



Up4Diversity

Bemyndigelse af unge og
ungdomsarbejdere til at blive
aktive medspillere i
forebyggelsen af vold mod
LGBTIQ+-personer i den
digitale æra





Dette *uddannelsesdokument* blev finansieret af Den Europæiske Unions program for rettigheder, ligestilling og medborgerskab (2014-2020)

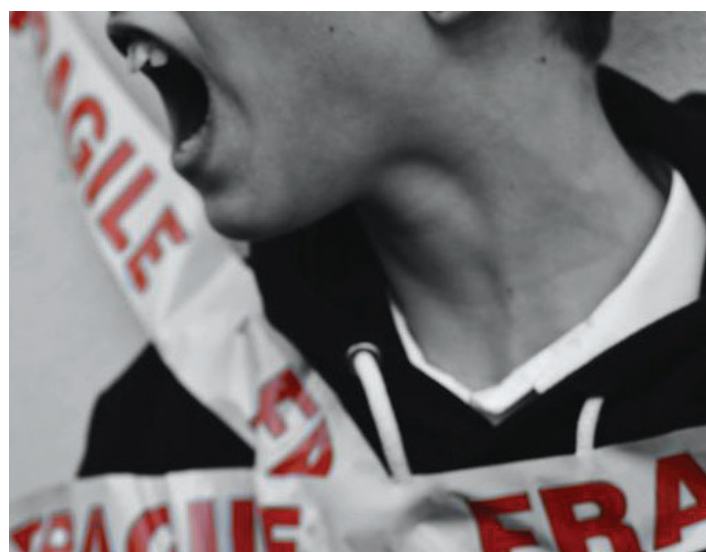
REC-RDIS-DISC-AG-2019

aftale nr. 881918 – UP4Diversity.

Modul 2: Mobning og vold mod LGBTIQ+ unge i den digitale æra

For at forstå de særlige forhold ved digital eller digitaliseret mobning skal man først forstå den 'klassiske' eller analoge mobningsramme og konceptualisering, og brobygningen til de adskilte digitale arenaer. Ydermere er det vigtigt at forstå, hvordan især yngre generationer har transformeret de interpersonelle aspekter af mobning til flere virtuelle omgivelser.

Mobning, forstået som en fortsat interpersonel og forsætlig aggression er siden 1970'erne blevet defineret som den ondsindede interaktion mellem to eller flere individer, hvor den ene side specifikt og kontinuerligt retter sig mod den anden. Der er en reel eller opfattet magtubalance blandt de involverede individer, hvor



ofret/ofrene vil være i en sårbar position og føle sig ude af stand til at forsvare sig selv¹. Nyere forskning^{2,3} har siden reformeret denne fortælling til at vedrøre et gruppe- og miljøorienteret fokus, hvilket igen giver mulighed for en meget lettere forståelse af mobning i et digitalt miljø.

Ved at forstå mobning som et socialt fænomen snarere end et mellemmenneskeligt problem:

1. et fokus på opstanders engagement for at afbøde eller løse ondsindede sociale dynamikker er tilladt, og
2. løsninger kan tænkes i sammenhæng med at "helbrede" eller reformere samfund, snarere end at målrette gerningsmændene.

Disse faktorer fremmer en sund og kollektiv strategi mod mobning og afbøder nogle af farerne ved at tilskynde opstandere til blot at rejse sig og sætte sig selv midt i konflikter.

Det er vigtigt at forstå, at de mest målrettede træk og egenskaber ved mobning er 'andethed'. Enhver distinkt karakteristisk, der adskiller ofrene fra gerningsmændene (i en klassisk forståelse af mobning) eller enhver forskel mellem de to med hensyn til sociale normer (i den nyere forståelse

af begrebet). **I den digitale æra kan dette enten være identificerbare træk fra den få information, der er tilgængelig på sociale medieplatforme (hud- og hårfarve, tøj, politisk eller seksuel orientering, kønsidentitet, kønsudtryk osv.)** eller hvad man ved om offeret fra andre miljøer (ofte seksuel orientering, socioøkonomisk status, popularitet blandt jævnaldrende eller andre sammenlignelige faktorer), der bruges ondsindet online.

I en undersøgelse blandt næsten 140.000 LGBTQI+-personer i Europa angiver mellem 7 og 15 % at have oplevet onlinechikane⁴, hvor den yngste aldersgruppe (15-17 år) oplever mere onlinechikane (15 %) end de ældre aldersgrupper (12). %, henholdsvis 18-24 år, 9 % (25-54 år) og 7 % (55+ år). For de yngste respondenter (i alderen 15-17 år) involverede 51 % af chikanetilfældene gerningsmænd, de på en eller anden måde var tilknyttet – dvs. gennem skole, college eller universitet. Inden for denne aldersgruppe angiver 38 % endvidere, at gerningsmanden var en teenager eller en gruppe teenagere. Dette understreger den vigtige rolle, lærere og pædagoger spiller i forebyggelsen af chikane og mobning mod LGBTQI+ unge. Las personas adultas, ya sean profesionales o familiares, suelen considerar que el acoso "digi-

tal" y otros tipos de comportamiento digital malicioso son menos graves que sus homólogos "reales". Muchas personas adultas creen que los aspectos digitales de la vida de la infancia y adolescencia pueden ser simplemente apaga-



dos. Voksne, hvad enten det er fagfolk eller forældre, ser ofte "cyber"mobning og andre former for ondsindet digital adfærd som mindre alvorlige end deres "rigtige" modpartner. Mange voksne mener, at de digitale aspekter af børns og unges liv simpelthen kan slukkes. Dette er dog sjældent eller aldrig tilfældet. For de fleste børn og unge bliver det meget vigtigt at deltage i visse sociale medieplatforme, hvis de ønsker at være en del af fællesskaber og kredse med deres jævnaldrende, og hvis de ønsker at forblive i tætte sociale relationer med dem. Selv fællesskaber baseret i lokale miljøer har en digital komponent (f.eks. en lokal fodboldklub, skoledækkende A/V-klasse eller bare en klassebaseret Snapchat-gruppe), der skaber en forventning om, at ungdommen altid er til stede og dermed altid online og altid tilgængelig. Der er et tydeligt **socialt pres** for at være tilgængelig og aktiv på medier som Instagram, Snapchat, TikTok, i mindre grad Facebook og, især for drengene, spilletjenester. Et sådant socialt pres fremtvinger også en **digital tilslutning til, at børn og unge brugere ikke kan afholde sig fra at deltage i potentielt mobbemiljøer**, uden også at afholde sig fra en social forbindelse til deres jævnaldrende.



Som et eksempel på dette bruger mange unge Instagram til at forbinde med deres venner og jævnaldrende, dele billeder af deres liv og kommentere hinandens opslag. Instagram kan dog også være et sted for både offentlig og privat ydmygelse og chikane. For eksempel, hvis en person poster et billede af en vennegruppe, hvor alle er tagget, undtagen dig, kan dette være et klart signal, der siger: "du er måske på dette billede, men du er ikke en del af gruppen." Ydermere kan der oprettes hadsider målrettet enkeltpersoner. Dette ses især hos **LGBTIQ-personer, som også ofte er mål for hadefulde, diskriminerende, nedsættende og/eller nedgørende indlæg** og kommentarer på sociale medier.

Direkte beskeder (DM'er) kan også være kilden til positivt såvel som negativt indhold. For eksempel kan DM'er være den direkte kontakt til og primære måde at opretholde sociale relationer på, eller de kan være kilden til mobning, chikane eller "spøgelse" (ikke at besvare offerets beskeder). På denne måde har de fleste sociale medier lige så mange positive som negative sider, afhængigt af din sociale status i din jævnaldrende gruppe og i samfundet som helhed.

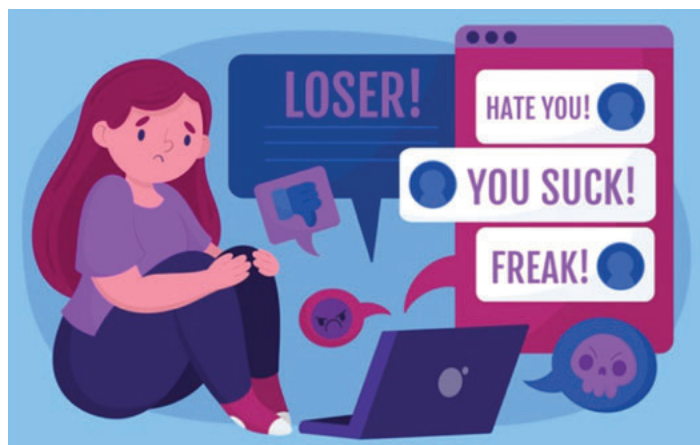


Digital mobning som den nye norm

At omformulere mobning som et socialt fænomen modvirker en af de primære svagheder ved den klassiske tilgang - at aggressionen stopper, når offeret fjerner sig selv fra de konfrontationsbelastede rammer (f.eks.

klasseværelset, ungdomsklub, sportsbegivenhed osv.). Unge forventes at deltage i digitale rammer konstant, og kan derfor simpelthen ikke "bare" fjerne sig fra en kritisk kontekst. Selv når de ikke aktivt bruger sociale medier eller spilapps, er unge mennesker indirekte tilgængelige via beskedtjenester, der er indbygget i de fleste apps, f.eks. via direkte beskeder (de fleste apps), "vægge" (som på Facebook), offentlig udflugt (tags som på Twitter) eller i offentlige opslag, der indeholder offerets navn (som på Jodel* og mere). Desuden kan **digital mobning ske uden ofrets viden, idet det kan bestå i rygtespredning eller deling af billeder uden offerets samtykke.**

Professionelle, der arbejder i digital ungdomspleje, er blevet henvendt til børn og unge, der har udtrykt en tilbøjelighed til at henvende sig til digitale miljøer for at mobbe eller engagere sig i forskellige former for sammenlignelig adfærd. De udtrykker det som værende nemt og relativt konsekvensfrit for gerningsmanden, samtidig med at det har potentiale for en vidtrækkende og hurtig trækraft.



*Jodel er et offentligt, anonymt opslagstavle, der viser brugerne, hvad der sker i deres geografiske område i realtid

Digital mobning kan omfatte

1. chikane (fornærmelser eller trusler)
2. Spredning af rygter
3. Efterligning
4. Udflugter og tricks (at vinde en persons tillid og derefter bruge onlinemedier til at distribuere deres hemmeligheder) og/eller
5. udelukkelse (udelukke en person fra aktiviteter, såsom spil).

Digital mobning kan også forstås som en vis form for socialt opportunistisk ondskab. Da sociale medieplatforme er bygget op omkring at promovere sig selv gennem kommentarer, billeder, videoer eller enhver anden form for selveksponering, behøver bøller eller trolde** sjældent at ty til at handle ud over for deres ofre og er digitalt bemyndiget til blot at gentage - handle imod dem. For eksempel kan en transperson, der laver vlogs på YouTube om at være trans, komme ud, skifte osv. have et (stort) fællesskab af mennesker, der støtter og forstår dem, men det gør dem stadig ikke immune over for trolde, som måske løbende post nedsættende eller nedsættende indhold. Det kan gøre det ekstra hårdt for transpersonen, som allerede er i en sårbar og meget udsat position.

Digitale forhold, der fremmer sårbare situationer, der kan fremme vold

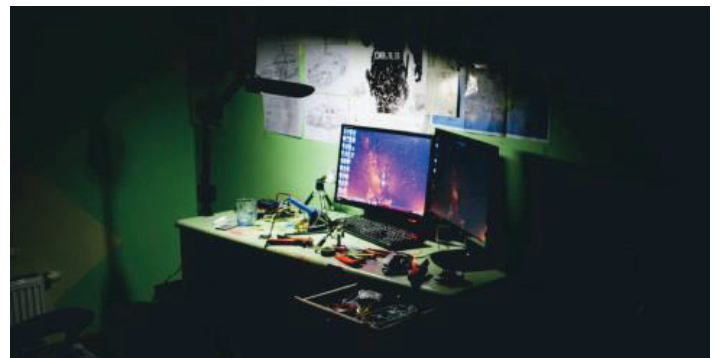
Distancering

Den digitale afstand kan få brugerne til at overdrive deres følelser for at sikre, at de bliver forstået. Når de laver uformel kommunikation via et digitalt medie, **risikerer de**

**For en definition af begrebet "trolde" og "trolling" se afsnittet "Anonymitet"

fleste forfattere en tendens til at overdrive de udtrykte følelser og sætninger⁶, hvilket udgør en risiko for, at vittigheder, memer eller følelser misforstås som antagonistisk adfærd. Dette til gengæld potentielt risici fra de første ofre, hvilket udløser digitale fejder baseret på misforståelser.

En ung person udtrykte digital kommunikation og dens tilbøjelighed til misforståelser som 'at prøve at tale med nogen en hel kilometer væk'. Det betyder, at du forenkler de pointer, du gør, skruer op for lydstyrken (digitalt udtrykt med udråbstegn og mere direkte frasering), og du gentager dit punkt, indtil du er sikker på, at det er forstået, da lytterne signalerer i fysiske rum (nikker, mundtlig bekræftelse osv.) er ikke mulige online.



Ydermere kan digital afstand forstås som maskeringen af ens følelsesmæssige reaktioner vedrørende samtaler og andres handlinger. Når mennesker engagerer sig i fysiske rum, opfatter mennesker hinanden i følelsesmæssige rammer, hvor ansigtsmikroudtryk, kropssprog, tone, timing og mere bruges til at afkode følelsesmæssige niveauer og reaktioner hos sociale deltagere.

Anonymitet

Når de engagerer sig i online-fællesskaber, leger de fleste unge og unge med forskellige former for anonymitet⁷. Nogle fora og digitale strukturer håndhæver dette aktivt

(Jodel, 4Chan, Reddit osv.), mens nogle tillader det (Instagram osv.), og andre forsøger kun at håndhæve navngivne og identificerbare digitale deltagere, men med ineffektive strukturer til at gøre det, og derved tillader falske (og dermed anonyme) profiler (Facebook). **Derfor er en betingelse for digitale sociale engagementer, at brugerne ofte har mulighed for anonymitet, og at nogle har valgt at bruge det.**



Den anonymitet, der frembringes gennem online sociale rum, kan udøve et øget niveau af tapperhed hos deltagerne⁸, hvilket giver dem mulighed for at teste grænserne for tilladt tale og accepterende tale, samt at anvende anonymitet som et værktøj til målrettet mobbeadfærd. Denne effekt omtales ofte som den online *disinhiberende effekt*⁹, som, når den kombineres med unges udforskning af sociale normer og grænser, kan skabe et giftigt eller usundt fællesskab. I denne forbindelse har især digitale brugere uden relation til den sociale medieplatform været kendt for at engagere sig i 'trolling'. **Trolling er en mobningsagtig adfærd, der fokuserer på at skabe det største tumult, med den mindste indsats.** Dette kan ofte ses, når anonyme profiler engagerer sig i politiske diskussioner, men kan også bruges som en mobbestrategi, når de er rettet mod mennesker.

Da mange platforme er bygget op omkring sociale valutaer i form af likes og dislikes (Facebook), loves (Instagram) osv., og næsten altid understøttes af en kommentar-sektion, er disse systemer både bygget til at lade brugerne engagere sig i indhold, men desuden for algoritmer til at navigere i, hvilket indhold der skal promoveres og fremhæves. Dette risikerer effekten, at trolling (mobning) indhold promoveres, efterhånden som flere brugere engagerer sig i det på grund af dets aggressive og provokerende indhold, hvilket enten vil resultere i likes (for dem, der morer sig over trollingen) eller dislikes (for dem, der forsøger at bekæmpe troll) - som begge er målbart engagement og dermed fremmes af algoritmerne.

Den online disinhibition effekt kan også fremmes af et **lavere niveau af social empati på digitale medier**¹⁰, hvilket får brugerne til at opleve en større følelsesmæssig kløft mellem hinanden, da følelsesmæssige reaktioner på adfærd (også mobning) maskeres af den digitale distance. Derfor ved brugerne ikke nødvendigvis, hvornår de har overskredet de følelsesmæssige tærskler for dem, der er mål for en joke, eller offer for mobning, hvilket unddrager sig muligheden for enten misforstået eller utilsigtet mobning i digitale rum.

Det er derfor **afgørende, at pædagogiske fagfolk plejer rum for dialog, der oplyser unge om de mange aspekter af de digitale miljøer**, om hvad der er tilladt, om hvad der ikke kan tolereres, om hvilke forholdsregler man skal tage, og om hvilke faldgruber man skal være opmærksom på.



Hvad bliver der gjort i øjeblikket

Flere forskellige strategier rettet mod had og chikane på nettet er allerede i brug. Mange af dem kommer dog til kort med hensyn til at skabe permanent forandring.

- **Moderering:** De fleste platforme bliver modereret, men de fleste gerningsmænd omgås dette ved enten at være hurtigere end moderatorerne eller ved at oprette nye profiler, når deres gamle lukkes ned eller forbudt.
- **Deplatforming:** altså processen med at lukke hele platforme med den hensigt at eliminere skadeligt eller diskriminerende indhold, er en anden strategi, som mange henvender sig til. Deplatforming fungerer dog kun som en måde at "behandle symptomer på", og ikke hovedårsagen, da mange gerningsmænd bare vil tage deres følgere og gå andre steder hen. I denne forstand kan had og hadefuldt indhold falde inden for en bestemt platform, men vil normalt blive udtrykt på en anden.
- **Uddannelse:** Initiativer som SELMA – Hacking Hate, Stop Hatpratt, Mobbestop og nationale og internationale kampagner mod mobning retter sig alle mod det miljø, hvor mobning, hadefulde ytringer og diskrimination finder sted, og fokuserer på, hvordan hver enkelt person bidrager til det nuværende onlineklima med deres adfærd – uanset om de er aktive, passive, oprejste, forbigående, gerningsmænd, ofre eller andet. Initiativer og kampagner som disse fokuserer på mobning som et socialt fænomen og understreger vigtigheden af hver enkelt persons rolle – og den forskel, hver person kan gøre.

I de fleste tilfælde kræver det kun én person at have modet til at tage det første skridt for andre at følge. At være

den første til at sige nej er sårbart, ubehageligt og svært, da du sætter dig selv i skudlinjen. Men det betaler sig ofte ved, at det baner vejen for andre mennesker, hvilket gør det nemmere for dem også at rejse sig.

Sådan står du op - digitalt

Når man deltager i onlinediskussioner eller digitale sociale miljøer, gør man det meget sjældent i en 1-til-1 sammenhæng. **Kommentarer, engagementer eller indlæg ses af snesevis eller endda hundredvis af tilskuere; dette gør den sociale forstærkning af enhver mobning eksponentielt større, men øger også potentialet for tilskuere til at engagere sig og blive deltagere i en opstander-rolle.** Dette potentiale afbødes i stigende grad af relationen mellem offeret og den digitale arena, da dette oftest også vil bestemme den potentielle relation mellem tilskuere og ofre. Hvis mobningen foregår via ofrets væg eller på deres profil, er tilskuere her mere tilbøjelige til at tage offerets parti i skænderiet. Men jo større platform, som mobningen foregår på, jo større vil den potentielle forstærkning af effekterne være.

Alle disse effekter og relationer formulerer adskillige strategier for potentielle opstandere at engagere sig. Disse strategier kan enten anvendes af opstanders selv eller kan håndhæves af dem, der søger at styrke eller inspirere sådanne reaktioner.

'Som' opstanderen

Da digital mobning ofte vil finde sted på platforme med et stort opsøgende potentiale, kan opstandere læres at bruge denne mekanisme til at hjælpe med at stoppe mobning. Det er nemmere blot at 'like' noget på nettet end at kommentere på det, så de fleste iagttagere af digital mobning vil simpelthen lade være med at like mobbekommentarerne, hvis de er uenige med dem – det er for

stort og krævende en opgave at modargumentere dem. Det betyder, at det meste af digital mobning vil være uophørligt og kun kunne lide af de (forhåbentlig) få, der er enige i det, og ignoreret af dem, der er uenige i det. Derfor bliver det vigtigt at understrege det faktum, at **den første opstander - den første observatør, der tager sig tid til at argumentere imod mobbekommentaren(erne), vil give alle de andre observatører noget, de nemt kan 'like'.**

Man kan argumentere for, at en 'dislike' knap ville være en let tilgængelig måde at vise social misbilligelse. Ikke lide-knappen kommer dog med visse ulemper, og kan nemt misbruges. For eksempel kan den bruges til at dislike hver enkelt opslag eller kommentar fra en enkelt person, og dermed gøre digital mobning endnu nemmere for gerningsmændene. For tilskuere kan det desuden være svært at afgøre, om nogen ikke kan lide et opslag på grund af indholdet af det nævnte opslag, eller ikke kan lide det på grund af den person, der har lagt det op.

Negative oplevelser vejer meget tungere på samvittigheden end positive. Det samme gælder for likes og dislikes, positive kommentarer og negative kommentarer. Derfor annullerer én positiv kommentar ikke én negativ kommentar. For at offeret skal føle sig tryk og støttet, kræver det meget positivt engagement fra jævnaldrende for at overdøve de (forhåbentlig få) negative stemmer. **Det er afgørende for ofrets velbefindende og for deres evne til at overvinde mobbeadfærden, at de ikke føler sig alene i kampen mod overtrædelserne.**

Øget synlighed

De fleste unge LGBTIQ+ mennesker har en indgroet følelse af usikkerhed eller skam omkring deres identitet. Når denne seksuelle identitet er målrettet i mobning, selv i den mindste sag, øges risikoen for, at de tager den, simpelthen

fordi emnet allerede er så sårbart. Det betyder, at bøller kan "camouflere" deres angreb i private beskeder, langt nede i kommentarer på billeder eller gennem andre digitale uklarheder. En strategi opstandere kan anvende, er at bringe disse pseudo hemmelige mobning angreb frem i lyset. Dette kan gøres enten ved at dele dem via deres profiler eller direkte på offerets/ofrenes profil (for øget støtte). Det skal dog bemærkes, at for at beskytte ofrene mod yderligere negativ eksponering, bør deres identitet skjules fra det genudsatte indlæg. I stedet skal dette indlæg fokusere på mobningens forkerthed, ikke hvad mobberen troede var galt med det oprindelige offer.

Med udgangspunkt i det førstnævnte punkt giver denne strategi iagttagere mulighed for blot at kunne lide den opsigtsvækkende indsats, uden at de skal gøre dem selv. Dette vil bevise for både mobberne og offeret, at de er stærkt støttet.

For at mindske den digitale afstand, onlinenum har råd til deres brugere, **kan opstandere opfordres til at engagere sig med både offeret eller mobberen uden for det digitale rum.** Dette kan føles som et større engagement i begge henseender, men kan også have en meget større





Liking upstanding comments shows support for both the victim, the upstander, and the upstanding approach



Increasing visibility lessens vulnerability and shows public disapproval of bullying

Kulturskifte

Uanset hvilken strategi der anvendes, skal det bemærkes, at de alle bør være målrettet den sociale kultur i de digitale rum frem for gerningsmændene. Den moderne forståelse af mobning trækker mindre fokus på dem, der begår det, og mere på det miljø, hvor det foregår. Hvis **LGBTIQ+ unge er målrettet i visse online rum, skal det være en prioritet at fokusere på disse fællesskaber frem for individerne deri.** Dette kan gøres ved enten at indsætte voksensupervision eller mentorordning i fællesskabet; direkte ved at have en voksen synligt deltagende i den digitale platform, eller indirekte ved blot at italesætte en nysgerrighed og åbenhed over for platformen. Da unge ofte søger til mentorer og relevante voksne for moralsk og etisk vejledning, vil denne strategi give kammerater mulighed for at føle sig modige nok til at stå op for ofrene på platformene.

Hvis den ondsindede kultur kommer til udtryk i lokale digitale fællesskaber (klassechats, private servere osv.), kan det stiltiende samtykke til mobning bekæmpes ved blot at opremse regler for socialt acceptabel adfærd. Det gør det sådan, at upstanderne (regelmagerne) ikke skal stå ansigt til ansigt med mobberne, men derimod fællesskabets mobbeegenskaber, som kan føles mindre truende.

Digitale rum giver brugere - ikke kun bøller og ofre - mulighed for at interagere. Dette giver mulighed for en opstander at engagere andre potentielle opstandere privat (via direkte beskeder), før han forpligter sig til den faktiske opstandende adfærd. Ved at koordinere en oprejst handling med andre, kan det både være nemmere at udføre den, da man ikke gør det alene, og det kan potentielt have en større effekt på henholdsvis mobber og ofre.



De digitale aspekter af det moderne sociale liv giver unge mennesker mulighed for at opbygge og bevare en hidtil uset social rækkevidde.

Dette indebærer en risiko for digitalt distanceret mobning, online anonymitet og følelsen af at være alene i en flok af observatører.

Hvis de bruges rigtigt, kan alle disse faktorer dog vendes og blive kraften bag opstående adfærd.

Aktiviteter

At være professionel, der arbejder med unge, kræver evnen til at tackle en lang række svære spørgsmål og situationer. Professionelle, det være sig lærere, pædagoger eller andre, har et ansvar i forhold til dannelse og trivsel hos de unge, de arbejder med. Følgende skal ses som en guide til håndtering af mobning og chikane i sociale sammenhænge (det være sig digitale eller analoge) blandt unge. Spørgsmålslisten er derfor ikke endelig, da den kan og bør tilpasses situationen og sammensætningen af unge i den aktuelle gruppe. Spørgsmålene er beregnet til inspiration og kan bruges som både spørgsmål til gruppe- eller klassesamtaler samt til individuelt arbejde eller arbejde i mindre grupper blandt eleverne.

- Hvordan afgør du, om noget, du ser online, er mobning?
 - Lav en liste over markører, du ville kigge efter.
- Hvordan ville du reagere, hvis online mobning skete med en, du kender?
 - Hvilke typer reaktioner er der?
- Hvordan bliver de forskellige typer opfattet af offeret, af tilskuere, af medlemmer af LGBTQ+-fællesskabet, af dine nære, personlige venner osv.?
- Hvad hvis mobningen skete med en, du ikke kender?
 - Ville din reaktion være anderledes?
- Påvirker forholdet mellem dig og offeret din reaktion?
 - Hvis ja, hvordan? Og hvorfor?

Det er vigtigt at give eleverne sproget til at tale om diskrimination og mobning på nettet. For kun ved at kunne tale om det, vil du helt forstå det. Og kun ved fuldt ud at forstå det, vil du være i stand til at forhindre det. Opfølgende spørgsmål og aktiviteter kunne derfor være:

- Hvordan kan du være med til at skabe et trygt, støttende og positivt miljø online?
 - Lav en liste over "regler for engagement" for dig og din klasse
- Hvis du skulle føre kampagne for LGBT+-rettigheder, hvordan ville du så gribe det an?
 - Ville du have sociale, politiske, demokratiske, juridiske eller andre perspektiver?
- Hvilke virtuelle værktøjer ville du trække på?
- Hvordan ville du få dit budskab ud?
- Hvilken samfundsgruppe ville du henvende dig til for at få den højeste effekt?
 - Ville du opdele mennesker efter køn, kønsidentitet, seksualitet, race, social klasse, alder osv.?

Referencer

1. FN, 2018: <https://violenceagainstchildren.un.org/content/bullying-and-cyberbullying-0>
2. eXbus (2007-2019). Udforsk mobning i skolerne. <https://exbus.dk/>

3. Rabøl Hansen, H. (2014b). Mobning er magt – elevperspektiver på mobning. Pædagogisk Psykologisk Tidsskrift, 51. og adfærd. Følelser og teknologi
4. FRA (2020): https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2020-lgbti-equality-1_en.pdf
5. Rabøl Hansen, H. (2014a). Fællesskabende didaktikker. Pædagogisk Psykologisk Tidsskrift, B31. https://dpu.au.dk/fileadmin/edu/Forskning/KULT/Faellesskabende_didaktikker_-_PPt_2013_01.pdf
6. Bailey, ER, Matz, SC, Youyou, W. et al. (2020) Autentisk selvudfoldelse på sociale medier er forbundet med større subjektivt velvære. Nat Commun 11, 4889 (2020). <https://doi.org/10.1038/s41467-020-18539-w>
7. Bareket-Bojmel, L., & Shahar, G. (2011). Følelsesmæssige og interpersonelle konsekvenser af selvfølelse i en levende, online interaktion. Journal of Social and Clinical Psychology, 30(7), 732-759. doi:10.1521/jscp.2011.30.7.732.
8. O'Keeffe, GS, Clarke-Pearson, K. og Council on Communications and Media (2011). Klinisk rapport - De sociale mediers indvirkning på børn, unge og familier. Pediatrics, 127(4), 800-804
9. Suler, John. (2004). Den online hæmmende effekt. Cyberpsykologi og adfærd: Internettets, multimediers og virtual realitets indvirkning på adfærd og samfund. 7. 321-6. 10.1089/1094931041291295.
9. Friesem, Y. (2016). Empati for den digitale tidsalder: Brug af videoproduktion til at forbedre sociale, følelsesmæssige og kognitive færdigheder. Følelser, teknologi