



**JMG – INSTITUTIONEN FÖR
JOURNALISTIK, MEDIER OCH
KOMMUNIKATION**

HUR SOCIALA MEDIER UPPFATTAS AV INDIVIDER I PARRELATIONER OCH KAN BIDRA TILL KÄNSLOR AV NÄRHET, TILLIT OCH SVARTSJUKA

En kvalitativ studie om upplevelsen av sociala medier och deras funktioner i romantiska relationer

Filippa Agård & Leia Karlsson

Uppsats/Examensarbete:	15 hp
Program och/eller kurs:	Medie- och kommunikationsvetarprogrammet
Nivå:	Grundnivå
Termin/år:	Ht/2025
Handledare:	Malin Svenningsson
Kursansvarig:	Malin Svenningsson

Abstract

Uppsats/Examensarbete: 15 hp
Program och/eller kurs: Medie- och kommunikationsvetarprogrammet
Nivå: Grundnivå
Termin/år: Ht/2026
Handledare: Malin Svenningsson
Kursansvarig: Malin Svenningsson

Sidantal: 56
Antal ord: 16 505
Nyckelord: Sociala medier, relationer, tillit, närhet, svartsjuka, kontroll, digitala relationer, digital svartsjuka

Syfte: Syftet med vår studie är att undersöka hur sociala medier och funktioner som platsaktiviteter, läskvittens och online status upplevs av användare som befinner sig i en parrelation. Fokuset kommer att ligga på hur sociala mediers funktioner påverkar relationen i form av bland annat närhet, tillit, svartsjuka och kontroll. Vi har ställt vår undersökning mot två frågeställningar.

Teori: Social Information Processing Theory & Nancy Baym

Metod: Kvalitativ studie

Material: Semistrukturerade intervjuer

Resultat: Sociala medier har en bidragande roll i hur närhet, tillit, svartsjuka och kontroll upplevs i romantiska relationer.

Executive summary

Social media is now a central part of young adults' everyday lives and plays an increasingly important role in how romantic relationships are formed, maintained, and interpreted. This study examines how individuals in romantic relationships experience social media and features such as location sharing, read receipts, and online status, and how these relate to feelings of closeness, trust, jealousy, and control. In a society characterized by constant connectivity and increased digital visibility, the study aims to deepen our understanding of how technical features on social media interact with emotional and relational processes.

The study was conducted using a qualitative method which is based on ten semistructured interviews. The selection was made strategically to obtain a variety of experiences, while ensuring that the participants shared similar life situations and high use of social media. The empirical material was analyzed using thematic analysis and interpreted based on theories of digitally mediated intimacy, from Nancy Baym's perspective on digital relationships and Joseph Walther's Social Information Processing Theory (SIPT).

The results show that social media is largely included in the participants' everyday lives and visible in their relationships. Many respondents describe how digital communication contributes to increased closeness through continuous contact and sharing of everyday events. At the same time, it appears that this closeness is often more significant in the early stages of a relationship, while the need for constant digital communication tends to decrease in more stable relationships.

When it comes to trust, a more complex picture emerges. Most respondents feel that trust is primarily built through long-term communication and shared experiences. Features such as location sharing are perceived to create a sense of security and confirmation, while for others they risk reinforcing suspicion and making it more difficult to let go of worries. The study also shows that digital visibility and access to incomplete information can contribute to jealousy and controlling behavior.

In summary, our study shows that social media is perceived as an everyday part of romantic relationships. It serves as an arena where closeness, trust, jealousy, and control are continuously experienced.

Innehållsförteckning

Inledning.....	1
Bakgrund och tidigare forskning.....	4
Teori	11
Val av metod	15
Resultat.....	24
Analys av resultat	39
Diskussion	44
Referenser.....	49
Bilagor.....	52

Inledning

Sociala medier har under de senaste decennierna blivit en stor del av människors vardagsliv och spelar idag en central roll i hur sociala relationer etableras, upprätthålls och tolkas. Plattformar som Instagram, Snapchat och Facebook fungerar inte enbart som kanaler, för kommunikation och självrepresentation, utan även som digitala rum där romantiska relationer synliggörs och kontinuerligt formas. Genom funktioner som platsdelning, läskvittenser, aktivitetsindikatorer och synlig interaktion i form av gillningar och kommentarer blir privat information alltmer tillgänglig, vilket skapar nya förutsättningar för hur romantiska relationer upplevs och hanteras.

Den ökade digitala synligheten har gjort så att gränserna mellan det privata och det offentliga i relationer mer och mer suddas ut. I romantiska relationer kan detta innebära både utmaningar och möjligheter. Sociala medier kan bidra till ökad närhet genom ständig uppkoppling, kontakt, delade upplevelser och emotionell tillgänglighet. Samtidigt kan medierna och mediernas funktioner skapa förutsättningar för övervakning, misstolkningar och relationsosäkerhet. När sociala mediers funktioner ger partners möjlighet att följa varandras digitala aktiviteter i realtid kan frågor om tillit, kontroll och svartsjuka komma på tal. Denna form av oro och misstänksamhet, som kan uppstå i relation till digitala beteenden och synlighet, kan förstås som digital svartsjuka.

Ur ett samhällsligt perspektiv är detta ett mycket relevant forskningsområde, särskilt i relation till unga vuxnas vardag, som idag till stor del består av sociala medier. I ett samhälle där ständig uppkoppling och tillgänglighet blivit norm, och där sociala medier utgör en självklar del av relationsskapande, kan digitala funktioner bidra till nya förväntningar på transparens och närvaro i romantiska relationer. Dessa förväntningar riskerar i sin tur att påverka individers psykiska välbefinnande, relationers stabilitet och upplevelsen av trygghet. Att förstå hur sociala medier påverkar emotionella dimensioner såsom tillit, närhet och svartsjuka är därför av stor betydelse, inte bara för individer i relationer, utan även ur ett bredare samhällsperspektiv.

Inom medie- och kommunikationsvetenskap har tidigare forskning belyst sociala mediers roll i identitetsskapande och interpersonell kommunikation, samt hur digital teknik påverkar intimitet och relationer (Baym, 2015). Samtidigt visar forskning att sociala medier kan fungera både som ett verktyg för närhet och som en källa till konflikt. Vissa studier har visat att digital synlighet och övervakningsmöjligheter kan trigga digital svartsjuka och påverka relationers kvalitet negativt (Tokunaga, 2011). Trots detta har mycket av den tidigare forskningen fokuserat på sociala medier på ett övergripande plan, medan färre studier har fokuserat på hur specifika tekniska funktioner, såsom platsdelning, läskvittenser och aktivitetsstatus påverkar upplevelser av tillit, kontroll och svartsjuka i romantiska relationer.

Det finns därmed en forskningslucka kring förståelsen kring hur unga vuxna själva upplever och tolkar digitala funktioners betydelse i sina romantiska relationer. Särskilt saknas kvalitativa studier som undersöker hur individer navigerar och upplever närhet och kontroll, med transparens och integritet i en digital vardag, där relationer ständigt är synliga och möjliga att övervaka. Mot denna bakgrund framstår det som mycket viktigt att närmare undersöka hur sociala medier och mediernas funktioner upplevs i romantiska relationer, med särskilt fokus på hur digitala funktioner formar upplevelsen av tillit och svartsjuka. För att öka förståelsen kring hur det digitala samhället kan vara betydande faktor kring hur romantiska relationer formar sig i det nutida samhället.

Syfte och frågeställningar

Syftet med vår studie är att undersöka hur sociala medier och funktioner som platsaktivitet, läskvittens och online status upplevs av användare som befinner sig i en parrelation. Fokuset kommer att ligga på hur sociala mediers funktioner påverkar relationen i form av bland annat närhet, tillit, svartsjuka och kontroll. Vi har ställt vår undersökning mot två frågeställningar.

Frågeställningar:

- Hur resonerar intervjupersonerna kring sociala mediers funktioner i relation till närhet, tillit och kontroll i deras romantiska relationer.
- Hur kan sociala mediers funktioner bidra till upplevelser av svartsjuka och kontroll, samt skapa osäkerhet och misstolkningar i romantiska relationer?

Bakgrund och tidigare forskning

Det blir allt vanligare i människors vardag att digitala medier är en stor del av vardagen och har en betydande roll i hur man upplever och interagerar med varandra. Detta har varit en stor förändring i romantiska relationer där allt är mer lättillgängligt och nära, vilket vi människor har lätt att anpassa oss efter. Sociala medier erbjuder möjligheter till kontinuerlig och snabb kommunikation, relationsynlighet och självrepresentation, vilket kan ge relationer en ökad upplevelse av närhet mellan partners. Genom en daglig interaktion, delning av innehåll och synlighet i varandras digitala liv kan par känna det som en emotionell närhet med en stark känsla av samhörighet.

Imperato et al. (2023) uppmärksammar att synlighet i relationer som delande av bilder, kommentarer och gillningar kan skapa både trygghet och osäkerhet (Imperato et al., 2023; Imperato & Mancini, 2019). Samtidigt som närheten och insyn i sin partners digitala liv kan bidra till en känsla av intimitet, men det ger också ökade krav på att vara tillgänglig med respons vilket kan ge en emotionell press (Imperato et al., 2023). Att ha ett offentligt förhållande där man delar bilder på varandra ansågs också vara en bidragande faktor till att närheten ökade och att relationens kvalitet ansågs bättre samt att det betraktades som omtanke (Imperato et al., 2023; Orosz et al., 2015).

Sociala medier kan bidra till en ökad närhet i relationer, speciellt i romantiska relationer men även i kompisrelationer (Taylor, Zhao & Bazarova, 2022). Taylor, Zhao och Bazarovas (2022) forskning visar att sociala medier spelar en stor roll i hur närhet skapas och upprätthålls i nära relationer. De tar upp tre olika beteenden som anses som viktiga för att underhålla en relation. Social kontakt, viljan att få svar och relationella bekräftelser (Taylor, Zhao & Bazarova, 2022; McEwan & Carpenter, 2022). De menar att sociala medier möjliggör relationell närhet genom kontinuerliga och vardagliga interaktioner, såsom meddelanden, reaktioner på inlägg och synlighet i varandras flöden och digitala liv. Handlingar som dessa signalerar närvaro och engagemang, vilket i sin tur kan bidra till ökad närhet och intimitet. Samtidigt betonar författarna att närhet i digitala relationer inte enbart är positivt, utan det finns även negativa aspekter. Författarna tar upp två olika beteenden som kan orsaka skada på nära relationer. "Phubbing" är ett av beteendena som betyder att man frivilligt väljer att

ignorera en person genom sin mobiltelefon (Taylor, Zhao & Bazarova, 2022; Beukeboom & Pollmann, 2021). Det andra beteendet är övervakning via sociala medier. Samma saker som kan ge positiva effekter kan även skapa emotionell press och förväntningar på ständig respons. Närhet blir därmed något som kontinuerligt förhandlas i relationer, där digital kommunikation via sociala medier både kan stärka bandet mellan partners och skapa nya former av spänning och osäkerhet (Taylor, Zhao & Bazarova, 2022).

Ytterligare forskning visar att närhet i romantiska relationer i allt högre grad formas med hjälp av digital kommunikation. Stöven och Herzberg (2020) använder sig av *uses and gratifications* i deras forskning för att belysa hur sociala medier används som ett verktyg för att tillfredsställa behov i en relation, särskilt behovet av närhet och anknytning. I deras systematiska genomgång framgår att individer med otrygg anknytning i högre utsträckning använder sig av sociala medier för att känna emotionell närhet till sin partner, till exempel genom ständig uppkoppling och digital synlighet. De påstår att individer som känner sig trygga i sig själv, också tenderar att uppfattas som att de förtjänar mer kärlek, både självkärlek inombords och av andra (Stöven & Herzberg, 2020; Bartholomew, 1990). Författarna visar däremot att denna typ av digital närhet inte alltid är ömsesidig eller stabil. Sociala medier kan möjliggöra en känsla av närhet utan direkt interaktion, exempelvis genom att följa, interagera med eller övervaka partners digitala aktiviteter. Denna form av närhet kan minska känslor av ensamhet, men också förstärka redan befintliga eller nya osäkerheter i relationen (Stöven & Herzberg, 2020).

Sociala medier består av många olika plattformar där Instagram och Snapchat är några av de plattformar som används flitigast av unga vuxna (Nayar & Koul, 2021; Brandwatch, 2019). Sociala medier beskrivs som ett sätt att skapa och underhålla romantiska relationer (Vaterlaus et al., 2016; Yang, Brown & Braun, 2014). Snapchat beskrivs som en särskilt personlig kommunikationsform där bilder och korta videoklipp används för att dela vardagliga ögonblick och känslouttryck (Vaterlaus et al., 2016; Utz et al., 2015). Plattformens visuella och tillfälliga karaktär gör det möjligt för användare att förmedla emotionella delar som annars riskerar att gå förlorade i en enbart textbaserad kommunikation. Studien visar att Snapchat används mest i redan etablerade och nära relationer, där kommunikationen upplevs som mer privat och intim jämfört med mer offentliga plattformar. Denna form av

kommunikation i en relation kan bidra till ökad närhet eftersom partnern får en inblick i den andres vardag (Vaterlaus et al., 2016). Men även här kan det bidra till en press att behöva vara ständigt uppkopplad och därmed ge förväntningar på snabb respons och tillgänglighet. Snapchat kan därför enligt Vaterlaus et al. (2016) både stärka en relation samtidigt som plattformen kan skapa potentiella konflikter och osäkerhet.

Tillit

Tillit är något som är mycket relevant i hur sociala medier upplevs inom romantiska relationer. Där allt är synligt och innehållet personligt som man delar. Sociala medier ger förutsättningar för en plats där man inte upplevs bli begränsad av bland annat ålder, kön och klasskillnader (Nayar & Koul 2021; Solano 2019). På sociala medier är man heller inte begränsad av tid eller plats, vilket gör att man kan hålla kontakt oavsett var man befinner sig (Nayar & Koul 2021; Leung, 2002). Det framstår som en avgörande faktor kring hur sociala medier påverkar romantiska relationer. Tillit fungerar som en central mekanism i utvecklingen av digitala romantiska relationer, där den medierar sambandet mellan social intimitet och framgångar i relationen (Nayar & Koul, 2021; Zhang & Ling, 2015). Nayar och Koul (2021) visar att kommunikation kan stärka tilliten genom att man med öppenhet och kontinuerlig kontakt skapar en tillgänglighet till sin partner, vilket kan kännas tryggt. Men det kan också skapa ett övervakande om delning inte görs med transparens, vilket kan skapa osäkerheter hos sin partner om det digitala beteendet uppfattas som otydligt och motsägelsefullt. Nayar och Koul (2021) argumenterar även för att tillit kan fungera som en katalysator för positiva romantiska processer online. De påstår även att för att bygga en stabil relationsgrund där en stark emotionell närhet får utrymme att finnas, behöver man uppleva varandras digitala beteenden som autentiska och transparenta. Samtidigt som tilliten lätt kan undermineras när digital aktivitet tolkas som avvikande eller hemlighetsfull. Vilket skapar en osäkerhet kring partnerns digitala beteenden som kan leda till ett mer kontrollerande och övervakande beteende i relationen på grund av otrygghet. Bråk, missförstånd och förvirring som skapas i relationer som har koppling till tillit på sociala medier kan ha sin grund i en redan befintlig bristande tillit (Nayar & Koul, 2021; Rempel et al., 2001).

Hughes et al. (2021) undersöker hur ”*online relationship visibility*” påverkar hur relationens utfall blir samt visar att hög relationssynlighet ofta sammanfaller med hög relationsnöjdhet och engagemang i relationen. ”online relationship visibility” (ORV) betyder att man väljer att visa upp sin relation för allmänheten online, ofta via sociala medieplattformar (Hughes et al., 2021). Tidigare studier har visat att offentligt visa upp relationen kan fungera som en signal för trygghet och tillit i relationen (Hughes et al., 2021; Carpenter & Sprottswood 2013; Emery et al., 2015; Orosz et al., 2015; Saslow et al., 2013). Samtidigt betonar författarna att synlighet i sig inte skapar tillit. Relationssynlighet ses därför som som ett uttryck för redan existerande tillit, snarare än ett verktyg för att upprätthålla eller kontrollera relationen.

Annan forskning visar också att sociala medier kan ha både stärkande och försvagande effekter på tillit i romantiska relationer. Coundouris et al. (2021) visar i en analys att vissa former av relationsfokuserande beteenden på sociala medier, såsom att offentligt visa relationen genom gemensamma bilder eller positiva interaktioner med partnern kan bidra till ökad relationell trygghet och tillit. Dessa handlingar kan fungera som digitala signaler på engagemang och lojalitet. Men även denna studie visar att mer problematiska användningsmönster, till exempel överdriven social medieanvändning, kontakt med potentiella alternativa partners eller beteenden som upplevs som inträngande, är kopplade till minskad tillit och en ökad osäkerhet i relationen. Resultaten indikerar att det inte enbart är användningen av sociala medier i sig som påverkar tilliten, utan hur partnerns digitala beteenden tolkas och upplevs inom relationen. Sociala medier framstår därmed som ett rum där tillit både kan uttryckas och ifrågasättas beroende på användningsmönster och i vilken kontext medierna används (Coundouris et al., 2021).

Ärlighet och transparens

Tidigare forskning visar att mobiltelefoner och framförallt sociala medier spelar en central roll i hur ärlighet och transparens upplevs i romantiska relationer (Kelly & Miller-Ott, 2022; Canary & Stanford, 1994). Kelly och Miller-Ott (2022) menar att romantiska partners i en relation ofta väljer att interagera sina mobiltelefoner i gemensam tid som ett sätt att visa öppenhet och inkludering. Genom att visa meddelanden, sociala medieinlägg eller annat innehåll som finns på respektive mobiltelefon kan individerna kommunicera att de inte har något att dölja för sin

partner, vilket kan stärka upplevelsen av transparens och förtroende. Det fanns positiva effekter på ett förhållande där båda individerna kommunicerade via sociala medier, speciellt när de inte befann sig på samma plats (Kelly & Miller-Ott, 2022; Brody & Pena, 2015). Nya studier visar också att gemensam mobilanvändning har positiv effekt på romantiska relationer (Kelly & Miller-Ott, 2022; Cummings & Reimer, 2021; Humphreys & Hardeman, 2021; Kelly et al., 2017).

En annan studie identifierar transparens som en huvudsaklig motivation bakom gemensam mobilanvändning i romantiska relationer (Ramirez et al., 2025). Att dela vad som sker på den egna telefonen kan fungera som ett sätt att förebygga misstänksamhet och skapa en känsla av ärlighet. Författarna betonar även att transparens inte alltid är ett uttryck för kontroll, utan ofta är ett frivilligt beteende (Kelly & Miller-Ott, 2022). Tokunaga (2011) menar däremot att beteenden som att kontrollera partners telefon eller digitala aktiviteter kan förstås som en form av interpersonell övervakning, driven av osäkerhet och svartsjuka. Till exempel kan övervakning av en partners Facebook ses som svartsjuka (Tokunaga, 2011; Phillips, 2009). Denna typ av övervakning är i flera studier kopplad till ökad risk för konflikt och lägre relationskvalitet (Elphinston & Noller, 2011). Därför framstår digital insyn inte nödvändigtvis som ett uttryck för ärlighet och transparens, utan kan istället fungera som ett kontrollbeteende som riskerar att skada relationen.

Svartsjuka och kontroll

Tokunaga (2011) introducerar begreppet *interpersonal electronic surveillance* och påstår att sociala medier och nätverkssidor ofta fungerar som rum för övervakning snarare än enbart social interaktion. Genom funktioner som profilvisningar, gillningar, följare och aktivitetsindikatorer ges användare möjlighet att kontinuerligt följa sin partners digitala beteenden.

Denna typ av övervakning motiveras ofta av osäkerhet, nyfikenhet eller ett behov av att bekräfta relationens stabilitet, men forskning visar att den samtidigt kan öka och skapa misstänksamhet och konflikter (Tokunaga, 2011). Imperato et al. (2023) visar att digital övervakning tenderar att förstärka redan existerande negativa känslor, såsom svartsjuka, och

att detta kan påverka relationen negativt. Sociala medier kan därmed fungera som en inkörsport för svartsjuka genom att göra potentiellt suspekta handlingar synliga och öppna för tolkning.

I en systematisk översikt visar Rus och Tiemensma (2017) att funktioner på sociala medier, exempelvis synlig kommunikation, bilder och aktivitetsindikatorer, ofta ger tillgång till tvetydig information om partnern. Denna typ av information kan fungera som en utlösande faktor för svartsjuka, särskilt när individens beteende online uppfattas som oklar. Studien visar även att svartsjuka ofta hänger ihop med olika former av övervakning, där individer kontrollerar sin partners profiler, interaktioner och digitala spår i syfte att minska osäkerhet. När individer i en romantisk relation väljer att medvetet hålla koll på vad partnern publicerar på sociala medier kan detta också skapa och förstärka upplevelsen av svartsjuka (Rus & Tiemensma, 2017). Vissa studier visar också på skillnader mellan män och kvinnor när det kommer till övervakning, svartsjuka och kontroll. Kvinnor beskrevs lägga mer tid på att aktivt söka upp partners aktivitet på sociala medier, medan män inte aktivt valde att ta del av sin partners aktivitet i samma utsträckning (Rus & Tiemensma, 2017; Muise et al., 2014). Samtidigt betonas det att denna typ av kontroll sällan leder till ökad trygghet, utan snarare riskerar att förstärka misstänksamheten och skapa negativa interaktionsmönster i relationen. Sociala medier kan därmed bli en plats där svartsjuka och kontroll normaliseras genom plattformarnas tekniska utformning (Rus & Tiemensma, 2017).

En annan forskning som även den visar att svartsjuka kopplad till sociala medier kan fungera som en drivkraft för kontrollerande beteenden är Emond et al. (2023) studie av unga vuxna. Studien visar att unga vuxnas svartsjuka på sociala medier är nära sammankopplad med olika former av kontroll och i vissa fall aggression i relationen. Studien visar också att svartsjuka som väcks av partners digitala aktivitet kan leda till ett ökat behov av att övervaka och kontrollera partnern. Resultaten indikerar även att sambandet mellan digital svartsjuka och kontroll kan utvecklas över tid, alltså att svartsjuka kan leda till kontrollerande beteenden, samtidigt som kontroll i sig kan förstärka svartsjuka. Sociala medier kan därför få osäkerhet i en relation att eskalera och de tekniska funktionerna som finns på de olika plattformarna bidrar till att normalisera övervakning som ett sätt att hantera oro och misstänksamhet.

Trots att forskningen om sociala medier, svartsjuka och kontroll ofta visar ett negativt samband finns studier som tyder på att sociala medier kan bidra till minskad svartsjuka. Genom att man visar upp sin partner på sociala medier kan det skapa trygghet och därmed minska svartsjuka eftersom relationens status blir tydlig och viljan av att visa upp förhållandet offentligt tyder på engagemang hos partnern (Hughes et al., 2021).

Teori

Intimitet i digitalt medierade relationer

Nancy Baym redogör i hennes bok *Personal connections in the digital age* (2015) för hur en ny era av medierad teknologi möjliggör bland annat kommunikation via textmeddelande, chattar, sociala nätverk, bilddelning och videodelning. Baym menar att individer känner en oro över de nya kommunikationsformerna samtidigt som många andra upplever att interaktionen via medier skapar nya förutsättningar som kan leda till både längre och stabilare relationer (s.12). Baym beskriver också hur digitala plattformar inte bara fungerar som tekniska verktyg, utan aktivt formar människors sätt att kommunicera, skapa intimitet och upprätthålla relationer. Där varje digital plattform har specifika tekniska egenskaper, ofta beskrivna som teknologiska affordances som möjliggör vissa typer av interaktioner och begränsar andra (s.47,161).

Baym (2015) menar att många relationer som upprätthålls via sociala medier utgör svaga band, men att dessa relationer ändå kan fylla viktiga sociala funktioner. Samtidigt menar hon också att individer som har vaga kopplingar till varandra, kan använda sig av sociala medier för att stärka banden sinsemellan (s.143-144). Sociala medier möjliggör också delning av bilder och videor vilket kan stärka den relationella samhörigheten i en relation. Att bara ha tillgång till en individs flöde kan stärka en relation på ett väldigt enkelt och okomplicerat sätt. En respondent från en studie beskriver att användningen av Facebook är ”ett sätt att underhålla en vänskap utan att behöva göra någon slags ansträngning” (Baym, 2015:145; Baron, 2008:85). I romantiska relationer beskrivs också mobiltelefonen som ett viktigt redskap för att underhålla relationen. Individer i en romantisk relation upplevdes ha större risk för att konflikter skulle uppstå som handlade om att den ena personen inte kommunicerat tillräckligt mycket eller ibland avstod från att svara på meddelanden (Baym, 2015:146; Duran et al., 2011).

Baym (2015) tar upp begreppet *media multiplexy*, som förklaras genom att man kommunicerar genom fler än ett medium och desto mer medier man använder desto starkare är relationen. Baym undersökte sambandet mellan användning av flera medier, samt hur man använde medierna och hur nära individer i en relation kände sig. Resultatet visade att personer

som sågs vara i en stabil och nära relation hade kommunikation av hög kvalitet oavsett vilken plattform de använde (s.147).

Baym (2015) menar också att det finns olika faktorer som kan påverka vilken typ av plattform eller vilka sociala medier som individer väljer att använda. Det kan bero på exempelvis personliga egenskaper, ålder, kön, i vilket stadiet man befinner sig i sin relation, samt vad för typ av relation man har (s.151-155).

Allting handlar egentligen om hur individer använder sociala medier. Sociala medier ses inte som neutrala plattformar utan de kan påverka hur ofta individer väljer att kommunicera med varandra, hur synliga relationer blir, samt hur närhet och distans upplevs. De tekniska egenskaperna som finns på sociala medier ersätter inte mänskliga relationer utan de snarare omformar dem. Det är inte heller funktionerna som finns på sociala medier som skapar relationer utan relationer skapas genom praktiker, såsom kontinuerlig kontakt, vardaglig kommunikation och gemensamma normer (s. 161-162). Baym (2015) förklarar också att närhet, förtroende och intimitet kan utvecklas online. Baym (2015) betonar därför att digital kommunikation inte är socialt neutral, utan samverkar med sociala praktiker och kulturella normer i formandet av relationer.

Vi vill använda Bayms perspektiv på sociala medier för att förstå hur digital kommunikation, synlighet och ständiga interaktioner formar upplevelser av tillit och svartsjuka i romantiska relationer. Hennes perspektiv på digitala relationer erbjuder ett ramverk för att analysera hur sociala medier skapar både möjligheter till intimitet och utrymme för misstolkningar och övervakning, vilket gör hennes teori särskilt relevant för att förstå de emotionella och kommunikativa processer som uppstår i digitalt medierade relationer.

Social Information Processing Theory (SIPT)

Joseph Walters Social Information Processing Theory (SIPT) utvecklades för att förklara hur människor bygger och upprätthåller relationer i digitala miljöer, där viktiga sociala kommunikationsmedel ansikte mot ansikte är begränsade eller helt frånvarande (Walther, 2008:391; Walther 1992). Walther argumenterar för att även om digital kommunikation, i vårt fall via sociala medier, saknar många av de icke-verbala signaler såsom exempelvis tonfall,

blickar, ansiktsuttryck och kroppsspråk kan relationer trots allt utvecklas och bli lika meningsfulla som relationer som byggs upp ansikte mot ansikte. Det som skiljer dessa två situationer åt är inte kvaliteten på relationen, utan tidsaspekten och hur människor anpassar sina kommunikationsstrategier till den digitala miljön (Walther, 2008:392). SIPT handlar om hur individer utvecklar relationer med varandra online utan muntliga interaktioner. Inom SIPT finns två viktiga argument. Det första argumentet handlar om hur uttryck som vanligtvis interageras ansikte mot ansikte översätts till uttryck som kan användas online. Det andra argumentet handlar om att översättningen som sker från interaktion ansikte mot ansikte till interaktion online gör att kommunikation inte längre kan ske i samma hastighet (s.393).

SIPT har tidigare använts för att forska kring hur individer utvecklar vänskap och romantiska relationer online. I tidigare forskning har man kommit fram till att de flesta som använder sig av kommunikationsmedel online har skapat minst en vänskapsrelation online, utan verbal kommunikation ansikte mot ansikte. Dessa relationer bedömdes dessutom vara lika utvecklade som relationer som byggts upp offline (Walther, 2008; Parks & Floyd, 1996). En annan tidigare forskning som använt sig av SIPT som är relevant för vår studie handlar om hur romantiska relationer som byggts upp online. Att både den tid som relationen fortgått, samt den mängd tid som lagts på att kommunicera med sin partner, var kopplad till upplevelsen av tillit, intimitet och engagemang i relationen (Walther, 2008; Anderson & Emmers-Sommer, 2006).

Walther betonar också att digital kommunikation möjliggör selektiv självrepresentation, där individer själva kan bestämma hur de väljer att framställa sig. Det kan leda till idealiserade intryck i tidiga stadier av relationer, vilket i sin tur kan påverka relationens utveckling (Walther, 2008; Walther 1992). SIPT handlar dessutom inte bara om avsändaren, utan även om hur mottagaren tolkar den information som förmedlas. Detta fenomen är särskilt vanligt i romantiska sammanhang där mottagaren fyller i informationsluckor (Walther, 1992).

Vi kommer använda oss av SIP-teorin för att förstå varför digitala beteenden på sociala medier skapar så starka emotionella reaktioner i romantiska relationer. Genom att belysa hur brist på sociala ledtrådar leder till att användare tolkar och ibland även misstolkar digital aktivitet, ger SIP ett teoretiskt ramverk för att analysera hur missförstånd, svartsjuka och osäkerhet inom relationen uppstår och förstärks i digitalt medierade relationer.

Val av metod

Denna studie kommer att bygga på kvalitativa intervjuer som kommer att mynna ut i ett tematiskt strukturerat analysavsnitt. Vårt syfte är att undersöka hur sociala medier upplevs i romantiska relationer. Därför har vi valt att göra kvalitativa intervjuer med hjälp av tio semistrukturerade intervjuer för att kunna sätta oss in i en fördjupad förståelse i parrelationer som lever i nutiden med sociala medier och förstå hur deras tankar och upplevelser styrs av det digitala samhället. Vi vände oss därför till vänner och bekanta i ett bekvämlighetsurval för att ett förtroende redan fanns där. Vi väljer att använda en kvalitativ metod eftersom det är lämpligt för vårt syfte eftersom en kvalitativ metod fångar upp respondenternas känslor och upplevelser på ett djupare plan än vad exempelvis en kvantitativ undersökning hade gjort. Genom en kvalitativ ansats ges därmed möjlighet till att undersöka fördjupade resonemang kring hur digitala funktioner på sociala medier upplevs och hanteras i vardagen.

Datainsamlingen i denna studie genomfördes med hjälp av semistrukturerade intervjuer. Vi valde att använda oss av just semistrukturerade intervjuer eftersom den metoden möjliggör en balans mellan struktur och flexibilitet, där intervjuguiden säkerställer att samtliga och relevanta teman behandlas, samtidigt som deltagarna ges utrymme att utveckla sina svar och lyfta aspekter som är betydelsefulla för dem (Kvale & Brinkmann, 2014).

Urval och deltagare

Vårt urval bestod av tio deltagare varav fem tjejer och killar, vi valde detta strategiskt för att säkerhetsställa ett så jämnt urval som möjligt för att kunna nå bäst räckvidd på vårt resultat men också för att nå ett icke sannolikhetsbaserat urval. Efter att vi genomfört tio intervjuer märkte vi att respondenterna uppgav liknande typ av svar. Därför tyckte vi att tio intervjuer var tillräckligt för vår studie. Vi vill fånga en bredd på variationer av erfarenheter, perspektiv samt upplevelser i respondenternas tankar kring sociala medier kopplat till deras romantiska relationer. De befinner sig i längre relationer vilket kan se annorlunda ut för killar och tjejer med hur man upplever sig trygg och kär inom relationen, därför ville vi ha en 50/50 könsindelning. I ett sociokulturellt perspektiv så kan könsroller påverka hur svartsjuka, kontroll och andra digitala beteenden påverkas och upplevs. För att uppfylla vårt kriterium om

att respondenterna skulle ingå i en stabil och relativt låvarig relation valde vi att dra gränsen vid minst sex månader för att vi ansåg att man då är förbi den nykära och osäkra fasen början och därmed börjat att skapa vardagliga mönster. Därför exkluderades de som ingick i kortare relationer eller befinner sig i en dejtingfas.

Vi valde även heterosexuella relationer för att ge studien en större chans till en mer homogen analysgrupp och möjliggörandet till en fördjupad kvalitativ förståelse av hur digital svartsjuka och kontroll kan uttryckas i relationer där könsroller och normer är sociokulturellt etablerade. Den analytiska avgränsningen innebär dock att urvalet är mer snävt med en begränsad generaliseringsbarhet där resultaten inte kan generaliseras till HBTQI+ relationer. Vi ansåg att erfarenheterna i dessa grupper kan skilja sig åt och behöver utrymme för en större studie.

Eftersom att vår studie endast är baserat på upplevelser och tankar så kommer alla respondenter ge olika svar där man kan finna likheter men allt är grundat i relation till ens egna erfarenheter, därför bedömdes antalet deltagare som tillräckligt för att möjliggöra en kvalitativ studie. Samtidigt som varje deltagare har passat in i våra urvalskriterier som också är kopplade till studiens syfte. De valdes därför ut för att de besitter den erfarenhet av sociala medier i en romantisk relation som kan bidra till en större förståelse för våra forskningsfrågor.

I rekryteringen av deltagarna vände vi oss till bekanta för ett bekvämlighetsurval för att båda parter skall kunna känna en trygghet och våga prata mer öppet om deras relationer för att ge oss en starkare studie. Vi nådde våra respondenter via sociala nätverk och genom ett snöbollsurval möttes av fler respondenter. Vi försökte även att ha en variation i relationernas längd även om vårt urvalskriterie bara var mer än sex månader. För att ha en starkare analytisk bredd även om de infann sig inom våra kriterier.

Utformning av frågeguide

I utformningen av vår frågeguide valde vi att formulera öppna frågor som kunde bjuda in till ett öppet samtal, diskussion och perspektiv som vi inte haft med i vår beräkning från början. Samtidigt var vissa frågor väl inriktade på ämnet och på specifika teman. Frågorna utgick till stor del från studiens syfte samt tidigare forskning om närhet, tillit, kontroll och svartsjuka.

Intervjuerna fokuserade på respondenternas erfarenhet av sociala medier och deras funktioner i romantiska relationer, deras upplevelse av digital närhet och tillgänglighet, samt hur

funktioner såsom platsdelning, aktivitetsstatus, läskvittenser, gillningar och synlig interaktion påverkar känslor av tillit, osäkerhet och svartsjuka. Vi vill skapa oss en förståelse hur de upplever och resonerar kring känslorna som uppstår och när eller i vilket sammanhang man känner mer tillit, osäkerhet eller svartsjuka. Därför vill vi främst fokusera på en djupare förståelse framför ett statistiskt generaliserat resultat när vi gjorde vårt urval.

Intervjuguiden är tematiskt uppbyggd för att fånga en helhetsbild som besvarar våra forskningsfrågor i ett stort ämne utan att isolera ämnet för mycket i ett brett område. Vår mindmap använde vi som en guide där vi listade alla ämnen som vi ville interagera med, för att skapa ett meningsfullt sammanhang under intervjuerna. Genom att strukturera intervjuguiden i olika teman möjliggör det en öppen dialog med respondenterna. Även fast vi hade bestämda frågor tillkom följdfrågor beroende på svaret hos respondenten, vilket hjälpte oss att inte ställa ledande frågor.

I början startade vi med att bygga frågor kring teman som var lite mer lättsamma att samtala om eftersom respondenterna kan vara nervösa eller oroliga innan intervjun kommit igång. Vi försökte följa en logisk uppdelning som hjälpte oss att skapa en kontext. Vi inledde intervjuerna med att ställa frågor om respondentens bakgrund eftersom de frågorna är väldigt enkla och självklara att svara på, vilket skapar en trygghet och ett förtroende inför resterande frågor som kan uppfattas som mer personliga att svara på. Sedan följde vi upp med frågor kring deras vardag och användningen av sociala medier samt hur de kan kopplas ihop och hur deras uppfattning och uppskattning av användningen av sociala medier ser ut. Detta ansåg vi som ett skapande av väggar för vår trygga miljö. Men också att det som sägs innanför dessa väggar stannar här, trygghetskänsla. Vi skapade sedan frågor som fångade den relationella aspekten som följer de teoretiska ramverk vi följer, för att kunna uppfatta samspelet mellan respondenternas parrelationer i en digital miljö. Vi avslutade intervjun med att gå in mer känsliga teman som kontroll och svartsjuka vilket kan vara ämnen som ses som lite jobbigare att prata om.

Vi inledde med frågor om ålder, relationens längd och lämnade det öppet för respondenterna att berätta om sig själva och hur sociala medier tar plats i deras vardag. Sedan följde vi upp med hur ofta sociala medier används mer specifikt, och vilka plattformar som är mest centrala

för dem och i deras relation. Till följd av frågor om upplevelser av ständig kontakt, förväntningar och känslor kring att vara uppkopplade via sociala medier med sin partner. Sedan skapade vi frågor om respondenterna kan uppleva att partnern har kontroll kring att ens sociala medier skulle kunna upplevas som en slags omtanke eller om det sågs som mer negativt laddat.

Vi frågade om hur man ser på de tekniska funktionerna, läskvitton, aktivitetsstatus, gillningar, platsdelning och synlig interaktion med andra. Vi lät det också vara några frågor som var öppna för tolkning och meningsskapande om hur deras beteende i det digitala samhället kan tolkas och hur de upplever partners beteenden. Det fortsatte sedan med frågor kring situationer där det kan ha uppstått svartsjuka eller kontroll, och hur sociala medier kan ha förstärkt dessa känslor, eller lugnat dem. Och hur de har gemensamt hanterat dessa situationer. Detta ledde sedan in på grövre kontrollbeteenden, om man upplevt tendenser till en kontrollerad miljö och vad man har för gränser kring privatliv. Dessa frågor hanterades både explicit och implicit för att inte upplevas som något jobbigt att dela med sig av. Vi avslutade det hela med hypotetiska frågor om man skulle tro att relationen skulle sett annorlunda ut om exempelvis sociala medier inte fanns, eller om relationen förändrats med den digitala tillväxten, till följd av öppet för att lägga till något vi kan ha missat eller något man vill fördjupa sig i ännu mer för en starkare intervju och förståelse.

Konstruktion av frågeguide

För att kunna hålla i våra semistrukturerade intervjuer på bästa sätt skapades en intervjuguide med frågor för att kunna vägleda oss genom intervjuprocessen. Intervjuguiden utformades utifrån studiens syfte och våra frågeställningar, med hjälp av teman och teorier som vi funnit i tidigare forskning om digital närhet, tillit och kontroll. Varje tema vi har valt att inkludera står för infångandet av de olika dimensionerna av digital närhet, tillit, kontroll och svartsjuka. Intervjuerna användes även följdfrågor som intervjupersonen ansåg som relevant för att fördjupa förståelsen ytterligare, klargöra otydligheter och uppmuntra deltagarna att ge konkreta exempel från deras egen relation. Därför ställde vi frågorna kring hur de upplever, känner och tänker, istället för hur det påverkar dem i deras liv för det kan vi inte analysera i vår kvalitativa studie.

Vi delade in frågorna i olika teman: *bakgrund, närhet, tillit, ärlighet/ transparens, svartsjuka och kontroll* med fler ämnesfrågor tillhörande ämnet, **(Se bilaga 1)** Vår konstruktion bygger på utformandet av intervjuguiden. Med att ha teman skapade vi en stabil struktur som är lätt för deltagarna att följa med i, så intervjuerna går så smidigt som möjligt.

Vi gjorde en pilotintervju med frivilliga testpersoner för att säkerställa att det är ett tydligt budskap och raka frågor som är inbjudande till diskussion. Och därefter kunde vi i bästa möjliga mån justera för en bättre relevans och tydlighet. Vi märkte att vissa frågor var för akademiskt ställda och behövdes tydliggöras med enklare ord och mer bekanta för deltagarna. Några av frågorna kan uppfattas som likande eller upprepande, men vi valde att ha kvar dem ändå för att ge deltagarna en extra chans till ett djupare svar.

Genomförande

Intervjuerna genomfördes under vintern 2025. Vi gjorde sammanlagt tio individuella semistrukturerade intervjuer som varade i ca 45 - 60 minuter, där deltagarna valdes till ett urval från personliga kontakter. De ägde rum i en trygg samtalsmiljö som valdes i samråd med deltagarna, det var exempelvis via digitala mötesplattformar eller i avskilda rum, i deras hem eller liknande. Platsen var alltid ostörd och utan risk för interaktion med andra människor, för att skapa en trygg och ostörd intervjuplats.

Intervjuerna genomförande skedde som individuella samtal, vilket bedömdes vara särskilt lämpligt då ämnet som behandlas rör personliga och potentiellt känsliga erfarenheter och berättelser. Vi prioriterade en trygg och säker miljö högt som kändes öppen för fritt språk och fria känslor, vi upplyste respondenterna om att det inte finns något rätt eller fel. Det finns ingen perfekt relation eller något som är normalt förutom det som är normalt i sitt liv och i deras relation. Utan att vi var intresserade av deras egna erfarenheter, tankar och upplevelser. Hur de som enstaka individer kan formas efter olika stadier i en relation i samband med sociala medier. Eftersom vi valde att genomföra individuella intervjuer i stället för exempelvis fokusgrupper som hade kunnat vara ett alternativ, möjliggjordes en trygg miljö där deltagarna kunde uttrycka sina tankar utan yttre påverkan från andra.

Vår intervjuguide var välarbetad och gav oss en lätt tråd att följa. Vi öppnade intervjun med att respondenterna pratade om sig själva där vi också kunde vara deltagande i dialogen för ett

mer ledigt och neutralt samtal. Sedan följde vi intervjuguiden steg för steg vilket gjorde att intervjun blev alltmer intensiv och det märktes att ju mer bekväma respondenterna kände sig, desto bredare svar fick vi. Vi märkte att vi fick anpassa frågorna unikt efter de olika respondenterna, hur man betonar och ställer frågan även om innehållet var detsamma. Samma gällde följdfrågor, vi valde att försöka göra en semistrukturerad ansats där följdfrågor uppmuntrades såvida de inte stack ifrån ämnet eftersom det bidrar till en fördjupad och mer klargörande helhet. Detta hjälpte oss också att förstå hur vi skulle bemöta mer känsliga frågor när vi började närma oss mer känsliga frågor om svartsjuka och kontroll. Eftersom vi hade mer känsliga frågor i slutet hade vi byggt upp ett förtroende och tänkt ut hur vi ska ställa frågorna på bästa sätt. Och tills vi hade kommit dit hade man lärt sig vart gränserna går och vart det är mer känsligt än annat att prata om.

Intervjuerna spelades in med hjälp av mobiltelefonen och de intervjuer som skedde digitalt spelades in på annan enhet. Vi tog bara med ljud, ingen bild.

Efter att alla intervjuer var klara transkriberades innehållet ordagrant, medan mummel och konversationer inte tillhörande ämnet valdes bort. Samtliga intervjuer följde samma system till alla transkriberingar. Vi lyssnade, pausade och skrev ner för ett mer konsekvent genomförande. För att lättare kunna citera respondenterna. Sedan förbereddes transkriberingarna för att analyseras och bli ett slutresultat.

Etiska överväganden

Information

Något av det första som respondenterna möttes av var information om vår studie och vad den handlar om och syftet med intervjun. Hur den kommer att bidra till vår studie, samt hur intervjun kommer att hanteras. Vi var mycket tydliga och noggranna att säkerhetsställa att de kommer att förbli anonyma. Eftersom att vi går in i människors privatliv har vi varit noga med att allt genomförs anonymt och frivilligt.

Intervjuernas genomförande följer vetenskapsrådets forskningsetiska principer och rättigheter enligt GDPR. Informerat samtycke och samtyckesblanketter inhämtas före intervjuerna.

Samtliga deltagare anonymiseras, och allt insamlat material behandlas konfidentiellt. Inspelat material och transkriptioner förvaras på ett säkert sätt och används enbart för forskningsändamål till avslutad kurs. Och att det endast är vi som kommer att hantera deras uppgifter och att inga personliga uppgifter kommer att tas med. Deltagarna fick även information om att intervjun kan variera i tid och att den kommer att spelas in och i samtycke med deltagaren och även transkriberas ordagrant för vidare analys. Och att det är deltagaren som tar ställning i hur mycket de vill dela om sitt privatliv, eftersom frågorna kan beröra personliga och potentiellt känsliga ämnen.

Samtycke

Vi hämtade samtycke om deltagandet, och att få citera dem anonymt, samt att intervjun genomförs 100% frivilligt och att man inte behöver svara sanningsenligt eller svara alls. Samtycken kan ändras och därför inhämtades samtycke precis innan intervjun och inspelningen påbörjades, men de fick även skriva på en samtyckesblankett där vi med säkerhet vet att deltagaren tagit del av studiens etiska villkor. Vissa av intervjuerna gjordes digitalt och därmed e-postades samtyckesblanketten. De informerades även om att man får avbryta när som helst avbryta sitt deltagande utan negativa konsekvenser, eller motivering. Eller om det skulle uppstå obehag eller av annat skäl inte skulle kännas bekvämt att fortsätta.

Konfidentialitet

Vi uppgav också informationen om att transkriberingen endast kommer ske via röstinspelningen och oss, och inte utlämnas till något hjälpmedel. Och att det kommer att lagras till avslutad kurs i en stängd app med lösenord, och därefter raderas.

Nyttjandekrav

Sekretess var något vi värdesatte högt eftersom våra forskningsfrågor kan anses känsliga, därav fanns det inga identifierade uppgifter i materialet som sparas utan pseudonymer kommer att användas. Innehållet är konfidentiellt och det är bara vi som kommer ha tillgång till materialet i ett forskningsändamål tills det raderas.

Analysmetod

Det empiriska materialet analyserades med hjälp av en tematisk analys, vilket vi kände var en metod som lämpar sig väl för att identifiera, analysera och rapportera de mönster i en kvalitativ analys vi kunde få fram. Vi analyserade vår studie steg för steg men höll kvar fokuset på att besvara våra forskningsfrågor. Först gjorde vi en noggrann inläsning av teorier och tidigare forskning för att skapa en förståelse av ämnet. Därefter kodades materialet för att delas in i teman, begrepp och uttryck som skapade våra forskningsfrågor som ger vår studie ett innehåll. Vi gjorde därefter en temagranskning för att se så allt håller ihop och håller en röd tråd. Det gav oss sedan ett syfte, teoretiska ramverk och vår ide till vår studie. Utefter vad varje tema representerar så kunde vi fastställa ett tydligt namn som kan definiera området av det vi fördjupar oss i. Men även tematisera de mönster som uppstår i den kvalitativa datan som för att förstå studien djupare.

Analysen är teoretiskt informerad, vilket innebär att teman relateras och ses genom tidigare forskning och relevanta teorier, och hur det kan bidra till framkomsten av vårt resultat. Det är även ett stort område där vi behövde avgränsa för att kunna fullfölja att nå ett fördjupat resultat snarare än ett generaliserat resultat. Det gjorde vi med att relatera analysen till studiens syfte och frågeställningar, så de namngivna temana ger en uppriktig bild av vad studien visar. Att bryta ner forskningsfrågorna till små rubriker som fångar innehållet men fortfarande är relevant för analysen.

Metodreflektion

Studien följde en tydlig struktur genom att intervjuerna genomfördes med samma intervjuguide för alla och att våra frågor var konsekventa, så stärker det studiens reliabilitet. En styrka med den valda metoden är möjligheten att få djupgående insikter i hur individer upplever sociala medier i samband med sina relationer. Med en kvalitativ forskningsstudie där man kan analysera väntade och oväntade mönster som deltagarna upplever. Det ger oss en djupare inblick i ut deras tankar och åsikter vilket kan stärka studiens tillförlitlighet, då vi anser att det är rätt analysprocess för denna studie. Även antalet intervjuer bedömdes som tillräckligt för att få en tematisk mättnad, och att alla intervjuer gjordes anonymt i samtycke.

Samtidigt finns det begränsningar i form av ett relativt litet urval, vilket innebär att resultaten inte kan generaliseras till en större population. Däremot möjliggör studiens kvalitativa ansats

en analytisk generalisering, där resultaten kan bidra till ökad förståelse för fenomenet digital svartsjuka och relevans till tidigare forskning och teori. vilket ger ett stärkande giltighets förtroende för vår studie för att vi följer upp genom hela uppsatsen om vad det är vi studerar, och hur metoden är anpassas till forskningsfrågorna. Vi har även en tydlig koppling mellan våra teman som beskriver närhet, tillit, svartsjuka och kontroll, och hur de hänger ihop med de semistrukturerade intervjuerna och val av både datainsamling och att vi analyserar metoden genom en tematisk lins. Men även att vi valt ett bra urval som är relevant för vår studie, då målgruppen är stora konsumenter av sociala medier. Det gör att de har erfarenhet av det vi söker i vår studie. De presenterade citaten stärker också giltigheten av vår studie då resultatdelen är transparent och ger en fri tolkning av hur rimliga tolkningarna är i förankring till empirin.

Resultat

Följande avsnitt avser att uppvisa intervjufrågor och responsen av dessa frågor (se bilaga 1). Materialet är tematiskt samlat för att tydliggöra tendenser i respondenternas svar. Vidare är de citat som behandlas, framtagna ur intervjumaterialet, för att påvisa och tydliggöra tendenser och teman i svaren.

Bakgrund

Alla respondenter är i åldrarna 21 - 27 år gamla och har varit tillsammans med deras partner i över ett år och många av respondenterna har även varit tillsammans längre. Majoriteten av dem som deltog i intervjun bor också tillsammans med sin partner. De ansåg också att deras relationer var stabila.

Sociala medier sågs som en naturlig del av vardagen där alla uppgav att de använde sociala medier varje dag och de flesta av respondenterna spenderade mellan 2 - 5 timmar per dag på sina sociala medier. Dock kunde antalet timmar variera beroende på om det var ens egen telefon eller om de kollade sociala medier tillsammans, samt om partner var hemma eller inte. Då minskade timmarna om de kollade sociala medier tillsammans, annars ökade skärmtiden om de var själva och hade mer tid över. Även andra faktorer spelade in, såsom arbetstider eller om de hade saker planerade över dagen.

Deltagarna i intervjuerna menade att deras kommunikation via sociala medier oftast ägde rum på Snapchat och Instagram, men vissa använde även TikTok för att kommunicera. Många använde sig även av SMS, men eftersom det inte är ett socialt medium kommer vi i denna studie inte uppmärksamma detta. Majoriteten av deltagarna använde plattformarna mest för underhållning, medan andra använde dem för att aktivt kommunicera med sin partner.

Vi frågade respondenterna i vilken utsträckning de använder eller uppmärksammar appfunktioner som spårar, samt visar platsaktivitet för ens partner för att få kännedom och skapa förståelse kring deras användning av sociala mediers funktioner. Alla som deltog i intervjuerna hade insikt om många av de funktioner som sociala medier erbjuder där man kan se var ens partner befinner sig. Majoriteten av respondenterna använder sig dessutom av platsaktiviter, men på olika sätt. Snapchat var det sociala medium som flest använde sig av eftersom plattformen har en etablerad karta som de flesta använder sig av generellt. Förklaringen till varför de använde Snapchat för att se var sin partner befann sig varierade. Majoriteten förklarade det med att de försöker synka sina liv och därför kan det vara bra att se vart partnern befinner sig i situationer där man ska mötas upp. Enligt respondenterna var det mindre vanligt att de använde funktionen enbart för att spåra sin partner eller för att hålla koll eller av ren nyfikenhet.

” Jag minns faktiskt inte ens senast jag använde den ärligt talat, jag använde den idag när jag skulle möta upp dig” - Adam, 24 år

Många av respondenterna menade också att de använde sig av platstjänster betydligt mer i början av relationen. Detta förklarades genom att man då inte kände lika mycket tillit till sin partner och att relationen såg som ny och ostadig.

”Det var mer i början av förhållandet för att det var nytt” - Moa, 24 år

Ett fåtal av respondenterna uppgav dock att de använde sig mycket flitigt av platstjänster för att aktivt kunna hålla koll på sin partner.

”Väldigt mycket. Vi har platsdelning på hela tiden och det kollas ofta. Om någon inte är där den ”ska” vara så blir det direkt frågor” - Malin, 22 år

Vi gick sedan vidare genom att fråga om respondenten uppmärksammar om deras partner integrerar med andra personer på sociala medier, till exempel genom gillanden och kommentarer. Majoriteten av respondenterna svarade då att de kunde uppmärksamma om deras partner interagerade med andra personer på sociala medier, speciellt om det var med en

person de inte kände igen, de ansåg däremot att partnern var fri att interagera med vem och vad den ville över sociala medier.

”Ja, det händer. Speciellt om det är personer jag inte känner eller om det är någon som återkommer ofta” - Vilgot, 21 år

Däremot svarade vissa av respondenterna att deras partners inte är särskilt aktiva på sociala medier och därför varken lägger ut egna inlägg, eller interagerar med andra. En annan respondent uppgav att hon hade kännedom om vad partnern interagerar med på sociala medier, men eftersom det enbart var sportrelaterade inlägg påverkade det inte relationen.

”Nej men inte så mycket. Han lägger inte ut nånting så jag vet inte, men om han hade lagt ut någonting så hade jag kollat” - Karin, 23 år

”Nej han gillar ju bara fotboll” - Moa 24 år

Närhet

Respondenterna beskriver att de upplever att deras närhet till sin partner har ökat, för att de via sociala medier får möjlighet till att föra en aktiv kommunikation med sin partner under dagarna när de är ifrån varandra. De svar vi fick när vi frågade respondenterna om närheten i deras relation har förstärkts eller förändrats för att de har möjlighet att ha en mer aktiv kommunikation via sociala medier var följande:

”Även om det bara är en tom snap så ser jag ju vad han gör” - Lisa, 23 år

De upplever också att de kan skicka humoristiska eller vardagliga klipp till varandra, vilket gör närheten mer påtaglig. Några av respondenterna beskriver också hur de kollar på Instagram eller Tiktok ihop som en aktivitet innan de ska gå och lägga sig, vilket de beskriver har ökat den fysiska närheten. Alltså redogör respondenterna för hur sociala medier inte bara har ökat närheten till sin partner psykiskt, utan också fysiskt.

”Det är väl lite trevligt att skicka lite videos på Instagram och Tiktok men annars känner jag inte att det är något nämnvärt” - Isak, 26 år

”Ja absolut, det är ju kul att skicka recept till honom på Instagram” - Karin, 23 år

För att följa upp och fördjupa föregående fråga. Frågade vi vidare med en följdfråga om sociala medier gjort så att paren upplevde att de kommit närmare varandra på grund av sociala medier.

Majoriteten av respondenterna upplevde att sociala medier var en bidragande faktor till att de kommit närmare varandra, speciellt i början av förhållandet när man skulle lära känna varandra. Därför användes de olika plattformarna flitigt för att kommunicera inledningsvis i relationerna och det bedömdes vara ett viktigt steg i dejtandet för att individerna skulle lära känna varandra och för att ha en plattform att kommunicera via. Senare uppgav de flesta att man snarare gick ifrån aktiv kommunikation på sociala medier för att vara mer närvarande i relationen. Däremot används fortfarande sociala medier som ett kommunikationsmedel, där exempelvis Snapchat används dagligen av de flesta respondenterna.

”Ja, i alla fall tidigare i förhållandet. Då måste jag säga att det hjälpte mycket, eller ja, det var ju då man skrev mycket och nu är vi väl inte så himla aktiva med varandra på samma sätt som vi var förr” - Adam, 24 år

”Ja, det tycker jag, under dagen liksom så man vet vad som händer. Alltså när vi chattar” - Simona, 24 år

Tre av respondenterna upplever dock att sociala medier inte har gjort så att hen och dennes partner kommit närmare varandra. Detta förklaras genom att de träffade varandra i verkligheten för första gången för att sedan endast kommunicera via SMS och telefonsamtal. Senare i relationen används inte heller sociala medier som primär kommunikationsplattform. Däremot beskriver samma respondenter att de trots det uppskattar den kommunikation som de kan föra via sociala medier eftersom de där kan dela lättsamma och humoristiska klipp med varandra.

”Nej, men vi träffades ju på riktigt och sen smsade vi bara. Vi har ju typ aldrig använt sociala medier. Nej, vi smsar och ringer.” - Karin, 23 år

”Nej, vår användning av sociala medier har inte fått oss att komma närmare, så som jag tror. Men absolut det är ett sätt för oss att kommunicera, så på så sätt har det hjälpt oss lite” - Isak, 26 år

”Vi träffades via gemensamma vänner ute och efter det ringde vi mest varandra” - Moa, 24 år

Tillit

Sedan valde vi att diskutera temat tillit med respondenterna. Vi inledde diskussionen genom att fråga respondenterna om de känner tillit till sin partner. Alla respondenter valde att svara ”ja” på frågan om de känner tillit till sin partner. Men alla är också överens om att tillit är något som byggs upp under lång tid och inte fanns per automatik i början av förhållandet.

Alla respondenter anser att de litar på sin partner när personen i fråga säger var den befinner sig. De beskriver dock hur det kan ske missförstånd eller misskommunikation mellan dem. Många av respondenterna menar också att Snapchats kartfunktion gör så att de litar på sin partner eftersom de kan kontrollera att det hen säger faktiskt stämmer.

”Ja i och med att vi har den kartan så tror jag att det ger oss båda en extra trygghet” - Isak, 26 år

”Ja, eftersom jag kollar på snapkartan” - Lisa, 23 år

Det fanns dock andra yttre faktorer som gjorde så att vissa inte litade på att sin partner talade sanning när hen berättade var hen befann sig. Det hade dock att göra med arbetsuppgifter som gjorde att personen inte kunde berätta för sin partner var hen befann sig.

”Nej, typ inte alltså. För han har ju så hemligt jobb så han kan ju vara typ vart som helst och det får han inte säga till mig och han hade nog inte sagt det heller” - Simona, 24 år

Därefter frågade vi respondenterna kring hur upplevelsen av tillit i relation till sociala medier har förändrats inom relationen. De flesta av respondenterna ansåg inte att tilliten förändrats till varken det positiva eller negativa tack vare sociala medier och deras funktioner, även om några upplevde en starkare tillit på grund av sociala plattformar. En respondent menade att tilliten inte har påverkats genom användningen av sociala medier, utan att tilliten är något som byggts upp via kommunikation och hur länge hen och hens partner varit tillsammans. Däremot menade några på att det ibland kan uppstå situationer som skapar oro och problem som egentligen inte existerar.

”Nej det tycker jag inte eller det tror jag nog inte iallafall” - Simona, 24 år

“Nej, inte i någon större utsträckning. Vår tillit bygger mer på hur vi kommunicerar och hur länge vi varit tillsammans” - Hampus, 27 år

”Nej det skulle jag inte säga, men ibland kan man ju se grejer som man tror är något och så är det inte det, så det kan ju skapa en oro som inte finns” - Lisa, 23 år

En deltagare i studien stack däremot ut genom att svara att sociala medier påverkar tilliten mycket och syftade på att sociala medier både förstärker redan existerande misstankar och gör det svårare att släppa saker.

”Ja, jättemycket. Det förstärker misstankar och gör det svårt att släppa saker” - Malin, 22 år

Vi valde sedan att fråga respondenterna om det funnits situationer i deras relation där de känt osäkerhet eller bristande tillit kopplat till sociala medier. Om respondenten svarade ”ja” och

därmed hade upplevt osäkerhet i situationer kopplat till sociala medier, bad vi de förtydliga och berätta mer kring vilka situationer det kunde handla om. Respondenternas svar visar på en tendens att osäkerhet kopplat till sociala medier förekommer i varierande grad och att osäkerheten främst uppstår i situationer där information är synlig men ofullständig, vilket kan leda till misstankar och felaktiga tolkningar. Samtidigt framkommer det att graden av osäkerhet är kopplat till relationens stabilitet och grad av tillit. Många av respondenterna redogör också för hur situationer som involverar alkohol gör att tilliten till deras partner minskar och att det skapar osäkerhet. En förklaring till varför alkohol påverkar deras tillit negativt menar respondenterna är att partnern kan göra något som den kanske inte hade gjort i nyktert tillstånd samt att man lätt kan missuppfatta situationer som skapas.

”När man är fulla och sånt, så kan man skriva konstiga saker eller ja bli osäker kring situationer som blir värre för att man är full” - Lisa, 23 år

”Ja, om nån är snygg. Om nån har en snygg Instagram typ hans ex” - Karin 23 år

Ärlighet, transparens

För att inleda temat ärlighet och transparens frågade vi respondenterna om de känner att de kan vara transparenta med deras partners på sociala medier, alltså att respondenterna känner att de kan gilla vilka inlägg de vill och följa vilka de vill. Alla respondenter svarar ”ja” på frågan och menar att de känner att de kan vara transparenta på sociala medier genom att de kan gilla vilka inlägg de vill samt göra andra saker på plattformarna utan att deras partner ifrågasätter deras aktivitet.

För att fördjupa oss i temat frågade vi respondenterna om det skulle kännas jobbigt, alternativt kränkande om deras partner hade möjlighet att se allt personen gör på sociala medier.

Respondenterna hade delade meningar i huruvida det kändes jobbigt eller kränkande att ens partner kan ta del av det mesta som man gör på sociala medier. För vissa upplevdes det som helt oproblematiskt och det ansågs som ett tecken på öppenhet och tillit, medan andra beskrev samma fenomen som en känsla av obehag eller en slags integritetskränkning, särskilt när

insynen upplevdes som konstant eller oombedd. Vissa uppfattade det också som jobbigt eftersom att sociala medier kan ses som något privat och något som man inte vill att någon annan ska ta del av.

”Nej, det tror jag inte. Jag har inget behov av att dölja något” - Hampus, 27 år

”Nej men jag tror att han tycker det är lite jobbigt men inte så farligt” - Karin, 23 år

”Ja, lite faktiskt. Det känns privat” - Vilgot, 21 år

Svartsjuka & kontroll

För att introducera temat om svartsjuka och kontroll inledde vi med att fråga respondenterna om de någon gång "hållit koll" på sin partner via sociala medier. Många av respondenterna medgav att de höll som mest koll på sin partner i början av relationen. Då valde de flesta att kolla upp vad de till exempel hade för bilder på Instagram, vilka de följde samt om de hade några gemensamma vänner på något socialt medium. Respondenterna menade att ju längre relationen fortgått desto mindre valde man att hålla koll på sin partner.

”Ja, det var också en sak när jag lärde känna henne. Då kollade jag upp allting, det gjorde jag” - Adam, 24 år

”Ja jag kollar väl på snapkartan på killen och märker vart han är eller typ om man ser att någon lägger ut något, och så får man se om han är med där eller inte och se på instagram liksom” - Lisa 23 år

För att fördjupa oss i när respondenterna kände att de behövde hålla koll, frågade vi om det fanns specifika situationer där behovet av att hålla extra koll ökar. Respondenterna beskriver att behovet av att hålla extra koll på sin partner oftast uppstår i specifika situationer, såsom vid alkoholintag och festsammanhang eller vid utebliven kommunikation. I de relationer som uppfattas som mer stabila och som har hög tillit minskar eller uteblir behovet av att hålla koll på sin partner helt.

”Ja om min partner är ute och festar men det är mer för att se så inget händer” - Karin, 23 år
Nej, det är väl om hon har dåligt ölsinne så när hon dricker mycket ska vi hålla koll på annars så kan det gå illa - Isak 26 år

”Ja när man är fulla och sånt liksom” - Lisa 23 år

Ja jag kollar ju på hans stories och så när han är ute - Simona 24 år

Därefter frågade vi respondenterna om deras eventuella behov av att kontrollera deras partners sociala medier blivit bättre eller sämre sedan sociala mediernas funktioner blivit en del av vardagen. Majoriteten av respondenterna svarar att deras kontrollbehov har blivit större och att behovet av att kontrollera sin partner har ökat efter att sociala mediernas funktioner kom in i bilden. Även om ökningen inte beskrivs som markant så märker de flesta att på grund av funktioner som snapkarta och onlineindikatorer så har behovet ökat eftersom det är väldigt lättillgängligt att kolla.

”Alltså om man vill ha kontroll så är det ju väldigt lätt med det, man kan ju se vart man är alltid och det är svårt att dölja känns det som. Det är ju väldigt enkelt med snap och sånt” - Lisa, 23 år

”Nej, det har väl gjort att man har fått lite större kontrollbehov. Sen tycker jag inte att jag haft ett så stort kontrollbehov överlag men jag minns inte ens hur det var innan sociala medier, men jag kan tänka mig att ens kontrollbehov inte alls var lika stort för att det var ju svårare att ta kontakt med andra personer och sånt. Och det var svårare att göra saker som man inte skulle göra innan man har sociala medier...” - Isak, 26 år

”Ja, jag skulle säga att det har blivit lite sämre. Det finns fler saker att lägga märke till nu” - Vilgot, 21 år

Vi frågade sedan respondenterna om de kände ett behov av att hålla koll på sin partner via sociala mediers olika kartfunktioner. En stor del av respondenterna svarade att de inte känner ett behov av att ha koll på sin partners sociala medier eller platstjänster. De menade att de litar på sin partner och att de därför inte heller ser någon anledning till att kontrollera till exempelvis var partnern befinner sig. Däremot så fanns det praktiska fördelar med att ha koll på platstjänster, till exempelvis när de skulle mötas upp. Men även här är svaren om alkohol och situationer där partnern är ute och festar återkommande.

”Nej bara om vi ska mötas upp” - Moa, 24 år

”Ja om vi är ute och festar” - Karin, 23 år

”Nej, nu har han inte visat mig men då litar man ju bara på honom, Alltså det är ju typ, kartan kan man ju kolla för att man vill veta varför han inte svarar, då kan det ju vara en gång om dagen men annars kan det vara en gång i månaden man kollar” - Lisa

Därefter frågade vi mer specifikt om respondenterna väljer att kolla igenom sin partners följare, gillningar eller kommentarer. Många av respondenterna menar på att varken de själva eller deras partner är särskilt aktiva på sociala medier. Att partnern inte lägger ut nya inlägg kontinuerligt och därför inte heller får nya gillningar och kommentarer som leder till att det inte finns så mycket kolla igenom.

”Nej men inte så mycket. Han lägger inte ut någonting så jag vet inte men om han hade lagt ut någonting så hade jag kollat” - Karin, 23 år

”Alltså hon får inte det liksom, aa nej jag vet inte. Det är väl typ gamla kollegor som skriver kanske, men nej det gör mig ingenting så nej” - Adam 24 år

Vi gick vidare med att fråga hur respondenten hade reagerat om deras partner fått kommentarer på sociala medier från en person med motsatt kön. De flesta beskriver hur de

hade frågat sin partner, om personen hade fått en kommentar från en person med motsatt kön. Detta beskrevs också variera beroende på om personen som kommenterade var någon bekant eller om det var en helt okänd person.

”Då hade jag nog kollat vem det var och om det var någon som skrev typ snygg så hade jag frågat honom vem det var” - Simona, 24 år

Ett fåtal redogör också för hur de inte hade lagt någon större vikt alls i kommentarer på sociala medier.

”Nej, jag känner mig så trygg i mig själv så det hade inte spelat någon större roll. Det är bara en kommentar” - Isak, 26 år

Vi frågade sedan om respondenterna hade sett det som omtanke eller kontroll om deras partner aktivt hade kontrollerat dem via sociala medier. Alltså om partnern hade haft mycket bra koll på ens sociala medier, hade det då uppfattats som kontroll eller omtanke. Många av respondenterna menade att de såg det som kontroll om partnern konstant hade koll via sociala medier. Men det berodde också på vilken situation man var i samt i vilket stadie i förhållandet man befann sig och även på vilken nivå som partnern hade koll.

” Alltså det beror nog på vilken nivå det handlar om... (...) ...eller att man märker att det är en annan ton kring det så kan man ju märka att det är svartsjuka och det är kontrollerande...” - Simona, 24 år

”Nej, jag upplever inte att de kontrollerar mig på något sätt. Jag är inte så aktiv hos sociala medier så det finns inte så mycket att kontrollera. Men jag har aldrig fått frågan om varför följer du henne, varför följer du henne och så. Nej, det skulle inte säga” - Isak 26 år

Vissa upplevde det också som kontroll om partnern ständigt skulle hålla koll på var den andra personen befann sig samt andra saker den gjorde på sociala medier.

”Nej då hade jag nog tyckt att han kontrollerar mig, alltså om han hade kollat vart jag var hela tiden och kollat mina likes och så” - Moa, 24 år

Respondenterna upplevde också att all form av kontroll inte kan anses som omtanke men att i vissa undantag, om man är full eller går själv på kvällen eller liknande så vill man att någon har koll på vart man befinner sig som en trygghetskänsla. Men att det då är något man gör öppet och inte i smyg.

”Hon har hittat min Iphone när hon jobbade på nattklubb. Då kollade jag hur mycket hittade min Iphone, när hon gick hem från jobbet vid 3 på natten själv.

Då kollade jag mest av omtanke, jag kollade inte när hon var på jobbet utan när hon slutade”
- Adam 24 år

Därefter frågade vi om respondenten upplever press att alltid vara uppkopplad och tillgänglig. Många av respondenterna svarade att de kände ett ansvar att vara online och tillgänglig på sociala medier för att besvara deras partner men att det lika gärna kunde ske via samtal eller sms, så att just vara online på sociala medier var inte ett krav.

”Alltså vi gjorde faktiskt en grej för typ ett år sedan, jag stängde av notiser på Snapchat och det märkte hon ganska fort för det kunde ta en dygn innan jag svarade henne men jag har ju bara sagt till henne att då får du smsa liksom så svarade jag, alltså inga problem” - Adam 24 år

”Nej, jag tänker att om man verkligen vill något så ringer man ju varandra, så jag känner inte att jag måste ha koll liksom” - Lisa 23 år

Sedan frågade vi respondenterna om de någon gång använt deras partners mobiltelefon för att kolla igenom hens sociala medier. Även om det har hänt någon enstaka gång för de flesta respondenterna så var det ändå övervägande att de flesta inte kollar igenom deras partners mobil och om man valde att söka igenom sin partners mobiltelefon var det oftast med samtycke från den andra partnern.

”Ja, men då vet hen om det eller ligger bredvid” - Karin 24 år

”Nej de tror jag inte” - Malin 22 år

För att sedan gå in mer på temat svartsjuka valde vi att fråga om upplevelsen kring svartsjuka blivit bättre eller sämre i samband med användningen av sociala medier och sociala mediers funktioner. En majoritet av respondenterna upplevde att de blev mer svartsjuka när de använde sociala mediers funktioner. Färre upplevde att de blivit mindre svartsjuka i takt med användandet av sociala medier. Funktionerna upplevdes skapa scenarion och situationer som kan bidra till övertänkande, stress och oro i större utsträckning.

”Jag tror det har påverkat negativt, för jag tror att det skapar mer oro än vad man skulle haft tidigare, jag tror man övertänker lite” - Lisa, 23 år

”Hade man inte vetat om det hade man nog mått bättre... (...) ...Det är bara onödigt stress” - Moa, 24 år

Vissa menade också att sociala mediers funktioner inte bidrog någonting till upplevelsen av svartsjuka.

”Nej, det är varken från eller till skulle jag säga. Ingen grund till svartsjuka på grund av vart hon är någonstans eller vem som har likeat hennes bild skulle jag inte säga” - Isak, 26 år

Därefter frågade vi om respondenterna uppfattar deras partner som mer eller mindre svartsjuk i samband med användningen av sociala medier. Då svarade nästan alla respondenter att de upplevde att deras partner var mer svartsjuk än de själva.

”Jag tror att han kanske påverkas lite, men han skulle aldrig bry sig men man har märkt någon gång att han kollat vart jag är och vad jag gör för han sett någon bild eller video” - Lisa 23

”Han blir nog också mer svartsjuk för att man kanske ser något som man tolkar på fel sätt” - simona 24 år

”Ja, jag tror nästan att det är mer hon faktiskt” - Adam 24 år

Sedan frågade vi respondenterna om de kunde uppfatta något som var positivt med sociala mediers funktioner som skapade möjligheter att minska svartsjuka. De allra flesta av respondenterna var överens om att sociala medier och deras funktioner kan minska svartsjuka genom att partners oro kan dämpas när personen till exempel kan se på en karta att partnern faktiskt befinner sig där hen säger att hen är. Det skapas då en viss trygghet och partnern känner att hen inte behöver oroa sig. Däremot berättade respondenterna också att de inte tror att sociala medier kan bota svartsjuka helt, eftersom svartsjukan ofta går djupare än vad som finns på sociala medier och då kan sociala medier snarare förstärka svartsjuka. En annan positiv aspekt med sociala medier som togs upp är att man alltid är väldigt lättillgänglig och därför går det snabbt att få tag på varandra, vilket kan minska oro.

”Ja, kanske om folk är osäkra på vad den andra gör, du kan mer enkelt vara såhär, ”nu ser du mig på snapkartan, jag skickar snaps på kvällen” eller så för att ge trygghet” - Lisa, 23 år

”Det kanske skulle vara om jag hörde av mig då, att man kan ge mer bekräftelse. Om hon är orolig och tycker att jag skriver för lite, då får hon bekräftelse av att jag skriver till henne. Och då kan man ju hjälpa, men jag vet inte, roten är ju fortfarande att sociala medier finns, så jag vet inte” - Adam, 24 år

”Det positiva som jag ser är kartfunktionen för att se vart man har varandra. Något mer positivt är väl det går snabbt att få tag på varandra” - August, 25 år

Därefter frågade vi om respondenternas svartsjuka har förändrats i takt med att sociala mediers funktioner uppkommit. Många av respondenterna upplever att deras svartsjuka har förändrats till det negativa i takt med att sociala mediers funktioner har lanserats. De menar på att innan till exempel snapkarta och onlineindikatorer fanns så var det ingenting man gick runt och oroade sig över utan man fick bara acceptera och lita på det sin partner sa stämde.

"Ja, det har nog blivit mer tror jag, alltså generellt sen sociala medier kom. Eller sen när man kunde se när folk gick in och så" - Lisa, 23 år

"Jag tror det påverkar mig mer negativt än positivt faktiskt. För att det blir mer att man vet att man kan gå in och kolla, innan vet jag ju att det inte gick att se sånt så då gjorde man inte det och då var det bara som det var liksom. Nu när man kan kolla blir man lite osäker, man vet ju inte om det är 100% heller. Jag tror jag hade varit mindre svartsjuk om sociala medier inte fanns" - Simona, 24 år

En av respondenterna menar också att många sociala mediers funktioner har funnits väldigt länge och eftersom personen fortfarande är ung så tror hen inte att hen känt svartsjuka innan sociala mediers funktioner kom in i bilden.

"Innan sociala medier var jag kanske 10 så då hade jag kanske inte någon svartsjuka överhuvudtaget mer än på min lillebror kanske. Så fastän det har blivit både sämre och bättre från att sociala medier skapades har den gått upp lite och sen ner skulle jag säga" - Isak, 26 år

Vi avslutade intervjun med att fråga om respondenterna tror att de hade varit mer eller mindre svartsjuka om sociala medier inte fanns över huvud taget. Alla respondenter är överens om att de troligen hade känt sig mindre svartsjuka om sociala medier inte hade funnits över huvud taget.

"När jag är iväg utan täckning blir det ju som att sociala medier inte finns. Så det är väl alltid kul att kunna höra av sig någon gång, men ibland så går det en vecka eller två som vi inte kan prata och då blir det ju tråkigt på det sättet, men jag känner inte att det är jobbigare för att jag är så svartsjuk, det känner jag inte" - Adam, 24 år

"Mindre tror jag lite mindre för då kan man inte gå in och kolla på någons ex eller någon snygg instagram och jämföra sig" - Malin, 22 år

Analys av resultat

Koppling till teori

Respondenternas beskrivningar av hur sociala medier ökar vardaglig närhet och samhörighet kan förstås utifrån Bayms (2015) syn på digital kommunikation som en del av att relationer blir starkare. Enligt Baym (2015) skapas intimitet inte enbart genom djupa samtal, utan även genom kontinuerlig vardaglig kontakt. Att respondenterna exempelvis beskriver hur delning av bilder, korta meddelanden och ”tomma snaps” skapar närhet, stödjer Bayms argument om att digitala medier möjliggör lågintensiv men frekvent kommunikation som stärker relationell samhörighet. Många av respondenterna beskriver också att sociala medier var viktiga i början av deras relationer när man skulle lära känna varandra, vilket är något som Baym (2015) återkommande tar upp. Dessutom använder många av respondenterna flera olika plattformar att kommunicera genom, vilket gör begreppet *media multiplexy* relevant. De respondenter som uppgav att de aktivt kommunicerade över flera olika plattformar menade också på att deras förhållande var starkt och att de upplevde att de hade en nära relation. Respondenternas upplevelser av ökad svartsjuka i samband med sociala mediers funktioner kan också tolkas utifrån Bayms resonemang om synlighet i digitala relationer. Baym (2015) menar att digitala plattformar gör relationer mer observerbara, vilket kan skapa både närhet och sårbarhet. I respondenternas berättelser framstår synlighet av likes, kommentarer och platsinformation som en bidragande faktor som öppnar upp för tolkningar som i vissa fall leder till oro och svartsjuka. Samtidigt visar resultaten att samma funktioner som skapar oro också kan upplevas som trygghet, exempelvis genom platsdelning på snapkartan. Detta stödjer Bayms syn på digitala medier eftersom de möjliggör både för närhet och övervakning beroende på hur de används och tolkas inom relationen.

Utifrån Joseph Walthers Social Information Processing Theory kan respondenternas upplevelser av svartsjuka och osäkerhet förstås som ett resultat av hur social information

tolkas i digitala miljöer. Enligt Walther (2008;1992) bygger individer relationell förståelse genom information från medier som de tar del av över en längre tid. När denna information blir begränsad eller otydlig, ökar risken för misstolkningar. Respondenternas beskrivningar av hur uteblivna svar, platsinformation eller onlineindikatorer skapar oro kan analyseras som ett exempel på hur mottagare fyller i informationsluckor. Individer i romantiska relationer tenderar att tolka bristande information emotionellt, vilket kan förstärka svartsjuka och osäkerhet, detta går i linje med SIPT. Att kontrollbehovet beskrevs som starkare i början på respondenternas relationer kan förstås genom SIPTs betoning av tid, vilket innebär att tillit ännu inte hunnit etableras genom stabila kommunikationsmönster.

Tillsammans bidrar Bayms perspektiv och SIPT till en fördjupad förståelse av respondenternas erfarenheter och berättelser. Medan Baym belyser hur plattformarnas tekniska funktioner skapar både möjligheter till närhet, men även risk för övervakning, förklarar SIPT hur sociala mediers villkor tolkas och bearbetas emotionellt i relationer över tid.

Koppling till tidigare forskning

Resultatet visar att samtliga respondenter använder sociala medier dagligen och betraktar dem som en naturlig del av vardagen och relationen. Detta överensstämmer med tidigare forskning som visar att sociala medier i allt högre grad fungerar som infrastrukturer för sociala och romantiska relationer (Nayar & Koul, 2021; Vaterlaus et al., 2016). Att respondenterna anpassar sin användning beroende på om partnern är närvarande eller inte stödjer också forskning som visar att digital kommunikation används flexibelt för att komplettera snarare än ersätta fysisk interaktion (Taylor et al., 2022). Det framgår också i resultatet att Snapchat och Instagram är de mest centrala plattformarna för kommunikation mellan partners, vilket stämmer överens med tidigare studier som visar att just dessa plattformar används frekvent av unga vuxna i nära relationer (Nayar & Koul, 2021). Snapchat används i högre grad för privat och vardagsnära kommunikation, vilket stärker Vaterlaus et al. (2016) beskrivning av Snapchat som ett intimt medium för redan etablerade relationer.

Närhet

Respondenterna beskriver att sociala medier har bidragit till ökad närhet, särskilt genom möjligheten att ha kontinuerlig kontakt under dagen. Detta resultat ligger i linje med Imperato et al. (2023), som menar att dagliga interaktioner såsom snaps, meddelanden och delning av innehåll kan skapa en känsla av emotionell närhet och samhörighet. Även Taylor et al. (2022) lyfter fram hur vardagliga digitala handlingar kan fungera som signaler på närvaro och engagemang, vilket stärker närheten i romantiska relationer. Samtidigt visar även resultaten att denna upplevda närhet är starkast i början av relationen. Flera respondenter beskriver hur användningen av sociala medier var mer intensiv i ett tidigt skede i relationen och sedan minskade i takt med att relationen blev mer stabil. Detta kan förstås i relation till Stöven och Herzbergs (2020) användning av anknytningsteori, där individer i mer osäkra eller nya relationer tenderar att använda digital kommunikation för att tillfredsställa behov av närhet och trygghet. Resultatet stödjer därmed deras slutsats att digital närhet ofta är situationsbunden och kopplad till relationens utvecklingsfas.

Att vissa respondenter inte upplever att sociala medier gjort att de kommit närmare varandra alls nyanserar bilden och bekräftar Taylor et al. (2022) påpekande om att digital närhet inte är entydigt positiv, utan formas av individuella preferenser och relationskontext.

Tillit

Alla respondenter uppger att de känner tillit till sin partner, men betonar att denna tillit byggs upp över tid. Detta stämmer väl överens med Nayar och Kouls (2021) resonemang om att tillit fungerar som en central mekanism i romantiska relationer, men att den inte skapas av sociala medier i sig. Snarare framstår sociala medier i resultatet som ett verktyg som i vissa fall kan bekräfta tillit, exempelvis genom Snapchats kartfunktion.

Respondenternas upplevelse av att platsdelning kan skapa trygghet ligger i linje med Hughes et al. (2021), som menar att digital synlighet ofta fungerar som ett uttryck för redan

existerande trygghet snarare än ett sätt att kontrollera relationen. Samtidigt visar resultaten att samma funktioner kan skapa oro när informationen upplevs som tvetydig eller när kontext saknas, vilket stödjer Imperato et al. (2023) samt Rus och Tiemensmas (2017) slutsatser om att synlig men ofullständig information kan leda till misstankar och osäkerhet. Resultatet bekräftar även Nayar och Kouls (2021) argument om att konflikter kopplade till sociala medier ofta bottenar i redan existerande brister i tillit snarare än i tekniken och sociala mediers funktioner i sig.

Ärlighet och transparens

Respondenternas upplevelse av att kunna vara transparenta på sociala medier utan att ifrågasättas överensstämmer med Kelly och Miller-Otts (2022) forskning, som visar att frivillig delning och öppen mobilanvändning kan stärka upplevelsen av ärlighet och förtroende i romantiska relationer. Resultatet stödjer även Ramirez et al. (2025), som identifierar transparens som en motivation bakom gemensam mobilanvändning.

Samtidigt visar resultatet att ständig insyn inte upplevs som oproblematisk av alla. Vissa respondenter beskriver känslor av obehag och integritetskränkning, vilket bekräftar Tokunagas (2011) kritik mot att digital insyn kan övergå i interpersonell övervakning. Detta ligger även i linje med Elphinston och Noller (2011), som kopplar kontrollerande beteenden till lägre relationskvalitet. Resultatet tydliggör därmed att transparens behöver vara ömsesidig och frivillig för att upplevas som positiv.

Svartsjuka och kontroll

Resultatet visar att många respondenter upplever en ökning av svartsjuka och kontrollbehov i samband med sociala mediers funktioner, särskilt Snapchats kartfunktion och aktivitetsindikatorer. Detta stödjer Tokunagas (2011) begrepp *interpersonal electronic surveillance*, där sociala medier fungerar som rum för övervakning snarare än enbart kommunikation. Att respondenterna beskriver hur kontrollbehovet var starkare i början av relationen och minskade i takt med ökad tillit kan förklaras genom Imperato et al. (2023), som menar att digital övervakning ofta förstärker redan existerande osäkerhet. Resultatet bekräftar

även Emond et al. (2023), som visar att svartsjuka kopplat till sociala medier kan leda till kontrollerande beteenden som i sin tur förstärker svartsjukan över tid.

Samtidigt framkommer det i resultatet att vissa former av kontroll i specifika situationer, exempelvis vid alkoholintag eller sena kvällar, kan uppfattas som omtanke. Detta nyanserar tidigare forskning genom att visa att samma digitala handling kan tolkas olika beroende på kontext, vilket även Hughes et al. (2021) berör i sin diskussion om relationell synlighet som trygghet snarare än kontroll.

Sammanfattningsvis visar analysen att resultatet i hög grad bekräftar tidigare forskning om sociala medier och romantiska relationer, samtidigt som det bidrar med empiriska nyanser kring hur dessa processer upplevs i vardagen. Sociala medier fungerar inte som självständiga orsaker till närhet, tillit eller svartsjuka, utan förstärker redan befintliga relationsmönster, vilket stödjer Nayar och Kouls (2021), samt Taylor et al. (2022) slutsatser. Resultatet tydliggör särskilt hur relationens fas och kontext är avgörande för hur sociala medier tolkas och används, något som stärker och konkretiserar tidigare teoretiska resonemang om digital närhet, transparens och kontroll i romantiska relationer.

Diskussion

Hur kan då sociala medier uppfattas av parrelationer och bidra till känslor av närhet, svartsjuka och tillit?

Studien visar att sociala medier utgör en central arena där närhet, tillit, svartsjuka och kontroll inte bara uttrycks, utan också formas och omförhandlas i vardagliga parrelationer. Sociala medier upplevs som ett modernt digitalt torg där man kan skapa relationer, konversationer och använda funktioner som bidrar till att ständigt vara uppdaterad om vad ens partner befinner sig, om de är online eller vad de interagerar med. Resultaten i vår kvalitativa studie tydliggör hur sociala medier och deras funktioner har en bidragande roll i relationer där samma digitala praktiker kan upplevas som relationsstärkande, men även svartsjuka och kontroll.

Ett genomgående mönster är att det anses som både positivt och negativt att sociala medier har en stor roll i relation med de känslor som upplevs, paren beskriver att de både stärks och försvagas i skapandet av närhet och tillit. Det gäller även upplevelser av svartsjuka eller kontroll, som i sin tur kan leda till tillitsproblem eller en känsla av övervakning. I början av relationsskapandet är sociala medier en möjlighet att lära känna varandra, genom att få en inblick i partnerns liv och intressen. Det är också plattformar att samlas på, konversera och interagera med innehåll som är viktigt för relationen. Respondenterna menar att digitala plattformar skapar arenor för kontroll, svek, jämförelser och kärlek och det är så sociala medier bidrar till ökade känslor i relationerna. Även om individens beteenden och kommunikation är avgörande, visar resultaten att det kan teknologins utformning spela en central roll i hur tillit förstås och praktiseras. funktioner som platsdelning, läskvittenser och online status möjliggör en form av digital bekräftelse, där tillit delvis förflyttas från mellanmänsklig kommunikation till teknisk bekräftelse. Och det upplevs som att starka känslor som svartsjuka och kontroll normaliseras i en form där det kan upplevas som en trygghet att veta vart ens partner är och vad den gör och säger på det digitala torget.

I förhållning till våra frågeställningar ”*Hur resonerar intervjupersonerna kring sociala mediernas funktioner i relation till närhet, tillit och kontroll i deras romantiska relationer*” och

”Hur kan sociala mediers funktioner bidra till upplevelser av svartsjuka och kontroll, samt skapa osäkerhet och missförstånd i romantiska relationer?” som vi ställt till vårt arbete. Kan vi nu komma fram till att intervjupersonerna resonerar att sociala medier funktioner har en bidragande roll i hur man upplever närhet och kontroll. Vi kan du ha en djupare förståelse för deltagarnas upplevelser och mönster om erfarenheter i romantiska relationer kopplat till sociala medier. Vi kan se att digital närhet och transparens både kan stärka och utmana tilliten inom relationen. Svartsjuka och kontroll är vanligare än vad man tror fast i en liten kontext, där det snarare anses som missförstånd eller omtankar, än att ha en kontrollerande partner. Samtidigt som känslorna är mer normaliserade, i form av att det inte skulle vara konstigt att ständigt veta var ens partner befinner sig eftersom att man är i en relation.

Det är också mer givet att man är tillgänglig för sin partner online med att ge snabba svar och berätta om vad man gör och vart man är. I takt med att sociala medier och normaliseringen av att vara uppkopplad medför även en förväntan att vara tillgänglig. Skulle man inte vara det hör det till de ovanliga och kan därmed skapa en oro och leda till förutfattade meningar. Som i sin tur kan leda till konflikt men att det anses som ett litet problem i deltagarnas resonemang då det bara är att kommunicera så löser man missförståndet fort. En form av kontroll över sociala plattformens funktioner är att vara aktiv med att iaktta var sin partner befinner sig. Våra deltagare lyfte att det oftast sker om deras partner är under berusandet av alkohol, på grund av minskandet av omdömet av omgivningen. Och att de endast följer sin partners platsaktivitet som en säkerhet, att de kommer säkert hem eller om de ska mötas upp.

Sammanfattningsvis visar studien att sociala medier inte enbart fungerar som kommunikationsverktyg i romantiska relationer, utan som emotionella infrastrukturer där närhet, tillit och svartsjuka kontinuerligt formas. Genom att synliggöra hur dessa känslor både förstärks och normaliseras i digitala arenor bidrar studien till en fördjupad förståelse av intimitet i ett digitaliserat vardagsliv. Eftersom att vår studie är intim och granskandet av någons privatliv kan en konsekvens vara att personer utifrån som läser resultaten från vår studie, kan uppleva en missunnsamhet eller förtvivlan. För att deras egen relation inte stämmer in i utfallet, det kan bidra till obekväma känslor av att inte tillhöra det ”normala” man läser om. Eller så skapar vår studie en stor igenkänningsfaktor som visar att det är okej att känna känslor som närhet, tillit eller svartsjuka. Vår studie är ett centralt bidrag i

synliggörandet av hur kontroll och svartsjuka inte nödvändigtvis upplevs som avvikande, utan snarare att det kan normaliseras i vardagliga relationsaspekter genom sociala medier och deras funktioner.

Närhet och tillit

Slutsatserna vi kunde dra av resultaten som respondenterna gav oss i temat närhet och tillit kan förstås genom Bayms (2015) sätt att förklara hur digital närhet inte nödvändigtvis ersätter fysisk intimitet, utan snarare kompletterar och omformar. Samtidigt visar studien att denna ständiga tillgänglighet skapar nya normer för närvaro, där utebliven digital respons kan tolkas som en emotionell distans. Detta gör att digital närhet även kan upplevas som en emotionell belastning, där kravet på att vara tillgänglig riskerar att skapa stress och osäkerhet i relationen. Den större andelen respondenter svarade att de har daglig kontakt med sin partner och tycker att det är ett behov de har i relationen för att kunna vara uppdaterad om vad den andra personen gör och befinner sig.

De upplever också att det är lätt att interagera med sin partner via sociala medier i början av relationen och ger en frekvent kontakt som kan stärka intimiteten, samhörigheten och närheten. Samtidigt visar resultaten att om man ständigt är online ökar förväntningarna på att alltid vara tillgänglig. När det då inte upprätthålls så kan det leda till oro och osäkerhet och onödiga bråk. Resultaten visar att det inte bara är relationstärkande utan även en emotionell belastning. Det gör att många par försöker att minska sociala medier, så den digitala stressen och den digitala närheten övergår till mer interpersonell kommunikation.

Svartsjuka/ kontroll

Beteendet som kan tolkas är normaliseringen av sina egna handlingar, särskilt i relationer där gränser inte är tydligt etablerade. Det som studien kan synliggöra är då att kontroll och svartsjuka inte alltid upplevs som ett problem i sig, utan det är först när det uppstår misstolkningar, obalans eller osäkerhet. Resultaten stödjer SIPT:s antagande om att bristfällig

eller tvetydig information i digitala miljöer leder till att individer fyller i informationsluckor emotionellt. I romantiska relationer kan detta bidra till missförstånd, svartsjuka och ett ökat behov av kontroll, särskilt i relationens tidiga skeden där tillit ännu inte stabiliserats (Walther, 2008)

Resultaten indikerar att svartsjuka och kontroll i hög grad normaliseras i respondenternas relationer, särskilt när beteenden motiveras som omtanke eller trygghet. Men vi har även haft i åtanke att det kan finnas djupare förståelse om svartsjuka och kontroll som respondenterna inte vill erkänna. Detta lyfter även (Tokunaga, 2011; Rus & Tiemersma) i hur svartsjuka och kontroll i många sammanhang normaliseras och omtolkas som omtanke, vilket gör att sådana beteenden inte alltid lyfts eller identifieras av individerna själva. För om ingen är vare sig svartsjuk eller kontrollerande och att man endast har "koll" på sin partner som en omtanke, skulle inte konflikter eller situationer de gav som exempel uppstå. Tidigare forskning visar hur digital övervakning ofta legitimeras genom relationella normer snarare än ifrågasätts som kontroll (Tokunaga, 2011; Rus & Tiemersma, 2017)

Förväntningar kring resultatet

Våra förväntningar var att sociala medier skulle ha ett större inflytande än vad det visade sig vara. Vi tänkte att det skulle vara allt fler par som hade ett större behov av kontroll i form av att veta var ens partner befinner sig och vilka de träffar. Även svartsjukan var vi förvånade över hur bara ett halvår kan ge en trygghet och en såpass stark tillit till varandra att svartsjukan minskat. Det vi blev mest förvånade över var att hur lite våra deltagare konsumerade sociala medier och deras innehåll. De använde sig mest av sms och telefon, och detta kan ha att göra med att de flesta bodde ihop och har en större chans till att kommunikation och förmedla vad de ska göra under dagarna och var de befinner sig. Vilken kan minska hur mycket kontakt man behöver ha på sociala medier. Men det kan tolkas som att deltagarna upplever ett större problem av konsumtionen av socialt innehåll än vad de vill erkänna eller upptäcka, så de "måste" införskaffa sig en digital detox. Det kan ha gett oss en större inblick i längre relationer, då inte alla blir sambos efter sex månader. Detta kan man se

som att respondenternas svar var liknande eller att det är mer representativt att inte vara aktiv över sociala medier. I en annan vinkling kan detta även vara att deltagarna vill ge mer socialt accepterade svar. De kanske egentligen är mer svartsjuka eller kontrollerande än vad de vill erkänna, men även att de inte vill hänga ut sin partner som svartsjuk, för att själva anses som omedvetna om bristerna i deras relation. Det kan ha påverkat vårt resultat och gett oss en mer vag analys. Det är något vi räknade in från början och styrde arbetet för att få så nyanserade svar som möjligt med en öppen ärlighet och transparens.

Har undersökningen väckt nya frågor?

Denna typ av studie kan man absolut studera vidare med att ha en annan urvalsgrupp, exempelvis i början av dejtingfasen. Då det var då som de flesta respondenterna utgav sig av att använda sociala plattformar som mest. Eller hur det ser ut bland en äldre urvalsgrupp, som inte är uppväxta med sociala medier, har de anpassat sig eller är det bättre då man inte kan jämföra med annat. Eftersom vårt resultat visade sig rent hypotetiskt om sociala medier inte hade funnits så hade fler varit mindre svartsjuka för man har inget att vara svartsjuk över digitalt.

Det hade även varit intressant att se hur samkönade relationer upplever digital närhet och transparens, då normativt män och kvinnor reagerar olika på känslor, vilket kan ge ett annat resultat, förvåras det eller har man en större förståelse mot varandra? Hur kan detta påverka kulturella och samhällliga normer eller hur svartsjuka och kontroll kan legitimeras i ett digitalt samhälle? Då kanske det behövs en mer kvantitativ studie. Förslag på nya forskningsfrågor kan vara:

Hur skiljer sig individers tolkningar av samhällliga normer hur svartsjuka och kontroll kan förstås och legitimeras i ett digitalt sammanhang?

Hur samspelar sociala mediers design och affordanser med könsnormer i förhållande till transparens och svartsjuka med normaliserade kontrollerande praktiker i en romantisk relation?

Referenser

Abbasi, I. S. (2019). Social media and committed relationships: What factors make our romantic relationship vulnerable? *Social Science Computer Review*, 37(3), 425–434.

<https://doi.org/10.1177/0894439318770609>

Baym, N. K. (2015). *Personal connections in the digital age* (2nd ed.). Polity Press.

Coundouris, S. P., Tyson, C. L., & Henry, J. D. (2021). Social networking site use and relationship quality: A double-edged sword. *Computers in Human Behavior*, 123, 106871.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106871>

Elphinston, R. A., & Noller, P. (2011). Time to face it! Facebook intrusion and the implications for romantic jealousy and relationship satisfaction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(11), 631–635.

<https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0318>

Emond, M., Vaillancourt-Morel, M.-P., Métellus, S., Brassard, A., & Daspe, M.-È. (2023). Social media jealousy and intimate partner violence in young adults' romantic relationships: A longitudinal study. *Telematics and Informatics*, 79, 101956.

<https://doi.org/10.1016/j.tele.2023.101956>

Hughes, S., Champion, A., Brown, K., & Pedersen, C. L. (2021). Couplegoals: Self-esteem, relationship outcomes, and the visibility of romantic relationships on social media. *Sexuality & Culture*, 25(3), 1041–1057.

<https://doi.org/10.1007/s12119-020-09808-3>

Imperato, C., Everri, M., & Mancini, T. (2023). Does Facebook “threaten” romantic relationships? Online surveillance and couple visibility behaviours in romantic jealousy and couple relationship quality in a sample of Italian women. *Journal of Family Studies*, 29(2), 792–806.

<https://doi.org/10.1080/13229400.2021.1987295>

Kelly, L., & Miller-Ott, A. E. (2022). “I just like to share my life with my partner”: Mobile phone integration in romantic partners’ face-to-face interactions. *Communication Research Reports*, 39(4), 192–202.

<https://doi.org/10.1080/08824096.2022.2099823>

Nayar, B., & Koul, S. (2021). From likes to love: Trust catalysing the digital romantic journey. *Global Knowledge, Memory and Communication*, 70(1/2), 173–186.

<https://doi.org/10.1108/GKMC-01-2020-0002>

Ramirez, F., & Bolaños-Carpio, A. (2025). The dialectic link between trust and privacy: Black and Latinx women’s perspectives on digital sharing practices in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 42(2), 547–567.

<https://doi.org/10.1177/02654075241302846>

Rus, H. M., & Tiemensma, J. (2017). “It’s complicated.” A systematic review of associations between social network site use and romantic relationships. *Computers in Human Behavior*, 75, 684–703.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.004>

Stöven, L. M., & Herzberg, P. Y. (2021). Relationship 2.0: A systematic review of associations between the use of social network sites and attachment style. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(3), 1103–1128.

<https://doi.org/10.1177/0265407520982671>

Taylor, S. H., Zhao, P., & Bazarova, N. N. (2022). Social media and close relationships: A puzzle of connection and disconnection. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101292.

<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.12.004>

Tokunaga, R. S. (2011). Social networking site or social surveillance site? Understanding the use of interpersonal electronic surveillance in romantic relationships. *Computers in Human Behavior*, 27(2), 705–713.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.08.014>

Vaterlaus, J. M., Barnett, K., Roche, C., & Young, J. A. (2016). “Snapchat is more personal”: An exploratory study on Snapchat behaviors and young adult interpersonal relationships.

Computers in Human Behavior, 62, 594–601.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.029>

Walther, J. B. (1992). Interpersonal effects in computer-mediated interaction: A relational perspective. *Communication Research*, 19(1), 52–90.

<https://doi.org/10.1177/009365092019001003>

Walther, J. B., Baxter, L. A., & Braithwaite, D. O. (2008). Social information processing theory: Impressions and relationship development online. I *Engaging theories in interpersonal communication: Multiple perspectives* (s. 391–404). SAGE Publications.

<https://doi.org/10.4135/9781483329529.n29>

Bilaga 1

Intervjuguide:

Bakgrund

- Kan du berätta lite om dig själv och din nuvarande relation?
- Hur ofta använder du och din partner sociala medier i vardagen?
- Vilken plattform använder ni mest i er relation?
- I vilken utsträckning använder du eller uppmärksammar du appfunktioner som spårar samt visar platsaktivitet för din partner?
- Uppmärksammar du om din partner likar eller interagerar med andra personer?

Närhet

- Upplever du mer närhet till din partner för att du har en mer aktiv kommunikation med din partner över sociala medier?
- Upplever du att sociala medier gjort så att du och din partner har kommit närmare varandra?

Tillit

- Känner du tillit till din partner?
- Litar du på att din partner befinner sig där hen säger att hen är?
- Upplever du att användningen av sociala medier påverkar tilliten mellan dig och din partner?
- Finns det några situationer i din relation där du känt osäkerhet kopplat till sociala medier?
- I vilken situation har du eventuellt känt osäkerhet i er relation kopplat till sociala medier?
(om svar ja)

Ärlighet, transparens

- Känner du att du kan vara transparent med din partner med dina sociala medier, t.ex. alltså att du kan gilla vad du vill eller följa vem du vill?
- Skulle det kännas jobbigt eller kränkande för dig om din partner såg det mesta du gör på sociala medier?

- Gör hen det?

kontroll

- Har du någonsin "hållit koll" på din partner via sociala medier?
- Finns det vissa situationer där du känner att du behöver hålla extra koll på din partner?
- Har ditt kontrollbehov blivit större eller mindre sen sociala mediers funktioner kom in i bilden?
- Känner du ett behov att ha koll på din partners sociala medier/ platstjänster?
- Isåfall hur ofta kollar du vart din partner befinner sig/ vad hen gillar m.m?
- Brukar du kolla igenom din partners följare, gillningar och kommentarer?
- Hur känner du när din partner får kommentarer från motsatt kön?
- Känner du att din partner kontrollerar dig via sociala medier eller ser du det som omtanke?
- Känner du press att du alltid måste vara online och tillgänglig i ditt förhållande?
- Har du någonsin använt din partners telefon för att kolla igenom hans sociala medier?

Svartsjuka

- Upplever du att du blir mer eller mindre svartsjuk när du använder sociala mediers funktioner (karta, senast aktiv, gillningar osv.)
 - Uppfattar du din partner som mer eller mindre svartsjuk....?
 - Finns det något positivt med sociala mediers funktioner som "botar" svartsjuka?
 - Upplever du att din svartsjuka förändrats i takt med att sociala mediers funktioner har uppkommit?
 - Tror du att du hade varit mer eller mindre svartsjuk om inte sociala medier fanns alls?
-
- Finns det något du skulle vilja lägga till, förtydliga eller berätta mer om?