

Barn och ungas strategier online

En forskningsöversikt



Mediemyndigheten



Medfinansieras av
Europeiska unionen

Publicerat 2025-12-17

Mediemyndigheten, diarienummer 25/02939

Projekt: SIC SE 101158399

Deliverable: D2.1 Reports (demographic study and strategies online)

Finansierat av Europeiska unionen. De synpunkter och de åsikter som uttrycks är endast Mediemyndighetens och utgör inte Europeiska unionens eller den beviljade myndighetens, HaDEA, officiella ståndpunkt. Varken Europeiska unionen eller den beviljade myndigheten tar något ansvar för dessa.

Titel: Barns och ungas digitala strategier – en forskningsöversikt

Utgivare: Mediemyndigheten

Författare: Zakayo Kjellström

Telefon: 08-580 070 00

E-post: registrator@mediemyndigheten.se

Innehåll

1	Sammanfattning	4
2	Inledning	5
3	Syfte	6
4	Barn och unga online: risk och strategi	7
5	Metod och urval	9
6	Resultat	11
6.1	Självständiga strategier	11
6.2	Sociala och hjälpsökande strategier	13
6.3	Tekniska strategier	16
6.4	Beteendestrategier	19
7	Slutsats och diskussion	22
7.1	Slutsats	22
7.2	Diskussion	23
7.3	Framåtblick	24
8	Referenser	25
8.1	Forskningsartiklar	25
8.2	Övrig litteratur	30

1 Sammanfattning

I denna forskningsöversikt redovisas den första av två delar i ett pågående projekt inom Safer Internet Centre Sverige. I den efterföljande rapporten kommer frågor som introduceras i denna översikt att fördjupas utifrån en undersökning som bygger på barns och ungas deltagande. Denna forskningsöversikt visar följande:

1. Det finns i forskningen flera indikationer på att barn och unga, världen över, är vana vid att möta digitala risker och har olika förhållningssätt för att hantera detta. I denna rapport har dessa förhållningssätt tematiserats i fyra olika beskrivande kategorier. Dessa är:

- Självtändiga strategier
- Sociala och hjälpsökande strategier
- Tekniska strategier
- Beteendestrategier

Denna tematisering är inte uttömmande eller belagd i forskningen, utan ett sätt att rama in olika typer av förhållningssätt som barn och unga har i mötet med digitala risker. Sammantaget visar forskningen att det inte finns någon specifik strategi som kan förhindra barn och unga från att utsättas för digitala risker. Digital kompetens, öppen icke-fördömande dialog med vuxna och tekniska lösningar åberopas som särskilt viktiga för att minska utsattheten i mötet med digitala risker.

2. Mycket av forskningen som utförs tenderar att antingen handla om barn och unga utan deras deltagande. Eller med barn och unga utan att fokusera på hur digitala risker hanteras. Skärningspunkten mellan de båda är det som utgör urvalet för denna rapport. Det finns ett stort intresse för att förstå ämnet inom forskningen.
3. Barn och unga med NPF-diagnoser utsätts för digitala risker i högre grad. Dessutom använder de konventionella strategier på okonventionella vis. Ett exempel är att använda teknisk kunskap kring algoritmer för att få tillgång till mer snarare än mindre skadligt innehåll. Det gäller även barn och unga med ätstörningsproblematik eller depression.
4. Rapporten har identifierat att barn och unga som på olika sätt utför moderering eller skapande på digitala forum riskerar att bli utnyttjade i form av arbetskraft i digitala sammanhang, ett område där det behövs mer kunskap framöver. Det finns också möjlighet för Mediemyndigheten och andra myndigheter att inspireras av de metoder som återfinns i urvalet till denna forskningsöversikt. En särskilt utmärkande metod som går i linje med Mediemyndighetens instruktion är co-design, där barn och unga ges möjlighet att aktivt engagera sig i utformning och utförande av forskningsinsatsen.

2 Inledning

Sedan digitala medier fått en alltmer omfattande närvaro har dess baksidor, särskilt för barn, lyfts i en rad olika sammanhang. Miniserien *Adolescence* – med blinkningar mot incel-rörelsen – blottade gapet mellan vuxenvärlden och en djupt kodad digital ungdomsvärld. Samtidigt är digitala risker återkommande stoff i nyhetsmedier. Det skrivs omfattande om

Sedan digitala medier fått en alltmer omfattande närvaro har dess baksidor, särskilt för barn, lyfts i en rad olika sammanhang. Miniserien *Adolescence* – med blinkningar mot incel-rörelsen – blottade gapet mellan vuxenvärlden och en djupt kodad digital ungdomsvärld. Samtidigt är digitala risker återkommande stoff i nyhetsmedier. Det skrivs omfattande om grooming, dels i sexuell bemärkelse, dels med bakgrund i gängkriminalitet och våldsbejakande extremism. Föräldrar rekommenderas att hålla öppna dialoger om barns digitala upplevelser medan något så bisarrt som satanistiska högerextrema sekter härjar i sociala medier. Det är en snårig och komplicerad verklighet som uppenbaras. En verklighet som ofrånkomligen skapat en industri av it-tjänster för att på teknisk väg säkra barns och ungas digitala säkerhet. I bakgrunden pockar förslag om att förbjuda beroendeframkallande appar, vilket varvas med riktlinjer om digital åldersverifikation. Oron kring digitala risker är med andra ord påtaglig, men barns och ungas röster är ibland frånvarande i samtalet.

Mediemyndigheten har i, olika kontexter, lyft barns röster i denna debatt. I *Rapport om ungas perspektiv på skadlig mediepåverkan* ges unga möjlighet att själva berätta om deras möten med vad de uppfattar som skadligt medieinnehåll. Likaså i rapporten *Barns och ungas influencers* där diskussioner om influencers blottlägger barns och ungas medvetenhet kring vissa digitala risker relaterade till bland annat vilseledande information och negativa ideal. Sverok och Riksförbundet Attention lät barn och unga med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar komma till tals i hett debatterade frågor om spelande och skärmtid i rapporten *Mer än bara spel*. Även rapporten *Ord som sårar* ger en inblick i hur barn och unga resonerar kring kränkande språk i digitala sammanhang. Ett tidigt akademiskt inslag i debatten – som tar fasta på barns och ungas egna upplevelser och digitala strategier – är Elza Dunkels doktorsavhandling *Bridging the distance: children's strategies on the internet* (2007).

Denna rapport tar fasta på oron kring digitala risker, samtidigt som den ämnar lyfta fram hur barn själva förhåller sig till dessa. Rapporten ger en översikt över hur forskning – under de fem senaste åren – identifierat och undersökt vilka olika strategier barn kan komma att applicera i mötet med digitala risker. Rapporten har följande disposition: i nästkommande delar beskrivs syfte och bakgrund till forskningsöversikten. Därefter presenteras rapportens metoder och avgränsningar, under denna rubrik kommer såväl sökstrategier som urval och avgränsningar

behandlas. Under rubriken resultat kommer den forskning som valts ut att presenteras tematiskt under fyra underrubriker. Den avslutande delen är en reflekterande diskussion utifrån den forskning som presenterats under resultatdelen.

3 Syfte

Denna rapport presenterar publicerade referentgranskade forskningsstudier som beaktar barns och ungas strategier med särskilt fokus på digitala risker. Det görs i linje med Mediemyndighetens uppdrag att verka för att stärka barn och unga som medvetna medieanvändare, ta tillvara deras erfarenheter samt verka för att skydda barn från skadlig mediepåverkan. Inom ramen för denna uppgift är Mediemyndigheten (tillsammans med organisationerna Bris och Ecpat Sverige) ett Safer Internet Center Sverige, med särskilt ansvar att ta fram och sprida information om frågor kopplade till barns och ungas trygghet på nätet.

Syftet med denna rapport är att ge en översikt över den forskning som gjorts på området och skapa ett underlag för vidare undersökningar. Genom att beskriva forskning – som på olika sätt belyser barns och ungas strategiska arbete mot digitala risker - syftar föreliggande rapport till att synliggöra i forskningen vilka hanteringsstrategier unga och barn använder sig. Med detta som utgångspunkt är det möjligt att beskriva och diskutera barns och ungas strategier – grundat i ett vetenskapligt belagt och informerat perspektiv.

Frågeställningar:

- Hur arbetar forskare med barn och unga för att undersöka deras hanteringsstrategier i mötet med digitala risker?
- Hur påverkar barns och ungas olika strategier deras upplevelse av digitala risker?

4 Barn och unga online: risk och strategi

Tabell: Digitala risker

	Riskfyllt innehåll (content)	Riskfylld kontakt (contact)	Riskfyllt beteende (conduct)	Riskfyllt kontrakt (contract)
Aggressivt	Våldsamt, blodigt grafiskt, rasistiskt, hatiskt och extremistiskt innehåll.	Trakasserier, stalking, hatiskt beteende, oönskad övervakning.	Mobbning, hatisk eller fientlig aktivitet från jämnåriga, t.ex. trolling, uteslutning, skambeläggning.	Identitetsstöld, bedrägeri, nätfiske, bedrägerier, spelande, utpressning, säkerhetsrisker.
Sexuellt	Pornografi (laglig och olaglig) sexualisering av kultur, normer för kroppsuppfattning.	Sexuella trakasserier, grooming, generering och delning av material med sexuella övergrepp mot barn.	Sexuella trakasserier, sexuella meddelanden utan samtycke, sexuella påtryckningar.	Sextortion, människohandel för sexuellt utnyttjande, digital trafficking, streaming av sexuella övergrepp mot barn.
Värde-baserat	Åldersopassande, användargenererat eller marknads-föringsinnehåll, miss-/desinformation.	Ideologisk manipulation, radikaliserings och extremistisk rekrytering.	Potentiellt skadliga användargrupper, t.ex. självskade-beteende, anti-vaccination, gruptryck.	Informationsfiltrering, profileringsbias, polarisering, övertygande design.
Tvärgående	Kränkningar av integritet och dataskydd, fysiska och psykiska hälsorisker, former av diskriminering.			

Översättning av CO:REs klassifikation (Livingstone och Stopilova 2021)

Det europeiska projektet CO:RE har utformat en uttömmande klassifikation av digitala risker. I denna typologi utgår man från fyra övergripande typer av risker och en femte typ – så kallade tvärgående digitala risker. Dessa typer är innehåll, kontakt, beteende och kontrakt (content, contact, conduct, contract). Samtliga kategorier har tre olika dimensioner: aggressivt, sexuellt och värdebaserat. CO:RE klassificerar även tvärgående digitala risker. Det är risker som inbegriper flera eller alla andra kategorier och dimensioner (se tabell ovan). Förutom de ovan beskrivna riskerna så kommer föreliggande rapport vara öppen för att inkludera handhavanderisker. Detta är risker som är förenat med själva bruket av, snarare än innehåll i, digitala medier. Det kan innebära risker såsom överdriven konsumtion av sociala medier eller spel i telefon/platta, men även problem med koncentration eller sömn som ett resultat av förhållandet till digitala medier.

Strategi definieras inom forskningen som målinriktat beteende. När det diskuteras strategi hos barn finns det forskare som menar att tydligt strategiskt handlande, alltså målinriktat beteende, går att identifiera så tidigt som vid sex månaders ålder (Bjorklund, 1990). Barn bör därför ses som individer som är kapabla till att ha ett

strategiskt förhållningssätt (Bjorklund, 1990). I denna rapport kommer strategi förstås som de olika åtgärder barn och unga använder för att uppnå ett specifikt mål: en tryggare medieupplevelse. Strategi kan i denna kontext då ses som ett brett spektrum av olika åtgärder som uppfyller samma mål.

I avhandlingen *Bridging the distance: children's strategies on the internet* behandlar Elza Dunkels hur barn och unga generellt använder internet. Dunkels avhandling visar att frågor om barns och ungas säkerhet på nätet har varit av vikt sedan tidigt 00-tal och att frågan om deras strategier aktualiserats under en mycket lång period. Trots dessa relativt tidiga insatser så präglas ämnet av en avsaknad av barns och ungas röster. I arbetet med urvalet visade sig det finnas väldigt mycket forskning *om* barns strategier *utan* att barn själva fick medverka. Dessutom förekommer det mycket forskning *med* barn fast då i stället med fokus på risker och utsatthet snarare än *hur* barn och unga navigerar dessa. Dessutom finns det mycket forskning om bruket av sociala/digitala medier som ett strategiskt verktyg i förhållande till risker utanför det digitala. Det förekommer en rad undersökningar om hur barn och unga använder sig av olika forum för att gemensamt diskutera och hitta hanteringsstrategier mot exempelvis depression, våld i familj, eller sexuella övergrepp. Mycket forskning på denna typ av forum gjordes under covid-19-pandemin, med syftet att illustrera hur barn och unga använder sig av sociala/digitala medier för att hantera det omvälvande livet under pandemin.

Frågor kring nätsäkerhet var även aktuella för den begynnande internetmarknaden. Ett tydligt exempel på detta går att finna i den numer nedlagda organisation BitoS. BitoS, eller Branschförening för Innehålls- och Tjänsteverantörer på Onlinemarknaden i Sverige, var en icke-vinstdriven organisation som bildades redan 1996, med syftet att bland annat verka för "att representera och marknadsföra innehållsbranschen" men även att arbeta med "etik och marknadsföring, för att *stärka förtroendet för Internet*" (Bitos, 2004). Den sekundära punkten är särskilt viktig för att illustrera branschens tidiga intresse för frågor rörande de etiska aspekterna av internet. Som ett led i detta arbete utvecklades flera olika kampanjer för tryggare digitala upplevelser, exempelvis "spamhunden", ett utbildningsinitiativ för att minska mängden oönskad e-post. Kampanjen "STOP-knappen" fanns på de sidor som var del av Bitos etiska råd, syftet med knappen var att ge allmänheten möjlighet att anmäla opassande material. Intressant för rapporten är att Bitos ämnade samla aktörer för att "göra internet till ett tryggare och mer trivsamt samhälle att vistas i." (Bitos, 2004).

Idag går liknande initiativ att finna bland nätets stora aktörer. Företag som Meta, Snap Inc, Apple och Alphabet (Google) har omfattande guider både till barn, föräldrar och vuxna användare kring etiska förhållningssätt på deras respektive plattformar. Till skillnad från Bitos finns det inget uttalat gemensamt initiativ mellan organisationerna, samtidigt som det finns en tendens från företagen att sakta nedmontera de interna etiska strukturerna. I slutänden gör det att mycket av

ansvaret, till skillnad från innan, läggs på föräldrar, skola och det övriga civilsamhället. Detta ansvar har axlats av statliga myndigheter och EU och ställa högre krav på större plattformar, vilket resulterat i regelverk såsom Digital Services Act, (DSA) och General Data Protection Regulation (GDPR). Det i sin tur har förändrat ansvarsfördelningen mellan stat, plattform och vårdnadshavare. Barns och ungas egna strategier återaktualiseras därför som en angelägen fråga utifrån hur landskapet för närvarande tycks utvecklas.

5 Metod och urval

Forskningsöversikter har som utgångspunkt att tematiskt teckna en bild av det rådande forskningsläget. Ett sådant åtagande innebär att författaren rigoröst och vetenskapligt presenterar forskning med syftet att producera ny kunskap (Rother, 2007). Forskningsöversikten kan även bygga på mer ingående beskrivningar av identifierade teman utifrån ett mer avgränsat material. Syftet med en sådan översikt är i stället att pedagogiskt presentera forskning mer djupgående och på så sätt ge läsaren en överblick av ett specifikt förutbestämt tema (Rother, 2007). Båda typerna har sina för- och nackdelar där vetenskaplighet och pedagogiskt värde kan komma att stå i opposition till varandra. Denna text hamnar i det andra lägret och är en så kallad ”state-of-the-art”-översikt. I enlighet med ”state-of-the-art”-översiktens utgångspunkt avgränsas urvalsperioden till de senaste fem åren (2020–2025). Detta för att fånga aktuella insikter kring barns och ungas hanteringsstrategier, men även för att begränsa urvalet och ge mer tid till de artiklar som slutligen valts.

Med denna översikt ska läsaren få en förståelse för hur forskningsläget kommit att förändrats under en avgränsad och aktuell tidsperiod och på så sätt få en bild av hur läget ser ut nu, vad som gjorts under den senaste tiden och vilka riktningar forskningen är på väg mot (Sukhera, 2022).

Urvalet till denna rapport fastställdes genom så kallat snöbollsurval (Wohlin, 2014). Först identifierades artiklar som fick agera ursprungligt urval. Artiklarna hittades i Google Scholar och uppfyllde följande kriterier:

- Referentgranskad forskning publicerad år 2020–2025
- Artikeln ska vara empiriskt driven
- Empirin ska explicit inkludera barn i åldrarna 0–18 år. Empirin kan inkludera unga i högre åldrar
- Artikeln ska undersöka hur barn hanterar digitala risker på olika sätt
- Systematiska översikter har inkluderats om de bygger på empiriska undersökningar och har nya slutsatser

Med ovan nämnda kriterier i åtanke så utfördes flera sökningar i Google Scholar. Sökningen centrerade kring att bygga en grund som snöbollsurvalet kunde stå på

snarare än att försöka söka en mättnad i en specifik söksträng. Detta resulterade i tio artiklar som samtliga uppfyllde de på förhand bestämda kraven. Samtliga artiklar genomgick en djupgående läsning för att fastställa att de bestämda kriterierna tillfredsställdes.

Snöbollsurvalets metodologiska grund är upprepande och utforskande. Varje artikel synades därför både bakåt och framåt. Först genomsöktes referenslistan (bakåt i processen) där framför allt titlarna fick agera huvudsakligt underlag. Sedan undersöktes citationsmönster (framåt i processen) – alltså vilka andra artiklar som refererat till ursprungsartikeln. Utifrån detta underlag fortsätter processen i ytterligare steg tills en mättnad nås (Wohlin, 2014). Svagheten med den valda urvalsmetoden – till skillnad från en mer systematisk översikt – är att den inte skapar ny kunskap och i samma led inte heller svarar mot undersökande forskningsfrågor. För denna rapport och översikt bör det dock ses som en fördel då ny kunskap inte är målet, utan snarare att pedagogiskt presentera det befintliga forskningsläget utifrån öppna och explorativa frågeställningar.

Utifrån denna metod sammanställdes i första ledet 126 akademiska artiklar. Dessa artiklar samlades in genom att låta snöbollsurvalet styra iterativt framåt och bakåt, särskild hänsyn gavs i detta led till titel och år. Uppsökandet av artiklarna utfördes i en rad olika tidskrifter, men framför allt genom sökmotorn Google Scholar. Vid en närmare läsning av de funna artiklarnas sammanfattningar sorterades cirka två tredjedelar av artiklarna bort. Därefter valdes tio nya artiklar ut baserat på fynden och en ny snöbollsprozess initierades. Efter att denna avslutades återstod 50 artiklar. Några av dessa uppfyllde samtliga mål varav 3 föll bort. Det är totalt 47 referentgranskade artiklar som agerar underlag för denna rapport.

Den valda sökstrategin syftade till att dokumentera befintlig forskning om barns strategier online, med särskilt fokus på digitala risker. Med detta som utgångspunkt har några ytterligare avgränsningar och begränsningar applicerats. Kapitel från antologier och hela monografier exkluderats. Det bör påpekas att det har publicerats relevanta monografier och kapitel i antologier om barns strategier online (bl.a. Weinstein och James, 2022; Green, 2021; Malik et al., 2021; Wright och Schiamberg, 2020; Fung, 2024; Setty et al., 2024). I urvalet gjordes också en ansats till demografisk spridning motiverat av det skrivna syftet att undersöka hur olika bakgrunder kan komma att påverka barns och ungas strategier.

I efterföljande delar av denna forskningsöversikt kommer de valda artiklarna att presenteras utifrån följande tematiseringar:

- Självständiga strategier
- Sociala och hjälpsökande strategier
- Tekniska strategier
- Beteendestrategier”

Dessa tematiseringar är på intet sätt uttömmande utan fungerar som ingångar till ett forskningsfält som ofta drar åt flera olika discipliner.

6 Resultat

Nedan följer en presentation av de forskningsartiklar som valts ut för denna översikt. Då barn och unga tenderar att använda sig av olika strategier för att förebygga och hantera digitala risker återfinns några artiklar under flera rubriker. De teman som identifierats ska ses som ingångar till att förstå barns och ungas strategiska förhållningssätt gentemot digitala risker.

6.1 Självständiga strategier

Självständiga strategier kan förstås som olika åtgärder som bygger på barns och ungas egna kompetens. Inbegripet i detta ingår utbildande insatser som syftar till att stärka barns och ungas kapacitet till att själva utveckla förhållningssätt till digitala risker. I forskningen reflekteras detta i begrepp som medie- och informationskunnighet, digital litteracitet, digital resiliens, algoritmisk litteracitet. Forskningen som presenteras under denna rubrik bygger till stor del på att utveckla barns och ungas förmågor och på så sätt göra dem till självständiga digitala aktörer. Under denna rubrik ingår även forskning som testar barns strategier utifrån befintliga färdigheter.

Ett önskat utfall i denna kategori av forskning är digital resiliens. Digital resiliens är en erfarenhetsbaserad egenskap som skapas i mötet med digitala möjligheter och utmaningar. Det utvecklas genom att vägledas i digitala miljöer under trygga förhållanden. Sådan vägledning anses kunna utveckla individuella skickligheter och det självförtroende som krävs för att hantera och förebygga digitala risker (*UK Council for Internet Safety*, n.d; Vandonick et al., 2013). Digital resiliens bör därför förstås som ett resultat av såväl individuella som lärda strategier snarare än en lärd utgångspunkt. Begreppet kommer trots det vara ledande för flera av de artiklar som presenteras under denna rubrik. Främst för att de olika artiklarna – både explicit och implicit – har digital resiliens som slutmål.

I en indonesisk enkätstudie utfrågades barn och unga i åldrarna 11–20 år hur digital resiliens kan komma till uttryck. Resultatet visar att barn och unga i viss mån beaktar och gör strategiska val i förhållande till såväl innehåll och beteende som integritetsskyddande åtgärder (Setyawatai et al., 2022). Däremot påpekas det att det bland respondenterna saknades formell undervisning, vilket studiens författare menar är angelägen. I ytterligare en indonesisk enkätstudie undersöks kopplingen mellan digital litteracitet och riskfyllt internetanvändande hos en äldre grupp respondenter (17–24 år). Resultatet visar att en högre grad av digital litteracitet förvisso gör att unga har goda möjligheter att ha positiva digitala upplevelser, men

samma kunskaper gör att de utsätts för en högre grad digitala risker. (Luthfia et al., 2021).

Studier med undervisning som central metodik är återkommande inslag. Ett samarbete mellan amerikanska forskare och en ideell organisation resulterade i ett pedagogiskt ramverk som ämnade utveckla barns digitala resiliens. I en tillhörande fokusgruppsstudie undersöktes det hur deltagares strategier förändrades som ett resultat av den pedagogiska insatsen. Resultatet visade att deltagande barns och ungas digitala färdigheter utvecklades, vilket resulterade i mer omfattande digital resiliens (Lee och Hancock, 2023). I en rumänsk studie testades en grupp barns strategier i förhållande till falska nyheter i en experimentell undervisningsmiljö. Resultatet visar att flertalet faktorer påverkar barns strategier i mötet med desinformation. Detta inkluderar variabler såsom grupptryck, inramning och mediet informationen sprids på (Dumitru, 2020). En nederländsk studie som också undersökt nyhetsvanor bland barn och unga visade att de erhöll goda källkritiska verktyg, men att dessa inte alltid omsattes i praktiken och då heller inte kunde utgöra ett underlag för strategiskt arbete (Tamboer et al., 2022).

En stor amerikansk och indisk studie, som genom flera olika kvalitativa metoder, undersökte hur barn och unga 13–24 år med ätstörningar förhöll sig till hälsoinformation online. Deltagarna fick föra dagbok och intervjuas, sedan fick de genomgå en kortare utbildning följt av ytterligare en intervju. Studien introducerar termen ”surrogate thinking” vilket innebär att man följer personer som tänker och ser ut som en själv, denna litar man oftast helt på. Resultatet visar även att respondenterna ofta endast bygger sina resonemang på ”good-enough” information, en medveten begränsning av informationsinsamling som åberopas inom ramen för särskilda behov, exempelvis en argumentation (Hassoun et al., 2025).

Flera studier utgår från metoder där barn och unga tillsammans med forskare får designa olika tekniska lösningar för att hantera och motverka digitala risker – så kallad ”co-design” (Agha et al., 2023; Dangol et al., 2024; Davis et al., 2023; Kim et al., 2025; Lee och Hancock, 2023; Mols et al., 2023). Två av studierna centreras kring att åstadkomma högre grad av digital resiliens utifrån två olika perspektiv. Ena studien är mer allmänt inställd till digitala risker. I den ges amerikanska ungdomar i åldrarna 13–17 möjlighet att designa funktioner byggda på självupplevda digitala risker. Resultatet visar att deras designstrategier till stor del bygger på preventiva åtgärder. Upplevelsen bland barn och unga i studien tycks vara att den digitala miljön de befinner sig i inte är byggd för deras önskningar, där kontrollmekanismer fokuserar på efter förekomsten av digitala risker snarare än innan (Agha et al., 2023). Den andra studien har generativ AI som centralt fokus. I denna ges barn och unga möjlighet att på olika sätt laborera med verktyget ChatGPT för att förstå hur de hanterar denna som ett kulturellt fenomen. Resultatet pekar mot flera intressanta fynd, men centralt för denna översikt är hur barn och unga tenderar att bli mer

kritiska i sitt förhållande till AI – ju mer kunskap de har om området AI:n diskuterar. Studien visar också att barn – genom att experimentera och upptäcka generativ AI i kontrollerade former – per automatik bygger upp en litteracitet kring dess begränsningar. (Dangol et al., 2024).

Digital resiliens är dock inget universalmedel. I två omfattande forskningsöversikter om digital kompetens och digital resiliens påtalas det att det erfarenhetsbaserade förhållningssättet innebär att barn och unga utsätts för digitala risker (Livingstone et al., 2023; Vissenberg et al., 2022). Digital resiliens bör med andra ord ses som ett tveeggat svärd som – förvisso säkerställer för barn och unga att självständigt möta digitala risker – men det sker dock på bekostnaden att de oundvikligen utsätts för olika typer av digitala risker. En viktig åtgärd för att förhindra att barn och unga blir utsatta i mötet med digitala risker är vägledning av betrodd vuxen. Det är en poäng som blir särskilt tydlig i en amerikansk enkätstudie riktad mot både föräldrar och barn. I studien behandlas olika strategier ungdomar använder sig av efter att ha blivit utsatta för digitala risker, men även hur de förebygger dessa. Resultatet visar att självständiga strategier såsom blockning, undvikande, och konfrontation används för att man skäms för utsatthet. Dessa självständiga strategier är dock av varierande kvalitet då barn och unga inte alltid känner igen risker såsom sexuellt utnyttjande, psykisk misshandel eller grooming. Söka och få hjälp från föräldrar och betrodda vuxna är enligt forskarna den klart mest effektiva strategin (Freed et al., 2025).

6.2 Sociala och hjälpsökande strategier

Sociala och hjälpsökande strategier syftar till åtgärder som barn och unga tar kopplade till socialt samspel med exempelvis föräldrar, vänner eller betrodda vuxna. Flera av studierna som presenteras under denna rubrik fokuserar på interaktionen mellan barn och föräldrar. Gemensamt för alla studier med sociala och hjälpsökande strategier som fokuspunkt är att det upplevs svårt att både ge och söka hjälp.

I en amerikansk studie undersöks det hur barn och unga 13–17 år och deras föräldrar upplever hur olika föräldrastrategier upplevs i praktiken. I studien samlas utsagor från båda parter i dagboksform. Resultatet visar bland annat att unga gärna håller riskfyllt beteende för sig själva, och att föräldrar således tenderar att reagera restriktivt när det uppdagas att unga exempelvis utsätts för näthat eller ser obehagligt innehåll (Agha et al., 2021). Vidare så menar författarna att det finns en diskrepans mellan hur barn och vuxna upplever föräldrarnas hjälpstrategier där barn upplevde alla typer av mediering som restriktiva (Agha et al., 2021). I en kinesisk dubbelriktad enkätstudie, med både föräldrar och barn, undersöktes effekterna av olika typer av hjälpstrategier i förhållande till nätmobbning. Resultatet visade att mer restriktiva strategier – sociala som tekniska – inte påverkade barns utsatthet nämnvärt. Snarare bidrog detta till att barn och unga hemlighöll sina digitala liv och i högre grad sökte sig till skadligt medieinnehåll (Chen et al., 2023). Forskarna

menade att ett fokus på en medlande roll – med hög grad av respekt för barnens integritet – gav det mest betydande skyddet mot digitala risker (Chen et al., 2023).

Denna strategi återopas även i en stor internationell enkätstudie om koppling mellan utsatthet för näthat och att näthata (Wachs et al., 2021). Studien påpekar att hjälpsökande strategier hos barn och aktivt deltagande av föräldrar på sociala medier är mest effektivt för att motverka alla former av nätmobbning. Resultatet visar även att barn och unga som bevittnar näthat inte alltid har färdigheter att förhindra det och att det finns en korrelation mellan att bevittna näthat och att utsättas för näthat (Wachs et al., 2021). Hjälpsökande hos föräldrar är även beprövat effektivt bland barn och unga med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. I ytterligare en enkätstudie om självskadebeteende och nätmobbning återfinns negativa samband mellan hjälpsökande hos föräldrar och nätmobbning (Wright och Wachs, 2020). Även denna studie visar på sambandet mellan att bevittna nätmobbning och negativa psykologiska konsekvenser – oavsett tidigare psykiatriska diagnoser.

Trots att både forskare och lagstiftare framhäver vikten av aktivt föräldraskap, finns det bland barn och unga flera strategier för att undvika social och särskilt familjär hjälp. I en nederländsk studie med barn och unga 11–15 år (och deras föräldrar) så diskuteras olika strategier för att undvika föräldramoderering (Mols et al., 2023). Det kan exempelvis handla om enkla medel som att ta med sig sin telefon till sovrummet i smyg. Men kan även vara andra tillvägagångssätt som att bara ge tillgång till vissa sociala medier – och påstå att det är hela bilden. I urvalet finns det flera studier som visar på att föräldrar har dålig koll på reella digitala risker. Dessutom är gapet i kompetens mellan föräldrar och barn ibland ganska stort (Freed et al., 2023; Mýlek et al., 2023; Soldatova et al., 2020). I en rysk enkätstudie med föräldrar och barn i åldrarna 12–17, menar barn och unga att de inte ens märker av restriktiv föräldramoderering då de besitter kompetensen för att undgå exempelvis filter (Soldatova et al., 2020). Forskarna menar att aktiv föräldramoderering – som präglas av en öppen prestigelös dialog kring livet online – möjliggör hjälpsökande strategier. Likt etablering av digital resiliens bidrar dock detta förhållningssätt till att barn och unga ofrånkomligen utsätts för digitala risker men blir bättre på att hantera dessa. Forskarna i denna studie menade även att föräldrar ska prioritera sociala snarare än digitala kompetenser.

En dubbelriktad australiensisk studie, som involverar både föräldrar och barn 10–16 år, undersökte hur familjer responderade till uppbyggda riskscenarier (Page Jeffrey et al., 2025). I studien framkom det att diskursiva strategier – alltså att prata om sina upplevelser med föräldrar eller annan betrodd vuxen – var mest effektivt. Resultatet visar även att barn kände större farhågor kring att möta våldsamt och obehagligt innehåll. Obehagliga kontaktförsök kunde de yngre respondenterna blocka enkelt, vilket ledde till diskussioner om mer pragmatiskt snarare än affektivt styrda strategier (Page Jeffrey et al., 2025)

En grupp amerikanska forskare utvecklade en mobilapp som byggde på så kallad kollaborativ tillsyn, vilket innebär att föräldrar och barn ”övervakar” varandras digitala liv. Studien visade att det var en effektiv metod för att mediera sociala strategier genom en teknisk lösning, särskilt i förhållande till barns och ungas möte med digitala risker (Akter et al., 2022). Däremot upplevdes appen som övervakande, och faktumet att tillsynen var aktiv åt båda håll upplevdes som provocativt. Resultatet visade också att barn och föräldrar har väldigt olika syn på tekniska lösningar för att förbättra barns navigerande.

I en omfattande internationell enkätstudie med över 6 000 respondenter i åldrarna 13–18 undersöktes (bland annat) effektiviteten av olika sociala och hjälpsökande strategier (Wachs et al., 2022). Resultatet visar att det hjälpsökande förhållningssättet inte är en universell lösning. Trots detta finns det tydliga kopplingar mellan de som söker professionell hjälp och en minskad risk att utsättas för näthat. Att välja att söka hjälp hos vänner och familj kan bidra till lättnad för stunden, men har ingen nämnvärd effekt på mobbning eller diskriminering. Tekniska strategier såsom blockning var effektiva, medan att konfrontera och utmana näthat ofta innebar större utsatthet. De barn som tenderade att hämnas/beskylla sig själva blev i större utsträckning utsatta för näthat eller benägna att själva begå näthat (Wachs et al., 2022).

Sociala och hjälpsökande strategier kommer tydligast till uttryck i modererade digitala forum. Det framkommer i en internationell intervjustudie med barn och unga 13–17 år som lett och modererat olika forum på plattformen Discord (Yoon et al., 2025). Resultatet visar hur ungdomsledda servrar ibland infiltreras av vuxna och/eller skadligt medieinnehåll. Moderatorer berättar om framför allt inbyggda tekniska lösningar för att förhindra det. Resultatet visar även att det bland respondenterna förekommer mycket oro kring att se obehagligt våldsinnehåll och därför byggs strategier kring moderering kring sådant mycket noggrant. Ett tydligt mönster som framkommer bland de unga moderatorerna är deras brist i strategier i förhållande till arbete. Det är tydligt att de ofta utnyttjas som arbetskraft av tredjepart när de exempelvis modererar fandoms¹ dedikerade till produkter som bokserier eller spel. Liknande förhållanden går att spåra i en internationell intervjustudie som undersöker innehållskapare på Roblox (Choi et al., 2025). Resultatet i denna studie visade att det råder brist på kunskap bland unga när det kommer till ekonomiska risker dels i förhållande till hackande och bedrägerier, dels i obetalt arbete (Choi et al., 2025). De intervjuade hade inga strategier för att undvika sådant utnyttjande.

¹ Fandoms är en gemenskap som delar ett starkt intresse för ett populärkulturellt fenomen, exempelvis en TV-serie eller en artist (Jenkins, 1992)

6.3 Tekniska strategier

Under denna rubrik presenteras forskning, som på olika sätt, åberopar tekniska lösningar för barns och ungas strategiska förhållningssätt online. Barns och ungas involvering sker på lite olika vis i urvalet för detta tema. Det kan innebära att barn och unga får pröva på en ny typ av teknisk lösning för en på förhand identifierad risk. Det kan innebära utvärderingar av befintliga tekniska lösningar, men även samdesignade nya lösningar som sedan provas på barn och unga. Sammantaget så är det tekniken som, förutom barn och unga, står i fokus för de valda forskningsartiklarna.

I en taiwanesisk studie undersöks det hur tonåringar applicerar olika strategier för att skydda sitt privatliv i sociala medier både proaktivt och reaktivt. I studien framkommer det att kvinnliga respondenter tenderar att vara proaktiva i högre grad, dels genom att vara mer restriktiva med vilken information de delar, dels att utnyttja plattformars existerande integritetsskydd för att anpassa sina konton (Chou och Chou, 2023). Resultatet visar även att upplevd sårbarhet resulterar i mer spetsad teknisk anpassning. Både unga män och kvinnor tenderar att vara mer proaktiva med tekniska lösningar när de delar med sig av andras privatliv (Chou och Chou, 2023).

Liknande mönster framkommer i en belgisk enkätstudie där barn och unga 11–21 år fick frågor om sina integritetsstrategier, både individuellt och kollaborativt. Studien visar att barn och unga tenderar att vara individuella i sitt integritetshandlande (De Wolf, 2020). Även i denna studie visade sig unga kvinnor vara mer aktiva i sina anpassade sekretessinställningar. Studien visade även att det finns en korrelation mellan hjälplöshet och sökande mot kollaborativa tekniska strategier. Det diskuteras dels om vad som kan delas eller ej mellan vänner, dels finns det ganska hög medvetenhet kring tekniska lösningar vid så kallad ”sexting” (De Wolf, 2020). Ett särskilt intressant fynd är barns och ungas perspektiv på ”sharenting”, vilket anses mer integritetskränkande bland respondenter i det övre åldersskiktet (De Wolf, 2020).

Studier med co-designmetod – med särskilt fokus på nya tekniska lösningar – har tidigare nämnts under rubriken Självständiga strategier. Några av dessa ges ytterligare utrymme under denna rubrik för att typifiera hur olika utfall kan se ut beroende på den nya funktionens syfte. I en amerikansk studie fick nio ungdomar 15–19 år designa en applikation som ämnar underlätta för ungdomar att reglera sitt användande av bland annat sociala medier (Davis et al., 2023). Applikationen kunde implementera särskilda begränsningar i innehåll och tid i som deltagare själva styrde. Syftet var för deltagarna att själva kunna återta kontroll över sin konsumtion av exempelvis sociala medier. Resultatet visar att appen var särskilt effektiv för att skapa ett raster av kontroll. Respondenterna meddelade att de fick ett fokus på kvalitativt snarare än kvantitativt användande. Vidare så visar studien att unga har

god möjlighet till självreglering om det placeras i ett gränssnitt som unga själva kontrollerar (Davis et al., 2023).

Co-design bidrar även till att ta reda på vilka prioriteringar som är aktuella för barn och unga. En amerikansk studie hade detta förhållningssätt som utgångspunkt. Barn och unga 13–19 år fick berätta om olika farhågor de hade kring integritet i sociala medier. Dessa utsagor användes sedan som material för att skapa förslag till olika tekniska lösningar som skulle kunna implementeras i sociala medier, vilka sedan utvärderades i ytterligare intervjuer. Resultatet visade att barn och unga tänker särskilt strategisk kring olika typer av innehåll som är tillåtna men som i olika sammanhang kunde vara integritetskränkande, exempelvis dela bilder utan att fråga de som medverkar. Resultatet visar att respondenterna bar på ganska många farhågor kring sin integritet. Studiens författare delger ansvar för denna rädsla till de ofta olika och komplexa integritetsavtal som finns på sociala medieplattformar (Kim et al., 2025). Vidare så visade resultatet stora skillnader mellan barns och ungas personliga konton och kreatörskonton, där ”kreatörer” (alltså de barn och unga som delar med sig av innehåll till en publik de inte känner) i högre grad uppfattade befintliga tekniska lösningar som undermåliga (Kim et al., 2025). Över lag så visar denna studie att barn och unga har ett utarbetat strategiskt handlande kring dessa frågor (Kim et al., 2025). Slutligen går det även att spåra en önskan om ökad kontroll även hos denna grupp användare, likt respondenterna i Davis et al. Samma förhållningssätt går att finna i en amerikansk studie som utvärderar olika strategier för att förhindra skadlig konsumtion av sociala medier. Respondenter vill reglera sin tid, men har svårt att använda plattformsspecifika funktioner för självreglering. Studien visar att även när det finns inbyggda lösningar så används inte dessa. Ungdomars rekommendationer till andra ungdomar tenderade också att vara mer strikta än professionella organisationers. Exempelvis förespråkas långa avbrott från digitala medier eller att helt sluta använda vissa plattformar (Harness et al., 2022).

Strikta rekommendationer kan vara ett resultat av tidigare problematiska erfarenheter. I en amerikansk intervjustudie tillfrågas barn 8–11 år om sin användning av tjänster såsom TikTok och Youtube Shorts. Resultatet visar att barn och unga använder speciellt Youtube tidigt, i väldigt hög grad, och utan insikt i potentiella risker (Starks och Reich, 2024). De strategier som framgår bland barnen bygger i högsta grad på att komma runt möjliga åldersrestriktioner i sociala medier i syftet att konsumera innehåll. Det råder en brist i strategi och reflektion om exempelvis algoritmers påverkan, datainsamlingens konsekvenser, eller opassande innehåll. Däremot berättade de äldre respondenterna (11–åringar) att de ibland avföljde obehagliga konton eller scrollade extra snabbt om de såg otäckt innehåll. Forskarna eftersökte fler utarbetade kontrollmekanismer för, särskilt unga, användare, såväl som flera och bredare utbildningsinitiativ för barn i det yngre åldersskiktet (Stark och Reich, 2024). Liknande tendenser ses i en studie, där barn 4–11 år, får reflektera kring datainsamling i digitala medier. Resultatet visar att barn använder digitala medier utan förståelse kring de plattformspecifika

lagringsmöjligheterna, och har således inte konkreta strategier i att hantera exempelvis integritetskränkande datainsamling. Bland respondenterna finns en större oro för specifika otäcka människor (exempelvis ”hackers”) – med tillhörande strategier – snarare än förhållningssätt kring, enligt studiens författare, mer prevalenta risker såsom systematisk datainsamling. (Sun et al., 2022)

I en stor enkätstudie undersökte en grupp japanska forskare hur nudgefunktioner kunde bidra till att barn och unga navigerar sociala medier på ett säkert vis (Masaki et al., 2020). Nudgefunktioner, eller ”nudges”, är funktioner vars syfte är att genom små förändringar påverka beteenden. Studien visade att ”nudges” som påpekade riskerna med vissa typer av agerande på sociala medier (delande av foton, lägga till en ny vän, köp av produkter bl.a.) gjorde att barn och unga utvecklade nya strategiska perspektiv. Resultaten visade även att nudges bör designas med syftet att också illustrera konsekvenser av visst agerande, snarare än att bara motivera visst agerande. Forskarna bakom studien menar dock att resultaten ska tas med en nypa salt, då de nudges som utvecklades endast var hypotetiska och aldrig applicerades i en verklig kontext. Trots studiens omfattning menar forskarna att resultaten inte bör förstås som generaliserande och att de är begränsade till en japansk kontext (Masaki et al., 2020).

Likt de självständiga strategier som identifieras och presenteras under detta avsnitts första rubrik, återfinns det mycket stort förtroende för digitala skickligheter i kombination med tekniska lösningar. I de studier som hittills presenterats framhålls det att barns och ungas digitala skickligheter är en viktig grund för utvecklingen av tekniska strategier. I urvalet finns tre artiklar som problematiserar detta perspektiv. Den första artikeln undersöker hur barns och ungas digitala skickligheter och kunskap påverkar deras strategier kring desinformation (Vissenberg et al., 2023). I denna omfattande enkätstudie, med respondenter från hela Europa, visar forskarna att barn och unga som besitter mer kunskaper om det digitala inte nödvändigtvis kan navigera desinformation bättre. Snarare är det typen av skicklighet som är avgörande. Särskilt effektiva är de barn och unga som har goda kommunikativa och interaktiva – snarare än tekniska – skickligheter som klarar sig bäst. Medan de som exempelvis är duktiga på att förvalta och skapa innehåll är sämre (Vissenberg et al., 2023). Även om det är en stor studie är resultaten inte helt generaliserbara.

Den andra studien påpekar att digital litteracitet som kompetens är positivt, men att det även leder till att man exponeras för mer digitala risker (Jaron Bedrosova et al., 2025). I urvalet för denna rapport har flera studier hävdats samma sak, men denna artikels resultat styrker empiriskt att digitala skickligheter bidrar till exponering för digitala risker. Resultatet åberopar särskilt ”mjuka” digitala skickligheter som viktigt i detta sammanhang. Mjuka skickligheter, till skillnad från hårda (teknik eller programmeringskunskap), innebär kunskap om att kritiskt granska innehåll eller förstå påverkan av olika kommunikationssätt i sociala mediasammanhang. Även om tekniska kunskaper är viktiga för att kunna etablera robusta tekniska strategier är

beteendemönster och ett brett förhållningssätt kring exempelvis medie- och informationskunnighet viktigare (Jaron Bedrosova et al., 2025).

Den tredje artikeln undersöker hur barn och unga, med psykiska besvär, navigerar sociala medier. Även i detta fall belyses det hur vissa typer av tekniska kompetenser kan resultera i destruktiva strategier. Barn och unga som på olika sätt har en utsatthet som ett resultat av sina psykiska besvär tenderar att använda sina kunskaper för att aktivt söka sig mot mer riskfyllda digitala scenarion. Studien visar att specifikt algoritmisk litteracitet – alltså förståelsen av att hur man använder en algoritmiskt digital produkt producerar vissa utfall – används för att söka sig till innehåll som på olika sätt förvärrar det psykiska måendet (Livingstone et al., 2025)

6.4 Beteendestrategier

De artiklar som presenteras under denna rubrik tenderar att dra åt flera teman. Dessutom bygger de på vissa risker, beteenden och strategier som inte nödvändigtvis är begränsade till digitala sammanhang. Därtill så återfinns under denna rubrik en stor del av urvalet som på olika sätt involverar ungdomar med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

I en omfattande översikt om kopplingar mellan näthat och nätmobbning, återfinns detaljer om de olika strategier som utsatta barn och unga använder sig av (Fulantelli et al., 2022). Resultatet visar att utsatta barn tenderar att ha liknande hanteringsstrategier, men går inte in på djupet kring hur strategierna kan se ut (Fulantelli et al., 2022). Det får däremot större utrymme i en spansk studie som undersöker hur barn och unga 12–18 år hanterar, förhindrar och påverkar näthat (Gámez-Guadix et al., 2020). Studiens författare menar att det finns huvudsakligen sex olika strategier: teknisk, konfrontativ, hjälpsökande, rapportera (till polis/plattform) hjälplöshet/beskylla sig själv) och hämnd. Studiens författare menar att dessa strategier oftast används i samverkan eller efter varandra. (Gámez-Guadix et al., 2020). Resultatet pekar på en del skillnader mellan kön och ålder. Till exempel så framkommer det att unga flickor oftare skyller på själva eller känner hjälplöshet. Yngre respondenter tenderade att söka hjälp hos föräldrar och de som inte utsatts för näthat tenderade att välja andra strategier än de som varit offer (Gámez-Guadix et al., 2020). Samma förfarande går att finna i en chilensk studie som, genom enkäter, undersökte hur ungdomar 15–19 år hanterar mötet med näthat och nätmobbning (Varela et al., 2022). Studien undersökte hur två på förhand valda strategier påverkade sinnesstämning hos respondenter: koppla bort från sociala medier, eller att ignorera. För de som utsatts för näthat gav ingen av strategierna minskade depressiva symptom. (Varela et al., 2022). Ett bredare perspektiv går att finna i en irländsk studie som undersöker ungas hanteringsstrategier på sociala medier, med särskilt fokus på representation av kroppen. Resultatet visar att avföljning och undvikande såväl som att följa mer positivt innehåll är de vanligaste förhållningssätten. Aktivt val av plattformar som

inte bedöms som problematiska (läs: kroppsfixerade) eller kvantitativa (incitament för gillningar och följare) är en vanlig strategi. Resultatet visar också att unga psykologiskt distanserar sig efter mötet med obehagligt medieinnehåll. Vilket betyder att de konsumerar innehåll de själva bedömer som obehagligt, men ramar in det som distinkt för plattformen snarare än en representation av verkligheten (Mahon och Harvey, 2021).

Bland de barn och unga som på olika sätt lider av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar brukar det digitala livet innebära förhöjda risker. I en intervjustudie med suicidnära barn och unga undersöktes det hur denna grupp särskilt utsatta individer hanterar sociala medier (Weinstein et al., 2021). Resultatet visar att sociala medier innebär ett brett spektrum av positiva och negativa strategier för särskilt utsatta barn och unga. Det förekommer bland respondenter en dragning till exempelvis våldsamt medieinnehåll, som i förlängning även kan vara en källa till dåligt psykiskt mående. Samtidigt kan sociala medier vara ett sätt att undkomma stress och dåligt mående. Sammantaget så visar denna studie att de olika strategierna som operationaliseras i denna grupp är väldigt särskilda (Weinstein et al., 2021).

Att söka sig till sociala medier för stöd blir i vissa fall en ingång till digitala risker för psykiskt sjuka barn och unga. Respondenter i en intervjustudie med flickor 15–19 år påtalade att de funnit innehåll som på olika sätt glorifierade självskadebeteende efter att de sökt stöd i sociala medier (Stänicke et al., 2025). Studiens resultat påpekar att dessa, särskilt utsatta, barn och unga löper större risk att bli beroende av problematiskt och skadligt medieinnehåll med starka våldsinslag. Dessutom återfinns bland respondenterna en saknad av den gemenskapen de hade i kanalerna där våldsamt material delas. De talar om en känsla av saknad för de ”vänner” som upplevt att de haft i olika forum och som de upplevt ha kunnat relatera till. I förlängningen tyder på att flera barn och unga i samma sats delar sådant material med varandra (Stänicke et al., 2025). I en turkisk enkätstudie undersöktes hur barn och unga – som vårdats för psykiska sjukdomar – hanterar nätmobbning. Studien visar att pojkar generellt söker mindre hjälp från sociala sammanhang. Barn och unga med ADHD tenderar att nätmobba mer och vara utsatta för nätmobbning i högre grad. Resultatet visar även att ju mer psykiskt utsatt man är (enligt klinisk definition) desto mindre utnyttjar man tekniska strategier och funktioner (Gavcar et al., 2024).

I en kanadensisk studie fick unga delta i fokusgrupper med syftet att undersöka strategier kring nätmobbning. Ett återkommande inslag bland unga är att undvika sociala, hjälpsökande strategier i förhållande till nätmobbning (Polillo et al., 2023). Skälet bakom detta menar forskarna vara det stigma unga utsatta känner. Därtill hade flertalet i stället använt sig av tekniska strategier och tekniska lösningar för att hantera nätmobbning, men det förekom en del oro kring lösningarna. Särskild oro riktades mot möjligheten att de tekniska lösningarna var AI-drivna (Polillo et al., 2023).

Användande av AI förekommer i två andra studier i detta temas urval. I ena studien undersöks hur barn och unga förhåller sig till så kallade "deepfakes" vilket är en benämning för AI-genererade bilder. Studien visar att vissa barn och unga såväl söker upp som själva skapar deepfakes, då med humoristiska inslag som främsta motivation. Flera av respondenterna har stött på deepfakes med syftet att skapa politisk desinformation, men samtliga respondenter menar att de inte går på dessa. Trots att deepfakes kan ha en ordentlig bredd i innehåll så är strategierna och förhållningssättet detsamma bland de unga respondenterna. När AI-genererade bilder är roliga så tenderar barn och unga att mer aktivt interagera med innehållet på något sätt. Om det i stället handlar om uppenbar desinformation ignoreras innehållet. Den vardagliga attityden mot deepfakes visar att respondenter i studien inte har särskilda strategier för att hantera AI-genererat innehåll (Lao et al., 2025). Den andra studien med fokus på AI undersöker hur barn och unga tänker strategiskt i förhållande till det personliga bruket av generativ AI. Nästan alla respondenter använde sig av AI. Vanligast förekommande var AI som en sorts tankekamrat, som bland annat hjälpte till att utveckla idéer, men även som ett grammatiskt hjälpmedel. Vissa respondenter hade använt sig av AI för att skriva hela skolarbeten. Flera unga hade ångest kring AI som existentiellt hot, men det fanns ingen koppling mellan ångest och mindre eller mer strategiskt handlande kring användning (Higgs och Stornaiuolo, 2024). Det fanns tydliga mönster av etiska förhållningssätt kring användande, och respondenterna hade god insikt i frågor om inbyggd bias och fusk etcetera. Studien poängterar vikten av balanserad (negativ/positiv) guidning kring AI. (Higgs och Stornaiuolo, 2024).

Rena beteendeundersökningar återfanns i fyra artiklar i urvalet. I en tjeckisk enkätstudie undersöktes skillnaderna mellan hur unga pojkar och flickor tänkte strategiskt kring att möta personer de tidigare endast pratat med online (Mýlek et al., 2023). Även i denna studie påvisades det att unga – trots omfattande information från föräldrar, nyhetsmedier och civilsamhälle – ofta struntade i riskerna kring dessa möten. Unga pojkar var klart mer riskbenägna än flickor. Flickor byggde i större utsträckning sina bedömningar på kamrater snarare än vuxenvärldens råd. Resultatet visade även att flickor i högre grad hade dåliga möten och att de oftare kände skam i samband med sådana (Mýlek et al., 2023). En nederländsk studie undersökte hur barn och unga hanterar nyhetsexponering. Diskussioner online om nyheten efter nyhetskonsumtion gav upphov till fler negativa och mindre positiva känslor. Att vara passiv, alternativt att utföra en orelaterad aktivitet gav upphov till högre grad positiva känslor. Studien visar att digital social samhörighet inte nödvändigtvis är en lyckad hanteringsstrategi. Studien påverkas dock av dess höga kontrollkrav i relation till resultatets olika utfall. I längden innebär det att liknande experimentella förhållanden måste replikeras för att bekräfta studiens resultat (Ebbinkhuijsen et al., 2021). När barn och unga möter rasism online uppenbaras en rad olika hanteringsstrategier. Strategierna inkluderar aktivism av olika typer, dels som hjälp i samhället, dels online. Respondenters första känsla och tillvägagångssätt beskrivs av studiens författare som hjälplöshet, vilket sedan följs av problemlösning vilket ofta

resulterar i någon form av aktivism (Heard-Garris et al., 2021). Samtliga steg innebär olika typer av strategi, såväl självständiga som tekniska och hjälpsökande.

I avsnittets sista studie undersöks det hur barn och unga resonerar kring olika strategier i förhållande till sina föräldrar. Resultatet visar att de exempelvis kan luta sig mot manipulativa beteenden som att acceptera en förälders vänförfrågning, samtidigt som de har flera konton eller tekniska färdigheter för att dölja sig själva. Respondenterna berättar att de tillåter föräldrar att spåra deras platser, samtidigt som de påtalar att de använder olika tjänster som kan manipulera telefonens GPS. Ingen av de föräldrar som deltar i undersökningen kände till någon av dessa tekniker och strategier. Det påtalas att obehagliga närmanden från vuxna såväl som otäckt innehåll oftast rapporteras, men att det tenderar att skapa en känsla av hjälplöshet hos barn och unga, med uppfattningen att sociala medietjänsterna inte agerar när anmälningar görs (Freed et al., 2023).

7 Slutsats och diskussion

7.1 Slutsats

Denna rapport är i linje med Mediemyndighetens uppgift och instruktioner. Särskilt ledande är 1 § ”Myndigheten ska också verka för att stärka barn och unga som medvetna medieanvändare, ta tillvara deras erfarenheter samt verka för att skydda barn från skadlig mediepåverkan”. I enlighet med denna paragraf har denna rapport uttryckligen lyft fram och presenterat forskning som på olika sätt involverar barn och unga, samtidigt som den synliggör hur barn och unga är medvetna medieanvändare med kapacitet att själva – och med hjälp från sin närhet – kunna skydda sig från skadlig mediepåverkan. Därtill kommer insikter från denna forskningsrapport användas som underlag i andra undersökningar där barn och unga deltar – även detta i linje med Mediemyndighetens uppgift och instruktion.

I den forskning som lästs och presenterats i denna rapport så förekommer det en rad olika strategier som barn och unga använder sig av för att förebygga och hantera digitala risker. Digitala risker bör främst förstås utifrån tidigare nämnda CO:RE klassifikationer: innehåll, kontrakt, kontakt, beteende och tvärgående. CO:REs klassifikationer bygger i förstahand på risker som förekommer i bruket av digitala risker. I förestående översikt förekommer hanteringsstrategier som syftar till att kontrollera risken med att konsumera digitala medier överhuvudtaget. Detta är så kallade handhavanderisker som i sammanhanget bör beaktas – särskilt med bakgrund av den samhälleliga debatten kring skärmtid, störningsmoment i undervisning och problem som uppstår som ett resultat av användandet av digitala medier.

Utifrån de teman som resultatet delades in i går det att dra flera slutsatser. Särskilt

med koppling till CO:REs klassifikationer, men även handhavanderisker. De olika indelningarna belyser olika former av strategier som barn och unga kan använda sig av i mötet med digitala risker, de används sällan enskilt. Forskningen i urvalet påpekar att det allt som oftast finns överlapp mellan olika förhållningssätt för att hantera digitala risker. Utifrån de presenterade studierna är det uppenbart att det är svårt att förebygga de flesta typer av digitala risker. Självständiga, tekniska, hjälpsökande och beteendestrategier innebär aldrig att enskilda barn och unga kan förväntas att helt undvika innehållsrisker. Det är därför inte möjligt för individer att förvänta sig att det finns en specifik strategi, eller grupp av strategier, som eliminerar möjligheten att utsättas för digital risk. Å andra sidan visar forskningen att öppen icke-fördömande dialog inom familjer och i skola, tillsammans med tekniska lösningar och digital resiliens ger barn och unga möjligheten att i mindre utsträckning utsättas för och påverkas negativt av innehållsliga digitala risker. Vidare så skapar detta, enligt forskning, förutsättningar för att vägleda barn och unga till att bli stabila digitala medborgare. När det gäller handhavanderisker så finns det stöd för att vissa tekniska lösningar kan bidra till att minska risken att exempelvis överkonsumera digitala medier. Samtidigt så bidrar tekniska restriktioner till att barn och unga får en sämre förståelse för det digitala medielandskapet.

7.2 Diskussion

Sammantaget går det att spåra framför allt tre olika linjer i urvalet. Digital resiliens är det första och kanske främsta verktyget i mötet med digital risk. Det anses vara essentiellt för att förbereda barn och unga för att självständigt kunna hantera det digitala i vuxen ålder. Det är dock inte en strategi som är förebyggande och innebär ofrånkomligen att barn och unga kommer att möta såväl obehagligt innehåll som närmanden från obehöriga vuxna. Därför bedöms digital resiliens – utifrån forskningen i urvalet – vara en del av en strategi som även inbegriper det andra identifierade spåret i denna rapport: utbildning. Utbildning kan, som visat, se ut på väldigt många olika vis. Särskilt effektivt är det att arbeta tillsammans med barn och unga, exempelvis genom så kallad ”co-design” där barn och unga själva kan dela sina upplevelser. Denna metod gör att barn och unga dels utvecklar sin egen digitala resiliens under uppsikt av ett stöttande ramverk från civilsamhället eller forskare, dels blir slutprodukterna på förhand kvalitetssäkrade av barns och ungas egna upplevelser. Följaktligen blir det därför också särskilt effektivt när de sedan lärs ut bland bredare grupper av barn och unga. Den tredje identifierade linjen handlar om vänner och familj. I urvalet framkommer det att barn och unga med nära och trygga sociala kontakter tenderar att utveckla en digital resiliens med lägre grad av utsatthet. Dessutom så är utbildningsinsatser som involverar både föräldrar och barn mer långsiktigt effektiva. En öppen och icke-fördömande dialog mellan förälder och barn är mycket viktigt för att barn och unga själva ska kunna söka hjälp från föräldrar i mötet med digitala risker. Denna slutsats bör särskilt beaktas i förhållande till barn och unga som på olika sätt inte kan få sådant stöd av förälder

eller närstående, vilket i längden innebär att samhället måste kompensera för potentiellt ökade risker bland denna grupp barn.

7.3 Framåtblick

I urvalet för denna rapport är det tydligt att ett strategiskt handlande präglar mycket av barns och ungas upplevelse av digitala risker. Hur strategier appliceras och hur risker bedöms är avgörande för barns och ungas upplevelse av det digitala livet. Exempelvis går det att spåra mycket strategier i förhållande till obehagligt innehåll eller närmanden från okända vuxna, vilket innebär att barn är högst medvetna om riskerna med detta. Samtidigt återfinns det bland barn och unga med olika NPF-diagnoser en dragning åt denna typ av risker. Det innebär att teknisk och social kompetens – såsom algoritmisk litteracitet – används till att aktivt manipulera innehåll mot det skadliga. Bland de barn och unga som på olika sätt utför moderering eller skapande på digitala forum påpekar forskningen att det finns mycket lite förståelse kring utnyttjande i form av arbetskraft i digitala sammanhang.

Därmed finns det även spår i denna forskningsöversikt som öppnar upp för ytterligare undersökning och insatser, dels från forskningshåll, dels i myndighetens arbete. Exempelvis informationskampanjer till de barn och unga som aktivt bidrar till moderering eller skapande i digitala forum, för att de på förhand ska kunna se värdet i sina handlingar och förstå rätten till kompensation för dessa. Det behövs dessutom mer kunskap om de barn och unga som använder sina tekniska skickligheter till att aktivt söka sig till destruktiva digitala sammanhang, alltså en större förståelse kring hur kompetenser som algoritmisk litteracitet kan användas för att förvärra snarare än förbättra situationen för barn och unga som exempelvis har NPF-diagnoser. Vidare så finns det goda skäl att låta myndigheter och organisationer inspireras av metoder som återfinns i urvalet till denna forskningsöversikt. En särskilt utmärkande metod som går i linje med Mediemyndighetens instruktion är co-design, främst då barn och unga ges möjlighet att aktivt engagera sig i utformning och utförande av forskningsinsatsen.

8 Referenser

8.1 Forskningsartiklar

Agha, Z., Badillo-Urquiola, K., & Wisniewski, P. J. (2023). "Strike at the Root": Co-designing Real-Time Social Media Interventions for Adolescent Online Risk Prevention. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 7(CSCW1), 1–32. <https://doi.org/10.1145/3579625>

Agha, Z., Ghaiumy Anaraky, R., Badillo-Urquiola, K., McHugh, B., & Wisniewski, P. (2021). 'Just-in-Time' Parenting: A Two-Month Examination of the Bi-directional Influences Between Parental Mediation and Adolescent Online Risk Exposure. I A. Moallem (Red.), *HCI for Cybersecurity, Privacy and Trust* (s. 261–280). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-77392-2_17

Akter, M., Godfrey, A. J., Kropczynski, J., Lipford, H. R., & Wisniewski, P. J. (2022). From Parental Control to Joint Family Oversight: Can Parents and Teens Manage Mobile Online Safety and Privacy as Equals? *Proc. ACM Hum.-Comput. Interact.*, 6(CSCW1), 57:1-57:28. <https://doi.org/10.1145/3512904>

Chen, L., Liu, Xiaoming, & Tang, H. (2023). The Interactive Effects of Parental Mediation Strategies in Preventing Cyberbullying on Social Media. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 1009–1022. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S386968>

Choi, Y., Choi, J., & Seering, J. (2025). Leveling Up Together: Fostering Positive Growth and Safe Online Spaces for Teen Roblox Developers. *Proceedings of the 2025 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1–18. <https://doi.org/10.1145/3706598.3713969>

Chou, H.-L., & Chou, C. (2023). How teens negotiate privacy on social media proactively and reactively. *New Media & Society*, 25(6), 1290–1312. <https://doi.org/10.1177/14614448211018797>

Dangol, A., Newman, M., Wolfe, R., Lee, J. H., Kientz, J. A., Yip, J., & Pitt, C. (2024). Mediating Culture: Cultivating Socio-cultural Understanding of AI in Children through Participatory Design. *Proceedings of the 2024 ACM Designing Interactive Systems Conference*, 1805–1822. <https://doi.org/10.1145/3643834.3661515>

Davis, K., Slovak, P., Landesman, R., Pitt, C., Ghajar, A., Schleider, J. L., Kawas, S., Perez Portillo, A. G., & Kuhn, N. S. (2023). Supporting Teens' Intentional Social Media Use Through Interaction Design: An exploratory proof-of-concept study. *Proceedings of the 22nd Annual ACM Interaction Design and Children Conference*, 322–334. <https://doi.org/10.1145/3585088.3589387>

De Wolf, R. (2020). Contextualizing how teens manage personal and interpersonal privacy on social media. *New Media & Society*, 22(6), 1058–1075.
<https://doi.org/10.1177/1461444819876570>

Dumitru, E.-A. (2020). 'Testing Children and Adolescents' Ability to Identify Fake News: A Combined Design of Quasi-Experiment and Group Discussions. *Societies*, 10(3), Article 3. <https://doi.org/10.3390/soc10030071>

Ebbinkhuijsen, M., Bevelander, K. E., Buijzen, M., & Kleemans, M. (2021). Children's Emotions after Exposure to News: Investigating Chat Conversations with Peers as a Coping Strategy. *Journal of Youth and Adolescence*, 50(7), 1424–1436.
<https://doi.org/10.1007/s10964-021-01408-0>

Elsaesser, C. M., Patton, D. U., Kelley, A., Santiago, J., & Clarke, A. (2021). Avoiding fights on social media: Strategies youth leverage to navigate conflict in a digital era. *Journal of Community Psychology*, 49(3), 806–821.
<https://doi.org/10.1002/jcop.22363>

Freed, D., Bazarova, N. N., Consolvo, S., Han, E. J., Kelley, P. G., Thomas, K., & Cosley, D. (2023). Understanding Digital-Safety Experiences of Youth in the U.S. *Proceedings of the 2023 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1–15.
<https://doi.org/10.1145/3544548.3581128>

Freed, D., Consolvo, S., Cosley, D., Kelley, P. G., Ricart, E., Thomas, K., & Bazarova, N. N. (2025). Help-seeking and Coping Strategies for Technology-facilitated Abuse Experienced by Youth. *Proc. ACM Hum.-Comput. Interact.*, 9(2), CSCW094:1-CSCW094:25. <https://doi.org/10.1145/3710992>

Fulantelli, G., Taibi, D., Scifo, L., Schwarze, V., & Eimler, S. C. (2022). Cyberbullying and Cyberhate as Two Interlinked Instances of Cyber-Aggression in Adolescence: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology*, 13.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.909299>

Gámez-Guadix, M., Wachs, S., & Wright, M. (2020). "Haters back off" Psychometric Properties of the Coping with Cyberhate Questionnaire and Relationship with Well-being in Spanish Adolescents. *Psicothema*, 32(4), 567–574.
<https://doi.org/10.7334/psicothema2020.219>

Gavcar, E. G., Büber, A., & Şenol, H. (2024). Adolescents' Methods for Coping with Cyberbullying. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 31(1), 55–61.
<https://doi.org/10.4274/tjcamh.galenos.2022.32932>

Harness, J., Fitzgerald, K., Sullivan, H., & Selkie, E. (2022). Youth Insight About Social Media Effects on Well/Ill-Being and Self-Modulating Efforts. *Journal of Adolescent Health*, 71(3), 324–333. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.04.011>

Hassoun, A., Beacock, I., Carmody, T., Kelley, P. G., Goldberg, B., Kumar, D., Murray, L., Park, R. S., Sarmadi, B., & Consolvo, S. (2025). Beyond Digital Literacy: Building Youth Digital Resilience Through Existing “Information Sensibility” Practices. *Social Sciences*, 14(4), Article 4. <https://doi.org/10.3390/socsci14040230>

Heard-Garris, N., Ekwueme, P. O., Gilpin, S., Sacotte, K. A., Perez-Cardona, L., Wong, M., & Cohen, A. (2021). Adolescents’ Experiences, Emotions, and Coping Strategies Associated With Exposure to Media-Based Vicarious Racism. *JAMA Network Open*, 4(6), e2113522. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.13522>

Higgs, J. M., & Stornaiuolo, A. (2024). Being Human in the Age of Generative AI: Young People’s Ethical Concerns about Writing and Living with Machines. *Reading Research Quarterly*, 59(4), 632–650. <https://doi.org/10.1002/rrq.552>

Jaron Bedrosova, M., Tercova ,Natalie, De Coninck ,David, Pyżalski ,Jacek, Waechter ,Natalia, & and Machackova, H. (2025). Adolescents’ intentional and unintentional cyberhate exposure in Estonia, Finland, Germany, Italy, Poland, and Portugal: The role of perceived discrimination and digital literacy. *Journal of Children and Media*, 0(0), 1–20. <https://doi.org/10.1080/17482798.2025.2480091>

Kim, J., Cho, S., Wolfe, R., Nair, J. H., & Hiniker, A. (2025). Privacy as Social Norm: Systematically Reducing Dysfunctional Privacy Concerns on Social Media. *Proc. ACM Hum.-Comput. Interact.*, 9(2), CSCW151:1-CSCW151:39. <https://doi.org/10.1145/3711049>

Lao, Y., Hirvonen, N., & Larsson, S. (2025). Everyday encounters with deepfakes: Young people’s media and information literacy practices with AI-generated media. *Journal of Documentation*, 81(7), 216–235.

Lee, A. Y., & Hancock, J. T. (2023). Developing digital resilience: An educational intervention improves elementary students’ response to digital challenges. *Computers and Education Open*, 5, 100144. <https://doi.org/10.1016/j.caeo.2023.100144>

Livingstone, S., Jessen ,Reidar Schei, Stoilova ,Mariya, Stänicke ,Line Indrevoll, Graham ,Richard, Staksrud ,Elisabeth, & and Jensen, T. (2025). Can platform literacy protect vulnerable young people against the risky affordances of social media platforms? *Information, Communication & Society*, 0(0), 1–18. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2025.2518254>

Livingstone, S., Mascheroni, G., & Stoilova, M. (2023). The outcomes of gaining digital skills for young people’s lives and wellbeing: A systematic evidence review. *New Media & Society*, 25(5), 1176–1202. <https://doi.org/10.1177/14614448211043189>

- Luthfia, A., Wibowo, D., Widyakusumastuti, M. A., & Angeline, M. (2021). The Role of Digital Literacy on Online Opportunity and Online Risk in Indonesian Youth. *Asian Journal for Public Opinion Research*, 9(2), 142–160. <https://doi.org/10.15206/ajpor.2021.9.2.142>
- Mahon, C., & Hevey, D. (2021). Processing Body Image on Social Media: Gender Differences in Adolescent Boys' and Girls' Agency and Active Coping. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.626763>
- Masaki, H., Shibata, K., Hoshino, S., Ishihama, T., Saito, N., & Yatani, K. (2020). Exploring Nudge Designs to Help Adolescent SNS Users Avoid Privacy and Safety Threats. *Proceedings of the 2020 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1–11. <https://doi.org/10.1145/3313831.3376666>
- Mols, A., Campos, J. P., & Pridmore, J. (2023). Family Surveillance: Understanding Parental Monitoring, Reciprocal Practices, and Digital Resilience. *Surveillance & Society*, 21(4), 469–484. <https://doi.org/10.24908/ss.v21i4.15645>
- Mýlek, V., Dedkova, L., & Smahel, D. (2023). Information sources about face-to-face meetings with people from the Internet: Gendered influence on adolescents' risk perception and behavior. *New Media & Society*, 25(7), 1561–1579. <https://doi.org/10.1177/14614448211014823>
- Page Jeffery, C., Atkinson, S., & Graham, C. (2025). Using the story completion method to explore Australian parent and child responses to online risk. *New Media & Society*, 27(4), 2212–2229. <https://doi.org/10.1177/14614448231206458>
- Polillo, A., Cleverley, K., Wiljer, D., Mishna, F., & Voineskos, A. N. (2024). Digital Disconnection: A Qualitative Study of Youth and Young Adult Perspectives on Cyberbullying and the Adoption of Auto-Detection or Software Tools. *Journal of Adolescent Health*, 74(4), 837–846. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2023.11.395>
- Setyawati, Rr., Mareza, L., & Hamka, M. (2022). DIGITAL RESILIENCE: OPPORTUNITIES AND THREATS FOR ADOLESCENTS IN A VIRTUAL WORLD. *Acta Informatica Malaysia*, 6(2), 67–71. <https://doi.org/10.26480/aim.02.2022.67.71>
- Soldatova, G. U., Rasskazova, E. I., & Chigarkova, S. V. (2020). Digital Socialization of Adolescents in the Russian Federation: Parental Mediation, Online Risks, and Digital Competence. *Psychology in Russia: State of the Art*, 13(4), 191–206. <https://doi.org/10.11621/pir.2020.0413>
- Starks, A., & Reich, S. M. (2024). Children's sensemaking of algorithms and data flows across YouTube and social media. *Information and Learning Sciences*, 125(9), 673–692. <https://doi.org/10.1108/ILS-12-2023-0201>

- Stänicke, L. I., Jessen ,Reidar Schei, Staksrud ,Elisabeth, Stoilova ,Mariya, Graham ,Richard, Livingstone ,Sonia, & and Jensen, T. K. (2025). The Eclipse of Young people's Life: The Importance of Exploring Engagement in Self-Harm Content Online in Psychotherapy. *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy*, 24(1), 54–67. <https://doi.org/10.1080/15289168.2025.2450193>
- Sun, K., Sugatan, C., Afnan, T., Simon, H., Gelman, S. A., Radesky, J., & Schaub, F. (2021). “They See You’re a Girl if You Pick a Pink Robot with a Skirt”: A Qualitative Study of How Children Conceptualize Data Processing and Digital Privacy Risks. *Proceedings of the 2021 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1–34. <https://doi.org/10.1145/3411764.3445333>
- Tamboer, S. L., Kleemans, M., & Daalmans, S. (2022). ‘We are a neeeew generation’: Early adolescents’ views on news and news literacy. *Journalism*, 23(4), 806–822. <https://doi.org/10.1177/1464884920924527>
- Varela, J. J., Hernández, C., Berger, C., Souza, S. B., & Pacheco, E. (2022). To ignore or not to ignore: The differential effect of coping mechanisms on depressive symptoms when facing adolescent cyberbullying. *Computers in Human Behavior*, 132, 107268. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107268>
- Vissenberg, J., d’Haenens, L., & Livingstone, S. (2022). Digital Literacy and Online Resilience as Facilitators of Young People’s Well-Being? *European Psychologist*, 27(2), 76–85. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000478>
- Vissenberg, J., De Coninck, D., Mascheroni, G., Joris, W., & d’Haenens, L. (2023). Digital Skills and Digital Knowledge as Buffers Against Online Mis/Disinformation? Findings from a Survey Study Among Young People in Europe. *Social Media + Society*, 9(4), 20563051231207859. <https://doi.org/10.1177/20563051231207859>
- Wachs, S., Costello, M., Wright, M. F., Flora, K., Daskalou, V., Maziridou, E., Kwon, Y., Na, E.-Y., Sittichai, R., Biswal, R., Singh, R., Almendros, C., Gámez-Guadix, M., Görzig, A., & Hong, J. S. (2021). “DNT LET ’EM H8 U!”: Applying the routine activity framework to understand cyberhate victimization among adolescents across eight countries. *Computers & Education*, 160, 104026. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2020.104026>
- Wachs, S., Machimbarrena, J. M., Wright, M. F., Gámez-Guadix, M., Yang, S., Sittichai, R., Singh, R., Biswal, R., Flora, K., Daskalou, V., Maziridou, E., Hong, J. S., & Krause, N. (2022). Associations between Coping Strategies and Cyberhate Involvement: Evidence from Adolescents across Three World Regions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), Article 11. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116749>

Weinstein, E., Kleiman, E. M., Franz, P. J., Joyce, V. W., Nash, C. C., Buonopane, R. J., & Nock, M. K. (2021). Positive and negative uses of social media among adolescents hospitalized for suicidal behavior. *Journal of Adolescence*, 87(1), 63–73. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.12.003>

Wright, M. F., & Wachs, S. (2020). Parental Support, Health, and Cyberbullying among Adolescents with Intellectual and Developmental Disabilities. *Journal of Child and Family Studies*, 29(9), 2390–2401. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01739-9>

Yoon, J., Zhang, A. X., & Seering, J. (2025). "It's Great Because It's Ran By Us": Empowering Teen Volunteer Discord Moderators to Design Healthy and Engaging Youth-Led Online Communities. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 9(2), 1–30. <https://doi.org/10.1145/3711114>

8.2 Övrig litteratur

BitoS. (2004, augusti 6). *Branschföreningen för innehålls- och tjänsteleverantörer på onlinemarknaden i Sverige*. <https://web.archive.org/web/20040806081242/http://bitos.org/index.html>

Bjorklund, D. F. (1990). *Children's strategies: Contemporary views of cognitive development*. L. Erlbaum Associates.

Dunkels, E. (2007). *Bridging the distance: Children's strategies on the internet*. Institutionen för interaktiva medier och lärande, Umeå universitet.

Fung, A. L. C. (Red.). (2024). *Cyber and face-to-face aggression and bullying among children and adolescents: New perspectives, prevention and intervention in schools*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003414933>

Green, L. (Red.). (2021). *The Routledge companion to digital media and children*. Routledge, Taylor & Francis Group.

Hilding, J., Lindberg, V., & Brusewitz, C. (2025). *Mer än bara spel*. SVEROK, Riksförbundet Attention. <https://sverok.se/wp-content/uploads/2025/06/Mer-an-bara-spel-digital-version-uppslag.pdf>

Lindström, J., Prispårets Stiftelse, Kaati, L., & Akrami, N. (2024). *Ord som sårar*. Prinsparets Stiftelse

Livingstone, S., & Stoilova, M. (2021). The 4Cs: Classifying Online Risk to Children. CO:RE Short Report Series on Key Topics, 14 S. <https://doi.org/10.21241/SSOAR.71817>

Malik, S., Bansal, R., & Tyagi, A. (Red.). (2021). *Impact and role of digital technologies in adolescent lives*. Information Science Reference.

Rother, E. T. (2007). Systematic literature review X narrative review. *Acta paulista de enfermagem*, 20, v–vi.

Setty, E., Gordon, F., & Nottingham, E. (Eds.). (2024). *Children, Young People and Online Harms: Conceptualisations, Experiences and Responses*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-46053-1>

Sukhera, J. (2022). Narrative reviews: Flexible, rigorous, and practical. *Journal of graduate medical education*, 14(4), 414–417.

UK Council for Internet Safety. (n.d). *Digital Resilience Framework*.
https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/831217/UKCIS_Digital_Resilience_Framework.pdf

Vandoninck, S., d’Haenens, L., & Roe, K. (2013). Online Risks: Coping strategies of less resilient children and teenagers across Europe. *Journal of Children and Media*, 7(1), 60–78. <https://doi.org/10.1080/17482798.2012.739780>

Weinstein, E., & James, C. (2022). *Behind Their Screens: What Teens Are Facing (and Adults Are Missing)*. The MIT Press.
<https://doi.org/10.7551/mitpress/14088.001.0001>

Wohlin, C. (2014). Guidelines for snowballing in systematic literature studies and a replication in software engineering. *Proceedings of the 18th International Conference on Evaluation and Assessment in Software Engineering*, 1–10.
<https://doi.org/10.1145/2601248.2601268>

Wright, M. F., & Schiamberg, L. B. (Eds.). (2020). *Child and Adolescent Online Risk Exposure: An Ecological Perspective*. Elsevier. <https://shop.elsevier.com/books/child-and-adolescent-online-risk-exposure/wright/978-0-12-817499-9>



Mediemyndigheten

Tel: 08-580 070 00
www.mediemyndigheten.se