

**«Jeg tror det skal mye mer til enn bilder og videoer for  
å bli kjent med meg eller vite hvordan jeg er som  
person»**

*En kvalitativ studie av unge voksnes well-being belyst gjennom deres  
bruk, selvfremstilling og sosiale liv på Instagram*

Mirna Sarrage

Master i Pedagogikk – Kommunikasjon, Design og Læring

45 Studiepoeng

Institutt for pedagogikk

Det utdanningsvitenskapelige fakultet

Vår 2023





**«Jeg tror det skal mye mer til enn bilder og  
videoer for å bli kjent med meg eller vite  
hvordan jeg er som person»**

*En kvalitativ studie av unge voksnes well-being belyst  
gjennom deres bruk, selvfremstilling og sosiale liv på  
Instagram*

© Mirna Sarrage

År: 2023

Tittel: «Jeg tror det skal mye mer til enn bilder og videoer for å bli kjent med meg eller vite hvordan jeg er som person»

Forfatter: Mirna Sarrage

<http://www.duo.uio.no/>

Trykk: Reprosentralen, Universitetet i Oslo

IV

**Tittel:**

«Jeg tror det skal mye mer til enn bilder og videoer for å bli kjent med meg eller vite hvordan jeg er som person»

En kvalitativ studie av unge voksnes well-being belyst gjennom deres bruk, selvfremstilling og sosiale liv på Instagram

**Av:**

Mirna Sarrage

**Emne:**

Masteroppgave i Pedagogikk – Kommunikasjon,  
Design og Læring

**Semester:**

Vår 2023

**Stikkord:**

Sosiale medier

Unge voksne

Instagram

Well-being

Sosialisering

Selvfremstilling

Sosialkonstruktivistisk syn på sosialisering

Semistrukturert intervju

Tematisk analyse

# Sammendrag

## Bakgrunn og formål

Formålet med følgende masteroppgave er å få innsikt i hvordan unge voksne anvender og skaper mening på Instagram. Jeg ønsker å undersøke om bruken av applikasjonen kan ha en innvirkning på unge voksnes subjektive well-being, og hvordan de bruker applikasjonen til å fremstille seg selv og sosialisere. Bakgrunnen for å forske i dette feltet er på grunn av utbredelsen og innvirkningen sosiale medier har i dagens samfunn. Forskning belyser at Instagram er en populær og fengende plattform blant unge folk, og viser at aldersgruppen 18 – 29 år anvender applikasjonen hyppigst (Ahlgren, 2023). Dermed har jeg valgt å sette lys på denne brukerdemografien, som resulterte til at utvalget i studien består av unge voksne i alderen 21 – 24 år. For å oppnå en dypere forståelse av fenomenet well-being og bruken av Instagram blant unge voksne, har jeg utformet en problemstilling og forskningsspørsmål for å undersøke fenomenet ytterligere.

## Forskningsspørsmål:

*Hvordan bruker unge voksne Instagram, og hvordan kan det knyttes til deres well-being?*

- *På hvilke måter er Instagram en del av unge voksnes sosiale liv?*
- *Hvordan fremstiller unge voksne seg selv på Instagram?*

Ettersom studien omfatter å forske på et sosialt medium som inngår sekundærsosialiseringen til individet, er det nødvendig å trekke inn Berger og Luckmanns (1967) sosialkonstruktivistiske perspektiv på sosialisering. I tillegg belyses Ed Dieners (1984) teori om subjektiv well-being for å forklare fenomenet. Det fremheves også andre innfallsvinkler som skal gjøre rede for hvordan mennesker fremstiller seg selv på sosiale medier.

## Metode

I denne studien er det informantenes egne opplevelser og oppfatninger som står i sentrum. Dermed anså jeg det som gunstig å anvende kvalitativ semistrukturert intervju som metode for undersøkelsen, og med en fenomenologisk innfallsvinkel der informantenes erfarte side kan belyses. Utvalget består av fire unge voksne jenter som enten studerer eller forsøker å finne ut av hva de skal gjøre i fremtiden. Etter intervjuene ble resultatene transkribert. For å

kunne arbeide videre med materialet, anvendte jeg en abduktiv tilnærming for å kode og kategorisere funnene. Denne måten å klassifisere funn på kan forstås som en iterativ prosess, der mine konstante justeringer hjalp meg med å skape raffinerte og meningsfylte kategorier for analyse.

### **Resultater og funn:**

Basert på funnene, kan bruken av Instagram både ha en negativ og positiv innvirkning på unge voksnes well-being. Det er blant annet belyst at Instagram kan tilfredsstille det behovet mange unge voksne har for sosial kontakt. Informantene forteller at Instagram er deres foretrukne applikasjonen for å kunne sosialisere, knytte kontakt og ivareta nære og mindre nære relasjoner. Informantene adresserer også at applikasjonen er tilstrekkelig for å både holde seg oppdatert, og for å betrakte venners, familiens og fremmedes profiler. I tillegg uttaler informantene seg både positivt og negativt om sine opplevelser knyttet til deres interaksjoner på plattformen. Informantene fremstår som erfarne og bekvemme brukere av Instagram, og kjenner til tjenestene i applikasjonen, samt at de er sikre over hvordan de anvender de forskjellige funksjonene. De uttrykker at de kan dele om stunder med venner, i sosiale enheter, reiser, mat og minnerike opplevelser. I tillegg reflekterer de over ulike trender og normer på Instagram og hvordan dette kan ha en innvirkning på unge mennesker.

Imidlertid avsløres det en del bekymringer knyttet til informantenes bruk av sosiale mediet. De påpeker blant annet at de ikke publiserer personlig innhold av seg selv og sitt liv, dette på grunn av mangel på sikkerhet på Instagram. Informantene uttrykker også at man kan føle seg overeksponert på plattformen, spesielt fordi man ikke har en oversikt over hvem som observerer innholdet i deres profil. Dermed har tre av fire informanter valgt å lukke sin profil for å ha kontroll og for å skjerme sitt privatliv.

Samtidig uttrykker de fire informantene at de forsøker å publisere bilder som gjenspeiler dem i virkeligheten, og ønsker å ha autentiske og realistiske profiler, slik at andre brukere også kan få inspirasjon og gjenkjenne seg i deres innhold. Imidlertid presiserer informantene at bildet må se «bra ut» for at det skal publiseres. Hva som blir ansett som bra varierer i svar hos de fire informantene, men de er stort sett enige om at de ikke anvender filter eller andre redigeringsverktøy for å manipulere og endre på kroppen sin og utseendet sitt.







# Forord

Gratulerer, Mirna Sarrage, du har endelig nådd destinasjonen og du har klart det. Når denne masteroppgaven leveres markerer det ikke bare slutten på ett års arbeid, men slutten på fem år med studier. Tiden som student har vært lærerik, innsiktsfull og verdifull. Ikke bare har jeg vokst som et utdannet og akademisk individ, men også som et selvreflekterende og ydmykt individ som er klar for det neste kapittelet i livet. Mange tanker og følelser rommer i meg mens jeg skriver de siste ordene, og hjertet mitt er fylt av fryd, stolthet og ekstase. Tiden som student har passert altfor fort, og jeg blir sentimental ved tanken på at studietiden er over. Jeg kommer til å ta all kunnskap, minnerike stunder og hardt arbeid med meg videre, og jeg er stolt og overlykkelig over å ha gjennomført fem år med studier. Studietiden har vært svært omfattende, men med dedikasjon og mot til å fullføre har jeg klart det. Jeg ser frem til hva fremtiden etter mastergraden bringer, samtidig som jeg grubler over hva den vil inneholde.

Jeg vil gjerne uttrykke min dype takknemlighet til min veileder, Ingvill Rasmussen, for hennes uvurderlige veiledning, støtte og ekspertise gjennom hele prosessen. Ingvill Rasmussen har vært en kilde til inspirasjon og innsikt, og hennes faglige råd har vært svært betydningsfulle for å forme og forbedre denne studien.

Jeg ønsker også å rette en hjertelig takk til mine fire informanter som velvillig stilte opp for å delta i intervjuer. Jeg takker dere for deres åpenhet, ærlighet og viljen til å dele deres tanker og erfaringer med meg. Jeg er ydmyk over deres bidrag og takknemlig for den betydningen det har hatt for denne forskningen. Deres bidrag har vært avgjørende for å kaste lys over temaet i studien og bidra til en dypere forståelse av problemstillingen.

En stor takk til mine kjære venner og familie for deres uendelige støtte, oppmuntring og interesse for mitt akademiske arbeid. Dere har alltid vært der for å heie meg fram, betrygge meg med oppløftende ord og motivere meg til å fortsette skrive. En spesiell takk til Dina-Sofie Romestrand og Selva Ekiz for å ha tatt seg tid til å lese gjennom og gi verdifulle tilbakemeldinger på denne oppgaven. Deres engasjement og støtte har betydd mye for meg, og jeg er takknemlig for deres meningsfulle bidrag til dette arbeidet.

Til slutt, vil jeg takke Hassnain Zaidi, for å ha vært der for meg både i medgang og motgang, og for å ha oppløftet meg gjennom hele studietiden. Jeg takker deg for å alltid se det positive i meg. Din støtte og bistand har vært essensielt. Du er enestående!

*En reise full av lærdom og glede*  
*En tid med krevende arbeid og stå på-vilje*  
*Nå en master i hånden jeg holder*  
*Tiden er kommet for å åpne nye dører*  
*Så gratulerer meg selv for denne bragden*  
*Jeg er stolt og ydmyk over det jeg har oppnådd*  
*Og håper at min reise vil inspirere og motivere andre*

Mirna Sarrage,

Vår, 2023

# Innholdsfortegnelse

Figuroversikt.....	XIV
1 Introduksjon .....	1
1.1 Bakgrunn og formål.....	2
1.2 Oppgavens problemstilling.....	4
1.2.1 Forskningsspørsmål.....	4
1.3 Avgrensninger .....	5
1.4 Hva er Instagram? .....	6
1.5 Well-being .....	7
1.6 Studiens oppbygning .....	8
2 Forskning på Instagram og sosiale medier.....	9
2.1 Bruk av sosiale medier i hverdagen .....	9
2.2 Avhengighet av sosiale medier og well-being .....	10
2.3 Deling av bilder på Instagram .....	11
2.4 Selvfremstilling på Instagram .....	14
2.5 Instagram som et sosialt fenomen .....	15
2.6 Oppsummering .....	17
3 Teoretisk rammeverk .....	18
3.1 Sosialkonstruktivistisk syn på sosialiseringsprosessen .....	18
3.1.1 Sosialisering .....	18
3.1.2 Mediering .....	19
3.1.3 Å formes gjennom sosialisering .....	19
3.1.4 Primær – og sekundærsosialisering .....	21
3.2 Well-being .....	22
3.3 Individets selvfremstilling .....	23
3.3.1 Selvet .....	23
3.3.2 Selvfremstilling på sosiale medier.....	24
3.3.3 Bruk av filter.....	25
3.4 Oppsummering .....	25
4 Forskningsdesign og metode.....	26
4.1 Vitenskapsteoretisk forankring.....	26
4.1.1 Vitenskapsteoretiske perspektiv .....	26
4.2 Metodisk tilnærming .....	27
4.3 Semistrukturert intervju.....	27
4.3.1 Åpne eller lukkede spørsmål? .....	28
4.4 Datainnsamling.....	29
4.4.1 Utvalg og informanter .....	29

4.4.2	Intervjuguide.....	31
4.4.3	Gjennomføring av intervjuene.....	32
4.5	Databehandling.....	34
4.5.1	Transkribering .....	34
4.5.2	Tematisk analyse .....	35
4.6	Vurdering av forskningsprosjektets kvalitet.....	37
4.6.1	Validitet .....	37
4.6.2	Relabilitet .....	38
4.6.3	Overførbarhet .....	39
4.7	Etiske retningslinjer.....	40
4.8	Oppsummering .....	42
5	Analyse av datamaterialet.....	43
5.1	Introduksjon av informanter .....	43
5.2	Informantenes aktivitet på Instagram .....	46
5.2.1	Thea – The Common User .....	46
5.2.2	Lina – The Activist.....	49
5.2.3	Sara – The Influencer .....	51
5.2.4	Aisha – The Consumer .....	53
5.2.5	Oppsummering .....	54
5.3	Hvordan informantene fremstiller seg selv på applikasjonen .....	55
5.3.1	Oppsummering .....	59
5.4	Det sosiale fellesskapet på Instagram.....	59
5.4.1	Oppsummering .....	62
6	Diskusjon .....	63
6.1	Hvordan bruker unge voksne Instagram?.....	64
6.2	Hvordan kan bruken av Instagram knyttes til unge voksnes well-being?.....	65
6.3	På hvilke måter er Instagram en del av unge voksnes sosiale liv?.....	72
6.4	Hvordan fremstiller unge voksne seg selv på Instagram?.....	75
7	Avslutning.....	79
7.1	Pedagogisk relevans og veien videre.....	80
	Litteraturliste .....	81
	Vedlegg 1 – Informasjonsskriv og samtykkeskjema.....	84
	Vedlegg 2 – Intervjuguide .....	87
	Vedlegg 3 – Godkjenning fra Sikt.....	89

# Figuroversikt

Figur 1: Instagramchat, hentet fra: <https://about.instagram.com>

Figur 2: Instagram-meny, hentet fra: <https://about.instagram.com>

Figur 3: Et direkte innlegg, hentet fra: <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1759608>

Figur 4: Et indirekte innlegg, hentet fra: <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1759608>

# 1 Introduksjon

Uansett hvor vi befinner oss, vil vi alltid møte på mennesker som har øynene festet på mobiltelefonen. Telefonene har nærmest blitt en forlengelse av kroppen, der vi konstant interagerer og er sammensmeltet med andre brukere, mens vi befinner oss i vår egen digitale verden. Hine (2015) belyser hvordan internett har blitt en stor del av oss ved å bruke begrepene *embedded*, *embodied* og *everyday* for å formulere tyngden av internettbruk i vår hverdag. Hun hevder at internett har blitt *integrert* og *innlemmet* i våre hverdagsliv, og bruken av internett har blitt akseptert som en måte å være til stede i verden på, ytterligere enn et middel for å søke informasjon eller for få tilgang til ulike domener.

Teknologien er i stadig utvikling og den forandrer seg drastisk. Som en forutsetning av Web 2.0, har sosiale medier blitt en stor del av samfunnet i dag. Verden har blitt et tastetrykk unna, og man har muligheten til å knytte kontakt, kommunisere og dele innhold med andre mennesker uavhengig av tid, sted og beliggenhet. Miller et al. (2016) fastslår at sosiale medier har forandret verden, og det har *invadert* mange menneskers hverdagsliv. Dette tydeliggjør at sosiale medier er et fenomen som er inderlig nært individet og som inngår privatlivet.

Frønes (2013) påpeker at sosiale medier «opptrer som en forlengelse av sosiale kommunikasjonskanaler, samtidig som de influerer på utformingen av kommunikasjonen» (s.24). De mest populære sosiale medieplattformer i dag er Facebook, Snapchat, Instagram og TikTok (Medietilsynet, 2022). I tillegg har bruken av sosiale mediet Instagram i de siste ti årene økt drastisk grunnet plattformens fleksibilitet og muligheten til å kunne henvende seg til et større publikum digitalt. Ahlgren (2023) rapporterer at unge voksne i alderen 18 – 29 år anvender Instagram hyppigst, og står for 31 % av det totale publikummet. Forskningen presiserer videre at den gjennomsnittlige brukstiden for applikasjonen er 53 minutter per dag. Dette utgjør åtte hele måneder av en persons levetid (Ahlgren, 2023). Dessuten er det ikke et klart skille mellom hvem som er avsender og publikum på sosiale medier, ettersom de samme brukere kan både produsere og konsumere innhold (Aalen og Iversen, 2021).

Mange unge voksne anvender sosiale medier, nærmere Instagram for å holde seg oppdatert på jevnaldrende profiler og andre, sosialisere og vise seg frem. Dessuten hjelper kommunikasjonen på sosiale medier til å ivareta dype og viktige relasjoner, men også mer overfladiske og distante relasjoner. (Aalen og Iversen, 2021). Lindgren (2017) poengterer at sosiale medier kan ha en betydning for individets atferd, handlinger og erfaringer. På

Instagram kan mennesker også presentere seg selv slik de ønsker og dele opplysninger om sine liv og hva de gjør i hverdagen. Det er imidlertid nesten umulig å gi et fullstendig bilde av seg selv på sosiale medier. Ofte er man ikke i stand til å dele det meste, og man viser heller spesifikke aspekter av sitt liv og personlighet (Lindgren, 2017). Dessuten, det man uttrykker og deler på de ulike plattformene kan variere, og det avhenger også av hvem man kommuniserer med. Lindgren (2017) definerer dette som et skille mellom det virkelige *selvet*, og *online* personligheten man har. Han setter lys på at sosiale medier kan bli benyttet til å fremstille ideelle hendelser eller personligheter, og vise frem hva man tror forventes i den gitte settingen. Bruken av sosiale medier kan dermed øke individets tilfredshet, men det kan også bidra til omvendt, og gi en falsk eller usikker selvfølelse for individet (Lindgren, 2017).

På bakgrunn av dette er det vesentlig å undersøke om det kan være en sammenheng mellom unge voksnes *well-being* og bruk av Instagram. Min interesse for tematikken kommer fra tanken om at Instagram kan ha en innvirkning på unge voksnes *well-being*, selvfremsstilling og sosialisering.

Det er viktig å påpeke at interaksjonen på Instagram ikke er den eneste faktoren som har en innvirkning på individet. Det er mange andre faktorer som også spiller inn, og ulike opplevelser og erfaringer individet har må ses i lys av andre kontekster i individets liv. Inntrykk fra Instagram kan likevel være en viktig enkeltfaktor som bidrar til å forme individet (Lindgren, 2017). Man kan dermed undersøke hvor betydningsfull interaksjonen på Instagram er for at det skal kunne ha en innvirkning på individets *well-being*, selvfremsstilling og sosialisering.

## 1.1 Bakgrunn og formål

Formålet med forskningsprosjektet er å få innblikk i hvordan inntrykk og interaksjon på Instagram, som er et relativt nytt fenomen, kan ha en innvirkning på unge voksnes *well-being*, sosialisering og selvfremsstilling. Det er viktig å poengtere at denne studien ikke er basert på min ekspertise innen sosiale medier eller Instagram, men heller et resultat av min nysgjerrighet og ønske om å undersøke temaet grundigere. Jeg ønsker å se hvor nyttig Instagram er for unge voksne, og om det kan ha en innflytelse på deres tanker og erfaringer. Det er også viktig å understreke at all erfaring individet har er autentisk, og mitt formål i studien er ikke å etterlyse negativ erfaring, eller positiv, men jeg tar imot all svar som unike



funn for studien. Shapiro og Margolin (2014) hevder at samfunnet behøver nyansert forskning på sosiale medier som ikke kun undersøker bra versus dårlig, men som kan gi kunnskap om de mekanismene ved sosiale medier som både reflekterer og former ulike dimensjoner av unge menneskers liv. Funnene som fremheves, skal jeg undersøke og adressere i lys av eksisterende teori og forskning om bruk av Instagram.

For å aktualisere studiens problemstilling samt forskningsspørsmål, er det betydelig å trekke inn utredningen (NOU, 2015:8) om *Fremtidens skole*. I utredningen legges det blant annet vekt på at det er hensiktsmessig å undervise i relevante fag om disse nye tverrfaglige begrepene: folkehelse og livsmestring. Det innebærer at individet blant annet undervises om mediebruk og sikkerhet på sosiale medier relatert til individets livskvalitet (NOU, 2015:8). Denne studien vil dermed bruke well-being som et overordnet begrep som omfatter alle aspekter av hvordan individer anvender, fremstiller seg selv og sosialiserer på Instagram. Siden det er påpekt i utredningen at det er hensiktsmessig å undervise om livskvalitet og -mestring i henhold til mediebruk, vil det også være nødvendig å forske på Instagrams betydning for individets well-being på et senere tidspunkt. Dette vil gi innsikt i unge voksnes livsverden og erfaringer knyttet til et fenomen som er relativt nytt innenfor utdanningsforskningen. Fra et pedagogisk perspektiv er det derfor vesentlig og verdifullt for skoler og andre institusjoner å belyse dette fenomenet fra ulike synsvinkler, inkludert synspunktene til unge voksne. Dessuten har unge voksne sannsynligvis allerede etablerte erfaringer og refleksjoner om sosiale medier, og kan dermed bidra til videre forskning og nye innsikter ved å fremheve hvordan de opplever sosiale medier.

Sosiale medieplattformer endrer seg også svært ofte ved at de legger til nye tjenester eller redesigner systemet (Aalen og Iversen, 2021). I samsvar med dette påpeker Mogstad (2017) at på grunn av den hyppige teknologiske utviklingen, samt at ulike trender innenfor sosiale medier endrer seg ofte, har de ulike mediene rukket å bli umoderne før forskere får gjennomført forskningen. For at forskning på sosiale medier og Instagram skal ha en mer varig relevans er det derfor vesentlig å undersøke om det finnes noen relativt stabile erfaringer og typiske karakteristikk ved bruk av Instagram. En viktig del av denne studien er derfor å identifisere slike sentrale trekk, og på den måten tydeliggjøre hvilke fellestrekk som kan ha betydning for Instagrams innflytelse på unge voksne. Imidlertid er det nødvendig å presisere at denne studien ikke representerer universelle sannheter om hvordan Instagram kan ha en innvirkning på unge voksne well-being. Det finnes en rekke andre innfallsvinkler man kan

anvende for å belyse fenomenet, og det kan kreve et større forskningsprosjekt, med blandede metoder og et representativt utvalg. Forståelsen av hva slags betydning Instagram har på unge voksnes well-being, sosialisering, og selvfrestilling baseres utelukkende på funnene presentert i denne studien, og målet er ikke at det skal kunne generaliseres.

## 1.2 Oppgavens problemstilling

Det er ingen tvil om at Instagram er en svært populær plattform for sosiale medier. Det har blitt en grunnleggende dele- og kommunikasjonsplattform for mange unge mennesker, og det har blitt vanskelig å navigere i verdenen uten å være tilkoblet på applikasjonen daglig.

Instagram (i.d.) uthever på deres nettside «Instagram gir folk makten til å bygge fellesskap, og bringer verden nærmere hverandre». På bakgrunn av dette, ønsker jeg å undersøke hva slags mening plattformen kan ha i unge voksnes liv. Problemstillingen er dermed formulert slik;

*Hvordan bruker unge voksne Instagram, og hvordan kan det knyttes til deres well-being?*

### 1.2.1 Forskningsspørsmål

Problemstillingen kan anses som omfattende, og for å kunne besvare den på en gunstig måte har jeg utarbeidet to forskningsspørsmål som kan konkretisere problemstillingen ytterligere, og avgrense hva jeg ønsker å undersøke.

- *På hvilke måter er Instagram en del av unge voksnes sosiale liv?*
- *Hvordan fremstiller unge voksne seg selv på Instagram?*

Formålet med det første forskningsspørsmålet er å få en oversikt over unge voksnes relasjon til Instagram, dette ved å blant annet belyse tidsbruken og hvilke behov unge mennesker dekker ved å interagere på Instagram. I tillegg kommer jeg til å undersøke hvor betydningsfullt det er for mine informanter å holde kontakt med andre brukere på Instagram, samt hvor sentralt det er for dem å gå igjennom feeden sin og holde seg oppdatert på hva andre brukere engasjerer seg med. Jeg ønsker å undersøke om informantene anvender Instagram aktivt og sosialt, eller om det er andre plattformer som de bruker for å sosialisere og navigere på fremfor plattformen Instagram.

Formålet med det andre forskningsspørsmålet er å adressere hvordan informantene uttrykker og fremstiller seg selv på Instagram. I tillegg ønsker jeg å etterlyse om det blant annet er normer, eller et press på hvordan man skal opptre på plattformen, samt om dette kan ha en innvirkning på deres selvframstillinger og om det kan knyttes til deres well-being. Hensikten med dette forskningsspørsmålet er å finne ut om det er jevnaldrende eller andre brukere som inspirerer, engasjerer eller influerer fremstillingen til informantene. Det vil derfor være vesentlig å undersøke hvor viktig Instagram er for informantene, og om dette er en plattform som tar en stor del av deres hverdag. Dessuten vil dette kunne gi et bilde av hvorvidt Instagram preger livet til informantene, og hva slags effekt plattformen har på deres well-being.

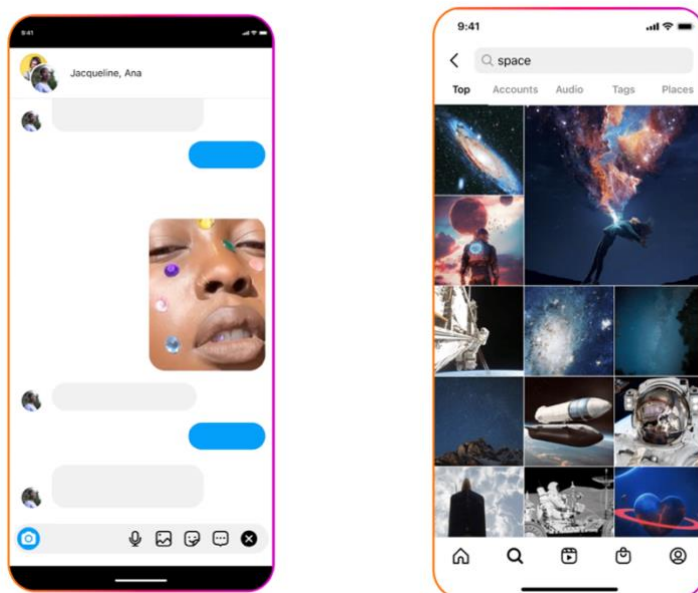
### **1.3 Avgrensninger**

Denne studien omhandler kun sosiale medieplattformen Instagram og informantenes bruk av den. Andre plattformer som Snapchat og TikTok kan bli nevnt i oppgaven for å sammenlignes med Instagram, eller hvis det er en informant som tilkjenner andre sosiale medier i sitt intervju. Det at Instagram har en rekke funksjoner som å dele bilder, betrakte andre profiler og publisere stories (historier), belyser hvordan Instagram kan være en mer appellerende plattform å anvende. I tillegg har jeg valgt å avgrense deltakere av studien til unge voksne i alderen av 18 – 24 år da den aldersgruppen inngår den største brukerdemografien av Instagram (Ahlgren, 2023). Studien vil ta utgangspunkt i empirisk funn fra fire informanter som er i nevnte aldersgruppe.

## 1.4 Hva er Instagram?

«Skill deg ut på Instagram. Få kontakt med flere mennesker, skap innflytelse og skap overbevisende innhold som er helt klart ditt» (Instagram, i.d.).

Instagram er en applikasjon og et sosialt medium for deling av bilder og video (Instagram, i.d.) Applikasjonen ble lansert i oktober 2010 og er tilgjengelig for Apple og Android brukere. På nettsiden til Instagram (i.d.) utheves det en rekke beskrivelser av plattformens design og bruksområde. Det står blant annet at «Instagram er en enkel og kreativ plattform å bruke for å ta, redigere og dele bilder, videoer og meldinger med venner og familie» (i.d.). Brukere av Instagram må opprette en profil der man kan ha en kort beskrivelse av seg selv og presentere sine egenskaper. Med profilen, har brukerne ytterligere muligheten til å uttrykke seg selv i form av bilder og videoer. Disse vil typisk omhandle – hva man gjør, og hvilke interesser personen har. Over tid har Instagram lagt til nye funksjoner i applikasjonen. Man har muligheten til å sosialisere med andre brukere i form av chat, gå gjennom feeden sin, legge ut historier som enten forsvinner dagen etterpå, eller som man velger å la være tilgjengelig på sin profil. Instagram (i.d.) siterer «våre funksjoner er i kontinuerlig utvikling og gir deg mulighet til å uttrykke deg selv på nye måter» Dette gjør at applikasjonen holder seg levende, og populariteten rundt å bruke plattformen reduseres ikke. Nyeste funksjon som har fått en del oppmerksomhet er *Reels*. Dette er multiklipp-videoer som blir beskrevet som en måte å lage, dele og se korte, underholdende videoer (Instagram, i.d.).



Figur 1 Instagramchat og figur 2 Instagram-meny (hentet fra: <https://about.instagram.com>).

## 1.5 Well-being

«Vi har behov for å føle at vi har en verdi: vi vil føle oss akseptert og inkludert. Vi vil at andre skal like oss – og fremstiller oss deretter» (Aalen og Iversen, 2021, s.63).

Well-being er et komplekst og tverrfaglig begrep som kan bli brukt på forskjellige måter og i forskjellige varianter. På norsk kan det oversettes til velvære eller trivsel. Helsedirektoratet (2015) viser til at begrepet kan ha ulike betydninger og kan anvendes for å forklare forskjellige fenomener. Grunnen til dette er fordi det er et begrep som både omfatter menneskers subjektive opplevelse av livskvalitet, og deres faktiske, objektive levekår (Helsedirektoratet, 2015). Likevel understreker de ulike definisjonene av well-being at mennesket selv kan vurdere og bestemme hva begrepet betyr for dem.

I oppgaven har jeg hovedsakelig valgt å benytte meg av den engelske versjonen av begrepet, da det forklarer klarest hva fenomenet innbefatter og er mer relevant for problemstillingen. Begrepet vil bli anvendt som et paraplybegrep i oppgaven for å undersøke informantenes subjektive følelser og tanker ved bruk av Instagram, hvordan de fremstiller seg selv og sosialiserer på plattformen. Begrepet vil romme de to forskningsspørsmålene, og opptre som et overordnet begrep som forsøker å kaste lys på hvordan informantene skaper mening på plattformen. Dette innebærer fortellinger fra informantene der de reflekterer over bruken av Instagram, hvordan de uttrykker seg selv og hvordan Instagram er en del av deres sosiale liv. Med andre ord, vil jeg fokusere på det subjektive perspektivet av fenomenet, da det omhandler menneskers egne følelser og beretninger, som gjør at jeg forhåpentligvis kan få innblikk i hvordan unge voksne opplever Instagram, sosialiserer og fremstiller seg selv på plattformen.

Det betyr at well-being, sosialisering og selvframstilling er sentrale områder for å undersøke og studere problemstillingen og forskningsspørsmålene. Hovedformålet er å undersøke hvordan unge mennesker bruker Instagram, hvordan de opplever å ha det i møtet med Instagram og hvordan de fremstiller seg selv på applikasjonen. En rekke forskning (Aalen og Iversen, 2021, Brooks, 2015) understreker imidlertid at dette er et fenomen som er lite forsket på, grunnet det at sosiale medieplattformer endrer seg bestandig. Det er dermed hensiktsmessig å belyse og aktualisere problemstillingen da den også er veldig relevant for dagens sosiale mediepregede samfunn.

## 1.6 Studiens oppbygning

I **Kapittel 1** redegjør jeg for studiens bakgrunn og begrunnelse for valg av tema og problemstilling, samt forskningsspørsmål. I tillegg presiserer jeg avgrensninger ved studien og presenterer hovedbegrepet som skal bli brukt for å undersøke fenomenet Instagram. Kapitlet består også av en kort presentasjon av applikasjonen og dets funksjoner.

I **Kapittel 2** henviser jeg til ulike studier som har blitt gjort på sosiale medier og Instagram, for å aktualisere og konkretisere tidligere forskning som er relevant for studien.

I **Kapittel 3** redegjør jeg for teorigrunnlaget som legger føringer for gjennomføring av studien. I kapitlet presenteres det blant annet den klassiske teorien på sosialisering, nemlig Berger og Luckmanns (1967) sosialkonstruktivistiske perspektiv på sosialisering. I tillegg belyses Dieners (1984) teori om subjektiv well-being, samt en rekke andre perspektiver på individets selvframstilling.

I **Kapittel 4** tydeliggjør jeg for hvilke metodiske valg jeg har foretatt i forskningsprosessen. Jeg presenterer og reflekterer over datainnsamlingsmetode, utvalg og databehandling. Forskningsprosjektets kvalitet og etiske retningslinjer blir videre diskutert i dette kapitlet.

I **Kapittel 5** presenterer jeg de empiriske funnene som har blitt gjort gjennom et semistrukturert intervju. Jeg introduserer også mine informanter og analyserer deres uttalelser.

I **Kapittel 6** diskuterer jeg resultatene fra forskningsprosjektet opp mot teori og tidligere forskning, som legger grunnlaget for å besvare problemstillingen og forskningsspørsmål.

I **Kapittel 7** konkluderer jeg med å fremlegge hovedfunn i studien, i tillegg til pedagogisk relevans og forslag til videre forskning.

## 2 Forskning på Instagram og sosiale medier

Som tidligere påpekt, har det blitt gjort lite arbeid med å undersøke effektene av individets personlige bruk av sosiale medier og Instagram (Brooks, 2015). Dette fenomenet er stadig fornyet og i utvikling, noe som ofte fører til utfordringer med å forske og trekke konklusjoner innen feltet. Dette kapitlet skal gi en oversikt over relevant forskning knyttet til Instagram og sosiale medier. Deretter vil mine funn bli drøftet i lys av forskningslitteraturen og teori i diskusjonskapitlet. Jeg har valgt fem forskningsartikler som reflekterer over bruken av sosiale medier og Instagram. Forskningsartiklene er relativt nye studier fra tidsspennet 2015 – 2022, og har blitt funnet ved å søke ulike stikkord som Instagram og well-being, i digitalbiblioteket *ERIC – Education Resources Information Center*.

### 2.1 Bruk av sosiale medier i hverdagen

Brooks (2015) påpeker at på grunn av sosiale mediers brukervennlighet, hastighet og rekkevidde, endrer sosiale medier raskt den offentlige diskursen i samfunnet og setter trender og agendaer i emner som spenner fra miljø og politikk, til teknologi og underholdningsindustrien. Dessuten er sosiale medier tilgjengelig både hjemme og på jobb, og i andre kontekster. Dette poengterer at sosiale medier alltid vil være en del av individets hverdag (Brooks, 2015). Brooks utførte en spørreundersøkelse med et utvalg som består av studenter fra et amerikansk universitet, ettersom bruken av sosiale medier er utbredt blant denne gruppen. Studien består av 209 deltakere, som er i alderen 18 – 29 år. Hovedformålet med studien er å undersøke om sosiale medier kan ha en innvirkning på studentenes evne til å utføre aktiviteter og oppgaver.

Studien belyser at det er flere som bruker sosiale medier for å holde kontakt med familie og venner, samt for å se hva som foregår i deres liv. Faktisk, hevder Brooks (2015) at det er dette som gjør at sosiale medier er så attraktivt. I tillegg tydeliggjør forskningen at sosiale medier kan svekke hvor effektivt individet er og opptre som distraherende, grunnet den fleksibiliteten sosiale medier har som lar individet være tilkoblet når som helst. Dette gjør at brukere ikke kan skille mellom profesjonell og personlig tid, som videre bidrar til at sosiale medier kan overta tiden man vanligvis skal bruke til andre aktiviteter. For eksempel, belyses det gjennom

studentene at omtrent 40 % av tiden går på å surfe på sosiale medier i stedet for å prioritere det de opprinnelig jobbet med. Studien synliggjør ytterligere at 59 % av studentene anvender sosiale medier til tross for at de er i forelesning, deltar i diskusjon med andre studenter eller utfører en oppgave. Dermed belyser Brooks (2015) gjennom undersøkelsen at bruken av sosiale medier kan være skadelig for begge områdene av et individs liv: det profesjonelle og det personlige, grunnet det at sosiale medier kan opptre som distraherende og ta mye plass i hverdagen.

## **2.2 Avhengighet av sosiale medier og well-being**

Aslan og Tolan (2022) beskriver sosiale medier som et instrument som lar folk kommunisere uten en begrensning av tid og sted, og for å dele og diskutere informasjon på nett. Sosiale medier-avhengighet er et fremtredende tema i dagens samfunn, der bruken av sosiale medier er utbredt. Aslan og Tolan (2022) betoner at fenomenet sosiale medier-avhengighet er når individet ikke kan kontrollere sin bruk av sosiale medier, og anvender det på et nivå som hindrer andre livsoppgaver. Forskningen påpeker videre at å bruke sosiale medieplattformer i mer enn to timer daglig kan regnes som overdreven bruk av sosiale medier. Aslan og Tolan (2022) understreker dermed at sosiale medier-avhengighet kan ha en innvirkning på livet til individet, både på et psykisk og fysisk nivå. Blant annet kan overdreven bruk av sosiale medier forårsake problemer som angst, stress og depresjon hos unge, og bidra til svekket well-being. Dessuten kan hyppig bruk av digitale medier redusere individets well-being ved å påvirke søvnvarighet og fysisk helse.

Studien har blitt gjennomført med 440 studenter over forskjellige universiteter i Tyrkia, der utvalget består av 279 kvinner og 161 menn. Det ble benyttet kvantitativ spørreskjema som forskningsmetode for å innsamle data. Studien etterlyser om avhengighet av sosiale medier kan ha en innflytelse på individers well-being og psykiske helse. Studien belyser dermed at disse faktorene kan ha en korrelasjon til hverandre. Resultatene adresserer også at avhengighet av sosiale medier ikke har en signifikant forskjell i henhold til kjønn. I tillegg anvendte studentene sosiale medier av ulike grunner: for å dele bilder, underholdning, utnytte fritiden, få tilgang til informasjon, kommunisere, eller for å holde seg oppdatert. Plattformene som studentene anvendte hyppigst er Whatsapp, Instagram, Youtube og Twitter.



Studien synliggjør videre at det å bruke sosiale medier på en overdreven måte har en negativ virkning på individets well-being, samt selvframstilling og tanker. Dette er i tråd med funnene som belyser at studentene som allerede hadde et dårlig syn på sitt utseende og uttrykte negative tanker i høyere grad, brukte lenger tid på å anvende sosiale medier. Disse funnene støtter Youngs (1999, referert i Aslan og Tolan, 2022) som vektlegger at negative selvframstillinger kan assosieres med patologisk internettbruk for å overvinne den opplevde utilstrekkeligheten. Det forteller at negative tanker om seg selv får folk til å bruke sosiale medier for å oppsøke positive svar fra andre brukere, og oppleve en form for tilhørighet. Aslan og Tolan (2022) refererer dette til å være en kognitiv forvrenging, der individet ofte kan tenke «internett er det eneste stedet jeg blir respektert», eller «internett er min eneste venn». Overeksponering for visuelt innhold på sosiale medier kan også føre til at enkeltpersoner gjør flere sosiale sammenligninger. Derfor kan digitale aktiviteter basert på kroppsbilde og selvframstilling muligens føre til problematisk bruk av sosiale medier ved at individer som er misfornøyde med utseendet sitt korrigerer og administrerer sine «beste» selvpresentasjoner på nett (Aslan og Tolan, 2022).

Studien refererer også til andre lignende undersøkelser som viser til at hyppig bruk av sosiale medier har generelt vært assosiert med lavere psykisk well-being (Sabik, et al., 2020, referert i Aslan og Tolan, 2022). I studien til Sabik et al. (2020) rapporterer flere kvinner at deres selvtillit og well-being er preget av tilbakemeldinger på sosiale medier. Funnene fra studien viser at disse kvinnene har høy risiko for lavt psykisk well-being. I tillegg belyses det at sosiale medier kan virke negativt på well-being ved å erstatte tiden individet ellers tilbringer med venner og familie samt deltakelsen i fysiske aktiviteter (Aslan og Tolan, 2022).

## **2.3 Deling av bilder på Instagram**

*Hvis jeg skulle legge ut noe på Instagram, ville det ha vært for sårbart*, utdyper en universitetsstudent som er en del av en studie om Instagram og psykisk helse (Bundez, Klassen, Purtle, Yom-Tov, Yudell og Massey, 2020, s.1). 21 studenter fra USA deltok i en undersøkelse som omhandler well-being på Instagram og hvor mye de velger å avsløre av sitt liv på plattformen. Studentene er i alderen 18 – 29 år og deltok i semistrukturerte intervjuer for å dele om sin bruk av Instagram. Intervjuguiden inneholdt åpne spørsmål om mental helse, Instagram-bruk, eksponering for Instagram-innhold og formidling av psykisk helse på Instagram. Ved siden av intervjuer, undersøkte forskerne også Instagram-innleggene til

deltakerne. Mer enn halvparten (57 %) av deltakerne rapporterer at de bruker Instagram mer enn én gang om dagen. I tillegg har omtrent halvparten (57 %) av brukerne en privat profil, mens resten har offentlige profiler (Bundez, et al., 2020). Videre påpeker unge voksne i intervjuene at de mest sannsynlig anvender Instagram for å surfe på plattformen fremfor å publisere eget innhold. Surfing inkluderer å konsumere nyheter, se på kommersielle eller kjendiskontoer, og utforske interesser som kunst eller sport. Flere deltakere understreker også at de «stalker» (følger nøye med) jevnaldrende profiler i detalj for å lære om dem. Noen deltakere beretter også at de bruker Instagramprofilene sine som en «utklippbok» for å dokumentere øyeblikk de ønsker å huske senere i livet. I tillegg deler mange av deltakerne at de hovedsakelig anvender Instagram for å publisere bilder av seg selv, reiser, natur, familie, venner og partnere. I tillegg fremkommer det at flere av deltakerne kunne bekymre seg over likes og kommentarer på Instagram, og gruble, samt få angst hvis innleggene deres ikke fikk det antallet likes og kommentarer de hadde forventet.

*Noen ganger er det ... denne delen av meg hvor det går som ... hvorfor dette bildet ikke får så mange likes? ... Jeg pleide å synes det var veldig ekkelt, den mentale tanken, men det har skjedd en stund." (Bundez, et al., 2020 s. 7).*

Resultatene påpeker også at det er en «positivitetsskjevhet» kultur på Instagram. Det betyr at man publiserer innhold som alltid viser at brukeren «har det bra» eller «lever et godt liv». Flere av deltakerne betegner denne praksisen for falsk, og en måte for å motta oppmerksomhet og anerkjennelse fra andre brukere. Til tross for at flere deltakere uttrykker at de ikke er komfortable nok til å dele om sårbare og sensitive temaer på sin Instagramprofil, er hovedformålet med denne studien å se om studentene likevel kunne dele om sin well-being og psykiske helse på Instagram. Forskerne oppdaget imidlertid både direkte og indirekte innlegg av unge voksne som kunne knyttes til deres psykiske helse og well-being. Eksempler på direkte innlegg er når en deltaker delte historien om sin avdøde bestemor, og når en annen deltaker publiserte om hvordan man kan forebygge depressive tanker og selvmord (Bundez, et al., 2020).



Caption: "...Wanted to...make sure to dedicate a post to #suicidepreventionweek...To anybody battling with mental illness... you are always worthy of love, respect, and life, and...your feelings... deserve to be talked about. Let's not stay silent on mental health..."

Figur 3: Et direkte innlegg om psykisk helse, delt på Instagramprofilen til en deltaker. (Hentet fra: <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1759608>)

Indirekte innlegg om hvordan de har det er en mer vanlig praksis blant deltakerne, og 11 rapporterer å gjøre disse avsløringene. Flere utdyper at de bruker sangtekster eller sitater for å indirekte belyse følelsene sine. Disse avsløringene i form av Instagraminnlegg, oppklarer deltakerne de deler for å tydeliggjøre på en indirekte måte at de kan føle på depresjon, angst og nedstemthet.



Description: "The one I posted most recently was just of a sunset, and my caption was 'I'm lying on my side, and I'm wondering when it will all collapse,' but these are all like song lyrics... I find that music better expresses the way I feel than I can."

Figur 4: Et indirekte innlegg som indikerer hva deltakeren føler. (Hentet fra: <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1759608>)

## 2.4 Selvfremstilling på Instagram

Hernández-Serrano, Jones, Renès-Arellano og Ortuno (2022) etterlyser hvordan spanske ungdommer opptre og fremstiller seg selv på plattformene Instagram og TikTok. Begge plattformene prioriterer og fremmer visuelle publikasjoner. Dessuten er plattformene strukturert for å kunne gi tilbakemeldinger på hverandres presentasjoner, samt tilbyr en rekke filter og redigeringsverktøy for å la brukeren manipulere og bestemme hvordan den ønsker å fremstille seg selv. Sosiale nettverk som Instagram og TikTok øker ikke bare sjansen for at man kan utforske og distribuere ulike identiteter, men oppmuntrer også brukere til å være opptatt av autentisitet og forpliktelse til bærekraftige bilder og selvfremstillinger (Hernández-Serrano, et al., 2022). Med andre ord, har disse plattformene gitt unge mennesker nye muligheter til å presentere sine livsstiler, samt dele og fremstille seg selv på unike måter. Studien undersøker dermed hvordan ungdom velger å uttrykke sin identitet på de to ulike plattformene, og hvordan de presenterer seg selv.

Hernández-Serrano et al. (2022) refererer selvpresentasjon og -fremstilling til å være praksiser som lar individet kontrollere selvstet for å representere et foretrukket selvbilde. Følelsen av selvtillit utvikler seg ikke bare gjennom hva individet subjektivt føler eller forutser om seg selv, men også på grunn av sosiale kontekster og tilbakemeldinger fra andre. I henhold til dette poengterer Davis (2013, referert i Hernández-Serrano, et al., 2022) at tilbakemeldinger og validering fra andre vil i en stor grad bestemme hvordan brukere velger å fremstille seg selv på sosiale medier. Dessuten er sosial godkjenning en viktig faktor for unge mennesker, da det er med å forme deres identitetsutforskning og anerkjennelse (Hernández-Serrano, et al., 2022).

Hernández-Serrano et al. (2022) utdyper videre at Instagram er et populært sosialt nettverksprogram konstruert for å dele bilder og videoer på nettet, der de kan redigeres ved hjelp av filter og digitale justeringer. Ifølge Marcelino (2015, referert i Hernández-Serrano et al., 2022) verdsetter unge mennesker Instagram fordi det formidler en følelse av ytringsfrihet. Man har den muligheten til å dele sitt liv visuelt, som gjør at flere brukere ønsker å følge med hyppig på hva andre gjør i hverdagen sin.

Studien anvendte spørreskjema for å undersøke interaksjoner og selvpresentasjoner i plattformene Instagram og TikTok. Utvalget består av 2 066 ungdommer i alderen 12 – 18 år, hvor 57 % er jenter og 42 % er gutter. Resultatene fra studien indikerer at ungdommens

selvpresentasjonspraksis og -fremstilling er relatert til tre ulike faktorer: sosial validering, autentisitet og bildekontroll (Hernández-Serrano, et al., 2022). For sosial validering, viser resultatene at ungdommene i stor grad ikke er opptatt av antall følgere, eller hvor mange som liker deres innlegg. De forsøker også å dele de mest realistiske versjonene av seg selv, og ønsker å bli gjenkjent som autentiske brukere. Dette oppnådde de ved å publisere innhold som er blant annet ansett som personlige samt hobbyer, steder og opplevelser. Resultatene indikerer også at en del ungdom foretrekker heller å videresende og betrakte andres innlegg, fremfor å publisere eget innhold. I forhold til bildekontroll, belyses det at noen ungdommer bruker anonyme kontoer for å utforske andre profiler i skjul.

Et viktig funn i studien er dermed at ungdommens selvframstilling ikke er styrt av sosiale tilbakemeldinger, da resultatene forsterker at ungdommene ikke er opptatt av likes og kommentarer. Resultatene viser også at ungdommene i stor grad ønsker å opprettholde en autentisk versjon av seg selv på både Instagram og TikTok, og unngår å justere på seg selv eller sitt liv for å fremstå som «plettfrie» (Hernández-Serrano, et al., 2022). Dette resultatet omfatter begge kjønn, og tyder på at ungdommene ikke har behov for å skjule det virkelige selvet for å navigere på de ulike sosiale medieplattformene.

## **2.5 Instagram som et sosialt fenomen**

I følgende forskning på Instagram, belyses det at unge mennesker ikke tilbringer en dag uten å surfe på plattformen (Fidan, Murat og Fidan, 2021). Denne studien undersøker ungdommens oppfatning av Instagram som et sosialt nettverkssted og hvordan unge mennesker skaper mening på plattformen. Studien består av 540 ungdommer i alderen 14 til 19 år og som går på skole i Tyrkia. Fidan et al. (2021) henviser til en rekke andre studier som har funnet at færre ungdommer anvender sosiale medieplattformer som Facebook og Instagram til pedagogiske eller akademiske formål, og de fleste ungdommer foretrekker heller å bruke plattformene til sosialisering og relasjonsbygging. Imidlertid fremhever en rekke andre forskning at Instagram kan muligens være et sosialt medium egnet for uformell læring (Fidan, et al., 2021).

Fidan et al. (2021) poengterer populariteten av Instagram ved å nevne funksjonene man kan anvende i plattformen. Blant annet har applikasjonen økt i bruk blant ungdom og voksne, grunnet evnen til å kunne redigere og dele bilder på plattformen av høy kvalitet uten å behøve å bruke ytterligere redigeringsprogrammer. Instagram består også av flere fleksible

funksjoner, som å legge til videoer, emneknagger, bildetekster, filter, plasseringer eller innhold knyttet til innlegget man publiserer. Instagram er også kjent for at brukere kan utforske andres profiler, samt like og kommentere på hverandres bilder. Lee et al. (2015, referert i Fidan, et al., 2021) understreker at Instagram skaper en visuell-basert kultur med regelen om *bilder først, tekster dernest*, som gjør plattformen unik. Dette fører til at plattformen blir anvendt som et selvpresentasjonsverktøy for å uttrykke seg selv og skape sine virtuelle identiteter (Fidan, et al., 2021). Det vil dermed forsterke følelsen av intimitet og engasjement til å opprette en konto og introdusere seg selv på Instagram, fremfor å benytte seg av tekstbaserte plattformer som Twitter.

Forskningen belyser ytterligere at bruk av Instagram kan både skape fordeler og ulemper for ungdommer (Fidan, et al., 2021). Data i studien ble innsamlet ved hjelp av blandede metoder, tankekart og spørreskjema. Forskerne understreker fire hovedkategorier av funn i studien, og disse er: (a) kommunikasjon og interaksjon, (b) kunnskapsinnhenting, (c) underholdning og deling, samt (d) negative effekter av Instagram.

Funnene synliggjør at ungdommene hovedsakelig anvender Instagram for å sosialisere med andre brukere. Å sende direkte meldinger mellom følgere, legge igjen kommentarer eller like innlegg, samt delta i gruppesamtaler, belyses til å være praktiske og attraktive funksjoner for ungdommene å bruke når det gjelder å samhandle på plattformen. Dermed blir deres sosiale og emosjonelle prosesser også vedtatt på Instagram (Fidan, et al., 2021).

I kategorien «kunnskapsinnhenting», oppdages det at flere av ungdommene bruker Instagram fordi de er nysgjerrige på andres liv, samt for å tilegne seg ny informasjon og kunnskap. Dette kan styrke den pedagogiske fordelene ved å bruke Instagram, da det viser seg at man kan øke sin kompetanse og lære på en uformell plattform (Fidan, et al., 2021). Når det gjelder kategorien «underholdning og deling», rapporterer funnene at Instagram blir anvendt som et visuelt delingsverktøy for å skape en god stemning blant ungdommene. Dette inkluderer funksjoner for å redigere og manipulere bilder som å legge til filter, endre på utseendet eller farger. Forskningen understreker dermed at flere ungdommer bruker Instagram for å vise at de «har det bra», i samsvar med hvordan normen er i Instagram, og for å oppnå en positiv selvpresentasjon (Fidan, et al., 2021). Dette synliggjør at flere av ungdommene kan være selektive over hva de publiserer på Instagram, for å fremstille sin beste side. Med andre ord, kan de være nøye med å velge ut bilder, skjule det de er mindre fornøyde med, samt fremheve de positive kvalitetene sine. Funnene poengterer også at det er en del ungdom som kan ha

negative følelser og sammenligne seg med andre, etter å ha sett innleggene til en person som ser ut til å være glad på Instagram.

Resultatene vektlegger også at flere av deltakerne uttrykker at de kan føle seg avhengige av å bruke Instagram, bli misfornøyde etter å ha fått redusert støtte, og at man kan bryte etiske hensyn ved bruk av plattformen. Det belyses også at spesielt antallet likes og kommentarer på innleggene deres er viktige elementer for de fleste av ungdommene (Fidan, et al., 2021). Studien påpeker også at flere ungdommer kan føle på forskjellige negative effekter ved bruk av Instagram, og disse faktorene er: overdreven selvfremstilling, søken etter validering av andre, antisosialitet, tidssløsing, lav suksess, søvnløshet, avhengighet og ensomhet.

## **2.6 Oppsummering**

Jeg vil bruke forskningslitteraturen nevnt ovenfor til å etterlyse om det er likheter og forskjeller i hvordan mine informanter bruker Instagram, sammenlignet med informantene fra refererte studier. Forskningslitteraturen er i stor grad relevant til oppgavenes problemstilling og forskningsspørsmål, og belyser hvordan sosiale medier samt Instagram blir anvendt i en større populasjon. Sammenfattende fra forskningen, betoner funnene at både unge voksne og ungdommer anvender Instagram for å sosialisere, betrakte familiens og jevnaldrende profiler samt vise seg selv og sitt liv frem. Informantene fra tidligere forskning fremhever også at de i stor grad er opptatt av å ivareta relasjoner på plattformen, fremstille seg selv på unike måter og bruke Instagram til å holde seg oppdatert på hverandres liv. Imidlertid avsløres det en rekke bekymringer ved bruk av applikasjonen, og dette er blant annet å føle seg avhengig av å bruke sosiale medier, mangel på sikkerhet og at anonyme profiler kan observere deres aktivitet.

## 3 Teoretisk rammeverk

For å forstå hvorfor og hvordan Instagram er en viktig plattform for sosialisering, vil jeg se nærmere på hvordan individet som et sosialt vesen søker å samhandle og interagere. I følgende kapittel vil jeg dermed redegjøre for det sosialkonstruktivistiske synet på sosialisering, som forklarer hvordan mennesker blir formet og interagerer i sin livsverden. Individets sosialiseringsprosess vil bli forklart i lys av Vygotsky (1980) og Berger og Luckmanns (1967) sosialkonstruktivistiske perspektiver. I tillegg vil jeg gjøre rede for fenomenet well-being basert på Dieners (1984) teori om individets subjektive well-being. Deretter vil Bø (2008) og Frønes (2013) sine forklaringer av begrepet *selvet* bli fremhevet, og for å utdype betydningen av hvordan individet fremstiller seg selv på Instagram, vil boken til Rettberg (2014): *Seeing ourselves through technology: How We Use Selfies, Blogs and Wearable Devices to See and Shape Ourselves*, bli anvendt i teorikapittelet.

### 3.1 Sosialkonstruktivistisk syn på sosialiseringsprosessen

#### 3.1.1 Sosialisering

«Sosialisering er en prosess der medlemmer av et samfunn lærer sosiale og intellektuelle normer og verdier, gjennom innlemming i sine respektive sosiale roller og samhandling med andre individer» (Frønes, 2013, s. 11). Individet formes og konstrueres av ytre krefter, og er et aktivt subjekt i sin egen sosialisering. Samfunn forandrer seg, og sosialiseringsprosessen er vevet sammen med samfunnsutviklingen. Til tross for at man er medlemmer av det samme samfunnet, vil man likevel gjennom livet og sosialiseringsprosessen utvikle seg til ulike individer. Frønes (2013) påpeker at sosialisering er en livslang prosess der individet formes av en vekselvirkning mellom sosial integrasjon og kulturalisering. Med andre ord, er vår verden sosial konstruert gjennom interaksjon og samspill, og vår virkelighetsforståelse blir kontinuerlig formet av opplevelser og hendelser (Berger og Luckmann, 1967).

Individet er produkter av arv og miljø. Individet overtar en kulturell og sosial arv fra foreldrene sine, samtidig som samfunnet er med å konstruere og forme individet (Bø, 2008). Jeg er dermed spesielt opptatt av *miljøet* som faktor i den menneskelige utvikling, da miljø refererer imidlertid til flere viktige forhold for sosialisering og well-being.



Blant disse viktige forholdene i individets miljø, er det at mennesket blir formet gjennom sosiale og kulturelle betingelser. Vygotskys (1980) teori innenfor sosialkonstruktivisme legger vekt på at læring og utvikling er sosialt og kulturelt betinget, og at det foregår gjennom en samhandling med andre mennesker og miljøet rundt individet. Vygotsky (1980) argumenterer for at samfunnet og kulturen rundt individet har en innvirkning på individets tenkning og kognitive utvikling. Han hevder at normer, verdier, tradisjoner og kulturelle praksiser er med på å forme hvordan mennesker forstår verden, tenker og sosialiserer.

### **3.1.2 Mediering**

I tillegg betoner Vygotsky (1980) at kulturelle verktøy, som språk, visuelle representasjoner og andre symbolske systemer er avgjørende i individets kognitive utvikling. Disse kulturelle verktøyene opptrer som medierende hjelpemidler som støtter individet med å lære, organisere og forstå informasjon på en mer avansert måte.

Det er dermed relevant å trekke inn begrepet *mediering*. Mediering er mekanismen der eksterne, sosialt og kulturelt baserte aktiviteter blir transformert til intern, mental funksjon (Vygotsky, 1980). Det er gjennom mediering at språk, artefakter, symboler eller andre ressurser blir brukt til å formidle kunnskap og kultur til individet, og hjelper dem med å internalisere og inkorporere disse eksterne faktorene i deres egen mentale funksjon. Ifølge Vygotsky (1980) er det gjennom sosial mediering at kunnskap blir forfinet, levedyktig og får sammenheng. Mediering er dermed en sentral del av kognitiv og sosial utvikling og det kan ha en innvirkning på hvordan individet tenker, forstår og interagerer i verden.

### **3.1.3 Å formes gjennom sosialisering**

Vygotskys teori har hatt stor innflytelse på det sosialkonstruktivistiske perspektivet. Blant annet belyser sosiologene Peter Berger og Thomas Luckmann (1967) en svært lignende teori som arbeidet til Vygotsky, der de forklarer hvordan mennesker samhandler i samfunnet. Gjennom deres bok, som fikk sitt gjennombrudd på 1900 – tallet, påpeker Berger og Luckmann (1967) at individet former seg selv, samtidig som den former andre mennesker. De hevder at sosialiseringsprosessen består av tre stadier som har en stor betydning for individets utforming. Disse stadiene er: *eksternalisering*, *objektivering* og *internalisering*.

Jeg vil bruke Berger og Luckmann (2015) for å sette søkelys på en prosess som fremhever at «samfunnet er et menneskelig produkt, samfunnet er en objektiv virkelighet, og mennesket er et sosialt produkt» (s. 9). De argumenterer for at virkeligheten ikke er en objektiv og uforanderlig ting, men en sosial konstruksjon som skapes og opprettholdes av mennesker gjennom deres interaksjoner. Med andre ord, skaper mennesker en delt virkelighet i samfunnet ved å kontinuerlig samhandle og interagere med hverandre. Den sosiale verden er ikke gitt og heller ikke naturlig, men den er oppfunnet og skapt av mennesker som viderefører verdier og normer til andre mennesker. Dermed understreker Berger og Luckmann (1967) at all kunnskap er sosialt konstruert og formet av kulturelle og historiske faktorer. Individet eksisterer ikke foruten samfunnet, men er en del av det og formes av det, samtidig som samfunnet formes av individene som samhandler i det (Berger og Luckmann, 1967).

I det første trinnet av sosialiseringprosessen, eksternalisering, forklares det at individer med deres menneskelig aktivitet, skaper deres sosiale verden. Individer uttrykker og kommuniserer sine tanker, følelser og erfaringer til andre i samfunnet, som gjør at menneskene legger frem det de har inni seg ut i det sosiale rom. Dette foregår gjennom ulike former for kommunikasjon og symbolbruk, ved å for eksempel lage lyder, bevegelser eller bilder som representerer individets oppfatninger og opplevelser av verden. Disse kreative uttrykkene kan også være en måte å utforske og forstå sin egen identitet og tilknytning til samfunnet på (Berger og Luckmann, 1967).

Berger og Luckmann (1967) skiller mellom en objektiv og subjektiv virkelighet i sosialiseringprosessen. Objektiv virkelighet refererer til det som eksisterer i samfunnet uavhengig av individers bevissthet, som for eksempel naturen og biologiske realiteter. Subjektiv virkelighet omhandler derimot individets personlige og unike oppfatninger, samt deres erfaringer av verden knyttet til kulturelle og sosiale kontekster. Det betyr, at i det neste stadiet av sosialiseringprosessen, objektivering, vil menneskelig aktivitet overføres til produkter av objektivitet (Berger og Luckmann, 1967). Med andre ord, møter mennesket den sosiale verdenen gjennom en objektiv virkelighet, og den gjensidige påvirkningen mellom individer og samfunn dannes. I denne fasen internaliserer individet de sosiale normene og verdiene som eksisterer i samfunnet, som også vil påvirke deres tidligere erfaringer fra den første fasen av prosessen, eksternalisering. Gjennom objektivering utvikler individet en mer abstrakt og konseptuell forståelse av verden, ved å bruke språk og samhandle med andre i samfunnet (Berger og Luckmann, 1967). Individet lærer å akseptere de sosiale strukturene og

normene som eksisterer rundt dem, og klassifiserer sine egne oppfatninger i samsvar med samfunnet.

Dette legger grunnlaget for den tredje fasen av sosialisering, internalisering. Dette stadiet omfatter at individet ikke lenger behøver å tenke bevisst på normene og verdiene de har lært, fordi de har blitt innlemmet og en naturlig del av deres tenkemåte og atferd (Berger og Luckmann, 1967). Mennesket blir ikke født som medlem av et samfunn, men lærer seg å bli en del av samfunnet ved å sosialisere, ettersom mennesket har et medfødt behov for sosialisering. Individet vil begynne å ta aktiv del i å opprettholde og videreføre de kulturelle og sosiale verdiene den har tilegnet seg. Dette foregår gjennom deres sosialisering med andre samfunnsmedlemmer, samt gjennom deres deltakelse i instanser og institusjoner som skoler, hellige hus og arbeidsplasser (Berger og Luckmann, 1967).

Imidlertid understreker Berger og Luckmann (1967) at fasene før et menneske har blitt en del av et samfunn ikke nødvendigvis inkorporeres i den gitte rekkefølgen. Disse trinnene kan foregå på samme tid og flere ganger i livet. Berger og Luckmann (1967) hevder dermed at internalisering av samfunn, identitet og virkelighet vil oppstå flere ganger gjennom livet. Det betyr at så lenge man lever og er en del av et samfunn, vil individene endre seg og samfunnet vil endre seg, og menneskene vil innta seg de nye normene og verdiene som er skapt av en vekselvirkning mellom individ og samfunn. Berger og Luckmann (1967) poengterer dermed at sosialisering er en dynamisk prosess som pågår gjennom hele livet, og som gjør at individet stadig må tilpasse seg, og forhandle om de sosiale normene og forventningene i samfunnet.

### **3.1.4 Primær – og sekundærsosialisering**

Berger og Luckmann (1967) spesifiserer at den første sosialiseringen et individ gjennomgår i barndommen, og som former individet i tidlig alder er ved primærsosialisering. Dette innbefatter sosialisasjonsagenter som familie, nære venner og miljøet som influerer individet gjennom interaksjoner.

Jeg vil spesielt legge vekt på sekundærsosialiseringen, da sosiale medier omfatter i denne prosessen (Frønes, 2013). Sekundærsosialisering refererer til senere faser av sosialisering til individet, og som Berger og Luckmann (2015) betoner som «etterfølgende prosesser som innsetter et allerede sosialisert individ i nye sektorer i

samfunnets objektive verden» (s. 136). Sosiale medier kan forsterkes i lys av sekundærsosialiseringen, da det representerer en av de nye instansene i samfunnet som har en innflytelse på hvordan individer tenker, opptrer og kommuniserer med hverandre (Frønes, 2013). Sosiale medier gir en arena for sosial interaksjon på et globalt nivå og internalisering av nye sosiale normer. Det kan også gi en arena for debatt og meningsutveksling, som kan bidra til å forme individets syn på sosiale og politiske spørsmål.

## 3.2 Well-being

I lys av Diener (1984) sin forklaring refererer well-being til et bredt begrep som omfatter ulike aspekter av en persons mentale, følelsesmessige og fysiske velvære.

Subjective well-being, eller subjektiv velvære beskriver hvordan et individ opplever sin egen livskvalitet og lykke til å være. Diener (1984) uttrykker at følelsen av well-being er en dyd og hellig. Han påpeker at det er personlig opplevelse som omhandler individets tilfredshet med livet, mestring og tilhørighet. Hvordan individet opplever å ha det, varierer fra person til person, avhengig av deres livssituasjon, personlighet og kulturelle bakgrunn. Diener (1984) betoner også subjektiv well-being som en viktig indikator på individets livskvalitet, og hans forskning har vist at det er strekt knyttet til ulike aspekter av menneskelig fungering, inkludert mental og fysisk helse, relasjoner og livstilfredshet. I tillegg presenterer Diener (1984) tre distinkte, men relaterte komponenter ved hvordan mennesker oppfatter sin subjektive well-being: *hyppig positiv påvirkning, sjelden negativ påvirkning og livstilfredshet.*

Hyppig positiv påvirkning inkluderer subjektive opplevelser av kjærlighet, lykke og begeistring. Diener (1984) beretter at følelsen av lykke kan forekomme ved å ha støttende venner og familie, en god jobb og ved å ha en utadvendt personlighet. Sjelden negativ påvirkning innbefatter at individet sjeldent føler på misbehag og nedstemthet. Dette kan være fordi individet har lav nevrotisisme, eller fordi individet har en optimistisk personlighet. Angående livstilfredshet, omhandler dette individets oppfatning av hvor henrykt man er med sitt liv som helhet, inkludert individets karriere, partner, familie, venner og andre aspekter av sitt liv. Et individ som opplever livstilfredshet kan for eksempel ha god inntekt, høy selvtilit og oppfylle ønskede mål (Diener, 1984).

Diener (1984) argumenterer for at disse komponentene kan måles objektivt ved å bruke spørreskjemaer og intervjuer for å evaluere individets well-being og livskvalitet. Han fastslår

også at følelsen av well-being kan variere fra individ til individ, og at det ikke alltid korrelerer med ytre faktorer som penger og sosial status, selv om det kan være en viktig faktor for individets livskvalitet og lykke. For eksempel kan ulike personlighetstrekk som optimisme eller resiliens bidra til å øke subjektiv velvære, mens stress eller helseproblemer kan redusere den (Diener, 1984).

Gjennom sine studier, understreker Diener (1984) at det er også en sammenheng mellom individets sosiale fellesskap og well-being. Individer som har positive sosiale relasjoner, i form av vennskap, romantiske forhold og tilhørighet i en gruppe, opplever en økt følelse av lykke og tilfredshet med livet. Å føle seg ensom og isolert kan derimot ha en negativ innvirkning på individets well-being. Diener (1984) fastslår dermed at individer er sosiale vesener som trives når de er en del av et sosialt fellesskap. Han konkluderer at subjektiv well-being er en kompleks og multifasettert konstrukt som kan påvirkes av ulike faktorer på individuelt, sosialt og kulturelt nivå. Diener (1984) påpeker også at det er en viss grad av stabilitet i subjektiv well-being over tid, men at det også kan være påvirkelig og kan endres gjennom ulike intervensjoner og livshendelser.

### **3.3 Individets selvframstilling**

#### **3.3.1 Selvet**

Sosialisering omfatter ikke bare å erfare eller å forme individet, men å konstruere selvet som et subjekt. Selvet blir definert som «utviklingen av en subjektiv idé som binder sammen alle fragmentene som utgjør meg selv, gjennom en forestilling om helhet, og de handlingsevner som følger av selvutviklingen» (Frønes, 2013, s. 71).

Selvet beskriver den subjektive opplevelsen av å være en unik, individuell person med egne tanker, følelser og identitet. Frønes (2013) understreker at individet har et begjær og lengter etter å få anerkjennelse fra andre selvstendige subjektiver. Hva som er verdt å begjære blir belyst gjennom en symbolsk orden som er de sosiale og kulturelle omgivelsene individet befinner seg i og får inntrykk fra. Frønes (2013) vektlegger: «det grunnleggende menneskelige er å utvikle seg i et samspill preget av spenninger. Grunnleggende for individene og for grupper er begjær etter anerkjennelse. Anerkjennelse kan individet bare få

via andre. Subjektet søker anerkjennelse fra kilder som forstås som selvstendige subjekter: anerkjennelse krever noen som kan anerkjenne» (s. 69).

Individet søker etter dette begjæret om å bli anerkjent av andre, og som Frønes (2013) utdyper som «grunnleggende menneskelig og sosialt» (s. 69). Bø (2008) spesifiserer også at selvet har to sider – en objektiv og subjektiv side ved individet. Den objektive siden er den personligheten individet opptrer i, på offentlige arenaer. «Den er deg slik som folk ser og bedømmer deg til daglig» (Bø, 2008, s. 43). Den subjektive siden er derimot som Bø (2008) beskriver «slik du ser og bedømmer deg selv» (s. 43). Den objektive og subjektive siden sammenfaller ved at folks tilbakemeldinger om hvordan de oppfatter individet er med å forme individets selvet, samtidig som individets egen selvoppfatning rommer også hvordan man vurderer seg selv (Bø, 2008). Det betyr at mennesket har en kompleks evne til å kunne reflektere over seg selv som både et objekt og subjekt. Tilsvarende Frønes (2013), påpeker Bø (2008) at individet har behov for anerkjennelse og tilbakemeldinger fra andre mennesker for å kunne vurdere sin egen selvframstilling og utvikle seg. Bø (2008) uttrykker det som at vi «speiler oss i andre» (s. 43). Det betyr hvordan individet fremtrer idag, vil endre seg i morgen og bestandig, fordi individet endrer seg i en livslang prosess i møtet med nye persepsjoner.

### **3.3.2 Selvfremstilling på sosiale medier**

Rettberg (2014) beretter at selvfremstilling på sosiale medier er på samme tid selv-dokumentering. Han utdyper at selv-dokumentering innebærer at individer nøye overveier hvordan de presenterer seg selv på ulike plattformer, i tillegg til å dele minner og gjenoppleve dem i ettertid. Dessuten gir sosiale medier individet muligheten til å kunne se sin egen refleksjon, og når man publiserer et bilde og sletter et annet, kan individet kontrollere måten den ønsker å bli fremstilt på. Rettberg (2014) påpeker at når individet publiserer innhold av seg selv, familie og andre opplevelser, er ikke det kun for andre å betrakte, men for selve individet å reflektere over. Når man bestemmer seg for å legge ut en selfie (bilde) skaper man en form for selvrepresentasjon, og bildet vil eksistere i en sosial kontekst. Den sosiale konteksten på sosiale medier består av individer som produserer innhold, samt individer som konsumerer innhold. Når man opptrer som en forbruker på sosiale medier, fremstår man som en tradisjonell leser, og fra dette synspunktet analyserer man andre brukere ved å først og fremst se på individet som publiserer som en tekst, fremfor et levende, pustende menneske.

Rettberg (2014) uttrykker dermed at dette perspektivet: selfies og andre former for aktivitet på sosiale medier former individets selvframstilling.

### **3.3.3 Bruk av filter**

Instagram er en av de første sosiale medieplattformer som igangsatte bruken av funksjonen filter, deretter begynte andre plattformer som Snapchat og TikTok å anvende det. Filter i sosiale medier refererer til funksjoner som legger til spesielle effekter på bilder og videoer for å gjøre dem mer engasjerende og underholdende (Rettberg, 2014). Å bruke filter er svært fremtredende og en normalisert kultur på sosiale medier. Grunnen til dette er fordi man kan manipulere bilder, gjøre dem lysere, attraktive og mer oppegående enn realiteten.

Rettberg (2014) påpeker at filter lar individer uttrykke seg selv på nye måter, skjule ufullkommenheter, og justere på deres selvframstilling slik som de ønsker. Det betyr at filter og bilderedigering lar individer eksperimentere og skape det umulige, og som de ellers ikke hadde fått til i den virkelige verden. Man kan ytterligere bli vant og like disse «forbedrede» bilder eller selfies av seg selv. For overdreven bruk av filter og bilderedigering kan resultere i en besettelse, der man føler seg presset til å endre på bildene sine, slik at man ser ut som den beste utgaven av seg selv, i stedet for den man virkelig er (Rettberg, 2014).

## **3.4 Oppsummering**

Jeg har gjennom det sosialkonstruktivistiske synet på sosialisering forsøkt å belyse hvordan mennesker er en del av en livslang sosialiseringsprosess, der individet formes av sosiale og kulturelle faktorer. Berger og Luckmann (1967) påpeker at en vekselvirkning mellom individ og samfunn skaper samfunnets verdier og normer, samt tenkemåte. Dette vil være aktuelt for min oppgave grunnet det at individet har et behov for å sosialisere for å skape mening, og i denne sammenhengen blir det gjennom sekundærsosialiseringen da sosiale medier innbefatter det stadiet. Siden well-being også rommer en stor del av oppgavens omfang, har jeg forsøkt å belyse hvordan individet opplever å ha det gjennom teorien om subjektiv well-being. Dette vil gi meg innsikt i hvordan informantene opplever å ha det i interaksjon med Instagram. I tillegg vil beskrivelsene til Rettberg (2014) om hvordan individet fremstiller seg selv på sosiale medier gi en forklaring på hvordan mine informanter uttrykker seg selv og anvender filter på Instagram.

## 4 Forskningsdesign og metode

I dette kapittelets omfang skal jeg redegjøre for valg av undersøkelsens forskningsdesign og metode. Først vil jeg gi en kort oversikt over den vitenskapsteoretiske forankringen studien tar utgangspunkt i, deretter fremhever jeg hvilke metodiske valg jeg har foretatt i studien. Som følge av dette vil jeg begrunne og reflektere over metodisk tilnærming, datainnsamling og -behandling. Avslutningsvis vil jeg diskutere undersøkelsens reliabilitet, validitet og etiske retningslinjer.

### 4.1 Vitenskapsteoretisk forankring

Vitenskapsteorien ligger som et bakteppe i forskningsprosjekter og kan hjelpe forskeren i å se informasjonen den etterlyser på en tydeligere måte. Vitenskapsteorien fremlegger at det er et komplekst og mangetydig forhold mellom teori og empiri (Kvernbekk, 2002). Dessuten kan vitenskapsteorien bidra til at forskeren får et bedre bilde på hva som skal inkluderes og ekskluderes i studien, da det kan sette grunnlaget for forståelsen forskeren utvikler underveis i forskningsprosessen (Thagaard, 2018).

Et mål er å klassifisere hvilke vitenskapelige tilnærminger jeg har benyttet meg av i forskningsprosjektet. Innenfor vitenskapsteori skilles det hovedsakelig mellom to tilnærminger: induktiv og deduktiv (Thagaard, 2018). Når man foretar en induktiv tilnærming, jobber forskeren med å belyse empiri mot teori. Derimot, ved en deduktiv tilnærming, har forskeren allerede en ide og teori som klassifiseres i empirien. I denne studien, har jeg forbeholdt meg til en kombinasjon av disse to tilnærmingene, da det egner seg for min studie å både knytte teori opp mot empiri og omvendt. En slik kombinasjon betegnes som en abduktiv tilnærming hvor jeg tar utgangspunkt i både empirien og teorien for fenomenet jeg vil undersøke (Tjora, 2017).

#### 4.1.1 Vitenskapsteoretiske perspektiv

Jeg er inspirert av *fenomenologi* som det vitenskapsteoretiske perspektivet for studien. Fenomenologien er engasjert i hvordan mennesker forstår og skaper mening i interaksjonen med omverdenen (Tjora, 2017). På lik linje, ønsker jeg gjennom studien å rette oppmerksomheten mot informantenes subjektive følelser, og deres erfaringer av fenomenet



som undersøkes. Ved å fokusere utelukkende på informantenes beskrivelser og utsagn, tillater man å oppnå en dypere forståelse av hvordan de opplever fenomenet. Fenomenologien vektlegger dermed virkelighetens kvalitative og erfarte side, som gjør at det er en aktuell og relevant tradisjon for min studie (Duesund, 1995).

## **4.2 Metodisk tilnærming**

Metode blir omtalt til å være redskapet i møte med det vi ønsker å undersøke, og en sentral del av forskningsprosessen (Dalland, 2012). Som poengtert i forrige avsnitt, anvender jeg kvalitativ metode for å besvare problemstillingen og forskningsspørsmålene. En annen fremgangsmåte jeg kunne ha benyttet, er kvantitativ metode. Denne metoden skiller seg fra kvalitativ praksis ved å innsamle data gjennom statistiske teknikker, i motsetning til å samle inn data ved bruk av intervju og observasjoner, som oftest kjennetegner kvalitative prinsipper (Dalland, 2012).

En viktig del av å anvende riktig forskningsmetode er å vurdere dens styrker og svakheter. For eksempel kan kvantitativ forskning gi nøyaktige og generaliserbare resultater. Likevel kan det argumenteres for at kvantitativ metode ikke kan gi en dyp forståelse av fenomenet som undersøkes (Dalland, 2012). Kvalitativ forskning derimot, kan gi en dyp forståelse av fenomenet, men resultatene kan ofte ikke generaliseres til en større populasjon.

På bakgrunn av problemstillingen, omfatter studien kvalitativ metode som forskningsmetode, ytterligere semistrukturerte intervjuer. Grunnen til dette er fordi kvalitativ metode tar sikte på å registrere meninger og opplevelser som ikke lar seg tallfeste, måle eller observere (Dalland, 2012). Muligheten til å gå i dybden ved bruk av kvalitativ metode og dens evne til å fremheve informantenes egne oppfatninger, følelser, og erfaringer rundt det undersøkte fenomenet er essensielt for studien. Det gir en mer helhetlig forståelse av et fenomen, inkludert kulturelle, sosiale og historiske kontekster (Kvale og Brinkmann, 2015). Derfor vil det å ta i bruk kvalitativ semistrukturert intervju være fordelaktig for denne studien.

## **4.3 Semistrukturert intervju**

«Hvis du vil vite hvordan folk oppfatter verden og livet sitt, hvorfor ikke spørre dem?» (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 21).

Samtalen er en grunnleggende form for menneskelig samspill. Kvale og Brinkmann (2015) vektlegger viktigheten av samtaler, og beretter at mennesker gjennom samtaler lærer om hverandre: om deres opplevelser, følelser, holdninger og den verden de lever i. I en semistrukturert intervjusamtale stiller forskeren spørsmål og lytter til hva individet forteller om livsverdenen sin. Dessuten er hovedformålet med det kvalitative forskningsintervjuet å forstå verden sett fra intervjupersonen sin side (Kvale og Brinkmann, 2015). Imidlertid, fremhever Kvale og Brinkmann (2015) at semistrukturerte intervjusamtaler ikke er en konversasjon mellom likeverdige deltakere, da det er forskeren som definerer og kontrollerer samtalen. Grunnen til dette er fordi intervjuet har en viss struktur og hensikt. Gjennom denne metoden kunne jeg dermed belyse og presentere temaet og formålet bak forskningsprosjektet for informantene i intervjuene som ble holdt.

### **4.3.1 Åpne eller lukkede spørsmål?**

I denne studien er intervjuspørsmålene utformet som åpne spørsmål, slik Bryman (2016) beskriver som *open-ended questions*. Silverman (2006) understreker at som en forsker, er det vesentlig å være en aktiv lytter for å oppnå gode datainnsamlinger. Ved å ha åpne spørsmål i intervjuet vil informantene få friheten til å svare på den måten de ønsker. Dessuten gir åpne spørsmål mer rom for utfyllende og personlige svar, samtidig som informantene får muligheten til å reflektere over temaet som de skal svare på (Silverman, 2006). Åpne spørsmål starter ofte med ord som *hva*, *hvordan* og *hvorfor*, slik jeg har utformet mine spørsmål. Ved å benytte seg av åpne spørsmål kan det imidlertid oppstå noen utfordringer i intervjuet, ettersom slike type spørsmål krever et utdypet svar fra informanten. Med lukkede spørsmål derimot, har man ikke den samme friheten. Her blir informantene presentert med en rekke alternativer som de må basere sitt svar på. Dette gjør at lukkede spørsmål krever et kort og spesifikt svar, som ofte fører til en begrensning av valgmuligheter (Silverman, 2006). For denne studien, hadde det ikke egnet seg å benytte seg av lukkede spørsmål i intervjuene, da det hovedsakelig ikke gir rom for refleksjon over egne tanker og erfaringer.

Som følge av intervjuene, reflekterte jeg en del over det undersøkte fenomenet. Informantenes svar har bidratt til at jeg har utvidet min forståelse og kunnskap om området jeg studerer. I tillegg har jeg kontemplert mye over bruken av Instagram i etterkant av intervjuene, spesielt fordi det er et tema som flere personer kan relatere seg til. Jeg har fått nye innsikter om

bruken av Instagram som jeg tidligere ikke hadde vurdert, og det var svært interessant å se variasjoner i svarene til informantene til tross for at de er jenter i samme aldersgruppe.

Det foreligger likevel noen konsekvenser ved å benytte seg av åpne spørsmål i intervjuer. Ofte kan intervjuer med åpne spørsmål være tidkrevende. Det hendte noen ganger at informantene utvidet svarene sine, og iblant gikk de utenfor rammene til spørsmålet jeg hadde stilt. Det krevdes også en større innsats fra informantene for å formulere deres svar, da jeg som forsker er avhengig av svarene deres. Jeg hadde imidlertid gleden av å intervjuer informanter som var svært reflekterte og bevisste på sin egen bruk av Instagram. Jeg fikk inntrykket at de besvarte spørsmålene på en ærlig og autentisk måte i henhold til deres opplevelser og erfaringer på plattformen, og hvordan de generelt sett opplever Instagram.

## **4.4 Datainnsamling**

### **4.4.1 Utvalg og informanter**

I kvalitative intervjustudier er antall informanter en sentral del av undersøkelsen (Kvale og Brinkmann, 2015). Det er betydelig å gjøre rede for hvilke utvalg resultatene bygger på, slik at det blir lettere for leseren å vurdere gyldigheten av undersøkelsen (Dalen, 2011). På bakgrunn av dette vil jeg tydeliggjøre valgene jeg har foretatt for utvalget, i håp om at det kan gjøre datainnsamlingen mer transparent for leseren.

Det er viktig at informantene kan gi informasjon og reflektere over fenomenet som skal undersøkes. For å muliggjøre dette, kan man anvende kriterievalg ved utvelging av informanter. Det betyr at man på forhånd har bestemt ulike kriterier som informantene må oppfylle (Dalen, 2011). På grunnlag av problemstillingen ble kriteriene for utvalget av informanter følgende:

*Unge voksne i alderen 18 – 24 og som har brukt Instagram aktivt over flere år.*

Dette valget er blant annet tatt i tråd med brukerdemografien til Instagram, som henviser at aldersgruppen fra 18 – 29 år er den som bruker applikasjonen hyppigst. I utgangspunktet, ønsket jeg å ha et utvalg som består av både gutter og jenter, idealistisk sett, to gutter og to jenter, basert på råd jeg fikk om å ha fire informanter. Jeg ønsket dette for å få innsikt i både gutte- og jenteperspektivet i forhold til deres bruk av Instagram, og om det er

kjønnsforskjeller i hvordan de opptrer på plattformen. Dessverre opplevde jeg at det var svært utfordrende å rekruttere informanter.

Jeg startet prosessen med å kontakte utallige potensielle informanter av begge kjønn. I begynnelsen fikk jeg kontakt med en gutt som er bekjent og som sa ja til å delta i studien. Av helsemessige årsaker måtte jeg dessverre avlyse tidspunktet vi hadde planlagt for å ha intervju. Dette førte til at informanten ikke kunne andre tidspunkter da han skulle reise til Australia for å ta et utvekslingsår. Han anbefalte meg å kontakte noen av hans venner, men dessverre kunne ikke de delta og takket nei til dette. Denne fremgangsmåten for å finne informanter kalles for snøballmetoden. Ifølge Thagaard (2018) innebærer denne fremgangsmåten å kontakte kandidater som oppfyller kriteriene som er relevante for problemstillingen, og deretter be dem foreslå andre deltakere som de antar kan oppfylle kvalifikasjonene for studien.

På grunn av tidspress og hvor avhengig jeg er av informanter, kunne jeg ikke holde meg fast ved ideen om å ha mannlige informanter. Dette resulterte i at jeg endte opp med fire unge voksne jenter i alderen 21 – 24 år. Overraskende nok viste de seg å ha store variasjoner i svar, til tross for at de er jenter i samme aldersgruppe og bor i nærliggende områder i Oslo. Ved utvelging av informanter, har jeg både brukt snøballmetoden og kontaktet profiler direkte på Instagram. Dette vil jeg også utdype nærmere i avsnittet der jeg presenterer informantene i analysekapittelet.

I tillegg bør antallet informanter ikke være for stort, da bearbeiding og gjennomføring av intervjuer er en tidkrevende prosess. I kvalitative intervjustudier kan antallet informanter ofte være enten for lite eller for stort, noe som kan medføre utfordringer med generalisering av funnene ved for få informanter, eller manglende muligheter til å gå i dybden i analysen ved for mange informanter (Kvale og Brinkmann, 2015). Som tidligere poengtert, ble jeg rådet av min veileder til å ha fire deltakere i studien. Rådene er basert på hennes synspunkt om at datainnsamling på 30 – 40 minutter per intervju er tidkrevende, i tillegg til at mye tid vil omfatte transkribering av intervjuene. Fire informanter kan dermed anses til å være et lite antall for å kunne generalisere resultatene, men gruppens størrelse ga meg gode muligheter til å gå i dybden i analysen. Dessuten var de fire intervjuene tilstrekkelige for å identifisere både likheter og forskjeller i bruk av Instagram blant informantene.

Ettersom jeg ønsker å undersøke unge voksnes opplevelse og tanker rundt fenomenet Instagram, er de primærkildene i denne studien (Dalen, 2011). En fordel med å ha en informantgruppe som primærkilde er muligheten til å undersøke deres oppfatninger og erfaringer om fenomenet mer grundig. En ulempe med å kun ha én informantgruppe er at det kan begrense muligheten til å belyse hvordan ulike informantgrupper opplever det samme fenomenet, og dermed kan det bli omfattende å fange opp mangfoldnyansene i helhetsbildet (Dalen, 2011). Hadde jeg valgt andre informantgrupper som pedagoger, psykologer eller foresatte, kunne jeg ha belyst fenomenet fra ulike synsvinkler, noe som trolig hadde gitt meg forskjellige svar og innfallsvinkler om fenomenet.

#### **4.4.2 Intervjuguide**

Dalen (2011) understreker at intervjumaterialet bør gi tilstrekkelig grunnlag for analyse og tolkning. For å undersøke ulike aspekter ved fenomenet og adressere problemstillingen og forskningsspørsmålene, distribuerte jeg intervjuguiden i flere segmenter (se vedlegg 2). Segmentene i intervjuguiden omhandler bruken av Instagram, informantenes syn på Instagram og deres sosiale samspill i applikasjonen.

For å sikre at intervjuguiden var et effektivt verktøy for å besvare problemstillingen og forskningsspørsmålene, delte jeg den inn i tre segmenter som lå tett opp mot fenomenet jeg ønsker å studere. Intervjuguiden har korte og fleksible spørsmål, slik at jeg kunne stille oppfølgingsspørsmål under intervjuet, følge informantenes uttalelser nøye og bidra til at informantene kunne fortelle nokså fritt og utfyllende (Kvale og Brinkmann, 2015).

Jeg opplevde det som utfordrende å formulere spørsmål som ga meg den informasjonen jeg etterlyser. Jeg måtte dermed omformulere spørsmålene gjentatte ganger, og få hjelp fra veilederen min til å fremlegge de endelige spørsmålene i intervjuguiden. Til tross for at jeg anvendte begrepet well-being i problemstillingen, valgte jeg bevisst å unngå å bruke termen i intervjuguiden. I stedet stilte jeg spørsmål som omhandlet informantenes aktivitet på Instagram, og hvordan de bruker applikasjonen til å sosialisere og fremstille seg selv. I tillegg ønsket jeg å bruke et enkelt språk som Kvale og Brinkmann (2015) påpeker er viktig å anvende i intervjuguiden, for å sikre at både jeg og informantene hadde en felles forståelse av formuleringene og fenomenet. I tillegg understrekes det både av Kvale og Brinkmann (2015) og av veilederen min at spørsmålene jeg stiller ikke skal være ledende, men heller legge til rette for egenrefleksjon og meninger.

De fire intervjuene varte i ca. 35 – 40 minutter hver. Til tross for dette, hendte det at jeg i noen av intervjuene ikke stilte alle spørsmålene i intervjuguiden, da jeg følte at informantene allerede hadde dekket mye av det jeg hadde planlagt å spørre om. Imidlertid følte jeg at i noen av intervjuene måtte jeg stille flere oppfølgingsspørsmål enn andre, enten fordi informanten sa noe interessant som jeg ønsket å utforske nærmere, eller fordi jeg følte at informanten kunne gi et mer utfyllende svar rundt det som ble diskutert. Jeg erfarte også at det var utfordrende å stille åpne oppfølgingsspørsmål. Dette kan trolig ha oppstått fordi jeg underveis i intervjuet reflekterte mye over problemstillingen, noe som muligens førte til at noen av spørsmålene ble litt ledende.

Etter intervjuene innså jeg også at det var mulig at jeg hadde noen gjentakende spørsmål i guiden, eller spørsmål som førte til lignende svar fra informantene. Dette betyr at jeg kunne ha forkortet intervjuguiden enda mer enn det jeg gjorde i utgangspunktet. Imidlertid opplevde jeg at informantene hadde ingen problemer med å begripe de forskjellige spørsmålene, og uttrykte seg på en resonnerende måte rundt spørsmålene som ble stilt.

#### **4.4.3 Gjennomføring av intervjuene**

Tjora (2017) belyser at intervjuet bør foregå på et sted som er kjent og trygt for informanten, da dette øker sannsynligheten for at informanten føler seg mer avslappet og tryggere i samtalen. Etersom tre av fire informanter er studenter eller har studert, var det egnet at intervjuene gjennomføres på et universitet. To av informantene studerer, mens den tredje informanten er ferdig studert og den siste informanten tar et friår. Vi planla tidspunkter for intervju på Instagram, der jeg også har kommunisert med mine informanter om forskningsprosjektet. Jeg bestilte et grupperom i hovedbiblioteket på UiO, Georg Sverdrups hus og gjennomførte de fire intervjuene. Det var ikke et problem å finne frem til det planlagte møtestedet, da Georg Sverdrups hus var allerede et kjent bibliotek for de fire informantene.

Informantene ble møtt med et blidt smil og takknemlighet for at de deltok i studien. Foran informantene hadde jeg lagt frem smågodt og frukt, samt drikke, slik at de kunne forsyne seg underveis i intervjuet. Før intervjuet begynte, fikk informantene lese informasjonsskrivet om masteroppgaven og signere samtykke for å delta. Deretter forklarte jeg kort muntlig formålet med studien og klargjorde at all informasjon jeg får kan være nyttig for studien. Jeg understreket at jeg ikke er på utkikk etter *riktige* svar, men heller hvordan de selv opplever og erfarer bruken av Instagram. Deretter ga jeg rom for at informantene kunne stille spørsmål

dersom de lurte på noe før intervjuet begynte, og avsluttet introduksjonen med å si «nå skal jeg trykke start på lydopptaket», som en indikasjon på at intervjuet har startet.

Endelig kunne intervjuet begynne. Det var ikke en enkel oppgave å være en intervjuer eller en forsker i denne sammenhengen. Det krevde at jeg var oppmerksom på hva informantene uttalte, fange opp de viktigste poengene, følge det opp og samtidig lytte aktivt. Jeg forsøkte også å oppmuntre informantene og vise interesse i det de ordla ved å bruke tilbakemeldinger som «ja» eller «mhm» for å skape en genuin dialog. I tillegg kunne jeg si «dette var et godt poeng», eller nikke for å skape en troverdig interaksjon med informanten. Thagaard (2018) kaller oppmuntrende ord for *prober*, og beretter det som «spørsmål eller kommentarer som bidrar til å skape flyt i samtalen» (s. 102). Ved bruk av prober i intervjuet følte jeg at informantene omtalte seg mer, utdypet seg ytterligere og viste tillit ovenfor meg som forsker. Jeg erfarte også at informantene først ga relativt knappe svar, men etter hvert som intervjuene skred fram, virket det som om de ble mer komfortable og åpnet opp med å gi mer utfyllende svar. For eksempel kunne det oppfattes at informantene i begynnelsen av intervjuet hadde et positivt inntrykk av Instagram, uten bekymringer om skjermtid og bruk. Men etter hvert som intervjuet skred fram, begynte de å dele at kan føle ubehag eller bruke uforholdsmessig mye tid på applikasjonen, og at de kan bli for sterkt knyttet til livet på sosiale medier. Fordi informantene selv var med på å forme intervjuet, førte dette til at intervjuene gikk i ulike retninger til tross for at jeg anvendte samme intervjuguide. Jeg erfarte derfor at intervjuene ble veldig forskjellige, og jeg har i ettertid reflektert over om dette kan bety at jeg har klart å komme inn i de unge voksnes subjektive livsverden.

I tillegg vil hvert intervju variere i atferd, ettersom forskeren og informanten har forskjellige roller og holdninger til hverandre. Kvale og Brinkmann (2015) kaller dette for asymmetriske maktforhold i intervjuer. Forskningsintervjuet er ikke en åpen, dagligdags samtale mellom likestilte partnere, tvert imot, har intervjueren en vitenskapelig kompetanse og definerer temaet for intervjuet, stiller spørsmål og følger opp ulike svar man vil at informanten skal utdype (Kvale og Brinkmann, 2015). Det er et klart asymmetrisk maktforhold der forskeren bruker intervjuet som et middel for å få frem beskrivelser, fortellinger og erfaringer fra informanten. Til tross for at jeg styrte intervjuet og spørsmålene til en viss grad, opplevde jeg ikke at det var et stort skille i maktforholdet mellom meg og informantene. Årsaken kan være fordi jeg er en kvinne og i samme aldersgruppe som informantene, som muligens skapte en mer avslappet og vennlig dynamikk i intervjuene.

Thagaard (2018) understreker at det er viktig at forskeren reflekterer over relasjonene man har til informantene og vurderer hvilken betydning disse relasjonene kan ha for den informasjonen forskeren får. Den første informanten som takket ja til å delta i studien, er en person jeg gikk på ungdomsskolen med. Det har likevel gått 7 – 8 år uten kontakt, som gjør at jeg ikke lenger kjenner informanten på et personlig nivå. Resten av informantene er jenter jeg oppdaget på Instagram blant felles venner og ved hjelp av den første informantens nettverk.

I etterkant av intervjuene reflekterte jeg også over intervjusituasjonen og inntrykkene jeg satt igjen med. Refleksjonene mine inkluderte blant annet om informantene mine svarte det de faktisk opplevde, eller om de svarte det de ønsket å tro om seg selv. I samsvar med slike refleksjoner understreker Thagaard (2018) at det er dette som er utfordrende med intervju som metode. Dessuten kan det være en mulighet for at mine informanter hadde vanskeligheter med å skille mellom min rolle som forsker og som jevnaldrende, og dermed ha gitt svar som de tror passer best til studien (Thagaard, 2018). Selv om denne muligheten eksisterer, anser jeg den som liten, ettersom jeg fikk varierte svar og egne tolkninger om fenomenet jeg ønsker å undersøke. Informantene hadde stort sett ordet gjennom hele intervjuet, og intervjusituasjonen var svært formell. Jeg kan ikke forutsi hvordan intervjuene ville vært dersom jeg hadde vært eldre eller en mann, men jeg tror det faktumet at jeg er en kvinne og jevnaldrende har bidratt til å skape en tillitsfull atmosfære i intervjusituasjonen. Dette kan ha hjulpet informantene med å fortelle mer fritt om sine egne erfaringer, og øke intervjuets kvalitet og redusere faren for feilkilder (Thagaard, 2018).

## **4.5 Databehandling**

### **4.5.1 Transkribering**

Intervjuene ble tatt opp ved hjelp av en lydopptaker, Diktafon, som er en applikasjon og forskningsserver på mobil utformet for at UiO studenter skal benytte seg av det. Tjenesten laster opp lydopptakene automatisk i nettskjema. Etter at jeg gjennomførte siste intervju, fikk jeg en oppgave og en frist fra veilederen min om å transkribere de fire lydfilene. Kvale og Brinkmann (2015) definerer transkribering å transformere noe fra en form til en annen. I dette tilfellet transkriberte jeg fra muntlig (lydfil) til skriftlig form.



Det at jeg transkriberte lydfilet lettet analyseprosessen. Kvale og Brinkmann belyser (2015) «når materialet struktureres i tekstform, er dette i seg selv en begynnelse på analysen» (s.206). Transkribert data førte til at jeg kunne søke etter spesifikke ord eller temaer i intervjumaterialet, samt identifisere mønstre og tendenser i informasjonen som ellers kan være vanskelig å oppdage i et lyd- eller videoklipp (Dalen, 2011).

Jeg begynte å transkribere så fort så mulig etter intervjuene, slik at jeg fortsatt husket flere nyanser og detaljer fra intervjusituasjonen ytterligere (Dalen, 2011). Jeg hadde fått anbefaling fra veilederen min om å bruke automatisert transkripsjon for å spare tid i prosessen. Jeg anvendte et automatiseringsprogram og opplevde at det som ble sagt i lydfilet ikke samsvarte med det som ble notert av programmet. Ordene var ikke gjenkjennbare, og det ville ha tatt meg lenger tid å revidere teksten dersom jeg brukte automatiseringsprogrammet. Derfor begynte jeg å transkribere lydfilet i Word, ved å ta pauser i lydfilet etter hvert eneste ord og setning som ble sagt, og notere det ned. Dette førte til at transkriberingsprosessen var tidkrevende. Heldigvis, opplevde jeg at lydfilet var av god kvalitet, noe som lettet arbeidet og førte til at transkripsjonen samsvarte med det som ble sagt i intervjuet. Etter at transkripsjonene var gjennomført, gikk jeg over til neste trinn i prosessen: å forholde meg til utskriften av transkripsjonen som et råmateriale for det videre arbeidet i studien (Dalen, 2011).

#### **4.5.2 Tematisk analyse**

Som tidligere belyst, anvendte jeg en abduktiv tilnærming for å analysere materialet i studien. Den abduktive tilnærmingen inngår i den tematiske analysen. Når man foretar en tematisk analyse, fokuserer man på sammenhengen mellom temaer (Thagaard, 2018). Analysen består også av flere trinn. Først må forskeren bli kjent med dataene ved å lese eller lytte til intervjuene flere ganger. Som tidligere poengtert, brukte jeg en lydopptaker for å ta opp det som ble uttalt i intervjuene. Jeg lyttet på lydfilet gjentatte ganger, som også førte til at jeg fikk autentiske transkripsjoner. Til tross for at det å transkribere og høre på lydfilet flere ganger var en utfordrende prosess, fikk jeg bli kjent med mine data, noe som førte til at jeg utviklet en grundigere forståelse rundt fenomenet jeg ønsker å undersøke. Dette leder videre til det neste steget av tematisk analyse, der forskeren må identifisere de viktigste temaene som går igjen i dataene (Thagaard, 2018). Temaer man identifiserer kan være konsepter, ideer eller tanker som er til stede i informantenes svar på spørsmålene. Når forskeren har identifisert

temaene, må de klassifiseres og organiseres på en systematisk måte. Dette kan optimaliseres ved å kode de ulike dataene man har fått. Koding er et viktig steg innenfor tematisk analyse, spesielt for å finne mening i råmaterialet (Tjora, 2017). Forskeren koder for eksempel ord, setninger, fraser, utsagn eller avsnitt i dataene, og deretter forsøker å gruppere dem under hvert forskningsspørsmål.

I begynnelsen, brukte jeg en deduktiv tilnærming for å analysere og behandle materialet, ettersom jeg i utgangspunktet hadde en teori jeg ønsker å fremheve i lys av empiri. Med deduktiv tilnærming, bruker forskeren en bestemt teori eller modell som et rammeverk for å lage spesifikke forutsigelser som kan testes empirisk (Thagaard, 2018). For eksempel, omfatter dette å forutsi hvordan en gruppe mennesker vil oppføre seg under visse omstendigheter. I denne sammenhengen startet jeg forskningsprosessen med en baktanke og en teori om at Instagram kan bidra til å forme individets well-being.

Etter at jeg transkriberte ferdig, møtte jeg opp med min veileder for å gå gjennom de ulike tekstene og kode materialet. Vi betraktet tekstene fra en induktiv synsvinkel, i håp om å oppdage ny informasjon fra våre informanter. I induktiv tilnærming vil forskeren observere og analysere data, og trekke ut generelle mønstre og konklusjoner (Thagaard, 2018). Vi oppdaget at informantene utfører ulike praksiser i plattformen og dermed kodet vi dem under titler som kjennetegner deres bruk av applikasjonen.

I tillegg fargekodet jeg og kategoriserte besvarelser som jeg oppdaget å være lignende og gjentakende funn i de forskjellige intervjuene. Jeg satt igjen med tre kategorier jeg anser å være temaer for analysen min, og som belyser informantenes bruk av Instagram. Kategoriene ble videre gruppert inn under hvert forskningsspørsmål. I Denne fasen gikk jeg gradvis mot den deduktive og teoretiske delen av arbeidet, der jeg stilte meg selv spørsmål: «finnes det noe teoretiske bidrag som kan støtte opp denne kategorien?» og «hva handler dette om?» Ved å stille disse spørsmålene, hjalp det meg å undersøke om det fantes teoretiske bidrag som kunne støtte opp de identifiserte kategoriene i materialet (Tjora, 2017).

Dermed brukte jeg både en induktiv og deduktiv (abduktiv) tilnærming for å sortere og analysere mine funn. Disse to tilnærmingene kan utfylle hverandre og gi en mer helhetlig forståelse av et fenomen eller problemstilling (Thagaard, 2018). Ved å gjennomføre analysen på denne måten ga det meg muligheten til å undersøke intervjuene på en grundigere måte, for å videre se funnene i en større helhet. I praksis betyr dette at jeg fikk muligheten til å sette

intervjuene opp mot hverandre for å indentifisere likheter og forskjeller i informantenes besvarelser.

## **4.6 Vurdering av forskningsprosjektets kvalitet**

I enhver forskningsstudie er det viktig å trekke inn og diskutere sider ved validitet og reliabilitet. Når forskningsprosjektet er gjennomført, vil leseren som regel evaluere og vurdere studien som har blitt utført. Som en forsker, besitter jeg med en plikt om å trekke inn begreper som bidrar til å sikre at resultatene fra studien er gyldige og pålitelige, og dermed kan brukes til å informere ytterligere beslutninger. Uten validitet og reliabilitet kan forskningsresultatene fremstå som misvisende eller feilaktige, og dermed føre til at beslutninger tas på feil grunnlag (Thagaard, 2018). Kvale og Brinkmann (2015) understreker at begrepene validitet og reliabilitet er betydelige begreper som ikke tilhører en spesiell undersøkelsesfase, men som vil prege sterkt hele forskningsprosessen.

### **4.6.1 Validitet**

I kvalitativ forskning handler validitet om sannhet, riktighet og styrke, og forteller om hvorvidt studien måler det den er ment å måle (Kvale og Brinkmann, 2015). Med andre ord, innebærer det hvor godt dataene som samles inn gjenspeiler det som faktisk er ment å undersøkes. Forskeren må vurdere om resultatene og materialet er relevant i forhold til forskningsprosjektets problemstilling og forskningsspørsmål (Brottveit, 2018). Med dette tatt i betraktning, anser jeg at resultatene fra datainnsamlingen har stilt krav til forskningsprosjektets validitet, ettersom funnene fremlegger informantenes egne refleksjoner om hvordan unge voksne bruker Instagram, sosialiserer og fremstiller seg selv.

For å styrke studiens validitet ytterligere, er det nødvendig å reflektere over min posisjon som forsker i forhold til informantene og fenomenet jeg ønsker å undersøke (Thagaard, 2018). På denne måten vil forskningsprosessen forhåpentligvis være gjennomiktig for leseren. Som belyst, har jeg ikke en tilknytning til informantene, men jeg kan være relatert til dem i henhold til alder og kjønn. I tillegg har jeg kjennskap til fenomenet jeg har undersøkt. Thagaard (2018) påpeker at å ha kjennskap til fenomenet og ha en form for tilknytning til informantene kan både være en styrke og en begrensning i studien. Det kan være en styrke fordi det kan bidra til at jeg forstår synspunktet til informantene ytterligere, og en begrensning

fordi det kan føre til at jeg overser forskjeller som ikke er i samsvar med min egen forståelse. Det er derfor viktig at synspunktene som avsløres under intervjuene faktisk representerer informantenes egne erfaringer og perspektiver, og ikke mine egne tolkninger av fenomenet. For å opprettholde en nøytral holdning, måtte jeg derfor legge til side min forståelse av fenomenet. Dette gjorde jeg ved å understreke for informantene at jeg er kun nysgjerrig på deres praksis i plattformen, og at ingen svar blir ansett som feilaktige.

Det er også vesentlig å reflektere over hvordan jeg som forsker tolker informantenes egne opplevelser, og om tolkningene samsvarer med det informantene prøver å formidle (Thagaard, 2018). Kvale og Brinkmann (2015) kaller dette for *kommunikativ validitet*. Det omhandler å undersøke gyldigheten og sannheten gjennom dialog og samtale. Jeg forsøkte å gjøre dette i intervjuet ved å stille oppfølgingsspørsmål, samt ved å ha hyppige oppsummeringer av det informanten sa muntlig før vi gikk videre til neste spørsmål eller tema. Informantene ble også stilt spørsmål på nytt dersom noe ble oppfattet som uklart. Informantene fikk dermed muligheten til å korrigere eller nyansere min tolkning og forståelse. Samt, ved å ta i bruk lydopptaker i intervjuet og transkribere i etterkant, gjorde dette at jeg kunne gjengi informantenes omtalelser og mine egne tolkninger av det de har sagt.

Som tidligere belyst, opplevde jeg at det var utfordrende å stille oppfølgingsspørsmål under intervjuet som ikke ble oppfattet som ledende, noe som kan ha påvirket validiteten av resultatene ved at informantene kanskje ga svar som de egentlig ikke ville ha gitt. Imidlertid merket jeg at informantene ofte korrigererte eller utdypet svarene når de oppfattet spørsmålene som ledende ved å si «nei, jeg mener sånn». Jeg opplevde også at informantene klarte å tydelig skille mellom når de snakket om seg selv og sine erfaringer, og når de refererte til venner eller andre brukere på Instagram.

#### **4.6.2 Relabilitet**

Relabilitet omhandler forskningens konsistens, troverdighet og hvorvidt resultatene fra studien er pålitelige, kan gjentas og reproduseres (Kvale og Brinkmann, 2015). Det refererer til om en annen forsker kan få tilsvarende eller samme resultat dersom forskeren utfører en lik undersøkelse. Ved å ha et eget metodekapittel i studien, har jeg forsøkt å ivareta undersøkelsenes relabilitet ved å reflektere over valgene jeg har foretatt i studien, og gjøre forskningsprosessen mest mulig transparent for leseren. Dette kan bidra til at leseren selv kan vurdere studiens troverdighet og konsistens. Både Dalen (2011) samt Kvale og Brinkmann

(2015) betoner hvor utfordrende det er å gjenskape et intervju på nytt. Jeg erfarte, som belyst tidligere, at de fire intervjuene ble svært forskjellige og tok ulike retninger til tross for at jeg brukte samme intervjuguide. Dette kan skyldes i det faktumet at mennesker har ulike subjektive perspektiver og er unike, og at mening i dette tilfellet konstrueres der og da i intervjusituasjonen. Det vil derfor være svært omfattende å gjenskape intervjuene nøyaktig. En mulig måte å gjøre studien mer gjenprøvable kunne vært å inkludere transkripsjonene av de fire intervjuene som vedlegg i studien. Jeg har imidlertid valgt å ikke legge til transkripsjonene som vedlegg på grunn av etiske hensyn.

Kvale og Brinkmann (2015) påpeker at forskerens måte å stille spørsmål og kroppsspråket kan påvirke selve intervjusituasjonen og informantens svar. Med dette i tankene, har jeg forsøkt å være bevisst på hvordan spørsmålene og kroppsspråket mitt kan ha påvirket resultatene av undersøkelsen. Blant annet, ved å ha semistrukturerte intervjuer, ga jeg informantene muligheten til å reflektere og svare med egne tanker. Jeg har også gjennomført et prøveintervju med et familiemedlem, som vil ifølge Dalen (2011) styrke forskningsprosjektets reliabilitet fordi det ga meg muligheten til å teste og evaluere intervjuguiden, samt være bevisst over mitt kroppsspråk i intervjusituasjonen.

Kvaliteten på transkriberingsprosessen vil også ha en betydning for undersøkelsens reliabilitet (Kvale og Brinkmann, 2015). Jeg erfarte at lydopptakene var av god kvalitet, noe som førte til at jeg tydelig kunne høre informantens uttalelser. I tillegg kunne jeg spole frem og tilbake i lydopptakene for å fange opp eventuelle usikkerheter i informantens uttrykk og ordvalg. Det faktumet at jeg transkriberte i kort tid etter at intervjuene var blitt gjennomført, gjorde også at jeg kunne huske flere detaljer som kunne inkluderes i transkripsjonene. Slike faktorer spilte en viktig rolle for å autentisere transkripsjonene så nær lydopptaket så mulig.

### **4.6.3 Overførbarhet**

Overførbarhet omfatter i hvilken grad funn og resultater fra et forskningsprosjekt kan generaliseres til andre situasjoner, kontekster og populasjoner. For å kunne vurdere overførbarheten av funnene er det derfor viktig å vite hva man skal se etter når resultatene blir tolket (Thagaard, 2018). Denne studien tar sikte på å forstå hvordan Instagram er en del av unge voksnes sosiale liv: hvordan de bruker plattformen og hvilken betydning Instagram kan ha for unge voksnes well-being, sosialisering og selvframstilling.

I kvalitative forskningsstudier fokuserer man ofte på å undersøke en spesifikk situasjon eller ulike kontekster i dybden, og på å forstå menneskers oppfatninger og erfaringer. Det er derfor viktig å merke seg at kvalitative studier vanligvis har begrenset overførbarhet på grunn av de unike og kontekstuelle aspektene som undersøkes (Kvale og Brinkmann, 2015). Dette skyldes blant annet av at kvalitativ forskning vanligvis har små utvalg av deltakere som ikke nødvendigvis representerer befolkningen som helhet. Fire deltakere blir dermed ansett som et for lite utvalg til at funnene fra studien kan generaliseres (Kvale og Brinkmann, 2015). Imidlertid kan man teoretisk generalisere funnene ved å diskutere dem i lys av teori og tidligere relevant forskning.

I utgangspunktet var det svært utfordrende å finne og oppsøke informanter, men jeg var heldig nok til å rekruttere fire informanter. Dessuten er dette forskningsprosjektet avhengig av mine tolkninger, og resultatene som presenteres kan videreutvikles og være nyttige i andre sammenhenger og for nyere forskning.

## **4.7 Ethiske retningslinjer**

Ethiske retningslinjer i kvalitativ forskning innebærer å sikre at forskningsprosessen er gjennomiktig, rettferdig og respektfull overfor deltakerne som er involvert. Dalen (2011) påpeker at i kvalitative intervjustudier går forskeren dypere inn i menneskers personlige opplevelser og nære relasjoner, som gjør at det er mange etiske retningslinjer forskeren må ta hensyn til. Dermed vil jeg i følgende avsnitt belyse hvilke etiske hensyn jeg har tatt i betraktning i forskningsprosessen. Ved å synliggjøre dette vil jeg også styrke kvaliteten på undersøkelsen (Dalen, 2011).

Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora (2019) viser til ulike prinsipper og etiske overveielser som forskere må nøye vurdere. Blant annet refererer de til forskningsetiske retningslinjer som konfidensialitet, frivillig informert samtykke og anonymitet. Samtykke er et sentralt prinsipp ved forskning (De nasjonale forskningsetiske komiteene, 2019). Samtykket skal være informert, frivillig og dokumenterbart. Jeg ivaretok samtykke i studien ved å gi informantene klar informasjon om formålet med forskningen, hva som kreves av dem og muligheten til å trekke seg når de vil. Informasjonen om dette fikk de i form av et informasjonsskriv (se vedlegg 1) samt ved en muntlig forklaring av forskningsprosjektet før jeg igangsatt intervjuet. I nederste del av informasjonsskrivet ligger

det et samtykkeskjema som informantene signerte og ga sitt skriftlige godkjenning på å delta i studien. Denne deltakelsen har inkludert at informantene kunne fritt velge om de vil trekke seg av undersøkelsen uten en grunn for det, samt uten noen negative konsekvenser. Dette kunne de gjøre før, underveis eller etter gjennomføringen av intervjuet. Dessuten, før jeg startet lydopptaket, spurte jeg en gang til informantene om de samtykker til dette, for å forsikre meg at de følte seg respektert og ivaretatt.

Et annet viktig etisk aspekt er å bevare konfidensialiteten i forskning. De nasjonale forskningsetiske komiteene (2019) understreker viktigheten av å beskytte deltakerens personvern og personlige opplysninger. Jeg informerte informantene at de vil bli anonymisert, slik at funnene jeg presenterer i studien ikke kan identifiseres tilbake til den enkelte informant. Dette kan oppnås ved å bruke pseudonymer i stedet for deres opprinnelige navn, og i dette tilfellet, har jeg valgt å omtale mine informanter som: *Thea, Sara, Aisha* og *Lina*. Videre har jeg lagret alt skriftlig materiale og lydopptak i et nettskjema, på en sikker PC, med skrivebordsbeskyttet passord. I tillegg presiserte jeg for informantene, som det står i informasjonsskrivet, at kun jeg som forsker og min veileder har tilgang til informasjonen informantene gir fra seg, samt andre personlige opplysninger om dem. Undersøkelsen ble meldt til Sikt i november 2022 og godkjent i desember (se vedlegg 3).

Jeg har reflektert over at det kunne tas opp sensitive temaer i studien, ettersom jeg ønsker å utforske og undersøke unge voksnes erfaringer og tanker om Instagram. Dalen (2011) understreker viktigheten av at intervjueren er bevisst på at intervjuet kan bevege seg inn på mer vanskelige og følsomme livsområder. Jeg opplevde imidlertid at mine informanter fremstod som svært trygge brukere av Instagram, og funnene kan klassifiseres som grønne og gule data.

Av hensyn til respekt og verdighet ovenfor deltakerne har jeg forsøkt å ivareta dette ved å vise at jeg er en ansvarsfull og aktiv lytter, ikke avbryte vedkommende og gi rom for at informantene besvarer spørsmålet på deres egne premisser. I tillegg var jeg svært opptatt av at informantene følte seg vel og imøtekommet, spesielt fordi de stilte opp til intervju. Jeg la derfor frem godbiter og fingermat, og viste takknemlighet ovenfor informantenes deltakelse.

## 4.8 Oppsummering

I dette kapitlet har jeg tydeliggjort metodiske valg for studien, og min vei mot å belyse og besvare problemstillingen og forskningsspørsmålene. Hovedformålet ved å fremheve mine metodiske valg er å gjøre det transparent for leseren å se hvilke valg jeg har foretatt underveis i forskningsprosessen. Studien følger den fenomenologiske tradisjonen om å ha informantenes tanker og erfaringer i sentrum. Datamaterialet har blitt innsamlet gjennom fire semistrukturerte intervjustudier, og resonnerende samtaler ble vektlagt i intervjuene. Etter at transkriberingsprosessen var gjennomført, ble materialet analysert i lys av en abduktiv tilnærming. Videre har studiens validitet, reliabilitet, samt etiske retningslinjer blitt diskutert.



## 5 Analyse av datamaterialet

Herunder skal jeg presentere analyse av de fire intervjuene som ble holdt. Gjennom analysen kategoriserte jeg funnene under tre hovedtemaer: *informantenes aktivitet på Instagram, hvordan de fremstiller seg selv på applikasjonen, og det sosiale fellesskapet*. Omtalelsene til Thea, Sara, Aisha og Lina har vært et utgangspunkt for inndeling av temaer som har vært relevant å analysere i henhold til studiens problemstilling og forskningsspørsmål.

I kategorien informantenes aktivitet på Instagram diskuterte vi i intervjuene informantenes bruk og hvordan dagen deres ser ut på plattformen, samt deres syn på Instagram. Gjennom kodingen av resultatene, oppdaget jeg at informantene differerer i deres bruk av Instagram ved å være en *vanlig bruker, en forbruker, en påvirker og en aktivist*. Herunder skal jeg klassifisere hvordan disse titlene kan gjenspeile mine informanter.

Når det gjelder hvordan informantene fremstiller seg selv på plattformen, reflekterte informantene over hvordan de ønsker å fremstå på Instagram og vil at andre skal oppfatte dem, samt hva deres tanker om filter og bilderedigering er. Til slutt diskuterte vi i intervjuene det sosiale fellesskapet på plattformen, der det tydeliggjøres at Instagram blir benyttet for å kommunisere med andre brukere og for å betrakte andres aktivitet. I tillegg diskuterte vi hvor viktig likes og kommentarer er for informantene.

### 5.1 Introduksjon av informanter

#### Thea

Thea lastet ned Instagram i 2013, og har brukt applikasjonen i 10 år. Hun hadde en offentlig profil, men for øyeblikket er profilen privat. Thea beskriver sin bruk av Instagram som «altfor mye». Jeg kan likevel klassifisere hennes aktivitet til å være moderat, ettersom Thea presiserer at hun vanligvis bruker plattformen i en og halvtime daglig. Dessuten beskriver Thea sin bruk av Instagram som *normal*, og spesifiserer at hun som regel publiserer bilder og historier av sin hverdag, samt følger med på hva hennes venner og familie gjør gjennom plattformen. Hun understreker at det er nødvendig å betrakte hva hennes venner og andre hun følger gjør, og bruker en god tid på å gå gjennom alt innhold i hennes feed. Thea liker ikke å bruke filter, og hvis hun skulle redigere sine bilder, endrer hun kun på farger og lys. Hun foretrekker å ta bilder med venner fremfor å posere alene. I tillegg ønsker Thea å fremstå som

en morsom person på plattformen og forsøker dermed å finne på en morsom bildetekst til bildene hver gang hun legger ut.

Thea er jusstudent og som for øyeblikket tar permisjon for å reise og lære språk. Hun er etnisk norsk, 23 år gammel og fra Øst-Oslo. Jeg tok kontakt med Thea på Instagram, og som belyst, kjenner jeg Thea fra ungdomsskolen. Hun hevder at de fleste Instagrambrukere benytter plattformen på samme måte som hun gjør: sjekke hva venner gjør, sosialisere, publisere bilder av og til, samt legge ut historier av sin hverdag. For Thea er Instagram en viktig del av hverdagen, men vektlegger imidlertid at man ikke kan vite hvordan hun er som person og kjenne henne på et personlig nivå kun basert på det hun publiserer på Instagram.

## **Sara**

På lik linje som Thea, har Sara lastet ned Instagram i 2013 og har vært en aktiv bruker i 10 år. Sara har en offentlig profil og over flere tusen følgere. Hun beskriver sin bruk av Instagram som veldig aktiv, og kan bruke over to timer på applikasjonen daglig. Grunnen til dette er fordi Sara ønsker å oppnå noe større med Instagram: nå flere følgere og profiler, og forhåpentligvis tjene penger og bli en *influencer*. Begrepet influencer kommer fra engelsk, og betyr «påvirker». Utsagnet blir ofte omtalt om personer som tjener penger på å profilere ulike produkter på sosiale medier (Utdanning, i.d.). I denne sammenhengen ønsker Sara å bli en influencer på Instagram, og markedsføre for produkter innenfor hennes interesser: kosmetikk, klær og hudpleie. Når Sara publiserer bilder eller historier på Instagram, er det ofte knyttet til det hun ønsker å oppnå med hennes profil. Hun presiserer at hun ellers ikke er på Instagram for å sosialisere med venner, men at hun likevel har blitt kjent med utallige mennesker fra utlandet, som hun har nådd til og blitt kjent med grunnet deres felles interesser og ønske om å bli større profiler. Hun anser Instagram som en ressurs, og vet at hun kan få muligheter på Instagram. Sara uttrykker også at hun blir glad når jenter kommenterer bildene hennes og etterspør hvor hun har kjøpt de diverse klærne og tingene hun bruker. Hun understreker at dette er den type oppmerksomheten hun ønsker å få på Instagram. I tillegg anvender Sara vanligvis filter og har ikke en sterk ytring om det, men mener likevel at man ikke skal misbruke bruken av filter til det punktet man ikke gjenkjenner seg selv.

Sara studerer ikke, og er på sitt femte friår. Hun er 24 år og jobber i en barnehage. Foreldrene hennes er fra Somalia, og familien er fra øst i Oslo. Jeg tok kontakt med Sara på Instagram, ettersom jeg opplevde at profilen hennes hadde kriteriene som var egnet for studien.

## **Aisha**

Aisha lastet ned Instagram i 2013, og har brukt applikasjonen i 10 år. I motsetning til Thea og Sara, bruker Aisha mye mindre tid på å navigere på plattformen. Aisha forteller at hun bruker en time på Instagram daglig, og er ikke en aktiv bruker til vanlig. Hun har en privat profil, og presiserer at grunnen til dette er fordi hun ikke ønsker at hvem som helst skal få tilgang til profilen og bildene hennes. Aisha beskriver seg selv som en privat person og er varsom over hvem hun tillater å vise hennes liv og hverdag. Hennes aktivitet består av å publisere bilder og historier, men til vanlig betrakter hun venners og familiers innlegg. Hun beskriver seg selv som en som *konsumerer* innhold på plattformen. I tillegg, liker Aisha ikke bruken av filter, og foretrekker heller å fremstå som naturlig. Hun liker også å følge profiler som publiserer naturlige aspekter av seg selv, og ikke kun bruker plattformen til å fremheve en «perfekt» side ved seg selv. Med andre ord foretrekker Aisha å følge med på profiler som viser at de nettopp har våknet, at de spiser is eller har kjærlighetssorg. For øvrig anvender Aisha Instagram til å sosialisere, sende morsomme videoer til venner og lese sitater som inspirerer henne.

Aisha har en bachelorgrad, og jobber for øyeblikket i et IT-selskap. Hun er 23 år gammel, kommer fra østsiden av Oslo, og har foreldre fra Pakistan. Jeg ble anbefalt av Thea til å kontakte Aisha for å delta i studien. For Aisha, er bruken av Instagram ikke så viktig i hverdagen, og hun kan gå flere timer uten å benytte seg av plattformen. Imidlertid, klargjør Aisha at det har blitt en del av hennes kveldsrutine, å bruke Instagram, slik at hun ikke går glipp av ting som foregår i hverdagen til hennes venner og familie.

## **Lina**

Lina lastet ned Instagram mye senere enn de andre informantene, i 2021. Hun påpeker at hun ikke likte sosiale medier før, og anvendte kun Youtube for å se på videoer. I dag er Lina svært aktiv på Instagram, og kan bruke over en time på plattformen hver dag. Lina har hatt en offentlig profil, men nylig endret hun det til en lukket profil for å ivareta privatlivet sitt. Likevel har hun over tusen følgere, og mange liker og kommenterer bildene og innleggene hennes. Lina publiserer ganske ofte på Instagram, men forklarer at hun hovedsakelig legger ut bilder og historier når hun er på ferie, og ikke så ofte i Norge, da hun er mer aktiv i utlandet.

Lina belyser videre at hun legger ut svært mye innhold av landet Libanon, og ønsker å fremheve hvor vakkert dette landet er, ettersom hun tror at det er flere som kan ha fordommer

mot land i Midtøsten. Foreldrene til Lina kommer fra Libanon, og hun er ofte på ferie i landet. Hun er svært *aktiv* når hun er i Libanon, og publiserer flere bilder i løpet av dagen, der hun viser frem natur, utsikter og turistattraksjoner i landet. I tillegg liker Lina ikke å bruke filter, da hun synes at det ser unaturlig ut på henne, men hvis hun har urenheter i ansiktet kan hun redigere det bort.

Lina er tannlegestudent og er 21 år gammel. Hun er også fra østsiden av Oslo. Jeg tok kontakt med Lina på Instagram og spurte om hun er villig til å delta i studien. Lina understreker at man ikke kan vite hvordan hun er som person gjennom Instagram, fordi det skal mer mye til enn bilder og videoer for å bli kjent med en person. For Lina, må bildene hun publiserer være veldig fine og gjennomtenkte. Dermed antar jeg at kan det bli vanskelig å vite hvordan hun ellers er som person. Hun påpeker at Instagram er en betydningsfull plattform, og at hun oftest bruker Instagram og Whatsapp til å sosialisere.

## 5.2 Informantenes aktivitet på Instagram

De fire Informantene belyser at de har brukt Instagram i en del år, og dette har ført til at plattformen er en naturlig del av hverdagen deres. Det er i tillegg flere likheter i hvordan informantene benytter seg av Instagram, men de skiller seg også ved å utføre ulike praksiser på plattformen. Basert på de fire intervjuene, oppfattes det som om unge voksne er ganske beileilige, trygge og selvsikre over bruken av Instagram, og de er ikke selektive over hva de publiserer, gjør og deler med andre brukere. Imidlertid, dukket det opp noen bekymringer underveis ved deres bruk og publiseringer på applikasjonen. Samtidig viser informantene seg til å være svært forskjellige, og dermed har de fått ulike titler som beskriver deres bruk: *The Common User*, *The Consumer*, *The Influencer* og *The Activist*.

### 5.2.1 Thea – The Common User

Thea anser seg selv til å være en normal bruker på Instagram, og påpeker at det sikkert er mange andre brukere som også anvender plattformen på lik måte. Hun uttrykker:

*Jeg tror veldig mange bruker det akkurat som meg egentlig, at man legger ut litt fra eget liv, mens man bruker det mest til å følge på hva alle andre gjør.*

**Intervjuer:** *Hvordan vil du beskrive din bruk av Instagram?*

**Thea:** *Hmm, ganske normal. Jeg publiserer ikke så mye selv, men jeg prøver også å publisere litt, haha. Så jeg er på Instagram for å se på hva andre gjør, men jeg er også der for å dele hva jeg gjør.*

Ved bruk av Instagram viser Thea seg selv og hva hun gjør i sitt liv. Thea forteller at hun har både en offentlig story for hennes følgere, som er en funksjon hvor bilder og videoer kan deles i tjuetimer, og en privat story der hun har filtrert at kun noen få følgere kan få se innholdet. Hun oppklarer at hun absolutt publiserer forskjellige innhold i den private og offentlige story. I Theas private story med kun 10 venner som seere, deler hun personlige innlegg, morsomme fakta og bilder som ikke er «seriøse». I den offentlige story utdyper Thea at hun legger ut av sosiale enheter, og aldri av seg selv i en «vanlig» situasjon. Som hun forklarer, betyr dette at hun legger ut bilder av da hun er ute med venner, er på ferie og spiser god mat. Hun spesifiserer gjentatte ganger i intervjuet at hennes bruk av Instagram er generisk. For Thea betyr generisk, at hun publiserer lignende innhold som alle andre Instagrambrukere gjør. Hun fremhever dette ved å si:

*Jeg er ikke så personlig i det offentlige. Det er mye mer sånn, generisk. Veldig sånn alle andre legger ut, så det er litt mer perfekt og prestisje.*

Da Thea ble stilt om hun opplever Instagram er nyttig i hverdagen hennes, nølte hun ikke med å uttale at hun hadde følt på tomrom dersom applikasjonen fjernes fra livet hennes. Jeg tolker at det å bruke Instagram er en vesentlig del av hverdagen Thea, fordi det er slik hun holder seg oppdatert på folk hun bryr seg om. Hun utdyper:

*Instagram er den appen som du får med deg veldig godt hva andre folk gjør.*

Det å få med seg hva hennes følgere gjør i løpet av dagen er en viktig faktor til hvorfor Thea anvender Instagram. Det kan betraktes følgende fordi Thea uttrykker at hun har en frykt for å ikke få med seg alt, som gjør at Thea må gå gjennom hele feeden sin for å være sikker på at hun har fått med seg alt innhold. Et interessant funn ble oppdaget da vi diskuterte hva Thea vanligvis publiserer på Instagram, og det kommer frem at hun foretrekker å publisere bilder med andre fremfor å være alene i et bilde.

**Intervjuer:** *Er det en grunn til hvorfor du liker å poste med andre mennesker fremfor alene?*

**Thea:** *Jeg tror det handler om at jeg har flere bilder med venner enn med meg alene. Jeg tar ikke så mange bilder alene, og det er ikke så mange situasjoner hvor det er sånn hei kan du ta et bilde av meg. Og da har jeg ikke så mange bilder av meg, og da har jeg bare med venner, og det synes jeg er koselig. Jeg har ikke behov for å ta alene.*

Videre tydeliggjør Thea sine tanker om «Instagram-livsstilen» og hvordan hun opplever at dette kan ha en betydning for henne. «Instagram-livsstilen» er en term jeg har laget for å inkludere det i intervjumaterialet. Termen skal belyse Instagram normen om å perfektionere livet sitt på applikasjonen. Jeg oppfatter at Thea er svært bevisst og reflektert over å anvende Instagram på en forsvarlig måte, noe som indikerer et positivt tegn på hennes well-being knyttet til bruken av Instagram.

**Intervjuer:** *Hva er dine tanker om «Instagram-livsstilen»?*

**Thea:** *Jeg tenker sånn, vi vet at det er utrolig mange som blir lett påvirket, og hvert fall unge mennesker, og jeg tror Instagram på en måte retter seg mot ungdom. Så det er kjempe skummelt at trenden har blitt å perfektionere livet, fordi det man mottar på den andre siden er, oi alle andre lever et perfekt liv og det gjør ikke jeg. Også er det litt, brukeren sitt ansvar om hvem man følger. Så hvis du vet at disse menneskene påvirker meg i en negativ retning, så må man bare slutte. Men det er ikke så lett da, så jeg tror det krever en liten innsats. Det er jo de fine stundene jeg velger å dele, men jeg føler samtidig at det ikke er på en måte negativt. Det er sånn, jeg kan jo dele mine fine ting, også er folk sånn ja nå gjør Thea noe morsomt ... uten at det på en måte har en negativ inspirasjon eller innvirkning på andre. Men ja, jeg tror det er veldig mye på Instagram som gjør folk sårbare. Venninnen min for eksempel, hun kan legge ut gråtebilder, og nå har jeg kjærlighets sorg, haha. Men hun er bare veldig morsom, og hun er sånn, herregud, jeg vet ikke om folk gidder å se på storyene mine engang, men jeg bare legger ut fordi jeg liker det. Men hun er på en måte veldig moden og voksen, og klarer det, og det er jo det som er utfordringen med hele Instagram, at alle ikke er sånn. Det er veldig mange som er veldig lettpåvirkelige.*

Sitatet viser at Thea er svært reflektert over at det ligger et ansvar ved å anvende plattformen på en gunstig måte, og jeg oppfatter at bruken av Instagram ikke har en negativ innvirkning på hennes well-being. Samtidig belyser Thea at hun kun publiserer om de fine stundene. Dette kan tyde på at selv om Thea ikke nødvendigvis faller under normen om å perfektionere sitt liv

på Instagram, kan hun likevel følge den trenden ved å kun presentere de fine øyeblikkene. Imidlertid mener Thea at det hun velger å publisere ikke burde ha en negativ innvirkning på andre brukere, men heller en oppdatering på at hun gjør noe spennende.

### 5.2.2 Lina – The Activist

I utgangspunktet, likte ikke Lina ideen av å ha sosiale medier. Hun har også lukket sin profil av den grunn at hun ønsker å være mer privat, til tross for at hun har over tusen følgere. Lina konkretiserer at hun bruker Instagram aktivt for å positivt promotere om foreldrene hennes sitt hjemland, og hun understreker dette ved å si:

*Jeg liker å vise frem Libanon egentlig. Det er ikke så mange som vet om det, og jeg tror de tror det er sånn, flere folk kan ha fordommer om land i Midtøsten tror jeg. På en måte så bruker jeg Instagram aktivt til å vise frem landet hvor foreldrene mine kommer fra. Jeg viser veldig mye natur og by steder som Batroun og Byblos, jeg synes det er kjempe fint.*

På den måten, får Lina tittelen *The Activist*, grunnet det at hun gjentatte ganger i intervjuet uttrykker hennes lidenskap for å vise frem Libanon og skjønnheten av landet. Hun gjør dette ved å posere foran populære turistattraksjoner, naturområder og byer i Libanon, og deretter publisere flere bilder på Instagram. Lina utdyper at hun blir utrolig glad dersom hennes følgere spør om hvor hun er, og hvor bildet ble tatt, fordi det å fremheve hjemlandet til foreldrene hennes er motivet bak profilen, og det som fikk Lina til å laste ned applikasjonen.

**Lina:** *Jeg tror mer enn 90 % av feeden min handler om turiststeder og attraksjoner i Libanon. Jeg elsker å ta bilder av naturen, liksom for å vise det frem. Jeg poserer ofte foran fine utsikter og sånn fine bakgrunner.*

Dette kan belyse hvordan applikasjonen har bidratt til en positiv økning hos Linas well-being, da hun uttrykker glede av å dele om noe hun er opptatt av. Likevel oppklarer Lina at Instagram ikke er en viktig plattform for henne. Imidlertid som jeg tolker det, oppleves Instagram som en relativ nyttefull plattform for Lina, da hun fremlegger dette:

**Intervjuer:** *Opplever du at Instagram er nyttig eller viktig i hverdagen din?*

**Lina:** *Nei, Instagram er ikke så viktig egentlig. Eller, for meg, det kan være viktig for jeg liker å poste innlegg. Og jeg snakker ofte med mange på Instagram, altså jeg blir kjent med mange mennesker, så jeg blir kjent gjennom Instagram, fordi det kan hende at vi har sånn fellesvenner. For meg er Instagram den mest brukte appen egentlig. Instagram og Whatsapp, det er det jeg bruker hundre prosent.*

Lina påpeker ytterligere at unge voksne og ungdom bruker Instagram for å lage anonyme brukere for å observere andre brukere i skjul, og andre kan bruke det for å vise en fin side av seg selv. I tråd med funnene til Fidan et al. (2021) er dette normale praksiser å utføre på Instagram. Lina beretter:

*Jeg vet at det er mange på Instagram som har falske brukere for å liksom anonymt følge med på hva andre gjør, og jeg tror på Instagram så prøver folk å vise en fin side av seg selv. Altså ingen liker å se dårlig ut, ingen poster noe som ser dårlig ut.*

Hun fremhever at på Instagram, er normen å publisere seriøse bilder, og posere fint. Lina understreker også at det er forskjell på hvordan individer fremstår på de forskjellige sosiale medieplattformer. For eksempel på TikTok, oppklarer Lina at folk publiserer en mer latterliggjørende side av seg selv, i motsetning til Instagram hvor alt fremstår som fint og profesjonelt. Lina legger til:

*Men jeg skjønner hvorfor folk bruker det til å vise seg frem, fordi det er jo en profil.*

Dette førte til at jeg stilte et oppfølgingsspørsmål, som både kan identifiseres innenfor kategorien selvfremstilling, i tillegg til aktivitet på Instagram. Lina belyser et interessant funn, som tydeliggjør hvordan hun velger å skjerme sin well-being ved å ikke vise frem hvordan hun egentlig har det eller føler på Instagram.

**Intervjuer:** *Tror du man bare viser en fin side av seg selv på Instagram?*

**Lina:** *Jeg har sett at det er noen brukere som legger ut en dårlig side av seg selv, liksom sånn der dårlig hår dag eller dårlig dag for eksempel. Men jeg tror absolutt, når man legger ut, så tror jeg at man legger ut den mest perfekte siden av seg selv. For eksempel kusinen min, jeg vet at hun legger ut bare om når hun går ut liksom, når hun har det gøy, og når hun er ute med venner, og liksom bare fine ting, men jeg vet at hun har det vanskelig også. Så ja, man begrenser hva man viser av seg selv ... man*



*viser kun overflaten av livet sitt tror jeg. Jeg er også sånn, jeg velger jo å vise de fine tingene, og jeg begrenser meg veldig sånn, jeg viser ikke dårlige sider av meg eller vanskelige tider liksom.*

Dette er et godt eksempel på hvordan Lina velger å beskytte sin well-being ved å kun publisere om overfladiske ting og unngå å dele om vanskelige tider på Instagram. Dessuten, på lik linje som Thea, fremhever Lina kun en fin side av seg selv på Instagram. Dette innebærer at hun heller velger å publisere om reise, restauranter, turistområder og aktiviteter, fremfor å publisere om noe som omhandler å snakke om følelser, «hvordan man egentlig har det», eller at man har en dårlig dag. Dette samsvarer med funnene i studien til Bunde et al. (2020) som belyser at unge voksne unngår å publisere om sensitive innlegg og snakke om sine følelser på Instagram.

### **5.2.3 Sara – The Influencer**

Sara forteller at hun har en offentlig profil, og fremhever en del av livet sitt på Instagram fordi hun ønsker at andre brukere skal nå profilen og få inspirasjon. Sara utdyper også at hun skaper mening på plattformen ved å publisere om livsstil, klær, sminke og hudpleie. Hun håper på å influere andre brukere som også har dette som deres lidenskap, og eventuelt samarbeide og bli til en større profil som kan påvirke andre unge jenter til å kjøpe. For Sara er det svært vesentlig at jenter sender meldinger og kommenterer på klær hun bruker og andre produkter hun fremhever. Hun forteller angående et bilde hun har publisert på Instagram:

*Jeg har jo fått noen spørsmål angående den kjolen jeg har på for eksempel, og da tenker jeg at det er akkurat sånn type oppmerksomhet jeg vil ha på Instagram, altså hvor jenter føler seg trygge nok til å komme og spørre hvor jeg har kjøpt noe, hvor jeg har fått tak i det og så videre.*

**Intervjuer:** *Er du en aktiv bruker på Instagram?*

**Sara:** *Mhm ... ja, den har blitt litt mer aktiv enn det den var før. Ja, vil du vite grunnen eller?*

**Intervjuer:** *Ja.*

**Sara:** *Jo, jeg prøver jo kanskje, å oppnå noe med det da. Eller jeg prøver å gjøre noe med det. At det blir litt mer enn kun en hobby. Så det har gått fra å være en hobby, til en litt mer sånn aktiv bruker på Instagram, der jeg faktisk deler om ting jeg liker, livsstil og alt.*

**Intervjuer:** *Kan du se for deg at det blir en jobb?*

**Sara:** *Ja, det er det jeg eventuelt satser for, haha.*

Sara påpeker imidlertid at Instagram ikke er nyttig i livet hennes, til tross for at hun kan bruke applikasjonen i mer enn to timer på dagen. Hun hevder at hvis hun begynner å tjene penger ved å bruke Instagram, kan applikasjonen bli ansett som verdifull. Ettersom Sara har veldig mange følgere på Instagram, stilte jeg et oppfølgingsspørsmål som kan oppklare hvordan Sara opplever å ha det når hun anvender Instagram og publiserer innlegg.

**Intervjuer:** *Gjør det at du har mer følgere på Instagram mer selvbevisst?*

**Sara:** *Ja det tror jeg nok, og det tror jeg måtte ha vært uansett hva, for det er ikke akkurat trygt å poste hva du vil egentlig på Instagram, og heller ikke på TikTok tror jeg. Det er folk som sitter og analyserer litt for mye, og så finnes det folk som bare er ute etter å ta folk for visse ting som jeg har sett. Jeg har jo opplevd veldig mye før som har fått meg til å ta et steg tilbake selv. Og med tanke på at jeg har en åpen profil, ja hvem som helst kan sitte og se på. Det er også derfor ofte, at folk sitter og ser på deg og følger med på deg fra en annen bruker som de egentlig ikke bruker, som ikke har noen bilder, ingenting. De kan se meg liksom, og observere meg. Så jeg er litt mer sånn varsom over hva jeg legger ut. Men jeg er ellers veldig selvsikker at det jeg legger ut er meg, og velger kanskje å holde noe tilbake, på grunn av det med sikkerhet. Når man er på sånne sosiale medier, eller sånne apper da, så ønsker jo man at man skal kunne være seg selv uten å på en måte å være engstelig på hva man poster og så videre. Så det er det, jeg har egentlig bare fokusert på, men holdt noe tilbake da.*

Tilsvarende Thea og Lina, opplever jeg at Sara er svært komfortabel med å belyse ulike sider av seg selv på Instagram. Imidlertid kan Sara ha noen underliggende bekymringer ved bruk av Instagram, grunnet tidligere negative erfaringer som har gjort at hun er mer varsom over bruken av applikasjonen. Et interessant funn oppdages da Sara forteller at hun bekymret over sin sikkerhet, og over hvem som egentlig observerer profilen hennes, ettersom det også er en

offentlig profil, som gjør at alle brukere har tilgang til innholdet hennes, samt informasjon om henne. Dette kan ha en negativ innvirkning på Saras well-being, ettersom hun uttrykker at hun kan føle på engstelighet knyttet til overeksponering på Instagram. Sara tydeliggjør videre:

*Jeg har ikke kommet til der hvor jeg kan bare fullt dele alt på Instagram enda, men jeg har hatt mine perioder hvert fall, så jeg har gjort det før, men jeg er ikke hundre prosent komfortabel til å gjøre det hele tiden.*

#### **5.2.4 Aisha – The Consumer**

Av de fire informantene, er Aisha den som bruker minst tid på Instagram. Dessuten har Aisha en privat profil og har dette fordi hun ønsker å opprettholde og bevare sitt personvern. Hun verdsetter det å kunne beskytte sitt personlige liv ved å utdype:

*Jeg har lukket profil på Instagram. Det har nok noe å gjøre med at jeg kun ikke vil at alle skal ha tilgang til profilen og bildene mine når jeg velger å dele livet mitt på en måte, fordi når du legger ut noe, så er det jo noe som, altså det er deler av livet ditt du på en måte fremstiller der, og jeg personlig foretrekker at ikke hvem som helst får tilgang til det.*

Videre opplyser Aisha at det hun vanligvis gjør på Instagram er å surfe på plattformen og observere hva hennes venner og familie gjør. Dette belyses også gjennom studien til Hernández-Serrano et al. (2022) som viser at informantene foretrekker å betrakte familiens og venners aktivitet, fremfor å publisere eget innhold.

**Aisha:** *Jeg er på en måte en konsumer jeg, følger mer med på Instagram og hva folk legger ut, fordi jeg er ikke veldig aktiv, men så er jeg noe aktivt her og der. Så når jeg legger ut noe, så kommer det litt an på hva det er jeg legger ut. Hvis det er et seriøst tema, jeg tror ikke jeg deler veldig personlige ting akkurat heller. Jeg tror jeg bare, hvis det er noe jeg vil legge ut på Instagram, så legges det ut, men, jeg har på en måte ikke behov for å legge ut ting, og vise alle det på Instagram hvert fall.*

**Intervjuer:** *Er det en grunn til hvorfor du er mer på konsumer siden enn å poste?*

**Aisha:** *Ja, jeg tror vel det har noe å gjøre med at, det er ikke alt jeg føler jeg trenger å dele på Instagram, og jeg setter pris på at man har på en måte, personlig liv og at man*

*får skjermet privatlivet sitt. Men samtidig så har jeg også bare på Instagram, eller ikke bare, men de fleste er folk jeg vet hvem er, og folk som vet hvem jeg er. Altså det er ikke hvem som helst, så jeg kan på en måte, jeg kan egentlig legge ut mer personlige ting, men jeg bare ønsker ikke å dele for mye.*

Aisha hyller profiler og kjendiser som legger ut en mer naturlig side av seg selv, og som ikke alltid fremstiller seg selv til å være plettfrie. Hun er svært kritisk til innholdet hun ser på Instagram. Grunnen til dette oppklarer hun er fordi:

*Jeg husker en tid da Instagram ikke var så dyp, altså det var ikke så seriøst å legge ut et bilde, så jeg vet at det er mer bak disse menneskene enn det de legger ut. Men for folk som begynner å bruke det nå eller de som er unge nå og kun ser at folk legger ut veldig seriøse og fine ting, kan det kanskje påvirke dem negativt med tanke på at de kan bli usikre på seg selv, hvis de ikke også lever opp til de samme standardene og problemstillingene, og kan prestere med å legge ut like bra bilder. Så jeg tror det til en viss grad kan påvirke deg eller ungdom veldig negativt. Men hvis de på en måte føler at de når opp til de forventingene, eller kan på en måte levere det som forventes på Instagram i deres kultur, så tror jeg de boostes av det og har det bedre med seg selv, men igjen er jo ikke det noe positivt, for det betyr at hvis vi ikke leverer, så får man ikke den tilbakemeldingen og responsen man forventer, og da vil man sikkert være mye mer utsatt for å bli påvirket negativt.*

På samme måte som Thea, tolker jeg at Aisha er svært bevisst og moden over bruken av Instagram, og bevarer sin sikkerhet på plattformen. Ut ifra samtalen med Aisha, har de ulike trendene på Instagram ikke en stor betydning på hennes well-being og generelle aktivitet på Instagram, da hun også til vanlig betrakter innhold fremfor å publisere selv. Hun hevder at hun kunne ha publisert oftere på Instagram, og kan gjøre det til tider, men at hun ikke har et behov for å fremheve flere deler av livet sitt på sosiale medier.

### **5.2.5 Oppsummering**

På bakgrunn av refleksjonene til informantene, er well-being ganske knyttet til deres aktivitet og hvordan de velger å skape mening på plattformen. For eksempel opplever både Lina og Sara på tilfredshet når de mottar gode tilbakemeldinger på innleggene deres. I tillegg uttrykker Thea og Aisha at man må selv være varsom over hvor hvordan man lar innholdet på

Instagram ha en negativ innvirkning på brukeren, og man må bruke applikasjonen på en ansvarsfull måte. I tillegg tolker jeg at informantene er ganske trygge over å bruke Instagram på en gunstig måte og publisere om sine lidenskaper. Jeg opplever imidlertid at det er flere faktorer som hindrer dem i å muligens publisere om alt de ønsker å fremheve. De kan holde deler av livet sitt bort fra Instagram, og disse bekymringene underligger tanken om mangel på sikkerhet, at anonyme profiler observerer hva de gjør, og fordi de ikke er helt komfortable over å publisere om mer personlige innhold.

Gjennom deres refleksjoner viser informantene også at Instagram er en applikasjon og en profil som de bruker for å vise seg frem, dele sitt liv, sosialisere og betrakte hva andre brukere gjør. Dette viser seg til å være normale praksiser på Instagram (Bundez et al., 2020). Informantene uttrykker også at Instagram er betydningsfull, grunnet applikasjonens fleksible og raske funksjoner som hjelper informantene å nå frem til andre brukere, og få en oppdatering på hverandres liv (Fidan, et al., 2021).

### **5.3 Hvordan informantene fremstiller seg selv på applikasjonen**

Å publisere bilder og fremheve seg selv er en stor del av Instagram, ettersom applikasjonen omhandler å skape en profil som gjenspeiler individet i virkeligheten (Hernández-Serrano et al., 2022). De fire informantene spesifiserer at det er sentralt for dem å fremstille seg selv på applikasjonen så naturlige så mulig, og fremstå som sitt autentiske seg. Imidlertid avsløres det gjennom de fire informantene at de kun publiserer bilder av seg selv som ser «bra ut». Thea utdyper:

*Jeg velger bare bilder som jeg synes er bra. Det er sånn, jeg er ikke så kresen som jeg kanskje var før. Jeg ville aldri ha gjort noe eller redigere hvordan jeg ser ut, bortsett fra sånn å redigere farger på bilder.*

Lina understreker også at hun legger ut gjennomtenkte bilder, og kan gruble over bildet før hun endelig publiserer det. Jeg opplever dermed at Lina er svært opptatt av at bildene hennes ser plettfrø ut, ettersom hun også kan redigere bort urenheter fra ansiktet. Slike justeringer tyder på at normen om å se «bra ut» på Instagram har en innvirkning på Linas selvframstilling og well-being.

**Intervjuer:** *Hva er kriteriene for å være veldig bra?*

**Lina:** *Det må jo først være altså bra lightning, altså lys som treffer akkurat. For eksempel, \*viser til et bilde fra profilen hennes\*, her traff lyset meg skikkelig fint i bildet. Når det er sol og alt det her så endrer på en måte hele bildet og stemningen, og det liker jeg. Ja, sånne ting.*

På motsatt side oppfatter jeg at Sara forsøker å belyse en realistisk versjon av seg selv på Instagram, og er ganske sikker over at det hun publiserer gjenspeiler henne i virkeligheten. Hun ønsker at flere kan få inspirasjon og gjenkjenne seg i innleggene hennes. Sara beretter:

*Før jeg bestemte meg for å poste noe så måtte det være perfekt. Men, i det siste, så har jeg litt mer sånn at jeg deler på en måte det som er meg og det som er ekte da, sånn at andre folk også føler seg litt sånn komfortable og kan liksom kjenne seg igjen i de fleste bildene.*

På samme måte, uttrykker Aisha at det hun publiserer av seg selv ikke nødvendigvis må være ansett som «perfekt». Hun konkluderer:

*Jeg føler at jeg egentlig ikke er sånn som har perfekte bilder. Altså jeg vil jo se fin ut på det bildet jeg legger ut på Instagram. Folk skal jo se det, men jeg føler at jeg er en person som kan legge ut litt sånn useriøse bilder, sånn litt mer tull, litt sånn, må ikke smile perfekt på et bilde, kan liksom ha grimase, tulle og sånn. Jeg elsker når man på en måte kan se hvem personen er, og ikke fasaden de har. At man ikke kun ser det de prøver å vise, men at man kan se litt sånn, hvordan du er under den fasaden da.*

Sitatet tyder på at Aishas selvfremstilling på plattformen ikke har en stor innflytelse på hennes well-being. Når det gjelder bruk av filter, uttrykker informantene at de ikke er begeistret over å bruke det. For dem kan noen type filter fremstå som unaturlige og dermed ødelegge for hvordan de ønsker å fremstille seg selv. Lina understreker gjentatte ganger i intervjuet:

*Nei jeg bruker ikke filtre. Jeg liker ikke det, fordi jeg føler det ser veldig unaturlig på meg.*

Imidlertid påpeker Lina at hun kan redigere bort urenheter på ansiktet. Hun fortsetter:

*Men det jeg kan gjøre, det jeg kan redigere på liksom, er når jeg for eksempel har fått urenheter liksom. Selvfølgelig ikke mye da, men hvis jeg har fått urenheter eller en kvise, jeg kan fjerne det bort med redigeringsverktøy. Men ikke noe sånn endre på mine trekk, eller kroppen liksom, mest sånn hvis jeg føler at urenheter er synlige på bildet.*

Når Lina uttaler at hun kan redigere bort urenheter på ansiktet for å skjule dette på Instagram, kan det gi en indikasjon på hvordan Lina ønsker å øke sin well-being og selvfølelse ved å fremstille seg selv som plettfri. Imidlertid kan dette ha en negativ innvirkning på Linas well-being da hun følger en forvrengt norm på sosiale medier som kan gi et press på hvordan individet bør se ut og fremstille seg selv (Aslan og Tolan, 2022).

**Intervjuer:** *Hva er dine tanker om å bruke filter og andre redigeringsverktøy i bilder og stories?*

**Thea:** *Jeg bruker filter, på den måten at jeg, at jeg endrer farger, og det finnes filtre som bare endrer sammensetningen av kontraster og lysstyrke og sånne ting, men filter i den form av at man blir hund, det bruker jeg ikke, haha. Jeg er ikke opptatt av sånn, å se redigert ut på en måte.*

På tilsvarende måte foretrekker Aisha å ikke anvende filter, fordi det kan se unaturlig ut på henne. Aisha fremlegger:

*Jeg er egentlig ikke så fan av filter og sånn. Jeg har jo brukt det, men jeg synes det blir sånn, når du fjerner det, så er det sånn oi det er ikke meg.*

Sara derimot kan bruke filter på sine bilder av og til, men oppfordrer brukere til å ikke anvende filter dersom det kommer fra usikkerhet og lav selvtillit. Hun utdyper:

*Jeg prøver å la vær, men noen ganger så blir man så veldig komfortabel med det man har vært vant til. Det har jo foregått i mange, mange år og filter er ikke noe nytt. Men det jeg hadde sagt er at jeg føler ikke noe veldig spesielt om det med mindre det kommer fra et sånt vondt sted da. Hvis man ikke er veldig selvsikker eller har noe pågående, da tenker jeg at det er best å på en måte være forsiktig med hvordan du fremstår eller får deg selv til å fremstå. Egentlig mest for deg selv, fordi, jeg tenker at*

*folk der ute ser bildene dine, og de tenker ikke så veldig mye over det. Men du er veldig opptatt av det selv, ikke sant? Du ser jo på det. Du poster veldig ofte og går tilbake og ser på det. Man er jo den største kritikeren til seg selv. Så jeg synes at det er der egentlig problemet står, og hvis det er sånn at du på en måte synes at ting ikke ser helt greit ut, da må du egentlig gå tilbake og så spørre deg selv, hvorfor tenker du sånn? Fordi man er jo komfortabel nok til å gå ut, og være seg selv, så hvorfor kan man ikke være det samme på sosiale medier? Så jo, jeg bruker filter, men jeg er ikke en som misbruker det. Jeg hadde sagt jeg er veldig, jeg er veldig komfortabel med hvordan jeg ser ut, og jeg synes at det egentlig, det gjør ikke så mye for meg.*

Jeg oppfatter dermed at informantene har like meninger om bruk av filter, og forsøker å unngå å anvende det på sine bilder, fordi de ønsker å fremstå som mer naturlige og gjenkjennbare på plattformen. Videre uttrykker Thea at hun ønsker å bli oppfattet som en morsom person på Instagram. Hun påpeker at det å ha en morsom bildetekst på bildet hun publiserer rettferdiggjør for å kunne publisere det. Grunnen til hvorfor Thea ønsker å fremstå som en morsom person, er fordi de som følger henne, vil betrakte profilen hennes og observere henne. Dermed ønsker Thea at det skal være *sjel* i profilen, som hun beskriver det. Imidlertid hevder Thea at man ikke kan kjenne henne som person ved å kun se gjennom en profil. Lina deler samme meninger og tydeliggjør det ved å uttrykke:

*Jeg tror det skal mye mer til enn bilder og videoer for å bli kjent med meg, eller vite hvordan jeg er som person.*

**Intervjuer:** \*Viser til et bilde informanten har lagt ut\* *Kan du beskrive for meg hva som er hensikten bak bildet, hva fikk det til å føle deg når du la dette ut?*

**Lina:** *Her poserer jeg foran en fin utsikt i Libanon, veldig høyt oppe på fjellet, men det stedet var faktisk nytt åpnet. Det var akkurat da den kom ut, og det var sommer, fin utsikt og solnedgang. Vi dro som en sånn vennegruppe på flere for å spise der, også tok vi masse bilder. Ja, så her hadde jeg på meg Skims kjole, du har hørt om det? Det er sånn kjole som Kim Kardashian lager, og det skal liksom vise frem din figur da. Så jeg, jeg tok bilder, og det var en venninne som tok bildene, og jeg la det ut fordi det var veldig fin utsikt, og fordi jeg likte hvordan jeg så ut, måten jeg poset og kjolen min.*



Basert på sitatet, tolker jeg at Lina ønsker å fremstå som en svært feminin jente, som har gjennomtenkte bilder der hun poserer fint, og viser frem klær som er veldig populære og trendsettere på sosiale medier, ettersom hun anvender en kjole fra Skims. Sara påpeker også at hun ønsker å fremstå som en feminin jente, og inspirere andre jenter ved å publisere om klær og sminke. Aisha derimot, kan legge ut av diverse ting. Hun oppklarer at de siste innleggene hun har publisert på Instagram har omhandlet erfaringer, reiser og spesielle opplevelser i livet hennes. Dessuten forteller Aisha at hun har tatt et aktivt valg om å ikke publisere altfor mye informasjon fra livet hennes på Instagram og andre sosiale medier, grunnet det privilegiet hun har om å skjerme sitt private liv.

### **5.3.1 Oppsummering**

Originalitet samt autentisitet viser seg til å være vesentlige faktorer i henhold til hvordan informantene ønsker å fremstille seg selv på Instagram, da de fire informantene er enige om å fremstå så naturlige så mulig på plattformen, og vise aspekter av sitt liv som gjenspeiler deres aktivitet i virkeligheten. Imidlertid kan de variere i filterbruk, ved at Sara kan bruke det av og til, Aisha unngå å bruke det, Lina som kan redigere bort urenheter og Thea som kan skifte på farger og nyanser. En ting informantene har til felles, er at de ønsker at deres profil ser sammensatt ut og at bildene de publiserer ser «bra ut». Dermed opplever jeg at informantene er ganske bevisste over å legge ut gjennomtenkte bilder. Imidlertid, kriteriene som avgjør om bildet ser bra ut varierer hos de forskjellige informantene, og noen av dem er ikke så nøye over hvordan bildene deres fremstår. Jeg kan likevel tolke at siden Instagram er en profil egnet for å presentere seg selv til verden, legges det mye baktanke i det som publiseres på plattformen. Samtidig understreker både Thea og Lina at man ikke kan kjenne hvordan de er som personer kun basert på hva man ser gjennom en digital profil.

## **5.4 Det sosiale fellesskapet på Instagram**

Instagram er en sosial plattform, som informantene belyser de benytter for å kommunisere med familie, venner og bekjente. Både Lina og Sara påpeker at de har blitt kjent med mange fra utlandet gjennom å kommunisere og nå frem til andre profiler på Instagram. Sara utdyper:

*Jeg synes jo det er en veldig fin plattform å kunne sosialisere med andre mennesker på. Så hvis du på en måte, hvis du lurere på noe, så kan du egentlig bare skrive det rett*

*ut, og så får du svar. Det er på en måte et lite samfunn man bygger. Så hvis du har gode folk som følger deg og hvis du følger gode folk, så kan man jo, så kan man jo finne noe positivt ut av det, så jeg tror at jeg har brukt sosiale medier, altså, jeg har brukt Instagram til å sosialisere meg, og det er både med nære folk, og folk jeg finner som jeg ikke kjenner. Det er folk fra andre land, jenter fra USA, Australia og sånn. Det er veldig morsomt.*

Sitatet til Sara er et godt eksempel på hvordan sosialisering på Instagram har bidratt til positiv well-being ved å belyse at man kan bygge et lite samfunn på plattformen. I motsetning til Lina og Sara, beretter Thea og Aisha at de sosialiserer med familie og venner i plattformen, og holder seg oppdatert på hva de gjør i hverdagen. Aisha uttrykker:

*Jeg kan bruke det til å på en måte formidle beskjeder, eller til på en måte holde dem oppdatert på ting som skjer og sende dem kanskje morsomme videoer og bilder og Reels og sånne ting da.*

**Intervjuer:** *Er det viktig for deg å følge med på hva andre gjør?*

**Thea:** *Ja, ja! Og kommentere og like og sende meldinger og ja, det er en del av hverdagen.*

**Intervjuer:** *Hvordan vil du beskrive ditt sosiale liv er på Instagram? Kan du gi eksempler?*

**Thea:** *Ja, det går av likes og kommentarer, haha. Men det er også sånn, ja jeg får kommentarer og likes, og det er jo hyggelig når man får kommentarer og likes. Men det er sånn, jeg mener at man ikke burde tenke så mye over det, Så, jeg har ikke endret det til «Thea og andre» liker, fordi det er en sånn ny funksjon, som skjuler hvor mange likes man har. Det er ny funksjon hvor man ikke ser tallet, da må man eventuelt klikke seg inn og telle, og det gjør ingen. Jeg tror hele poenget bak funksjonen, er at man skal få mindre fokus på antall likes.*

Thea understreker også at hun ikke er opptatt over hvor mye likes og kommentarer hun får på bildene sine, men kan likevel føle seg ubekvem dersom hun får mindre støtte på det hun har publisert. Lina uttrykker også at likes og kommentarer er betydelige elementer for henne, og hun kan bli lei seg hvis hun ikke får støtten hun hadde forventet å få på innleggene sine. Dette

samsvarer med funnene i studien til Bunde et al. (2020) som belyser at flere unge voksne kunne gruble og få en redusert well-being dersom de ikke fikk nok støtte på innleggene sine.

**Lina:** *Jeg mener likes er viktig for meg. Fordi likes, da liker de det og viser støtte. Noen kan trykke bare for å trykke, men jeg føler at generelt sett så viser det meg at folk liker det de ser og viser støtte og anerkjennelse. Så jeg vet hva folk liker og ikke liker. Jeg blir litt sånn lei meg, ikke så mye, men, jeg blir litt lei meg hvis jeg ikke får nok likes eller støtte som jeg egentlig hadde forventet meg på bildene jeg legger ut.*

Dette tyder på at redusert likes og kommentarer på innleggene kan ha en negativ innvirkning på Linas well-being. Likevel hevder Lina også at hun aldri har fått dårlige kommentarer på publiserte innlegg, og har kun opplevd positiv støtte. Lina meddeler:

*Jeg føler jeg får masse komplimenter og god støtte av de som følger meg. Og så var det en gang, jeg la ut en video av meg synge, fordi jeg liker å synge, haha. Det var liksom, jeg fikk masse komplimenter på videoen og måten jeg sang på. Jeg ble veldig glad.*

Sitatet til Lina forteller at Instagram kan også bidra til økt positiv well-being (Diener, 1984). På samme måte belyser Sara at god sosial støtte og tilbakemeldinger fra hennes følgere førte til at profilen hennes blusset opp og ble til en større profil. Dette påpeker hun også er en grunn til hvorfor hun valgte å satse for å bli en influencer.

**Sara:** *Det var lenge siden jeg var opptatt av følgere og likes. Det som skjedde med meg var at, jeg la ut en ting for lenge siden eller et bilde, og det ble tatt veldig godt imot, så jeg fikk mange følgere på en veldig kort tid. Så for min del så har jeg opplevd den delen hvor man blir glad. Ah, nå fikk jeg så mange følgere! Så gøy! Men de siste årene så har jeg bare følt at, likes er bare der for å være der. Det er ikke noe altså, du skal ikke føle deg noe dårlig hvis du ikke får likes på bildet ditt. Men jeg kan skjønne hvorfor folk kan føle det, man blir jo litt sånn, det blir litt sånn ensomt, når du ser at det er så mange som følger med, men som ikke viser støtte. Men for min del, så er jeg ikke veldig opptatt av det, fordi, jeg velger heller å fokusere på meg selv, og hvis jeg føler at det jeg legger ut er bra, så er det bra, så det er nok med det liksom.*

### **5.4.1 Oppsummering**

Ut ifra informantenes uttalelser, tolker jeg at informantene opprettholder og ivaretar nære relasjoner ved å kommunisere med sine følgere, venner og familie på Instagram. Dette er i tråd med tidligere forskning som viser at Instagram gjør det enkelt for brukere å observere og holde seg oppdatert på hva venner og familie gjør (Fidan, et al., 2021). Dette bidrar til at informantene får med seg øyeblikk de ellers ville gått glipp av dersom de ikke deltok aktivt på plattformen. I tillegg kan de bruke Instagram til å skape kontakt med nye mennesker fra diverse steder i verden. For Lina og Sara, er det å få tilbakemeldinger og støtte fra sine følgere et vesentlig aspekt, mens for Thea og Aisha, er det ikke like viktig. Imidlertid understreker de fire informantene at positiv støtte og ros fra andre brukere alltid er verdsatt, og det gir en følelse for at man blir sett, hørt og anerkjent.

## 6 Diskusjon

Kvale og Brinkmann (2015) vektlegger at målet med det kvalitative forskningsintervjuet er å få innblikk i informantenes livsverden, samt beskrive deres opplevelser, erfaringer og tanker rundt fenomenet i lys av problemstillingen. Jeg er klar over at forskning på fenomenet Instagram, knyttet til individets well-being, sosialisering og selvframstilling kan bli ansett som omfattende og bredt. Gjennom diskusjonen skal jeg dermed forsøke å fremheve at det er mange mulige måter å undersøke dette fenomenet på. Argumentene som diskuteres er først og fremst basert på empiriske funn gjennom fire semistrukturerte intervjuer, i tillegg til relevant teori og tidligere forskning. Dette legger grunnlaget for å besvare problemstillingen og forskningsspørsmålene. For å besvare de ulike spørsmålene herunder, har jeg delt dem i ulike avsnitt, som vil ta for seg hver del.

*Hvordan bruker unge voksne Instagram, og hvordan kan det knyttes til deres well-being?*

- *På hvilke måter er Instagram en del av unges voksnes sosiale liv?*
- *Hvordan fremstiller unge voksne seg selv på Instagram?*

Som tidligere nevnt, understreker Berger og Luckmann (1967) at mennesket blir formet, samtidig som den former andre mennesker. Dette vil foregå i en livslang sosialiseringssprosess som er preget av endringer i normer, kulturelle og sosiale faktorer ved individet samt i samfunnet. Med andre ord, influerer samfunnet og individet gjensidig hverandre, og det kan man belyse ved bruk av Instagram, og andre sosiale medieplattformer, som har etablert seg i livene til individene i dagens samfunn. Både Vygotsky (1980) og Berger og Luckmann (1967) vektlegger at opplevelsen av å være en del av et sosialt fellesskap er avgjørende for individets utvikling og trivsel, og individet har et behov for å bli sett, anerkjent og ivaretatt.

I dagens samfunn, har sosiale medier blitt en sentral del av sekundærsosialiseringen. Som tidligere belyst, refererer sekundærsosialisering til den sosialiseringen som oppstår utenfor hjemmet og nærmiljøet, og som i stor grad har en innvirkning på individets sosiale identitet og tilhørighet til ulike grupper og fellesskap (Berger og Luckmann, 1967, Frønes, 2013). Det er likevel viktig å merke seg at sosiale medier ikke nødvendigvis erstatter andre former for sosialisering, men heller bidrar til å forsterke og utvide eksisterende nettverk og samhandlinger. Gjennom Instagram, slik som tidligere forskning fremhever (Brooks, 2015, Hernández-Serrano et al., 2022, Fidan, et al., 2021), samt gjennom mine funn, viser Instagram

seg til å være et attraktivt sosialt medium for individer, der man kan sosialisere, utforske, presentere sitt liv og fremstille seg selv på unike måter. Jeg har dermed et formål å belyse gjennom diskusjonen, hvordan unge voksne er engasjert med Instagram som et sosialt medium, og hvordan deres interaksjoner på plattformen blir mediert gjennom de skapte erfaringene på Instagram (Vygotsky, 1980). Med andre ord, vil forståelsen unge voksne har skapt, bli mediert gjennom alle erfaringene de har fått fra applikasjonen.

## 6.1 Hvordan bruker unge voksne Instagram?

Fidan et al. (2021) belyser populariteten av Instagram ved å berette funksjonene man kan anvende i plattformen. Blant annet har applikasjonen økt i bruk blant ungdom og voksne, grunnet evnen til å kunne redigere og dele bilder av høy kvalitet uten å behøve andre redigeringsprogrammer. Dessuten består Instagram av flere fleksible funksjoner, som å legge til videoer, emneknagger, bildetekster, og filter (Fidan, et al., 2021). Disse funksjonene, inkludert det at man kan dele bilder, sosialisere og ivareta relasjoner på Instagram, er viktige faktorer til hvorfor applikasjonen i dag er aktuell og populær (Fidan, et al., 2021, Hernández-Serrano, et al., 2022). Herunder skal det kort konkluderes hvordan informantene skaper mening ved bruk av Instagram, og hva som kjennetegner deres bruk.

Som tidligere påpekt, anvender informantene Instagram på forskjellige måter, samtidig som det kan være like praksiser de kan utføre på plattformen. Til felles bruker informantene Instagram ved at de sosialiserer på plattformen, og legger ut diverse innlegg om sosiale sammenkomster med venner, reise og opplevelser, samt bilder der de poserer og ser veldig fine ut. Informantene mine differerer dermed ved å utføre ulike tradisjoner på plattformen. I analysekapittelet, kategoriserte jeg og utnevnte de forskjellige informantene ulike titler, som jeg oppfatter er aktuelle benevnelser til hvordan informantene velger å interagere på plattformen.

Thea fikk tittelen *The Common User*, grunnet det at hun anser sin bruk av Instagram som *ganske normal*. Hun uttrykker at hun bruker Instagram aktivt hver dag for å betrakte andres innlegg og stories, samtidig som hun kan publisere eget innhold av og til. Thea påpeker også at hun tror flere andre bruker Instagram på samme måte som hun gjør. Hun uttrykker at hun bruker plattformen for å dele om sitt liv, men også først og fremst for å holde seg oppdatert på jevnaldrende profiler og andre. Dette samsvarer funnene til Hernández-Serrano et al. (2022)

som tydeliggjør at flere ungdom foretrekker heller å videresende og følge med på andres innlegg, fremfor å publisere eget innhold. Aisha derimot, fikk tittelen *The Consumer*, grunnet det at hun presiserer sin bruk av Instagram til å være ganske minimal, i tillegg til at hun bruker applikasjonen hovedsakelig for å betrakte venners og familiens liv og innlegg. Dette samsvarer med hvordan Thea anvender plattformen, ved at begge foretrekker å observere andre profiler fremfor å publisere. Man kan likevel argumentere for at Aisha er i en større grad en som konsumerer innhold, da det fremkommer i intervjuet at hun publiserer innhold svært sjeldent.

Den tredje informanten, Lina, fikk tittelen *The Activist*, grunnet det at hun gjentatte ganger i intervjuet understreker at hennes profil er basert på det å kunne belyse nye sider av et land i Midtøsten, Libanon. Dette er et vesentlig faktum for Lina, hovedsakelig fordi Libanon er hjemlandet til foreldrene hennes, og som hun har en sterk tilknytning til. Imidlertid bruker Sara Instagram i en annen kontekst. Hun fikk tittelen *The Influencer*, grunnet det at Sara ønsker å tjene penger ved å dele innhold på plattformen. Sara publiserer om sin livsstil, mote og kosmetikk. Dette har gjort at profilen til Sara har vokst drastisk, og et utgangspunkt til hvorfor Sara legger til en innsats for å oppnå influencer-statusen. Sara utdyper:

*Jeg prøver jo kanskje, å oppnå noe med det da. At det blir litt mer enn kun en hobby. Så det har gått fra å være en hobby, til en litt mer sånn aktiv bruker på Instagram, der jeg faktisk deler om ting jeg liker, livsstil og alt.*

## **6.2 Hvordan kan bruken av Instagram knyttes til unge voksnes well-being?**

Well-being som tidligere berettet, er et komplekst begrep som omfatter både individers subjektive opplevelse av livskvalitet, og deres faktiske, objektive levekår. Gjennom de fire intervjuene, fremhever informantene hvordan de skaper mening på Instagram. Informantene utdyper ytterligere om deres bruk, publisering, sosialisering og selvframstilling på applikasjonen. I studien til Fidan et al. (2021) fremlegges det at Instagram er en svært fremtredende plattform blant unge voksne. Dette samsvarer med mine funn, som belyser at informantene bruker plattformen minst én gang om dagen. Selv Aisha, som hevder at hun ikke er en aktiv bruker, oppklarer likevel at hun må sjekke plattformen før hun legger seg. Dette tyder på at Instagram tar en stor del av hverdagen til unge voksne, og kan ha en

innvirkning på deres well-being og livskvalitet, da applikasjonen rommer flere deler av deres hverdag (Brooks, 2015).

Aslan og Tolan (2022) diskuterer et viktig punkt, sosiale medier-avhengighet, og påpeker at dette er et relevant fenomen som kan ha betydning for individets well-being. De hevder det å anvende sosiale medieplattformer i mer enn to timer daglig inngår kategorien sosiale medier-avhengighet. Å tilbringe mye tid på sosiale medier, inkludert Instagram, kan føre til at man blir mindre produktiv samt mindre til stede i verdslige aktiviteter, og dermed føre til en redusert well-being (Aslan og Tolan, 2022). Både Sara, Thea og Lina kan bruke applikasjonen i mer enn to timer i løpet av dagen, og Aisha inkluderer Instagram-bruk som en del av hennes kveldsrutine. Dette kan i samsvar med funnene til Aslan og Tolan (2022) bli ansett som sosiale medier-avhengighet.

Gjennom funnene til Aslan og Tolan (2022) påpekes det videre at sosiale medier-avhengighet og individets well-being har en korrelasjon til hverandre, der individets livskvalitet kan bli influert ved bruken av sosiale medier. Denne innvirkningen kan både være negativ og positiv. Det at Lina uttrykker at hun kan føle seg ubekvem og opprørt dersom hun ikke får forventet støtte av sine følgere, kan være et eksempel på hvordan Instagram-bruk har negativt innvirket på individets well-being. På samme måte, viser funnene fra Bunde et al. (2020) at unge voksne kan gruble over tanken på at de ikke får nok støtte på sine innlegg, samt oppleve det som ubehagelig og ynkeverdig. Imidlertid kan Instagram også bidra til å styrke individets well-being. For eksempel, fastslår Sara at kontoens oppblussing ved å motta gode tilbakemeldinger førte til at hun har et ønske om å bli en influencer. Likevel poengterer Sara:

*Det er folk som sitter og analyserer litt for mye, og så finnes det folk som bare er ute etter å ta folk for visse ting som jeg har sett. Jeg har jo opplevd veldig mye før som har fått meg til å ta et steg tilbake.*

Ved å uttale dette, tydeliggjør Sara at når man anvender Instagram og andre sosiale medier, er det vesentlig å være varsom over hva man deler av livet sitt og beskytte sin well-being. Sara bestemte seg for å holde noe tilbake av livet sitt på Instagram, grunnet tidligere erfaringer der hun har opplevd at andre brukere har betraktet henne og publiseringene hennes med feil intensjoner. Det å fremheve livet sitt på Instagram og publisere innhold av sin hverdag, kan bli ansett som sårbart og man kan føle seg overeksponert (Hernández-Serrano, et al., 2022). Sara uttrykker at hun kan føle på press knyttet til overeksponering, grunnet det at hun har en



offentlig profil. I lik grad, kan Lina relatere og betoner gjentatte ganger i intervjuet at hun har opplevd at flere falske og anonyme profiler har observert hennes aktivitet, og sendt upassende meldinger. Hun betrakter dette som plagsomt, og valgte å privatisere sin profil i henhold til følelsen av overeksponering.

Aisha tar også et aktivt valg å om holde sin profil privat, og velger heller å fremheve små deler av sitt liv, hovedsakelig fordi hun ønsker å opprettholde og skjerme sitt privatliv. Ved å skjerme sitt privatliv, øker man også den positive følelsen ved sin subjektive well-being og livskvalitet (Diener, 1984). Funn fra studien til Bunde et al. (2020) påpeker at det er flere unge voksne som opplevde at det er for sensitivt å kunne dele og uttrykke seg selv så autentisk så mulig på Instagram. Dermed kan det forstås både gjennom mine informantenes uttalelser, samt tidligere forskning, at det å føle seg overeksponert og observert av falske profiler kan bidra til å svekke individets ønske om å dele for mye på de forskjellige plattformene og bidra til en redusert subjektiv well-being.

Å føle seg trygg på Instagram er også betydelig for informantenes well-being og hvordan de bruker applikasjonen. Sara uttrykker at hun *ikke er helt komfortabel til å dele alt enda* på Instagram og forteller at det er fordi det er mangel på sikkerhet på applikasjonen. Dette er også i forbindelse med at man på Instagram ikke har kontroll over hvem som ser på profilen og observerer de ulike handlingene individet gjør. Fidan et al. (2021) fremhever i studien at etiske hensyn kan bli brutt ved bruk av Instagram, blant annet gjennom oppretting av falske profiler og observasjon av andre brukere. Dette gjør at informantene, spesielt Sara og Lina, er forsiktige over hva de deler på Instagram, samtidig bekymret for hvem som egentlig følger med på deres aktivitet.

I tråd med tidligere forskning (Fidan, et al., 2021), påpeker informantene mine at det å opprette en falsk profil og bli observert gjennom anonyme profiler er en normal praksis på sosiale medier. Man ofrer gjerne deler av sitt privatliv ved å bli observert, når man skaper en profil i den digitale verden. Thea understreker dermed at når man anvender Instagram, er man selv ansvarlig over å bruke plattformen på en forsvarlig måte. Hun legger vekt på å forstå alvorligheten av å publisere deler av sitt liv, i tillegg til å la andre brukere og deres innlegg ha en innvirkning på deres tanker og følelser. Thea utdyper:

*Også er det litt, brukeren sitt ansvar om hvem man følger. Så hvis du vet at disse menneskene påvirker meg i en negativ retning, så må man bare slutte. Men det er ikke så lett da, så jeg tror det krever en liten innsats.*

Imidlertid tydeliggjør de fire informantene at de er komfortable over å publisere om alt de ønsker å belyse på Instagram. Det gir inntrykk for at informantene er selvsikre i forhold til at det de publiserer samsvarer med deres virkelige selv, og at det kan gi en indikasjon på deres personlighet og liv. Omtalene fra informantene kan ses i lys av Dieners (1984) teori om hyppig positiv forsterkning, som hevder at individet opplever lykke når den er tilfreds og selvsikker på seg selv. Blant annet understreker Sara:

*Men jeg er ellers veldig selvsikker at det jeg legger ut er meg, og velger kanskje å holde noe tilbake, på grunn av det med sikkerhet.*

Diener (1984) vektlegger også at livskvaliteten til individet øker når man opplever lykke ved å være bekvem med seg selv. Når Lina er komfortabel over å publisere om «uvanlige» lidenskaper på Instagram, som å publisere om foreldrene hennes sitt hjemland, tyder det på at Lina ellers er tilfreds med sitt liv i helhet og stolt over sine røtter (Diener, 1984). På tilsvarende måte uttrykker Thea:

*Det er sånn, jeg kan jo dele mine fine ting, også er folk sånn ja nå gjør Thea noe morsomt, uten at det på en måte har en negativ inspirasjon eller innvirkning på andre.*

Hun påpeker at det kan være ulike faktorer på Instagram man blir eksponert for som kan gjøre mennesker sårbare. Imidlertid fastslår Thea at innlegg som fremhever at hun er oppnådd, ikke nødvendigvis bidrar til en negativ innvirkning på andre individer, men bør heller betraktes som en oppdatering på hva hun gjør i sin hverdag. Dette kan ses i lys av livstilfredshet, der Diener (1984) poengterer at dette oppnås ved å være tilfreds med ulike aspekter av ens liv, inkludert karriere, partner, familie og venner. Når Thea velger å dele om disse positive opplevelsene på Instagram, er det for å skape en relasjon til sine følgere gjennom det hun presenterer, samtidig som hun holder dem oppdatert på sitt eget liv og hva hun gjør i hverdagen.

I tillegg oppfattes mine informanter til å være svært reflekterte over bruken av Instagram, og har en del erfaringer knyttet til hvordan man bruker applikasjonen på en gunstig måte. Aisha påpeker blant annet at hun er kritisk over innholdet på Instagram og vet at folk ikke legger ut «hvordan de egentlig er» i virkeligheten på Instagram. Hun uttrykker:

*Jeg elsker når man på en måte kan se hvem personen er, og ikke fasaden de har, sånn at man ikke kun observerer dem eller ser det de prøver å vise, men at man kan se litt sånn, hvordan du er under den fasaden da, eller overflaten på en måte (...).*

*Jeg tror Insta er noe som mange unge bruker for å på en måte legge ut litt mer til en viss grad seriøse, fine bilder, hvor de har en egentlig en fasade, mens man på TikTok da er litt mer personlig og gjør litt morsommere ting og sånn.*

Resten av informantene bekrefter også at normen på Instagram er å legge ut seriøse og grundige bilder. Dette fastslår de skiller seg fra andre plattformer som Snapchat og TikTok, hvor man kan publisere om mer personlige og latterliggjørende innhold. I tillegg uttrykker de fire informantene at det de fremhever på Instagram, *ikke* er personlig. Ved å ikke legge ut personlig innhold, formidler det hvordan mine informanter beskytter sin well-being på Instagram. Aisha fremhever blant annet:

*Jeg vil ikke at alle skal ha tilgang til profilen og bildene mine når jeg velger å dele livet mitt på en måte, fordi når du legger ut noe, så er det jo noe som, altså det er deler av livet ditt du på en måte fremstiller der, og jeg personlig foretrekker at ikke hvem som helst får tilgang til det.*

Thea belyser også at hun har en offentlig story for alle følgere, og en privat story som noen venner har tilgang til i tjuetimer dersom hun publiserer innhold. På den private storyen, uttrykker Thea at hun kan dele personlig innhold, samt andre innlegg som råd, fakta og bokanbefalinger. På den offentlige storyen derimot, illustrerer Thea at hun kun viser seg selv i sosiale enheter, og publiserer om gode stunder. Denne formen for publisering, kaller Thea for *generisk*, som hun forklarer betyr:

*Er helt lik det alle andre gjør og legger ut på Instagram.*

Bø (2008) karakteriserer det som om man gjenspeiler seg i andre, og atferden til individet kan ligne andres atferd i samfunnet. I denne sammenhengen ønsker man på sosiale medier å passe inn, føle seg inkludert, og følge normen som er på Instagram (Fidan, et al., 2021). På tilsvarende måte, understreker Lina at hun ikke deler personlig innhold, og uttrykker ikke følelsene sine samt hvordan hun egentlig har det på Instagram. Lina utdyper:

*Man begrenser hva man viser av seg selv. Man viser kun overflaten av livet sitt tror jeg. Jeg er også sånn, jeg velger jo å vise de fine tingene, og jeg begrenser meg veldig sånn, jeg viser ikke dårlige sider av meg eller vanskelige tider liksom.*

Slike betraktninger kan anses å være under kategorien «positivitetsskjevheter» kultur på Instagram (Bundez, et al., 2020). Det betyr at man publiserer innhold som alltid viser at brukeren «har det bra» eller «lever et godt liv», fremfor å belyse andre sider av sitt liv på Instagram, inkludert det negative (Bundez, et al., 2020). På tilsvarende måte, fremhever Fidan et al. (2021) at flere ungdommer anvender Instagram for å vise at de lever et godt liv i samsvar med hvordan normen er på Instagram, i tillegg til at de kunne sammenligne seg selv med andre profiler og føle på usikkerhet og ubehag når de opplevde at andre er glade på plattformen.

Lina fremhever ytterligere at hun skjerner sin well-being og unngår å dele om sine følelser på Instagram, til tross for at hun egentlig kan ha en dårlig dag. En årsak til hvorfor man unngår å publisere om følelsene sine kan være fordi det kan oppleves som sårbart å publisere om personlige innhold på Instagram (Bundez, et al., 2020). Allerede har man på sosiale medier delt mange forskjellige aspekter av sitt liv, og denne informasjonen er tilgjengelig for mange andre individer å motta, samt uten en begrensning. Aisha for eksempel, presiserer gjentatte ganger i intervjuet at hun verdsetter det faktumet at man har en mulighet til å kunne skjermesitt privatliv på Instagram. Hun tydeliggjør:

*Jeg tror ikke jeg deler veldig personlige ting akkurat heller, og, det er ikke alt jeg føler jeg trenger å dele på Instagram, og jeg setter pris på at man har på en måte, personlig liv og at man får skjermet privatlivet sitt.*

Imidlertid, belyses det av Bundez et al. (2020) at deres informanter kunne dele om sin well-being og psykiske helse gjennom direkte og indirekte innlegg på Instagram. Som fremhevet

gjennom mine informanter, er det å publisere direkte innlegg om hvordan de har det i det virkelige liv en uaktuell praksis, ettersom de alle påpeker at deres innhold består av sosiale sammenkomster, reise og opplevelser, og ikke av personlige og sensitive innlegg. Imidlertid kan det klassifiseres gjennom samtalen med Thea, at hun kan ha lagt ut indirekte innlegg på Instagram som belyser nye sider av henne (Bundez, et al., 2020). For eksempel, tydeliggjør Thea gjentatte ganger i intervjuet at hun helst vil legge ut bilder med andre, fremfor å posere alene. Når Thea legger ut et bilde av seg selv alene, rettferdiggjør hun publiseringen av dette ved å inkludere en morsom bildetekst. På denne måten legitimerer Thea det faktumet at hun har publisert et bilde der hun poserer alene, noe som ellers er en uvanlig og ubekvem praksis for henne. På tilsvarende måte velger Lina å redigere bort urenheter fra ansiktet før hun publiserer et bilde. Dette kan tyde på at Lina forsøker å beskytte selvet og sin well-being ved å skjule noe som er ansett som mindre attraktivt i samfunnet på sosiale medier.

I tillegg rapporteres det at sosiale medier kan virke negativt på individets well-being ved å erstatte tiden individet ellers tilbringer med familie og venner, samt hindre deltakelsen i fysiske og sosiale aktiviteter (Aslan og Tolan, 2022). Thea blant annet, formidler at hun har en frykt for å gå glipp av innholdet som hennes venner og familie publiserer, og derfor må hun gjennomgå hele feeden sin for å forsikre seg om at hun har sett alt innhold. Thea beretter at dette kan være veldig tidkrevende, men det er likevel en essensiell praksis hun må gjennomføre. Dessuten kan hyppig bruk av sosiale medier redusere individets well-being ved å influere søvnvarighet og fysisk helse (Aslan og Tolan, 2022). Både Aisha, Lina og Thea uttrykker at det å navigere på Instagram er en del av deres morgen- og kveldsrutine, og at det noen ganger kan føles som om tiden kun går til å surfe på Instagram og andre sosiale medier.

I følgende avsnitt har jeg forsøkt å undersøke sammenhengen mellom bruk av Instagram og well-being hos unge voksne. Forskning utført av Sabik et al. (2020, referert i Aslan og Tolan, 2022) viser at hyppig bruk av sosiale medier kan ha en negativ innvirkning på well-being, spesielt blant kvinner. Det er imidlertid viktig å tydeliggjøre at Instagram og andre sosiale medieplattformer ikke er alene om å øke eller svekke individets well-being og livskvalitet. Dette varierer subjektivt, der noen individer kan oppleve at Instagram har en liten betydning for deres livskvalitet, mens det for andre kan ha stor betydning for deres livskvalitet og well-being. Diener (1984) presiserer at individets subjektive well-being vil variere fra person til person, og er basert på deres personlighet, sosiale status, kulturelle bakgrunn og egen oppfatning av sitt eget liv. Informantene mine uttrykker seg selv til å være svært reflekterte og

trygge over å anvende Instagram, og de forstår at det ligger et ansvar og en respekt i å bruke Instagram og interagere med andre selvstendige individer. Dessuten påpeker Diener (1984) at det er en sammenheng mellom individets subjektive well-being og det sosiale fellesskapet. Individets well-being vil øke i en positiv retning dersom individet opplever gode sosiale relasjoner, støtte og tilhørighet. Dette blir understreket av mine fire informanter, som har delt lykkelige øyeblikk på Instagram, der de har mottatt positive kommentarer, tilbakemeldinger og spørsmål fra deres følgere. Sara uttrykker blant annet:

*Det er ganske varmt å ha positive folk som støtter, og det gjør noe med meg som person. Man blir jo litt mer komfortabel til å poste mer også.*

I henhold til sitatet til Sara, poengterer Davis (2013, referert i Hernández-Serrano, et al., 2022) at tilbakemeldinger og validering fra andre vil i en stor grad bestemme hvordan brukere velger å fremstille seg selv på sosiale medier. Ovenfor forteller Sara at hun får et ønske om å publisere mer når hun mottar positive tilbakemeldinger og støtte.

### **6.3 På hvilke måter er Instagram en del av unge voksnes sosiale liv?**

Som det fremkommer i intervjuene, har mine informanter brukt Instagram siden de var tretten år gamle, og har hatt applikasjonen i omtrent ti år. Lina skiller seg derimot fra de andre informantene ved å ha hatt plattformen i to år. Imidlertid klargjøres det gjennom de fire intervjuene at Instagram, sammen med andre sosiale medieplattformer som Snapchat og TikTok, er en av de mest brukte applikasjonene. Dessuten inneholder Instagram flere funksjoner som informantene finner svært enkle å anvende. Blant de diverse funksjonene til Instagram, er det å betrakte og holde seg oppdatert på andre brukere en sentral faktor til hvorfor informantene bruker applikasjonen. I tillegg belyses det i stor grad at informantene bruker Instagram for å sosialisere med venner, familie og andre bekjente brukere. Dette understreker at Instagram er en medierende artefakt for individer å navigere, dele, sosialisere og fremstille seg selv (Vygotsky, 1980). Gjennom arbeidet til Vygotsky (1980) samt Berger og Luckmann (1967) fremheves det at individet er et kulturelt vesen som internaliserer sosiale og kulturelle inntrykk fra samfunnet, som videre konstruerer individets identitet, forståelse og kognitive tekning. I tillegg konstrueres individet gjennom kulturelle og sosiale betingelser i miljøet, og har et behov for å sosialisere (Berger og Luckmann, 1967, Vygotsky, 1980).

Dermed kan det forstås at Instagram er en sentral arena for informantene å samhandle, danne relasjoner og knytte kontakt med andre individer i samfunnet. Dessuten kan interaksjonen på Instagram bidra til at individet lærer på en uformell måte og øker sin kompetanse samtidig som den samhandler (Fidan et al., 2021).

Brooks (2015) hevder at det å kunne samhandle med andre brukere så raskt som mulig på sosiale medier gjør det attraktivt og verdifullt. Han spesifiserer at dagens sosiale medier legger vekt på brukervennlighet, hastighet og en uendelig rekkevidde. Aslan og Tolan (2022) bygger på denne påstanden ved å beskrive sosiale medier som et instrument som lar mennesker kommunisere uten begrensninger av tid og sted. I tillegg belyser Brooks (2015) at sosiale medier kan ha en drastisk innvirkning på den offentlige diskursen i samfunnet og kan påvirke ulike temaer som politikk, underholdning, miljø og teknologi. Spesielt Thea er opptatt av å holde seg oppdatert på politiske organisasjoner på Instagram, i motsetning til Aisha som vektlegger at hun kun bruker applikasjonen for underholdning, og for å dele videoer med nære relasjoner på plattformen. Videre belyser Sara at hun bruker applikasjonen for å knytte kontakt med ukjente profiler som deler samme interesser som henne. Lina uttrykker også at hun bruker Instagram for å bli kjent med nye mennesker, men hovedsakelig for å inspirere andre brukere med reisebilder. Gjennom profilen til Lina blir man kjent med andre land og kulturer, som man vanligvis ikke har stor kjennskap til.

I tillegg inngår informantene mine i målgruppen som hyppigst bruker og interagerer på Instagram (Ahlgren, 2023). Dette kan tyde på at det å interagere på Instagram er en normal norm og en del av kulturen blant unge voksne. Dessuten er sosiale medier tilgjengelig både hjemme, på jobb og i andre kontekster, som for eksempel i universiteter, noe som er relevant for mine informanter (Brooks, 2015). Sosiale medier utgjør en stor del av hverdagen til unge voksne, og dette kan bli belyst ved at Thea understreker at det er viktig for henne å betrakte hva andre gjør på Instagram, samt like deres innlegg og legge igjen kommentarer. På samme måte uttrykker Lina at Instagram er den viktigste applikasjonen for henne, da den bidrar til å ivareta relasjoner ved at hun stadig samhandler på plattformen. Ifølge Berger og Luckmann (1967) vektlegger eksternaliseringsstadiet i sosialiseringprosessen, at individet har et behov for å uttrykke sine tanker, følelser og ideer til andre i samfunnet. Instagram fremstår dermed som middelet for å oppnå målet om å bli sett og hørt. Dette fremheves blant annet ved at Sara uttrykker:

*Jeg har jo fått noen spørsmål angående den kjolen jeg har på for eksempel, og da tenker jeg at det er akkurat sånn type oppmerksomhet jeg vil ha på Instagram, altså hvor jenter føler seg trygge nok til å komme og spørre hvor jeg har kjøpt noe, hvor jeg har fått tak i det og så videre.*

Individer i samfunnet skaper normene på sosiale medier, og opptrer på unike måter, samtidig som man er avhengig av andres tilbakemeldinger og anerkjennelse (Berger og Luckmann 1967, Frønes 2013). Ved å sosialisere, får det enkelte individet tilfredsstilt sine grunnleggende fysiske, sosiale og mentale behov (Bø, 2008, Frønes, 2013). Til tross for at de fire informantene uttaler at likes og kommentarer på deres publiseringer ikke er betydningsfullt, belyses det likevel at informantene ønsker å få tilbakemeldinger og støtte fra sine følgere, og påpeker at dette er en hyggelig handling. Frønes (2013) vektlegger at individet har et begjær og lengter etter å få anerkjennelse fra andre individer i samfunnet. Lina for eksempel, uttrykker at hun kan føle seg ubekvem, dersom innlegget hun har publisert, ikke får nok støtte. Dette samsvarer med funnene til Fidan et al. (2021) som belyser at flere ungdom understreker at likes og kommentarer er sentrale faktorer for å føle seg anerkjent og for å ha en forbedret well-being. Lina utdyper ytterligere:

*Jeg mener likes er viktig for meg. Jeg føler at generelt sett så viser det meg at folk liker det de ser og viser støtte og anerkjennelse.*

På tilsvarende måte, uttrykker Sara at man kan føle seg ensom dersom man opplever å få redusert støtte. Dette kan føre til en overdreven søken etter validering fra andre brukere, og som ungdommene i studien av Fidan et al. (2021) erfarte når de opplevde redusert støtte på sine innlegg. Man kan likevel argumentere for at opplevelsen av å søke validering fra andre individer er subjektiv, og kan variere avhengig om man er i ungdomsstadiet, som i studien til Fidan et al. (2021), eller om man er en ung voksen. Informantene mine fremstår som erfarne og selvbevisste brukere av Instagram, og har hatt kjennskap til funksjonene likes og kommentarer helt siden de opprettet en konto på Instagram. Sara tydeliggjør at det er en stund siden likes og kommentarer har betydd noe for henne, men dette kan også være fordi hun kun har opplevd positiv sosial støtte på plattformen. På samme måte fremhever Aisha at hun ikke er opptatt av likes og kommentarer, og at disse faktorene kan eventuelt være viktigere for sårbare ungdommer og nye brukere på Instagram. Thea påpeker at likes og kommentarer var faktorer som hun tidligere reflekterte mye over, men som ikke er like relevant i dag. Likevel uttrykker Thea at hun fortsatt kan ha de samme underliggende følelsene av bekymring. Dette



kan være i tråd med Frønes' (2013) beskrivelser av hvordan individet konstant etterlengter anerkjennelse fra andre selvstendige individer i samfunnet.

Tilbakemeldinger og anerkjennelse fra andre individer vil også være med på å forme individet, samt bidra til at man vurderer sin egen selvframstilling og kan endre seg (Berger og Luckmann, 1967). Dette kan illustreres gjennom Lina, som publiserte at hun sang på Instagram og som følge av det fikk positive tilbakemeldinger. Dette førte til at hun følte glede og fikk et ønske om å publisere lignende innhold oftere. I tråd med Dieners teori (1984) vil dette ha en positiv innvirkning på Linas subjektive well-being.

Det er imidlertid viktig å understreke at likes og kommentarer på Instagram og andre sosiale medieplattformer utgjør en liten del av hvordan individet føler seg anerkjent og kan endre seg. Som Berger og Luckmann (1967) poengterer vil individet alltid endre seg i møte med nye persepsjoner. Dette kan foregå gjennom primærsosialiseringen så vel som gjennom sosiale medier, som omfatter en stor del av de fleste menneskers liv og inngår i sekundærsosialiseringen (Frønes, 2013). Mine funn, og en rekke andre studier (Brooks, 2015, Fidan, et al., 2021, Hernández-Serrano, et al., 2022) understreker at tilbakemeldinger i form av likes og kommentarer spiller en stor rolle i individets sosiale liv på Instagram, samtidig som dette kan variere fra person til person hvor viktig dette er for dem. Imidlertid uttrykker mine fire informanter at deres sosiale liv på Instagram primært omhandler det å kunne interagere, koble sammen og holde kontakt med familie og venner, og danne nye relasjoner, fremfor å motta likes og kommentarer.

## **6.4 Hvordan fremstiller unge voksne seg selv på Instagram?**

Som tidligere påpekt, fastslår Rettberg (2014) at det å publisere innhold på sosiale medier kan betraktes som selv-dokumentering. Dette samsvarer med mine funn, som viser at informantene benytter Instagram for å dele ulike aspekter av sine liv og for å mimre over ulike opplevelser de har erfart ved å se tilbake på dem i ettertid. Dessuten kan individet på sosiale medier selv bestemme hvordan det ønsker å bli fremstilt (Rettberg, 2014, Hernández-Serrano, et al., 2022). På Instagram presenterer informantene mine seg selv gjennom bilder og videoer. Lina uttrykker det slik:

*Jeg skjønner hvorfor folk bruker det til å vise seg frem, fordi det er jo en profil.*

I tillegg forteller informantene mine at de ønsker å fremstå som autentiske brukere, og som de er i virkeligheten på Instagram. Imidlertid belyses det at bildene informantene publiserer er gjennomtenkte og bevisste. Å publisere fine bilder på Instagram er en måte å forme selvet deres på, da det omhandler å presentere seg selv og kontrollere hvordan man ønsker å fremstille seg selv (Frønes, 2013, Hernández-Serrano, et al., 2022). Thea understreker:

*Jeg velger bare bilder som jeg synes er bra.*

**Lina:** *Jeg liker at det jeg legger ut, skal se ordentlig ut. Jeg tenker veldig mye på om det er fint nok eller ikke til å poste liksom.*

Sara og Aisha deler også lignende refleksjoner i samsvar med de andre informantene, men uttrykker imidlertid at de ikke er selektive over hva som fremheves på Instagram. Sara tydeliggjør:

*Før jeg bestemte meg for å poste noe så måtte det være perfekt. Men, i det siste, så har jeg litt mer sånn at jeg deler på en måte det som er meg og det som er ekte da, sånn at andre folk også føler seg litt sånn komfortable og kan liksom kjenne seg igjen i de fleste bildene.*

**Aisha:** *Jeg føler at jeg egentlig ikke er sånn som har perfekte bilder. Altså jeg vil jo se fin ut på det bildet jeg legger ut på Instagram, folk skal jo se det, men jeg føler at jeg er en person som kan legge ut litt sånn useriøse bilder, sånn litt mer tull, litt sånn, må ikke smile perfekt på et bilde, kan liksom ha grimase, tulle og sånn.*

Til tross for at informantene understreker at bildene må være fine nok for å bli publisert på Instagram, er de likevel ikke opptatt av å anvende filter og andre redigeringsverktøy for å justere bildene sine. Tvert imot, poengterer de fire informantene at filter ser unaturlig ut på dem, og at de ikke ønsker å endre sitt utseende eller kropp på bilder. Dette stemmer overens med funnene til Hernández-Serrano et al. (2022) som fremhever at ungdommene i studien i stor grad unngår å redigere bildene sine for å opprettholde en autentisk versjon av seg selv. Imidlertid kan Sara og Aisha anvende filter av og til på bildene sine, fordi det er normalt å bruke filter på Instagram (Rettberg, 2014). Thea derimot, kan redigere ved å endre på farger og nyanser i bildet slik at det fremstår som mer levende.

Imidlertid kan bruken av Instagram ha en negativ effekt på unge voksne og ungdommers well-being, selvfølelse og -fremstilling (Bunde, et al., 2020, Fidan, et al., 2021). Plattformen

legger til rette for at brukere ofte fremstiller seg selv som plettfrie individer med et perfekt liv, i tillegg til at mange legger ut nøye utvalgte og redigerte bilder for å fremheve sine beste sider (Fidan, et al., 2021). Dette kan belyses gjennom Lina, som kan justere på sine bilder ved å redigere bort urenheter og fremstå som mer plettfri.

Mine informanter reflekterer også rundt trenden der man fremhever et perfekt liv på Instagram, og vektlegger at for ungdom og sårbare unge voksne som følger med på profiler som gjør dette, kan slike eksponeringer på Instagram ha en stor betydning for deres selvfremstilling og well-being. Aisha for eksempel, utdyper at dersom individet ikke lever opp til standardene som er satt av andre på Instagram, kan dette ha en negativ innvirkning på individet well-being og selvfølelse. Hun uttrykker:

*Hvis ikke man lever opp til de samme standardene og problemstillingene, og kan prestere med å legge ut like bra bilder på Instagram, så jeg tror det til en viss grad kan påvirke deg eller ungdom veldig negativt.*

Gjennom mine intervjuer blir det videre belyst at når unge voksne og ungdommer blir eksponert for en forhåndsbestemt, redigert versjon av livet på Instagram, kan dette føre til at de sammenligner seg med andre, og vurderer sin egen suksess eller verdi basert på andres opplevelser. Dermed understreker Thea at det er brukerens ansvar å regulere sin bruk av sosiale medier og Instagram, samt unngå å følge profiler som gjør at man oppfatter seg selv på en negativ måte. Det er likevel krevende å motstå visse profiler, poengterer Thea og konkluderer at det kan være en del faktorer på Instagram som gjør individer sårbare. Blant disse faktorene, er følelsen av sosial isolasjon. Dersom man opplever å få redusert støtte og komplimenter fra sine følgere, kan det også ha en negativ innvirkning på individets selvfølelse, well-being og verdi (Fidan, et al., 2021).

Imidlertid kan Instagram også ha en positiv effekt på unges selvfremstilling og well-being. For eksempel, kan plattformen gi en følelse av tilhørighet og gi muligheter for å dele bilder av seg selv i en positiv sammenheng (Hernández-Serrano et al., 2022). Dette kan muligens bidra til en økt selvtillit samt selvfølelse ved at individet får positive tilbakemeldinger og støtte fra sine følgere. Dette stemmer overens med mine informanter, som uttrykker at det å få positiv sosial støtte fra sine følgere oppleves som hyggelig og verdifullt. Spesielt Lina og Sara anerkjenner viktigheten av tilbakemeldinger, da begge profil blusset opp på grunn av positive kommentarer og likes. I tillegg, slik det belyses gjennom

mine informanter, kan Instagram opptre som en plattform der man kan uttrykke seg kreativt og dele sine lidenskaper med andre. For eksempel deler Aisha om øyeblikk der hun tar en kaffe, Thea i sosiale enheter, Lina om vakre attraksjoner i Libanon og Sara om klær og sminke. Dette kan føre til en følelse av mestring og gi en forbedret selvframstilling, samt bidra til å forsterke deres subjektive well-being og livskvalitet, når de får dele om det de behersker (Diener, 1984). I tillegg uttrykker de fire informantene hvordan de ønsker å fremstå på Instagram. Blant annet belyser Thea at hun ønsker at det er sjel i profilen ved å vise at hun er en morsom person gjennom hennes bildetekster. Sara ønsker å fremstå som en feminin jente som flere kan få inspirasjon fra, og Lina ønsker å fremstå som eventyrlysten og vise nye sider av verdenen. Til slutt ønsker Aisha å fremstå som et oppegående individ som deler litt av hvert, men som også beskytter sin well-being ved å ta et bevisst valg om å skjule deler av livet sitt på Instagram.

Informantene deler også at selv om kommentarer og antall likes blir ansett som verdifullt og hyggelig, er det likevel ikke en viktig faktor for deres selvframstillinger på Instagram. De velger å fortsette publisere bilder og innhold, selv om de ikke alltid får den forventende støtten eller anerkjennelsen. Dette kan ses i lys av funnene til Hernández-Serrano et al. (2022) som betoner at ungdommens selvframstilling ikke er styrt av tilbakemeldinger, da resultatene forsterker at ungdommene ikke er opptatt av likes og kommentarer. Imidlertid, i tråd med funnene mine, og tidligere forskning (Bundez, et al., 2020, Fidan, et al., 2021, Aslan og Tolan, 2022, Hernández-Serrano, et al., 2022) er det viktig å være bevisst på hvordan man anvender Instagram. Ungdommer samt unge voksne bør være oppmerksomme på at Instagram ofte viser en forvrengt versjon av virkeligheten, slik at man kan unngå å sammenligne seg selv med andre brukere i plattformen. Det kan også være lurt å begrense tiden man bruker på Instagram eller justere innholdet man eksponeres for, for å oppnå en mer positiv opplevelse ved bruk av plattformen (Aslan og Tolan, 2022).

I dette avsnittet, har jeg forsøkt i lys av mine funn, tidligere forskning og teori, å diskutere hvordan unge voksne fremstiller seg selv på Instagram. Jeg har gjort dette ved å adressere både negative og positive opplevelser ved bruk av plattformen. Det er likevel viktig å understreke at Instagram ikke er den eneste faktoren som influerer individets selvframstilling og -følelse, og at det kan være andre verdslige faktorer som spiller en større rolle i hvordan individet velger å fremstille seg selv. Det kan være alt fra individets oppvekstmiljø, psykiske helse, erfaringer og andre sosiale og kulturelle faktorer (Bø, 2008).

## 7 Avslutning

Jeg har i denne studien valgt å undersøke hvordan unge voksne anvender Instagram, og hvordan deres interaksjoner på applikasjonen kan ha en betydning for deres well-being, selvfremstilling og sosialisering. Jeg har som poengtert innledningsvis valgt å undersøke dette fenomenet på bakgrunn av personlig interesse samt det faktumet at sosiale medier omfatter en stor del av individets hverdag (Ahlgren, 2023). I den forstand, er sosiale medier en viktig del av individets sekundærsosialisering, og kan være med å forme individets identitet og hvordan man interagerer med omverdenen (Frønes, 2013). Jeg har ytterligere forsøkt å belyse individets behov for sosialisering gjennom Berger og Luckmanns (1967) sosialkonstruktivistisk teori på sosialisering. Teorien påpeker at gjennom individers gjensidige samhandlinger påvirker de hverandre og videre skaper samfunnet. Dette kan ses i tråd med sosiale medier, der man blant annet på Instagram skaper normer og trender som kan influere hvordan brukere anvender plattformen og deres liv utenfor sosiale medier. I tillegg gjør jeg rede for Dieners (1984) teori om subjektiv well-being for å forklare fenomenet og hvordan mennesker opplever å ha det. Jeg anvendte også andre perspektiver som skal belyse hvordan mennesker fremstiller seg selv på sosiale medier og Instagram.

Jeg har forsøkt å undersøke fenomenet Instagram og plattformens innvirkning på unge voksne ved å trekke inn diverse begreper i studien, og samtidig knytte dem sammen for å belyse den helhetlige opplevelsen unge voksne har av å anvende Instagram. Studien inkluderer blant annet begrepene well-being, sosialisering og selvfremstilling. Disse begrepene har vært nødvendige for å forstå informantenes opplevelser, i tillegg til å undersøke og besvare problemstillingen og forskningsspørsmålene. Dessuten har disse begrepene blitt omtalt gjentatte ganger i tidligere forskning om Instagram (Bundez, et al., 2020, Fidan, et al., 2021, Hernández-Serrano, et al., 2022). Resultatene fra forskningslitteraturen har også bidratt til å kunne undersøke fenomenet Instagram ytterligere.

Gjennom informantenes bruk av Instagram, belyses det at plattformen kan både ha en negativ og positiv innvirkning på unge voksnes well-being. De fire informantene vektlegger at de har en del erfaring knyttet til hvordan bruker Instagram på en forsvarlig måte, og dette ved at de reflekterer over trender og normer på Instagram som kan regnes som sårbare for enkelte brukere. I tillegg oppdages det at mine informanter ønsker å fremstå som autentiske brukere, og fremheve seg selv og sitt liv som det er i virkeligheten. Likevel uttrykker de fire

informantene en del bekymringer unge voksne opplever ved bruk av Instagram. Blant annet kan mangel på sikkerhet, mangel på å kunne skjerme sitt privatliv og føle seg overeksponert, være faktorer til hvorfor informantene ikke ønsker å belyse mer av sitt liv og seg selv på Instagram. Imidlertid anvender informantene mine Instagram hovedsakelig for å sosialisere, knytte kontakt, dele bilder og opplevelser, samt for å betrakte venners og familiens innhold og liv. De spesifiserer blant annet at Instagram er den rette applikasjonen for å kunne ivareta relasjoner og holde seg oppdatert på informasjon og øyeblikk de ellers ikke hadde fått med seg dersom de ikke brukte applikasjonen.

## **7.1 Pedagogisk relevans og veien videre**

Metoden som ble brukt i studien er kvalitative, semistrukturerte intervjuer. Dette ble anvendt for å få innsikt i informantenes livsverden, og for å muliggjøre for dem å utdype om sine erfaringer og opplevelser om det undersøkte fenomenet. Siden studien omfatter et lite utvalg, vil det dermed være vanskelig å generalisere funnene til en større populasjon. Likevel håper jeg at funnene vil være relevante for andre, da de kan knyttes til teori og tidligere forskning. Dette kan resultere i at funnene fra studien kan sammenlignes og bli brukt opp mot andre relevante undersøkelser og i nyere forskning.

I tillegg, er det nødvendig å undersøke fenomenet sett fra unge voksnes perspektiv, da utredningen (NOU, 2015:8) understreker at det er viktig at barn og unge blir undervist om well-being i forbindelse med sikkerhet og livskvalitet ved mediebruk. Å få nye innsikter fra unge voksne om deres erfaringer relatert til ulike sosiale medieplattformer vil hjelpe skoler og andre institusjoner til å se fenomenet fra en bredere forstand, i tillegg til hvordan fenomenet eventuelt kan influere individets liv i senere tid. Etersom dette også er et relativt nytt fenomen å forske på, samt at sosiale medieplattformer stadig er i utvikling, er det dermed nødvendig å belyse fenomenet fra forskjellige synspunkter. Denne studien omfatter kun synspunktene til unge voksne jenter i alderen 21 – 24 år, som hovedsakelig er fra østsiden av Oslo, og som er i det tidlige stadiet av voksenlivet hvor de studerer og utforsker hva de ønsker å jobbe med. Det hadde derfor vært svært interessant og innsiktsfullt for veien videre å forske på en større populasjon, knyttet også til bruk av andre sosiale medieplattformer. Blant annet hadde det vært hensiktsmessig for fremtidig forskning å inkludere mannlige informanter, samt et representativt utvalg som består av forskjellige aldre, etnisiteter og bakgrunner.

## Litteraturliste

- Aalen, I. & Iversen, M. H. (2021). *Sosiale medier*. (2.utg.). Fagbokforlaget.
- Ahlgren, M. (2023, 5.april). *40 + Instagram – Statistikk, Fakta og Trender for 2023*. Websiterating. <https://www.websiterating.com/no/research/instagram-statistics/>
- Aslan, H. R. & Tolan, Ø. C. (2022). *Social Appearance Anxiety, Automatic Thoughts, Psychological Well-Being and Social Media Addiction in University Students*. 15(1), 47 – 62. <https://doi.org/10.5539/ies.v15n1p47>
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (1967). *The Social Construction of Reality*. Anchor Books, Doubleday.
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (2015). *Den samfunnsskapte virkelighet*. Fagbokforlaget.
- Brooks, S. (2015). Computers in Human Behavior. I M. Guitton. (Red.), *Does Personal Social Media Usage Affect Efficiency and Well-being?* (s. 26 – 37). Laval University. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.053>
- Brottveit, G. (2018) *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder – om å arbeide forskningsrelatert*. Gyldendal Akademisk.
- Bryman, A. (2016). *Social Research Methods*. (5.utg.). Oxford University Press.
- Bundez, A., Klassen, A., Purtle, J., Yom-Tov, E., Yudell, M. & Massey, P. (2020). «*If I Was to Post Something, It Would Be Too Vulnerable:*” *University Students and Mental Health Disclosures on Instagram*. 70(2), 615 – 624. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1759608>
- Bø, I. (2008). *Påvirkning og kontroll – om hvordan vi former hverandre*. Fagbokforlaget
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming*. (2.utg.). Universitetsforlaget.
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving*. (5.utg.). Gyldendal Akademisk.
- De nasjonale forskningsetiske komiteene. (2019, 10. februar). *Generelle forskningsetiske retningslinjer*. Forskningsetikk. <https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/generelle/>
- Diener, E. (1984). *Subjective Well-Being*. American Psychological Association, Inc.

- Duesund, L. (1995). *Kropp, kunnskap og selvoppfatning*. Universitetsforlaget AS.
- Eric. (i.d.). *Eric – Institute of Education Sciences*. Eric. <https://eric.ed.gov/>
- Fidan, M., Murat, D. & Fidan, B. (2021). *Adolescents Like Instagram! From Secret Dangers to an Educational Model by Its Use Motives and Features: An Analysis of Their Mind Maps*. 49(4) 501 – 531. <https://doi.org/10.1177/0047239520985176>
- Frønes, I. (2013). *Å forstå sosialisering*. (1.utg.). Gyldendal Akademisk.
- Helsedirektoratet (2015). *Well-being på norsk*. [https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/well-being-pa-norsk/Well-being%20p%C3%A5%20norsk.pdf/\\_attachment/inline/46a66c5f-e872-4e52-96b5-4ae1c95c5d23:488beb667da23e74e06e64a4e800417c2f205c90/Well-being%20p%C3%A5%20norsk.pdf](https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/well-being-pa-norsk/Well-being%20p%C3%A5%20norsk.pdf/_attachment/inline/46a66c5f-e872-4e52-96b5-4ae1c95c5d23:488beb667da23e74e06e64a4e800417c2f205c90/Well-being%20p%C3%A5%20norsk.pdf)
- Hernández-Serrano, M. J., Jones, B., Renès-Arellano, P. & Ortuno, R. A. C. (2022). *Analysis of Digital Self-Presentation Practices and Profiles of Spanish Adolescents on Instagram and TikTok*. 11(1) 49 – 63. <https://doi.org/10.7821/naer.2022.1.797>
- Hine, C. (2015). *Ethnography for the Internet – Embedded, Embodied and Everyday*. Berg Publishers.
- Instagram. (i.d.). *About Instagram*. Hentet 05. januar 2023 fra <https://about.instagram.com/>
- Instagram. (i.d.). *About Instagram*. Hentet 05. januar 2023 fra <https://help.instagram.com/424737657584573>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju*. (3.utg.). Gyldendal Akademisk.
- Kvernbekk, T. (2002). Vitenskapsteoretiske perspektiver. I T. Lund (Red.), *Innføring i forskningsmetodologi* (s.19-78). Fagbokforlaget.
- Lindgren, S. (2017). *Digital media & Society*. Sage Publications.
- Medietilsynet. (2022, 21. september). *Barn og medier 2022: Barn og unges bruk av sosiale medier*. Medietilsynet. [https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2022/Barn\\_og\\_unges\\_bruk\\_av\\_sosiale\\_medier.pdf](https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2022/Barn_og_unges_bruk_av_sosiale_medier.pdf)



Miller, D., Costa, E., Haynes, N., McDonald, T., Nicolescu, R., Sinanan, J., Spyer, J., Venkatraman, S. & Wang, X. (2016). *How The World Changed Social Media*. UCL Press.

Mogstad, K. L. (2017). *Kroppsklemma: Hvordan være trygge og gode voksne for barn og unge i et kroppsfiksert samfunn*. Cappelen Damm.

NOU 2015:8. (2015). *Fremtidens skole – Fornyelse av fag og kompetanser*.

Kunnskapsdepartementet.

<https://www.regjeringen.no/contentassets/da148fec8c4a4ab88daa8b677a700292/no/pdfs/nou201520150008000dddpdfs.pdf>

Rettberg, J. W. (2014). *Seeing ourselves through technology – How We Use Selfies, Blogs, and Wearable Devices to See and Shape Ourselves*. Palgrave Macmillan.

Shapiro, L. A. S., & Margolin, G. (2014). *Growing up wired: Social networking sites and adolescent psychosocial development*. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 17(1), 1–18. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0135-1>

Silverman, D. (2006). *Interpreting Qualitative Data: Methods for Analyzing Talk, Text and Interaction*. (3.utg.). Sage Publications.

Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitative metoder*. (5.utg.). Fagbokforlaget.

Tjora, A. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis*. (3.utg.). Gyldendal Akademisk.

Utdanning. (i.d.). *Influencer*. Hentet 15. februar 2023 fra

<https://utdanning.no/yrker/beskrivelse/influencer>

Vygotsky, L. S. (1980). *Mind in Society. Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.

# Vedlegg 1 – Informasjonsskriv og samtykkeskjema

Vil du delta i forskningsprosjektet

## **En kvalitativ studie av unge voksnes well-being belyst gjennom deres bruk, selvfrestilling og sosiale liv på Instagram**

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et Intervju, hvor formålet er å undersøke unge voksnes bruk av sosiale medier. I dette skrevet får du informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

### **Formål**

Formålet med studien er å undersøke hvordan unge voksne har det på sosiale medier, og tar utgangspunkt i den sosiale medieplattformen Instagram. Jeg ønsker å undersøke hva slags mening denne plattform kan ha i unge voksnes hverdag. Problemstillingen er:

*Hvordan bruker unge voksne Instagram og hvordan kan det knyttes til deres well-being?*

Følgende forskningsspørsmål vil bli undersøkt:

- *På hvilke måter er Instagram en del av unges sosiale liv?*
- *Hvordan fremstiller unge voksne seg selv på Instagram?*

Intervjuet skal bli brukt som utgangspunkt for min masteroppgave i Pedagogikk – design, kommunikasjon og læring på Universitetet i Oslo.

### **Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?**

Studenten Mirna Sarrage fra Universitetet i Oslo – Institutt for Pedagogikk, det Utdanningsvitenskapelige fakultet er ansvarlig for prosjektet.

### **Hvorfor får du spørsmål om å delta?**

Jeg ønsker 4 informanter innenfor aldersgruppen 18-24 år. Informantene skal gjerne være to gutter og to jenter, slik at svar kan sammenlignes i masteroppgaven.

### **Hva innebærer det for deg å delta?**

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at du må delta på et intervju. Det vil ta deg ca. 45 minutter. Intervjuet inneholder spørsmål om din bruk av Instagram og hva du gjør på

plattformen. Intervjuet kommer til å være anonymt og i masteroppgaven vil du bli referert etter et oppdiktet navn. Jeg vil ta opp lyd av intervjuet.

### **Det er frivillig å delta**

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

### **Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger**

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Jeg kommer til å ha tilgang til intervjuet og min veileder, professor på Universitetet i Oslo – Ingvill Rasmussen. Lyddopptaket vil bli lagret i nettskjema, som er en forskningsserver og tjeneste for UiO studenter. Samtykkeskjemaet vil også bli lagret i forskningsserveren.

### **Hva skjer med personopplysningene dine når forskningsprosjektet avsluttes?**

Prosjektet vil etter planen avsluttes 2.mai 2023. Etter prosjektslutt vil lyddopptaket ditt fra forskningsserveren bli slettet.

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Det Utdanningsvitenskapelige fakultet har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

### **Dine rettigheter**

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å vite mer om eller benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

Ingvill Rasmussen ved Det Utdanningsvitenskapelige fakultet på

[ingvill.rasmussen@iped.uio.no](mailto:ingvill.rasmussen@iped.uio.no)

Vårt personvernombud: [personvernombud@uio.no](mailto:personvernombud@uio.no)

Hvis du har spørsmål knyttet til Personverntjenester sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- Personverntjenester på epost ([personverntjenester@sikt.no](mailto:personverntjenester@sikt.no))
- Telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen,

Ingvill Rasmussen  
(Veileder)

Mirna Sarrage  
(Student)

---

## **Samtykkeerklæring**

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet.

---

## Vedlegg 2 – Intervjuguide

- Hils og presenter deg selv.
- Gi informanten muligheten til å introdusere seg selv.
- Fortell om formålet med studien.

### Introduksjon – Generell prat

1. Når lastet du ned Instagram?
2. Hvor mange timer bruker du på Instagram?
3. Vet du om du har en lukket eller offentlig profil? (hvorfor/hvorfor ikke?)
4. Hvordan vil du beskrive din bruk av Instagram?
  - a. Er du en aktiv bruker på Instagram?

### Bruken av Instagram

1. Hvordan ser dagen din ut på Instagram når du er inne på den, hva pleier du å gjøre?  
(deler, observerer, poster, legger ut story)
2. Kan du fortelle meg mer om innholdet i din Instagram feed?
3. Hva består dine «stories» av, hva legger du ut?
4. Kan du fortelle om hvordan du vurderer bildet eller story før du deler det? Har du et eksempel?

### Ditt syn på Instagram

1. Hvordan tror du Instagram blir brukt av ungdom og unge voksne idag?
2. Hva betyr Instagram for deg?
3. Opplever du at Instagram er nyttig eller viktig i hverdagen din?
  - a. Hvordan er Instagram viktig – kan du gi et eksempel?
4. Kan du beskrive deg selv og din Instagram profil/bruk?
5. \*Viser til et bilde informanten har lagt ut\* Kan du beskrive for meg hva som er hensikten bak bildet, hva fikk det deg til å føle når du la dette ut?
6. hvordan vil du at andre Instagrambrukere skal oppfatte deg når de ser på profilen din?

7. Hva er dine tanker om å bruke filter og andre redigeringsverktøy i bilder og stories?
  - a. Bruker du selv filter?

### **Sosialt samspill**

1. Kan du nevne noen profiler på Instagram som du ser opp til/inspirerer deg?
  - a. Hva gjør den personen/profilen spesiell?
2. Hvordan vil du beskrive ditt sosiale liv er på Instagram? Kan du gi eksempler?
  - a. Opplever du støtte av dine følgere på Instagram?
  - b. Bruker du Instagram til å sosialisere, holde deg oppdatert på venner/familie?
3. Hva er dine tanker om «Instagram-livsstilen»?

(Influencere/andre som poster et «perfekt» liv på Instagram)

4. Hva er dine tanker rundt det å ha følgere og få likes?
  - a. Hva betyr tilbakemeldinger for deg?

### **Til slutt:**

Er det noe du har lyst til å fortelle meg om Instagram som jeg ikke har spurt om, eller noe du synes jeg burde vite?

# Vedlegg 3 – Godkjenning fra Sikt

## Vurdering av behandling av personopplysninger

 Skriv ut

 30.11.2022 ▾

**Referansenummer**

267036

**Vurderingstype**

Automatisk 

**Dato**

30.11.2022

**Prosjekttittel**

En kvalitativ studie av unges selvilde og sosiale liv på Instagram

**Behandlingsansvarlig institusjon**

Universitetet i Oslo / Det utdanningsvitenskapelige fakultet / Institutt for pedagogikk

**Prosjektansvarlig**

Ingvill Rasmussen

**Student**

Mirna Sarrage

**Prosjektperiode**

01.11.2022 - 10.05.2023

**Kategorier personopplysninger**

Alminnelige

**Lovlig grunnlag**

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 15.05.2023.