

Påstandsøvelse

1. Det er lettere å holde kontakten med venner gjennom sosiale medier
2. Det er lettere å få venner på nettet
3. Jeg synes det er dumt at folk sender nakenbilder til andre som ikke ønsker det
4. Det er ubehagelig å bli kontaktet av fremmede på sosiale medier
5. Jeg tror samholdet i klassen blir bedre om man også holder kontakt med hverandre gjennom sosiale medier
6. Det er lett å misforstå hverandre på sosiale medier
7. Det er tydelige regler for hvordan man skal oppføre seg på sosiale medier
8. Folk oppfører seg dårligere når de kan være anonyme på sosiale medier
9. Jeg har hørt og sett mye dumt – som baksnakking, mobbing, trusler og stygge kommentarer på sosiale medier
10. Jeg føler at sosiale medier gir meg kontroll over hva som skjer blant venner og i verden
11. Jeg har behov for å poste noe på sosiale medier jevnlig
12. Jeg er redd for å gå glipp av noe om jeg ikke er på sosiale medier
13. Jeg er opptatt av å følge med på hva vennene mine gjør på sosiale medier
14. Det er viktig for meg å få likes og fine kommentarer på det jeg deler på sosiale medier
15. Det er lett å føle seg utenfor dersom en ikke har blitt inkludert i andre sine stories eller gruppechatter.
16. Jeg har brukt snapmap til å se om venner har samlet seg uten meg
17. Det er helt greit at folk bruker filtre eller redigerer bilder av seg selv for å se bedre ut på sosiale medier
18. Jeg liker Snapmap
19. Det er greit å spre videre bilder av andre
20. Ungdom bruker for mye tid på sosiale medier
21. Voksne bruker for mye tid på sosiale medier
22. Jeg sovner for sent fordi jeg er på sosiale medier eller er på mobilen
23. Sosiale medier tar mye tid og står ofte i veien for andre aktiviteter
24. Jeg bruker sosiale medier når jeg kjeder meg
25. Jeg bruker sosiale medier når jeg er i kleine situasjoner
26. Jeg synes det er lettere å snakke med venner ansikt til ansikt fremfor på sosiale medier
27. Jeg føler meg «presset» til å like og kommentere på venner sine poster
28. Jeg føler meg overvåket på sosiale medier
29. Jeg synes det er dumt at jeg blir reklamert til, uten å bli spurt
30. Jeg synes det er respektløst når jeg snakker med noen og de tar opp mobilen eller går på sosiale medier
31. Jeg føler meg tøffere på nettet
32. Jeg føler den jeg er på sosiale medier reflekterer den virkelige meg
33. Jeg har kjøpt noe fordi en kjendis eller influencer sa det var bra
34. Mange har et for negativt syn på gaming
35. Jeg synes jeg bruker for mye tid på gaming
36. Familien min synes jeg gamer for mye
37. Gaming er en hobby på lik linje fotball eller musikk

38. Jenter blir sett ned på i gamingmiljøer
39. Gaming kan være lærerikt
40. Jeg har det bra når jeg gamer

Tillegg

- Jeg synes det er dumt at folk sender voldelige videoer til hverandre på sosiale medier
- Jeg synes det er ubehagelig å få tilsendt videoer med seksuelt innhold jeg har ikke har bedt om
- Jeg føler meg presset til å se bilder og videoer jeg synes er ubehagelig på sosiale medier
- Jeg mener og står for det jeg sier/skriver på nett
- Stygg språkbruk er greit i gamingsituasjoner
- Jeg har lært mer engelsk av å game enn jeg har lært på skolen

- Ekstra uten særlig bra språk:
- Jeg blir påvirket til en bestemt treningsform via sosiale medier
- Jeg er bevisst på at videoer/innhold jeg ser mye på, dukker opp oftere pga. algoritmer
- Sosiale medier serverer usunne mengder av for eksempel trening, slanketips og depressivt innhold.
- Jeg blir motivert til en sunnere livsstil av sosiale medier