

Digitalt mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt unge

Et systematisk litteraturreview



Digitalt mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt unge

– Et systematisk litteraturreview

© VIVE og forfatterne, 2022

e-ISBN: 978-87-7582-105-1

Projekt: 302270

Finansiering: Sundhedsstyrelsen

VIVE

Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd

Herluf Trolles Gade 11

1052 København K

www.vive.dk

VIVEs publikationer kan frit citeres med tydelig kildeangivelse.



Forord

Denne rapport er en opfølgning på rapporten 'Digital mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt børn og unge' (Kierkegaard et al., 2020).

Hvor Kierkegaard et al. (2020) fokuserede på 6-15-åriges mediebrug, har den nye rapport fokus på mediebrug blandt unge (16-24-årige).

Rapporten bygger på en systematisk gennemgang af videnskabelig litteratur om digitalt mediebrugs betydning for unges sociale relationer, fællesskaber og stress.

Litteraturen består af peer-reviewede videnskabelige artikler, som er publiceret på engelsk, dansk, norsk eller svensk, og rapporter fra relevante skandinaviske centre og styrelser. Alle inkluderede studier har gennemgået en indholdsmæssig kvalitetsvurdering.

Undersøgelsen er gennemført af en projektgruppe fra VIVE. Projektgruppen består af seniorforsker Lars Fynbo (projektleder), seniorforsker Signe Boe Rayce, analytiker Sofie Have Hoffmann, bibliotekar Kirsten Birkefoss, studenter Annemette Thøstesen, Camilla Linander, Anton Dam og Sylvester Tønnesen.

Undersøgelsen er finansieret af Sundhedsstyrelsen.

Kræn Blume Jensen

Forsknings- og analysechef for VIVE Social



Indholdsfortegnelse

Hovedresultater	6	
<hr/>		
1	Baggrund og formål	9
1.1	Formål	10
1.2	Definition af digitalt mediebrug	10
1.3	Definition af sociale relationer og fællesskaber	11
1.4	Definition af stress	12
1.5	Metode og materiale	12
1.6	Det systematiske litteraturreview	13
1.7	Kortlægning af grå litteratur	19
1.8	Inkluderede videnskabelige artikler: Unges digitale mediebrug og sociale relationer og fællesskaber (del A)	21
1.9	Inkluderede videnskabelige artikler: Unges digitale mediebrug og stress (del B)	22
<hr/>		
2	Resultater	23
2.1	Del A: Digitalt mediebrugs betydning for unges fællesskaber og sociale relationer	23
2.2	Del B: Digitalt mediebrugs betydning for unges stress	33
<hr/>		
3	Diskussion	50
3.1	Sammenfatning af del A	50
3.2	Sammenfatning af del B	51
3.3	Tværgående temaer	52
3.4	Metodiske overvejelser	53
3.5	Anbefalinger til fremtidig forskning	55
<hr/>		
Litteratur	57	
<hr/>		
Bilag 1 Ordliste	67	

Bilag 2 Del A søgeprotokol	72
Bilag 3 Del B søgeprotokol	84
Bilag 4 Del A tabeller over inkluderede studier	89
Bilag 5 Del B tabeller over inkluderede studier	101
Bilag 6 Oversigt over kvalitetsvurdering af parametrene i den kvantitative kvalitetsvurdering	122
Bilag 7 Oversigt over kvalitetsvurdering af parametrene i den kvalitative kvalitetsvurdering	126
Bilag 8 Grå litteratur	127

Hovedresultater

I denne rapport præsenteres resultaterne af et systematisk litteraturreview af videnskabelig viden om digitalt skærmbrogs betydning for unges (16-24-årige) sociale relationer og fællesskaber (del A) og stress (del B). Rapporten er en opfølgning på Kierkegaard et al.'s (2020) tilsvarende litteraturreview af viden om digitalt skærmbrogs betydning for børn (6-15-årige). Rapporterne tegner et billede af digitalt skærmbrog som et gennemgående element i børn og unges hverdag, som overvejende er med til at socialisere børn og unge ind i eksisterende fællesskaber, men som også kan have uønskede konsekvenser bl.a. i forhold til uddannelse og i form af stress.

Digitalt mediebrugs betydning for relationer til venner

Både den videnskabelige litteratur og forskningsrapporterne fra forskellige råd og styrelser (grå litteratur) peger på, at digitalt mediebrug ofte indgår i unges hverdagslige kommunikation og samvær med venner. Overordnet set tyder litteraturen på, at der for de fleste unge kan være en gensidig positiv sammenhæng mellem brug af digitale medier og offline venskaber; bl.a. hvor allerede etablerede offline fællesskaber ligger til grund for online kommunikation.

Litteraturen peger også på, at digitalt mediebrug kan have en positiv betydning for unge, som er udfordret socialt, og som kan have negative erfaringer med at deltage i sociale aktiviteter. For disse unge kan online kommunikation være med til at etablere, udvikle og opretholde relationer til venner.

Digitalt mediebrugs betydning for sociale fællesskaber

Digitalt mediebrug er utvivlsomt et vigtigt element i unges hverdagsliv og sociale fællesskaber. Fællesskaber kan både være centreret omkring online kommunikation, fx ved brug af en bestemt social media app, eller de kan udnytte digital kommunikation internt i en eksisterende gruppe. Litteraturen peger imidlertid på, at digitalt mediebrug kan medføre både positive og negative konsekvenser for individer i et fællesskab. Deling af fotos og korte videosekvenser og udveksling af beskeder via forskellige beskedtjenester tyder på at styrke fællesskaberne, hvorimod intensiv brug af selviscenesættende kommunikation bl.a. via bestemte sociale medier kan medføre usikkerhed og en følelse af ikke at passe ind i fællesskabet.

Online gamings betydning for sociale relationer og fællesskaber

Unge bruger relativt megen tid på online gaming, og antallet af online spil vokser løbende. Det er særligt drenge, som gamer meget, og fra et overordnet perspektiv tenderer piger og drenge imod at foretrække forskellige typer spil. Piger er oftere glade for mobilspil, som er hyggelige, mens drenge kan lide spil med en mere konkurrencepræget karakter. Nyere undersøgelser peger imidlertid på, at de kønsmæssige præferencer bliver mindre betydningsfulde, som tiden går.

Online gaming bidrager væsentligt til at etablere, opretholde og udvikle social kontakt til venner, og flere undersøgelser tyder på, at overlappet mellem offline og online vennerelationer er stort inden for online gaming. Samtidig udgør gaming et velkomment element i mange unges hverdagsliv og minder således om andre former for leg. Ingen studier finder, at online gaming leder til social isolation.

Online gaming kan også associeres med forskellige former for uhensigtsmæssig (*adverse*) adfærd og indebærer risici, som kan være vanskelige at håndtere for unge, i takt med at forældrenes kontrol over børnenes tidsfordriv begrænses. Nogle studier og rapporter indikerer, at online gaming kan medføre forskellige skadevirkninger, herunder ukontrolleret tids- og pengeforbrug, og påvirke unges uddannelsesresultater negativt.

Digitalt mediebrugs, *fear of missing out* (FOMO), *social comparison* og mental sundhed

Unge frygt for at gå glip af (*miss out on*) lukrative oplevelser og/eller attraktive begivenheder, som får betydning i deres vennegrupper, er knyttet til, hvor meget de anvender sociale medier. Et højt forbrug af sociale medier er således associeret med en højere grad af FOMO. Herudover er et højt forbrug af sociale medier knyttet til en øget tendens til at sammenligne sig selv med andre – især blandt de unge kvinder, hvilket også er relateret til lavere selvværd og kropsutilfredshed. Sammenhængen kan dog være knyttet til medietype, og hvorvidt der er tale om et passivt eller mere aktivt brug af mediet. FOMO samt det at sammenligne sig med andre knyttes desuden til dårligere mental sundhed.

Digitalt mediebrugs betydning for oplevet stress

Stress måles forskelligt, og resultaterne er ikke entydige, men overordnet set fremstår stress som en sandsynlig risiko ved digitalt mediebrug. Eksempelvis kan hyppig

og intensiv brug af smartphones, mange skærnkig og hurtig, kortfattet kommunikation (såsom at *like* opslag) ifølge nogle studier associeres med stress. Igen kan medietype, formål med digitalt mediebrug, samt hvordan og i hvilke sammenhænge mediet bruges, imidlertid have betydning for, hvordan, hvornår og hvor meget unge oplever stress. Udvikler unge afhængighed af digitale medier, er risikoen for, at de oplever stress, meget høj.

Der er også studier, som ikke finder nogen signifikant sammenhæng mellem digitalt mediebrug og stress.

Generelt lave kvalitetsvurderinger

Både for de inkluderede kvantitative og kvalitative studier er kvalitetsvurderingerne generelt lave, særligt da hovedparten af den inkluderede litteratur bygger på tværsnitstudier, som ikke i udgangspunktet fortæller noget om retningen på en eventuel sammenhæng.

Mange studier anvender populationer, som er samlet fra college- og universitetsmiljøer i USA, og fokuserer på ét specifikt online medie fremfor på digitalt mediebrug generelt. Flere studier er desuden upræcise om, hvordan de negative konsekvenser af digitalt mediebrug skal konceptualiseres, eller anvender overordnede betegnelser som "problematisk brug" uden at gå i dybden med, hvad det konkret betyder. For så vidt muligt beskriver vi i rapporten, hvordan vi vurderer, at de respektive studier har operationaliseret "problematisk brug" af digitale medier.

1 Baggrund og formål

Digitale medier har vundet indpas som et uundgåeligt element i unges hverdag. Unge anvender smartphones til kommunikation, til at planlægge begivenheder, dele viden og oplevelser, hente information og til underholdning. Digitale medier tilgås via smartphones, tablets, computere og spilkonsoller og anvendes bl.a. til online kommunikation, til nyheder, tidsfordriv og til at indgå nye relationer. For hovedparten af unge udgør digitale medier et vigtigt område, som indgår ufravigeligt i hverdagslivet. For nogle unge associeres digitalt mediebrug med negative konsekvenser og risiko for misbrug.

Digitale medier indgår også i unges studie- og arbejdsliv, som ofte integrerer mailsystemer, intranet og fildeling. Antallet af eksisterende apps er stort og voksende, og forskellige sociale platforme er til rådighed døgnet rundt som digitale mødesteder. Via digitale medier er det muligt at interagere og etablere kontakt både lokalt og på tværs af landegrænser, hvilket over 95 % af danske unge vælger at gøre på daglig basis (Danmarks Statistik, 2020).

Døgnet rundt har unge via smartphones og tablets adgang til internettet og internettets online platforme. Informationsstrømmen, som konstant byder sig til i dette online univers, er overvældende og nærmest uendelig. Online interaktion og/eller tidsfordriv integreres i unges sociale relationer og udvikling af sociale fællesskaber og får også betydning for unges risiko for at udvikle og opleve stress. På tværs af individuelle interesser, valg og forventninger fremstår unges online muligheder således som fundamentalt for deres hverdagsliv.

Ottosen & Andreasen (2020) kæder den digitale udvikling sammen med en vækst i unges psykiske mistrivsel og fremhæver bl.a., at danske børn og unge har et relativt højt skærmforbrug i forhold til sammenlignelige lande, og at forbruget stiger i takt med overgangen fra barndom til ungdom. Forskerne fremhæver også, at en femtedel af nutidens børn og unge har været bekymrede for at gå glip af noget vigtigt (*Fear Of Missing Out – FOMO*), og at de børn og unge, som trives bedst, har et mindre forbrug af digitale medier end de børn og unge, som har en højere grad af mistrivsel. Fynbo et al. (2020) viser tilsvarende, at børn og unges online gaming, som udgør en særlig type digitalt mediebrug, har stor betydning for børn og unges sociale relationer og fællesskaber, og Bengtsson et al. (2021) finder, at børn og unges online interaktion langt overvejende understøtter deres offline (fysiske) relationer.

De konkrete sammenhænge mellem digitalt mediebrug og sociale relationer, fællesskaber og psykisk mistrivsel er fortsat til debat, alt imens forskere forsøger at finde afklaringer på, hvad, hvorfor og hvordan digitalt mediebrug påvirker børn og unges sociale liv og trivsel. Det er i denne sammenhæng, at Sundhedsstyrelsen har efterspurgt et overblik over den eksisterende viden om digitalt mediebrugs betydning for unges sociale relationer, fællesskaber og stress. Sundhedsstyrelsen har ønsket, at rapporten struktureres så tæt på Kierkegaard et al.'s (2020) kortlægning om digitalt

mediebrug blandt børn som muligt, hvorfor rapportstrukturen ligesom visse formuleringer og overskrifter minder om 2020-rapporten.

Denne nye rapport om digitalt mediebrug blandt 16-24-årige giver således et systematisk indblik i digitale mediers betydning for hhv. vennerelationer, sociale fællesskaber, herunder familierelationer, intime relationer og frivillighed (del A), og stressorer såsom 'fear of missing out' (FOMO), at sammenligne sig med andre, selvoplevet stress og stresssymptomer (del B).

1.1 Formål

Formålet har været at undersøge:

Del A:

- Hvilken betydning har digitalt mediebrug for sociale relationer og fællesskaber blandt 16-24-årige unge?

Del B:

- Hvilken betydning har digitalt mediebrug for stress blandt 16-24-årige unge?

Del A og B:

- Hvilke tværgående temaer kan identificeres på tværs af del A og del B?

1.2 Definition af digitalt mediebrug

Digitale medier omfatter en bred palette af online kommunikationsteknologier, apps og tjenester, som har det til fælles, at de tilgås via internettet eller mobile netværksforbindelser. De er online. Eksempler på digitale medier er: besked- og videotjenester, sociale medier, lyd- og videoafspillere, nyhedstjenester og gaming. Hovedparten af medierne gør det muligt at kommunikere/interagere; enten som et primært formål (fx Snapchat, Messenger og Facebook) eller som en tilkøbt tjeneste (fx via kommentarspor). De fleste medier er forbundet med en risiko for øget tidsforbrug, nogle medier er forbundet med risikoen for at tabe penge, ligesom visse medier tillader eller muliggør eksponering af forskellige former for utilstedeligt og skadeligt indhold.

I undersøgelsen fokuserer vi udelukkende på studier, som anlægger et brugsperspektiv på digitale medier, hvilket vil sige, at vi udelukkende har inkluderet studier, som undersøger selve brugen af medierne – fx gennem hyppighed, varighed, antal relationer, netværksdannelse og formål med brug. Forskning med fokus på teoretiske indholdsanalyser, teknologisk design, regulering, økonomi m.m. indgår ikke i undersøgelsen.

1.3 Definition af sociale relationer og fællesskaber

I denne rapport definerer vi udfaldsmålene 1) sociale relationer og fællesskaber og 2) stress med afsæt i de definitioner, som anvendes af Kierkegaard et al. (2020).

Sociale relationer (eng. *social relations*) betegner forskellige typer af sociale netværk og forhold såsom slægtskab, venskab, bekendtskab og instrumentelle relationer (som fx arbejds- og uddannelsesmæssige relationer), som individer indgår i. Graden af socialitet i relationer varierer fra meget intime, varige, nære mv. relationer til mere overfladiske (bekendtskabsmæssige) og kortvarige relationer. Graden af (social) forpligtelse, tryk og tillidsfuldhed varierer tilsvarende.

Groft sagt opdeler Kierkegaard et al. (2020) sociale relationer i stærke og svage relationer, og begge dele er relevante for denne undersøgelse.

Sociale fællesskaber (eng. *social communities*) eller bare **fællesskaber** betegner individers bevidste og aktive sammenbundethed omkring noget fælles – eksempelvis kultur, politisk engagement, gaming eller sport. Fællesskaber kan være både store (fx et studiefællesskab) og små (fx en vennegruppe) og fordrer – i denne undersøgelse – en form for aktiv og/eller bevidst tilknytning. Det vil sige, at generationer, biologisk køn og etnicitet ikke automatisk udgør sociale fællesskaber.

Fællesskaber kan være stærke og affektive eller belastende og konfliktfyldte, og de kan bero på en høj grad af gensidig forpligtelse (som fx venskaber og familie), eller de kan være mere perifere og mindre gensidigt forpligtende (som fx en bekendtskabskreds).

I rapporten indgår følgende elementer som eksempler på sociale relationer og fællesskaber:

- Forhold i den nærmeste familie (fx mellem børn og forældre)
- Kontakt og kommunikation inden for familien og mellem venner og/eller bekendte
- Konflikter og spændinger inden for familie og mellem venner og/eller bekendte
- Frigørelse fra tilknytning til fx forældre/familie
- Social positionering i en venskabskreds eller et online netværk (fx via et socialt medie).

Fokus er på studier, der undersøger associationer mellem digitalt mediebrug og sociale relationer og fællesskaber. Det vil sige, at undersøgelsen sigter efter viden om digitalt mediebrugs betydning for det sociale.

1.4 Definition af stress

Stress defineres med udgangspunkt i tre forskellige stressdefinitioner:

1. Stressorer

Her vil stress ofte blive vurderet ud fra, hvor mange potentielle belastninger (stressorer), man har været udsat for. I denne kortlægning betragter vi følgende faktorer som potentielle stressorer, der er knyttet til digitalt mediebrug:

- Longing for Belonging
- Fear Of Missing Out (FOMO)
- Social Comparison (at sammenligne sig med andre).

2. Oplevet stress

Her anskues stress som individets vurdering af en ubalance imellem omgivelsernes krav og dets egne ressourcer til at håndtere disse. Det vil sige individets egen oplevelse af, om hun/han føler sig stresset.

3. Stresssymptomer

Stresssymptomer defineres som fysiske, psykiske og adfærdsmæssige reaktioner på stressbelastninger. Eksempler på stresssymptomer er: hjertebanken, søvnbesvær og manglende koncentration. I denne kortlægning fokuserer vi på studier, der bevidst omtaler symptomer som stresssymptomer.

1.5 Metode og materiale

Litteraturreviewet af digitalt mediebrugs betydning for sociale relationer og fællesskaber (del A) og stress (del B) blandt 16-24-årige er baseret på en systematisk gennemgang af videnskabelige artikler, der er publiceret i internationale peer-reviewede tidsskrifter i perioden 2015-2022. Desuden bygger rapporten på såkaldt "grå litteratur" fra samme tidsperiode, det vil sige rapporter og undersøgelser, som ikke er publiceret i peer-reviewede tidsskrifter. Delanalyse A og B har så vidt muligt fulgt samme metodiske fremgangsmåde, men de er baseret på særskilte litteratursøgninger og litteraturgennemgange.

I de følgende afsnit beskrives den fælles fremgangsmåde, de individuelle søgestrategier og -processer for del A og del B samt resultaterne af litteratursøgningen for del A og B. Vi beskriver, hvordan den videnskabelige litteratur er blevet identificeret, herunder en beskrivelse af søgestrategi, inklusions- og eksklusionskriterier, screeningsprocedure og kvalitetsvurdering.

1.6 Det systematiske litteraturreview

Det systematiske litteraturreview følger retningslinjerne fra The Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis (PRISMA), som er et redskab, der systematisk understøtter udarbejdelsen af videnskabelige litteraturreview (Moher et al., 2009).

1.6.1 Søgestrategi

Vi har anvendt søgeprotokoller til at fremsøge litteratur om digitalt mediebrugs betydning for sociale relationer og fællesskaber samt stress blandt 16-24-årige (se Bilag 2 og Bilag 3). Søgeprotokollerne har været med til at sikre sammenhæng og konsistens mellem del A og B og har bidraget til at minimere selektionsbias gennem en gennemsigtig og systematisk litteratursøgningsprocedure, en bred inklusion af videnskabelige studier, der opfylder inklusionskriterierne, og i forhold til udvælgelsen af konkrete studier til resultatdelene uden hensynstagen til, om studierne finder positive eller negative sammenhænge mellem digitalt mediebrug og hhv. unges sociale relationer og stress (Higgins et al., 2022). Søgeprotokollerne er opbygget således, at de langt overvejende følger de systematiske søgninger, som lå til grund for Kierkegaard et al.'s (2020) rapport, hvor fokus var på børns digitale mediebrug – dog tilpasset denne rapports ældre aldersgruppe.

Søgestrategierne er bygget op omkring PEO-modellen (Bettany-Saltikov & McSherry, 2016), som inden for sundhedsforskning anvendes til at konceptualisere og modellere forskningsspørgsmål. Modellen anvender tre blokke som udgangspunkt for videnskabelige litteraturreview: P (patient/problem/population, på dansk: målgruppe), E (exposure, på dansk: eksponering) og O (outcome, på dansk: udfald).

Tabel 1.1 og Tabel 1.2 beskriver denne kortlægnings tre søgeblokke. Der er udarbejdet to separate søgeprotokoller, da udfaldsmålene for del A (sociale relationer og fællesskaber) og del B (stress) er forskellige. I samarbejde med VIVEs forskningsbibliotekarer er søgningen foretaget således, at blok 1 om målgruppe (16-24-årige) og blok 2 om eksponering (Digitalt mediebrug) er fælles for del A og B, hvorimod blok 3 er tilpasset de to specifikke forskningsspørgsmål.

Søgningen af litteratur til at besvare forskningsspørgsmålet: "*Hvilken betydning har digitalt mediebrug for sociale relationer og fællesskab blandt 16-24-årige?*", er således opdelt i følgende tre søgeblokke (se Bilag 2 for fuld søgestrategi):

Tabel 1.1 Tre søgeblokke: målgruppe, eksponering og udfald – del A

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
Unge 16-24 år	Digitalt mediebrug	Sociale relationer og fællesskaber

Med afsæt i forskningsspørgsmålet: *”Hvilken betydning har digitalt mediebrug for oplevet stress blandt 16-24-årige?”*, er søgningen struktureret efter følgende tre søgeblokke (se Bilag 3 for fuld søgestrategi):

Tabel 1.2 Tre søgeblokke: målgruppe, eksponering og udfald – del B

Blok 1 - Målgruppe	Blok 2 - Eksponering	Blok 3 - Outcome
Unge 16-24 år	Digitalt mediebrug	Fear of missing out Longing for belonging Social comparison Oplevet stress Stresssymptomer

Der er søgt efter litteratur publiceret i perioden 2015-2022. Søgningen er foretaget i følgende fem relevante databaser:

- Web of Science Core Collection (del A og B)
- PsycInfo (del A og B)
- Academic Search Premium (del A)
- ERIC (del A)
- Embase (del B).

Web of Science Core Collection og Academic Search Premium har et tværfagligt fokus, og PsycInfo indeholder den mest omfattende registrering af den internationale psykologiske forskning. ERIC har fokus på uddannelse, mens Embase har et mere medicinsk fokus. Ved at vælge disse databaser rammer vi derfor både relevant og bredt i søgningen af videnskabelig litteratur til hhv. del A og B.

Hver database har forskellige søgefunktioner, og der vil derfor være forskel på søgestrengene på nogle områder. Fælles for søgestrengene er, at der i alle fem databaser i alle tre blokke for både del A og B er søgt på titel-, keywords- og abstract-niveau, så vidt det har været muligt. Det har ikke været muligt at inkludere såkaldte Medical

Subject Headings (MeSH)/emneord i alle databaser. I det omfang det har været muligt, har vi inkluderet databasens relevante MeSH-termer. Web of Science Core Collection har ikke en speciel thesaurus, hvorimod både Academic Search Premium, ERIC, PsycInfo og Embase har thesaurus, som gør det muligt at anvende MeSH-termer. Nogle søgeord er desuden efterfulgt af en stjerne (*), hvilket medfører, at der søges på ordet inkl. eventuelle andre endelser. Derudover er nogle ord sat i citations-tegn (" "), hvilket betyder, at der er søgt specifikt på denne sammensætning af ord.

Søgningen er foretaget af VIVE Biblioteks informationsspecialister i januar 2022.

1.6.2 Inklusions- og eksklusionskriterier

Kriterier i søgeprocessen

Fælles for del A og B er, at der udelukkende er inkluderet publikationer, der er publiceret i perioden 2015-2022. Kun publikationer skrevet på engelsk, dansk, norsk eller svensk er blevet inkluderet. Studier publiceret før 2015, eller som var skrevet på andre sprog, blev frasorteret allerede i søgeprocessen.

Kriterier i screeningsprocessen

For at sikre en systematisk gennemgang af den litteratur, der blev identificeret i litteratursøgningerne, er publikationerne blevet screenet i to trin med fokus på hhv. abstract og fuld tekst jf. retningslinjerne for rapid litteraturreview (Higgins et al., 2022).

På første trin er alle studier blevet screenet på baggrund af titel og abstract. Der er anvendt en inkluderende tilgang forstået således, at studier, der ikke med sikkerhed kunne ekskluderes på baggrund af eksklusionskriterierne, er gået videre til andet trin i screeningsproceduren. På andet trin er alle studier, der blev inkluderet på første trin, blevet screenet på baggrund af fuldtekstlæsning. Screeningsprocessen beskrives i yderligere detaljer i afsnit 0.

Screeningsprocessen er gennemført separat for del A og del B med udgangspunkt i de inklusions- og eksklusionskriterier, der er beskrevet i Tabel 1.3 og Tabel 1.4.

Tabel 1.3 Inklusions- og eksklusionskriterier – del A

Kriterie	Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier
Formål	Studier, der har som formål at undersøge betydningen af digitalt mediebrug for 16-24-åriges sociale relationer og fællesskaber, herunder netværksdannelse, socialisering og mobning.	Studier, der ikke har til formål at undersøge forhold vedrørende forskningsspørgsmålet, eksempelvis studier, som har til formål at undersøge sammenhæng mellem digitalt mediebrug og unges individuelle, psykologiske

Kriterie	Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier
	<p>Studier, der inkluderer en direkte empirisk kobling mellem digitalt mediebrug og sociale relationer.</p> <p>Studier, hvor forklaringsretningen går fra den digitale mediebrug til den sociale kontekst (fx hvordan online mobning påvirker den sociale kontekst).</p>	<p>egenskaber, specifikke former for medieindhold (eksempelvis voldelige film) osv.</p> <p>Studier, der kun har en indirekte eller spekulativ kobling til undersøgelsesspørgsmålet (fx studier af oplevet ensomhed og aggression, som ikke direkte relaterer til digitalt mediebrug).</p> <p>Studier, hvor forklaringsretningen går fra social kontekst til mediebrug (fx studier af, hvilke typer børn og unge der er mest tilbøjelige til at game eller mobbe online).</p>
Eksponering	<p>Studier, der undersøger selve brugen af digitale medier, fx gennem hyppighed, varighed, antal venner, social netværksdannelse (herunder negative aspekter, fx onlinemobning), formål med brug (fx gaming, tidsfordriv, nyheder m.m.).</p> <p>Studier, der ikke skelner mellem brug af TV og digitale medier, samt studier, der specifikt fokuserer på digitalt mediebrug via smartTV inkluderes.</p>	Studier, der udelukkende undersøger brugen af fjernsyn, radio og fastnettelefoner.
Studiepopulation	<p>Studier, hvor hovedvægten af studiepopulationen er unge eller unge voksne i alderen 16-24 år.</p> <p>I studier, hvor dele af studiepopulationen er yngre end 16 år, medtages kun studier, hvor gennemsnitsalderen er 16 år eller derover. I studier, hvor dele af studiepopulationen er over 24 år, medtages kun studier, hvor gennemsnitsalderen er 24,9 år.</p>	<p>Studier, hvor studiepopulationen har en gennemsnitsalder, der er under 16 år eller over 24,9 år.</p> <p>Studier, hvis fokus er på en specifik gruppe af unge og/eller unge voksne (eksempelvis unge med psykiatriske diagnoser, handicap, minoritetsgrupper osv.) frem for på forholdet mellem digitalt mediebrug og sociale relationer. Køn og socioøkonomiske grupper betragtes ikke som specifikke grupper.</p>
Kulturel kontekst	Studier, hvor studiepopulationen er fra vestlige lande (dvs. EU-lande samt Andorra, Island, Færøerne, Liechtenstein, Monaco, Norge, San Marino, Schweiz, Vatikanstaten, Canada, USA, Australien og New Zealand).	Studier med en studiepopulation fra andre lande.
Studietyper	<p>Peer-reviewed kvantitative, kvalitative og mixed methods studier, herunder randomiserede kontrollerede studier, kvasi-eksperimentelle studier og observationelle studier (både prospektive og tværsnitsstudier).</p> <p>Systematiske reviews og metaanalyser inkluderes indledningsvist for at kunne identificere enkelstudier via referencelisterne.</p>	Prævalensstudier, ph.d.-afhandlinger, konferenceabstracts og bogkapitler.

Tabel 1.4 Inklusions- og eksklusionskriterier – del B

Kriterie	Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier
Formål	Studier, der har til formål at undersøge sammenhængen mellem digitalt mediebrug og stress, herunder 1) stressorene fear-of-missing-out (FOMO), længslen efter at høre til ('longing for belonging') og sammenligne sig med andre ('social comparison'), 2) oplevet stress, og 3) stresssymptomer.	Studier, der ikke har til formål at undersøge forhold vedrørende forskningsspørgsmålet. For eksempel studier, som har til formål at undersøge sammenhæng mellem brugen af digitale medier og forekomsten af psykiske lidelser som depression og angst.
Eksponering	<p>Studier, der undersøger selve brugen af digitale medier, fx gennem hyppighed, varighed, antal venner, social netværksdannelse (herunder negative aspekter, fx onlinemobning), formål med brug (fx gaming, tidsfordriv, nyheder m.m.).</p> <p>Studier, hvis fokus er på apps/internet/mobilbaserede interventioner til at mindske stress/fremme mental sundhed, inkluderes ved 1st level screening.</p> <p>Studier, der ikke skelner mellem brug af TV og digitale medier, samt studier, der specifikt fokuserer på digitalt mediebrug via smartTV.</p>	<p>Studier, der udelukkende undersøger brugen af fjernsyn, radio og fastnettelefoner.</p> <p>Studier, hvis fokus udelukkende er på app- og mobilbaserede interventioner til at mindske stress og/eller fremme mental sundhed, ekskluderes ved 2nd level screening.</p>
Studiepopulation	<p>Studier, hvor hovedvægten af studiepopulationen er unge eller unge voksne i alderen 16-24 år.</p> <p>I studier, hvor dele af studiepopulationen er yngre end 16 år, medtages kun studier, hvor gennemsnitsalderen er 16 år eller derover. I studier, hvor dele af studiepopulationen er over 24 år, medtages kun studier, hvor gennemsnitsalderen er 24,9 år.</p>	<p>Studier, hvor studiepopulationen har en gennemsnitsalder, der er under 16 år eller over 24,9 år.</p> <p>Studier, hvis fokus er på en specifik gruppe af unge og/eller unge voksne (eksempelvis unge med psykiatriske diagnoser, handicap, minoritetsgrupper osv.) frem for på forholdet mellem digitalt mediebrug og stress. Køn og socioøkonomiske grupper betragtes ikke som specifikke grupper.</p>
Kulturel kontekst	Studier, hvor studiepopulationen er fra vestlige lande (dvs. EU-lande samt Andorra, Island, Færøerne, Liechtenstein, Monaco, Norge, San Marino, Schweiz, Vatikanstaten, Canada, USA, Australien og New Zealand).	Studier med en studiepopulation fra andre lande.
Studietyper	<p>Peer-reviewede kvantitative, kvalitative og mixed methods studier, herunder randomiserede kontrollerede studier, kvasi-eksperimentelle studier og observationelle studier (både prospektive og tværsnitsstudier).</p> <p>Systematiske reviews og metaanalyser inkluderes indledningsvist for at kunne identificere enkeltstudier via referencelisterne.</p>	Prævalensstudier, ph.d.-afhandlinger, konferenceabstracts og bogkapitler.

Systematiske reviews blev indledningsvist inkluderet, hvorefter deres referencelister er blevet gennemgået for relevante enkeltstudier, der ikke er fundet i litteratursøgningen. Disse studier er efterfølgende blevet screenet.

1.6.3 Screeningsprocedure

Litteraturreviewet er gennemført som et 'rapid review', hvor en studentermedhjælper screener publikationerne under supervision af en seniorforsker.

For både del A og del B er der indledningsvist gennemført en pilotscreening af titel og abstract, hvor en seniorforsker sammen med de tilknyttede studenter hver for sig har screenet de første 50 artikler. Herefter er resultatet af screening blevet sammenlignet, og eventuelle uenigheder er blevet gennemgået, så der fremadrettet har været konsensus om inklusions- og eksklusionskriterier. På tilsvarende vis er der gennemført en pilotscreening af de første 15 artikler, inden screeningen af fuldtekster gik i gang.

Screening på titel og abstract og den efterfølgende fuldtekstscrening er gennemført af studenter, der løbende har haft adgang til faglig sparring med de to seniorforskere, der har været tilknyttet projektet. Desuden er et studie blevet inkluderet i screeningsprocessen ved den mindste tvivl med det formål at sikre, at relevante studier ikke er blevet ekskluderet ved en fejl. Tvivlsspørgsmål blev diskuteret med en seniorforsker. Screeningsprocessen er dokumenteret i et flowchart (se Figur 1.1 og Figur 1.2).

Screeningen er gennemført i EPPI-reviewer 4 (version 4.12.0.0.). EPPI er udviklet til at håndtere referencer i forbindelse med udarbejdelse af systematiske reviews og bidrager desuden til at skabe gennemsigtighed i screeningsprocessen.

1.6.4 Kvalitetsvurdering og dataekstraktion

Samtlige inkluderede studier i dette systematiske litteraturreview er kvalitetsvurderede.

Kvantitative studier er kvalitetsvurderede på baggrund af retningslinjerne angivet i *Quality assessment tool for quantitative studies* (Thomas et al., 2004). Redskabet indeholder oprindeligt 8 parametre, som vurderes som enten stærke, moderate eller svage. Afhængig af undersøgelsesobjektet og det videnskabelige felt kan kvalitetsvurderingsredskabet også anvendes med færre parametre (Armijo-Olivo et al., 2012). I dette litteraturreview vurderes kvaliteten i de kvantitative studier ud fra følgende fem parametre¹:

1. Risikoen for selektionsbias
2. Studiedesign
3. Confounders
4. Dataindsamlingsmetoder
5. Bortfald.

¹ I forhold til Thomas et al.'s (2004) oprindelige 8 parametre har vi i tråd med (Kierkegaard et al., 2020) således fravalgt "blinding", "intervention integrity" og "analysis" i kvalitetsvurderingen.

Et studies samlede kvalitet vurderes som stærkt, hvis alle fem parametre vurderes som stærk eller moderat. Et studies samlede kvalitet vurderes som moderat, hvis én af de fem parametre vurderes som svag. Et studie vurderes som svagt, hvis to eller flere parametre vurderes som svage. Kvalitetsurderingen af de kvantitative studier ses i Bilag 7.

Information om de inkluderede kvantitative studier er inddelt i følgende områder: 1) Forfatter, 2) Udgivelsesår, 3) Land, 4) Formål, 5) Population (alder, kønsfordeling, antal (N)), 6) Studiedesign/undersøgelsesmetode, 7) Eksponering, 8) Udfaldsmål, 9) Resultater og 10) Kvalitetsvurdering. Kodningen af de enkelte studier kan ses i Bilag 4 Del A) og Bilag 5 (Del B).

Information om de inkluderede kvalitative studier er inddelt i følgende områder: 1) Forfatter, 2) Udgivelsesår, 3) Land, 4) Formål, 5) Population (alder, kønsfordeling, antal (N)), 6) Studiedesign, 7) Resultater og 8) Kvalitetsvurdering. Kodningen af de enkelte studier kan ses i Bilag 4 (Del A) og Bilag 5 (Del B).

Mixed methods studier er placeret under enten kvalitative eller kvantitative studier afhængigt af, hvilket element, som fylder mest i studiet, og som kvaliteten dermed er vurderet ud fra.

1.7 Kortlægning af grå litteratur

Søgning efter grå litteratur er afgrænset til dansk og nordisk litteratur fra udvalgte forskningsinstitutioner og organisationer, som det fremgår af Tabel 1.5. Forskningsinstitutioner på universiteterne er ikke medtaget i søgning af grå litteratur, da studier fra disse vil fremgå af den systematiske litteratursøgning. Fokus har været på empiriske kortlægninger af unge og unge voksnes adfærd og egenskaber i Norden. Litteratur, som ikke har videnskabelig kvalitet, såsom eksempelvis mødeoplæg, informationsmateriale til kommerciel brug m.m., er ikke inkluderet.

De forskellige institutioner og organisationer har forskellige søgefunktioner på deres hjemmesider. Nogle hjemmesider giver mulighed for at anvende søgeord, mens andre hjemmesider ikke giver samme mulighed. I de tilfælde blev alle publicerede rapporter screenet på baggrund af titel. Kortlægningen indeholder desuden en Google-søgning foruden søgningen på forskningsinstitutioner og organisationers hjemmeside.

Den grå litteratur er screenet på baggrund af samme inklusions- og eksklusionskriterier anvendt ved den videnskabelige litteratursøgning.

Tabel 1.5 Forskningsinstitutioner og organisationer, hvor der er søgt grå litteratur

Type	Forskningsinstitution/organisation
Interesseorganisationer, herunder patient- og pårørende organisationer	Børns Vilkår* Børnerådet Psykiatrifonden
Statslige råd og tilsyn	Nordisk Ministerråd Medierådet for Børn og Unge (Danmark) Statens Medieråd (Sverige) Medietilsynet (Norge) Sundhedsstyrelsen Folkehelseinstituttet (Norge) Folkhälsomyndigheten (Sverige) Finnish Institute for Health and Welfare (Finland)
Danske forskningsinstitutioner uden for universiteterne	Vidensråd for Forebyggelse VIVE DEFACTUM EVA Danmarks Evalueringsinstitut

Note: * Børns Vilkår omfatter nu Center for Børneliv, som der i det tidligere litteraturreview blev søgt grå litteratur hos.

Søgningen efter grå litteratur genererede 94 publikationer, som omhandler digitalt mediebrug. De dækker over udgivelser fra de statslige medieråd i Skandinavien, Nordisk Ministerråd, Børnerådet, Danmarks Evalueringsinstitut (EVA), VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd, Center for Digital Pædagogik samt Vidensråd for Forebyggelse. Vi har efterfølgende måttet ekskludere hovedparten af den grå litteratur, bl.a. fordi formålene med undersøgelserne har været at afdække omfanget af digitalt mediebrug, at beskrive forskellige former for digitalt mediebrug, at vejlede i brugen af bestemte former for digitalt mediebrug, at fremhæve særlige rettighedsspørgsmål og -problematikker i forbindelse med digitalt mediebrug, eller fordi undersøgelsespopulationen har været børn under 16 år.

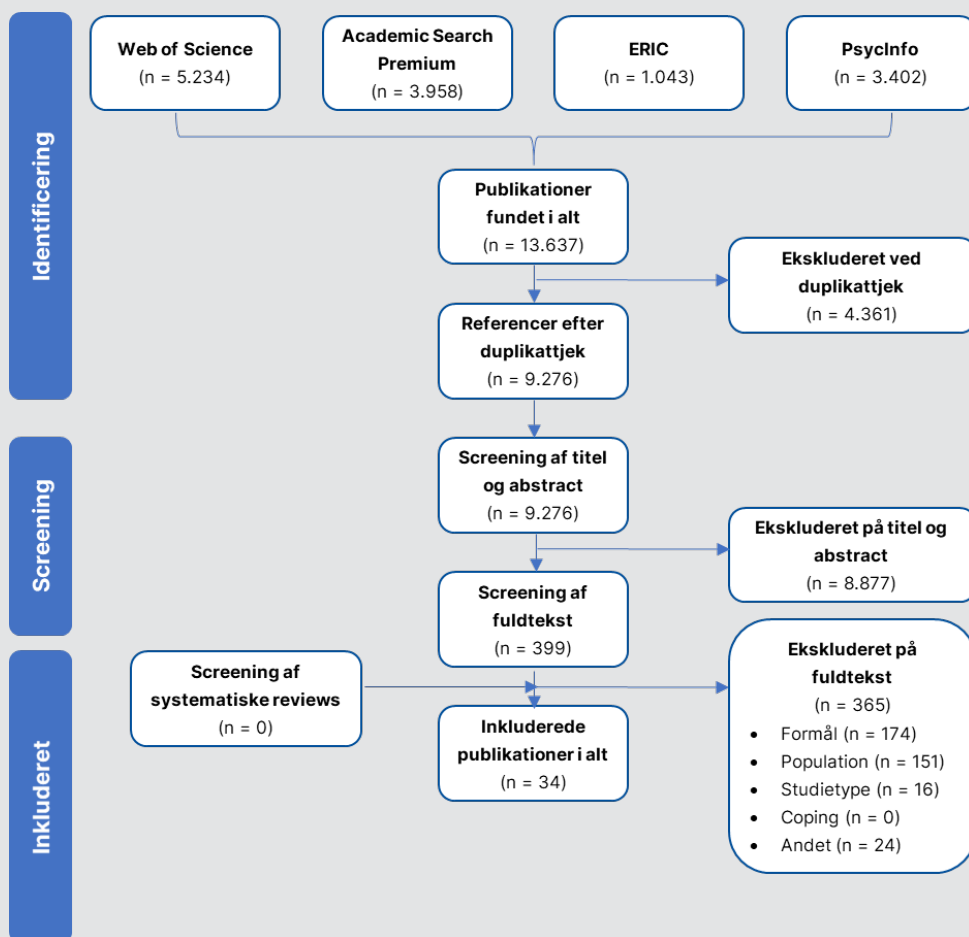
Efter screeningen blev ni publikationer inkluderet i kortlægningen. Det drejer sig om tre studier fra det danske Medierådet for Børn og Unge, to studier fra Statens Medieråd i Sverige, et studie fra Nordisk Ministerråd, to studier fra VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd og et studie fra Idrættens Analyseinstitut.

Information om de inkluderede publikationer er inddelt i følgende områder: 1) Institution, 2) Forfatter, 3) Udgivelsesår, 4) Land, 5) Titel på rapport, 6) Studiepopulation, 7) Metode og 8) Resultater. Kodningen af de enkelte rapporter kan ses i Bilag 8

1.8 Inkluderede videnskabelige artikler: Unges digitale mediebrug og sociale relationer og fællesskaber (del A)

Efter duplikattjek blev der identificeret 9.276 unikke publikationer, som blev screenet på titel og abstract. Af disse blev 399 publikationer fuldtekst-screenet. Ved fuldtekst-screeningen blev i alt 365 publikationer frasorteret. Først som følge af, at undersøgelsesformålet ikke var relevant for dette systematiske litteraturreviews forskningsspørgsmål (174), studiepopulationens alder eller nationalitet (151). Derudover blev nogle publikationer ekskluderet, fordi de ikke var peer-reviewed (16) eller andet (fx fordi mediebrug udgjorde et outcome frem for en eksponering) (24). Der blev ikke inkluderet nogle publikationer på baggrund af screening af de systematiske reviews, der blev identificeret i litteratursøgningen. Dermed blev 34 publikationer inkluderet i litteraturreviewet.

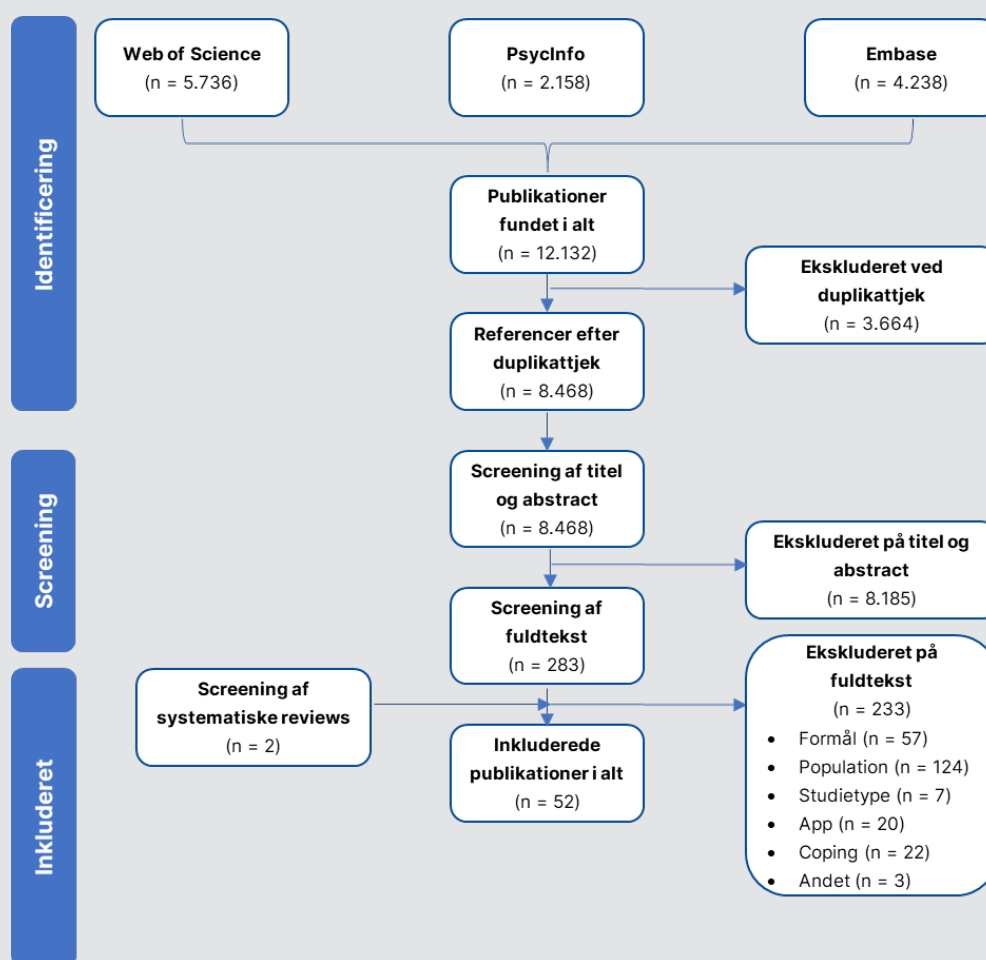
Figur 1.1 Flowchart over screening af videnskabelige publikationer – del A



1.9 Inkluderede videnskabelige artikler: Unges digitale mediebrug og stress (del B)

Efter duplikattjek blev der identificeret 8.468 publikationer, som blev screenet på titel og abstract. Af disse blev 283 publikationer fuldtekst-screenet. I den forbindelse blev 233 publikationer ekskluderet. Hovedparten blev frasorteret pga. studiepopulationens alder eller nationalitet (124). Derudover blev nogle publikationer ekskluderet pga. irrelevant undersøgelsesspørgsmål (57), eller fordi de ikke var peer-reviwede (7). Desuden blev nogle publikationer sorteret fra, fordi de havde fokus på coping (22) eller apps til at mindske stress (20) eller af andre årsager (3). 2 publikationer blev inkluderet på baggrund af screening af de systematiske reviews. Dermed blev 52 publikationer inkluderet i litteraturreviewet.

Figur 1.2 Flowchart over screening af videnskabelige publikationer – del B



2 Resultater

2.1 Del A: Digitalt mediebrugs betydning for unges fællesskaber og sociale relationer

I dette kapitel opsummeres resultaterne fra den litteratur, som undersøger, hvordan digitale medier påvirker 16-24-årige unges sociale relationer og fællesskaber. Vi har identificeret 34 videnskabelige artikler, som undersøger denne sammenhæng, og 7 rapporter. I forhold til Kierkegaard et al.'s (2020) litteraturreview af digitale mediers betydning for 6-15-årige børn og unges oplevelser af stress og udvikling af sociale relationer og fællesskaber har vi måttet ændre lidt i strukturen for opsummeringen af resultaterne. Selvom temaerne vedrørende familie, venner, sociale netværk og konflikter, som ifølge Kierkegaard et al. (2020) er vigtige for børn og unge, også genfindes i den ældre aldersgruppe, finder vi også ændringer og nye temaer blandt 16-24-årige.

Vi har derfor valgt at strukturere gennemgangen af litteraturen ud fra digitalt mediebrugs betydning for

1. Vennerelationer
2. Sociale fællesskaber
3. Familierelationer
4. Intime relationer
5. Unges frivillighed og politiske engagement.

I tråd med Kierkegaard et al. (2020) afslutter vi denne del af analysen med et særskilt afsnit om online gamings betydning for unges sociale relationer og fællesskaber.

Mange af de inkluderede videnskabelige artikler er tværsnitsstudier med en svag kvalitetsvurdering. Desuden fokuserer mange af de inkluderede studier på universitetsstuderende. Dette giver metodiske begrænsninger i forhold til generalisering. Samtidig peger de 34 inkluderede studier på, at digitalt mediebrug har væsentlig betydning for unges sociale relationer og deltagelse i både online og offline fællesskaber.

I Bilag 4 findes en detaljeret beskrivelse af de inkluderede studier. Den grå litteratur findes i Bilag 8.

2.1.1 Digitalt mediebrugs betydning for relationer til venner

Vi har identificeret 8 artikler, som fokuserer på digitalt mediebrugs betydning for relationer til venner. Et af disse studier er kvalitativt og anvender fokusgruppeinterviews (Vaterlaus et al., 2016), et studie er mixed methods (Décieux et al., 2019), et studie anvender et eksperimentelt design (Brown et al., 2016), og et enkelt studie anvender longitudinelle elementer (Manago et al., 2020). De resterende 4 studier er tværsnitsstudier (Blight et al., 2015; Gebre & Taylor, 2022; Lepp et al., 2016; Scott et al., 2021). 7 ud af de 8 er klassificerede som havende en svag kvalitet, mens et enkelt studie er vurderet til at være moderat (Manago et al., 2020).

I et mixed methods studie blandt unge i Luxembourg med data fra 3 fokusgruppeinterviews med i alt 16 personer og spørgeskemadata fra fire bølger af spørgeskemaer (studiepopulationen: 2008 = 277, 2011 = 453, 2014 = 164 og 2016 = 209) fandt Décieux et al. (2019), at online sociale interaktioner til en vis grad har overtaget en del af unges sociale interaktion, som tidligere foregik offline. Det er særligt brugen af sociale medier, som ligger til grund for ændringer i unges sociale interaktion.

At nogle unge foretrækker sociale medier, når de skal interagere med jævnaldrende, skyldes ifølge Décieux et al.'s (2019) kvalitative interview bl.a., at det er hurtigere at kommunikere via sociale medier i forhold til at mødes offline. Samtidig er mange unge allerede forbundet til sociale medier og dermed lette at få kontakt til – fx via chat beskeder. Studiet viser også, at offline interaktioner ofte danner baggrund for online interaktioner på sociale medier, eksempelvis ved at kunne kommunikere visuelt indhold på en helt anden måde end tidligere (Décieux et al., 2019).

I et tværsnitsstudie blandt 604 amerikanske universitetsstuderende med en Facebookkonto undersøgte Gebre & Taylor (2022) sammenhængen mellem social/akademisk brug af Facebook og offline social/akademisk involvering. De fandt, at social brug af Facebook var positivt associeret med social involvering – især blandt ikke-generede individuelle unge. Blandt generede unge var Facebookbrug derimod positivt associeret med akademisk involvering. Og uanset generthed, så var akademisk brug af Facebook positivt associeret med både social og akademisk involvering (Gebre & Taylor, 2022). Brug af Facebook under uddannelse var altså relateret til offline socialt engagement.

Samtidig tyder det på, at socialt sårbare unge har lettere ved at etablere online venskaber frem for offline. Dette bekræftes af et tværsnitstudie blandt 658 australske universitetsstuderende, som fandt, at unges venskaber i stigende grad etableres både inden for online og offline kontekster. Således fandt Scott et al. (2021), at social sårbarhed blandt unge kun er negativt associeret med venskabskvalitet, når interaktionen foregår i et offline univers, hvorimod social sårbarhed ikke påvirker unges online venskabskvalitet (Scott et al., 2021).

I et tværsnitsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse blandt 149 amerikanske universitetsstuderende fandt Blight et al. (2015), at personer, som oplevede online social støtte på Facebook, havde en tendens til også at rapportere om offline social støtte og anerkendelse. Således var online social støtte (målt bl.a. via antal likes på opslag) associeret med offline støtte (Blight et al., 2015). I et tværsnitsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse blandt 493 amerikanske universitetsstuderende fandt Lepp et al. (2016), at problematisk brug af mobiltelefon (eksempelvis overdreven tidsforbrug, aggressiv og anklagende kommunikation) var associeret med en ringe tilknytning til forældre for både unge mænd og kvinder. Omvendt var brug af sms'er associeret med en god tilknytning til venner blandt unge kvinder, men havde ingen betydning for tilknytningen blandt unge mænd (Lepp et al., 2016).

Ved hjælp af individuelle interviews og fokusgruppeinterviews med 34 amerikanske universitetsstuderende fandt Vaterlaus et al. (2016), at Snapchat kan facilitere mere sammenhængende kommunikation i interpersonelle forhold, altså en større enighed blandt venner. Men omvendt kan Snapchat ifølge Vaterlaus' studie også forårsage en kommunikationsmodalitet, der både kan virke forstyrrende, medføre jalousi iblandt eksisterende venner og i nogle tilfælde lede til/indgå i såkaldt cyberbullying/online-mobning. Vaterlaus et al. (2016) konstaterer samtidig, at Snapchat i nogle familier og fællesskaber indgår i en form for generationskløft mellem unge og voksne.

I et longitudinelt studie bad Manago et al. (2020) 169 amerikanske gymnasieelever om at føre dagbog i 6 sammenhængende dage, hvor de dagligt estimerede tid brugt på hhv. offline ansigt til ansigt-kommunikation og online computer-medieret kommunikation samt antallet af beskeder udvekslet med venner og familie. På syvendeda-gen besvarede de et spørgeskema omhandlende bl.a. deres oplevede tæthed (*emotional closeness*) i relation til forældre og venner. Studiet finder, at online kommunikation overordnet set styrker unges sociale relationer, også efter at have kontrolleret for mængden af offline ansigt til ansigt-kommunikation. Mere specifikt finder studiet, at unges indbyrdes online kommunikation er associeret med større viljestyrke (*greater adolescent volition*), at unges online kommunikation med forældre er associeret med større selvvalgt tilhørsforhold (*volitional dependence*) til forældre, og at unges brug af sms (dvs. ikke her og nu-kommunikation) er associeret med større grad af selvstændighed (*independent decision-making*).

I et eksperimentalt studie af Brown et al. (2016) vurderede 63 vennepar kvaliteten af deres venskab, inden de mødte op på teststedet. På teststedet blev de bedt om at vente sammen i et venteværelse i 5 minutter, mens de uden at vide det blev observeret med skjult kamera og fik registreret den tid, de brugte på deres smartphone. Efter de 5 minutter vurderede de på ny kvaliteten af deres venskab. Studiet viste, at jo mere tid parrene brugte på deres mobil i de 5 minutter, desto lavere vurderede de deres venskabskvalitet.

2 rapporter fra Medierådet for Børn og Unge bygger på surveys til hhv. 5.236 børn og unge i alderen 13-19 år (Konieczna & Jakobsen, 2019) og 1.010 gymnasieelever med

en gennemsnitsalder på 17,7 år (Mehlsen, 2020). Mehlsen (2020) peger bl.a. på, at online influencere spiller en væsentlig rolle for nogle unges sociale relationer, bl.a. igennem frembringelse af bestemte idealer for udseende og livsstil, som nogle unge forsøger at efterleve, men kan have vanskeligt ved at leve op til. Konieczna & Jakobsen (2019) konkluderer bl.a., at særligt unge piger oplever, at det er vigtigt at kommunikere og poste på sociale medier, og at deres online kommunikation både kan hjælpe dem med at vedligeholde vennerelationer, men også kan medvirke til at forstærke følelser af ensomhed. At sociale medier både kan styrke sociale relationer og forstærke ensomhed er også hovedkonklusionen i Nordisk Ministerråds (2019) interviewundersøgelse med skandinaviske 14-29-årige unge.

Overordnet set tyder litteraturen på, at der blandt unge kan være en gensidig positiv sammenhæng mellem brug af digitale medier og offline venskaber; bl.a. hvor offline venskaber ligger til grund for online kommunikation. Samtidig tyder bl.a. Brown et al.'s (2016) eksperiment på, at digitale medier påvirker unges oplevelse af venskaber negativt, mens bl.a. Scott et al. (2021) indikerer, at digitalt mediebrug blandt unge med særlige problemstillinger ser ud til at have en positiv effekt på udviklingen og opretholdelsen af vennerelationer.

2.1.2 Digitalt mediebrugs betydning for sociale fællesskaber

Vi har identificeret 11 studier, som fokuserer på digitalt mediebrugs betydning for sociale fællesskaber. 9 af studierne er kvantitative, hvoraf et studie er longitudinelt (Dumas et al., 2020), et studie har anvendt et pre-test, post-test design (Badoer et al., 2021), mens de resterende 7 er baseret på tværsnitsdesign (Fardouly et al., 2015; Joiner et al., 2016; Kim & Kim, 2017, 2019; Larson, 2021; X. Li et al., 2015; MacDonald & Schermer, 2021). 2 artikler er kvalitative og anvender fokusgruppeinterviews (Carlquist et al., 2019; Hjetland et al., 2021). Alle studier er vurderet som havende en svag kvalitet, på nær et enkelt studie, som vurderes at være moderat (Dumas et al., 2020).

Li et al. (2015) finder i et amerikansk tværsnitsstudie blandt 564 universitetsstuderende, at interaktion på Facebook ikke er associeret med unges generelle oplevelse af social støtte; til gengæld er selve det at give eller modtage social støtte ifølge Li et al. (2015) en fundamental del af interaktionen på Facebook. Larson (2021) finder i et amerikansk tværsnitstudie blandt 109 universitetsstuderende, at socialt mediebrug er associeret med evnen til at agere socialt (Larson, 2021), således at unge, som har et højt forbrug af sociale medier, har relativt vanskeligere ved at deltage aktivt i sociale relationer end unge med lavere digitalt mediebrug.

Dette fund underbygges og nuanceres i et studie af Macdonald & Schermer (2021), som finder, at tid brugt på smartphone generelt og særligt på sociale medier er associeret med højere ensomhed, mens brug af kommunikation – og antallet af såkaldte pickups (dvs. antallet af gange, hvor en bruger tjekker sin smartphone fx for notifikationer) – er associeret med lavere grad af selvrapporteret ensomhed. Undersøgelsen

bygger på et spørgeskema til 302 amerikanske universitetsstuderende i alderen 18-24 år. Resultaterne er kontrolleret for personlighedskarakteristika og indikerer, at formålet med og typen af digitalt mediebrug har betydning for, om unge oplever ensomhed (MacDonald & Schermer, 2021).

Et norsk kvalitativt studie undersøger, hvordan unge bruger Snapchat, som særligt bruges til at udveksle foto og korte videoklip. Undersøgelsen fokuserer på unges "af-fektive" tilknytning til Snapchat, dvs. hvordan brug af Snapchat påvirker unges følelsesliv og sindsstemninger. Forskerne finder, at Snapchat tilbyder en levende (affektiv) måde, hvorpå følelsesfremkaldende objekter kan sendes rundt, som er intenst affektive og således medvirker til udveksling af relativt stærke følelser (Carlquist et al., 2019).

Ifølge Carlquist et al. (2019) kan unges kommunikation via Snapchat altså medføre en øget grad af følsomhed i brugernes sociale relationer og dermed potentielt fremme empati i unges sociale fællesskaber. I et andet kvalitativt studie fra Norge undersøger Hjetland et al. (2021), hvordan unge forholder sig til online kommunikation ved hjælp af sociale medier. Via fokusgruppeinterviews med i alt 27 unge i alderen 15-18 år finder studiet bl.a., at brug af sociale medier kan fungere som en katalysator for, hvordan unge kommunikerer med og relaterer til hinanden. Forskerne konstaterer, at sociale medier både kan føre til en større følelse af tilknytning til en vennegruppe, men også øge oplevelsen af stress og bidrage til en negativ selvopfattelse af egen krop, og at unges individuelle motivation til at anvende sociale medier spiller en væsentlig betydning for, om deres digitale mediebrug får enten negativ eller positiv betydning for deres sociale relationer (Hjetland et al., 2021).

Kim & Kim (2017) finder i et tværsnitstudie blandt 580 amerikanske universitetsstuderende, at brug af sociale medier er associeret med en større diversitet i netværksdannelse end offline kommunikation. I et senere studie med fokus på 439 amerikanske universitetsstuderendes kommunikation via Facebook specifikt om sport underbygger Kim & Kim (2019), at social interaktion på Facebook øger diversiteten i unges netværksdannelse. Kim & Kim (2017, 2019) viser således, at brug af sociale medier kan øge mulighederne for at deltage i diverse fællesskaber, ligesom online interaktion via Facebook kan fremme unges fællesskabsfølelse og gruppeidentitet.

Tilsvarende viser Badoer et al. (2021) i en interventionsundersøgelse med australske studerende, at brug af LinkedIn i forbindelse med undervisning også skærper unges sociale relationer uden for undervisningstiden – bl.a. med medstuderende. Undersøgelsen bygger på et pre-test, post-test design og inkluderer 102 australske studerende, hvoraf 63 havde fuld follow-up.

Dumas et al. (2020) undersøger sammenhængen mellem like-søgende adfærd på Instragram og følelse af at høre til blandt jævnaldrende. Med "like-søgende adfærd" menes strategier til at opnå flere likes på et post og i den forbindelse fx anvende software til at redigere billeder eller tage et billede ned og lægge det op igen senere med henblik på at opnå flere likes. Studiet anvender et longitudinelt design, hvor 307

unge fra USA og Canada besvarede et spørgeskema og blev inviteret til at besvare et andet spørgeskema 3 måneder senere (66 % af respondenterne besvarede begge spørgeskemaer, og forfatterne konkluderer, at der ikke var systematisk forskel på dem, som besvarede og ikke besvarede spørgeskemaet). Resultatet viser, at like-søgende adfærd var associeret med en lavere følelse af at høre til blandt jævnaldrende over tid. Yderligere fandt Dumas et al. (2020), at dem, hvis venner så lettere på like-søgende adfærd, også selv var tilbøjelige til at praktisere samme adfærd.

Nogle former for digital selvscenesættelse kan altså ifølge Dumas et al. (2020) være associeret med en mindre følelse af fællesskab med jævnaldrene. Samtidig tyder studiet på, at relativ høj grad af like-søgende adfærd tenderer mod at samle nogle unge omkring den samme type (like-søgende) adfærd. Et lignende fænomen er såkaldt digital selvobjektivering på Facebook, hvor unge fremstiller sig selv som bestemte typer med særlige kvaliteter (Fardouly et al., 2015). I et tværsnitstudie blandt 150 unge kvinder fra England fandt Fardouley et al. (2015) således, at unges udseendesammenligning på Facebook øger tendensen til selvobjektivering – og samtidig begrænser følelsen af fællesskabsfølelse og samhørighed.

Joiner et al. (2016) har undersøgt kønsforskelle i respons på Facebook-statusopdateringer fra personer med samme eller andet køn blandt 522 engelske universitetsstuderende. Respondenterne blev præsenteret for fiktive statusopdateringer fra deres bedste mandlige og kvindelige venner ("*Jeg har en rigtig skod dag*" og "*Det er kun middag, og i dag kan umuligt blive værre. Trænger til et kram*".) og skulle angive, hvordan de ville respondere på statusopdateringen (offentlig eller privat besked og indhold af beskeden). Deres svar blev kodet af forskerne, som vurderede, hvor støttende de var. Her viste sig en svag tendens til, at køn påvirker betydningen af offentlig og privat kommunikation via Facebook. Kvinders offentlige og private beskeder til en kvindelig ven viste højere grad af følelsesmæssig støtte end mænds offentlige og private beskeder til en mandlig ven. Mænd viste højere grad af følelsesmæssig støtte i private beskeder end i offentlige svar til mandlige venner. Derimod var der ingen signifikante kønsforskelle i reaktion på statusopdatering fra en ven med det modsatte køn (Joiner et al., 2016).

Med afsæt i ovenstående studier er det ikke muligt entydigt at fastslå, hvorvidt unges digitale mediebrug enten styrker eller svækker unges sociale fællesskaber. Generelt set udgør forholdet mellem digitalt mediebrug og sociale fællesskaber et vigtigt element i unges hverdagsliv, men det er samtidig et forhold, som kan have både negative og positive konsekvenser. Digitalt mediebrug medfører bl.a. positive sociale relationer i store og små fællesskaber, fx omkring deling af beskeder, fotos og korte videosekvenser. Online kommunikation iblandt venner eller mellem unge og deres forældre tyder også på, at de sociale bånd styrkes, og for mange unge vil digitalt mediebrug formentligt 'bare' udvide mulighederne for kommunikation. Samtidig peger nogle studier på, at hyppig eller intens brug af selvscenesættende kommunikation kan have negative konsekvenser for nogle unges sociale relationer og oplevelser af at være del af et socialt fællesskab.

2.1.3 Digitalt mediebrugs betydning for unges familierelationer

Vi har identificeret 2 kvantitative studier omhandlende digitalt mediebrugs betydning for unges familierelationer. Disse studier er også berørt i afsnittet om digitalt mediebrugs betydning for relationen til venner, da de undersøger digitale mediers betydning for flere typer af relationer. Det ene studie anvender et longitudinelt design og er vurderet til at have en moderat kvalitet (Manago et al., 2020), mens det andet studie anvender et tværsnitsdesign og er klassificeret som svagt (Lepp et al., 2016).

I et longitudinelt studie bad Manago et al. (2020) 169 amerikanske gymnasieelever om at føre dagbog i 6 sammenhængende dage, hvor de dagligt estimerede tid brugt på hhv. ansigt til ansigt-kommunikation og computer-medieret kommunikation samt antallet af beskeder udvekslet med venner og familie. På syvendedagen besvarede de et spørgeskema omhandlende bl.a. tæthed i relation til forældre og venner og autonomi. Tekstbeskeder udvekslet med forældre var associeret med tæthed i relationen til forældre, efter kontrol for tid tilbragt sammen ansigt til ansigt. Computer-medieret kommunikation med forældre er associeret med større afhængighed af forældre i forhold til at træffe selvstændige beslutninger (Manago et al., 2020).

I et tværsnitsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse blandt 493 amerikanske universitetsstuderende fandt Lepp et al. (2016), at for både unge kvinder og mænd kunne problematisk brug af smartphones associeres til ringere forældretilknytning. Studiet definerer "problematisk brug" som individuel brug af smartphone i undervisningstiden eller samtidig med lektielæsning, forsinket eller afbrudt søvn pga. brug af smartphone og brug af smartphone midt om natten. Undersøgelsen viste også, at for unge kvinder kunne telefonopkald (eller opkald foretaget via apps) associeres med god tilknytning til forældre. Denne association gjaldt imidlertid ikke for unge mænd (Lepp et al., 2016).

Det er vanskeligt at drage én generel konklusion på baggrund af det begrænsede antal studier med fokus på digitalt mediebrugs betydning for unges familierelationer, og i forhold til Kierkegaard et al.'s (2020) rapport tyder denne begrænsning på, at digitalt mediebrugs betydning for børns familierelationer er mere omfattende end for unges familierelationer.

De inkluderede studier peger dog på, at nogle typer af digital kommunikation med forældre (tekstbeskeder og opkald) kan være associeret med højere tilknytning og tæthed i unges relation til forældre. Mens andre typer af digital adfærd særligt på smartphones kan være associeret med ringere tilknytning til forældre og mindre selvstændighed i unges beslutningstagen.

2.1.4 Digitalt mediebrugs betydning for intime relationer

Vi har identificeret 5 studier, som fokuserer på digitale mediers betydning for intime/romantiske relationer. Alle 5 studier er tværsnitsstudier og har en svag samlet kvalitetsvurdering (Baldwin-White & Gower, 2021; Boyle & O'Sullivan, 2016; Dai, 2021; de Lenne et al., 2019; Sánchez et al., 2017).

Baldwin-White & Gower (2021) fandt i et tværnitstudie blandt 392 amerikanske universitetsstuderende en tendens til, at kommunikation med venner og bekendte via sociale medier havde betydning for opfattelsen af, hvad der udgør et sundt forhold. Denne sammenhæng afhænger ifølge studiet af typen af social medieplatform og er dermed ikke entydig. For eksempel var brug af Facebook både associeret med positive og negative elementer af opfattelser af sunde forhold: Facebook-brugere var mere tilbøjelige til at mene, at vold kan bruges i parforhold, men også mere tilbøjelige til at have selvtillid til at sige nej til at deltage i uønsket sex. Ligeledes var Snapchat associeret med selvtillid til at sige nej til uønsket sex. Forfatterne fandt ingen association imellem socialt medie brug og holdninger til seksuelt samtykke.

Dai (2021) undersøgte sammenhængen mellem brug af såkaldte "hookup apps" (dvs. apps målrettet etablering af intime/erotiske relationer), turbulens i forhold og seksuel attitude/adfærd i et tværsnitsstudie baseret på spørgeskemadata blandt 654 amerikanske universitetsstuderende. I tillæg til spørgeskemaet afholdt Dai (2021) fokus-gruppeinterview med nogle af interviewpersonerne og identificerede herigennem de hyppigst anvendte hookup apps, som bl.a. omfattede Tinder, Grindr og Plenty of Fish. Undersøgelsen viste, at brugere af hookup apps var mere tilbøjelige til at opleve angst i forbindelse med parforhold og mere tilbøjelige til at undgå parforhold end unge, som ikke bruger hookup apps til at indgå i intime/erotiske relationer. Desuden var brugere af hookup apps mere tilbøjelige til være positivt stemte over for åbne forhold og udtrykte, at de i høj grad nyder det fysiske aspekt af sex. Endelig viste Dai's (2021) studie, at hookup apps-brugere var mere tilbøjelige til at dyrke ubeskyttet sex end ikke-brugere.

3 af de inkluderede studier fokuserer på unge, som er i et romantisk forhold, og hvordan forskellige aspekter af deres forhold påvirkes af aktivitet på digitale medier. Boyle & O'Sullivan (2016) finder i et tværsnitsstudie med 359 canadiske studerende, som lever i heteroseksuelle parforhold, og som enten lever sammen eller i fysisk nærhed af hinanden, at kommunikation via digitale medier fremmer forholdenes intimitet og oplevelser af kvalitet. Boyle & O'Sullivan (2016) noterer sig bl.a., at digitale medier gør det muligt for par at kommunikere om hverdagsting, og at denne kommunikation er med til at styrke parrenes indbyrdes oplevelser af forholdets kvalitet.

Tilsvarende fandt Sánchez et al. (2017), at kærestepars online kommunikation med hinanden øger tilfredsheden med parforholdet. Sánchez et al. (2017) fandt også, at cyberdating-praksis, hvilket betyder, at man online kontakter og flirter med andre, mens man selv er i et parforhold, omvendt var associeret med en lavere tilfredshed

med parforholdet. Resultaterne er baseret på et tværsnitstudie blandt 431 spanske universitetsstuderende i et romantisk forhold.

Via et tværsnitstudie blandt 427 belgiske unge, som hver især levede i et parforhold, fandt de Lenne et al. (2019), at jo mere unge i parforhold er eksponeret for alternative partnere på sociale medier, desto mere tilbøjelig er de til at opsøge og evt. mødes med alternative partnere, hvilket ifølge de Lenne et al. (2019) influerer eksisterende parhold negativt.

Samlet set peger studierne på, at brugen af sociale medier kan have betydning for opfattelsen af, hvad der udgør et sundt forhold, og at denne sammenhæng i nogen grad afhænger af det digitale medie, som anvendes. Eksempelvis associeres brug af hookup apps tilsyneladende med fravalg af et fast parforhold, men det er umuligt at sige noget om retningen på associationen. Blandt unge i parhold tyder det på, at kommunikation via digitale medier kan give partnere mulighed for at forbedre den overordnede kvalitet af deres parforhold, hvorimod cyberdating-praksis og eksponering for alternative partnere på sociale medier kan have en negativ effekt på eksisterende parhold.

2.1.5 Digitalt mediebrugs betydning for deltagelse i frivilligt arbejde og aktivisme

Vi har identificeret 2 studier, som undersøger digitale mediers betydning for unges deltagelse i civilsamfundet og frivillighed. Det ene studie er et mixed methods studie (Hoffman, 2017), mens det andet er et kvalitativt studie (Maher & Earl, 2019). Begge studier er klassificeret som havende en svag samlet kvalitet.

Hoffman (2017) undersøger via et spørgeskema suppleret med kvalitative interviews, hvordan 80 amerikanske universitetsstuderende forholder sig til hhv. digitale medier og frivilligt arbejde, og om der er en sammenhæng mellem de to. Undersøgelsen finder en sammenhæng mellem at vægte digitale medier som vigtige og frivilligt arbejde som uvigtigt. Studiet viser imidlertid også, at de unge, som deltager i frivilligt arbejde, ofte anvender digitale medier til at udvikle venskaber på tværs af kulturer og landegrænser.

Maher & Earl (2019) interviewede 40 unge amerikanere om, hvordan de anvendte digitale medier til at mobilisere potentielle aktivister i social aktivisme. Interviewene viste, at digitale medier er blevet et centralt supplement i forhold til såkaldt mikro-mobilisering og aktivisme, og at dette ifølge Maher & Earl (2019) ikke afhænger af socio-økonomisk baggrund, køn eller etnisk herkomst.

Således påpeger disse to studier forskellige tendenser i forholdet mellem digitale medier og frivillighed: Mens Hoffmann (2017) finder, at personer, som tillægger social medier en stor betydning, oplever frivillighed som mindre betydningsfuld, finder Maher & Earl (2017), at digitale medier kan understøtte mikro-mobilisering og aktivisme.

2.1.6 Gamings betydning for sociale relationer og fællesskaber

Der er identificeret 5 studier, som fokuserer på gamings betydning for sociale relationer og fællesskaber. Et studie er kvalitativt og klassificeret som havende en moderat kvalitet (Bengtsson et al., 2021). De resterende 4 studier er vurderet til at have en svag kvalitet, et af disse studier anvender et mixed methods design (Eklund & Roman, 2019), mens de resterende 3 er kvantitative og anvender tværsnitsdesign (Kimmig et al., 2018; Kort-Butler, 2021; Männikkö et al., 2015).

Under omstændigheder, hvor offline kontakt er væsentligt begrænset, som under covid-19-pandemien, kan online kommunikation og gaming måske have betydning for unges sociale ageren og evne til at vedligeholde venskaber. Dette resultat stammer fra Bengtsson et al. (2021) og bygger på kvalitative interviews og fokusgrupper med 116 børn og unge, heraf individuelle kvalitative interviews med 35 unge danskere i alderen 16-20 år, som alle havde erfaring med online gaming. Forskerne fandt, at unges gaming bidrog til at vedligeholde socialt liv, venskaber og tackle kedsomhed under pandemien. Studier viser således, at online gaming associeres med øget online social aktivitet, som også medvirker til at vedligeholde offline sociale fællesskaber.

I et tværsnitsstudie blandt 293 unge fra Finland fandt Männikkö et al. (2015), at problematisk gaming (i undersøgelsen defineret som "spilafhængighed", jf. Lemmens et al.'s (2009) *Gaming Addiction Scale*) hyppigere forekommer blandt unge, der foretrækker online social interaktion frem for offline social interaktion. Analysen bygger på data med en lav svarprocent på 9,8 %, hvorved der er høj risiko for selektionsbias.

I et tværsnitsstudie blandt 896 amerikanske universitetsstuderende fandt Kort-Butler (2021), at de unge, som ikke spillede computerspil, var mere socialt engagerede, oplevede mere social støtte fra deres sociale fællesskaber og havde flere venner end dem, som spillede. Ifølge studiet var gaming imidlertid ikke associeret med social isolation, og sammenhængene mellem gaming og socialt engagement m.m. var ifølge studiet tilsyneladende uafhængig af tid brugt på gaming. I et mixed methods studie med både kohortedata og kvalitative interviews blandt 115 unge svenskere fandt Eklund & Roman (2019) heller ingen association mellem online gaming og social isolation.

I en tværsnitsundersøgelse med fokus på såkaldt voldelige computerspil fandt Kimmig et al. (2018), at voldelige spil kan associeres med aggressiv adfærd. Analysen bygger på en survey med 167 unge hollændere. Kimmig et al. (2018) konstaterede, at tid brugt på voldelige computerspil – og gaming generelt – er associeret med negativ social adfærd (*adverse behavior traits*). Forskerne definerer "voldelige computerspil" dels ud fra interviewpersonernes egne vurderinger af, om de spil, de spiller, er voldelige, dels ud fra unavnngivne eksperter rating af de mest populære spil.

En rapport fra Statens Medieråd i Sverige (Berne & Frisén, 2020), som bygger på en gennemgang af litteratur om børn og unges online mobning, påpeger, at online mobning hyppigst skyldes såkaldt moralsk disengagement, dvs. manglende evne til at

sætte sig i andres sted. Rapporten antyder, at dette kan være et større problem online end offline.

Samlet set fremstår online gaming således på den ene side som et middel til at opretholde og udvikle social kontakt til venner og som et velkomment element i unges hverdagsliv, mens online gaming på den anden side kan associeres med forskellige former for uhensigtsmæssig (*adverse*) adfærd, men ifølge de aktuelle studier ikke til social isolation. Samtidig er det ud fra de fem inkluderede artiklers introduktionsafsnit tydeligt, at online gaming aktuelt er underlagt formodninger om potentielle skadevirkninger, som imidlertid er vanskelige at bevise videnskabeligt.

2.2 Del B: Digitalt mediebrugs betydning for unges stress

I dette kapitel opsummeres resultaterne fra den litteratur, som undersøger, hvordan digitale medier er associeret med stress blandt unge. Vi har identificeret 52 videnskabelige artikler, som belyser denne association. I overensstemmelse med litteraturreviewet om digitale medier og stress blandt børn og unge fra 2020 (Kierkegaard et al., 2020) definerer vi i udgangspunktet stress som hhv.: 1) potentielle stressorer, 2) oplevet stress og 3) stresssymptomer. Dette resultatafsnit er struktureret i tre afsnit, der tager udgangspunkt i hver af disse tilgange, samt en række undertemaer identificeret i litteraturen. Nogle af de inkluderede studier berører forskellige tematikker og optræder derfor i flere afsnit og undertemaer.

Mange af de inkluderede videnskabelige artikler er tværsnitsstudier med en svag kvalitetsvurdering. Desuden fokuserer mange af de inkluderede studier på universitetsstuderende. Dette giver metodiske begrænsninger i forhold til at drage generelle konklusioner.

I Bilag 4 findes en detaljeret beskrivelse af de inkluderede studier.

2.2.1 Digitalt mediebrug og potentielle stressorer

Vi har identificeret i alt 22 videnskabelige artikler, som belyser sammenhængen mellem brug af digitale medier og tre typer af stressorer: 1) Fear Of Missing Out (FOMO), 2) at sammenligne sig med andre og 3) længsel efter at høre til. Alle tre typer stressorer er kendetegnet ved at være følelser eller oplevelser, som er relateret til unges brug af digitale medier, og som kan øge risikoen for at føle sig stresset.

2.2.1.1 Digitale medier og FOMO

I dette afsnit summeres resultaterne for studier, som undersøger sammenhængen mellem digitalt mediebrug og FOMO blandt unge 16-24 årige eller en studiepopulation med en gennemsnitsalder inden for aldersspekteret. Vi har identificeret 14 kvantitative studier og 1 mixed methods studie (Brown & Kuss, 2020), som på forskellig vis undersøger sammenhængen. Nogle af studierne har fokus på, hvordan digitalt mediebrug påvirker FOMO (Baker et al., 2016; Brown & Kuss, 2020; Burnell et al., 2019; Hunt et al., 2018), mens andre studier undersøger, hvorvidt FOMO kan være en del af årsagskæden mellem digitale medier og stress, eller om sammenhængen mellem digitale medier og stress er forskellig afhængigt af FOMO (Beyens et al., 2016; Buglass et al., 2017; Elhai et al., 2020; Servidio, 2021).

Blandt de 15 identificerede studier er der 12 tværsnitstudier (Baker et al., 2016; Beyens et al., 2016; Błachnio & Przepiórka, 2018; Burnell et al., 2019; Casale et al., 2018; Elhai et al., 2018, 2020; Moore & Craciun, 2020; Roberts & David, 2020; Servidio, 2021; Weaver & Swank, 2021; Wolniewicz et al., 2018) og 3 studier, som indeholder et longitudinalt element (Brown & Kuss, 2020; Buglass et al., 2017; Hunt et al., 2018), herunder et studie, som er eksperimentelt og anvender et Randomized Control Trial (RCT) design. 14 af de 15 studier er i den samlede kvalitetsvurdering klassificeret som svage, mens et studie er vurderet som moderat (Brown & Kuss, 2020), hvilket betyder, at der i fortolkningen af studiernes resultater må tages forbehold for de enkelte studiers resultater på baggrund af den metodiske kvalitet. Et særligt opmærksomhedspunkt er her, at studierne overvejende er tværsnitstudier, hvilket begrænser muligheden for at drage konklusioner om årsagsretningen mellem brug af digitale medier og FOMO. Samlet set kan de identificerede studier dog stadig bidrage til at give indsigt i, hvorvidt der er en association mellem digitalt mediebrug og FOMO. Tematisk kredser studierne om digitalt mediebrug og FOMO desuden om sociale medier, samspillet med aspekter af mental sundhed samt betydningen af personlighedskarakteristika.

Brug af sociale medier og FOMO

7 studier har særligt fokus på sammenhængen mellem unges brug af sociale medier og FOMO (Beyens et al., 2016; Brown & Kuss, 2020; Burnell et al., 2019; Casale et al., 2018b; Hunt et al., 2018; Moore & Craciun, 2020; Wolniewicz et al., 2018). I et tværsnitstudie blandt 579 italienske universitetsstuderende finder Casale et al. (2018), at graden af problematisk brug af sociale medier stiger med graden af FOMO. Samme studie finder desuden, at positive meta-kognitioner vedrørende brug af sociale medier – dvs. en oplevelse af, at brug af sociale medier bidrager positivt til at holde sig social og til at være en del af fællesskabet – kan være en del af årsagskæden mellem FOMO og problematisk brug af sociale medier.

Tilsvarende viser et amerikansk tværsnitstudie blandt 156 universitetsstuderende, at studerende, som oplever en høj grad af FOMO, er mere tilbøjelige til at have en positiv holdning til Instagram og til at følge flere profiler samt at have tendens til at være afhængig af sociale medier, sammenlignet med personer med en lavere grad af FOMO (Moore & Craciun, 2020).

Et belgisk tværsnitstudie blandt 402 ungdomsuddannelsesstuderende finder også, at FOMO er associeret med et højere forbrug af det sociale medie Facebook (Beyens et al., 2016). Studiet finder desuden, at jo højere grad af FOMO, en person oplever, jo mere stressfuldt opleves det, når vedkommende ikke bliver inviteret på Facebook eller ikke oplever positive reaktioner på egne opslag på Facebook. Et tværsnitstudie blandt 296 amerikanske studerende finder også associationer mellem hhv. social networking/kommunikation via smartphones og såkaldt problematisk smartphonebrug (i studiet defineret som "excessive use", som virker forstyrrende på brugerens omgivelser og/eller brugeren selv) og FOMO (Wolniewicz et al., 2018).

I et andet tværsnitstudie blandt 717 amerikanske universitetsstuderende fandt forskerne en association mellem passivt brug af sociale medier, hvor personen ikke interagerer med andre, og FOMO, og at det at sammenligne sig selv med andre kan være en del af sammenhængen mellem digitalt mediebrug og FOMO (Burnell et al., 2019). Studiet finder desuden, at FOMO er knyttet til depressive symptomer, dårligt selvværd, en mere negativ kropsopfattelse og lav opfattelse af social accept.

Et enkelt af de inkluderede studier har benyttet sig af et RCT-design til at undersøge sammenhængen mellem brug af sociale medier og trivsel (Hunt et al., 2018). I dette studie blev 143 universitetsstuderende opdelt til i 3 uger enten at anvende sociale medier som sædvanligt (kontrolgruppe) eller anvende hhv. Facebook, Instagram og Snapchat i maksimalt 3 x 10 minutter dagligt (indsatsgruppe). Mens socialt mediebrug var signifikant associeret med FOMO inden indsatsen, ses der i det longitudinelle studie ingen effekt på FOMO af at reducere forbruget af sociale medier til maksimalt 10 minutter pr. medie i de 3 uger, undersøgelsen varede. Til gengæld fandt forskerne et statistisk signifikant fald i ensomhed og depressive symptomer i indsatsgruppen.

I et longitudinelt studie finder Brown & Kuss (2020) – i modsætning til Hunt et al. (2018) – et signifikant fald i FOMO efter 7 dages afholdenhed fra sociale medier blandt 61 deltagende personer, der alle ejede en smartphone, jævnligt brugte sociale medier, og som overholdt de 7 dages afholdenhed. Herudover finder Brown & Kuss (2020) en højere grad af social forbundenhed samt et bedre mentalt velbefindende efter 7 dages afholdenhed fra sociale mediebrug end forud for perioden med afholdenhed. I studiet defineres "social forbundenhed" (*social connectedness*) relativt bredt som et individs emotionelle forbindelser til sig selv, andre og samfundet, og forskerne tolker "social forbundenhed" som udtryk for individuelle behov for at opleve tilknytning til sociale fællesskaber.

En rapport for Medierådet for Børn og Unge, som er udarbejdet af VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (Ottosen & Andreasen, 2020), vurderer på baggrund af et litteraturreview og et kohortestudie med unge født i 2001, at hver femte unge har oplevet FOMO som følge af digitalt mediebrug, og at drenge, der som 19-årige bruger mere tid på online medier, end de gjorde som 15-årige, har større risiko for at være utilfredse med tilværelsen og større risiko for at opleve ensomhed. Tilsvarende viser to rapporter fra Statens Medieråd i Sverige (Andersson, 2020; Berne & Frisé, 2020), som bygger på interview med unge 13-16-årige og unge 17-18-årige, at mere tid på sociale medier, i takt med at man bliver ældre, er forbundet med nedsat psykisk velvære. I en tredje rapport fra Statens Medieråd i Sverige (Andersson, 2021) fremgår det, at denne risiko er højere for piger end drenge.

Overordnet set peger litteraturen på, at unges oplevelse af FOMO er knyttet til, hvor meget de anvender sociale medier, således at et højt forbrug er associeret med en hyppig følelse af FOMO.

Digitalt mediebrug, FOMO og mental sundhed

5 af de inkluderede studier fokuserer på samspillet mellem digitale medier og FOMO samt aspekter af unges mentale sundhed (Baker et al., 2016; Elhai et al., 2018, 2020; Roberts & David, 2020; Weaver & Swank, 2021). I et tværsnitsstudie blandt 296 amerikanske universitetsstuderende finder Elhai et al. (2018), at FOMO er associeret med en øget grad af problematisk smartphonebrug samt negativ affektivitet – dvs. en tendens til at opleve negative følelser – inkl. stress. Samme studie indikerer, at negativ affektivitet kan være en del af årsagskæden mellem FOMO og problematisk smartphonebrug (Elhai et al., 2018). I et senere tværnitstudie af Elhai et al. (2020) blandt 316 amerikanske universitetsstuderende finder forskerne ligeledes en association mellem FOMO og problematisk smartphonebrug. Studiets resultater indikerer desuden, at FOMO kan være en del af årsagskæderne mellem smartphonebrug af ikke-social karakter og depression (Elhai et al., 2020). På tilsvarende vis finder Weaver & Swank (Weaver & Swank, 2021) i et tværnitstudie blandt 278 universitetsstuderende, at problematisk brug af sociale medier stiger med stigende grad af FOMO, og at denne stigning hænger sammen med, at unge bliver mindre opmærksomme på hinanden, når de konstant/hyppigt holder øje med, hvad der foregår på deres smartphones. Således konstaterede forskerne en lavere grad af opmærksomhed blandt studerende med højere grad af FOMO og en højere grad af problematisk brug af sociale medier blandt studerende med lavere grad af opmærksomhed. Udover at FOMO associeres med mindre grad af opmærksomhed på andre, fandt studiet også en negativ association mellem FOMO og hhv. selvværd og livstilfredshed (Weaver & Swank, 2021). Således finder alle 3 studier en association imellem digitalt mediebrug, FOMO og flere negative aspekter af mental sundhed.

I et tværsnitsstudie blandt 107 amerikanske studerende finder Roberts & David (2020) ligesom flere andre studier, at graden af intensitet i brug af sociale medier hænger sammen med graden af FOMO, således at mere intens brug af sociale medier

associeres med større grad af FOMO. Roberts & David (2020) finder også, at FOMO overvejende har negativ indflydelse på unges følelse af at være socialt forbundet med andre unge, men at FOMO hos nogle unge kan medføre, at de aktivt stræber efter – og potentielt lykkes med – at etablere sociale relationer.

Således fremhæver Roberts & David (2020), at FOMO i relation til unges digitale mediebrug associeres negativt til unges velbefindende. Samtidig indikerer Roberts & David (2020), at FOMO kan føre til et øget digitalt mediebrug, som kan lede til større social forbundenhed med andre unge/peers.

I et andet amerikansk tværsnitsstudie blandt 368 universitetsstuderende undersøger Baker et al. (2016) samspillet mellem tid brugt på sociale medier, FOMO og mentalt og fysisk helbred. Studiet finder, at graden af FOMO stiger i takt med tid brugt på sociale medier og omvendt, og herudover, at et højt niveau af FOMO er associeret med flere depressive symptomer, mindre mindful opmærksomhed og flere fysiske symptomer. Studiet finder desuden, at sammenhængen mellem tid brugt på sociale medier og hhv. depressive symptomer og "mindful" opmærksomhed kan forklares af FOMO (Baker et al., 2016). Således indikerer dette studie, at FOMO kan spille en væsentlig rolle i relationen mellem digitale medier og unges mentale sundhed.

Overordnet set peger de inkluderede studier på, at unges FOMO er associeret med et højere forbrug og/eller problematisk forbrug af digitale medier, og at dette kan være knyttet til dårligere mental sundhed såsom fx depression.

Digitalt mediebrug, FOMO og personlighedskarakteristika

3 af de inkluderede studier, der omhandler aktivitet på digitale medier og FOMO, undersøger samspillet med personlighedskarakteristika (Błachnio & Przepiórka, 2018; Buglass et al., 2017; Servidio, 2021). Błachnio & Przepiórka (2018) finder i et tværsnitsstudie blandt 360 polske brugere af Facebook en association mellem FOMO og overdreven selvoptagedhed (narcissisme), og at et højt niveau af såvel FOMO som narcissisme er associeret med en højere grad af Facebook-afhængighed (Błachnio & Przepiórka, 2018). I et italiensk tværsnitsstudie blandt 405 universitetsstuderende finder forskerne, at FOMO er forbundet med et højere smartphonebrug blandt mænd, men ikke blandt kvinder. Blandt begge køn er FOMO forbundet med en højere grad af problematisk brug af smartphone. Samme studie finder, at FOMO delvist medierer sammenhængen mellem selvkontrol og problematisk smartphonebrug, således at personer med lav selvkontrol i højere grad oplever FOMO og dermed er mere tilbøjelige til at have et problematisk forbrug af smartphone (Servidio, 2021).

Et longitudinelt engelsk studie blandt 489 engelske Facebookbrugere fokuserer på samspillet mellem FOMO, brug af sociale netværksplatforme og selvværd (Buglass et al., 2017). Ved studiets start indikerer resultaterne, at FOMO kan være en del af en årsagskæde mellem hyppig brug af sociale netværks platforme og lavt selvværd. Ved opfølgning 6 måneder senere, hvor 175 af respondenterne besvarede spørgeskemaet

igen, tyder resultaterne dog snarere på, at der kan være tale om en cirkulær association, idet lavt selvværd ved studiets start er associeret med hhv. FOMO og omfanget af brug af sociale platforme ved opfølgningen 6 måneder senere.

Samlet set indikerer disse tre studier, at særlige personlighedskarakteristika (overdreven selvoptagethed, lav grad af selvkontrol og lavt selvværd) kan have betydning for, i hvilken grad man oplever FOMO, og hvordan digitalt mediebrug associeres til FOMO.

2.2.1.2 Digitalt mediebrug og at sammenligne sig med andre

7 af de inkluderede studier har fokus på sammenhængen mellem digitalt mediebrug og det at sammenligne sig med andre. Heraf er 6 tværsnitsstudier (Bergagna & Tartaglia, 2018; Burnell et al., 2019; Dailey et al., 2020; Lup et al., 2015; Markova & Azocar, 2021; Nisar et al., 2019), mens det sidste er baseret på data fra hhv. et eksperimentelt studie og et studie bestående af en serie af tværsnitsmålinger (Midgley et al., 2021). Alle 7 studier er i den samlede kvalitetsvurdering kategoriseret som svage. Tematisk fokuserer studierne især på brug af sociale medier og sammenligning med andre og herudover samspillet med selvværd og aspekter af mental sundhed såsom kropstilfredshed og depressive symptomer.

I et amerikansk tværsnitsstudie blandt 290 universitetsstudereende finder Dailey et al. (2020) en positiv association mellem afhængighed af sociale medier og tilbøjelighed til at sammenligne sig med andre (Dailey et al., 2020). I et andet amerikansk tværsnitsstudie blandt 725 kvindelige universitetsstuderende finder forskerne, at kvinder, der ofte bruger sociale medier, er mere tilbøjelige til at sammenligne sig med andre – især med kvinder, de synes ser bedre ud end dem selv. Kvinder med et hyppigt forbrug af sociale medier er desuden mere utilfredse med deres kroppe end kvinder med et lavere forbrug af sociale medier (Markova & Azocar, 2021). Tilsvarende finder et italiensk tværsnitsstudie blandt 250 universitetsstuderende, at det at sammenligne sig med andre er associeret med et højere forbrug af Facebook samt en større tendens til at undlade at vise uønskede sider af sig selv på Facebook (Bergagna & Tartaglia, 2018). Studiet finder desuden en sammenhæng mellem det at sammenligne sig med andre og en højere grad af social interaktion på Facebook, men kun blandt kvinder. Herudover finder studiet, at det at sammenligne sig med andre er signifikant knyttet til lavt selvværd. Midgley et al. (2021) bad i et studie 213 universitetsstuderende om at gennemgå 20 posts i deres Facebook eller Instagram feed og løbende rapportere, i hvor høj grad de sammenlignede sig med andre. Studiet finder ligesom Markova et al. (2021) en tendens til, at de studerende især foretager opadrettede sammenligninger – dvs. med individer, som de synes ser bedre ud, eller som har højere status end dem selv. Også dette studie finder, at sådanne sammenligninger er associeret med lavere selvværd og livstilfredshed efter eksperimentet. Studerende med et lavere selvværd ved eksperimentets start var desuden mere tilbøjelige til at foretage ”opadrettede” sammenligninger, end studerende med et højere selv-

værd. Samme forfattere bad i et mindre studie 79 universitetsstuderende om at besvare seks daglige spørgeskemaer i en periode på 2 uger (Midgley et al., 2021). De korte spørgeskemaer handlede om aktiviteter, sammenligning med andre, vigtigheden af det domæne, de sammenlignede sig med andre på, og hvordan sammenligningen påvirkede dem. Dette studiet finder ligeledes, at tid brugt på sociale medier er positivt associeret med at sammenligne sig mere med andre, og at de studerende i højere grad foretager opadrettede end nedadrettede sammenligninger med andre, når de bruger sociale medier, end når sammenligninger er foretaget i andre kontekster. Sammenligningerne foretaget på de sociale medier er desuden mere ekstreme og er i højere grad associerede med negative selvvurderinger.

I det tidligere omtalte tværsnitstudie af Burnell et al. (2019) finder forskerne, at tendensen til at sammenligne sig selv med andre stiger med graden af passivt brug af sociale medier, og at sammenligning er knyttet til en mere negativ kropsopfattelse (Burnell et al., 2019). Et andet tværsnitstudie blandt 399 Facebookbrugere finder ligeledes en sammenhæng mellem passivt brug af Facebook og det at sammenligne sig med andre (Nisar et al., 2019a). Modsat finder studiet, at der er mindre tendens til at sammenligne sig med andre blandt de unge, som bruger Facebook aktivt. Dette indikerer, at måden, de forskellige digitale medier anvendes på, kan have betydning for de unge. I tråd med dette finder Lup et al. (2015) i et tværsnitstudie blandt 117 Instagrambrugere, at antallet af fremmede, som en person følger, har betydning for sammenhængen mellem brug af Instagram og hhv. tendens til at sammenligne sig med andre og depressive symptomer. Blandt unge, der følger mange fremmede på Instagram, er et hyppigt forbrug af Instagram forbundet med større tendens til at sammenligne sig med andre samt højere grad af depressive symptomer. Blandt personer, der følger færre fremmede på Instagram, er et hyppigt forbrug derimod forbundet med lavere grad af sammenligning og depressive symptomer (Lup et al., 2015).

Som nævnt i afsnit 2.1.1 om digitalt mediebrugs betydning for unges sociale relationer, finder Konieczna & Jakobsen (2019) via en survey til 5.236 13-19-årige, at særligt unge piger oplever, at det er vigtigt at anvende sociale medier, og at dette kan medføre en følelse af ensomhed. I en rapport for Medierådet for Børn og Unge fandt Mehlsen (2020) endvidere, at unge påvirkes af influencere på sociale medier, og at dette kan medføre en øget tendens til at sammenligne sig med andre – og medføre følelser af ikke at slå til.

Samlet set indikerer de inkluderede studier en association imellem et høj forbrug af sociale medier og en tendens til at sammenligne sig selv med andre, hvilket også er relateret til lavere selvværd og kropsoutilfredshed. Enkelte studier indikerer imidlertid, at sammenhængen kan være knyttet til, hvilke type medier der er tale om, og hvordan disse anvendes. Vær dog opmærksom på, at samtlige af de inkluderede studier i dette afsnit har fået en svag samlet kvalitetsvurdering,

2.2.1.3 Digitale medier og ønsket om at høre til og social forbundenhed

Samlet set berører 3 af de inkluderede studier sammenhængen mellem brug af digitale medier og ønsket om og følelsen af at høre til. 2 af studierne er tværsnitsstudier (Beyens et al., 2016; Roberts & David, 2020), mens et enkelt mixed methods studie anvender et eksperimentelt design med elementer fra det longitudinale design og en tematisk kvalitativ analyse af åbne spørgeskemasvar (Brown & Kuss, 2020). De 2 tværsnitsstudier er i den samlede kvalitetsvurdering klassificeret som svage, mens studiet af Brown & Kuss (2020) er vurderet som værende af moderat kvalitet. De 3 studier har også fokus på unges frygt for at blive overset (FOMO), og derfor er studierne også beskrevet i foregående afsnit.

Beyens et al. (2016) undersøgte sammenhængen mellem behovet for at høre til ("need to belong") og Facebook-brug samt betydning af FOMO og popularitet. Resultaterne bygger på spørgeskemabesvarelser fra et tværsnitsstudie blandt 402 belgiske studerende på en ungdomsuddannelse. Studiet konkluderer, at et højere ønske om at høre til og at være populær er associeret med et højt forbrug af Facebook, samt at FOMO, som tidligere omtalt, kan være en del af årsagskæden i denne sammenhæng (Beyens et al., 2016). Hvilket illustrerer sammenhænge mellem unges sociale behov og deres forbrug af Facebook.

Andre studier har undersøgt samspillet mellem socialt mediebrug, FOMO og de unges følelse af social forbundenhed. I en artikel, baseret på 2 tværsnitsstudier blandt hhv. 107 og 458 universitetsstuderende, konkluderer (Roberts & David, 2020), at intensiv brug af sociale medier kan øge følelsen af social forbundenhed.

I det tidligere omtalte mixed methods studie af Brown & Kuss (2020) undersøges betydningen af 7 dages afholdenhed fra sociale medier for følelsen af social forbundenhed, FOMO og mentalt velbefindende. I studiet indgik 61 personer, som brugte sociale medier jævnligt før studiets start, og som en del af eksperimentet overholdt de 7 dages afholdenhed. I studiets kvantitative analyse fandt forfatterne en højere grad af offline social forbundenhed samt et bedre mentalt velbefindende efter 7 dages afholdenhed fra sociale medier. I den kvalitative del af studiet er resultatet imidlertid mere blandet. Nogle af deltagerne oplevede en større grad af social forbundenhed til deres offline venner. Andre deltagere oplevede en mindre grad af social forbundenhed til deres online venner og var bekymrede for konsekvenserne af at være fraværende på de sociale medier. Samlet set indikerer studiet således, at et jævnligt forbrug af sociale medier kan have en negativ effekt for følelsen af social forbundenhed, men også, at de sociale medier blandt nogle unge er et vigtigt aspekt af at føle sig socialt forbundet.

Samlet set indikerer disse tre studier, at ønsket om at høre til er forbundet med et højere forbrug af sociale medier, mens brug af sociale medier både kan øge følelsen af social forbundenhed i forhold til online sociale relationer, men muligvis også påvirke graden af social forbundenhed til offline relationer. Det er dog vanskeligt at

drage en generel konklusion omkring sammenhængen mellem socialt mediebrug og ønsket at høre til på baggrund af det meget begrænsede antal studier med fokus på dette område, der er identificeret i denne kortlægning.

2.2.2 Digitalt mediebrugs betydning for oplevet stress

Vi har identificeret i alt 29 videnskabelige artikler, som belyser sammenhængen mellem brug af digitale medier og oplevet stress. De inkluderede studier grupperer sig om følgende overordnede temaer: digitalt mediebrug og oplevet stress generelt, afhængighed af digitale medier og digitale medier, stress og stresshåndtering.

2.2.2.1 Sammenhængen mellem digitalt mediebrug og oplevet stress

15 af de inkluderede studier undersøger sammenhængen mellem brug af digitale medier og oplevet stress. Heraf er 11 studier baseret på tværsnitsdata (Apaolaza et al., 2019; Brailovskaia et al., 2020; Brailovskaia & Margraf, 2018; Coccia & Darling, 2016; Elhai et al., 2021; Freytag et al., 2021; Gutiérrez-Puertas et al., 2020; Murdock et al., 2015; Rasmussen et al., 2020; Sabik et al., 2020; Zhao & Lapierre, 2020), 3 studier er baseret på et longitudinelt studiedesign (Aalbers et al., 2019; Dissing et al., 2019; Garrett et al., 2017) mens et enkelt studie anvender et eksperimentelt studie design (Alhujaili et al., 2020). I den samlede kvalitetsvurdering er 11 ud af 15 studier klassificeret som svage, mens 2 studier er klassificeret som moderate (Brailovskaia & Margraf, 2020; Zhao & Lapierre, 2020), og et enkelt studie er klassificeret som stærk (Garrett et al., 2017). Tematisk kredser studierne ud over sammenhængen mellem digitale medier og oplevet stress især om sociale medier, andre aspekter af mental sundhed, samt hvorfor og hvad digitale medier bruges til.

Flere af de inkluderede studier finder en positiv association mellem brug af sociale medier og stress. I et tværsnitsstudie blandt 346 spanske universitetsstuderende, finder Apaolaza et al. (2019), at afhængighed af sociale medier (målt med Whatsapp som proxy) er associeret med en højere grad af oplevet stress. Samme studie finder, at hhv. brug af mindfulness, at have højt selvværd og at leve med social angst hver især medfører mindre frekvent brug af sociale medier. Apaolaza et al. (2019) konkluderer, at mindfulness og andre metoder, som kan påvirke unges selvværd positivt, således vil virke afbødende på sammenhængen mellem brug af sociale medier og stress.

I et amerikansk tværsnitsstudie blandt 164 kvindelige universitetsstuderende fandt forskerne, at kvinder, hvis selvværd i høj grad afhang af feedback på sociale medier, og som brugte sociale medier til at opnå status, rapporterede højere niveauer af stress, end kvinder, hvis selvværd ikke var så afhængigt af sociale medier (Sabik et al., 2020). Rasmussen et al. (2020) finder i et amerikansk tværsnitsstudie blandt 546 universitetsstuderende ligeledes, at risiko for stress vokser med mere hyppig brug af sociale medier og konkluderer, at problemer med følelsesregulering og stress kan

være en del af årsagskæden bag den sammenhæng, som studiet finder mellem brug af sociale medier og mentale sundhedsproblemer.

Hyppig kommunikation online var også relateret til højere niveau af stress i en artikel med 2 tyske tværsnitstudier blandt hhv. 531 og 244 universitetsstuderende. Freytag et al. (2021) og Elhai et al. (2021) finder i et tværsnitstudie blandt 103 amerikanske universitetsstuderende, at hyppig brug af smartphones (målt i antallet af skærmtid) er associeret med højere grad af stress. Brailovskaia & Margraf (2020) undersøger i et studie, blandt samlet set 1.985 tyske universitetsstuderende fordelt på fire kohorter, udviklingen i online mediebrug samt trivsel, herunder stress fra år 2016 til år 2019. Studiet finder en stigning i brug af sociale medier henover perioden, men ikke i gaming. Samtidig ses en stigning i stresssymptomer og herudover også i depressive symptomer og symptomer på angst. Der ses i alle år undtagen 2017 en svag positiv association mellem brug af sociale medier og symptomer på stress (Brailovskaia & Margraf, 2020).

Zhao & Lapierre (2020) finder ved opstarten af deres longitudinelle studie blandt 222 amerikanske universitetsstuderende, at brug af smartphone til socialt netværkskabelse er associeret med en højere grad af oplevet stress, og at denne association er stærkest blandt unge, der har et svagt netværk, som de kan få hjælp fra, når de har problemer, sammenlignet med unge, der har et mere støttende socialt netværk. Studiet finder desuden også, at hyppigere brug af smartphone til "direkte social interaktion" (samtale, sms, mail og videochat) er associeret med en højere grad af oplevet stress, men ingen sammenhæng mellem stress og brug af smartphone til at tilgå massemedier (Zhao & Lapierre, 2020). Endelig fulgte et longitudinelt studie af Garrett et al. (2017) 182 universitetsstuderende i 10 uger og bad dem besvare et spørgeskema pr. uge for at undersøge de studerendes stressniveau igennem første semester og prædiktorer herfor (Garrett et al., 2017). Dette studie, som i den samlede kvalitetsvurdering blev klassificeret som stærkt, finder i modsætning til Zhao & Lapierre (2020), at højere internetforbrug er associeret med højere stressniveau, mens der ikke ses nogen signifikant sammenhæng mellem brug af sociale medier og stressniveau (Garrett et al., 2017). Forfatterne forklarer ikke denne forskel, men konkluderer, at det kan være nødvendigt at differentiere mellem generel brug af internettet og specifik brug af sociale medier for at forstå de potentielle risici forbundet med digitalt mediebrug.

I et lille eksperimentelt studie undersøger Alhujaili et al. (2020) effekten af online mobning på stress, følelsesmæssig tilstand og coping strategier (dvs. hvordan man håndterer oplevelsen). I studiet udsættes 29 amerikanske universitetsstuderende for to typer af online mobning: 1) social eksklusion simuleret ved et online boldspil (Cyberball), og 2) verbal chikane simuleret ved hypotetiske scenarier og læsning af online kommentarer. Herefter sammenlignes de unges stress, følelsesmæssige tilstand, samt coping-respons med deres niveau inden eksperimentet. Studiet finder, at online social eksklusion og særligt verbal chikane er associeret med en højere grad af oplevet stress og i øvrigt en negativ følelsesmæssig tilstand. Eksperimentet har imidlertid kun en begrænset betydning for de studerendes coping strategier (Alhujaili et al.,

2020). Et væsentligt opmærksomhedspunkt er, at der ikke er nogen kontrolgruppe i dette studie, hvilket svækker de konklusioner, som kan drages på baggrund af studiets resultater.

Det er ikke alle inkluderede studier, der finder, at digitale og sociale medier er associeret med stress. I et tværsnitsstudie blandt 135 sygeplejerskestuderende finder Gutiérrez-Puertas et al. (2020) ingen signifikant sammenhæng mellem hyppig online kommunikation og oplevet stress, og et kort longitudinelt studie blandt 125 hollandske universitetsstuderende finder heller ikke, at hhv. passiv og aktiv brug af sociale medier er prædiktivt for oplevet stress (Aalbers et al., 2019). Et amerikansk tværsnitsstudie blandt 534 studerende finder ingen signifikant sammenhæng mellem stress og brug af digitale medier i form af asynkron kommunikation på sociale netværkssider og sms (Coccia & Darling, 2016), men til gengæld, at disse former for kommunikation er associeret med en lavere grad af livskvalitet. Endelig finder Brai-lovskaia & Margraf (2018) i et tværsnitsstudie svage, men statistisk signifikante, associationer mellem stress og nogle typer af mediebrug. Eksempelvis er medlemskab af det sociale medie Tumblr, der som fx Twitter anvendes til micro-blogging, forbundet med en højere grad af stress, hvorimod tiden brugt på online gaming ifølge Brai-lovskaia & Margraf (2018) ikke kan associeres med stress.

2 af de inkluderede studier har særligt fokus på samspillet mellem oplevet stress og aktiviteter, der foregår online eller ansigt til ansigt. Dissing et al. (2019) undersøgte i et dansk longitudinelt studie blandt 412 universitetsstuderende associationen mellem et højt niveau af oplevet stress og social interaktion, herunder om sammenhængen var forskellig, afhængigt af om den sociale interaktion foregik ansigt til ansigt eller via sociale medier. I studiet blev al online interaktion samt ansigt til ansigt-kommunikation (sidstnævnte gennem Bluetooth teknologi) registreret gennem 3 måneder. Studiet finder, at deltagere med et højt oplevet stressniveau ved studiets start har en højere frekvens af opkald og beskeder og er mere tilbøjelige til at indgå i et større opkalds- og beskednetværk, end deltagere med et relativt lavt niveau af oplevet stress. Ifølge forfatterne bag studiet er mulige forklaringer bag denne association, at studerende, som oplever stress, søger social støtte gennem deres netværk, eller at det kan være stressende at vedligeholde et stort socialt netværk via sin smartphone. Studiet finder desuden, at de yngste studerende, som oplever en høj grad af stress, er mindre tilbøjelige til at mødes med venner ansigt til ansigt. Disse resultater tyder på, at kontaktmønsteret og balancen mellem online og offline kommunikation kan variere afhængigt af unges stressniveau (Dissing et al., 2019). Murdock et al. (2015) har på tilsvarende vis fokus på betydningen af, hvorvidt social interaktion foregår online eller ansigt til ansigt.

I et tværsnitsstudie blandt 142 universitetsstuderende undersøgte forskerne, hvordan co-rumination (dvs. omfattende refleksion over problemer med fokus på negative følelser sammen med jævnaldrende) påvirkede sammenhængen mellem oplevet stress og velbefindende. Studiet finder, at oplevet stress er associeret med lavere velbefin-

dende blandt dem, som rapporterede højere niveauer af co-rumination via deres telefon, mens co-rumination, der foregik ansigt til ansigt, ikke havde betydning for sammenhængen mellem stress og velbefindende (Murdock et al., 2015). Således tyder resultaterne på, at en adfærd kan have forskellig betydning for oplevelsen af stress, afhængigt af om det foregår online eller offline

Samlet set peger den inkluderede litteratur på en sammenhæng mellem brug af sociale medier, herunder medier målrettet kortfattet, hurtig kommunikation og en højere grad af stress, men der er også studier, der ikke finder en signifikant sammenhæng, ligesom online gaming ikke umiddelbart medfører stress. Hertil kommer, at enkelte studier indikerer, at typen, formålet med brugen, samt hvordan medierne bruges kan have betydning for associationen mellem stress og brug af digitale medier.

2.2.2.2 Sammenhængen mellem afhængighed af digitale medier og oplevet stress

10 af de inkluderede studier beskæftiger sig med sammenhængen mellem afhængighed eller problematisk brug af digitale medier og oplevet stress. 7 studier er baserede på tværsnitsdata (Atroszko et al., 2018; Balcerowska et al., 2022; Canale et al., 2019; Dailey et al., 2020; Maia et al., 2020; Moudiab & Spada, 2019; Ramón-Arbués et al., 2021), mens 3 studier er baserede på longitudinelle data (Brailovskaia et al., 2018; Brailovskaia & Margraf, 2017; Zhao & Lapierre, 2020). Studierne har fokus på forskellige typer af afhængighed: 3 studier undersøger sammenhængen mellem Facebook-afhængighed og stress (Atroszko et al., 2018; Brailovskaia et al., 2018; Brailovskaia & Margraf, 2017), mens 2 studier fokuserer på afhængighed af sociale medier generelt (Balcerowska et al., 2022; Dailey et al., 2020). 2 studier har fokus på internetafhængighed (Maia et al., 2020; Ramón-Arbués et al., 2021a), og 2 studier har fokus på afhængighed af computerspil (Canale et al., 2019; Moudiab & Spada, 2019). Endelig ser et enkelt studie på problematisk smartphonebrug (Zhao & Lapierre, 2020). Bortset fra ét studie, der er vurderet som stærkt (Brailovskaia & Margraf, 2017), og 3 studier, der fik en moderat kvalitetsvurdering (Atroszko et al., 2018; Brailovskaia et al., 2018; Zhao & Lapierre, 2020), er de resterende 6 studier klassificeret som svage i den samlede kvalitetsvurdering.

Af de 3 studier, der undersøger sammenhængen mellem oplevet stress og afhængighed af Facebook, blev ét studie vurderet som stærkt i kvalitetsvurderingen, mens de to andre studier blev karakteriseret som værende af moderat kvalitet. Et tysk longitudinelt studie blandt 179 tyske universitetsstuderende finder, at Facebook-afhængighed tyder på at være en risikofaktor for oplevet stress, depression og angst. Data blev indsamlet ved studiestart og igen efter et år, og kan således bidrage til at belyse årsagsretningen mellem Facebook-afhængighed og stress. Studies resultater tyder på at afhængighed af Facebook kan lede til højere oplevet stress (Brailovskaia & Margraf, 2017). I et senere studie finder Brailovskaia et al. (2018) i et tysk kohorte studie blandt 122 universitetsstuderende igen en association imellem daglig stress og

Facebook-afhængighed (Brailovskaia et al., 2018). Tilsvarende finder et tværsnitsstudie blandt 1.157 polske universitetsstuderende, at Facebook-afhængighed er associeret med højere oplevet stress, lavere søvnkvalitet og i øvrigt dårligere selv vurderet h

Foruden Facebook-afhængighed, finder 2 tværsnitsstudier, at afhængighed af sociale medier generelt er associeret med højere oplevet stress. I et polsk tværsnitsstudie blandt 1.009 polske universitetsstuderende var afhængighed af sociale medier positivt associeret med stress, selv efter, at der var taget højde for Facebook-afhængighed (Balcerowska et al., 2022). På tilsvarende vis finder et amerikansk tværsnitsstudie blandt 290 universitetsstuderende, at afhængighed af sociale medier er associeret med oplevet stress. Desuden viser studiet, som tidligere beskrevet, en association imellem afhængighed af sociale medier og tilbøjelighed til at sammenligne sig med andre (Dailey et al., 2020).

2 studier fokuserer på internetafhængighed og finder en association mellem internetafhængighed og oplevet stress. Det ene studie er et tværsnitsstudie blandt 503 portugisiske universitetsstuderende (Maia et al., 2020), og det andet studie er et tværsnitsstudie blandt 698 universitetsstuderende (Ramón-Arbués et al., 2021). I begge studier defineres internetafhængighed som tvangsmæssig brug (*compulsory use*) af internettet, som medfører betydelig svækkelse (*significant impairment*) af funktioner og/eller adfærd i andre områder, fx psykisk velbefindende. Begge studier finder således, at afhængighed af internettet er associeret med stress. Ramón-Arbués et al. (2021) fandt desuden associationer mellem afhængighed af internettet og alkoholindtag, angst og lav social støtte.

I et longitudinelt studie baseret på spørgeskemaundersøgelser til 222 amerikanske universitetsstuderende foretaget to gange med et års mellemrum undersøgte Zhao & Lapierre (2020) sammenhængen mellem problematisk smartphonebrug og stress. Forskerne forstår "problematisk smartphonebrug" som udtryk for dysfunktionel coping [*maladaptive coping*] med fx stress. De finder, at stress både er associeret med brug af smartphones til personlig kommunikation og med brug af smartphones til sociale medier. Samtidig finder studiet, at problematisk smartphonebrug især forstærker stressniveauet hos personer, der i forvejen oplever megen stress. Ydermere peger studiet på, at oplevet stress kan være en del af årsagskæden mellem problematisk smartphonebrug og udvikling af depression (Zhao & Lapierre, 2020). Studiet viser således, at problematisk smartphonebrug kan forstærke oplevelsen af stress, og at sammenhængen mellem problematisk smartphonebrug og depression kan gå igennem oplevelsen af stress.

Canale et al. (2019) undersøger sammenhængen mellem online gaming, herunder afhængighed, og oplevet stress i et italiensk tværsnitsstudie blandt 605 personer, som spillede computer minimum en halv time ugentligt, og som havde besvaret et spørgeskema. Studiet finder, at oplevet stress er associeret med risiko for afhængighed af online spil, men også, at psykologisk resiliens (dvs. modstandskraft) kan afbøde noget af sammenhængen (Canale et al., 2019). Tilsvarende finder et tværsnitsstudie

blandt 64 engelske universitetsstuderende en association imellem bl.a. afhængighed af online gaming og oplevet stress (Moudiab & Spada, 2019). Forskerne anvender WHO's definition på Internet Gaming Disorder, som beskriver afhængighed som udtrykt ved individets fortsatte brug (af gaming) på trods af oplevede negative konsekvenser. Samme studie fandt desuden en sammenhæng mellem problematisk internetbrug og gaming afhængighed, hvilket kan indikere, at disse typer af adfærd er knyttet til hinanden.

Samlet set peger de inkluderede studier på, at unges brug af digitale medier kan associeres med stress. Særligt problematisk er det for unge, som oplever afhængighed af digitale medier, og sammenhængen er ikke afhængig af typen af digitale medier, som er undersøgt.

2.2.2.3 Digitalt mediebrug, oplevet stress og stresshåndtering

Generelt er de inkluderede studier om digitalt mediebrug og oplevet stress kendetegnet ved at være tværsnitsstudier, hvilket betyder, at det ikke med sikkerhed er muligt at afgøre årsagsretningen og dermed heller ikke, hvorvidt digitalt mediebrug påvirker graden af oplevet stress blandt de unge, eller om det er oplevet stress, der fører til et højere forbrug af digitale medier, fx som stresshåndtering. Kun ganske få af de inkluderede studier fokuserer eksplicit på digitale medier som en form for stresshåndtering eller undvigelsesmanøvre (Brailovskaia et al., 2020; Brown & Kuss, 2020; W. Li et al., 2015). Et andet studie adresserer digitale medier som kilde til støtte ved daglig stress (Brailovskaia et al., 2019). Af disse studier er 2 studier baseret på kvantitative tværsnitsdata (Brailovskaia et al., 2019, 2020), mens et studie er baseret på mixed methods med afsæt i kvalitative data (Li et al., 2015). De 2 kvantitative studier er vurderet som svage i den samlede kvalitetsvurdering, mens mixed methods studiet vurderes som moderat.

I et tysk tværnitstudie blandt 485 nuværende og tidligere universitetsstuderende fokuserer Brailovskaia et al. (2020) på unges bevæggrunde til at anvende online sociale medier. Studiets resultater indikerer, at sammenhængen mellem unges brug af sociale medier og oplevet stress kan afhænge af årsagen til den digitale mediebrug. Brailovskaia et al. (2020) finder således en signifikant association mellem oplevelse af stress i dagligdagen og anvendelse af sociale medier med det formål at forsvinde ind i en online verden for at undslippe negative følelser og offline oplevelser. Til gengæld er andre formål såsom informationssøgning og social interaktion ikke signifikant associeret med oplevet stress, og sammenhængen mellem oplevet stress og tilflugt i en online verden er ganske svag, når der tages højde for andre faktorer såsom alder, køn, angst og depression.

I et eksplorativt kvalitativt studie blandt 27 amerikanske studerende, der identificerede sig selv som intensive internetbrugere, brugte mere end 25 timer om ugen på ikke skole- eller jobrelateret aktivitet og rapporterede internetrelaterede psykosociale

problemer eller helbredsproblemer undersøger Li et al. (2015), hvad der får unge til at bruge meget tid på internettet. Gennem brug af fokusgruppeinterviews finder dette studie, at følelser såsom stress, kedsomhed, tristhed og depression var almindelige udlødere af brug af sociale medier (Li et al., 2015). I tråd med Brailovskaia et al.'s (2020) studie finder Li et al. (2015) også, at studerende kan bruge internettet som en form for overspringshandling, når de keder sig i studietiden. På tilsvarende vis finder Brown & Kuss (2020) i den kvalitative del af deres mixed methods studie, at sociale medier bruges som middel til at undgå at tænke på, hvad der sker omkring en, eller til at undgå svære situationer.

Brailovskaia et al. (2019) finder i et tidligere tværsnitsstudie blandt 309 tyske universitetsstuderende, som bruger Facebook, at daglig stress er associeret med både intensitet af Facebook brug og tendens til Facebook-afhængighed. Studiet konkluderer imidlertid også, at studerende, der oplever lav social støtte fra deres offline sociale netværk, muligvis er mere tilbøjelige til at øge deres brug af Facebook, når de føler sig stressede i det daglige, end det er tilfældet for studerende, der oplever en høj grad af støtte fra deres offline sociale netværk. Studiet finder desuden, at unge, der oplever en høj grad af online support via Facebook, er mere tilbøjelige til at opleve en højere grad af Facebook-afhængighed (Brailovskaia et al., 2019). Studiet indikerer således, at sociale medier også kan blive brugt i søgen på støtte ved oplevet stress i dagligdagen. Et perspektiv på øget online social interaktion blandt stressede studerende, der også diskuteres i det tidligere omtalte longitudinelle studie af Dissing et al. (2019).

Det er vanskeligt at drage en generel konklusion om, hvordan og i hvilken grad digitale medier bruges som stresshåndtering på baggrund af det meget begrænsede antal inkluderede studier med fokus på dette område. Dog indikerer de inkluderede studier, at digitale mediebrug dels kan udløses af stress og bruges af de unge til at undslippe ubehagelige følelser i dagligdagen, men også til at søge støtte blandt online relationer, når man føler sig stresset.

2.2.3 Digitalt mediebrug og stresssymptomer

Vi har identificeret i alt 5 videnskabelige artikler, som belyser sammenhængen mellem brug af digitale medier og stresssymptomer målt som fx kortisolniveau og kardiovaskulær respons.

5 studier undersøger sammenhængen mellem digitale medier og stresssymptomer. Heraf er der et tværsnitsstudie (Nabi et al., 2016), et observationsstudie af unge deltagere i en online gaming turnering (Schmidt et al., 2020), og 3 studier, som anvender et eksperimentelt design (Bibbey et al., 2015; Gray et al., 2018; Kaess et al., 2017). I den samlede kvalitetsvurdering er 3 af studierne klassificeret som svage (Gray et al., 2018; Nabi et al., 2016; Schmidt et al., 2020), et er vurderet til moderat (Kaess et al., 2017), og et er vurderet som værende stærkt (Bibbey et al., 2015). Tematisk handler

de inkluderede studier primært om gaming og stresssymptomer (i form af kortisolniveau eller kardiovaskulær respons), men også om, hvordan brug af digitale medier påvirker stressrespons mere generelt.

I et studie blandt 240 amerikanske universitetsstuderende i alderen 18-29 år undersøgte Nabi et al. (2016), hvordan mediebrug påvirker stressniveauet. Blandt de adresserede medier er gaming det eneste medie, der falder inden for denne kortlægningens definition af digitale medier. Undersøgelsen er baseret på en spørgeskemaundersøgelse omkring de unges medievaner og stressniveau samt spytpøver til måling af kortisol (stresshormon) foretaget fire gange over en 2 timers periode. Studiet finder et signifikant højere kortisolniveau blandt de studerende, der bruger mere tid på gaming i dagligdagen. Til trods for dette finder studiet ikke nogen signifikant association mellem gaming og oplevet stress (baseret på survey svar) (Nabi et al., 2016).

Kaess et al. (2017) undersøger i et eksperimentelt studie fra Tyskland psykologisk og neurologisk respons på akut stress blandt unge mænd med diagnosticeret spilafhængighed (gaming disorder). I studiet sammenlignes 24 unge mænd med spilafhængighed med 25 mænd uden spilafhængighed (kontroller), som matcher på køn, alder, uddannelsesstatus og rygning. Inden studiestart besvarede studiets deltagere et spørgeskema, der viste, at mænd med spilafhængighed rapporterer flere symptomer på stress (og herudover også depression og angst) ved studiets start end mænd uden spilafhængighed. Herudover fik deltagerne taget hår- og spytpøver til måling af kortisolniveau. Deltagerne blev herefter udsat for en række stressende begivenheder, hvor de bl.a. skulle gennemføre en række stressende opgaver. Undervejs i eksperimentet blev deltagerens hjerterytme målt løbende, ligesom deltagerne skulle rapportere, hvor stressede de følte sig. Studiet finder en stærkere psykologisk og neurobiologisk reaktion (hjerterytme) på akut stress blandt unge mænd med spilafhængighed sammenlignet med unge mænd uden spilafhængighed. Dog sås ingen signifikant effekt på de unges kortisolniveau (Kaess et al., 2017).

Schmidt et al. (2020) observerede 23 unge gamere, som deltog i en E-sports turnering, mens deres stressrespons og præstation blev logget af forskerne. Spillernes kortisolniveau (stresshormon) blev målt tre gange: før spillet, umiddelbart efter spillet og 30 minutter efter endt spil. Studiet finder som forventet, at det gennemsnitlige kortisolniveau stiger markant i løbet af spillet, men herudover også, at spillernes præstationer er forskellige afhængigt af stressresponsen. De bedste præstationer sås blandt spillere med et lavt til moderat fysisk stressrespons og spændingsniveau (anxiety), mens de næstbedste præstationer sås blandt de spillere, der havde det højeste stressrespons og spændingsniveau. De spillere, der oplevede et fald i kortisolniveauet og spændingsniveauet, præsterede dårligst. Således illustrerer studiet også, at stress over en kortere periode kan være en hjælp til at præstere bedre. Samme studie fandt imidlertid, at spændingsniveau havde den stærkeste effekt på spillernes præstation (Schmidt et al., 2020). I et eksperimentelt studie blandt 26 mandlige medlemmer af et amerikansk universitets E-sportsklub undersøger Gray et al. (2018) lige-

ledes kortisolrespons på gaming blandt unge, der dyrker E-sport. De unges kortisolniveau måles gennem spytprøver før og efter at have spillet computerspillet League of Legends (et multiplayer spil) i 15-27 minutter. Dette studie finder imidlertid ingen påvirkning af spillernes kortisolniveau og tyder således på, at spillet ikke påvirkede de unges stressniveau. Dette fund er uafhængigt af, om de unge spillede mod en computer eller mod reelle modspillere (Gray et al., 2018).

Bibbey et al. (2015) undersøger i et eksperimentelt studie om alkohol- og internetafhængighed (individuel og i kombination) har betydning for biologiske stressreaktioner. I studiet indgik 88 engelske universitetsstuderende, der, baseret på en screening, enten oplevede internetafhængighed, alkoholfafhængighed eller begge dele. Herudover indgik en kontrolgruppe, der ikke var afhængige. De studerende blev udsat for to typer af stress tests, hvor de skulle 1) udføre en række matematiske udregninger og 2) holde 2 taler (2 minutters forberedelse og 4 minutters tale) for to tilhørere. Deltagerne fik målt kardiovaskulær aktivitet og kortisolniveau. Studiet finder en stigning i kardiovaskulær aktivitet og kortisolniveau under eksperimentet for alle deltagere, men ikke nogen signifikant forskel mellem de fire grupper. Studiet indikerer således, at internetafhængighed ikke påvirker den umiddelbare stressreaktion anderledes end blandt unge, der ikke er afhængige af internettet (Bibbey et al., 2015).

Det er vanskeligt at drage en generel konklusion om sammenhængen mellem brug af digitale medier – her primært gaming – og stresssymptomer baseret på de inkluderede studier, da studierne har forskellige formål, og fordi resultaterne ikke er entydige. 2 studier fokuserer på kortisolrespons under gaming og finder modsatte resultater. Et studie finder et højere kortisolniveau blandt gamere sammenlignet med ikke gamere. 2 studier fokuserer på stresssymptomer som følge af et stressende eksperiment blandt hhv. gamere og internetafhængige. Disse studier finder begge en stigning i stresssymptomer i form af kardiovaskulært respons, men hvor det ene studie finder en stigning i kortisol, finder det andet studie ingen stigning. Det ene studie finder desuden, at stressresponsen ikke adskiller sig signifikant fra de ikke internetafhængige deltagere i eksperimentet. Endelig illustrerer et studie, at et (kortvarigt) stressrespons i form af stigning i kortisol kan bidrage til at præstere bedre.

3 Diskussion

Denne rapport består af to separate litteraturreviews omhandlende digitale mediers betydning for hhv. sociale relationer og fællesskaber (A) og stress (B). Litteraturgenemreviewene er foretaget parallelt. I dette kapitel sammenfattes resultaterne for del A og B, og temaer, som går på tværs, diskuteres, Endelig præsenteres metodiske problematikker om fx studiedesign og konceptualisering, som vi er blevet opmærksomme på undervejs i processen, samt forslag til fremtidig forskning på området.

3.1 Sammenfatning af del A

Overordnet set er fundene om sammenhænge mellem digitalt mediebrug og sociale relationer samt fællesskaber for unge i tråd med Kierkegaard et al.'s (2020) fund vedrørende børns sociale relationer og fællesskaber. Der findes således ikke en entydig betydning af digitalt mediebrug.

Litteraturen peger på en bred variation i digitale mediers betydning for unges sociale relationer og fællesskaber og på både positive og negative konsekvenser af digitalt mediebrug for de unges sociale liv. Dette gælder for unges relationer til venner, hvor der ses tendenser til, at unge med meget online interaktion indgår tilsvarende i meget offline interaktion. Omvendt findes det også, at socialt mediebrug kan have negativ effekt på unges offline sociale fællesskaber.

På tværs af studierne fremstår digitalt mediebrug som en væsentlig faktor for, hvordan unge kommunikerer og indgår i kommunikative sociale relationer. Nogle typer medier lader til at øge ensomhed, hvor imod især kommunikationsmedier kan have den modsatte effekt.

Brugen af digitale medier har ligeledes varierende effekt på unges familierelationer. Nogle typer digital kommunikation tyder på at have en positiv effekt på graden af tilknytning og nærhed i disse relationer, hvorimod faktorer som problematisk brug af mobiltelefoner tyder på at have negative effekter på tilknytning og selvstændighed.

For gaming har der ligeledes vist sig positive og negative effekter. Især med fokus på covid-19, hvor social kontakt har været begrænset, har gaming vist sig at kunne vedligeholde offline sociale fællesskaber. Gaming indeholder således et potentiale for at indgå i sociale fællesskaber, som understøtter eksisterende fællesskaber. Imidlertid associerer bl.a. amerikanske studier gaming med negative konsekvenser for gamerens sociale relationer – dog uden at forbinde gaming med social isolation.

I forhold til Kierkegaard et al. (2020) forandrer digitalt mediebrugs betydning for venskaber og familierelationer sig, i takt med at børn bliver til unge. Nye muligheder for

at interagere indgår i de fleste unges liv, og for nogle unge medfører det negative konsekvenser i forhold til at udvikle eller vedligeholde venskaber. Det samme gælder for gaming, som forbliver et vigtigt socialt redskab i nogle unges liv, men hvor risikoen for at opleve negative konsekvenser også bliver større i takt med nye (lovlige) muligheder for at deltage i risikovillige aktiviteter såsom online gambling, samtidig med at forældre begrænser eller ophører med at sætte rammer for unges online aktiviteter.

Studier pegede også på nye områder, som ikke har været relevante for børn. Dele af den inkluderede litteratur peger på, at digitale medier spiller en rolle for nogle unges intime relationer. Brugen af såkaldte hookup apps er associeret med forskellige opfattelser af, hvad der udgør et sundt forhold. Studierne peger på en tendens til, at unge, der bruger "hookup-apps", i højere grad undgår faste parforhold. Samtidig har unge i parforhold tendens til bedre kommunikation og overordnet forholdskvalitet med højere computermedieret kommunikation. Omvendt kan cyber-datingpraksisser have modsatte effekter på etablerede parforhold.

Socialt mediebrug kan også have effekt på unges forhold til samfundsengagement og frivillighed. Unge, der tillægger sociale medier stor betydning, har tendens til at tillægge frivillighed mindre værdi.

Samlet set kan socialt mediebrug altså både medføre positive effekter på sociale relationer og fællesskaber for unge i alderen 16-24 år, men ligeledes lede til utilsigtede negative konsekvenser. De inkluderede studier peger dog i retning af, at kultur, hvor sociale medier fylder meget, er kommet for at blive – især i ungdomskulturen.

3.2 Sammenfatning af del B

Samlet set tyder de inkluderede studier på en sammenhæng mellem brug af forskellige typer af digitale medier og de aspekter af stress, der er medtaget i denne kortlægning: Stressorer, oplevet stress, mens sammenhængen er mindre entydig i forhold til stresssymptomer i form af kortisolniveau og kardiovaskulær respons.

Overordnet set peger de inkluderede studier om potentielle stressorer på en association mellem digitale medier og en højere oplevelse af FOMO, ønske om at høre til og en lavere følelse af social forbundenhed, samt en tendens til hyppigt at sammenligne sig med andre. Dette er forhold, som kan være knyttet til dårligere mental sundhed. På baggrund af de inkluderede studier er det dog ikke muligt at drage kausale konklusioner om, hvorvidt digitalt mediebrug fører til de potentielle stressorer, eller om oplevelsen af stressorerne fører til større brug af sociale medier, da resultaterne primært er baseret på tværsnitsdata frem for eksempelvis på longitudinelle data eller RCT.

Overordnet set peger de inkluderede studier om selvoplevet stress på en sammenhæng mellem brug af digitale medier og en højere grad af oplevet stress. Der er dog

også studier, der ikke finder en signifikant sammenhæng eller indikerer, at typen, formålet med brugen, samt hvordan medierne bruges, kan have betydning for associationen mellem stress og brug af digitale medier. Hvordan og i hvilken grad digitale medier bruges som stresshåndtering, er vanskeligt at konkludere, men der ses en tendens til, at brug af digitale medier dels kan udløses af stress og bruges af de unge til at undslippe ubehagelige følelser i dagligdagen, men også til at søge støtte blandt online relationer, når man føler sig stresset. Som nævnt tidligere, giver resultater primært baseret på tværsnitsdata begrænsninger i forhold til at konkludere, hvorvidt oplevet stress fører til digitalt mediebrug eller omvendt.

I forhold til digitalt mediebrug og stresssymptomer i form af kortisol og kardiovaskulær respons er det mere vanskeligt at drage en generel konklusion om sammenhængen, da de inkluderede studier bl.a. som følge af forskellige studiedesign frembringer forskellige resultater. To studier fokuserer på kortisolrespons under gaming og finder modsatte resultater. Et studie finder et højere kortisolniveau blandt gamere sammenlignet med ikke gamere. To studier fokuserer på stresssymptomer som følge af et stressende eksperiment blandt hhv. gamere og internetafhængige. Disse studier finder begge en stigning i stresssymptomer i form af kardiovaskulær respons, men hvor det ene studie finder en stigning i kortisol, finder det andet studie ingen stigning. Det ene studie finder desuden, at stressrespons ikke adskiller sig signifikant mellem de unge, som har internetafhængighed, og de unge, som ikke har. Endelig illustrerer et enkelt studie, at en kortvarig stressrespons i form af stigning i kortisol kan bidrage til, at unge præsterer bedre.

3.3 Tværgående temaer

På tværs af de to litteraturreviews (for hhv. sociale relationer/fællesskaber og stress) samt de herunder identificerede emner er der en række temaer, som går på tværs.

Det er kendetegnende for mange af de inkluderede studier, at de ud over at adressere digitale medier og stress også adresserer (samspillet med) andre aspekter af mental sundhed og eller personlighedstræk. Stress betragtes således ofte som et blandt flere tegn på mistrovsel eller ringe mental sundhed, fx indgår depression, angst, ensomhed og tilfredshed ofte i de inkluderede studier. Hvilket betyder, at mange studier har et bredere fokus på sammenhængen mellem digitale medier og mental sundhed, hvoraf der i denne rapport alene fokuseres på de parametre, som er en del af undersøgelsesformålet. Tendens er dog også, at de forskellige trivselsmål går i samme retning.

Der er desuden mange af de inkluderede studier, som adresserer personlighedstræk som en del af årsagssammenhængen mellem digitale medier og stress eller afsøger,

om sammenhængen varierer på baggrund af bestemte personlighedstræk som fx ekstroversion, neuroticisme, samvittighedsfuldhed, åbenhed og venlighed. Dette er temaer, som det kan overvejes at gå nærmere ind i i forbindelse med fremtidige studier.

I modsætning til rapporten fra 2020 omhandlende digitalt mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt børn og unge (Kierkegaard et al., 2020) er køn og alder ikke blandt de fremtrædende tværgående temaer. Om end der er nogle af de inkluderede studier, som peger på kønsforskelle, er det de færreste, som har fokuseret på dette. Tilsvarende gør sig gældende for alder. En række andre temaer er dog i tråd med den tidligere rapport, inkl. sammenhængen mellem fænomenerne popularitet og social positionering, som optræder på tværs af A- og B-delen af rapporten. Social positionering er associeret med unges mediebrug i A-delen, da sociale medier fx bruges til at positionere sig i forhold til jævnaldrende og bredere netværk, samtidig med at social positionering er relateret til at sammenligne sig med andre og FOMO. Temaer, som også optræder i B-delen af rapporten og er associeret med stress.

De fleste tematikker identificeret i relation til digitale medier er forhold og processer, som også eksisterer forud for og sideløbende med digitale medier. For eksempel kampen om popularitet, frygten for at gå glip af noget, ønsket om at høre til og forskellige processer og kommunikationsformer i fællesskaber med jævnaldrende. Der er dog flere studier, som tyder på, at digitale medier kan ændre nogle af disse processer – når fx online kommunikation og fællesskaber får en større betydning, kan det både styrke offline fællesskaber og øge frygten for at gå glip af noget, når det altid er muligt at komme i kontakt med jævnaldrende samt se, hvad de foretager sig via digitale platforme. Yderligere er kampen om popularitet og social positionering tydeligere, når den foregår på sociale medier (hvor fx likes og kommentarer på opslag og billeder kan have stor betydning for de unge), end når den foregår i offline arenaer. Sociale medier og platforme, som er billedbaserede, kan desuden øge sammenligning med andre og påvirke kropstilfredshed blandt unge. Det er også vigtigt at pointere, at de inkluderede studier både tyder på positive og negative effekter af digitale medier i forhold til sociale relationer, fællesskaber og oplevet stress.

3.4 Metodiske overvejelser

En styrke ved dette litteraturreview er den systematiske tilgang til identifikationen af relevante studier, inkl. den systematiske søgestrategi, screening og opsummering af de relevante kriterier. Alle inkluderede studier, kvalitative såvel som kvantitative, er ligeledes kvalitetsvurderede ud fra validerede og standardiserede værktøjer. Det valgte kvalitetsvurderingsværktøj for kvantitative studier, som også anvendtes af Kierkegaard et al. (2020), har dog givet visse udfordringer, idet værktøjet stammer fra en sundhedsfaglig tradition og således måler studiedesignene op imod et ideal om kontrollerede, randomiserede designs.

Størstedelen af de inkluderede studier er vurderet som havende en svag samlet kvalitet. Den hyppigste årsag til denne vurdering er en svag vurdering af parametrene relateret til studiedesign og selektionsbias. Feltstudier, eksperimenter uden kontrolgruppe etc. bliver jf. kvalitetsvurderingsværktøjet automatisk karakteriseret som et svagt design, uafhængigt af hvor velgennemført det er. Dette forhold er værd at have in mente, når vi i dette systematiske litteraturreview har valgt at rapportere resultater fra samtlige studier uafhængigt af deres kvalitetsvurdering. For at fremme gennemsigtigheden i vores vurdering har vi vedlagt den fulde kvalitetsvurdering. Læsere kan således selv se, hvordan hvert enkelt parameter er vurderet for både de kvalitative og kvantitative artikler. Kvalitetsvurderingen er indsat i Bilag 5 og Bilag 6.

Metodologiske begrænsninger, som skal fremhæves, vedrører problemer med generalisering og selektionsbias. Mange af studiepopulationerne består udelukkende af universitetsstuderende, oftest samlet på ét enkelt (ofte amerikansk) universitet, ligesom der i mange studier deltager flere kvinder end mænd. Disse begrænsninger gør det vanskeligt at generalisere fund til andre populationer (fx unge på danske erhvervsuddannelser eller unge, som ikke er i uddannelse). Samtidig rekrutterer mange studier respondenter via online annoncer eller lignende, hvorfor det ikke er muligt at udregne besvarelsesprocent eller vurdere, om der er systematisk forskel på dem, som vælger at deltage i en undersøgelse, og dem, som fravælger at deltage. Det er sandsynligt, at der er sket en selvseleksion af respondenter i disse studier, som potentielt kan have haft betydning for studieresultaterne.

Langt de fleste inkluderede studier er tværsnitstudier, hvor eksponering og udfaldsmål er målt samtidigt. Det betyder, at det ikke med sikkerhed er muligt at drage konklusioner om årsagsretning/kausaltitet – dvs. hvorvidt digitalt mediebrug fører til påvirkning af sociale relationer og stress, eller om det er de sociale relationer eller stress, der påvirker den digitale mediebrug. På baggrund af litteraturreviewet kan vi således fortrinsvist redegøre for associationer, frem for kausale årsagssammenhænge. Det er sandsynligt, at mange af de sammenhænge, som vi har beskrevet i del A og B, i nogen grad bevæger sig i begge retninger.

En yderligere begrænsning er, at mange af studierne grundet deres design vurderes som havende en svag kvalitet, dette skyldes ikke kun de før nævnte begrænsninger ved værktøjet til vurdering, men også, at størstedelen af de inkluderede studier er tværsnitstudier med kortfattede metodebeskrivelser, små (selektede) studiepopulationer og mangelfuld kontrol for confounding. Desuden er der inkluderet ganske få kvalitative studier (7 studier i A-delen og 1 studie i B-delen), hvilket betyder, at den dybdegående forståelse for mekanismer og kompleksitet i de undersøgte sammenhænge er begrænset, ligesom en række nuancer forbliver underbelyste.

Undersøgelsen fokuserer på digitale medier, sociale relationer, fællesskaber og stress, som alle er omfattende områder, der er vanskelige at afgrænse, og som kan måles og konceptualiseres forskelligt. Digitalt mediebrug måles således på forskellige måder i de inkluderede studier. Eksempelvis varierer de inkluderede aktiviteter (fx

gaming, tid brugt på Facebook, opkald til familiemedlemmer), og hvorvidt der kvantificeres på fx samlet tid brugt på en bestemt platform eller digital enhed, antal venner eller posts på Instagram. Tilsvarende kan sociale relationer og fællesskaber dække over mange forskellige områder, hvorfor de sammenhænge, der findes mellem digitalt mediebrug og sociale relationer og fællesskaber, kan afhænge af, hvorvidt der fokuseres på romantiske relationer, venskaber eller forholdet til ens forældre. Dette vanskeliggør mulighederne for at drage samlede konklusioner på tværs af studierne.

Tilsvarende er stress et omfattende forskningsområde, som både konceptualiserer og måler stress på forskellige måder. For at opnå et stærkere sammenligningsgrundlag på tværs af studier er der behov for en ensretning i både konceptualiseringen, målemetode og udfaldsmål. Bilag 3 og 4, som opsummerer de inkluderede studier, giver et overblik over de forskellige definitioner og målemetoder, som er anvendt på tværs af studierne (se fx kolonnerne med eksponerings- og udfaldsmål).

I dette systematiske litteraturreview er der, for at opnå en overkommelig afgrænsning, ikke søgt på stresssymptomer som fx hovedpine, hjertebanken eller manglende appetit, hvilket kan betyde, at vi har overset studier, som har belyst sammenhængen mellem digitale medier og specifikke stresssymptomer.

3.5 Anbefalinger til fremtidig forskning

Formålet med dette systematiske litteraturreview har været at kortlægge eksisterende viden om, hvilken betydning digitalt mediebrug har for unges sociale relationer, fællesskaber og stress.

Fremtidige undersøgelser kan med fordel efterstræbe studiedesign, der giver bedre muligheder for at belyse årsagssammenhænge/kausaltet – fx kohorte studier med lang opfølgningstid eller RCT-studier. Samtidig vil nuancerede kvalitative undersøgelser af digitale medier evt. i et brugerperspektiv kunne bidrage med viden om betydningen af forskellige typer af digital adfærd for unges sociale relationer, fællesskaber og stress.

Studierne i denne rapport tyder på, at associationerne bl.a. afhænger af formålet med digitalt mediebrug, typen af medie/platform samt formålet med og typen af den kommunikation/sociale interaktion, der undersøges. Stærke kvalitative studier kan bidrage til en dybere forståelse af disse områder.

Det er også nødvendigt at øge inklusionen af unge uden for et universitets- og/eller undervisningsmiljø, det er således også relevant med andre populationer. Tilsvarende vil flere studier fra skandinaviske lande gøre det lettere at konkretisere resultaterne til en dansk kontekst.

I dette systematiske litteraturreview er det desuden blevet tydeligt, at mange studier beskæftiger sig med beslægtede områder til stress og digitalt mediebrug. Stress er en type af mistrivsel, men er tæt relateret til andre aspekter af mentalt helbred som fx depression, livstilfredshed og ensomhed. Disse aspekter vil også være relevante at belyse for at opnå en dybere forståelse for, hvilke implikationer unges brug af digitale medier kan have for trivsel og mental sundhed generelt.

Endelig vil vi fremhæve en forekomst af studier, der fokuserer på digitale platforme, som har til formål netop at fremme mental sundhed, forebygge stress og/eller bidrage til behandling af mistrivsel og psykisk sygdom blandt unge. Denne type af digitalt mediebrug kan formodes at have en positiv effekt på unges sociale relationer, evner og overskud til at indgå i fællesskaber samt deres stressniveau. Disse studier er ikke inkluderet i dette litteraturreview, da intervention og udfaldsmål teknisk set er de samme. Vi vurderer imidlertid, at det vil være relevant at undersøge denne type studier i fremtidige litteraturstudier.

Litteratur

- Aalbers, G., McNally, R. J., Heeren, A., de Wit, S., & Fried, E. I. (2019). Social media and depression symptoms: A network perspective. *Journal of Experimental Psychology: General*, *148*(8), 1454–1462. <https://doi.org/10.1037/xge0000528>
- Alhujaiili, A., Karwowski, W., Wan, T. T. T. H., & Hancock, P. (2020). Affective and stress consequences of cyberbullying. *Symmetry*, *12*(9), 1–25. <https://doi.org/10.3390/SYM12091536>
- Andersson, Y. (2020). *Unga, medier och psykisk ohälsa*. Stockholm: Statens Medieråd.
- Andersson, Y. (2021). *Ungar & medier 2021: En statistisk undersökning av ungas medievanor och attityder till medieanvändning*. Stockholm: Statens Medieråd.
- Apaolaza, V., Hartmann, P., D'Souza, C., & Gilsanz, A. (2019). Mindfulness, compulsive mobile social media use, and derived stress: The mediating roles of self-esteem and social anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *22*(6), 388–396. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0681>
- Armijo-Olivo, S., Stiles, C. R., Hagen, N. A., Biondo, P. D., & Cummings, G. G. (2012). Assessment of study quality for systematic reviews: A comparison of the Cochrane Collaboration Risk of Bias Tool and the Effective Public Health Practice Project Quality Assessment Tool: Methodological research. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, *18*(1), 12–18. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2753.2010.01516.x>
- Atroszko, P. A., Balcerowska, J. M., Bereznowski, P., Biernatowska, A., Pallesen, S., & Schou Andreassen, C. (2018). Facebook addiction among Polish undergraduate students: Validity of measurement and relationship with personality and well-being. *Computers in Human Behavior*, *85*, 329–338. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.001>
- Badoer, E., Hollings, Y., & Chester, A. (2021). Professional networking for undergraduate students: a scaffolded approach. *Journal of Further and Higher Education*, *45*(2), 197–210. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2020.1744543>
- Baker, Z. G., Krieger, H., & LeRoy, A. S. (2016). Fear of missing out: Relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms. *Translational Issues in Psychological Science*, *2*(3), 275–282. <https://doi.org/10.1037/tps0000075>
- Balcerowska, J. M., Bereznowski, P., Biernatowska, A., Atroszko, P. A., Pallesen, S., & Andreassen, C. S. (2022). Is it meaningful to distinguish between Facebook addiction and social networking sites addiction? Psychometric analysis of

- Facebook addiction and social networking sites addiction scales. *Current Psychology*, 41(2), 949–962. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00625-3>
- Baldwin-White, A., & Gower, K. (2021). Influence of social media on how college students perceive healthy relationships and consent. *Journal of American College Health*, 0(0), 1–9. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1927049>
- Bengtsson, T. T., Bom, L. H., & Fynbo, L. (2021). Playing apart together: Young people's online gaming during the COVID-19 lockdown. *Young*, 29(4_suppl), 65–80. <https://doi.org/10.1177/11033088211032018>
- Bergagna, E., & Tartaglia, S. (2018). Self-esteem, social comparison, and facebook use. *Europe's Journal of Psychology*, 14(4), 831–845. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1592>
- Berne, S., & Frisé, A. (2020). *Utsatt på internet: En internationell forskningsöversikt om nätmobbning bland barn och unga*. Stockholm: Statens medieråd.
- Bettany-Saltikov, J., & McSherry, R. (2016). *How To Do a Systematic Literature Review in Nursing: A Step-By-Step Guide* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). "I don't want to miss a thing": Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.083>
- Bibbey, A., Phillips, A. C., Ginty, A. T., & Carroll, D. (2015). Problematic Internet use, excessive alcohol consumption, their comorbidity and cardiovascular and cortisol reactions to acute psychological stress in a student population. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 44–52. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.006>
- Błachnio, A., & Przepiórka, A. (2018). Facebook intrusion, fear of missing out, narcissism, and life satisfaction: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, 259, 514–519. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.11.012>
- Blight, M. G., Jagiello, K., & Ruppel, E. K. (2015). "Same stuff different day:" A mixed-method study of support seeking on Facebook. *Computers in Human Behavior*, 53, 366–373. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.029>
- Boyle, A. M., & O'Sullivan, L. F. (2016). Staying connected: Computer-mediated and face-to-face communication in college students' dating relationships. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(5), 299–307. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0293>

- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2017). Facebook Addiction Disorder (FAD) among German students—A longitudinal approach. *PLoS ONE*, *12*(12), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0189719>
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2018). What does media use reveal about personality and mental health? An exploratory investigation among German students. *PLoS ONE*, *13*(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0191810>
- Brailovskaia, J., & Margraf, J. (2020). Decrease of well-being and increase of online media use: Cohort trends in German university freshmen between 2016 and 2019. *Psychiatry Research*, *290*. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113110>
- Brailovskaia, J., Rohmann, E., Bierhoff, H. W., Schillack, H., & Margraf, J. (2019). The relationship between daily stress, social support and Facebook Addiction Disorder. *Psychiatry Research*, *276*, 167–174. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.05.014>
- Brailovskaia, J., Schillack, H., & Margraf, J. (2020). Tell me why are you using social media (SM)! Relationship between reasons for use of SM, SM flow, daily stress, depression, anxiety, and addictive SM use – An exploratory investigation of young adults in Germany. *Computers in Human Behavior*, *113*(July), 106511. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106511>
- Brailovskaia, J., Teismann, T., & Margraf, J. (2018). Physical activity mediates the association between daily stress and Facebook Addiction Disorder (FAD) – A longitudinal approach among German students. *Computers in Human Behavior*, *86*, 199–204. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.045>
- Brown, G., Manago, A. M., & Trimble, J. E. (2016). Tempted to Text: College Students' Mobile Phone Use During a Face-to-Face Interaction With a Close Friend. *Emerging Adulthood*, *4*(6), 440–443. <https://doi.org/10.1177/2167696816630086>
- Brown, L., & Kuss, D. J. (2020). Fear of missing out, mental wellbeing, and social connectedness: A seven-day social media abstinence trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(12), 1–18. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124566>
- Buglass, S. L., Binder, J. F., Betts, L. R., & Underwood, J. D. M. (2017). Motivators of online vulnerability: The impact of social network site use and FOMO. *Computers in Human Behavior*, *66*, 248–255. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.055>
- Burnell, K., George, M. J., Vollet, J. W., Ehrenreich, S. E., & Underwood, M. K. (2019). Passive social networking site use and well-being: The mediating roles of social comparison and the fear of missing out. *Cyberpsychology*, *13*(3). <https://doi.org/10.5817/CP2019-3-5>

- Canale, N., Marino, C., Griffiths, M. D., Scacchi, L., Monaci, M. G., & Vieno, A. (2019). The Association Between Problematic Online Gaming and Perceived Stress: the Moderating Effect of Psychological Resilience. *Journal of Behavioral Addictions, 8*(1), 174–180. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.01>
- Carlquist et al. (2019). Streams of fun and cringe: Talking about Snapchat as mediated affective practice. *Subjectivity, 12*, 228–246. <https://doi.org/10.1057/s41286-019-00074-9>
- Casale, S., Rugai, L., & Fioravanti, G. (2018). Exploring the role of positive metacognitions in explaining the association between the fear of missing out and social media addiction. *Addictive Behaviors, 85*, 83–87. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.05.020>
- Coccia, C., & Darling, C. A. (2016). Having the Time of Their Life: College Student Stress, Dating and Satisfaction with Life. *Stress and Health, 32*(1), 28–35. <https://doi.org/10.1002/smi.2575>
- Dai, M. (2021). Examine the associations between smartphone hookup application uses and sexual health and relationship outcomes among college students. *Journal of American College Health, 0*(0), 1–8. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1898406>
- Dailey, S. L., Howard, K., Roming, S. M. P., Ceballos, N., & Grimes, T. (2020). A biopsychosocial approach to understanding social media addiction. *Human Behavior and Emerging Technologies, 2*(2), 158–167. <https://doi.org/10.1002/hbe2.182>
- Danmarks Statistik. (2020). *It-anvendelse i befolkningen 2020*. Danmarks Statistik.
- de Lenne, O., Wittevronghel, L., Vandenbosch, L., & Eggermont, S. (2019). Romantic relationship commitment and the threat of alternatives on social media. *Personal Relationships, 26*(4), 680–693. <https://doi.org/10.1111/per.12299>
- Décieux, J. P., Heinen, A., & Willems, H. (2019). Social media and its role in friendship-driven interactions among young people: A mixed methods study. *Young, 27*(1), 18–31. <https://doi.org/10.1177/1103308818755516>
- Dissing, A. S., Jørgensen, T. B., Gerds, T. A., Rod, N. H., & Lund, R. (2019). High perceived stress and social interaction behaviour among young adults: A study based on objective measures of face-to-face and smartphone interactions. *PLoS ONE, 14*(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218429>
- Dumas, T. M., Maxwell-Smith, M. A., Tremblay, P. F., Litt, D. M., & Ellis, W. (2020). Gaining likes, but at what cost? Longitudinal relations between young adults'

- deceptive like-seeking on instagram, peer belonging and self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 112, 106467. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106467>
- Eklund, L., & Roman, S. (2019). Digital gaming and young people's friendships: A mixed methods study of time use and gaming in school. *Young*, 27(1), 32–47. <https://doi.org/10.1177/1103308818754990>
- Elhai, J. D., Gallinari, E. F., Rozgonjuk, D., & Yang, H. (2020). Depression, anxiety and fear of missing out as correlates of social, non-social and problematic smartphone use. *Addictive Behaviors*, 105. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106335>
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Alghraibeh, A. M., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A., & Hall, B. J. (2018). Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 289–298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.020>
- Elhai, J. D., Sapci, O., Yang, H., Amialchuk, A., Rozgonjuk, D., & Montag, C. (2021). Objectively-measured and self-reported smartphone use in relation to surface learning, procrastination, academic productivity, and psychopathology symptoms in college students. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 3(5), 912–921. <https://doi.org/10.1002/hbe2.254>
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). The mediating role of appearance comparisons in the relationship between media usage and self-objectification in young women. *Psychology of Women Quarterly*, 39(4), 447–457. <https://doi.org/10.1177/0361684315581841>
- Freytag, A., Knop-Huelss, K., Meier, A., Reinecke, L., Hefner, D., Klimmt, C., & Vorderer, P. (2021). Permanently online-always stressed out? The effects of permanent connectedness on stress experiences. *Human Communication Research*, 47(2), 132–165. <https://doi.org/10.1093/hcr/hqaa014>
- Fynbo, L., Bengtsson, T. T., Bom, L. H., Kjer, M. G., Jensen, K. H., & Hansen, N. N. (2020). *Gaming og gambling blandt børn og unge i Danmark: Børn og unges gaming i hverdagen med fokus på betydningen af gambling-relaterede elementer*. VIVE.
- Garett, R., Liu, S., & Young, S. D. (2017). A longitudinal analysis of stress among incoming college freshmen. *Journal of American College Health*, 65(5), 331–338. <https://doi.org/10.1080/07448481.2017.1312413>
- Gebre, A., & Taylor, R. D. (2022). The association between Facebook use and student involvement: The moderating role of shyness. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 59(1), 1–15. <https://doi.org/10.1080/19496591.2020.1784749>

- Gray, P. B., Vuong, J., Zava, D. T., & McHale, T. S. (2018). Testing men's hormone responses to playing League of Legends: No changes in testosterone, cortisol, DHEA or androstenedione but decreases in aldosterone. *Computers in Human Behavior, 83*, 230–234. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.004>
- Gutiérrez-Puertas, L., Márquez-Hernández, V. V., Gutiérrez-Puertas, V., Granados-Gómez, G., & Aguilera-Manrique, G. (2020). Interpersonal communication, empathy, and stress perceived by nursing students who use social networks. *Journal of Advanced Nursing, 76*(10), 2610–2617. <https://doi.org/10.1111/jan.14494>
- Higgins, J.P.T., Thomas, J., Chandler, J., Cumpston, M., Li, T., Page, M.J., & Welch, V.A. (Eds.). (2022). *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions version 6.3 (2. ed.)*. John Wiley & Sons.
- Hjetland, G. J., Schønning, V., Hella, R. T., Veseth, M., & Skogen, J. C. (2021). How do Norwegian adolescents experience the role of social media in relation to mental health and well-being: a qualitative study. *BMC Psychology, 9*(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00582-x>
- Hoffman, A. J. (2017). Millennials, technology and perceived relevance of community service organizations: Is social media replacing community service activities? *Urban Review, 49*(1), 140–152. <https://doi.org/10.1007/s11256-016-0385-6>
- Hunt, M. G., Marx, R., Lipson, C., & Young, J. (2018). No more FOMO: Limiting social media decreases loneliness and depression. *Journal of Social and Clinical Psychology, 37*(10), 751–768.
- Joiner, R., Cuprinskaite, J., Dapkeviciute, L., Johnson, H., Gavin, J., & Brosnan, M. (2016). Gender differences in response to Facebook status updates from same and opposite gender friends. *Computers in Human Behavior, 58*, 407–412. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.01.008>
- Kaess, M., Parzer, P., Mehl, L., Weil, L., Strittmatter, E., Resch, F., & Koenig, J. (2017). Stress vulnerability in male youth with Internet Gaming Disorder. *Psychoneuroendocrinology, 77*, 244–251. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2017.01.008>
- Kierkegaard, L., Pommerencke, L. M., Flensburg, S., Bonnesen, C. T., Madsen, K. R., Weber, P. S., & Thorhauge, A. M. (2020). Digital mediebrugs betydning for sociale relationer, fællesskaber og stress blandt børn og unge. In *Statens Institut for Folkesundhed*.
- Kim, B., & Kim, Y. (2017). College students' social media use and communication network heterogeneity: Implications for social capital and subjective well-being.

Computers in Human Behavior, 73, 620–628.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.033>

Kim, B., & Kim, Y. (2019). Growing as social beings: How social media use for college sports is associated with college students' group identity and collective self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 97(August 2018), 241–249.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.03.016>

Kimmig, A. C. S., Andringa, G., & Derntl, B. (2018). Potential adverse effects of violent video gaming: Interpersonal- affective traits are rather impaired than disinhibition in young adults. *Frontiers in Psychology*, 9(MAY), 1–11.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00736>

Konieczna, A., & Jakobsen, S. G. (2019). *Unge og sociale medier. Faktaserien nr. 41*. Odense: Center for Selvmordsforskning.

Kort-Butler, L. A. (2021). Gamers on Gaming: A Research Note Comparing Behaviors and Beliefs of Gamers, Video Game Players, and Non-Players. *Sociological Inquiry*, 91(4), 962–982. <https://doi.org/10.1111/soin.12363>

Larson, L. (2021). Social Media Use in Emerging Adults: Investigating the Relationship With Social Media Addiction and Social Behavior. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 26(2), 228–237. <https://doi.org/10.24839/2325-7342.jn26.2.228>

Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95.
<https://doi.org/10.1080/15213260802669458>

Lepp, A., Li, J., & Barkley, J. E. (2016). College students' cell phone use and attachment to parents and peers. *Computers in Human Behavior*, 64, 401–408.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.021>

Li, W., O'Brien, J. E., Snyder, S. M., & Howard, M. O. (2015). Characteristics of Internet Addiction/Pathological Internet Use in U.S. university students: A qualitative-method investigation. *PLoS ONE*, 10(2), 1–19.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0117372>

Li, X., Chen, W., & Popiel, P. (2015). What happens on Facebook stays on Facebook? the implications of Facebook interaction for perceived, receiving, and giving social support. *Computers in Human Behavior*, 51(PA), 106–113.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.04.066>

Lup, K., Trub, L., & Rosenthal, L. (2015). Instagram #Instasad?: Exploring Associations Among Instagram Use, Depressive Symptoms, Negative Social Comparison, and

- Strangers Followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 247–252. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0560>
- MacDonald, K. B., & Schermer, J. A. (2021). Loneliness unlocked: Associations with smartphone use and personality. *Acta Psychologica*, 221, 103454. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2021.103454>
- Maher, T. V., & Earl, J. (2019). Barrier or Booster? Digital Media, Social Networks, and Youth Micromobilization. *Sociological Perspectives*, 62(6), 865–883. <https://doi.org/10.1177/0731121419867697>
- Maia, B. R., Marques, M., Pereira, A. T., & Macedo, A. (2020). Internet use patterns and the relation between generalized problematic internet use and psychological distress in Portuguese university students. *Revista de Psicopatologia y Psicología Clínica*, 25(1), 31–39. <https://doi.org/10.5944/RPPC.25324>
- Manago, A. M., Brown, G., Lawley, K. A., & Anderson, G. (2020). Adolescents' daily face-to-face and computer-mediated communication: Associations with autonomy and closeness to parents and friends. *Developmental Psychology*, 56(1), 153–164. <https://doi.org/10.1037/dev0000851>
- Männikkö, N., Billieux, J., & Käätäinen, M. (2015). Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 281–288. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.040>
- Markova, I., & Azocar, C. (2021). Body Ideals of Undergraduate Women and the Proliferation of Social Media: An Exploratory Study. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 50(1), 76–92. <https://doi.org/10.1111/fcsr.12412>
- Mehlsen, C. (2020). *MFI undersøger: Influencere – de nye unge mediehuse: Undersøgelse af influencers betydning for unge og for mediebranchen i den digitale opmærksomhedsøkonomi*. Odense: Mediernes forsknings – og Innovationscenter, Syddansk Universitet.
- Midgley, C., Thai, S., Lockwood, P., Kovacheff, C., & Page-Gould, E. (2021). When every day is a high school reunion: Social media comparisons and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 121(2), 285.
- Moore, K., & Craciun, G. (2020). Fear of Missing Out and Personality as Predictors of Social Networking Sites Usage: The Instagram Case. *Psychological Reports*. <https://doi.org/10.1177/0033294120936184>

- Moudiab, S., & Spada, M. M. (2019). The relative contribution of motives and maladaptive cognitions to levels of Internet Gaming Disorder. *Addictive Behaviors Reports, 9*. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100160>
- Murdock, K. K., Gorman, S., & Robbins, M. (2015). Co-rumination via cellphone moderates the association of perceived interpersonal stress and psychosocial well-being in emerging adults. *Journal of Adolescence, 38*, 27–37. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.10.010>
- Nabi, R. L., Prestin, A., & So, J. (2016). Could Watching TV Be Good for You? Examining How Media Consumption Patterns Relate to Salivary Cortisol. *Health Communication, 31*(11), 1345–1355. <https://doi.org/10.1080/10410236.2015.1061309>
- Nisar, T. M., Prabhakar, G., Ilavarasan, P. V., & Baabdullah, A. M. (2019). Facebook usage and mental health: An empirical study of role of non-directional social comparisons in the UK. *International Journal of Information Management, 48*, 53–62. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2019.01.017>
- Nordisk Ministerråd (2019). *#StyrPåSoMe: Er sociale medier faktisk en trussel for unges trivsel?* København: Nordisk Ministerråd.
- Ottosen, M. H., & Andreassen, A. G. (2020). *Børn og unges trivsel og brug af digitale medier: To analyserotater*. København: VIVE.
- Ramón-Arbués, E., Granada-López, J. M., Martínez-Abadía, B., Echániz-Serrano, E., Antón-Solanas, I., & Nash, M. (2021). Prevalence and factors associated with problematic internet use in a population of spanish university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph18147620>
- Rasmussen, E. E., Punyanunt-Carter, N., LaFreniere, J. R., Norman, M. S., & Kimball, T. G. (2020). The serially mediated relationship between emerging adults' social media use and mental well-being. *Computers in Human Behavior, 102*, 206–213. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.019>
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2020). The Social Media Party: Fear of Missing Out (FoMO), Social Media Intensity, Connection, and Well-Being. *International Journal of Human-Computer Interaction, 36*(4), 386–392. <https://doi.org/10.1080/10447318.2019.1646517>
- Sabik, N. J., Falat, J., & Magagnos, J. (2020). When Self-Worth Depends on Social Media Feedback: Associations with Psychological Well-Being. *Sex Roles, 82*(7–8), 411–421. <https://doi.org/10.1007/s11199-019-01062-8>

- Sánchez, V., Muñoz-Fernández, N., & Ortega-Ruiz, R. (2017). Romantic Relationship Quality in the Digital Age: A Study with Young Adults. *Spanish Journal of Psychology*, *20*(2017), 1–10. <https://doi.org/10.1017/sjp.2017.20>
- Schmidt, S. C. E., Gnam, J. P., Kopf, M., Rathgeber, T., & Woll, A. (2020). The Influence of Cortisol, Flow, and Anxiety on Performance in E-Sports: A Field Study. *BioMed Research International*, *2020*. <https://doi.org/10.1155/2020/9651245>
- Scott, R. A., Stuart, J., & Barber, B. L. (2021). Contemporary friendships and social vulnerability among youth: Understanding the role of online and offline contexts of interaction in friendship quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, *38*(12), 3451–3471. <https://doi.org/10.1177/02654075211029384>
- Servidio, R. (2021). Self-control and problematic smartphone use among Italian University students: The mediating role of the fear of missing out and of smartphone use patterns. *Current Psychology*, *40*(8), 4101–4111. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00373-z>
- Thomas, B., Ciliska, D., Dobbins, M., & Micucci, S. (2004). A process for systematically reviewing the literature: Providing the research evidence for public health nursing interventions. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, *1*(3):176–184.
- Vaterlaus, J. M., Barnett, K., Roche, C., & Young, J. A. (2016). “snapchat is more personal”: An exploratory study on Snapchat behaviors and young adult interpersonal relationships. *Computers in Human Behavior*, *62*, 594–601. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.029>
- Weaver, J. L., & Swank, J. M. (2021). An Examination of College Students’ Social Media Use, Fear of Missing Out, and Mindful Attention. *Journal of College Counseling*, *24*(2), 132–145. <https://doi.org/10.1002/jocc.12181>
- Wolniewicz, C. A., Tiarniyu, M. F., Weeks, J. W., & Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Research*, *262*(September 2017), 618–623. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.09.058>
- Zhao, P., & Lapierre, M. A. (2020). Stress, dependency, and depression: An examination of the reinforcement effects of problematic smartphone use on perceived stress and later depression. *Cyberpsychology*, *14*(4), 1–20. <https://doi.org/10.5817/CP2020-4-3>

Bilag 1 Ordliste

Digitalt mediebrug: Et paraplybegreb, der indebærer brugen af et vidt udvalg af kommunikationsteknologier, der er tilgængelige via enheder som computere, smartphones, tablets samt andre enheder, hvorved internettet kan tilgås. Disse teknologier omfatter medier, hvor der er mulighed for social interaktion og kommunikation. Eksempler herpå er sociale medier som Facebook og Instagram, online gaming, brugerflader som YouTube og nyhedstjenester samt besked- og videotjenester som sms. Digitalt mediebrug indbefatter også online gaming samt betting- og gamblingtjenester.

Effektmodifikation: Den undersøgte effekt af en eksponering (eksempelvis tid brugt på sociale medier) på det undersøgte udfald (eksempelvis antal sociale relationer) afhænger af en tredje faktor (eksempelvis alder).

Facebook: Er et socialt medie, hvorpå man kan udøve sit sociale netværk. På siden kan man tilføje sine offline venner som "Facebook-venner", med hvem man kan dele tekst, billeder og videoer – både i form af private beskeder, opslag i aflukkede grupper og opslag til samtlige af sine "Facebook-venner". Yderligere kan man følge offentlige profiler (eksempelvis kendte mennesker) og derved indgå i et fællesskab omhandlende disse profiler. Man kan også opbygge sin personlige profil på Facebook ved at tilføje (profil)billeder af og information om sig selv.

Fear Of Missing Out (FOMO): En følelse, der optræder, når man bekymrer sig for at gå glip af noget, som andre (typisk venner eller omgangskreds, men ikke begrænset hertil) foretager sig. Dette omfatter typisk aktiviteter set på digitale medier.

Gaming afhængighed [*Online Gaming Disorder*]: Tvangspræget anvendelse af online spil, som negativt påvirker andre hverdagslige funktioner, inkl. familieliv, uddannelse og arbejde og/eller mentalt helbred.

Hookup-apps: En subkategori til sociale medier, der omfatter online datingtjenester eller online tjenester, der agerer medier for seksuel interaktion – enten offline eller via mediet. Disse tjenester tilgås typisk fra mobiltelefoner og drager ofte fordel af GPS-tjenesten deri, således at man kan finde folk, der er tæt på en selv. Disse tjenester inkluderer eksempelvis Tinder (tjeneste, hvori man bliver præsenteret for andre brugere, der er i nærheden af en selv). Begge parter skal uafhængigt vælge hinanden til, hvorefter de har mulighed for at oprette kontakt) og Grindr (samme koncept som Tinder, men fortrinsvis for individer, der er seksuelt tiltrukket af samme køn).

Instagram: Er et billede- og videocentreret socialt medie, hvorpå man primært deler billeder og videoer. På Instagram eksisterer der også sociale netværk, som formes af opslag fra brugere, man aktivt har valgt at følge. Man kan både lægge videoer og billeder op i et midlertidigt og vedvarende format. På Instagram kan man både følge sine venner og sociale kredse, men det er lige så almindeligt at følge kendte profiler og

se, hvad de lægger op. Yderligere er der en "opdag" funktion, hvor Instagram foreslår brugerspecifikke opslag, der er tilpasset individuelle brugeres historik.

Interventionsundersøgelse: Omfatter studier, der undersøger en effekt af en bestemt indsats – altså intervention – som typisk er implementeret af forskerne selv. En intervention kunne eksempelvis bestå af en indsats mod folks tid brugt på sociale medier. I sådant et tilfælde kunne man undersøge effekten af, at forskerne enten har skåret ned eller skruet op for testpersonernes skærmtid på et vilkårligt udfald (eksempelvis deres tilfredshed med deres sociale relationer). Hvis de i studiet kun sammenligner resultaterne med de samme testpersoner før indsatsen, vil det kaldes et pre-test post-test studie. Sammenlignes resultaterne med en gruppe af personer, der ikke udsættes for indsatsen, vil det gængs kaldes et interventionsstudie. Hvis grupperne, der hhv. modtager og ikke modtager indsatsen, er helt tilfældigt fordelt, vil studiet blive kaldt et RCT-studie eller randomiseret, kontrolleret studie.

Intime/romantiske relationer: En subkategori til sociale relationer, der indebærer relationer, med hvem man har et romantisk forhold. Derudover inkluderer det relationer, med hvem man har seksuel omgang – enten via sociale medier eller offline.

Kohortestudie: Omfatter studier, hvor en lukket gruppe personer studeres over tid. Herved kan man undersøge betydningen af en risikofaktor (fx skærmtid) for udviklingen af et udfaldsmål (fx stress) hen over tid.

Kortisolniveau: Kortisol er kroppens vigtigste stresshormon og er derfor en markant markør for biologisk målt stress. Det udskilles fra binyrerne i stressende situationer. Kortisol (og stress generelt) er på kort sigt præstationssøgende, men en øget mængde over længere tid er skadelig for kroppen og kan føre til en bred vifte af følgesygdomme (eksempelvis hjerte-kar-sygdomme).

Kvasi-eksperimentelt studie: Omfatter studier såsom naturlige eksperimenter og propensityscore matching, hvor sammenhængen mellem en eksponering (fx en indsats eller anden adfærdsmæssig eksponering) og et udfaldsmål studeres. Kvasi-eksperimentelle studier adskiller sig fra RCT-studier ved, at fordelingen af personer til eksperimentet ikke er randomiseret.

Longing for belonging: En følelse af længsel efter at høre til (eksempelvis i sociale grupper).

Metaanalyse: En statistisk metode, hvor der beregnes et fælles effektestimat på baggrund af tidligere kvantitative studier, der har undersøgt det samme. Ved at aggregere flere studier resulterer mindskes risikoen for, at et resultat skyldes tilfældigheder. Metaanalyse gennemføres typisk med udgangspunkt i et systematisk reivew.

Mindfulness: Omfatter udførelsen af bevidst at gøre sig selv opmærksom på det indværende øjeblik uden yderligere overvejelser. Mange ligheder kan drages mellem mindfulness og meditation.

Mixed methods studie: Omfatter studier, som både benytter kvantitative og kvalitative metoder. Dette kunne eksempelvis være en kombination af spørgeskema og kvalitative interview (fx med et udvalg af dem, der deltog i spørgeskemaundersøgelsen).

Overdreven internetbrug: Tvangsmæssig og ukontrolleret brug af internettet, herunder særligt sociale medier, som forvansker andre hverdagslige funktioner såsom uddannelse og arbejde.

Overdreven smartphonebrug: Vedvarende og ukontrolleret brug af smartphones primært til at tjekke og opdatere online sociale medier, som fjerner opmærksomhed fra andre igangværende aktiviteter såsom fx uddannelse.

RCT – randomiseret, kontrolleret studie: Omfatter studier, hvor studiepopulation inddeles i en gruppe (eller flere grupper), der modtager en indsats, og en kontrolgruppe, der ikke modtager indsatsen. Effekten af denne indsats undersøges ved at sammenligne indsatsgruppen med kontrolgruppen. I RCT-studier fordeles studiepopulationerne til henholdsvis indsats- og kontrolgrupperne for så vidt muligt tilfældigt. Her ved tilstræbes en ensartet fordeling af relevante baggrundsvariable i indsats- og kontrolgrupperne, og at deltagerne ikke ved, om de tilhører indsats- eller kontrolgruppen.

Snapchat: Er et socialt medie, der er centreret omkring konceptet at sende midlertidige billeder og videoer til sine venner. Venner tilføjer eller accepterer man som et aktivt valg på Snapchat. Ved midlertidige billeder og videoer forstås der, at når først modtageren har åbnet det tilsendte, forsvinder det efterfølgende. Der er dog mulighed for at tage skærbilleder af det tilsendte, hvilket afsenderen informeres om. Snapchat har en "opdag" funktion, hvor brugeren vises indhold fra profiler, Snapchat finder relevant for brugeren baseret på dennes hidtidige adfærd på Snapchat.

Sociale medier: Omfatter typer af elektronisk kommunikation (typisk hjemmesider og apps til smartphones og tablets), hvorved individer kan kommunikere, opbygge sociale netværk, dele information, beskeder eller andet indhold såsom videoer med andre mennesker.

Statistisk signifikant: Et statistisk begreb, der indikerer, om resultatet, der er beregnet for en sammenhæng, skyldes en tilfældighed eller ej. Hvis en sammenhæng er statistisk signifikant, er sandsynligheden for, at den fundne sammenhæng beror på en tilfældighed, relativ lille. Denne sandsynlighed beskrives ved en p-værdi eller et konfidensinterval.

Oplevet stress: Et individs egen opfattelse af, hvorvidt han eller hun føler sig stresset eller ej. Dette omfatter typisk, om de oplever, at deres egne ressourcer og evner kan leve op til de krav og opgaver, der bliver stillet dem.

Social comparison: At sammenligne sig selv med andre.

Social aggression: Aggressiv adfærd, der eksempelvis kommer til udtryk via sprog eller social opførsel. Eksempelvis i form af trusler eller truende adfærd.

Sociale relationer/fællesskaber: Se afsnit 1.3.

Stress: En kort- eller længerevarende tilstand, som skyldes ubalance mellem et individs forventninger til handling og ressourcer til at handle, og som medfører, at kroppen overpræsterer. Stress kan således være betinget af sociale normer og individers hverdagslig kontekst. I denne kortlægning opererer vi med tre forståelser af stress: 1) stressorer, 2) oplevet stress og 3) stresssymptomer, som er fysiske, psykiske og adfærdsmæssige reaktioner på stressbelastning. Se desuden afsnit 1.4.

Stressorer: Omfatter potentielle belastninger, der påvirker en person og øger risiko for stress. Stressorer knyttet til digitalt mediebrug kan eksempelvis være longing for belonging, FOMO og social comparison. Stress vil typisk blive defineret ud fra, hvor mange af sådanne potentielle belastninger, en person har været udsat for.

Stresssymptomer: Omfatter fysiske (eksempelvis hjertebanken), psykiske (eksempelvis angst) og adfærdsmæssige (eksempelvis social isolation) reaktioner på stressbelastninger.

Systematisk litteraturreview: Omfatter studier, der sammenfatter tidligere publiceret litteratur om et givent emne. Dette indbefatter en systematisk litteratursøgning på tværs af relevante databaser, hvorved man ideelt set fremfinder al potentielt relevant litteratur om det givne emne. Dernæst skal denne litteratur gennemgå en systematisk screening, der har til formål at ekskludere al irrelevant litteratur fundet, men samtidig sørge for, at ingen relevant litteratur bliver sorteret fra. Dernæst bliver den inkluderede litteratur kvalitetsvurderet således, at kvaliteten af det tilgængelige vidensgrundlag kan bedømmes og medtages i den samlede konklusion.

Tumblr: Er et socialt medie, hvor brugere har mulighed for at skrive blogopslag, der kan inkludere billeder, videoer og lignende. På Tumblr fremstår man typisk anonymt via et selvvalgt brugernavn. Ens opslag på Tumblr deles med de brugere, der aktivt har valgt at følge vedkommende. På Tumblr kan man udforske "tags", som er en form for vedhæftet ord, man kan tilføje sine opslag, således at de indikerer, hvad opslaget handler om. På den måde kan andre, der ikke følger en, opdage ens opslag, hvis de søger på de "tags", man har givet sit opslag.

Tværsnitsundersøgelse: Omfatter studier, der undersøger eksponeringen (eksempelvis skærmtid) og udfald (eksempelvis antal venner) samtidigt. Et sådant studie giver derved udelukkende et øjebliksbillede, og det er i så fald ikke muligt at udtale sig om en kausal retning i en årsagssammenhæng (det er derved principielt ikke muligt at sige, hvilket af målene der er eksponering, og hvilket der er udfaldet).

Twitter: Er et socialt medie, hvor brugere har mulighed for at skrive blogopslag om deres tanker, dele nyheder, morsomheder eller lignende med den begrænsning, at brugeren skal formulere sig på 280 anslag eller derunder pr. opslag. Twitter bruges derfor traditionelt til korte opslag og kommentarer om specifikke emner. På Twitter deles opslag primært, men ikke udelukkende, med brugere, der aktivt har valgt at følge en, og på den måde udgør Twitter også et vigtigt netværksdannende medie.

WhatsApp: Er et socialt medie i form af en applikation til mobiltelefoner, der omfatter funktioner som tekst-, lyd-, video-, billede- og gruppebeskeder. Yderligere kan man foretage stemme- og videoopkald på WhatsApp. Ved oprettelse som bruger på applikationen udfylder man sin mail og telefonnummer og kan efterfølgende overføre alle sine telefonkontakter som WhatsApp-kontakter. WhatsApp er kendt for en relativ høj grad af kryptering og kan således også anvendes til udveksling af fortrolige oplysninger.

Bilag 2 Del A søgeprotokol

Med udgangspunkt i de tre blokke er følgende søgeord udvalgt til hhv. blok 1, 2 og 3.

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
Adolescent	Digital device	Family
Boy	Digital media	Parent
Girl	Digital screen	Mother
Juvenile	Electronic device	Father
Teenager	Electronic media	Caretaker
Teen	Media device	Sibling
Minor	Portable media	Friend
Young person	Portable mobile	Peer
Young adult	Touch screen device	Peer group
Young people	Cell phone	Social group
Young man	Cellular phone	Relation
Young woman	Mobile phone	Social
Youth	Smartphone	Togetherness
Youngster	Telephone	Network
Underage	Hybrid computer	Community
Student	Ipad	Attachment
Undergraduate	Tablet computer	Relationship formation
	Tablet device	Interact
	Screen time	Social interaction
	Internet media	Social relationship
	Online media	Social contact
	Internet communication	Social life
	Internet-based communication	Social connectedness
	Online communication	Social connection
	Digital communication	Social tie
	Computer mediated communica- tion	Loneliness
		Lonely
	Video game	Play
	Computer Game	Bully
	Gaming	FOMO
	Online gaming	Wellbeing
	Social media	Parent participation
	Status update	Adult participation
	Short message service	Social status
	sms	Emotional ties
	Facebook	Intimacy

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
	Snapchat	Intimate
	Youtube	Commonality
	Instagram	
	Reddit	
	Twitch	
	Netflix	
	Pinterest	
	Jodel	
	Whatsapp	
	Kik	
	Tumblr	
	4chan	
	Vine	
	Tiktok	
	Imgur	
	Steam	

Søgestreng

Web of Science		
Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
<p>TI=(Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR undergraduate*)</p>	<p>TI=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)</p>	<p>TS=(Family* OR families* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)</p>
Samlet søgestreng		
<p>TI=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Social medias" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR</p>		

Web of Science

Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*) AND TS=(Family* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*) AND TI=(Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age* OR Teen* OR "Young adult" OR "Young adults" OR "Young person" OR "Young persons" OR "Young people" OR "Young man" OR "Young men" OR "Young woman" OR "Young women" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR under-graduate*)

Publication years: 2015-2022

Document types: Articles, Early Access, Review Articles, Proceedings Papers, Book Chapter

Languages: English, Danish, Norwegian, Swedish

Antal hits: 5.234 hits Søgt: 14.01.2022

Academic Search Premium

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
TI (Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR under-graduate*)	TI (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))	TI (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachments* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)

Academic Search-emneord

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
DE "TEENAGERS" OR DE "YOUTH" OR DE "CELL phones & teenagers" OR DE "EXCEPTIONAL teenagers" OR DE "GAY teenagers" OR DE "GIFTED teenagers" OR DE "HOMELESS teenagers" OR DE "INTERNET & teenagers" OR DE "LGBTQ teenagers" OR DE "MASS media & teenagers" OR DE "MENTALLY ill teenagers" OR DE "MINORITY teenagers" OR DE "POOR teenagers" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL teenagers" OR	SU ("DIGITAL media" OR "DIGITAL communications" OR "ONLINE social networks" OR "TOUCH screens" OR "TEXT messages (Telephone systems)" OR "MOBILE games" OR "CELL phones" OR "TELEPHONES" OR "CELL phones" OR "IPADS" OR "TABLET computers" AND "INTERNET television" OR "INTERNET" OR "INTERNET & families" OR "INTERNET friendship" OR "INTERNET & teenagers" OR "INTERNET & youth" OR "EMAIL" OR	SU ("CYBERBULLYING" OR "MASS media & families" OR "INTERNET & families" OR "SIBLING communication" OR "PARENT-child communication" OR "CHILD-adult communication" OR "INTERNET friendship" OR "PEER communication" OR "SOCIAL interaction" OR "COMMUNITIES" OR "ATTACHMENT behavior" OR "SOCIAL belonging" OR "SOCIALIZATION" OR "SOCIAL status" OR "EMOTIONAL response" OR "EMOTIONAL problems of

Academic Search-emneord

DE "SUBURBAN teenagers" OR DE "TEENAGE boys" OR DE "TEENAGE girls" OR DE "ADOLESCENCE" OR DE "HIGH school students" OR DE "MINORS" OR DE "HIGH school students" OR DE "BISEXUAL high school students" OR DE "BLACK high school students" OR DE "CATHOLIC high school students" OR DE "COLLEGE bound students" OR DE "GAY high school students" OR DE "HIGH school athletes" OR DE "HIGH school boys" OR DE "HIGH school dropouts" OR DE "HIGH school freshmen" OR DE "HIGH school girls" OR DE "HIGH school juniors" OR DE "HIGH school seniors" OR DE "HIGH school sophomores" OR DE "JEWISH high school students" OR DE "LGBTQ+ high school students" OR DE "LIBRARY orientation for high school students" OR DE "LOW-income high school students" OR DE "MINORITY high school students" OR DE "NATIVE American high school students" OR DE "NONCOLLEGE bound students" OR DE "PREPARATORY school students" OR DE "SEXUAL minority high school students" OR DE "VOCATIONAL school students" OR DE "WHITE high school students" OR DE "ELEVENTH grade (Education)" OR DE "HIGH school graduates" OR DE "NINTH grade (Education)" OR DE "TENTH grade (Education)" OR DE "TWELFTH grade (Education)" OR DE "AT-risk youth" OR DE "DEAF youth" OR DE "HOMELESS youth" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "LGBTQ youth" OR DE "MASS media & youth" OR DE "MENTALLY ill youth" OR DE "MINORITY youth" OR DE "POOR youth" OR DE "PROBLEM youth" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL youth" OR DE "SCHOOL dropouts" OR DE "TELEPHONE & youth" OR DE "UNEMPLOYED youth" OR DE "URBAN youth" OR DE "WHITE youth" OR DE "YOUNG adults" OR DE "YOUTH with disabilities" OR DE "AT-risk youth" OR DE "DEAF youth" OR DE "HOMELESS youth" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "LGBTQ youth" OR DE "MASS media & youth" OR DE "MENTALLY ill youth" OR DE "MINORITY youth" OR DE "POOR youth" OR DE "PROBLEM youth" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL youth" OR DE "SCHOOL dropouts" OR DE "TELEPHONE & youth" OR DE "UNEMPLOYED youth" OR DE "URBAN youth" OR DE "WHITE youth" OR DE "YOUNG adults" OR DE "YOUTH with disabilities" OR DE "COLLEGE students" OR DE "ADULT college students" OR DE "BISEXUAL college stu-

"VIDEO game culture" OR "SOCIAL media") OR (DE "COMPUTERS & college students") AND (DE "COMPUTERS & families") OR DE "TABLET computers" OR DE "BLACKBERRY Play-Book (Computer)" OR DE "IPADS" OR DE "KINDLE Fire (Computer)" OR DE "MICROSOFT Surface (Computer)" OR DE "NEWTON (Computer)" OR DE "NEXUS 10 (Computer)" OR DE "NEXUS 7 (Computer)" OR DE "TABLET computers in education" OR DE "XOOM (Computer)" OR DE "SMARTPHONES" OR DE "ATRIX (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Bold (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Curve (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Pearl (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Storm (Smartphone)" OR DE "DROID (Smartphone)" OR DE "FIRE (Smartphone)" OR DE "G1 (Smartphone)" OR DE "HTC One (Smartphone)" OR DE "IPHONE (Smartphone)" OR DE "NEXUS One (Smartphone)" OR DE "NOKIA smartphones" OR DE "PALM Pre (Smartphone)" OR DE "SAMSUNG Galaxy Nexus (Smartphone)" OR DE "SAMSUNG Galaxy Note" OR DE "SAMSUNG Galaxy S" OR DE "SMARTPHONES -- Social aspects" OR DE "SMARTWATCHES" OR DE "APPLE Watch" OR DE "MOBILE apps" OR DE "ENTERTAINMENT mobile apps" OR DE "IPHONE mobile apps" OR DE "MOBILE apps in education" OR DE "ONLINE dating mobile apps" OR DE "PHYSICAL fitness mobile apps" OR DE "READING mobile apps" OR DE "SHOPPING mobile apps" OR DE "SOCIAL networking mobile apps" OR DE "TABLET mobile apps" OR DE "WEATHER forecasting mobile apps" OR DE "APPLICATION software" OR DE "APPLICATION program interfaces" OR DE "COMPOSITE applications (Computer science)" OR DE "ENTERPRISE software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "NEWSREADERS (Computer software)" OR DE "PRESENTATION graphics software" OR DE "VIDEO games" OR DE "VOTING advice applications (Application software)" OR DE "WEB services" OR DE "MOBILE computing" OR DE "IN-vehicle computing" OR DE "MOBILE apps" OR DE "MOBILE geographic information systems" OR DE "WEARABLE technology" OR DE "MOBILE computing software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "MOBILE operating systems" OR DE "POCKET computer software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "INTERNET" OR DE "INTERNET & teenagers"

children" OR "SOCIAL support" OR "INTIMACY (Psychology)"

Academic Search-emneord

dents" OR DE "CATHOLIC college students" OR DE "CHRISTIAN college students" OR DE "CHURCH college students" OR DE "COLLEGE dropouts" OR DE "COLLEGE freshmen" OR DE "COLLEGE juniors" OR DE "COLLEGE seniors" OR DE "COLLEGE sophomores" OR DE "COLLEGE students with disabilities" OR DE "COMPUTERS & college students" OR DE "FIRST-generation college students" OR DE "GAY college students" OR DE "GRADUATE students" OR DE "IN-state students" OR DE "JEWISH college students" OR DE "JUNIOR college students" OR DE "LGBTQ+ college students" OR DE "LOW-income college students" OR DE "MALE college students" OR DE "MINORITY college students" OR DE "NONTRADITIONAL college students" OR DE "OUT-of-state students" OR DE "PART-time college students" OR DE "RURAL college students" OR DE "TALENTED students" OR DE "TEACHERS college students" OR DE "UNDERGRADUATES" OR DE "VOCATIONAL school students" OR DE "WHITE college students" OR DE "WOMEN college students"

OR DE "INTERNET & youth" OR DE "INTERNET entertainment" OR DE "INTERNET friendship" OR DE "INTERNET in education" OR DE "INTERNET in higher education" OR DE "INTERNET addiction" OR DE "INTERNET forums" OR DE "INTERNET fraud" OR DE "INTERNET gambling" OR DE "INTERNET literacy" OR DE "INTERNET music" OR DE "INTERNET pornography" OR DE "INTERNET users" OR DE "ONLINE chat" OR DE "ONLINE etiquette" OR DE "WEBCASTING" OR DE "VIDEO games" OR DE "VIDEO games & teenagers" OR DE "COMPUTER adventure games" OR DE "COMPUTER baseball games" OR DE "COMPUTER flight games" OR DE "COMPUTER war games" OR DE "COMPUTER word games" OR DE "ELECTRONIC fighting games" OR DE "EXERCISE video games" OR DE "FIFA video games" OR DE "FINAL Fantasy games" OR DE "FIRST-person shooters (Video games)" OR DE "GRAND Theft Auto games" OR DE "HISTORY in video games" OR DE "MASSIVELY multiplayer online role-playing games" OR DE "METAL Gear video games" OR DE "MIDDLE Ages in computer games" OR DE "MOBILE games" OR DE "MOTION pictures & computer games" OR DE "MOTION pictures & video games" OR DE "NINTENDO video games" OR DE "POKEMON" OR DE "SPORTS in video games" OR DE "VIOLENCE in video games"

Samlet søgestreng

#	Query
S11	S3 AND S6 AND S10
S10	S7 OR S8 OR S9
S9	KW (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)
S8	SU ("CYBERBULLYING" OR "MASS media & families" OR "INTERNET & families" OR "SIBLING communication" OR "PARENT-child communication" OR "CHILD-adult communication" OR "INTERNET friendship" OR "PEER communication" OR "SOCIAL interaction" OR "COMMUNITIES" OR "ATTACHMENT behavior" OR "SOCIAL belonging" OR "SOCIALIZATION" OR "SOCIAL status" OR "EMOTIONAL response" OR "EMOTIONAL problems of children" OR "SOCIAL support" OR "INTIMACY (Psychology)")
S7	TI (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)
S6	S4 OR S5

Academic Search-emneord

S5	SU ("DIGITAL media" OR "DIGITAL communications" OR "ONLINE social networks" OR "TOUCH screens" OR "TEXT messages (Telephone systems)" OR "MOBILE games" OR "CELL phones" OR "TELEPHONES" OR "CELL phones" OR "IPADS" OR "TABLET computers" AND "INTERNET television" OR "INTERNET" OR "INTERNET & families" OR "INTERNET friendship" OR "INTERNET & teenagers" OR "INTERNET & youth" OR "EMAIL" OR "VIDEO game culture" OR "SOCIAL media") OR (DE "COMPUTERS & college students") AND (DE "COMPUTERS & families") OR DE "TABLET computers" OR DE "BLACKBERRY PlayBook (Computer)" OR DE "IPADS" OR DE "KINDLE Fire (Computer)" OR DE "MICROSOFT Surface (Computer)" OR DE "NEWTON (Computer)" OR DE "NEXUS 10 (Computer)" OR DE "NEXUS 7 (Computer)" OR DE "TABLET computers in education" OR DE "XOOM (Computer)" OR DE "SMARTPHONES" OR DE "ATRIX (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Bold (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Curve (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Pearl (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Storm (Smartphone)" OR DE "DROID (Smartphone)" OR DE "FIRE (Smartphone)" OR DE "G1 (Smartphone)" OR DE "HTC One (Smartphone)" OR DE "IPHONE (Smartphone)" OR DE "NEXUS One (Smartphone)" OR DE "NOKIA smartphones" OR DE "PALM Pre (Smartphone)" OR DE "SAMSUNG Galaxy Nexus (Smartphone)" OR DE "SAMSUNG Galaxy Note" OR DE "SAMSUNG Galaxy S" OR DE "SMARTPHONES -- Social aspects" OR DE "SMARTWATCHES" OR DE "APPLE Watch" OR DE "MOBILE apps" OR DE "ENTERTAINMENT mobile apps" OR DE "IPHONE mobile apps" OR DE "MOBILE apps in education" OR DE "ONLINE dating mobile apps" OR DE "PHYSICAL fitness mobile apps" OR DE "READING mobile apps" OR DE "SHOPPING mobile apps" OR DE "SOCIAL networking mobile apps" OR DE "TABLET mobile apps" OR DE "WEATHER forecasting mobile apps" OR DE "APPLICATION software" OR DE "APPLICATION program interfaces" OR DE "COMPOSITE applications (Computer science)" OR DE "ENTERPRISE software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "NEWSREADERS (Computer software)" OR DE "PRESENTATION graphics software" OR DE "VIDEO games" OR DE "VOTING advice applications (Application software)" OR DE "WEB services" OR DE "MOBILE computing" OR DE "IN-vehicle computing" OR DE "MOBILE apps" OR DE "MOBILE geographic information systems" OR DE "WEARABLE technology" OR DE "MOBILE computing software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "MOBILE operating systems" OR DE "POCKET computer software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "INTERNET" OR DE "INTERNET & teenagers" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "INTERNET entertainment" OR DE "INTERNET friendship" OR DE "INTERNET in education" OR DE "INTERNET in higher education" OR DE "INTERNET addiction" OR DE "INTERNET forums" OR DE "INTERNET fraud" OR DE "INTERNET gambling" OR DE "INTERNET literacy" OR DE "INTERNET music" OR DE "INTERNET pornography" OR DE "INTERNET users" OR DE "ONLINE chat" OR DE "ONLINE etiquette" OR DE "WEBCASTING" OR DE "VIDEO games" OR DE "VIDEO games & teenagers" OR DE "COMPUTER adventure games" OR DE "COMPUTER baseball games" OR DE "COMPUTER flight games" OR DE "COMPUTER war games" OR DE "COMPUTER word games" OR DE "ELECTRONIC fighting games" OR DE "EXERCISE video games" OR DE "FIFA video games" OR DE "FINAL Fantasy games" OR DE "FIRST-person shooters (Video games)" OR DE "GRAND Theft Auto games" OR DE "HISTORY in video games" OR DE "MASSIVELY multiplayer online role-playing games" OR DE "METAL Gear video games" OR DE "MIDDLE Ages in computer games" OR DE "MOBILE games" OR DE "MOTION pictures & computer games" OR DE "MOTION pictures & video games" OR DE "NINTENDO video games" OR DE "POKEMON" OR DE "SPORTS in video games" OR DE "VIOLENCE in video games"
S4	TI (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*) OR KW (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))
S3	S1 OR S2
S2	DE "TEENAGERS" OR DE "YOUTH" OR DE "CELL phones & teenagers" OR DE "EXCEPTIONAL teenagers" OR DE "GAY teenagers" OR DE "GIFTED teenagers" OR DE "HOMELESS teenagers" OR DE "INTERNET & teenagers" OR DE "LGBTQ teenagers" OR DE "MASS media & teenagers" OR DE "MENTALLY ill teenagers" OR DE "MINORITY teenagers" OR DE "POOR teenagers" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL teenagers" OR DE "SUBURBAN teenagers" OR DE "TEENAGE boys" OR DE "TEENAGE girls" OR DE "ADOLESCENCE" OR DE "HIGH school students" OR DE "MINORS" OR DE "HIGH school students" OR DE "BISEXUAL high school students" OR DE "BLACK high school students" OR DE "CATHOLIC high school students" OR DE "COLLEGE bound students" OR DE "GAY high school students" OR DE "HIGH school athletes" OR DE "HIGH school boys" OR DE "HIGH school dropouts" OR DE "HIGH school freshmen" OR DE "HIGH school girls" OR DE "HIGH school juniors" OR DE "HIGH school seniors" OR DE "HIGH school sophomores" OR DE "JEWISH high school students" OR DE "LGBTQ+ high school students" OR DE "LIBRARY orientation for high school students" OR DE "LOW-income high school stu-

Academic Search-emneord

	dents" OR DE "MINORITY high school students" OR DE "NATIVE American high school students" OR DE "NON-COLLEGE bound students" OR DE "PREPARATORY school students" OR DE "SEXUAL minority high school students" OR DE "VOCATIONAL school students" OR DE "WHITE high school students" OR DE "ELEVENTH grade (Education)" OR DE "HIGH school graduates" OR DE "NINTH grade (Education)" OR DE "TENTH grade (Education)" OR DE "TWELFTH grade (Education)" OR DE "AT-risk youth" OR DE "DEAF youth" OR DE "HOMELESS youth" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "LGBTQ youth" OR DE "MASS media & youth" OR DE "MENTALLY ill youth" OR DE "MINORITY youth" OR DE "POOR youth" OR DE "PROBLEM youth" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL youth" OR DE "SCHOOL dropouts" OR DE "TELEPHONE & youth" OR DE "UNEMPLOYED youth" OR DE "URBAN youth" OR DE "WHITE youth" OR DE "YOUNG adults" OR DE "YOUTH with disabilities" OR DE "AT-risk youth" OR DE "DEAF youth" OR DE "HOMELESS youth" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "LGBTQ youth" OR DE "MASS media & youth" OR DE "MENTALLY ill youth" OR DE "MINORITY youth" OR DE "POOR youth" OR DE "PROBLEM youth" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL youth" OR DE "SCHOOL dropouts" OR DE "TELEPHONE & youth" OR DE "UNEMPLOYED youth" OR DE "URBAN youth" OR DE "WHITE youth" OR DE "YOUNG adults" OR DE "YOUTH with disabilities" OR DE "COLLEGE students" OR DE "ADULT college students" OR DE "BISEXUAL college students" OR DE "CATHOLIC college students" OR DE "CHRISTIAN college students" OR DE "CHURCH college students" OR DE "COLLEGE dropouts" OR DE "COLLEGE freshmen" OR DE "COLLEGE juniors" OR DE "COLLEGE seniors" OR DE "COLLEGE sophomores" OR DE "COLLEGE students with disabilities" OR DE "COMPUTERS & college students" OR DE "FIRST-generation college students" OR DE "GAY college students" OR DE "GRADUATE students" OR DE "IN-state students" OR DE "JEWISH college students" OR DE "JUNIOR college students" OR DE "LGBTQ+ college students" OR DE "LOW-income college students" OR DE "MALE college students" OR DE "MINORITY college students" OR DE "NONTRADITIONAL college students" OR DE "OUT-of-state students" OR DE "PART-time college students" OR DE "RURAL college students" OR DE "TALENTED students" OR DE "TEACHERS college students" OR DE "UNDERGRADUATES" OR DE "VOCATIONAL school students" OR DE "WHITE college students" OR DE "WOMEN college students"
S1	TI (Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR undergraduate*)

Antal hits: 3.958 hits Søgt: 18.01.2022

ERIC

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
TI (Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR undergraduate*)	TI (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))	TI (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)

DE "TEENAGERS" OR DE "YOUTH" OR DE "CELL phones & teenagers" OR DE "EXCEPTIONAL teenagers" OR DE "GAY teenagers" OR DE "GIFTED teenagers" OR DE "HOMELESS teenagers" OR DE "INTERNET & teenagers" OR DE "LGBTQ teenagers" OR DE "MASS media & teenagers" OR DE "MENTALLY ill teenagers" OR DE "MINORITY teenagers" OR DE "POOR teenagers" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL teenagers" OR DE "SUBURBAN teenagers" OR DE "TEENAGE boys" OR DE "TEENAGE girls" OR DE "ADOLESCENCE" OR DE "HIGH school students" OR DE "MINORS" OR DE "HIGH school students" OR DE "BISEXUAL high school students" OR DE "BLACK high school students" OR DE "CATHOLIC high school students" OR DE "COLLEGE bound students" OR DE "GAY high school students" OR DE "HIGH school athletes" OR DE "HIGH school boys" OR DE "HIGH school dropouts" OR DE "HIGH school freshmen" OR DE "HIGH school girls" OR DE "HIGH school juniors" OR DE "HIGH school seniors" OR DE "HIGH school sophomores" OR DE "JEWISH high school students" OR DE "LGBTQ+ high school students" OR DE "LIBRARY orientation for high school students" OR DE "LOW-income high school students" OR DE "MINORITY high school students" OR DE "NATIVE American high school students" OR DE "NONCOLLEGE bound students" OR DE "PREPARATORY school students" OR DE "SEXUAL minority high school students" OR DE "VOCATIONAL school students" OR DE "WHITE high school students" OR DE "ELEVENTH grade (Education)" OR DE "HIGH school graduates" OR DE "NINTH grade (Education)" OR DE "TENTH grade (Education)" OR DE "TWELFTH grade (Education)" OR DE "AT-risk youth" OR DE "DEAF youth" OR DE "HOMELESS youth" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "LGBTQ youth" OR DE "MASS media & youth" OR DE "MENTALLY ill youth" OR DE "MINORITY youth" OR DE "POOR youth" OR DE "PROBLEM youth" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL youth" OR DE "SCHOOL dropouts" OR DE "TELEPHONE & youth" OR DE "UNEMPLOYED youth" OR DE "URBAN youth" OR DE "WHITE youth" OR DE "YOUNG adults" OR DE "YOUTH with disabilities" OR DE "AT-risk youth" OR DE "DEAF youth" OR DE "HOMELESS youth" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "LGBTQ youth" OR DE "MASS media & youth" OR DE "MENTALLY ill youth" OR DE "MINORITY youth" OR DE "POOR youth" OR DE "PROBLEM youth" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL youth" OR DE "SCHOOL dropouts" OR DE "TELEPHONE & youth" OR DE "UNEMPLOYED youth" OR DE "URBAN

SU ("DIGITAL media" OR "DIGITAL communications" OR "ONLINE social networks" OR "TOUCH screens" OR "TEXT messages (Telephone systems)" OR "MOBILE games" OR "CELL phones" OR "TELEPHONES" OR "CELL phones" OR "IPADS" OR "TABLET computers" AND "INTERNET television" OR "INTERNET" OR "INTERNET & families" OR "INTERNET friendship" OR "INTERNET & teenagers" OR "INTERNET & youth" OR "EMAIL" OR "VIDEO game culture" OR "SOCIAL media") OR (DE "COMPUTERS & college students") AND (DE "COMPUTERS & families") OR DE "TABLET computers" OR DE "BLACKBERRY PlayBook (Computer)" OR DE "IPADS" OR DE "KINDLE Fire (Computer)" OR DE "MICROSOFT Surface (Computer)" OR DE "NEWTON (Computer)" OR DE "NEXUS 10 (Computer)" OR DE "NEXUS 7 (Computer)" OR DE "TABLET computers in education" OR DE "XOOM (Computer)" OR DE "SMARTPHONES" OR DE "ATRIX (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Bold (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Curve (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Pearl (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Storm (Smartphone)" OR DE "DROID (Smartphone)" OR DE "FIRE (Smartphone)" OR DE "G1 (Smartphone)" OR DE "HTC One (Smartphone)" OR DE "IPHONE (Smartphone)" OR DE "NEXUS One (Smartphone)" OR DE "NOKIA smartphones" OR DE "PALM Pre (Smartphone)" OR DE "SAMSUNG Galaxy Nexus (Smartphone)" OR DE "SAMSUNG Galaxy Note" OR DE "SAMSUNG Galaxy S" OR DE "SMARTPHONES -- Social aspects" OR DE "SMARTWATCHES" OR DE "APPLE Watch" OR DE "MOBILE apps" OR DE "ENTERTAINMENT mobile apps" OR DE "IPHONE mobile apps" OR DE "MOBILE apps in education" OR DE "ONLINE dating mobile apps" OR DE "PHYSICAL fitness mobile apps" OR DE "READING mobile apps" OR DE "SHOPPING mobile apps" OR DE "SOCIAL networking mobile apps" OR DE "TABLET mobile apps" OR DE "WEATHER forecasting mobile apps" OR DE "APPLICATION software" OR DE "APPLICATION program interfaces" OR DE "COMPOSITE applications (Computer science)" OR DE "ENTERPRISE software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "NEWSREADERS (Computer software)" OR DE "PRESENTATION graphics software" OR DE "VIDEO games" OR DE "VOTING advice applications (Application software)" OR DE "WEB services" OR DE "MOBILE computing" OR DE "IN-vehicle computing" OR DE "MOBILE apps" OR DE "MOBILE geographic information systems" OR DE "WEARABLE technology" OR DE "MOBILE computing software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "MOBILE operating systems" OR DE "POCKET computer software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "INTERNET" OR DE "INTERNET & teenagers" OR DE "INTERNET &

SU ("CYBERBULLYING" OR "MASS media & families" OR "INTERNET & families" OR "SIBLING communication" OR "PARENT-child communication" OR "CHILD-adult communication" OR "INTERNET friendship" OR "PEER communication" OR "SOCIAL interaction" OR "COMMUNITIES" OR "ATTACHMENT behavior" OR "SOCIAL belonging" OR "SOCIALIZATION" OR "SOCIAL status" OR "EMOTIONAL response" OR "EMOTIONAL problems of children" OR "SOCIAL support" OR "INTIMACY (Psychology)")

youth" OR DE "WHITE youth" OR DE "YOUNG adults" OR DE "YOUTH with disabilities" OR DE "COLLEGE students" OR DE "ADULT college students" OR DE "BISEXUAL college students" OR DE "CATHOLIC college students" OR DE "CHRISTIAN college students" OR DE "CHURCH college students" OR DE "COLLEGE drop-outs" OR DE "COLLEGE freshmen" OR DE "COLLEGE juniors" OR DE "COLLEGE seniors" OR DE "COLLEGE sophomores" OR DE "COLLEGE students with disabilities" OR DE "COMPUTERS & college students" OR DE "FIRST-generation college students" OR DE "GAY college students" OR DE "GRADUATE students" OR DE "IN-state students" OR DE "JEWISH college students" OR DE "JUNIOR college students" OR DE "LGBTQ+ college students" OR DE "LOW-income college students" OR DE "MALE college students" OR DE "MINORITY college students" OR DE "NONTRADITIONAL college students" OR DE "OUT-of-state students" OR DE "PART-time college students" OR DE "RURAL college students" OR DE "TALENTED students" OR DE "TEACHERS college students" OR DE "UNDERGRADUATES" OR DE "VOCATIONAL school students" OR DE "WHITE college students" OR DE "WOMEN college students"

youth" OR DE "INTERNET entertainment" OR DE "INTERNET friendship" OR DE "INTERNET in education" OR DE "INTERNET in higher education" OR DE "INTERNET addiction" OR DE "INTERNET forums" OR DE "INTERNET fraud" OR DE "INTERNET gambling" OR DE "INTERNET literacy" OR DE "INTERNET music" OR DE "INTERNET pornography" OR DE "INTERNET users" OR DE "ONLINE chat" OR DE "ONLINE etiquette" OR DE "WEBCASTING" OR DE "VIDEO games" OR DE "VIDEO games & teenagers" OR DE "COMPUTER adventure games" OR DE "COMPUTER baseball games" OR DE "COMPUTER flight games" OR DE "COMPUTER war games" OR DE "COMPUTER word games" OR DE "ELECTRONIC fighting games" OR DE "EXERCISE video games" OR DE "FIFA video games" OR DE "FINAL Fantasy games" OR DE "FIRST-person shooters (Video games)" OR DE "GRAND Theft Auto games" OR DE "HISTORY in video games" OR DE "MASSIVELY multiplayer online role-playing games" OR DE "METAL Gear video games" OR DE "MIDDLE Ages in computer games" OR DE "MOBILE games" OR DE "MOTION pictures & computer games" OR DE "MOTION pictures & video games" OR DE "NINTENDO video games" OR DE "POKEMON" OR DE "SPORTS in video games" OR DE "VIOLENCE in video games"

Samlet søgestreng

#	Query
S11	S3 AND S6 AND S10
S10	S7 OR S8 OR S9
S9	KW (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)
S8	SU ("CYBERBULLYING" OR "MASS media & families" OR "INTERNET & families" OR "SIBLING communication" OR "PARENT-child communication" OR "CHILD-adult communication" OR "INTERNET friendship" OR "PEER communication" OR "SOCIAL interaction" OR "COMMUNITIES" OR "ATTACHMENT behavior" OR "SOCIAL belonging" OR "SOCIALIZATION" OR "SOCIAL status" OR "EMOTIONAL response" OR "EMOTIONAL problems of children" OR "SOCIAL support" OR "INTIMACY (Psychology)")
S7	TI (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)
S6	S4 OR S5
S5	SU ("DIGITAL media" OR "DIGITAL communications" OR "ONLINE social networks" OR "TOUCH screens" OR "TEXT messages (Telephone systems)" OR "MOBILE games" OR "CELL phones" OR "TELEPHONES" OR "CELL phones" OR "IPADS" OR "TABLET computers" AND "INTERNET television" OR "INTERNET" OR "INTERNET & families" OR "INTERNET friendship" OR "INTERNET & teenagers" OR "INTERNET & youth" OR "EMAIL" OR "VIDEO game culture" OR "SOCIAL media") OR (DE "COMPUTERS & college students") AND (DE "COMPUTERS

	<p>& families") OR DE "TABLET computers" OR DE "BLACKBERRY PlayBook (Computer)" OR DE "IPADS" OR DE "KINDLE Fire (Computer)" OR DE "MICROSOFT Surface (Computer)" OR DE "NEWTON (Computer)" OR DE "NEXUS 10 (Computer)" OR DE "NEXUS 7 (Computer)" OR DE "TABLET computers in education" OR DE "XOOM (Computer)" OR DE "SMARTPHONES" OR DE "ATRIX (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Bold (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Curve (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Pearl (Smartphone)" OR DE "BLACKBERRY Storm (Smartphone)" OR DE "DROID (Smartphone)" OR DE "FIRE (Smartphone)" OR DE "G1 (Smartphone)" OR DE "HTC One (Smartphone)" OR DE "IPHONE (Smartphone)" OR DE "NEXUS One (Smartphone)" OR DE "NOKIA smartphones" OR DE "PALM Pre (Smartphone)" OR DE "SAMSUNG Galaxy Nexus (Smartphone)" OR DE "SAMSUNG Galaxy Note" OR DE "SAMSUNG Galaxy S" OR DE "SMARTPHONES -- Social aspects" OR DE "SMARTWATCHES" OR DE "APPLE Watch" OR DE "MOBILE apps" OR DE "ENTERTAINMENT mobile apps" OR DE "IPHONE mobile apps" OR DE "MOBILE apps in education" OR DE "ONLINE dating mobile apps" OR DE "PHYSICAL fitness mobile apps" OR DE "READING mobile apps" OR DE "SHOPPING mobile apps" OR DE "SOCIAL networking mobile apps" OR DE "TABLET mobile apps" OR DE "WEATHER forecasting mobile apps" OR DE "APPLICATION software" OR DE "APPLICATION program interfaces" OR DE "COMPOSITE applications (Computer science)" OR DE "ENTERPRISE software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "NEWSREADERS (Computer software)" OR DE "PRESENTATION graphics software" OR DE "VIDEO games" OR DE "VOTING advice applications (Application software)" OR DE "WEB services" OR DE "MOBILE computing" OR DE "IN-vehicle computing" OR DE "MOBILE apps" OR DE "MOBILE geographic information systems" OR DE "WEARABLE technology" OR DE "MOBILE computing software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "MOBILE operating systems" OR DE "POCKET computer software" OR DE "MOBILE apps" OR DE "INTERNET" OR DE "INTERNET & teenagers" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "INTERNET entertainment" OR DE "INTERNET friendship" OR DE "INTERNET in education" OR DE "INTERNET in higher education" OR DE "INTERNET addiction" OR DE "INTERNET forums" OR DE "INTERNET fraud" OR DE "INTERNET gambling" OR DE "INTERNET literacy" OR DE "INTERNET music" OR DE "INTERNET pornography" OR DE "INTERNET users" OR DE "ONLINE chat" OR DE "ONLINE etiquette" OR DE "WEBCASTING" OR DE "VIDEO games" OR DE "VIDEO games & teenagers" OR DE "COMPUTER adventure games" OR DE "COMPUTER baseball games" OR DE "COMPUTER flight games" OR DE "COMPUTER war games" OR DE "COMPUTER word games" OR DE "ELECTRONIC fighting games" OR DE "EXERCISE video games" OR DE "FIFA video games" OR DE "FINAL Fantasy games" OR DE "FIRST-person shooters (Video games)" OR DE "GRAND Theft Auto games" OR DE "HISTORY in video games" OR DE "MASSIVELY multiplayer online role-playing games" OR DE "METAL Gear video games" OR DE "MIDDLE Ages in computer games" OR DE "MOBILE games" OR DE "MOTION pictures & computer games" OR DE "MOTION pictures & video games" OR DE "NINTENDO video games" OR DE "POKEMON" OR DE "SPORTS in video games" OR DE "VIOLENCE in video games"</p>
S4	<p>TI (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)) OR KW (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))</p>
S3	S1 OR S2
S2	<p>DE "TEENAGERS" OR DE "YOUTH" OR DE "CELL phones & teenagers" OR DE "EXCEPTIONAL teenagers" OR DE "GAY teenagers" OR DE "GIFTED teenagers" OR DE "HOMELESS teenagers" OR DE "INTERNET & teenagers" OR DE "LGBTQ teenagers" OR DE "MASS media & teenagers" OR DE "MENTALLY ill teenagers" OR DE "MINORITY teenagers" OR DE "POOR teenagers" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL teenagers" OR DE "SUBURBAN teenagers" OR DE "TEENAGE boys" OR DE "TEENAGE girls" OR DE "ADOLESCENCE" OR DE "HIGH school students" OR DE "MINORS" OR DE "HIGH school students" OR DE "BISEXUAL high school students" OR DE "BLACK high school students" OR DE "CATHOLIC high school students" OR DE "COLLEGE bound students" OR DE "GAY high school students" OR DE "HIGH school athletes" OR DE "HIGH school boys" OR DE "HIGH school dropouts" OR DE "HIGH school freshmen" OR DE "HIGH school girls" OR DE "HIGH school juniors" OR DE "HIGH school seniors" OR DE "HIGH school sophomores" OR DE "JEWISH high school students" OR DE "LGBTQ+ high school students" OR DE "LIBRARY orientation for high school students" OR DE "LOW-income high school students" OR DE "MINORITY high school students" OR DE "NATIVE American high school students" OR DE "NON-COLLEGE bound students" OR DE "PREPARATORY school students" OR DE "SEXUAL minority high school students" OR DE "VOCATIONAL school students" OR DE "WHITE high school students" OR DE "ELEVENTH grade (Education)" OR DE "HIGH school graduates" OR DE "NINTH grade (Education)" OR DE "TENTH grade (Education)" OR DE "TWELFTH grade (Education)" OR DE "AT-risk youth" OR DE "DEAF youth" OR DE "HOMELESS youth" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "LGBTQ youth" OR DE "MASS media & youth" OR DE "MENTALLY ill</p>

ERIC Thesaurus + emneord

	<p>youth" OR DE "MINORITY youth" OR DE "POOR youth" OR DE "PROBLEM youth" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL youth" OR DE "SCHOOL dropouts" OR DE "TELEPHONE & youth" OR DE "UNEMPLOYED youth" OR DE "URBAN youth" OR DE "WHITE youth" OR DE "YOUNG adults" OR DE "YOUTH with disabilities" OR DE "AT-risk youth" OR DE "DEAF youth" OR DE "HOMELESS youth" OR DE "INTERNET & youth" OR DE "LGBTQ youth" OR DE "MASS media & youth" OR DE "MENTALLY ill youth" OR DE "MINORITY youth" OR DE "POOR youth" OR DE "PROBLEM youth" OR DE "RUNAWAY teenagers" OR DE "RURAL youth" OR DE "SCHOOL dropouts" OR DE "TELEPHONE & youth" OR DE "UNEMPLOYED youth" OR DE "URBAN youth" OR DE "WHITE youth" OR DE "YOUNG adults" OR DE "YOUTH with disabilities" OR DE "COLLEGE students" OR DE "ADULT college students" OR DE "BISEXUAL college students" OR DE "CATHOLIC college students" OR DE "CHRISTIAN college students" OR DE "CHURCH college students" OR DE "COLLEGE dropouts" OR DE "COLLEGE freshmen" OR DE "COLLEGE juniors" OR DE "COLLEGE seniors" OR DE "COLLEGE sophomores" OR DE "COLLEGE students with disabilities" OR DE "COMPUTERS & college students" OR DE "FIRST-generation college students" OR DE "GAY college students" OR DE "GRADUATE students" OR DE "IN-state students" OR DE "JEWISH college students" OR DE "JUNIOR college students" OR DE "LGBTQ+ college students" OR DE "LOW-income college students" OR DE "MALE college students" OR DE "MINORITY college students" OR DE "NONTRADITIONAL college students" OR DE "OUT-of-state students" OR DE "PART-time college students" OR DE "RURAL college students" OR DE "TALENTED students" OR DE "TEACHERS college students" OR DE "UNDERGRADUATES" OR DE "VOCATIONAL school students" OR DE "WHITE college students" OR DE "WOMEN college students"</p>
S1	<p>TI (Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR under-graduate*)</p>

Antal hits: 1.043 hits Søgt: 18.01.2022

PsycInfo

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
<p>TI (Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR under-graduate*)</p>	<p>TI (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))</p>	<p>TI (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)</p>

Mesh-termer

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
	<p>DE (Online Community OR Online Social Networks OR Computers OR Computer Applications OR Mobile Devices OR Mobile Phones OR Mobile Applications OR Electronic Communication OR Digital Gaming OR Digital Media OR Digital Computers OR Social Media OR Communications Media OR Mass Media OR Telecommunications Media OR Media Exposure OR Screen Time OR</p>	<p>DE ("Interpersonal Relationships" OR "Social Interaction" OR "Caregivers" OR "Family Relations" OR "Friendship" OR "Kinship" OR "Peers" OR "Relationship Quality" OR "Interpersonal Interaction" OR "Social Behavior" OR "Conflict Resolution" OR "Teasing" OR "Psychodynamics" OR "Family Relations" OR "Family" OR "Parent Child Relations" OR "Parental Role" OR "Parenting" OR "Sibling Relations"</p>

Mesh-termer

	Elec- tronic Communication OR "Infor- mation and Communication Tech- nology" OR Smartphones OR Tablet Computers OR Laptop Computers OR Television OR In- ter- net OR Internet Usage OR Computer Games OR Social Net- works OR Text Messaging OR "Smartphone Use")	OR "Peer Relations" OR "Friendship" OR "Bully- ing" OR "Cyberbully- ing")
Samlet søgestreng		
#	Query	
S8	S1 AND S4 AND S7	
S7	S5 OR S6	
S6	DE ("Interpersonal Relationships" OR "Social Interaction" OR "Caregivers" OR "Family Relations" OR "Friendship" OR "Kinship" OR "Peers" OR "Relationship Quality" OR "Interpersonal Interaction" OR "Social Behavior" OR "Con- flict Resolution" OR "Teasing" OR "Psychodynamics" OR "Family Relations" OR "Family" OR "Parent Child Rela- tions" OR "Parental Role" OR "Parenting" OR "Sibling Relations" OR "Peer Relations" OR "Friendship" OR "Bully- ing" OR "Cyberbullying")	
S5	TI (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR net- work* OR community* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "so- cial life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emotional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*) OR KW (Famil* OR parent* OR mother* OR father* OR caretaker* OR sibling* OR friends OR friendship* OR peer* OR "peer group" OR "peer groups" OR "social group" OR "social groups" OR relation* OR togetherness* OR network* OR com- munity* OR communities* OR attachment* OR "relationship formation" OR interact* OR "social interaction" OR "social relationship" OR "social relationships" OR "social contact" OR "social contacts" OR "social life" OR "social connectedness" OR "social connection" OR "social tie" OR "social ties" OR loneliness* OR lonely* OR play* OR bully* OR fomo OR wellbeing* OR "parent participation" OR "adult participation" OR "social status" OR "emo- tional tie" OR "emotional ties" OR intimacy* OR intimate* OR commonality*)	
S4	S2 OR S3	
S3	DE (Online Community OR Online Social Networks OR Computers OR Computer Applications OR Mobile Devices OR Mobile Phones OR Mobile Applications OR Electronic Communication OR Digital Gaming OR Digital Media OR Digital Computers OR Social Media OR Communications Media OR Mass Media OR Telecommunications Me- dia OR Media Exposure OR Screen Time OR Electronic Communication OR "Information and Communication Technology" OR Smartphones OR Tablet Computers OR Laptop Computers OR Television OR Internet OR Inter- net Usage OR Computer Games OR Social Networks OR Text Messaging OR "Smartphone Use")	
S2	TI (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR com- puter) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tik- tok* OR Imgur* OR Steam*)) OR KW (((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Insta- gram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR Ask.fm* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*))	
S1	TI (Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR under- graduate*)	

Antal hits: 3.402 hits Søgt: 18.01.2022

Bilag 3 Del B søgeprotokol

Med udgangspunkt i de tre blokke er følgende søgeord udvalgt til hhv. blok 1, 2 og 3.

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
Adolescent	Digital device	Longing for belonging
Boy	Digital media	Belonging
Girl	Digital screen	Keeping updated
Juvenile	Electronic device	Quick response time
Teenager	Electronic media	Response time
Teen	Media device	Speed of response
Minor	Portable media	Fear of missing out
Young person	Portable mobile	FOMO
Young adult	Touch screen device	Negative social comparison
Young people	Cell phone	Social comparison
Young man	Cellular phone	Negative comparison
Young woman	Mobile phone	Mirroring
Youth	Smartphone	Envy
Youngster	Telephone	Stress
Underage	Hybrid computer	Stress symptoms
Student	Ipad	Psychological stress symptoms
Undergraduate	Tablet computer	Psychological stress response
	Tablet device	Physiological stress symptoms
	Screen time	Physiological stress response
	Internet media	Behavioral stress symptoms
	Online media	Behavioral stress response
	Internet communication	
	Internet-based communication	
	Online communication	
	Digital communication	
	Computer mediated communication	
	Video game	
	Computer Game	
	Gaming	
	Online gaming	
	Social media	
	Status update	
	Short message service	
	sms	
	Facebook	

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
	Snapchat	
	Youtube	
	Instagram	
	Reddit	
	Twitch	
	Netflix	
	Pinterest	
	Jodel	
	Whatsapp	
	Kik	
	Tumblr	
	4chan	
	Vine	
	Tiktok	
	Imgur	
	Steam	

Søgestreng

Web of Science		
Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
TI=(Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR undergraduate*)	TS=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer*) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Social medias" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*)	TS=("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison" OR "social comparisons" OR "negative comparisons" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom" OR "Stress symptoms" OR "Psychological stress symptom" OR "Psychological stress symptoms" OR "Psychological stress response" OR "Psychological stress responses" OR "Physiological stress symptom" OR "Physiological stress symptoms" OR "Physiological stress response" OR "Physiological stress responses" OR "Behavioral stress symptom" OR "Behavioral stress symptoms" OR "Behavioural stress response" OR "Behavioural stress symptoms" OR "Behavioral stress response" OR "Behavioral stress responses" OR "Behavioural stress response" OR "Behavioural stress responses")
Samlet søgestreng		
TS=(Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minors OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult" OR "Young adults" OR "young person" OR "young persons" OR "Young people" OR "Young man" OR "Young men" OR "Young woman" OR "Young women" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR Undergraduate* OR undergraduate*) AND TS=((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer*) AND (game OR		

Web of Science

games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Social medias" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR MMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam*) AND TS=("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison" OR "social comparisons" OR "negative comparisons" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom" OR "Stress symptoms" OR "Psychological stress symptom" OR "Psychological stress symptoms" OR "Psychological stress response" OR "Psychological stress responses" OR "Physiological stress symptom" OR "Physiological stress symptoms" OR "Physiological stress response" OR "Physiological stress responses" OR "Behavioral stress symptom" OR "Behavioral stress symptoms" OR "Behavioural stress response" OR "Behavioural stress symptoms" OR "Behavioural stress response" OR "Behavioral stress responses" OR "Behavioural stress response" OR "Behavioural stress responses")

Publication years: 2015-2022

Document types: Articles, Early Access, Review Articles, Proceedings Papers, Book Chapter

Languages: English, Danish, Norwegian, Swedish

Antal hits = 5.736 den 14.01.2022

PsycInfo

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
TI=(Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR underage* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR under-graduate*)	((((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media*" OR "Status update" OR "Short message service" OR SMS OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam* OR "Online Community" OR "Online Social Networks" OR "Computer Applications" OR "Mobile Phones" OR "Mobile Applications" OR "Electronic Communication" OR "Digital Computers" OR "Communications Media" OR "Mass Media" OR "Telecommunications Media" OR "Media Exposure" OR "Information and Communication Technology" OR "Tablet Computers" OR "Laptop Computers" OR "Internet Usage" OR "Social Networks" OR "Text Messaging" OR "Smartphone Use")	((("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison*" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom*" OR "Psychological stress symptom*" OR "Psychological stress response*" OR "Physiological stress symptom*" OR "Physiological stress response*" OR "Behavioral stress response*" OR "Psychological Stress" OR "Chronic Stress" OR "Social Stress" OR "Stress Reactions" OR "Stress and Coping Measures" OR "Acute Stress Disorder" OR "Academic Stress")

Samlet søgestreng

1	exp high school students/ or grade level/ or high school graduates/ or reentry students/
2	college students/ or community college students/ or junior college students/ or nursing students/ or rotc students/ or college graduates/ or graduate students/ or reentry students/
3	(adolescen* or boy* or girl* or juvenile* or minor* or underage* or under-age* or teen* or young adult* or young person* or young people or young man or young men or young woman or young women or youth or youngster* or student* or undergraduate* or under-graduate*).ti,ab,id.
4	or/1-3
5	((((online or portable or mobile or electronic or digital) and (media* or device* or screen or screens or communication)) or phone* or smartphone* or telephone* or computer* or tablet* or ipad* or internet* or "screen time" or ((online or portable or mobile or electronic or digital or internet or online or computer) and (game or games or gaming or video)) or "Social media" or "Status update" or "Short message service" or sms or Facebook* or Snapchat* or Youtube* or Instagram* or Reddit* or Twitch* or Netflix* or Pinterest* or Jodel* or Whatsapp* or Kik* or Tumblr* or 4chan* or Vine* or Tiktok* or Imgur* or Steam* or "Online Community" or "Online Social Networks" or "Computer Applications" or "Mobile Phones" or "Mobile Applications" or "Electronic Communication" or "Digital Computers" or "Communications Media" or "Mass Media" or "Telecommunications Media" or "Media Exposure" or

PsycInfo

	"Information and Communication Technology" or "Tablet Computers" or "Laptop Computers" or "Internet Usage" or "Social Networks" or "Text Messaging" or "Smartphone Use").ti,ab,id.
6	exp Online Community/ or exp Online Social Networks/ or exp Computers/ or exp Computer Applications/ or exp Mobile Devices/ or exp Mobile Phones/ or exp Mobile Applications/ or exp Electronic Communication/ or exp Digital Gaming/ or exp Digital Media/ or exp Digital Computers/ or exp Social Media/ or exp Communications Media/ or exp Mass Media/ or exp Telecommunications Media/ or exp Media Exposure/ or exp Screen Time/ or exp Electronic Communication/ or exp "Information and Communication Technology"/ or exp Smartphones/ or exp Tablet Computers/ or exp Laptop Computers/ or exp Internet/ or exp Internet Usage/ or exp Computer Games/ or exp Social Networks/ or exp Text Messaging/ or exp "Smartphone Use"/
7	or/5-6
8	("Longing for belonging" or belonging or "Keeping updated" or "Quick response time" or "response time" or "Speed of response" or "Fear of missing out" or FOMO or "Negative social comparison*" or "social comparison*" or "negative comparison*" or Mirroring or Envy or Stress* or "Stress symptom*" or "Psychological stress symptom*" or "Psychological stress response" or "Physiological stress symptom*" or "Physiological stress response" or "Behavioral stress symptom*" or "Behavioral stress response" or "Psychological Stress" or "Chronic Stress" or "Social Stress" or "Stress Reactions" or "Stress and Coping Measures" or "Acute Stress Disorder OR Academic Stress").ti,id,ab.
9	exp Belonging/ or exp Social Comparison/ or exp Mirroring/ or exp Psychological Stress/ or exp Chronic Stress/ or exp Social Stress/ or exp Stress Reactions/ or exp "Stress and Coping Measures"/ or exp Acute Stress Disorder/ or exp Academic Stress/ or exp Stress/
10	or/8-9
11	4 and 7 and 10
12	limit 11 to "0400 dissertation abstract"
13	11 not 12
14	limit 13 to (yr="2010-2022" and (english or danish or norwegian or swedish))
Antal hits: 2.158 Søgt: 18.01.2022	

Embase

Blok 1 – Målgruppe	Blok 2 – Eksponering	Blok 3 – Outcome
(Adolescen* OR Boy* OR Girl* OR Juvenile* OR Minor* OR under-age* OR under-age OR Teen* OR "Young adult*" OR "Young adults" OR "young person*" OR "Young people*" OR "Young man*" OR "Young men*" OR "Young woman*" OR "Young women*" OR Youth* OR Youngster* OR Student* OR undergraduate* OR undergraduate*)	((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital) AND (media* OR device* OR screen OR screens OR communication)) OR phone* OR smartphone* OR telephone* OR computer* OR tablet* OR ipad* OR internet* OR "screen time" OR ((online OR portable OR mobile OR electronic OR digital OR internet OR online OR computer) AND (game OR games OR gaming OR video)) OR "Social media" OR "Status update" OR "Short message service" OR sms OR Facebook* OR Snapchat* OR Youtube* OR Instagram* OR Reddit* OR Twitch* OR Netflix* OR Pinterest* OR Jodel* OR Momio* OR Whatsapp* OR Kik* OR Tumblr* OR 4chan* OR Vine* OR Tiktok* OR Imgur* OR Steam* OR "online social network" OR "mobile application*" OR "mobile Phone*" OR "cell phone use" OR "Electronic Communication" OR "Digital Computers" OR "Communications Media" OR "Mass Media" OR "Telecommunications Media" OR "Media Exposure" OR "Information and Communication Technology" OR "Tablet Computers" OR "Laptop Computers" OR "Internet Usage" OR "Social Networks" OR "Text Messaging" OR "Smartphone Use")	((("Longing for belonging" OR belonging OR "Keeping updated" OR "Quick response time" OR "response time" OR "Speed of response" OR "Fear of missing out" OR FOMO OR "Negative social comparison*" OR "social comparison*" OR "negative comparison*" OR Mirroring OR Envy OR Stress* OR "Stress symptom*" OR "Psychological stress symptom*" OR "Psychological stress response" OR "Physiological stress symptom*" OR "Physiological stress response" OR "Behavioral stress symptom*" OR "Behavioral stress response" OR "Psychological Stress" OR "Chronic Stress" OR "Social Stress" OR "Stress Reactions" OR "Stress and Coping Measures" OR "Acute Stress Disorder" OR "Academic Stress")

Mesh-termer

exp adolescent/ or exp boy/ or exp girl/ or exp juvenile/ or exp young adult/ or high school graduate/ or high school student/ or college student/

exp "Online Community"/ OR exp "Online Social Networks"/ OR exp Computers/ OR exp "Computer Applications"/ OR exp "Mobile Devices"/ OR exp "Mobile Phones"/ OR exp "Mobile Applications"/ORexp "Electronic Communication"/ OR exp "Digital Gaming"/ OR exp "Digital Media"/ OR exp "Digital Computers"/ OR exp "Social Media"/ OR exp "Communications Media"/ OR exp "Mass Media"/ OR exp "Telecommunications Media"/ OR exp "Media Exposure"/ OR exp "Screen Time"/ OR exp "Electronic Communication"/ OR exp "Information and Communication Technology"/ OR exp Smartphones/ OR exp "Tablet Computers"/ OR exp "Laptop Computers"/ OR exp Internet/ OR exp "Internet Usage"/ OR exp "Computer Games"/ OR exp "Social Networks"/ORexp "Text Messaging"/ OR exp "Smartphone Use"/

(behavioral stress/ or emotional stress/ or social stress/ or stress/ or school stress/ or mental stress/)

Samlet søgestreng

1	exp adolescent/ or exp boy/ or exp girl/ or exp juvenile/ or exp school child/ or exp young adult/ or high school graduate/ or high school student/ or college student/
2	(Adolescen* or Boy* or Girl* or Juvenile* or Minor* or underage* or under-age or Teen* or "Young adult*" or "Young adults" or "young person*" or "Young people*" or "Young man*" or "Young men*" or "Young woman*" or "Young women*" or Youth* or Youngster* or Student* or undergraduate* or under-graduate*).ti,bt,kw.
3	or/1-2
4	exp "Online Community"/ or exp "Online Social Networks"/ or exp Computers/ or exp "Computer Applications"/ or exp "Mobile Devices"/ or exp "Mobile Phones"/ or exp "Mobile Applications"/ or exp "Electronic Communication"/ or exp "Digital Gaming"/ or exp "Digital Media"/ or exp "Digital Computers"/ or exp "Social Media"/ or exp "Communications Media"/ or exp "Mass Media"/ or exp "Telecommunications Media"/ or exp "Media Exposure"/ or exp "Screen Time"/ or exp "Electronic Communication"/ or exp "Information and Communication Technology"/ or exp Smartphones/ or exp "Tablet Computers"/ or exp "Laptop Computers"/ or exp Internet/ or exp "Internet Usage"/ or exp "Computer Games"/ or exp "Social Networks"/ or exp "Text Messaging"/ or exp "Smartphone Use"/
5	((online or portable or mobile or electronic or digital) and (media* or device* or screen or screens or communication) or phone* or smartphone* or telephone* or computer* or tablet* or ipad* or internet* or "screen time" or ((online or portable or mobile or electronic or digital or internet or online or computer) and (game or games or gaming or video)) or "Social media" or "Status update" or "Short message service" or sms or Facebook* or Snapchat* or Youtube* or Instagram* or Reddit* or Twitch* or Netflix* or Pinterest* or Jodel* or Whatsapp* or Kik* or Tumblr* or 4chan* or Vine* or Tiktok* or Imgur* or Steam* or "online social network" or "mobile application*" or "mobile Phone*" or "cell phone use" or "Electronic Communication" or "Digital Computers" or "Communications Media" or "Mass Media" or "Telecommunications Media" or "Media Exposure" or "Information and Communication Technology" or "Tablet Computers" or "Laptop Computers" or "Internet Usage" or "Social Networks" or "Text Messaging" or "Smartphone Use").ti,bt,ab,kf.
6	or/4-5
7	behavioral stress/ or emotional stress/ or social stress/ or stress/ or school stress/ or mental stress/
8	("Longing for belonging" or belonging or "Keeping updated" or "Quick response time" or "response time*" or "Speed of response" or "Fear of missing out" or FOMO or "Negative social comparison*" or "social comparison*" or "negative comparison*" or Mirroring or Envy or Stress* or "Stress symptom*" or "Psychological stress symptom*" or "Psychological stress response*" or "Physiological stress symptom*" or "Physiological stress response*" or "Behavioral stress symptom*" or "Behavioral stress response*" or "Psychological Stress" or "Chronic Stress" or "Social Stress" or "Stress Reactions" or "Stress and Coping Measures" or "Acute Stress Disorder" or "Academic Stress").ti,bt,ab,kf.
9	or/7-8
10	3 and 6 and 9
11	dissertation.ti,kf,jx.
12	10 not 11
13	limit 12 to (conference abstract or letter or note or editorial)
14	12 not 13
15	limit 14 to (yr=2010-2022 and (english or danish or norwegian or swedish))

Antal hits = 4.238 Søgt: 18.01.2022

Bilag 4 Del A tabeller over inkluderede studier

Kvantitative studier						
Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller del-formål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
Badoer et al., 2021, Australien Svag	Undersøge social networking på LinkedIn før og efter en intervention, der inkluderer brug af LinkedIn i undervisningsrammer.	102 (kun 63 gennemførte) undergraduate studerende i farmaci.	Follow-up over et akademisk undervisningsår. Pre-test, post-test design.	Intervention, der inkluderer brug af LinkedIn i den normale undervisning.	Professionel networking og LinkedIn brug.	Professionelle netværksplatforme udgør effektive netværksmuligheder for unge. Interventionen havde en positiv effekt på unges brug og udbytte af denne professionelle netværksplatform.
Baldwin-White & Gower, 2021, USA Svag	Undersøge, hvordan sociale medier påvirker deltagelsen i risikofuld opførelse – inkl. seksuel opførelse.	392 universitetsstuderende, 46,2 % kvinder, i alderen 18-25 år. Alle fra samme universitet.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskema-data.	Brug af sociale medier (type og mængde af brug).	Opfattelsen af et sundt forhold og holdninger til samtykke.	Brug af sociale medier havde betydning for opfattelsen af sunde forhold. Denne betydning afhænger dog af typen af social medie platform. Der var ingen association mellem brug af sociale medier og holdninger til seksuelt samtykke.
Blight et al., 2015, USA Svag	Undersøge støtte-søgende statusopdateringer på Facebook, den oplevede støtterepons og offline støtte.	149 undergraduate studerende på et universitet. Gennemsnitsalder 21,2 år, 51 % mænd.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Offline støtte, Facebook intensivitet, antal likes.	Opfattet støtte	Online social støtte på Facebook (antal likes på opslag) var associeret med offline støtte.
Boyle & O'Sullivan, 2016, Canada	Undersøger, hvordan unge inkorporerer computermedieret	359 studerende. 53,8 % kvinder. Aldersspænd: 18-24	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskema-data.	Generel teknologibrug og computermedieret kommunikation samt	Partnerintimitet og -kommunikation	Computermedieret kommunikation er associeret med partnerens disclosure af ikke-intim information, som er associeret

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
Svag	kommunikation i deres datingliv, samt associationerne mellem computermedieret kommunikation og deres forholds-, intimitets- og kommunikationskvalitet.	år. Gennemsnitsalder 20,2 år. Alle i et heteroseksuelt forhold med daglig interaktion og geografisk tæt på partneren.		partnerkommunikation.	samt informationsøgende adfærd og "self-disclosure".	med forholdsintimitet og -kommunikation. Computermedieret kommunikation giver partnere mulighed for at forbedre den overordnede kvalitet af deres intimitet og kommunikation.
Brown et al., 2016, USA Svag	Undersøge, om venner ville bruge deres mobiltelefon i samvær med deres ven.	63 venner. Alle collestuderende. Gennemsnitsalder 18,79 år. Alle venner bestod af to af samme køn.	Ekperimentalt studie. Venner ratede kvaliteten af deres venskab, inden de mødte op på teststedet, hvor de blev bedt om at vente sammen i et venteværelse i 5 minutter – her blev de observeret med skjult kamera og tid brugt på mobil målt. Her efter ratede de kvaliteten af interaktionen.	Venskabs- og interaktionskvalitet.	Tid brugt på mobil i venteværelse.	Jo mere tid venner brugte på deres mobil i de 5 minutter, des lavere vurderede de deres venskabs- og interaktionskvalitet.
Dai, 2021, USA Svag	Undersøge sammenhængen mellem brug af "hookup apps" og turbulens i forhold og seksuel attitude/adfærd.	654 universitetsstuderende. 61,3 % kvinder. Gennemsnitsalder 19,94 år.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskema-data.	Brug af "hookup apps" (herunder Tinder, Coffee Meets Bagel, AOSO, Grindr, Plenty of Fish og andre).	Turbulens i forhold, seksuel attitude og risikabel seksuel adfærd.	Brugere af "hookup apps" var mere tilbøjelige til at opleve angst i forbindelse med forhold og mere tilbøjelige til at undgå forhold, end unge, som ikke bruger "hookup apps". Desuden var brugere af "hookup apps" mere tilbøjelige til at være positivt stemte over for åbne forhold, og de udtrykte, at de i

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
						høj grad nyder det fysiske aspekt af sex, ligesom de var mindre tilbøjelige til at bruge prævention, end personer, der ikke bruger "hookup apps".
De Lenne et al., 2019, Belgien Svag	Undersøge sammenhængen mellem at blive eksponeret for alternative partnere via sociale medier og forpligtigelse i nuværende forhold.	427 unge i et forhold, 71,2 % kvinder, i alderen 18-32 år. Gennemsnitsalder 23,16 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Eksposeringen for alternative partnere på sociale medier.	Forpligtigelse til forhold og romantisk sammenligning til alternative partnere på sociale medier.	Jo mere man er eksponeret for alternative partnere på sociale medier, desto mere søger man efter alternative partnere, hvilket influerer eksisterende forhold negativt.
Dumas et al., 2020, USA og Canada Moderat	Undersøge sammenhængen mellem like-søgende adfærd (redigere sine billeder, købe likes/followers etc.) på Instagram og følelsen af at høre til blandt jævnaldrende.	307 unge fra USA og Canada med gennemsnitsalder på 21,35 år. Aldersspænd på 18-25 år. 57,7 % kvinder.	Follow-up survey med 3 måneder imellem (fastholdelses pct. ved followup: 66 %).	Like-søgende opførsel (bruge software til at redigere billeder; tage et billede ned og lægge det op igen senere for at opnå flere likes etc.).	Følelse af at høre til blandt jævnaldrende.	Like-søgende opførsel var associeret med en lavere følelse af at høre til blandt jævnaldrende over tid. Yderligere fandt studiet, at dem, hvis peers så lettere på like-søgende opførsel, var mere tilbøjelige til at gøre det.
Eklund & Roman, 2019, Sverige Svag	Effekten af gaming på socialt liv i skolen. Herunder hvordan venskaber formes.	115 unge fra Sverige i alderen 17-19 år besvarede minimum et spørgeskema. Frafalvet.	Mixed methods. Både kohorte- og interview data. Survey 3 gange i løbet af skoleåret, og 10 gamere blev interviewet.	Gaming.	Venskabsdannelse og socialt liv.	Gaming var hverken associeret med venskabsdannelse eller social isolation.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
		dets andel varierede mellem 0,03 og 0,30 i de tre spørgeskemaer. 55 % mænd i kohorten.				
Fardouly et al., 2015, England Svag	Undersøge effekten af brug af forskellige medietyper (Facebook, internet, fjernsyn, musikvideoer og magasiner) på selvobjektivering blandt unge kvinder. Derudover undersøger de, hvorvidt udseendesammenligning og sammenligning med andre medier sammenhængen.	150 unge kvinder fra UK. Gennemsnitsalder 20,52 år. Aldersspænd: 17-25 år. Alle universitetsstuderende.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Mediebrug (Facebook, internet, fjernsyn, musikvideoer og magasiner), udseendesammenligning og sammenligning med andre.	Selvobjektivering.	Facebookbrug var associeret med selvobjektivering. Associationen var medieret af generel udseendesammenligning og sammenligning med ens bekendte på Facebook.
Gebre & Taylor, 2022, USA Svag	Undersøge sammenhæng mellem social/akademisk brug af Facebook og social/akademisk involvering.	604 universitetsstuderende med en Facebook konto. 77,2 % kvinder, gennemsnitsalder 21,16 år.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemadata.	Socialt og akademisk brug af Facebook.	Social og akademisk involvering.	Socialt brug af Facebook var positivt associeret med social involvering – især blandt ikke-generede. Blandt generede var socialt brug af Facebook positivt associeret med akademisk involvering. Uanset generthed, så var akademisk Facebookbrug positivt associeret med både social og akademisk involvering.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
Joiner et al., 2016, England Svag	Kønsforskelle i respons på Facebook statusopdateringer fra personer med samme eller andet køn.	522 universitetsstuderende, 41,4 % kvinder, gennemsnitsalder 19,01 år.	Tværsnitsstudie baseret på kodninger af respondenteres respons.	Fiktive statusopdateringer fra bedste mandlige eller kvindelige ven: "Jeg har en rigtig skod dag" og "Det er kun middag, og i dag kan umuligt blive værre. Trænger til et kram."	Respondenters respons på statusopdateringen (offentlig eller privat besked og indhold af beskeden). Deres svar blev kodet af forskerne, som vurderede, hvor støttende de var.	Kvindens offentlige og private beskeder til en kvindelig ven viste højere niveauer af følelsesmæssig støtte end mænds offentlige og private beskeder til en mandlig ven. Mænd viste højere niveauer af følelsesmæssig støtte i private beskeder end i offentlige svar til mandlige venner. Derimod var der ingen signifikante kønsforskelle i reaktion på statusopdatering fra en ven med det modsatte køn.
Kim & Kim, 2017, USA Svag	Undersøger sammenhængen mellem brug af sociale medier, diversitet i netværksdannelse, social kapital og selvvurderet velbefindende.	580 universitetsstuderende, 76,4 % kvinder, gennemsnitsalder 19,5 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Brug af sociale medier og diversitet i netværksdannelse.	Social kapital: Briding og bonding. Selvvurderet velbefindende.	Brug af sociale medier er associeret med en større diversitet i netværksdannelse end offline kommunikation. Diversitet i netværksdannelse er positivt associeret med social kapital og selvvurderet velbefindende.
Kim & Kim, 2019, USA Svag	Undersøge, om socialt mediebrug i forbindelse med universitetssport er associeret med gruppeidentitet og kollektivt selvværd.	439 universitetsstuderende, 70,6 % kvinder, gennemsnitsalder 19,32 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Socialt mediebrug i forbindelse med universitetssport. Heterogenitet i kommunikationsnetværk.	Gruppeidentitet og kollektivt selvværd	Studerende, der ofte bruger sociale medier til at kommunikere om sport, har en tendens til ofte at kommunikere med en heterogen gruppe af mennesker i campuslivet, og de føler en højere grad af gruppeidentitet samt kollektivt selvværd.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
Kimmig et al., 2018, Holland Svag	Undersøge effekten af voldelige videospil og adverse opførelstræk.	167 unge, hvoraf 90 % er universitetsstuderende (65 % kvinder). Aldersspænd: 16-24 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Gaming tendenser – inddelt på ikke-gamers, ikke-voldelige spil gamers, tidligere voldelige spil gamers, stadigt voldelige spil gamers. (Tid brugt på gaming, hvor længe man har gamet, hvor meget man har gamet i den seneste uge) samt potentielle confoundere som fx stress.	Interpersonelle-af-fektive og hæmningsløse træk.	Tid brugt på voldelige computerspil og gaming generelt er associeret med negativ social adfærd (affektive og hæmningsløse træk).
Kort-Butler, 2021, USA Svag	Undersøge forskelle på selv-identificerede gamere, andre computerspillere og ikke-spillere.	896 universitetsstuderende. 69 % kvinder, gennemsnitsalder 19,33 år. Aldersspænd: 17-29 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemadata.	At selvidentificere som gamer, ikke at gøre det, men stadig spille, og ikke at spille overhovedet.	Socialt engagement og oplevet social støtte. Forskellige opførelsmål som attitude til spil og deres effekt samt tid brugt på spil.	Dem, som ikke spillede computerspil, var mere socialt engagerede og oplevede mere social støtte, end dem, som spillede. Dog var gamers ikke socialt isolerede. Disse resultater afhang ikke nødvendigvis af, hvor meget tid man brugte på at spille. Dem, der ikke spillede, havde en mere negativ holdning til spil og deres effekter, end spillere.
Larson, 2021, USA Svag	Undersøge effekten af socialt mediebrug på forskelle i sociale egenskaber.	109 universitetsstuderende. Demografiske faktorer ikke rapporteret grundet en teknisk fejl i survey design, men idet der er tale om	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Socialt mediebrug.	Forskel i sociale evner.	Et højt forbrug af sociale medier er associeret med en dårligere evne til at agere socialt.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
		universitetsstuderende, antages det, at gennemsnitsalder er inden for målgruppen.				
Lepp et al., 2016, USA Svag	Brug af mobiltelefon og tilknytning til forældre og jævnaldrende.	493 universitetsstuderende (undergraduate), 18-29 år, gennemsnitsalder ikke angivet, 80 % kvinder.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Brug af mobiltelefon: totalt daglige forbrug, opkald, sms'er og problematisk forbrug.	Tilknytning til forældre og jævnaldrende (fremmedgørelse, gensidig tillid, kommunikation).	Begge køn: Problematisk brug af mobiltelefon var negativt associeret med tilknytning til forældre og jævnaldrende. For mænd: opkald, sms'er og total dagligt brug af mobil var ikke associeret med tilknytning til forælder eller jævnaldrende. For kvinder: opkald var positivt associeret med tilknytning til forældre og jævnaldrende, mens sms'er var positivt associeret med tilknytning til jævnaldrende.
Li et al., 2015, USA Svag	Undersøge, hvordan interaktion på Facebook er relateret til social støtte.	564 universitetsstuderende, 53,9 % kvinder, gennemsnitsalder 19,4 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Interaktion på Facebook.	3 typer af social støtte: modtage og give social støtte på Facebook, og generel oplevelse af social støtte.	Interaktion på Facebook var ikke associeret med unges generelle oplevelse af social støtte. Interaktion på Facebook er til gengæld associeret med at give og modtage social støtte på Facebook.
Macdonald & Schermer, 2021, USA Svag	Sammenhængen mellem smartphonebrug og ensomhed.	302 universitetsstuderende i alderen 18-24 år, som har en Huawei eller Iphone med minimum en uges	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Smartphonebrug (måles bl.a. ved skærmtidsdata) og personlighedskarakteristika.	Ensomhed.	Tid brugt på smartphone og på sociale medier er associeret med højere grad af ensomhed. Hyppigere brug (pickups) og brug af kommunikations apps er associeret med lavere grad af

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller del-formål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
		skærmtid. 53,3 % kvinder, gennemsnitsalder 18,85 år.				ensomhed. Resultaterne er kontrolleret for personlighedskarakteristika.
Manago et al., 2020, USA Moderat	Undersøger sammenhængen mellem ansigt til ansigt og computer-medieret kommunikation med autonomi og tæthed i relation til forældre og venner.	169 amerikanske gymnasieelever. Gennemsnitsalder 16,7 år. Aldersspænd: 14 år og 4 mdr. og 18 år og 11 mdr.	Longitudinelt studie: Deltagerne førte dagbog i 6 sammenhængende dage, hvor de dagligt estimerede tid brugt på de to forskellige kommunikationsformer + antal beskeder. På syvendedagen besvarede de spørgeskema om relationer mv.	Ansigt til ansigt og computer-medieret kommunikation samt antal beskeder udvekslet med venner og familie.	Tæthed i relation til forældre og venner og autonomi.	Tekstbeskeder og computer-medieret kommunikation med venner var associeret med tæthed i venskab i venskabsrelationen, efter kontrol for ansigt til ansigt tid med venner. Tekstbeskeder udvekslet med forældre var associeret med tæthed i relationen til med forældre, efter kontrol for tid tilbragt sammen ansigt til ansigt. Computer-medieret kommunikation med forældre var associeret med større afhængighed af forældre i forhold til at træffe selvstændige beslutninger, mens tekstbeskeder med venner var associeret med mere uafhængig beslutningstagning.
Männikkö et al., 2015, Finland Svag	Undersøge problematisk gaming blandt unge finner samt effekten deraf på psykosociale, sociale og fysiske helbreds-symptomer.	293 unge fra Finland (responserate 9,8 %). Aldersspænd: 13-24 år. Gennemsnitsalder 18,7 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemadata.	Problematisk gaming.	Selvrapporteret psykologisk, fysisk og social helbred.	Problematisk gaming er associeret med det at foretrække online social interaktion frem for offline social interaktion.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
Roberts & David, 2020, USA Svag	Undersøge sammenhæng mellem FOMO og velbefindende.	Studie 1) 107 studerende, 47 % kvinder, (alder ikke oplyst). Studie 2) 458 studerende, 55 % mænd, gennemsnitsalder 20,35 år.	2 gange tværsnit på baggrund af en survey	Samme eksponering i begge studier: FOMO (Przybylski et al., 2013) og intensitet af socialt mediebrug (Ellison et al., 2007).	Studie 1) social forbundenhed Studie 2) social forbundenhed (Lee & Robins, 1995) samt velbefindende (5 item measure af Diner et al., 1985).	Studie 1) FOMO er positivt associeret med intensitet i social mediebrug og negativt med social forbundenhed. FOMO er positivt associeret med social forbundenhed medieret igennem social medie intensitet. Studie 2) FOMO er negativt associeret med velbefindende (direkte) og indirekte positivt associeret igennem social medie intensitet i forhold til social forbundenhed.
Sánchez et al., 2017, Spanien Svag	Undersøgelse af association mellem online kvalitet af romantiske forhold og tilfredshed med forholdet.	431 universitetsstuderende i et romantisk forhold, 68,2 % kvinder, aldersspænd: 18-26 år, gennemsnitsalder 21,57 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Online kvalitet af deres romantiske forhold: online intimitet, kontrol, jalousi, påtrængenhed, cyberdatingpraksis (kontakte og flirte med andre, mens man er i et forhold) og kommunikationsstrategier.	Tilfredshed med romantisk relation.	Kvalitet i kærestepars online kommunikation øger tilfredsheden med parforholdet. Mens cyberdating-praksis, hvilket betyder, at man kontakter og flirter med andre online, mens man er i et forhold, var associeret med en lavere tilfredshed med forholdet.
Scott et al., 2021, Australien Svag	Undersøge betydningen af online og offline interaktion for kvaliteten af venskaber med fokus på socialt sårbare unge.	658 universitetsstuderende i alderen 17 til 25 år, som rapporterede at have venskaber på tværs af både online og offline kontekster. 59,8 % kvinder, gennemsnitsalder 19,41 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Social angst Medierende faktorer: Frekvens af interaktion med venner, og primær kontekst for interaktion med venner (online, offline, eller ligeligt fordel på online og offline) samt ensomhed.	Kvalitet af venskab.	Sociale sårbarheder er negativt associeret med venskabskvalitet for unge voksne, der primært interagerer med venner offline eller både online og offline.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller del-formål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
Sintas et al., 2020, Spanien Svag	Undersøge, hvordan unge menneskers "in-person" fritidsaktiviteter komplimenteres af brug af internet.	Data stammer fra 2017 Youth Survey (Eritja, 2017). Oprindeligt inkluderer denne 3.423 unge i alderen 15-34 år. Gennemsnitsalder ikke oplyst, men aldersfordeling på intervaller indikerer, at gennemsnitsalderen burde ligge inden for det acceptable interval.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Internetbrug (11 mål).	"In-person" fritidsaktiviteter (21 mål).	Fremhævede fund: "In-person" fritidsaktiviteter er komplimenteret af online informationssøgning asynkron kommunikation. Gaming hjemmefra er komplimenteret af software og associerede downloads. Disse komplimenterede forhold afhænger af sociale mønstre – primært i forhold til køn.
Sutcliffe et al., 2018, England Svag	Undersøger sammenhæng mellem online og offline socialisering.	249 studerende og ansatte (64 % kvinder) på et universitet i England. Gennemsnitsalder (SD): 20,9 år (3,6). Aldersspænd: 18-25 år. 94 % var studerende.	Tværsnit – survey. Der blev reklameret for deres survey i 20 dage til dem på universitetet.	Social tid/socialt aktiviteter (todelt. Første del er, hvor meget tid man bruger på sociale aktiviteter – både arbejds- og fritidsorienteret. Anden del berører frekvens). Social mediebrug (antal mennesker, man er i kontakt med på sociale medier).	Sociale netværk (antal sociale bånd inddelt i underkategorier – Sutcliffe et al., 2012; support grupper, altså hvem personerne kan søge råd og support hos – Binder et al., 2012 og Robert 2009). Social tilfredsstillelse og ensomhed.	Tid brugt på sociale medier positivt associeret med social tilfredshed samt størrelse på ens totale netværk. Antal online kontakter positivt associeret med social tilfredshed, bredde på sympatigruppe samt total netværksstørrelse. Yderligere fund om offline relationer ikke rapporteret i denne tabel.

Kvalitative studier				
Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Resultater
Bengtsson et al., 2021, Danmark Moderat	Undersøge implikationerne ved gaming blandt unge danskere under covid-19 lockdown.	35 unge i alderen 16-20 år. 65,7 % mænd. Alle skulle have erfaring (om end også minimal) med gaming.	Telefon- eller online interviews.	Unge gaming bidrog til at vedligeholde socialt liv, og gaming agerer som en legitim platform til at vedligeholde venskaber og tackle kedsomhed. Unge mennesker, der gamer, er i stand til at tilpasse sig fundamentale samfundsændringer således, at de tilfredsstiller deres sociale behov – selv under en pandemi.
Carlquist et al., 2019, Norge Svag	Undersøger, hvordan unge forstår og forhandler deres opfattelse af affekt med hensyn til brug af Snapchat.	23 unge fra Norge i alderen 16-19 år.	Fokusgrupper. Seks grupper med 3-4 deltagere i hver.	Studiet finder, at Snapchat tilbyder en levende måde, hvorpå følelsesfremkaldende objekter kan sendes rundt, som er intenst affektive, relationelle og påvirkende for unge mennesker.
Decieux et al., 2019, Luxembourg Svag	Undersøge trends i brug af sociale medier (kvantitativt). Undersøge den stigende vigtighed i brug af online interaktion over offline samt bevæggrunde herfor (kvalitativt).	Unge i alderen 15-25 år. Gældende for både det kvalitative og kvantitative.	Mixed methods. Trend survey convenience sample. Fokusgrupper. Både almindelige og en ekspertgruppe.	Studiet finder, at sociale interaktioner til en vis grad er ændret fra offline interaktion til online interaktion ved brug af sociale medier (kvantitativt). Studiet finder to hovedårsager til, at unge vælger sociale medier, når de skal interagere med jævnaldrende: 1) Det kræver en lav indsats at bruge sociale medier. 2) Unge er forbundet til sociale medier og dermed deres jævnaldrende hele tiden (kvalitativt). Studiet finder to forklaringer på, hvordan sociale medier ændrer unges interaktioner: 1) Det visuelle indhold på sociale medier giver mulighed for at kommunikere et budskab på en helt anden måde. 2) Offline interaktioner danner baggrund for online interaktioner på sociale medier (kvalitativt).

Kvalitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Resultater
Hjetland et al., 2021, Norge Svag	Undersøge unge menneskers levede oplevelser ved brugen af sociale medier.	27 unge i alderen 15-18 år. Gennemsnitsalder 16,8 år.	Fokusgrupper. Fem grupper med 5-6 deltagere i hver.	Studiet finder: (1) Brug af sociale medier katalyserer, hvordan folk kommunikerer og relaterer – både positive og negative effekter på sociale fællesskaber. (2) Socialt mediebrug kan føre til mere tilknytning, men også mere stress og dårligere selvopfattelse af egen krop. (3) Betydningen af sociale medier hænger sammen med motivationen for at anvende dem.
Hoffman, 2017, USA Svag	Undersøger forholdet mellem den oplevede vigtighed af sociale medier og frivillighed/samfundsprojekter.	80 universitetsstuderende (60 % kvinder), der har deltaget i 10 timers frivilligt arbejde i løbet af semesteret (fx oprydningsarbejde i parker).	Mixed methods studie med interviews og survey.	Sammenhæng mellem en oplevelse af at sociale medier er meget vigtige og oplevelsen af, at frivillighed og samfundsprojekter ikke er så vigtige. Unge oplever flere positive forhold i forbindelse med frivilligheder. Herunder at det er muligt at mødes med en etnisk divers gruppe.
Maher & Earl, 2019, USA Svag	Undersøger digitalmedier, institutionel støtte og netværks betydning for mikromobilisering og aktivisme.	40 unge: 20 gymnasieelever og 20 universitetsstuderende, med varieret socioøkonomisk baggrund, etnicitet, køn og alder.	Interviews med 40 studerende af en gennemsnitlig varighed af 43 minutter.	Digitale medier er blevet en integreret del af unges mikromobilisering, faciliteret af traditionelle veje til aktivisme – herunder institutionel støtte og netværk.
Vaterlaus et al., 2016, USA Moderat	Undersøger, hvordan unge mennesker oplever, at Snapchat påvirker deres interpersonelle forhold (familie, venner og romantiske).	34 unge universitetsstuderende (79,4 % kvinder). Gennemsnitsalder 20,4 år. Aldersspænd: 18-23 år.	Fokusgruppeinterviews og individuelle interviews.	De finder både positive og negative tendenser. Positivt: Snapchat faciliterer mere kongruent kommunikation i deres interpersonelle forhold, dvs. en større enighed blandt venner. Negativt: Snapchat forårsager en kommunikationsmodalitet, der leder til relationelle udfordringer.

Bilag 5 Del B tabeller over inkluderede studier

Kvantitative studier						
Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
Aalbers et al., 2019, Holland Svag	Undersøgelse af sammenhængen mellem passiv socialt mediebrug, depressive symptomer og stress.	125 universitetsstuderende (psykologi), 69,6 % kvinder, gennemsnitsalder 20,44 år. Rekrutteret online.	Longitudinel. Deltagerne besvarede 7 spørgeskemaer/dag i 14 dage.	Passiv og aktiv brug af sociale medier.	Stress. Depressive symptomer tab af interesse, udmattelse, koncentrationsbesvær, følelse af ensomhed, mindreværd, håbløshed indgår desuden som forklarende variable.	Passiv og aktiv brug af sociale medier var ikke prædiktiv for stress.
Allhujaili et al., 2020, USA Svag	Undersøge effekten af online mobning (ved social eksklusion og verbal chikane) på stress, følelsesmæssig tilstand og coping strategier.	29 universitetsstuderende, hvoraf 16 er kvinder i alderen 18,25 +/-0,58 år, og 13 er mænd 18,46 +/-1,13 år.	Eksperimentelt studie uden kontrolgruppe, deltagerne sammenlignes med egen baseline værdi.	Online mobning målt som 1) Social eksklusion, simuleret ved et online boldspil (Cyberball). 2) Verbal chikane simuleret ved hypotetiske scenarier og læsning af online kommentarer.	Stress, følelsesmæssig tilstand og coping strategier.	Social eksklusion og særligt verbal chikane er associeret med en højere grad af oplevet stress og en negativ følelsesmæssig tilstand med en begrænset betydning for coping strategier.
Apaolaza et al., 2019, Spanien Svag	Undersøge sammenhængen mellem mindfulness, selvværd, social angst, overdreven brug af sociale	346 universitetsstuderende, 52 % kvinder, 17-26 år (gennemsnitsalder 18,7 år). Alle deltagere skulle være aktive	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse foretaget blandt studerende (besvarelsesandel ukendt).	Overdreven brug af sociale medier på mobiltelefonen (WhatsApp).	Oplevet stress (mediatorer: mindfulness, selvværd og social angst).	Overdreven brug af sociale medier på mobilen var positivt associeret med oplevet stress. Mindfulness, selvværd og social angst er associeret med en mindre brug af sociale medier, og

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller del-formål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
	medier på mobilen og oplevet stress.	brugere af WhatsApp.				måske kan disse forhold afbøde noget af sammenhængen.
Atroszko et al., 2018, Polen Moderat	Undersøgelse af association mellem Facebook-afhængighed og demografiske variable, personlighedstyper, ensomhed, social angst og trivsel, herunder stress.	1.157 universitetsstuderende, 52 % kvinder, gennemsnitsalder 20,3 år. Convenience sample.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse foretaget blandt studerende (besvarelsesandel 95 %).	Facebook-afhængighed (Bergen Facebook addiction scale). Personlighed, self efficacy, narcissisme, selvværd, ensomhed.	Oplevet stress, selvvurderet helbred, søvnkvalitet, livskvalitet.	Afhængighed af Facebook var associeret med højere oplevet stress, dårligere søvnkvalitet og dårligere selvvurderet helbred.
Baker et al., 2016, USA Svag	Undersøge sammenhængen mellem tid brugt på sociale medier, FOMO og mentalt og fysisk helbred.	368 universitetsstuderende, 81 % kvinder, gennemsnitsalder 22 år.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse foretaget blandt studerende (besvarelsesandel ukendt).	Tid brugt på sociale medier.	FOMO Depressive symptomer Mindful opmærksomhed Fysiske symptomer	Tid brugt på sociale medier er positivt associeret med FOMO. Højt niveau af FOMO er desuden associeret med flere depressive symptomer, mindre mindful opmærksomhed og flere fysiske symptomer. Tid brugt på sociale medier er ikke associeret med depressive symptomer og mindful opmærksomhed, hvis FOMO ikke indgår i modellen.
Balcerowska et al., 2022, Polen Svag	Undersøge den direkte betydning af afhængighed af sociale medier for stress og generelt velbefindende, foruden Facebook-afhængig-	1.009 universitetsstuderende. 146 (13,3 %) havde kun en Facebook konto, mens 953 (86,7 %) havde en Facebook-konto og minimum en yderligere konto på sociale medier.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse foretaget i undervisningen på tre polske universiteter (57,1 %) og online via annoncer på Facebook (42,9 %).	Afhængighed af sociale medier Afhængighed af Facebook, personlighedskarakteristika.	Oplevet stress og generelt velbefindende	Afhængighed af sociale medier var positivt associeret med stress og negativt associeret med generelt velbefindende, efter kontrol for Facebook-afhængighed og personlighedskarakteristika.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
	hed og personlighedskarakteristika.	71,9 % kvinder, gennemsnitsalder 21,44 år. 94,4 % var studerende.	Estimeret responsrate på universiteterne > 95 %, ukendt online.			
Bergagna & Tartaglia, 2018, Italien Svag	Undersøge, om sammenhængen mellem selvværd og tid brugt på Facebook medieres af en tendens til at sammenligne sig med andre.	250 italienske universitetsstuderende, 56,4 % kvinder, gennemsnitsalder 22,18 år,	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse foretaget blandt studerende (besvarelsesandel ukendt).	Sammenligning med andre og selvværd.	Brug af Facebook målt ved 1) timer brugt dagligt, 2) brug af Facebook til social interaktion 3) brug af Facebook til Simulation (fx undlade at vise uønskede sider af sig selv på Facebook) eller søgen efter relationer.	Sammenligning med andre medierede associationen mellem lavt selvværd og højt dagligt forbrug af Facebook og for simulering. Blandt kvinder sås denne sammenhæng også for brug af Facebook til social interaktion.
Beyens et al., 2016, Belgien Svag	Undersøge 1) medierende effekt af FOMO i relationen mellem behov for at høre til og behov for popularitet med unges Facebook-brug (2) sammenhængen mellem FOMO, oplevet stress og brugen af Facebook.	402 belgiske studerende ved en ungdomsuddannelse. 43 % var drenge. Gennemsnitsalder var 16,41 år, og 92 % havde en Facebook-konto.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse foretaget blandt studerende (besvarelsesandel ukendt).	FOMO, behov for at høre til og behov for popularitet.	Brug af Facebook, oplevet stress pga. manglende popularitet på Facebook, oplevet stress pga. manglende følelse af at høre til på Facebook.	1) Højt behov for at høre til og behov for popularitet er associeret med stort forbrug af Facebook, og FOMO medierer disse sammenhænge. 2) Høj grad af FOMO var associeret med oplevet stress pga. manglende popularitet og følelse af ikke at høre til blandt venner på Facebook.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
Bibbey et al., 2015, England Stærk	Undersøge, hvorvidt alkohol- og internetafhængighed (individuel og i kombination) har betydning for biologiske stressreaktioner.	På baggrund af spørgeskemaundersøgelser fra 2.313 universitetsstuderende udvalgte et subsample af 88 studerende, 66 % kvinder, gennemsnitsalder 19,8 år. De blev inddelt således: internet- og alkoholafhængige (N = 17), internetafhængige (N = 17), alkoholafhængige (N = 28), ikke-afhængige kontroller (N = 26).	Ekperimentelt, spørgeskemaer og biologiske prøver.	De studerende blev udsat for 2 typer af stress tests: I den ene skulle de udføre en række matematiske udregninger, og i den anden skulle de holde 2 taler (2 minutters forberedelse og 4 minutters tale) for to tilhørere.	Biologiske stressreaktioner: kardiovaskulær aktivitet og kortisol koncentration.	Hverken individuelt eller i kombination var internet- eller alkoholafhængighed associeret med kardiovaskulær aktivitet eller kortisol koncentration.
Błachnio & Przepiórka, 2018, Polen Svag	Undersøge sammenhængen mellem FOMO, narcissisme, Facebookafhængighed og livstilfredshed.	360 polske brugere af Facebook, 64 % kvinder, i alderen 16-53 år (gennemsnitsalder 22,22 år).	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse efter snoboldsmetoden – distribueret til studerende, som blev bedt om at dele på Facebook og med venner.	FOMO, narcissisme og alder.	Facebookafhængighed og livstilfredshed.	FOMO og narcissisme var positivt associeret. Højt niveau af FOMO og narcissisme var associeret med en højere grad af Facebookafhængighed.
Brailovskaia & Margraf, 2017, Tyskland Stærk	Undersøge associationen mellem Facebookafhængighedsforstyrrelse, fysik og mental sundhed.	Universitetsstuderende, som tidligere har deltaget i spørgeskemaundersøgelsen BOOM. 179 personer besvarede både baseline	Longitudinelt studie med en baselinemåling i december 2015 og en followup-måling i december 2016.	Facebookafhængighed (både som eksponering og mediator imellem narcissisme og udfaldene) Narcissisme.	Mentalt helbred (depression, angst og stress symptomer), livstilfredshed, social støtte og fysisk helbred.	Facebookafhængighed var positivt associeret med oplevet stress, depression og angst symptomer. Facebookafhængighed var desuden positivt associeret med narcissisme og medierede

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
		og followup (60 % af de inviterede). Gennemsnitsalder 22,52 år, 77 % kvinder.				fuldt ud associationen mellem narcissisme og stresssymptomer.
Brailovskaia & Margraf, 2018, Tyskland Svag	Undersøgelse af sammenhængen mellem personlighedskarakteristika, mental sundhed og medieforbrug.	663 universitetsstuderende, som tidligere har deltaget i spørgeskemaundersøgelsen BOOM. Gennemsnitsalder 21,80 år, 66 % kvinder.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse foretaget blandt tyske studerende. Spørgeskemaet blev sendt til respondenter, som i semesteret 2015/16 havde givet lov til at blive kontak- tet med henblik på studiedeltagelse. Re- sponsproportionen var 84,5 %.	Medieforbrug: Computerspil, gene- relt internetforbrug, generel brug af so- ciale netværkssider, medlemskab af Fa- cebook, Twitter, Tumblr og Instra- gram.	Mental sundhed: stress, angst og depression samt livstilfredshed, lykke, resilience og social støtte.	Svage, men statistisk signifi- kante associationer mellem stress og nogle typer af medie- brug. Medlemskab af Tumblr er forbundet med en højere grad af stress, men der er ingen sig- nifikant association mellem andre typer af socialt mediebrug og stress. For gaming falder graden af stress med stigende brug. Til gengæld ses et lavere selvværd, social støtte, lykke og resiliens og flere depressive symptomer.
Brailovskaia & Margraf, 2020, Tyskland Moderat	Undersøge ten- denser i online mediebrug og trivsel (herunder stress) blandt ty- ske universitets- studerende fra 2016 til 2019.	1.985 universitets- studerende – sam- menlagt data fra fire runder af spørge- skemaundersøgel- sen BOOM (2016: n = 658, 65,8 % kvin- der, gennemsnitsal- der 21,77 år. 2017: n = 333, 70,6 % kvin- der, gennemsnitsal- der 20,68 år. 2018: n = 563, 75,3 % kvin- der, gennemsnitsal- der 21,07 år. 2019: n	Serie af tværsnitstu- dier.	Mediebrug: spil og sociale platforme.	Symptomer på stress, angst og depression samt positiv mental sundhed.	Stigning i brug af sociale medier henover perioden, men ikke i gaming. Samtidig ses en stig- ning i stress, angst og depres- sive symptomer. Der ses i alle år undtagen 2017 en positiv, men svag, associa- tion mellem brug af sociale me- dier og symptomer på stress.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
		= 432, 69,2 % kvinder, gennemsnitsalder 20,92 år).				
Brailovskaia et al., 2018, Tyskland Moderat	Undersøger, hvorvidt fysisk aktivitet kan afbøde associationen mellem daglig stress og Facebook-afhængighed.	122 universitetsstuderende, ikke konkurrerende atleter, med en Facebook-profil, der besvarede begge spørgeskemaer. 82,8 % kvinder, gennemsnitsalder 21,70 år.	Longitudinelt studie. T1: oktober 2016, 200 tilfældigt udvalgte førsteårstuderende inviteret, 28 ekskluderet, da de enten ikke havde en Facebook-profil eller var konkurrerende atleter. T2: oktober 2017, invitation sendt til de 148, som besvarede spørgeskema ved T1. En del af spørgeskemaundersøgelsen BOOM.	Facebook-afhængighed Frekvens af fysisk aktivitet.	Daglig stress: stressorer oplevet inden for de seneste 12 mdr. Positiv mental sundhed.	Facebook-afhængighed ved T2 var positivt associeret med daglig stress ved T1 og T2. Fysisk aktivitet medierede sammenhængen mellem daglig stress ved T1 og Facebook-afhængighed ved T2.
Brailovskaia et al., 2019, Tyskland Svag	Undersøger sammenhængen mellem daglig stress, social støtte (online og offline), brug af Facebook og Facebook-afhængighed.	309 universitetsstuderende, som bruger Facebook, 71,5 % kvinder, gennemsnitsalder 23,76 år.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse. Respondenter rekrutteret via annoncer på offentlige steder som bagere og forskellige universiteter.	Intensitet af Facebookbrug og tendens til Facebook-afhængighed.	Daglig stress, online social støtte, offline social støtte.	Daglig stress er associeret med både intensitet af Facebookbrug og tendens til Facebook-afhængighed (svage sammenhænge). Unge, der oplever en høj grad af online support via Facebook, er mere tilbøjelige til at opleve en højere grad af Facebook-afhængighed. Studerende, der oplever lav social støtte fra deres offline sociale netværk, er muligvis mere tilbøjelige til at øge deres brug

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
						af Facebook, når de føler sig stressede i det daglige, end det er tilfældet for studerende, der oplever en høj grad af støtte fra deres offline sociale netværk.
Brailovskaia et al., 2020, Tyskland Svag	Undersøger associationen mellem brug af sociale medier, årsager til brug af sociale medier og daglig stress.	485 nuværende og tidligere universitetsstuderende, som har deltaget i spørgeskemaundersøgelsen BOOM. 77,7 % kvinder, gennemsnitsalder 24,75 år, 73,6 % universitetsstuderende.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse. Inviterede i december 2019 500 tilfældigt udvalgte personer, som tidligere havde givet lov til at blive kontakket med henblik på studiedeltagelse. Responsproportionen var 97 %.	Brug af sociale medier: minutter/dag, foretrukne social medie, hovedårsager til brug af sociale medier.	Oplevet stress.	Resultater indikerer, at sammenhængen mellem brug af sociale medier og oplevet stress kan afhænge af årsagen til at bruge sociale medier. Signifikant association mellem oplevelse af stress i dagligdagen og anvendelse af sociale medier med det formål at forsvinde ind i en online verden for at undslippe negative følelser og offline oplevelser, men ikke med andre formål såsom fx informationssøgning og social interaktion. Sammenhængen er dog kun ganske svag, når der tages højde for andre faktorer såsom alder, køn, angst, depression.
Brown & Kuss, 2020, UK Moderat	Sammenligning af FOMO, mentalt velbefindende og social forbundenhed før og efter 7 dages afholdenhed fra sociale medier.	61 personer, som ejede en smartphone og jævnligt brugte sociale medier og levede op til krav om afholdenhed. 18-49 år, gennemsnitsalder 24,4 år, 67,21 % kvinder.	Mixed methods: eksperimentelt longitudinelt kvantitativt studiedesign, suppleret med tematisk kvalitativ analyse af åbne survey svar. Survey er gennemført blandt respondenter	Sociale medier på smartphone, smartphonebrug og sociale medier på andre enheder.	FOMO, mentalt velbefindende og social forbundenhed.	Kvantitativt: Deltagerne oplevede et signifikant fald i FOMO efter 7 dages afholdenhed fra sociale medier samt et bedre mentalt velbefindende og social forbundenhed. Kvalitativt: I den kvalitative del af studiet er resultatet imidlertid mere blandet. Mens nogle af deltagerne oplevede en større grad af social forbundenhed til

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller del-formål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
			rekrutteret via sociale medier.			deres offline venner, oplevede andre en mindre grad af social forbundenhed til deres online venner og er bekymret for konsekvenserne af deres fravær på de sociale medier. Samt at sociale medier bruges som middel til at undgå at tænke på, hvad der sker omkring en eller til at undgå svære situationer.
Buglass et al., 2017, UK Svag	Undersøge samspillet mellem FOMO, brug af sociale netværksplatforme og selvværd.	489 brugere af Facebook i alderen 13-77 år (gennemsnit: 20 år). 49,5 % kvinder. 175 respondenter indgår i longitudinal del.	Tværsnitstudie og followup efter 6 mdr. blandt 175 respondenter, som indgår i longitudinal del af studiet. Baseret på spørgeskemadata indsamlet på skoler, universitet og igennem online annoncer.	Brug af sociale netværksplatforme.	FOMO og selvværd.	FOMO medierede sammenhængen mellem hyppig brug af sociale netværksplatforme og lavt selvværd. Den longitudinelle del af studiet indikerer, at det er en cirkulær relation, idet lavt selvværd ved T1 var associeret med brug af sociale platforme og FOMO ved T2.
Burnell et al., 2019, USA Svag	Undersøger, hvordan passiv brug af sociale medier er associeret med at sammenligne sig selv med andre, FOMO, depressive symptomer og selvopfattelse.	717 universitetsstuderende (rekrutteret i skoleåret 2016/2017), 69 % kvinder, gennemsnitsalder 21,47 år, etnisk diversitet.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Passiv brug af sociale medier.	Sammenligne sig selv med andre, FOMO, depressive symptomer, selvværd, krop-opfattelse og opfattelse af social accept.	Passiv brug af sociale medier er associeret med FOMO, og det, at sammenligne sig selv med andre, kan være en del af sammenhængen. Studiet finder, at FOMO er associeret med depressive symptomer, dårligt selvværd, ringe kropsofattelse og lav opfattelse af social accept.
Canale et al., 2019 Italien	Undersøgelse af sammenhængen	605 gennemførte spørgeskemaet, 82	Tværsnitstudie baseret på spørgeskema.	Oplevet stress Psykologisk resiliens.	Afhængighed af online spil og tid	Oplevet stress er associeret med en højere risiko for afhængighed af online spil.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
Svag	mellem online gaming og oplevet stress samt den potentielle modererende effekt af psykologisk resiliens.	% mænd, gennemsnitsalder 24,01 år. Deltagerne var mindst 18 år gamle, kunne gennemføre spørgeskema på italiensk og spillede computer minimum en halv time/uge.	Respondenter var rekrutteret online via annoncer på forskningshjemmesider og Facebook.		brugt på computerspil pr. uge. Køn og alder.	Psykologisk resiliens kan moderere associationen mellem oplevet stress og tid brugt på computerspil/uge. Unge drenge rapporterede flere negative konsekvenser og mere tid brugt på spil, end piger og ældre.
Casale et al., 2018, Italien Svag	Undersøger sammenhængen mellem FOMO, problematisk brug af sociale medier, positive metakognitioner om sociale medier	579 italienske universitetsstuderende, 54,6 % kvinder, gennemsnitsalder 22,39 år.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse på et universitet.	FOMO, positive metakognitioner om sociale medier – dvs. en oplevelse af at brug af sociale medier bidrager positivt til at holde sig social og til at være en del af fællesskabet.	Problematisk brug af sociale medier.	Graden af problematisk brug af sociale medier stiger med graden af FOMO. Positive metakognitioner vedrørende brug af sociale medier kan være en del af årsagskæden mellem FOMO og problematisk brug af sociale medier.
Coccia & Darling, 2016, USA Svag	Undersøgelse af sammenhængen mellem tid brugt på social interaktion og stress og livstilfredshed.	534 studerende, 88,7 % kvinder, gennemsnitsalder 20,08 år. 56,7 % var i et seriøst forhold.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskema data fra "Parental Involvement for Emerging Adults study", som er et familiestudie ved et universitet.	Tid brugt på sociale medier, tekstbeskeder, herudover tale i telefon, studere, sove, se tv, dating.	Oplevet stress. Livstilfredshed.	Ingen signifikant sammenhæng mellem stress og brug af digitale medier i form af asynkron kommunikation på sociale netværkssider og sms. Studiet finder dog, at disse former for kommunikation er forbundet med en lavere grad af livskvalitet.
Dailey et al., 2020, USA Svag	Undersøgelse af biopsykologiske prædiktorer for afhængighed af sociale medier.	290 universitetsstuderende i kurserne massekommunikation og psykologi,	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Biologiske faktorer: alder, etnicitet, gennemsnitlig søvnlængde, somatisk diagnose.	Afhængighed af sociale medier.	Afhængighed af sociale medier er associeret med oplevet stress og tilbøjelighed til at sammenligne sig med andre.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
		som bruger minimum én af følgende: Facebook, Twitter, Snapchat eller Instagram og er minimum 18 år. Gennemsnitsalder 20,4 år, 82,1 % kvinder.		Sociale faktorer: køn, intensitet af forbrug, behov for sociale medier, sammenligne sig selv med andre. Psykologiske faktorer: oplevet stress, empati, selvværd, samvittighedsfuldhed og depression		Højere alder associeret med lavere afhængighed.
Dissing et al., 2019, Danmark Svag	Undersøge, om associationen mellem et højt niveau af oplevet stress og social interaktion, herunder om sammenhængen er forskellig afhængigt af, om interaktionen foregår ansigt til ansigt eller via sociale medier.	412 universitetsstuderende var inkluderet i analyserne om smartphone interaktion, mens 389 var inkluderet i analyserne om face-to-face interaktion. 76,8 % mænd, gennemsnitsalder 21,3 år.	Longitudinelt studie-design: Spørgeskema ved baseline og i de efterfølgende 3 måneder, hvor social interaktion blev målt. Deltagelsesprocent 44 %.	Selvrapporteret oplevet stress.	Netværksstørrelse, frekvens og varighed af interaktioner – målt igennem 3 måneder ved bluetooth sensorer, face-to-face interaktion og smartphone interaktion (opkald og beskeder) Demografiske variable og personlighedskarakteristika.	Deltagere med et højt oplevet stressniveau var mere tilbøjelige til at indgå i større opkalds- og beskedenetværk og have en højere frekvens af opkald og beskeder, end deltagere med et lavt stressniveau. Der var en tendens (ikke-signifikant) til, at deltagere med højt stressniveau brugte mindre tid på at mødes med deres venner face-to-face.
Elhai et al., 2018, USA Svag	Det primære formål var at undersøge FOMO i relation til negativ af-	296 universitetsstuderende fra psykologi. 76,7 % kvinder, gennemsnitsalder 19,44 år.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	FOMO	Smartphonebrug; frekvens og type af smartphonebrug	FOMO var associeret med en øget grad af problematisk smartphonebrug samt alle aspekter af negativ affektivitet (herunder stress).

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
	fektivitet og sværhedsgrad af problematisk smartphonebrug.				og problematisk smartphonebrug. Negativ affektivitet: depression, angst, stress, kedsomhed og rumination.	Alle aspekter af negativ affektivitet medierede association imellem FOMO og problematisk smartphonebrug.
Elhai et al., 2020, USA Svag	Undersøge sammenhængen mellem psykopatologiske symptomer, brug af smartphones og problematisk brug af smartphones.	316 universitetsstuderende i alderen 18-20 år (gennemsnitsalder = 19,21 år), 66,8 % kvinder, etnisk diversitet.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Depression, angst og FOMO.	Social, non-social og problematisk brug af smartphones.	FOMO er associeret med problematisk smartphonebrug. FOMO kan være en del af årsagskæderne mellem depression og non-social smartphonebrug samt mellem angst, depression og problematisk smartphonebrug.
Elhai et al., 2021, USA Svag	Undersøge sammenhængen mellem objektivt målt og selv vurderet smartphonebrug i forhold til overspringshandling, akademisk produktivitet og psykopatologi.	103 universitetsstuderende fra psykologi. 67 % kvinder, gennemsnitsalder 19,28 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	Skærmtid og antal skærmskift (aflæst fra de studerendes telefoner).	Depression, angst og stresssymptomer, overspringshandling, overfladelæring og akademisk produktivitet.	Depression, angst og stresssymptomer, mange overspringshandling og høj grad af overfladisk læring var let til moderat omvendt associeret med antal skærmskift.
Freytag et al., 2021, Tyskland Svag	Undersøgelse af, hvordan den kognitive orientering mod sociale medier er relateret til oplevet stress.	Studie 2: n = 531 universitetsstuderende (66 % kvinder, gennemsnitsalder 22,59 år) og 2.326	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse. Convenience sample.	Online årvågenhed, reaktivitet, fremtræden, overvågning og kommunikationsbelastning og multitasking.	Oplevet stress	Onlinekommunikation er associeret med højere grad af stress.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
		dagbogsoptegnelser. Studie 3: n = 244 universitetsstuderende (52 % kvinder, gennemsnitsalder 23,17 år).				
Garett et al., 2017, USA Stærk	Undersøge studerendes stressniveau igennem første semester og prædiktorer herfor.	182 universitetsstuderende, 60,2 % kvinder, gennemsnitsalder 18,2 år. Respondenter skulle tweete min. 3/uge for at blive inkluderet.	Longitudinelt studie: 10 uger med udsendelse af et spørgeskema pr. uge. Gennemsnitlig svarprocent: 84 %. Respondenter rekrutteret på Facebookside for førsteårsstuderende og fysisk på campus.	Twitter: Antal tweets var brugt som proxy for brug. Demografi (alder, køn, etnicitet, hovedfag).	Stressorer, stresshåndtering, søvnkvalitet og følelser.	Internetforbrug var associeret med et højere stressniveau, men studiet fandt ingen association mellem brug af sociale medier og stressniveau. Fysisk aktivitet var en effektiv copingstrategi.
Gray et al., 2018, USA Svag	Test af mænds kortisolrespons på at spille League of Legends.	26 mandlige medlemmer af et universitets E-sportsklub.	Eksperimentelt studie med før og efter måling.	League of Legends (spil mod mennesker, mod computere og hvorvidt man vandt eller tabte).	Spytprøver før og efter et spil (varede 15-27 minutter).	Resultaterne viste ingen ændringer i spillernes kortisolniveau før sammenlignet med efter spillet, og det var uafhængigt af, om spillerne spillede mod andre spillere eller en computer.
Gutiérrez-Puertás et al., 2020, Spanien Svag	Undersøge, om sygeplejerskestuderendes brug af sociale medier har betydning for 1) oplevet stress og 2) interpersonel	135 sygeplejerskestuderende fra ét universitet, 83,7 % kvinder, gennemsnitsalder 22,9 år.	Tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse.	Problematisk brug af WhatsApp (the WhatsApp Negative Impact scale) og demografiske karakteristika.	Oplevet stress, interpersonel kommunikationskompetencer og empati.	Der blev ikke fundet en signifikant sammenhæng mellem sygeplejerskestuderendes brug af sociale medier og oplevet stress.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller del-formål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
	kommunikation og empati.					
Hunt et al., 2018, USA Svag	Undersøgelse af brugen af sociale mediers betydning for mentalt helbred.	Baseline: 143 universitetsstuderende, 75,5 % kvinder, som havde en bruger på Facebook, Instagram og Snapchat + ejede en iPhone. Fuld followup: 30 (svarende til svarrate på 21 %).	Eksperimentel RCT studie. Spørgeskema-baseret. Indsatsperiode: 3 uger + 1 uge med baselinemålinger. Indsatsgruppe: max 10 min./dag for Facebook, Instagram og Snapchat (samlet max 30 min./dag) Kontrolgruppe: brug af sociale medier som almindeligt.	Brug af de sociale medier Facebook, Instagram og Snapchat: selvrappor- ret + screenshots fra deres iPhone med tracket brug af forskellige apps.	Social support, FOMO, ensomhed, angst, depression, selv- værd, autonomi og selvaccept.	FOMO ved baseline prædikte- rede større brug af sociale me- dier i baselineugen. Studiet fandt ingen effekt på FOMO af at reducere forbruget af sociale medier i 3 uger. En- somhed og depressive sympto- mer faldt i indsatsgruppen, mens de resterende variable for mentalt helbred ikke var associ- eret med indsatsen.
Kaess et al., 2017, Tyskland Moderat	Undersøger psy- kologisk og neuro- logisk respons på akut stress blandt mænd med diag- nosticeret spilaf- hængighed (ga- ming disorder).	Cases: 24 unge mænd mellem 15 og 25 år (gennemsnits- alder 18,38 år), som lever op til DSM-5 kriterierne for "ga- ming disorder". Kontroller: 25 mænd uden spilafhængig- hed, der er matchet på køn, alder, ud- dannelsesstatus og rygning.	Eksperimentelt case kontrol studie, hvor deltagerne besvarer spørgeskemaer og får taget hår/spyt prøver, før og efter at de ud- sættes for kortvarig stress i eksperimen- tet. Yderligere får de målt hjerterytme igen- nem eksperimentet.	Gaming disorder og udsættelse for stress.	Subjektiv stress, kortisolniveau og hjerterytme.	Mænd med spilafhængighed rapporterer flere symptomer på depression, angst og stress end mænd uden lidelsen, inden de blev udsat for eksperimentet. Studiet finder en stærkere psy- kologisk og neurobiologisk re- aktion (hjerterytme) på akut stress blandt unge mænd med spilafhængighed sammenlignet med unge mænd uden spilaf- hængighed. Dog sås ingen sig- nifikant effekt på de unges kor- tisolniveau.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
Lup et al., 2015, USA Svag	Undersøge associationen imellem brug af Instagram og sammenligning med andre samt depressive symptomer. Derudover undersøger studiet, hvilken betydning antallet af fremmede, som personen følger på Instagram, har for associationen.	117 Instagrambrugere i alderen 18-29 år. Gennemsnitsalder 24,81 år, 84 % kvinder.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemadata.	Tid brugt på Instagram samt antallet af fremmede, som personen følger på Instagram.	Sammenligne sig med andre og depressive symptomer.	Resultater tyder overordnet på, at blandt Instagrambrugere, som følger mange fremmede, er der en positiv sammenhæng mellem brug af Instagram og hhv. at sammenligne sig med andre og depressive symptomer. Blandt personer, der følger færre fremmede, er hyppigt forbrug derimod associeret med lavere grad af sammenligning og færre depressive symptomer.
Maia et al., 2020, Portugal Svag	En undersøgelse af problematisk internetforbrug og psykologisk mistrivsel.	503 universitetsstuderende, 79,8 % kvinder, gennemsnitsalder 20,25 år.	Tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse.	Problematisk brug af internettet.	Depression, angst og stress.	Problematisk forbrug af internettet var associeret med depression, angst og stress.
Markova & Azocar, 2021, USA Svag	Sammenhængen mellem kvinders kropstilfredshed, sammenligning med andre, tyndhedsideal og brug af social medier.	725 kvindelige universitetsstuderende i alderen 18-50 år, gennemsnitsalder 20,40 år (de fleste i alderen 20 til 26 år).	Tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse.	Brug af sociale medier (Instagram, Facebook, SnapChat og YouTube).	Sammenligning med andre, kropstilfredshed og tyndhedsideal.	Kvinder med et stort forbrug af sociale medier sammenligner sig i højere grad med andre kvinder – især dem, der ser bedre ud end dem selv. Kvinder med et hyppigt forbrug er desuden mere utilfredse med deres kroppe og oplever i højere grad at være for tykke end kvinder med et lavere forbrug af sociale medier.
Midgley & Thai 2021, Canada Svag	Studie 1) undersøger sammenhænge mellem	Studie 1) 213 universitetsstuderende (psykologi), 73,7 %	Studie 1) Eksperimentelt studie design.	Studie 1) Selvværd og livstilfredshed	Studie 1) Sammenligning med andre.	Studie 1) Tendens til oprettede sammenligninger – dvs. med individer, som de fx synes ser

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
	sammenligninger på sociale medier, selvværd og livstilfredshed. Studie 4) undersøger frekvens og grad af sammenligninger, når man er på sociale medier, sammenlignet med sammenligninger foretaget i andre kontekster.	kvinder, gennemsnitsalder 18,98 år. Studie 4) ved baseline: 79 universitetsstuderende, 64,5 % kvinder, gennemsnitsalder 20,15 år. Ved follow-up: 66 studerende, svarende til 83,54 %.	Deltagerne gennemgår 20 posts i deres feed og rapporterer løbende deres oplevelser af sammenligning. Studie 4) Longitudinelt studie design. Deltagerne skulle igennem 2 uger 6 gange dagligt besvare et spørgeskema omkring de sammenligninger med andre, som de havde foretaget.	Studie 4) Brug af sociale medier	Studie 4) Sammenligne sig selv med andre (hvem sammenligningen var rettet mod, vigtigheden af domænet for sammenligning, samt hvor vigtigt det var for dem)	bedre ud. Sådanne sammenligninger er associeret med lavere selvværd og livstilfredshed. Studerende med et lavere selvværd ved start er mere tilbøjelige til at foretage opadrettede sammenligninger, end studerende med et højere selvværd. Studie 4) Tid brugt på sociale medier er positivt associeret med at sammenligne sig med andre. De studerende foretager i højere grad opadrettede end nedadrettede sammenligninger, når de bruger sociale medier, end ved sammenligninger foretaget i andre kontekster. Sammenligninger foretaget på de sociale medier er mere ekstreme og er i højere grad associeret med negative selvvurderinger.
Moore & Cra-ciun, 2020, USA Svag	Undersøgelse af, hvorvidt personlighedskarakteristika og FOMO er prædiktive for aktivitet på Instagram.	156 universitetsstuderende, 56 % kvinder, gennemsnitsalder 20 år.	Tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse og faktisk aktivitet på Instagram.	FOMO, køn og personlighedskarakteristika.	Tendens til afhængighed af sociale medier + brug af Instagram: forskerne blev venner med de personer, som besvarede spørgeskemaet, og fik således adgang til respondenternes	Studerende, som oplever en høj grad af FOMO, er mere tilbøjelige til at have en positiv holdning til Instagram, at følge flere profiler samt at have tendens til at være afhængig af sociale medier, sammenlignet med personer med en lavere grad af FOMO. Køn havde signifikant betydning, idet kvinder var mere aktive på Instagram end mænd

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
					faktiske aktivitet på Instagram (fx totale antal posts og likes).	(flere følgere, post og følger selv flere) og havde større tendens til afhængighed.
Moudiab & Spada, 2019, England Svag	Undersøgelse af, hvorvidt motiver og utilpassede erkendelser er associeret med afhængighed af gaming, ringe velbefindende og problematisk brug af internettet.	64 universitetsstuderende, minimum 18 år og internet gamers. 61 % kvinder, gennemsnitsalder 21,3 år.	Tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse. Rekrutteret via Facebook og universitetets platforme.	Problematiske internetbrug, depression, angst og stress, motiver for online gaming, utilpassede spilrelaterede erkendelser.	Afhængighed af gaming.	Alle variablene var positivt associeret med afhængighed af gaming, på nær motiver relateret til rekreation.
Murdock et al., 2015, USA Svag	Undersøgelse af betydningen af co-rumination for relationen mellem oplevet stress og velbefindende.	142 universitetsstuderende, 78,9 % kvinder, gennemsnitsalder 19,58 år (18-22 år).	Tværsnitstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse.	Oplevet stress og estimeret mobiltelefonforbrug. Co-rumination via telefoner og face-to-face undersøges som moderatører.	Psykosocialt velbefindende og social udbrændthed.	Oplevet stress er associeret med lavere velbefindende blandt dem, som rapporterede højere niveauer af co-rumination via deres telefon, mens co-rumination, der foregik ansigt til ansigt, ikke havde betydning for sammenhængen mellem stress og velbefindende.
Nabi et al., 2016, USA Svag	Undersøgelse af, hvorvidt medieforbrug kan påvirke stressniveau	240 universitetsstuderende i alderen 18-29 år og i parforhold (som ikke tager medicin, der kan påvirke kortisolniveauet). 50 % kvinder, gennemsnitsalder 21,0 år.	Baseret på en spørgeskemaundersøgelse og spytpøver foretaget 4 gange over en 2 timers periode (foretaget i laboratorie).	Medieforbrug: fjernsyn, andre medier (TV, aviser, internet, magasiner, videospil og musik), mediegenre (comedy, drama, sport og romantiske komedier).	Oplevet stress og kortisolniveau.	Positiv, signifikant association mellem kortisolniveau og tid på gaming i hverdagen. Studiet finder ikke nogen signifikant association mellem gaming og oplevet stress.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
Nisar et al., 2019, England. Svag	Relationen mellem brugen af Facebook, sammenligning med andre og depressive symptomer.	399 Facebookbrugere, fokus på 20-29-årige, gennemsnitsalder 22,7 år.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse. Sampling online, svarprocent er ukendt.	Facebookbrug passiv/aktiv.	Sammenligning med andre, depressive symptomer.	Studiet finder en positiv association mellem passiv brug af Facebook og det at sammenligne sig med andre. Negativ sammenhæng mellem aktiv brug af Facebook og det at sammenligne sig med andre. Svag (men statistisk signifikant) sammenhæng mellem det at sammenligne sig med andre og depressive symptomer.
Ramón-Arбуés et al., 2021, Spanien, Svag	Undersøge prævalens af og associerede faktorer for problematisk internetbrug.	698 universitetsstuderende, 59,7 % kvinder, gennemsnitsalder 21,96 år.	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse. Rekrutteret på universitet, hvor 811 var inviteret (86 % svarrate).	Problematisk internetforbrug.	Selvværd, alkoholforbrug social støtte, depression, angst og stress, demografiske faktorer og sundhedsadfærd.	Problematisk internetforbrug var associeret med stress, alkoholindtag, angst og social støtte.
Rasmussen et al., 2020, USA Svag	Undersøgelse af sammenhængen mellem brug af sociale medier og mental sundhed medieret igennem følelsesregulering og oplevet stress.	546 universitetsstuderende, 18-34 år (gennemsnitsalder 20,82 år), 66 % kvinder,	Tværsnitstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse. Svarprocent er ikke angivet.	Brug af sociale medier.	Oplevet stress, følelsesregulering (mediatorer) og mentale sundhedsproblemer.	Stress er relateret til brug af sociale medier, og problemer med følelsesregulering og heraf oplevet stress kan være en del af årsagskæden bag den sammenhæng, studiet finder mellem brug af sociale medier og mentale sundhedsproblemer.
Roberts & David, 2020, USA Svag	Sammenhængen mellem FOMO, socialt mediebrug, social forbundenhed og velbefindende.	Studie 1) 107 studerende, 47 % kvinder, (alder ikke oplyst) Studie 2) 458 studerende, 55 % mænd,	2 tværsnitstudier baseret på en spørgeskemaundersøgelse.	Studie 1) FOMO Studie 2) FOMO	Studie 1) social forbundenhed. Intensiteten i brug af sociale medier som potentiel mediator.	Studie 1) FOMO er positivt associeret med intensitet i social mediebrug, men negativt associeret med social forbundenhed. Intensitet af social mediebrug

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
		gennemsnitsalder 20,35 år.			Studie 2) social forbundenhed og velbefindende. Intensiteten i brug af sociale medier som potentiel mediator.	medierer association mellem FOMO og social forbundenhed. Studie 2) FOMO er negativt associeret med velbefindende, men resultaterne indikerer også, at FOMO kan være positivt associeret med velbefindende, såfremt FOMO fører til en social medie intensitet, der fremmer social forbundenhed.
Sabik et al., 2020, USA Svag	Undersøge, hvad det betyder for mentalt velbefindende, når feedback fra sociale medier er afgørende for selvværd.	164 kvindelige universitetsstuderende, gennemsnitsalder 20,50 år (18-33 år).	Tværsnitsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse.	Årsager til brug af sociale medier, vurdering af, hvorvidt selvværd afhænger af feedback på sociale medier og frekvens af social mediebrug.	Selv vurderet stress, depressive symptomer, resilience og egenomsorg.	Kvinder, hvis selvværd i høj grad afhæng af feedback på sociale medier, og som brugte sociale medier til at opnå status, rapporterede højere niveauer af stress, end kvinder, hvis selvværd ikke var så afhængigt af sociale medier.
Schmidt et al., 2020, Tyskland Svag	Stressrespons og præstation blandt E-sportspillere i turnering.	23 spillere i E-sports turnering, 19 mænd, gennemsnitsalder 23,7 (20-33 år).	Feltstudie med før- og eftermåling.	Computerspil	Spillernes kortisolniveau (stresshormon) blev målt tre gange: før spillet, umiddelbart efter spillet og 30 minutter efter endt spil.	Studiet finder som forventet, at det gennemsnitlige kortisolniveau stiger markant i løbet af spillet. Derudover finder de, at spillernes præstationer er forskellige afhængigt af stressresponsen. De bedste præstationer sås blandt spillere med et lavt til moderat fysisk stressrespons og spændingsniveau (anxiety), mens de næstbedste præstationer sås blandt de spillere, der havde det højeste stressrespons og spændingsniveau. De

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksponering	Udfald	Resultater
						spillere, der oplevede et fald i kortisolniveauet og spændingsniveauet, præsterede dårligst.
Servidio, 2021, Italien Svag	Undersøge den medierende rolle af FOMO og smartphonebrug mellem selvkontrol og problematisk smartphonebrug.	405 universitetsstuderende, 71,11 % kvinder, gennemsnitsalder 22,11 år (19-43 år).	Tværsnitsstudie baseret på en spørgeskemaundersøgelse.	Brug af smartphone, selvkontrol og FOMO (mediator).	Problematisk brug af smartphone.	FOMO er forbundet med et højere smartphoneforbrug blandt mænd, men ikke blandt kvinder. For begge køn er FOMO positivt associeret med problematisk smartphonebrug. FOMO medierer delvist sammenhængen mellem selvkontrol og problematisk smartphonebrug, dvs. at personer med lav selvkontrol i højere grad oplever FOMO og dermed et problematisk forbrug af smartphone.
Weaver & Swank, 2021, USA Svag	Undersøgelse af problematisk brug af sociale medier, FOMO, nærværenhed, selvværd og livstilfredshed.	278 universitetsstuderende, 88,9 % kvinder, 18-53 år (gennemsnitsalder 20,5 år)	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	FOMO og nærværenhed (mindful attention)	Problematisk brug af sociale medier, selvværd og livstilfredshed.	Problematisk brug af sociale medier stiger med stigende grad af FOMO. Associationen mellem FOMO og problematisk brug af sociale medier medieres af nærværenhed (mindful attention). FOMO er negativt associeret med selvværd og livstilfredshed.
Wolniewicz et al., 2018, USA, Svag	Undersøger psykopatologiske variables (herunder FOMO) relation til problematisk smartphonebrug inkl. social smartphonebrug	296 studerende, 57,1 % kvinder, gennemsnitsalder 20 år.	Tværsnitsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse.	FOMO samt negativ affektivitet og frygt for hhv. negativ og positiv evaluering.	Problematisk smartphone forbrug samt social og ikke-social brug af smartphone.	Association mellem FOMO og hhv. social brug af smartphone og problematisk smartphonebrug. FOMO medierede associationen mellem frygt for hhv. negativt og positiv evaluering og problematisk smartphonebrug.

Kvantitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Eksposering	Udfald	Resultater
Zhao & Lapierre, 2020, USA Moderat	Undersøge den forstærkende effekt af problematisk smartphonebrug på oplevet stress og senere depression. Desuden undersøges, om hjælp fra sociale relationer modificerer associationen mellem stress og type/formål med smartphonebrug samt problematisk smartphonebrug.	222 universitetsstuderende, som ikke indgik i romantisk forhold. Gennemsnitsalder ved 1. måling: 19,6 år, 60 % kvinder. Convenience sample.	Opfølgingsstudie baseret på spørgeskemaundersøgelse foretaget to gange med et års mellemrum blandt studerende ved kommunikations- og sociologikurser. (Besvarelsesandel omkring 72 %).	Problematisk smartphonebrug, antal minutter af smartphonebrug på en typisk dag inden for 8 forskellige domæner, som er sammenlagt til 3 forskellige typer af forbrug: person-to-person, massemedier og sociale netværk.	Oplevet stress, social støtte og depression.	Ved studiestart er brug af smartphone til social netværkskabelse associeret med en højere grad af oplevet stress. Denne association er stærkest blandt unge, der har et svagt netværk, som de kan få hjælp fra, når de har problemer, sammenlignet med unge, der har et mere støttende socialt netværk. Brug af smartphone til direkte social interaktion (samtale, sms, mail og videochat) er associeret med en højere grad af stress, men ingen sammenhæng mellem brug af smartphone til at tilgå massemedier. Problematisk smartphonebrug forstærker oplevet stress, især for personer med høje niveauer af stress. Yderligere kan stress mediere effekten mellem problematisk smartphonebrug og depressive symptomer.

Kvalitative studier

Forfatter, år, land, kvalitetsvurdering	Formål eller delformål	Studiepopulation	Studiedesign og metode	Resultater
Li et al., 2015 Moderat	Eksplorativt kvalitativt studie om prædiktorer og konsekvenser af ekstremt internetforbrug og afhængighed.	27 amerikanske studerende, som identificerede sig selv som intensive internetbrugere, brugte mere end 25 timer om ugen på nettet på ikke skole- eller jobrelateret aktivitet og rapporterede internetrelaterede psykosociale problemer og helbredsproblemer, 63 % kvinder, gennemsnitsalder 21,0 år.	Semistrukturerede fokusgruppeinterviews med 6-8 deltagere i hver.	Stress, kedsomhed, tristhed og depression var almindelige udløgere af intensivt internetbrug. Stort set alle deltagerne havde et stort forbrug af sociale medier. Blandt de hyppigst rapporterede konsekvenser af intensiv internetforbrug var søvnmangel og manglende engagement i sociale aktiviteter ansigt til ansigt.

Bilag 6 Oversigt over kvalitetsvurdering af parametrene i den kvantitative kvalitetsvurdering

Del A, tabel over kvalitetsvurderede kvantitative studier						
Studie	Selektions-bias (RATING)	Studie-design (RATING)	Confoundere (RATING)	Dataindsamlingsmetode (RATING)	Bortfald (RATING)	Samlet kvalitetsvurdering
Badoer et al., 2021, Australien	Svag	Moderat	Svag	Svag	Moderat	Svag
Baldwin-White & Gower, 2021, USA	Svag	Svag	Svag	Svag	Ikke relevant	Svag
Blight et al., 2015, USA	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Boyle & O'Sullivan, 2016, Canada	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Brown et al., 2016, USA	Svag	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Dai, 2021, USA	Svag	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
De Lenne et al., 2019, Belgien	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag
Dumas et al., 2020, USA og Canada	Svag	Moderat	Stærk	Moderat	Moderat	Moderat
Eklund & Roman, 2019, Sverige	Svag	Moderat	Moderat	Svag	Moderat	Svag
Fardouly et al., 2015, England	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Gebre & Taylor, 2022, USA	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Joiner et al., 2016, England	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Kim & Kim, 2017, USA	Svag	Svag	Svag	Svag	Ikke relevant	Svag
Kim & Kim, 2019, USA	Svag	Svag	Svag	Svag	Ikke relevant	Svag
Kimmig et al., 2018, Holland	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Kort-Butler, 2021, USA	Svag	Svag	Svag	Svag	Ikke relevant	Svag
Larson, 2021, USA	Svag	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Lepp et al., 2016, USA	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag

Del A, tabel over kvalitetsvurderede kvantitative studier

Studie	Selektionsbias (RATING)	Studie-design (RATING)	Confoundere (RATING)	Dataindsamlingsmetode (RATING)	Bortfald (RATING)	Samlet kvalitetsvurdering
Li et al., 2015, USA	Svag	Svag	Stærk	Svag	Ikke relevant	Svag
Macdonald & Schermer, 2021, USA	Svag	Svag	Stærk	Moderat	Ikke relevant	Svag
Manago et al., 2020, USA	Svag	Moderat	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Moderat
Männikkö et al., 2015	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag
Roberts & David, 2020, USA	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Sánchez et al., 2017, Spanien	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag
Scott et al., 2021, Australien	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag
Sintas et al., 2020, Spanien	Svag	Svag	Moderat	Svag	Ikke relevant	Svag
Sutcliffe et al., 2018, England	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag

Del B, tabel over kvalitetsvurderede kvantitative studier

Studie	Selektionsbias (RATING)	Studie-design (RATING)	Confoundere (RATING)	Dataindsamlingsmetode (RATING)	Bortfald (RATING)	Samlet kvalitetsvurdering
Aalbers et al., 2019, The Netherlands	Svag	Moderat	Moderat	Svag	Svag	Svag
Allhujaili et al., 2020, USA	Svag	Moderat	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Apaolaza et al., 2019, Spanien	Svag	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Atroszko et al., 2018, Polen	Moderat	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Moderat
Baker et al., 2016, USA	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Balcerowska et al., 2022, Polen	Svag	Svag	Stærk	Stærk	Ikke relevant	Stærk
Bergagna & Tartaglia, 2018, Italien	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Beyens et al., 2016, Belgien	Svag	Svag	Svag	Svag	Ikke relevant	Svag

Del B, tabel over kvalitetsvurderede kvantitative studier

Studie	Selektionsbias (RATING)	Studie-design (RATING)	Confoundere (RATING)	Dataindsamlingsmetode (RATING)	Bortfald (RATING)	Samlet kvalitetsvurdering
Bibbey et al., 2015, England	Svag	Stærk	Stærk	Stærk	Ikke relevant	Stærk
Blachnio & Przepiorka, 2018, Polen	Svag	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Brailovskaia & Margraf, 2017, Tyskland	Moderat	Moderat	Moderat	Moderat	Stærk	Stærk
Brailovskaia & Margraf, 2018, Tyskland	Stærk	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Brailovskaia & Margraf, 2020, Tyskland	Moderat	Moderat	Svag	Moderat	Ikke relevant	Moderat
Brailovskaia et al., 2018, Tyskland	Moderat	Moderat	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Moderat
Brailovskaia et al., 2019, Tyskland	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag
Brailovskaia et al., 2020, Tyskland	Stærk	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Brown & Kuss, 2020, UK	Svag	Stærk	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Moderat
Buglass et al., 2017, UK	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag
Burnell et al., 2019, USA	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Canale et al., 2019, Italien	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Casale et al., 2018, Italien	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Ikke relevant	Svag
Coccia & Darling, 2016, USA	Svag	Svag	Stærk	Moderat	Ikke relevant	Svag
Dailey et al., 2020, USA	Svag	Svag	Stærk	Moderat	Ikke relevant	Svag
Dissing et al., 2019, Danmark	Svag	Svag	Stærk	Stærk	Ikke relevant	Svag
Elhai et al., 2018, USA	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Elhai et al., 2020, USA	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Elhai et al., 2021, USA	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Freytag et al., 2021, Tyskland	Svag	Svag	Svag	Svag	Ikke relevant	Svag
Garett et al., 2017, USA	Stærk	Moderat	Stærk	Svag	Stærk	Stærk

Del B, tabel over kvalitetsvurderede kvantitative studier

Studie	Selektionsbias (RATING)	Studie-design (RATING)	Confoundere (RATING)	Dataindsamlingsmetode (RATING)	Bortfald (RATING)	Samlet kvalitetsvurdering
Gray et al., 2018, USA	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Gutierrez-Puertas et al., 2020, Spanien	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Hunt et al., 2018, USA	Svag	Stærk	Moderat	Stærk	Svag	Svag
Kaess et al., 2017, Tyskland	Svag	Moderat	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Moderat
Lup et al., 2015, USA	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Maia et al., 2020, Portugal	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Markova & Azocar, 2021, USA	Svag	Svag	Stærk	Stærk	Ikke relevant	Svag
Midgley & Thai, 2021, Canada	Svag	Svag	Svag	Svag	Ikke relevant	Svag
Moore & Craciun, 2020, USA	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Moudiab & Spada, 2019, England	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Murdock et al., 2015, USA	svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Nabi et al., 2016, USA	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Nisar et al., 2019, England	Svag	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Ramon-Arbues et al., 2021, Spanien	Stærk	Svag	Stærk	Stærk	Ikke relevant	Svag
Rasmussen et al., 2020, USA	Svag	Svag		Stærk	Ikke relevant	Svag
Roberts & David, 2020, USA	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Sabik et al., 2020, USA	Svag	Svag	Svag	Svag	Ikke relevant	Svag
Schmidt et al., 2020, Tyskland	Svag	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Servidio, 2021, Italien	Svag	Svag	Svag	Moderat	Ikke relevant	Svag
Weaver & Swank, 2021, USA	Svag	Svag	Svag	Stærk	Ikke relevant	Svag
Wolniewicz et al., 2018, USA	Svag	Svag	Moderat	Stærk	Ikke relevant	Svag
Zhao & Lapierre, 2020, USA	Svag	Moderat	Moderat	Moderat	Moderat	Moderat

Bilag 7 Oversigt over kvalitetsvurdering af parametrene i den kvalitative kvalitetsvurdering

Del A, kvalitetsvurderede kvalitative studier											
Studie	Re-sultater gyldige?	Kval. metode relevant?	Forsk-ningsde-sign relevant?	Rekruttering relevant?	Dataind-samling relevant?	Forskers position tænkt med I analysen?	Forsk-ningsetik?	Analytisk styrke?	Tydelige findings?	Værdi-fuld forsk-ning?	Samlet kvalitets-vurdering
Bengtsson et al. 2021, Danmark	Ja	Ja	Moderat	Moderat	Stærk	Svag	Stærk	Moderat	Stærk	Stærk	Moderat
Carlquist et al., 2019, Norge	Ja	Ja	Moderat	Svag	Moderat	Svag	Moderat	Moderat	Moderat	Stærk	Svag
Hjetland et al, 2021, Norge	Ja	Nej	Moderat	Svag	Svag	Svag	Svag	Svag	Moderat	Moderat	Svag
Hoffman, 2017, USA	Ja	Ja	Svag	Svag	Svag	Svag	Stærk	Stærk	Stærk	Moderat	Svag
Decieux et al. 2019, Luxemborg	ja	ja	Moderat	Moderat	Svag	Svag	Svag	Stærk	Moderat	Stærk	Svag
Maher & Earl, 2019, USA	ja	ja	Moderat	Svag	Moderat	Svag	Svag	Stærk	Stærk	Stærk	Svag
Vaterlaus et al., 2016, USA	ja	ja	Stærk	Moderat	Stærk	Svag	Moderat	Stærk	Moderat	Moderat	Moderat
Del B, kvalitetsvurderede kvalitative studier											
Li et al., 2015, USA	Ja	Ja	Moderat	Moderat	Moderat	Svag	Moderat	Stærk	Moderat	Moderat	Moderat

Bilag 8 Grå litteratur

Grå litteratur				
Institution, forfatter, år, land	Titel på rapport og link	Population	Metode	Resultater
Statens Medieråd, Berné & Frisén, 2020, Sverige	Utsatt på internet: En internationell forskningsöversikt om nätmobning bland barn och unga – https://www.statensmedierad.se/download/18.21ba1a94177d7ef7e192fbb/1614952949604/Utsatt%20p%C3%A5%20internet_TILIG%3%84NGLIGHE%20SANPASSAD_210202.pdf	Svenske børn og unge. Ingen fast aldersgruppe. Hovedsagligt har de inkluderet børn og unge under 16-18 år, men enkelte inkluderede studier går op til 25 år.	Systematisk litteraturoversigt.	Af relevante fund viser rapporten, at moralsk disengagement (MD) er en afgørende faktor med hensyn til mobning på internet. Høj MD øger risiko for at udsætte andre for internetmobning, lav MD medfører mere tilbøjelighed for anger samt skyld og skam, når de sårer nogle eller handler på en måde, der strider imod deres egen moral.
VIVE, Fynbo et al., 2021, Danmark	Gaming og gambling blandt børn og unge i Danmark: Børn og unges gaming i hverdagen med fokus på betydningen af gambling-relaterede elementer – https://www.spillemyndigheden.dk/uploads/2021-11/Rapport%20om%20gaming%20og%20gamb-ling%20blandt%20b%C3%B8rn%20og%20unge%20i%20Danmark.pdf	112 danske børn og unge 10-25 år.	Individuelle interviews og fokusgrupper	Gaming er en social praksis med potentielle positive effekter. Nogle oplever stress i kortere perioder, hvis deres gaming praksisser er for indgribende i resten af deres hverdagsliv.
Haugegaard, Danielsen & Madsen, 2019, Danmark	Rundt om eSport og Gaming : Et pige-, drenge- og forældreperspektiv – https://www.idan.dk/vidensbank/downloads/rundt-om-esport-og-gaming-/bce33abb-dbc8-4b20-b816-ab1100969b0f	54 børn og unge i alderen 10-18 år.	Interviews samt survey.	Gaming blandt drenge peger på social interaktion og ikke et tegn på en asocial generation. Dog er der tendens til, at for nogle drenge udgør gaming et redskab til at lappe en i forvejen sårbar tilværelse. Der kan gaming være symptom på underliggende social eller mental problematik. Der agerer computerspil et sted, hvor de kan genvinde ellers tabt kontrol over den offline tilværelse. For piger har gaming ikke sat det samme spor. De gamer mindre og

Grå litteratur

Institution, forfatter, år, land	Titel på rapport og link	Population	Metode	Resultater
				skal kæmpe mere for at opnå samme status. Vejen dertil er forbundet med kønsdiskrimination.
Medierådet for Børn og Unge, Konieczna & Jakobsen, 2019, Danmark	Unge og sociale medier – https://selvmordsforskning.dk/wp-content/uploads/sites/2/2019/12/Nr.-41-Unge-og-some.pdf	5.236 børn og unge i alderen 13-19 år.	Survey	De unge, især piger, finder det vigtigt at være på sociale medier. Sociale medier har både fordele og ulemper. De hjælper med at vedligeholde kontakt, men forstærker også en følelse af ensomhed.
Medierådet for Børn og Unge, Mehlsen, 2020, Danmark	Influencere – de nye unge mediehuse: Undersøgelse af influencers betydning for unge og for mediebranchen i den digitale opmærksomhedsøkonomi – https://www.sdu.dk/-/media/images/om_sdu/centre/journalistik/mfi/influencerrapport.pdf	1.010 unge danske gymnasieelever (gennemsnitsalder 17,7 år).	Mixed methods. Survey og fokus-gruppe interviews.	Relevante fund: Unge påvirkes af influencere på sociale medier med hensyn til holdninger, opførsel m.m.
Nordisk Ministerråd, 2019, Norden	#StyrPåSoMe – Er sociale medier faktisk en trussel mod unges trivsel? – http://norden.diva-portal.org/smash/get/diva2:1320138/FULLTEXT03.pdf	Unge i norden i alderen 14-29 år.	Survey	Sociale medier er ikke noget entydigt positivt eller negativt i forhold til unges trivsel.
VIVE/Medierådet for Børn og Unge, Ottosen & Andreasen, 2020, Danmark	Børn og unges trivsel og brug af digitale medier: to analysenotater – https://www.vive.dk/media/pure/15089/4329811	Danske børn unge i alderne 3, 7, 11, 15 og 19 år.	Litteraturgennemgang og kohorte.	Litteraturgennemgang: piger bruger sociale medier for at vedligeholde sociale relationer. 20 % af unge har oplevet FOMO. Lavere socioøkonomisk status associeret med højere brug af sociale medier. Kohorte: Drengene, der bruger mere skærm-tid som 19-årige end som 15-årige, er mere utilfredse med livet og føler sig mere ensomme. For piger er livstilfredsheden den samme, men har også højere ensomhed. Unge, som chattede mere som 15-årige end som 19-årige, føler sig mere ensomme, men lige livstilfredse.

Grå litteratur

Institution, forfatter, år, land	Titel på rapport og link	Population	Metode	Resultater
Medierådet for Børn og Unge/Statens Medieråd, Andersson, 2021, Sverige	Ungar och Medier 2021 – https://www.statensmedierad.se/download/18.57e3b0a17a75fbf0654916e/1632377641632/Ungar%20och%20medier%202021_anpassad.pdf	Svenske børn og unge (udelukkende fokus på aldersgruppen 17-18 år).	Survey	Især unge piger peger på, at deres brug af sociale medier påvirker adskillige faktorer som psykisk funktion, sociale relationer.
Statens Medieråd, Andersson, 2020, Sverige	Unga, medier och psykisk ohälsa: En rapport om svenska ungdomars självskattade psykiska välbefinnande i relation till deras självskattade medieanvändning. – https://www.statensmedierad.se/download/18.1ecd0017633a0d66648b0/1607367175383/Unga%20medier%20psykisk%20oh%C3%A4lsa%20aug%2020%20TRYCK.pdf	Svenske børn i alderen 13-16 år og 17-18 år.	Survey	Mere tid på sociale medier er forbundet med nedsat psykisk velvære.

VIVÉ