



LUNDS
UNIVERSITET

Socialhögskolan

Att ständigt vara tillgänglig

En kvalitativ intervjustudie om ungas uppfattning kring hur användandet av mobiler påverkar relationerna i en familj

Nora Thudén & Isabell Kristensson

Kandidatuppsats (SOPB63)

HT 2023

Antal ord: 12 537

Handledare: Johan Cronehed

Abstract

Authors: Nora Thudén & Isabell Kristensson

Title: To constantly be available - A qualitative interview study on young people's perceptions of how mobile phone usage affects relationships within a family.

Supervisor: Johan Cronehed

Assessor: Henriette Frees Esholdt

Mobile devices have expanded and increased flexibility in communication, but at the same time, they can disrupt presence and create a distance and isolation between people. With the help of a qualitative interview study, the purpose of this study is to examine how mobile devices can impact communication and relationships within a family in various ways, based on the perspectives and experiences of young individuals.

In summary, our research highlights the need to balance the advantages and disadvantages of technology to strive for the best possible social interaction and family dynamics. Our respondents have expressed a need to stay connected because they want to be available to avoid the feeling of exclusion. Similarly, they articulate that their parents, in various situations, redirect their attention to the screen instead of actively listening and engaging with their children. Consequently, family dynamics and relationships between adolescents and parents are influenced by people's need to stay updated and involved online.

Key words: *mobilephone use, communication, family relationships, adolescent*

Förord

Vi vill rikta ett stort tack till de ungdomar som medverkat i vår intervjustudie. Er medverkan, ärlighet och delgivning av egna tankar och åsikter har gjort det möjligt för oss att genomföra studien. Vi vill även rikta ett tack till Peter Kristensson och Catrine Thudén som ägnat tid och engagemang åt att läsa och granska vårt arbete i syfte att återkoppla med relevanta synpunkter på förbättringar. Slutligen vill vi även tacka vår handledare Johan Cronehed för det stöd och vägledning vi fått ta del av i arbetsprocessen.

Innehållsförteckning

1. Inledning	5
1.1 Problemformulering	5
1.2 Syfte	6
1.3 Frågeställning	6
1.4 Arbetsfördelning	6
1.5 Disposition	7
2. Kunskapsläge	8
2.1 Litteratursökning	8
2.2 Tidigare forskning	8
Familjerelationen	8
Föräldraskap	9
Kommunikation	9
Överanvändning av mobila enheter	10
Teknikens utveckling	11
Sammanfattning	13
3. Teori	13
Socialpsykologiskt perspektiv	14
Tid och rum	15
Anknytningsteori	15
4. Metod	17
4.1 Metodval	17
4.2 Urval och urvalsprocessen	17
4.3 Genomförande av intervjuer	18
4.4 Bearbetning av materialet	19
4.5 Tillförlitlighet	20
4.6 Forskningsetiska överväganden	21
5. Resultat och analys	22
5.1 Vanor	23
Sammanfattning	26
5.2 Kommunikation	26
Sammanfattning	29
5.3 Relationer	29
Familjefunktion	29
Socialt sammanhang	31
Sammanfattning	33
5.4 Bristande närvaro	33
Sammanfattning	35
6. Slutdiskussion	36

Slutreflektion	38
7. Referenser	39
Bilagor	42

1. Inledning

1.1 Problemformulering

Familjelivet i dagens samhälle kan verka ungefär likadant som det varit i alla år, men om vi tittar närmare tycks familjer idag “leva i kvadrat”; möjligheterna är många fler, familjemedlemmarna kan idag dela mycket mer med varandra än vad de kunde förr, genom foton, videos, spel osv. Idag finns även flera sätt att vara “med” sin familj, med mobiltelefoner är människor i viss mån aldrig ifrån varandra. Men om vi kollar ännu lite djupare är teknikens roll i familjelivet lite mer komplex än så. Liksom i många andra aspekter av tillvaron, uppstår frestelsen att vara närvarande fysiskt, men mentalt befinna sig någon annanstans. Kommunikation som tidigare ägde rum ansikte mot ansikte har nu förflyttats till sms och sociala medier. På platser som vanligtvis är en naturlig samlingsplats för familjer, såsom till exempel vid middagsbordet, sitter idag både barn och föräldrar med sina mobiltelefoner (Turkle 2017, s.135f).

Användningen av sociala medier bland barn och unga har stadigt ökat under 2010-talet. Trots detta är ungas inställning till sitt eget mobilanvändande ändå komplicerat. Bland ungdomarna i åldern 13 till 18 anser fyra av tio att sociala medier tar upp mer tid än de hade önskat (Vi Lärare, 2021). Nutida ungdomar som ständigt tittar på sina mobilskärmar visar tydligt hur kommunikationen i samhället har förändrats. Utan att lägga någon värdering i detta fenomen är det svårt att ignorera det höga användandet av mobiltelefoner som finns i dagens samhälle (PR Direkt, 2020). Enligt SCB tittade 68% av ungdomarna i åldern 16 till 18 på en skärm i över tre timmar varje vardag. Trenden är stigande, särskilt när det gäller mobilanvändning. Ungdomar hävdar att de ofta använder internet istället för att göra viktiga uppgifter som läxor eller att gå och lägga sig i tid. I åldersgruppen 17-18 år upplever hela 73% dessa utmaningar (PR Direkt, 2020).

Tekniken har i dagens samhälle blivit en central och integrerad del i familjers vardag. Människor använder bland annat tekniken för koordinering, innehållsdelning och känslomässig bindning, detta bidrar till en positiv sammanhållning i familjen, vilket i sin tur kan förbättra familjerelationerna (Tammisalo & Rotkirch 2022, s.2725). Däremot kan kvaliteten på relationer, och människors meningsfulla interaktion med varandra, påverkas av att online världen tar över många av de möten som vanligtvis tidigare skett ansikte mot

ansikte. Relationer som skapas online kan minska behovet av offline-relationer. Tiden som människor spenderar framför sina skärmar, är tid som kunde spenderats på interaktioner ansikte till ansikte. Detta i sin tur kan påverka känslan av fysisk närvaro både mellan vänner och familjemedlemmar (ibid).

Den ökade mobilanvändningen som skett på senare år bland ungdomar väcker ett intresse att undersöka vilken påverkan denna ökning har på ungdomars liv. För att få en djupare förståelse för denna ökning är det relevant att undersöka hur mycket ungdomar faktiskt använder sina mobiler i nutid och, inte minst, vad de själva tycker om detta användande. Att granska ungdomars perspektiv på mobilanvändning kan ge insikter i de möjliga drivkrafterna bakom detta fenomen och hur det påverkar deras liv och relationer. Eftersom kommunikationsmöjligheterna ser annorlunda ut idag jämfört med förr, kommer vi vidare att undersöka hur användningen av mobila enheter påverkar kommunikationen i familjen.

1.2 Syfte

Syftet med denna studie är att undersöka hur mobila enheter kan påverka kommunikationen och relationen i en familj på olika sätt, med utgångspunkt i de ungas perspektiv och erfarenheter.

1.3 Frågeställning

Frågeställningarna vi kommer att utgå ifrån för att uppnå syftet med studien är:

- Hur påverkar ungas mobilanvändning relationerna i familjen?
- Hur upplever unga att deras föräldrars mobilanvändning påverkar deras relation mellan varandra?

1.4 Arbetsfördelning

Vi har i vår arbetsprocess haft som ambition att arbetet ska delas lika och att vi ska kunna ha en öppen konversation mellan varandra för att nå det slutresultat vi strävar efter. Vi har under tidens gång haft en kontinuerlig kommunikation för att arbetet ska få en röd och sammanhängande tråd, men även för att generera ett stöd åt varandra. Vi har under delar av

arbetet pendlat mellan att sitta tillsammans och skriva och diskutera, för att sedan göra upp en plan där vi skriver på varsitt håll för att effektivisera arbetet. Under arbetet med uppsatsens delar; tidigare forskning, transkribering, teori och analys har vi till viss del delat upp arbetet och var och en har skrivit sina delar. Vi var båda närvarande vid samtliga sex intervjuer men turades om att antingen hålla i intervjun, eller vara observerande och ställa följdfrågor. Transkriberingen delade vi sedan upp på hälften, alltså transkriberade vi tre intervjuer var. Däremot har vi under det enskilda arbetet haft fortsatt kontakt om någon av oss fastnar i tankarna och behöver hjälp med att komma vidare. Vi har även båda två tagit del av all text oavsett vem som har skrivit den för att kunna granska texten med nya ögon, och på så sätt kunna hjälpa varandra med kvaliteten och relevansen på innehållet. Med hjälp av markeringar i uppsatsens text gick vi sedan tillsammans igenom de punkter som vi ifrågasatte och vilka ändringar som krävdes för att nå vårt önskade resultat.

1.5 Disposition

Uppsatsen inleds med en problemformulering samt syfte och frågeställningar för att tydliggöra vår forskningsfråga men även för att förklarar relevansen för undersökningen. Därefter följer avsnitt två som innehåller en bakgrund, litteratursökning samt tidigare forskning kring ämnet, som vi anser vara relevant i förhållande till vårt forskningsämne. I avsnitt tre framgår vilka teorier vi kommer att använda oss av för att analysera vårt empiriska material. Vi har i denna del valt att använda Sherry Turkles begrepp och resonemang om digitala mediers effekter på människan, samt John B Thompsons teori om *Tid och Rum* och John Bowlbys argument kring *Anknytningsteorin*. I uppsatsens fjärde avsnitt har vi presenterat våra metodval. I detta avsnitt förklarar vi vilken metod vi har valt att använda oss av, vad vi har för urval, hur genomförandet av våra intervjuer sett ut och hur vi sedan har bearbetat vårt empiriska material. Även tillförlitligheten av vårt arbete samt forskningsetiska överväganden vi förhållit oss till framgår i detta avsnitt. Därefter följer uppsatsen femte avsnitt som innehåller en resultat- och analysdel. Här analyserar vi vårt empiriska material med hjälp av våra valda teorier samt tidigare forskning. Avsnittet är indelat utifrån fyra huvudrubriker, samt två underrubriker som vi finner relevanta utifrån det material vi tagit fram. Slutligen i uppsatsens sjätte avsnitt har vi knutit samman alla delar till en slutdiskussion där vi gör en sammanfattning av våra tankar samt vad som framkommit i analysdelen. Det är även i detta avsnitt som uppsatsens frågeställningar besvaras.

2. Kunskapsläge

I detta avsnitt förklarar vi hur vi gått tillväga i sökprocessen och vilka forum och söktjänster vi använt för att få fram den forskning som vi i uppsatsen använt oss av. Slutligen presenteras den tidigare forskning som vi anser vara relevant för vårt syfte. Forskningen lyfter rubrikerna *familjerelationer, föräldraskap, kommunikation, överanvändning av mobila enheter* samt *teknikens utveckling*.

2.1 Litteratursökning

Vår sökningsmetod av vetenskaplig litteratur har främst varit att använda databasen LUBsearch och tillämpa sökord som *mobile phone use, communication, family relationships, children, adolescent*. Vi har även använt motsvarande sökord på svenska för att hitta vetenskaplig forskning som är mest relevant för vår studie. Vi har dessutom använt oss av filtret "Peer Reviewed" för att endast få resultat av tidskrifter som är granskade av forskare. Vi har även med hjälp av tidigare forskningsartiklar använt oss av befintlig referenslista för att bedöma om det där kunde finnas något av högre relevans för vår undersökning.

2.2 Tidigare forskning

Familjerelationen

Användningen av mobila enheter har ökat exponentiellt de senaste åren och nästan två tredjedelar av världens befolkning äger en mobiltelefon. Den mobila enheten påverkar ett flertal olika aspekter såsom kommunikation, fritid, och arbete (Ding Leong, Yu Hin Lee & Ka Nin Chow 2018, s.1405). Överanvändandet av mobila enheter skapar en försämrad relation mellan föräldrar och ungdomar och det i sin tur minskar familjens funktion som psykosocialt stöd (Ding Leong, Yu Hin Lee & Ka Nin Chow 2018, s.1404). Författarna använder sig i sin studie av en familjefokuserad interventionsstrategi. Plattformen "Lamb Lamp" utvecklades för att främja underhållande aktiviteter för föräldrar och ungdomar. Syftet med denna design var att avleda familjemedlemmars uppmärksamhet från deras mobila enheter för att istället rikta fokus mot familjen. Meningen var att det skulle uppmuntra till glada engagemang i familjen och leda till att främja en stödjande relation mellan föräldrar och unga (ibid).

Ungdomar bedömer att deras mobilanvändning stärker den personliga självständigheten i interaktion med föräldrarna, medan föräldrarna ofta är kritiska till ungas överanvändning av mobila enheter. Forskningen visar, å andra sidan, på att överanvändning av mobila enheter kan ha ett ogynnsamt inflytande på ungdomars sociala relationer med familjemedlemmar (Ding Leong, Yu Hin Lee & Ka Nin Chow 2018, s.1405). Föräldrars kritiska inställning till ungas användning av mobila enheter leder i många fall till konflikter inom familjen. Detta dilemma kommer rimligtvis även försämra familjerelationen och det stöd som ges inom ramen för en sådan relation (ibid).

Föräldraskap

I artikeln *Screen use and internet addiction among parents of young children: A nationwide Canadian cross-sectional survey* skriver författarna om skärmanvändning bland vuxna och dess påverkan på barnen i familjen (2022). Forskning tyder på att det finns ett samband mellan vuxnas användning av mobila enheter och minskad verbal och icke-verbal interaktion med deras barn (Dennis et al. 2022, s.2). Den huvudsakliga konsekvens som framgår av föräldrars överdrivna skärmanvändning, är just den störning som uppstår i interaktionen mellan föräldrar och barn (Dennis et al. 2022, s.10). Studien visar att alla intervjuade föräldrar trodde att deras mobilanvändning påverkar deras föräldraskap. Grunden för att stödja en sund utveckling mellan föräldrar och barn sker genom uppmuntran att återanvända föräldrars lyhördhet och känslighet med hjälp av kvalitetsinteraktioner. Föräldrars ständiga uppkoppling till mobila enheter kan störa dessa betydelsefulla utvecklingsprocesser (ibid). Ett annat bekymmer som uppstår är rädslan för att vuxnas problematiska användning av mobila enheter bidrar till en ökning även av ungas skärmanvändning, vilket i sin tur kan leda till en försämrad hälsa. I studien var det anmärkningsvärt att föräldrar med egna potentiella problem kring mobilanvändning, i större utsträckning, tillbringade fler måltider med skärmen närvarande. Föräldrar vars uppmärksamhet är riktad till mobiltelefonen under måltider, kan vara en avsevärd riskfaktor för både vuxna och barns hälsa (ibid).

Kommunikation

Tekniken kan i vissa fall underlätta kommunikation och interaktion med andra, däremot kan den å andra sidan även ses som en barriär som hindrar mellanmännsliga möten. Detta är något som Tammissalo & Rotkirch skriver om i artikeln *Effects of information and*

communication technology on the quality of family relationships: A systematic review (2022, s.2725). Familjer kan använda tekniken som ett informations- och kommunikationsredskap för att stärka familjens sammanhållning (Tammissalo & Rotkirch 2022, s.2724 f). Något som författarna däremot tar upp är hur online kontakter kan minska behovet av fysiska interaktioner.

De menar vidare att människor kan uppfattas som fysiskt frånvarande på grund av sitt riktade intresse mot mobiltelefonen. Tekniken tränger undan människors uppmärksamhet från sociala situationer ansikte till ansikte, vilket i sin tur kan framkalla konflikter och problem i relationerna. Något som framgår är att föräldrars mobilanvändning i närvaro av deras barn, leder till försämrade känslor av social anknytning (Tammissalo & Rotkirch 2022, s.2743-2746). Slutligen tydliggör artikeln att den individuella användningen av tekniken kan förskjuta meningsfull interaktion och istället bilda konflikter inom familjen. Å andra sidan framstår en gemensam användning som ett potentiellt alternativ för att bygga upp en sammanhållning (Tammissalo & Rotkirch 2022, s.2750).

Överanvändning av mobila enheter

Med tanke på hur populärt det är med mobiler har risken att bli beroende ökat, vilket har skapat oro på en samhällsnivå. Det är därmed viktigt att hitta vilka positiva miljöfaktorer som minskar människors mobilberoende (Shuai-Lei Lian et al. 2023, s.1). Artikeln *Family cohesion and adaptability reduces mobile phone addiction: the mediating and moderating roles of automatic thoughts and peer attachment* har som syfte att granska relationen mellan mobilberoende bland universitetsstudenter och familjesammanhållning och anpassningsförmåga. I studien undersöktes detta genom att 958 kinesiska universitetsstudenter svarade på ett frågeformulär som bedömde familjens sammanhållning och anpassningsförmåga samt mobiltelefonberoende, men även anknytning till kamrater (ibid.).

Studiens resultat indikerade att familjesammanhållning och anpassningsförmåga var förknippade med ett minskat mobilberoende (Shuai-Lei Lian et al. 2023, s.5). Familjer med högre sammanhållning- och anpassningsförmåga kan få en förbättrad känslomässig kommunikation och genom psykologisk tröst och stöd kunna hjälpa varandra i familjen att övervinna de känslomässiga svårigheter de möter. Således kan familjen vara som ett stöd då

de kan tillfredsställa varandras känslomässiga behov och därmed minska risken för att få mobilberoende (ibid.). De menar alltså att personer i familjer med låg sammanhållning och anpassningsförmåga tenderar att utveckla negativa, automatiska och orimliga tankar samt negativa känslor. Detta kan med tiden leda till problematiska beteenden såsom mobilberoende (2023, s.8).

Syftet med artikeln *Investigation of Problematic Mobile Phones Use and Fear of Missing Out (FoMO) Level in Adolescents* är att undersöka nivån av ungdomars problematiska mobilanvändning och rädsla för att missa utvecklingen inom sociala medier (Coskun & Karayagiz Muslu 2019, s.1004). Ungdomar engagerar sig i sociala nätverk i högre grad på grund av behov som att interagera med vänner, känna tillhörighet, markera sin identitet, öka popularitet och erhålla socialt stöd. Å andra sidan är sociala medierapplikationer utformade för att uppmuntra användarna att vara konstant uppkopplade. Överdriven användning av sociala nätverk kan leda till stress, och över tid kan rädslan för att missa något (Fear of Missing Out, FoMO) utvecklas (2019, s.1005). Denna forskning har genomförts med hjälp av att 4460 gymnasieelever har fyllt i ett "Informationsformulär", där deras svar har analyserats genom "Fear of Missing Out Scale" och "Scale for Problematic Mobile Phone Use" (2019, s.1006).

Författarna kom fram till att överanvändning av teknisk utrustning kan ha negativ påverkan på ungdomars hälsa och utveckling. Trots detta anser de att betoningen bör ligga på att hantera motivationen bakom användningen, snarare än att helt förbjuda tekniska verktyg. Istället för att begränsa användningen av mobiltelefoner och smartphones i allmänhet, bör fokuset ligga på att kontrollera de specifika orsakerna till överdriven användning, vilket är sociala medier, nätverksapplikationer och onlinespel (2019, s.1012).

Teknikens utveckling

I artikeln *Families, information technologies, and the quality of life: German research findings* förklarar Mundorf, N. et al. att de har upplevt en ökning gällande trenden av att använda informationsteknologier i privata hem. Artikeln diskuterar ett tyskt forskningsprogram som behandlar informationsteknologier samt familjer och livskvalitet (1994, s.137). En aspekt som redogörs är hur gränsen mellan jobb och privatliv har blivit mer otydlig i och med ny teknologi, datorn börjar användas mer hemma både för privata ärenden,

men har även gjort det möjligt att jobba hemifrån (Mundorf, N. et al. 1994, s.138). Artikeln tar även upp hur familjekommunikation påverkas av ny teknik. Tidigare skedde en stor del av kommunikationen mellan familjemedlemmarna samtidigt som hushållsarbetet utfördes, men dessa aktiviteter har nu separerats, då moderna apparater effektiviserat hushållssysslor såsom städning och matlagning. I och med denna förändring sker istället mycket av denna kommunikation när familjen använder digitala medier (Mundorf, N. et al. 1994, s.142). Studien kom dels fram till att underhållningsmedier inte leder till social isolering som många trodde, utan tekniken visade sig leda till ett större oberoende av tid och rum. I helhet har teknologin resulterat i en bättre välfärd i samhället och generellt sett en bättre livskvalitet (Mundorf, N. et al. 1994, s.144 f.).

Artikeln *The mobile phone: Towards new categories and social relations* tar upp hur det sociala användandet av mobiltelefoner har ändrat mellanmännsliga relationer och de roller som finns i familjer, men även omdefinierat gränserna för kommunikativa möjligheter. Huvudsyftet i denna artikel är att mobiltelefonen inte bara förändrar samhället, utan även ramen för vilket samhället verkar inom. Denna struktur utgörs av tid och rum som dess grundläggande element, vilka har kapacitet att sammanfoga, stabilisera och strukturera verkligheten. Mobiltelefonen förändrar verkligheten i dess mest omfattande mening, eller mer exakt dess sociala framställning.(Fortunati 2002, s.513).

Flera olika aspekter framställs och en av dessa handlar om hur de som äger en mobiltelefon har förmåga att närsomhelst och varsomhelst kunna kontakta sin omgivning i den utsträckning den själv vill, vilket kan lugna ångest bättre än tidigare (Fortunati 2002, s.522). Innan mobiltelefonerna fanns var kommunikationen på många sätt mer begränsad, då man endast kunde kontakta varandra från en fast telefon, på resande fot var man alltså okontaktbar. Genom mobiltelefoni har rätten till kommunikation utvidgats i en demokratisk bemärkelse (Fortunati 2002, s.526). I artikeln analyseras bestämmelser för hur närvaro och frånvaro av individer i det sociala rummet förändras. Mobiltelefonen används brett av dagens medborgare inte bara för att spara tid och övervinna begränsningar i avstånd, utan också för att skapa en möjlighet att påverka och förändra sociala relationer (ibid.).

Sammanfattning

Utifrån de sökningar vi gjort kring tidigare forskning har vi gjort oss förstådda med att det inte är ett utforskat område. Det finns en del forskning om ämnet runt om i världen, däremot har vi inte lyckats hitta någon forskning gjord i Sverige. Vi är därför medvetna om att forskningen vi presenterat är framtagen ur andra kontexter som kan skilja sig en hel del från de kontexter som framgår i vårt empiriska material. Vart och när forskningen är utförd kan ha stor påverkan på resultaten som forskningen kommer fram till, därav är vi något kritiska till överförbarheten. Trots detta anser vi att den forskning som vi har valt att använda är mycket relevant för ämnet vi skriver om, då det finns ett flertal aspekter som är applicerbara i vår studie. Vi har valt att använda två, något äldre artiklar för vår tidigare forskning, en från år 1994 och en från år 2002. Detta har vi gjort för att kunna jämföra hur tekniska medel, med fokus på mobiltelefoner, påverkade människors relationer och kommunikation med varandra när tekniken var ny och därmed mer ovanlig i vardagen. Denna tidigare forskning gynnar vår studie för att de förklarar hur teknikens utveckling har påverkat och eventuellt även förändrat människors vanor och beteendemönster idag.

3. Teori

Valet av teorier grundar sig i vårt intresse av att få en djupare förståelse för ungas perspektiv angående mobiltelefonens påverkan på kommunikation, samspel och relationer. Vi vill med hjälp av teorierna synliggöra olika aspekter av människors användning av mobila enheter, samt hur detta inte bara kan ha en påverkan på individen, utan även familjen som denne ingår i. För att vi ska kunna analysera vårt material på bästa möjliga vis, har vi valt att använda oss av totalt tre teorier.

Den första teorin vi presenterar utgår ifrån socialpsykologen Sherry Turkle och hennes forskning kring människans relation till digitala medier. Hennes bok *Tillbaka till samtalet - samtalets kraft i en digital tid* (2017) hjälper oss att förklara många av de fenomen som framgått i vårt empiriska material. Hennes forskning och begrepp ger oss en förståelse och förklaring till ungas tankar kring hur mobilanvändning påverkar deras relationer med andra. Det ger oss även en djupare förståelse för varför människor använder digitala medier, och i vilken utsträckning det kan gynna människan, men även i vissa situationer framstå som ett

hinder. Begrepp som Turkle tar upp, som vi i vår uppsats arbetat utifrån i vår analys, är bland annat, *bristande närvaro, familjesamtalets uppgift och förlorade möjligheter*.

Vidare har vi använt oss av John B Thompsons förklaring om tid och rum för att kunna förklara hur människors kommunikation med varandra har förändrats med åren. Thompson tydliggör att individer idag kan kommunicera och interagera på distans, vilket i sin tur kan minska människors fysiska möten med varandra. I vår analys stödjer tid och rum vårt empiriska material och gör det lättare att tolka mobilens funktion och hur människor använder den som ett redskap för kommunikation (Thompson 2001). Vi har även använt oss av John Bowlbys anknytningsteori eftersom vi är intresserade av att undersöka ungas perspektiv av hur mobila enheter påverkar relationen med deras föräldrar. Teorin ger oss en bättre förståelse för hur tekniken i flera fall framstår som ett hinder för kommunikationen och den psykiska närvaron mellan unga och föräldrar, och hur det i sin tur kan påverka ungas känsla av att inte bli sedda och uppmärksammade (Bowlby 2014).

Socialpsykologiskt perspektiv

Sherry Turkle är en amerikansk psykolog och sociolog som skrivit ett flertal böcker om digitala mediers inverkan på människan. Hon betonar bland annat hur digitala medier ofta leder till ytlig kommunikation. Hon menar att människor distraheras av sina mobila enheter. Trots människans fysiska närvaro, hindrar mobiltelefonen verkliga, djupa samtal och interaktioner (Turkle 2017, s.133-145). Många betraktar sin mobiltelefon som den främsta sysselsättningen i stunder som anses långtråkiga, detta driver människan till att ständigt vilja vara uppkopplad för att stimulera sig själv i olika situationer (Turkle 2017, s.99-101).

I boken *Tillbaka till samtalet - Samtalets kraft i en digital tid* skriver Turkle om hur barn och tonåringar påverkas av digital teknik. Användningen av mobila enheter bland vuxna har en påverkan på ungas sociala färdigheter och deras förmåga att skapa djupa meningsfulla relationer (Turkle 2017, s.133-145). Tonåringar behöver däremot frigöra sig från sina föräldrar, och unga verkar i flera fall uppskatta att det finns regler som de egentligen vill bryta emot. Denna utvecklingspsykologiska norm innebär att unga vill vara tillgängliga för andra för att uppfattas som lojala via digitala medier. Å andra sidan är de även tacksamma för att deras föräldrar får dem att lägga undan mobilen vid olika tillfällen, eftersom det visar att

det är någon som bryr sig om den fysiska närvaron och innebörden av att vara tillsammans utan mobila enheter (Turkle 2017, s.154f).

Digitala medier har skapat nya varianter av tal och tystnad vilket har gjort människan sårbar. Turkle menar avslutningsvis att det är viktigt för människan att bli medveten om de negativa effekterna av digitala medier. Genom att lägga en extra tanke på hur digitala medier påverkar oss, menar Turkle att det kommer att stärka familjer. Målet är en strävan efter meningsfulla, närvarande samtal som stimulerar kommunikationen och relationer (2017, s. 171-173).

Tid och rum

I boken *Medierna och moderniteten* pratar John B Thompson om tid och rum, han redogör här för hur kommunikationsmedierna strukturerar om tids- och rumsrelationer och förändrar människors intryck av dem (2001, s.31). Alla tekniska medier har inflytande på hur vi samspelar socialt genom att påverka både rumsliga och tidsmässiga aspekter av våra liv. Samtidigt kan vi, genom tekniska medier, ha mer kontroll över hur vi vill att kommunikationen ska gå till. Detta betyder att vi kan kommunicera över långa avstånd när och varsomhelst, vilket i sin tur låter oss övervinna begränsningarna av rum och tid som är vanliga i interaktion ansikte mot ansikte. Med tekniska medier kan människor ändra på hur rum och tid används i det sociala sammanhanget för att uppnå sina mål. Han menar alltså att det sociala livets rumsliga och tidsliga dimensioner kan förändras genom användningen av tekniska kommunikationsmedier (Thompson 2001, s.45).

Anknytningsteori

John Bowlby diskuterar i sin bok *En trygg bas - Kliniska tillämpningar av anknytningsteorin*, begreppet anknytning och vikten av ett bra föräldraskap. Han menar att det är ett hårt arbete att lyckas som förälder. Att ta hand om ett spädbarn är ett 24 timmars jobb, och även om barnet växer upp och bördan minskar något så krävs det trots det, stor ansträngning åt att ge tid och uppmärksamhet för att barnet ska må bra. Detta kan i flera lägen innebära att man som förälder behöver prioritera bort egna aktiviteter och intressen (Bowlby 2014, s.24). Föräldrarollen ska finnas till som en trygg bas där barnet kan bege sig ut i världen och sedan återvända i vetskap om att bli välkomnat och bemött med fysisk och känslomässig stimulans (Bowlby 2014, s.33).

Anknytningsteorin betonar behovet av att knyta känslomässiga band eftersom det är ett primärt inslag i människans natur genom hela livet. Under den första tiden som barn sker den huvudsakliga anknytningen till föräldrarna, då de förväntas ge tröst, skydd och stöd. Detta band kommer att finnas kvar även i ungdom och vuxen ålder men kommer då även att kompletteras med nya band. Relationerna kommer att finnas i hela människans liv eftersom de ger skydd som är en viktig överlevnadsfunktion (Bowlby 2014, s.146). För ett spädbarn så kommer kommunikation endast att ske genom känslomässiga uttryck och beteenden, och därefter kommer den att utvecklas i form av språk. Men något som däremot kommer att bestå genom hela livet är den känslomässigt förmedlade kommunikationen. Att knyta intima känslomässiga band ses som en huvudaspekt för individens funktionella fungerande och av dess psykiska hälsa (ibid).

Ännu ett område som uppmärksammas inom anknytningsteorin är föräldrars påverkan på barnets utveckling. Det som ska tas i beaktande är att det anknytningsmönster ett barn utvecklar fram till tonårstid, i stor omfattning kommer att påverkas av föräldrarnas sätt att behandla barnet på (Bowlby 2014, s.149f).

Det finns tre huvudmönster att diskutera i förhållande till familjen. Det första kallas för en trygg anknytning, vilket innebär att barnet känner tillit till sina föräldrar och vet att de finns tillgängliga som hjälp ifall svåra eller skrämmande situationer skulle uppstå. För att en individ ska utveckla en trygg anknytning är det särskilt viktigt att föräldern under barnets första år är lättillgänglig och lyhörd för när signaler skickas ut i hopp om skydd eller tröst (2014, s.149f). Nästkommande mönster är otrygg - ambivalent/motspänstig anknytning, vilket kan främjas av en förälder som ibland är tillgänglig och ibland inte, samt separationer och att hot om övergivande tillämpas som kontrollmedel. Här är individen osäker på huruvida föräldern kommer att vara tillgänglig och hjälpsam vid behov, vilket i sin tur bidrar till en benägenhet för separationsångest och en rädsla för att våga ge sig ut på egen hand. Det tredje och sista mönstret är en otrygg och undvikande anknytning, vilket innefattar att individen snarare förväntar sig att bli bortstött istället för att bli hjälpsamt bemött vid sökande av omvårdnad. Detta blir en följd av ett föräldraskap som grundar sig i att upprepade gånger avvisa sitt barn när denne sökt tröst och skydd (ibid).

4. Metod

I detta avsnitt kommer vi att presentera våra metodologiska överväganden kring studien. Vi kommer att diskutera val av ansats, urval och bearbetning av materialet och dess tillförlitlighet, etiska övervägande samt genomförande av intervjuer.

4.1 Metodval

Då vi i vår studie är intresserade av ungas egna uppfattning i forskningsfrågan ansåg vi att semistrukturerade intervjuer med en kvalitativ ansats var mest lämplig, eftersom kvalitativa undersökningar har deltagarnas perspektiv som utgångspunkt (Bryman 2018, s.487). I de semistrukturerade intervjuerna utgick vi från en intervjuguide där vi hade lagt fram förutbestämda intervjufrågor som vi ansåg var lämpliga för vårt syfte (Bryman 2018, s.563). Utifrån de frågor vi ville ställa tog vi även fram ett fåtal olika teman för att kunna placera in frågorna under olika rubriker, för att tydliggöra både för oss och intervjupersonen vad det är vi pratar om. Semistrukturerade intervjuer ger oss även en frihet till att ställa ytterligare frågor och fördjupa oss mer i ämnen som tas upp av intervjupersonen (ibid). Detta gör att varje intervju blir unik och att de skiljer sig från varandra, vilket vi anser gör materialet desto mer intressant. Metoden är flexibel och vi lämnar både utrymme för oss och respondenterna. Respondenterna kan självmant ge utvecklade svar, men vi kan även be om mer detaljerade svar om vi känner att det finns något att fördjupa.

4.2 Urval och urvalsprocessen

I en metod som snöbollsurval väljer forskaren ut en mindre grupp människor som är kvalificerade till studien, därefter föreslår dessa utvalda individer ytterligare personer som kan vara relevanta i undersökningen (Bryman 2018, s.504). Eftersom vi använt oss av ett snöbollsurval så blev vår urvalsprocess relativt kort. Vi började med att höra av oss till nära vänner och familj för att ta reda på om de hade kontakter som kunde vara relevanta för vår studie. När vi fann ett fåtal respondenter frågade vi därefter dem om de hade någon kontakt som kunde passa in i vårt urval. Snöbollsurval är en teknik som blev lämplig i vår studie då vi anser att det kan vara svårt att få tag på ungdomar som är tillräckligt intresserade för att avsätta tid och engagemang till något de inte måste göra. För att kunna svara på våra frågeställningar har vi sökt respondenter som uppfyller kraven:

- Ungdomar i åldern 16-20 år
- Bo hemma med en eller flera vuxna
- Har tillgång till en egen smartphone

Vi valde att intervjua målgruppen 16-20 år, då vi är intresserade av att höra ungas uppfattning om mobilanvändandets påverkan. Vi utgår ifrån lag (2003:460) som innefattar etikprövning av forskning som avser människor. Lagen säger att om barnet är 15 år fyllda och är införstådd med vad forskningen innebär för dennes del, ska information om, och samtycke till forskningen ges av denne personligen (Socialstyrelsen 2020, s.10). Av etiska skäl har vi därför valt just målgruppen 16-20 år, för att undvika etiska svårigheter kring samtycke. I och med att en stor del av vårt fokus i studien är riktat mot familjen och vardagen med föräldrar, ansåg vi att kravet på att intervjupersonerna ska bo hemma med vuxna gestalter var väsentligt för resultatets relevans. Det sista kravet var en självklarhet då majoriteten av våra intervjufrågor kretsade kring intervjupersonens egen användning av en smartphone. Det var även viktigt att intervjupersonerna hade specifikt en smartphone, då man via “vanliga” mobiltelefoner inte har tillgång till sociala medier, vilket en del av våra frågor handlade om.

4.3 Genomförande av intervjuer

Samtliga sex intervjuer vi genomfört har ägt rum via videolänk. Vi gav alternativ på tid och plats och lämnade det öppet för respondenterna att välja det alternativ som passade dem bäst. Detta gjorde vi för att intervjupersonerna skulle känna sig trygga och bekväma med att besvara våra frågor. Beroende på vad intervjupersonen hade tillgång till så har det varierat något mellan vilken plattform vi använt oss av. För att underlätta för respondenterna har intervjuerna därför genomförts via videosamtal på messenger eller Facetime. Vid alla genomförda intervjuer har det endast varit respondenten och vi som närvarat. Båda parterna har suttit avskilt för att undvika bakgrundsljud som kan störa samtalet, men även för att säkerställa respondenternas anonymitet. Vi inledde intervjuerna med att presentera oss och kontrollerade att ljud och bild fungerade bra. Därefter fortsatte vi med en kort presentation om ämnet och syftet med studien, och även hur lång tid intervjun förväntas ta. Vi informerade om att intervjun kommer att spelas in och att samtycke krävs. Slutligen förklarade vi de forskningsetiska principerna och bad om att få samtycke från respondenterna.

Som vi nämnt tidigare i uppsatsen använde vi oss av en intervjuguide med förberedda frågor, och denna inledde med ett fåtal korta frågor för att skapa en uppfattning om personen vi intervjuar. Därefter fortsatte vi med samtliga frågor som vi hade förberett i intervjuguiden. Efter första intervjun, även kallad pilotintervjun fick vi en uppfattning kring hur våra förberedda frågor fungerade, och vad vi kan ändra till framtida intervjuer (Bryman 2018, s.567). Vi lade märke till att svaren i vissa fall blev relativt korta och att vi behövde vara beredda på att ställa följdfrågor, och be respondenten att utveckla svaren. Vi lade även märke till ytterligare frågor som vi ville skulle vara en del av intervjuguiden, och därav ändrades guiden något efter pilotintervjun. Trots detta ansåg vi att pilotintervjun gav ett värdefullt material för vår studie och därav valde vi att behålla denna som en del av vårt empiriska material, eftersom personen dessutom ingick i vår urvalsgrupp.

4.4 Bearbetning av materialet

För att vi lättare skulle kunna använda och analysera intervjuerna så började vi med att transkribera ljudfilerna, dessa omvandlades då till ett skriftligt analyserbart material (Svensson & Ahrne 2022, s.30). Vi valde att dela upp antalet intervjuer på hälften och transkriberade tre var för att få en jämn arbetsfördelning och effektivisera arbetet. Däremot läste vi båda igenom alla transkriberade intervjuer för att få en överblick och djupare förståelse för helheten i materialet. I transkriberingen valde vi att skriva ut så gott som allt ordagrant. Däremot valde vi att utelämna en del utfyllnadsord och upprepningar, även personuppgifter såsom namn och ålder har vi antingen tagit bort eller ändrat, för att inte röja intervjupersonernas identitet. Under transkriberingen färgmarkerade vi även citat som vi tänkte kunde vara användbara för vårt syfte, för att underlätta nästa steg i processen.

Nästkommmande steg i bearbetningsprocessen var att inleda en kodning för att få en överblick över vilka delar som är mest centrala, och vilka uttryck och formuleringar som är återkommande i vårt material (Svensson & Ahrne 2022, s.30). Detta hjälper oss att reducera data till ett mer konkret material, vilket gör det mer hanterbart. Vi försökte ha ett öppet sinne för att koda så mycket som möjligt av materialet, istället för att koda utifrån de antaganden och förkunskaper som vi hade sedan tidigare (Lindgren 2014, s.48). Koderna har sedan bearbetats och bytt namn under arbetets gång. Med andra ord har vi arbetat utifrån en *datadriven kodning*, eftersom vi till följd av närläsningen av materialet låtit koderna ta form (Lindgren 2014, s.50). Däremot fick vi en djupare förståelse för vad vårt material uttrycker

under tiden vi processade det. I denna del av arbetsprocessen har vi börjat göra oss mer förstådda i våra valda teorier samt den tidigare forskning vi tagit fram. Detta ledde i sin tur till att vi skapade ett kodningsschema och gick över till en *tematisk kodning* (ibid). Vi började här koda materialet en del utifrån de huvudrubriker vi delat upp vår intervjuguide i, för att finna material som är av intresse för vårt syfte. Det var bland annat *kommunikation i familjen*, *påverkan på familjen* och *ungas egen mobilanvändning*.

Slutligen när vi fått en någorlunda struktur på vårt kodade material startade vi *tematiseringen*. I denna del kategoriserade vi de olika koderna under olika nyckelbegrepp beroende på vad de handlade om och hur de identifierades i jämförelse med andra koder vi tagit fram (Lindgren 2014, s.64). Detta var däremot något som vi hade med oss i tankarna redan under kodningen eftersom de går ihop i varandra. Det blev dock tydligare nu när vi kunde urskilja mönster och identifiera vad som var betydelsefullt. Koder har däremot ofta en form av relation till varandra, vilket ibland gjorde det svårt för oss att skilja på dem. När vi började känna oss klara var det dags att *summera* resultatet. Vi valde ut de huvudsakliga mönster vi fann i texten (Lindgren 2014, s. 73), å andra sidan tog det emot att sortera bort material som vi tyckte var intressant, men som inte direkt representerade materialet. Desto mer vi fördjupade oss i materialet och innehållet i vår uppsats ändrade vi efterhand de nyckelbegrepp vi valt ut. De rubriker som vi slutligen använt oss av i uppsatsens analysdel är; *bristande närvaro*, *vanor*, *kommunikation* samt *relationer* som i sin tur delats in i underrubrikerna *familjefunktion* och *socialt sammanhang*.

4.5 Tillförlitlighet

I kvantitativ forskning använder sig forskare ofta av begrepp som validitet och reliabilitet för att diskutera tillförlitligheten i en studie (Bryman 2018, s.465). Dessa begrepp har dock ifrågasatts av kvalitativa forskare, som menar att begreppen inte är lika relevanta i en kvalitativ undersökning som i en kvantitativ. Istället använder de sig av begrepp som *pålitlighet*, *överförbarhet*, *trovärdighet* och *en möjlighet att styrka och konfirmera*, vilket alla har en motsvarighet inom kvantitativ forskning. Dessa begrepp blir mer relevanta i en undersökning som har fokus på djup istället för bredd (Bryman 2018, s.467).

För att vår undersökning och dess resultat ska ses som tillförlitligt har vi genomgående i uppsatsen och i redogörelsen av dess olika delar varit transparenta och tydliga med hur vi gått tillväga för att nå vårt slutgiltiga resultat (Bryman 2018, s.489). Detta är något som både kvalitativa och kvantitativa forskare menar är en viktig del för att ett arbete ska kunna ses som *trovärdigt* (ibid). För att öka trovärdigheten har vi även säkerställt att undersökningen framställts enligt de regler och ramar som finns (Bryman 2018, s.467). För att göra en så sanningsenlig studie som möjligt har vi valt att direkt citera intervjupersonerna i vårt analysavsnitt, detta gör att det empiriska materialet blir mer trovärdigt (Bryman 2018, s.657).

Genom att ha ett konkret förhållningssätt till intervjuerna där vi ordagrant beskriver riktiga citat ökar det *överförbarheten*. Detta innebär att resultaten från studien ska kunna appliceras i andra sammanhang (Bryman 2018, s.75). Vi har ytterligare arbetat på ett sätt som stärker *pålitligheten* i studien. Dels genom att säkerställa att forskningsprocessen är komplett och att dess olika delar är tydliga och fullständiga. Dessutom har vi regelbundet under arbetets gång tagit hjälp av vår handledare som granskat uppsatsen och dess olika delar, men även andra utomstående som korrekturläst texten har framfört synpunkter som gett oss ett nytt perspektiv på innehållet (Bryman 2018, s.467). Det sista begreppet som används för att stärka forskningens tillförlitlighet är *styrka och konfirmera* (Bryman 2018, s.470). Begreppet innebär att vi inte låtit ett teoretiskt syfte eller personliga värderingar påverka genomförandet av studien och inte heller slutsatserna i vår undersökning (ibid).

4.6 Forskningsetiska överväganden

I boken *Forskningsetik* diskuterar författaren ett flertal etiska dilemman inom olika forskningsmetoder (Eldén 2020). I anknytning till intervju som metod nämner Eldén att det finns olika etiska aspekter att ha i åtanke vid genomförandet av olika typer av intervjuer (2020, s.102). Hon förklarar att i alla typer av intervjuer är det forskarens skyldighet att värna om relationen och tilliten för respondenten. Vi har i vår undersökning applicerat detta genom att ha en öppen diskussion med intervjupersonerna och tydligt förklara samtycket, och vad det i vår studie skulle innebära. Vi har varit tydliga med att samtycke kommer att behövas för att genomföra intervjun, men vi har också tydliggjort att *samtyckeskravet* innebär att trots godkänt samtycke så är medverkan frivillig och kan avbrytas när som helst under intervjun (Eldén 2020, s.30). I samband med att vi informerat om samtyckeskravet har vi även inlett

med att förklara undersökningens syfte och vad som gäller för intervjupersonens deltagande eftersom detta är en del av *informationskravet* (ibid).

En annan aspekt vi under samtliga intervjuer förtydligade var att informationen intervjupersonen delgav kommer att *anonymiseras* och hanteras *konfidentiellt*. Eldén menar att detta kan vara svårt att gestalta i praktiken eftersom en kvalitativ intervju ofta innehåller information om individers vardag och liv. Hon menar att det i flera fall kommer att krävas mer än att bara namn och ort anonymiseras (2020 s.103). Vi anser emellertid att vi inte har lovat intervjupersonen mer än vad vi kan hålla när det gäller anonymitet. Vi har förklarat att på grund av *konfidentialitetskravet* kommer personuppgifter såsom namn, kön och ålder tas bort eller ändras, men att information om personens vardag kommer att finnas med eftersom studien grundar sig i information kring just detta (Eldén 2020, s.30f). Vi har även valt att ta bort information om specifika namn på familjemedlemmar samt namn på städer, för att minska risken att avslöja personens identitet. Däremot är det svårt att anonymisera själva ljudfilen från intervjun, men för att hantera det på ett konfidentiellt sätt har vi bevarat filerna på ett ställe som endast varit åtkomligt för oss själva (Eldén 2020, s.140f.) Då vi använt oss av en diktafon vid inspelningarna finns det ingen risk att personuppgifter röjs på något sätt, så länge vi förvarar diktafonen på en säker plats. Inledningsvis i intervjun förklarade vi även att materialet kommer att spelas in men att detta kommer att raderas efter inlämnad och godkänd uppsats för att följa det *nyttjandekrav* som finns (ibid).

5. Resultat och analys

I detta avsnitt kommer vi att analysera vårt empiriska material med hjälp av valda teorier och tidigare forskning. Under kodningen av vårt material fann vi en del olika huvudrubriker som var återkommande, dessa har vi valt att utgå från i bearbetningen av vår analys.

Huvudrubrikerna som vi delat upp vår analys efter är; *vanor*, *kommunikation*, *relationer* (som är uppdelad i två underrubriker; *familjefunktion* och *socialt sammanhang*), samt *bristande närvaro*. Rubrikerna avgränsar det empiriska materialet och tydliggör vilka teman som tas upp och analyseras.

5.1 Vanor

Något som ungdomarna vi intervjuade hade gemensamt var att samtliga ville minska sin vana av att använda mobiltelefonen. De tyckte att de använde mobilen mer än vad de egentligen ville och var även medvetna om att ett minskat mobilanvändande skulle ha gynnat dem i vardagen. Det berör både relationer med familj och kompisar, men även skolarbete och sömn. Trots detta var de flesta ändå nöjda med sin tillvaro och de ansåg inte att deras mobilanvändande var ett problem. Gustav är ett tydligt exempel på den komplexa syn som många ungdomar har på mobilanvändning.

“Hur tror du att det hade påverkat er som familj om ingen av er hade haft en mobil?”

“Jo men då skulle nog alla hänga mer, sitta och spela familjespel och sånt” - Gustav

“Tycker du att det var bra förut eller tycker du att det är bättre nu?”

“Jag tycker det är ganska skönt nu. Telefonerna är bra för då kan man messa folk, men det är ändå inte bra.” - Gustav

Stina berättar att hon har mobilförbud i skolan och förklarar i citatet nedan hur det påverkar hennes mobilanvändning utanför skolan och hennes relation med sina kompisar.

“Men jag skulle säga att det påverkar ganska mycket, att man inte är lika besatt... alltså man får mer tid tillsammans med sina kompisar på raster och så. Många av mina kompisar på andra skolor sitter mycket med telefonerna under rasterna och då med varandra, men ändå inte så närvarande kanske.” - Stina

I boken *Tillbaka till samtalet* tar hon upp att hennes studenter under lektionerna helst vill kunna kolla på sina mobiltelefoner, men att de samtidigt uppskattar att hon bestämt håller fast vid att diskussionerna som sker i klassrummet ska genomföras utan mobiltelefoner. (2017, s.154).

Även Gustav uttrycker en tacksamhet över att det finns ett mobilförbud, även fast han tycker att det hade varit skönt att få ha sin mobil på rasterna, hjälper förbudet honom att vara mer social med sina vänner och som han själv säger: “... fokusera på rätt saker”.

“Tycker du att det är bra eller dåligt att ha mobilförbud i skolan?”

“Ja asså, det är väl bra men det skulle vara skönt om man fick ha mobilerna på rasten, men då skulle man inte socialisera lika mycket som man gör nu. Så jag tycker det är bra att det är förbud, då kan man ju fokusera på rätt saker också” - Gustav

Sherry Turkle förklarar att det tycks vara den utvecklingspsykologiska normen, att vara tacksam för att det finns regler som man vill bryta mot. I dagens samhälle kan denna norm visa sig genom att vara lojal mot den digitala världen i mobilen, samtidigt som man är tacksam mot sina föräldrar för att de ibland uppmanar en att lägga bort telefonen (2017, s.155).

“Tror du att det skulle påverka relationerna i familjen om ni anpassade mobilanvändandet, både du och dina föräldrar?”

“Ja... ja, det tror jag skulle bli mer spänt eller vad man ska säga, när man sitter såhär och bara ‘Jaha... vad ska vi göra nu?’ Typ.” - Stina

Stina beskriver hur hon tror att mobilerna gör det mindre spänt i familjen, att det hade varit svårt att veta vad man skulle göra om de inte vore för den hjälp man får från mobiltelefonerna.

Sherry Turkle menar att en familj kan börja med att skapa skärmfria tider och platser som ett första steg mot att hitta tillbaka till de nödvändiga samtalen. Hon tar däremot upp hur vissa inte håller med om detta, om skärmarna faktiskt kan bidra till att bättre samtal kan uppstå är det värt att använda det som funkar för just dem, då det viktigaste för en familj i synnerhet är att kunna få igång ett intressant samtal (2017, s.157). Turkle tar upp ett exempel på hur en trebarnsmamma, med barn i tjugoårsåldern, vid en släkträff tog fram mobilen och visade en liten del av Barack Obamas tal, för att komma ihåg en politisk diskussion. Hon ansåg att mobiltelefonen i denna situation berikade samtalet, då hon kunde visa videon på telefonen (ibid.). Detta liknar hur Stina tänker kring mobilens användning. Hon ser mobilen som ett verktyg för att underlätta tillvaron och lätta på stämningen i familjen.

“Känner du det också, att du inte har lika mycket att göra, att du inte kan komma på andra saker att göra om du inte har mobilen?”

“Eh... ja, det skulle jag säga, jag tycker att det är svårare att hitta någonting att göra om man inte har mobilen. Man hittar oftast... jag, om jag inte har något att göra så använder jag oftast mobilen som ett hjälpmedel till att hitta grejer att göra. Alltså att man ringer en kompis eller att man skriver eller så söker man på vad man ska göra eller målningar att rita osv.” - Stina

Turkle anser dock att mobiltelefoner har stor makt över oss, vilket gör att vi inte vill vara utan dem. Detta beror just på att mobiltelefoner ger oss en falsk känsla av att vi kan få väldigt mycket med väldigt lite ansträngning. Det är därför betydligt lättare att ta upp mobilen än att lägga ned den (2017, s.158). Med detta sagt fungerar mobilen bra som ett hjälpmedel, men inte som en nödvändig tillgång.

I tidigare forskning förklarar Shuai-Lei Lian et al. att familjer med starkare sammanhållning och anpassningsförmåga kan förbättra sin känslomässiga kommunikation. Genom psykologisk tröst och stöd kan de hjälpa varandra att övervinna känslomässiga svårigheter. Därigenom kan familjen fungera som ett stöd, tillfredsställa varandras känslomässiga behov och minska risken för mobilberoende (Shuai-Lei Lian et al. 2023, s.5).

“Hur tror du att det hade påverkat er som familj om ingen av er hade haft en egen mobil?”

“Ja, jag tror att vi hade varit mycket mer sociala med varandra i vissa tillfällen.” - Amanda

“Anpassar du ditt mobilanvändande mer när du är med dina föräldrar än när du är med andra?”

“Aa det gör jag nog, om jag pratar med dem så ser jag ju till liksom att jag tittar på dem och har fokus väldigt mycket, ehm, speciellt har det varit för jag har inte träffat min pappa lika mycket som jag träffat min mamma och då blir det lite mer av en sån här respekt grej att man använder inte mobilen när man är och pratar med sin pappa.” - Henrik

Svaren som framgår i intervjuerna har en koppling till det Shuai-Lei Lian et al. kommit fram till i sin forskning. Vårt empiriska material visar att det finns ett samband mellan en minskad mobilanvändning och en förbättrad sammanhållning och anpassningsförmåga i familjen. Som forskningen menar tillämpas detta samband även på det omvända sättet, alltså kan en bra sammanhållning i familjen leda till en minskad mobilanvändning.

Sammanfattning

I denna del ser vi hur ungas uppfattning av mobiltelefoner kan vara rätt så splittrad, då mobilen i många fall kan vara ett hjälpmedel i vardagen, men även ett hinder för sociala relationer. Intervjupersonerna ansåg däremot att överdrivet mobilanvändande påverkade deras relation till familj och vänner, men även skolarbetet. Mobilförbud i skolan anses bland ungdomar vara en positiv och nödvändig åtgärd, då det främjar socialisering och fokus. Sammantaget visar intervjuerna på en paradox; en önskan att minska mobilanvändningen samtidigt som mobilerna ses som verktyg för sociala kontakter och aktiviteter. Detta illustrerar den komplexa rollen mobilerna spelar i deras liv.

5.2 Kommunikation

Innan mobiltelefonerna fanns var kommunikationen på många sätt mer begränsad eftersom man endast kunde kontakta varandra från en fast telefon, vilket innebar att man var otillgänglig när man skulle ta sig från ett ställe till ett annat. Tack vare mobiltelefoni har möjligheten till kommunikation utvidgats på ett jämställt sätt, vilket betyder att alla har rätt till att kontakta andra människor oavsett var de befinner sig (Fortunati 2002, s.526). Citaten nedan är exempel på hur mobiltelefoner har utökat möjligheten för kommunikation.

“Tycker du att mobilen förenklar eller försvårar kommunikationen med dina föräldrar?”

“Mm, förenklar. Till exempel när man ska... eh, om man har två olika aktiviteter och så ska man försöka pussla ihop; ‘kan du köra mig dit’ eller ‘kan du hämta mig från skolan för att bussen kör inte’ eller... osv, asså det hade varit mycket svårare att göra det om man inte hade haft mobiler.” - Stina

Stina vidareutvecklar genom att tillägga följande:

“Att hitta lösningar på, asså oftast schema problem, eller när man slutar jobba osv. Men även om man ska, till exempel om man ska till skolan och så kommer man på med en kompis att “nämen jag vill hänga med den här kompis efter skolan och vi ska plugga tillsammans”. Det hade varit mycket svårare att liksom som min pappa, han jobbar i [en stad] och det är liksom, det är 40 minuter härifrån, jag hade inte kunnat fråga honom om det om vi inte hade haft mobilerna.” - Stina

Stina beskriver här mobilen som ett verktyg, med hjälp av mobilen kan hon på ett snabbt och smidigt sätt kontakta sin pappa om det uppstår något problem som hon behöver hjälp med

direkt, trots att han befinner sig 40 minuter bort. Hon förklarar även hur de kan hitta lösningar på problem i schemat och hur de lättare kan pussla ihop vardagen via mobiltelefonerna.

John B. Thompson pratar i sin bok "Medierna och moderniteten" om hur kommunikation och interaktion mellan individer i många fall är beroende av tid och rum, alltså beror det på när och vart denna interaktion utspelar sig. Med tekniska medier kan dock dessa tidsliga och rumsliga villkor förändras, då individer kan kommunicera, handla och interagera på distans. Bland annat kan individer med hjälp av tekniska medier ingripa och även påverka händelser som kan uppstå på en plats som ligger långt bort i tid och rum. Dessa tekniska medier erbjuder alltså individer till att på nya sätt kunna organisera och kontrollera, men även använda tiden och rummet för egna syften (2001, s.35).

Tidigare forskning har visat att teknikutvecklingen kan lugna ångest bättre än tidigare, då den som äger en mobiltelefon har möjlighet att när- och varsomhelst kunna kontakta sin omgivning i den utsträckning den själv vill (Fortunati 2002, s.522).

"Tycker du att mobilen förenklar eller försvårar kommunikationen med dina föräldrar?"

"Ehm, jag tycker att den förenklar, i alla fall nu speciellt då med min pappa när han har flyttat så är det det enda sättet att hålla kontakt med honom, så då måste jag kunna använda den för att kunna ringa honom och se hur det är med han. Och jag skickar bilder för att han ska se vad jag gör och tvärtom." - Henrik

John B. Thompson redogör för hur tekniska medier har gjort det möjligt för individer att kommunicera bortom de rumsliga och tidsliga gränser, vilka är karakteristiska för interaktion ansikte mot ansikte (2001, s.45). Något som särskilt utmärker kommunikationen i den moderna världen är att den äger rum i en alltmer global utsträckning. I och med utvecklingen av telekommunikationerna kan individer nu interagera med varandra och uppleva händelser gemensamt även om de befinner sig i olika delar av världen (Thompson 2001, s.46).

I artikeln *The mobile phone: Towards new categories and social relations* ställer Leopoldina Fortunati frågor som; Hur det kan komma sig att människor har godtagit att deras närvaro i rummet inte är viktig och därmed bör försvinna? Hur är det möjligt att konstgjord kommunikation kan överträffa naturlig kommunikation? (2002, s.519). Hon besvarar dessa frågor med förklaringen; I och med skärmens uppkomst har människors uppmärksamhet

förflyttats från att endast ha naturlig kommunikation till att splitta den med TV-konsumtion. Till en början lärde sig människor att prata medan de satt hemma och tittade på TV. Därefter fördjupade de denna tendens ytterligare med mobiltelefonen, där de snabbt lärde sig att svara i telefonen, och utan att tveka avbryta redan pågående samtal med någon annan. Med andra ord utvecklade människor en vana att skifta uppmärksamheten från direkt mellanmänsklig kommunikation till en virtuell konversation på avstånd. På liknande sätt som man tystade sina familjemedlemmar för att kunna se på TV, utesluter man fysiskt närvarande personer genom att använda mobilen under samtal. Detta resulterade i att människan ger mer uppmärksamhet åt personen i andra änden av telefonen och mindre uppmärksamhet till personen framför sig (ibid.).

“Hur tycker du att mobilen försvårar kommunikationen när du är med dina föräldrar?”

“Ja men det är just då om det plingar till i telefonen och man känner att man måste ta det och om man kanske har ett samtal eller en konflikt eller någonting och så plingar det till i telefonen så känner man att man måste ta det också. Då kan det bli mycket liksom.” - Amanda

Detta citat visar på just det som Fortunati har förklarat, människors splittrade uppmärksamhet, med andra ord har människor svårt att rikta sin fulla uppmärksamhet på en sak åt gången. Amanda säger upprepande gånger “... man känner att man måste ta det...”, detta tyder på att hon känner ett behov av att ge uppmärksamhet och vara tillgänglig för alla i hennes omgivning, både personer i det fysiska rummet men även de på distans. Trots att det inte finns något som säger att hon måste svara i telefonen så fort den plingar till, finns det ändå något som får henne att känna ett behov av att veta vad som har hänt på telefonen.

Sherry Turkle tar upp hur människor i dagens samhälle har en ständig strävan att vilja vara med varandra, men på samma gång vara någon annanstans. Vi vill helt enkelt vistas på flera olika platser samtidigt, det vill säga om vi är på en plats vill vi även känna en anknytning till den andra platsen som vi inte befinner oss på (2017, s.33). Detta grundar sig i människors behov av att ha kontroll över de val man gör, vi vill alltså känna att vi har kontroll över vart vi väljer att rikta vår uppmärksamhet, det är vad vi värderar högst av allt. T.ex. kan du idag inte förvänta dig att du har dina vänners fullständiga uppmärksamhet när ni sitter och äter middag tillsammans. Turkle menar alltså att detta nya sätt att prioritera har resulterat i att vi människor börjat anpassa våra etikettregler (ibid.).

Sammanfattning

I detta avsnitt har vi, genom att analysera vårt empiriska material och koppla samman det med tidigare forskning och teori, kommit fram till att det finns både fördelar och nackdelar med den tekniska utvecklingen. Tekniken, speciellt mobiltelefonerna, har medfört en hel del möjligheter för individer att kunna kommunicera med varandra oavsett när de vill och vart de vill. Mobiltelefonerna har alltså förenklat den kommunikation som sker mellan individer som behöver kontakta varandra på avstånd. Mobiltelefonerna kan samtidigt i många fall försvåra kommunikationen genom att splitta individens uppmärksamhet. Mobila enheter gör det möjligt för en individ att vara tillgänglig för flera personer på en och samma gång. Detta kan därmed göra det svårt för individen att vara närvarande på platsen den fysiskt befinner sig på. Mobiltelefonerna har alltså på många sätt försvårat kommunikationen som sker ansikte till ansikte.

5.3 Relationer

Familjefunktion

Överanvändning av mobila enheter kan påverka människan på flera olika sätt, det kan innebära både fysiska och mentala konsekvenser för individen, till exempel sömnbrist, fetma och låg självkänsla. Dessutom visar forskning att överanvändandet av mobila enheter bland unga har en negativ påverkan på individens sociala relationer, framförallt med familjemedlemmar (Ding Leong, Yu Hin Lee & Ka Nin Chow 2018, s.1405). För att skapa en stödjande relation familjemedlemmar sinsemellan, är positiva och roliga interaktioner viktiga (ibid). I vårt empiriska material framgår det att mobilen har en tydlig påverkan på interaktionen i familjen. Citaten nedan ger en inblick i just detta.

“Hur tror du att det hade påverkat er som familj om ingen av er hade haft en telefon?”

“Ehm, faktiskt så tror jag att, då hade vi haft lite mer djupare diskussioner tror jag. Hade gått mer på djupet med varandra, eh... lyssnat på varandra och vara intresserade av varandras intressen och så. Ehm... så det är verkligen, asså vi... det hade varit, vi hade också gjort mycket mera saker tillsammans, typ så här, aa men ut på någon utflykt varje helg eller något sånt. Ehm... ja, det hade ju definitivt förändrats.” - Tove

“Jo men jag ser att man kanske har mer tid med varandra för att man gör mer saker tillsammans för att mobilen blir en väldigt, den avdelar dig väldigt mycket från omvärlden när du använder den, och genom att inte ha den så hade man nog varit lite mer interaktiva med varandra.” - Henrik

Sherry Turkle skriver om *familjesamtalets uppgift* och förklarar att familjelivet kan verka likadant som det alltid varit, men om vi betraktar det närmare så tycks vi leva “ett familjeliv i kvadrat” (2017, s.135). Det finns många nya sätt att vara tillsammans på, och genom mobila enheter är vi på ett sätt aldrig ifrån varandra (ibid). Det finns en dragningskraft till att vara med varandra, men samtidigt vara någon annanstans. En del människor sitter med sin mobil oavsett om det är en situation där man rent teoretiskt bör fokusera på nuet och den person man spenderar tid med. Det kan till exempel vara när föräldrar är på lekplatsen med sina barn men även som tidigare nämnt, situationen vid matbordet (Turkle 2017, s.136). Mobila enheter gör inte nödvändigtvis att familjen rent praktiskt spenderar mindre tid tillsammans, men den står i vägen för de aktiviteter och samtal som hade kunnat äga rum. Online plattformar har gjort att samtal som tidigare skedde ansikte mot ansikte nu ofta sker via nätet istället (ibid). Turkles resonemang förklarar vad det är som gör att familjer idag inte samtalar och hittar på lika mycket aktiviteter som förr. Utifrån hennes resonemang och de citat vi presenterat ger det en förståelse för att människor idag väljer att spendera mer tid på mobiltelefonen istället för att engagera sig i varandras intressen.

“Känner ni att ni kan göra annat utan mobilerna, så som du säger att spela spel och göra sånt även om ni har mobilerna, eller känns det som att mobilen är ett hinder för att göra grejer tillsammans?”

“Nej, så jag tror mer att man inte vill göra dem grejerna, kanske låter lite tråkigt men ahh. Det är inte ett direkt hinder, om jag skulle känna för att spela eller baka så är ju mamma och pappa med på det.” - Gustav

Gustavs svar tydliggör att möjligheten till att hitta på aktiviteter med varandra är lika tillgänglig som förr. Däremot så är det inte lika intressant längre. Människan väljer i många fall att spendera tid på sin mobiltelefon istället för att genomföra aktiviteter tillsammans med andra.

Familjekommunikation i hushållet präglas av en ökad individualisering av underhållnings- och informationsmedier. Trots detta verkar det inte minska den tid som spenderas tillsammans som familj. Tekniken har ersatt många hushållsarbete som förut tog upp en stor del av fritiden. Familjer idag tillbringar däremot ungefär lika mycket tid tillsammans som familjer förr i tiden gjorde. Trots att familjer idag har desto mer fritid, tas denna lediga tid istället upp av mobiltelefoner.

En större del av familjekommunikationen sker idag i samband med konsumtion av elektroniska medier. Till en början tog radio, tv och videor upp familjemedlemmarnas fullständiga uppmärksamhet, även om de satt och tittade på tv tillsammans sa de knappt ett ord till varandra. Nu pratar familjemedlemmarna mer och mer med varandra samtidigt som de konsumerar media. Elektroniska medier har idag blivit en naturlig del av vardagen. (Mundorf, N. et al. 1994, s.142).

Med detta sagt kan alltså mobilen å andra sidan även användas till att stärka relationer och känslan av ett sammanhang. I citatet nedan framgår en situation där Tove och hennes mamma drar nytta av mobiltelefonen för att upprätthålla ett gemensamt intresse. Det uppstår då en situation där mobilen kan förena två individer.

“Anpassar du ditt mobilanvändande mer när du är med dina föräldrar än när du är med andra?”

“Ehm... ja, omedvetet, tror jag. Ehm... när jag är med mina föräldrar, asså nuförtiden så använder jag ju inte telefonen alls när jag är med mina föräldrar typ. Det är i sådant fall om jag vill visa något på Tiktok eller nåt sånt, för jag och mamma brukar alltid visa varandra videos.” - Tove

Tekniken medför både möjligheter och hinder, Turkle förklarar: en teve kan man välja att titta på ensam eller tillsammans med någon och detta medför antingen en isoleringen, eller så kan man dra nytta av det och använda tevens sociala funktion till att stärka en relation med någon annan (2017, s.143). Likaså menar vi att mobilen, i detta fall, kan förena mor och dotter genom ett gemensamt intresse av att titta på TikTok videos.

Gustav tar upp ett exempel på hur tekniken kan isolera en familj:

“I en av mina kompisars familj så sitter man inte tillsammans och äter vid matbordet. De sitter vid olika bord och käkar. Jo, men till exempel dem tar maten från köket och sätter sig vart de vill, kanske vid tv:en eller vid datorn liksom, ahh jag tycker det är lite skumt, men...” - Gustav

Socialt sammanhang

Tekniken har införlivats i livets alla aspekter, internet används av individer för att bland annat söka efter gamla och nya vänner, dela foton och videos samt sprida information. Tonåringar använder däremot sociala nätverk huvudsakligen för att kommunicera med vänner, känna en tillhörighet och ett socialt stöd (Coskun & Karayagız Muslu 2019, s.1004f). I flera av

respondenternas svar framgår det att kontakten med vänner genom sociala medier är en förklaring till varför de känner ett behov av att vara uppkopplade.

“Om du väljer att ta upp mobilen när du är hemma, vad är anledningen till att du gör det?”

“Oftast är det för att någon har skrivit eller man ska höra av sig” - Amanda

“Vad är det som oroar dig mest, att du missar ett samtal, vad är det du är orolig för att missa?”

“Ja jag tror det är det, att någon skulle skriva eller att det är något som händer, typ att man ska göra något och en kompis undrar om man ska göra någonting så hinner man inte svara så har dem typ åkt iväg eller något sånt, men det är inte så farligt, men ja man tänker ju så kanske.” - Amanda

De sociala koder kring mobila enheter som utvecklats med åren, har lett till att många relationer och sammanhang har flyttat ut på nätet. För många upplevs vännerna på nätet som en familj som är ständigt tillgängliga, detta skapar en känsla av gemenskap (Turkle 2017, s.181). Turkle menar att nya vanor uppstår när unga känner en skyldighet till att ständigt vara tillgängliga för sina vänner (ibid).

“Upplever du att du använder mobilen mer för att bibehålla kontakt med typ vänner och så än att det är ett tidsfördriv eller vad skulle du säga?”

"Ja, jag tror att det är att passa in och inte riktigt bli lämnad utanför" - Henrik.

“Fear of missing out”, även förkortat FOMO, är ett uttryck som betyder “rädsla för att missa utvecklingen inom sociala medier”. Detta är i flera fall en anledning till ungas intensiva användning av sociala nätverk. Det skapar ett problem som innebär att individer kan spendera lång tid på sin mobiltelefon just på grund av rädslan för att missa något men även en oro för att uppleva ett socialt utanförskap (Coskun & Karayagız Muslu 2019, s.1005). Även Turkle talar om begreppet FOMO, men hon fördjupar sig även i det “utifrånstyrda livet”. Hon menar att människor mäter sitt värde baserat på vad vänner och grannar tycker och tänker, men även i vilken utsträckning man har samma tillgångar som de har (2015, s.185). Citatet nedan tydliggör just detta fenomen.

“Tror du att ditt mobilanvändande hade påverkats om dina vänner inte hade en mobil?”

“Ja. För att jag tror jag får mer av en, asså så här, blir mer influenced av mina kompisar. Eh, och gör mycket som de gör, kopiera vill jag inte säga, men så här ta mycket från dem.” - Tove

Idag är det möjligt för oss att ständigt hålla koll på vad andra gör via sociala medier, det gör att människor ofta jämför sig själva med andra (Turkle 2017, s.185).

Sammanfattning

En stor del av vår uppsats handlar om relationer och hur de påverkas av mobilanvändning. I intervjuerna tydliggörs det att mobila enheter i många fall används av unga för att känna en gemenskap och för att inte hamna utanför. För att bibehålla kontakten och en god relation med vännerna så känner de ett behov av att hålla sig uppkopplade på nätet. Däremot leder detta till konsekvenser för relationerna i familjen, då tiden de unga spenderar på mobiltelefonerna istället tar tid från familjen. Likaså framgår det av svaren att mobila enheter har skapat en lathet som gör att familjer idag inte umgås på samma sätt som förr.

5.4 Bristande närvaro

Tidigare forskning åskådliggör att det finns ett samband mellan föräldrars användning av mobila enheter och en minskning av verbal och icke-verbal interaktion med deras barn. Det framgår att barnets uppmärksamhet från föräldrarna prioriteras bort på grund av tekniken (Dennis et al. 2022, s.2). Detta är något som framkommit i våra intervjuer. Nedan kommer vi att presentera några av de citat som tydliggör bristen på interaktionen i relationen förälder-barn.

“Tycker du att ditt mående påverkas av dina föräldrars mobilanvändning?”

“Asså inte så mycket skulle jag inte säga. Det är väl kanske mer om man pratar och försöker berätta någonting så sitter de med telefonen uppe, det är ju inte jättetrevligt liksom.” - Amanda

Flykten från samtalet är ett uttryck som Sherry Turkle pratar en del om, vilket innebär att många av de samtal som tidigare skett ansikte mot ansikte istället har förflyttats ut på nätet. Hon menar att barn har ett behov av uppmärksamhet och att det är en grundläggande byggsten för att skapa relationer (2017, s.138-140). Barn utvecklar sina sociala färdigheter genom att interagera med aktiva och engagerade ansikten, men bemöts de inte med detta så ökar risken för att de i framtiden blir stela och avvisande i förhållande till andra. Turkle

förklarar att brist på ögonkontakt och samtal mellan föräldrar och barn kan skapa bortkomna och asociala individer (ibid). Ännu ett exempel framgår av en annan intervju:

“Tycker du att stämningen vid matbordet påverkas av att ha mobilerna framme?”

“Ja, asså det är ju typ i slutet av middagen när man bara tar upp mobilerna istället för att snacka, då tycker jag att det kan påverka lite, alltså det blir inte lika kul asså så. Jag kan bli lite irriterad också, alltså typ att vi inte, det blir oftast så att man kollar rakt ner i mobilen istället för att man snackar med varandra, och då kan det bli tråkigare liksom, men ja.” - Hanna

“Har du upplevt någon situation där du själv känner att det är någonting du vill prata om eller liksom något som du vill lyfta, men känner att det inte är läge för folk inte lägger uppmärksamheten på det?”

“Mm... ja alltså ibland när man vill fråga något så blir det ju oftast avbrutet liksom, men eh jag brukar ändå fråga, men man kanske inte får svar tillbaka liksom, det är väl det.” - Hanna

Frånvaro från föräldrar är inget nytt fenomen, men skillnaden är att barn behöver kämpa för sin uppmärksamhet på ett annat sätt än förr. Tidningar, böcker och tv har blivit ersatta av ett flertal nya enheter såsom mobiler, laptops och ipads. Människor som sitter vid skärmen för att maila och skicka sms är benägna att uppslukas i ett mer intensivt och koncentrerat tillstånd (Turkle 2017, s.147). Föräldrar bör ta ett ansvar som förebilder, men detta kan de inte göra om föräldrarnas fokus ligger på mobila enheter när deras barn söker deras uppmärksamhet (ibid). Mobilens närvaro vid middagsbordet gör att uppmärksamheten sätts i konkurrens med hela omvärlden (Turkle 2017, s.137). Däremot har det även framgått i vårt empiriska material vad unga faktiskt menar med att ha närvarande föräldrar. Nedan kommer tre exempel på detta:

“Hur närvarande upplever du att dina föräldrar är när du är med dem?”

“De är oftast närvarande när vi har konversationer eller... jag tycker att dem är ganska bra på att pausa det de håller på med för att prata med en eller så.” - Stina

“När jag kommer hem så är det alltid mycket frågor och så och dem frågar alltid massa och bryr sig och så, så då använder dem ju aldrig telefonen när dem pratar med mig, så jag tycker alltid dem är närvarande liksom.” -

Amanda

“Dem är rätt så närvarande, de tar ju inte upp mobilen liksom så. De kollar på mig medans jag pratar och sen så svarar dem på frågor och sånt” - Gustav

Föräldrar behöver lägga mycket tid och energi på sina barn, och ibland kan man som vuxen behöva prioritera bort egna intressen för att kunna ägna uppmärksamhet åt de unga (Bowlby 2014, s.24). Som framgår i citaten ovan så innebär detta att prioritera bort mobilen en stund för att ägna tid åt att lyssna och uppmärksamma sitt barn. Detta är viktigt eftersom den känslomässigt förmedlade kommunikationen sträcker sig genom hela livet och behovet av att knyta känslomässiga band är en betydande huvudaspekt för ungas funktionella fungerande och psykiska hälsa (Bowlby 2014, s.146). För att ett barn ska känna tillit och trygghet krävs en närvaro av de vuxna, föräldrarna behöver lägga undan mobilerna för att titta och lyssna på barnet för att uppfylla det uppmärksamhetsbehov som finns (Turkle 2017, s.138).

Sammanfattning

I materialet vi tagit fram har flera av de unga respondenterna gett oss svar som indikerar på en avsaknad av närvaro hos föräldrarna. De upplever att mobila enheter i olika situationer kan vara en distraktion och ett föremål som hindrar kommunikationen i familjen. Deras beskrivningar av hur mobiltelefonen används i familjen och av deras föräldrar framhäver en bristande närvaro. Respondenterna nämnde däremot även att de upplevde att deras föräldrar i andra situationer riktade sin uppmärksamhet genom att lyssna och ställa frågor, vilket upplevdes som att de då var väldigt närvarande.

6. Slutdiskussion

I detta avsnitt sammanfattas de mest centrala delar som tagits fram i uppsatsens analysdel, samt besvaras studiens frågeställningar kopplat till vårt syfte. Avslutningsvis ges en slutreflektion om tankar som dykt upp i uppsatsskrivandets process, även eventuella idéer som väckt nya intressen att forska kring i framtiden.

Syftet med denna studie har varit att undersöka hur mobila enheter kan påverka kommunikationen och relationerna i en familj på olika sätt. Våra frågeställningar var; Hur påverkar ungas mobilanvändning relationerna i familjen? Hur upplever unga att deras föräldrars mobilanvändning påverkar deras relation mellan varandra? I intervjuerna har en del mönster blivit uppenbara kring mobilanvändandets påverkan.

Hur påverkar ungas mobilanvändning relationerna i familjen?

Utifrån de intervjusvar vi har fått från ungdomarna kan vi bedöma att deras mobilanvändning har en tydlig påverkan på relationerna i familjen. Ungas mobilanvändning påverkar först och främst de själva och deras beteende. Respondenterna besitter en vana att använda mobilen kontinuerligt, och ett mönster framträdde i intervjuerna. Samtliga menade att de använder mobiltelefonerna mer än vad de själva anser att de borde, men kunde samtidigt inte förklara vilken påverkan det hade på familjerelationerna. Detta var dock något som vi kunde se bland intervjusvaren, utan att de själva var medvetna om det, mobiltelefonerna stod i vägen för den uppmärksamhet som de unga både ville ge och ha från sina föräldrar. Samtliga respondenter kände ett behov av att ständigt vara uppkopplade. De ville dels uppehålla kontakt med kompisar, men även för att de kände att de var tvungna, då de inte ville riskera att hamna utanför eller missa något. Detta förhållningssätt som respondenterna har till sina mobiltelefoner visar hur deras behov av att använda mobila enheter kan vara en källa till splittrad uppmärksamhet, och ett avbrott i ansikte mot ansikte-interaktioner med sina föräldrar.

Ett annat mönster som var genomgående i samtliga intervjuer var hur kommunikationen på många sätt kunde förenklas med hjälp av mobiltelefonerna, detta menade respondenterna var när de var ifrån sina föräldrar. Med hjälp av mobiltelefonerna fanns möjligheten att snabbt

och enkelt kunna kontakta varandra och lösa logistiska problem, mobiltelefoner kunde helt enkelt användas som verktyg för att koordinera och kommunicera i vardagliga situationer.

Hur upplever unga att deras föräldrars mobilanvändning påverkar deras relation mellan varandra?

Baserat på vad respondenterna svarar i intervjuerna upplever de själva inte att föräldrarnas mobilanvändning påverkar deras familjerelation. Något som däremot har framkommit i analysen är att föräldrarnas mobilanvändning ger vissa indikationer på en bristande närvaro hos föräldrar till följd av mobilanvändning. Resultaten av studien avspeglar inte bara ett generellt samband mellan föräldrars mobilanvändning och minskad interaktion med barnen, utan ger även insikter i hur detta påverkar de ungas känsla av samhörighet och välbefinnande. Svaren från de intervjuade ungdomarna visar på en gemensam upplevelse av att mobiltelefoner fungerar som distraktion vid försök till kommunikation. Ett exempel är vid matbordet, då respondenterna ser måltider som ett tillfälle att samlas och konversera med varandra. Vårt empiriska material visar att det beror på hur människor använder sig av mobila enheter i familjen, då det kan ha betydande konsekvenser för familjedynamiken och kommunikationen.

Sammanfattningsvis belyser vår forskning behovet av att balansera teknologins för- och nackdelar för att söka den bästa möjliga sociala interaktionen och familjedynamiken. Våra respondenter har uttryckt ett behov av att vara uppkopplade som grundar sig i att de vill vara tillgängliga för att inte hamna utanför. Likaså uttrycker de att deras föräldrar i olika situationer riktar sin uppmärksamhet till skärmen istället för att aktivt lyssna och interagera med sina barn. Familjen och relationerna mellan barn och föräldrar påverkas därav av människors behov av att hålla sig uppdaterade och vara delaktiga online. Tekniken har framkallat en lathet bland människor. Även detta framgår i intervjuerna då en av respondenterna förklarar att det är lättare att använda mobilen i situationer istället för att hitta på saker att göra tillsammans.

Avslutningsvis kan vi dra slutsatsen att mindre interaktion i en familj inte handlar om brist på tid, utan om vad individerna väljer att lägga sin tid på. Våra respondenter förklarar olika situationer, och ger oss svar som tyder på en problematisk mobilanvändning både bland de själva men även hos deras föräldrar. Men trots deras svar är det fortfarande många som inte

ser mobilanvändandet som något problem, utan snarare som en del av vardagen som är naturlig för alla. Mobila enheter har utvidgat och ökat flexibiliteten kring kommunikation, men kan å andra sidan störa närvaron och skapa en distans och isolering mellan människor. Vi anser därför att det krävs en medvetenhet och anpassningsförmåga för att kunna upprätthålla en sund balans mellan digital och fysisk närvaro.

Slutreflektion

I och med våra intervjuer har många tankar väckts kring flera faktorer som har stor påverkan på dagens mobilanvändning. En fråga som har dykt upp är hur en individs ålder påverkar vilket behov denne har av att använda mobilen och vara uppkopplad. T.ex. märkte vi hur de yngre i vår målgrupp (16-17 år) såg mobilanvändning mycket mer som en självklarhet och ett måste för en fungerande vardag. Medan de äldre i målgruppen (18-20 år) menade att de hade varit en självklarhet när de var yngre och gick i skolan för att passa in och inte hamna utanför umgängeskretsen. Däremot ansåg de i dagsläget att mobilen inte är en lika viktig del av det sociala, utan menade istället att det var skönt att inte ständigt exponeras för andra människor och deras åsikter. Detta är något som vi i en vidare forskning hade varit intresserade av att fördjupa oss i. Vad olika åldersgrupper, även uppdelat i kön, anser om digitala medier och dess påverkan på deras vardag och relationer. Syftet i denna typ av studie skulle vara att undersöka vilken inverkan åldern har på individens behov av att vara uppkopplad på sociala nätverk, och hur det skiljer sig mellan olika åldersgrupper.

7. Referenser

Bryman, Alan. (2018) *Samhällsvetenskapliga metoder*. Tredje uppl. Stockholm: Liber.

Bowlby, John. (2014) *En trygg bas: Kliniska tillämpningar av anknytningsteorin*. Stockholm: Natur och Kultur.

Coskun, S., Karayagız Muslu, G. (2019) *Investigation of Problematic Mobile Phones Use and Fear of Missing Out (FoMO) Level in Adolescents*. Community Ment Health J 55, 1004–1014.

<https://link-springer-com.ludwig.lub.lu.se/article/10.1007/s10597-019-00422-8>

Dennis, C.-L. et al. (2022) *Screen use and internet addiction among parents of young children: A nationwide Canadian cross-sectional survey*, PLoS ONE, 17 (1): 1–13.

<https://eds-s-ebshost-com.ludwig.lub.lu.se/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=8de3cd9f-a06c-471e-8227-20a6f5bda90d%40redis>

Eldén, Sara. (2020) *Forskningsetik: vägval i samhällsvetenskapliga studier*. Första upplagan Lund: Studentlitteratur.

Fortunati, Leopoldina (2002) *The mobile phone: Towards new categories and social relations*. Information Communication & Society, 5 (4): 513–528.

<https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/13691180208538803>

Leong, B.D., Lee, B.Y.H. and Chow, K.K.N. (2018) *Collective Play Versus Excessive Use: an Insight into Family-Focused Design Intervention for Mobile Phone Overuse*, International Journal of Mental Health and Addiction, 16 (6): 1404–1419.

<https://eds-s-ebshost-com.ludwig.lub.lu.se/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=10&sid=fb42982d-e67e-4b83-bf0d-83fca8bbdeda%40redis>

Lindgren, Simon. (2014) *Kodning I: Hjern, Mikael, Marco Nilsson & Simon Lindgren (red.) Introduktion till samhällsvetenskaplig analys* Andra uppl. Malmö: Gleerups.

Lindgren, Simon. (2014) Tematisering I: Hjerm, Mikael, Marco Nilsson & Simon Lindgren (red.) *Introduktion till samhällsvetenskaplig analys* Andra uppl. Malmö: Gleerups.

Lindgren, Simon. (2014) Summering I: Hjerm, Mikael, Marco Nilsson & Simon Lindgren (red.) *Introduktion till samhällsvetenskaplig analys* Andra uppl. Malmö: Gleerups.

Mundorf, N. et al. (1994) *Families, information technologies, and the quality of life: German research findings*, *Telematics and Informatics*, 11 (2): 137–146.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/073658539490037X?via%3Dihub>

PR Direkt. (2020) *Ny statistik: Så mycket tid tillbringar unga framför*

<https://via.tt.se/pressmeddelande/3270076/ny-statistik-sa-mycket-tid-tillbringar-unga-framfor?publisherId=3235682> Hämtad 2023-12-14

Shuai-Lei Lian et al. (2023) *Family cohesion and adaptability reduces mobile phone addiction: the mediating and moderating roles of automatic thoughts and peer attachment*, *Frontiers in Psychology*, 14.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1122943/full>

Svensson, Peter & Ahrne, Göran. (2022) Att designa ett kvalitativt forskningsprojekt I: Ahrne, Göran & Peter Svensson (red.) *Handbok i kvalitativa metoder*. Tredje uppl. Stockholm: Liber.

Socialstyrelsen. (2020) *Barns medverkan i Socialstyrelsens arbete - ett stödmaterial för att inhämta barns kunskaper och erfarenheter*

<https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2020-6-6858.pdf> Hämtad 2023-12-15

Tammisalo, K. & Rotkirch, A. (2022) *Effects of information and communication technology on the quality of family relationships: A systematic review*, *Journal of Social and Personal Relationships*, 39 (9): 2724-2765.

Thompson, John B. (2001). *Medierna och moderniteten*. Göteborg: Daidalos.

Turkle, Sherry (2017). *Tillbaka till samtalet: samtalets kraft i en digital tid*. Göteborg: Daidalos

Westergård, Per & Bornemann, Jens (2021) *Många unga är trötta på sitt mobilberoende*
<https://www.vilarare.se/grundskollararen/forskning/manga-unga-ar-trotta-pa-sitt-mobilberoende/> Hämtad 2023-12-14

Bilagor

Informationsbrev

Hej!

Våra namn är Isabell Kristensson och Nora Thudén, och vi studerar socionomprogrammet vid Lunds universitet. Vi är just nu inne på vårt sista år, vilket innebär att vi skriver examensarbete. Vår uppsats handlar om mobilanvändning i familjen, och vi är intresserade av ungas perspektiv i frågan. Vårt intresse av ämnet väcktes efter vår praktik som vi gjorde utomlands. Vi fick efter praktiken en ny inblick i hur just mobilanvändning kan skilja sig från olika kulturer och världsdelar.

Det finns en del forskning kring mobilanvändning och dess konsekvenser eftersom det är ett aktuellt ämne i samhället. Däremot upplever vi att det ofta är fokus på ungas problematiska mobilanvändning. Vi vill uppmärksamma ett annat perspektiv i frågan och vill därmed studera hur unga kan påverkas av vuxnas användning av mobila enheter. Därav är vi intresserade av att veta mer om just din uppfattning och dina känslor kring hur mobilen kan påverka vardagen i familjen.

Intervjun kommer att ta mellan 30-45 minuter. Vi kommer att utgå från en intervjuguide, vilket innebär att vi har förutbestämda frågor, men beroende på vilka svar som ges, kan vi under tidens gång även ställa följdfrågor. Vår önskan är att du svarar så ärligt du kan på frågorna, och är det något du inte förstår eller behöver få förtydligat så säger du bara till när som. Ditt deltagande är frivilligt och du har rätt att avbryta när som helst under intervjun. De personuppgifter som vi kommer att ta del av, kommer i uppsatsen att anonymiseras så att ingen läsare kan identifiera dig. Med ditt samtycke kommer vi även att spela in intervjun för att komma ihåg allt som sagts och lättare kunna använda materialet i vår uppsats.

Inspelningen kommer däremot att raderas direkt efter avslutad studie.

Är du intresserad av att ta del av vår studie när den är avslutad kan du kontakta någon av oss på isabellkristensson0@gmail.com eller nora.thuden@gmail.com. Vid ytterligare frågor kan du även komma i kontakt med ansvarig handledare, Johan Cronehed, Dr i socialantropologi på Lunds Universitet. Johan kan du kontakta via mail: johan.cronehed@soch.lu.se.

Samtyckesblankett

Samtycke till deltagande i examensarbete vid Samhällsvetenskapliga fakulteten

Medgivande:

Jag bekräftar härmed att jag har fått information om vilka personuppgifter som kommer att användas i studien och att dessa kommer att användas konfidentiellt på ett sådant sätt så att inga obehöriga kan avslöja min identitet. Jag har även tagit del av information kring studien och godkänner att intervjun kommer att spelas in för att materialet ska vara till nytta under utformningen av studien. Jag är även medveten om att materialet som samlas in kommer att raderas efter avslutad och godkänd studie. Slutligen är jag också medveten om att min medverkan är helt frivillig och att jag kan avbryta min medverkan när som helst.

Jag samtycker härmed till att delta i studien:

Underteckning:

Namnförtydligande:

Ort & Datum:

Intervjuguide

- Vi gör en kort presentation av oss och ämnet vi kommer prata om, samt syftet med intervjun. Vi ger även information om konfidentialitet, samtycke och frivillig medverkan och information om hur lång tid intervjun är tänkt att ta.
- Underskrift av samtyckesblankett.
- Förklara vårt upplägg.
- Möjlighet att ta del av arbetet.
- Frågor innan vi börjar?

Intervjufrågor om mobilanvändning

Öppningsfrågor:

- Hur gammal är du?
- Vad är din huvudsakliga sysselsättning (jobb, skola)?
- Hur ser din familjesituation ut? (skilda, syskon, bonusföräldrar etc)
- Har alla i din familj en egen smartphone? (Har någon mer än en, t.ex. en jobbtelefon?)

Din egen mobilanvändning:

- 1. Vart har du din mobil just nu? Har du den synlig? Är den vänd uppåt eller neråt?**
- 2. Hur många timmar om dagen använder du mobilen, på ett ungefär?**
- 3. Vad använder du mobilen till?**
- 4. Tycker du att ditt mobilanvändande skiljer sig beroende på var du är? T.ex. om du är hemma eller i skolan.**
- 5. Tar du med dig din mobil vart du än går (även i huset)?**
- 6. Känner du ett behov av ha den tillgänglig?**
- 7. Hade du velat använda mobilen mer eller mindre än vad du gör idag?**

Föräldrar:

8. **Tror du att du använder mobilen mer eller mindre än dina föräldrar?**
9. **Vad tror du att dina föräldrar använder sin mobiltelefon till?**
10. **Upplever du att dina föräldrar har ett behov av att ha mobilen tillgänglig?**
11. **Tycker du att du påverkas av dina föräldrars mobilanvändning?**

Familjen:

12. **Har ni som familj någon bestämd tid om dagen/i veckan där mobilen är “förbjuden”?**
13. **Var är era mobiler placerade under middagstid?**
Följdfråga - tycker du att det påverkar stämningen vid middagsbordet?
14. **Om du väljer att ta upp mobilen när du är hemma, vad är anledningen till att du gör det?**
Om någon annan familjemedlem gör det, vad tror du deras anledning är?
15. **Har du eller någon i familjen upplevt en oro eller stress om ni inte haft mobilen närvarande vid ett specifikt tillfälle?**

Påverkan på familjen:

16. **Anpassar du ditt mobilanvändande mer när du är med dina föräldrar än när du är med andra?**
17. **Tycker du att ditt mående påverkas av din familjs mobilanvändande?**
18. **Hur tror du att du hade påverkats av dina föräldrars mobilanvändande om du själv inte hade haft en egen mobil?**

19. Tror du att ditt mobilanvändande hade påverkats om dina föräldrar inte hade en egen mobil?

Fördjupande frågor kring kommunikationen i familjen:

20. Om ni blir osams handskas ni vanligtvis med problemet face to face eller via telefon/sms?

21. Tycker du att det är lättare att kommunicera via telefon/sms eller face to face?

22. Tycker du att mobilen förenklar eller försvårar kommunikationen med dina föräldrar?

23. Hur närvarande upplever du att dina föräldrar är när du är med dem?

24. Känner du att du kan vända dig till dina föräldrar om det är något som du vill prata om?

25. Hur ofta har du ordentliga samtal/konversationer med dina föräldrar?

26. Hur tror du att det hade påverkat er som familj om ingen av er hade haft en mobil?

Avslutande frågor:

- "Är det något som vi inte har pratat om som du skulle vilja ta upp?"

- "Har du några frågor till oss?"

- "Har intervjun väckt några specifika tankar som du vill dela med dig av?"

Checklista:

- Vi vill påminna dig om att du kommer vara anonym i vår uppsats och att det vi antecknat och spelat in kommer förstöras när vår uppsats är klar och godkänd.
- Vi vill påminna om att vi kan komma att höra av oss med kompletterande frågor vid behov.
- Påminna om att de får möjlighet att läsa uppsatsen om så önskas.

