

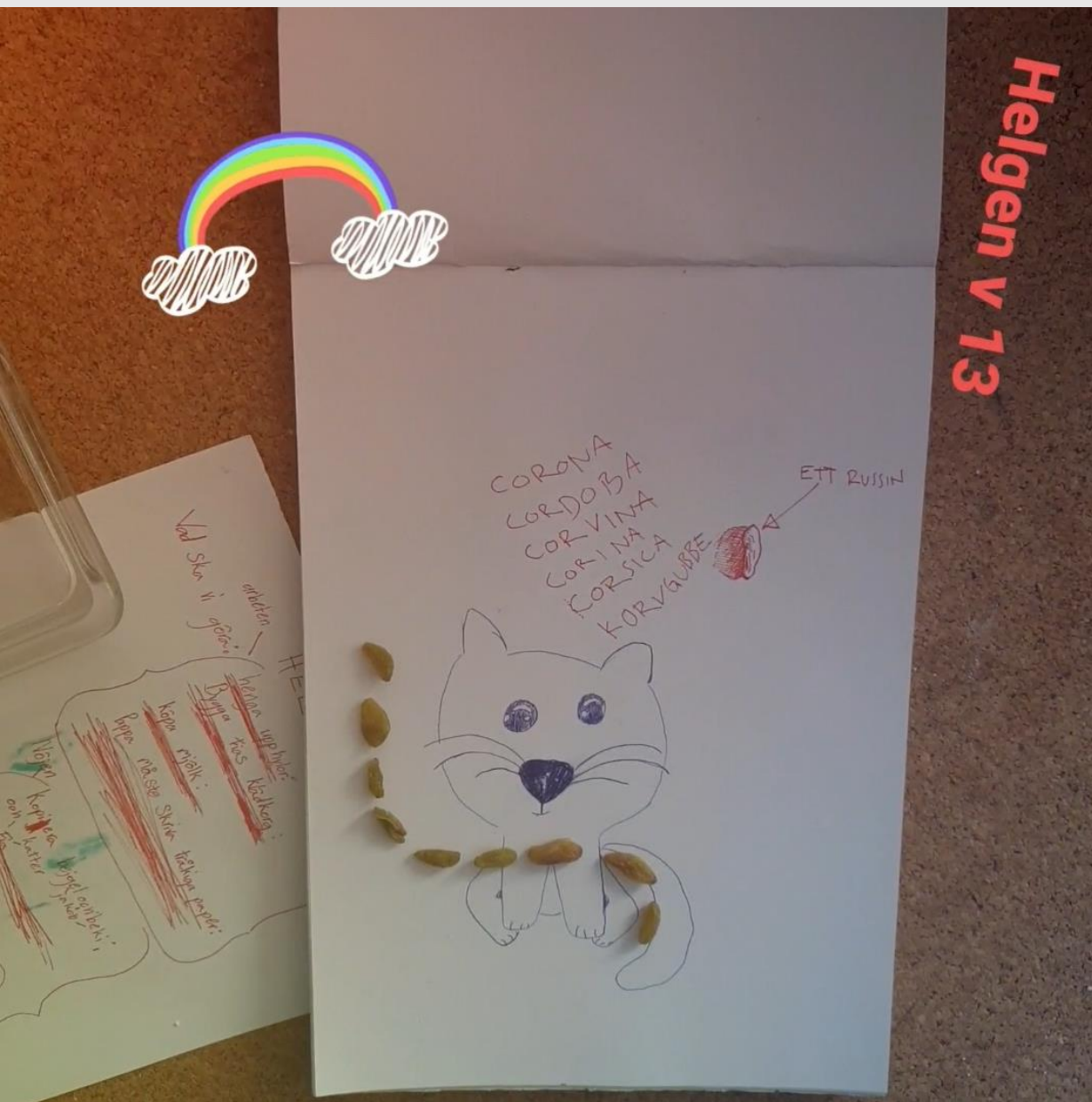


Myndigheten för
samhällsskydd
och beredskap

FORSKNING/STUDIE

Russinmask eller panik?

Hanteringsstrategier i covid-19:s
desinformationslandskap



Russinmask eller panik? Hanteringsstrategier i covid-19:s
desinformationslandskap

Tidsperiod: 2021

Utförare: FOI Totalförsvarets forskningsinstitut

Ansvarig: forskare/författare: Ola Svenonius, fil.dr.

Kort sammanfattning: Rapporten sammanfattar resultaten från forskningsprojektet "Russinmask eller panik?", som fokuserar på hur människor hanterar stress i samband med covid-19-pandemin. Inlägg på de sociala medieplattformarna Instagram och Tiktok studeras för att undersöka vilka hanteringsstrategier som representeras där. Särskild vikt läggs vid vilseledande information och desinformation, som dock inte har en framträdande bild i det material som undersöks.

© Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB)

MSB:s Kontaktpersoner: Sara Sörensen, 010-240 4375, Jenny Selrot, 010-240 5122

Foto omslag: Ola Svenonius

Text: Ola Svenonius

Tryck: DanagårdLiTHO

Publ. nr: MSB1861 – augusti 2021

ISBN: 978-91-7927-199-2

MSB har beställt och finansierat genomförandet av denna forskningsrapport (alt. studierapport). Författarna är ensamma ansvariga för rapportens innehåll.

Förord om russinmasken

Helgen vecka 13 2020, den 28:e mars. Det är tidigt i pandemin, mycket är fortfarande osäkert. Vi vet det inte men det värsta är ännu framför oss. I en lägenhet sitter jag med mina barn och pratar om coronaviruset, pandemin och vad som sker i Sverige och i andra europeiska länder. Alla är eniga om att coronaviruset är dåligt. Efter ett tag börjar vi spåna på olika ordlekar med ”corona” som utgångspunkt, för att håna viruset på sätt och vis. Efter det gör vi en kort stop-motion-film med en mask av russin som rör sig över orden som vi har kommit på och lägger ut den på Instagram (idag finns filmen på kontot ”russinmask” på samma plattform).

Att filma russinmasken var, förstod jag sen, ett sätt att hantera den stress som pandemin medförde. Det var kul, vi kunde med hjälp av en kamera och sociala medier göra något konstruktivt och koppla bort verkligheten en stund. När MSB lyste ut forskningsmedel med inriktning mot covid-19-pandemin byggde jag projektet med utgångspunkt i russinmasken - min egen stresshantering. Idag kanske jag skulle säga att det var en del av en ”känslomässig” eller ”undvikande” copingstrategi. Detta och mycket annat diskuteras i den här rapporten.

Rapporten presenterar resultaten från forskningsprojektet ”Russinmask eller panik?”. Det fokuserar på pandemins indirekta effekter, som stress och oro, med fokus på sociala medier. Den utgör ett nedslag i den otroliga mängd av inlägg på sociala medier som svenska användare har producerat under pandemin. Även om urvalet i sig inte är representativt ger det en rätt så god bild av det innehåll som vi, kollektivt, har skapat för oss själva, för andra och för eftervärlden.

Jag vill tacka alla de användare som har möjliggjort projektet, dels genom att dela sina tankar på Instagram och Tiktok, dels genom att låta mig använda deras bilder i denna rapport. Jag vill tacka de medarbetare och praktikanter som har hjälpt till med materialinsamlingen. Det var ett intensivt arbete och inte alls så enkelt som en kan tro. Jag vill även tacka MSB som finansierar detta projekt. Tack för uppmuntran, stöd och intresse för min och vår forskning på FOI.

Kista, 2021-07-06

Ola Svenonius

Projektledare, FOI Totalförsvarets forskningsinstitut

Innehåll

PANDEMINS INDIREKTA OFFER.....	5
Stress och sociala medier under pandemin	5
Syfte och frågeställningar	6
Mindfulness eller pandemi-panik.....	7
COVID-19-PANDEMIN PÅ INSTAGRAM OCH TIKTOK	8
HANTERINGSSTRATEGIER	12
SLUTSATSER	14
BIBLIOGRAFI	15

Pandemins indirekta offer

Under covid-19-pandemin har många människor befunnit sig i karantän, antingen på eget bevåg eller påtvingat av sitt lands regering. Begränsningarna i samband med covid-19 har skapat svallvågor som vi ännu inte kan överblicka. De ekonomiska effekterna var tidigt tydliga, medan de indirekta, psykologiska återstår att utvärdera.

Att bli avskuren från världen och begränsad i sin rörlighet är för många människor säkerligen en svår upplevelse. Att vidare frukta inkomstbortfall och sysslöshet är en ytterligare påfrestning som många idag känner igen. De potentiella skadeverkningarna av isolering i hemmet är många: från psykisk ohälsa, risk för konflikt, risk för ohälsosam konsumtion och stillasittande (Cullen, Gulati, och Kelly 2020). Även fast Sverige har haft något mindre tvingande restriktioner har befolkningens psykiska hälsa försämrats under pandemin (McCracken m.fl. 2020). Pandemins indirekta offer är de som far illa som ett resultat av smittobekämpningen och som inte har resurser att hantera den stress som situationen skapar.

Stress och sociala medier under pandemin

En markant effekt av den sociala isoleringen är en ökad internetanvändning. För att hantera den stress som isoleringen orsakar vänder sig många till sociala medier, på gott och ont. Omfattande studier om människors användning av internet och sociala medier visar att det kan innebära en risk för ökad depression, men för vissa vara en hjälp mot att må dåligt (Wallinheimo 2021; Yousri, Aldossari, och Veltri 2021). Antalet memes och roliga videor där användare dansar, sjunger, tar bilder på en katt, eller gör andra saker, har exploderat under pandemin. Krisen leder emellertid också till ett febrilt diskuterande om och kring covid-19, och både traditionella medier och faktagranskare på internet har varnat för att mängden desinformation är omfattande (Cha m.fl. 2021). Höga politiska beslutsfattare, som den Europeiska kommissionens ordförande Ursula von der Leyen, gick i maj 2020 ut med en varning om covid-19-relaterad desinformation på sociala medier (Europeiska unionen 2020). Detta visar allvaret i situationen.

Under pandemin har vilseledande och felaktig information florerat på sociala medier, vilket kan leda till ökad osäkerhet och oro hos människor som spenderar mycket tid online (Gao m.fl. 2020; Piltch-Loeb m.fl. 2021; Su 2021). Stress och oro kan också påverka människors kognitiva funktioner och vilja att tro på falsk information (Greenaway, Louis, och Hornsey 2013; Shields 2020). Det svenska, jämförelsevis liberala förhållningssättet till smittobegränsning kan också vara en

stressfaktor för vissa delar av befolkningen. Osäkerheten kring Sveriges vägval har också varit en potentiell grogrund för ökade spekulationer och relativisering av vetenskapliga rön.¹ Flera undersökningar visar också att överdrivet informationssökande är en riskfaktor för psykisk ohälsa (Gao m.fl. 2020; Götman och Bechtoldt 2021; Millar m.fl. 2021). Samtidigt finns det andra studier som visar på de positiva effekterna av att använda sociala medier i måttfullhet (Tuason, Güss, och Boyd 2021; Yousri, Aldossari, och Veltri 2021). Internetanvändningen kan således vara både terapeutisk och riskfylld.

Syfte och frågeställningar

Syftet med projektet är att undersöka hur användare på sociala medier hanterar stress genom sina inlägg, och i vilken mån en ökad förekomst av vilseledande information kan observeras. Frågorna som ställs i projektet ”Russinmask eller panik?” är:

- Vilka hanteringsstrategier för stress, relaterad till covid-19-pandemin, kan identifieras via användares inlägg på sociala medier?
- Påverkar typen av hanteringsstrategi som kan urskiljas i en användares inlägg på sociala medier dennes benägenhet att sprida vilseledande eller felaktig information kring covid-19?

Projektet fokuserar på Instagram och Tiktok, två sociala medieplattformar med en yngre målgrupp än exempelvis Facebook och Twitter. I nästa avsnitt diskuterar jag vad ordet ”hanteringsstrategi” betyder.

Datainsamling och metod

Datainsamling skedde efter prövning av Etikprövningsmyndigheten² av poster med nyckelorden (hashtag) ”coronasverige”, ”coronastockholm” och ”covid sverige” på Instagram och Tiktok för perioden mars 2020 och oktober-december 2020. Dessa valdes ut med anledning av att de var populära under första vågen. Under andra vågen använde sig många användare av andra hashtaggar, och det fanns generellt färre inlägg. Därför kunde istället en längre period under hösten/vintern 2020 inkluderas. Endast öppna konton loggades.

Detta resulterade i två dataset med 700 poster (Instagram) respektive 135 poster (Tiktok). I rapporten presenteras dessa sammanslagna av utrymmesskäl. De kodades och analyserades kvalitativt utifrån en teori inom psykologi som kallas för ”coping theory” och som beskrivs nedan.

En utförligare beskrivning av tillvägagångssättet och dess för- och nackdelar återfinns i:

Svenonius, Ola. 2021. *Russinmask eller panik? Hanteringsstrategier i covid-19:s desinformationslandskap*. Stockholm: Totalförsvarets Forskningsinstitut. FOI-R--5186-SE.

¹ Se t.ex. diskussionen om det svenska exemplet i Robertson (2020) och Vogel (2020).

² Etikprövningsmyndigheten, diarienummer 2020-04635.

Mindfulness eller pandemi-panik

I den här rapporten betraktas pandemin generellt som en stressfaktor som träffade hela jordens befolkning i stort sett på samma gång (Ornell m.fl. 2020). Den stress som diskuteras här är ”psykologisk stress”. Med detta menas en persons relation till de krav som omvärlden ställer, framförallt när dessa krav överstiger hans psykologiska resurser och hotar hans välmående (Lazarus och Folkman 1984, 19). Den här definitionen bygger på boken *Stress, Appraisal, and Coping* som gavs ut 1984 av Richard S. Lazarus och Susan Folkman. Boken har givit upphov till mycket forskning och citeras flitigt i samband med undersökningar om covid-19-pandemin (se till exempel Babore m.fl. 2020; Budimir, Probst, och Pieh 2021; Götman och Bechtoldt 2021). Det finns flera sätt att se på stress men i det här sammanhanget används ordet för att ge oss en förståelse för hur människor reagerar på de krav som pandemin och restriktionerna ställer på oss. Stresshantering, i sin tur, diskuteras här i termer av *coping*. Det definieras som människors kognitiva och beteendemässiga ansträngningar för att hantera stress. Kort sagt, stresshantering innebär att bemästra, tolerera eller att minimera effekten av stress (Sameer m.fl. 2020, 3).

Copingstrategi – människors kognitiva och beteendemässiga ansträngningar för att bemästra, tolerera eller att minimera effekten av stress

Människor uppvisar olika övergripande sätt att hantera stress, olika *copingstrategier*.³ I forskningen om stresshantering brukar några olika typer av strategier lyftas fram. Det finns flera distinktioner, men de vanligaste är de mellan problemorienterade, känslorienterade, bemötande och undvikande strategier (Dubow och Rubinlicht 2011; Frydenberg 2014; Skinner m.fl. 2003).

- Personer som följer en *problemorienterad strategi* försöker närma sig stressfaktorn genom att lösa de konkreta problem som den ger upphov till. Är det till exempel brist på ansiktsmasker kan ett sätt att lösa det vara att göra egna. En person som hanterar stress genom att lösa problemet har oftast lättare att klara sig från psykisk ohälsa eftersom denna copingstrategi gör att hen själv, aktivt reglerar sina känslor och därför ofta känner att de har mer kontroll över situationen (Abouammoh, Irfan, och AlFaris 2020; Thompson m.fl. 2018).

³ Begreppen "copingstrategi" och "hanteringsstrategi" är i princip synonyma. I forskningen om stresshantering används ofta den engelska terminologin för att skilja det specifika och teoretiskt orienterade begreppet "coping" från de mer allmänna, som "hanteringsstrategi" och "stresshantering". I rapporten används också framförallt begreppet "copingstrategi" av samma anledning.

- Personer som följer en *känslorienterad strategi* reagerar känslomässigt. Det kan till exempel uttrycka sig i ångest och oro, depression eller ilska. Känslostyrd stresshantering brukar oftast beskrivas negativt eftersom det sedan länge är belagt att det riskerar att resultera i psykisk ohälsa (Skinner m.fl. 2003). Forskning har visat att det även gäller hanteringen av pandemin (Luo m.fl. 2020). Känslostyrda strategier kan gå både mot det undvikande och passiva, eller vara uppsökande och bemötande (Frydenberg 2014).
- Personer som följer en *bemötande strategi* försöker skapa förutsättningar för psykiskt välmående genom att själv ta itu med stressfaktorn. Det kan till exempel handla om att skaffa kunskap om coronaviruset eller att söka stöd och hjälp från vänner och närstående. En viktig aspekt när det gäller bemötande copingstrategier är förmågan att utöva *mindfulness* och självkontroll; att acceptera en situation för vad den är och att tänka positivt kring den egna kapaciteten att förändra sin situation (Götmann och Bechtoldt 2021; Thompson m.fl. 2018; Tuason, Güss, och Boyd 2021).
- Personer som följer en *undvikande strategi* fokuserar på annat än att bemöta de krav som omvärlden ställer. Det kan resultera i att skylla problem på andra, konsumtion av alkohol och tobak, tv-spelande eller omfattande användning av sociala medier. Att undvika problemet brukar även det associeras med psykisk ohälsa, särskilt i fall där det går till överdrift (Balasubramanian m.fl. 2020). Till exempel har Chee m.fl. visat att undvikande strategier var associerat med dåliga matvanor och försämrad hälsa i allmänhet (Chee m.fl. 2020).

Eftersom denna indelning inte är helt ömsesidigt uteslutande ska de inte ses som exakta mätinstrument (Skinner m.fl. 2003), utan snarare som en tolkningsram för att hjälpa oss att förstå olika angreppssätt när det gäller stresshantering.

Nedan presenteras först en kategorisering av inläggen på Instagram och Tiktok, därefter tolkas materialet med hjälp av de olika copingstrategierna som nämndes ovan.

Covid-19-pandemin på Instagram och Tiktok

Många tog tillflykt till Instagram och Tiktok under pandemin. Inte bara existerande användare, utan även många nya konton startades under 2020, varav vissa specifikt för att rapportera om utvecklingen av pandemin. De inlägg som återfinns i de data som studeras här rör explicit covid-19, coronaviruset eller pandemin generellt. Endast inlägg från öppna konton är inkluderade.

Det är stor spridning mellan hur populära inläggen är, både inom och mellan de två datamängderna. Tiktok och Instagram fungerar lite olika, och den förra genererar betydligt fler gilla-markeringar (likes) och kommentarer än den senare. Detta betyder emellertid inte att det nödvändigtvis är mer interaktion på Tiktok än på Instagram, utan endast att plattformarna är utformade på lika olika sätt. Skillnaderna framgår i tabell 1 nedan.

Tabell 1. Beskrivande statistik för data från Instagram och Tiktok

Variabel	Tiktok	Instagram ⁴
Antal inlägg med registrerade likes och/eller visningar	135	700
Min/Max likes/visningar	9/92600	0/55060
Genomsnittligt antal likes/visningar	8843	220
Medianvärde för antal likes/visningar	1327	16
Standardavvikelse antal likes/visningar	17780	2151
Totalt antal likes/visningar	1 176 000	154 000
Antal registrerade inlägg med kommentarer	127	134
Min/max kommentarer	0/2218	0/212
Genomsnittligt antal kommentarer	138	9
Median för kommentarer	29	4
Standardavvikelse kommentarer	302	21

Källa: Russinmask eller panik?/FOI.

Tabell 1 visar de stora skillnaderna mellan hur användare interagerar på de två plattformarna, samt hur populära inläggen är. Medan de 135 inläggen på Tiktok totalt har genererat över en miljon likes är motsvarande siffra för 700 inlägg på Instagram endast ca 154 000. De Tiktokinlägg som analyseras här är jämförelsevis populärare än Instagraminläggen, men det beror också på hur plattformarna presenterar inläggen och hur användare konsumerar andras videor. På Tiktok är alla inlägg korta video, medan Instagrams användare kan lägga upp videor och bilder med mer omfattande beskrivning.⁵ Generellt sett var Instagraminläggen fler än de på Tiktok, vilket också förklarar skillnaden i antalet inlägg som vi har loggat.

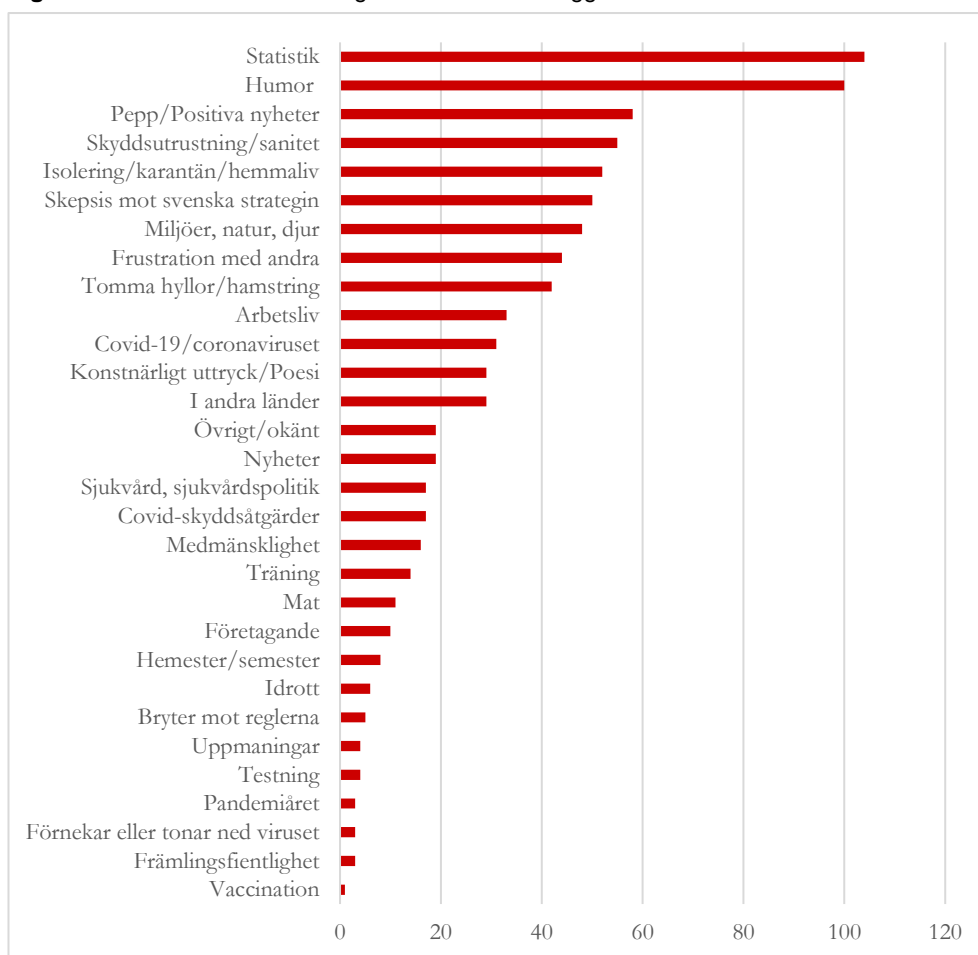
Kategoriseringen av inläggen presenteras i Figur 1 på nästa sida. I figuren visas att inlägg med *statistik* om antal covid-19-fall, avlidna, antal patienter på IVA, med mera, utgjorde den största gruppen inlägg. Ett antal konton startades under

⁴ Instagram visar antingen antal likes och visningar, sällan båda. I denna sammanställning har likes och visningar slagits samman. Detta är inte oproblematiskt eftersom en like generellt betyder mer än en visning, men för enkelhetens skull är de här alltså likställda.

⁵ Plattformarna utvecklas ständigt med nya funktioner, så framställningen gäller situationen vid insamlingstillfället.

pandemin som rapporterade folkhälsostatistik och de flesta inlägg i denna kategori tillhör dessa. De flesta inlägg med statistik återfinns på Instagram, dessa är inte så många på Tiktok. Näst mest förekommande är *humorinlägg* som på ett eller annat sätt skojar med pandemin, dess effekter, eller den svenska coronastrategin.⁶ Dessa är rikligt förekommande på både Instagram och Tiktok. Den tredje kategorin, *positiva nyheter*, består av inlägg som försöker ge hopp till människor genom att lyfta fram ljusglimtar i nyhetsflödet. Andra stora kategorier är *skyddsutrustning och sanitet*, t.ex. handsprit eller ansiktsmasker, bilder av djur, natur och olika typer av *miljöer* – ofta folktomma – som visar hur den sociala distanseringen påverkade användarnas omgivning. Högt upp på listan finner vi inlägg som behandlar *isolering och karantän*, är, relativt sett, vanligast på Tiktok, där strax över 10% av samtliga inlägg återfinns i denna kategori. Sverige har inte haft någon tvingande isolering, men många människor har levt i avskildhet och detta tematiseras i många inlägg.

Figur 1. Tematisk översikt: Instagram- och Tiktokinlägg



Källa: Russinmask eller panik?, FOI 2021. N=835.

⁶ Det är värt att notera att majoriteten av inlägg består av icke-provokativ, "lättsmält" humor. Det finns inga eller mycket få inlägg av morbida skämt, t.ex. om de som har avlidit, eller på annat sätt kontroversiellt innehåll.

De lite mer negativt konnoterade kategorierna återfinns också högt upp på listan. Där finner vi inlägg som är kritiska mot den svenska strategin, frustration med andra, och olika inlägg om hur människor tidigt under pandemin hamstrade matvaror och toalettpapper. Detta tyder på ett känslomässigt uttryck som betonar de negativa aspekterna av tillvaron under pandemin. Även de konstnärliga uttryck som förekommer ger uttryck för liknande känslor – tomhet och oro är vanligt förekommande. Något mindre vanligt är det att lägga upp bilder på matlagning, träning och hemarbete i samband med den hashtag som användes som sökverktyg in undersökningen.

De inlägg som uttrycker *skepsis mot den svenska strategin* är, relativt sett, dubbelt så vanliga på Tiktok som på Instagram. Dessa inlägg uttrycker kritik eller sarkasm, ofta i kombination med humor. De inlägg som huvudsakligen vill skämta har kategoriserats som ”humor”, medan de som har en mer tydlig kritisk karaktär ligger i skepsis-kategorin. Ett exempel på coronarelaterad humor visas på bilden nedan, där kontot *folkhemseliten* behandlar den svenska coronastrategin:

Figur 2. Inlägg från Instagramkontot folkhemseliten



Foto: SVT.

Det är intressant att se att andelen vilseledande information är liten. Bland de insamlade inläggen finns endast ett fåtal som ifrågasätter virusets existens, tonar ned allvaret med pandemin, eller sprider konspirationsteorier om covid-19-vaccinen. Endast cirka 1,5% av inläggen som förekommer i vår data innehåller vilseledande eller direkt felaktig information, vilket är lägre än de flesta jämförbara studier. Gabarron (2021) har gjort en översikt över tillgängliga studier med uppskattningar över förekomsten av vilseledande information och desinformation

om covid-19 på sociala medier. Dessa bygger så gott som alltid på data från Twitter och Facebook, men visar vanligtvis en förekomst på mellan 7-14% (Ibid. 2021, 459).

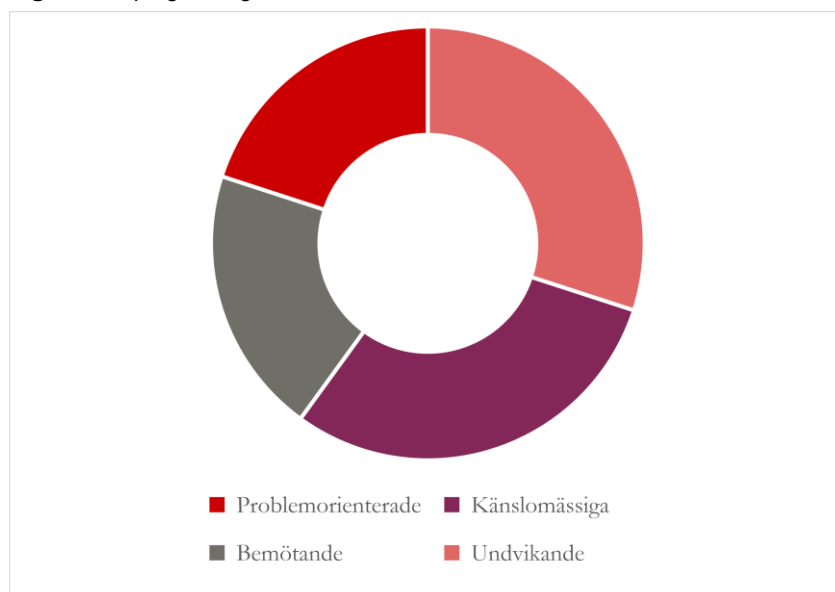
Andelen vilseledande information är 1,5 procent

Även här kan skillnaderna mellan de olika sociala medieplattformarna betonas. Facebook och Twitter har andra målgrupper än Instagram och Tiktok, och användarna är mer benägna att diskutera sakfrågor i inlägg och kommentarsfält.

Hanteringsstrategier

Med utgångspunkt i den kategorisering som presenterades i Figur 1 går det att utläsa ett antal mer övergripande förhållningssätt som användare av Instagram och Tiktok använder sig av. Dessa strategier representerar alltså sätt att förhålla sig till de krav som ställs på en person, och som på ett eller annat sätt överstiger hans psykologiska resurser och hotar hans välmående (Lazarus och Folkman 1984, 19, 141). Resultaten sammanfattas i Figur 3 och beskrivs nedan.

Figur 3. Copingstrategier



Källa: Russinmask eller panik/FOI.

Figur 3 visar en ganska jämn fördelning mellan de olika typerna. Den baseras på en tolkning av inläggen som samlades in i detta projekt och kategoriseringen av dem som visas i Figur 1. I den här undersökningen tolkas inläggen som sätt att

hantera den stress som pandemin ställde på användarna under den period som undersöks. I dataunderlaget framgår att svenska användare tar till en rad sätt att göra detta, varav vissa ter sig mer eller mindre konstruktiva. De strategier som identifierats är:

Problemorienterade:

- att fokusera på det kontrollerbara.
- att försöka tjäna på pandemin – i pengar eller popularitet.

Känslomässiga:

- att beklaga sig över andra människor.
- att dokumentera samtiden för andra eller eftervärlden.
- att solidarisera sig med resten av världen (isolering i samband med frivillig karantän och hemarbete i Sverige).

Bemötande:

- att skaffa och förmedla kunskap om covid-19 och om de olika sätt som samhället kan svara på.
- att betona det positiva i tillvaron.

Undvikande:

- att skämta om det hemska (dock ej de avlidna, sådan humor förekommer inte).
- att ignorera covid-19 eller att tona ned allvaret med sjukdomen.
- att skoja med den svenska strategin, även i relation till andra länder.

Problemorienterade strategier är de som angriper ett stundande problem eller dess orsaker direkt. I detta sammanhang kan det t.ex. handla om att se till att få tag på ansiktsmasker eller handsprit. Känslomässiga strategier kan vara både mer (t.ex. att betona medmänsklighet och engagera sig i att söka och få stöd), eller mindre konstruktiva (t.ex. att klaga på andra, reagera med stark oro). De känslomässiga strategierna representerar alltså en disparat grupp kommunikativa beteenden. Bemötande strategier som har identifierats, handlar om att söka kunskap och information eller att försöka möta pandemin genom att aktivt engagera sig för positiva eller mindfulness-liknande kommunikativa åtgärder. Till skillnad från känslomässiga eller undvikande strategier är bemötande associerat med god psykisk hälsa (Götmann och Bechtoldt 2021). Undvikande strategier, till sist, inkluderar beteenden som går ut på att vända sig bort från problemet. Det kan vara med humor eller matlagning, djur eller russinmaskar. Kategorin är bred och vissa av inläggen är tydligt undvikande, medan andra också skulle kunna tolkas som bemötande – särskilt då användare använder humor för att behandla Sveriges hantering av pandemin.

Slutsatser

Projektet ”Russinmask eller panik?” studerar inlägg på Instagram och Tiktok för att försöka förstå hur människor hanterar den stress som covid-19-pandemin innebär. Hur individer hanterar den rådande situationen, vilka hanteringsstrategier som utvecklas, samt vilka typer av desinformation som är mest framgångsrika är viktiga frågor för att utforma samhällets svar på coronakrisen och dess omedelbara såväl som långsiktiga effekter.

Varför individer reagerar på olika sätt på stress är svåra att utreda. Det är inte heller möjligt att utläsa om användarna bakom de inlägg som analyserats är drabbade av psykisk ohälsa eller inte. Däremot går det att observera ett beteende och tolka det utifrån de olika copingstrategier som definierades i början av denna rapport. Det är också tydligt att det finns spår av sådana förhållningssätt som tidigare forskning har associerat med psykisk ohälsa.

Däremot fanns i det underlaget som analyserats i projektet få spår av vilseledande information. Endast en liten andel av inläggen kunde betecknas som felaktiga eller vilseledande. Dessa var av olika karaktär – från humor till konspirationsteorier. I allmänhet var det emellertid lätt att identifiera dessa, vilket även skedde i kommentarsfälten i de flesta fall.

Vad betyder då detta? De data som ligger till grund för den här analysen visar en ganska spridd bild av de copingstrategier som användare på Instagram och Tiktok ger uttryck för. Det som överraskar är hur liten del av inläggen som är uppenbart vilseledande eller felaktiga – endast 1,5%. Tidigare studier har visat en betydligt högre andel. Det är möjligen en effekt av vilka plattformar som studeras, samt vilka sökbegrepp som används.

Implikationerna av projektet är att de plattformar som studeras här – Instagram och Tiktok – i hög grad påverkar innehållet. Båda plattformarna fokuserar på bilder eller korta videoklipp med en påtaglig lutning mot humor, dans och andra upptåg. Visst förekommer vilseledande information även här, men utifrån dessa data kan vi anta att andra sociala medieplattformar, som Twitter och Facebook, lämpar sig bättre för att sprida vilseledande information och därför också används till detta i högre grad. Framtida forskning kan utföra en bredare inhämtning och undersöka denna hypotes.

Det bör understrykas att ovanstående bygger på rapportförfattarens tolkning av materialet. Det betyder inte att tolkningen i sig inte är rätt, endast att en annan person kanske skulle ha tolkat inläggen på ett annat sätt. Läsaren ges genom framställningen ovan möjlighet att själv bedöma rimligheten i dessa tolkningar.

Bibliografi

- Abouammoh, Noura, Farhana Irfan, och Eiad AlFaris. 2020. "Stress coping strategies among medical students and trainees in Saudi Arabia: a qualitative study". *BMC Medical Education* 20 (1): 124. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02039-y>.
- Babore, Alessandra, Lucia Lombardi, Maria Luisa Viceconti, Silvia Pignataro, Valentina Marino, Monia Crudele, Carla Candelori, Sonia Monique Bramanti, och Carmen Trumello. 2020. "Psychological Effects of the COVID-2019 Pandemic: Perceived Stress and Coping Strategies among Healthcare Professionals". *Psychiatry Research* 293 (november): 113366. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113366>.
- Balasubramanian, Anusha, Vigneshwar Paleri, Robin Bennett, och Vinidh Paleri. 2020. "Impact of COVID-19 on the Mental Health of Surgeons and Coping Strategies". *Head & Neck* 42 (7): 1638–44. <https://doi.org/10.1002/hed.26291>.
- Budimir, Sanja, Thomas Probst, och Christoph Pieh. 2021. "Coping strategies and mental health during COVID-19 lockdown". *Journal of Mental Health* 0 (0): 1–8. <https://doi.org/10.1080/09638237.2021.1875412>.
- Cha, Meeyoung, Chiyoung Cha, Gabriel Lima, Yong-Yeol Ahn, Juhi Kulshrestha, och Onur Varol. 2021. "Prevalence of Misinformation and Factchecks on the COVID-19 Pandemic in 35 Countries: Observational Infodemiology Study". *JMIR Human Factors* 8(1). <https://www.proquest.com/docview/2507260145/abstract/2EB02A2A0A634481PQ/4> (21 juni 2021).
- Chee, Melissa J., Nikita K. Koziel Ly, Hymie Anisman, och Kimberly Matheson. 2020. "Piece of Cake: Coping with COVID-19". *Nutrients* 12 (12): 3803. <https://doi.org/10.3390/nu12123803>.
- Cullen, W., G. Gulati, och B. D. Kelly. 2020. "Mental Health in the Covid-19 Pandemic". *QJM: An International Journal of Medicine*, hcaa110. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa110>.
- Dubow, E. F., och M. Rubinlicht. 2011. "Coping". I *Encyclopedia of Adolescence*, redigerad av B. Bradford Brown och Mitchell J. Prinstein, 109–18. San Diego: Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-373951-3.00107-1>.
- Europeiska unionen. 2020. "Statement by Ursula von der Leyen, President of the European Commission, on disinformation during the coronavirus crisis". Europeiska Kommissionen. 31 mars 2020. <https://audiovisual.ec.europa.eu/en/video/I-187719>.
- Frydenberg, Erica. 2014. "Coping research: Historical background, links with emotion, and new research directions on adaptive processes". *Australian Journal of Psychology* 66 (2): 82–92. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12051>.
- Gabarron, Elia, Sunday Oluwafemi Oyeyemi, och Rolf Wynn. 2021. "COVID-19-Related Misinformation on Social Media: A Systematic Review". *World Health Organization. Bulletin of the World Health Organization* 99 (6): 455–463,463A. <http://dx.doi.org/10.2471/BLT.20.276782>.
- Gao, Junling, Pinpin Zheng, Yingnan Jia, Hao Chen, Yimeng Mao, Suhong Chen, Yi Wang, Hua Fu, och Junming Dai. 2020. "Mental Health Problems and

- Social Media Exposure during COVID-19 Outbreak”. *PLoS One* 15 (4): e0231924. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0231924>.
- Greenaway, Katharine H., Winnifred R. Louis, och Matthew J. Hornsey. 2013. ”Loss of Control Increases Belief in Precognition and Belief in Precognition Increases Control”. *PLoS One* 8 (8): e71327. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0071327>.
- Götmann, Alexander, och Myriam N. Bechtoldt. 2021. ”Coping with COVID-19 – Longitudinal analysis of coping strategies and the role of trait mindfulness in mental well-being”. *Personality and Individual Differences* 175 (juni): 110695. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110695>.
- Lazarus, Richard S., och Susan Folkman. 1984. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Luo, Min, Lixia Guo, Mingzhou Yu, Wenying Jiang, och Haiyan Wang. 2020. ”The Psychological and Mental Impact of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) on Medical Staff and General Public – A Systematic Review and Meta-Analysis”. *Psychiatry Research* 291 (september): 113190. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113190>.
- McCracken, Lance M., Farzaneh Badinlou, Monica Buhrman, och Karin C. Brocki. 2020. ”Psychological Impact of COVID-19 in the Swedish Population: Depression, Anxiety, and Insomnia and Their Associations to Risk and Vulnerability Factors”. *European Psychiatry* 63 (1). <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2020.81>.
- Millar, Evelyn Barron, Divya Singhal, Padmanabhan Vijayaraghavan, Shekhar Seshadri, Eleanor Smith, Pauline Dixon, Steve Humble, Jacqui Rodgers, och Aditya Narain Sharma. 2021. ”Health Anxiety, Coping Mechanisms and COVID 19: An Indian Community Sample at Week 1 of Lockdown”. *PLoS One* 16 (4): e0250336. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0250336>.
- Ornell, Felipe, Jaqueline B. Schuch, Anne O. Sordi, och Felix Henrique Paim Kessler. 2020. ”“Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies”. *Brazilian Journal of Psychiatry* 42 (3): 232–35.
- Piltch-Loeb, Rachael, Elena Savoia, Beth Goldberg, Brian Hughes, Tanner Verhey, Juliette Kayyem, Cynthia Miller-Idriss, och Marcia Testa. 2021. ”Examining the Effect of Information Channel on COVID-19 Vaccine Acceptance”. *PLoS One* 16 (5): e0251095. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0251095>.
- Robertson, Derek. 2020. ”“They Are Leading Us to Catastrophe?: Sweden’s Coronavirus Stoicism Begins to Jar”. *The Guardian*, 30 mars 2020, avs. World news. <https://www.theguardian.com/world/2020/mar/30/catastrophe-sweden-coronavirus-stoicism-lockdown-europe>.
- Sameer, A.S., M.A. Khan, S. Nissar, och M.Z. Banday. 2020. ”Assessment of Mental Health and Various Coping Strategies among general population living Under Imposed COVID-Lockdown Across world: A Cross-Sectional Study”. *Ethics, Medicine, and Public Health* 15: 100571. <https://doi.org/10.1016/j.jemep.2020.100571>.
- Shields, Grant S. 2020. ”Stress and Cognition: A User’s Guide to Designing and Interpreting Studies”. *Psychoneuroendocrinology* 112 (februari): 104475. <https://doi.org/10.1016/j.psyneuen.2019.104475>.

- Skinner, Ellen A., Kathleen Edge, Jeffrey Altman, och Hayley Sherwood. 2003. "Searching for the Structure of Coping: A Review and Critique of Category Systems for Classifying Ways of Coping." *Psychological Bulletin* 129 (2): 216–69. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216>.
- Su, Yan. 2021. "It Doesn't Take a Village to Fall for Misinformation: Social Media Use, Discussion Heterogeneity Preference, Worry of the Virus, Faith in Scientists, and COVID-19-Related Misinformation Beliefs". *Telematics and Informatics* 58 (maj): 1. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tele.2020.101547>.
- Thompson, Nicholas J., Devika Fiorillo, Barbara O. Rothbaum, Kerry J. Ressler, och Vasiliki Michopoulos. 2018. "Coping Strategies as Mediators in Relation to Resilience and Posttraumatic Stress Disorder". *Journal of Affective Disorders* 225 (januari): 153–59. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.08.049>.
- Tuason, Ma Teresa, C. Dominik Güss, och Lauren Boyd. 2021. "Thriving during COVID-19: Predictors of Psychological Well-Being and Ways of Coping". *PLoS One* 16 (3): e0248591. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0248591>.
- Vogel, Gretchen. 2020. "Sweden's Gamble". *Science* 370 (6513): 159–63. <https://doi.org/10.1126/science.370.6513.159>.
- Wallinheimo, Anna-Stiina. 2021. "More Frequent Internet Use during the COVID-19 Pandemic Associates with Enhanced Quality of Life and Lower Depression Scores in Middle-Aged and Older Adults". *Healthcare* 9 (4): 393. <http://dx.doi.org/10.3390/healthcare9040393>.
- Yousri, Marzouki, Fatimah Salem Aldossari, och Giuseppe A. Veltri. 2021. "Understanding the Buffering Effect of Social Media Use on Anxiety during the COVID-19 Pandemic Lockdown". *Humanities & Social Sciences Communications* 8 (1). <http://dx.doi.org/10.1057/s41599-021-00724-x>.



Myndigheten för
samhällsskydd
och beredskap

I samarbete med:

