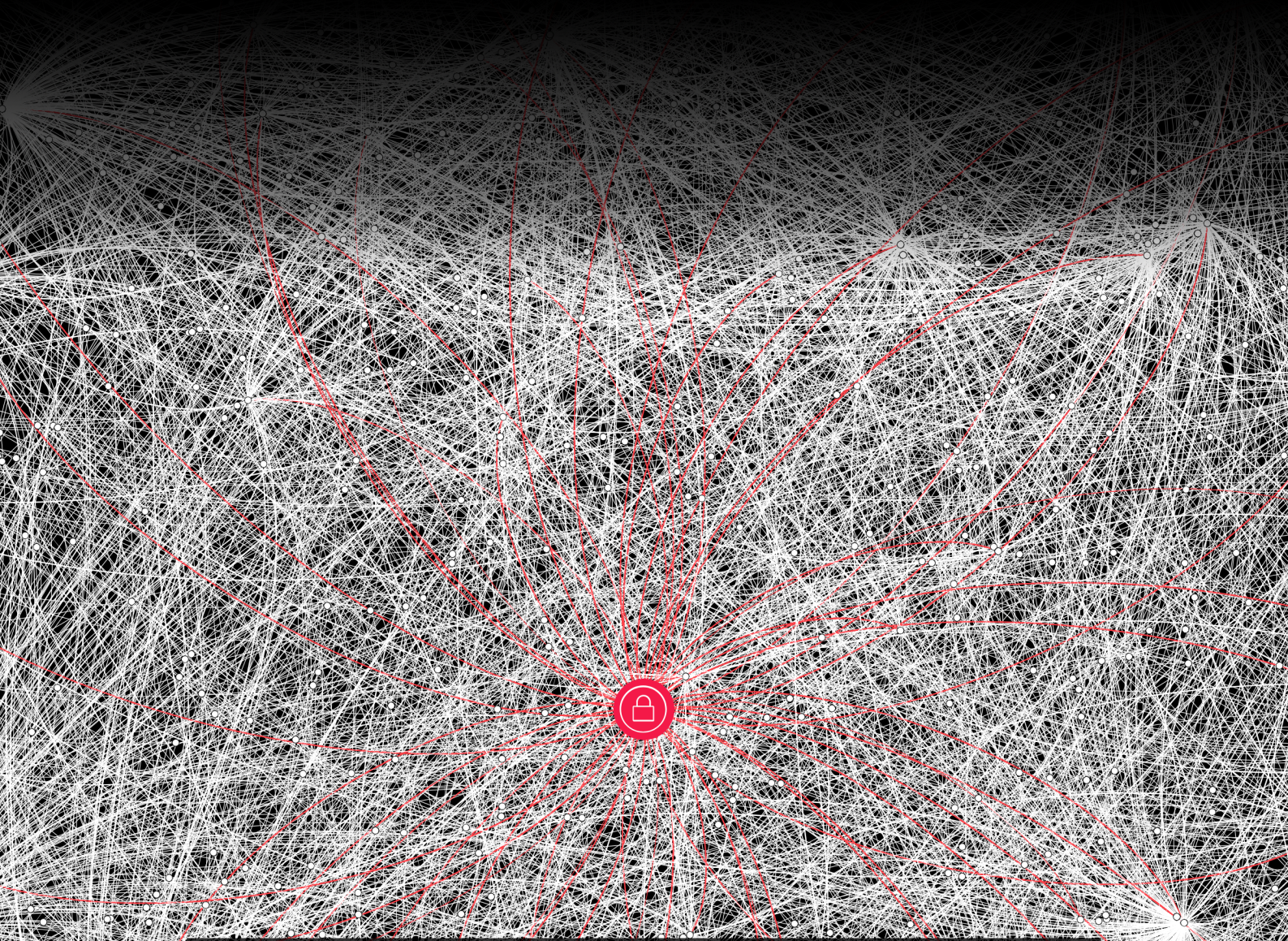
TRIGGER WARNING



I et hemmelig nettverk på Instagram deler hundrevis av norske jenter selvmordstanker og gjentatte selvmordsforsøk. Fra innsiden av miljøet har NRK avdekket hvordan de unge jentene påvirker hverandre.
På få år har minst 16 av dem tatt sitt eget liv.

Metoderapport SKUP 2019

Annemarte Moland, Ruben Solvang, Even Kjølleberg og Lars Karelius Noer

NRK

Innholdsfortegnelse

Innledning	1
Organisering	2
De første bevisene	2
Metode 1: Uventet hjelp fra Facebook	3
Nye, uavhengige kilder	3
Tid og tillit med pårørende	5
Metode 2: Fiktive profiler	6
100 nøkkelord	7
Dragsuget	7
Pappesken	7
Første gjennombrudd!	8
Den mørke natta	8
Skjulte kontoer	8
Metode 3: Skraping med Python	9
Hvem følger hvem	9
Hver enkelt bruker	10
Metode 4: Filtrering av 26000 brukere	10
Metode 5: Dugnad i regneark	11
Andre gjennombrudd!	12
Åpenhet som strategi	12
Svarteperspill	13
Tredje gjennombrudd!	13
Brutte løfter	14
Metode 6: Følgeanbefalinger og observasjoner	14
30 minutter med restriksjoner	15
Klare til å publisere	16
Etikk	16
Publisering	18
Konsekvenser	19
Spesielle erfaringer	20
Vedlegg med saksliste	21

Publisert:
Fra 27. oktober 2019. Arbeidet fortsetter i 2020.

Bidragsytere:
Ståle Hansen, Magnus Helle, Mari Grafsrønningen, André Håker, Stian Veum Møllersen, Henrik Lied, Martin Gundersen, Patrick da Silva Sæther,Tove Austad, Vilde Bratland Eriksen, Kamilla Marie Johansen, Sigrid Winther, Johan Sæther, Gjermund Tornholm, Kambiz Zakaria, Kirsti Falch-Nilsen, Monica Ruiz Biern, Ingvild Edvardsen og Vilde Helljesen.

Kontaktpersoner:
Annemarte Moland
annemarte.moland@nrk.no
Mobil: 95821312

Redaksjon: NRK Dokumentar og Samfunn

Innledning
“Pasienten og venninnen deltok i en lukket selvmordsgruppe på Facebook.”

Setningen står i et dokument fra en psykiatrisk institusjon i Nordland. Så sterk kost er det sjelden å se i et offentlig dokument (vedlegg 1). Men det stopper ikke der.

“Flere ungdommer i BUP-systemet var med i gruppen. Noen hadde til og med tatovert inn dødsdato og utgått-dato.”

Finnes det virkelig en selvmordspakt blant unge? Påvirker de hverandre til å ta sitt eget liv i en lukket gruppe?

Dokumentet vi har fått innsyn i stikker seg ut i bunken av om lag 3000 dokumenter vi systematiserer i fjorårets graveprosjekt Selvmord i psykiatrien. Ei 15 år gammel jente har tatt sitt eget liv, bare noen dager etter at venninnen hennes gjorde det samme.

Dette er oppsiktsvekkende, men det er bare ett problem. Vi står midt i publisering, og prosjektet handler strengt tatt om noe annet enn lukkede selvmordsgrupper på nett. Vi har ikke noe valg. Vi kan ikke grave oss ned i dette nå - bortsett fra noen enkle innledende undersøkelser. En intern rapport fra politiet i Brønnøysund, som vi får tilgang til, viser at 15-åringen har 106 følgere på en skjult konto på Instagram (vedlegg 2). Her deler de støtte og trøst, men også bilder av selvskading og selvmordstanker.

5-6 lokale ungdommer blir identifisert og får psykiatrisk hjelp. Men de 100 andre ungdommene som de nå vet om - hvem tar ansvar for dem?

Det lille lensmannskontoret har verken kapasitet eller kunnskap til å jobbe videre med saken, blir det forklart. “Det er stor sannsynlighet for at de er spredt utover landet”, står det i rapporten. Saken blir avsluttet, og alle data fra 15-åringens mobil slettes hos politiet.

Spørsmålene gnager videre. Hvem er de 100 andre ungdommene i dette nettmiljøet? Står flere av dem i fare for å ta sitt eget liv? Og hvorfor tar ingen ansvar?

Noen uker senere, etter utallige samtaler på telefon, bestemmer familien til 15-åringen å endelig snakke ut om det de og den lille byen har holdt tett om så lenge: Om alle selvmordene der, om tapet av datteren og hva faren fant på mobilen hennes etterpå. Det er to år siden de mistet jenta si, men praten rundt kaffebordet går lenge i store og forsiktige sirkler rundt det vanskeligste. Så tar endelig journalisten mot til seg og spør: Har du telefonen fortsatt? Faren har ikke sett på den på lenge. Ikke siden datteren døde, og han oppdaget hennes skjulte liv og varslet politiet.

- Den ligger ute i bilen tror jeg, svarer han og går for å lete. Noen minutter senere er han tilbake og plugger mobilen i laderen på kjøkkenet. Skjermen lyser opp. Alt ser ut til å fungere fortsatt.

Men det gjør det ikke. Etter at politiet tappet telefonen er ikke datteren lenger logget inn på Instagram. Appen er stengt og krever et brukernavn og passord ingen vet hva er.

Tilbake i redaksjonen ferdigstiller journalisten en artikkel fra Brønnøysund. "Det de voksne ikke vet" blir tittelen, vel vitende om at vi med dette bare skraper så vidt i overflaten på noe mørkt og ukjent.

Hvor stort er egentlig dette lukkede miljøet på Instagram, der unge deler sine mørkeste dager?

Organisering

Prosjektet Trigger Warning springer altså ut fra NRKs forrige graveprosjekt om selvmord. Redaksjonen bak Selvmord i psykiatrien blir i desember 2018 oppløst, men journalist Annemarte Moland og prosjektleder Ståle Hansen fortsetter arbeidet med å undersøke et mulig skjult miljø på Instagram.

Noen uker inn i det nye året innleder de et samarbeid med dokumentarredaksjonen Innafor ved Lars Karelius Noer og Vilde Bratland Erikstad, som ønsker å løfte samme tema. Antall medarbeidere vokser deretter jevnt fram mot publisering, først med journalistene Even Kjølleberg og datajournalist Ruben Solvang og deretter med grafikere. De siste ukene før publisering får vi helt nødvendig hjelp av utvikler, tv-redigerer og tre nyhetsjournalister som blir dedikert til å jobbe med oppfølgingssaker. Til TV-dokumentarene kommer det på fotografer, TV-grafiker og klippere underveis.

De første bevisene

I februar finner vi en interessant artikkel i Bodø.nu. Etter at vi publiserte saken fra Brønnøysund, har lokalavisa intervjuet ei ung jente som forteller mer om det skjulte miljøet på Instagram. Bodøjenta var tidligere en del av miljøet, med alvorlige spiseforstyrrelser, depresjon, traumer og selvmordstanker. Hun sier hun blant annet fulgte 15-åringen i Brønnøysund som tok sitt eget liv.

Våre første samtaler med 19 åringen blir helt avgjørende for veien videre. For, nærmest i en bisetning, sier hun noe veldig overraskende:

Hun forteller at det ikke bare var én jente som tok sitt eget liv mens hun var i nettverket. Det var minst ti, sier hun.

Jenta forteller at det er en konkurranse om å være sykest i nettverket. Det er dødelig, mener hun og oppgir enkelte navn på de hun husker som tok sitt eget liv. Men etter utallige samtaler kan hun ikke huske alle ti hun hevder døde.

Da jenta forlot nettverket i 2017, i et forsøk på å bli frisk, blokkerte hun alle sine følgere på Instagram. Men hun tok vare på de skjulte kontoene hun brukte og alle egne innlegg i nettverket. Hun sier innholdet er typisk for hva miljøet deler. For første gang får vi med egne øyne se hva det er snakk om.

Bilder av egen syltynn kropp med alvorlige spiseforstyrrelser, dype kutt og annen selvskading og depresjon. Bilder før og etter selvmordsforsøk og fra en rekke innleggelser på ulike psykiatriske avdelinger.

Metode 1: Uventet hjelp fra Facebook

Nå må vi undersøke navnene vi har fått av 19-åringen. Vi vil vite mer om hvilket forhold de hadde til nettverket.

Noen av de døde jentene har fortsatt facebookprofiler, med vennelister. Her finner vi bilder som viser at flere av de døde jentene i nettverket også har vært venner i det virkelige liv. Vi sjekker ut facebooksider til venner som kanskje kan gi oss noen flere svar. Men hvordan skal vi finne frem til de som tilhører det skjulte nettverket blant hundrevis i vennelista?

Her får vi uventet hjelp fra Facebook. Facebook viser nemlig et lite utvalg av vennelista på alle profilsider. Dette er venner som Facebook tror er ekstra relevante for nettopp oss - basert blant annet på hvem og hva vi har søkt etter tidligere. På en av profilsidene til en jente med over 1000 følgere plukker Facebook ut fem av de døde jentene i nettverket, eller familiemedlemmer av dem, for oss. Alle disse kommer fra ulike kanter av landet, Nord-Norge, Vestlandet og Østlandet. Vi skjønner at eieren av kontoen umulig kan ha kjent dem uten å ha vært en del av nettverket selv.

På denne måten finner vi fram til flere sentrale kilder.

Nye, uavhengige kilder

Via 19-åringen i Bodø får vi også senere flere nødvendige kilder i nettverket. I løpet av våren har vi fått kontakt med et titall jenter over hele landet, som enten har vært eller er med i nettverket. Det krever tid å bygge tillit blant disse kildene, og å få de til å forstå hva bakgrunnsinformasjon er, hvordan vi forvalter den og beskytter deres og andres identitet.

De fleste tør uansett ikke treffe journalistene eller medvirke. Men de gir i e-poster viktig og utdypende informasjon om det hemmelige nettverket og hvordan de opplever det. Flere lever med en konstant frykt, kommer det fram.

“Hvem er død i morgen”, skriver en av jentene og sier hun ikke klarer å logge av. Hun er redd for å ikke kunne varsle politi eller nødetater i tide, dersom jenter legger ut meldinger i nettverket om at de vil ta sitt eget liv.

Skyldfølelsen for henne og flere av de andre jentene hvis noen dør, er nesten ikke til å bære.

Kildene forteller oss at:

- Miljøet startet på blogger og Twitter og flyttet seg deretter over på Instagram
- Det er et lukket fellesskap for hundrevis av jenter
- De viser omsorg for hverandre og trøster hverandre
- Mange har funnet nettverket ved å søke på ord som selvmord, selvskading og depresjon
- Andre har blitt rekruttert til miljøet mens de har vært innlagt på psykiatriske avdelinger
- Det legges ut svært grafiske bilder og metoder for alvorlig selvskading
- Mange legger ut trusler om å ta sitt eget liv og faktiske selvmordsforsøk
- Det er også vanlig å dele bilder fra sykebiler, sykehus og institusjoner
- Mange får hjelp i psykisk helsevern, men føler ikke at de blir tatt på alvor
- Mange er redd for å bli avslørt, at deres identitet skal bli kjent
- Et selvmord utløser en kjedereaksjon av selvmordsforsøk i gruppa
- Flere i nettverket som har tatt sitt eget liv får nærmest en slags hellig status

Felles for jentene vi nå har kontakt med er at de vil belyse det de mener er det farligste i nettverket. De vil at jentene i miljøet skal bli mer bevisst og få mer profesjonell hjelp. Fire av jentene vil, etter å ha tenkt seg om lenge, stille til intervjuer.

En av dem er Ingebjørg, som blir en av våre viktigste kilder. Vi finner henne dels gjennom søk på Facebook, men flere jenter i nettverket tipser oss også om henne. 22-åringen blir vår første åpne kilde blant dem som fortsatt er i miljøet. Hun er godt kjent blant mange, fordi hun har tatt på seg en slags oppgave som livvakt i nettverket. Hun har mange følgere, overvåker strømmen konstant og varsler ukentlig politi og nødetater om selvmordsmeldinger.

Hvor er de profesjonelle som burde gjort denne jobben? Hvor mye vet egentlig helsevesenet om det som foregår i det skjulte miljøet, lurer vi på?

Flere av kildene kjenner til enda flere jenter knyttet til miljøet som har tatt sitt eget liv. Nye navn oppgis, og flere oppgir de samme navnene uavhengig av hverandre.

Enkelte viser oss også skjermbilder av profiler til jenter som har tatt sitt eget liv. Vi ser ingen direkte oppfordringer om selvmord, men det er tydelig at jentene påvirker hverandre. Det er en klar forbindelse mellom minst to av selvmordene.

Nettverket vi ble fortalt om i Brønnøysund, er mye større enn vi trodde. Innholdet som deles virker mer brutalt enn vi visste. Det er stor fare for at det påvirker andre negativt, men vi har foreløpig ikke sett det med egne øyne. Vi mangler fortsatt en egen vei inn i miljøet. Det er på dette tidspunktet likevel klart at det ikke bare er jentene i Nordland som har tatt sitt eget liv. Det ser ut til å være snakk om mange flere jenter.

Tid og tillit med pårørende

I løpet av noen måneder fylles en hvit tavle i redaksjonslokalet vårt med bilder av døde jenter.

Det er nå over 20 navn der. Fra hele landet og mange av dem var svært unge da de døde.

Det slår oss hvor vanlige jentene er. De kunne vært datteren til hvem som helst som ser tavla. Smilende, sporty og vakre på bilder tatt i de beste øyeblikkene - de du velger som profilbilde på sosiale medier. Hver dag minner bildene oss om alvoret i denne virkeligheten.

Vi sjekker alle navn via åpne profiler i sosial medier, Retriever, Nasjonalbiblioteket, dødsannonser og opplysninger i Folkeregisteret for å få bekreftet at de er døde. At de tok sitt eget liv må vi få bekreftet på andre måter. Det kan være snakk om selvmord. Men det kan også være løse rykter i det som nå ser ut til å være et stort, men svært sårbart miljø på nettet.

Vi tar derfor kontakt med pårørende. Det er en jobb vi gruer oss til, men som er helt nødvendig:

- Vi må få bekreftet hvor mange av jentene som faktisk har tatt sitt eget liv
- Selv om vi vet at jentene har vært del av nettverket, vet vi ofte ikke i hvor stor grad. Kanskje de nærmeste vet mer?
- Vi vet heller ikke om nettverket påvirket dem til for eks økt selvskading eller selvmord
- Vi må varsle de pårørende om prosjektet, og få klarhet i om de døde må anonymiseres
- Vi håper også at familiene kan fortelle litt mer om sine kjære, om hvordan de var
- Gjennom nærmeste pårørende kan vi også få hjelp til å informere andre som vil bli berørt av prosjektet/publisering

For å fordele det tunge arbeidet med å kontakte familiene, fordeler vi navnene mellom oss. Flere av dødsfallene har skjedd nokså nylig, og mange er fortsatt i dyp sorg. Vi er fra første stund åpne om hva vi vet og ikke vet. Vi setter av tålmodighet og tid med så sårbare kilder. Tid til å reagere, tenke seg om, tid til å trekke seg. For de aller fleste familiene sitter vi på helt ny og for dem ukjent informasjon.

Først sender vi en kort SMS. Mange er raske med å ta kontakt tilbake, og er ofte svært åpne om det de har opplevd. Flere uttrykker et sterkt ønske om å få belyst nettverket. Håpet er at det kan være med på å gi det fryktelige de har opplevd en slags mening, og at det kan hjelpe andre i samme situasjon. Dette erfarte vi også i forrige undersøkende prosjekt om selvmord.

Noen få viser seg å være vanskeligere å få i tale. De svarer verken på SMS eller telefon, og ved et par anledninger velger vi ganske enkelt å gi opp og fjerne navn fra oversikten vår.

Vi sitter til slutt igjen med navn på 15 jenter der selvmordet er bekreftet. 12 av dem uten noen begrensninger i forhold til bruk av navn, bilde og tekst. Over halvparten av dem var under 20 år da de døde.

Vi får også en økt forståelse for jentene som døde. Samtlige har en vanskelig oppvekst og bakgrunn i psykiatrien og/eller barnevernet. Vi kan trolig finne flere jenter i nettverket som har tatt sitt eget liv, men må sette strek her av hensyn til tid og kapasitet. Det er nå godt dokumentert at antall selvmord i nettverket er høyt.

Metode 2: Fiktive profiler

Vi vet nå mye om nettverket, men fortsatt har vi ikke klart å dokumentere eller besvare vårt hovedspørsmål:

Er det en reell fare for at de smitter hverandre med selvskading og tanker om eller forsøk på å ta sitt eget liv? På hvilken måte foregår dette egentlig?

Parallelt med utstrakt kildekontakt, vurderer vi tre mulige veier inn i nettverket. Den ene er en åpen NRK-Instagram-konto merket med prosjektet. Vi lander raskt på at det ikke er forsvarlig å ta direkte kontakt med sårbare, ofte mindreårige jenter via en slik journalistkonto. Vi vurderer også å bruke en mellompersons aktive konto for observasjon, men lander heller på å opprette to fiktive, anonyme kontoer. Vi mener det vil være ryddigere og gi oss mer informasjon. Med kontoene håper vi å komme nærmere det lukkede norske miljøet, men også undersøke hvor fort Instagrams teknologi tar slike brukere med til mørkere innhold, slik våre kilder på innsiden har fortalt.

For å være troverdige må vi, før vi oppretter kontoene, lære oss språk og ikoner som ofte brukes i dette miljøet. Vi søker på Instagram både på norsk og engelsk. Ved å søke på sentrale stikkord og emneknagger som selvskading, selvmord og depresjon, finner vi raskt flere åpne utenlandske kontoer med svært grafisk innhold, som vi kan lære av.

Vi finner også et fåtall norske profiler, men de fleste er lukket og ser ikke ut til å være aktive. Likevel: Depressive brukernavn og de korte biografiene på kontoene deres som alle kan se, (vedlegg 3), gir oss ideer på hvordan vi selv kan merke våre profiler.

100 nøkkelord

I denne fasen identifiserer og samler vi de 100 mest brukte ordene og emneknaggene på engelsk og norsk. Listen inneholder ord som taushetsplikt, trygg, snitch, ptsd, selfharm, selvskading, rapporter, blokker osv. Allerede her merker vi oss at svært mange brukere merker kontoene sine med Trigger Warning eller TW for å andre om at innholdet på kontoene deres kan påvirke negativt. Vi identifiserer også de 50 mest brukte ikonene, som symboliserer følelser og stemninger i dette miljøet.

Ved hjelp av nøkkelordene og ikonene kan vi nå opprette kontoene. I løpet av to uker publiserer vi et fåtall innlegg. Kontoene er åpne, slik at alle kan se innholdet. Bildene er illustrasjoner hentet fra nett, som mørke stemningsbilder og tekstplakater. Innleggene beskriver håpløse følelser og merkes med lite tekst, men med forskjellige ikoner og emneknagger som #depresjon, #depression, #selvskading, #selfhurt og i enkelte tilfeller #suicidal. Dette gjør vi for å se hvor Instagrams teknologi tar oss. Det hele er en vanskelig balansegang mellom å merke innleggene “riktig”, uten å trigge potensielle følgere.

Dragsuget

Det skal lite til før vi blir tatt med i dragsuget. Den ene kontoen får på kort tid over 100 følgere fra ulike land. Vi trenger ikke selv søke etter lignende kontoer og be om å få følge dem. De kommer til oss. Samtlige av dem som begynner å følge vår konto er depressive, sårbare profiler ofte med skadelig innhold. Strømmen blir raskt full av bilder og videoer av dype og blødende kutt. Innholdet er styggere og mer brutalt enn vi hadde sett for oss.

Samtidig dukker det stadig opp forslag til vår konto om lignende profiler vi kanskje vil følge. Rekken av anbefalinger er endeløs, og samtlige brukere som Instagram peker oss mot er mørke kontoer med selvskading, depresjon og selvmordstanker.

Foran øynene våre bygger Instagrams algoritmer et nettverk for oss - på samme måte som Instagram gjør for Liverpooltilhengere eller folk som er interessert i sminke eller mote.

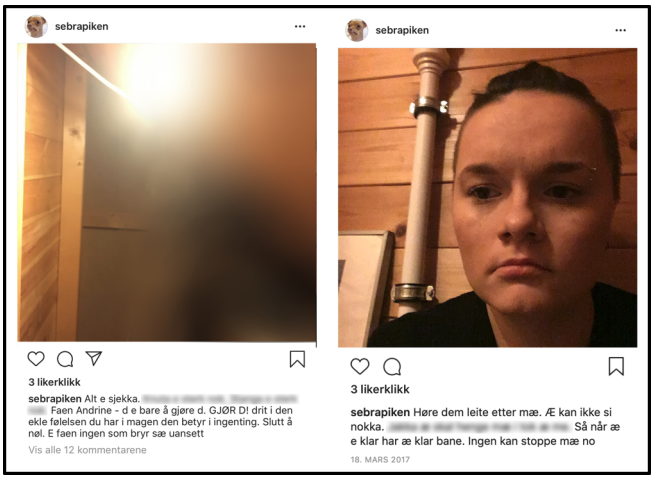
Arbeidet med de fiktive kontoene lærer oss mye om hva slags innhold som faktisk finnes på plattformen og at omfanget av slike profiler er svært stort. Vi lærer også mer om selskapets teknologi, som vi senere skal få god bruk for.

Men kontoene fører oss ikke nærmere det norske miljøet. Ikke en eneste en av følgerne vi får er norske jenter. Kontoene blir dermed inaktive fra slutten av februar. Vi må jobbe videre for å finne andre veier inn i det norske nettverket.

Pappesken
I en gang i en leilighet i Tromsø står det en pappeske. Den har stått der i to år, helt siden 17 år gamle Andrine tok sitt eget liv. Moren fikk den av politiet etter at datteren døde, men har aldri turt å åpne esken med datterens telefon. Hun vet at datteren var aktiv i et nettmiljø på Instagram, men ikke hvilket eller hva det inneholder.

I forbindelse med arbeidet med de pårørende, kommer vi i kontakt med Tromsø-kvinnen. Moren forteller åpent om datterens oppvekst, psykiske lidelser, barnevernet og tidligere selvmordsforsøk. Allerede i første samtale forteller hun om esken også, at den bare står der. Vi anbefaler å ikke åpne den nå. Hun er alene, milevis unna oss og uten profesjonelle rundt seg. Men moren er ikke til å stoppe.

Første gjennombrudd!
Noen dager senere kommer hun til Oslo for å vise oss. På mobilen finner vi Andrines åpne, vanlige Instagram-konto. Den er som tenåringer flest sin: sminke, klær, venner, selfies og tull og tøys. Men vi finner også en skjult, hemmelig konto som heter “Sebrapiken”. Her deler den unge jenta bilder og video av en helt annen hverdag: Depresjon, alvorlig selvskading, selvmordstanker og gjentatte selvmordsforsøk.



Men enda verre: Andrine tar følgerne i nettverket med seg helt inn i sin siste time. I flere innlegg dokumenterer hun sitt eget selvmord. Ingen av oss har noen gang sett noe slikt.

I timevis sitter vi sammen og skroller gjennom de hemmelige innleggene. Det tar ikke slutt. Andrine er svært aktiv, og vi kommer ikke gjennom alt. -Dere kan bare beholde telefonen, sier moren. Bruk den og hent ut så mye informasjon dere trenger for å belyse dette, sier hun.

Den mørke natta
Den natta er mørke timer journalisten aldri glemmer. Som en inntrenger i et hemmelig og svært privat rom. Det føles både feil og riktig på samme tid: Feil fordi innholdet aldri var ment for våre øyne. Riktig fordi dette er dokumentasjonen vi har lett etter så lenge etter.

Via kontoen finner vi raskt en hel verden av jenter som Andrine. Det er side opp og side ned med følgere som trøster jenta og sender henne likes og hjerter via sine skjulte kontoer. Det er et helt ukjent fellesskap av mørkt og anonymt innhold. Journalisten har ikke andre verktøy tilgjengelig og begynner å filme og ta bilder av innholdet og følgelistene.

En helt håpløs framgangsmåte i en omfattende og uoversiktlig verden, men likevel et gjennombrudd. Allerede neste morgen starter et helt nødvendig arbeid med å gå gjennom mobilen mer systematisk. Gjennomgangen skal lede til noen av våre viktigste funn.

Skjulte kontoer

Da vi går gjennom appen, oppdager vi nok en skjult konto. I tillegg til kontoen Sebrapiken, brukte 17-åringen en annen konto som heter sebrapiken_backup. Via disse to kontoene følger Andrine i underkant av 100 andre. Dette er private, mørke kontoer som ellers ville vært lukket for oss. Via de to kontoene kan vi få unik tilgang, ikke bare til det Andrine delte, men også innholdet til følgerne hennes og hvilke kontoer de igjen følger.

Hvor mange mørke kontoer klarer vi å finne fra bare en telefon? Selv om det er mulig å navigere gjennom følgelistene med mobilappen, er det en umulig oppgave å samle alle dataene på manuelt vis.

Parallelt går vi gjennom hundrevis av dokumenter knyttet til Andrines oppvekst og behandling i psykisk helsevern og barnevern. Vi har et behov for å forstå henne bedre. Gjennomgangen avdekker viktige opplysninger om hennes liv, men også hvordan andre selvmord i nettverket påvirker henne.

Noen av kontoene vi nå har tilgang til følger flere tusen andre. Vi trenger datakraft for å komme videre. Bare slik kan vi kartlegge på innsiden det vi hittil bare har sett konturene av fra utsiden: Det norske, skjulte miljøet på Instagram.

Metode 3: Skraping med Python

I mange tilfeller tilbyr tjenester på nettet åpne, maskinlesbare tilganger på informasjon, forkortet API. Dette er grensesnitt som gjør det mulig for utviklere å bygge tjenester på toppen av andre plattformer. Ofte kan man både sende og motta informasjon direkte med tjenesten. Instagram tilbyr et API, men dette har dessverre blitt innskrenket over tid. Det er altså ikke mulig for oss å hente ut informasjonen vi trenger gjennom offisielle kanaler.

Hvem følger hvem

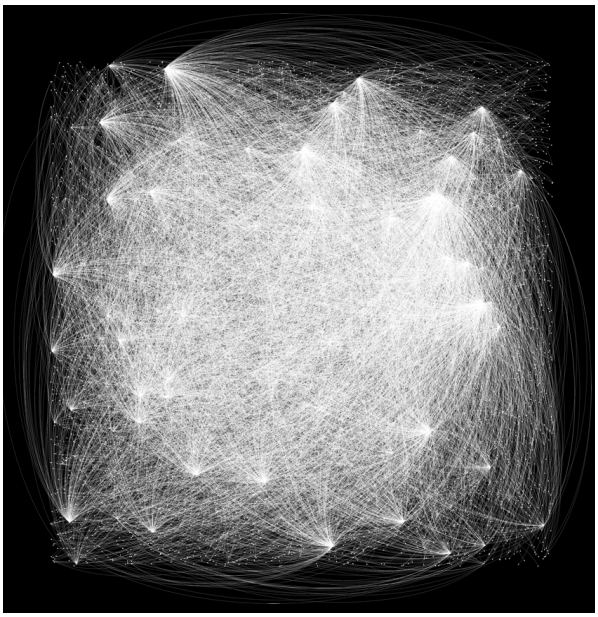
Det finnes likevel muligheter. Ved å se hvordan en nettleser og en nettside snakker sammen, kan man etterligne kommunikasjonen. På den måten er det mulig å skrive kode som henter ut informasjon fra serveren på en veldig effektiv måte. For Instagram vil dette se ut som en vanlig bruker i en vanlig nettleser. Her må det presiseres at denne teknikken kun gir tilgang på informasjon en vanlig bruker ellers ville hatt tilgang på i nettleseren.

Å pusle sammen hvordan slike private API-er kan brukes er ofte en tidkrevende og komplisert prosess. Heldigvis finnes det noen som allerede har gjort jobben for oss. Kodebiblioteket “Instabot” tilbyr enkle metoder som gjør det lett å lage et program som snakker med Instagram. Slike programmer er en tekstfil med en datakode skrevet i et skriptspråk. I vårt tilfelle er programmeringsspråket Python. Med dette verktøyet lager vi et skript som henter ned en liste

over alle brukerne Andrine fulgte, for så å hente ned en tilsvarende liste for hver av de igjen. (vedlegg 4).

Dette er en automatisk prosess som går av seg selv. Noen dager senere sitter vi på en fil som inneholder navnene på brukerne Andrine følger, samt en tilsvarende liste for hver bruker med hvem de følger.

*Vi har hittil bare har en telefon og en konto. Selv om vi bare kan se hvem Andrine følger og hvem de igjen følger, altså to steg ut i nettverket, er det som kommer i fila massivt. Vi ender opp med **26075 unike brukere**. Når vi visualiserer nettverket ser det helt ugjennomtrengelig ut, som et tett edderkoppnett. Hvordan i all verden skal vi tyde dette?*



Hver enkelt bruker
Ut fra stikkprøver ser vi at veldig mange av brukerne ikke er en del av nettverket vi ønsker å kartlegge. De har ikke mørke kontoer som Andrine. Vi trenger mer informasjon om hver bruker.

Informasjonen ligger på brukernes profilside. Alle Instagram brukere, selv private kontoer, har en offentlig profil. Profilen inneholder blant annet brukernavn, navn, en biografisk tekst og et bilde. Alt vi trenger å gjøre nå er åpne en nettleser og besøke hver enkelt av de 26000 profilene, ta et skjermbilde og notere ned alle detaljene om brukeren. En ekstremt tidkrevende prosess.

Heldigvis kommer Python til redningen igjen, som er en enkel måte å lage kode som automatiserer slike monotone oppgaver. Vi skriver derfor enda et skript som kan ta kontroll over en nettleser. Vi gir den en liste over alle brukernavnene, samt instrukser om å lagre brukerdata og ta skjermbilder. Jobben går deretter av seg selv.

Metode 4: Filtrering av 26000 brukere
Med informasjonen vi sitter på nå kan vi begynne å luke ut kontoer vi ser at helt sikkert ikke er del av det mørke nettverket. Målet vårt er å slanke listen så mye at det blir mulig å ta en manuell vurdering av hver enkelt bruker. Denne jobben blir gjort av nok et Python-skript.

Vi begynner med å fjerne alle profiler som ikke er private. Nettverket vi ønsker å kartlegge består utelukkende av lukkede kontoer. De åpne profilene er også en veldig stor andel av det totale datasettet, så ved å fjerne dem fjerner vi mye støy.

Vi går fra mange tusen til 5400 brukere. Det er fortsatt altfor mange til en manuell gjennomgang - vi er på dette tidspunktet bare to som jobber med dataene.

Nå får vi igjen bruk for listen med nøkkelord som ble laget i arbeidet med de fiktive profilene. Ved hjelp av dem kan vi luke ut alle profiler som ikke har noen av kjennetegnene vi ser etter.

Vi gjør en grovsortering med et nettleserbasert verktøy, som lar oss skrolle kjapt gjennom kontoene som ikke matchet på nøkkelordene. Her finner vi mange helt vanlige, men private kontoer, men også flere potensielle mørke kandidater.

Verktøyet lar oss luke ut de kontoene vi ser at helt sikkert ikke er mørke. Til slutt sitter vi igjen med drøyt 2800 kontoer.

Nå er vi kommet så langt som vi kan med tekniske løsninger og må ta skjønnet i bruk. Vi vet fortsatt ikke hvor mange av kontoene som faktisk er i nettverket, men alle blir overført til et Google-regneark.

Metode 5: Dugnad i regneark

I regnearket ligger nå det vi har klart å skrape ut av de 2800 kontoene: brukernavn, navn, biografi, profilbilde, antall innlegg, antall brukere som følger kontoen og antall brukere kontoen følger (vedlegg 6).

For å kunne filtrere videre manuelt og for å få en mer systematisk oversikt over hva slags kontoer og innhold dette lukkede miljøet egentlig består av, utvider vi regnearket med en rekke kolonner som må krysses av (checkbox):

Om kontoen er mørk, norsk, inneholder begrepet Trigger Warning, selvskading, selvmordstanker, rus, spiseforstyrrelser, psykiske problemer, spesifikke diagnoser, om brukeren har vært eller er innlagt, alder og kjønn.

Mye informasjon ligger i brukernavn og bio. Finner vi ikke opplysningene vi leter etter der for å kunne krysse av, ligger det ofte mer informasjon i profilbildet.

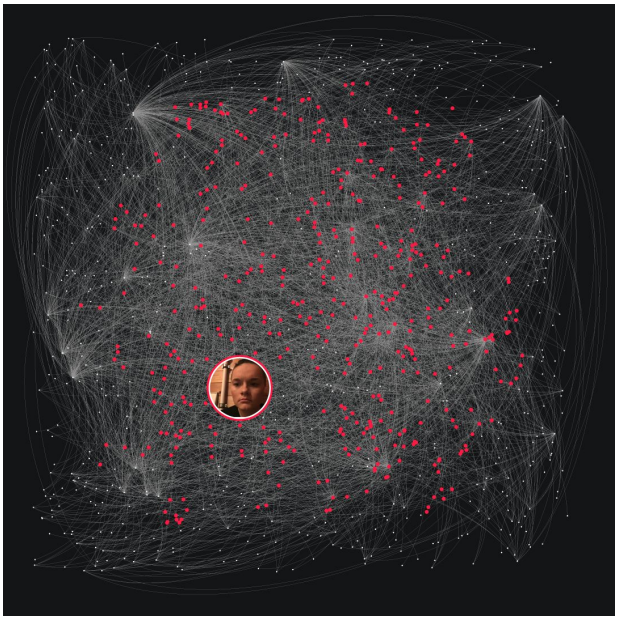
Men dette er et stort datasett. Det vil ta to journalister flere uker å gå gjennom alle kontoene alene. Vi kaller derfor inn til dugnad i redaksjonen, der også medarbeidere som ikke jobber på prosjektet blir bedt om å bidra. De får en innføring i prosjektet, definisjonene av hva som er en mørk, lukket konto og hva som skal til for å krysse av i de ulike kolonnene. Alle har hver sin tilgang til regnearket, men fordi alle her i stor grad må bruke skjønn, sitter vi samlet og diskuterer tvilstilfeller. Der kontoer er i grenseland mellom mørk/ikke mørk, kjører vi en streng

praksis. Slik blir ikke kontoer som ikke er 100% mørke registrert som del av det lukkede miljøet.

Mange brukere i dette miljøet bruker også den anonyme chattetjenesten Tellonym og lenker til programmet på Instagram-profilene sine. Vi går gjennom samtlige lenker, og der, i dialog jentene mellom, finner vi opplysninger som kan mangle i profilene deres. I chatteprogrammet oppgir nemlig ofte brukerne hvor de kommer fra, alder, diagnoser, hvor de er innlagt osv.

Andre gjennombrudd!
Dugnaden avdekker noen av våre viktigste funn:

- Det er minst 500 norske jenter i nettverket
- Over halvparten av kontoene er merket Trigger Warning
- Svært mange sliter med selvskading, spiseforstyrrelser og selvmordstanker
- Svært mange lider av depresjon og/eller har alvorlige psykiske diagnoser
- Det er taushetsplikt. Mange profiler er merket trygg, dvs. at de overholder reglene
- Gjennomsnittsalderen for de som oppgir det er 19 år. Noen helt ned i 14/15-årsalderen
- Nettverket har koplinger til 23 andre land. Spesielt Danmark, Sverige, Tyskland og Storbritannia har mange og svært aktive brukere



Her hører det med at tross iherdig innsats fra alle under dugnaden, gir ny tilgang til nettverket på et senere tidspunkt oss muligheten til å gå tilbake og kvalitetssikre datasettet videre. Vi retter flere feilregistreringer i datasettet. Mer om den unike tilgangen vi fikk senere!

500 norske jenter er bare toppen av isfjellet. Dette er bare det vi klarer å hente ut fra en mobil og en konto. Hvilke tall hadde vi fått dersom vi fikk tilgang til en eller to kontoer til knyttet til miljøet?

Det smerter å ikke gå videre, nå som metodene sitter og gir resultater. Men vi må sette punktum for vi har verken tid eller kapasitet til å bygge ut datasettet videre. Vi vil heller aldri, uansett om vi får tilgang til flere mobiler, kunne gi et komplett bilde av nettverket. Vi har med disse 500 norske jentene dokumentert det skjulte miljøet godt nok.

Åpenhet som strategi

Det er på tide å forsøke å få Instagram i tale. Vanligvis avskriver denne giganten alle pressehenvendelser med såkalte statement på tre-fire linjer og gir sjelden intervjuer. Men med så oppsiktsvekkende funn ønsker vi å jobbe for å få toppsjefen i tale, og velger derfor åpenhet som strategi.

Bare å finne toppsjefen Adam Mosseris kontaktinformasjon viser seg vanskelig, men vi sender i midten av august en e-post til en av Instagrams grunnleggere, Kevin Systrom, med kopi til tre andre presseansvarlige i USA og Norden. E-posten inneholder alle sentrale opplysninger: at vi på innsiden av et skjult nettverk har kartlagt at minst 15 unge norske jenter har tatt sitt eget liv, at minst 500 norske jenter er del av miljøet, at de deler bilder og video av selvskading og gjentatte selvmordsforsøk. Vi stiller også spørsmål rundt selskapets teknologi, som gjør at sårbare brukere kan bli dratt inn i dette miljøet, og opplyser om hva vi har tenkt å publisere.

Bare noen minutter senere tar kommunikasjonssjefen i London kontakt og vil snakkes samme dag. Instagram uttrykker raskt alvorlig bekymring. Nå starter en vanskelig balansegang, som skal vare i ukevis. Mellom å være åpne om våre funn, samtidig som vi må beskytte kildene våre og ikke ødelegge for eget pågående arbeid.

Svarteperspill

Vi blir raskt utsatt for det vi opplever som et noe ubehagelig svarteperspill. Instagram krever tilgang til våre data, noe vi selvsagt ikke kan dele. Selskapet på sin side argumenterer for at de må ha tilgang til kontoene for å kunne hjelpe jentene i nettverket ut av et potensielt farlig miljø. It's urgent, sier Instagram, trolig i et forsøk på å legge ansvaret for potensielle selvmord tilbake på journalistene som har tilgang til miljøet.

Vi ønsker ikke levere fra oss noe elektronisk. Det er tross alt pågående og upublisert materiale. Derfor reiser vi noen uker senere til London, for å legge fram våre funn og noe kontekst i et bakgrunnsmøte med Instagram.

Vi har sitat- og filmforbud forbud, men har på forhånd fått selskapet til å forplikte seg:

Hvis vi kommer til møtet, skal de før publisering stille til intervju om saken. Alt materialet blir anonymisert og sladdet før avreise. Vi kan ikke risikere at Instagram får opplysninger som gjør at de kan stenge vår tilgang til nettverket, ettersom arbeidet på innsiden fortsatt pågår.

Vi holder en presentasjon og har interessante diskusjoner med en maskinlæringsekspert og ansvarlige for Instagrams retningslinjer og moderering. Ettersom møtet var off the record kan vi ikke gå mer inn på hva vi snakket om.

Åpenhet som strategi god tid før publisering fungerer godt i dette tilfelle, til tross for at det sitter langt inne å gå med på slike lukkede møter. Prosessen er svært lærerik om blant annet Instagrams teknologi og utfordringer, og gir oss ny gnist og nye ideer i arbeidet videre.

Tredje gjennombrudd!
I samme periode får vi ny tilgang til kilder i miljøet. Kildene lar oss i detalj se og dokumentere hva som blir delt fortløpende. Fram til nå har vi basert våre undersøkelser på en telefon og en konto, men nå følger noen intense uker med ny informasjon fra innsiden.

Miljøet er mye mer aktivt enn vi har sett til nå. Det er færre bilder og video av selvskading enn fra for eksempel Andrine. Innholdet er mørkere, med mer fokus på selvmordstanker, -metoder og forsøk.

Tilgangen legger et nytt alvor over prosjektet vårt. Det går tydeligere enn før opp for oss at dette handler om liv og død. Det kjennes ut som om det haster mer enn før med å få publisert sakene våre.

Vi får se innhold som postes dag og natt, for å sikre oss at våre funn hittil er aktuelle og del av en pågående situasjon. Det får vi raskt bekreftet at de er. Og vel så det.

Brutte løfter
Instagram lover i februar 2019 å få på plass teknologi som gjør at kontoer med skadelig innhold ikke blir anbefalt til andre. Instagrams administrerende direktør forteller i et intervju med BBC at han vil vurdere sin egen stilling hvis skadelig innhold fortsatt blir anbefalt til brukere seks måneder senere. Dette ønsker vi nå å etterprøve.

De fiktive kontoene vi opprettet har vært i en lang dvale, men vi sitter på en stor mengde skjermbilder av innholdet vi kom inn ifra da de ble opprettet. Dermed kan vi sammenligne innhold før og etter løftene til Instagram. Mye har endret seg i strømmen til de fiktive kontoene våre.

Mesteparten av de verste innleggene vi så for noen måneder siden er nå borte, selv om det fortsatt er innhold på plattformen som bryter med selskapets egne retningslinjer. Har Instagram holdt løftet sitt? Det kan se slik ut for de som ikke kjenner til innsiden av dette mørke, lukkede miljøet.

Virkeligheten er en ganske annen. Vi får fortløpende rapporter fra kilder om selvmordsforsøk i nettverket. Strømmen på innsiden er full av dystert innhold, og det er lite som tyder på at Instagrams opprydning har gitt noen langvarig effekt.

Hvordan kan vi dokumentere at Instagrams ryddejobb bare er overfladisk, som er vår hypotese nå?

Vi vil forsøke å finne ut av:

- *Hvor mange meldinger om å ta sitt eget liv legger egentlig jentene i det norske nettverket ut?*
- *Hvor mange av disse brukerne blir i samme periode anbefalt videre til andre likesinnede brukere?*

Metode 6: Følgeanbefalinger og observasjoner

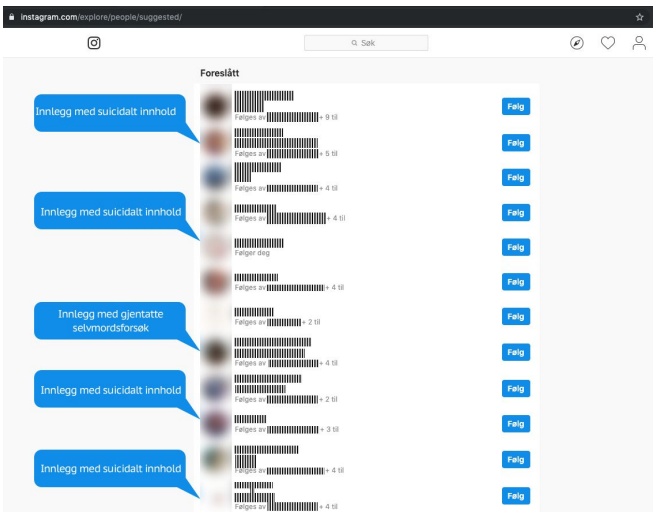
Vi har sett tilfeller der jenter som legger ut meldinger om at de skal ta sitt eget liv eller poster faktiske selvmordsforsøk blir anbefalt til andre brukere i nettverket. Men hvor utbredt er dette? For å kunne si noe om det må vi gå systematisk til verks med den nye tilgangen vår. Den gir oss muligheten til å se innholdet til mange av brukerne som Instagram anbefaler videre.

Hvis vi lager en logg over brukerne Instagram anbefaler, kan vi senere sette de i sammenheng med hendelser i nettverket.

Ved hjelp av et Python-skript setter vi opp et automatisk system for logging av følgeanbefalinger. Systemet sjekket også hver anbefaling for å se om dette er en bruker vi har tilgang til. Loggen gjøres så tilgjengelig i et nettleserbasert verktøy med søke, sortering og filtreringsmuligheter(vedlegg 5).

Samtidig er vi manuelt observatører i nettverket. Vi tar skjermbilder av alle meldinger om selvmord eller selvskading. Filene lagres med brukernavn og tidspunkt for hendelsen. Vi må vite nøyaktig når en melding ble lagt ut for å med sikkerhet kunne si at Instagram foreslår videre brukere som har postet skadelig innhold.

Vi finner som nevnt store mengder selvmordsrelatert innhold. I løpet av to tilfeldig valgte uker i september kommer vi over 50 innlegg fra norske jenter i nettverket som sier de ikke orker å leve lenger. Vi vet dessverre ikke hvem de er, siden kontoene er anonyme, men flere av dem ender i reelle selvmordsforsøk.



Ved å studere kontoene Instagram anbefaler, ser vi at det ofte er brukere som i samme periode er svært aktive i det mørke nettverket. Samme dag som en bruker legger ut en melding om å ta sitt eget liv eller et faktisk selvmordsforsøk, kan brukeren dukke opp som anbefaling i vår kartlegging.

Instagram har altså det siste halve året fjernet mye skadelig innhold som bilder og video av selvskading. Men har ikke holdt sitt eget løfte om å stoppe det de selv kaller skadelige anbefalinger.Teknologien til Instagram klarer ikke å fange opp og stoppe dette innholdet. Dermed klarer heller ikke selskapet å hindre at skadelig innhold blir anbefalt videre.

30 minutter med restriksjoner

Tett opp mot publisering stiller Instagrams toppsjef for selskapets retningslinjer opp til et sjeldent intervju. Vi får innpass på et bibliotek i selskapets hovedkontor i New York. 30 minutter med strenge restriksjoner: Ikke filme at vi rigger oss til, ikke ta opp lyd før intervjuet er i gang, ikke filme noen ansatte i arbeid og ikke gå ut av biblioteket uten følge. I tillegg er en nordisk sjef, som snakker dansk, fløyet inn til intervjuet. En jurist sitter i bakgrunnen og ser ut til å skrive ned alt vi sier under intervjuet, mens en annen kommunikasjonsansvarlig setter opp et mobilkamera på stativ og filmer at vi filmer intervjuet.

Klare til å publisere:

Ved enden av researchen, når vi i oktober er klare til å publisere, er dette hovedfunnene våre:

- Nettverket er mye større, mørkere og mer skadelig enn vi trodde.
- Nettverket inneholder også mer omsorg, støtte og trøst enn vi trodde
- Det oppstår også en konkurranse om å ha det verst, når syke skal hjelpe syke
- Nettverket er mer aktivt enn vi trodde
- Vi har konkrete eksempler på smitte ved selvmord, selvmordsforsøk og selvskading. Metoder kopieres og trender oppstår
- Flere jenter i nettverket enn vi trodde tar sine egne liv
- Flesteparten har liten eller ingen tillit til helsevesenet
- Hjelpeapparatet på sin side vet lite eller ingenting om nettverket

Etikk

Når journalister skriver og lager dokumentarer om selvmord, kan det ha en direkte innvirkning på liv og død. Selv om forskningen spriker, er det mye som tyder på at omtale av selvmord kan ha en smitteeffekt – og at måten sakene utformes på kan ha mye å si for hvor stor denne smitteeffekten blir.

Det legger et stort ansvar på oss. For så lenge selvmord tar flest unge liv i Norge, og over 600 mennesker dør i selvmord hvert år, er det pressens plikt å skrive om det. Og da må vi alle lære oss hvordan det skal gjøres med minst mulig risiko.

I dette tilfellet er det ekstra utfordrende. Vi skal beskrive et lukket nettverk der jenter deler selvmordstanker, metoder og i noen tilfeller selve selvmordet. Hvordan skal vi gjøre det uten å rekruttere flere inn i gruppene?

Hvor mye av det som foregår i nettverket skal vi vise? Hvis publikum skal få et riktig bilde av alvorlighetsgraden er det nødvendig med dokumentasjon – men det må balanseres mot faren for smitteeffekt.

Og det aller vanskeligste: Hvordan bruker vi historier til jenter som er døde, og ikke selv kan vurdere om de skal være med?

En tett og løpende dialog med den redaksjonelle ledelsen er det aller viktigste. Etiske problemstillinger i disse sakene omfatter ikke bare det som publiseres, men store deler av researchprosessen. Det trengs avklaringer praktisk talt hver dag, noe som stiller store krav til både kompetanse og tilgjengelighet hos redaksjonsledelsen.

Ettersom NRKs digitale undersøkende redaksjon også laget NRKs gjennomgang av selvmord i psykiatrien i 2018 er det mye erfaring om presseetikk i selvmordssaker i den nye gruppa. Vi vet at noe av det viktigste vi kan gjøre er å søke hjelp hos den eksterne ekspertisen som finnes. Vi snakker med sentrale forskere, med organisasjoner for pårørende, interesseorganisasjoner og behandlere. Pårørende og folk i miljøet får se og lese på et tidlig stadium. Vi konsulterer også Reidun Kjelling Nybø i Norsk Redaktørforening, som har spesialkunnskap om dette temaet.

Vi snakker om hvordan vi bør legge opp selve researchprosessen, og vi viser fram tidlige utkast av dokumentarer og nettsaker. Dette fører til mange viktige justeringer underveis.

Her er noen av prinsippene vi følger i dette prosjektet:

- Vi skal bruke så lite detaljer som mulig – men likevel det som er nødvendig for å forstå historien og dokumentere at det vi forteller stemmer
- Jo nærmere selvmordshandlingen vi kommer, jo mindre detaljer bruker vi
- Vi omtaler ikke identifiserbare jenter uten samtykke fra dem selv eller deres pårørende.
- I alle enkeltsaker vi ønsker å bruke, skal vi ha kontakt med de nærmeste pårørende. De skal godkjenne både bruk av navn og bilder, og innholdet i de korte biografiene vi skriver. Ingen skal bli overrasket når de leser sakene
- Alle berørte skal i størst mulig grad få lese saker og se dokumentarer i sin helhet.
- De vanskeligste publiseringene skal gjennom minst én ekstra redaktør. Friske øyne er gull verdt i disse sakene
- Emneknagger og brukernavn anonymiseres for å ikke gjøre det lettere å finne fram til nettverket
- Vi skal legge opp til publiseringspauser underveis, så det samlede trykket blir mindre massivt
- Vi skal følge nøye med på tilbakemeldinger i sosiale medier og andre steder, slik at vi kan justere trykket og rekkefølge på saker underveis , etter det vi mener publikum etterspør

I tillegg lenker vi til hjelpetjenester i alle sakene. Vi kontakter flere av disse tjenestene, og gir dem vår foreløpige publiseringsplan. På den måten kan de bemanne opp tjenestene når sakene våre kom. Det viser det seg at det er behov for.

Redaktør Frank Gander skriver en omfattende artikkel om hvilke etiske valg vi gjør. Den oppdaterer vi underveis når det kommer spesielle spørsmål fra publikum.

Som sagt er bruken av Andrines historie det vi føler er det aller vanskeligst. Andrines historie er viktig for oss, fordi den dokumenterer hvordan nettverkene fungerer – og hva som kan skje der inne i ytterste konsekvens. Vi kan fortelle historien hennes fordi hennes nærmeste pårørende, både foreldre og søsken, gir sitt samtykke og støtter prosjektet. De mener det er nødvendig at historien blir fortalt, at Andrines bruk av Instagram er svært destruktiv for henne, og at åpenhet er viktig for andre unge og deres pårørende.

Det er alltid krevende å forvalte andres ytringsfrihet, og fortelle historien til noen som selv ikke kan medvirke, godkjenne eller bidra. Vi gjør alt vi kan for å fortelle Andrines historie med respekt og ved å vise flere sider ved henne.

En annet veldig vanskelig problemstilling oppstår når vi etter hvert får andre tilganger til nettverket. Da får vi samtidig tilgang til meldingene fra jenter som sier de skal ta sitt eget liv, ofte med kort varsel. Vi vet allerede at noen av dem er i stand til å gjøre alvor av det. Hvilket ansvar gir det oss? Kan vi sitte på slik informasjon uten å foreta oss noe?

Som oftest kan vi ikke gjøre noe, fordi vi ikke kjenner identiteten til dem som varsler om selvmordsplaner. Vi varsler videre til andre i nettverket som vi har kontakt med, slik at de kan gi informasjon videre til hjelpeapparatet. Og ved en anledning, der vi selv kjenner identiteten til den aktuelle jenta, varsler vi helsetjenesten.

Når man skal behandle selvmordssaker må man ha en etisk plan. Som et minimum bør fagekspertise trekkes inn, og hver enkelt sak bør diskuteres grundig med redaksjonell leder.

Publisering

Det er stadig mer krevende å bryte den mediale lydmuren - å “sette dagsorden” som vi journalister kaller det.

Store undersøkende rigg som Trigger Warning er svært ressurskrevende - også for et stort mediehus som NRK. Derfor danderer, doserer og presenterer vi stoffet på en måte som gjør at det når flest mulig. I praksis betyr det at vi tilpasser stoffet til mange ulike plattformer, fra klassiske artikler og lineær-TV til sosiale medier og nyhetsinnslag på radio og TV. Vi legger stoffet til rette for debattflater, og server utenlandske medier som vi samarbeider med.

Denne store buketten med publiseringssteder fordrer en god plan. Den blir detaljert, og vi designer den for at de ulike sakene og plattformene støtter opp om hverandre. Samtidig er den fleksibel nok til at vi kan kaste om på både rekkefølge og dosering etter hva publikum ønsker og krever underveis.

Vi opererer med ukeplaner. Erfaring viser at det fungerer dårlig med lengre horisont. Når vi tar opp kompliserte tema som selvmord, er det umulig å dekke alle fasettene på de første to

dagene. Derfor kommer det fort kritikk om at vi legger for stor vekt på en del av saken, og for liten på en annen. Da er vi lydhøre underveis, og justerer planen.

Men NRK har mange redaksjoner og lange korridorer. Etter å ha veid hvert ord i sakene på gullvekt, er det nervepirrende når stoffet skal brukes av andre. Vi mister kontrollen, og det blir en heldagsjobb å passe på at ingenting kommer feil ut. Derfor lager vi en liste over ord og formuleringer som vi mener er innenfor å bruke. Den distribuerer vi til alle relevante redaksjoner. Stort sett fungerer det bra.

Når denne metoderapporten skrives, gjenstår fortsatt viktige deler av publiseringen. Prosjektet vil fortsette et godt stykke ut i 2020.

Konsekvenser

Det har skjedd mye etter publiseringen. For oss er konsekvensene blant jenter i miljøet og behandlingsapparatet det viktigste, selv om den langsomtmalende politiske kvernen også er i gang.

Nettverket:

- Observasjoner i nettverket og kildekontakt viser at jentene er blitt mye mer bevisst på hva de selv legger ut og hvordan det kan påvirke andre negativt
- Medlemmene i nettverket diskuterer oftere hvordan de kan støtte og trøste hverandre på en god måte i stedet
- Flere av jentene har trukket seg ut av nettverket og stengt eller slettet sine kontoer.
- Flere av jentene har nå selv tatt kontakt med profesjonelle og bedt om hjelp
- Jenter i miljøet, som før gjorde alt de kunne for å skjule sine hemmelige liv på nett, tok selv initiativ til en demonstrasjon foran Stortinget i januar 2020, på bakgrunn av det NRK avslørte. Med krav om å bli tatt på alvor av politi og nødsentral når de varsler om suicidale jenter i nettverket. Jentene fikk både helseministeren og representanter for politiets operative seksjon til å stille

Barne- og ungdomspsykiatrien:

- En spørreundersøkelse NRK har gjennomført blant alle landets BUP'er viser at nesten halvparten av dem aldri hadde hørt om nettverket før (ikke publisert i skrivende stund)
- Etter avsløringene har over halvparten av alle BUP'ene tatt opp nettverket med pasienter og/eller på fagmøter med ansatte/ledermøter (ikke publisert i skrivende stund)
- Flere har endret rutinene og tatt temaet skadelige delingsnettverk inn i førstesamtale (ikke publisert i skrivende stund)
- Flere har startet opplæring av ansatte om nettverket og tatt inn pasienter som er i nettverket som eksperter/rådgivere
- Andre har kartlagt ansattes erfaring med nettverket og satt ned arbeidsgrupper for å undersøke om det trengs mer systematisk tilnærming (ikke publisert i skrivende stund)

Stortinget:

- Sakene er flere ganger tatt opp i Stortinget: Interpellasjon fra Venstre om mer selvmordsforebyggende arbeid i skolen. Spørsmål fra Arbeiderpartiet om hvordan ulike hjelpetiltak er rustet til å fange opp slike nettverk og senere om behovet for en døgnåpen chattetjeneste. Spørsmål fra Senterpartiet om antall døgnplasser i barne- og ungdomspsykiatrien, samt hvordan regjeringen skal sikre mer forsvarlig helse til barn i barnevernet

Regjeringen:

- Helseministeren fikk vite om et nettverk han sier han ikke visste om
- Den nye handlingsplanen for forebygging av selvmord som kommer senere i år vil nå ta opp i seg skadelig innhold på nett. Etter at forrige handlingsplan gikk ut i 2017 forelå det ikke noen ny plan for forebygging av selvmord
- Hjelpetelefoner fikk en ekstrabevilgning på 10 millioner kroner

Instagram:

- Instagram la en advarsel på emneknaggen #selvmord først etter at NRK opplyste om at det ikke fantes på den norske emneknaggen
- Instagram framskyndet nye retningslinjer og opplæring internt om å forby og fjerne illustrasjonsbilder som symboliserer selvmord

Spesielle erfaringer

Å gå inn i et prosjekt som dette, å bevege seg på innsiden av et lukket miljø av sårbare og selvmordsutsatte unge mennesker og familier preget av stor sorg, betinger at journalistene ikke bare er journalister, men vel så mye medmennesker og hobby-psykologer. Ingen kilder i dette saksuniverset forholder seg til “kontortider”. Man må i lengre perioder regne med kvelds- og natt- og helgearbeid og være tilgjengelig nesten til enhver tid. Det er ikke alltid like lett å være like forståelsesfull. Selv om man som journalist ikke skal være kildenes beste venn, og kanskje helst signalisere dette tydelig, er det etter publisering også en lang vei tilbake til normalt liv og arbeidsuker. Det er ikke bare å ta sine funn og gå. I dette prosjektet har vi også brukt mer tid enn vanlig på å kartlegge støtteapparat og mulig hjelp fra profesjonelle for dem som medvirket, spesielt rundt publisering.

Vedlegg med saksliste

Nett:
08.12.2018: Det de voksne ikke vet
27.10.2019: Trigger Warning
27.10.2019: Det skjulte nettverket
27.10.2019: Etikkvalgene vi har tatt
27.10.2019: Slik kan du støtte en venn som slit
27.10.2019: Helseministeren kjente ikke til nettverket
27.10.2019: Reagerer på lukket nettverk
28.10.2019: -Berre toppen av isfjellet
28.10.2019: Psykiatri og barnevern henger etter
29.10.2019: Etterlyser strakstiltak
29:10.2019: Livvakten
29.10.2019: -Snakk mer om selvmord
30.10.2019: -En falitterklæring
01.11.2019: Skadelig fellesskap
01.11.2019: De farlige anbefalingene
01.11.2019: -Instagrams teknologi kan være livsfarlig
03.11.2019: Merket for livet
05.11.2019: Ble advart i 2017
06.11.2019: Positive tegn i mørkt nettverk
14.11.2019: Provosert av Høie
26.11.2019: Kia (19) var tre år i psykiatrien
14.12.2019: Camilla (15) delte sine mørke tanker på Instagram
06. 01.2020: Nytt selvmord i skjult nettverk
08. 01.2020: Jentenes markering mot selvmord

NRK TV:
27.10.2019: Selvmord på Instagram, Innafor del 1
27.10.2019: Selvmord på Instagram, Innafor del 2

TV-nyheter/debatt:
27.10.2019: Trigger Warning
27.10.2019: Bekymret over hemmelig nettverk
28.10.2019: Psykiatri og barnevern henger etter
29.10.2019: Livvakten
29.10.2019: Debatten: Selvmord blant unge
01.11.2019: Instagram har ikke gjort som de lovet
04.11.2019: Ble varslet i 2017
14.11.2019: Provosert av Høie
25.11.2019: -Må få et bedre tilbud
08.01.2020: Jentenes markering mot selvmord

Radio-nyheter:
28.10.2019: Bekymret for Instagram-nettverk (31:19)
29.10.2019: Helseministeren får kritikk (27:00)
30.10.2019: Vil ha tiltak mot nettverk (21:27)

I samarbeid med BBC:
05.11.2019: The Instagram Suicide Network (BBC Stories, dokumentar)
05.11.2019: The woman who tracks dark Instagram accounts (BBC News, nett)
02.11.2019: The Instagram suicide network (BBC Trending, podcast)
09.11.2019: The lifeguard who saves women on Instagram (BBC Trending, podcast)

I samarbeid med Danmarks Radio: Publiseres i 2020

Vedlegg 1: Varsel om selvmord, Nordland 2015

[redacted] juli 2016 tok pasienten livet av seg [redacted]

Risikopasient/-vurderinger gjort på forhånd

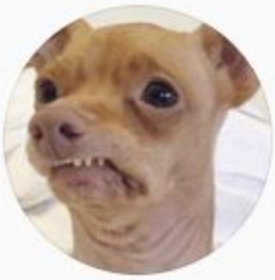
Det viser seg at pasienten, og venninnen, deltok i en lukket selvmordsgruppe på Facebook. Kontaktpersonen opplyste at det også hadde blitt avdekket flere ungdommer i BUP -systemet som var med i gruppen. Noen hadde til og med tatovert inn dødsdato, med utgått dato. Politiet i Mosjøen jobbet for å få opplyst saken. Venninnen var ikke pasient ved BUP.

Inolvert personell	
Journal innhentet	Nei
Epost/brev med anmodning om journal sendt	Ja
Meldt til politiet	Ja
ev. når og hvor	Helgeland politidistrikt, Mosjøen

Vedlegg 2: Intern politirapport, Brønnøysund 2015

[redacted] hadde 106 følgere med liknende navn og det deles mye bilder av selvskading, mørke tanker og spekulasjoner på hvorfor man skal orke å leve videre osv. Noen av disse er nok lokale, men det er stor sannsynlighet for at de er spredt utover landet. Bildene blir kommentert med kommentarer som "stå på videre" og "dette klarer du" og lignende.

Vedlegg 3: En av Andrines skjulte kontoer, med biografi:



sebrapiken Følg

1 516 innlegg **126** følgere Følger **52**

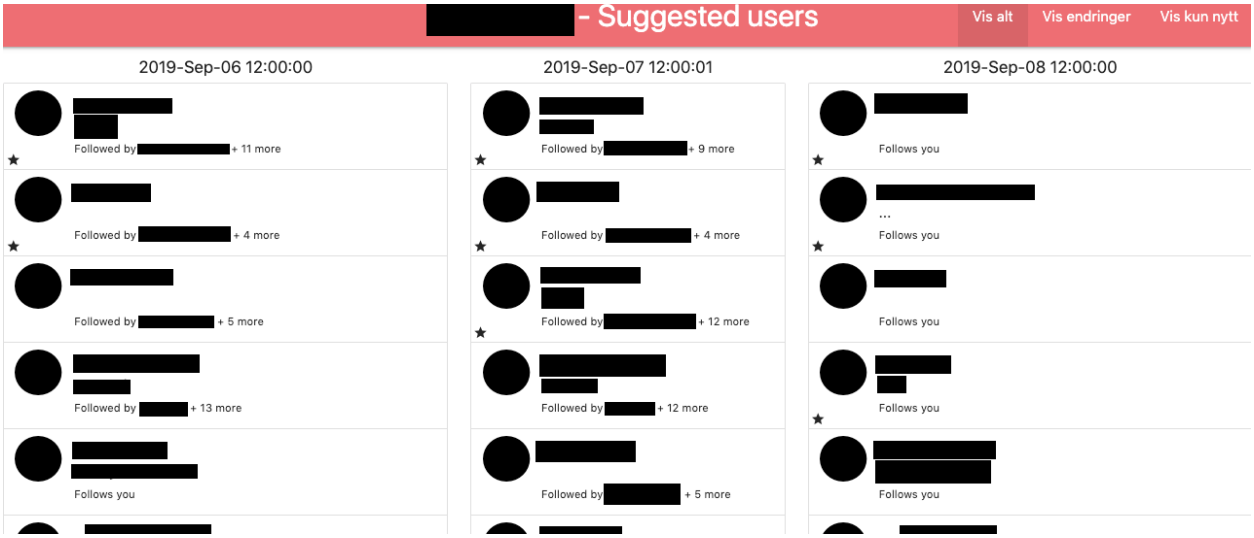
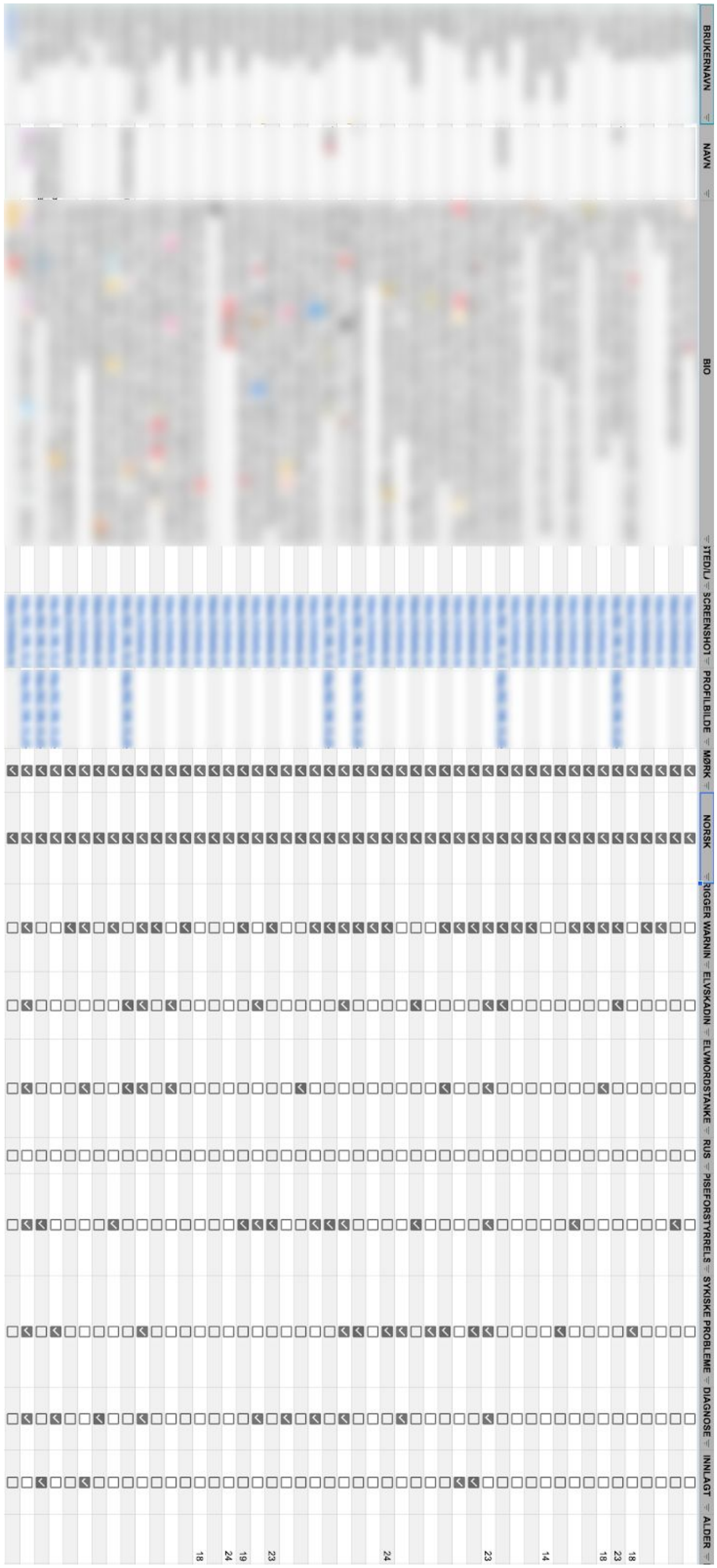
BIBBEDI BABBEDI BOO

emosjonell ustabil personlighetsforstyrrelse
psykiatri og barnevern
tw bruker - @grumpypoo
•Ingen kan hjelpe alle, men alle kan hjelpe èn•

Vedlegg 4: Python jobber med å hente ned nettverket:

```
python3 scraper.py (Python)
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 237/237 [00:00<00:00, 418.43it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 180/180 [00:00<00:00, 584.98it/s]
74 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 116/116 [00:00<00:00, 280.58it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 123/123 [00:00<00:00, 297.68it/s]
75 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 99%|[redacted]| 202/204 [00:00<00:00, 303.17it/s]
Getting followings of [redacted]: 99%|[redacted]| 270/272 [00:00<00:00, 460.59it/s]
76 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 57/57 [00:00<00:00, 154.58it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 45/45 [00:00<00:00, 139.49it/s]
77 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 420/421 [00:01<00:00, 368.37it/s]
Getting followings of [redacted]: 1627it [00:01, 1499.42it/s]
78 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 99%|[redacted]| 146/147 [00:00<00:00, 527.52it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 226/227 [00:00<00:00, 365.73it/s]
79 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 23/23 [00:01<00:00, 11.87it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 30/30 [00:01<00:00, 23.17it/s]
80 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 368it [00:01, 347.21it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 551/551 [00:01<00:00, 298.09it/s]
81 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 98%|[redacted]| 182/185 [00:00<00:00, 442.43it/s]
Getting followings of [redacted]: 99%|[redacted]| 228/231 [00:00<00:00, 282.06it/s]
82 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 63/63 [00:01<00:00, 61.37it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 84/84 [00:01<00:00, 80.19it/s]
83 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 53/53 [00:00<00:00, 138.34it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 278/279 [00:00<00:00, 389.02it/s]
84 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 104/104 [00:00<00:00, 253.71it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 336/336 [00:00<00:00, 772.23it/s]
85 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 385/385 [00:00<00:00, 410.47it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 402/402 [00:00<00:00, 967.39it/s]
86 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 306/306 [00:02<00:00, 137.29it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 403/403 [00:00<00:00, 647.84it/s]
87 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 302/302 [00:02<00:00, 135.33it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 341/341 [00:00<00:00, 553.17it/s]
88 of [redacted]
Getting followers of [redacted] 100%|[redacted]| 553/555 [00:05<00:00, 98.65it/s]
Getting followings of [redacted]: 100%|[redacted]| 1399/1401 [00:03<00:00, 422.73it/s]
89 of [redacted]
Getting followers of [redacted]: 0%|[redacted]| 0/268 [00:00<?, ?it/s]
```

Vedlegg 5: Verktøy for å analysere følgeanbefalinger fra Instagram:



Vedlegg 6: Dugnad i Google Sheets