

## 4a. Elisa Mortensen: Halvdelen af unge piger er ikke glade for den, de er. Måske findes grunden hertil på TikTok

*Teksten er fra Information den 24. september 2022.*

*Elisa Mortensen, dansk journaliststuderende.*

Før du går i gang med at læse dette debatindlæg, vil jeg gerne advare dig: Dette bliver ikke en boomer-bashing<sup>1</sup> af alle voksnes yndlingsmedie at hade, TikTok. Det vil være hyklerisk, taget i betragtning af hvor meget tid jeg bruger på deres uendelige for-you page (feedet på TikTok, red.). TikTok er et sjovt, spændende og innovativt medie, hvor det er lettere end  
5 nogensinde før at skabe underholdende indhold og nå ud til en hel masse mennesker. Men. For der er også et men, og det er netop det, jeg tager afsæt i her.

For nylig kunne DR berette, at en undersøgelse fra Børns Vilkår viser, at kun hver anden pige i 8. klasse kan lide, hvem hun er. Det er en hjerteskrærende nyhed, at mistrivslens sætter ind så tidligt, og får lov at fylde i de formative teenageår. Undersøgelsen lægger ting som  
10 præstationspres, karaktterræs og sociale medier til grund for denne mistrivsel. Her kom jeg straks til at tænke på et problem, som vi desværre ikke taler nok om – og som mange voksne måske ikke engang ved eksisterer.

For selv om TikTok ikke er et ondt medie, som jeg lagde ud med at proklamere, er der en bestemt, ærgerlig ting, der præger næsten alle videoer på appen, og som efterhånden er  
15 blevet reglen mere end undtagelsen: filtre.

Der findes filtre i alle verdens afskygninger, som gør din hud renere, dine tænder hvidere, dine øjenvipper længere eller noget helt andet. Filtrene er overalt på TikTok, og her er 'perfekt' blevet det nye normal.

Jeg husker tydeligt, da jeg havde en iPhone 3 og prøvede de første filtre på Snapchat, der gav mig hundeører eller tydelige fregner. De var sjove og relativt uskyldige, for det var  
20 tydeligt for enhver, at billedet var manipuleret, og at jeg ikke bare havde groet hundeører over natten. Men på TikTok vælter de smukke mennesker frem med glat hud og store øjne, og det er ikke længere lige så klart, hvad der er virkelighed eller virtual reality. For at det ikke skal være løgn, er standardindstillingen på TikTok, at kameraet udglatter din hud med  
25 30 procent.

Og selv om de unge selvfølgelig ser hinanden i skolegården og i klasselokalerne, hvor den glatte hud ikke er lige så selvfølgelig, så er en stor del af hverdagen nu på telefonerne. Og her hersker den uopnåelige skønhed altså. Flere medier inklusive Zetland<sup>2</sup> har endda gravet frem, hvordan TikToks algoritme favoriserer smukke, rige, hvide, tynde mennesker. Hvis  
30 du er smuk, kan du få, hvis ikke, må du gå. Sikke et pres at lægge på en teenagers spejlbillede.

Okay, at fjerne et filter løser selvfølgelig ikke hele trivselskrisen, men derfor er denne samtale måske alligevel et skridt på vejen.

Erhvervsministeriet har over sommerferien foreslået, at erhvervsdrivende skal markere retoucherede billeder, som jo ofte er af modeller, og det er et rigtig godt sted at starte. Men  
35 måske er det mindst lige så vigtigt, at alle os helt almindelige mennesker kan få lov at se helt almindelige ud, både i virkeligheden og på TikTok. Jeg håber, at politikere, forældre og lærere vil tage denne mistrivsel gravalvorligt og kæmpe for at finde en løsning.

Som forældre er det virkelig vigtigt at turde tale ind i børnenes virkelighed og tage deres digitale liv seriøst på både godt og ondt. Det kræver, at man ved noget om, hvordan  
40 medierne fungerer, og her er mange forældre måske ikke helt med. Min opfordring er: Vær

<sup>1</sup> boomer-bashing: henviser til den ældre generations kritiske angreb på nogen eller noget i samfundet.

<sup>2</sup> Zetland: dansk digital avis.

ikke bange for TikTok, og tro ikke, at du kan udelukke mediet fuldstændigt. Men vær opmærksom på, hvem og hvad de unge følger og spejler sig i, og tal med dem om det, før de falske filterforventninger får lov at sætte sig i selvbilledet.

#### 4b. Karoline Gjelstrup Nielsen: Jeg bruger mange timer på sociale medier – det kan jeg ikke se et problem i

*Teksten er fra Ugeavisen Sønderborg den 13. februar 2022.*

*Karoline Gjelstrup Nielsen (f. 2006), dansk skoleelev.*

En verden uden sociale medier er noget, jeg som 15-årig i 2022 aldrig kunne forestille mig. De er simpelthen så stor del af mig som menneske og min hverdag. Jeg kan sagtens bruge 5-6 timer dagligt på de sociale medier. Det kan jeg ikke se det store problem i, for jeg synes det er sjovt, og jeg hygger mig med det. Jeg bruger især de sociale medier til at snakke og kommunikere med mine venner. Selvom jeg er social i skolen, så stopper det sociale liv aldrig. Det er der 24 timer i døgnet, 7 dage i ugen.

Indrømmet – af og til kan tanken om at trække mig og holde en pause fra de sociale medier være virkeligt tillukkende. Jeg er dog endnu ikke nået dertil, hvor jeg er klar til at gøre alvor af det.

Min generation bliver kaldt den digitale generation. Vi lever og vokser op i en verden med sociale og digitale medier overalt, og som er nemt tilgængelige. Mange børn bliver næsten født med en iPad i hånden nu.

De sociale medier spiller en kæmpestor rolle i vi unges vaner, udvikling og hvordan vi snakker til hinanden og om hinanden. Man kan diskutere, om det er godt, at vi lader os påvirke så meget af de sociale medier. Det kommer jo helt an på, om vi bliver påvirket i en positiv eller negativ retning.

Noget rigtig mange voksne og især forældre ikke tror, vi unge ikke kan finde ud af, er det med at være kritisk i forhold til de sociale medier. At vi ikke kan kende forskel på, hvad der er fake, og hvad der er ægte, men det kan de fleste unge mennesker sagtens finde ud af.

Vi ved godt, at der er rigtig mange, der kun poster på de sociale medier når alt er godt og ”perfekt”, eller de lige har skubbet alt rodet over i hjørnet. Vi er altså ikke så dumme og naive, som I går og tror.

Men vores forbrug af de sociale medier har også en afgørende rolle i forhold til vores identitetsdannelse, og hvordan vi gerne vil fremstå udadtil over for andre mennesker. Om vi vil fremstå søde, venlige, ”perfekte”, ”uperfekte”, selvoptaget eller hvad det nu alt kunne være.

Den ældre del af befolkningen mener måske, at mange af de sociale medier er noget værre noget, og undrer sig over, hvad der er i vejen med at snakke sammen ansigt til ansigt. Men de er jo også vokset op i en helt anden tid end vi er. De fleste af dem har først fået en mobil efter de blev voksne.

De fleste på min alder fik allerede en mobil, da de var ca. 10 år. Det gjorde jeg i hvert fald. Så jeg er vokset op med adgang til internettet og de sociale medier.

En af de største grunde til, at vi unge er så meget på de sociale medier, er pga. det såkaldte FOMO eller ”fear of missing out”. Vi er simpelthen bange for at gå glip af noget, hvis vi ikke er på de sociale medier hele tiden, fordi alting går så stærkt. Vi kan ikke lide at være uden for fællesskabet eller ikke at kunne deltage i en samtale. Det har jeg i hvert fald selv prøvet, og det var ikke sjovt.

Nu hvor det meste sker på de sociale medier, så er det bare vigtigt for os unge at følge med i det. Man kan se det på samme måde, som at de ældre mennesker læser avis. Det gør de jo vel, fordi de gerne vil følge med i, hvad der sker ude i verden og omkring dem. Der bruger vi unge mennesker bare de sociale medier i stedet for. Fordi det er det, vi er vant til og er vokset op med.

Jeg tænker ikke, at folk ligefrem er mindre på de sociale medier og internettet om 10 år, fordi vi får flere og flere muligheder og medier til at bruge dem selv fra en helt tidlig alder.

- 45    Selv i 0. klasse på de fleste skoler er man begyndt at bruge computer og iPads. Så de lærer det bare tidligere og tidligere nu om dage. Så det er bare noget folk må vænne sig til – uanset om de kan lide det eller ikke, for det er altså den retning, vores verden er på vej hen mod. Alt bliver digitalt.