



Examensarbete i fördjupningsämnet Bild

15 högskolepoäng, avancerad nivå

Fenomenologi och smartphones i klassrummet

Phenomenology and smartphones in the classroom

Felix Toll

Ämneslärarprogrammet med inriktning mot
arbete i årskurs 7-9, förstaämne Bild,
270 högskolepoäng
Datum för slutseminarium 2020-01-14

Examinator: Annette Mars
Handledare: Ann-Mari Edström

Sammandrag

I föreliggande litteraturöversikt behandlas bakomliggande fenomen till oreflekterat samt problematiskt smartphonebruk hos elever. Syftet med litteraturöversikten är att undersöka bakomliggande fenomen ur ett fenomenologiskt perspektiv och att synliggöra potentialen för ett fenomenologiskt förhållningssätt i bildundervisning. Forskningsfrågorna är: Vilka fenomen kan vara bakomliggande då eleven uppvisar svårighet till att lägga ifrån sig smartphonen under lektionstid? samt Hur skulle ett fenomenologiskt förhållningssätt kunna användas i bildundervisning?. Resultatet av litteraturöversikten redogör för de tre fenomenen fear of missing out, nomophobia och online identitet och hur dessa kopplas till den komplexa användningen av smartphones med effekter vilka kan påverka individens fysiska och mental hälsa. Vidare presenterar studien förslag till hur dessa fenomen kan hanteras inom en skolkontext samt förslag till inkludering av ett fenomenologiskt förhållningssätt i bildundervisning. Förslaget till fenomenologiskt förhållningssätt i bildundervisning är utvecklat från de metoder som använts i de undersökningar som granskats och bygger på en semistrukturerad uppgift där livsvärlden undersöks med hjälp av metaforer.

Nyckelord: fenomenologi, bildundervisning, smartphone, sociala media, fear of missing out (FoMO), nomophobia,

Innehållsförteckning

Sammandrag

Innehållsförteckning

1. Inledning	4
1.1 Syfte och Frågor	6
1.2 Disposition	6
2. Tidigare forskning	7
3. Fenomenologi	11
3.1 Filosofin och livsvärlden	11
3.2 Fenomenologiskt förhållningssätt	12
4. Litteraturöversiktens genomförande	15
4.1 Urvalskriterier	15
4.2 Forskningsetiska överväganden	15
4.3 Sökmetod	16
4.4 Bearbetning av material	19
5. Resultat av litteraturstudie	20
5.1.1 Fenomenen FoMO och nomophobia	20
5.1.2 Fenomenet online identitet - det utvidgade jaget	24
5.2 Fenomenologiskt förhållningssätt i bildundervisning	26
5.2.1 Att undersöka livsvärldar	26
5.2.2 Ett fenomenologiskt förhållningssätt i praktiken	27
6. Avslutande diskussion	29
6.1 Metoddiskussion	29
6.2 Resultatdiskussion	30
6.3 Förslag på vidare forskning	34
Referenslista	35

1. Inledning

Under min lärarutbildning 2015 till 2020 har smartphones återkommande varit ämne för diskussion, både i privat- samt undervisningskontext. Även i samhällsdebatten har smartphonens plats i skolan fått stor uppmärksamhet och regeringen föreslog 2019 lag om mobilförbud i skolan för att reglera elevers användning av smartphones (Sveriges television, 2019). I samhällsdebatten tycks smartphonen inkräkta på en skola och undervisning som står i linje med samtida normer och värderingar. I en studie genomförd av Dagens nyheter (2019) mottog varje elev 200 notiser i timmen på sin smartphone under skoltid. I svenska dagbladet (2018) redogör Maria Arnvaller rektor på Igelboda skolan i Stockholm för de framsteg skolan sett hos elevgruppen sedan mobilfri skoltid infördes. I Skolvärlden (2018) presenteras resultatet av en brittisk studie som tydligt visar att elevers resultat förbättrades i de skolor som införde mobilförbud. Störst effekt hade mobilförbudet för lågpresterande elevers resultat. Samtidigt ger Skolverket stöd för smartphonens plats i skolan och tillför ett nyanserat och komplext perspektiv i debatten (Skolverket, *Mobiltelefoner i klassrummet inte bara ett problem*. 2019). Som lärarstudent har denna komplexitet i debatten fångat mitt intresse. Utifrån observationer från min verksamhetsförlagda utbildning upplever jag att det existerar en problematik kopplat till elevers bruk av smartphones i skolan. Som lärarstudent ställer jag mig frågande till hur effektivt ett mobilförbud i skolan är för att lösa denna problematiken. Finns det kanske en mer konstruktiv lösning på problematiken än att tillämpa restriktioner? För att undersöka detta har jag valt att göra en litteraturstudie av samtida fenomenologisk forskning kring ungdomars upplevelse av smartphonebruk i skolan. Mitt intresse ligger i att titta på studierna ur ett elevhälsoperspektiv för att söka en förståelse av bakomliggande fenomen till att vissa elever tycks uppleva svårigheter med att släppa fokus från sin smartphone under lektionstid. Samtidigt som jag tittar på studiernas resultat kommer jag även att titta på hur fenomenologin som teori har använts i de olika studierna för att lyfta möjligheten att inta ett fenomenologiskt förhållningssätt i en konkret skolpraktik.

Som blivande ämneslärare med inriktning bild ämnar jag att skapa en bro mellan ämnesundervisning och undervisning om smartphonebruk och hälsa. För att möjliggöra detta krävs kunskap om bakomliggande fenomen till ungdomars bruk av smartphones. Med hjälp av ett fenomenologiskt förhållningssätt syftar föreliggande studie till att lyfta ungdomarnas perspektiv och upplevelser. Utifrån ett fenomenologiskt förhållningssätt

möjliggörs sedan applicering av denna kunskap in i klassrummet genom elevernas egna livsvärldar. I Bildämnet finns ett stort användningsområde av smartphones, till exempel för digitalt foto, digital film, digital bildbearbetning, sökning efter referensbilder samt att kunna ta del av instruktionsvideor vid arbete med specifika hantverkstekniker. Smartphonen som verktyg i undervisningen kan därmed underlätta för både lärare och elev. För att möjliggöra inkluderandet av smartphones krävs att elever kan använda sin enhet på ett ansvarsfullt sätt och här står läraren och skolan inför en utmaning. Med de fördelar smartphonen kan erbjuda bildläraren menar jag att bildämnet kan bli en naturlig ingång för att erbjuda kunskap om samt ett medvetande kring användandet av smartphones. Denna kunskap går i linje med *läroplanen för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011* (Skolverket 2011/2018) som tydliggör att detta kunskapsområde sträcker sig längre än till bildsalen, kunskapsområdet är något som är aktuellt för all verksamhet som bedrivs inom skolan (Skolverket, 2019). Enligt *Lgr11* (Skolverket 2011/2018) så ska skolan verka för elevers förutsättningar att delta i ett komplext samhälle som präglas av en ökad digitalisering samt verka för att hälso- och livsstilsfrågor uppmärksammas. Alla elever ska utveckla sin kunskap om digital teknik samt ges en förståelse för hur digitaliseringen påverkar individen, samhället och vilka risker den medför *Lgr11* (Skolverket 2011/2018).

En stor inspirationskälla till föreliggande studie är Abby Rockefeller Mauzé Professor Sherry Turkle. Turkle skriver i sin bok *Tillbaka till samtalet, Samtalets kraft i en digital tid* (2015) om hur mellanmännsliga relationer idag påverkas av digital teknik. Boken baseras till stora delar på forskningsstudier där Turkle undersöker människors relation till digital teknik och vad för effekter den har på mellanmännsliga relationer i den fysiska världen. Turkle (2015) lyfter fördelar och möjligheter som den nya tekniken för med sig samt hur det i skuggan av dessa fördelar finns stora riskfaktorer. Turkels arbete gläntar på dörren till vad för typ av prövningar den digitala tekniken kan ställa oss inför på både individuell samt kollektiv nivå. Inspiration till studien har även kommit från nationellt håll och då främst från populärvetenskapliga texter av Nanna Gillberg, forskare vid Göteborgs universitet och Elza Dunkels docent i pedagogik vid Umeå universitet. I *På satt och avskärmad - I en uppkopplad värld* undersöker Gillberg (2019) det allmänt accepterade bruket (missbruket) av smartphones. Gillberg (2019) belyser kopplingen mellan skärmanvändande, stress och samtida människors allt kortare uppmärksamhetsspann och hur detta kan ta sig uttryck i samhället. Gillberg lyfter även

problematik som kan uppstå då smartphonen inte är tillgänglig, exempel på problematik är att både koncentration och uppmärksamhet försämras. I *Pedagogiska magasinet* (november, 2019) presenterar Dunkels både normbrytande och kontroversiella idéer till inkludering av digitala redskap i en skolkontext. Dunkels problematiserar även samhällets och skolans inställning till skärmanvändande hos unga då hon menar att tekniken är här för att stanna.

Med en fenomenologisk grund presenteras föreliggande studie som ett möjliggörande för möten mellan livsvärldar (definition se kapitel 2) där horisonter möts. Då utgångspunkten inom fenomenologi alltid är den egna livsvärlden är målet med föreliggande studie att söka kunskap om elevers livsvärldar och därmed vidga min egen livsvärlds horisont samt erbjuda dig som läsare att göra det samma.

1.1 Syfte och frågor

Ett första syfte med studien är att belysa bakomliggande fenomen till ungdomars bruk av smartphones ur ett fenomenologiskt perspektiv. Ett andra syfte med studien är att lyfta möjligheten att inta ett fenomenologiskt förhållningssätt i en konkret skolpraktik.

Frågeställning:

- Vilka fenomen kan vara bakomliggande då eleven uppvisar svårighet till att lägga ifrån sig smartphonen under lektionstid?
- Hur skulle ett fenomenologiskt förhållningssätt kunna användas i en bildundervisningspraktik?

1.2 Disposition

Fortsättningsvis i andra kapitlet presenteras tidigare forskning. Därefter presenteras metod utifrån fenomenologi som vetenskaplig teori och förhållningssätt. Kapitel fyra redogör för litteraturöversiktens genomförande, urvalskriterier, hur sökprocessen sett ut samt bearbetning av materialet. I kapitel fem presenteras resultatet av litteraturstudien med utgångspunkt i studiens två syften. Resultatet av studiens första syfte presenteras utifrån grupper av de fenomen som synliggjorts. Därpå följer resultatet av studiens andra del där utgångspunkten är ett pedagogiskt samt didaktiskt perspektiv. I kapitel sex följer metoddiskussion, resultatdiskussion samt förslag på vidare forskning.

2. Tidigare forskning

Nedan följer en presentation av tidigare forskning som utförts i Sverige kopplat till barns och ungdomars internetanvändning. Inledningsvis presenteras resultatet av Cecilia von Feilitzen, Olle Findahl och Elza Dunkels arbete med det svenska resultatet av den Europeiska Unionens undersökning Kids online (2011). Studien är en del av den största utförda i Europa som explicit behandlar ungas internetanvändning. Därmed är studien en central del av föreliggande kapitlet. Därpå presenteras en sammanfattning samt problematisering av det svenska resultatet från Kids online skriven av forskarna bakom studien. Avslutningsvis sammanfattas Elza Dunkels (2010) *Reaktioner på ungas nätanvändning*. Kapitlet synliggör den grund varifrån vår samtida syn på barn och unga har utvecklats och fortsätter utvecklas från.

Feilitzen, Findahl och Dunkels, (2011) fokuserar i sitt arbete på vanor, medvetenhet och säkerhet samt anhörigas och bekantas inblandning och engagemang i ungas internetanvändning. Resultatet bygger på en undersökning där ett tusen barn och deras föräldrar intervjuas om internetvanor. Undersökningen är kvantitativ och syftet var att få empiriskt dataunderlag för slutsatser om hur stora de olika riskerna är för ungdomar på internet. Slutsatsen som ges är att ett överdrivet internetanvändande vilket kan betecknas som ett verkligt beroende är mycket ovanligt i Sverige. Slutsatsen bygger på frågor om beteendemönster kopplat till internetanvändning. Frågorna som användes var (i) har sömn eller mat kompromissats på grund av internet bruk, (ii) känner du oro när du ej kan vara på internet, (iii) surfar du fast du inte är intresserad, (iv) spenderar du mindre tid med familjen på grund av internet, (v) blir skolarbete lidande av ditt internet bruk. En tredjedel av deltagarna uppgav att de upplevt en eller flera av dessa mönster men endast ett fåtal har svarat att de upplever samtliga mönster ofta. Av undersökningens deltagare i åldern nio till sexton så uppgav en tredjedel själva att de använder internet för mycket. Det samma gäller de föräldrar som deltog i undersökningen. Resultatet visar att tillgången till internet främst är i hemmet och i skolan. Tillgång till internet i det egna rummet är vanligt förekommande men endast ett fåtal av deltagarna uppgav ha tillgång via smartphone eller surfplatta. Två tredjedelar av deltagarna i åldern nio till sexton uppgav att de har en egen profil på en social media webbsida. Gällande ungas säkerhet på internet visar resultatet att vuxna oroar sig mer för ungas säkerhet än vad de unga själv tycks göra. Resultatet som presenterar redogör att unga ofta själva utvecklar egenskaper för att bemöta potentiella risker på internet.

Dessa egenskaper har dock utvecklats efter erfarenhet av sådant som upprört dem online. Slutsatsen dras att unga som vuxit upp i digitaliseringen har kännedom och kunskap hur de hanterar internet. Samtidigt ger Feilitzen, Findahl och Dunkels en bild av att föräldrarna som deltog i studien önskar få mer information om ungas säkerhet på internet från skolan. Detta är intressant eftersom resultatet även visar att Sverige skiljer sig från övriga Europa gällande vem som är involverad i ungdomars internetanvändning och säkerhet. I Sverige är föräldrar mer engagerade i ungdomars internetanvändning än vad lärare är vilket ej är fallet i övriga Europa. En konsekvens av detta i Sverige blir då att information om ungas säkerhet på internet främst kommer från public service eller familj och vänner. Enligt studien finns det en efterfrågan om ett större engagemang från skolan kopplat till ungas internetanvändning.

Forskarna Feilitzen, Findahl och Dunkels sammanfattar samt problematiserar även det svenska resultatet från *Kids online* (2011). Forskarna belyser problematik de ser i resultatet, resultatet synliggör att det finns en grupp unga som löper större risk att hamna i ett problematiskt användande av internet. Men då studien är kvantitativ går det ej att säga något om vad dessa unga har gemensamt eller vad som är orsak till att de befinner sig i denna riskgrupp. Till exempel gällande säkerhet på internet så tillfrågades deltagarna om de mött material på internet som upprört dem och i sådana fall hur ofta de mött detta. Deltagarna över tio års ålder tillfrågades även om de mött sexuellt material eller fått sexuella inviter i form av till exempel pop ups, meddelanden eller bilder. Resultatet visar att fem procent av ungdomarna hade mött sexuella bilder som upprört dem. Samtidigt säger resultatet inget om orsak till varför individen upplevt detta. För kvantitativa studier blir detta ofta fallet, skulle upplevelsen undersökas krävs att hela individens livssituation undersöks i en kvalitativ studie och att detta görs med samtliga deltagare (Dunkels, Feilitzen, och Findahl, 2011). Ytterligare en kritik mot studien är att hushåll med hög utbildning och hög socioekonomisk status är överrepresenterade och siffrorna som presenteras i resultatet är därmed ej en pålitlig representation av det svenska folket (Dunkels, Feilitzen, och Findahl, 2011).

Elza Dunkels (2010) problematiserar i *Reaktioner på ungas nätanvändning* samhällets syn på barndomen. Dunkels beskriver barndomen som ett fenomen vilket idag tillskrivits en självklarhet för vad denna innebär. Denna självklara barndom benämner dunkels som den universella barndomen. Denna universella barndom är en produkt av vår samtidskultur snarare än ett naturligt fenomen. Utifrån denna universella barndom är

barnet något som behöver beskyddas i vårt samhälle. I takt med digitaliseringen kom barn att introduceras för internet och därmed växte behovet av att skydda barn från potentiella faror på internet. Hur detta beskydd ser ut har under digitaliseringens utveckling och utbredning förändrats. Dunkels (2010) delar in utvecklingen i tre epoker (i) vilda västern, (ii) välgörenhet och (iii) medborgarrättsrörelsen. Den första epoken vilda västern beskriver Dunkels (2010) som en tid av förundran och förskräckelse. Ungdomen ses här som en ny typ av människa. Ett exotifierande av ungdomskulturen görs och tidigt lanseras företag som säljer lösningar på de olika problem som denna ungdomskultur nu står inför. Dunkels (2010) liknar dessa företag vid de charlataner som under vilda västern sålde enkla lösningar på komplexa problem. Denna epok fick sitt slut redan i tidigt tvåtusenital då flera nya initiativ för att öka ungas säkerhet på internet presenterades. Dessa initiativ liknade ofta på välgörenhets insatser. Under välgörenhets epoken presenterades nya problem och nya lösningar. Lösningarna beskrev barns situation utifrån kvantitativa undersökningar formade av vuxnas definitioner av problematiken, mycket sällan presenterades barns röster. Dunkels (2010) gör en problematisering av detta kopplat till begreppet childism. Enligt childism begreppet så sker ett förminskande och förtryckande av barnet då någon annan (i detta fall vuxna) ger uttryck för vad barnet upplever. I den ovan presenterade kontexten så sätter vuxna ramar för barnets upplevelse redan i utformandet av den kvantitativa studien. Resultatet riskerar därmed att bekräfta det som berörs snarare än att undersöka hur barnet upplever sig berörd. "De flesta vuxna har mycket svårt att fullt ut förstå ungas nätanvändning. Därmed måste vi vara mycket lyhörda för hur unga själva ser på det" (Dunkels, 2010, s40). Resultatet kom att bli ytterligare en exotifiering av ungdomen. Problematiken som Dunkels (2010) lyfter kopplat till denna välgörenhet är att välmenande initiativ kan vara uppenbart oetiska och bör därmed granskas noga. Ett välmenande initiativ kan göra stor skada då det potentiellt farliga kan bli döljt i goda intentioner. Exempel på detta är som nämnt childism där maktstrukturer som bygger på ålder rättfärdigar diskriminering av medborgare på grund av individens ålder. Den tredje epoken medborgarrättsrörelsen kännetecknas av att strukturella fel från tidigare epoker uppdagas och ett kollektivt uppvaknande sker. I detta uppvaknande efterfrågas barnets perspektiv och barnet ses nu som en medborgare med rättigheter snarare än ett barn styrt av den universella barndomen. I artikeln diskuteras problematiken med tekniska lösningar på mänskliga problem. Exempel på tekniska lösningar är de filterlösningar som syftar till att sortera bort hemsidor som innehåller potentiellt riskfyllt material. Den komplexa problematiken är att det inte finns några gemensamma globala överenskommelser som definierar en

gräns för vad som är potentiellt riskfyllt material. Potentiellt riskfyllt material skiljer sig åt mellan länder, religioner och kulturer. På grund av detta sorteras även "bra" webbsidor bort av sådana filterprogram, exempel på detta är att Skolverkets hemsida sorterades bort i en undersökning på grund av att filtret reagerade på känsliga ord. Tekniska lösningar på mänskliga problem riskerar även att försätta ungdomar i en falsk säkerhet. Säkerhetsnätet fungerar endast förutsatt att det är installerat på den enhet som brukaren använder. Dunkels (2010) menar att vi riskerar att bygga bort kunskap och medvetenhet med dessa filterprogram.

3. Fenomenologi

I följande kapitel presenteras fenomenologi som teori och förhållningssätt. Fenomenologi har valts som teoretiskutgångspunkt till föreliggande studie då det i fenomenologin är centralt att söka en djupare och bredare förståelse av de fenomen som undersöks. I fenomenologin söks djupare förståelse genom att gå till fenomenet som undersöks för att förstå fenomenet utifrån hur fenomenet visar sig för någon. Därmed möjliggörs synliggörandet av dolda och underliggande fenomen. Fenomenologin är vägledande och kan visa vilka fenomen som kan vara underliggande till de svårigheter elever kan uppleva. Kärnan i den föreliggande studien är därmed att söka förståelse av elevens upplevelse och livsvärld. Med hjälp av ett fenomenologiskt förhållningssätt möjliggörs djupare förståelse och kan bidra till utveckling av hållbara lösningar för eleven.

3.1 Filosofin och livsvärlden

Fenomenologin grundades av matematikern och filosofen Edmund Husserl 1901. Ordet fenomen härstammar från grekiskan där ordet kan översättas till ”det som visar sig” (Bengtsson, 2005). Fenomenologi kan ses som ett kunskapssökande och en existentiell analys med målet att förstå fenomen utifrån sakens egenheter och sammanhang. Detta kan ses som den fenomenologiska metodens huvudsyfte (Bengtsson, 1998). Fenomenologin kan beskrivas som en av de mer kreativa vetenskapliga metoderna då livsvärlden är den plats som fenomenologen alltid utgår ifrån. För att göra en fenomenologisk forskningsstudie är det centralt att använda sig av livsvärldsbegreppet, med livsvärld menas världen i sin konkreta helhet som den visar sig för en existerande människa. Livsvärlden är därmed för alla människor individuell och mycket föränderlig (Bengtsson, 1998). Livsvärldsbegreppet har en tydlig koppling till fenomenologins ursprung i en filosofisk tradition. Ett fenomenologiskt förhållningssätt intar ett filosofiska förhållningssätt i den skådande beskrivningen av fenomenet, eftersom fenomenologin anser att en alltför strikt vetenskaplig metod riskerar att visa endast de som metoden menar att undersöka och därmed gå miste om det okända som visar sig. Därmed krävs en kreativ tanke och filosofiskt förhållningssätt för att närma sig saken och essensen av fenomenet (Bengtsson, 1998). Det är av stor vikt inom fenomenologin att studien trots det filosofiska förhållningssättet ej förblir filosofi (Bengtsson, 2005). Husserl själv hade för avsikt att söka den djupast liggande faktorn i ett fenomen.

Fenomenologin syftar till att skapa en djupare förståelse för det fenomen som undersöks. Viktigt är att komma ihåg att det ej endast rör sig om fysiska fenomen utan även sociala fenomen. Inom fenomenologin betonas människans subjektivitet, människan som medvetandeskapande subjekt i tillvaron. Medvetandet ses alltid som en föreställning om något: Något visar sig för någon och någon har ett medvetande om något (Bengtsson, 1988). Centralt för fenomenologi är att ingenting kan visa sig om det ej finns någon att visa sig för (Bengtsson, 2005). Fenomenologin bör därmed ses som en medvetandeteori snarare än en handlingsteori en teori som söker beskriva fenomen i hur människans medvetande arbetar. Detta undersöks inom fenomenologin i livsvärlden (Bengtsson, 1998). Att undersöka livsvärlden förutsätter att livsvärlden kan göras till ett objekt som i sig kan undersökas. Trots att en fenomenologisk forskningsstudie utgår från en filosofisk vetenskapsteori är det av stor vikt att studien ej förblir filosofi. Bengtsson (2005) förklarar att livsvärlden som begrepp inom fenomenologin bör ses som ett verktyg vilket syftar till att verkställa drömmen om ett slutgiltigt fundament för kunskap fritt från metafysik. Därmed bör livsvärlden ses som en differentierad och komplex verklighet som ej låter sig reduceras då den vilar på en rikedom av egenskaper och former av egenskaper som kan ses som fundamentala. En livsvärldsansats innebär att studera världen i sin konkreta helhet som den visar sig för en existerande människa. Livsvärlden i sin konkreta helhet innefattar alla regioner fysiska och psykiska som en människa rör sig i. Livsvärlden är alltså mycket föränderlig och kan växa och krympa beroende på kontext (Bengtsson, 2005). För att studera en livsvärld i sin helhet krävs en mycket bred och tillåtande metodik som kan ringa in helheten och den kvalitativa komplexiteten, motsägelsefullt kräver all forskning avgränsningar. I denna studie är avgränsningen riktad mot pedagogisk forskning. Studien bygger därmed på pedagogikens regionala ontologi och epistemologi. Ontologin begränsas alltså till den verklighet som studien undersöker, forskningsfrågan blir den selektionsprincip som avgör vad som är relevant att inkludera (Bengtsson, 2005).

3.2 Fenomenologiskt förhållningssätt

En fenomenologisk forskningsstudie syftar till att göra fenomenet som undersöks så exakt rättvisa som möjligt utifrån sig självt. Alltså är det nödvändigt att gå till saken som undersöks och undersöka den på nytt. För fenomenologen betyder undersökandet att all tidigare kunskap om fenomenet måste försöka åsidosättas eller alternativt omprövas. Bengtsson (2005) förklarar undersökandet som mycket komplext och

egentligen en omöjlighet då vi aldrig kan reducera den egna livsvärlden helt eftersom vi är oskiljaktigt bundna till den. Även metoden bör försökas bortses från då en alltför strikt metod avser att styra forskningens ontologi och epistemologi och därmed begränsas möjligheten att undersöka fenomenet som på nytt (Bengtsson, 1998). Den komplexitet som råder mellan att gå till saken själv och kravet på vetenskaplig metod i en fenomenologisk forskningsstudie har resulterat i ett flertal försök att skriva fram en fungerande metodologi för fenomenologin. En sådan metodologi framskrivs ej utan komplikationer. Rättare sagt är ett sådant försök dömt att misslyckas då det faller på fenomenologins eget grepp om att se det som visar sig utifrån sakerna själva (Bengtsson, 2005). Det fenomenologiska förhållningssättet är därmed mycket komplext och föränderligt då syftet är att undersöka livsvärldens komplexitet utifrån sakerna själva (Bengtsson, 1988). Nyckelord för att förstå ett fenomenologiskt förhållningssätt är öppen, uppmärksam, närvaro, flexibel, helhetsinriktad, följsam, skeptisk och meningsskapande (Bengtsson, 1998). Bengtsson (2005) ger en förklaring till ett fenomenologiskt förhållningssätt inom pedagogisk forskning, detta är just ett förhållningssätt och ingen metod. Med utgångspunkt i livsvärlden innebär en pedagogisk forskning att både forskare och den som studeras är oskiljaktigt bunden till sin livsvärld. Därmed måste en brygga mellan dessa livsvärldar skapas för att en studie skall kunna genomföras. Arbetet utgår direkt från den egna livsvärlden och livsvärlden ska då göras synlig på ett intuitivt sätt. Att synliggöra livsvärlden sker genom observation av livsvärlden vilken observeras via upplevelsen. Upplevelsen innefattar både observation, analys och beskrivning av fenomenet utifrån den egna livsvärlden. Fenomenet ska observeras och åskådliggöras i de egna tankarna och det ska slutligen återges i egna ord. Ett annat förhållningssätt för observation är indirekt observation. Indirekt observation kan tillämpas till exempel vid en internationell studie av ett globalt fenomen då fenomenologen kan behöva ta stöd i tidigare gjorda studier. För att undersöka globala fenomen i individers livsvärldar kan det vara relevant att göra en litteraturöversikt. Indirekt observation kan även tillämpas vid observation av den andres känsla vilket då kräver att den andre förmedlar en känsla. Avgörande för en sådan observation är att den andre är språkmedveten samt besitter språkliga kunskaper för att återge fenomenet rättvist. Det kan även vara värdefullt att observera saken eller fenomenet i dess naturliga kontext vilket möjliggör fördjupad kunskap. Finns möjligheten att själv pröva föremålet som undersöks kan ytterligare fördjupad förståelse till hur andra upplever föremålet erläggas och vidgande av livsvärldar möjliggöras (Bengtsson, 2005). Problemet som fenomenologin möter inom forskningsmetodik är att

med en alltför strikt metod blir forskningen mer trogen metoden än fenomenet som undersöks. Forskning måste alltså styras av en öppenhet för livsvärldens komplexitet och människans komplexitet. Samtidigt måste den förhålla sig till de valda avgränsningarna. Inom fenomenologin bör därmed metoden snarare än resultatet ses som kärnan (Bengtsson, 2005).

4. Litteraturoversiktens genomförande

I följande kapitel redogörs föreliggande studies systematiska informationssökning i form av en litteraturstudie. I kapitlet redogörs de urvalskriterier som legat till grund för avgränsningar, hur sökmetoden utförts och bearbetning av material.

4.1 Urvalskriterier

I tabellen nedan redogörs för de avgränsningar som gjorts för arbetets validitet. Avgränsningarna är gjorda utifrån målet att sammanställa ett aktuellt resultat ur ett internationellt perspektiv på vetenskaplig grund.

Publiceringsår	2014-2019
Databaser	Mau Libsearch, ERIC via EBSCO, Education research complete (ERC) via EBSCO, Google scholar, SwePub
Vetenskapligt granskad	Peer-reviewed
Geografiskt omfång	Internationellt
Språk	Svenska, engelska
Fokusgrupp	Högstadium, Gymnasium, Tonåringar
Fokusområde	Fenomenologi, Pedagogisk forskning, Elevhälsa
Sökord	Fenomenologi , Phenomenology, phenomenological, lived experience, Students, Elever, Adolescents, Youth, Elementary school, High school, Smartphone, Mobile Phone, mobile devices, hand held devices, cell phone, addiction, dependency, beroende, problematic use, Nomophobia, nomofobi, fear of missing out, FoMO, Sverige, Sweden, swedish

4.2 Forskningsetiska överväganden

För att säkerställa att jag i studien följer de föreskrifter som representerar en god forskningsetik har vetenskapsrådets forskningsetiska principer beaktats. Vetenskapsrådet tydliggör att all forskning har ett syfte och därmed bör frågor kring forskningsetik granskas. Jag har även tagit del av de nya föreskrifter som Sveriges regering har infört vad gäller forskning som bedrivs på svenska högskolor. Svenska högskolors verksamhet ska i enlighet med dessa riktlinjer främja en hållbar utveckling (hälsosam och god miljö, ekonomisk och social välfärd, rättvisa) som tillförsäkras kommande generationer (Högskolelagen § 5, Vetenskapsrådet, 2020).

Fortsättningsvis har jag granskat vetenskapsrådets rapport *God forskningssed* som publicerades 2017. Rapporten kan sammanfattas i åtta punkter som forskaren ska vidhålla. Dessa är listade, forskaren ska (i) tala sanning, (ii) medvetet granska och redovisa utgångspunkterna för studien, (iii) öppet redovisa metoder och resultat, (iv) öppet redovisa kommersiella intressen och andra bindningar, (v) inte stjäla forskningsresultat från andra, (vi) hålla god ordning i material, (vii) sträva efter att bedriva forskning utan påverkan på människor, djur och miljö, (viii) vara rättvis i bedömning av tidigare forskning.

Då föreliggande studie är en litteraturstudie har arbetet främst styrts av punkterna (i) tala sanning, (ii) medvetet granska och redovisa utgångspunkterna för studien, (iii) öppet redovisa metoder och resultat, (v) inte stjäla forskningsresultat från andra, (vi) hålla god ordning i material samt (viii) vara rättvis i bedömning av tidigare forskning.

4.3 Sökmetod

För att skapa reliabilitet och öka validitet bygger föreliggande studie på studier som genomgått en sakkunnig gransknings peer-review. Avgränsningar har gjorts för att säkerställa den föreliggande studiens aktualitet genom att endast tittat på material som publicerats från år 2010 till 2019. Denna avgränsning är gjord då tidigare forskning visar att internet främst användes av svenska ungdomar via en dator i hemmet under tvåtusen talets första decennium (Dunkels, Feilitzen och Findahl, 2011). Detta stämmer väl överens med egen erlagd erfarenhet och det faktum att smartphonen före 2010 ej var en del av min egen livsvärld. Då föreliggande studien vill omfatta en så nyanserad elevgrupp som möjligt är det viktigt att utgå från de årtal då majoriteten av ungdomar haft tillgång till smartphones och ej endast en privilegierad grupp. Målet att omfatta en så nyanserad elevgrupp som möjligt finner stöd i den kritik som resultatet i *Hur farligt är internet? ga vs* (Dunkels, Feilitzen och Findahl, 2011). Kritiken presenterades i kapitlet tidigare forskning där resultatet av studien *Eu kids online* (2011) problematiseras som potentiellt missvisande. Då föreliggande studien har ett internationellt omfång har de flesta sökningar gjorts på engelska, därmed är majoriteten av sökorden på engelska. Samtliga sökningar är avgränsade enligt urvalskriterierna. Vid varje sökning har jag granskat titlar och nyckelord för att direkt kunna sortera bort sådant som ligger utanför urvalskriterierna. Därefter har jag läst studiernas abstrakt och utifrån det beslutat om det är relevant att granska studien.

Mina första sökningar gjordes via Malmö Universitetsbibliotek på Mau Libsearch. Sökorden bestod av "problematic smartphone use AND elementary school", "smartphone addiction AND elementary school" och "phenomenology AND smartphones AND elementary school". Via sökningarna hittade jag en artikel. Dessvärre kom artikeln att falla bort då den ej hade en tydlig fenomenologisk ansats. Därefter prövades samma sökord i databasen ERIC via EBSCO. Sökningen gav inga resultat så jag breddade sökningen till "phenomenology smartphones", Sökning gav sju träffar av vilka en artikel uppfyllde urvalskriterierna. Via artikeln påträffade jag fenomenet nomophobia (definition ges i kapitel 4) som kom att bli centralt i mina kommande sökningar. Via artikeln hittade jag även en refererad artikel som jag valde att söka upp via titel. Därefter sökte jag i ERIC via EBSCO på "Nomophobia" vilket gav sju träffar av vilka en artikel uppfyllde urvalskriterierna. Via artikeln blev jag bekant med fenomenet fear of missing out (definition ges i kapitel 4). Ny sökning blev "fear of missing out" gav elva träffar varav två uppfyllde urvalskriterierna. För att säkerställa att mina sökningar gav bästa möjliga resultat bokade jag möte med bibliotekarie vid Malmö universitet för specialiserad sökhjälp. Bibliotekarien gav tips på smarta sökfunktioner för både ERIC och ERC. Vi använde mina tidigare sökord med synonymer. Därmed sökt jag i ERIC och ERC, Sökning: phenomenology or lived experience and smartphones or mobile phones, gav tio samt sju träffar av vilka jag redan läst flera. För att säkerställa att jag provat mina sökord väl valde jag även att söka i google scholar "phenomenology nomophobia" gav 167 träffar och "phenomenology FoMO" gav 412 träffar. Av dessa träffar valdes tio stycken artiklar ut för granskning. Då google scholar ej erbjuder avgränsningen peer-review gjordes valet att söka titlarna i Malmö universitets databas Mau Libsearch för att säkerställa att artiklarna genomgått en sakkunnig granskning innan jag läste dem. I Mau Libsearch sökte jag även titeln på en referens jag fått från Gillberg (2019), denna artikel uppfyllde urvalskriterierna och inkluderades. Då jag endast sökt på engelska och internationellt valde jag sedan att pröva sökningar riktade mot nationell forskning. Jag valde att söka i SwePub men fick där inga träffar på mina sökord. Jag valde att återgå till Mau Libsearch och sökte "nomophobia and students well being" detta gav två träffar varav en artikel var relevant att läsa. Jag sökte även Svensk forskning i Mau Libsearch, den svenska forskning jag hittade behandlar främst elevers attityd till smartphones men ej ur ett fenomenologiskt perspektiv. Min sista sökning av nationell forskning gjordes i google scholar "swedish students AND perspective or view AND mobile phone or smartphone AND school or education" gav 16 300 träffar vilket ej är möjligt att granska i sin helhet. Jag granskade

därför de två första sidor och fann att de flesta träffar ej var av svenska artiklar eller ej var av intresse för frågeställningen. Jag gjorde därmed samma sökning i Mau Libsearch vilket gav 25 855 träffar vilket även det ej kunde granskas i sin helhet. Jag granskade de två första sidorna i sökresultatet och hittade en artikel vilken jag även hittade på google scholar under samma sökning och valde därmed att granska artikeln.

Nedan listas de artiklar som granskas i föreliggande studie:

1. Lee. J, och Cho. B, 2015. *Effects of Self-Control and School Adjustment on Smartphone Addiction among Elementary School Student.*
2. Onal. N, 2019. *Metaphoric perceptions of high school students about nomophobia.*
3. Pavithra. M. B, Madhukumar. S, och Mahadeva. M, 2015. *A study on nomophobia- mobile phone dependence, among students of a medical college in Bangladore.*
4. Gezgin. D. M, Hamutoglu. N. B, Sezen-Gultekin. G, och Gemikonakli. O, 2018. *Relationship between nomophobia and fear of missing out among Turkish university students.*
5. Santana-Vega. L. E, Gómez-Muñoz. A. M, och Feliciano-García. L, 2019. *Adolescents Problematic Mobile Phone Use, Fear of Missing out and Family Communication.*
6. Yildirim. C, och Correia. A. P, 2015. *Understanding Nomophobia: A Modern Age Phobia Among College Students.*
7. Carrington. V, 2019. *How We Live Now: "I Don't Think There's Such a Thing as Being Offline"*
8. Tunc-Aksan. A, och Akbay. S. E, 2019. *Smartphone Addiction, Fear of Missing Out, and Perceived Competence as Predictors of Social Media Addiction of Adolescents.*
9. Clayton. R. B, Leshner. G, Almond. A, 2015. *The Extended iSelf: The Impact of iPhone Separation on Cognition, Emotion, and Physiology.*
10. Gezgin. D. M, Hamutoglu. N. B, Sezen-Gultekin. G, och Yildirim. S, 2019. *Preservice Teachers' Metaphorical Perceptions on Smartphone, No Mobile Phone Phobia (Nomophobia) and Fear of Missing Out (FoMO).*
11. Nagpal. S. S, och Kaur. R, 2016. *Nomophobia: The problem lies at our fingertips.*
12. Konok. V, Pogány. Á och Miklósi. Á, 2017. *Mobile attachment: Separation from the mobile phone induces physiological and behavioural stress and attentional*

bias to separation-related stimuli.

13. Magnusson. A. G, Weilenmann. A, och Hård af Segerstad. Y, 2018. *"It must not disturb, it's as simple as that": Students' voices on mobile phones in the infrastructure for learning in Swedish upper secondary school.*

4.4 Bearbetning av material

De studier som valdes ut från de olika sökmotorerna Mau Libsearch, ERIC via EBSCO, Education research complete (ERC) via EBSCO, Google scholar, och SwePub lästes och sammanfattades en efter en utifrån ett fenomenologisk förhållningssätt. Den indirekta observationen innebär i mitt fall att jag granskar tidigare studier med ett internationellt omfång för att söka kunskap om fokusområdet. Ett internationellt perspektiv ger större validitet till resultatet och utifrån resultatet möjliggörs förståelse för vad som sker hos eleverna i mitt eget klassrum och därmed i min livsvärld. Efter sammanfattning färgkodades gemensamma och synonyma ämnen som visat sig i de olika studierna för att utröna eventuella mönster, likheter och skillnader. Studiernas resultat skådades och analyseras noga för att hitta sådant som är utmärkande hos de elever som deltagit i de olika studierna. Därefter sammanställdes resultatet av analysen vilket presenteras i nästa del. Resultatet av analysen består av tre fenomen (i) fear of missing out, (ii) nomophobia och (iii) online identitet vilka har återgetts av deltagarna i de studier som granskats. Dessa tre fenomen analyserades sedan var för sig för att söka djupare förståelse. Resultatet av analysen blev två övergripande kategorier vilka är (i) fenomen kopplat till det fysiskt kroppsliga och (ii) fenomen kopplat till känslor. I grupp två fenomen kopplat till känslor delas fenomenen in i tre underkategorier (i) fenomen kopplat till negativa känslor (ii) fenomen kopplat till positiva känslor och (iii) Fenomen kopplat till rädslor. Fenomenet online identitet bearbetades utifrån teorin om det utvidgade jaget. För att besvara föreliggande studiens andra syfte så granskades de arbetsmetoder som använts i de utvalda artiklarna. Resultatet synliggör tre kategorier (i) Semistrukturerade frågor, (ii) metaforer och (iii) beskrivning av upplevelsen. Utifrån dessa tre kategorier synliggörs pedagogiska möjligheter i fenomenologin vilka kan inkluderas i en bildundervisningspraktik. Förslag till en fjärde kategori utgörs av gemensamma nämnare. Gemensamma nämnare är en mycket central del inom fenomenologin vilket kan tillämpas i en bildundervisningspraktik för bildanalys och förståelse för andras tankar, upplevelser och därmed livsvärldar.

5. Resultat av litteraturstudie

I kapitlet presenteras resultatet av litteraturstudien inspirerat av det fenomenologiska förhållningssättet som presenterats i kapitel två. I kapitlet presenteras fenomenen fear of missing out (FoMO) och nomophobia. Utifrån dessa två fenomen har studiens resultat ordnats in i och presenteras i grupper utifrån två övergripande kategorier vilka är (i) fenomen kopplat till det fysiskt kroppsliga och (ii) fenomen kopplat till känslor. I grupp två fenomen kopplat till känslor delas fenomenen in i tre underkategorier (i) fenomen kopplat till negativa känslor (ii) fenomen kopplat till positiva känslor och (iii) Fenomen kopplat till rädslor. Avslutningsvis presenteras fenomenet online identitet och teorin om det utvidgade jaget sammanflätat med fenomenen FoMO och nomophobia.

5.1.1 Fenomenen FoMO och nomophobia

Två bakomliggande faktorer till oreflekterat samt problematisk smartphoneanvändning är fenomenen fear of missing out (FoMO) och nomophobia. En definition av FoMO ges av Gezgin et. al (2018) i deras studie *Relationship between nomophobia and fear of missing out among Turkish university students* redogörs för skillnaderna mellan de två fenomenen FoMO och nomophobia. Forskarna menar att FoMO kan kopplas till sociala medier exklusivt medans nomophobia ej begränsas till endast sociala medier. Denna tolkning av FoMO som ett kommunikativt smartphone fenomen stöds av Santana-Vega, Gómez-Muñoz, och Feliciano-García (2019) som menar att FoMO kan definieras som rädsla att ej vara uppkopplad och missa upplevelser som detta medium (smartphone) erbjuder. Denna rädslan inför att inte vara uppkopplad skapas av otillfredsställda psykologiska behov (Santana-Vega, Gómez-Muñoz, och Feliciano-García, 2019). Detta stärks ytterligare av Tunc-Aksan, och Akbay (2019) som menar att FoMO består av ångest och oro kopplat till andra individers online aktivitet (Tunc-Aksan, och Akbay, 2019). Onal Nezih ger förklaringen att nomophobia är ett uttryck som härstammar från engelskans "no mobile phobia" och refererar till den ofrivilliga rädsla som en individ kan uppleva då hen inte har tillgång till sin smartphone eller annan anordning kopplad till den digitala världen (Onal, 2019). Detta stärks av Gezgin et. al (2018) som i sin studie menar att nomophobia i sin natur kan relateras till rädslan för att inte kunna delta i sociala uppkoppling och den önskade interaktionen som sker online. För definieringen av begreppet ges: nomophobia är rädslan att fräntas sin smartphone, en irrationell och ofrivilligt förekommande rädsla som individen upplever då de inte har tillgång till portabla digitala kommunikationsverktyg (Gezgin et. al, 2018). Stöd för denna

definition av nomophobia ges även av Yildirim och Correia (2015) i studien *Understanding Nomophobia: A Modern Age Phobia Among College Students*, där definieras nomophobia som rädslan att ej ha tillgång till smartphone eller de tjänster den erbjuder. Fortsättningsvis identifierar Yildirim och Correia (2015) fyra dimensioner av nomophobia: (i) inte kunna kommunicera, (ii) förlorad uppkoppling, (iii) inte ha tillgång till information och (iv) att ge upp bekvämligheten. När Gezgin et. al (2018) undersökte relationen mellan FoMO och nomophobia kunde de via de fyra nomophobia sub dimensionerna (hämtade från Yildirim och Correia, 2015) presentera ett resultat som visar på ett svagt samband mellan FoMO och att ej ha tillgång till information. De andra sub dimensionerna inte kunna kommunicera, förlorad uppkoppling och att ge upp bekvämlighet visade på ett signifikant samband till FoMO (Gezgin et. al, 2018). Fear of missing out räknas som en ny typ av beroende och har ökat i takt med att smartphoneanvändande har blivit alltmer utbredd. Fenomenet har en stark koppling till sociala medier (Gezgin et. al, 2018). Detta synliggörs av Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad (2018) som i sin studie redogör för hur elever själva beskriver sitt användande av smartphones som ett slags beroende. En viktig problematisering av smartphone beroende görs även i *Mobile attachment: Separation from the mobile phone induces physiological and behavioural stress and attentional bias to separation-related stimuli*. Enligt Konok, Pogány, och Miklósi (2017) är smartphoneberoende ej en fastställd diagnostisk kategori. Detta grundas i svårigheten att fastställa standardmätt och ett samförstånd kring terminologin. Samtidigt står det klart att de problematiska fenomen FoMO och nomophobia kopplade till smartphonebruk är av beroendekaraktär och blir allt mer vanligt förekommande. Faktum är att det är så vanligt förekommande att de kan ses som nya normativa fenomen (Konok, Pogány, och Miklósi, 2017). Exempel som Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad (2018) ger på elevernas upplevelse av beroende var att flera elever ansåg det omöjligt att föreställa sig att vara utan sin smartphone och samtidigt uppgav de att den främsta användningen var sociala medier. Detta stödjer synen på fenomenen som nya normativa fenomen som ges av Konok, Pogány, och Miklósi (2017). Gezgin et. al (2018) visar i deras studie ett signifikant samband mellan fenomenen FoMO och nomophobia. De studenter som har en högre grad av FoMO uppvisar även fler beteenden som kan kopplas till nomophobia (Gezgin et. al, 2018). Detta stärks fortsatt av Santana-Vega, Gómez-Muñoz och Feliciano-García (2019) som i sin studie *Adolescents Problematic Mobile Phone Use, Fear of Missing out and Family Communication* visar på ett tydligt samband mellan FoMO och problematisk smartphoneanvändning. Studien visar att de grupper som

uppvisar högst grad av FoMO är äldre elever, elever som spendera mer än fyra timmar per dag med sin smartphone samt de elever som främst spenderar sin telefontid på sociala nätverk. Elever med högre grad av FoMO har en mer frekvent förbindelse till smartphonen till följd av rädslan inför att missa händelser och upplevelser som detta medium erbjuder. Detta styrks ytterligare av *A study on nomophobia – mobile phone dependence, among students of medical college in Bangalore* där resultatet visar att de deltagare som spendera mer än tre timmar per dag med sin smartphone uppvisade högre grad av nomophobia, i likhet till fenomenet FoMO (Pavithra, Madhukumar, och Mahadeva, 2015). Santana-Vega, Gómez-Muñoz och Feliciano-García (2019) förklarar att smartphoneanvändning och sociala medier kan skapa en negativ cirkel som är svår att bryta. Under tonåren blir detta extra känsligt då en ökad önskan om att tillhöra en grupp och delta i en socialt uppkopplad miljö är vanligt förekommande. Under tonåren ökar användandet av smartphones och därmed även smartphonerelaterad problematik. Detta förklaras med att tonåren är en fas i en människas liv som signifikant utmärks av ett skapande och formande av identitet och autonomitet. I avslutande diskussion förklaras att rädslan (inför att inte vara uppkopplad) skapas av otillfredsställda psykologiska behov och är en förmedlande faktor vid ökat smartphonebruk (Santana-Vega, Gómez-Muñoz och Feliciano-García, 2019). Gezgin, Hamutoglu, Sezen-Gultekin, och Yildirim (2019) beskriver problematiken kring individer som beskriver synen av sin smartphone likt en vän eller älskare. Då personen upplever ensamhet i romantiska eller sociala relationer kan denne tillfredsställa dessa behov genom att spendera ytterligare tid i den digitala världen. Som resultat skapas ett beroendesyndrom vilket i sin tur kan leda till ett nomophobiskt tillstånd (Gezgin, Hamutoglu, Sezen-Gultekin, och Yildirim, 2019). Gezgin et. al (2018) tydliggör i deras studie att FoMO kan indikera på nomophobia med en säkerhet på fyrtioen procent vilket visar på att FoMO är en viktig indikator för nomophobia samt ett underliggande fenomen till nomophobia (Gezgin et. al, 2018). Detta stöds följaktligen av Santana-Vega, Gómez-Muñoz och Feliciano-García (2019) som pekar på FoMO som en förmedlande faktor mellan depression, ångest och ett ökat smartphonemissbruk (Santana-Vega, Gómez-Muñoz och Feliciano-García, 2019). Detta tankeexperiment kan styrkas av de resultat som Onal (2019) presenterar i *Metaphoric perceptions of high school students about nomophobia*, en studie som undersöker just elevers beskrivningar av fenomenet nomophobia. Symtom som synliggörs är synonyma med eller kan kopplas till depression, ångest och ett ökat smartphonebruk (Onal, 2019). I *Preservice Teachers' Metaphorical Perceptions on Smartphone, No Mobile Phone Phobia (Nomophobia) and*

Fear of Missing Out (FoMO) undersöker Gezgin, Hamutoglu, Sezen-Gultekin, och Yildirim (2019) hur deltagarna genom metaforer återger fenomenen FoMO och nomophobia samt beskriver relationen till sin smartphone. Flera av de vanligaste metaforerna kan korreleras till behov som är fysiska livsnödvändigheter för individen (Smartphone = vän, organ, behov, älskare, föda, Nomophobia = ensamhet och intet FoMO = ouppdaterad, oinformerad, misslyckande och känsla av att befinna sig på en öde ö) därmed kan smartphone beskrivas som en psykologisk upplevd livsnödvändighet för individen med ett nomophobiskt tillstånd (Gezgin, Hamutoglu, Sezen-Gultekin, och Yildirim, 2019). I *The Extended iSelf: The Impact of iPhone Separation on Cognition, Emotion, and Physiology* ges definition av vilka symtom som kan kopplas till fenomenet nomophobia och ett nomophobiskt tillstånd. Studien visar att då deltagarna ej hade möjlighet att plocka upp sin telefon när den ringde ökade hjärtfrekvensen, blodtryck (ångest och stress) och deltagarna beskrev en upplevelse av obehag. De självrapporterade känslorna av obehag återspeglar deltagarnas fysiska reaktion. Den kognitiva prestandan hos deltagarna försämrades under dessa omständigheter (Clayton, Leshner och Almond, 2015). Även Pavithra, Madhukumar, och Mahadeva (2015) påvisar i sin studie från 2015 att obehag, ångest, stress och nervositet är känslor som kopplas till nomophobia. Fortsatt belyser Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad (2018) denna upplevelse från elevernas perspektiv i deras studie *It must not disturb, it's as simple as that: Students' voices on mobile phones in the infrastructure for learning in Swedish upper secondary school*. I studien beskrivs hur eleverna talar om relationen till deras digitala objekt som en personlig säkerhet, trygghet och lycka. Majoriteten av eleverna uppgav att telefonen är med dem överallt. Pavithra, Madhukumar, och Mahadeva (2015) lyfter även beteenden som kan kopplas till fenomenet vilka är att alltid bära med en laddare (i rädsla för att batteriet på ens enhet ska ta slut), att regelbundet kolla på skärmen för att försäkra sig om att inte missa något eller att sova med telefonen i sängen. Detta stämmer väl överens med de som Gezgin et. al (2018) anser gör nomophobia till ett problem för den mentala hälsan. Ett problem som tar sig uttryck i det starka behovet av att frekvent kolla av telefonen, spendera mer och mer tid med telefonen, att undvika platser där mobilen ej är tillåten och att ständigt bära med sig en laddare eller powerbank (Gezgin et. al, 2018). Enligt Onal (2019) studie (*Metaphoric Perceptions of High School Students about Nomophobia*) är stress-, uttråknings-, mardrömslika-, nedstämdhets-, desperata- fruktansvärda- och hemska-exempel på känslor som elever upplever då deras smartphone ej är tillgänglig. Utifrån dessa beskrivningar kan två grupper av fenomen utrönas för att representera tillståndet

av nomophobia (i) fenomen kopplat till det fysiskt kroppsliga och (ii) fenomen kopplat till känslor. I grupp (ii) fenomen kopplat till känslor kan fenomenen delas in i tre underkategorier (i) fenomen kopplat till negativa känslor (ii) fenomen kopplat till positiva känslor och (iii) Fenomen kopplat till rädslor. Fenomen som kopplas till den fysiska kroppen är ångest, höjt blodtryck och ökad hjärtfrekvens. Fenomen som kopplas till negativa känslor är stress, nervositet, oro, uttråkning, mardrömslika, nedstämdhet, desperation, obehag, ensamhet och lidande. Fenomen som kopplas till positiva känslor är personlig säkerhet, trygghet, lycka, vänskap och kärlek. Fenomen som kan kopplas till rädslor är förlorad uppkoppling, ej kunna kommunicera, ej ha tillgång till information och att ge upp bekvämlighet. Stöd för detta ges även av Nagpal, och Kaur, (2016) i studien *Nomophobia: The problem lies at our fingertips*.

5.1.2 Fenomenet online identitet - det utvidgade jaget

En teoretisk förklaring till att smartphoneanvändare upplever ångest och stress då de separeras från sin smartphone är teorin om det utvidgade jaget. Teorin bygger på att smartphonen för användaren har utvecklats till en förlängning av identiteten och det fysiska jaget (Clayton, Leshner och Almond, 2015). Detta stödjer vad Berndtsson (2005) beskriver i *tekniska hjälpmedel, synskadade och samhället*. Berndtsson tydliggör att då ett objekt används regelbundet under en längre tid för att uppfatta omvärlden så flyttas skiljelinjen för vart världen börjar från brukarens hand till där objektet möter världen. En inkorporering har alltså gjorts av objektet och objektet kan då upplevas som en del av kroppen (Berndtsson, 2005). Detta förevisas av Yildirim och Correia (2015) som diskuterar problematiken kring användning av digitala verktyg såsom smartphones och tablets i undervisningssammanhang. Forskarna menar att digitala verktyg för studenterna kan ha en kontraproduktiv instruktionspraxis på grund av möjligheten till uppkoppling vilket erbjuder tillgång till interaktion med sociala medier och tillgång till studentens online identitet (Yildirim och Correia, 2015). Sociala medier kan definieras till webbaserade tjänster som erbjuder individer, grupper och organisationer att samarbeta, förena, interagera och skapa grupper. Att omforma, förändra och dela användaranpassat innehåll samt kommunicera (Tunc-Aksan, och Akbay, 2019). Till social media inkluderas sociala applikationer såsom samarbetsprojekt till exempel wikipedia, bloggar och forum till exempel youtube, sociala nätverkssidor till exempel facebook och twitter och virtuella spel samt virtuella sociala världar till exempel second life. Plattformarna erbjuder skapandet av en online identitet (Tunc-Aksan, och Akbay,

2019). Gezgin et. al (2018) menar att nomophobia är strukturellt besläktat med smartphoneberoende och sociala mediaberoende. Sociala medieplattformar uppmanar användare att vara konstant inloggade och hålla sig ständigt uppdaterade (Gezgin et. al, 2018). Att ständigt vara uppdaterad kan skapa ett beroende till sociala medier samt utvecklande av nomophobia. Ungdomar som vuxit upp i digitaliseringen och tidigt exponerats för social media löper större risk att utveckla problematiskt beteende relaterat till social media så som fenomenet FoMO och social media beroende (Tunc-Aksan, och Akbay, 2019). Att ständigt vara uppkopplad problematiseras av Carrington (2017) i *How we live now: "I don't think there's such a thing as being offline"*, här undersöks samtida ungdomars förståelse och upplevelse av internet som fenomen och fenomenen online och offline. I studien gav deltagarna metaforiska beskrivningar av fenomenen som sedan kategoriseras och slutligen konstruerade en förståelse av hur deltagarna konceptualiserar sina livsvärldar (Carrington, 2017). Carrington (2017) visar i sin studie att de metaforer som varit representativa för fenomenen internet, online och offline ej längre är gällande. Deltagarna i studien beskriver ett för Carrington (2017) helt nytt sätt att uppleva dessa fenomen parallellt till den fysiska världen. Ingen distinkt skillnad görs längre mellan online och offline menar Carrington (2017), deltagarna upplever sig som konstant online eftersom onlineidentiteten alltid är där, med andra ord den försvinner inte när vederbörande loggar ut eller stänger av sin enhet (Carrington, 2017). I *A study on nomophobia – mobile phone dependence, among students of medical college in Bangalore* ombads tvåhundra studenter att lista de tre vanligaste ändamål som studenter använder sin smartphone för vilka var (i) social networking (social media) femtiosex procent, (ii) playing games elva procent och (iii) calling family tio procent (Pavithra, Madhukumar, och Mahadeva, 2015 s.342). Detta resultat stöds av Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad (2018, s.525) som vid en Svensk gymnasieskola tillfråga tvåhundra elever om vilka de vanligaste ändamål som eleverna använde sin smartphone till under skoldagen. Dessa var (i) cooperation with classmates by social media, (ii) translation, (iii) editing pictures. Tillsammans stödjer resultaten vad Gezgin et. al (2018) visar då de korrelerar FoMO med användning av sociala medier, och att sociala medier användning via smartphones är vanligt förekommande bland unga individer. Resultaten stödjer även fenomenet FoMO som en av faktorerna bakom sociala medier beroende (Tunc-Aksan, och Akbay, 2019). Resultatet blir att användning av sociala medier via smartphones ökar FoMO och korrelerar med- samt kan skapa ett smartphoneberoende som i sig sedan kan utvecklas till nomophobia (Gezgin et. al, 2018).

5.2 Fenomenologiskt förhållningssätt i bildundervisning

I följande delkapitel behandlas arbetets andra forskningsfråga ”Hur skulle ett fenomenologiskt förhållningssätt kunna användas i en bildundervisningspraktik?”. Frågan belyses utifrån ett pedagogiskt och didaktiskt perspektiv med stöd i artiklarna som granskades i delkapitel 4.1.

5.2.1 Att undersöka livsvärldar

Att undersöka livsvärlden hos en individ är en komplex uppgift. Uppgiften kräver att individen som undersöks besitter kommunikativa förmågor att återge sin livsvärld utifrån sig själv och ej utifrån föreställningar individen kan ha av vad som förväntas. Uppgiften kräver samtidigt att forskaren besitter förmågan att tolka återgivningen utifrån det som synliggörs och ej utifrån det som en själv tänker om det som synliggörs (Bengtsson, 1998). Genom kunskap om hur forskarna i de granskade studierna arbetat har förslag till pedagogiska metoder som erbjuder elever att undersöka sin egna samt andras livsvärld tagits fram. Följande presenteras en sammanställning av arbetsmetoder och hur de kategoriserats för tillämpning inom en bildundervisningspraktik.

Onal nezih (2019) undersöker i sin studie *Metaphoric Perceptions of High School Students about Nomophobia* livsvärlden med målet att förstå vad elever upplever då deras smartphones ej är tillgängliga (Onal, 2019). För ändamålet valdes fenomenologisk teori. För att säkerställa att deltagarna i studien upplevt fenomenet gjordes urvalskriterier kopplade till smartphoneanvändning. Studien bygger på en semistrukturerad enkätundersökning. Undersökningen fokuserade på två dimensioner (i) den upplevda känslan och (ii) den metaforiska beskrivningen av fenomenet. Resultatet av datainsamlingen sammanställdes genom fenomenologisk reduktion, fantasifull variation och konstruktion av upplevelsen, resultatet presenteras genom fyra moln illustrationer vilka representerar dom vanligaste fenomenen och känslor kopplade till dessa (Onal, 2019). Att använda en semistrukturerad modell för datainsamling stöds av Yildirim och Correia (2015) som i sin studie *Understanding nomophobia: A modern age phobia among collegestudents* synliggör den upplevda erfarenheten av nomophobia hos individen. Genom att använda en fenomenologisk ansats i semistrukturerad intervju som transkriberades och analyserades så konstruerade Forskarna fyra dimensioner av nomophobia (Yildirim och Correia, 2015). Den fenomenologiska dataanalysen som tillämpades bestod av fenomenologisk reduktion, fantasifull variation och konstruktion

av upplevelsens essens (Yildirim och Correia, 2015). Även Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad (2018) använder en semistrukturerad intervju för att undersöka elevernas livsvärldar. I *Preservice Teachers' Metaphorical Perceptions on Smartphone, No Mobile Phone Phobia (Nomophobia) and Fear of Missing Out (FoMO)* använder Gezgin, Hamutoglu, Sezen-Gultekin, och Yildirim (2019) sig av deltagarnas metaforer för att konstruera förståelse av fenomenen. I studien *Relationship between nomophobia and fear of missing out among Turkish university students (2018)* undersöker Forskarna livsvärlden med hjälp av fenomenologisk ansats genom att titta på gemensamma nämnare för fenomenen FoMO och nomophobia. Nomophobia data samlades in genom en enkätundersökning som fokuserade på fyra dimensioner av fenomenet (dessa var hämtade från Yildirim och Correia, 2015). FoMO data samlades in genom en separat endimensionell enkätundersökning (Gezgin, Hamutoglu, Sezen-Gultekin, och Gemikonakli, 2018).

5.2.2 Ett fenomenologiskt förhållningssätt i praktiken

Att inta ett fenomenologiskt förhållningssätt i en konkret skolpraktik kräver att stöd för detta finns i styrdokumentet. Det är därför relevant att läsa Lgr11 (Skolverket 2011/2018) utifrån ett fenomenologiskt perspektiv. Bildämnet har enligt Skolverket (2019) stor betydelse för människors sätt att tänka, lära och uppleva sig själva och världen de lever i. Med stöd i ett fenomenologiskt livsvärldsperspektiv på bildundervisning är livsvärldsbegreppet något som kan inkluderas samt bli en viktig grund i konstruerandet av uppgifter som möjliggör utveckling av detta. Ytterligare stöd för ett fenomenologiskt förhållningssätt i bildundervisning hittas i kunskapskraven för bildämnet. Framförallt berörs två av kunskapskraven i kursplanen för bildämnet i Lgr11 (Skolverket 2011/2018) (i) Eleven kan framställa olika typer av berättande och informativa bilder som kommunicerar erfarenheter, åsikter och upplevelser, (ii) Eleven kan tolka såväl samtida som historiska bilder och visuella kulturer (Skolverket, 2019). Utifrån det resultat som presenteras i 4.1 finns inom bildämnet goda möjligheter för att inkludera ett fenomenologiskt och filosofiskt förhållningssätt i undervisningspraktiken. Resultatet i 4.1 synliggör semistrukturerade frågor (uppgiften), metaforen (bildframställningen) och beskrivning av upplevelsen (bildanalys) samt gemensamma nämnare (bildanalys) som pedagogiska verktyg. Att arbeta med metaforer tycks vara en effektiv metod för att närma sig elevernas livsvärldar. För detta bör metafor ges en definition. I denna studie har Carringtons (2017) definition av metafor valts: en metafor är mer än en förskönad

liknelse eller poetiskt färgad beskrivning. Metaforer formas av diskurser i livsvärlden och därmed formar de hur individen urskiljer samt återger sin vardag. Med utgångspunkt i fenomenologi skulle arbetet med metaforer inom bildämnet kunna fungera som ett effektivt och intressant verktyg för att främja lärande. Till exempel skulle en uppgift kunna utformas där elever får skapa en abstrakt eller fiktiv bild som representerar relationer exempelvis till deras smartphone. Metaforer skulle då hjälpa elever att undersöka sin livsvärld och skapa förståelse för det egna sättet att tänka. Detta kan följas av ett bildsamtal om både den egna bilden samt andras bilder vilket kräver en beskrivning av metaforen och upplevelsen. Detta skapar förutsättningar till att ytterligare utveckla den egna tankeprocessen samt förstå andras livsvärldar, detta i enlighet med Lgr11 (Skolverket 2011/2018) och de mål som presenteras för verksamheten. I detta bildsamtal möjliggörs även granskandet av gemensamma nämnare i de olika bilderna som presenteras. Eleverna skulle genom arbete med ovan nämnda pedagogiska verktyg kunna vidga sin förståelse för den komplexa verklighet vi lever i och hur vi navigerar i denna (Skolverket, 2019).

6. Avslutande diskussion

I följande kapitel presenteras metoddiskussion där det fenomenologiska förhållningssättet motiveras och problematiseras samt resultatets geografiska bredd synliggörs. Därefter följer resultatdiskussion av resultaten som presenteras i kapitel fyra. Reflektionen knyter an till arbetets inledande problemformulering, smartphonens plats i en samtida skolan. Avslutningsvis ges förslag på vidare forskning.

6.1 Metoddiskussion

Av intresse för att lära mig mer om fenomenologi valde jag att arbeta utifrån detta teoretiska perspektiv. En fenomenologisk metod kan upplevas som svårhanterlig då den har tyngdpunkten i filosofi. Ett filosofiskt förhållningssätt menar jag är själva styrkan i att använda fenomenologin. För att förstå till exempel en problematik som eleven uppvisar behövs förståelse för bakomliggande känslor och upplevelser. För att som lärare kunna förstå elevens känslor krävs verktyg för att närma sig elevens livsvärld. Tankeexperimentet där livsvärlden undersöks genom metaforen är en kreativ metod och verktyg vilket både utmanar och öppnar för möjligheter till att förstå elevens livsvärld. Att skapa förståelse för livsvärlden och hur livsvärldars horisonter kan mötas är ett verktyg som jag menar har stor potential inom pedagogik.

Då föreliggande studie utgår från fenomenologiskt förhållningssätt och syftar till att granska fenomenologiska studier har vetenskapliga artiklar där fenomenologi ej skrivs ut som teori förbisetts i sökprocessen. Jag upptäckte efter hand att det i en del studier trots allt användes metoder som stämde väl överens med de metoder som används inom flera av de fenomenologiska studier som granskades. Potentiellt skulle en del av de förbisedda vetenskapliga artiklarna kunna bidra till föreliggande studies resultat. Den fenomenologiska avgränsningen kan därmed ha fungerat som en begränsning för resultatet. Den fenomenologiska avgränsningen är föreliggande studiens största komplexitet då avgränsningen gjordes utifrån intresse av att fördjupa mig inom fenomenologi vilket var avgörande för resultatet.

Under arbetet med litteraturoversikten blev jag vid ett flertal tillfällen förvånad över hur den geografiska bredden utvidgades allt mer efter varje sökning. Jag insåg i och med min förvåning att jag undermedvetet hade en förväntning om att resultat skulle komma

främst från västvärlden. Jag hade förväntningar på att forskning från länder som Norge, Sverige, England, USA och Kanada skulle komma att bli centralt för arbetet. De länder som slutligen kom att utgöra litteraturöversiktens geografiska bredd var England, Sverige, USA, Indien, Turkiet, Spanien, Schweiz, Ungern och Korea. Detta kan kanske förklaras utifrån att problematiken och de fenomen som undersöks är från ett nytt framväxande problemområde och därmed finns begränsad mängd forskning i dagsläget. Även det teoretiska perspektiv som problematiken behandlas utifrån kan förklara den geografiska bredden. Det fenomenologiska perspektivet verkar ej vara framträdande för pedagogisk forskning om elevhälsa i Sverige och eventuellt är detta gällande för fler länder.

6.2 Resultatdiskussion

Föreliggande studies resultatet synliggör några komplexa utmaningar som dagens elever möter i en digitaliserad värld. Utmaningar som måste navigeras i allt mer komplexa livsvärldar. Föreliggande studie redogör för en grupp nya fenomen vilka kan medföra fysiska samt psykiska hälsorisker. Som lärarstudent menar jag att dagens elever är i behov av kunskap och redskap för att ansvarsfullt navigera denna hälsorisk. Vid utveckling av kunskap och redskap i ämnet är det viktigt att påminna oss om att ta hänsyn till yngre generationers upplevelser och perspektiv. Att inkludera dem som berörs motverkar i detta fall childism och en exotifiering av yngre generationer. Exempel på denna problematik gavs i kapitlet tidigare forskning.

En reaktion mot problematiken som digitaliseringen medfört är de lagförslag som regeringen presenterar gällande restriktioner och förbud mot mobiltelefoner och smartphones i skolan (Sveriges television, 2019). Resultatet av föreliggande studie visar att det finns potentiellt bättre lösningar än restriktioner och förbud. Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad, (2018) förklarar att utifrån rädslor för förändring i en traditionell undervisnings- och skolmiljö har den enkla lösningen varit att införa restriktioner och förbud. Läraren måste idag vara medveten om de risker som tillämpning av dessa restriktioner och förbud kan medföra. Problematiken som kan uppstå med införandet av restriktioner stöds av Dunkels (2010) som synliggör problematiken med snabba lösningar på mänskliga problem. Mänskliga problem löses ej med tekniska lösningar utan måste konstruktivt växa fram i samarbete mellan människor (Dunkels, 2010). Ytterligare exempel på detta ges i *It must not disturb, it's*

as simple as that: Students' voices on mobile phones in the infrastructure for learning in Swedish upper secondary school. Studien belyser de konflikter som uppstår mellan lärare och elever vid insamling av smartphones (Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad, 2018). Detta störningsmoment känns igen alltför väl från min egen verksamhetsförlagda utbildning och en grundläggande erfarenhet som väckt mitt intresse för detta problemområde. Som svar på detta föreslår Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad (2018) en skolkultur som inkluderar även smartphones till de digitala verktyg som används för att stimulera kunskapsutveckling. Dock tydliggör Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad, (2018) att detta skulle kräva att både elever, föräldrar och lärare ges förutsättningar till utbildning om ansvarsfullt bruk av smartphones i utbildningsändamål. Detta förslag finner stöd hos Lgr 11 (Skolverket 2011/2018) då ett övergripande mål för verksamheten är att alla elever ska ges förutsättningar att utveckla förmågan att ta personligt ansvar samt ges möjlighet att utveckla ett kritiskt och ansvarsfullt förhållningssätt till digital teknik för att kunna se möjligheter och förstå risker (Skolverket, 2011/2018). Denna inkludering av smartphonen samt undervisning om smartphonehälsa skulle kunna tillhandahålla elever nödvändig kunskap och redskap för att navigera tryggt i en digitaliserad och allt komplexare verklighet.

Stöd för användning av smartphonen som verktyg inom bildämnet ges i resultatet som presenteras av Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad, (2018). Resultatet visar att smartphonen är ett uppskattat verktyg i skolarbetet både av lärare och elever. De främsta funktioner som uppgavs var kameran, bildredigering och musik appar, informationssökande och virtuella samarbeten. Stöd för att inkludera smartphonen ges även i Lgr11 (Skolverket 2011/2018) som tydliggör att alla elever ska ges möjlighet att utveckla sin förmåga att använda digital teknik för kunskapssökande, informationsbearbetning, problemlösning, skapande och kommunikation Lgr11 (Skolverket 2011/2018). Även i kursplanen för bildämnet tydliggörs det att alla elever ska genom bildundervisningen få utveckla kunskaper om visuell kultur, film, foto, design, konst, arkitektur och miljöer och Skapa bilder med digitala tekniker och verktyg (Skolverket, 2011). Av egen erlagd erfarenhet då jag inkluderat smartphones i bildundervisningen tycks smartphonen fungerar som effektivt verktyg förutsatt att det ges tydliga instruktioner för vad som skall göras, vart det ska göras och hur det ska göras. Med dessa didaktiska riktlinjer fungerar ofta smartphonen bättre än den laptopp elever tillhandahåller från skolan. Detta tack vare att elever navigerar snabbare i appar

de känner än i Windowsprogram. Detta stöds av Dunkels, Feilitzen och Findahl (2011) i *Hur farligt är internet* där de redogör för barns och ungdomars förmåga till att anpassa samt bruka digitala verktyg.

Som tidigare nämnt är det viktigt att vara medveten om de utmaningar som ett inkluderande av smartphonen i klassrummet medför. Utifrån litteraturstudiens resultat kan det argumenteras för att åtgärder bör vidtas vid en sådan inkludering. Som Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad (2018) visade finns det även inom elevgruppen en förståelse inför problematiken samt en önskan om att hälsosamma åtgärder införs. Eleverna i studien listade själva hinder som de upplevde med smartphonen för skolarbetet. Resultatet sammanställdes av Forskarna i fyra kategorier (i) distraktioner (främst sociala medier), (ii) Läraren, (iii) Begränsningar med mjuk- och hårdvara samt (iv) Inga hinder. Sammanfattningsvis drar jag slutsatsen att smartphonens närvaro i skolan utmanar den traditionella skolans struktur för lärande. Samtidigt som det i läroplanen finns krav på inkludering av digital teknik och elevers utveckling av förmågor att bruka tekniken ansvarsfullt. Problematiken tycks inte ligga i huruvida användandet ska få förekomma eller ej utan snarare i hur läraren ska arbeta för att inkludera tekniken på ett konstruktivt sätt. Magnusson, Weilenmann och Hård af Segerstad (2018) menar att smartphones försvårar gränsdragningen mellan skoltid och fritid. Smartphonen är en stor del av elevernas privatliv och för att möjliggöra integrering av detta objekt i skolan krävs nya lösningar för att detta brukas på ett ansvarsfullt sätt. Gränsdragningen mellan skoltid och fritid kan problematiseras ytterligare utifrån *How we live now: "I don't think there's such a thing as being offline"*, studiens resultat redogör för en potentiell upplösning av denna gränsdragning (Carrington, 2017). Deltagarna i studien synliggör en pågående förändring vilken innebär att det inte längre går att befinna sig offline då ens online identitet just är permanent online. Med stöd i detta kan Lgr11 (Skolverket 2011/2018) läsas med ett vidgat perspektiv utifrån livsvärldsbegreppet "eleverna ska kunna orientera sig och agera i en komplex verklighet med stort informationsflöde, ökad digitalisering och snabb förändringstakt". Det bör nämnas att denna problematisering bygger på två kvalitativa studier och därmed kan endast slutsatser i de specifika studierna göras. Problematiseringen kan ses som förslag till vidare litteraturstudier.

Resultatet i föreliggande litteraturstudien kan sammanfattas att ju mer smartphonen används oreflekterat desto högre är risken att uppleva fenomenet FoMO. Om det

huvudsakliga syftet med smartphonen är bruk av social media ökar risken att uppleva fenomenet FoMO. Strukturen hos social media uppmanar användaren att ofta vilja logga in vilket ökar risken för att utveckla ett beroende. Ett social media beroende ökar ytterligare risken att uppleva fenomenet FoMO. Vilket i sin tur gör individen mer benägen att spendera tid på- och prioritera sin smartphone därmed ökar risken för att utveckla fenomenet nomophobia markant. I ett nomofobiskt tillstånd kan individen uppleva (i) fenomen kopplat till det fysiskt kroppsliga och (ii) fenomen kopplat till känslor. I grupp (ii) fenomen kopplat till känslor kan individen uppleva (i) fenomen kopplat till negativa känslor (ii) fenomen kopplat till positiva känslor och (iii) Fenomen kopplat till rädslor. Fenomen som kopplas till den fysiska kroppen är ångest, höjt blodtryck och ökad hjärtfrekvens. Fenomen som kopplas till negativa känslor är stress, nervositet, oro, uttråkning, mardrömslika, nedstämdhet, desperation, obehag, ensamhet och lidande. Fenomen som kopplas till positiva känslor är personlig säkerhet, trygghet, lycka, vänskap och kärlek. Fenomen som kan kopplas till rädslor är förlorad uppkoppling, ej kunna kommunicera, ej ha tillgång till information och att ge upp bekvämlighet.

Utifrån föreliggande studiens resultat kan slutsatsen om ett fenomenologiskt förhållningssätt i en konkret skolpraktik konstrueras kring semistrukturerade uppgifter. En semistrukturerad uppgift ska då leda eleven in på ämnet och utmana hen att undersöka ämnet utifrån sin egen livsvärld. Livsvärldsbegreppet blir ett spännande och givande verktyg för både lärare och elever. Skillnaden mellan en strukturerad uppgift och en semistrukturerad uppgift är att den semistrukturerade uppgiften möjliggör en filosofisk arbetsprocess medan den strukturerade är mer eller mindre praktisk och lämnar minimalt rum för kreativa och abstrakta tankeprocesser. Viktigt att nämna är att alla elevgrupper är komplexa och olikheter alltid finns, därmed bör läraren själv avgöra graden av struktur i de semistrukturerade uppgifterna.

Ett övergripande mål för svensk skolan är att verka för att hälso- och livsstilsfrågor uppmärksammas och diskuteras (Skolverket, 2019). Utifrån resultatet av litteraturstudien menar jag att den potentiella problematik som fenomenen FoMO och nomophobia innebär bör behandlas under hälso- och livsstilsfrågor. Som lärarstudent är min önskan och ambition att ämnet kan bemötas utifrån ett elevhälsoperspektiv och ej genom restriktioner eller förbud. En alternativ lösning kan vara ett avtal mellan lärare, föräldrar och elever om hur smartphonen används i skolan vilket stöds av Magnusson,

Weilenmann och Hård af Segerstad (2018) samt av Gezgin, Hamutoglu, Sezen-Gultekin, och Yildirim, (2019) som menar att det är av stor vikt att forskare, experter, föräldrar skolans administration, lärare, och även politiker reflekterar över vilka konsekvenser fenomenen FoMO och nomophobia kan få.

6.3 Förslag på vidare forskning

Att undersöka fenomenen nomophobia, FoMO och onlineidentitet i en svensk skolkontext kan hjälpa till att skapa en förståelse för hur utbredd problematiken är i svensk skola. Med bättre förståelse för dessa fenomen skulle potentiellt en utbildning av lärare kunna utvecklas och motverka dessa nya fenomen som riskerar att bli ett växande problem i vårt globaliserade samhälle.

I flera av de studier jag läst fanns resultat uppdelat efter juridiskt kön. Då detta ej är inom forskningsfråga för föreliggande studie granskades ej dessa skillnader. Förslagsvis skulle en litteraturstudie där frågeställningen berör skillnader mellan kön och upplevelse av fenomenen FoMO, nomophobia och online identitet undersöks kunna bidra till förståelse för spridning och tillväxt av fenomenen.

Som tidigare nämndes i problematisering av omdefiniering gällande begreppet offline skulle vidare litteraturstudier av denna förändring vara av intresse för att kunna presentera ett resultat. En studie av detta skulle eventuellt kunna bidra till vidare förståelse av samtida ungdomars parallella dimensioner i livsvärlden.

Referenslista

Bengtsson, Jan. (1988). *Sammanflätningar. fenomenologi från Husserl till Merleau-Ponty*. Göteborg: Daidalos.

Bengtsson, Jan. (1998). *Fenomenologiska utflykter. människa och vetenskap ur ett livsvärldsperspektiv*. Göteborg: Daidalos.

Bengtsson, Jan. (red.). (2005). *Med livsvärlden som grund: bidrag till utvecklandet av en livsvärldsfenomenologisk ansats i pedagogisk forskning*. Lund: Studentlitteratur.

Carrington, Victoria. (2017). How we live now:" I don't think there's such a thing as being offline". *Teachers College Record*, 119(12). Hämtad 26 december 2019 från <https://ueaeprints.uea.ac.uk/id/eprint/64310/>

Dunkels, Elza. (2019). Utnyttja ungas erfarenheter. *Pedagogiska magasinet: Digital skola*. Hämtad 6 januari 2020 från <https://pedagogiskamagasinet.se/utnyttja-ungas-erfarenhet/>

Dunkels, Elza. (2010). Reaktionen på ungas nätanvändning. I Carlsson, U (red) *Barn och unga i den digitala mediekulturen*. Göteborg: Nordicom, s.37-49

Ejvegård, Rolf. (2009). *Vetenskaplig metod*. Lund: Studentlitteratur.

Gallagher, Shaun. (2012). *Phenomenology*. London: Palgrave Macmillan Limited.

Gezgin, D. M. Hamutoglu, N. B. Sezen-Gultekin, G. och Gemikonakli, O. (2018). Relationship between Nomophobia and Fear of Missing out among Turkish University Students. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 13(4), s.549-561. Hämtad 22 december 2019 från <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1202188.pdf>

Gezgin, D. M. Hamutoglu, N. B. Sezen-Gultekin, G. och Yildirim, S. (2019). *Preservice Teachers' Metaphorical Perceptions on Smartphone, No Mobile Phone Phobia (Nomophobia) and Fear of Missing Out (FoMO)*. Hämtad 15 december 2019 från DOI: 10.14686/buefad.516540

Gillberg, Nanna. (2019). *Påsatt och avskärmad i en digital värld*. Malmö : Roos och Tegnér.

Husserl, Edmund. (2004). *Idéer till en ren fenomenologi och fenomenologisk filosofi*. Stockholm: Thales.

Konok, V. Pogány, Á. and Miklósi, Á. (2017). Mobile attachment: Separation from the mobile phone induces physiological and behavioural stress and attentional bias to separation-related stimuli, *Computers in Human Behavior*, 71, pp. 228–239. Hämtad 7 december 2019 från doi: 10.1016/j.chb.2017.02.002.

Larsson, Åsa. (2018). Mobilförbud ledde till bättre resultat. *Skolvärlden*. Hämtad 2 mars 2020 från <https://skolvärlden.se/artiklar/mobilforbud-ledde-till-battre-resultat>

Lee, J. och Cho, B. (2015). Effects of self-control and school adjustment on smartphone addiction among elementary school students. *International Journal of Contents*, 11(3), 1-6. Hämtad 19 december 2019 från <https://doi.org/10.5392/IJoC.2015.11.3.001>

Letmark, peter. (2019). Ministern: Mobilförbud ska bli regel i skolorna. *Dagens Nyheter*. 6 november. Hämtad 2 mars 2020 från <https://www.dn.se/nyheter/sverige/ministern-mobilforbud-ska-bli-regel-i-skolorna/>

Magnusson, A. G. Weilenmann, A. och Hård af Segerstad, Y. (n.d.). (2017). “It must not disturb, it’s as simple as that”: Students’ voices on mobile phones in the infrastructure for learning in Swedish upper secondary school. *Education and Information Technologies*, 23(1), 517–536. Hämtad 29 december 2019 från <https://doi-org.proxy.mau.se/10.1007/s10639-017-9615-0>

Michaela, Allaby och Charlene, S. Shannon. (2019). “I just want to keep in touch”: Adolescents’ experiences with leisure-related smartphone use, *Journal of Leisure Research*. Hämtad 13 december 2019 från DOI [10.1080/00222216.2019.1672506](https://doi.org/10.1080/00222216.2019.1672506)

Nagpal, S. S. och Kaur, R. (2016). Nomophobia: The problem lies at our fingertips. *Indian Journal of Health och Wellbeing*, 7(12), 1135–1139.

Hämtad 21 december (2019) från <https://search-ebSCOhost-com.proxy.mau.se/login.aspx?direct=true&db=afhoch&AN=122600538&lang=svo&site=eds-live>

Nilsson, Lukas. (2018). Tumme upp för mobilförbud. *Svenska dagbladet*. Hämtad 2 mars 2020 från <https://www.svd.se/tummen-upp-for-mobilforbud>

Olsson, Jonas. (2019). Regeringen vill förbjuda mobiler i skolan. *Sveriges telivison*. Hämtad 2 mars 2020 från <https://www.svt.se/nyheter/inrikes/regeringen-vill-forbjuda-mobiler-i-skolan>

Onal, N. (2019). Metaphoric Perceptions of High School Students about Nomophobia. *International Journal of Research in Education and Science*, 5(2), 437-449. Hämtad 24 december 2019 från <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1203820.pdf>

Pavithra, M. B. Madhukumar, S. och Mahadeva, M. (2015). A study on nomophobia-mobile phone dependence, among students of a medical college in Bangalore. *National Journal of community medicine*, 6(3), 340-344. Hämtad 24 december 2019 från http://njcmindia.org/uploads/6-3_340-344.pdf

Russell, B. Clayton. Glenn, Leshner. Anthony, Almond. (2015). The Extended iSelf: The Impact of iPhone Separation on Cognition, Emotion, and Physiology, *Journal of Computer-Mediated Communication*, Volume 20, Issue 2, 1 March 2015, Pages 119–135. Hämtad 26 december 2019 från <https://doi.org/10.1111/jcc4.12109>

Santana-Vega, L. E. Gómez-Muñoz, A. M. och Feliciano-García, L. (2019). *Adolescents problematic mobile phone use, Fear of Missing Out and family communication/Usos problemáticos del móvil, fobia a sentirse excluido y comunicación familiar de los adolescentes*. *Comunicar*, 27(59), 39-47 . Hämtad 24 december 2019 från <http://eprints.rclis.org/34257/>

Skolverket. (2011/2018). *Läroplan för grundskolan, förskoleklassen och fritidshemmet 2011* Hämtad 30 december 2019 från <https://www.Skolverket.se/undervisning/grundskolan/laroplan-och-kursplaner-for->

[grundskolan/laroplan-lgr11-for-grundskolan-samt-for-forskoleklassen-och-fritidshemmet](#)

Skolverket. (2011). *Mobiltelefoner i klassrummet inte bara ett problem*.

Hämtad 2 mars 2020 från <https://www.Skolverket.se/skolutveckling/forskning-och-utvarderingar/forskning/mobiltelefoner-i-klassrummet-inte-bara-ett-problem>

Turkle, Sherry. (2017). *Tillbaka till samtalet : samtalets kraft i en digital tid*. Göteborg: Daidalos.

Tunc-Aksan, A. och Akbay, S. E. (2019). Smartphone Addiction, Fear of Missing Out, and Perceived Competence as Predictors of Social Media Addiction of Adolescents. *European Journal of Educational Research*, 8(2), 559-566. Hämtad 26 december 2019 från <https://eric.ed.gov/?id=EJ1213088>

Vetenskapsrådet. (2017). *God forskningssed*. Hämtad 30 december 2019 från <https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2017-08-29-god-forskningssed.html>

Vetenskapsrådet. (2019). *Högskolelagen § 5*. Hämtad 30 december 2019 från <http://www.codex.vr.se/forskningshumsam.shtml>

Yildirim, C. och Correia, A. P. (2015). Understanding nomophobia: A modern age phobia among college students. In *International Conference on Learning and Collaboration Technologies* (pp. 724-735). Springer, Cham. Hämtad 26 december 2019 från https://doi.org/10.1007/978-3-319-20609-7_68