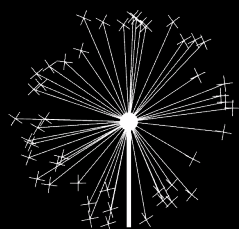


DIGITALE FÆLLESSKABERS SÆRLIGE VÆRDI

En kortlægning af 48.000 digitale gruppefællesskaber som betyder lidt for de mange og meget for de få.



OS & DATA

TrygFonden

Kolofon

UDARBEJDET AF

Os & Data F.M.B.A.
Thoravej 29
2400 København NV
CVR: 45 32 78 09

www.osogdata.dk

HOLDET BAG

Tali Mørch, Line Pommerencke-Vilmand,
Mira Rosen Sørensen, Asger Neesgaard
Sand og Mikkeline Thomsen

KONTAKTPERSON

Tali Mørch
+45 25 39 61 50
tali@osogsata.dk

I SAMARBEDE MED TRYGFONDEN

Natasha Al-Hariri, Anders Hede og Christian
Nørr

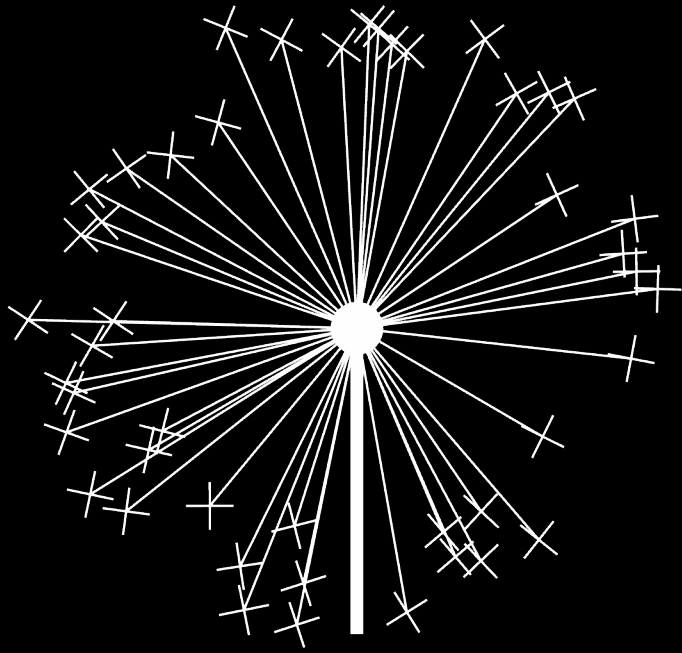
DISCLAIMER

Denne rapport er **ikke** udarbejdet i samarbejde med eller med støtte fra Meta, herunder Facebook.

Vi har gennem tidligere analyser af datadeling, hadtale og desinformation på sociale medier bidraget kritisk til debatten om tech-giganternes magt og demokratiske indflydelse. Vi observerer den lange række af udfordringer og sårbarheder, det giver, at Danmarks enorme digitale civilsamfund er ejet og administreret af en amerikansk mastodont.

Disse kritikker skal dog ikke stå i vejen for at hylde den virkelyst, det medborgerskab og den omsorg, som den summende aktivitet i Facebookgrupperne er et udtryk for.

I slutningen af denne rapport vender vi tilbage til spørgsmålet om, hvorvidt Facebook skal danne fundamentet for Danmarks digitale civilsamfund.



OS & DATA

ALT DET DER SAMLER OS PÅ NETTET

I kooperativet Os & Data er vi eksperter i de bedste og værste digitale fællesskaber, som vi undersøger og understøtter med en metodisk værktøjskasse bestående af big dataanalyse, hjemmebygget AI, survey, netnografi, softwareudvikling, m.fl.

Vi er et hold af data scientists, sociologer og retorikere, der har sat os for at styrke det digitale demokrati og skabe det bedste udgangspunkt for vores digitale liv. Det gør vi gennem dokumentation, data og dialog.

Vi er en NGO, der er organiseret som en demokratisk erhvervsdrivende forening (F.M.B.A.) med et almennyttigt formål.

INDHOLD

- 1 Introduktion
- 2 Metode og baggrund
- 3 Særlig værdi – for hvem?
- 4 Rapportens hovedkonklusioner
- 5 Afslutning
- 6 Bilag: Litteratur
- 7 Bilag: Om intersektionalitet
- 8 Bilag: Metode og data



Introduktion

Om undersøgelsen

Rapporten, du sidder med her, er den tredje undersøgelse i serien om Danmarks enorme og oversete digitale civilsamfund.

I starten af 2022 udkom TrygFonden og Analyse & Tal med den første kortlægning af tusindvis af borgerdrevne Facebookgrupper, som blev døbt **DANMARKS DIGITALE MEDBORGERHUSE**. Kortlægningen dokumenterede, hvordan de digitale medborgerhuse rummer alt fra videndeling, politisk debat og ekspertrådgivning til hobbyentusiasme, hverdagsdramaer, byudvikling, nye venskaber og hjælp.

To år senere i 2024 lancerede TrygFonden og Analyse & Tal den anden rapport. Denne handlede om de digitale fællesskabers administratorer, og blev kaldt **DANMARKS DIGITALE FRIVILLIGE**. Rapporten kortlagde det frivillige arbejde, som administratorer og ordstyrere yder i grupper på Facebook og præsenterede, hvordan titusindvis af frivillige årligt bruger utallige årsværk i frivilligtimer på at drive de danske Facebookgrupper.

I kortlægningen begyndte vi at kunne se konturerne af den særlige værdi, som digitale fællesskaber har for mennesker på kanten af samfundets fællesskaber. Det være sig økonomisk trængende, strukturelt ekskluderede, ensomme og folk, der af personlige grunde har svært ved fysisk deltagelse. Og det er denne særlige værdi, som vi stiller skarpt på i nærværende rapport. Derfor hedder rapporten, du sidder med her, **DIGITALE FÆLLESSKABERS SÆRLIGE VÆRDI**.

Det er TrygFonden og Os & Data, der står bag undersøgelsen, og denne gang har vi kortlagt langt flere digitale fællesskaber end hidtil. Godt og vel 48.000 Facebookgrupper udgør datagrundlaget for denne rapport. Dette enorme digitale datamateriale suppleres af et repræsentativt survey, som vi har udsendt til over 7.000 voksne danskere om brugen og værdien af Facebookgrupperne. Dertil kommer otte case-interviews med gruppeadministratorer, netnografi foretaget over de sidste otte år i diverse Facebookgrupper, samt et dyk i forsknings- og faglitteraturen om social eksklusion, inklusion, fællesskab og frivillighed.

I arbejdet med at destillere hvem det er, der særligt får og skaber værdi gennem de digitale fællesskaber, er vi gået induktivt til værks. På baggrund af den allerede eksisterende viden samt vores repræsentative survey har vi nemlig kunne udlede, at det faktisk er de mennesker, der ofte er underrepræsenterede i de fysiske fællesskaber, der i høj grad er med i de digitale fællesskaber. Og de er ikke bare med; de er ofte de største bidragsydere.

Vi identificerer i denne kortlægning fire overordnede kategorier af borgere, som får særlig gavn og glæde af de digitale fællesskaber: de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne.

Alle har de det til fælles at de vedrører mennesker som i mere eller mindre grad er berørt af sårbare eller særlige livssituationer. Har du svært ved at få og holde på et arbejde? Er du den eneste lesbiske på Læsø? Er du træt af din tinnitus, og søger råd fra nogen, der forstår? Måske er du lige flyttet til Vejle og mangler en ven? Eller er du skeptisk over for, om Sundhedsstyrelsens anbefalinger nu også er til at stole på? Ja, så kan du med garanti finde samhørighed, støtte og forståelse i en Facebookgruppe.

Sårbare og særlige livssituationer er noget vi alle kan havne i. Både frivilligt og ufrivilligt. Nogle gange varer det kun for en stund; andre gange hele livet. Nogle gange kan det være voldsomt og tungt; andre gange overkommeligt og til at bære. Men en ting er sikkert: vi har alle brug for fællesskab.

På de næste mange sider vil du møde de forskellige digitale frivillige, der alle står i særlige livssituationer. Du vil få et smugkig i gruppeopslag og se, hvordan medlemmer mødes om stort og småt; og du vil få indsigter i, hvordan de digitale gruppefællesskaber har en særlig værdi for dem, der har særligt brug for dem.

GOD LÆSELYST

Hovedkonklusioner

A

De borgere, der mangler alle steder, er lige hér

De borgere, som normalt er underrepræsenterede i de øvrige (fysiske) dele af civilsamfundet, er overrepræsenterede i de digitale fællesskaber. Mens mange fysiske fællesskaber mangler denne diversitet, som de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne indbefatter, giver de digitale fællesskaber plads til mangfoldighed.

B

De borgere, der ikke kan møde op i klubben, har fået et klubhus

Hele 11 pct. af danskerne, svarende til 623.000 borgere, foretrækker digital frem for fysisk deltagelse. Fysisk fremmøde kan være svært af personlige, praktiske eller økonomiske grunde. For nogle er det på grund funktionsvariationer, for nogle er det på grund af skæve arbejdstider og for andre er det på grund af geografisk placering, der gør, at det traditionelle civilsamfund er utilgængeligt.

C

De digitale fællesskaber er en håndsrækning i livets sværeste faser

Når du skal skilles, navigere i sundhedssystemet eller har behov for hjælp til at flytte på krisecenter træder digitale frivillige og medborgere til. Og det er særligt de fire grupper - de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne - der søger råd og vejledning om livets svære situationer i de digitale fællesskaber.

D

I digitale fællesskaber kan du trygt undersøge din(e) identitet(er)

Det kan til tider være nødvendigt at dyppe tåen i forskellige identitetsmarkører, før man tager det helt store spring og fortæller verden, hvem man er. De digitale fællesskaber skaber rum for at udforske, hvem man er, før man forpligter sig.

E

I de digitale fællesskaber er der hjælp at hente for alle

Næsten 1.9 millioner danskere har tilbudt hjælp, råd og vejledning eller på anden måde givet støtte til andre i en Facebookgruppe. Men at bakse med tunge problemer er ikke ensbetydende med mangel på overskud til hverandre. I de digitale fællesskaber er det særligt de fire grupper - de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne - som både er de største modtagere og hjælpere.

F

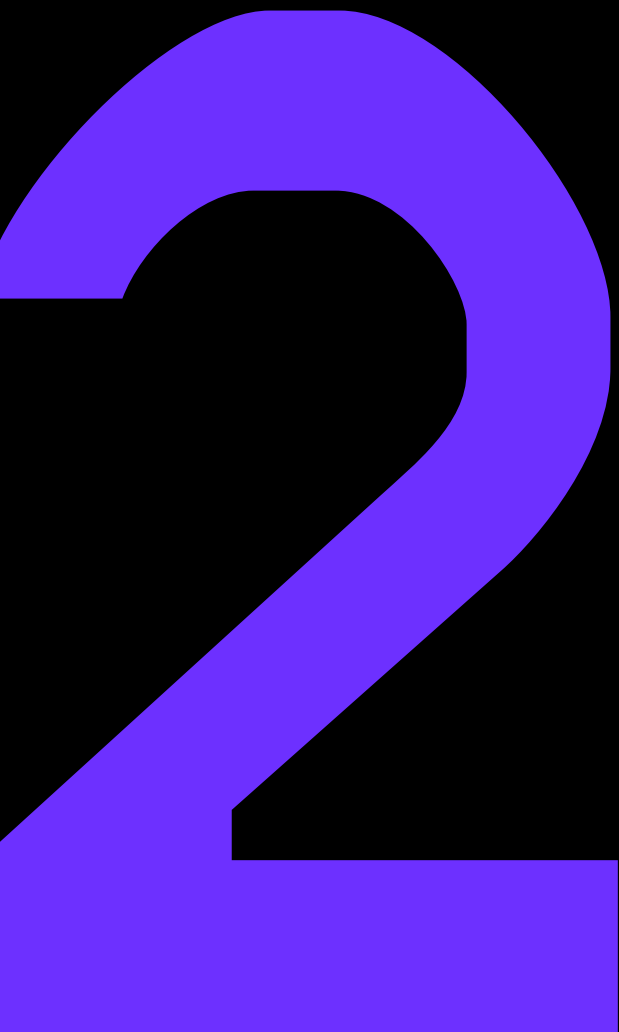
Digitale fællesskaber er ikke en yngleplads for konspirationsteorier

De digitale fællesskaber får ofte skudt i skoene, at de bliver et smeltedigel for anti-etablissemmentsbevægelser og konspirationsteorier. Men Facebookgrupperne er ikke en yngleplads for konspirationsteorier. Faktisk udgør anti-etablissemmentsbevægelser under 1 pct. af det samlede gruppelandskab.

G

De borgere, som savner et fællesskab, skaber dem selv; til gavn for alle andre

Vi finder hele 97.000 administratorer og ordstyrere af danske Facebookgrupper. Det er dem, som vi kalder for digitale frivillige. Samtidig finder vi, at de fire grupper - de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne - er dedikerede kernefrivillige i det digitale civilsamfund. Der er nemlig mere end dobbelt så mange af dem, som er digitale frivillige, i forhold til den øvrige befolkning.



Metode og baggrund

Metoder og datakilder

1

Repræsentativt survey

Vi har udsendt et spørgeskema til et repræsentativt udsnit af 7.145 voksne borgere i Danmark om brugen og værdien af Facebookgrupperne.

2

Offentlige data indsamlet fra Facebook

Vi har kortlagt 47.729 danske Facebookgrupper med mere end 100 medlemmer og indsamlet deres gruppenavne, gruppebeskrivelser, regler, medlemstal mv.

3

Caseinterviews

Vi har lavet interviews med otte administratorer og ordstyrere af Facebookgrupper, som vi har lavet til cases med fokus på deres erfaringer, praksis og Facebookgruppernes særlige værdi.

4

Netnografi

Siden 2017 har vi løbende meldt os ind og observeret debatten i en række offentlige og private Facebookgrupper baseret på en spredning i størrelse, emne og formål og regelsætning.

5

Orientering i litteraturen

Gennemgående desk research af den eksisterende litteratur om social inklusion, eksklusion, frivillighed og (digitale) fællesskaber.

I kapitel 8 kan du læse mere om vores metodeindsamling og databehandling.

Hvad er det digitale civilsamfund?

Digitale fællesskaber på Facebook består af borgere med en Facebookprofil, der melder sig ind i en Facebookgruppe. Her debatterer de alt fra børnepasning, strikkeopskrifter og hundeopdræt til sundhed, sorger og lokal byudvikling. Disse gruppefællesskaber er kernen i det digitale civilsamfund. Men hvorfor er det interessant at undersøge det danske civilsamfund på Facebook?

Først og fremmest er Facebook stadig den sociale medieplatform, som flest danskere anvender (DR, 2024). På Facebook får vi altså indblik i flest danskers digitale liv.

For det andet er Facebooks gruppeformat noget helt særligt. Omtrent 72 pct. af danskerne er medlemmer af en Facebookgruppe, hvilket svarer til godt og vel 3.5 millioner danskere*. Disse 48.000 gruppefællesskaber fungerer altså som digitale medborgerhuse for alle, der ønsker at komme hinanden ved og have et forum, der kan rumme både hygge, debat, oplysning, hjælp, politiske kampe, fest og sladder. Faktisk er der dagligt 450.000 opslag og kommentarer i de digitale medborgerhuse; det er ni gange så meget aktivitet, som der er på alle politikernes og mediernes sider til sammen. De 100.000 gruppeadministratorer, som vi kalder digitale frivillige, bruger hver uge adskillige timer på at vedligeholde deres digitale medborgerhuse på alle tider af døgnet. De holder de værste internetrolde på afstand, konflikthåndterer mellem medlemmer, driver debatten fremad, luger ud i hadtale og misinformation, deler ud af deres viden, og tager sig af henvendelser fra medier, politikere, myndigheder og forskere.

Trods den store tilslutning til den digitale medborgerhusbevægelse fra den danske befolkning og et enormt frivilligt engagement blandt administratorer og ordstyrere er borgernes digitale civilsamfund gået lidt under radaren i debatten om sociale medier, frivillighed og demokratisk deltagelse. Dog tyder alt på, at danskerne er enormt kompetente og motiverede for at drive og deltage i de gode digitale fællesskaber.

72%

af danskerne er medlemmer af en Facebookgruppe

48.000

digitale medborgerhuse er kortlagt alene på Facebook.

450.000

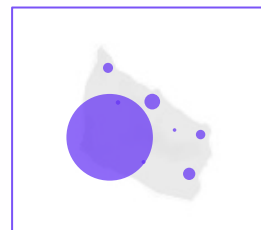
opslag og kommentarer skrives dagligt i de digitale medborgerhuse.

100.000

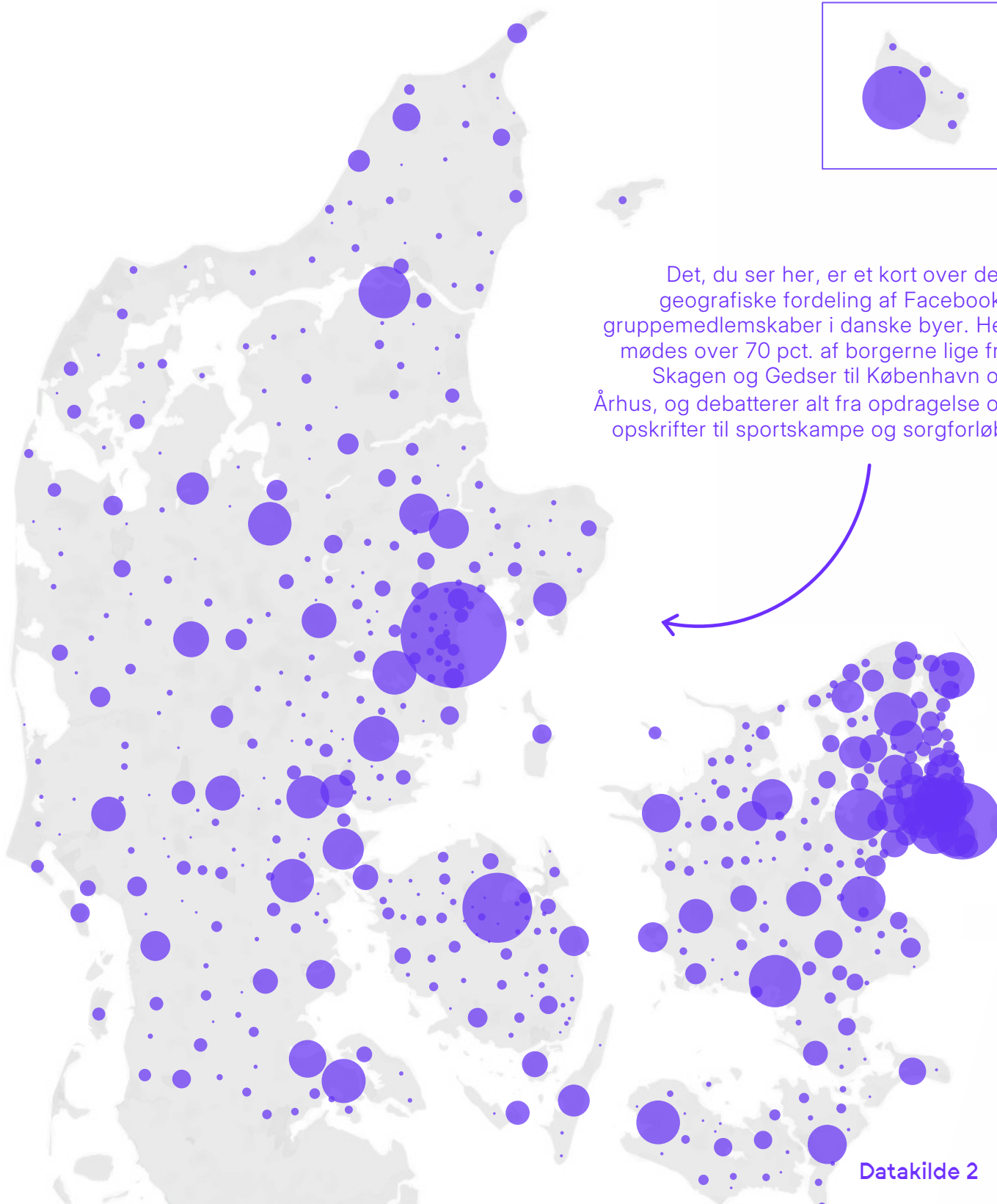
digitale frivillige driver de 48.000 digitale medborgerhuse.

* Antallet af Facebookgruppemedlemmer er udregnet på baggrund af vores repræsentative survey. Du kan læse mere om rapportens data og metoder i kapitel 8.

Det digitale civilsamfund dækker hele landet



Det, du ser her, er et kort over den geografiske fordeling af Facebook-gruppedlemskaber i danske byer. Her mødes over 70 pct. af borgerne lige fra Skagen og Gedser til København og Århus, og debatterer alt fra opdragelse og opskrifter til sportsskampe og sorgforløb.



Det ved vi

Opsummering af vores tidligere rapporter

DANMARKS DIGITALE MEDBORGERHUSE (2022)



I vores første rapport om Danmarks digitale fællesskaber kortlagde vi borgerdrevne Facebookgrupper; eller som vi kalder dem: **digitale medborgerhuse**. Med millioner af medlemskaber fordelt i grupperne dokumenterede vi det enorme og hidtil oversete digitale civilsamfund. Grupperne fungerer som medlemsstyrede fællesskaber, hvor almindelige borgere sætter dagsordenen, deler viden, yder hjælp og diskuterer alt fra privatliv til politik. Rapporten viste, at digitale medborgerhuse styrker lokalt demokrati, social sammenhængskraft og politisk mobilisering.

DANMARKS DIGITALE FRIVILLIGE (2024)

I vores anden rapport om Danmarks digitale fællesskaber kortlagde vi de frivillige administratorer og ordstyrere, som vi kalder **digitale frivillige**, der driver Facebookgrupperne. Rapporten viste, hvordan de digitale frivillige udfører omfattende og tidskrævende arbejde med moderation, konfliktløsning og videndeling og bidrager markant til den digitale trivsel og debat kvalitet. Rapporten præsenterede desuden, at de digitale medborgerhuse har bred tilslutning fra befolkningen på tværs af køn, alder, uddannelse og beskæftigelse, men at de lader til at have særlig værdi for samfundets mest udsatte.



Myteafleveren

Gængse misforståelse om de digitale gruppefællesskaber og hvad der faktisk er sandt

MYTE I

"Folk bruger bare Facebookgrupperne til at skændes"

Debatten i de digitale gruppefællesskaber har mindre end halvt så mange sproglige angreb som debatten i kommentarsporene på mediernes sider; og kun en fjerdedel angreb i forhold til politikernes sider. Det er sandt, at bølgerne godt kan gå højt i grupperne, men i gennemsnit er debatten i grupperne langt mere sober og kontrolleret, end den er andetsteds i den digitale sfære.

MYTE II

"De unge bruger ikke Facebook længere"

På trods af at andre sociale medier, såsom TikTok og Snapchat, har vundet indpas de seneste år, så er Facebook stadig et medie, hvor både de unge og de ældre er. Faktisk bruger 67 pct. af unge i alderen 15-24 år Facebook mindst én gang om ugen (DR, 2024). Selvom andelen af unge på Facebook er mindre end de øvrige aldersgrupper, er det ikke korrekt, at de unge ikke er på Facebook længere.

MYTE III

"Der er ikke nogen der bruger Facebookgrupper længere"

Vi finder, at godt og vel 3.5 millioner danskere er medlemmer af en aktiv Facebookgruppe med mere end 100 medlemmer. Det betyder, at 72 pct. af befolkningen er en del af gruppefællesskaberne på Facebook. Det er altså ikke sandt, at ingen bruger grupperne mere.

MYTE IV

"Facebookgrupperne er ren anarki, hvor man kan sige, hvad man vil"

I grupperne får flere borgere direkte erfaring med at balancere mellem ytringsfrihed og ytringstryk. Når borgere modererer borgere, er samtalen ofte mere ligestillet, end når medier og politikere sætter rammerne for den offentlige samtale. Formålet i Facebookgrupperne er at skabe et rum til fordel for brugerne og ikke nødvendigvis politiske stemmer eller salg af aviser.

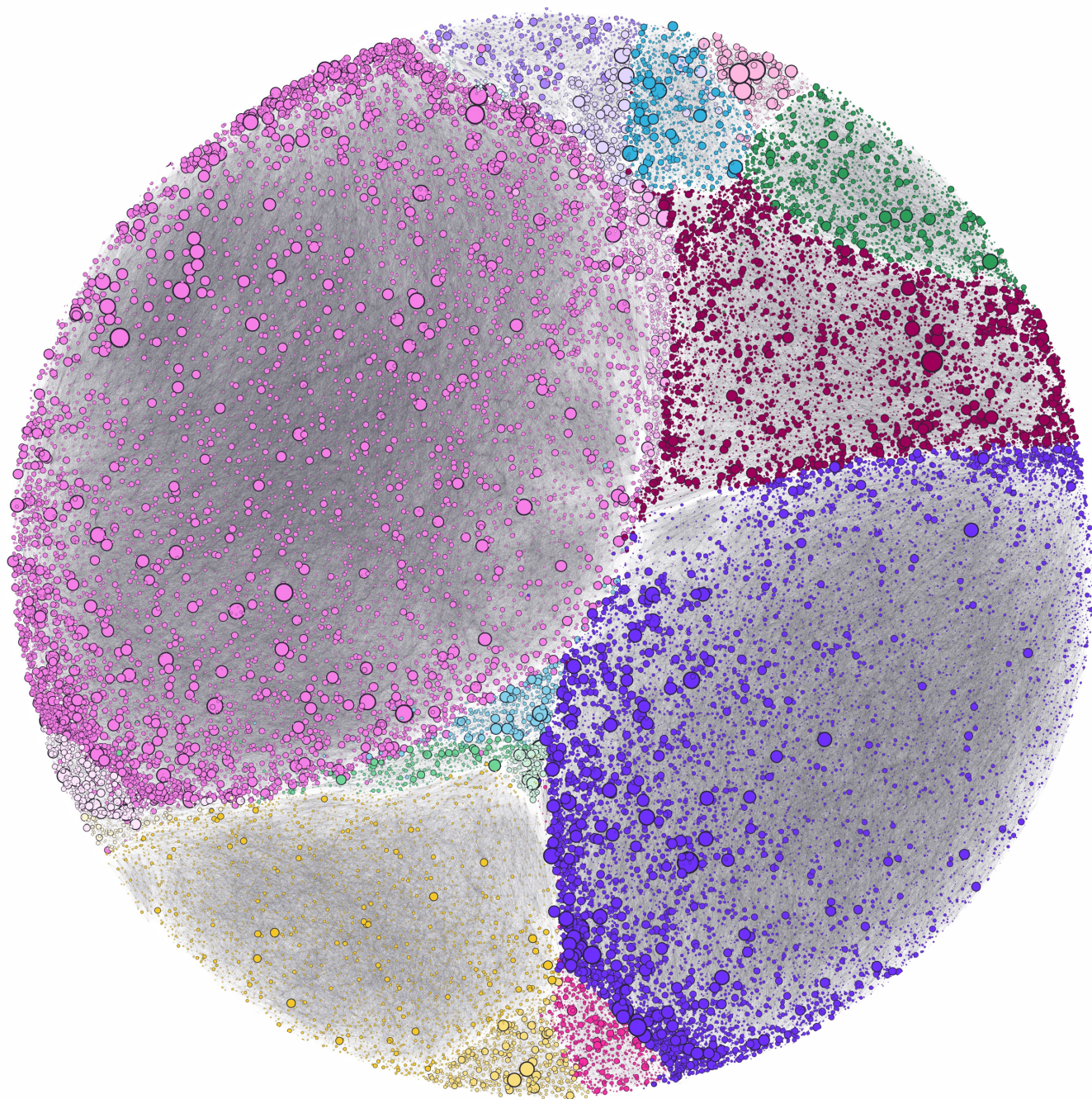
MYTE V

"Facebook-grupperne er de rene ekkokamre"

Måske er man fra hver sin ende af landet, eller måske har man ikke samme etniske baggrund, alder eller indkomstniveau; men vi mødes stadig om, at vi passer børnene hjemme, bor i Næstved eller lider af en sjælden stofskiftesygdom. Gennem grupperne møder vi altså mennesker med andre demografiske baggrunde, som vi måske aldrig ville have talt med i den fysiske virkelighed.

Fællesskabernes forbindelser

Visualisering af det danske landskab af digitale fællesskaber på Facebook



Hver prik udgør en gruppe på Facebook.
Prikkens størrelse illustrerer gruppens medlemstal.
Prikkens farve repræsenterer gruppens kategori.
Forbindelserne mellem grupperne og deres nærhed til hinanden
illustrerer overlap i gruppernes navne og gruppebeskrivelse.



Særlig værdi
- for hvem?

Fire grupper får særlig værdi af de digitale fællesskaber

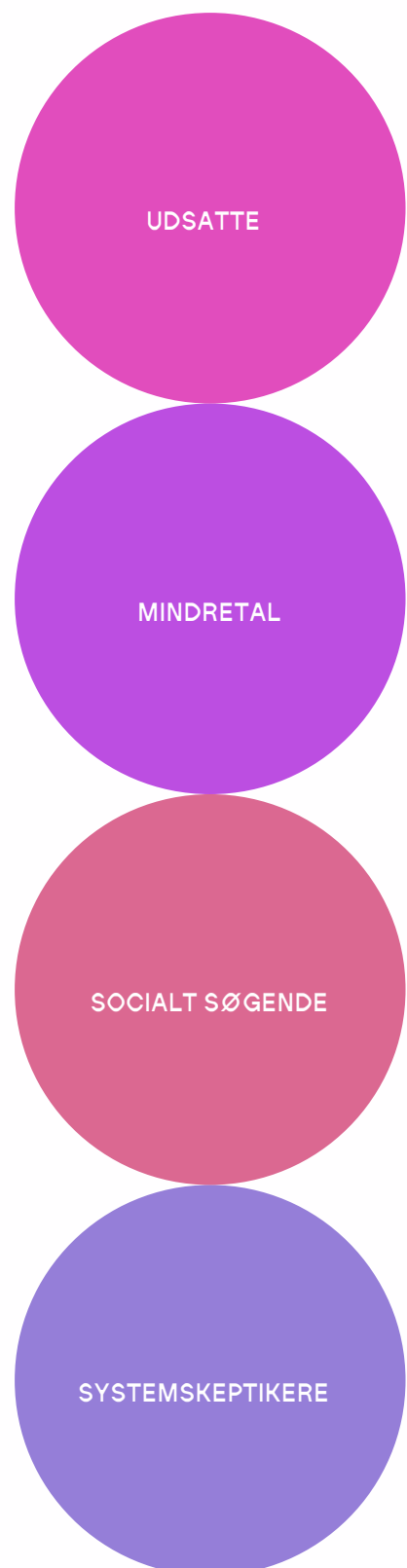
I arbejdet med vores tidligere rapport om Danmarks Digitale Frivillige (2024) begyndte vi at se konturerne af, at de digitale gruppefællesskaber betyder lidt for de mange men meget for de få. Men hvem er disse "få"? Og hvad er det for en betydning, som grupperne har for dem? Det er disse spørgsmål, som vi søger at besvare i denne rapport.

Med afsæt i vores desk research og vores tidligere kortlægninger har vi kunne udlede, at fire overordnede kategorier af borgere får særlig gavn og glæde af de digitale fællesskaber. Det drejer sig om de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne. Disse fire grupper har det til fælles, at de omfatter mennesker, som på en eller anden måde er berørt af sårbare livsomstændigheder eller befinder sig særlige eller komplekse livssituationer.

Identifikationen, af at **UDSATTE** danskere særligt får værdi af de digitale fællesskaber, blev startskuddet til denne undersøgelse. Undervejs fandt vi dog hurtigt ud af, at der er andre grupper i Danmark, der især også får værdi af de digitale medborgerhuse, men som ikke uden videre kan siges at være udsatte. Disse grupper kalder vi henholdsvis de **SOCIALT SØGENDE**, **MINDRETALLET** og **SYSTEMSKEPTIKERNE**.

Tilføjelserne udgår også fra vores tidligere undersøgelser af det digitale civilsamfund, hvor vi fandt, at digitale fællesskaber ikke alene tiltrækker udsatte borgere, men også mennesker i mere flydende, relationelle og tillidsbaserede former for fællesskabsbehov. Disse differentieringer gør det muligt at forstå både de borgere, der er ekskluderede fra væsentligste samfundsarenaer, og dem hvis fællesskabsbehov i højere grad udspringer af identitets- eller relationsforhold, såsom at være en kønsminoritet, at mangle venner eller at have mistillid til samfundets etablerede systemer.

På de næste sider vil vi udfolde, hvad og hvem de fire kategorier hver især drejer sig om.



Udsatte

Dem med tunge samfundsproblemer

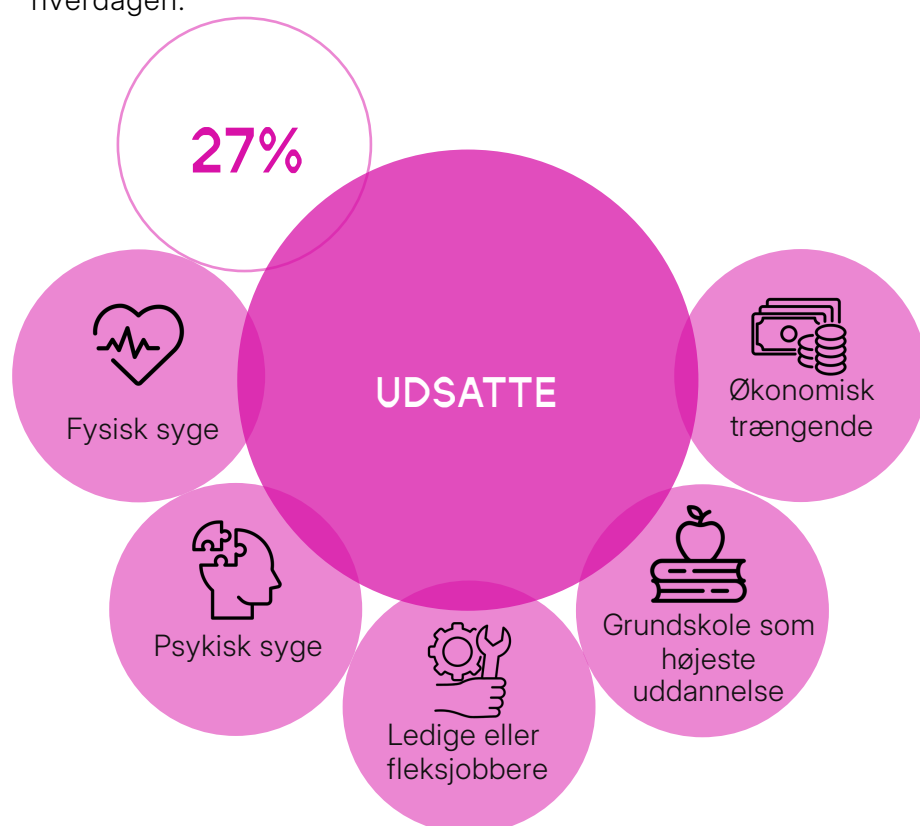
Udsatte defineres i vores undersøgelse som mennesker, der enten socialt, økonomisk eller helbredsmæssigt ikke har de samme midler eller muligheder som andre i Danmark (Jensen, 2016). En person er i en udsat position, hvis de står uden for samfundet på grund af mekanismer og processer, som de ikke selv har kontrol over, hvorfor der altså er tale om en ophobning af dårlige levekår og manglende mulighed for at deltage i centrale dele af samfundet (Larsen, 2009). Vi finder, at 27 pct. af befolkningen kan kategoriseres som udsatte.

I vores undersøgelse har vi spurgt brugerne af de digitale fællesskaber om deres jobsituation, uddannelsesniveau, fysisk og psykisk helbred samt økonomiske situation. I undersøgelsen kategoriseres man som udsat, hvis man er ledig, kun har grundskolen som højest fuldførte uddannelse, er helbredsmæssigt udfordret eller har begrænsede økonomiske ressourcer i hverdagen.

Denne kategori er især udsprunget af VIVEs forståelse af eksklusions- og risikogruppen i Danmark (VIVE 2017; 2022; 2025a).

Andelen af udsatte borgere i vores undersøgelse svarer omtrent til andelen af både eksklusions- og risikogruppen i VIVEs Fællesskabsmålinger.

Det er vigtigt at bemærke, at vi i denne undersøgelse ikke i udtømmende grad vil adressere alle borgeres erfaringer med at være udsat. De, der har det allersværest i vores samfund, og som befinder sig i langvarige tilstande af udsathed med adskillige komplekse problemer, er meget underrepræsenterede i de paneler, som vi sender spørgeskemaer ud til. Dette videnshul bør læseren have in mente, når rapportens indsigter anvendes og diskuteres.



29%

af danskerne er udsatte eller i risiko for at blive det ifølge VIVE (2022a)

HVAD VIL DET SIGE AT VÆRE UDSAT?

... ifølge litteraturen

I litteraturen står definitionen af udsathed ikke mejslet i sten som sådan. Der findes flere, forskellige forklaringer på, hvad udsathed egentlig er for en størrelse, og hvad der forårsager det.

Udsathed som fænomen udspringer af forestillingen om normalitet, forstået som det, der kendetegner flertallet: at have råd til hverdagen, at være rask, at have bolig og så videre. I denne optik bliver udsathed ofte betragtet som en form for afvigelse fra normen. De mennesker, der ikke kan eller vil leve op til normalitetens krav, bliver dermed placeret som fremmede i forhold til det samfund, de er en del af (Bech-Jørgensen, 2000).

Overordnet set peger flere eksperter på, at social udsathed bør forstås som ophobningen af flere, tunge problemer såsom somatiske sygdomme, psykiske sygdomme, rusmiddelafhængighed, arbejdsløshed, manglende netværk, fattigdom, hjemløshed og lignende. Kombinationen af flere former for dårlige levekår er det, der medvirker til, at et individ regnes som udsat. Udsathed opfattes i mindre grad som bestemte målgrupper karakteriseret ved ét problem, og i højere grad som kombinationen af og samspillet mellem flere udfordringer (Rådet for Socialt Udsatte, 2021).

Graden af udsathed kan også forstås som individets handlerum i og magt over eget liv; eller manglen på samme (Statens Institut for Folkesundhed, 2024). En måde at anskue social udsathed på er altså, at det drejer sig om personer eller grupper, som har vanskeligere ved selvforsørgelse.

At befinde sig i en udsat position opfattes desuden oftest som noget processuelt, der udvikler sig over tid, hvor mennesker typisk bevæger sig ind og ud af forskellige grader af udsathed og marginalisering gennem livets faser. Gruppen af udsatte i Danmark er sammensat og rummer mange forskellige livsvilkår. Fælles for dem er dog en vis grad af eksklusion fra samfundets fællesskaber samt en forhøjet risiko for stigmatisering og diskrimination (Statens Institut for Folkesundhed, 2023). Kernen i begrebet om at være socialt ekskluderet er en ufrivillig ikke-deltagelse, som opstår gennem udelukkelsesmekanismer og -processer uden for individets eller gruppens kontrol. Social eksklusion beskriver en situation, hvor mennesker er udelukkede på flere væsentlige levekårsområder, hvilket indebærer en ophobning af dårlige levevilkår og fravær af deltagelse i samfundets centrale fællesskaber (Larsen, 2009).

Dog er det ikke alle fællesskaber, der kan rumme alle. Derfor er der ifølge Det Nationale Partnerskab Mod Ensomhed (2023) behov for flere tilbud til minoriteter og mennesker med særlige behov, hvor det er muligt at spejle sig selv i andre. De peger på behovet for en bedre spredning af spejlingsfællesskaber og målgruppespecifikke aktiviteter, og understreger samtidig potentialerne i digital deltagelse, som kan muliggøre inklusion af mennesker, der ikke føler sig tilpas i de vanlige fællesskabsformer. Dette understreger vigtigheden af at rette blikket mod digitale alternativer til fællesskaber, når der arbejdes med inklusion af udsatte borgere; lige såvel som alle andre.

Mindretal

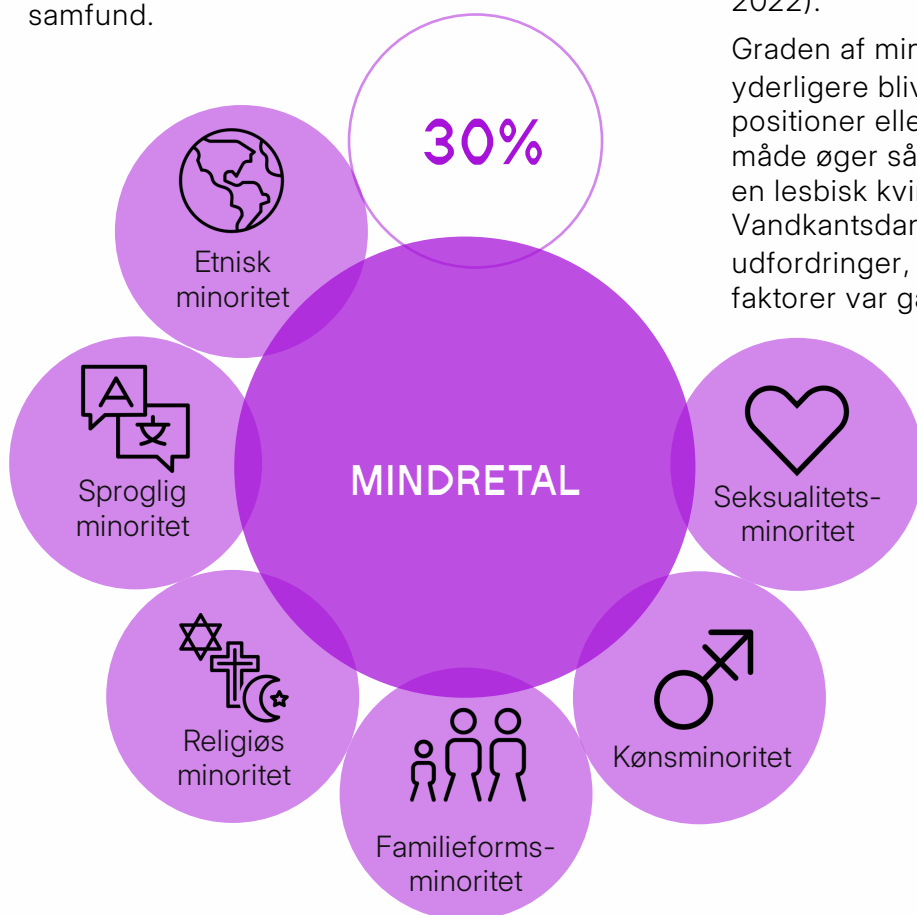
Dem der ikke er som flertallet

Mindretal defineres i vores undersøgelse som mennesker, der enten numerisk, kulturelt eller identitetsmæssigt tilhører en minoritet i Danmark. En person er i en mindretalsposition, hvis de adskiller sig fra flertallet i Danmark på et eller flere minoritetskarakteristika, som vi spørger til i undersøgelsen. Vi finder, at 30 pct. af befolkningen kan kategoriseres som mindretal.

Vi har i denne undersøgelse spurgt til, om man i forhold til ens etniske baggrund, religion sprog (eller dialekt), seksualitet, familieform eller kønsidentitet føler sig ligesom de fleste andre i Danmark, eller om man adskiller sig fra flertallet. At adskille sig fra flertallet kan for eksempel være hvis man er homoseksuel i et heteronormativt samfund eller religiøst praktiserende i et overvejende sekulært samfund.

I vores undersøgelse betegnes det at være en del af mindretallet som at være i en særlig eller sårbar livssituation. Det gør det på grund af den andetgørelse, racialisering eller diskrimination, som minoriserede personer ofte udsættes for i samfundet. Personer i mindretalspositioner lever ofte med minoritetsstress, hvilket er en psykisk og kropslig belastning, der opstår, når man lever i samfund, hvor man systematisk bliver udpeget som anderledes, mindre legitim eller problematisk (Khawaja, 2022). Vi påstår naturligvis ikke, at der er alle personer, der kategoriseres som mindretalspersoner, oplever denne form for sårbarhed. Vi ved dog fra forskningen, at dette er gængse oplevelser, som mange mindretalspersoner lever med (Als Research 2022).

Graden af mindretalssårbarhed kan yderligere blive forstærket, når flere positioner eller vilkår overlapper og på den måde øger sårbarheden. For eksempel kan en lesbisk kvinde i en lille by i Vandkantsdanmark opleve større udfordringer, end hvis kun én af disse faktorer var gældende.



15%

af danskerne identificerer sig
som en minoritet ifølge Djøf
(2023)

HVAD VIL DET SIGE AT VÆRE **MINDRETAL?**

... ifølge litteraturen

For at forstå hvad det vil sige at være et mindretal, kan det være gavnligt først at fastslå, hvad det vil sige at være en majoritet. Flertallet eller majoriteten i et besidder en slags normmonopol i samfundet, som er toneangivende for, hvad der definerer normen i et samfund (Institut for Menneskerettigheder, 2011). Sagt på en anden måde er majoriteten altså det, vi tænker på, når vi tænker på "de fleste" eller "normalen" i Danmark. Det betyder dog ikke, at majoriteten er dem, som kvantitativt er flest, men snarere er dem, som indtager normalitetens position. Majoriteten repræsenterer det usagte, det selvfølgelige, det såkaldt rigtige at være (Canger, 2007). Mindretallet henviser altså til dem i befolkningen, der adskiller sig fra majoritetsbefolkningen; altså, ikke "de fleste", men "de andre".

At være en minoriseret person vil altid stå i relation til majoriteten. For eksempel vil en kvinde, der bærer hovedtørklæde, stå i kontrast til en kvinde som ikke dækker sit hår. Begge kvinder vurderes og behandles af omverdenen ud fra, hvem der er normen og hvem der afviger fra normen. I dette eksempel er det den tørklædebærende kvinde, som vil være andetgjort, alene fordi samfundets dominerende forståelser, af hvad vi anser som det normale, er at kvinder ikke dækker deres hår. Der er uden- eller inden for normen er resultatet af sociale, kulturelle og institutionelle processer. Når vi bevæger os rundt i samfundet har vi hver især forskellige muligheder betingelser for at blive set, hørt, accepteret og respekteret. Hvis man falder uden for samfundets dominerende forståelser af, hvad der er det normale i Danmark, så vil man også fremstå som "noget andet." (Foreningen Lige Adgang, 2023)

Ofte vil minoriserede personer eller grupper positioneres i mindre privilegerede positioner, på grund af deres andetgjorte identitetsmarkører. For eksempel ved vi fra litteraturen at den samlede gruppe af homo- og biseksuelle og transpersoner kendetegnes som en gruppe med generelt lavere uddannelse, lavere beskæftigelse, lavere livstilfredshed, mere ensomhed, dårligere helbred, mere brug af sundhedsydelser relateret til psykisk helbred, færre sociale relationer og mere udsat for vold og diskrimination end majoriteten i befolkningen, altså heteroseksuelle og ciskønnede (VIVE, 2022b).

Idéen om hvad, der er normalt, hænger tæt sammen med hvilke mennesker der udgør majoriteten. Minoriserede personer rammes både af kulturelle og institutionelle barrierer, men må også konstant forholde sig til disse normalitetskrav og følelser af andethed i deres dagligdag og hverdagsrelationer. For eksempel når et lesbisk forældrepar konstant må forsvare og forklare deres familieform, når de spørges ind til hvem faderen til barnet er. Et sådan spørgsmål sætter det lesbiske forældrepar, hvor der tydeligvis ikke er en social far til stede, i en forklaringskrævende position, som heteroseksuelle par, som er majoriteten, ikke skal håndtere.

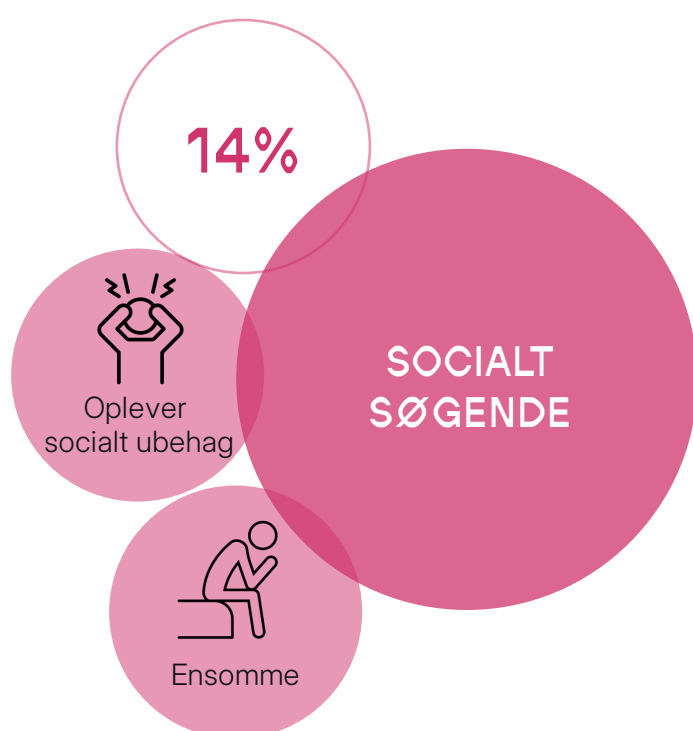
Mange danskere, som er en del af mindretallet, lever et liv med en ufravigelig oplevelse af at være anderledes og at blive grundlæggende forskelsbehandlet på grund af ens identitetsskabende dimensioner, såsom køn, seksualitet, kropslige karakteristika og etnicitet. Og derfor behandles mindretallet som en særlig og sårbart livsposition i vores undersøgelse.

Socialt søgende

Dem der er ufrivilligt alene

Socialt søgende defineres i vores undersøgelse som mennesker, der oplever udfordringer ved socialt samvær, eller som mangler social kontakt i form af familie, kæreste, kollegaer, venner eller andre relationer. Vi finder, at 14 pct. af befolkningen kan kategoriseres som socialt søgende.

En person er i en socialt søgende position, hvis man oplever at være ensom eller har følelser af ubehag i sociale sammenhænge. Det kan for eksempel være, hvis man føler sig alene, også selvom man har mange venner, og er blandt mennesker ofte; hvis man mangler social støtte til specifikke udfordringer; hvis man føler, man er ude af stand til at handle i sociale situationer; eller hvis man har et stærkt savn af et særligt tilhørsforhold eller generel menneskeligt nærvær (Sundhedsstyrelsen, 2022).



At være socialt søgende handler altså ikke kun om fraværet af netværk, men også om fraværet af følelsen af at høre til; og det kan ske for alle mennesker i alle mulige forskellige livssituationer og -stadier.

I denne undersøgelse har vi spurgt til, hvor ofte man føler at man savner nogen at være sammen med, hvor ofte man føler sig udenfor og hvor ofte man føler sig isoleret fra andre. Vi har også spurgt til om man oplever socialt ubehag ved en række sociale aktiviteter som for eksempel at gå til fest, at foretage et opkald til en man ikke kender eller at møde nye mennesker.

I vores undersøgelse betegnes det at være en del af de socialt søgende som at være i en særlig eller sårbar livssituation. Det gør det på grund af de alvorlige konsekvenser som socialt ubehag og ensomhed har for menneskers livskvalitet og helbred (Sundhedsstyrelsen, 2022).

Nogle gange kan ensomhed opstå eller forværres på grund af særlige eller sårbare livssituationer. For eksempel kan man blive enormt ensom, hvis man har stået uden for arbejdsmarkedet i længere tid, og går glip af det daglige fællesskab med kollegaer. Andre gange er det svære livssituationer der er roden til eller årsagen til at man bliver ensom. For eksempel kan man på grund af længerevarende sygdom opleve at have mistet sine venner på grund af ens sygdomsfravær.

Vi påstår naturligvis ikke, at der er alle personer, der kategoriseres som socialt søgende, som oplever at være sårbare på denne måde. Samtidig ved vi også fra forskningen, at omfanget af danskere der søger og mangler socialt samvær er højt, at folk har vidt forskellige forståelse af hvad det vil sige at opleve socialt ubehag og ensomhed samt at ensomhed kan optræde og opstå uanset om man er alene eller sammen med andre (Mary Fonden, 2024).

12%

af danskerne føler sig svært ensomme ifølge Mary Fonden (2024)

HVAD VIL DET SIGE AT VÆRE **SOCIALT SØGENDE?**

... ifølge litteraturen

Det er svært at forklare, hvorfor man bliver ensom eller får svært ved at deltage i sociale sammenhænge. For årsagerne kan være flerfoldige, intersektionelle og dynamiske. Imidlertid ved vi ret entydigt fra litteraturen, at det at være ufrivilligt alene har stor indflydelse på mennesker.

Sociale relationer og deltagelse i fællesskaber spiller en afgørende rolle for ens livskvalitet og helbred. Der ses nemlig en tydelig sammenhæng mellem ensomhed og helbreds-mæssige samt arbejdsmarkeds-mæssige forhold. Mennesker med helbreds-mæssige udfordringer oplever langt oftere ensomhed end mennesker med et godt helbred. Ligeledes er ensomhed mere udbredt blandt personer som har svag eller ingen tilknytning til arbejdsmarkedet end blandt personer, som er i beskæftigelse. Det betyder altså, at ensomhed både kan være en konsekvens af sygdom, arbejdsløshed og sociale tab, men også være en faktor der i sig selv kan forværre helbred og livssituation (VIVE, 2025a). Når sociale relationer opleves som svage, belastende eller ikkeeksisterende, kan det altså både medføre og øge følelsen af ensomhed. Personer med stærke sociale relationer har derfor oftere et bedre helbred, bliver sjældnere syge og bliver hurtigere raske end personer med svage sociale relationer (Sundhedsstyrelsen, 2022).

Omfanget af ensomhed i den danske befolkningen er desværre temmelig højt. 12 pct. angiver personligt at føle sig svært ensomme, mens hele 54 pct. af befolkningen kender mindst én person, der føler sig ensom; og det kan ramme både dig, mig og alle andre (Mary Fonden, 2024).

Det at være ensom eller at mangle nogle særlige relationer er ikke nødvendigvis knyttet til det at være fysisk alene, men kan optræde både i situationer, hvor man er alene, og når man er sammen med andre. For mange af de personer, der selv angiver at føle sig ensomme, er ensomhedsfølelsen ofte til stede uagtet den sociale kontekst (Mary Fonden, 2024).

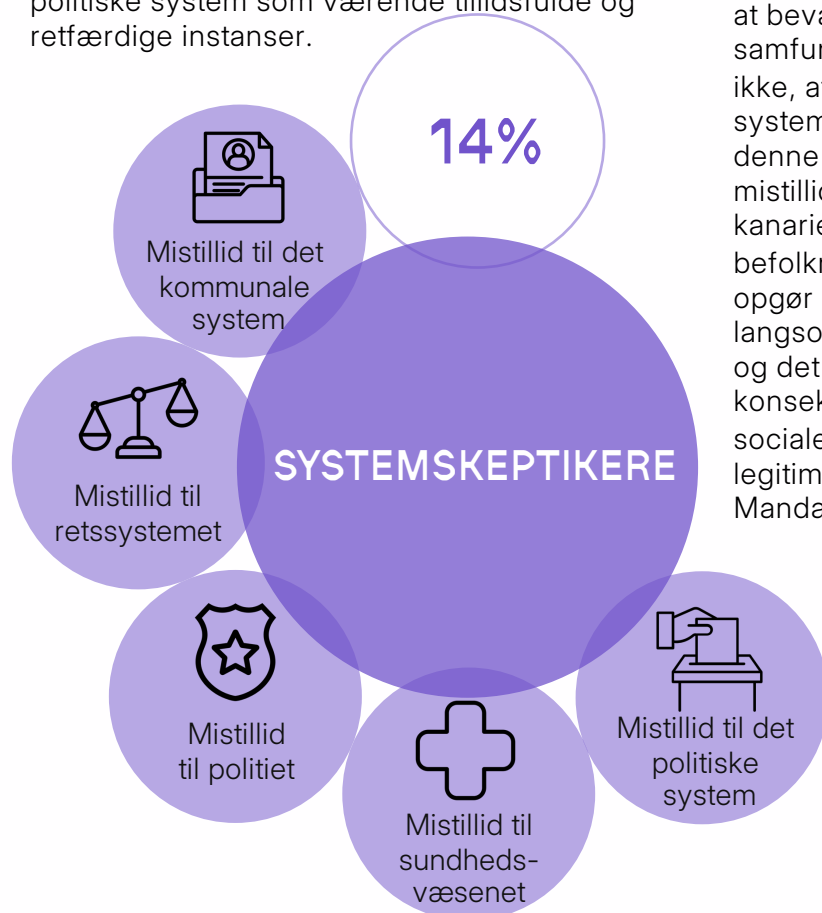
At være ensom er derfor ikke blot det at være alene, men snarere en subjektiv følelse, der opstår, når der er en uoverensstemmelse mellem de relationer, man har, og de relationer, man har behov for (VIVE, 2025a). Man kan altså sagtens have en masse gode venner omkring sig, men hvis man for eksempel er den eneste, som er pårørende til demenssyg mor, så kan det være ensomt ikke at kunne tale og sparre om alt, hvad der hører til at befinde sig i sådan en ventesorposition.

At mangle sociale relationer eller at være er dén form livsomstændighed som isoleret set forringer menneskers livskvalitet allermest set i forhold til andre sårbare livssituationer såsom sygdomme, økonomiske afsavn eller skilsmisser. Oveni det adskiller ensomheden sig fra øvrige sårbare livssituationer og -omstændigheder ved, at det ikke er noget man vænner sig til med tiden (Det Nationale Partnerskab mod Ensomhed, 2023). At være socialt søgende er altså ikke noget, der går væk af sig selv, eller noget man kan lære at leve med. Derfor indgår de mennesker, der søger, savner og mangler sociale relationer i vores undersøgelse som særlige og sårbare livssituationer og -positioner.

Systemskeptikere

Dem der er gået kontra på systemet

Systemskeptikere defineres i vores undersøgelse som mennesker, der er skeptiske over for retfærdigheden og troværdigheden ved det danske, demokratiske system og dets institutioner. At nære mistillid og skepsis over for de demokratiske institutioner kommer ikke ud af det blå, men af en oplevelse af aldrig at blive hørt, taget seriøst eller repræsenteret af samfundets etablerede systemer og holdninger (Analyse & Tal og Tænk tanken Mandag Morgen, 2025). En person, der er i en systemskeptisk position, har en oplevelse af systemsvigt, og derfor har svær mistillid til de holdninger, kendsgerninger og institutioner som udgør systemet. I denne undersøgelse har vi spurgt til, i hvor høj grad man oplever at det kommunale system, retssystemet, ordensmagten, sundhedsvæsenet og det politiske system som værende tillidsfulde og retfærdige instanser.



Vi finder, at 14 pct. af befolkningen kan kategoriseres som systemskeptikere. At være i en systemskeptisk position er ikke blot et spørgsmål om at udtrykke modstand, men manifesterer sig som at man trækker sig fra de etablerede institutioner, handler i samfundets margener eller opbygger alternative forståelser og praksisser, der sætter en uden for de fællesskaber og strukturer, som ellers binder samfundet sammen.

I vores undersøgelse betegnes det at være en del af systemskeptikerne som at være i en særlig eller sårbar livssituation. Det gør vi på grund af den overhængende sociale eksklusion der er forbundet med at nære mistillid til velfærdssystemet, beslutningstagerne og demokratiet. Det enkelte menneskes liv og velvære spiller nemlig en vigtig rolle i forhold til at bevare tilliden og sammenhængskraften i samfundet (VIVE, 2025a). Vi påstår naturligvis ikke, at alle, der kategoriseres som systemskeptikere, oplever at være sårbare på denne måde. Men vi ved også fra forskningen at mistillid til samfunds-institutionerne kan ses som kanariefuglen i kulminen, når det kommer til befolkningens velvære. Resultatet er ikke et opgør med demokratiet som idé, men en langsom svækkelse af båndet mellem borgerne og det politiske system. Det får alvorlige konsekvenser for borgernes deltagelse, for den sociale sammenhængskraft og for demokratiets legitimitet (Analyse & Tal og Tænk tanken Mandag Morgen, 2025).

21%

af danskerne har mistillid til
samfundsinstitutionerne ifølge
Voxmeter (Langen, 2023)

HVAD VIL DET SIGE AT VÆRE **SYSTEMSKEPTIKER?**

... ifølge litteraturen

At være kritisk over for samfundets systemer er ikke antidemokratisk per se; faktisk er en af grundstenene i demokratiet, at borgerne foretager legitim magtkritik. Men når kritik begynder at blive skepsis er sagens tilstand en anden. Systemskepsis implicerer ikke et kritisk blik på samfundet, men snarere en grundlæggende mistillid til autoritative institutioner, for eksempel politikere, myndigheder, domstole, medier eller sundhedseksperter. Det er en opfattelse af, at disse institutioner ikke fejler tilfældigt, men handler koordineret og med skjulte motiver, og at officielle forklaringer systematisk skjuler sandheden (Djøf Forlag, 2024).

Systemskepsis udspringer ikke nødvendigvis af klassisk konspirationstænkning, men opstår ofte på grund af oplevet svigt, manglende gennemsigtighed og tab af tillid under en krise. Og tillid er en afgørende forklaringsfaktor når vi vurderer hvem der er systemskeptikere. For misinformation og alternative forklaringer på verdenstilstanden stortrives især hos mennesker, der har mistet tilliden til myndigheder, medier og eksperter. Derfor kan systemskepsis forstås som et middel til at skabe orden i en kaotisk verden. Hvis man har en oplevelse af, at centrale informationer tilbageholdes eller censureres eller en grundlæggende mistillid til, at systemet handler i befolkningens interesse, kan det at søge viden og danne holdninger uden for etablerede videnskanaler, være en måde at skabe orden og mening i kaosset (Türker, 2021).

Og det kan have både demokratiske, sociale og psykologiske konsekvenser at være skeptisk overfor systemerne og begynde at tænke i konspiratoriske baner. Mistilliden kan blive selvforstærkende, hvor jo mindre tillid, man har til systemet og dets institutioner, desto mere plausibel bliver alternative informationer og virkeligheder også (Türker, 2021).

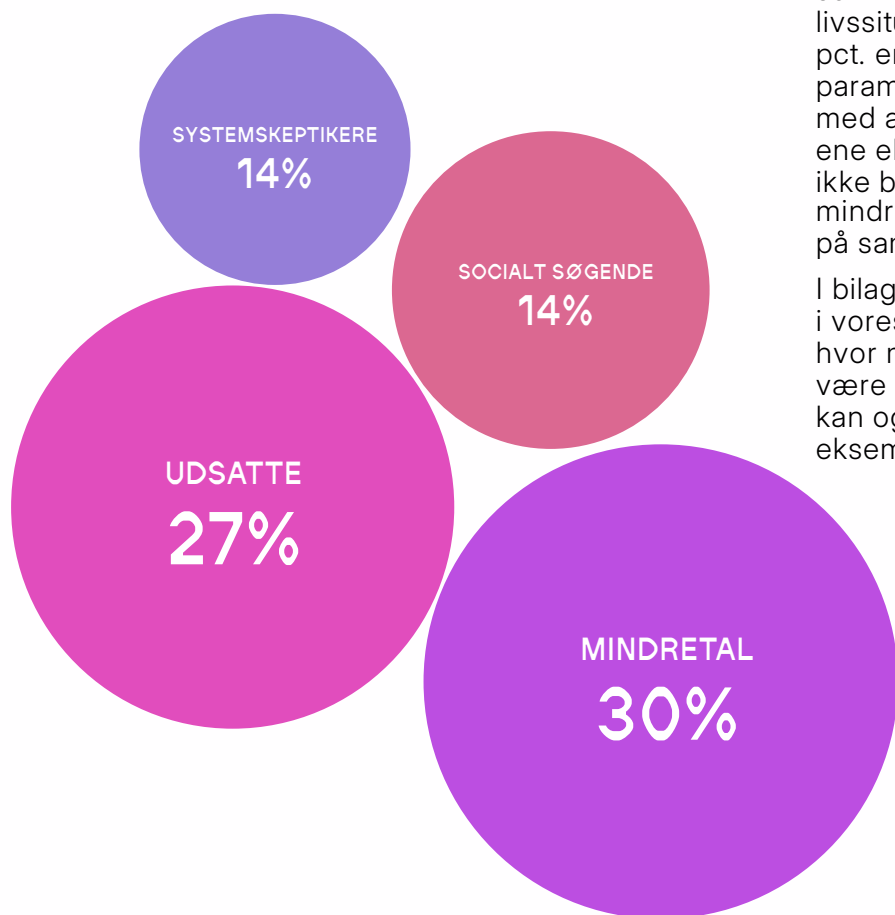
Hvis man for eksempel er overbevist om, at de hvide linjer, der ses bag flyene på himmelen, i virkeligheden er forsøg på at sprøjte giftige kemikalier ud i atmosfæren til skumle formål som befolkningskontrol, tankekontrol eller vejrmnipulation, så kan et hvert forsøg på at modbevise denne konspirationsteori blive tolket som endnu en metode til at kontrollere og manipulere. Ekspertise mister således autoritet, når den opfattes som politisk styret og motiveret. Og risikoen er, at de systemskeptiske overbevisninger forstærkes, når personer oplever ikke at blive taget seriøst eller lyttet på, hvilket desuden kan bidrage til polarisering og mistillid til andre mennesker og samfundets institutioner (Djøf, 2024). Systemskeptiske holdninger og positioner kan derfor medføre, at mennesker ender med at blive socialt isolerede og ekskluderede.

At hjælpe systemskeptiske mennesker ind i fællesskaberne handler derfor ikke kun om at forbedre det enkelte menneskes livssituation. Det handler om at forbedre samfundet. For det har store konsekvenser for den sociale sammenhængskraft og demokratiske legitimitet, at borgerne har tillid og føler sig inkluderet (VIVE, 2025a).

De fire grupper udgøres af halvdelen af danskerne

I kortlægningen af de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne finder vi, at de fire grupper dækker 55 pct. af danskerne. De 55 pct. fordeler sig dog ikke ligeligt på tværs af de fire grupper.

Den største gruppe består af personer, der på den ene eller anden måde er en del af et mindretal. Mindretallet repræsenterer 30 pct. af danskerne. Hertil finder vi, at 27 pct. af befolkningen er udsatte. Det stemmer nogenlunde overens med den andel, som faglitteraturen fastslår som udsatte eller i risiko for at blive det (VIVE, 2022a). Disse to kategorier er dermed de største af de fire grupper. Hertil er 14 pct. af danskerne socialt søgende, mens 14 pct. er systemskeptikere.



Den opmærksomme læser vil bemærke, at de forskellige procenter summer til 85 pct. og ikke 55 pct. Dette skyldes, at de fire kategorier ikke er gensidigt udelukkende. For eksempel hvis man både lider økonomiske afsavn samtidig med, at man er ensom, vil man altså både indgå i kategorien for udsatte og kategorien for socialt søgende. Eller hvis man er asatroende og mener, at jorden er flad, så vil man kategoriseres som både mindretal og systemskeptiker.

At ens identitet på denne måde udgøres af intersektionelle identitetsmarkører er tilfældet for godt og vel 31 pct. af danskerne. Det betyder altså, at 31 pct. befinder sig i særlige eller sårbare livssituationer på to eller flere parametre.

Derudover kategoriseres 24 pct. af borgerne som værende i særlige eller sårbare livssituationer på et enkelt parameter. Disse 24 pct. er for eksempel ikke udsatte på flere parametre, såsom at være kronisk syg samtidig med at lide økonomisk afsavn. De er enten det ene eller det andet. De er for eksempel heller ikke både socialt søgende og en del af mindretallet (for eksempel ensom og biseksuel) på samme tid.

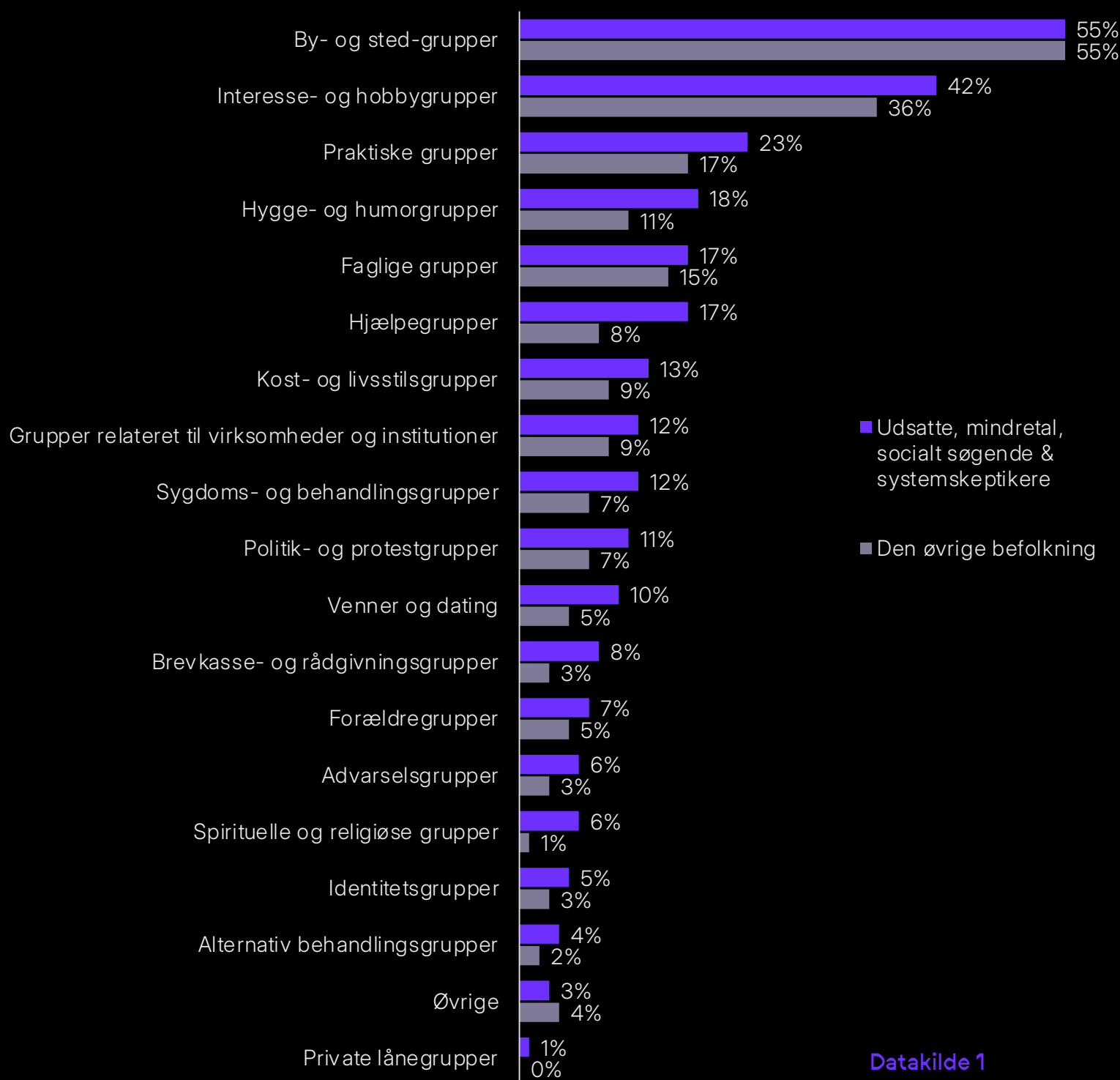
I bilag 8 kan du se, hvilke spørgsmål vi har stillet i vores survey for at kunne vurdere, på hvilke og hvor mange parametre danskerne kan siges at være i sårbare eller særlige livssituationer. Du kan også læse mere om intersektionalitet og eksempler herpå i bilag 7.



Rapportens hovedkonklusioner

De fire grupper er overrepræsenterede i de digitale fællesskaber

Andele af den øvrige befolkning versus udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne fordelt på gruppetyppemedlemskaber



Datakilde 1

n=5615

De borgere, der mangler alle steder, er lige hér

Vi ved fra tidligere undersøgelser (blandt andet VIVEs Fællesskabsmålinger), at nogle borgere notorisk står uden for fællesskabet på næsten alle parametre. Det har alvorlige konsekvenser at være ekskluderet fra fysiske fællesskaber, fordi det dermed også er sværere at bevæge sig ind i dem igen. I vores undersøgelse kan vi se, at de borgere, vi normalt ser ekskluderet fra diverse sociale fællesskaber, er lige hér: i de digitale fællesskaber.

Som figuren på forrige side viser, er de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne overrepræsenterede i alle kategorier af digitale fællesskaber med undtagelse af by- og stedgrupper.

De borgere, som normalt ville kategoriseres som sårbare danskere, er altså overrepræsenterede i de digitale fællesskaber. Det er omvendt af, hvad vi ser i de fysiske dele af civilsamfundet og sociallivet, hvor disse grupper er underrepræsenterede.

Det tyder altså på, at på trods af at de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne oftest kategoriseres som mennesker, der står uden for fællesskabet, så er det altså ikke tilfældet når fællesskabet foregår i den digitale sfære.

Det understreger pointen om, at de digitale fællesskaber muliggør social inklusion af mennesker, der oftest ikke føler sig tilpas i de vanlige måder, vi ellers tilbyder fællesskaber på (Det Nationale Partnerskab, 2023).

På næste side kan du få et indblik i, hvordan digitale fællesskaber repræsenterer de borgere, der normalt er underrepræsenterede i det fysiske civilsamfund. Gruppen **Lystfiskergruppen for handicappede og hjælpere i Danmark** er et godt eksempel på det, for her kan du se, hvordan et digitalt fællesskab kan hjælpe dem, der normalt har vanskeligere ved at komme udenfor og nyde naturen.

Et smugkig i en gruppe:

Lystfiskergruppen for handicappede og hjælpere i Danmark



Lystfiskergruppen for handicappede og hjælpere i Danmark.

[Anonymt medlem] •

Er der nogle fiskepladser omkring Kolding, Vejle og Fredericia? Jeg har også en ledsager, som gerne vil tage med

1

1

7

Alle kommentarer



[Medlem 1]

@Anonymt medlem Jeg kan se på din Facebookside, at du er bruger kørestol, så her kommer nogle pladser, der er tilgængelige:

[Navn på å] har adskillige handicap fiskepladser langs åen [link til hjemmeside].

[Navn på å] har handicap fiskepladser, selvom det ligger lidt uden for dit område. Det har dog en god dokumenteret tilgængelighed [link til hjemmeside].

Synes godt om Svar

1



[Medlem 2]

Hej [Anonymt medlem].
Hvad vil du gerne fiske efter? Jeg vil gerne hjælpe dig med opstarten, hvis du har lyst.

Synes godt om Svar

1



[Anonymt medlem] Forfatter

@Medlem2 Jamen, det er forskelligt, hvad jeg plejer at fiske efter. Skriver fordi tilgængelighederne skal være i orden, når man kommer i en elkørestol. Har fanget en enkelt havørred i mit liv.

Synes godt om Svar



[Medlem 2]

@Anonymt medlem

Havørreden kan være svær at fange. Ofte er det nemmest at søge store områder. Dog findes der mange badebroer. Mange er dog private, og kræver derfor tilladelse til at fiske. Ved [navn på område] ligger der en roklub, som har en god flydebro, der er offentlig tilgængelig. Der er en overgang ud til den yderste del, men jeg vil tro, at det kan lade sig gøre, hvis du har en hjælper med. Her trækker uden tvivl havørred forbi. Men du skal nok forvente, at du skal vente nogle timer, før du får gevinst.

I øvrigt er det også et rigtig godt sted, når der er sæson for både hornfisk og makrel.

Synes godt om Svar

De borgere, der ikke kan møde op i klubben, har fået et klubhus

Har du social angst? Er bevægelse svært for dig? Skal du stå til rådighed for en pårørende på en måde, hvor fast fysisk fremmøde ikke er en mulighed? Arbejder du på de tidspunkter, hvor de fleste andre mødes? De digitale fællesskaber har altid åbent, også efter det fysiske klubhus har lukket. Og det har stor værdi for alle.

Over 620.000 danskere (svarende til 11 pct.) foretrækker digital deltagelse, fordi fysisk fremmøde er svært for dem af personlige, praktiske eller økonomiske grunde. Det gælder for både de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne at næsten dobbelt så mange af dem svarer, at de foretrækker digital deltagelse. Blandt disse fire grupper er der altså dobbelt så mange, som foretrækker digital deltagelse, sammenlignet med resten af befolkningen.

Vi ser yderligere, at over 450.000 danskere er motiverede til at være medlem i en Facebookgruppe, fordi medlemmerne støtter hinanden. Også her er det dobbelt så ofte de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne, som oplever den motivation.

Der er altså særligt mange fra de fire grupper, der får socialt udbytte af, at kunne deltage i fællesskaber i den digitale sfære. Og vi ser dermed en gruppe af mennesker, der oplever udfordringer ved at deltage i det traditionelle foreningsliv, som i stedet bliver grebet af det digitale foreningsliv.

På næste side vil du få et smugkig i gruppen **Unge med psykiske lidelser**. Her kan du få et indtryk af, hvordan en gruppe kan fungere som et digitalt klubhus, og hvordan grupper giver mulighed for, at man kan møde ligesindede, der kender til de samme udfordringer, som man selv kæmper med.

623.000

danskere
foretrækker digital
deltagelse frem for
fysisk deltagelse.

457.000

danskere er
motiverede til at være
medlem i en
Facebookgruppe,
fordi medlemmerne
støtter hinanden.

Et smugkig i en gruppe:

Unge med psykiske lidelser



Unge med psykiske lidelser

[Anonymt medlem] • 2 personer

Hej allesammen. Jeg hedder [Anonymt medlem], og jeg er kørestolsbruger. Skriver her fordi jeg søger nogen at snakke med, måske endda få en ven. Jeg bor på bosted selv, så håber at finde andre der gør det samme. Hvis du har lyst til at skrive eller tale med mig, så er du mere end velkommen. Det behøver ikke være noget særligt. Lidt snak, lidt forståelse og måske noget vi kan grine af sammen. Skriv bare løs!

 3

 3

 3

Alle kommentarer ▾



[Medlem 1]
Mega klar på at skrive eller tale!
Jeg har også boet på opholdssted før, så jeg kender godt til det ✨

Synes godt om Svar



[Medlem 2]
Vil gerne lære dig at kende, jeg bor nemlig selv på bosted. Så send mig endelig en besked 🌻👉

Synes godt om Svar



[Anonymt medlem] [↗ Forfatter](#)
[@Medlem 2](#) Har sendt dig dig en privatbesked.

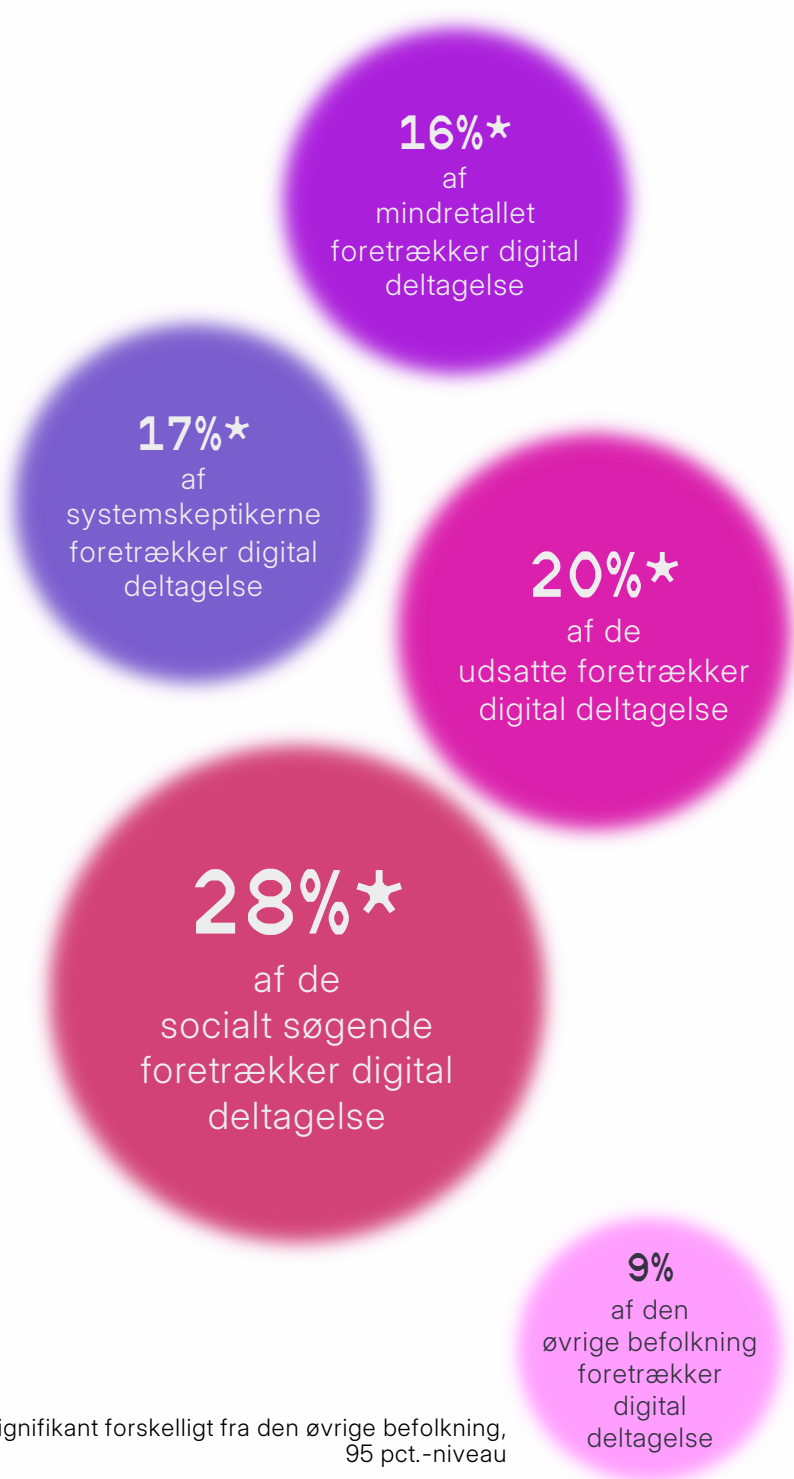
Synes godt om Svar 1 

Særligt de socialt søgende og de udsatte foretrækker digital deltagelse

Vi finder, at blandt de fire grupper, som alle foretrækker digital deltagelse, er det i særdeleshed de socialt søgende, som i særlig høj grad får gavn og glæde af at kunne deltage digitalt. Samtidig er det også særligt de socialt søgende personer, der oplever svært ubehag i sociale situationer, der svarer, at de helst vil deltage digitalt frem for fysisk. Personer, der kan opleve udfordringer ved at indgå i sociale fællesskaber i den fysiske verden, får altså en mulighed for at indgå i sociale fællesskaber i den digitale verden i stedet.

Yderligere finder vi, at blandt de udsatte, der foretrækker digital deltagelse, er det især personer, der har et dårligt fysisk helbred eller lider økonomiske afsavn, der rapporterer at foretrække digital frem for fysisk deltagelse. For disse personer kan Facebookgrupperne ligeledes skabe muligheder for at engagere sig i sociale fællesskaber, som man normalvis ikke ellers ville være blevet en del. Det kan for eksempel være hvis man er bevægelsesbegrænset, eller man ikke har økonomisk overskud til at melde sig ind i en traditionel forening eller penge nok til selve transporten ud til de fysiske forsamlinger. Her griber de digitale fællesskaber altså de mennesker, som de fysiske fællesskaber ikke formår at nå.

På næste side kan du møde Emma, der er administrator i **Find en veninde, Aalborg #dueraldrigalene**. Hun fortæller om, hvordan både hun og medlemmerne i gruppen finder nye venskaber og relationer, der starter i den digitale sfære, men som ofte også bevæger sig ud i den fysiske verden.



Emma administrerer Facebookgruppen

Find en veninde, Aalborg #dueraldrigalene



”Hvis noget skal fungere, er
der jo nogen, der skal gøre
det”

Facebookgruppe:
Find en veninde, Aalborg
#dueraldrigalene

Administrator:
Emma Skjødt

Medlemmer:
2.900

Oprettet:
juli 2015

For fire år siden flyttede Emma til Aalborg sammen med sin kæreste. Her havde hendes kæreste i forvejen en del venner, men Emma selv kendte ikke et øje. Og hvor skal man egentlig starte, når man mangler en ven? For Emma blev det i gruppefællesskabet **Find en veninde, Aalborg #dueraldrigalene på Facebook**. "Jeg har aldrig haft supernemt ved at få venskaber selv. Jeg er meget nørd, og som kvinde kan det være svært at finde nogen med samme interesser. Så jeg har altid søgt efter venskaber nogle lidt specielle steder, for det er ikke så nemt ellers," fortæller hun.

Det er ikke Emma selv, der har oprettet gruppen, men fordi hun har været et aktivt medlem, blev hun spurgt, om hun ville være moderator, da den forhenværende administrator forlod posten. Hun kender derfor heller ikke til baggrunden for gruppens fødsel, men hun antager, at det er en form for kædegruppe: "#dueraldrigalene-delen af gruppenavnet vidner om, at der er andre grupper af samme slags i andre byer. Så jeg tror, gruppen er oprettet i forbindelse med en kampagne af en art". Rollen som moderator kræver få timer af Emmas tid om ugen og indebærer godkendelse af opslag, håndtering af konflikter og sikring af en venlig tone. "Hvis der kommer en hadefuld retorik, så får man at vide, at sådan snakker vi ikke her," fortæller Emma og nævner også, at gruppen har klare retningslinjer for, hvad der er tilladt. Dog oplever Emma, at gruppen i høj grad "passer sig selv". Hun skal altså ikke lægge mange kræfter i at bevare den gode stemning i gruppen; for den er der helt af sig selv.

Emma fortæller, at hun takket være gruppen er endt med at have fået nogle gode venner i Aalborg. De mennesker, hun har mødt digitalt, har altså forplantet sig i hendes hverdag som fysiske venskaber. Det betyder imidlertid ikke, at hun ikke længere får gavn af det digitale fællesskab: "Jeg er typen, der ikke altid har det store overskud til sociale ting, så jeg synes, det er megafedt, at man kan være social i en gruppe, som ikke kræver, at man mødes fysisk." Emma og personer, der har det på samme måde som hende, får altså mulighed for at tilgå fællesskaber, når de ikke har kræfter til at mødes i den fysiske virkelighed. Det vidner om, at de mennesker i samfundet, som er socialt ekskluderede og udsatte i form af en mangel på samvær, kan finde samhørighed i digitale fællesskaber, og således kan blive inkluderet på en måde, der er mere på deres præmisser.

Facebookgruppe:
Find en veninde, Aalborg
#dueraldrigalene

Administrator:
Emma Skjødt

Medlemmer:
2.900

Oprettet:
juli 2015

Udover at resultere i fysiske venskaber har **Find en veninde, Aalborg #dueraldrigalene** også affødt nye subgruppefællesskaber. Emma fortæller, at der blandt andet er startet et fællesskab for kvinder +50 år, som søger veninder, en mødregruppe og en madklubgruppe, hvor medlemmerne mødes en gang om måneden og spiser noget god mad sammen. Disse fællesskaber er altså udsprunget og stiftet af medlemmer fra **Find en veninde, Aalborg #dueraldrigalene** og fungerer selvstændigt og eftersigende succesfuldt. De digitale fællesskaber formår derfor ikke blot at tilvejebringe et særligt socialt rum for dem, der har brug for det; de spreder sig også som ringe i vandet og afføder nye, unikke fællesskaber etableret af de, der har behov for dem.

De digitale fællesskaber skaber desuden også muligheden for at teste et potentielt venskab af, før man møder hinanden fysisk. "Det er en blød måde at møde folk på. Det er ikke lige så forpligtende at tale sammen online, for hvis det ikke går godt, jamen, så stopper man den jo bare der. Og hvis det går godt, kan man jo altid tage det videre fysisk," siger Emma.

Find en veninde, Aalborg #dueraldrigalene og grupper som den, er således et værdifuldt værktøj, når vi skal bevæge os fra social eksklusion til inklusion.

”

Mange af medlemmerne har nogle diagnoser og sociale udfordringer, de bøvler med, som jo gør, at de er dårligere stillet end mange af de andre medlemmer. Jeg har en stærk overbevisning om, at særligt disse mennesker ikke ville have kunne få nogle venner, hvis det ikke havde været for gruppen.

Emma Skjødt

De digitale fællesskaber er en håndsrækning i livets sværeste faser

Når man skal skilles, navigere i sundhedssystemet, føler sig isoleret på barsel eller har behov for hjælp til at flytte på krisecenter, så søger flere mod de digitale fællesskaber.

Vi finder, at over 300.000 danskere modtager råd og vejledning i relation til livets problemstillinger igennem Facebookgrupper. Det kan være omkring sundhed, parforhold, familierelationer eller lignende. Og her er udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne blandt de, der er allerflittigst til at bruge Facebookgrupperne til råd og vejledning. Faktisk benytter de grupperne dobbelt så meget sammenlignet med den øvrige danske befolkning.

Hertil finder vi, at flere end 400.000 danskere føler sig mindre isolerede, fordi de har en gruppe at engagere sig i. Igen er det særligt de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne, der særlig får denne værdi ud af grupperne. Tre ud af fire af dem, der svarer, at de føler sig mindre isolerede, falder nemlig ind under en af de fire kategorier.

Derudover svarer over 600.000 danskere, at det betyder meget, at grupperne er tilgængelige døgnet rundt. Også her ser vi, at udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne i højere grad end den øvrige befolkning udtrykker, at det er af stor eller meget stor betydning, at Facebookgrupperne er tilgængelige døgnet rundt.

På næste side kan du få et smugkig i gruppen **Piger og problemer**. Her vil du få indblik i, hvordan de digitale fællesskaber er et uvurderligt sikkerhedsnet i livets allersværeste situationer. Vi skal advare om, at det kan være voldsom læsning, der indeholder samtale om vold.

På siderne derefter kan du møde Nicole, som administrerer gruppen **Åndehullet for kvinder der har mistet sig selv**. Hun beretter om værdien af at kunne give og få støtte i et gruppefællesskab i alle døgnets timer, når man er fortabt og føler, man har mistet sig selv.

317.000

danskere modtager vejledning og råd om livets større problemstillinger. Det kan eksempelvis handle om sundhed, parforhold, familierelationer

Datakilde 1

414.000

danskere føler sig mindre isolerede, fordi de har en gruppe at engagere sig i

Datakilde 1

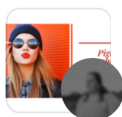
605.000

danskere svarer, at det betyder meget, at grupperne er tilgængelige døgnet rundt

Datakilde 1



Piger og problemer



Piger og problemer

[Anonymt medlem] • 👤

Hej piger.

I går blev jeg overfaldet af min kæreste. Jeg har tre vidner, så jeg har sat en politisag i gang og så er han og jeg holdt op med at være kærester med ham.

Mit spørgsmål er, om der er nogen herinde, der har været udsat for noget af det samme, og som ved, hvor svært det er ikke at være sammen, når man elsker personen.

Jeg kunne nemlig rigtig godt tænke mig at tale med en anden, der kan relaterer, og ikke er familie eller en ven, der har oplevet det samme, og kender til tankerne, man kan have efterfølgende.



[Billeder af fysiske skader forvoldt af overgrebet]

👍 57

👍 57

💬 17

Alle kommentarer ▾

Alle kommentarer ▾



[Medlem 1]

Jeg har ikke så mange fifs at give, men jeg vil bare sige, at du er MEGA sej, at du rækker ud - og at I har slået op!!! ❤️ Knus og tanker fra mig til dig

Synes godt om

Svar

233 👍



[Medlem 2]

Jeg har oplevet det samme og ved lige præcis, hvor svært det er at skulle gå fra en, der både har påført en så meget smerte, men at de på samme tid har været vidunderlige andre dage.

Mit forhold var domineret af fysisk og psykisk vold. Den dag i kontakter han mig stadig, på trods af jeg har skiftet telefonnummer og kappet båndet til ham. Så jeg forstår dig så godt, og du må meget gerne skrive til mig, hvis du har brug for det! ❤️

Synes godt om

Svar

2 👍



[Medlem 3]

Det gør mig så ondt, at du har oplevet det her.

Det er virkelig godt, at du spørger om hjælp - det er vigtigt at få snakket med andre om det.

Der findes nogle gode steder hvor du kan tale med fagfolk, det tror jeg kunne gøre en forskel ❤️

Du kan ringe til Danner, der blandt andet er et krisecenter for voldsramte kvinder. De har også et gratis rådgivningstilbud og -forløb: [link til forløb].

Synes godt om

Svar

2 👍

Nicole administrerer Facebookgruppen

Åndehullet for kvinder der har mistet sig selv



”Der sker noget særligt, når
man samler mennesker i en
gruppe som den her”

Facebookgruppe:

Åndehullet for kvinder der har mistet sig selv

Administrator:

Nicole Albæk

Medlemmer:

3.499

Oprettet:

marts 2019

I Facebookgruppen **Åndehullet for kvinder der har mistet sig selv** er der ingen adgang for mænd.

Gruppens formål er at udgøre et refugium, "hvor kvinder, der har mistet sig selv, kan finde hjælp, sparring og inspiration til, hvordan man går fra at føle sig helt fortabt til at have et stærkt, selvkærligt fundament," som der står i gruppens beskrivelse.

Kvinden og administratoren bag gruppen er Nicole. Og hendes hensigt med gruppen er klar: at skabe et trygt og omsorgsfuldt åndehul, hvor kvinder kan dele deres frustrationer og smerter. Og få en følelse af, at de ikke er alene. For mange er det svært at finde forståelse i deres nærmeste omgangskreds, og her skal gruppen altså være det fristed, hvor man kan blive mødt med empati og genkendelse. "De har et sted, de kan tjekke ind. Uanset om du bare læser med, laver opslag, besvarer eller hvad du gør. Du kan få en følelse af ikke at være alene i verden, og at du er okay," fortæller Nicole.

Nicole bruger omtrent halvanden time om ugen på at administrere gruppen. Hun tjekker, at nye medlemmer har besvaret de nødvendige adgangsgivende spørgsmål, og at der ikke er tale om falske profiler; og at de ikke er mænd. Hun læser opslag og kommentarer igennem og bidrager selv, hvis hun føler, der mangler et perspektiv. Ifølge Nicole er tonen i gruppen så omsorgsfuld og respektfuld, at hun sjældent behøver gribe ind. Hvis det en sjælden gang sker, kontakter hun personen direkte. Nicole smider aldrig nogen ud, fordi hun tror på, at alle har brug for et sted at høre til.

Nicole er uddannet afhængighedsrådgiver, og vejen til at lave et gruppefællesskab var derfor rimelig ligetil ifølge hende selv. Nicole erkender, at det digitale rum har en helt særlig styrke. Fordi gruppen er tilgængelig døgnet rundt, kan de, som sidder alene med svære følelser sent om aftenen, altid læse medlemmernes opslag eller dele sine egne tanker i gruppen og få svar fra andre, der også er vågne på samme tidspunkt. Det er netop denne konstante tilgængelighed og omsorg, der gør fællesskabet så værdifuldt, ifølge Nicole som også fortæller, at medlemsantallet stiger dagligt.

Åndehullet for kvinder der har mistet sig selv er altså et godt eksempel på, at de digitale fællesskaber har særlig stor værdi for fåtallet i samfundet; og fåtallet viser sig at indbefatte rigtig mange mennesker.

Facebookgruppe:

Åndehullet for kvinder der har mistet sig selv

Administrator:

Nicole Albæk

Medlemmer:

3.499

Oprettet:

marts 2019

Nicole har før forsøgt at samle gruppen til fysiske møder, men oplever, at der ikke er stor interesse for det. Medlemmerne vil gerne have hjælp, men de har svært ved at komme ud. Den lette, uforstyrrede samtale, som opstår online, forsvinder ofte i fysiske møder. "Fællesskabet ville ikke kunne fungere fysisk. Der ville ikke være den samme tilgængelighed. Det er bare ikke lige så givende, tror jeg. Der sker noget særligt, når man samler mennesker i en gruppe som den her," fortæller hun. Nicole har altså formået at skabe et digitalt rum uden fysisk sidestykke, hvor støtte, forståelse og nærvær er til stede hele tiden.

Mange af medlemmerne har oplevet voldelige forhold både psykisk og fysisk, og er ifølge Nicole meget skrøbelige. Derfor er det vigtigt for Nicole, at gruppen er et sted, hvor man har mulighed for at være anonym, kigge med og føle sig tryk. De fleste lur og læser med uden nødvendigvis at skrive en masse. Og det er helt okay. For nogle er det første skridt bare at være der. Nicole fortæller dog også, at rollerne skifter hele tiden: nogle dage er man den, der har brug for hjælp, andre dage er man den, der giver hjælpen. Det er et dynamisk fællesskab, hvor alle bidrager på deres egen måde. Og selvom gruppen kan meget, er Nicole også realistisk: "En Facebookgruppe kan jo ikke altid gøre alt for dig. Nogle gange er jeg nødt til at spørge, om vedkommende får psykolog-, advokat- eller anden professionel hjælp til deres problem. Det er nødvendigt." Nicole tager altså stort ansvar for medlemmernes trivsel, og hun ved, hvornår der skal henvises til yderligere hjælp; og hun gør det med omsorg og respekt.

”

Det at man kan gå ind på gruppen i næsten alle døgnets timer, hvor man enten kan se andres svar og opslag eller man kan selv bidrage med noget. Det åndehul, den omsorg, den støtte, den er der bare 24/7. Det kan du jo ikke altid i andre sammenhænge. Hvis du sidder og har det svært sent om aftenen kan du ikke bare ringe til din veninde, for du ved, hun skal tidligt op næste morgen. Herinde kan du altid skrive. Og så er der andre, der også er vågne, som svarer dig. Det er det der gør at det her fællesskab har så stor værdi.

Nicole Albæk

I digitale fællesskaber kan du trygt undersøge din(e) identitet(er)

Er jeg homoseksuel? Hvor meget betyder forholdet til Gud for mig? Hvordan ved jeg, om jeg er non-binær? Findes der mon andre, der har det ligesom jeg?

Det kan være ensomt at gruble over sådanne spørgsmål alene; men her står de digitale fællesskaber klar som virtuelle brevkasser fyldt med svar, hjælp og råd.

De digitale gruppefællesskaber fungerer som enorme netværk af personer, hvoriblandt du med garanti kan finde en anden, der selv har stået i samme situation med præcis samme spørgsmål som dig. De står klar til at hjælpe, rådgive og gribe dig i livets uvisse situationer.

Et kvalitativt fund, vi har gjort os, er nemlig, at de digitale fællesskaber skaber et rum, hvor man har mulighed for at udforske, hvem man er. Både ved at skrive opslag, kommentarer og spørgsmål men også ved bare at være medlem og læse med. At være en del af et digitalt gruppefællesskab betyder nemlig for nogen, at de kan få lov at observere andre udleve et liv, som de måske selv er nysgerrige på.

Det kan altså til tider være nødvendigt at få en smagsprøve på forskellige identitetsmarkører, før man tager det helt store spring og proklamerer til verden, hvem man er. Det kan du læse mere om senere, når du skal møde Maya, som administrer en gruppe, hvor medlemmerne hjælper hinanden til at forstå og udleve den, de er.

Men først skal du på næste side møde Kasper og læse om hans gruppefællesskab, **Adopteret fra Sydkorea**, som også er et sted, hvor medlemmerne kan udforske deres identitet. I gruppen ser han mange forskellige personligheder og måder at anse sit ophav som adoptivbarn på. For nogen er det alene en glædelig identitetsmarkør, for andre er det forbundet med traumer og racistisk behandling. Og for nogle helt andre er gruppen et fællesskab, man blot kigger med i uden nødvendigvis at dele noget om sig selv, men hvor man netop kan udforske forskellige måder at leve livet som sydkoreansk adoptivbarn i Danmark.

Kasper administrerer Facebookgruppen

Adopteret fra Sydkorea



”Det kan jo være ret svært at finde andre adopterede, hvis man bare skulle møde dem på gaden”

Facebookgruppe:
Adopteret fra Sydkorea

Administrator:
Kasper Kim Jannæs

Medlemmer:
1.138

Oprettet:
januar 2008

At være adopteret er ikke nogen smal sag. Det er en grundpille i manges identitet på både godt og på ondt. "Der er rigtig mange, der har noget med i bagagen, fordi de har oplevet det her traume, som det er at miste sine biologiske forældre på et meget tidligt tidspunkt i livet. Det har vi alle med os, og har arbejdet med det mere eller mindre hele livet," fortæller Kasper, der er medadministrator af Facebookgruppen **Adopteret fra Sydkorea**.

Som navnet antyder, er gruppen oprettet med det formål at samle de danskere, som er adoptivbørn fra Sydkorea. Blot 0,15 pct. af den danske befolkning er adopteret fra Sydkorea (Ankestyrelsen, 2024), hvorfor dette lukkede Facebookgruppefællesskab danner rammerne for nogle af de personer i Danmark, som udgør et mindretal. Og det kan være vanskeligt at skulle finde fællesskab, når man ikke er, som folk er flest. "Det kan jo være ret svært at finde andre adopterede, hvis man bare skulle møde dem på gaden," siger Kasper.

Adopteret fra Sydkorea er derfor et ganske særligt og nødvendigt gruppefællesskab. For udover at give adoptivbørn fra Sydkorea en mulighed for at møde andre med samme ophav, skaber det også mobiliseringspotentialer. Kasper fortæller nemlig, at fællesskabet også får lov at udfolde sig fysisk på meget forskellig vis. Nogle gange mødes et par af medlemmerne til en hyggelig aften på en koreansk BBQ-restaurant. Andre gange forsamler de sig til happenings og demonstrationer, når der for eksempel udrulles kontanthjælpsreformer, der uretmæssigt behandler adoptivbørn som immigranter.

På den måde rummer og balancerer gruppen både de tungeste og letteste aspekter af at have det ophav, som Kasper og de 1.300 andre medlemmer af gruppen har. Det kan være kulturudveksling i form af deling af madopskrifter, samtaler om sydkoreansk underholdning eller billeder af hjemmesyede *bojagi*, et traditionelt koreansk indpakningsklæde. Det kan også være sprogspørgsmål, rejsetips eller fortællinger om, hvordan nogen har båret sig ad med at finde deres biologiske forældre i Seoul. Men det kan også være diskussioner om, hvorvidt og hvordan man oplever, at blive behandlet racistisk i Danmark. "For nogen fylder det bare mere at være adopteret. Det kommer til udtryk på alle mulige måder såsom i form af en mistro til det danske system, eller en oplevelse af at mange omkring en er racister," siger Kasper og fortæller, at dette ofte kan være årsagen til, at bølgerne kan gå lidt højt i gruppen, trods det er et lille forum: "Det er ikke fordi medlemmerne har det svært med hinanden, men visse emner kan være mere følsomme end andre og trigge følelser hos den enkelte. Hvis en skriver om en racistisk oplevelse, og en anden svarer, at det har de aldrig oplevet, kan det starte en diskussion."

Facebookgruppe:
Adopteret fra Sydkorea

Administrator:
Kasper Kim Jannæs

Medlemmer:
1.138

Oprettet:
januar 2008

Gruppen skal altså både huse diskussioner om systematiske uretfærdigheder og racistiske oplevelser samtidig med, at den skal skabe trygge rammer for kulturdyrkelse og identitetsværdsettelse. Og det er her, Kaspers og de øvrige administratorers roller er særligt vigtige: "Det handler jo om, at vi alle sammen er forskellige. Det er det, der for nogen kan være svært at navigere i. Og det er der, konflikterne kan opstå. Så det er nødvendigt som administrator, at man prøver at holde den gode stemning." Som administrator forsøger Kasper at holde den en gode stemning ved at skrive en personlig besked til de enkelte medlemmer, der engang imellem kan blive for ophidsede. Han prøver generelt at moderere frem for at censurere, fordi "man må jo godt diskutere, det handler bare om, hvordan man gør det," som han selv siger.

At Kasper ikke er bange for forskelligheder og uenigheder betyder også, at der i **Adopteret fra Sydkorea** er skabt et rum, hvor der er plads til at finde ud af, hvordan man egentlig relaterer til sin identitet som adoptivbarn fra Sydkorea. Her kan man møde andre danskere, der også er børn af Sydkorea og være vidne til, hvordan de dyrker denne identitet i Danmark. På samme tid kan man også mødes om noget, man formentlig hele livet har været ene og alene om. Man kan mødes om det ophav, som har været kilden til traumer, lykke og alt derimellem. Man kan mødes om, hvad det egentlig vil sige at være adopteret fra Sydkorea.

”

Samtalen kan handle om alt muligt. Det kan være praktiske spørgsmål om rejser til Korea, det kan også være nogen, der stiller spørgsmål om, hvordan man bærer sig ad med at finde sin biologiske familie eller nogen, der har haft oplevelser med racisme, og som vil høre, om andre har prøvet det samme. Det kan sagtens også bare handle om, at man har ondt i sjælen.

Kasper Kim Jannæs

De digitale fællesskaber hjælper danskerne med at føle sig mindre isolerede – især de socialt søgende

At være en del af en Facebookgruppe, som man engagerer sig i, kan have stor betydning for, hvor socialt distanceret man føler sig. Sammenlignet med den øvrige danske befolkning rapporterer de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne i særdeleshed, at de føler sig mindre isolerede takket være deres digitale grupper.

Det er navnlig de socialt søgende, der føler sig mindre isolerede på grund af deres medlemskab af grupperne. Særligt er det de, der angiver at opleve svært ubehag i sociale situationer, der i højere grad end andre socialt søgende føler sig mindre isolerede.

Som vi præsenterede tidligere, var det også de socialt søgende, som i særlig høj grad foretrak digital deltagelse. Danskere, der kategoriseres som socialt søgende, foretrækker altså ikke blot digital deltagelse, men føler sig også mindre isolerede på grund af deres digitale fællesskaber. Det tyder på, at de borgere, som er allermest socialt sultne, også er dem, der får allerstørst udbytte af de digitale fællesskaber.

Også personer i mindretalspositioner oplever at føle sig mindre isolerede, fordi de har et digitalt fællesskab at ty til og engagere sig i. Som Kasper også på de forrige sider gav udtryk for, så kan det nemlig være svært at finde ligesindede, hvis man ikke er ligesom flertallet.

Blandt mindretallet er det særligt personer, der er køns- eller seksuelle minoriteter, som føler sig mindre isolerede, på grund af deres digitale gruppefællesskaber.

En af dem er Maya, som du kan møde på næste side. Maya administrerer gruppen **Danmarks Transkønnede**, og hun fortæller om, hvordan gruppen tilbyder en mulighed for, at medlemmerne kan føle sig mindre alene om deres kønsidentitet; særligt for dem som ikke kender mange andre transpersoner i den fysiske verden.

21%*

af de
socialt søgende
føler sig mindre
isolerede

11%*

af systemskeptikerne
føler sig mindre
isolerede

13%*

af de udsatte
føler sig mindre
isolerede

12%*

af mindretallet
føler sig mindre
isolerede

5%

af den øvrige
befolkning
føler sig mindre
isolerede

* = signifikant forskelligt fra den øvrige befolkning,
95 pct.-niveau



Maya administrerer Facebookgruppen

Danmarks Transkønnede



”Det er så betydningsfuldt,
at vi alle kan fortælle vores
egen historie”

Facebookgruppe:
Danmarks Transkønnede

Administrator:
Maya Katrine Andersen

Medlemmer:
990

Oprettet:
marts 2018



Omtrent seks ud af ti transpersoner har oplevet at blive udsat for chikane og mobning (VIVE, 2022b). Adskillige transpersoner oplever jævnligt tilråb, diskrimination eller fysisk forulempelse. Sådanne transfobiske situationer på både individuelt og strukturelt niveau resulterer ofte i, at transpersoner lider minoritetsstress, internaliserer omverdenens negative holdninger, selvcensurerer og har nedsat selvværd. Dette er blot få af mange årsager til, at det er bydende nødvendigt for transpersoners ve og vel, at de har et trygt rum, de kan ty til, når omverdenen er fjendsk.

Og det er noget Maya tilvejebringer. Maya driver nemlig to særlige grupper på Facebook: Danmarks Transkønnede og Åbne Transpersoner i Danmark. Af gruppebeskrivelsen for Danmarks Transkønnede fremgår det, at gruppen er til for alle dem, for hvem deres tildelte køn og de dertilhørende normer ikke passer dem. For at blive medlem af gruppen kræver det en invitation fra et eksisterende medlem, og det er det, der er med til at sikre et trygt gruppemiljø, hvor alle kan mærke, at de er sammen med ligesindede. Det er formentlig også denne godkendelsesproces, der gør, at selvom der er godt og vel tusind gruppemedlemmer, så føles gruppen som et nærværende og sikkert fællesskab. Den anden gruppe, Åbne Transpersoner i Danmark, har Maya lavet for at fremme information til omverdenen om det at være transperson. Det er et sted, hvor studerende og journalister finder transpersoner, der ønsker at blive interviewet eller på anden vis deltage i projekter og indslag. Gruppen har også udviklet sig til et videndelingsfællesskab for forældre til transpersoner. Særligt forældre til unge transpersoner har mange bekymringer, men i gruppen kan de finde ro og se transpersoners liv udfolde sig.

Selvom nogle politiske partier forsøger at gøre kønsidentitet til en politisk slagmark, ser man ikke Maya blande sig i politiske diskussioner, lige såvel som hun ikke udtaler sig til artikler og lignende. Det er et valg, hun har taget for at passe bedst muligt på hendes gruppemedlemmer. For gruppen er en vigtig ressource for mange transpersoner.

I Facebookgruppen kan medlemmer søge konkret viden om hormonbehandling, informationer om hvordan man forbereder sig på samtaler på CKI (Center for Kønsidentitet) eller anbefalinger af læger, psykiatere, psykologer eller frisører, hvor man som transperson kan føle sig tryk. Nogle spørger også indtil processen omkring det komplicerede juridiske kønsskifte, som mange ikke tør gå i gang med, fordi det er så vanskeligt at finde ud af, hvordan man bærer sig ad. Andre har spørgsmål angående alternative behandlingssteder, såsom GenderGP, der er et særligt nærværende behandlingssted for mange, fordi der er så lange ventetider på CKI, og fordi mange transpersoner oplever at blive afvist på landets behandlingssteder.

Facebookgruppe:
Danmarks Transkønnede

Administrator:
Maya Katrine Andersen

Medlemmer:
990

Oprettet:
marts 2018



Særligt Danmarks Transkønnede er en virkelig aktiv gruppe, hvor der nogle uger er over 30 opslag; og Maya kniber sig i armen over, hvor aktive folk er.

Maya fortæller at gruppens uofficielle motto er "her er du ikke alene", for som transperson føler mange sig anderledes og fremmedgjort fra samfundet. Men i gruppen kan du finde folk, der minder om dig; i gruppen finder du ud af, at du er én ud af mange, og her kan du blive inspireret af andres historier.

Danmarks Transkønnede er et levende eksempel på et digitalt fællesskab, som skaber rammerne for, at medlemmer kan samles og relatere til hinanden, også selvom de aldrig mødes ansigt til ansigt. Maya bemærker også, at det digitale format har fordele, som den fysiske samtale ikke har; nemlig at den sikrer anonymitet. Og når der er noget, der er hårdt at snakke om, så kan det ofte være nemmere at gøre anonymt.

Ifølge Maya er ivet som transperson er svært. Derfor har gruppen også måtte lære at snakke om selvmord. Her sikrer Maya, at samtalen foregår gelinde, og at der altid bliver henvist til Livslinien, hvis et medlem har det særlig svært. Maya har oplevet at gøre det bedste hun kunne for at hjælpe personer, der kæmper med tunge udfordringer. Alligevel ender nogle stadig med at tage deres eget liv. Trods disse tragiske omstændigheder, der til tider er et vilkår for gruppen, er Danmarks Transkønnede mest af alt en gruppe, der redder liv.

Maya sætter dog fokus på det paradoksale ved at organisere et fællesskab for transpersoner på Facebook, når platformen tillader så meget had mod netop denne gruppe, og aktivt har valgt at had mod transpersoner er tilladt på platformen. Alligevel har gruppeformatet været det sted, hvor tusinde transpersoner har kunne forsamle sig og hjælpe hinanden igennem livets sværeste faser.

”

Et nyt medlem melder sig ind i gruppen, og det er nærmest som om de kommer krybende ind. Ofte har de mødt så meget modstand fra samfundet og familie, at de føler de skal være en undskyldning for dem selv. Men så melder gruppens medlemmer sig på banen. De siger, at personen må være præcis, som de er, kørner dem korrekt, og lytter til deres historie. På få minutter har gruppen gjort en kæmpe forskel i dette menneskes liv.

Maya Katrine Andersen

I de digitale fællesskaber er der hjælp at hente for alle

Det at tilbyde hjælp, råd og vejledning i Facebookgrupper er et stort fænomen blandt danskerne; uanset om du er i en sårbar livssituation eller ej. Faktisk har tæt 1.9 millioner danskere tilbudt hjælp, råd, vejledning eller på anden måde givet støtte til andre i en Facebookgruppe. Det kan for eksempel være praktisk hjælp, som at vande planter for et andet gruppemedlem, mens de er hospitalsindlagt. Det kan også være at give råd eller vejledning såsom at rådgive om, hvilke frisører der er særligt gode til at klippe afrohår. Eller det kan være at bidrage med faglig relevant viden, personlige anekdoter eller blot et lyttende øre til en, der har brug for det.

I vores undersøgelse kan vi se, at udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne er signifikant overrepræsenterede blandt de, som tilbyder hjælp i Facebookgrupperne.

Så at søge trøst, at få et godt råd, at stille spørgsmål og få svar, at få praktisk hjælp eller bare at modtage et lille, virtuelt klap på skulderen er altså noget, som de fire grupper i overvejende grad får gavn og glæde af. De digitale fællesskaber har altså en helt særlig værdi for danskere i særlige eller sårbare livssituationer. Her kan de både få den fornødne hjælp; og muligheden for at give den tilbage.

På de næste tre sider kan du få et indblik i, hvor forskelligartet gruppelandskabet er. Først kan du se et udpluk af nogle af de grupper, som henvender sig særligt til udsatte, mindretallet, socialt søgende og systemskeptikere. Dernæst kan du få et smugkig i gruppen **Pigesnak 13+** og se, hvordan medlemmerne hjælper hinanden til at skabe mening, når forholdet er svært. Du vil derefter og kunne få et smugkig i gruppen **Pårørende til misbrugere** og et opslag fra et medlem, som har søgt hjælp i gruppen. Her kan du se, hvordan man selv i de mest barske og følelsesmæssigt ubærlige situationer, kan få råd og omsorg i de digitale fællesskaber

1.858.000

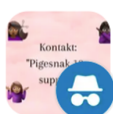
danskere har tilbudt hjælp, råd
eller vejledning i en
Facebookgruppe.

... i alle livssituationer



Et smugkig i en gruppe:

Pigesnak 13+



Pigesnak 13+

[Anonymt medlem] • 2

Hey girls

Jeg har et lille problem. Min kæreste og jeg har været sammen i halvandet år og har boet sammen i snart et år. Vi elsker hinanden og har det godt med at bo sammen. Der er bare det problem, at min kæreste er ret dårlig til at tage sig af de huslige pligter som fx at vaske tøj, tage opvasken, støvsuge osv.! Jeg har sagt det til ham mega mange gange, men han ender altid bare med at skubbe opgaverne i flere dage indtil jeg får nok og klarer det selv. Og det er det samme med andre ting. Jeg er heller ikke selv det mest renlige menneske, men der er bare nogle ting såsom gamle madrester der er over stregen – det skal højst ligge en dag! Nogle gange prøver jeg at tage meget af det i håbet om at han så tager det sidste men det sker ikke.

Hvad skal jeg gøre? Det er snart ved at være dråben, og jeg føler at det måske bliver afgørende for vores forhold, og jeg bliver ofte så frustreret.

Håber I kan hjælpe mig!

Knus en presset pige 🙏💕💕💕💕💕💕



4



4



15

Alle kommentarer ▾

Alle kommentarer ▾



[Medlem 1]

Han er da nødt til at tage sig sammen. Sig til ham at det er afgørende for jeres forhold.

Synes godt om

Svar

4



[Medlem 2]

Girl, du er ikke hans mor, og det skal du bare se at få sagt til ham! Hvis du bliver ved med at udskyde at få sagt hvad der frustrerer dig, så optrappes konflikten bare 😞 Generelt vil der altid være en i forholdet der gør lidt mere end den anden. MEN hvis man er voksen nok til at flytte hjemmefra, så er man voksen nok til rydde op og gøre rent efter sig selv 🌸 Det er ikke et arbejde, du skal håndtere alene, for det er jo ikke kun dit skidt, som skal rengøres og ryddes op 😞 Så få det sagt til ham som det er.

Synes godt om

Svar

6



[Anonymt medlem]

✍ Forfatter

@Medlem 2 Tak, jeg har sagt det lige ud til ham, men han glemmer det for det meste, eller også siger han, at jeg har mere tid end ham til det, fordi jeg ikke arbejder lige så meget som ham. Er det for meget at lave et skema eller noget for at vise ham hvor jeg egentlig gør?

Synes godt om

Svar



[Medlem 3]

@Anonymt medlem Uf girl, det lyder sgu lidt mærkeligt fra hans side af. Please, lav det skema.

Synes godt om

Svar

1

Pårørende til misbrugere



Pårørende til misbrugere

[Anonymt medlem] • 2 personer

Når man er nødt til sige stop....

Jeg er udmattet og ulykkelig. I den her uge har der været episoder, jeg aldrig kunne have forestillet mig kunne ramme vores familie.

Min søn har været psykotisk og stærkt paranoid, efter både at have taget coke og opioider; og måske mere...

Det førte til en enormt ubehagelig episode, hvor han gik rundt ude foran vores hjem med en kniv. Jeg og resten af familie var nødt til at sove et andet sted. Det var forfærdeligt 😞

Jeg har besluttet mig for, at der må ske noget nu. Jeg og min familie kan ikke holde til mere. Min krop sender de kraftigste tegn på at være overbebyrdet. Og vi er nervøse, bekymrede og bange, når han har taget stoffer.

Hvordan bør I jer ad med at præsentere jeres misbruger for, at de skal stoppe med at tage stoffer, for at de kan blive boende?

Jeg søger gode råd fra jer andre her i gruppen, som har stået i lignende situation; både som pårørende eller som misbruger. Hvad kan virke?

Kærlig hilsen

En udmattet mor, som elsker sin søn uendeligt højt

🙏🏻 19

👍 19

💬 21

Alle kommentarer ▾

Alle kommentarer ▾



[Medlem 1]

Det her er simpelthen ikke en situation der kan fortsætte. Som mor er du nødt til at passe på dig selv og resten af familien. Det du beskriver kan gå rigtig galt. Når din søn opfører sig sådan på stoffer, er han farlig – for dig og for resten af familien. Han er nødt til at komme i behandling nu. Din sikkerhed og familiens sikkerhed skal komme først.

Synes godt om

Svar

5 👍



[Anonymt medlem]

✍ Forfatter

@Medlem2

Jeg er meget enig med dig. Udviklingen er alarmerende og livsfarlig – både for os og ham selv ❤️

Synes godt om

Svar



[Medlem 2]

Først og fremmest et stort kram 💙 Jeg er helt enig med [Medlem 1] – jeres sikkerhed skal komme først. Og ja, det kommer nok til at betyde at du må sætte en grænse. Jeg ved godt, det kan føles koldt og skræmmende. Men du er nødt til det!

Bliv ved med at holde fast selvom det er svært, og find en pårørendegruppe hvor du kan få støtte 🙏

Synes godt om

Svar

2 ❤️



[Medlem 3]

Jeg føler med jer ❤️ Han har virkelig brug for hjælp. I har som familie behov for ro, særligt oven på den oplevelse ❤️ Jeg håber, han er klar til at få noget hjælp ❤️ Ligesom alle andre skriver, er min anbefaling at i kontakter et lokalt misbrugsbehandlingssted eller kommunen for at høre om I som pårørende kan få noget hjælp. Det har I brug for ❤️

Synes godt om

Svar

2 👍❤️

De borgere, der har særligt behov for fællesskabet, hjælper især til

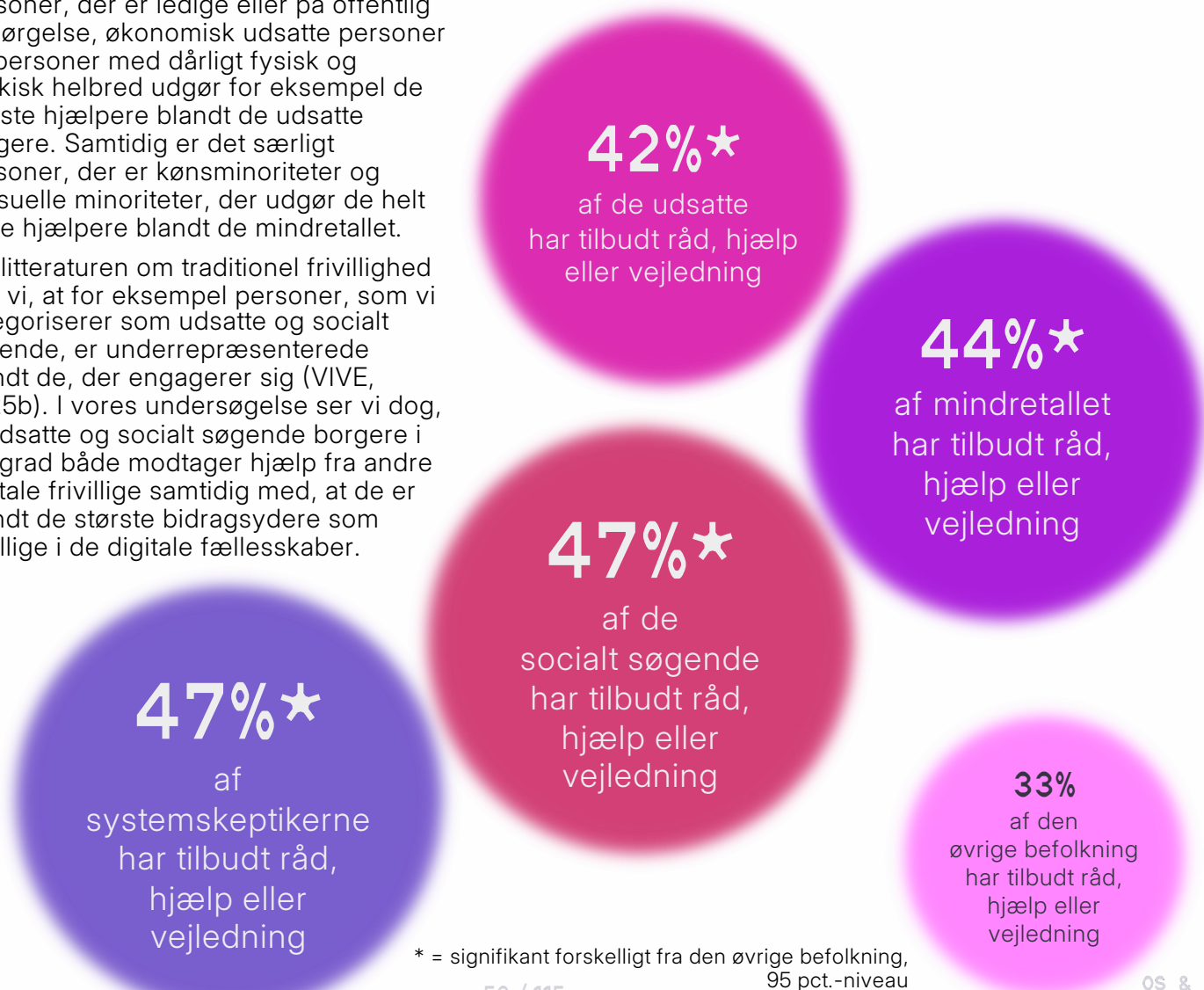
Selvom de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne er de, der særlig får hjælp, støtte og svar i grupperne, så ser vi, at det faktisk også er de fire grupper, der særligt yder hjælp i Facebookgrupperne. Blandt de fire forskellige grupper finder, at de næsten lige meget tilbyder råd, hjælp og vejledning gennem grupperne.

Hvis vi ser nærmere på hver enkelt af de fire grupper, kan vi se, at der er nogle borgere, som hjælper særligt meget: personer, der er ledige eller på offentlig forsørgelse, økonomisk udsatte personer og personer med dårligt fysisk og psykisk helbred udgør for eksempel de største hjælpere blandt de udsatte borgere. Samtidig er det særligt personer, der er kønsminoriteter og seksuelle minoriteter, der udgør de helt store hjælpere blandt de mindretallet.

Fra litteraturen om traditionel frivillighed ved vi, at for eksempel personer, som vi kategoriserer som udsatte og socialt søgende, er underrepræsenterede blandt de, der engagerer sig (VIVE, 2025b). I vores undersøgelse ser vi dog, at udsatte og socialt søgende borgere i høj grad både modtager hjælp fra andre digitale frivillige samtidig med, at de er blandt de største bidragsydere som frivillige i de digitale fællesskaber.

Facebookgrupperne er altså ikke blot et forum, der inkluderer og understøtter udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne. Grupperne er også der, hvor de selv yder en stor hjælp og giver støtte til hverandre.

På næste side kan du møde Marcus. Han er administrator for foreningen **Tjeles Venners** Facebookgruppe, og her kan tidligere misbrugsafhængige og deres pårørende samles og fejre, når det går godt, eller støtte, når det går skidt.



* = signifikant forskelligt fra den øvrige befolkning, 95 pct.-niveau

Marcus administrerer Facebookgruppen

Tjeles Venner



”Man modtager så meget
kærlighed, støtte og omsorg
i gruppen”

Facebookgruppe:
Tjeles Venner

Administrator:
Marcus Mossalski Nielsen

Medlemmer:
2.366

Oprettet:
april 2012

Tjeles Venner er en fysisk støtteforening for afhængige og deres pårørende. Foreningen tilbyder rentefrie lån til dem, der har brug for økonomisk hjælp til deres afvænningsbehandling på Behandlingscenter Tjele. Derudover bidrager foreningen også med information om alle typer af afhængighed herunder alkoholisme, stofmisbrug og ludomani. Det er altså først og fremmest en fysisk forening og behandlingssted, og de fleste aktiviteter foregår derfor også fysisk.

Marcus er misbrugsbehandler på Behandlingscenter Tjele, men står også for at organisere deres digitale aktiviteter i Facebookgruppen **Tjeles**

Venner. Gruppefællesskabet er altså et digitalt mødested for mennesker, der tidligere har været i behandling på Tjele Behandlingscenter.

Marcus fortæller, at det er i gruppen, at medlemmerne deler deres "mærkedage" med hinanden. En mærkedag markerer dagen for det tidspunkt, hvor et medlem afbrød sit misbrug. Det markerer den første dag uden alkohol, spil, narkotika; den første dag uden et aktivt misbrug. At fejre sin mærkedag er en enormt vigtig del af misbrugsbehandling, understreger Marcus, da det kan være en motivationsfaktor i forhold til at fortsætte kampen mod misbruget. Og om ikke andet er det en rar oplevelse at fejre sin egen indsats ved at markere de vigtige milepæle i misbrugsforløbet: "man modtager så meget kærlighed, støtte og omsorg i gruppen" fortæller Marcus og omtaler i samme vending **Tjeles Venner** som "en stor familie". Det kan mærkes og ses i gruppen selv som udefrakommende. Opslag angående et medlems mærkedag får hundredvis af positive reaktioner og kommentarer, der giver digitale skulderklap og lykønskninger til det pågældende medlem.

Ifølge Marcus er det altså primært tidligere patienter, der mødes i **Tjeles Venner**, og en del af hans virke som administrator af gruppen er at godkende dem, som ansøger om medlemskab i gruppen. Men ellers "driver gruppen rimelig meget sig selv," fortæller han og siger samtidig, at han ikke kommer i tanke om nogle tidspunkter, hvor han har skulle moderere samtalen, slette opslag eller smide nogen ud af gruppen. "Man skal ikke undervurdere, hvor unikt et bånd clean mennesker har til hinanden. Der er en forståelse på et dybere niveau," understreger Marcus.

Facebookgruppe:

Tjeles Venner

Administrator:

Marcus Mossalski Nielsen

Medlemmer:

2.366

Oprettet:

april 2012

Udover at fungere som et fejningsfællesskab bruges **Tjeles Venner** også til at begivenhedskoordination og til at dele motiverende budskaber. Men det digitale fællesskab på Facebook fungerer mest af alt som en konsolidering af et allerede stærkt åndeligt sammenhold mellem medlemmerne. At administrere **Tjeles Venner**-gruppen er derfor aldrig noget, som Marcus ikke føler sig motiveret til at gøre. Har fortæller at "Det er mere end bare et arbejde, for det giver mening i livet på et højere plan."

Trods **Tjeles Venner** er en gruppe for dem i samfundet, som bakser med særdeles tunge problemer, er det ikke ensbetydende med, at medlemmerne ikke har overskud til hverandre. Desuagtet at hvert enkelt medlem er på deres egen rejse ud af misbruget, så står mange klar til at løfte dem, der snubler på vejen. Hvis et medlem for eksempel skriver i gruppen, at de har svært ved at holde sig fra spillemaskinerne og har brug for at tale med nogen, så bliver de i kommentarsporet mødt af andre medlemmer, der tilbyder at være sponsor eller at mødes til en kop kaffe og en snak.

Så selvom medlemmerne af **Tjeles Venner** er udsatte på et bredere samfundsplan og kæmper med alvorlige og potentielt fatale problemer, har de alligevel tid og lyst til at give en hjælpende hånd med i gruppefællesskabet. **Tjeles Venner** er derfor et vidnesbyrd om, at udsatte træder til, og støtter op om deres medmennesker både i de gode og de dårlige stunder.

”

Der, hvor gruppen har sin klare styrke, er, at det er et sted, hvor folk deler deres mærkedage. Hvis du eksempelvis har været clean i to år, så laver de et opslag om det. Og det er sådan noget, der bliver kommenteret og liket helt vildt. Og det er der gruppen har sin berettigelse for det er en form for mærkedagsfejring, og det er en enormt vigtig del af misbrugsbehandling.

Marcus Mossalski Nielsen

De digitale fællesskaber er ikke en yngleplads for konspirationsteorier

De digitale fællesskaber får ofte skudt i skoene, at de skaber grobund for konspiratoriske bevægelser (DJØF, 2024: 42). Det er dog ikke det, vi finder i vores opgørelse af Facebookgrupperne. Ud af de næsten 48.000 grupper, som vi har kortlagt, er det godt og vel 437 af dem, der er grupper dedikeret til systemskeptikere. Det svarer til 0,9 pct. af alle grupperne. Det er derfor ikke grupper for systemskeptikere, konspirationsteoretikere og de, der er kontra på systemet, der fylder mest i Facebooks gruppelandskab.

Samlet har vi estimeret, at 7.300 grupper henvender sig specifikt til enten udsatte, mindretallet, de socialt søgende eller systemskeptikere. Mens godt og vel 437 af dem er dedikeret til systemskeptikere, finder vi desuden, at godt og vel 2.634 grupper er dedikeret til de udsatte, 2.217 dedikeret til mindretal og 1.986 grupper dedikeret til socialt søgende.

De øvrige 41.000 aktive grupper, som vi også har identificeret, er naturligvis også grupper, som henvender sig til de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikere; lige såvel som de er det for resten af befolkningen. Men disse grupper er bare ikke vurderet til at være direkte dedikeret til nogle af de særlige livssituationer, som kendetegner de fire grupper. Det gør dog ikke strikkegrupperne, kæledyrsgupperne, bygrupperne eller sportsgrupperne mindre værdifulde.

Selvom grupper for systemskeptikere ikke fylder meget i det samlede gruppelandskab ville vi i denne undersøgelse præsentere et par eksempler på systemskeptikere og deres bevægelser. I dette kapitel kan du møde Preben og læse om hans gruppe for de, der er bekymrede for 5G-stråling og skeptiske over for, hvorfor ingen af de demokratiske institutioner tager affære.

Men først skal du på næste side introduceres for Ole og hans gruppefællesskab for fladjordstroende. Ole fortæller om, hvordan en af de ellers relativt få grupper for systemskeptikere giver ham og andre fladjordstroende en indgang til et fællesskab, hvor man ikke står helt alene, som man ellers kunne gøre, når man er af kontroversielle overbevisninger.

<1%

af grupperne
er dedikeret til
systemskeptikere

Ole administrerer Facebookgruppen

Jorden er flad. Jorden er ikke en globe. Forening Flat Earth Danmark



”Vi mener jo grundlæggende ikke, at vi har et demokratisk system”

Facebookgruppe:

Jorden er flad. Jorden er ikke en globe. Forening Flat Earth Danmark

Administrator:

Ole Lochmann

Medlemmer:

8.049

Oprettet:

april 2012

Vi er ikke altid enige. Heller ikke om de ting, der synes at være ubestridelige fakta. Så hvor går man hen, når man betvivler det, som alle andre har godtaget som sandheden?

For Ole er Facebookgruppen **Jorden er flad. Jorden er ikke en globe. Forening Flat Earth Danmark** det sted, han går hen for at udveksle synspunkter med andre, der også er skeptiske ved verdens tilstand. Gruppens primære formål er at dele argumenter for, at jorden er flad. Men i virkeligheden handler det om meget mere end det. Ole anser det nemlig som et fællesskab bestående af "vågne" mennesker: "Vi mener jo grundlæggende ikke, at vi har et demokratisk system," understreger han, fordi den virkelighed, vi allesammen lever i og kender til, er orkestreret af et større netværk af magthavere. Det, som størstedelen af mennesker har accepteret som viden, fakta og sandhed, er falskt, mener Ole og andre fladjordstroende. Men selv er de vågnet fra løgnens dvale, og modsætter sig den almene viden og dagsorden. Gruppen bruges derfor som et samdrægtigt forum til at oplyse hinanden om systemets manipulationer og skjulte dagsordener. Hensigten er at udfordre det at jorden er en globe, hvilket de mener er forkert, og i samme ombæring er gruppen også blevet et mødested for "vågne mennesker", som de selv sig. Her kan medlemmerne udveksle synspunkter og afprøve dem i et større forum. "Her er de ikke alene med deres synspunkter," siger Ole. Gruppen **Jorden er flad. Jorden er ikke en globe. Foreningen Flat Earth Danmark** kategoriseres netop derfor som et gruppefællesskab for systemskeptikere: her forsamles de borgere, som ikke længere agter at handle på systemets og den etablerede videnskabs præmisser, og som derfor søger alternative forklaringer på verdens tilstand.

I begyndelsen af gruppens levetid bestod medlemmerne kun af fladjordstroende. Med tiden er gruppen ekspanderet, og i dag består den næsten af flere globetroende, altså dem som tror på jorden er en globe, end fladjordstroende. Ole estimerer, at ud af de godt og vel 8.000 medlemmer, er 1 pct. af dem fladjordstroende. Og det er på godt og ondt. For bølgerne kan nemlig gå rigtig højt, når de to poler mødes i kommentarsporet. Tonen er sjældent venlig, og diskussionerne mellem fladjordstroende og globetroende går oftest blot i ring. Derfor tyer de fleste fladjordstroende til private chatsamtaler for at have de mere specifikke og detaljerede snakke om alternative forklaringer på rumfart, klima og politik. Men for Ole er det ikke udelukkende en negativ ting, at disputationen bliver aggressiv. "For mig er det på en måde en sejr i sig selv, at spørgsmålet "er jorden flad eller rund?" overhovedet kan diskuteres offentligt," mener Ole og fortæller, at diskussionerne faktisk hjælper ham med at træne argumentation og at styrke egne synspunkter.

Facebookgruppe:

Jorden er flad. Jorden er ikke en globe. Forening Flat Earth Danmark

Administrator:

Ole Lochmann

Medlemmer:

8.049

Oprettet:

april 2012

Gruppefællesskabet fungerer både som et debatforum, hvor modsætninger mødes og som et fællesskab for solidaritet og handling uden for konventionelle demokratiske rammer.

"Vi har indset, at når vi er så få mennesker, der er kritiske og vågne, så kan vi jo ikke ændre noget alene og hver for sig. Men vi kan gøre, hvad vi kan for oplyse andre og hinanden om, at der er noget i vores system, som er meget problematisk," fortæller Ole. Trods Ole og de andre fladjordstroende er meget aktive i spredningen af deres budskab, erkender Ole også, at det at debattere på nettet lidt er en narresut, fordi den reelle indflydelse er begrænset. "Bare fordi man poster et eller andet på Facebook, betyder det ikke nødvendigvis, at man har gjort en forskel," siger han. Desuden har det også haft konsekvenser for Oles privatliv, at han har udbasuneret sine holdninger offentligt. Ole fortæller nemlig, at han flere gange er blevet afvist i jobansøgningsprocesser, fordi han administrerer en Facebookgruppe med et kontroversielt et budskab.

På den ene side er gruppen **Jorden er flad. Jorden er ikke en globe. Forening Flat Earth Danmark** et socialt netværk for danske fladjordstroende, der alle deler en grundlæggende mistillid til systemet. Gruppefællesskabet giver støtte til medlemmerne, der ellers ofte føler sig isolerede eller stigmatiserede i samfundet, hvorfor fællesskabet både har politiske men også personlige funktioner. På den anden side bliver deres holdninger konstant udfordret og undergravet af de medlemmer, der er en del af gruppen med hensigten om at mane fladjordsteorien i jorden. Bevægelsen synes derfor aldrig helt at få vokseværk, hvorfor de allermest passionerede fladjordstilhængere søger andre græsgange end Facebookgruppefællesskabet, når de ønsker at debattere jordens og verdens tilstand.

”

Når man har så mange meninger af den kaliber, er man jo lidt udfordret i forhold at være sammen med "almindelige mennesker". Vi kalder os jo selv for "vågne"; det er ment som at vi har forstået at vores regeringer ikke er sat i verden for at beskytte os. Tværtimod. Det er det vi har fundet ud af.

Ole Lochmann

Preben administrerer Facebookgrupper

Nejtil5G.dk: Videnscentret for elektroforurening



”Medlemmerne har en oplevelse af, at der stadig er nogen, der arbejder for dem”

Facebookgruppe:

Nejtil5G.dk: Videnscentret for elektroforurening

Administrator:

Preben Kastrup

Medlemmer:

3.145

Oprettet:

marts 2020

Året er 2019. Preben står på tærsklen til pension, da han støder på et emne på nettet, som han finder ganske interessant: "Det hele startede i virkeligheden, da samtalen om 5G dukkede op på de sociale medier. Jeg havde ikke hørt om det, men jeg kunne da godt huske debatten i 80'erne om mikrobølgeovnen."

Kort sagt handler samtalen om 5G om bekymringerne for, at signalbølger fra 5G-netværk har konsekvenser for mennesker og deres helbred. Prebens interesse er med det samme vakt, og han begynder at dele artikler og opslag om emnet på sin Facebookprofil. Det er dog ikke uden konsekvenser. Prebens søn gør ham opmærksom på, at det indhold, han deler, er ren misinformation; og det bliver til en længere disput mellem far og søn. Samtalen mellem Preben og hans søn afsluttes dog positivt: "Min søn lærte mig utrolig meget om faglig dokumentation og evidens. Vi har det fint nu, men vi har nok ikke det samme synspunkt på elektromagnetisk stråling."

Preben er uddannet i geografi og har arbejdet i regi af jobcenteret, hvor han har haft en del at gøre med udsatte mennesker. Efter at være gået på pension i 2019 dykkede han for alvor ned i debatten om 5Gs effekter. Han blev hurtigt medadministrator af gruppen Folkebevægelsen mod 5G, som i dag har skiftet navn til Folkebevægelsen VITA, for at gardere sig mod at blive fjernet i henhold til Facebooks misinformationsreglement. Gruppen og dets 14.100 medlemmer var særdeles aktive tilbage i 2019, og Preben fortæller, at han blandt andet var med til at arrangere demonstrationer og borgermøder. Prebens digitale fællesskab kom derfor også ud over Facebooks grænser og levede i det fysiske. Han mødte en masse ligesindede, hvor i blandt der var en del, som angiveligt var overfølsomme for 5G-strålingen: "De var meget hårdt ramt og kunne ikke gå eller tage til lægen, fordi der er så meget stråling over alt," fortæller Preben.

Men så kom corona-nedlukningen. Og med Prebens egne ord "smadrede corona alt det arbejde, vi havde lavet, fordi folks fokus blev spredt ud på andre ting". I dag er Preben alene på administratorposten i Folkebevægelsen VITA. Det var i starten et kæmpe arbejde at være administrator, med spam der skulle slettes, og personer der skulle fjernes. Derfor oprettede han gruppen **Nejtil5G.dk: Videnscentret for elektroforurening**. Formålet med gruppen er at skabe et debatforum mellem de, der ikke mener at 5G udgør en sundhedstrussel og de, der mener, "at 5G og anden menneskeskabt ikkeioniserende elektromagnetisk stråling absolut er en sundhedsfare". Her deler han også opslag fra hans hjemmeside af samme navn. Preben fortæller, at driften af hjemmesiden og grupperne kræver næsten lige så meget tid som et fuldtidsarbejde. Tid som han bruger på at lave research, oversætte, skrive artikler, dele artikler og alt derimellem.

Facebookgruppe:
Nejtil5G.dk: Videnscentret for
elektro-forurening

Administrator:
Preben Kastrup

Medlemmer:
3.145

Oprettet:
marts 2020

Preben lægger altså rigtig mange kræfter i at sprede budskabet om 5G-stråling og dets konsekvenser. Og selvom han står alene som formidler og administrator, fastholder flere ting hans entusiasme: "Jeg må desværre sige, at det mest er mig, der holder liv i de grupper," fortæller Preben. Men den manglende deltagelse har ikke kvalt hans entusiasme. "Folk vågner op, og bekymringen er stigende. Det kan godt være, de er vågnet lidt sent op, men de er her. Og de er glade for, at jeg er her, og at jeg er vedholdende," siger han. Så Preben fortsætter ufortrødent arbejdet. Også selvom det ikke altid har været uden modstand at stå for det, som Preben og hans ligesindede står for: "Vi er blevet kaldt idioter, konspirationsteoretikere, sølvpapirshatte, og at det, vi stod for, var løgn og bedrag. Det var alle de værste ting, som folk kunne finde på at fyre af. Nogle startede med at diskutere roligt, andre var aldrig interesserede i dialog. Jeg har lært ekstremt meget om, hvordan man opfører sig ordentligt, og hvordan man på en pæn måde tager imod at blive svinet til" fortæller Preben. Kritikken kan Preben dog ikke selv genkende, fordi ifølge ham selv går han meget op i, at tingene skal kunne dokumenteres. "Så på den måde er jeg jo ikke konspiratorisk," siger han og tilføjer: "Men hvad er konspiratorisk? Det er jo bare at stille spørgsmål til tingenes tilstand."

Så Preben fortsætter. Med at stille spørgsmål, med at dele, og med at drive sine digitale fællesskaber. Selvom grupperne ikke rigtig synes at vinde momentum, og selvom emnet, der debatteres, er kontroversielt, har grupperne stadig en særlig værdi. "Da jeg i sin tid gik ind i det her arbejde og fandt ud af, hvordan Sundhedsstyrelsen fører os bag lyset, der fik jeg også lidt af et chok, og jeg blev ret depressiv i nogle uger," fortæller Preben. Folk som Preben kan altså finde støtte i grupperne, da de her kan møde andre mennesker, der er tyngt af samme bekymringer. Her kan de få en følelse af samhørighed og blive en del af et fællesskab. For vi har alle brug for fællesskab.

”

Medlemmerne har en oplevelse af, at der stadig er nogen, der arbejder for dem. Der er en del, som for eksempel har ekstremt svært ved at finde et sted at bo, fordi der i dag er stråling alle vegne - og det bliver bare værre. Så de har virkelig brug for at vide, at der er nogen, der hører dem, og at budskabet kommer ud.

Preben Kastrup

De borgere, som savner et fællesskab, skaber dem selv; til gavn for alle andre

Danskere er generelt rigtig flittige til at oprette digitale fællesskaber for alt det, vi har til fælles: vores by, vores fag, vores diagnose, vores forældreskab, avl af bichon havanais-hunde, at være på førtidspension eller at have været ung i 80'erne. Faktisk kan vi finde hele 96.903 administratorer og ordstyrere af danske Facebookgrupper med mere end 100 medlemmer.

Fra vores tidligere rapporter om de digitale frivillige, ved vi, at disse administratorer hver uge bruger lang tid på at vedligeholde deres digitale fællesskaber; på alle tider af døgnet. Og det kan måske være fristende at tro, at hvis man befinder sig i en særlig eller sårbar position, så har man ikke har det samme overskud som den øvrige befolkning til at oprette og drive digitale fællesskaber. Det er bare ikke tilfældet. Faktisk finder vi, at mere end dobbelt så mange af de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne er administratorer sammenlignet med den øvrige befolkning. Så blandt de digitale frivillige er de fire grupper signifikant overrepræsenterede set i forhold til den øvrige befolkning.

To af dem, der selv har dannet de digitale fællesskaber, de havde behov for, kan du møde nu. På de kommende sider vil blive introduceret for Anne, som er stifter og administrator for et digitalt fællesskab for dem, der har ar på sjælen og brug for et fællesskab at læne sig op ad. Beretningen om Anne og hendes Facebookgruppe **Livet bag facaden** er et fint eksempel på, at selvom man befinder sig i en sårbar livssituation, så er det ikke ensbetydende med, at man ikke har styrke og overskud til at skabe og forvalte et rum for andre, som står i lignende situationer.

Men allerførst skal du møde Trine og læse om hendes gruppe, **Pårørende mod spiseforstyrrelser**. Trines personlige kamp for at få sin spiseforstyrrede datter tilbage til livet resulterede i, at hun oprettede en Facebookgruppe i håbet om at få bare en smule uformel sparring; men gruppen skulle vise sig at blive redningskransen for et utal af pårørende, som også kæmpede den samme kamp som Trine.

96.903

danskere administrerer
én eller flere
Facebookgrupper



Trine administrerer Facebookgruppen

Pårørende mod spiseforstyrrelser



”Det er et fuldstændig
uundværligt rum”

Facebookgruppe:
Pårørende mod spiseforstyrrelser

Administrator og initiativtager:
Trine Oxvig

Medlemmer:
1.500

Oprettet:
maj 2014



I 2013 blev cirka 1.500 børn og unge diagnosticeret med en spiseforstyrrelse (Kleist, 2022). En af dem var Trines 15-årige datter. En tragedie af sådan kaliber er der ingen, der kan forberede sig på. Heller ikke Trine. Hurtigt fandt hun dog ud af, at spiseforstyrrelser ikke blot er noget, der sker for den syge; det rammer hele familien. Trods omgangskredsens velmenende ord og sympati, oplevede Trine, at der ikke rigtig var nogen, som forstod, hvor hårdt det i sandheden er at skulle kæmpe mod en spiseforstyrrelse. "Jeg savnede nogle ligesindede," fortæller Trine. Dette afsavn skulle lede til oprettelsen af Facebookgruppen **Pårørende mod spiseforstyrrelser**: "Det lå lige for at oprette et digitalt fællesskab, for det der med at komme ud af døren, når man har et barn, der er så syg, det er ikke en mulighed."

Formålet med gruppen er klart: Det skal være et trygt rum at dele og sparre i. Her skal medlemmerne kunne sige alt det højt, de ikke føler, de kan sige andetsteds. Målgruppen er smalt defineret og hårdt optegnet, og der bliver kun tildelt medlemskab til dem, der er primære omsorgspersoner for et barn (eller i sjældne tilfælde en voksen), som er diagnosticeret med en spiseforstyrrelse. Det er altså ikke for fagpersoner; det er ikke for den spiseforstyrrede selv; det er ikke for pårørende til en med en udiagnosticeret spiseforstyrrelse; det er ikke for sekundære omsorgspersoner, journalister, medier eller andre interesserede. Og ingen bliver lukket ind i gruppen uden forudgående dialog med Trine eller en af de andre medadministratorer. "Det er det, der gør, at gruppen er så sund og anvendt alle årets dage: at stå fuldstændig fast og urokkeligt på, hvem målgruppen er, og hvem gruppen er til for," understreger Trine. Hvis ikke man bliver tildelt medlemskab i gruppen vil Trine og hendes medadministratorer altid forsøge at henvise til øvrige, gratis tilbud.

Trine ser det som bydende nødvendigt at være "en opmærksom formålsvogter", fordi gruppen kun kan være, hvad den er, hvis der værnes om medlemmernes sikkerhed og tryghed: "Det bliver jo delt i gruppen, når der er børn, der har taget deres eget liv. Det er så tunge livshistorier, at man slet ikke kan forstå det, hvis man står uden for det her. Derfor skal medlemmerne vide, at de deler gruppen med nogen, der står i helt samme livssituation. Der skal de ikke sidde og dele med nysgerrige journalister eller behandlere, de kan risikere at møde i psykoterapien på tirsdag." Selvom medlemmerne befinder sig i desperate og pressede livssituationer, har de stadig tid, lyst og overskud til at være der for hinanden, fortæller Trine: "Alle kan ret hurtigt og med stor lethed spejle sig i hinandens fortællinger. De ved jo selv, hvor tungt det kan være, så hvis man sidder inde med nogle erfaringer, så vil man gerne give videre." Den fælles sorg er for medlemmerne en trøst, og det giver håb at læse om, at andres børn er i bedring.

Facebookgruppe:
Pårørende mod spiseforstyrrelser

Administrator:
Trine Oxvig

Medlemmer:
1.500

Oprettet:
maj 2014



Trine fortæller også, at de i gruppen har en slags kollektiv sparegris, til når der er medlemmer, som har brug for lidt ekstra: "Vi har det, vi kalder en kagedåse. Det vil sige, jeg administrerer en MobilePay Box, hvor gruppemedlemmerne selv bestemmer, hvorvidt og hvor meget de har lyst til at indbetale. Det er en kasse, vi bruger, når der er nogen, der trænger til en særlig trøst. Det er ikke så længe siden, jeg brugte boksen til en buket blomster til en mor, der netop havde mistet sin datter til selvmord lige efter udskrivelse fra psykiatrien. Så sender jeg på vegne af gruppen en buket eller et gavekort til noget massage, eller hvad det nu kan være."

Trods det ofte er tragiske omstændigheder, der leder til, at kagedåsen tages i brug, vidner den også om et unikt gruppefællesskab; et fællesskab præget af omsorg, støtte og årvågenhed: "Det er en gruppe, hvor folk er meget hjælpsomme" siger Trine, og fortæller at hvis der for eksempel er en forælder i Horsens, hvis barn skal døgnindlægges, så er der oftest nogen fra gruppen, som bor i nærheden, der rækker ud og tilbyder "at hjælpe med at passe hunden, eller hvis der er andet praktisk, de har brug for hjælp til."

Pårørende mod spiseforstyrrelser fungerer som et sikkerhedsnet, der både benyttes og forvaltes af medlemmerne. Et sikkerhedsnet som ellers kan være svært at finde andetsteds. For systemet omkring psykiatrien er en kafkask oplevelse at skulle navigere i, og Trine fortæller, hvor "forstemmende det er at læse om, hvor ens fortællingerne er på tværs af regioner." Nogle gange har Trine af denne årsag overvejet at lukke gruppen, fordi det simpelthen er for tungt det, der foregår i gruppen. Men gruppen har alt for stor værdi til, at hun nogensinde kan eller vil lukke den ned: "Jeg kan se hver eneste dag, når jeg skummer dagens indlæg, hvad meningen med gruppen er. Den bliver nødt til at leve videre. For hvor skulle de ellers gå hen? Der findes ikke noget lignende." Trines frivilligt drevne gruppe er altså gået hen og blevet stedfortræder for det system, der gang på gang viser sig at være utilstrækkeligt.

”

Der er mange, der udtrykker, at den her gruppe betyder alverden for dem og at det er den der gør, at de stadig kan stå op om morgenen og ikke har kastet sig selv ud af vinduet. Så det er et fuldstændig uundværligt rum. Det er nogle år siden, jeg selv har brugt den til sparring, så ind imellem har jeg overvejet at lukke den. Men det kan jeg simpelthen ikke. Fordi for mig er gruppen et hjertebarn. Jeg kan se, hvad det er for en forskel, den gruppe gør for mennesker, der er i krise.

Trine Oxvig



Anne administrerer Facebookgruppen

Livet bag facaden



”Jeg har reddet liv.
Simpelthen.”

Facebookgruppe:
Livet bag facaden

Administrator:
Anne H. Christensen

Medlemmer:
142

Oprettet:
april 2012



En aften i 2012 sidder Anne alene med sig selv og sine tanker. År forinden har hun prikket hul på bylden af traumer fra hendes opvækst i en dysfunktionel familie. Det arbejde, der ligger i at skulle bearbejde sådanne psykiske skrammer, er en særlig tung byrde for Anne denne aften. Som hun selv fortæller, er hun "helt nede i kulkælderens," og har ingen energi til andet end at sidde og klikke hvileløst rundt på internettet. Annes ulykkelighed skal dog vise sig at blive startskuddet til et digitalt fællesskab for andre, der har de samme ar på sjælen som Anne. Denne aften i leder nemlig til oprettelsen af facebookgruppen **Livet bag facaden**.

Livet bag facaden er et lukket gruppefællesskab på Facebook for voksne, der kæmper med senfølgerne af en opvækst i dysfunktionelle familie- eller hverveomstændigheder. Gruppen udsprang af Annes egne erfaringer med traumer, ensomhed og behovet for et sted at dele svære følelser uden nødvendigvis at skulle forlade hjemmets trygge rammer. Formålet med **Livet bag facaden** var at skabe et digitalt fristed, hvor medlemmer kunne støtte hinanden gennem samtaler om relationer, behandling, hverdagsproblemer og alt derimellem.

En central regel i gruppen har hele tiden været, at der tales respektfuldt til hverandre. Det betyder, at der ikke efterlades nedladende kommentarer eller andre former for fordømmende ytringer som for eksempel grine-emojis. Anne ser det som sit ansvar som administrator af gruppen at håndhæve denne nultolerancekultur. Hun har derfor tidligere følt sig nødsaget til at smide et medlem ud af gruppen på grund af, at vedkommende blev ved med at efterlade nedladende og til tider voldsomme ytringer i kommentarsporet. Heldigvis er det kun sket denne ene gang, fortæller Anne, men rammesætningen har gjort, at gruppen erotorisk for at være et trygt og velfungerende forum, hvor medlemmerne selv bidrager til at fastholde kulturen.

For mange af medlemmerne har fællesskabet haft enorm betydning. Det digitale gruppeformat har muliggjort, at medlemmerne har haft ligesindede at spejle sig i, styrket deres selvtillid og -værd samt hjulpet dem med at slippe deres skyld og skam. "Jeg har reddet liv. Simpelthen" siger Anne. Gruppen har altså fungeret som den redning, medlemmerne havde brug for, men som de ikke kunne finde andetsteds. Det digitale format har gjort det muligt at deltage for mennesker, der ellers ikke ville kunne mødes fysisk på grund af social angst, økonomi eller geografisk distance. Samtidig har det også i nogle tilfælde fungeret som et springbræt til at turde indgå i fysiske fællesskaber.

Anne er også administrator for Facebookgruppen Landsforeningen Spor, som er en fysisk forening for voksne, der har været ofre for seksuelle overgreb i barndommen. Spor-gruppen er også oprettet af Anne i samarbejde med sekretariatet i Landsforeningen Spor.

Facebookgruppe:
Livet bag facaden

Administrator:
Anne H. Christensen

Medlemmer:
142

Oprettet:
april 2012



Spors Facebookgruppe har hurtigt udviklet sig til at blive et centralt samlingspunkt. Medlemskab af Spors Facebookgruppe er forbeholdt dem, der specifikt har været udsat for seksuelle overgreb, hvilket gør fællesskabet mere målrettet end **Livet bag facaden**. Mange tidligere medlemmer fra **Livet bag facaden** er flyttet over i Spor-gruppen, og i dag er **Livet bag facaden** næsten inaktiv og fungerer mest som sikkerhedsnet for enkelte medlemmer. Anne har flere gange overvejet at lukke gruppen helt ned, men flere medlemmer har bønfalet hende at lade gruppen leve videre trods inaktiviteten. **Livet bag facaden** er nemlig stadig tryghedsskabende for mange medlemmer i kraft af gruppens blotte eksistens. For mange har gruppen været livsforandrende, og selvom de fleste medlemmer i dag har fået det bedre, betyder det, at gruppen stadig eksisterer, at medlemmerne altid kan vide sig sikre på, at de har et sted at gå hen, hvis nu de skulle få brug for fællesskabet igen.

Landsforeningen Spors Facebookgruppe er fortsat et levende og stærkt fællesskab. Annes indsats som administrator og stifter af de to grupper har dermed haft betydning langt ud over det personlige initiativ. Hun har været med til at danne en ramme, hvor mennesker med tunge traumer kan finde støtte, håb og nye veje frem. Annes klare rammer for en gruppekultur baseret på respekt, omsorg og ordentlig tone har banet vejen for at mennesker, der hidtil har måtte bære bagagen fra deres fortid alene, har kunne møde andre med samme baggrund og i fællesskab undgå at drukne i de skamfulde oplevelser fra deres barndom.

Erfaringerne fra **Livet bag facaden** peger på, at de digitale fællesskaber kan være stærke redskaber i arbejdet med de allerværste traumer og psykiske udfordringer. Klare rammer og grænser er afgørende for at skabe en sund kultur, og her spiller administratoren en central rolle i at sætte tonen. Samtidig viser gruppens historie, hvordan digitale fællesskaber kan udvikle sig over tid og tilpasse sig medlemmernes behov.

”

Det er det der med at have nogen at spejle sig i, det er så altafgørende vigtigt. Og især når man aldrig har haft nogen at spejle sig i, når man altid har følt sig anderledes og forkert. Det betyder jo alverden ikke at skulle føle det længere.

Anne H. Christensen

Refleksion:

Er nultolerance lig med intolerance?

I denne rapport er en gennemgående pointe, at de digitale gruppefællesskaber er rummelige og imødekommende refugier, hvor der er hjælp at hente i livets særlige og sårbare situationer og positioner. Derfor kan det måske virke paradoksalt at læse, at nogle af gruppefællesskaberne har strenge adfærdsregler, at administratorer smider folk ud eller at grupperne er lukkede og kræver, at man lever op til visse kriterier, før man kan få adgang til dem. Måske tænker du: hvordan kan de udsattes, mindretallets, de socialt søgendes og systemskeptikernes grupper siges at være rummelige sikkerhedsnet, hvis ikke alle er velkomne?

Det er et godt spørgsmål og lidt af et toleranceparadoks. Men det er faktisk en af grundpillerne i de gode, digitale fællesskaber og en af årsagerne til, at disse gruppefællesskaber fungerer bedre end for eksempel åbne, uregulerede grupper eller medie- og politiksider. I de regulerede grupper accepteres hverken had, hån eller hårde toner. Her er det medlemmerne og administratorerne, der svinger taktstokken. Men hvordan ved man egentlig, hvem der skaber dårlig stemning? Det kan man heller ikke altid vide med sikkerhed. Til gengæld kan man tage sine forholdsregler.

Gruppeadministratorerne gør nemlig et stort refleksionsarbejde i forhold til, hvad det er for en gruppe, de ønsker at tilvejebringe. Og netop her opstår et interessant paradoks: Nogle gange skabes de mest rummelige fællesskaber ved ikke at være grænseløst rummelig. Her er det mest tolerante, man kan gøre, netop ikke at tolerere de intolerante.

Lad os sige at du administrerer en gruppe for danske, muslimske mødre. Det mest tolerante, du kan gøre over for dine medlemmer, er at smide islamofober på porten, hvis de har infiltreret fællesskabet. Det nytter ikke at tillade alt og alle. For hvis du siger: "her er alle velkomne," så får du også alle. Revl såvel som krat. Og til sidst risikerer du, at kernemedlemmerne forlader din gruppe og starter deres egen, som passer bedre til deres fællesskabsbehov.

Til tider kan det også være tilfældet, at du bedst repræsenterer din gruppes interesser ved ikke at lukke dem ind, som ikke opfylder kriterierne; uagtet hvor søde, venlige og ordentlige medlemmer de måtte være. Hvis der for eksempel er en, der gerne vil være medlem af din gruppe, som er dansk muslim, men som ikke er mor, så kan det være bedst at holde døren lukket for dem. For hvis din gruppes medlemmer forventer og tror, at gruppen udelukkende er for andre i samme livssituation – at være dansker, at være muslim, at være mor – ja, så påvirker det unægteligt gruppens atmosfære og debat, hvis mindre relevante stemmer vejer ind. Hvis man har et gruppefællesskab, som henvender sig til en helt særlig livssituation, er der ikke plads til at tage chancer med medlemmer, der potentielt kan korrumpere gruppens hensigt og stemning.

Det bør derfor ikke opfattes som en negativ ting, når grupper har stramme regler for opførsel eller optagelse. For det er nemlig en af disse ting, som gør, at de udsattes, mindretallets, de socialt søgendes og systemskeptikernes grupper er så særegne. Tonen er bedre, og der er plads til hvert enkelt medlem; netop fordi der aktivt gøres plads. Der er luget ud i både tidsler og mælkebøtter så de, som gruppen er tilegnet, kan få lov at blomstre. Derfor er det ikke altid tilfældet, at nultolerance er lig med intolerance. Tværtimod.



Afslutning

De digitale fællesskaber betyder lidt for de mange og meget for de få

Anne har reddet liv, Kasper gør plads, og Trine vogter et livsnødvendigt rum. Administratorerne af Facebookgrupperne er fællesskabernes initiativtagere, vejvisere og formyndere. Disse fællesskaber har en helt særlig værdi for de danskere, der på den ene eller anden måde er sårbare og sat uden for fællesskabet. For det kan være svært, ja, næsten umuligt at finde andre, som også er adopteret, lider af den samme sygdom, eller går igennem de samme livsomvæltninger som en selv, hvis man kun leder i det fysiske civilsamfund.

I rapporten har vi med udgangspunkt i empirien destilleret, hvem det er, der særligt får værdi af de digitale fællesskaber; og det er navnlig de mennesker, som befinder sig i en særlig eller sårbar livssituation. Blandt dem har vi identificeret de **udsatte**, som dem med de tunge samfundsproblemer, **mindretallet**, som dem der ikke er som de fleste, de **socialt søgende**, som dem der er ufrivilligt alene eller pludselig står i isolerende livssituationer, samt **systemskeptikerne**, som dem der har tabt tilliden til systemerne. Disse fire grupper har særlig gavn af og benytter i særlig grad det, at der i den digitale sfære findes unikke muligheder for at komme indenfor i fællesskabets varme.

Mange af os har for travlt til at afsætte tid og energi til at drikke kaffe med vores ensomme nabo. Andre er forhindrede i at melde sig under det traditionelle civilsamfunds faner. Et øre, der lytter, kan altså være svært at opstøve. Det at være anderledes eller at være i en særlig livssituation udgør stadig en barriere for samvær for flere; og i nogle tilfælde en risiko for at blive gjort fortræd. Her bliver de digitale fællesskaber det sikkerhedsnet, der griber, når de fysiske fællesskaber er uden for rækkevidde. Og ofte bliver de den nænsomme vej ind i andre og flere fællesskaber.

De digitale fællesskaber tilvejebringer en enestående mulighed for at udvise medborgerskab i hverdagens huller via et nyt format, som viser sig mere tilgængeligt for nogle af de mest sårbare. I sidste ende er det nemlig medlemmerne, der udgør kernen af de digitale fællesskaber. Det er dem, der giver digitale kram, når dit barn er alvorligt sygt; det er dem, der inviterer på kaffe, når du søger en ven; det er dem, der giver virtuelle skulderklap, når du når dine mål; det er dem, der tager sig tid til at give gode råd, fordi de har stået i samme situation; og det er dem, der til sammen er til stede i alle døgnets timer. Også selvom de ikke kender dig.

Men er Facebook det sted, det digital civilsamfund skal bo?

Facebook er i stigende grad blevet et usikkert og uforudsigeligt sted at drive digitale fællesskaber. Platformen kontrollerer adgang, synlighed og regler uden reel gennemsigtighed eller mulighed for appel. Manuelle moderationsværktøjer afskaffes til fordel for AI-systemer, der ikke fungerer i en dansk sproglig og kulturel kontekst. Grupper kan lukkes uden varsel, administratorer udelukkes fra deres egne fællesskaber, og ellers legitimt indhold kan afvises, alene fordi det henviser til hjemmesider, Meta ikke bryder sig om. Magten er ensidig og uden demokratisk modvægt. Og kvaliteten på de store platforme falder mærkbart.

Samtidig prioriteres kvantitet alt for ofte over kvalitet. Flere brugere, mere aktivitet, mere data. Resultatet er det, der bredt betegnes som "enshittification", hvilket betyder, at produkterne bliver dyrere, ringere og serverer massive mængder lavkvalitetsindhold. Falske profiler, autogenereret spam, svindel og porno fylder mere og mere ofte med platformenes passive eller aktive medvirken.

Tech-giganternes produkter, herunder Facebook, Instagram og X, er blevet så dårlige, at mange af de administratorer, vi snakker med, overvejer, hvor deres fællesskaber kan flytte hen.

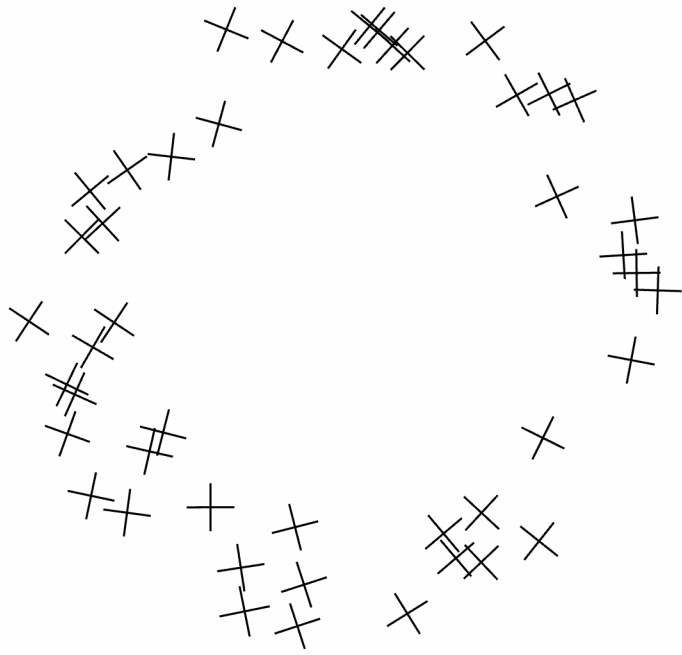
Det er muligt, at vi ser ind i et fremtidsscenario, hvor platformene eroderes, og flere digitale fællesskaber bliver hjemløse. Risikoen er et fragmenteret digitalt civilsamfund, hvor fællesskaber forvitres, ekkokamre forstærkes, og borgere med lavere digitale kompetencer tabes på gulvet.

Samtidig er forudsætningerne for forandring bedre end nogensinde. Teknologier, der for få år siden var dyre og komplekse, er i dag billigere og mere tilgængelige. Det gør det realistisk at opbygge sikre, demokratiske og medlemsejede platforme, hvor fællesskabet er i centrum. Hvis digitale fællesskaber skal have et bæredygtigt hjem i fremtiden, kræver det et opgør med de kommercielle megaplatforme og en målrettet indsats for at lade nye, fællesejede alternativer spire.



Hvis jeg vidste, hvor jeg ellers skulle flytte gruppen hen i stedet for Facebook, så havde jeg gjort det med det samme.

Trine Oxvig
Medadministrator af "Pårørende mod spiseforstyrrelser"



EN SÆRLIG TAK TIL

Andrea Nielsen (Østifterne)
Anna Ørtoft (Analyse & Tal)
Anne Sofie Juel Hansen (Sabaah)
Anne Sofie Wulff (Dansk Ungdoms Fællesråd (DUF))
Annemette Krabbe (Red Barnet)
Anni Marquard (CfDP)
Annika Svensson (AskovFonden)
Camilla Ander Paarup (AskovFonden)
Cecilie Astrupgaard (Analyse & Tal)
Charlotte Niss (Socialt Udviklingscenter SUS)
Dorte Nørregaard (Videnscenter om Handicap)
Helle Dalgaard Lauridsen (Mødrehjælpen)
Jan Pedersen (SIND / Skizofreniforeningen)
Jette Clemmensen (TiD (Transpersoner i Danmark))
Jørgen Anker (Egmont Fonden)
Lise Trier Larsen (Ombold)
Margit Nygård Mikkelsen (Røde Kors)
Maria Blankensteiner (Enestående Forældre)
Maria Kavita Nielsen (Mind Your Own Business)
Mariem Hady (Mino Danmark)
Mette Blauenfeldt (DRC Integration)
Mette Pless (EVA)
Mia Arp Fallov (AAU)
Mia Kristina Hansen (SIND-Landsforeningen for psykisk sundhed)
Preben Engelbrekt (Det Nationale Sorgcenter)
Rie Ljungmann (Røde Kors Parat)
Sarah Steinitz (Dronning Marys Center)
Viktor Øvlisen (Autisme ungdom)



Bilag Litteratur

- Als Research (2022). *Nydanske LGBT+personers levevilkår og støttebehov*. Als Research. Tilgængelig på:
<https://www.alsresearch.dk/uploads/Rapport_nydanske_LGBT_Als_Research.pdf> [Tilgået 09. februar 2026].
- Analyse & Tal (2022). *Danmarks Digitale Medborgerhuse*. Analyse & Tal F.M.B.A.. Tilgængelig på:
<https://www.ogtal.dk/assets/files/Danmarks-Digitale-Medborgerhuse_compressed_2023-03-14-102118_vuig.pdf> [Tilgået 09. februar 2026].
- Analyse & Tal (2024). *Danmarks Digitale Frivillige*. Analyse & Tal F.M.B.A.. Tilgængelig på:
<<https://www.ogtal.dk/publikationer/danmarks-digitale-frivillige>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Analyse & Tal og Tænk tanken Mandag Morgen (2022). *Demokratisk mistillid og afmagt - En undersøgelse af årsagerne bag og reaktionerne ved demokratisk utilfredshed*. Tænk tanken Mandag Morgen. Tilgængelig på:
<<https://www.ogtal.dk/assets/files/Demokratisk-afmagt-rapport.pdf>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Ankestyrelsen (2024). *Adoptionsformidlingen fra Sydkorea til Danmark i 1970'erne og 1980'erne*. Ankestyrelsen. Tilgængelig på:
<<https://cdn.ast.dk/ankestyrelsen/Media/638733164077013233/Adoptionsformidlingen-fra-Sydkorea-til-Danmark-i-1970erne-og-1980erne.pdf>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Bech-Jørgensen, B. (2000). *Hjemløses boliger*. I: Bech-Jørgensen, B. & Kristiansen, S. (red.), *Sociale perspektiver*. Aalborg: Forlaget ALFUFF, s. 187-209.
- Canger, T. (2007). *Mellem minoritet og majoritet - et ikke-sted: minoriserede unges biografiske fortællinger om uddannelse, normalitet og andethed*. Roskilde Universitet. Tilgængelig på:
<https://www.ucviden.dk/files/92753889/tekla_rev.pdf> [Tilgået 09. februar 2026].
- Danmarks Statistik (2025). *FOLK1AM: Befolkningen den 1. i måneden efter område, køn og alder*. Danmarks Statistik. Tilgængelig på:
<<https://www.statistikbanken.dk/FOLK1AM>> [Tilgået 08. september 2025].
- Djøf (2023). *Minoriteter oplever i højere grad stress på jobbet*. Djøf. Tilgængelig på: <<https://www.djoef.dk/-/media/documents/a/analyser/minoriteter-oplever-i-højere-grad-stress-p-jobbet.pdf>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Djøf Forlag (2024). *Magt og afmagt: konspirationsteorier i Danmark og udlandet*. *Økonomi & Politik*, 97(2).

- Det Nationale Partnerskab mod Ensomhed (2023). *Sammen mod ensomhed – en national 2040 Strategi for nedbringelse af ensomhed i Danmark*. Folkebevægelsen mod Ensomhed. Tilgængelig på: <<https://modensomhed.dk/wp-content/uploads/2017/09/National-ensomhedsstrategi-2023-PRINT.pdf>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Foreningen Lige Adgang (2023). *Etnisk minoritetsstress på arbejdspladsen - En undersøgelse af erfaringer med etnisk minoritetsstress samt anbefalinger til danske arbejdspladser*. Velliv Foreningen. Tilgængelig på: <https://fiu-ligestilling.dk/wp-content/uploads/2024/05/En-arbejdsplads-uden-etnisk-diskrimination_NET.pdf> [Tilgået 09. februar 2026]
- Institut for Menneskerettigheder (2011). *Begrebskatalog*. Institut for Menneskerettigheder. Tilgængelig på: <https://menneskeret.dk/files/media/dokumenter/laeringsportalen/udskoling/drop_diskrimination/begrebskatalog.pdf> [Tilgået 09. februar 2026].
- Jensen, Kræn Blume (2016). *Hvem er de udsatte, og hvordan hjælper vi dem?*. Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. Tilgængelig på: <<https://www.vive.dk/da/udgivelser/hvem-er-de-udsatte-og-hvordan-hjaelper-vi-dem-ozoy27xn/>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Khawaja, I. (2022). *Minoritetsstress: Begrebet, dets anvendelighed og potentiale*. *Kvinder, køn & forskning*, (2), s. 91–107.
- Kleist, B. H. (2022). *Behandlingsindsatsen blandt borgere med spiseforstyrrelse*. KL. Tilgængelig på: <<https://www.kl.dk/media/qnsms2rg/behandlingsindsatsen-blandt-borgere-med-spiseforstyrrelse.pdf>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Langen, L. D. (2023). *Halvdelen af danskerne nærer mistillid til systemet: »Der er en stemning af, at tingene går i den forkerte retning«*. Politiken. Tilgængelig på: <<https://politiken.dk/danmark/art9614954/%C2%BBDer-er-en-stemning-af-at-tingene-g%C3%A5r-i-den-forkerte-retning%C2%AB>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Larsen, J.E. (2009). Forståelser af begrebet social udsathed. I: *Udsat for forståelse - Antologi om socialt udsatte*. Rådet for Socialt Udsatte, s.17–41.
- Mary Fonden (2024). *Ensomhed i Danmark - En afdækning af omfanget og forståelser af ensomhed i befolkningen*. Mary Fonden. Tilgængelig på: <<https://www.maryfonden.dk/wp-content/uploads/2024/07/Ensomhed-i-Danmark-Befolkningsundersogelse.pdf>> [Tilgået 09. februar 2026].

- Rådet for Socialt Udsatte (2021). *Socialt Udsattes Situation - Årsrapport 2020*. Rådet for Socialt Udsatte. Tilgængelig på:
<https://udsatte.dk/files/media/document/%C3%85rsrapport%202020_R%C3%A5det%20for%20Socialt%20Udsatte.pdf> [Tilgået 09. februar 2026].
- Sundhedsstyrelsen (2022). *Den Nationale Sundhedsprofil 2021*. Sundhedsstyrelsen. Tilgængelig på:
<<https://www.sst.dk/media/javjd1a4/sundhedsprofilen.pdf>> [Tilgået 09. februar 2026].
- VIVE (2017). *Fællesskabsmålingen 2017 - En undersøgelse af livsvilkår og social eksklusion i Danmark*. Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. Tilgængelig på:
<<https://www.vive.dk/media/pure/4vl7qpzj/849308>> [Tilgået 09. februar 2026].
- VIVE (2022a). *Fællesskabsmålingen 2022 - En undersøgelse af livsvilkår og social eksklusion i Danmark*. Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. Tilgængelig på:
<<https://www.vive.dk/media/pure/rv7dodvn/17610747>> [Tilgået 09. februar 2026].
- VIVE (2022b). Kortlægning af homo- og biseksuelles samt transpersoners levevilkår og samfundsdeltagelse. Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. Tilgængelig på:
<<https://www.vive.dk/media/pure/0xgel1vk/8565518>> [Tilgået 09. februar 2026].
- VIVE (2025a). *Fællesskabsmålingen 2025 – Veje ind og ud af social eksklusion*. Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. Tilgængelig på:
<<https://tryghed.dk/-/media/files/pdf/publikationer/2025/2025-faellesskabsmaalingen---veje-ind-og-ud-af-social-eksklusion.pdf>> [Tilgået 09. februar 2026].
- VIVE (2025b). *Frivillighedsundersøgelsen 2024 – En repræsentativ befolkningsundersøgelse af udviklingen i danskernes frivillige arbejde*. Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. Tilgængelig på:
<<https://www.vive.dk/media/pure/yze6250x/28205139>> [Tilgået 09. februar 2026].
- Türker, S. (2021). *En ud af ni danskere tror, vi bliver styret af en hemmelig elite. Hvorfor gør de det?.* Zetland. Tilgængelig på:
<<https://www.zetland.dk/historie/soV7A93G-aegJG0Zj-f301e>> [Tilgået 09. februar 2026].



Bilag

Om intersektionalitet

Intersektionelt blik

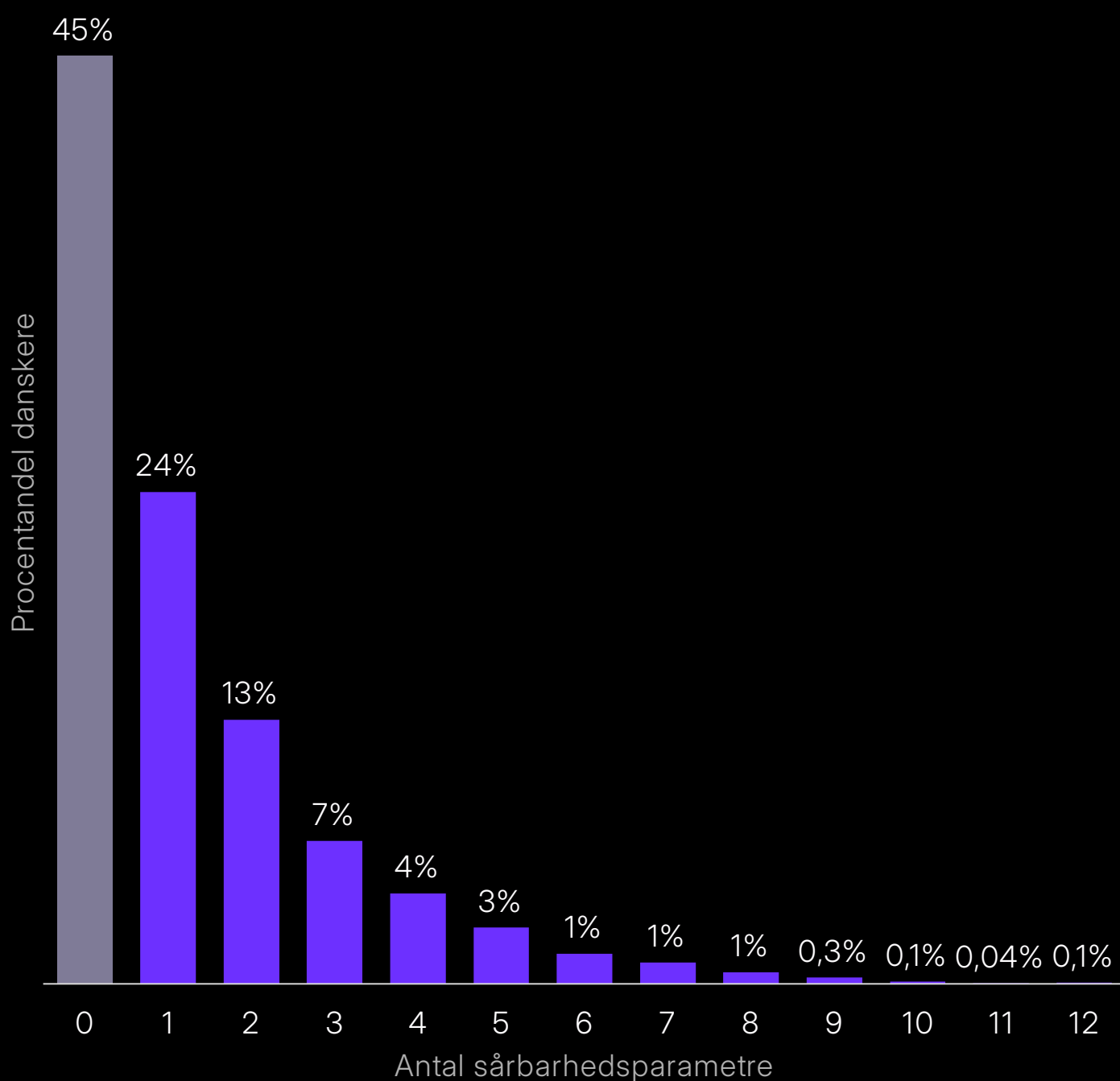
I definitionerne af de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne nævner vi, at det at være i en særlig eller sårbar livssituationer oftest kan forstærkes i kombination med flere eller andre former for sårbarhed. Det er derfor værd at tale lidt om begrebet intersektionalitet.

Intersektionalitet er et begreb forfattet af den amerikanske jurist Kimberlé Crenshaw i 1989, og er et perspektiv på, hvordan en persons forskellige identitetsmarkører, såsom deres køn, etnicitet og seksualitet, påvirker deres adgang til muligheder og privilegier. Intersektionalitet kan forstås som det, at forskellige former for ulighed ofte opererer sammen og forværrer hinanden. Pointen med at have blik for intersektionalitet er at tage højde for individer, der befinder sig i intersektionen, altså i krydsfeltet, mellem flere forskellige former for sårbarhed eller marginalisering, hvilket skaber særegne og nye former for ulighed og diskrimination. Intersektionalitet er således interaktionen mellem og de kumulative virkninger af flere former for diskrimination, der påvirker menneskers dagligdag.

At vurdere særlige og sårbare livssituationer ud fra et intersektionelt perspektiv, betyder derfor, at vi bevæger os ud over en analyse af sårbarhed på et individuelt plan til også at omfatte bredere samfundsstrukturer og magtrelationer. Mennesker, der for eksempel oplever hjemløshed, står altså oftest over for yderligere former for diskrimination. De oplever formentlig fattigdom, som kan forværres af psykiske problemer, substansafhængighed, somatiske sygdomme og lignende. Når regeringer laver strenge love omkring hjemløshed, kriminaliserer og diskriminerer de derfor i bund og grund baseret på fattigdom, helbred, evner og så videre.

Det intersektionelle perspektiv bør derfor vejlede socialt arbejde og samfundsorganisering idet det kan tilvejebringe indsigt i de forskellige oplevelser og behov hos individer, der tilhører marginaliserede befolkningsgrupper. Uden intersektionalitetskonceptet kan vi ikke adressere de mangefacetterede oplevelser af sårbarhed, eksklusion og diskriminationer, der forekommer i Danmark. En sort kvinde, en transkønnet i Vandkantsdanmark eller en hjemløs med funktionsvariationer kan alle blive udsat for diskrimination, der er formet af alle dele af deres identitet; ikke kun én. Sagt på en anden måde så opleves al ulighed og sårbarhed ikke på samme vis, og det her det som et intersektionelt blik kan belyse. Hvis vi som samfund skal udforme løsninger og hjælp, må vi også lytte til de mennesker, der står over for flere former for undertrykkelse og sårbarhed, så vi kan forstå det fulde billede.

31% af befolkningen er i sårbare livssituationer på mere end én måde

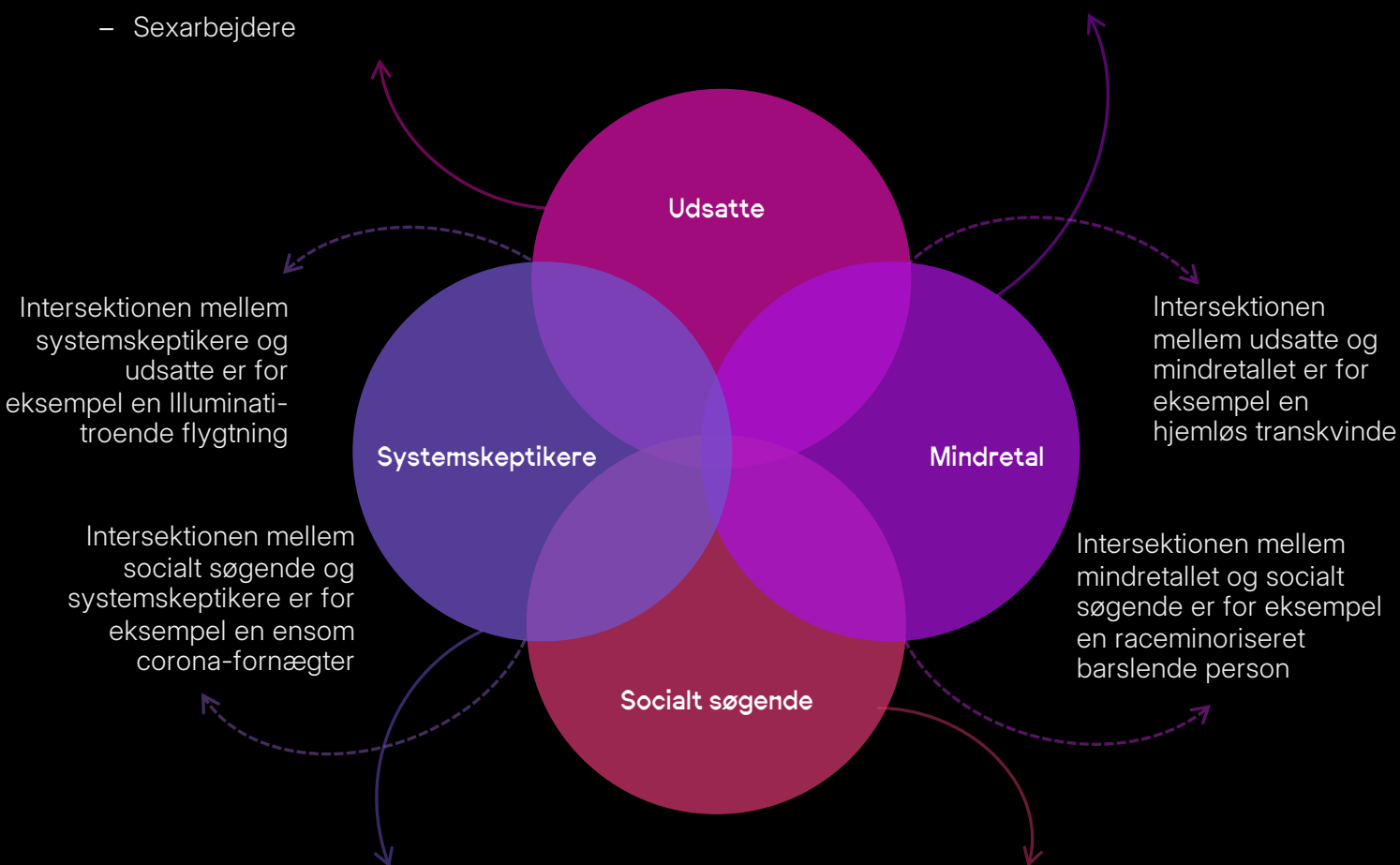


Eksempler på udsatte:

- Somatisk syge
- Psykisk syge
- Hjemløse
- Substansafhængige
- Økonomisk trængende
- Flygtninge
- Langtidsledige og førtidspensionister
- Børn (≤17 år) fra forsømmelige familier
- Ofre for vold og omsorgssvigt
- Sexarbejdere

Eksempler på mindretal:

- Kønsminoriserede
- Seksualitetsminoriserede
- Praktiserende religiøse personer
- Migranter og expats
- Adopterede personer
- Raceminoriserede
- Sprogligt minoriserede

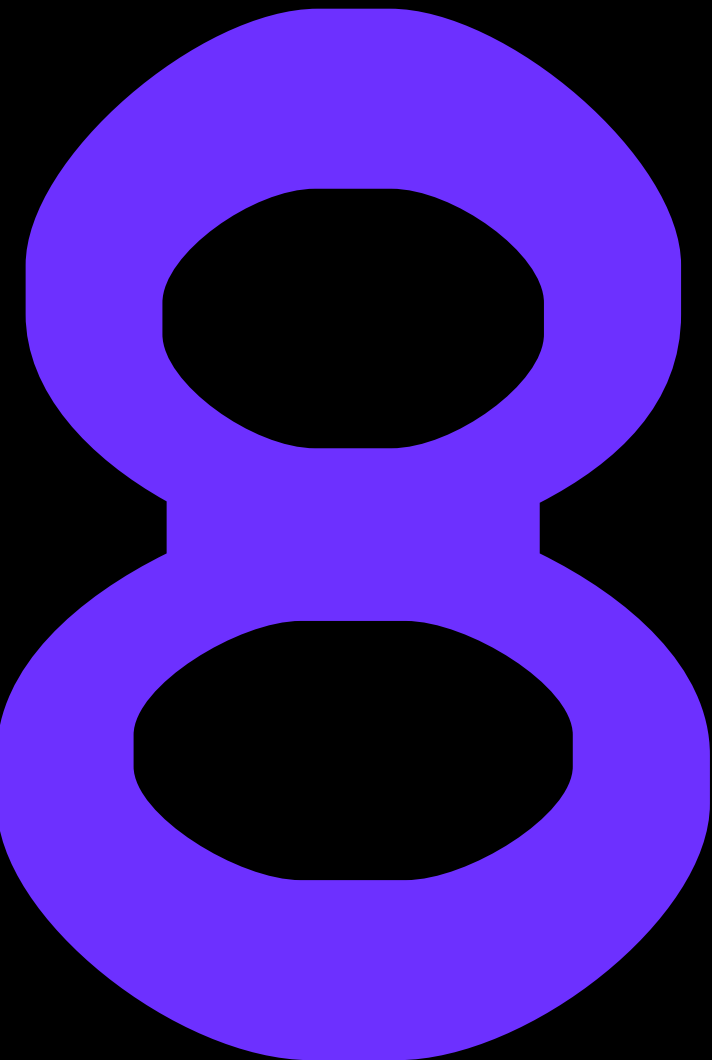


Eksempler på systemskeptikere:

- Konspirationsteoretikere
- Aktivister i anti-etablissemmentsbevægelser
- Videnskabskontrære
- Klima- og teknologiskeptikere

Eksempler på socialt søgende:

- Relationssøgende (venskabelige og romantiske)
- Ensomme
- Barslende
- Sørgende
- Mobbeofre
- Pårørende



Bilag

Metode og data

8.1

Datakilde 1

Offentlige data indsamlet fra Facebook

Datakilde 1

Offentlige data indsamlet fra Facebook

SÅDAN ER POPULATIONEN AF DE 47.729 GRUPPER INDSAMLET

Udgangspunktet for indsamlingen af danske Facebookgrupper har været byer og relaterede grupper. De 47.729 grupper i kortlægningen er identificeret gennem *networked sampling*, som er illustreret nedenfor.

Gennem Facebooks søgefunktion har vi søgt på de 100 største byer i Danmark. For hver søgning giver Facebook en top 100 over grupper, der relaterer sig til det indtastede bynavn. Derefter klikker vi os ind i hver af de 100 grupper og gemmer linket til gruppens offentlige forside i et Excel-ark. På forsiden af hver gruppe foreslår Facebook yderligere tre relaterede grupper. Forslaget og dermed relationen mellem grupperne lader til både at være baseret på tematik samt på overlap af medlemmer. Vi gemmer linket til de relaterede grupper, deres relaterede gruppe – og så fremdeles, indtil vi støder på grupper, som allerede er på listen. Derefter søger vi på et nyt bynavn og starter forfra på 100 nye resultater.

Jo længere i processen vi kommer, jo flere grupper vil allerede være indsamlet. Derudover har vi løbende suppleret med grupper, som vi er blevet gjort opmærksomme på under indsamlingen.



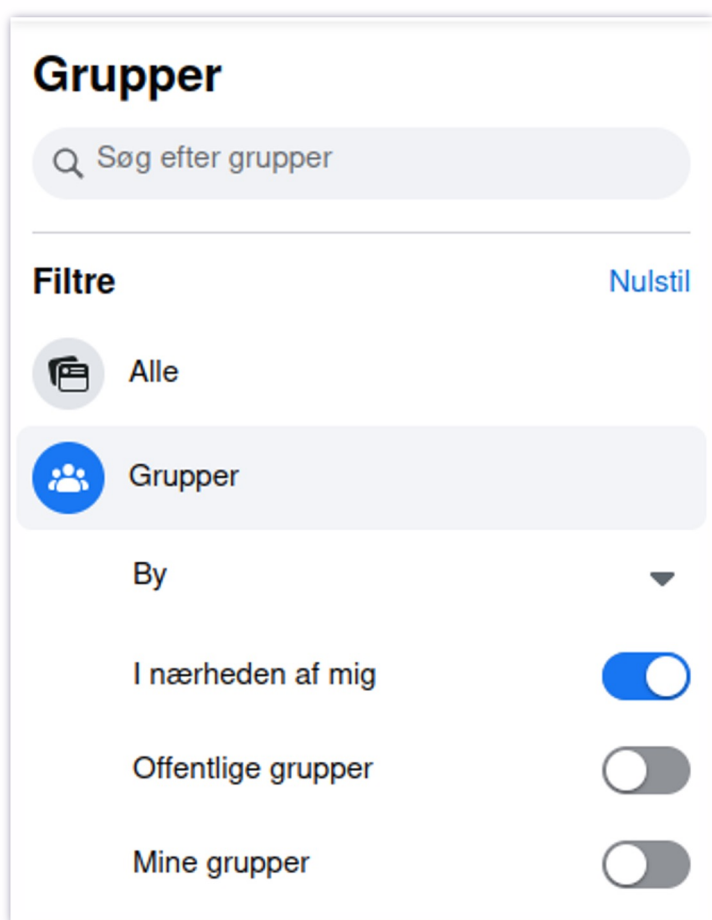
Datakilde 1

Offentlige data indsamlet fra Facebook

Siden vores allerførste indsamling af Facebookgrupper har Facebook opdateret sit interface. Der vises nu ikke længere relaterede grupper. Facebook opfordrer i stedet til, at man anvender deres nye "discover"-univers, der foreslår grupper baseret på temaer, geografi og indhold, du i øvrigt har interageret med:

<https://www.facebook.com/groups/discover>.

Grupper, vi siden den første kortlægning har identificeret, er blevet fundet gennem automatisering af gruppesøgefunktionen på Facebook.



Denne funktion gør det muligt at søge efter grupper, der er relateret til et bestemt søgeterm.

Vi har identificeret nye grupper gennem søgning på 2.017 forskellige søgetermer.

590 af disse søgninger er på navne på byer, der optræder blandt de 9.000 første grupper (fra rapporten Danmarks Digitale Frivillige (2024)).

837 er ord eller fraser (op til tre ord), der optræder i navnet på fem eller flere grupper. Eksempler på dette er "hygge" og "salg af brugte".

De sidste 590 er udvalgt fra vores emnemodel. De valgte termer er relateret til dagsordner, organisationer, interesser og sygdomme.

For at indskrænke søgeresultaterne geografisk bruges indstillingen "i nærheden af mig" (se billede til venstre).

For søgetermer, som er vurderet som "ømtålelige", er det ikke muligt at anvende denne søgefunktion. Nogle søgetermer (for eksempel "selvskade") er ikke mulige at søge på.

For alle grupper fundet gennem denne søgemetode indsamles gruppenavn, link, status, antal medlemmer og opslagsaktivitet.

Kombineret med de oprindelige 9.000 grupper og en liste med 4.000 grupper fra "Indeks for det danske digitale demokrati 2024" ender vi med en liste på 88.000 grupper.

For hver af disse grupper indhentes yderligere information ved hjælp af web scraping. Denne information inkluderer gruppebeskrivelse, regler og oprettelsesdato. Medlemsantal og opslagsaktivitet bliver indsamlet igen for at have den nyeste information.

Herefter bliver alle grupper med under 100 medlemmer frasorteret.

Information fra grupper uden opslagsaktivitet indsamles igen en måned senere for at dobbelttjekke, om gruppen er inaktiv. Grupper uden opslagsaktivitet eller medlemsvækst frasorteres.

Datakilde 1

Offentlige data indsamlet fra Facebook

FRA 9.000 TIL 48.000 GRUPPER

Efter at have frasortere inaktive grupper og grupper med under 100 medlemmer, gennemgås de resterende grupper for at frasortere grupper, der ikke er danske.

Vi klassificerer en gruppe som dansk, hvis den opfylder et eller flere af fire kriterier:

1. Det anvendte sprog i gruppen er dansk
2. Gruppen henvender sig til danskere
3. Gruppen henvender sig til personer, der bor i Danmark
4. Gruppen omhandler aktiviteter i Danmark

Grupper, der lever op til det første kriterie, identificeres via automatisk sprogenkendelse. Vi bruger modellen *fastText* (<https://arxiv.org/abs/1607.01759>) til at identificere sproget i gruppens navn, beskrivelse og regler. Sproget, som *fastText* rapporterer som det mest sandsynlige, bliver brugt til at klassificere gruppen. Alle grupper, hvor sproget ikke er klassificeret som dansk, bliver manuelt gennemgået for, om de levede til et af de andre kriterier.

Grupper, der lever op til det andet kriterie, er grupper som for eksempel "Danes in NYC", der henvender sig til danskere bosat i New York.

Grupper, der lever op til det tredje kriterie, er grupper som "DENMARK MALAYALEES", en gruppe for Malaysere bosat i Danmark. Eller "Danish Toy Company Expats", en gruppe for udenlandske ansatte hos LEGO.

Grupper, der lever op til det fjerde kriterie, er grupper som "Urlaub & Aktivitäten in Blåvand, Vejers & Henne", en gruppe om aktiviteter omkring Blåvand henvendt til tyske turister.

Grupper, der ikke lever op til nogen af de fire kriterier, frasorteres. Det er for eksempel grupper som "Danish American Genealogy", en gruppe om slægtsforskning der henvender sig til amerikanere med dansk ophav.

Efter denne endelige frasortering ender vi med en population på 47.729 grupper.

METODE FOR KATEGORISERING VED BRUG AF GPT-4

For at kategorisere de godt og vel 48.000 grupper har vi anvendt modellen *GPT-4.1* (version 2025-04-01) med temperatur 0. Modellen blev instrueret til at tildele hver gruppe én ud af 18 gruppekategorier baseret på gruppens tekstbeskrivelse og tilhørende metadata.

Til at vurdere og optimere klassificeringens kvalitet har vi udviklet et evalueringsdatasæt bestående af de 9.000 tidligere grupper, som allerede var manuelt kategoriseret. Disse eksisterende kategoriseringer fungerede som referencegrundlag til at måle, hvor præcist *GPT-4*'s klassificeringer stemte overens med tidligere menneskelige vurderinger.

På baggrund af resultaterne fra evalueringen blev *GPT-4*-prompten iterativt justeret for at forbedre modellens nøjagtighed og konsistens på tværs af kategorierne. De kategorier, som *GPT-4* havde vanskeligt ved at vurdere, blev efterfølgende gennemgået manuelt.

8.2

Datakilde 2

Repræsentativ survey

Datakilde 2

Repræsentativ survey

SPØRGSMÅLSKONSTRUKTIONER

For at undersøge danskernes brug af sociale medier, Facebookgrupper og hvorvidt de befinder sig i sårbare livssituationer har vi udsendt et survey til et repræsentativt udsnit af den voksne, danske befolkning.

Spørgeskemaundersøgelsen bestod af spørgsmål inden for tre kategorier: 1) baggrundsdemografiske spørgsmål, 2) spørgsmål til respondentens brug af sociale medier, Facebook og Facebookgrupper, og 3) spørgsmål konstrueret til at måle hvordan og hvorvidt respondenter falder ind under en eller flere af vores fire kategorier, det vil sige udsatte, mindretallet, de socialt søgende og de systemskeptiske.

Konstruktionen af spørgsmålene har først og fremmest taget udgangspunkt i vores desk research.

Spørgsmål til respondentens demografi samt brug af sociale medier og Facebookgrupper er enten inspireret eller genbrugt fra den spørgeskemaundersøgelse vi foretog i forbindelse med rapporten Danmarks Digitale Frivillige (2024). Vi har benyttet samme/lignende spørgsmål som i vores tidligere rapport med henblik på at kunne sammenligne og vurdere udviklingen af danskernes sociale medieforbrug over tid.

Spørgsmål, der havde til formål at afdække, hvorvidt respondenter kunne kategoriseres som udsat, blev konstrueret særligt på baggrund af litteraturen om udsatte. Vi har derfor spurgt ind til respondentens uddannelsesniveau, jobsituation og selvvaluerede psykiske og fysiske helbred, hvilket er klassiske parametre for udsathed. Derudover har vi også søgt at afdække, hvorvidt respondenter lider økonomiske afsavn. Vi har derfor benyttet dele af afsavnsmetoden og inkluderet spørgsmål om udgiftssituationer. Disse spørgsmål anvendes hyppigt i andre undersøgelser af fattigdom, afsavn og udsathed.

Spørgsmål, der havde til formål at afdække, hvorvidt respondenter kunne kategoriseres som mindretal, blev konstrueret med henblik på at indfange respondentens selvvaluerede minoritetsstatus – og ikke hvorvidt vi valuerede respondenter som et mindretal. Det vil sige, at vi stillede spørgsmål til respondentens egen oplevelse af at afvige fra flertallet.

Spørgsmål, der havde til formål at afdække, hvorvidt respondenter kunne kategoriseres som socialt søgende, blev konstrueret med afsæt i hyppigt anvendte skalaer til at måle ensomhed og social angst. Til at afdække hvorvidt respondenter kunne kategoriseres som ensom, benyttede vi spørgsmål fra *T-ILS* (Three Item Loneliness Scale). Til at afdække hvorvidt respondenter kunne kategoriseres som en, person der oplever socialt ubehag, benyttede vi spørgsmål fra *LSAS* (The Liebowitz Social Anxiety Scale for Adults).

Spørgsmål, der havde til formål at afdække, hvorvidt respondenter kunne kategoriseres som systemskeptiker, blev konstrueret med henblik på at indfange, hvem der nærer allermost mistillid til samfundets institutioner. Til at afdække dette tog vi afsæt i tidligere undersøgelser (særligt Voxmeters) af danskernes tillidsniveau – både til institutionerne og til hverandre.

På de følgende sider præsenteres formuleringerne af alle 29 spørgsmål inkluderet i spørgeskemaundersøgelsen.

Datakilde 2

Repræsentativ survey

SPØRGSMÅL	SVARMULIGHEDER	OMKODNING
Q1 Hvilke af følgende sociale medier bruger du? Vælg én eller flere svarmuligheder	22 sociale medier, samt "andre" og "jeg bruger ikke sociale medier"	Spørgsmål anvendt til konstruktion af variabelen Bruger Facebook 0: Har ikke svaret 1: Facebook 1: Har svaret 1: Facebook
Q2 Er du medlem af én eller flere af følgende typer grupper på Facebook? Vælg én eller flere svarmuligheder	18 grupper, samt "andre" og "Jeg er ikke medlem af Facebookgrupper"	Spørgsmål anvendt til konstruktion af variabelen Medlem af Facebookgruppe 0: "20: Jeg er ikke medlem af Facebookgrupper" 1: Respondenter, der er medlem af én eller flere typer grupper på Facebook.
Q3 Hvor stor betydning har grupperne for dig?	5: Meget stor betydning 4: Stor betydning 3: Nogen betydning 2: Lille betydning 1: Meget lille betydning	Dummy: 0: Nogen betydning, lille betydning, meget lille betydning 1: Meget stor eller stor betydning
Q4 Cirka hvor mange timer om ugen bruger du alt i alt på at følge med i og deltage i grupper på Facebook?	under en time 1-49 timer 50+	Kodet som en kontinuert skala, hvor under en time = 0,5 og 50+ = 50.
Q5 Har du gjort noget af følgende i en Facebookgruppe? Vælg én eller flere svarmuligheder	1: Tilbudt andre medlemmer praktisk hjælp (flyttehjælp, transport, bisidderhjælp osv.) 2: Tilbudt andre medlemmer materiel eller økonomisk hjælp (for eksempel doneret tøj, mad, ting eller penge) 3: Bidraget med råd og vejledning omkring hverdagens situationer (for eksempel madlavning, indretning, vedligehold, anbefalinger) 4: Bidraget med relevant viden og faglig ekspertise til debatten i gruppen (for eksempel håndværksråd, juridisk bistand, hobby-tips) 5: Bidraget med råd om alvorlige problemer og valg (for eksempel parforhold, sundhed, familierelationer eller uddannelse) 6: Givet følelsesmæssig støtte, trøst og opbakning (for eksempel an-erkendt folks situation, udvist sympati, givet "digitale skulderklap") 7: Fået luft for frustrationer (for eksempel kommet med klager, delt ubehagelige oplevelser) 8: Delt en personlig oplevelse eller erfaring (med henblik på at røre eller oplyse gruppens medlemmer) 9: Ingen af ovenstående	Hver svarmulighed er selvstændig dummy-variabel 0: nej 1: ja + Kodet sammen til én samlet variabel, hvor 0: Har ikke gjort noget af følgende 1: Har gjort én eller flere af følgende.

Datakilde 2

Repræsentativ survey

SPØRGSMÅL	SVARMULIGHEDER	OMKODNING
Q6 Har du selv draget nytte af noget af følgende i en Facebookgruppe? Vælg én eller flere svarmuligheder	1: Modtaget praktisk hjælp (for eksempel flyttehjælp, transport, bisidderhjælp osv.) 2: Modtaget materiel eller økonomisk hjælp (for eksempel modtaget tøj, mad, ting eller penge) 3: Modtaget råd og vejledning i relation til livets mindre problemstillinger (for eksempel hvad skal vi lave til aftensmad, hvordan indretter man haven, hvilke film er gode, hvilken kjole er flottest) 4: Modtaget viden og faglig ekspertise fra debatten i gruppen (for eksempel håndværksråd, juridisk bistand, hobbytips) 5: Modtaget råd og vejledning i relation til livets større problemstillinger (for eksempel i forhold til sundhed, parforhold, venskaber, familierelationer eller uddannelse) 6: Modtaget følelsesmæssig støtte, trøst og opbakning 7: Læst opslag eller kommentarer, der satte tanker i gang 8: Læst en personlig historie, som rørte dig 9: Ændret dit syn på/din holdning til forskellige emner, der har været taget op i gruppen? 10: Fået nye digitale bekendtskaber 11: Fået nye bekendtskaber, du har mødt fysisk med 12: Ingen af ovenstående	Hver svarmulighed er selvstændig dummy-variabel 0: nej 1: ja + Kodet sammen til én samlet variabel, hvor 0: Har ikke draget nytte af noget af følgende 1: Har draget nytte af én eller flere af følgende.

Datakilde 2

Repræsentativ survey

SPØRGSMÅL	SVARMULIGHEDER	OMKODNING
Q7 Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? Sub spørgsmål: Jeg føler mig mindre isoleret, fordi jeg har en Facebookgruppe at engagere mig i Facebookgrupperne introducerer mig til mennesker, som jeg ellers ikke ville have "mødt" Facebookgrupperne introducerer mig til holdninger og perspektiver, som jeg ellers ikke ville have hørt Jeg er på grund af Facebookgrupper blevet bekendt med sager, jeg ikke kendte før (for eksempel Enmillionstemmer, Bevar Tange Sø, Nej til 5g) Jeg er gennem min deltagelse i Facebookgrupper blevet personligt engageret i en sag Det betyder meget for mig, at grupperne er tilgængelige døgnet rundt Jeg føler mig mere tryk ved at sige min mening i gruppen/grupperne end andre steder på Facebook eller på andre sociale medier Jeg foretrækker digital deltagelse, fordi fysisk fremmøde er svært for mig af personlige, praktiske eller økonomiske grunde.	5: Meget enig 4: Enig 3: Hverken enig eller uenig 2: Uenig 1: Meget uenig	Hvert sub-spørgsmål selvstændig variabel. 0: Hverken enig eller uenig, uenig, meget uenig 1: Meget enig, enig
Q8 Hvad er din motivation for at være medlem i en Facebookgruppe? Vælg én eller flere svarmuligheder	1: Jeg lærer noget nyt 2: Jeg kan dele ud af min viden 3: Jeg kan få anerkendelse for min viden/mine evner 4: Jeg får kontakter og netværk 5: Jeg får mulighed for at hjælpe nogen, som har brug for det 6: Jeg kan gøre noget, der er vigtigt for lokalsamfundet eller sagen 7: Jeg deltager i et socialt fællesskab 8: Jeg får information om aktiviteter jeg kan deltage i 9: Jeg har brug for hjælp 10: Jeg kan følge med i, hvad der rører sig inden for området 11: Jeg finder ting, jeg kan købe/ få gratis 12: Jeg synes det er sjovt 13: Jeg føler vi støtter hinanden i gruppen 14: Ingen af ovenstående	Hver svar mulighed kodet som selvstændig variabel 0: nej, det er ikke en motivation 1: ja, der er en motivation

Datakilde 2

Repræsentativ survey

SPØRGSMÅL	SVARMULIGHEDER	OMKODNING
Q9 Har du inden for de seneste to år lavet frivilligt arbejde med fysisk fremmøde?	1: Ja 2: Nej	0: nej 1: ja
Q10 Hvor mange timer om ugen har du i gennemsnit brugt på frivilligt arbejde med fysisk fremmøde de sidste to år?	Under en halv time Under en time 1-79 timer 80+ timer	Kodet som en kontinuert skala, hvor under en halv time = 0,25, under en time = 0,75 og 80+ = 80.
Q11 Har du inden for de sidste to år lavet frivilligt arbejde, der er foregået digitalt?	1: Ja 2: Nej	0: nej 1: ja
Q12 Hvor mange timer om ugen har du i gennemsnit brugt på digitalt frivilligt arbejde de sidste to år?	Under en halv time Under en time 1-79 timer 80+ timer	Kodet som en kontinuert skala, hvor under en halv time = 0,25, under en time = 0,75 og 80+ = 80.
Q13 Er du ordstyrer eller administrator i én eller flere Facebookgrupper med mere end 100 medlemmer?	1: Ja 2: Nej	0: nej 1: ja
Q15 Hvad er din beskæftigelse?	1: Selvstændig 2: Lønmodtager fuldtid 3: Lønmodtager deltid 4: Flexjob og andre løntilskudsordninger 5: Ledig 6: Under uddannelse (studerende, lærling, elev) 7: Pensioneret (folkepension, førtidspension, efterløn og lign.) 8: Anden offentlig forsørgelse (sygedagpenge, revalidering, integrationsydelse) 9: Hjemmegående 10: Andet	1: Selvstændig 2: Lønmodtager fuldtid 3: Lønmodtager deltid 4: Ledig, flexjob og offentlig forsørgelse 5: Pensioneret 6: Under uddannelse NA: Andet og hjemmegående
Q16 Hvad er din højeste afsluttede uddannelse?	1: Grundskole 2: Gymnasial uddannelse 3: Erhvervsfaglig uddannelse 4: Kort videregående uddannelse 5: Mellemlang videregående uddannelse 6: Bacheloruddannelse 7: Lang videregående uddannelse 8: Ph.d. og forskeruddannelse	1: Grundskole 2: Gymnasial uddannelse 3: Erhvervsfaglig uddannelse 4: Kort videregående uddannelse 5: Mellemlang videregående uddannelse (indeholder også bacheloruddannelse) 6: Lang videregående uddannelse (indeholder også Ph.d. og forskeruddannelse)

Datakilde 2

Repræsentativ survey

SPØRGSMÅL	SVARMULIGHEDER	OMKODNING
Q17 Hvad beskriver bedst din boligsituation? <i>BEMÆRK: dette spørgsmål er ikke blevet anvendt i vores analyse og parametre.</i>	1: Lejer 2: Ejer 3: Andelsbolig 4: Boligsøgende	1: Boligejende (ejer og andelsbolig) 2: lejer 3: boligsøgende
Q18 Er der noget af det følgende, som du har ladet være med inden for det seneste halve år, fordi du ikke havde råd?	1: Udskudt at gå til tandlægen 2: Undladt at udskifte tøj eller sko, selvom det var meget slidt 3: Undladt at give gaver til fødselsdag og lignende, selvom jeg burde 4: Ladet være med at købe medicin, som lægen har anbefalet/udskrevet 5: Ingen af disse	
Q19 Hvis du pludselig fik en uventet udgift på 8.000 kr., som skal betales inden for 14 dage, hvor vanskelig ville din situation så være?	1: Slet ikke vanskelig – jeg har allerede pengene 2: Kun lidt vanskelig – jeg kan let skaffe et sådan beløb 3: Noget vanskelig – men jeg kan formentlig skaffe et sådan beløb 4: Meget vanskelig – jeg kan nok ikke skaffe et sådan beløb	
Q20 Hvordan synes du at dit fysiske helbred er alt i alt?	1: Fremragende 2: Godt 3: Mindre godt 4: Dårligt	Dummy: 0: Fremragende, godt og mindre godt 1: Dårligt
Q21 Har du en kronisk fysisk sygdom eller handicap? <i>BEMÆRK: dette spørgsmål er ikke blevet anvendt i vores analyse og parametre.</i>	1: Ja 2: Nej 3: Jeg foretrækker ikke at svare	
Q22 Hvordan synes du at dit psykiske helbred er alt i alt? <i>BEMÆRK: dette spørgsmål er ikke blevet anvendt i vores analyse og parametre.</i>	1: Fremragende 2: Godt 3: Mindre godt 4: Dårligt	
Q23 Har du en psykisk sygdom?	1: Ja 2: Nej 3: Jeg foretrækker ikke at svare	0: Nej 1: Ja

Datakilde 2

Repræsentativ survey

SPØRGSMÅL	SVARMULIGHEDER	OMKODNING
Q24 I forhold til de følgende identitetskategorier, føler du så, at du er ligesom de fleste andre i Danmark, eller at du adskiller dig fra flertallet? Sub spørgsmål: - Etnisk baggrund - Religion - Sprog/dialekt - Seksualitet - Kønsidentitet - Familieform	1: Jeg er mest som de fleste andre i Danmark 2: Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark 3: Jeg foretrækker ikke at svare 4: Ved ikke	Hvert sub-spørgsmål selvstændig variabel. 0: Jeg er mest som de fleste andre i Danmark 1: Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark NA: jeg foretrækker ikke at svare og ved ikke
Q24 I forhold til de følgende identitetskategorier, føler du så, at du er ligesom de fleste andre i Danmark, eller at du adskiller dig fra flertallet? Sub spørgsmål: - Etnisk baggrund - Religion - Sprog/dialekt - Seksualitet - Kønsidentitet - Familieform	1: Jeg er mest som de fleste andre i Danmark 2: Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark 3: Jeg foretrækker ikke at svare 4: Ved ikke	Hvert sub-spørgsmål selvstændig variabel. 0: Jeg er mest som de fleste andre i Danmark 1: Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark NA: jeg foretrækker ikke at svare og ved ikke
Q25 I hvor høj grad oplever du ubehag ved følgende aktiviteter? Sub spørgsmål: - At være sammen med folk i små grupper - At gå til fest - At ringe til eller chatte med en person, jeg ikke kender særlig godt - At tale ansigt til ansigt med en person, jeg ikke kender særlig godt - At møde nye mennesker - At være centrum for opmærksomheden - At udtrykke uenighed eller misbilligelse over for folk, jeg ikke kender særlig godt	5: I meget høj grad 4: I høj grad 3: I nogen grad 2: I mindre grad 1: Slet ikke	Hvert sub-spørgsmål selvstændig variabel. 0: I høj grad, i nogen grad, i mindre grad, slet ikke 1: I meget høj grad
Q26 Hvor ofte føler du... Sub spørgsmål: ... at du savner nogen at være sammen med? ... dig udenfor? ... dig isoleret fra andre?	1: Hele tiden 2: Ofte 3: Sjældent 4: Aldrig	Hvert sub-spørgsmål selvstændig variabel. 0: Sjældent, aldrig 1: Ofte, hele tiden

Datakilde 2

Repræsentativ survey

SPØRGSMÅL	SVARMULIGHEDER	OMKODNING
Q27 I løbet af de sidste to uger... Sub spørgsmål: .. har jeg været glad og i godt humør .. har jeg følt mig rolig og afslappet .. har jeg følt mig aktiv og energisk .. er jeg vågnet frisk og udhvilet .. har min dagligdag været fyldt med ting, der interesserer mig <i>BEMÆRK: dette spørgsmål er ikke blevet anvendt i vores analyse og parametre.</i>	1: Hele tiden 2: Ofte 3: Sjældent 4: Aldrig	
Q28 Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? Sub spørgsmål: Retssystemet er grundlæggende retfærdigt for alle Politiet behandler alle borgere retfærdigt Det politiske system i Danmark giver alle borgere lige indflydelse Kommunerne behandler alle, som har en sag, på en retfærdig måde Sundhedsvæsenet tager ligeligt hånd om alle borgere, der har brug for det.	5: Meget enig 4: Enig 3: Hverken enig eller uenig 2: Uenig 1: Meget uenig	Hvert sub-spørgsmål selvstændig variabel. 0: Meget enig, enig, hverken enig eller uenig, uenig 1: Meget uenig.
Q29 I hvilken grad mener du, at de fleste mennesker er til at stole på? <i>BEMÆRK: dette spørgsmål er ikke blevet anvendt i vores analyse og parametre.</i>	5: I meget høj grad 4: I høj grad 3: I nogen grad 2: I mindre grad 1: Slet ikke	

Datakilde 2

Repræsentativ survey

REPRÆSENTATIVITETSANALYSE

Vi har udsendt vores spørgeskema gennem Voxmeter til et simpelt tilfældigt/repræsentativt udvalgt udsnit af den danske, voksne (+18) befolkning i Danmark om brugen og værdien af Facebookgrupperne. Spørgeskemaet blev sendt ud i perioden maj 2025 til juni 2025. Undersøgelsen består af 29 spørgsmål og fik i alt 7.145 besvarelser.

Af disse besvarelser havde 5.615 respondenter besvaret alle de surveyspørgsmål, der ligger til grund for vores fire kategorier, det vil sige de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og de systemskeptiske. Disse udgør derfor vores population i de fleste tal og procenter udlagt i nærværende rapport.

Figurerne på de næste sider viser vores survey-respondenter fordelt på demografiske karakteristika (uddannelse, alder, køn og region) sammenlignet med samme karakteristika for den samlede danske voksne befolkning (DST). De baggrundsdemografiske spørgsmål er udformet af Voxmeter som en del af indledningen til vores survey. Vi har derfor ikke været en del af udformningen af disse spørgsmål.

Datakilde 2

Repræsentativ survey

Repræsentativitet af uddannelse

Vores survey har en overrepræsentation af respondenter med en mellemlang videregående uddannelse (10 procentpoint flere sammenlignet med befolkningen).

Modsat har vi en underrepræsentation af både personer med erhvervsfaglige uddannelser (7 procentpoint færre sammenlignet med befolkningen). Ligeledes har vi en underrepræsentation af respondenter med grundskole som højest fuldførte uddannelsesniveau (7 procentpoint færre sammenlignet med befolkningen).

Lang videregående uddannelse, kort videregående uddannelse og gymnasial uddannelse er repræsenteret i vores survey i cirka samme omfang som i befolkningen.

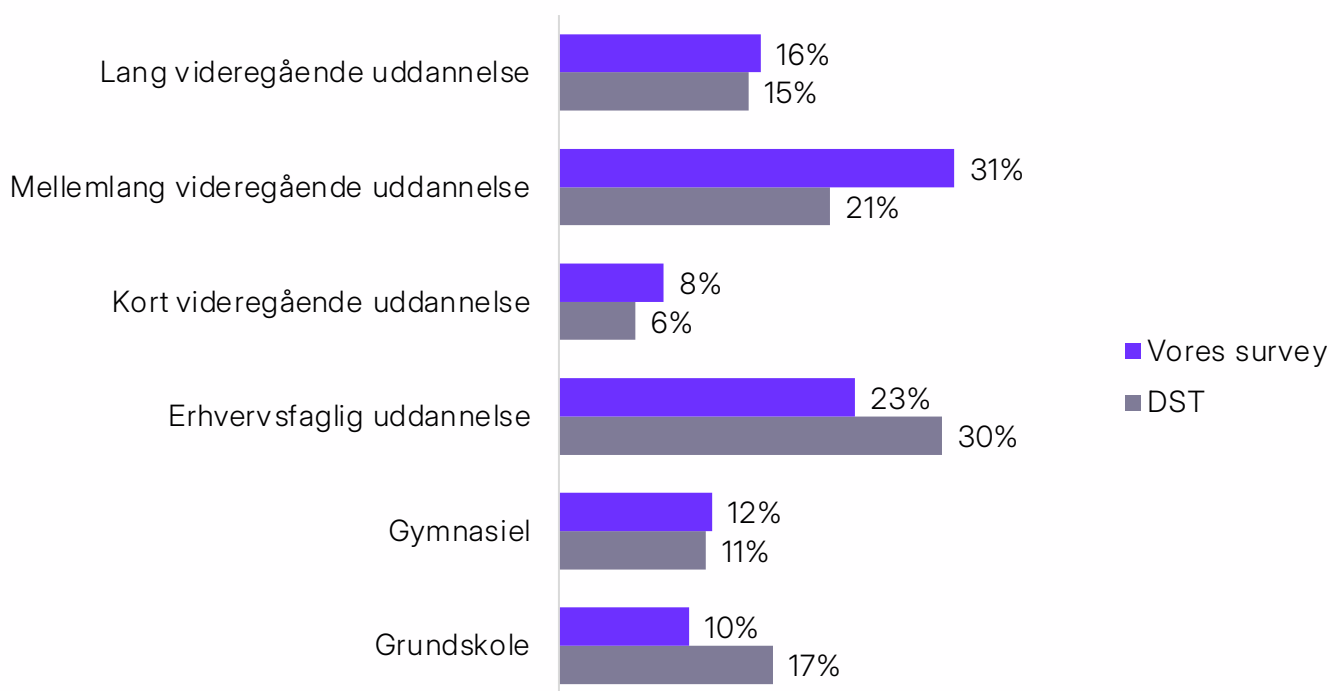
Om grafen

Tallene fra Danmarks Statistik baserer sig på populationen af danske borgere mellem 20 og 69 år: 3.739.306 borgere

Tallene er fra september 2025.

Tallene fra vores survey baserer sig her på den samlede population af 7.145 respondenter.

Uddannelse



Datakilde 2

Repræsentativ survey

Repræsentativitet af alder

Vores aldersfordeling spejler aldersfordelingen blandt den danske befolkning med kun få og relativt små afvigelser.

Vi har en lille overrepræsentation af respondenter, der er +65 år, på 2 procentpoint.

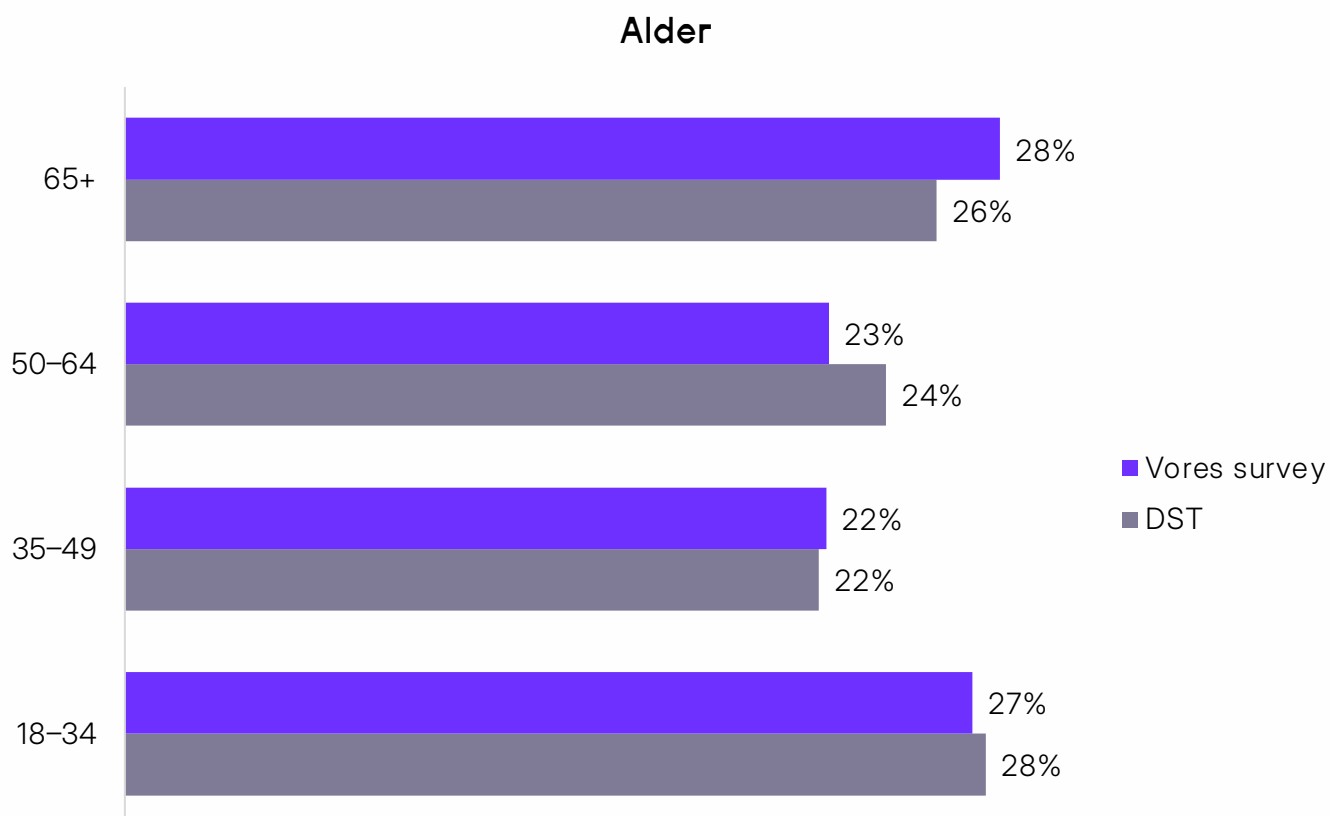
Derudover ser vi en lille underrepræsentation af respondenter i alderskategorien 50-64 år på 1 procentpoint, samt i kategorien 18-34 år på 1 procentpoint.

Om grafen

Tallene fra Danmarks Statistik baserer sig på populationen af danskere borgere mellem 18 og 125 år: 4.873.197 borgere

Tallene er fra september 2025.

Tallene fra vores survey baserer sig her på den samlede population af 7.145 respondenter.



Datakilde 2

Repræsentativ survey

Repræsentativitet af køn

Kønsfordelingen i vores survey spejler kønsfordelingen i befolkningen med 1 procentpoints underrepræsentation af mænd og 1 procentpoints overrepræsentation af kvinder.

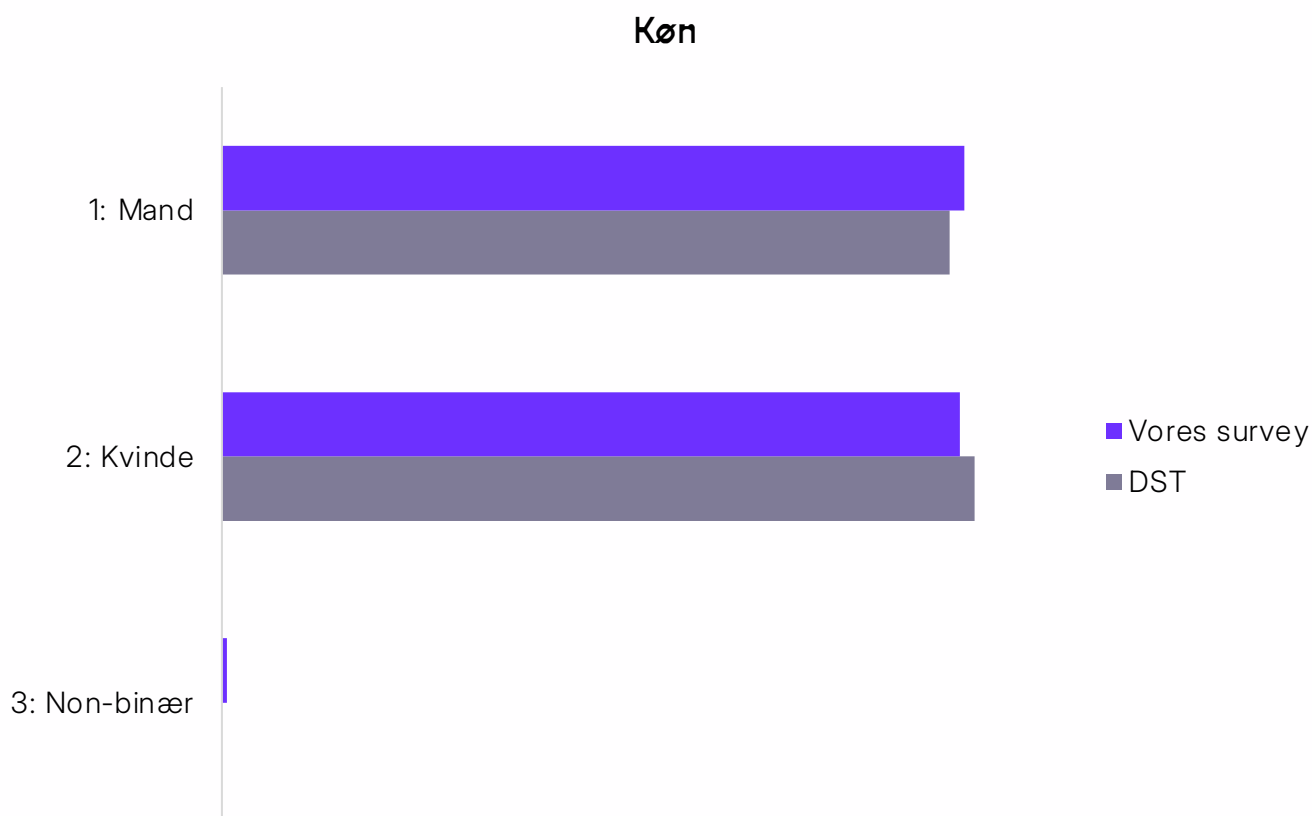
Non-binære respondenter udgør 0.3% af vores respondentpopulation målt ved dette spørgsmål.

Om grafen

Tallene fra Danmarks Statistik baserer sig på populationen af danskere borgere mellem 18 og 125 år: 4.873.198 borgere

Tallene er fra september 2025.

Tallene fra vores survey baserer sig her på den samlede population af 7.145 respondenter.



Datakilde 2

Repræsentativ survey

Repræsentativitet af region

Fordelingen af respondenter i de fem regioner afspejler fordelingen af befolkningen i regionerne.

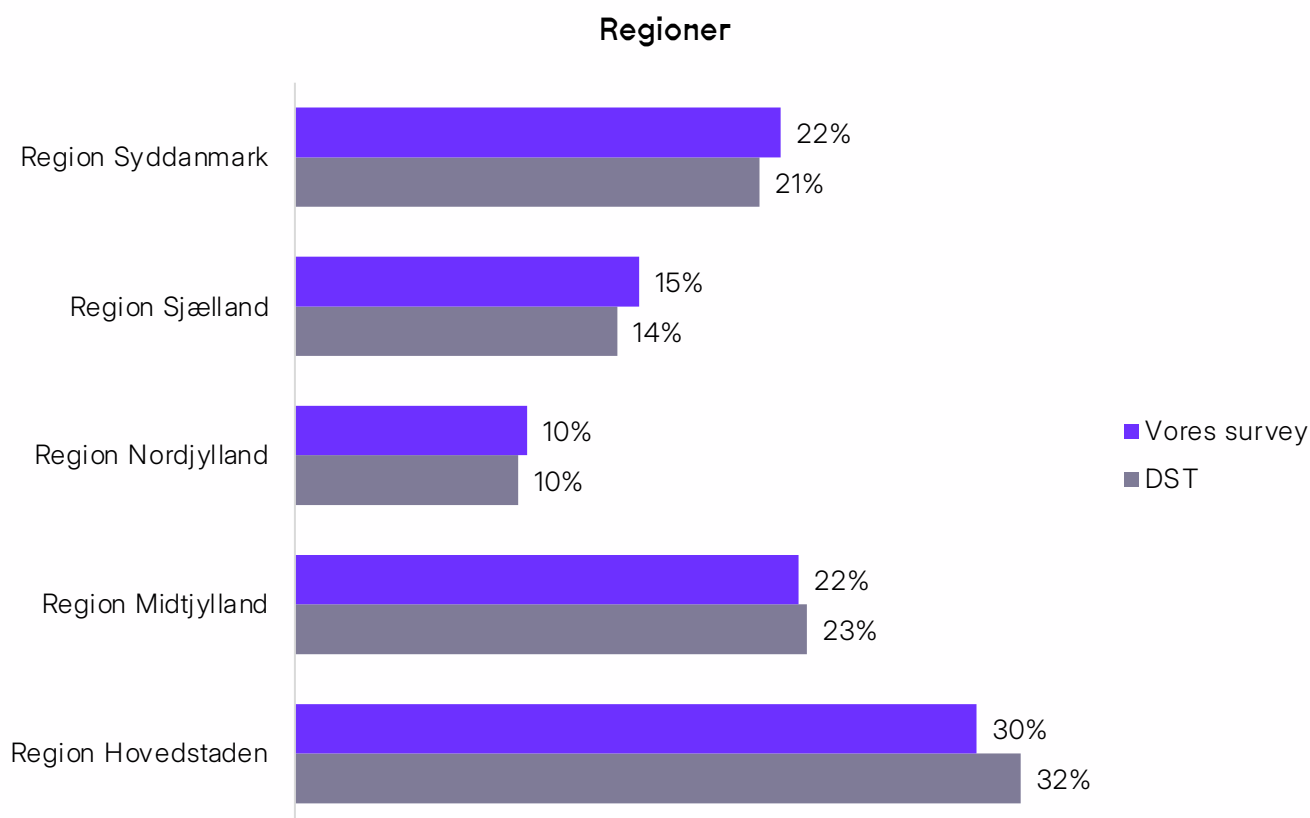
Der er en 1 procentpoints overrepræsentation af respondenter fra både Region Syddanmark og Region Sjælland, hvorimod der ses en 1 og 2 procentpoints underrepræsentation af henholdsvis respondenter fra Region Midtjylland og Region Hovedstaden.

Om grafen

Tallene fra Danmarks Statistik baserer sig på populationen af danskere borgere mellem 18 og 125 år: 4.873.198 borgere

Tallene er fra september 2025.

Tallene fra vores survey baserer sig her på den samlede population af 7.145 respondenter.



Datakilde 2

Repræsentativ survey

VARIABELKONSTRUKTIONER

På baggrund af spørgsmålene i spørgeskemaundersøgelsen har vi konstrueret en række variable, der repræsenterer hver af de fire kategorier, som vi undersøger i rapporten.

Vi konstruerer overordnet fire variable, der skal repræsentere personer i særlige eller sårbare situationer. Disse er personer i udsatte, mindretals-, socialt søgende og systemskeptiske positioner.

Hver af disse variable består af en række underliggende forståelser og konstruktioner af variable, der repræsenterer hver af de særlig og sårbare livssituationer og -positioner i samfundet.

Konstruktionerne bag disse bliver præsenteret på de næste sider.

Datakilde 2

Repræsentativ survey

Hvornår er nogen i en udsat position?

En respondent er i en udsat position, hvis vedkommende er kategoriseret som én eller flere af følgende:

- økonomisk udsat,
- har fysisk dårligt helbred,
- har en psykisk sygdom,
- højest har gennemført grundskole,
- er ledig, i flexjob eller på offentlig forsørgelse.

Spørgsmål bag kategorien UDSATTE

Her præsenteres definitionerne af hver(t) karakteristikum/variabel.

Økonomisk udsat: Sammensat af svar i Q18 og Q19. Hvis en respondent har svaret enten "3: Undladt at give gaver til fødselsdag og lignende, selvom jeg burde" ELLER "4: Ladet være med at købe medicin, som lægen har anbefalet/udskrevet" i Q18 OG "4: Meget vanskelig – jeg kan nok ikke skaffe et sådan beløb" i Q19

Fysisk dårligt helbred: Hvis en respondent har svaret "4: Dårligt" i Q20.

Psykisk sygdom: Hvis en respondent har svaret "1: Ja" i Q23.

Grundskole som højest gennemførte uddannelse: Hvis en respondent har svaret "1: Grundskole i Q16".

Ledig, flexjob eller på offentlig forsørgelse: Hvis en respondent har svaret "4: Flexjob og andre løntilskudsordninger", "5: Ledig" ELLER "8: Anden offentlig forsørgelse (sygedagpenge, revalidering, integrationsydelse)" i Q15

Datakilde 2

Repræsentativ survey

Hvornår er nogen i en mindretalsposition?

En person er i en mindretalsposition, hvis de adskiller sig fra flertallet på et eller flere minoritetskarakteristika, som vi spørger til i undersøgelsen.

Spørgsmål bag kategorien MINDRETAL

En respondent er kategoriseret som i en mindretalsposition, hvis de har svaret ja til ét eller flere af spørgsmålene til minoritetskarakteristika: etnicitet, familieform, religion, sprog, seksualitet, kønsidentitet i Q24.

Etnicitet: Hvis en respondent har svaret "Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark" til spørgsmålet om etnisk baggrund i Q24.

Familieform: Hvis en respondent har svaret "Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark" til spørgsmålet om familieform i Q24.

Religion: Hvis en respondent har svaret "Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark" til spørgsmålet om religion i Q24.

Sprog: Hvis en respondent har svaret "Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark" til spørgsmålet om sprog i Q24.

Seksualitet: Hvis en respondent har svaret "Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark" til spørgsmålet om seksualitet i Q24.

Kønsidentitet: Hvis en respondent har svaret "Jeg adskiller mig fra flertallet i Danmark" til spørgsmålet om kønsidentitet i Q24.

Datakilde 2

Repræsentativ survey

Hvornår er nogen i en socialt søgende position?

En person befinder sig i en socialt søgende position, hvor vedkommende er ensom eller oplever (svært) socialt ubehag.

Spørgsmål bag kategorien SOCIALT SØGENDE

En respondent kategoriseres som i en socialt søgende position, hvis vedkommende er kategoriseret som én eller flere af følgende: ensom, (oplever svært) socialt ubehag.

Ensom: Hvis en respondent har svaret "1: Hele tiden" eller "2: Ofte" til ALLE tre spørgsmål i Q26.

Socialt ubehag: Hvis en respondent har svaret "5: I meget høj grad" til ét eller flere af disse spørgsmål i Q25 "At være sammen med folk i små grupper", "At gå til fest", "At tale ansigt til ansigt med en person, jeg ikke kender særlig godt" eller "At møde nye mennesker".

Datakilde 2

Repræsentativ survey

Hvornår er nogen i en systemskeptisk position?

En person er systemskeptisk, hvis de udviser (svær) mistillid til samfundsinstitutioner.

Spørgsmål bag kategorien
SYSTEMSKEPTIKER

En respondent kategoriserer som i en systemskeptisk position, hvis de har svaret "1: meget uenig" til ét eller flere udsagn i Q28.

Mistillid til retssystemet: Hvis en respondent har svaret "1: Meget uenig" til spørgsmålet om retssystemet i Q28.

Mistillid til politiet: Hvis en respondent har svaret "1: Meget uenig" til spørgsmålet om politiet i Q28.

Mistillid til det politiske system: Hvis en respondent har svaret "1: Meget uenig" til spørgsmålet om det politiske system i Q28.

Mistillid til kommunerne: Hvis en respondent har svaret "1: Meget uenig" til spørgsmålet om kommunerne i Q28.

Mistillid til sundhedsvæsenet: Hvis en respondent har svaret "1: Meget uenig" til spørgsmålet om sundhedsvæsenet i Q28.

Datakilde 2

Repræsentativ survey

METODE OG DATA: Statistiske test

I undersøgelsen er alle forskelle mellem præsenterede andele af survey-respondenter testet med z-tests. Med mindre andet er specificeret er alle grupper testet overfor den øvrige danske befolkning (det vil sige, dem der ikke er udsatte, mindretal, socialt søgende eller systemskeptikere), og er derfor enten statistisk signifikant forskellige eller ikke forskellige fra den øvrige danske befolkning.

I hele rapporten opererer vi med et statistisk signifikansniveau på 5 pct., hvorefter alle forskelle er testet.

Når vi tester ved et 5 pct.-niveau, betyder det kort sagt, at vi med 95 pct. sikkerhed kan sige, at de forskelle, vi ser mellem de fire kategorier og den øvrige danske befolkning, ikke er noget, vi ser ved et tilfælde. Resultaterne er altså noget, der med meget stor sandsynlighed også gør sig gældende for den øvrige befolkning; også selvom de ikke har besvaret vores survey.

Datakilde 2

Repræsentativ survey

METODE OG DATA: Udregning af "antal danskere"

Flere gange i rapporten oplyser vi om, at et bestemt antal danskere giver udtryk for noget. Eksempelvis skriver vi, at 623.000 danskere foretrækker digital deltagelse frem for fysisk.

Disse tal er beregnet på baggrund af vores survey-resultater samt antallet af voksne (18+) borgere i Danmark (oplyst af Danmarks Statistik [FOLK1AM, september 2025, Danmarks Statistik]).

Den gennemgående udregning ser sådan ud for alle udtalelser om antal af danskere:

$$\begin{aligned} &\text{Antal danskere, der x} \\ &\quad \text{respondenter, der x} \\ &= \frac{\text{samlede antal respondenter}}{\text{* antal voksne danskere}} \end{aligned}$$

Danmarks statistik angiver, at antallet af voksne (18-125 år) borgere i Danmark pr. september 2025 er 4.873.197 (FOLK1AM, september 2025, Danmarks Statistik).

EKSEMPEL PÅ UDREGNING: Antallet af danskere der foretrækker digital deltagelse

Vi kommer frem til, at 623.000 danskere foretrækker digital deltagelse ved at udregne andelen af respondenter, der foretrækker digital deltagelse i vores survey, hvorefter vi ganger dette tal med antallet af voksne borgere i Danmark.

$$\begin{aligned} &\text{Danskere, der foretrækker digital deltagelse} \\ &\quad \text{respondenter, der foretrækker digital deltagelse} \\ &= \frac{\text{samlede antal respondenter,}}{\text{* antal voksne danskere}} \\ &= \frac{718}{5.615} * 4.873.197 = 623.144,34 \end{aligned}$$

Dette regnestykke giver i eksemplet 623.144,34, som vi afrunder til nærmeste tusinde: 623.000.

8.3

Datakilde 3

Caseinterviews

Datakilde 3

Caseinterviews

Vi har udført otte semi-strukturerede interviews med administratorer og ordstyrere i Facebookgrupper, der er dedikerede til borgere i særlige eller sårbare positioner, det vil sige de udsatte, mindretallet, de socialt søgende og systemskeptikerne.

I interviewene har fokus været på administratorernes og ordstyrernes erfaringer og praksisser med at drive grupperne samt Facebookgruppernes værdi for personer, der er i disse særlige eller sårbare positioner.

Vi har interviewet to gruppeadministratorer fra grupper dedikeret til personer i udsatte positioner, to fra grupper dedikeret til personer i mindretalspositioner, tre til personer i socialt søgende positioner og to til personer i systemskeptiske positioner.

REKRUTTERING AF INTERVIEWPERSONER

Datakilde 1 inkluderer et overblik over alle grupper samt, hvorvidt de er dedikerede til borgere i udsatte, mindretals-, socialt søgende eller systemskeptiske positioner. Vi har kontaktet en række administratorer fra grupper, der er kodet som tilhørende hver af vores fire kategorier. Gennem Facebooks Messenger-funktion har vi sendt en besked til enten en administrator eller ordstyrer fra hver gruppe. Dette har vi kunnet, da Facebook oplyser profilerne på gruppeadministratorer og -ordstyrere, når man besøger Facebookgruppen.

Vi har løbende taget kontakt til flere administratorer og ordstyrere, således at vi kunne få repræsentanter for hver type udsathed.

Grupperne har været både offentlige og private.

INTERVIEWPRAKSIS

Hvert interview har haft en varighed af mellem 45 minutter og 2 timer. Alle foruden ét interview er blevet optaget og transskriberet. Dette ene interview er, efter ønske fra informanten, foregået uden optagelse.

Alle interviewpersoner har haft mulighed for at læse deres case igennem inden rapportens udgivelse, og har haft mulighed for at komme med eventuelle indvendinger eller kommentarer til den endelige casebeskrivelse, der indgår i rapporten.

Alle respondenter, der indgår ved navn og billede, har givet samtykke til dette. Har de ikke givet samtykke, er deres personoplysninger (herunder navn, alder samt andre personhenførbare oplysninger) blevet anonymiserede.

8.4

Datakilde 4

Netnografi

Datakilde 4

Netnografi

Siden 2017 har vi løbende meldt os ind i og observeret debatten i en række offentlige og private Facebookgrupper baseret på en spredning i størrelse, emne og formål og regelsætning.

I denne rapport tager det netnografiske arbejde særligt udgangspunkt i grupper dedikeret til borgere i udsatte, mindretals-, socialt søgende eller systemskeptiske positioner. Disse erfaringer gør vi både fra et bredt netnografisk arbejde gennem flere år, samt et mere koncentreret netnografisk arbejde i udvalgte grupper som en del af udarbejdelsen af denne rapport.

De grupper, der specifikt danner grundlaget for denne rapport, har vi fået samtykke fra en administrator eller ordstyrer til at melde os ind og udføre det netnografiske arbejde i.

SAMTYKKE TIL PRÆSENTATION

For alle netnografiske eksempler, der indgår i denne rapport, har vi fået tilladelse af gruppeadministratorerne eller ordstyrerne til at anvende anonymiserede eksempler på opslag fra Facebookgrupperne samt at inddrage det ikke-anonymiserede gruppenavn i rapporten.

Nogle grupper har efterspurgt, at vi får samtykke fra de enkelte personer bag enten opslag eller kommentarer. I disse tilfælde, har vi fået tilladelse fra de enkelte til at inddrage deres opslag eller kommentarer i rapporten.

Teksten i alle opslag og kommentarer, der indgår i rapporten, er blevet anonymiseret således, at den ikke kan søges frem i de konkrete grupper, samtidig med at den oprindelige intention med opslag og kommentarer stadig er tydelig i omskrivningerne.

Etiske overvejelser

Forskning i digitale fællesskaber

Etiske overvejelser

Forskning i digitale fællesskaber

HVAD SIGER PERSONDATALOVEN?

Persondataloven tillader behandling af persondata, hvis behandlingen er nødvendig for at udføre forskning, der er i offentlighedens interesse (artikel 6.e). Denne formulering er meget bred og udgør den generelle hjemmel for at udføre det meste forskning. Undersøgelsen, der er 100% finansieret af midler fra den selvstændige og almennyttige enhed TrygFonden, har som sit formål at styrke den digitale demokratiske debat. Formålet opnås ved at skabe ny viden om den særlige værdi for udsatte grupper. Undersøgelsen er offentligt tilgængelig.

HVORNÅR ER NOGET OFFENTLIGT OG PRIVAT I RELATION TIL FACEBOOKGRUPPERNE?

I vores undersøgelse har vi gjort os mange overvejelser om, hvordan vi kunne undersøge det digitale civilsamfund med respekt for de digitale frivilliges og medlemmernes personlige oplysninger.

Vi har derfor kortlagt grupperne baseret på den data, der er offentligt tilgængelig for alle med en Facebookprofil: gruppens navn, beskrivelse, medlemstal, oprettelsesdato osv.

HVILKE RETNINGSLINJER ER DER FOR FORSKNING I DIGITALE FÆLLESSKABER?

Inden for forskning i digitale fællesskaber diskuteres det stadig, hvornår et forum kan siges at være henholdsvis "offentligt" og "privat". Offentlige grupper betragtes som offentlige fora.

For grupper med indstillingen "privat" bliver vurderingen mere kompliceret. At gruppen har Facebookindstillingen "privat" er ikke i sig selv afgørende for, om gruppen juridisk bliver betragtet som et privat forum.

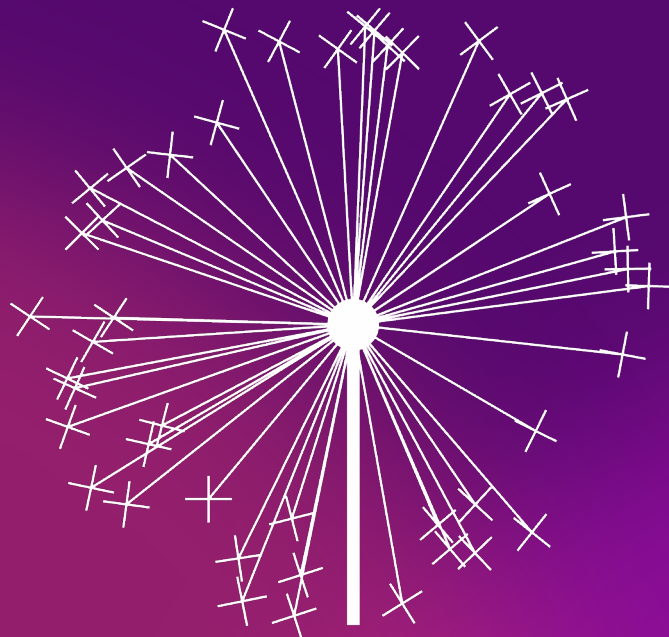
Den Nasjonale Forskningsetiske Komité for Samfunnsvitenskap og Humaniora i Norge (NESH) skriver sådan her:

"En hovedregel er, at jo strengere adgangsbegrensningen er, jo større aktsomhet bør forskeren utvise. På den andre siden kan teknisk adgangsbegrensning og «private» grupper ha som formål å beskytte ytringer som i prinsippet er offentlige. For eksempel må Facebook-grupper med tusenvis av medlemmer anses som offentlige selv om den tekniske innstillingen tilsier at gruppa er «privat» eller kun for «venner»."

Aarhus Universitet skriver følgende i deres vejledning til internetforskning:

"Der er ikke officielt taget stilling til, hvornår lukkede fora på sociale medier anses for at være reelt åbne. I mangel af en officiel stillingtagen, vil en "tommelfingerregel" være, at lukkede fora med flere end 200 medlemmer reelt må anses for åbne. Det vil sige, at personoplysninger lagt ud af personen selv i et lukket forum med mere end 200 medlemmer som udgangspunkt kan anses for at være offentliggjort af personen selv."

I vejledningen står dog også, at der skal tages hensyn til, hvilken type fællesskab der er tale om. Hvis der er tale om fællesskaber, hvor brugerne deler personfølsomme oplysninger, skal dette indgå i bedømmelsen af gruppens status af offentlig eller privat. Det skal også indgå i vurderingen, om medlemmernes intention med gruppen er, at indholdet er privat. Vi har derfor ikke meldt os ind i grupper, der er dannet med udgangspunkt i sensitive emner som for eksempel sygdomme, seksualitet, politisk tilhørsforhold uden at have personlig adkomst til gruppen eller uden eksplicit samtykke fra gruppeadministrator eller -ordstyrer. Vi har heller ikke brugt eller gengivet indhold fra private grupper udover dem, der indgår som cases, hvor vi bringer anonymiserede og/eller parafraserede eksempler på opslag og kommentarer efter aftale med gruppens digitale frivillige.



OS & DATA

TrygFonden