

«Ungdom i koronatiden»

Resultater fra en spørreundersøkelse i Innlandet og Viken

Rapport

Foto: Devin Avery/Unsplash



KoRus-Øst
Kompetansesenter rus – region øst

© 2020

Innhold

FORORD	3
HOVEDFUNN	4
1. Bakgrunn.....	6
2. Metode	8
2.1 Spørreskjema	8
2.2 Rekrutering.....	8
2.3 Gjennomføring.....	9
2.4 Etiske betraktninger	9
3. Resultater	10
3.1 Livet under korona	11
3.1.1 Kontakt med hjelpetjenester.....	12
3.1.2 Bekymring	12
3.1.3. Tatt hensyn til anbefalingene	12
3.1.4 Oppdatert på koronanyheter	13
3.2 Hjemmeskole	13
3.3 Skjermbruk	15
3.3.1 Tid på skjerm.....	15
3.3.2 Spill.....	16
3.4 Psykiske faktorer.....	17
3.4.1 Ensomhet.....	18
3.4.2 Press	18
3.5 fysisk aktivitet	18
3.6 Alkohol.....	19
3.7 Vil korona endre oss?	19
3.8 Familie og venner.....	20
3.8.1 Foreldrene	20
3.8.2 Venner	21
4. Konklusjon	22

FORORD

I midten av mars traff koronaepidemien hele det norske samfunnet for alvor. I tiden som fulgte fikk vi flere forespørsler om hvordan ungdommene hadde det nå som skolene var stengt og hva de bedrev tiden sin med. Vi valgte derfor å gjennomføre en spørreundersøkelse for å finne ut av dette, med utgangspunkt i spørsmål fra Ungdata, som har gjort det mulig for oss å sammenligne resultater fra før og etter skolestenging. Alle kommunene som deltok i undersøkelsen har mottatt hver sin rapport med resultater og svardeltakelse per spørsmål.

Vi håper denne rapporten vil være nyttig og at den kan bidra til å forstå hvordan ungdom har hatt det og hva de har drevet med i tiden med koronastengte skoler.

Ottestad, 3. Juli 2020.

Mari Finstad Evenby og Marja Leonhardt
Spesialrådgivere, KoRus-Øst © 2020

HOVEDFUNN

Har ungdommenes liv blitt påvirket i negativ retning?

Elevene fikk både spørsmål om koronaepidemien har påvirket livet deres i negativ retning og om den har påvirket livet deres i positiv retning. På begge spørsmål var det mest utbredte svaret «ja, litt» (41% negativ og 43% positiv. Til tross for dette oppgir ungdommene totalt sett en lavere gjennomsnittscore på hvor godt livet deres under koronatiden er. Elevene ble bedt om å vurdere hvordan livet deres er for øyeblikket på en skala fra 0-10, hvor 10 står for best mulig liv. Gjennomsnittet i denne undersøkelsen var på 6,67. I Ungdata-undersøkelsen i mars var gjennomsnittet 7,4 på samme skala.

Søvn og stress

Omtrent halvparten av elevene rapporterte at koronaepidemien har ført til at de sover mer enn vanlig. På spørsmålet om de har vært stresset av skolearbeidet i hjemmeskoletiden svarte 35 % ja. Sammenlignet med Ungdata-undersøkelsen var det 10 prosentpoeng færre som rapporterte om skolestress i perioden med hjemmeskole. To tredeler oppga at de brukte mindre eller omtrent samme tid på skolearbeid som før koronaepidemien. Mindre skolearbeid kan være en forklaring for mindre skolestress under lockdown.

Mediebruk

Mer tid hjemme og færre fritidstilbud førte til økt mediebruk i koronatiden. Sammenlignet med resultatene fra Ungdata i mars har det vært en betydelig økning i ungdoms tidsbruk på ulike skjermaktiviteter under koronaepidemien. Nesten tre av fire elever brukte mer enn to timer per dag på serier og YouTube, noe som er en økning på 26 prosentpoeng. Sammenlignet med resultatene før lockdown har det vært en nedgang i andelen elever som svarer at de ofte krangler med foreldre om skjermbruk og grensesetting. I likhet med skjermbruken har det også vært en økning i andelen som leser bøker i tiden etter at skolene stengte. Videre svarte nesten halvparten av elevene at de hadde brukt mye mer tid på sosiale medier og vært mer sosiale på nett med venner enn før koronatiden.

Dataspill

Nesten halvparten (43 %) svarte at de hadde brukt mer tid enn før på å spille dataspill eller game. På spørsmål om hvor mye tid de har brukt på å spille dataspill/TV-spill i perioden skolene var stengt har 31 % svart mer enn tre timer. Hvis vi sammenligner det med Ungdata resultatene fra mars, vises det samme fenomenet som ved skjermbruk: mindre krangling med, og grensesetting av foreldrene når det gjelder dataspill. 87 % sier de ikke har spilt pengespill i perioden skolene var stengt.

Ensomhet

Til tross for økt sosial omgang på nett, svarte 33 % av jentene og 18 % av guttene at de hadde følt seg ensomme etter at skolene stengte. Dette tilsvarer en økning på 5 prosentpoeng for jenter og 2 prosentpoeng for gutter sammenlignet med Ungdata-undersøkelsen før lockdown. Samtidig svarte 84 % av elevene at de har noen de kan prate med hvis de føler seg triste. Økningen i antall ensomme er ikke stor og de aller fleste opplever at de har noen å prate med.

44 % oppgir at de har fått litt (33 %) eller mye mer tid (11 %) til å gjøre hyggelige ting med familien sin, kun 13 % oppgir at de har fått litt (9 %) eller mye mindre tid (4 %) enn før til det.

Hvordan fungerte hjemmeskole?

Over halvparten (56 %) svarte at de enten hadde brukt like mye tid som før eller litt mindre tid enn før på skolearbeid. En av tre (33 %) svarte at de hadde brukt litt eller mye mer tid enn før og de resterende 11 % at de hadde brukt mye mindre tid enn før. En av tre (33 %) oppga at de hadde lært omtrent like mye som før i perioden skolene var stengt, det var imidlertid klart flere som oppga at de hadde lært mindre enn de pleier.

Permittering, karantene og bekymringer

Omtrent en av fire (24 %) oppga at de selv eller noen de bor med hadde vært i karantene i minst 14 dager. En av fem (20 %) svarte at en eller begge foreldrene hadde blitt permittert på grunn av pandemien. Kun 6 % oppga at de var veldig eller ganske bekymret for at de selv skulle smittes av koronaviruset, langt flere var imidlertid ganske eller veldig bekymret (til sammen 27 %) for å smitte andre. Over halvparten (55 %) var ganske eller veldig bekymret for at venner eller noen i familien skulle bli syke av koronaviruset.

Følger de smitteverne reglene?

Drøyt 70 % av ungdommene oppga at de i stor grad eller alltid vasket hendene med såpe eller Antibac etter at de hadde vært ute blant folk. Tilsvarende for «å unngå å håndhilse eller klemme på folk» var 66 %. Godt over halvparten (57 %) oppga at de hadde unngått grupper på mer enn fem personer. En klar majoritet (76 %) mente reglene for å hindre smittespredning var akkurat så strenge som de burde være. 9 % mente reglene burde være strengere og 15 % at de var for strenge.

Vil Korona endre samfunnet?

Litt over en tredjedel av elevene tror korona vil endre framtiden deres i ganske stor grad eller veldig stor grad. Nesten to av tre (65 %) tror korona i ganske stor eller veldig stor grad vil endre samfunnet vårt.. Ungdommen stoler på helsemyndighetene, statsministeren og regjeringen og de stoler på at folk følger de reglene som blitt innført i forhold til korona-epidemien.

Ikke entydig utvikling

Resultatene tyder på at ungdommer ser både positive og negative sider ved tiden da skolene var stengte. Mange oppgir at de har sovet litt mer og vært mindre stresset samtidig som de har brukt mye tid på skjerm. Det er få som har vært redde for selv å bli syke, men langt flere har vært redde for å smitte andre eller at familie og venner skal bli syke. Vi finner ingen store endringer i deres egen vurdering av livskvaliteten, men omtrent halvparten svarer at de har lært mindre i perioden skolene var stengt. Det kan være forklaring på at hele 72 % oppga at de ble glade da de fikk vite at skolene skulle åpne igjen.

1. Bakgrunn

Ungdata er et kvalitetssikret og standardisert system for lokale spørreskjemaundersøkelser. Hovedformålet med Ungdata er å gi kommunene et kunnskapsgrunnlag for å utforme en god ungdomspolitik. Ved å aktivt bruke Ungdatatall kan kommunen på en bedre måte rette tiltak mot grupper av ungdom på områder som rus og psykisk helse. Vanligvis gjennomføres Ungdata på ungdomsskoler og videregående skoler om våren. KoRus-Øst dekker de tidligere fylkene Østfold, Akershus, Hedmark og Oppland – nå Innlandet, og deler av Viken som utgjør 79 kommuner. Ungdata måler ungdommenes opplevelser og holdninger til et bredt spekter av temaer innen både skole, fritid og helse. Ungdataundersøkelsen har en grunnpakke av spørsmål som alle elever svarer på. I tillegg kan kommunene velge et antall tilleggsmoduler. Siden KoRus-Øst har nasjonal ansvar for pengespill og problematisk spilladferd, bruker kommunene i KoRus-Øst sin ansvarsområde tilleggsmoduler om gaming, skjermbruk og pengespill.

Korona-epidemien har ført til at elever over hele landet har hatt uker med hjemmeskole, og de er blitt underlagt strenge restriksjoner på hva som er lov å foreta seg på fritiden. Disse tiltakene medfører at Ungdata kunne ikke gjennomføres som planlagt i år. Fredag 13. mars ble skolene stengt, og med det stoppet all datainnsamling opp, fordi Ungdata gjennomføres i skoletiden. Forskingsinstituttet NOVA ved OsloMet, som har det overordnede faglige og juridiske ansvaret for undersøkelsene, har besluttet at Ungdata ikke skal gjennomføres i en hjemmeskolesetting. I tillegg ville mange av spørsmålene om fritid og skole ikke være mulig eller relevante å svar på for elevene i dagens situasjon. KoRus-Øst har fått forespørsler fra noen kommuner om de kan gjennomføre Ungdata. Grunnet forholdene nevnt over har dette ikke vært mulig å gjennomføre.

NOVA gjennomføre i stedet av Ungdata den anonyme spørreundersøkelsen «Oslo-ungdom i koronatiden» blant alle ungdomsskoler og videregående skoler i Oslo. Undersøkelsen ble gjennomført i samarbeid med Utdanningsetaten i Oslo. KoRus-Øst fikk tilsendt NOVA sitt spørreskjema og godkjenning til å bruke og modifisere skjemaet for en lignende undersøkelse i KoRus-Øst sin ansvarsregion.

Før nasjonal «lockdown» gjennomførte 21 av kommunene i KoRus-Øst sin region Ungdataundersøkelsen. Svarprosenten blant disse var på 80%. Det ble bestemt at disse og alle andre i Innlandet skulle få tilbud om å gjennomføre på nytt i 2021.

Da skolene stengte ned i mars 2020 for elever over hele landet fulgte måneder med hjemmeundervisning. I tillegg ble samfunnet underlagt strenge restriksjoner på hva som var anbefalt å foreta seg og fritidsaktiviteter, treningssentre og ungdomsklubber stengte ned.

KoRus Øst så behov for å kartlegge ungdoms hverdagsliv og livskvalitet, og hvordan de opplever koronasituasjonen mens de ennå er underlagt strenge restriksjoner. Ungdommen er en samfunnsrelevant målgruppe som må tas på alvor. Resultatene fra undersøkelsen vil gi viktig informasjon til skolene, kommunen og samfunnet generelt. På den måten får skolene blant annet en tilbakemelding på hvordan hjemmeundervisning fungerte. Å undersøke

ungdoms livssituasjon under lockdown er en mulighet for ungdom i Innlandet og deler av Viken – KoRus Øst sin ansvar region – til å fortelle politikere, forskere og andre om deres liv under koronaepidemien.

Ved å tilby ungdomskolene i KoRus-Øst sin region å gjennomføre den tilpassede studien for korona situasjonen, ivaretar KoRus-Øst sitt oppdrag om å støtte kommunene og få et kunnskapsgrunnlag for å utforme en god ungdomspolitik. Formålet med undersøkelsen er å få mer informasjon om, og lettere kunne forstå hvordan tiden under Covid-19 oppleves for ungdom.

Vi fikk godkjenning fra vår leder og fra Helsedirektoratet og startet med å utarbeide en undersøkelse basert på spørsmål og tema fra Ungdata.

2. Metode

Inspirert av NOVA sin undersøkelse «Oslo-ungdom i koronatiden» gjennomførte vi en lignende elektronisk spørreskjemaundersøkelse ved hjelp av programmet Questback. Den tok omtrent 20 minutter å svare på og var valgfri å delta på. Undersøkelsen var rettet til alle ungdomsskoleelever på 8.-10. trinn (N=11.948) i Innlandet og deler av Viken – regionen KoRus-Øst har ansvar på.

2.1 Spørreskjema

Undersøkelsen ble forkortet en del og sensitive spørsmål som er en del av den ordinære Ungdata undersøkelsen ble tatt bort som følge av at elevene skulle svare på undersøkelsen hjemme, da skolene var stengt.

Undersøkelsen baseres i stor grad på NOVAs spørreskjema som vi fikk tillatelse til å bruke. Den inneholder spørsmål om hvordan koronasituasjonen har påvirket ungdommenes liv, hvordan de har hatt det, samvær med venner og familie, hva de driver med på fritiden og hvordan hjemmeundervisning fungerte. I og med at KoRus-Øst har et nasjonalt ansvar for å kartlegge problematisk spilling, stilte vi også spørsmål om dataspill, bruk av sosial medier, skjermbruk og pengespill. De fleste spørsmålene ble også brukt i den ordinære Ungdata-undersøkelsen. Vi omformulerte spørsmålsstillingen slik at vi kunne fange opp endringene i koronatiden. Det vil sies at svarkategorier har blitt det samme som i ordinære Ungdata-undersøkelsen men i noen av spørsmålene endret vi tidsrammen. For eksempel spurte vi «*Omtrent hvor mange ganger har du spilt pengespill etter sist gang du var fysisk på skolen*». Dessuten var spørsmålene formulert slik at det var mulig å svar både i en hjemmeskole situasjon og i perioden da skole gradvis åpnet igjen. I tillegg ble det et spørsmål om hvorvidt elevene har gjennomført Ungdata-undersøkelsen tidligere i år. Spørreskjemaet inneholder kun svaralternativer til avkrysning. Det blir ikke gitt mulighet for åpne svaralternativer.

2.2 Rekruttering

Vi kontaktet Ungdatarepresentanten i hver kommune som igjen videreformidlet internt i kommunen og avgjorde om de ønsket å delta. Vi valgte å sende undersøkelsen kun til ungdomsskoleelever da vi så dette som tilstrekkelig for å få inn nok respondenter. I første omgang ønsket vi å sende undersøkelsen til kommunene i Innlandet som hadde planlagt å gjennomføre Ungdata i 2020, men på grunn av stor etterspørsel også fra andre kommuner sendte vi den ut til kommuner i hele vår region.

Det ble sendt en e-post med informasjon om undersøkelsen til KoRus-Øst sine kontaktpersoner i kommunene. Det var hovedsakelig SLT-koordinatorer, oppvekstsjef, pedagogiske rådgivere og rektorer. To dager etter e-posten om tilbud var sendt, ringte vi kontaktpersonene for å følge opp den enkelte kommune.

Alle kommuner som ønsket å delta fikk en lenke til undersøkelsen som våre kontaktpersoner kunne videresende til ungdomskolene. Alle elever og foresatte til elever under 18 år fikk tilsendt informasjon om studien gjennom våre kontaktpersoner noen dager før

undersøkelsen. Elevene fikk også informasjon om når selve undersøkelsen skulle gjennomføres. I tillegg fikk de informasjon om at det var frivillig å delta i undersøkelsen, og at de sto fritt til å hoppe over spørsmål de ikke ønsket å besvare eller synes det var vanskelig å svare på.

2.3 Gjennomføring

Undersøkelsen var åpen for deltakelse i perioden 6. til 31. mai. Da skolen i noen grad åpnet fra 11. mai valgte vi å endre noen av spørsmålene slik at ordlyden ble annerledes og det fremdeles var relevant å besvare spørsmålene. Totalt deltok 3347 ungdomsskoleelever i undersøkelsen, noe vi er meget godt fornøyde med.

Undersøkelsen foregikk ved at elevene, i løpet av skoletiden hjemme eller tilbake på skolen, fikk tilbud om å svare på et nettbasert spørreskjema. De som ønsket å delta kunne klikke seg videre inn på en lenke til spørreskjemaet. All data som ble samlet inn, er anonym. Foreldre som ønsket å få tilsendt spørreskjemaet i sin helhet, kunne kontakte prosjektleder ved KoRus-Øst.

2.4 Ethiske betraktninger

Undersøkelsen var helt anonym og ivaretok alle personvern hensyn. Det betyr at det ikke er mulig å identifisere hva enkeltpersoner har svart, ei heller hvem som har deltatt i undersøkelsen. Elevene bestemte selv om de ville være med eller ikke, men foresatte til barn under 18 år kunne reservere sine barn fra deltakelse. Foresatte som ikke ønsket at barnet deres skal delta, måtte be barnet sitt om å avstå fra å delta, men kunne også ta kontakt med kontaktlærer. For de fleste ville spørsmålene i undersøkelsen være uproblematisk å besvare. Likevel ville noen kunne oppleve spørsmål om tiden under korona-epidemien, om psykisk helse eller andre temaer, som vanskelig. Vi opplyste om at dersom noen ønsket å snakke om undersøkelsen etterpå, kunne de ta kontakt med en voksen de er trygge på, eller en hjelpetjeneste.

Vi brukte Questback som ekstern leverandør for å samle inn data. Ved å bruke Questback var det mulig å unngå at IP-adressen ble lagret. Dessuten hentet vi ikke inn personopplysninger. For å ivareta anonymiteten spurte vi kun etter kjønn og kommune. Ved å ikke spørre etter alder/klassestrinn unngikk vi å identifisere enkelte personer i små kommuner. Derfor måtte det ikke søkes godkjenning av verken NSD, REK eller personvernombud.

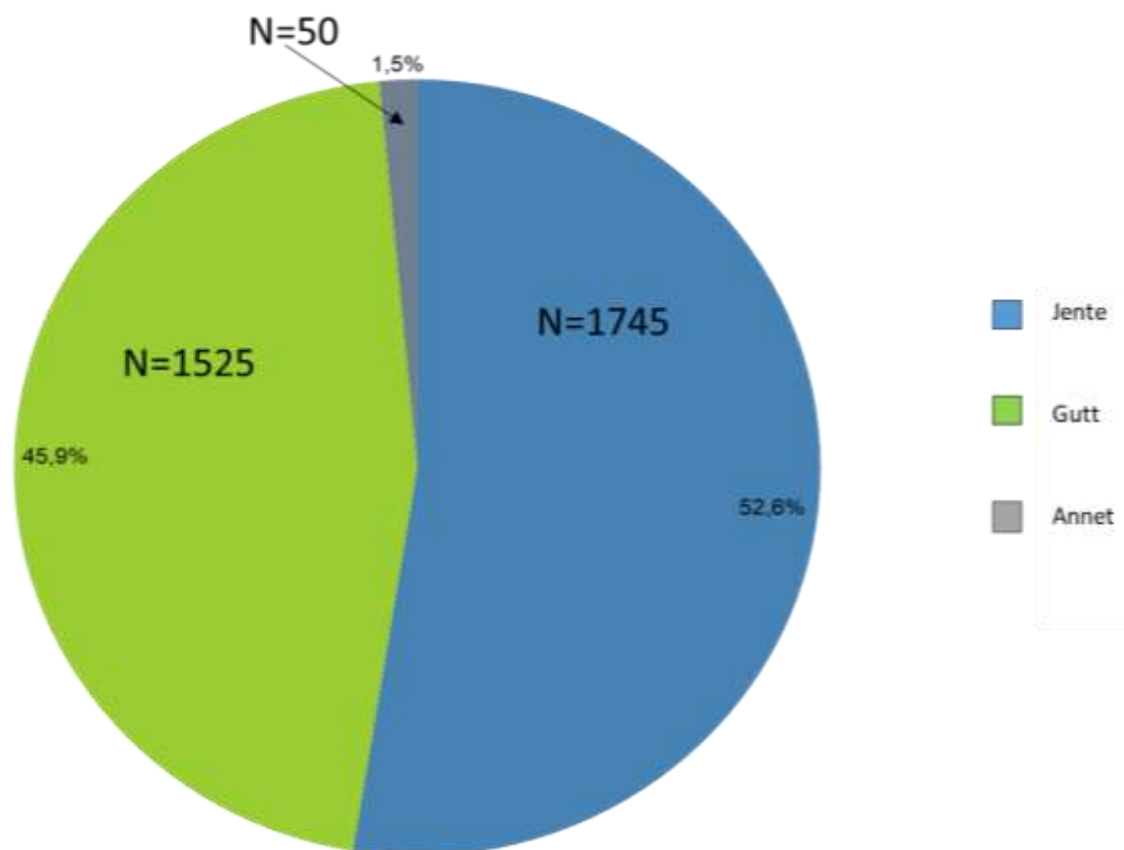
3. Resultater

Det var ungdomskoler i 33 kommunene i Innlandet og Viken som valgte å delta i undersøkelse.

Aurskog-Høland	Lillehammer	Søndre Land
Dovre	Lom	Sør- Odal
Eidskog	Lunner	Tolga
Engerdal	Nesodden	Trysil
Etnedal	Nittedal	Vang
Gausdal	Nord-Odal	Vestre Slidre
Gjøvik	Ringebu	Vestre Toten
Gran	Sarpsborg	Vågå
Grue	Sel	Østre Toten
Hurdal	Skjåk	Åmot
Indre Østfold	Stor- Elvdal	Åsnes

Utvalget består av omtrent like mange gutter og jenter. Vi har ikke spurt etter klassetrinn, da dette er med på å ivareta personvern og dermed blir alle resultatene presentert samlet for ungdomskolen.

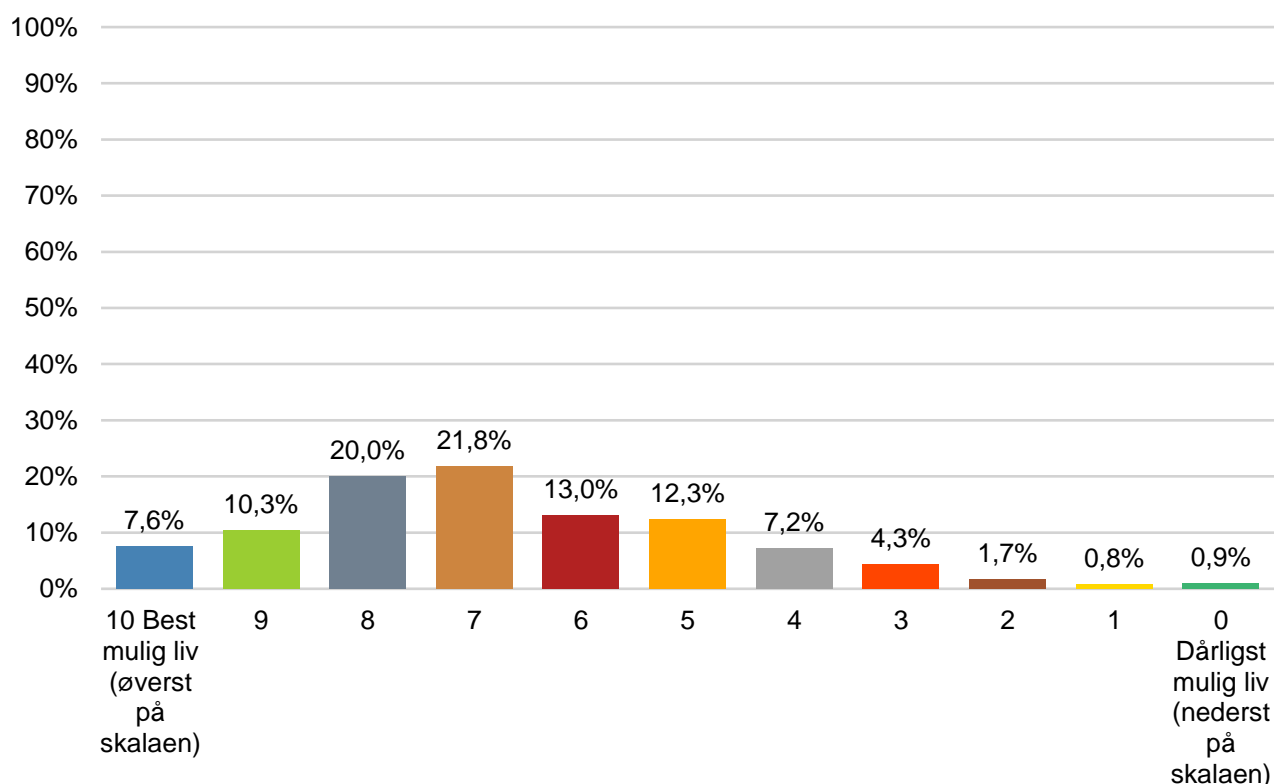
Figur 1: Kjønn



3.1 Livet under korona

Ungdommene har svart på flere spørsmål om hvordan de har hatt det under koronaepidemien. De fikk både spørsmål om koronaepidemien har påvirket livet deres i negativ retning og om den har påvirket livet deres i positiv retning. På begge spørsmål var det mest utbredte svaret «ja, litt» (41% negativ og 43% positiv). Det var imidlertid flere som svarte «nei, ikke i det hele tatt» på spørsmålet om livet hadde blitt påvirket i negativ retning enn positiv retning (32 % mot 25 %). Til tross for at omtrent like mange oppgir at koronaepidemien har påvirket livet deres i positiv som i negativ retning, oppgir ungdommene totalt sett en lavere gjennomsnittscore på hvor godt livet deres under koronatiden er. Elevene ble bedt om å vurdere hvordan livet deres er for øyeblikket på en skala fra 0-10, hvor 10 står for best mulig liv. Gjennomsnittet i denne undersøkelsen var på 6,7. I Ungdata-undersøkelsen i mars var gjennomsnittet 7,4 på samme skala. I tiden med koronastengte skoler ga færre ungdom livet sitt 9 eller 10 poeng, men heller på andre tredelen av skalaen, sammenlignende men undersøkelsen før lockdown.

Figur2: Tenk deg en skala som går fra 0 til 10. Toppen av skalaen (10) står for det best mulige livet for deg og nederst (0) er det verst mulig livet for deg. Generelt sett, hvor står du på denne skalaen nå for tiden?



3.1.1 Kontakt med hjelpetjenester

På spørsmålet om de har kontaktet en hjelpetelefon i løpet av den siste måneden svarer 2,8% ja, mens 5,3% svarer at de har vurdert det. Når det gjelder å ha vært i kontakt med helsesykepleier i løpet av den siste måneden svarer 6,7% ja, mens 3,2% har kun vurdert det. Samtidig svarer 41% at de har fått informasjon om hvordan de kan komme i kontakt med helsesykepleier mens skolene var stengt, mens 37% svarer nei.

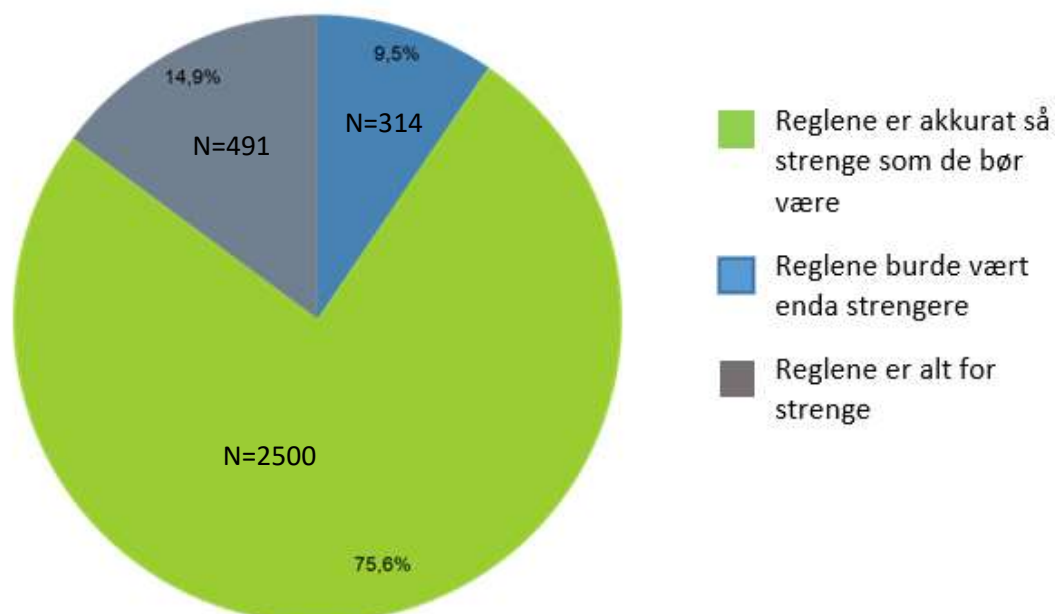
3.1.2 Bekymring

Ungdommene ble spurt om de var bekymret for korona. På spørsmålet om de var bekymret for å bli syk selv svarte 60% «ikke i det hele tatt», mens på spørsmålet om de var bekymret for at venner eller noen i familien skulle bli syke svarte 55% ganske eller veldig bekymret. En stor andel var også ganske eller veldig bekymret for å smitte andre.

3.1.3. Tatt hensyn til anbefalingene

Drøyt 70 % av ungdommene oppga at de i stor grad eller alltid vasket hendene med såpe eller Antibac etter at de hadde vært ute blant folk. Tilsvarende for «å unngå å håndhile eller klemme på folk» var 66 %. Godt over halvparten (57 %) oppga at de hadde unngått grupper på mer enn fem personer. En klar majoritet (76 %) mente reglene for å hindre smittespredning var akkurat så strenge som de burde være. 9 % mente reglene burde være strengere og 15 % at de var for strenge. 92 % svarte at de i ganske eller veldig stor grad hadde tillit til helsemyndighetene gjør en god jobb for å takle korona-epidemien.

Figur 3: Hva synes du om alle reglene som er innført for å hindre at koronaviruset sprer seg (for eksempel stengte skoler, to meters avstand, maks fem i hver gruppe)?



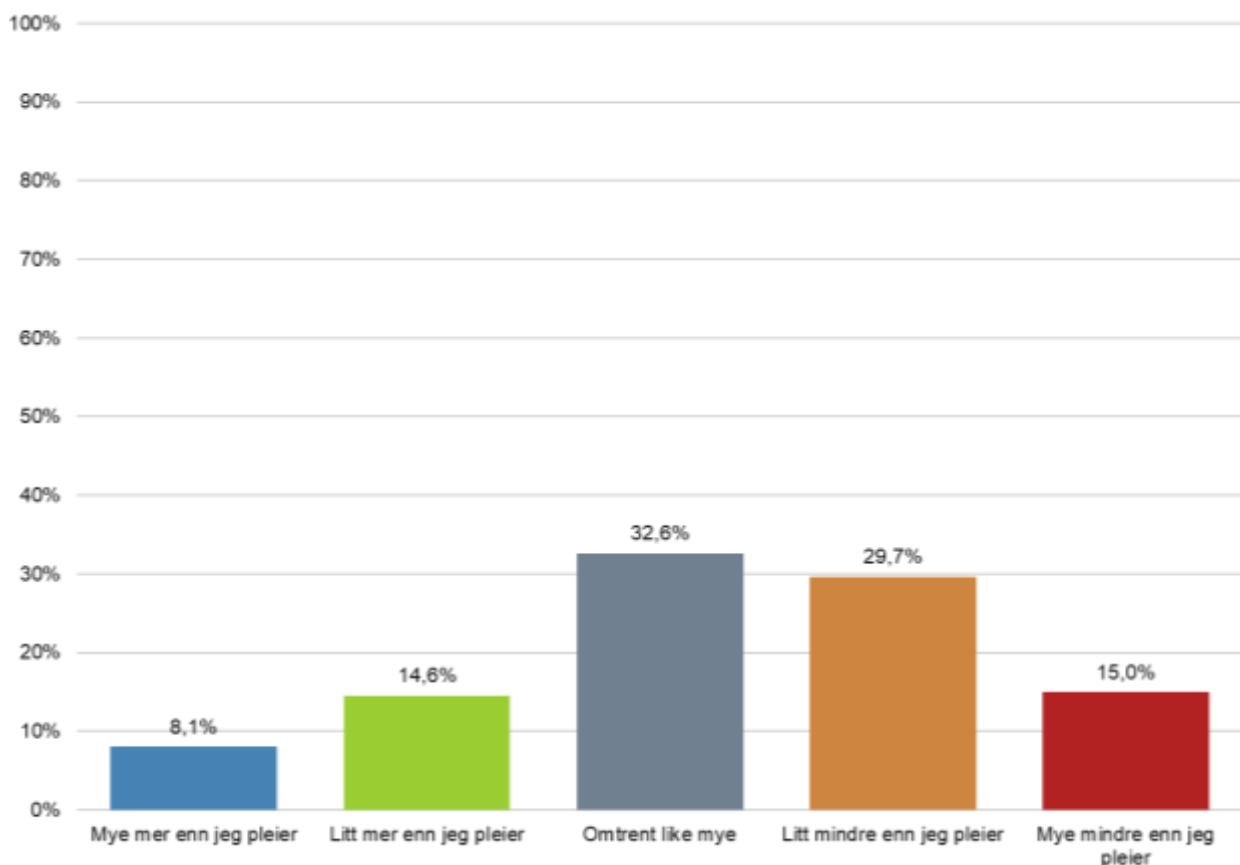
3.1.4 Oppdatert på koronanyheter

Rett under halvparten av utvalget (47%) oppga at de i veldig eller ganske stor grad fulgte med på nyheter om korona-epidemien. 12% svarte ikke i det hele tatt. På spørsmålet om hvor de fikk informasjonen om korona-epidemien fra svarte de fleste foreldrene og sosiale medier.

3.2 Hjemmeskole

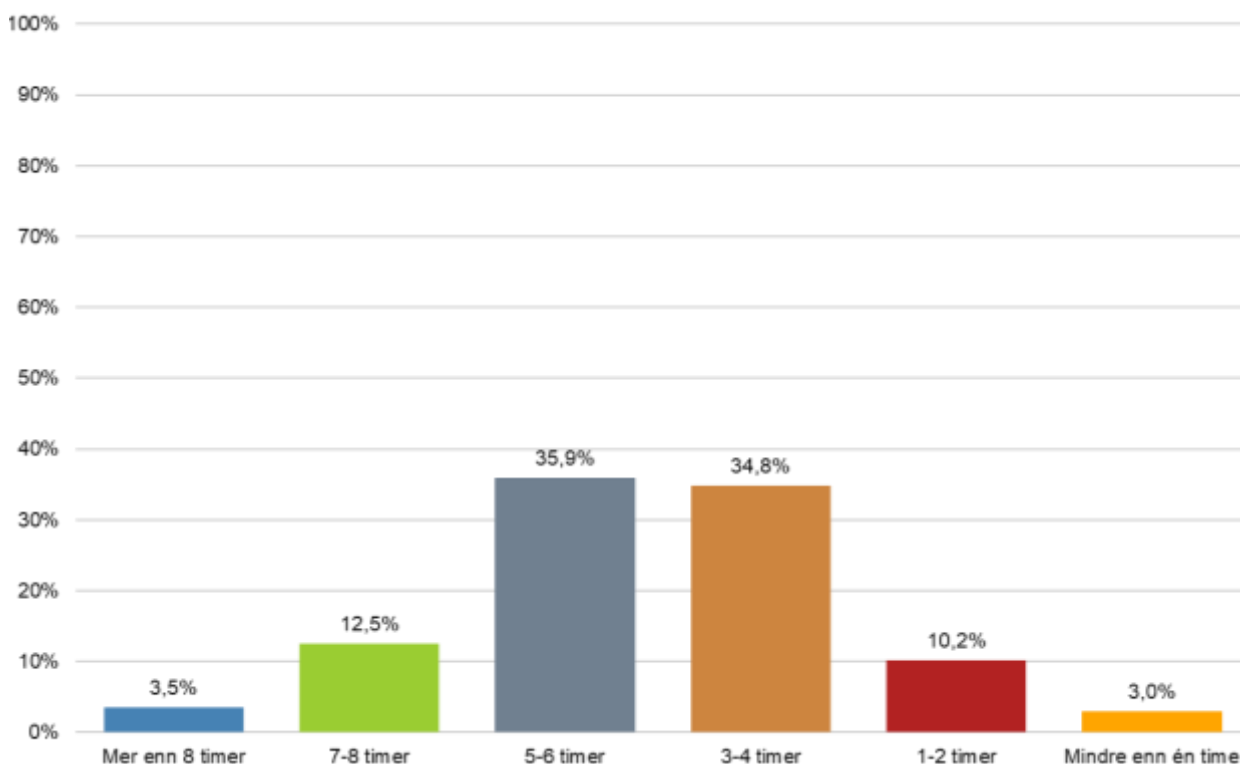
Over halvparten (56 %) svarte at de enten hadde brukt like mye tid som før eller litt mindre tid enn før på skolearbeid. En av tre (33 %) svarte at de hadde brukt litt eller mye mer tid enn før og de resterende 11 % at de hadde brukt mye mindre tid enn før. En av tre (33 %) oppga at de hadde lært omtrent like mye som før i perioden skolene var stengt, det var imidlertid klart flere som oppga at de hadde lært mindre enn de pleier sammenlignet med de som svarte at de hadde lært mer enn de pleier (45 % mot 23 %). 60% sier at de ikke har fått en-til-en undervisning med lærer i løpet av de siste syv dagene med hjemmeskole, mens 30% sier de har fått det 1-2 ganger. De aller fleste oppgir at de har fått digital undervisning hvor hele klassen var tilstede og digitale gruppeoppgaver med en eller flere andre elever. På spørsmålet om de i løpet av de siste syv dager har fått digital undervisning i mindre grupper med lærer svarer 35% 0 ganger og 42% 1-2 ganger.

Figur 4: Har du lært mer eller mindre enn du pleier i den tiden skolen har vært stengt?



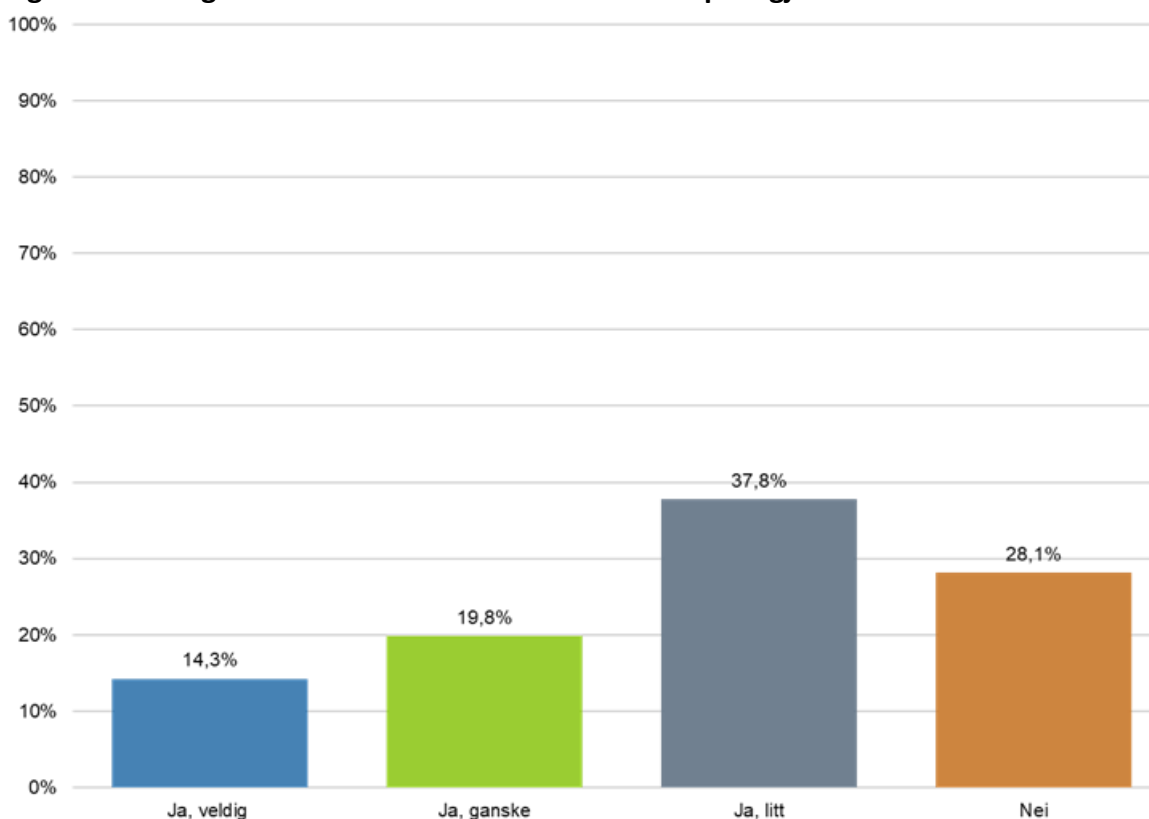
På spørsmålet om de har vært stresset av skolearbeidet i hjemmeskoletiden svarte 35 % ja. Sammenlignet med Ungdata-undersøkelsen var det 10 prosentpoeng færre som rapporterte om skolestress i perioden med hjemmeskole. To tredeler oppga at de brukte mindre eller omtrent samme tid på skolearbeid som før koronaepidemien. 32% oppga at de har lært omtrent like mye med hjemmeskole, som før skolene stengte. 23% har lært litt eller mye mer stengt. 94% svarer at det stemmer ganske eller veldig godt at de har et sted hvor de kan sitte i fred å gjøre skolearbeid. Samtidig svarer 86% at de får god hjelp av foreldre/foresatte til skolearbeid om de trenger det. På spørsmålet «omtrent hvor mye tid brukte du per dag på skolearbeid, inkludert undervisning, oppgaver og lekser, i perioden skolene var stengt» svarte de fleste enten 5-6 timer (36%) eller 3-4 timer (35%) (Figur under).

Figur5: Omtrent hvor mye tid brukte du per dag på skolearbeid, inkludert undervisning, oppgaver og lekser?



De alle fleste ble glade da de fikk vite at skolene skulle åpne opp igjen. 34% svarte at de ble ganske eller veldig glade, 38% svarte at de ble litt glade, mens 28% svarte nei.

Figur 6: Ble du glad da du fikk vite at skolene skulle åpne igjen?

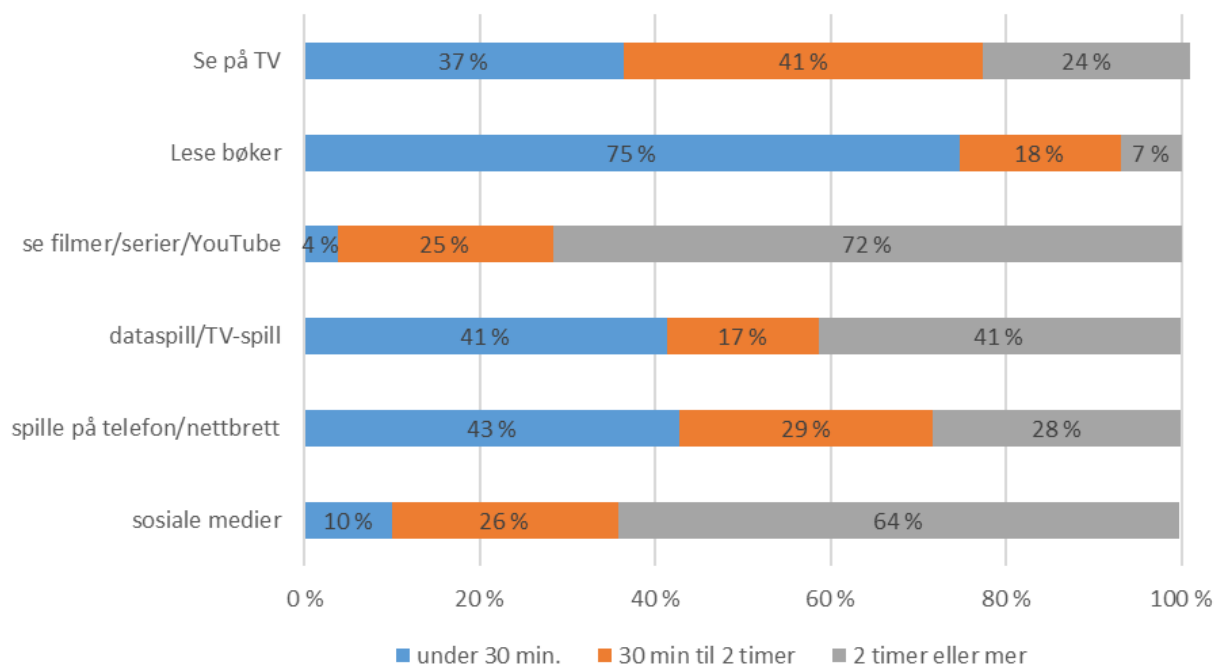


3.3 Skjermbruk

3.3.1 Tid på skjerm

Mer tid hjemme og færre fritidstilbud førte til økt mediebruk i koronatiden. Sammenlignet med resultatene fra Ungdata i mars har det vært en betydelig økning i ungdoms tidsbruk på ulike skjermaktiviteter under koronaepidemien. Nesten halvparten (47%) oppgir å ha brukt mer enn tre timer på sosiale medier en gjennomsnittsdag i løpet av tiden hvor skolene var stengt. Omtrent tre av fire elever brukte mer enn to timer per dag på serier og YouTube, noe som er en økning på 26 prosentpoeng. Sammenlignet med resultatene før lockdown har det vært en nedgang i andelen elever som svarer at de ofte krangler med foreldre om skjermbruk og grensesetting. Det tyder på at mange foreldre har sluppet mere opp når det kommer til inneaktiviteter og tid på skjerm. Videre svarte nesten halvparten av elevene at de hadde brukt mye mer tid på sosiale medier og vært mer sosiale på nett med venner enn før koronatiden. 37% Oppgir at skjermbruken har ført til at de ikke får nok søvn i løpet av de siste ukene mens skolene var stengt og nesten halvparten (48%) svarer at de selv synes de er for mye på skjerm. På spørsmålet «Førte korona-epidemien til at du brukte mer eller mindre tid enn før på å være sammen med venner på nett» svarte 56% litt eller mye mere tid enn før. 63% svarer at de har brukt litt eller mye mere tid enn før på sosiale medier.

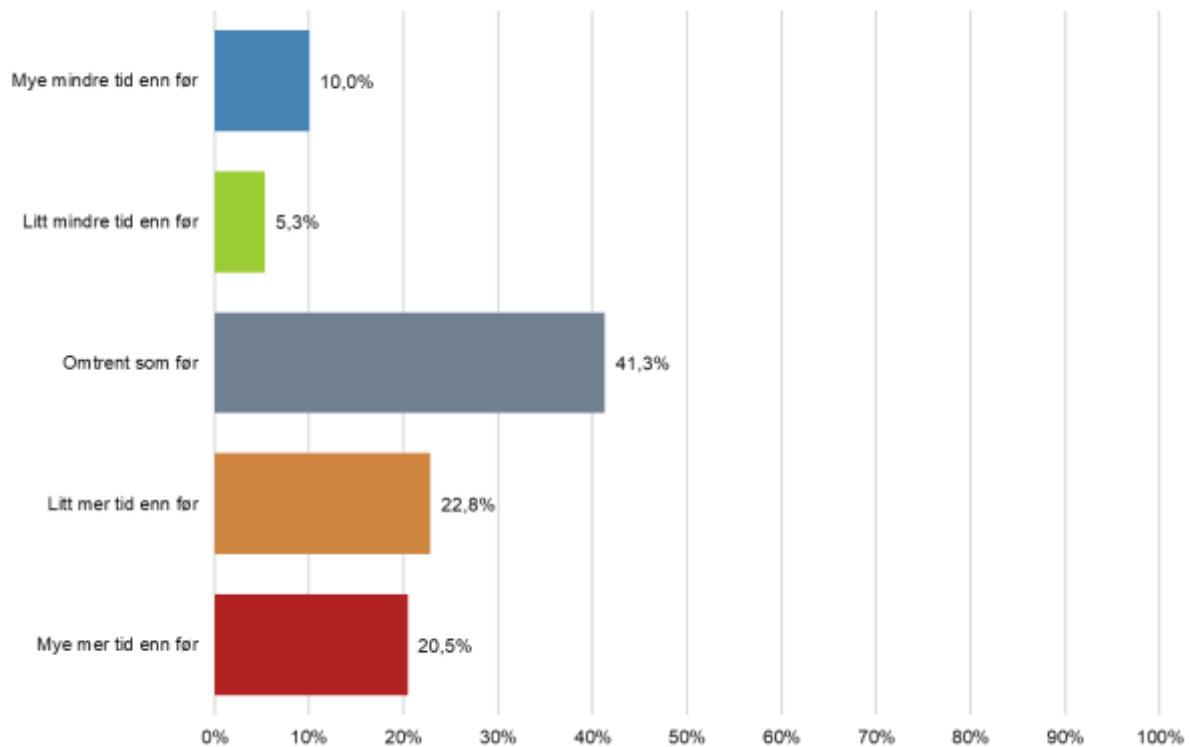
Figur 7: Hvor lang tid brukte du på følgende i løpet av en gjennomsnittsdag i koronatiden?



3.3.2 Spill

Nesten halvparten (43 %) svarte at de hadde brukt mer tid enn før på å spille dataspill eller game. Det var relativt få (15 %) som oppga at de hadde brukt mindre tid på dette. På spørsmål om hvor mye tid de har brukt på å spille dataspill/TV-spill i perioden skolene var stengt har 31 % svart mer enn tre timer. 11 % oppga at foreldrene deres hadde vært bekymret for deres dataspilling og 15 % oppga at foreldrene hadde satt grenser for hvor mye de fikk spille. Andelen som selv syntes de spilte for mye var 16 %. Hvis vi sammenligner det med Ungdata resultatene fra mars, vises det samme fenomenet som ved skjermbruk: mindre krangling med, og grensesetting av foreldrene når det gjelder dataspill. At foreldrene selv sitter mye foran skjerm i denne perioden kan forklare at de er mer tolerante når det gjelder barnas skjermbruk og dataspillvaner. Samtidig brukte 41% mer enn en time per dag på å spille på telefon eller nettbrett. 87 % sier de ikke har spilt pengespill i perioden skolene var stengt, på det samme spørsmålet er det omtrent like mange som svarer ja (7 %) som vet ikke (6 %).

Figur 8: Førte korona-epidemien til at du brukte mer eller mindre tid enn før på å spille dataspill eller game



3.4 Psykiske faktorer

83% av ungdommene svarer at de helt sikkert har noen å prate med dersom de føler seg utafør eller trist og trenger noen å prate med. 12% svarer at de ikke vet, mens 4% svarer nei. 54% svarer at de har vært glad ofte eller hele tiden den siste uken med hjemmeundervisning. På spørsmålet om de har følt at de mestrer ting i løpet av siste uken med hjemmeskole svarte 37% ofte eller hele tiden, mens 31% svarte en del av tiden. Ungdommene har svart på i hvor stor grad de har vært plaget av ulike ting i løpet av siste uken med hjemmeskole. På spørsmålet «følt at alt er et slit» svarte 63% «ikke plaget i det hele tatt» eller «lite plaget», mens 37% svarte «ganske mye plaget» eller «veldig mye plaget» (12%). 30% svarer de har vært ganske eller veldig mye plaget med søvnproblemer, mens 70% sier de har vært lite plaget eller ikke plaget i det hele tatt. På spørsmålet «har du følt deg ulykkelig, trist eller deprimeret» svarer 74% «lite plaget» eller «ikke plaget i det hele tatt», mens 9% svarer «veldig mye plaget» og 17% «ganske mye plaget».

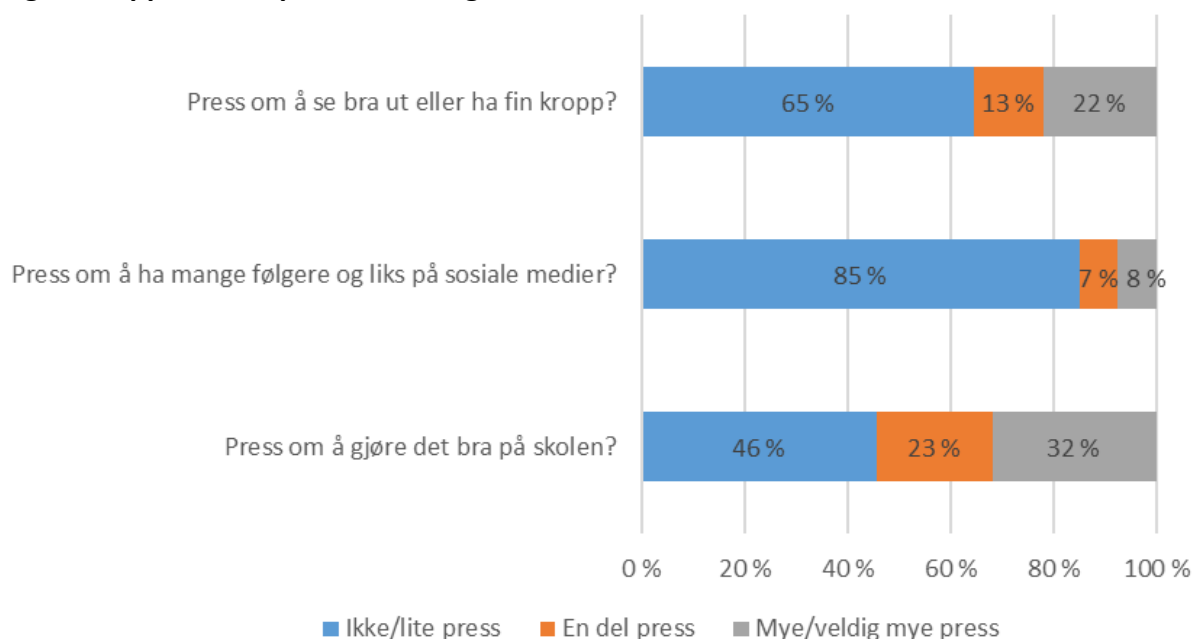
3.4.1 Ensomhet

Til tross for økt sosial omgang på nett, svarte 33 % av jentene og 18 % av guttene at de hadde følt seg ensomme etter at skolene stengte. Dette tilsvarer en økning på 5 prosentpoeng for jenter og 2 prosentpoeng for gutter sammenlignet med Ungdataundersøkelsen før lockdown. Økningen i antall ensomme er ikke stor og de aller fleste opplever at de har noen å prate med.

3.4.2 Press

Ingen eller lite press om å se bra ut eller ha en fin kropp opplever 65% av elever, mens 22% opplever mye eller svært mye press. På spørsmålet om de opplever press om å ha mange følgere eller likes på sosiale medier svarer 85% litt eller ikke noe press, mens 8% svarer mye eller svært mye. Når det gjelder press om å gjøre det bra på skolen er svarene mere fordelt, hvor 46% svarer ikke i det hele tatt eller litt, mens 32% svarer mye eller svært mye. 22,6% svarer at de opplever en del press om å gjøre det bra på skolen. Sammenlignet med Ungdatatallene fra mars 2020 var det omtrent samme prosent som opplevde ingen eller lite press på utseende sitt (67%) og ingen eller litt press om å ha mange likes (86%). En noe større andel enn i koronastudien (51%) opplevde ikke i det hele tatt eller litt press om å gjøre det bra på skolen.

Figur 9: Opplever du press i hverdagen din?



3.5 Fysisk aktivitet

Trening og fysisk aktivitet er høyt prioritert blant ungdommen. På spørsmål om trening svarer de aller fleste at de har brukt omtrent samme tid som før (31%) eller mere tid enn før (42%). 27% har brukt litt eller mye mindre tid enn før. Kun 3% svarer at de aldri i løpet av tiden skolene var stengt, var så fysisk aktiv at de ble andpusten eller svett. 29% svarte 1-2 ganger i uka, mens 53% svarte at de hadde vært andpusten eller svett minst 3 ganger i uka i denne perioden. I tiden før lockdown angå 2% at de er aldri andpusten eller svett por grunn av fysisk aktivitet, mens 61% rapporterer at de trener minst 3 ganger i uka.

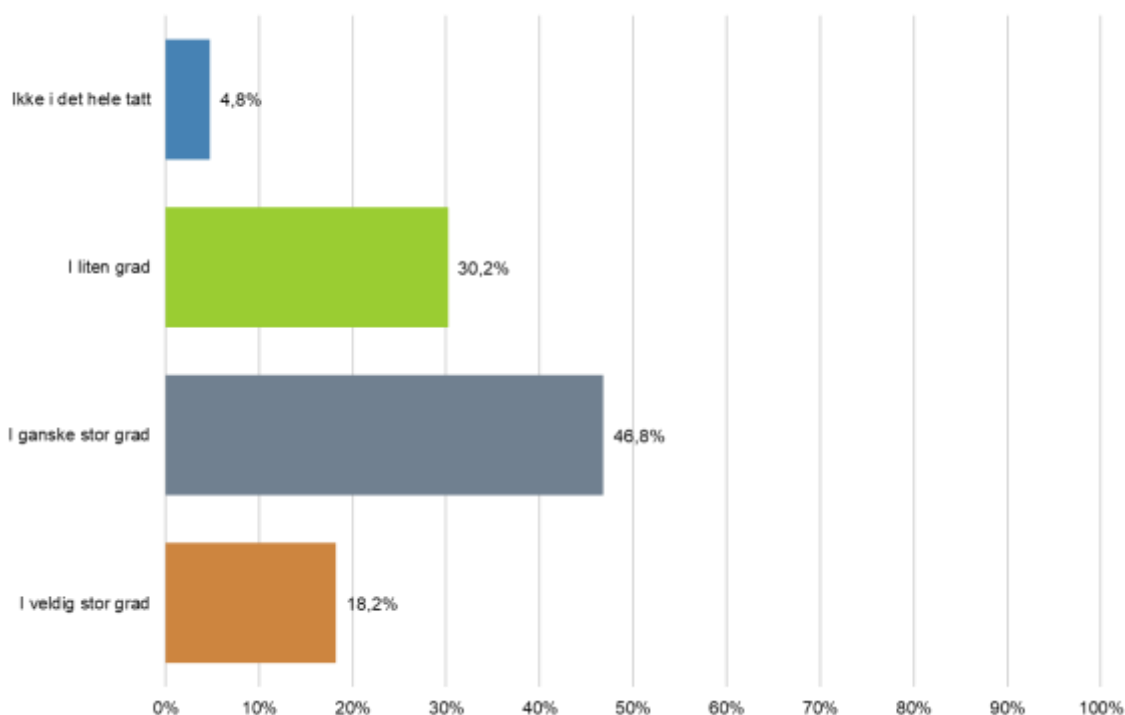
3.6 Alkohol

82% av ungdommene svarer at de ikke har vært sammen med andre ungdommer hvor de selv eller andre har drukket alkohol. 7% svarer at de har vært det en gang, mens 10,5% svarer at de har vært det 2 eller flere ganger. Ungdom vi har pratet med sier de har opplevd lite alkohol i perioden hvor skolene var stengt og tror dette handler mye om at de fleste satt hver for seg og at det ofte var foreldre hjemme i samme hus. De fortalte videre at de opplevde at dette gikk tilbake til normalen igjen så fort samfunnet åpnet litt mere opp og ungdommen fikk mulighet til å møtes igjen.

3.7 Vil korona endre oss?

Ungdommene fikk flere spørsmål om hvordan de ser for seg at korona-epidemien vil påvirke oss på ulike områder. På spørsmålet «tror du at korona-epidemien kommer til å endre fremtiden din» svarer 63% i liten grad eller ikke i det hele tatt, mens 37% svarer i ganske eller veldig stor grad. Derimot tror hele 65% at korona-epidemien vil endre samfunnet vårt i ganske eller veldig stor grad. Ungdom vi har snakket med fra videregående skole sier at koronaepidemien har ført til at de tenker annerledes om fremtiden sin når det gjelder valg av studier og yrkesretning. På spørsmålet «På grunn av korona-epidemien har jeg lært hva som er viktigst for meg» svarer tre av fire (81,5%) at det stemmer i noen grad, mens 18,5% svarer helt feil. 72% svarer at det stemmer i noen grad at hver dag er viktig, mens 28% svarer at det er helt feil. 82% svarer «det stemmer litt», «stemmer ganske godt» eller «helt riktig» på spørsmålet «På grunn av korona-epidemien har jeg lært at jeg kan takle problemene sine selv». 18% svarer helt feil.

Figur 10: Tror du at korona-epidemien vil komme til å endre samfunnet vårt?



3.8 Familie og venner

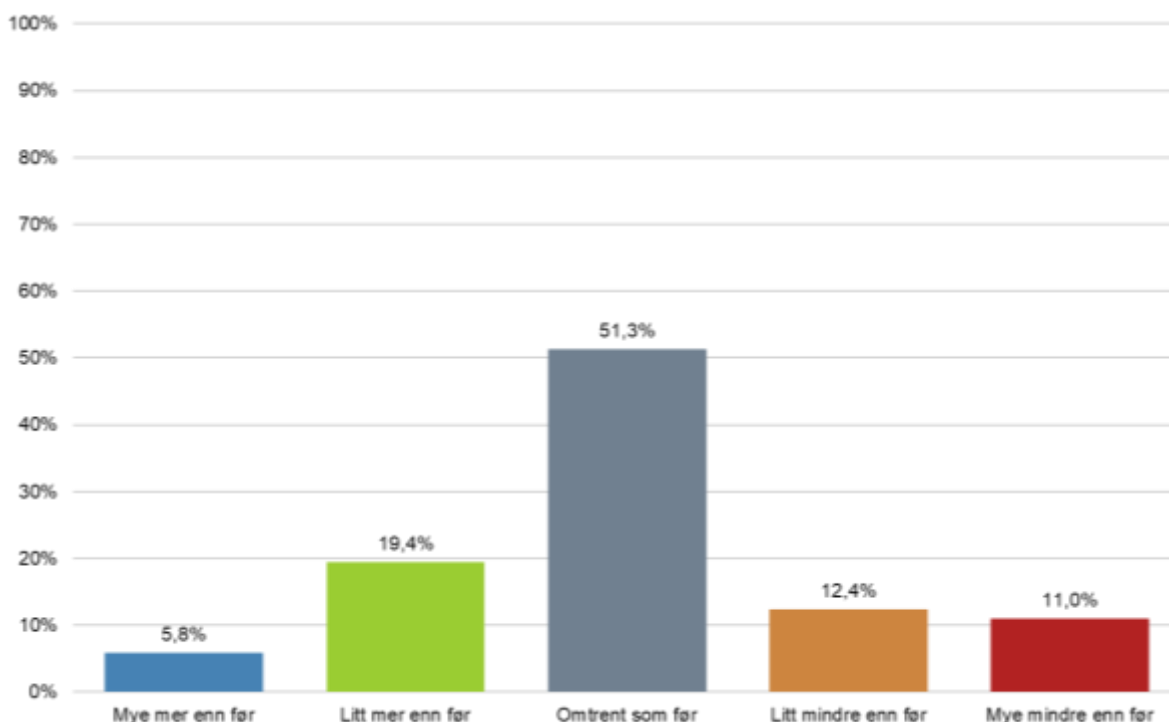
3.8.1 Foreldrene

Ungdommene har fått flere spørsmål om hvordan de opplever foreldrene sine på ulike områder. De aller fleste 86% svarer at det passer ganske eller svært godt på spørsmålet om foreldrene liker at de tar sine egne valg. 14% svarer at det passer ganske eller svært dårlig. 69% opplever at foreldrene forstår deres problemer og bekymringer. 31% svarer at de ikke opplever dette. 26% opplever at foreldrene prøver å kontrollere alt de gjør, mens 46% opplever foreldrene som overbeskyttende.

Omtrent en av fire (24 %) oppga at de selv eller noen de bor med hadde vært i karantene i minst 14 dager. En av fem (20 %) svarte at en eller begge foreldrene hadde blitt permittert på grunn av pandemien.

På spørsmålet «Førte korona-epidemien til at du brukte mer eller mindre tid enn før på å gjøre hyggelige ting sammen med familien din» svarte 44% litt eller mye mer tid enn før, mens 44% svarte omtrent som før. Kun 12,5% svarte litt eller mye mindre tid enn før. Halvparten (51%) av ungdommene svarer at det har vært omtrent like mye krangling i familien i perioden som skolene var stengt. Omtrent like stor andel oppgir at det har vært mere krangling (25%), som mindre krangling (24%).

Figur 11: Har det vært mer eller mindre krangling i familien din i perioden som skolene var stengt?



3.8.2 Venner

Nesten halvparten (44%) oppgir at de var fysisk sammen med venner eller kjæreste tre dager eller mer i løpet av den siste uka som skolene var stengt. På tilsvarende spørsmål om hvor mange dager de hadde hatt kontakt via nett eller mobil med venner eller kjæreste i løpet av den siste uka som skolene var stengt svarte 88% tre dager eller mer.

Når det gjelder vennskap svarer 65% av elever «Ja, helt sikkert» at de har minst en venn de kan stole fullstendig på og betro seg til om alt mulig. Sammenlignet med Ungdata-undersøkelsen i mars 2020 var denne andelen omtrent det samme (63%).

4. Konklusjon

Formålet med undersøkelsen var å få et godt innblikk i hvordan koronaepidemien har preget ungdom. Vi sendte ut spørreskjemaet til kommuner i Innlandet og deler av Viken og fikk tilbake 3347 svar.

Oppsummert viser undersøkelsen at ungdom har opplevd tiden med hjemmeskole og strenge restriksjoner både positivt og negativt. Omtrent like mange svarer at koronaepidemien har påvirket livet i positiv, som i negativ retning. Samtidig har de totalt sett en lavere gjennomsnittsscore på hvor bra de opplever livet sitt, sammenlignet med Ungdataresultatene fra før skolene stengte.

Omtrent halvparten svarte at de har sovet mer enn vanlig i tiden med hjemmeskole, samtidig oppgir færre at de har vært stresset av skolearbeidet sammenlignet med før skolene stengte. To tredeler oppga at de brukte mindre eller omtrent samme tid på skolearbeid som før koronaepidemien.

Mer tid hjemme og færre fritidstilbud førte til økt mediebruk i koronatiden. Sammenlignet med resultatene fra Ungdata i mars har det vært en betydelig økning i ungdoms tidsbruk på ulike skjermaktiviteter under koronaepidemien. Færre elever svarer at de ofte krangler med foreldre om skjermbruk og grensesetting. Videre svarte nesten halvparten av elevene at de hadde brukt mye mer tid på sosiale medier og vært mer sosiale på nett med venner enn før koronatiden. Nesten halvparten svarte at de hadde brukt mer tid enn før på å spille dataspill eller game.

Det har vært en liten økning i andelen som har opplevd ensomhet i løpet av tiden med hjemmeskoler sammenlignet med før lockdown. De aller fleste opplever at de har noen de kan prate med dersom de har behov for det.

En relativt liten andel oppgir at de har vært bekymret for å bli smittet i løpet av korona. Samtidig var langt flere bekymret for å smitte andre eller at familie eller venner skal bli syke. Undersøkelsen viser at de fleste ungdommer har tatt smittevernreglene på alvor, både med å bruke Antibac, unngå store forsamlinger, og holde avstand til andre. En stor majoritet svarte at de mente reglene og retningslinjene som har vært innført var akkurat passe strenge. Samtidig har de aller fleste hatt stor tillit til helsemyndighetene i koronatiden.

Litt over en tredjedel av elevene tror korona vil endre framtiden deres i ganske stor grad eller veldig stor grad. Nesten to av tre tror korona i ganske stor eller veldig stor grad vil endre samfunnet vårt. De aller fleste svarte at de ble glade da de fikk vite at skolene skulle åpne igjen.



KoRus-Øst

Kompetansesenter rus – region øst

www.korusost.no

<https://www.facebook.com/korusost/>

<https://www.youtube.com/user/KoRusOst>