära vänner där och vidare att han är medveten om public stories och att man kan få material

från företag och kändisar som kan hålla en kvar på plattformen längre. Dock skulle en användare ha väldigt många vänner skulle även vanliga stories kunna uppnå en väldigt stor mängd och möjligheten för zombie skrollande vara stor. Respondenterna använder emellertid inte Snapchat på detta vis.

Hur som helst använder Erik till exempel public stories för att döda tid. Public stories för honom är också en del av ett beteendemönster som han använder då alla hans ”vanliga” stories är slut. Även Anton ser hela Snapchat i sig som en del i en kedja av skrollande av sociala nätverkssidor. Han använder helt enkelt Snapchat efter han har kollat igenom Facebook och Instagram. Som nämnts ovan säger Rollenhagen (2019) att ett ständigt letande av ny media kan liknas vid ett beteende beroende. Denna beskrivning tar inte hänsyn till om man använder en specifik nätverkssida eller flera olika. Detta beteende som sträcker sig tvärs över sociala nätverkssidor generellt kan likna ett beteendeberoende och vilket ytterligare indikeras av att respondenterna beskriver sitt användande av Snapchat som ett förlängt användande av andra sociala nätverkssidor. Trots att respondenterna beskriver sitt skrollande av Snapchat som begränsat, så indikeras ett beroendebeteende då användandet av Snapchat är en del i ett generellt letande av ny information på olika sociala nätverkssidor.

Det finns tendenser från respondenterna av zombie skrollande, men på Snapchat är beteendet begränsat. Men vissa respondenter använder Snapchat som ett förlängt skrollande av sitt användande av sociala nätverkssidor i sin helhet. Ett zombie skrollande äger därför delvis rum. Detta kan vara problematiskt då beteendeberoende effekter mycket väl kan ge substansberoende och abstinens (Rollenhagen, 2019). Därav kan det konstateras att respondenterna delvis använder Snapchat med ett zombie skrollande vilket kan leda till beteendeberoende för individen.

5.2 Notifikationer

Notifikationer är en sorts påminnelse som berättar om något nytt har hänt som användaren på något sätt kan relateras till (Fitz et al., 2019). Snapchat använder sig av notifikationer som tar uppmärksamhet från användande när som helst under hela dagen. Enligt Oskar så använder han Snapchat även under samtliga tillfällen under en dag. Samtliga respondenter uttrycker att interaktion med Snapchat ofta initieras av utsända notifikationer. Vidare beror deras användande av Snapchat på hur många notiser de får skickat till sin mobil. Sofias användande börjar främst med en notis sen kollar hon igenom ytterligare material från andra stories. Det går därmed att konstatera att Snapchat i hög grad använder sig av notifikationer i sin interaktionsdesign med sina användare.

Mängden notiser beror i väldigt stor grad på mängden kompisar man har. Användandet av denna åldersgrupp pekar på att de inte har så särskilt stort nätverk på Snapchat. Vilket innebär

att antalet notiser blir färre än vad det skulle kunna vara för en yngre målgrupp. Respondenternas svar tyder också på att de har haft fler kompisar när de var yngre. Vissa säger att nära vänner och familjen är vilka de använder Snapchat med. De andra att de använde Snapchat mer innan och nu är användandet mer funktionellt. Oskar säger också att han får minst antal notiser på Snapchat jämfört med andra sociala nätverkssidor. Det går alltså inte från denna studie att säga att respondenterna har minskat sitt användande av sociala nätverkssidor, men däremot minskat sitt Snapchat användande.

Zoupanou och Rydstedt (2019) säger att notifikationer är problematiskt på arbetsplatsen, både fysiskt och psykiskt. Barroulett, Bernardin och Camos (2004) menar att själva akten att byta uppgifter, kräver extra mental kraft. Denna kognitiva last gör människor mer känsliga för nya distraherande stimuli. De menar få denna typ av stimuli i varierande intervall förstärker betydandet ännu mer och vara ständigt distraherad skapar en människa som har svårt att uppskatta det positiva i livet (Quoidbach, Berry, Hansenne & Mikolajczak, 2010). Respondenterna får dessa notiser när som helst under dagen under vilka omständigheter som helst i varierande intervall. Respondenterna som har jobb, får notiser på jobbet och använder tjänster därefter. De som har skola använder också Snapchat där. I och med att respondenterna använder Snapchat när som helst under dagen i varierande tidsintervall, så det kan konstateras att de utskickade notifikationerna från Snapchat är problematiska. Problematiken grundar sig primärt i att användare utsätts för en kognitiv last som bidrar till en ökad känslighet för stimuli. Denna problematik indikeras även av respondenterna själv som säger att Snapchats notifikationer initierar ett användande när som helst under dagen, även på sin arbetsplats och i skolan.

5.3 Tempo

I kasinovärlden kan erfarna spelare berätta om att farten på spelet spelar roll, de vill spela snabbt och de har känslan att de styr farten på spelet (Dow Schull, 2014). Många spelmaskiner anpassar sin fart på spelet efter spelarens fart. Då människorna bakom maskinerna vet att ge spelarna illusionen av kontroll över spel rytmen ökar deras tidskonsumtion generellt sätt. Detta liknas vid användandet av sociala nätverkssidor då information konsumeras snabbt och redan är på väg till nästa inlägg att konsumera. Det finns också forskning inom spel där man pratar om fart och frekvenser (high pace) av belöningar, speciellt inom ”massively multiplayer online role playing games” (Hahn et al., 2014).

Interaktionerna med Snapchat är korta för respondenterna. Det har varit svårt att fråga om hur tempot på Snapchat ser ut då det måste ställas mot andra sociala nätverkssidor. Två av respondenterna säger hur som helst att det är mer zappande på Snapchat än på andra sociala nätverkssidor. Alltså man är aktivt involverad i användandet och det går snabbare. Detta är en viktig upptäckt då det har konstaterats i tidigare forskning att beroende av sociala nätverkssidor finns mer frekvent hos sociala nätverkssidor där tempot är högt och kommunikation mestadels sker med bilder och symboler (Beryl et al., 2019). Det kan på så vis konstateras att Snapchat har liknande inslag av tempo som i kasinovärlden, då tempot intensifieras av detta aktiva

användande. Respondenterna antyder även att deras användande av Snapchat ger en feedback i form av belöningar vilket ytterligare stärker liknelserna man spel konsumtion i kasinovärlden.

Forskning visar att de flesta som är beroende av sociala nätverkssidor använder dessa tjänster mest på mobilen (Pellikka, 2014). Det visar sig också finnas tendenser att de nätverkssidor med mest intensiv kommunikation används mest av de som har konstaterats vara beroende (Pellikka, 2014). Det finns även forskning som har visat sociala nätverkssidor beroende existerar främst hos de tjänster där takten är hög och kommunikationen sker mestadels med bilder och symboler, former som ger snabb emotionell tillfredsställelse (Noë et al., 2019).

Kommunikationen hos användarna består mest av bilder med text på. Ibland med redigering av dessa bilder med hjälp av filter och linser. Måns säger exempelvis att han använder Snapchat när han behöver skicka något med bild eller videospelning och att han redigerar med Filter och Linser när han har tråkigt. Respondenterna uttrycker det som att Snapchats hela idé är att kunna skicka Snaps på enkelt och snabbt sätt mellan användare och används även på detta sätt av respondenterna. Några av respondenterna säger också att de zappar mer på Snapchat än andra sociala nätverkssidor. Vilket pekar på att den aktiva användartakten är hög, vilket tillsammans med den intensiva bild konsumtionen blir problematisk och kan leda till beroende. Detta i sig enligt forskning är problematiskt, eftersom det kan vara beroendeframkallande för användaren.

5.4 Gamification

Gamification kan kort sammanfattas som ”The use of game design elements in non game context” Dessa spelelement har denna studie valt att se ifrån Huotari och Hamari (2017) definition. De menar att gamification handlar om paketering av tjänsten och att huvudfunktionerna av tjänsten blir toppade av spelelement. Gamification skapas alltså när huvudfunktioner blir utökade med nya funktioner som är spel liknande. Detta fenomen förekommer ofta på sociala nätverkssidor och kommer i olika former En typ av spelelement kallas ”badges” eller ”achievements” och översätts som troféer på svenska, och är vanligt inom sociala nätverkssidor. Badges har fem primära funktioner enligt Antin och Churchill (2011): rykte, instruktioner, bekräftelse, gruppidentifikation och målsättning.

Snapstreak funktionen på Snapchat, räknar ens aktivitet med andra användare liknas vid ett spelelement som belönar ens ”streak” med fräcka emojis och är ett spelelement. Filter och linser som är ett verktyg, där man tillåts redigera ens bilder med effekter och teman, är ett tillägg som också är underhållande och kan argumenteras som spel liknande. Respondenterna berättar att de vet vad snapstreak är för funktion. Respondenterna är dock så inte intresserade av snapstreaks längre (bortsett från Erik). De säger att det var mer intressant i början då Snapchat kom, men inte nu längre. Exempelvis säger en av respondenterna sa att hon har haft ett rekord

på snapstreak med en vän på över ett år. Så det finns skäl att tro att snapstreak innan har varit en faktor som ökat hennes användande av tjänsten. Många av respondenterna använder Filter och Linser. Samtliga respondenter uttrycker att de använder filter och linser när de är uttråkade. Måns säger exempelvis han bara använder filter om han är riktigt uttråkad.

Det är problematiskt med dessa spel element, framför när användare tar de för seriöst och tävlar med andra användare. Det kan leda till problem i förhållande och skapa avundsjuka och social stress bland unga människor (Vaterlaus et al., 2016). Dessa spel är inte bara poäng och statistik för många unga människor utan bevis på popularitet (Charoensukmongkol, 2018). Respondenterna visar inga tecken på att de tar några spelelement på Snapchat seriöst. Snarare tvärtom, de tycker de är barnsliga och inte intressant längre. Om de använder funktionen filter och linser är de uttråkade. Det finns alltså inga tendenser på att Snapchats funktioner som liknas vid spel skulle vara problematiska för respondenterna.

5.5 Sammanfattning av analys

Av analysen går det att konstatera följande:

- (1) Att ett zombie skrollande äger rum eftersom vissa av respondenter använder, till mestadels, Snapchat som ett förlängt skrollande av sitt användande av sociala nätverkssidor i stort. Detta beteende kan leda till beteendeberoende för användaren och effekter liknande det vid substansberoende och abstinens.
- (2) På grund av att Snapchat i hög grad använder sig av notifikationer i sin interaktionsdesign gentemot sina användare och att notifikationer är den primära faktorn för initiering av användande för respondenterna, kan det konstateras att användandet kan vara problematiskt. Den negativa följden grundar sig primärt i att användare utsätts för en kognitiv last som bidrar till en ökad känslighet för stimuli. Denna problematik indikeras även av respondenterna själv som säger att Snapchats notifikationer initierar ett användande när som helst under dagen, även på sin arbetsplats och i skolan.
- (3) Respondenterna visar få tecken på att de tar några spelelement på Snapchat seriöst. De tyder snarare på tvärtom, där spel liknande funktioner inte är intressanta. Det finns alltså inga tendenser på att Snapchats funktioner som liknas vid spel skulle vara problematiska för respondenterna. På grund av att respondenterna till stor del använder Snapchat genom att zappa pekar på att den aktiva användartakten är hög och blir tillsammans med den intensiva konsumtionen problematisk och kan enligt forskning vara beroendeframkallande.

6 Slutsats och vidare forskning

6.1 Slutsats

Syftet med denna studie är att undersöka huruvida unga användare interagerar på sociala nätverkssidor på ett sätt som påverkar psykisk ohälsa. Studiens utgångspunkt är att om vi kan få en bättre bild av hur unga användare interagerar med sociala nätverkssidor kan vi med hjälp av tidigare forskning knyta an till de negativa följderna som forskningen pekar på att interaktion med sociala nätverkssidor ger för unga människor. Forskningsfrågan som behandlats för att uppfylla syftet är: Hur interagerar unga användare med sociala nätverkssidor (Snapchat) och vilket användande kan ge psykisk ohälsa?

Svaret på frågeställning som behandla i denna studie är att unga användare interagerar delvis med sociala nätverkssidor genom ett zombie användande, ett initierande av notifikationer och zappande med en hög användartakt. Dessa beteenden kan bidra till psykisk ohälsa på grund av att zombie användande och att interagera med en hög användartakt kan leda till beroendeframkallande beteenden samt att användande initierat av notifikationer kan leda till en ökad känslighet för stimuli. Dessa slutsatser pekar på att interagerande med sociala nätverkssidor påverkar unga användares psykiska hälsa och bidrar därigenom till ökad kunskap om sociala nätverkssidor negativa effekter för unga användare.

6.2 Studien begränsningar och vidare forskning

Denna studie indikerar på att det finns en problematisk relation mellan användande av sociala nätverkssidor och påverkan på unga användares hälsa. Det behövs emellertid fortsättas att göra studier gällande interaktionsdesign av flera typer av sociala nätverkssidor än endast Snapchat för att kunna dra mer välgrundade slutsatser. Detta på grund av att interaktionen med sociala nätverkssidor verkar användas via ett liknande beteendemönster över olika nätverkssidor men även att det finns specifika beteendemönster som rör enskilda sociala nätverkssidor. Denna studie ger endast indikationer om problem angående ungas användande av sociala nätverkssidor och inte fastslår generella konsekvenser för individens hälsa. Studien är i den mån begränsad då den endast intervjuar respondenter mellan 20–25 år och endast om användandet på en av flera sociala nätverkssidor som de använder. Dock kan studien verka som grund för vidare forskning för att skapa en mer detaljerad och välgrundad bild kring hur sociala nätverkssidor påverkar människors psykiska hälsa.

För att ytterligare förklara och förstå sig på hur användandet av sociala nätverkssidor påverkar människors psykiska hälsa hade det varit intressant att genomföra en mer omfattande kvalitativ

studie som fokuserar på olika sociala nätverkssidors funktioner gemensamt över olika plattformar. En sådan studie hade kunnat komplettera denna studie genom att undersöka ett större empiriskt underlag som kan resultera i mer generaliserbara slutsatser.

Referenslista

- Altuwairiqi, M., Arden-Close, E., Jiang, N., Powell, G., & Ali, R. (2019). Problematic Attachment to Social Media: the Psychological States vs Usage Style. In 13th International Conference on Research Challenges in Information Science (RCIS) Research Challenges in Information Science.
- Alvehus, J. (2019). *Skriva uppsats med kvalitativ metod*. En handbok. Sockholm: Liber.
- Antin, J. & Churchill, E. F. (2011). *Badges in social media: A social psychological perspective*. In CHI 2011 Gamification Workshop Proceedings. Vancouver, BC, Canada.
- Antons, S. & Matthias, B. (2020). Inhibitory control and problematic Internet-pornography use: The important balancing role of the insula. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(1), s. 58–70.
- Antti, O., Tye, R., Lingyi, Ma., & Eeva, R. (2012). Habits make smartphone use more pervasive. *Personal & Ubiquitous Computing*, 16(1), s. 105–114.
- Arvola, M. (2016). *Interaktionsdesign och UX: Om att skapa en god användarupplevelse*. Lund: Studentlitteratur.
- Baltaci, Ö. (2019). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4), s. 73–82.
- Banjanin, N., Banjanin, N., Dimitrijevic, I., & Pantic, I. (2015). Relationship between internet use and depression: Focus on physiological mood oscillations, social networking and online addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 43, s. 308–312.
- Barrouillet, P., Bernardin, S., & Camos, V. (2004). Sharing in Adults' Working Memory Spans. Time Constraints and Resource. *Journal of Experimental Psychology*, 133(1), s. 83–100.
- Barry, C. T., Sidoti, C. L., Briggs, S. M., Reiter, S. R., & Lindsey, R. A. (2017). *Adolescent social media use and mental health from adolescent and parent perspectives*. *Journal of Adolescence*, 61, s. 1–11.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2010). Social Network Sites: Definition, History and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13, s. 210-230.
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Stockholm: Liber.
- Charoensukmongkol, P. (2018). The Impact of Social Media on Social Comparison and Envy in Teenagers: The Moderating Role of the Parent Comparing Children and In-group Competition among Friends. *Journal of Child & Family Studies*, 27, s. 69–79.
- Coyne, S. M., Rogers, A. A., Zurcher, J. D., Stockdale, L., & Booth, M. (2020). Does time spent using social media impact mental health?: An eight year longitudinal study. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106160>
- Daria J. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet and Gaming Addiction: A Systematic Literature Review of Neuroimaging Studies. *Brain Sciences*, 2(3), s. 347-374.
- Denscombe, M. (2000). *Forskningshandboken. För småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. Lund: Studentlitteratur.

- Deterding, S., Dixon, D., Khaled, R., & Nacke, L. (2011). From game design elements to gamefulness: defining "gamification". Proceedings of the 15th International Academic Mind-Trek Conference: Envisioning Future Media Environments (pp. 9–15). <https://doi.org/ludwig.lub.lu.se/10.1145/2181037.2181040>
- Dow Schull, N. (2014). *Addiction by Design: Machine Gambling in Las Vegas*. Princeton: Princeton University Press.
- Elton-Marshall, T., Leatherdale, S. T., & Turner, N. E. (2016). An examination of internet and land-based gambling among adolescents in three Canadian provinces: results from the youth gambling survey (YGS). *BMC Public Health*, 16(277), s. 2–10. DOI 10.1186/s12889-016-2933-0
- Emojipedia. (2020). <https://emojipedia.org/Snapchat/> [2020-04-07]
- Encyclopedia. (2020). *Encyclopedia.com*. <https://www.encyclopedia.com/science-and-technology/computers-and-electrical-engineering/computers-and-computing/scroll> [2020-04-05]
- Fitza, N., Kushlevb, K., Jagannathana, R., Lewisa, T., Paliwala, D., & Arielya, D. (2019). Batching smartphone notifications can improve well-being. *Computer in Human Behavior*. DOI: 10.1016/j.chb.2019.07.016
- Gonidis, L., & Sharma, D. (2017). Internet and Facebook related images affect the perception of time. *Journal of Applied Social Psychology*. 47(4), s. 224–231.
- Gosling, J. A. (2019). <https://www.youtube.com/watch?v=1CsTH9S79qI> [2020-05-12]
- Hahn, T., Notebaert, K. H., Dresler, T., Kowarsch, L., Reif, A., & Fallgatter, A. J. (2014). Linking Online Gaming and Addictive Behavior: Converging Evidence for a General Reward Deficiency in Frequent Online Gamers. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 8. Doi:10.3389/fnbeh.2014.00385
- Hallin, A., & Helin, J. (2018). *Intervjuer*. Lund: Studentlitteratur.
- Huotari, K., & Hamari, J. (2017). A definition for gamification: anchoring gamification in the service marketing literature. *Electronic Markets*, 27(1), s. 21-31.
- Internetstiftelsen. (2017). *Svenskarna och internet 2017. Undersökning om svenskarnas internetvanor*. Internetstiftelsen i Sverige. https://internetstiftelsen.se/docs/Svenskarna_och_internet_2017.pdf
- Johannessen, A., Tufte, A., & Christoffersen, L. (2020). *Introduktion till samhällsvetenskaplig metod*. Stockholm: Liber.
- Lanier, J. (2018). *Tio skäl att genast radera dina sociala medier*. Stockholm: Mondial.
- Liefoghe, B., Barrouillet, P., Vandierendonck, A., & Camos, V. (2008). Working memory costs of task switching. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 34(3), s. 478-494.
- Noë, B., Turner, D. L., Linden, D. E. J., Allen, S. M., Winkens, B., & Whitaker, R. M. (2019). Identifying Indicators of Smartphone Addiction Through User-App Interaction. *Computers in Human Behavior*, 99, s. 56–65.
- Omnicores. (2020). <https://www.omnicoreagency.com/instagram-statistics/> [2020-04-15]
- Patton, M. Q. (1987). *How to use qualitative methods in evaluation*. London: Sage.
- Pellikka, H. (2014). *Gamification in social media*. Diss. Oulu: University of Oulu. Oulu Department of Information Processing Science. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201405281545.pdf>
- Preece, J., Rogers, Y., & Sharp, H. (2002). *Interaction Design. Beyond human-computer interaction*. New York: John Wiley Sons Inc.

- Quoidbach, J., Berry, E. V., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2010). Positive emotion regulation and well being: Comparing the impact of eight savoring and dampening strategies. *Personality and Individual Differences*, 49(5), s. 368–373.
- Rennstam, J., & Wästerfors, D. (2018). *Från stoff till studie: om analysarbete i kvalitativ forskning*. Lund: Studentlitteratur.
- Rollenhagen, S. (2019). *Scrollzombies: hur beroendet av sociala medier styr våra liv*. Jönköping: Ehrlin Publishing.
- Shifman, L. (2013). *Memes in digital culture*. Boston: MIT Press.
- Snapcaht. (2020). <https://www.Snapchat.com/l/sv-se/create> [2020-04-18] Support Snapchat (2020). Support. Snapchat.com. <https://support.Snapchat.com/sv-SE/i-need-help> [2020-04-12]
- Staustrup, P. (2020). <http://staustrup.se/blog/sociala-medier/Facebook-statistik-for-2019/> [2020-04-10]
- Statista. (2018). <https://www.statista.com> [2020-04-12]
- Svenskarna och internet. (2017). <https://svenskarnaochinternet.se/rapporter/svenskarna-och-internet-2017/kommunikation-och-sociala-plattformar/anvandning-av-sociala-plattformar/> [2020-05-06]
- Swedish Standards Institute (SIS). (2010). Ergonomi vid människa-systeminteraktion (ISO 9241-11:2018). Stockholm: SIS.
- Tang W. Y., Reer, F., & Thorsten, Q. (2020). The interplay of gaming disorder, gaming motivations, and the dark triad. *Journal of Behavioral Addiction*. DOI:10.1556/2006.2020.00013
- Taplin, J. (2017). *De ansvarslösa. Hur Google, Facebook och Amazon kapade nätet och tog över våra liv*. Stockholm: Volante.
- Teknikfik. (2020). Teknikfik.se. <https://teknifik.se/2018/08/Snapchat-forklarat-for-vuxna/> [2020-04-10]
- Turel, O., & Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5), s. 512–528.
- Twenge, J. M., Joiner, T. E., Rogers, M. L., & Martin, G. N. (2018). Increases in depressive symptoms, suicide-related outcomes, and suicide rates among US adolescents after 2010. and links to increased new media screen time. *Clinical Psychological Science*, 6 (1), s. 3–17.
- Vaterlaus, H. M., Barnett, K. Roche, C., & Young, J. A. (2016). Snapchat is more personal: An exploratory study on Snapchat behaviors and young adult interpersonal relationships. *Computer in Human Behavior*, 62, s. 594-601.
- Wiederhold, B. K. (2018). Stop Scrolling, Start Living: The Growing Reality of Internet Addiction Disorder. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(5), s. 279–280.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, s. 41–49.
- Youtube. (2020). <https://www.youtube.com/watch?v=G3bucX4W-Wk> [2020-04-01]
- Zoupanou, Z., & Rydstedt, L. W. (2019). The mediating and moderating role of affective rumination between work interruptions and well-being. *Work*, 62(4), s. 553–561.

Bilaga 1: Intervjuguide

1.1 Formalia

Följande information gavs till respondenten vid ett inledande möte innan intervjun: Jag är en student från Lunds Universitet som studerar mitt sista år på det systemvetenskapliga programmet där jag för närvarande arbetar med att skriva min kandidatuppsats. Syftet med denna studie är att undersöka området interaktionsdesign genom att öka kunskapen om hur unga användare interagerar på sociala nätverkssidor och hur det kan påverka ens välmående.

Innan intervjun påbörjades valde jag att först bestämma en ungefärlig intervjutid med respondenten. Jag förklarade sedan vad detta intervjumaterial kommer att användas till samt att det kommer bli en offentlig handling. Vidare informerade jag respondenten om sekretessen som gällde angående intervjun (behandling av materialet) och förklarade att intervjun är av en semistrukturerad karaktär vilket innebär en tillåtelse av diskussion och följdfrågor.

1.2 Inledande fas av intervjuer

Vid den inledande fasen av intervjuerna så frågade jag respondenten följande frågor:

- Hur ofta använder du Snapchat och vad är din ålder?
- Hur länge har du varit en användare av Snapchat?

1.3 Huvudfasen innehållandes intervjufrågor

1. Hur är din syn på Snapchat som applikation?
2. Hur ser dina interaktioner ut med Snapchat?
3. Hur ofta sker dina interaktioner med Snapchat?
4. Hur använder du de olika funktionerna av Snapchat?
5. Vad letar du efter när du använder de olika funktionerna på Snapchat?
6. På vilket sätt brukar du interagera med Snapchat ur ett tidsperspektiv?
7. Hur börjar och avslutar du din interaktion med Snapchat?

8. Hur initierar du dina interaktioner med Snapchat?
9. Hur ser dina omständigheter ut när du använder Snapchat?

1.4 Avslutningsfas

I den avslutande fasen av intervjun så frågade jag respondenten frågor angående tillägg av information och om det är godkänt att jag återkommer med frågor för att komplettera respondentens svar vid ett senare skede.

- Är det något som du vill ta upp?
- Får vi återkomma med frågor om det är något som vi inte förstår?

Bilaga 2: Intervjuprotokoll

Medverkande respondenter:

Respondent 1 (Måns)

Respondent 2 (Erik)

Respondent 3 (Hanna)

Respondent 4 (Anton)

Respondent 5 (Sofia)

Respondent 6 (Oskar)

Respondent 7 (Carl)

2.1 Intervjuprotokoll 1

Respondent 1, Måns

<i>Nummer</i>	<i>Tema</i>	<i>Person</i>	<i>Svar</i>
1	Generellt	AM	Hur är din syn på applikationen Snapchat?
2		Måns	Jag gillar inte att använda Snapchat, jag använder det eftersom hela min krets i min studentstad använder den. Man samtalar via den istället för att

			ringa. Många människor är konfrontationsrädda och de gillar att skriva bakom en skärm.
3		AM	Du använder alltså applikationen för att få kontakt med folk?
4		Måns	Nä för att jag måste, När jag är här använder jag den knappt. Alla här i min stad där jag är uppväxt är äldre och använder inte Snapchat.
5	Tempo	AM	Hur ser dina interaktioner ut med Snapchat?
6		Måns	Väldigt korta och meningslösa.
7	Tempo	AM	Ge exempel på hur du använder Snapchat
8		Måns	Bara när jag ska skicka någonting jag

			inte kan skriva, bild. Eller bara för att anpassa mig efter min kolleger i min studentstad.
9		AM	När du väl använder Snapchat hur länge använder du appen innan du lägger dig ifrån telefonen så att säga.
10		Måns	I Studentstaden använder jag det ofta, Jag och mina vänner använder Snap Map. Jag kan kolla var någon är så att jag potentiellt inte stör. När jag gengerellt använder appen så är det sällan. Jag kollar vad jag har fått och finns det något jag orkat svara på så gör jag det.

11		AM	Hur många gånger om dagen sätter du igång appen?
12		Måns	1-2ggr om dagen här, i Studentstaden mellan 10 till 20 ggr.
13		AM	Är tempot avslappnande
14		Måns	Ja
15		AM	Är interaktionen med Snapchat under ett snabbt tempo?
16		Måns	Nä, det väljer man ju själv. Men jag vill mest få allt ur vägen. Är det något jag behöver besvara. Idag använde jag det för en diskussion om ett skolarbete.
17	Gamification	AM	Vilka funktioner använder du på Snapchat?
18		Måns	Ja jag använder Filter, men bara om jag är riktigt uttråkad, eller spelar

			jag in meddelanden när jag inte orkar skriva. Om jag försöker få information om något skolämne.
19		AM	Använder du Public Stories?
20		Måns	Ja public stories använde jag i början, då man fick en insyn i vissa kändisars liv. Sen insåg man att varenda människa på den gjord lever bara ett liv.
21	Gamification	AM	Är det något speciellt du letar efter när du använder Snapchat?
22		Måns	Nä jag vet att det finns snapsstreaks och bästa vänner, men det bryr jag mig inte alls om. De människorna jag bryr mig om använder ju inte Snapchat.

23	Skrollande	AM	Hur initierar du Snapchat eller avslutar du Snapchat?
24		Måns	Jag har en apple watch så jag ser notifikationerna direkt.
25		AM	Brukar du initiera brukandet själv eller får du en notis?
26		Måns	Väldigt sällan initierar jag något själv, jag ringer mest. Gillar inte att vänta.
27	Notifikationer	AM	Hur ser dina omständigheter ut då du använder Snapchat?
28		Måns	När jag pluggar, överallt. Det händer dock att när jag känner mig avslappnad och tar en kaffe en kväll att jag tar en bilder på

			Snapchat och lägger ut på min storie. Visa att jag glassar med livet. Jag bemöter oftast snaps genom att vara artig.
29		AM	Det finns inga andra funktioner du brukar använda?
30		Måns	Nä jag försöker komma ifrån Sociala medier.
31		AM	Har du försökt ta bort Snapchats notiser?
32		Måns	Nä men jag har tagit bort applikationen i början av mitt studerande på högskola. Snapchat påverkade min skolgång då det störde mitt plugg. Jag fick notiser hela tiden på min apple watch. Jag laddade ner appen igen eftersom så många använder det. Många

			föreningar här på högskolan använder Snapchat som kommunikationsplattform.
--	--	--	--

2.2 Intervjuprotokoll 2

Respondent 2, Erik

<i>Nummer</i>	<i>Tema</i>	<i>Person</i>	<i>Svar</i>
1	Generellt	AM	Hur är din syn på Snapchat som applikation?
2		Erik	Snapchat är primärt ett sätt för mig att bli notifierade vad min vänner och och vad som försiggår i min omgivning. Man kan säga att det är ett sätt att uppdatera vad som sker i min omgivning. Det används även som ett sätt för mig att kommunicera med min vänner, även fast jag oftast använder andra typer av kommunikationsmedel för detta.
3	Tempo	AM	Okej, tackar för det. Men hur ser dina interaktion med Snapchat ut?
4		Erik	Oftast när jag använder Snapchat kollar jag My stories. Jag uppdaterar mig om på vad människor har lagt ut.
5		AM	Hur ser det ut mer faktiskt när du interagerar med Snapchat?

6		Erik	Jag startar applikationen och ser vad folk har skickat till mig. Sen går jag och kollar på My stories. Ibland Snap Map, men inte så ofta. Ibland kollar jag Public stories när jag vill kolla ännu mera.
7	Tempo	AM	Hur ofta sker dina interaktioner med Snapchat?
8		Erik	Jag är inne där ungefär 4-5 ggr om dagen. Oftast snabba interaktioner
9		AM	Men ibland säger du att inkorgen inte är nog då du vill fortsätta kolla på Public stories?
10		Erik	Ja då vill jag döda tid
11	Skrollande	AM	Vet du verkligen hur lång tid du håller på då?
12		Erik	Nej nog max 5 min, men ibland längre det beror på.
13	Gamification	AM	Hur använder du de olika funktionerna på Snapchat?
14		Erik	Jag skickar Snaps fram och tillbaka, vill dela med mig av roliga händelser. Ibland kommunikation, men den är ofta inte så informativ
15		AM	Men det finns även fler funktioner som filter och linser, Snapstreak, Friends emojis, använder du dess tilläggfunktioner?
16		Erik	Ibland håller jag igång SnapStreaks
17		AM	Letar du efter dessa Snapstreak symboler?
18		Erik	Ibland lägger jag märke till dessa symboler men det är inget jag letar efter.

19	Gamification	AM	Vad letar du efter när du använder Snapchat och dess olika funktioner?
20		Erik	Jag letar specifikt efter nya Snaps i min inkorg. Vissa personer på Stories
21		AM	Är dessa personer idoler?
22		Erik	Ja, men oftast bara kompisar
23		AM	På vilket sätt brukar du interagera med Snapchat ur ett historieperspektiv?
24		Erik	Jag använder mer ofta än innan. Mitt användande har ökat
25		AM	Hur länge har du haft appen?
26		Erik	5 år.
27	Skrollande	AM	Hur börjar du och avslutar du din interaktion med Snapchat?
28		Erik	Jag börjar med att jag får in en notifikation. Det kan vara vad som helst, så länge som jag ser symboler så

			trycker jag på den. När jag väl är inne så checkar jag igenom min inkorg på Snaps. Sen kollar jag my stories. Jag avslutar med att kolla igenom alla myStories som finns. Så att det är rensat. Har jag någon streak så kanske jag skulle skicka iväg någon Snap själv. Ibland fortsätter jag kolla Snap Maps och public stories.
29	Notifikationer	AM	Brukar du själv initiera Snaps?
30		Erik	Ibland gör jag det själv, men oftast blir det en följd av att jag fått en interaktion.
31	Notifikationer	AM	Hur ser dina omständigheter ut när du använder Snapchat?
32		Erik	Inga speciella omständigheter.
33		AM	När som helst alltså? När du jobbar också?
34		Erik	Ja när jag jobbar.

2.3 Intervjuprotokoll 3

Respondent 3, Hanna

<i>Nummer</i>	<i>Tema</i>	<i>Person</i>	<i>Svar</i>
1	Generell	AM	Hur är din syn på Snapchat som applikation?
2		Hanna	Jag tycker den är outdated. Jag använder inte Snapchat så mycket längre
3	Tempo	AM	Hur initierar du dina interaktioner med Snapchat?
4		Hanna	Oftast får jag snaps från andra, då jag använder jag de. Eller initierar jag själv om jag har något kul att dela med mig av.
5		AM	Hur ser ett typiskt händelseförlopp ut på Snapchat från början till slut?
6		Hanna	Jag öppnar en Snap jag fått från någon

			annan sen skickar jag en respons på det. E det en vanlig bild tar jag bara en vanlig bild tillbaka. Eller har dom ställt en fråga svarar jag på det.
7		AM	Brugar du fortsätta använda Snapchat efter att du har svarat?
8		Hanna	Ibland brukar jag också använda Snap Map eller SnapMemories
9	Gamification	AM	Vilka tilläggsfunktioner använder du på Snapchat?
10		Hanna	Jag använder isåfall Snap Map eller Snapmemories. Ibland använder jag filter och linser om de är humoristiska. Speciellt om jag är uttråkat.

11	Gamification	AM	Vad letar du efter när du använder Snapchat?
12		Hanna	Roliga Filter om jag är uttråkad
13		AM	Letar du efter andra symboler så som Snapstream och friend emojis?
14		Hanna	Sånt tittar inte jag på
15	Skrollande	AM	Hur länge tror du att du använder Snapchat i taget?
16		Hanna	Ett par minuter max.
17		AM	Vet du om det finns vissa omständigheter där du spenderar mer eller mindre tid med Snapchat?
18		Hanna	När det har varit faktiska konversationer i chatten
19		AM	Vilka människor använder du Snapchat med?

20		Hanna	Nära vänner och familj bara
21	Skrollande	AM	Hur ofta använder du Snapchat?
22		Hanna	Varje dag, kanske fem gånger.
23		AM	Har din konsumtion av Snapchat ändrats sen du först laddade ned appen?
24		Hanna	Ja, det har ändrats jättemycket. Först använde jag det mycket mer frekvent, ifrån hela tiden med många olika människor. Till att knappt använda tjänsten.
25		AM	Varför tror du att det har ändrats?
26		Hanna	Jag blev uttråkad av tjänsten och det tog för mycket energi. Det började kännas outdated och började kännas barnsligt.

27	Notifikationer	AM	Hur ser dina omständigheter ut när du använder Snapchat?
28		Hanna	Vid formella tillfällen tar jag inte fram Snapchat

2.4 Intervjuprotokoll 4

Respondent 4, Anton

<i>Nummer</i>	<i>Tema</i>	<i>Person</i>	<i>Svar</i>
1	Generell	AM	Hur är din syn på Snapchat som applikation och vad använder du den för?
2		Anton	Det jag använder Snapchat för, det har förändrats mycket över åren också. När det först kom ut var det bara en kul grej att man skickade att möjligt skit, bara för att det snabbt kunde försvinna. Nu har Snapchat mer börjat användas för att

			<p>träffa någon ny som man inte känner så väl. Om du träffar en ny tjej eller en ny polare på universitetet. Det blir ganska oskuldsfullt att använda Snapchat. Sen är det smidigt då man ska träffa vänner genom att kolla på kartan, är dom hemma eller borta. Hela den här grejen med mystories tycker jag har försvunnit lite imed att instagram har blivit så stort med sitt story där.</p>
3	Tempo	AM	<p>Hur ser dina interaktioner med Snapchat ur ett tidsperspektiv?</p>
4		Anton	<p>De tre stora SNS är 40% fb, 50% insta, och 10% Snapchat. Jag får minst antal notiser från Snapchat jämfört med de</p>

			andra sociala medierna jag använder. På Facebook och instagram blir det mycket mer flödesskrollande. Det finns ju SnapTV och public story där man kan kolla i evigheter, men jag känner mig inte lika manad till det.
5		AM	Hur många interaktioner har du per dag? Och vad triggas dom.
6		Anton	Jag kanske öppnar Snapchat 10 gånger om dagen ungefär. Det blir mycket slö kollande vid TV:en Jag tycker Snapchats flöde är mer begränsat än Facebook och Instagram.
7		AM	Det finns tilläggfunktioner

			som Snapstreak och Snapfriends, använder du dom?
8		Anton	Jag gjorde det ofta tidigare. Man fick olika emojis beroende på hur ofta man chatta med varandra osv. I med minskandet av användandet har det försvunnit. Nu är användandet funktionellt. Ofta använder jag kartan för att se om folk hemma då jag vill hitta på någonting.
9	Gamification	AM	Vad letar du efter när du använder Snapchat?
10		Anton	Det är en bra inträdesbiljett för att prata med människor för saker och ting försvinner.
11		AM	Har du kommit på dig att vara inne på

			Snapchat längre än din initiala tanke?
12		Anton	Jo det har hänt att jag kollar igenom en massa stories efter att man fått en Snap. Man kan fastna i mystories.
13	Notifikationer	AM	Hur initierar du interaktionen med Snapchat och hur avslutar du den?
14		Anton	Mottagit ett meddelande från en person eller grupp från en notifikation, kanske svarar. Sedan kollar igenom vilka stories som finns. Finns det nån liten nyhet här på Snapchat TV.
15		AM	Hur långtid brukar detta ta?
16		Anton	allt mellan 3 till 7 min

17		AM	Under vilka omständigheter använder Snapchat?
----	--	----	---

2.5 Intervjuprotokoll 5

Respondent 5, Sofia

<i>Nummer</i>	<i>Tema</i>	<i>Person</i>	<i>Svar</i>
1	Generell	AM	Hur är er syn på Snapchat?
2		Sofia	Jag tycker att det är en jävligt häftig app, Dom var egentligen dom första med att skicka bilder på detta sättet. När jag gick i gymnasiet var det fortfarande så att man skickade bilder genom. Vi använde det mycket då jag var i London.
3		AM	Vad tror ni om Snapchat i framtiden?
4		Sofia	Man växer ur det, jag känner ingen

			över vår ålder som använder det.
5	Notifikationer	AM	Hur brukar ni initiera användandet med Snapchat?
6		Sofia	Jag vet faktiskt inte, oftast genom notiser eller helt enkelt att något roligt händer som man ser. Det är där man börjar
7	Skrollande	AM	Hur ser ett typiskt Händelseförlopp ut med Snapchat?
8		Sofia	Korta intensiva interaktioner. En grej är ju att allt raderas att göra.
9		AM	Du brukar inte ha ett typiskt beteendemönster?
10		Sofia	Man kan få stories från företag och kändisar som kan hålla en på plattformen längre. Men det är inget jag

			gör idag men innan gjorde jag det.
11	Gamification	AM	Använder du andra tilläggfunktioner
12		Sofia	När jag är riktigt uttråkad kan jag lätt hålla på med filter och linser och skicka det till min närmsta kompisar.
13	Gamification	AM	Vad letar du efter när du använder Snapchat.
14		Sofia	Tidsfördriv, komma bort från verkligheten lite. Lite beroende men inte så mycket som Instagram och Facebook.
15		AM	Kollar du efter Snapsstreak och Friends Emojies?
16		Sofia	När det kom ut var det en del som höll på med detta och ville hålla eld

			emojies igång, man fick andra emojies då
17	Skrollande	AM	Hur länge tror du att du använder Snapchat i taget?
18		Sofia	Mellan 20 sekunder och en minut max
19		AM	Om du chillar framför TV:en då?
21		Sofia	Nä rätt sällan, ett vanligt beteende vi har är skrollande men det kan man inte göra riktigt på Snapchat då appen inte riktigt har en feed på det sättet som Instagram och Facebook har. Jag har kanske 40 vänner på Snapchat och det blir ju typ 5 stories om dagen.
22		AM	Brukar du kolla igenom dom?
23		Sofia	Ja det brukar jag men det går rätt så

			snabbt. Se en notis kolla lite stories.
24		AM	Är intensiteten hög på Snapchat?
25		Sofia	Nä
26		AM	Känns det som om det ingår mycket zappande i användandet av Snapchat?
27		Sofia	Ja jag zappar mer på Snapchat än Instagram. Designen är bättre på Instagram. Och fler använder det i olika åldrar på Instagram. Snapchat är mer privat och man har mest nära vänner där?
28	Tempo	AM	Hur ofta per dag använder du Snapchat?
29		Sofia	20 gånger ungefär bland kan man ändå komma in i samtal och då kan det vara

			hur många som helst. Eller skickar man Snaps till 20, 30 kompisar så svarar ju nästan alla. Jag tror man skickar mycket mer än vad man tror så jag kanske använder det till o med 50 gånger.
30		AM	Hur tycker du ni att Snapchat har förändrats med åren?
31		Sofia	Effekterna har blivit mycket bättre på Filter och Linser. Appen är snabbare och så. Jag Snappade mycket mer innan
32		AM	Tar ni andra sorters Snapps nu än innan?
33		Sofia	Ja nu skriver man mest.
34		AM	är det mer funktionellt nu?
35		Sofia	Ja

36	Notifikationer	AM	Hur ser omständigheterna ut när ni använder Snapchat?
37		Sofia	När man jobbar, vid TV:en

2.6 Intervjuprotokoll 6

Respondent 6, Oskar

<i>Nummer</i>	<i>Tema</i>	<i>Person</i>	<i>Svar</i>
1	Generell	AM	Hur är er syn på Snapchat?
2		Oskar	Istället för att skriva för det går snabbare
3		AM	Vad tror ni om Snapchat i framtiden?
4		Oskar	För några år sen använde jag det väldigt mycket, men jag tror det kommer dö ut.
5	Notifikationer	AM	Hur brukar ni initiera användandet med Snapchat?

6		Oskar	Främst efter man fått en notis, sen kollar man kanske igenom andras stories, vad dom gör. Det har blivit mycket mindre nu när Instagram har börjat med det, även filter.
7	Notifikationer	AM	Har du ett typiskt beteendemönster?
8		Oskar	Svara på en Snap och ibland kolla stories. Sen kan man också se var personer befinner sig och det tycker jag är rätt så kul ibland.
9	Gamification	AM	Använder du andra tilläggfunktioner?
10		Oskar	Jag skriver typ mest på Snapchat. Vi har en grupp som vi ofta skriver på.
11		AM	Kollar du efter Snapsstreak och Friends Emojies?

12		Oskar	Jag och en vän hade igång i över ett år våran Snapstreak
13		AM	Hur länge tror du att du använder Snapchat i taget?
14		Oskar	Ja, typ 20 sekunder.
15		AM	Är intensiteten hög på Snapchat?
16		Oskar	Nä det tycker jag inte
17		AM	känns det som om det ingår mycket zappande i användandet av Snapchat?
18		Oskar	Ja det är mycket zappande, själv har jag väldigt många vänner på Snapchat och långt ifrån alla är nära. Jag har många vänner kvar där sen jag var yngre. Jag har säkert haft det i 7 år.

19	Tempo	AM	Hur ofta per dag använder du Snapchat?
20		Oskar	20 gånger ungefär
21		AM	Hur tycker du ni att Snapchat har förändrats med åren?
22		Oskar	Ja innan kunde man snappa igenom en hel fest har så där 100 sekunders story. Nu laddar jag knappt upp något alls på min story, då gör jag hellre det på Instagram. Snapchat är mer för ungdomar
23	Notifikationer	AM	Hur ser omständigheterna ut när du använder Snapchat?
24		Oskar	När man jobbar, vid TV:en

2.7 Intervjuprotokoll 7

Respondent 7, Carl

<i>Nummer</i>	<i>Tema</i>	<i>Person</i>	<i>Svar</i>
1	Generell	AM	Hur är er syn på Snapchat?
2		Carl	För typ tre år sen hade jag Snapchat. Det brukade jag använda rätt så ofta, men jag fastnade aldrig för det. Det blev stressigt med alla notiser. Det var kul att man kunde ha nära kontakt med vänner, att skicka engångs bilder och så där. Sen för typ 1 år sen tog jag bort appen, tillsammans med instagram. Det stressade mer än vad det gav. Nu laddade jag ned instagram för några månader sen. Detta för jag blev singel och jag kände att det är kul att snacka med vänner igen. Vad jag tycker om Snapchat nuförtiden är att det

			är en bra app för kommunikation mellan vänner. Allt är beroende på hur många vänner man har, hur många man snappar med. Jag brukar inte använda den så mycket nu.
3	Notifikationer	Am	Hur brukar du initiera dina interaktioner med Snapchat?
4		Carl	Oftast får jag någon notis av någon som jag vill svara. Ibland går jag in för att kolla händelser, alltså myStorie. Ibland öppnar jag upp en konversation med någon.
5	Skrollande	AM	Hur ser ett händelseförlopp ut på Snapchat?
6		Carl	Det kan vara olika, antingen att jag vill lägga upp någon händelse som jag

			tycker är rolig, alltså att jag filmar något kul. Som jag sedan skickar till några av mina vänner. Eller så kan det vara att jag har en konversation med någon ensam.
7	Skrollande	AM	Du ser inget beteendemönster du har?
8		Carl	Orsaken till att jag tog bort Snapchat från första början. Det kan vara värt att nämna att jag har 2 Snapchat konton. Detta eftersom jag först skämdes för det första kontots namn. Jag tycker det var störikt att ha så många händelser att kolla igenom. Nu så gjorde jag ett nytt konto. Med mindre vänner.

9		AM	Blir det ett annat användande nu då?
10		Carl	Jo man lägger ju ned mer tid på appen om jag har fler vänner, det blir ju fler myStories.
11	Gamification	AM	Använder du andra tilläggfunktioner som Public Stories och Snap Map.
12		Carl	Nä men jag använder filter och så för jag tycker det gör Snapsen roligare. Men oftast använder jag Snapchat bara för att svara någon.
13	Gamification	AM	Är det något speciellt du letar efter när du använder Snapchat?
14		Carl	När jag tittar på myStories tittar jag oftast om det är någon intressant att titta på.

15	Gamification	AM	Har du letat efter Snapstreak symboler någon gång?
16		Carl	Ja innan har jag kollat efter dessa symboler men det är inget jag är intresserad av.
17		AM	Public Stories då?
18		Carl	Nej inget jag kan någonting om.
19	Tempo	AM	Hur länge brukar du använda Snapchat itaget?
20		Carl	Max någon minut eller två per gång, inte mer tror jag.
21	Skrollande	AM	Kan Snapchat vara en del av ett längre interagerade, som en fortsättning av andra SNS?
22		Carl	Nej jag tror inte det, Snapchat är avkopplat från mina andra SNS jag

			använder. Det finns ju nuförtiden händelser som Stories på Facebook. Jag kan förstå att om man har Instagram och ser stories där så bryr man inte sig om Snapchat.
23	Skrollande	AM	Det verkar som användande av Stories beror på hur många vänner man har, håller du med?
24		Carl	a jag tror det. Desto fler vänner man har desto fler Stories, återigen det var en av anledningarna till att Snapchat stressade mig innan.
25	Tempo	AM	Är det mycket zappade in användandet på Snapchat?
26		Carl	60% av tiden på Snapchat är bara zappande. Man gör inte något egentligen.

27	Tempo	AM	Är det högre tempo på Snapchat än andra SNS?
28		Carl	Det finns fler funktioner på Facebook. Ja det går fortare på Snapchat än Facebook
29	Tempo	AM	Hur ofta använder du Snapchat?
30		Carl	Sammanlagt runt 15 gånger per dag.
31		AM	Har din konsumtion på Snapchat ändrats under tiden.
32		Carl	Ja innan hade jag fler Snapchat jag interagerade med. Det var den plattformen vi oftast använde.
33		AM	Du säger att du använder Snapchat mindre, kan det vara så att användandet av

			andra SNS tjänster har ökat?
34		Carl	Nej total tiden på SNS är mindre generellt.
35	Notifikationer	AM	Hur ser dina omständigheter ut när du använder Snapchat?
36		Carl	När jag inte har något att göra eller när något kul händer.

Referenser [Indrag vänster: 0 cm; indrag första raden: 0 cm; avstånd före: 60 pt; avstånd efter: 24 pt; ingen numrering]