

Medieanvändning och självskattad psykisk hälsa, implikationer för distansundervisning

2020-05-04 JONAS LINDEROTH



JONAS LINDEROTH

YVONNE ANDERSSON

Jonas Linderoth, professor i pedagogik, har samtalat med Yvonne Andersson vid Statens medieråds avdelning för forskning och omvärldsanalys.

I samband med den pågående Coronapandemin finns det tecken på att medieanvändningen ökar¹. Några tydliga mönster i vem som står för denna ökning eller vad som är arbete och vad som är fritidsrelaterad användning vet vi inte i dagsläget. Sannolikt är det så att en delmängd av de som ökat sin medieanvändning på fritiden är gymnasieungdomar. För denna grupp kan även omställningen till distansundervisning förväntas bidra till ytterligare ökad medieanvändning. Barn och ungdomars medieanvändning på fritiden är

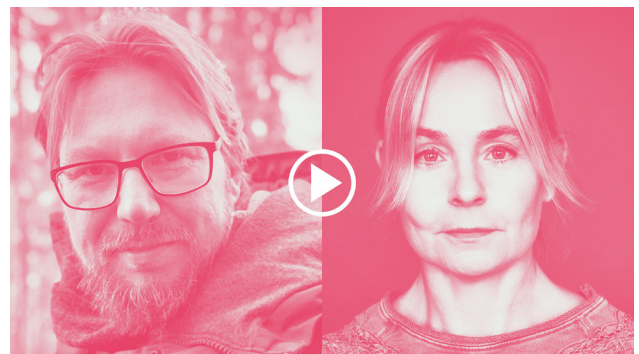
¹ https://forbusiness.snapchat.com/blog/how-snapchatters-are-adapting-to-the-covid-19-health-crisis?fbclid=IwAR1sYohiCu_tHc00BgdD1UCccFBm4ta-yH-9T0TJgagvKEYcWec-iPg3TEXA

<https://about.fb.com/news/2020/03/keeping-our-apps-stable-during-covid-19/>

https://www.dagensinfrastruktur.se/2020/04/09/tydlig-corona-effekt-pa-internettrafiken-region-for-region-dessa-okar-mest/?fbclid=IwAR3m-ihFij-4PGIQGsQud8CA1Hdgc__TMw2874Cv3joSpfd8F-MzwoUhB7D_0

i första hand en fråga för vårdnadshavare. Men i den krisomställda gymnasieskolan är ökad medieanvändning också en förutsättning för att ta del av undervisningen. Det finns därför viss anledning för skolor att förhålla sig till frågan om hur medieanvändning påverkar ungdomars hälsa.

Med anledning av detta har vi samtalat med Yvonne Andersson, forskare i medie- och kommunikationsvetenskap som arbetar vid Statens medieråd. Yvonne arbetar för närvarande med att färdigställa en rapport som bygger på samma material som Statens medieråds återkommande undersökning Ungar och medier och som specifik handlar om medieanvändning och psykisk hälsa. Du kan se Yvones och Jonas samtal här:



Även om analyserna i stort sett är klara så bör det nämnas att det handlar om opublicerade resultat och att ungdomars hälsa har fångats genom självskattning. Givet detta berättar Yvonne att omfattningen av medieanvändning inte hör till de faktorer som har starkast korrelation till ungdomarnas självskattade psykiska ohälsa. Här återfinns framförallt faktorer som kön, där undersökningen visar att flickor mår sämre

än pojkar. Bland flickor korrelerar även låg familjeinkomst med psykisk ohälsa liksom att ha en psykisk funktionsnedsättning.

Bland det som korrelerar starkt i relation till självskattad psykisk ohälsa finns dock en faktor som är medierelaterad nämligen utsatthet på nätet. Att vara utsatt för mobbning, elakheter, hat och hot över nätet är en starkt korrelerande faktor med psykisk ohälsa. En reflektion som följde efter samtalet var att det kan vara bra för lärare att känna till den här problematiken nu i omställningen till distansundervisning. Gruppuppgifter som involverar interaktion mellan elever över nätet bör designas och implementeras med försiktighet så att de inte förstärker eller rent av skapar situationer där enskilda elever kan känna sig utsatta. Uppgiftsdesign som bygger på kamratbedömning kan sannolikt vara extra känslig för denna problematik.

Yvonne pekar också på att det finns ett svagare men konsekvent samband mellan att använda omfattande tid på internet, sociala medier, spel etc. och att må sämre. Det tyder enligt Yvonne på att en del barn och ungdomar som mår dåligt kan bli sittande med medier för att fly sina problem eller slippa ta tag i andra saker som upplevs som tunga eller svåra. En problematik som kan tänkas bli ännu svårare under den pågående pandemin. Det finns

alltså anledning till att vara extra uppmärksam på elever som annars har det svårt. Däremot finns det inget i undersökningen som indikerar att distansundervisning med digitala medier i sig skulle innebära problem.

Saker som kan vara viktiga att tänka på som lärare:

- Använd gruppuppgifter online varsamt så att dessa inte riskerar att bidra till ökad utsatthet online
- Tänk på att uppgifter med kamratbedömning förutsätter trygga elevgrupper
- Var uppmärksam på elever som även innan pandemin hade problem med utsatthet i gruppen

Biografi

Yvonne Andersson disputerade 2009 vid institutet för mediastudier, Stockholms universitet. Hon arbetade vidare där som lärare och forskare fram till hösten 2016 då hon gick till Statens medieråds avdelning för forskning och omvärldsanalys. Där har hon bland annat arbetat med rapportserien Ungar & medier samt genomfört en undersökning om ungas nyhetsvanor och förtroende för olika nyhetsförmedlare: Nyhetens behag – svenska barns och ungdomars nyhetsanvändning.