

Ung i Vestfold og Telemark 2021



Vestfold og Telemark
FYLKESKOMMUNE

KORUS
Sør

USN Universitetet
i Sørøst-Norge

ungdata

Rapport: Ung i Vestfold og Telemark 2021

Utgitt av:

Kompetansesenter rus – region sør
www.korus-sor.no

Vestfold og Telemark fylkeskommune
www.vtfk.no

ISBN:

ISBN 978-82-93629-04-7 (trykt)
ISBN 978-82-93629-05-4 (elektronisk)

Layout og trykk:

Wera www.wera.no

Infografikk:

Lene Sjølie, Vestfold og Telemark
fylkeskommune

Kartgrunnlag:

Kartverket

Rapporten kan lastes ned elektronisk fra:

www.korus-sor.no/publikasjoner
www.vtfk.no/ungdata

Denne rapporten refereres til som:

Aase, K. N., Gulløy, E., Lorentzen, C. A. N., Bentsen, A., Kristiansen, R., Eik-Åheim, K., Riiser, E. S., Haraldsen, E. & Momrak, E. S. (2021).

Ung i Vestfold og Telemark 2021. Skien: Kompetansesenter rus – region sør / Vestfold og Telemark fylkeskommune

Forsidefoto: ValuaVitaly/GettyImages

Baksidefoto: Unsplash

Bidragstydere:



Kjersti Norgård Aase (redaktør)

Utdannet demograf og jobber som rådgiver innen statistikk og analyse ved analyseenheten VT+ i Vestfold og Telemark fylkeskommune. Jobber med ulike typer analyse- og kunnskapsarbeid, blant annet Ungdata.

kjersti.aase@vtfk.no



Elisabeth Gulløy

Utdannet samfunnsgeograf og jobber som høgskolelektor ved Institutt for helse-, sosial- og velferdssag ved Universitetet i Sørøst-Norge (USN). Jobber med Ungdata i undervisning, veiledning og egen forskning.

elisabeth.gulloy@usn.no



Catherine Anne Nicole Lorentzen

Utdannet innen fysisk aktivitet og folkehelse og jobber som førsteamanuensis ved Institutt for helse-, sosial- og velferdssag ved Universitetet i Sørøst-Norge (USN). Jobber med Ungdata i veiledning av masterstudenter og egen forskning.

catherine.lorentzen@usn.no



Asle Bentsen

Utdannet sosiolog og jobber som spesialrådgiver ved KORUS Sør. Jobber særlig med Ungdata, BrukerPlan og andre former for kartleggings- og analysearbeid, og er i tillegg teamleder for Team Behandling.

asle.bentsen@korus-sor.no



Rosanne Kristiansen

Utdannet sosialantropolog og jobber som spesialrådgiver ved KORUS Sør. Hovedansvarlig for Ungdata ved KORUS Sør og jobber også med Hurtig kartlegging og handling (HKH) og andre former for kartleggings- og analysearbeid.

rosanne.kristiansen@korus-sor.no



Karoline Eik-Åheim

Utdannet barnehagelærer med master i «Forebyggende arbeid med barn og unge». Har jobbet som rådgiver ved KORUS Sør med analysearbeid, bl.a. Ungdata og BTI-undersøkelsene.

karoline.eik.ahaim@gmail.com



Even Sannes Riiser

PhD i molekylærbiologi, jobber nå som rådgiver innen statistikk og analyse ved analyseenheten VT+ i Vestfold og Telemark fylkeskommune. Jobber med ulike typer analyse- og kunnskapsarbeid.

even.sannes.riiser@vtfk.no



Eli Haraldsen

Master i folkehelsevitenskap og jobber som rådgiver ved seksjon for folkehelse og livsmestring i Vestfold og Telemark fylkeskommune. Jobber med Ungdata, oversiktsarbeid og folkehelseprogrammet Liv og røre.

eli.haraldsen@vtfk.no



Eline Sveinsson Momrak

Leder for Midt-Telemark ungdomsråd og sitter i Vestfold og Telemark ungdomsråd (VTU). Har vært engasjert i ungdomsråd lokalt og fylkeskommunalt de siste fire årene og har de siste to årene hatt ansvar for VTU sine internasjonale samarbeid.

emomrak@gmail.com

Innhold

Forord	5	4. Familie og venner	31	7. Nærområdet	61
Nøkkeltall Ung i Vestfold og Telemark 2021	6	• Forhold til foreldrene.....	31	• Trygghet i nærområdet	61
Sammendrag	8	• Reaksjoner fra foreldre og vold i familien	32	• Tilbud til ungdom i nærområdet	62
Del 1 – Innledning	12	• Familieøkonomi.....	34	8. Atferd	65
1. Om undersøkelsen	13	• Forhold til venner	34	• Fysisk aktivitet	65
• Datainnsamling og personvern	14	• Ensomhet	36	• Måltider og kosthold	66
• Tidstrender og sammenlikning med resten av landet	16	• Mobbing og trakassering	39	• Søvn.....	68
• Ungdommenes opplevelse av undersøkelsen.....	16	5. Skole og framtid	43	• Tobakk.....	68
Del 2 – Resultater fra undersøkelsen	18	• Skolehverdagen.....	43	• Alkohol.....	70
2. Ungdom i koronatiden	19	• Lekser og skolestress.....	46	• Cannabis.....	72
3. Helse og livskvalitet	21	• Juks og skulking.....	47	• Problematferd og vold.....	75
• Livskvalitet og livsmestring	21	• Tanker om å fullføre videregående skole.....	48	• Selvskading og forsøk på selvmord	76
• Fysisk og psykisk helse.....	23	• Tanker om høyere utdanning	49	Del 3 – Dypdykk i utvalgte resultater	78
• Press i hverdagen.....	26	• Andre tanker om framtiden	49	9. «Å ha trua» – Hvilke forhold i ungdommenes liv har betydning for deres generelle tro på at de kan mestre kommende utfordringer?	79
• Sosial ulikhet i helse.....	28	• Bekymring for klimaendringer.....	50	• Hva er «generell mestringstro», og hvorfor er det viktig å ha det?	79
• Bruk av helsetjenester	29	6. Fritid	51	• Hva sier litteraturen om hvordan ungdommenes generelle mestringstro utvikles og påvirkes?.....	79
		• Digital fritid.....	51		
		• Organisert fritid.....	53		
		• Sosioøkonomiske forskjeller i deltagelse i fritidsaktiviteter ...	56		
		• Lønnet arbeid	58		

Innhold

• Data og metode	80
• Resultater.....	82
• Konklusjon.....	87

10. Hva gjør skolen til et godt sted å være? 89

• Innledning	89
• Problemstilling.....	91
• Data og metode	91
• Resultater.....	92
• Konklusjon.....	96

11. Nakenbilder på mobilen – en naturlig del av ungdomskulturen? 99

• Innledning	99
• Hvor vanlig er det å motta nakenbilder fra andre?	100
• Hvor utbredt er det å sende egne nakenbilder til andre?... 101	
• Hva kjennetegner ungdom som sender nakenbilder av seg selv?.....	102

• Hvilke sammenhenger er det mellom sending av egne nakenbilder og risiko for seksuell trakassering?	104
• Hvem vil ungdommene snakke med?	106
• Hva så? Hva nå?.....	106

Litteraturliste 108



Foto: Unsplash

Forord

I Ungdata-undersøkelsen Ung i Vestfold og Telemark 2021 har i overkant av 22 000 skoleelever over hele fylket svart på spørsmål om hvordan de har det og om hvordan det er å være ung i Vestfold og Telemark. Undersøkelsen utgjør et viktig kunnskapsgrunnlag for politikere og andre som jobber for å bedre oppvekstvilkårene i fylket.

Undersøkelsen fant sted på alle ungdomsskoler og videregående skoler i de 23 kommunene i Vestfold og Telemark våren 2021. Det er første gang vi gjennomfører undersøkelsen i det sammenslåtte fylket, men Vestfold og Telemark har hver for seg hatt Ungdata-undersøkelsen som fylkesundersøkelse to ganger tidligere.

Undersøkelsen er et samarbeid mellom alle kommunene i fylket, Vestfold og Telemark fylkeskommune, KORUS Sør og Universitetet i Sørøst-Norge (USN). Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitetet har det faglige ansvaret for undersøkelsen.

I denne rapporten presenterer vi funnene fra Ung i Vestfold og Telemark 2021, og viser hvordan resultatene har endret seg siden første gang vi gjennomførte Ungdata-undersøkelsen i Vestfold i 2013 og Telemark i 2015. Hensikten er å gi en samlet oversikt over barn og unges oppvekstvilkår i Vestfold og Telemark, og å bidra til en diskusjon om, og refleksjon rundt faktorer som påvirker ungdommenes helse og trivsel.

Det var krevende å gjennomføre undersøkelsen i 2021, med mange utsettelse på grunn av koronapandemien. Vi ønsker derfor å sende en stor takk til alle som har gjort det mulig å gjennomføre Ung i Vestfold og Telemark

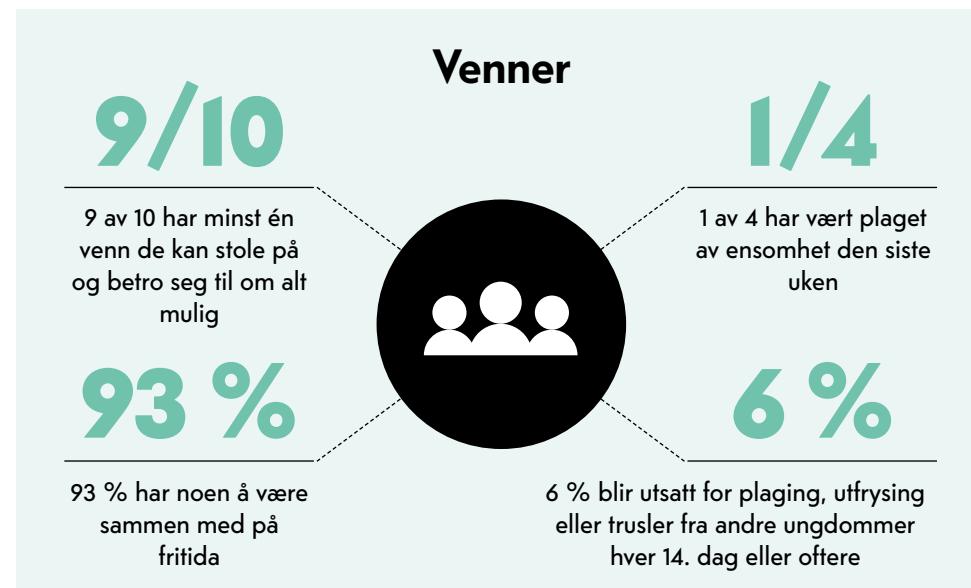
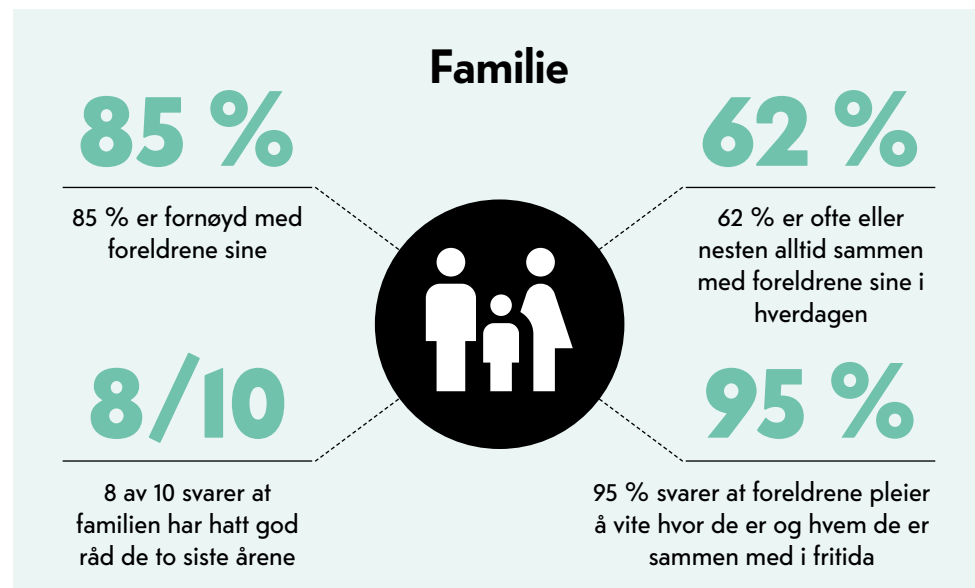
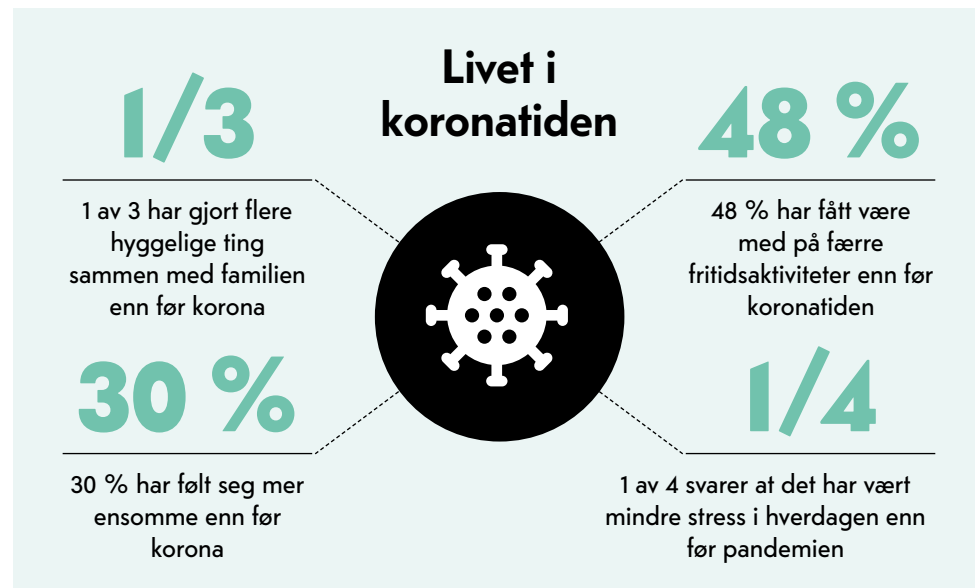
2021: ungdommene som har deltatt i undersøkelsen, kontaktpersoner i kommunene og i de videregående skolene, lærere og skoleledere og Ungdata-senteret hos NOVA. Også takk til Malin Korshavn, Horten kommune, som har sittet i referansegruppen til rapporten.

God lesing!

Anne-Cathrine Utsigt
Virksomhetsleder
KoRus-Sør

Arve Semb Christophersen
Fylkesdirektør
Vestfold og Telemark fylkeskommune

Nøkkeltall Ung i Vestfold og Telemark 2021



Skole og framtid

87 %

87 % trives på skolen

9/10

9 av 10 tror de vil fullføre videregående skole

$E=mc^2$

1/3

1 av 3 har bevisst jukset på en prøve eller innlevering med karakter

84 %

84 % svarer at lærerne bryr seg om dem

Fritid

77 %

77 % bruker mer enn tre timer foran skjerm på fritida hver dag

53 %

53 % er medlem av en organisasjon, klubb, lag eller forening



48 %

48 % har deltatt på aktiviteter i regi av idrettslag den siste måneden

43 %

43 % av elevene på videregående har lønnet arbeid utenom skolen

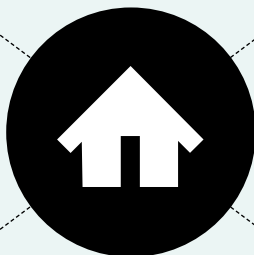
Nærområdet

2/3

2 av 3 er fornøyd med lokalmiljøet der de bor

85 %

85 % føler at det er trygt å ferdes i nærområdet der de bor om kvelden



72 %

72 % er fornøyd med idrettsanleggene der de bor

42 %

42 % er fornøyd med lokaler for å treffe andre unge på fritida

Atferd

77 %

77 % trener minst én gang i uka

1/3

1 av 3 sover seks timer eller mindre hver natt



57 %

57 % pleier å spise frokost før første time hver skoledag

14 %

14 % av elevene på videregående har brukt cannabis minst én gang det siste året

Sammendrag

Resultater fra undersøkelsen

De aller fleste har det bra!

Hovedfunnet i rapporten er at ungdom i Vestfold og Telemark har det bra og er fornøyd med livet de lever. Blant de 22 000 ungdommene som svarte på undersøkelsen, opplever de aller fleste at de har høy livskvalitet, stor grad av mestringstro, god fysisk og psykisk helse og at de er optimistiske med tanke på framtida. Nesten alle svarer at de har et godt og tillitsfullt forhold til foreldrene sine og at de har nære venner de kan stole på. 9 av 10 trives på skolen, og nesten like mange føler at lærerne bryr seg om dem. De aller fleste føler seg trygge i nærområdet sitt og er fornøyde med stedet der de bor. Selv om de aller fleste har det bra, så viser også undersøkelsen at noen ungdommer har ting de sliter med, slik som stress, mobbing, ensomhet og lettere psykiske plager.

Livet med egne ord

I årets undersøkelse har vi for første gang stilt ungdommene et åpent spørsmål, og her har vi spurt om hva som er bra med å være ung i dag og hva som er dårlig med å være ung i dag. Hovedinntrykket her er også at veldig mange ungdommer har det svært bra. Samtidig er det også mange som har noe de strever med eller som de skulle ønske var annerledes. Når ungdommene skriver om livet med egne ord er det særlig tre temaer som går igjen:

koronatiden, ulike sider ved sosiale medier og forskjellige typer press.

Hva har endret seg siden forrige undersøkelse?

Selv etter ett år med pandemi finner vi overraskende små forskjeller i hvordan ungdommene har svart på spørsmål om helse og trivsel, fornøydhet med ulike sider av livet og relasjoner til andre når vi sammenlikner årets undersøkelse med Ungdata-undersøkelsen i 2017/2018. Dette kan tyde på at de aller fleste har klart seg bra gjennom pandemien. På noen områder ser vi en positiv utvikling, for eksempel har færre blitt utsatt for mobbing, og flere svarer at de er fornøyde med foreldrene sine i undersøkelsen i 2021 (85 %) enn i forrige undersøkelse (81 %).

Samtidig er det noen områder der det kan være grunn til bekymring. For det første er det en gruppe ungdommer, jenter på 8. og 9. trinn, som svarer mer negativt på spørsmål knyttet til helse, trivsel, skole og framtid enn i tidligere Ungdata-undersøkelser. Blant jenter på øvrige klassetrinn og blant gutter ser vi lite endringer. For det andre er det betydelig flere som svarer at de opplever stress i forbindelse med skolearbeidet og press om å gjøre det bra på skolen enn i forrige Ungdata-undersøkelse. Stadig flere opplever også at de har søvnproblemer, og 1 av 3 svarer at de sover seks timer eller mindre hver natt.



Foto: Unsplash



Foto: Unsplash

For det tredje finner vi store, og i noen tilfeller økende, forskjeller i helse, trivsel, helsevaner og deltagelse i fritidsaktiviteter etter familiens sosioøkonomiske status. Ungdom som vokser opp i familier med lav sosioøkonomisk status, er for eksempel langt mindre fornøyd med helsa si enn andre og deltar sjeldnere på organiserte fritidsaktiviteter enn ungdom som vokser opp i familier med høy sosioøkonomisk status. På veldig mange av områdene som vi kartlegger i undersøkelsen finner vi disse sosioøkonomiske forskjellene.

Ungdom i koronatiden

Da undersøkelsen ble gjennomført, hadde ungdommene i større eller mindre grad vært berørt av koronapandemien

i litt over et år. Likevel svarer 2 av 3 at pandemien i noen eller stor grad har påvirket livet positivt. Blant annet svarer 1 av 4 at de har opplevd mindre stress i hverdagen, og 1 av 3 svarer at de har gjort flere hyggelige ting med familien sin enn før koronatiden. Selv om pandemien har hatt sine positive sider, svarer likevel et stort flertall, 86 %, at den har påvirket livet negativt. Det har særlig gått utover det sosiale og det å være med på fritidsaktiviteter. Mange svarer også at de har opplevd mer ensomhet, hatt flere bekymringer og at de er mer nedstemte enn før koronatiden. Langt flere jenter enn gutter rapporterer om dette, og flere elever på videregående skole opplever negative sider ved pandemien enn elever på ungdomsskolen.

Når vi spør hvor mye plaget ungdommene var av ensomhet eller ulike psykiske plager den siste uka før de deltok i undersøkelsen, ser vi likevel at de aller fleste ikke var mye plaget. Vi har sett en økning i ensomhet og psykiske plager i løpet av de årene vi har gjennomført Ungdata-undersøkelsen. Økningen i årets undersøkelse er imidlertid ikke større enn den var i tidligere Ungdata-undersøkelser. Unntaket er blant jenter på 8. og 9. trinn.

Mindre skoletrivsel og framtidsoptimisme

De aller fleste ungdommene i Vestfold og Telemark trives på skolen og opplever at lærerne bryr seg om dem og at de passer inn blant elevene på skolen. Samtidig er det en del som gruer seg til å gå på skolen, og som kjeder seg

der. Gjennom de tre siste Ungdata-undersøkelsene har vi sett at stadig færre svarer at de trives på skolen, flere gruer seg og flere svarer at de kjeder seg på skolen. Den samme utviklingen ser vi i de nasjonale Ungdata-tallene.

Samtidig som både gutter og jenter bruker stadig mindre tid på lekser, opplever stadig flere ungdommer at de blir stresset av skolearbeidet. 65 % av jentene og 38 % av guttene svarer at de ofte eller svært ofte har vært stresset av skolearbeidet de siste månedene – en økning på 6 prosentpoeng fra forrige Ungdata-undersøkelse.

De aller fleste er optimistiske med tanke på framtiden, men vi ser tegn til litt mindre framtidsoptimisme i årets undersøkelse sammenliknet med undersøkelsen i 2017/2018. Litt færre tror de vil fullføre videregående skole, litt færre tror de vil ta høyere utdanning, flere tror de vil bli arbeidsledige og færre tror de får et godt og lykkelig liv. Det er særlig jenter på 8. og 9. trinn som er mer pessimistiske enn tidligere.

Sosial på nett

Med pandemien som bakteppe er det ikke overraskende at skjermbruken har økt betraktelig siden forrige Ungdata-undersøkelse. I 2021 svarer 77 % at de bruker tre timer eller mer foran skjerm utenom skoletid. Dette er en økning fra 63 % i 2017/2018. Jenter og gutter bruker omtrent like mye tid foran skjerm, men mens guttene bruker mye tid på gaming, bruker jentene mye tid på å være sosiale på

nett/mobil. Det at mange er sosiale på nett kan ha gjort at andelen som opplever at de er ensomme tross alt ikke er høyere enn den er. I det åpne spørsmålet om hva som er bra og dårlig med å være ung i dag, er det mange som trekker fram nettopp dette: at sosiale medier og gaming gjør at man kan være sosial selv om pandemien har begrenset fysiske møter.

Færre organiserte fritidsaktiviteter

48 % svarer at de har fått være med på færre organiserte fritidsaktiviteter enn før koronatiden. Aktiviteten har gått ned for alle typer aktiviteter, både idrettslag, fritidsklubber, religiøse foreninger, korps, kor, orkestre og kulturskoler. Nedgangen har vært størst blant de yngste på ungdomsskolen. Redusert aktivitet kan skyldes midlertidige begrensninger under pandemien. Men vi ser også at medlemstallene har gått ned. Mens 62 % svarte at de var med i en organisasjon, klubb, lag eller forening i 2017/2018, er andelen 56 % i 2021.

Mindre alkohol og problematferd, men fortsatt økning i cannabisbruk

Alkohol er det vanligste rusmiddelet blant ungdom, og vi ser en nedgang i alkoholbruken, særlig på 10. trinn og Vg1. En del av denne nedgangen kan skyldes begrensninger på fysiske møter under koronapandemien. Samtidig svarer litt færre enn i tidligere Ungdata-undersøkelser at de får lov til å drikke alkohol av foreldrene sine.

Når det gjelder cannabis svarer 4 % av elevene på ungdomsskolen og 14 % av elevene på videregående at de har brukt dette minst én gang det siste året. Bruken er større blant gutter enn jenter, og øker i løpet av tenårene. Når vi sammenlikner med tidligere Ungdata-undersøkelser ser vi at andelen som har brukt cannabis har økt litt blant gutter på 9. og 10. trinn, og blant jenter på 10. trinn og Vg1. Dette står i kontrast til de nasjonale Ungdata-tallene, der vi ser en liten nedgang både på ungdomsskolen og på videregående skole. Økningen i hasjbruk i årets undersøkelse i Vestfold og Telemark er ikke like stor som i tidligere Ungdata-undersøkelser. Samtidig fortsetter trenden med at flere har blitt tilbudt cannabis og at stadig flere svarer at det å røyke cannabis gir status i vennegjengen.

Et viktig funn i de forrige Ungdata-undersøkelsene i Vestfold og Telemark var at omfanget av lov- og regelbrudd økte, særlig blant gutter. I årets undersøkelse ser vi få tegn til at denne utviklingen fortsetter. For de fleste regelbruddene er omfanget like stort som i 2017/2018-undersøkelsen, med to unntak: langt færre gutter svarer at de har vært involvert i slåsskamper og langt flere svarer at de har lurt seg fra å betale for kollektivtransport osv. Begge deler kan være knyttet til koronapandemien, med færre fysiske møter og mindre billettkontroll.

Dypdykk i utvalgte resultater

«Å ha trua» – Hvilke forhold i ungdommenes liv har betydning for deres generelle tro på at de kan mestre kommende utfordringer?

I kapittel 9 undersøker vi hvilke forhold i ungdommenes liv som har betydning for troen på at de vil mestre utfordringer livet måtte by på. Resultatene viser at ungdommenes generelle mestringstro påvirkes av mange forhold både på individnivå og i de sosiale omgivelsene. For det første har ungdom med tegn på psykiske helseplager lavere mestringstro. Motsatt opplever ungdom som deltar i organiserte fritidsaktiviteter, som har god kommunikasjon med lærerne og en opplevelse av tilhørighet til skolen, større mestringstro. Fysisk aktivitet har også betydning for mestringstroen. Mestringstroen øker i løpet av tenårene, og er sterkere blant gutter enn jenter.

Hva gjør skolen til et godt sted å være?

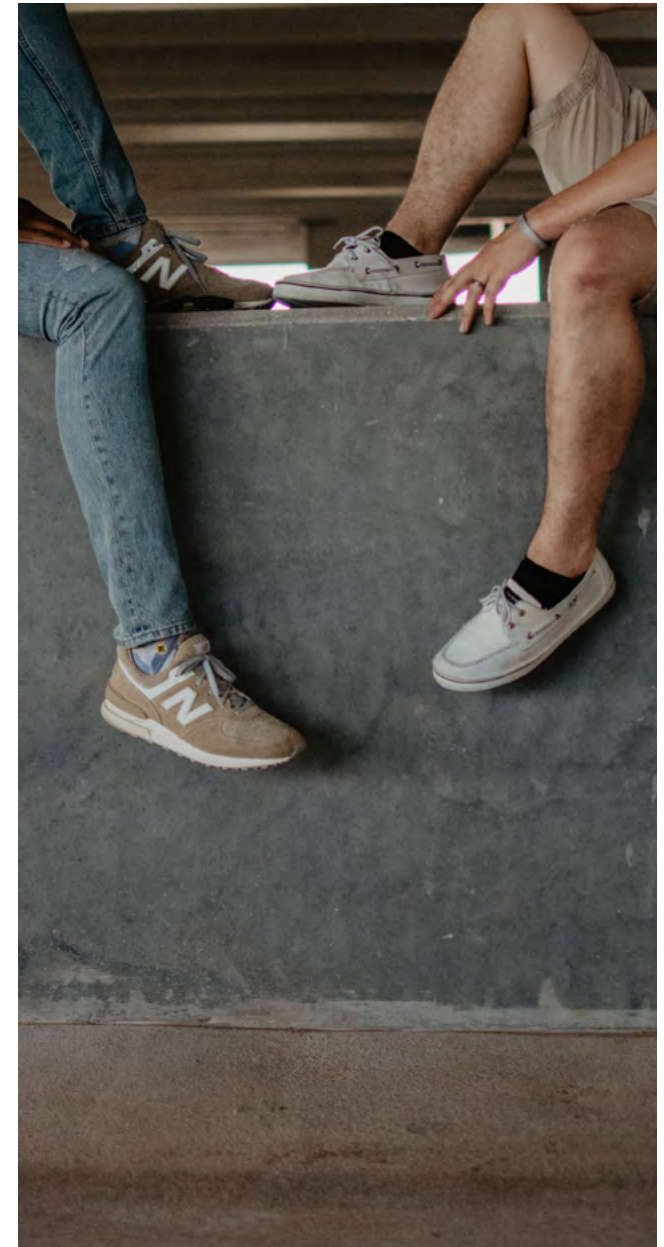
Utdanning er et av de viktigste virkemidlene for å redusere sosiale og økonomiske forskjeller i samfunnet. For å gjennomføre et langt utdanningsliv er det viktig å ha det bra på skolen. I kapittel 10 har vi sett på hva som gjør skolen til en god plass å være. Vi ville finne ut av hva som gir ungdommene god skolelivskvalitet, og vi ønsket å undersøke om det var individuelle, sosiale, eller strukturelle forhold som var viktigst. Vi fant at det var de sosiale forholdene som betydde mest. Analysen viste at det å ha god kommunikasjon med lærer, ha en

skolehverdag uten opplevelse av stress og press, og det å ha et godt forhold til foreldre og venner, er forhold som gir høy skolelivskvalitet. Av de individuelle forholdene vi undersøkte er det mestringstro som har størst betydning for skolelivskvaliteten. Jo høyere mestringstro, desto bedre har ungdommene det på skolen.

Nakenbilder på mobilen – en naturlig del av ungdomskulturen?

I kapittel 11 undersøker vi hvor vanlig det er å dele nakenbilder av seg selv og å få tilsendt nakenbilder fra andre. Vi sammenligner også ungdom som har sendt nakenbilder av seg selv med ungdom som ikke har det når det gjelder psykiske plager og press, livskvalitet og erfaringer med seksuell trakassering.

4 av 10 ungdommer svarer at de har mottatt nakenbilder fra andre det siste året. 13 % svarer at de har sendt nakenbilder av seg selv til andre. Resultatene viser store kjønnsforskjeller. Jenter mottar nakenbilder oftere enn gutter, de sender oftere nakenbilder av seg selv til andre, og de opplever mye oftere enn gutter press fra andre om å sende nakenbilder. Resultatene viser at ungdom som sender nakenbilder av seg selv også er mer utsatt for ulike problemer og psykiske plager enn andre, og at de oftere har opplevd ulike former for seksuell trakassering.



Del 1. Innledning

Tekst: Kjersti Norgård Aase og Rosanne Kristiansen

1. Om undersøkelsen

Våren 2021 svarte i overkant av 22 000 ungdommer i Vestfold og Telemark på spørsmål om helse og livskvalitet, vennskap, familie, skole, nærområdet, fritidsaktiviteter, helsevaner og ikke minst om hvordan koronapandemien har påvirket dem. Denne rapporten inneholder resultatene fra undersøkelsen.

Ungdata er et kvalitetssikret og standardisert system for lokale spørreskjemaundersøkelser som alle kommuner og fylkeskommuner i landet kan gjennomføre gratis i regi av Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet (se www.ungdata.no). I undersøkelsen svarer ungdomsskoleelever og elever på videregående skoler på spørsmål om ulike sider ved livet sitt.

Undersøkelsen består av en grunnmodul som er felles for alle Ungdata-undersøkelser, samt en tilleggsmodul med spørsmål som KORUS Sør, Vestfold og Telemark fylkeskommune, Universitetet i Sørøst-Norge, Vestfold og Telemark fylkeskommunale ungdomsråd og representanter for fire kommuner i fylket (Horten, Larvik, Skien og Midt-Telemark) har valgt ut i fellesskap.

Spørsmålene i Ungdata-undersøkelsen dekker mange sider ved ungdommenes liv. Figur 1.1 viser ulike temaer i undersøkelsen, og hvordan disse kan sees i sammenheng.

Vi har organisert del 2 av denne rapporten etter de samme overskriftene. Et overordnet mål, blant annet i folkehelsearbeidet, er å fremme og opprettholde god helse og livskvalitet blant ungdom. Familie, venner, skole, fritid og nærområdet er alle faktorer som har betydning for helse og livskvalitet. Det samme har ulike typer atferd, slik som fysisk aktivitet, kosthold, søvn og bruk av rusmidler. Spesielt i årets undersøkelse er at koronapandemien har påvirket mange av disse områdene i ungdommenes liv.

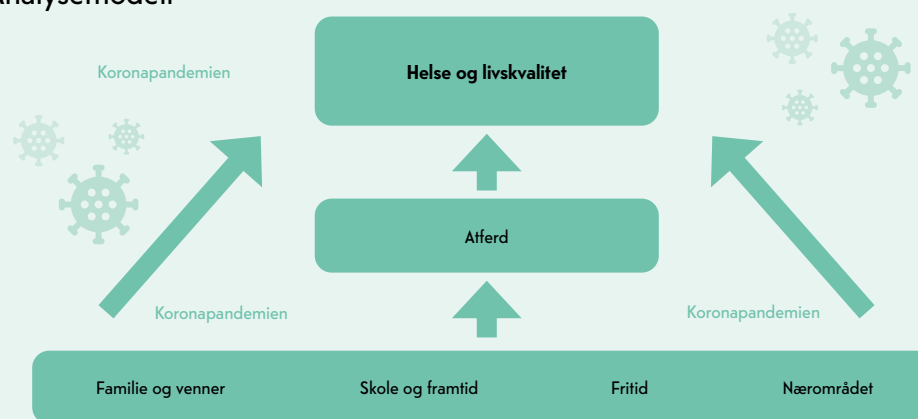
Nytt i Ungdata-undersøkelsen i Vestfold og Telemark

2021 er et åpent spørsmål som vi utarbeidet blant annet i samarbeid med Vestfold og Telemark fylkeskommunale ungdomsråd:

«Hva synes du er bra med å være ung i dag, og hva synes du ikke er så bra med å være ung i dag?»

Her kunne ungdommene fortelle fritt om livet med egne ord. Spørsmålet gikk kun til hver sjuende elev. Til sammen fikk vi inn i underkant av 1 500 svar. Sitatene som er med i rapporten er hentet fra svarene. Noen av sitatene er delt

Figur 1.1. Analysemodell



opp fra lengre svar, og vi har rettet opp skrivefeil, men vi har ikke endret noe på selve innholdet. Noen svar var veldig korte, som for eksempel «alt er fint», «vi er enormt heldige» og «vet ikke», mens andre svar var lange refleksjoner knyttet til det å være ungdom. Hovedinntrykket er at veldig mange ungdommer har det svært bra. Samtidig er det også mange som har noe de strever med eller skulle ønske var annerledes.

Koronatiden, ulike sider ved sosiale medier og press er de tre store temaene som går igjen i svarene på det åpne spørsmålet. I tillegg går temaer som frihet, valgmuligheter, økonomi, psykisk helse, vennskap, mobbing, støtte fra andre når noe er vanskelig, fritid, rusmiddelbruk, skolen, klimaendringer og seksualitet igjen i mange av svarene. I «annerledes-skoleåret» 2020/2021 er det ikke så mange som skriver om for mye lekser eller for liten tid til fritidsaktiviteter.

Datainnsamling og personvern

Ungdata-undersøkelsen foregår i skoletiden og gjennomføres elektronisk. Det er frivillig å svare, og man kan hoppe over spørsmål eller velge å trekke seg når som helst. I forkant av undersøkelsen får foresatte til alle elever informasjon om undersøkelsen og foresatte til elever under 18 år kan si ifra til skolen dersom de ikke ønsker at deres barn skal delta.

NOVA har det overordnede ansvaret for at undersøkelsen gjennomføres i tråd med gjeldende lover, regelverk og

forskningsetiske retningslinjer, samt at data samles inn og oppbevares slik at respondentenes konfidensialitet er ivaretatt. På ungdomsskolen er undersøkelsen helt anonym. Det betyr at det ikke er mulig å identifisere hvilke elever som har deltatt eller hva de har svart.

Blant elever på videregående skoler samler vi inn flere bakgrunnsopplysninger, blant annet alder, utdanningsprogram, innvandringsbakgrunn, bostedskommune og opplysninger om foreldrenes utdanning og fødeland. Selv om verken navn, adresse eller andre direkte identifiserbare opplysninger kartlegges i Ungdata, regnes dataene på videregående som indirekte identifiserbare personopplysninger.

Når vi nå legger fram resultatene fra undersøkelsen er det umulig å gjenkjenne svar fra enkeltpersoner, og vi publiserer kun anonymiserte data.

Tabell 1.1 og tabell 1.2 viser hvilke ungdomsskoler og videregående skoler som deltok i undersøkelsen i Vestfold og Telemark i 2021, antall svar og svarprosent. Koronapandemien påvirket datainnsamlingen på noen skoler i kommuner med høyt smittetrykk. En del, særlig videregående skoler, hadde heldigital skole og hjemmeundervisning i lengre perioder. Flere av disse skolene hadde problemer med å få gjennomført undersøkelsen. Etter å ha utvidet datainnsamlingsperioden fra en til to måneder oppnådde vi en svarprosent på 86 % i ungdomsskolen og 72 % på de videregående skolene.

På grunn av lavt elevtall i seks kommuner (Fyresdal, Hjartdal, Nissedal, Kviteseid, Siljan og Tokke) har ikke elever i disse kommunene fått spørsmål om hvilket klassetrinn de går på. I figurer og tabeller der vi viser svar fordelt på klassetrinn er derfor ikke elever i disse seks kommunene med i datamaterialet.



Foto: Marita Nilsen

Tabell 1.1. Ungdomsskoler som deltok i undersøkelsen

Kommune	Skoler	Antall svar	Svarprosent
Bamble	Grasmyr ungdomsskole, Herre skole, Langesund ungdomsskole, Rugtvedt skole og Rønholt skole	477	88
Drangedal	Drangedal 10-årige skole	141	87
Fyresdal	Gimle skule	48	96
Færder	Borgheim ungdomsskole, Steinerskolen i Vestfold, Teigar ungdomsskole og Tjøme ungdomsskole	808	83
Hjartdal	Sauland skule	44	90
Holmestrand	Gjøklep ungdomsskole, Hof skole og Sande ungdomsskole	733	83
Horten	Borre ungdomsskole, Holtan ungdomsskole og Orerønningen ungdomsskole	779	84
Kragerø	Kragerø skole og Sannidal ungdomsskole	308	89
Kviteseid	Kviteseid skule	57	92
Larvik	Brunla ungdomsskole, Hedrum ungdomsskole, Kvelde skole, Lardal skole, Mesterfjellet skole, Mellomhagen ungdomsskole, Ra ungdomsskole, Tjodalyng skole og Verdensmesteren skole	1 317	84
Midt-Telemark	Bø ungdomsskule og Sauherad barne- og ungdomsskole	325	91
Nissedal	Nissedal ungdomsskule/Tveit skule	42	91
Nome	Holla 10-årige skole og Lunde 10-årige skole	198	93
Notodden	Gransherad skole, Heddal ungdomsskole og Notodden ungdomsskole	396	89
Porsgrunn	Heistadskolene, Kjølnes ungdomsskole, Stridsklev ungdomsskole, Sandøya Montesorris skole, Telemark Toppidrett ungdomsskole, Tveten ungdomsskole og Vestsiden skole	1 074	86
Sandefjord	Andebu ungdomsskole, Breidablikk ungdomsskole, Bugården ungdomsskole, Ranvik ungdomsskole, Stokke ungdomsskole og Varden ungdomsskole	1 832	86
Seljord	Seljord ungdomsskule	89	82
Siljan	Siljan ungdomsskole	81	95
Skien	Gimsøy skole, Gjerpen ungdomsskole, Gulset ungdomsskole, Kongerød ungdomsskole, Menstad ungdomsskole og Mæla ungdomsskole	1 477	86
Tinn	Atrå barne- og ungdomsskole, Rjukan ungdomsskole og Tinn montessoriskole	139	79
Tokke	Høydalsmo skule og Tokke skule	75	95
Tønsberg	Byskogen skole, Granly skole, Kongseik ungdomsskole, Presterød ungdomsskole, Revetal ungdomsskole, Ringshaug ungdomsskole og Vear skole	1 668	88
Vinje	Edland skule, Rauland skule og Åmot skule	109	96
Til sammen		12 217	86



Foto: Jacob Lund/GettyImages

Tabell 1.2. Videregående skoler som deltok i undersøkelsen

Skoler	Kommune	Antall svar	Svarprosent
Bamble videregående skole	Bamble	285	84
Bø videregående skule	Bø	301	89
Færder videregående skole	Tønsberg	208	39
Greveskogen videregående skole	Tønsberg	538	69
Hjalmar Johansen videregående skole	Skien	372	79
Holmestrand videregående skole	Holmestrand	171	76
Horten videregående skole	Horten	772	78
Kragerø videregående skole	Kragerø	253	88
Kvitsund gymnas	Kviteseid	115	91
Melsom videregående skole	Sandefjord	108	52
Nome videregående skole	Nome	295	82
Notodden videregående skole	Notodden	363	79
Nøtterøy videregående skole	Færder	415	78
Porsgrunn videregående skole	Porsgrunn	606	72
Re videregående skole	Tønsberg	421	53
Rjukan videregående skole	Tinn	158	78
Sande videregående skole	Holmestrand	302	75
Sandefjord videregående skole	Sandefjord	1 268	64
Skien videregående skole	Skien	706	74
Skogmo videregående skole	Skien	641	83
Steinerskolen	Tønsberg	44	66
Thor Heyerdahl videregående skole	Larvik	1 027	72
Toppidrettsgymnaset i Telemark	Skien	179	75
Vest-Telemark videregående skule avd. Dalen	Tokke	148	79
Wang Tønsberg AS	Tønsberg	116	61
Totalt		9 812	72

Tidstrender og sammenlikning med resten av landet

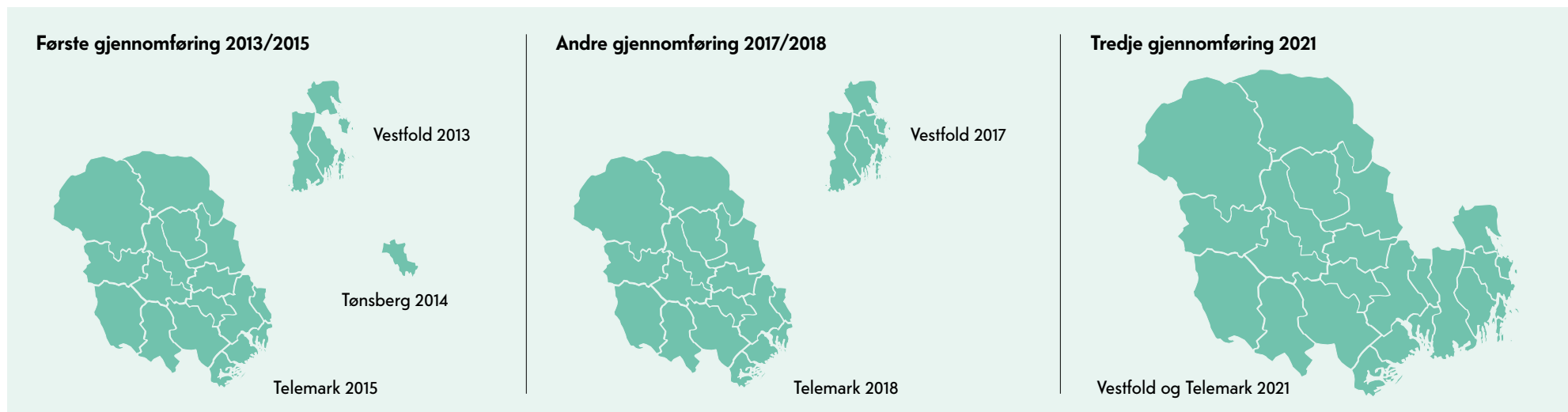
Både Vestfold og Telemark har gjennomført Ungdata-undersøkelsene som fylkesundersøkelser to ganger tidligere (se figur 1.2). For å undersøke utvikling over tid slår vi sammen tidligere Ungdata-undersøkelser i de to fylkene, og sammenlikner resultater fra 2013/2015, 2017/2018 og 2021. Ettersom ikke alle trinn på videregående skole har deltatt i alle undersøkelsene, viser vi bare resultater for ungdomsskolen og til og med Vg1 når vi viser utvikling over tid.

For å undersøke hvordan ungdom i Vestfold og Telemark svarer på undersøkelsen sammenliknet med ungdom i landet som helhet, tar vi i bruk resultater fra Ungdata-undersøkelsene som er gjennomført i hele landet i 2021. Dette datamaterialet inneholder svar fra 140 000 ungdommer fra 209 av landets 356 kommuner.

Ungdommenes opplevelse av undersøkelsen

Til slutt i undersøkelsen tar elevene stilling til ulike påstander om undersøkelsen de nettopp svarte på. Figur 1.3 viser at 97 % av de som svarte på undersøkelsen i Vestfold og Telemark i 2021 mener de svarte ærlig på spørsmålene. 88 % synes undersøkelsen gir et godt bilde av hvordan de har det, og 86 % synes at det var lett å svare på spørsmålene.

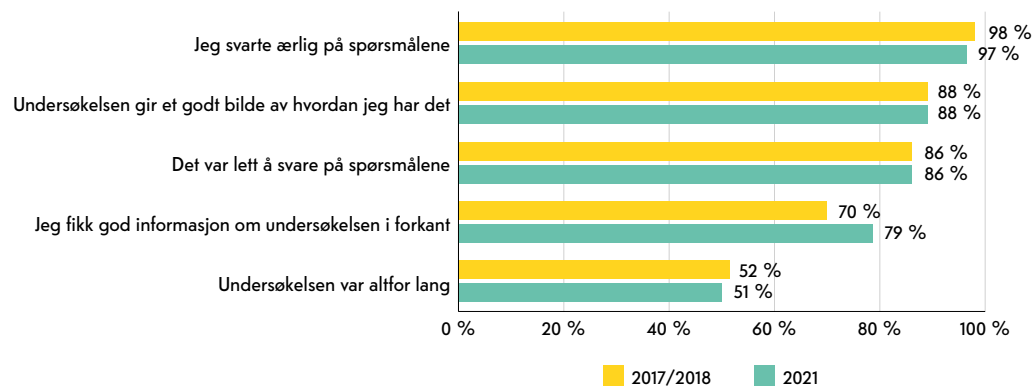
Figur 1.2. Gjennomføringer av Ungdata-undersøkelsen i Vestfold og Telemark



79 % opplevde å få god informasjon om undersøkelsen i forkant, langt flere enn i undersøkelsen i 2017/2018. Til tross for at undersøkelsen har blitt kortere siden sist gjennomføring, mener rundt halvparten at den fortsatt er for lang.

Figur 1.3. Opplevelse av å være med i undersøkelsen

Prosentandel som mener ulike påstander om undersøkelsen stemmer svært godt eller nokså godt. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



Del 2. Resultater fra undersøkelsen

Tekst: Kjersti Norgård Aase og Rosanne Kristiansen

2. Ungdom i koronatiden

Da undersøkelsen ble gjennomført i mars og april 2021, hadde ungdom i Vestfold og Telemark i større eller mindre grad vært berørt av koronapandemien i litt over ett år. Undersøkelsen inneholder derfor ulike spørsmål om hvordan pandemien har påvirket livene deres. En del av disse svarene omtaler vi under de aktuelle temaene i senere kapitler, for eksempel hvordan pandemien har påvirket psykisk helse, vennskap og ensomhet, og i hvilken grad ungdommene har fått deltatt på fritidsaktiviteter.

På overordnet nivå fikk ungdommene to spørsmål om hvordan pandemien har påvirket livet deres: det ene om pandemien har påvirket livet positivt og det andre om pandemien har påvirket livet negativt. Hele 2 av 3, eller 67 %, svarer at pandemien i noen eller stor grad har påvirket livet i positiv retning. Flertallet mener altså at pandemien tross alt har sine positive sider.

Likevel er det flere, hele 86 %, som svarer at pandemien i ulik grad har påvirket livet i negativ retning. Jentene opplever i større grad enn guttene at pandemien har hatt negativ påvirkning på livene deres, og flere elever på videregående skole opplever negative sider ved pandemien enn elever på ungdomsskolen.

Samtidig ser vi at en del ungdommer er relativt upåvirket av koronapandemien: 1 av 3 svarer at pandemien ikke eller i liten grad har påvirket livet deres verken negativt eller positivt. Det er særlig ungdommer i kommuner med lite smitte og få restriksjoner over tid som opplever at pandemien i begrenset grad har påvirket livene deres.

I svarene på det åpne spørsmålet er det få ungdommer som trekker fram positive sider ved pandemien, men noen av ungdommene reflekterer over at de er med på noe historisk, og at de kan lære noe av det.

«Det som er bra med å være ung i dag, er at vi er en generasjon som har gått gjennom mye, som for eksempel koronapandemien, og vi har lært å ikke ta friheten vår for gitt.» (Jente, ungdomsskolen, Midt-Telemark)

«Ikke så bra er at vi mister mange friheter, muligheter og får en del mer utfordringer når vi (ungdom) må sette livet vårt på vent grunnet at andres behov skal beskyttes. Likevel mener jeg det er en fin tanke. Vi vil jo andre best mulig.» (Jente, videregående, Tønsberg/Færder)

Det er også noen som nevner at det kan være greit å slippe å være sosial hele tiden, og at man blir flere som kan kjenne på hvordan det er å være ensom. Noen skriver også at pandemien gjør at man slipper eksamen, og kan ta det litt roligere på grunn av hjemmeskole.

Det store flertallet av ungdommene som tar opp korona når de svarer på det åpne spørsmålet viser til de negative sidene pandemien har for livene deres. Mange av ungdommene skriver rett og slett at korona gjør at livet ikke er bra. Det flest rapporterer om som negativt, er begrensninger i det sosiale livet: at det er restriksjoner på å være sammen og at de ikke får opplevd den ungdomstiden de hadde sett for seg og som de tenker at ungdommer har hatt før dem. Noen av ungdommene reflekterer også over at alle restriksjonene og begrensningene i sosialt samvær kan ha ført til mer ensomhet.

«Det som ikke er så bra med å være ungdom i dag er at koronapandemien har ført til en del begrensninger, som har påvirket ungdomstiden vår. Det har ikke vært så mye tid til det å bare være ung, uten å ta så mange forhåndsregler. Jeg tenker også at mange av de som har slitt før koronatiden, sliter enda mer nå, da man må være mye for seg selv.» (Elev, videregående, Larvik/Sandefjord)



«Om det ikke hadde vært pandemi hadde vi kunne levd litt mer, men til at det er korona synes jeg det er helt ok å være ung i dag, men håper dette er over snart. Har jo mistet alt av konfirmasjonsleir, polentur, og alle klasseturer.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

Noen av ungdommene beskriver det at de ikke har kunnet gi hverandre klemmer og at man må gå med munnbind som negativt. Noen svarer at det er trist å gå glipp av hele eller deler av russetiden. Det er også en del ungdommer som skriver om skolehverdagen i koronatiden. Noen rapporterer om et større press fra skolen under pandemien, og mangel på motivasjon. Det er også noen som opplever det som vanskelig at andre ungdommer ikke følger smittevernreglene.

«Det som er dritt; under koronapandemien har vi fått flere oppgaver og lærere snakker ikke sammen. Så alt sammen bare baller seg opp. Og da jeg, som sliter med korttidshukommelse, skal ha flere prøver på en dag, blir det veldig slitsomt. De krever mer av oss i koronatiden enn det de burde.» (Gutt, videregående, Grenland)

Det kommer i liten eller ingen grad fram bekymringer om egen helse. De som kommenterer noe rundt dette, skriver at de ikke er i faresonen for sykdom og heller ikke har jobb de kan miste, og derfor er heldige.

Noen kommenterer håndteringen av koronapandemien. Blant annet er det noen som mener at mange av tiltakene har gått hardt ut over ungdommene, men at de har blitt lite hørt:

«Nå som det er korona så er det ganske kjipt å være ungdom, fordi jeg føler at vi ikke blir sett og vi er de som mister det meste av livet vårt, men du hører sjeldent at vi klager. Med en gang noe skjer med voksne, som f.eks. stenging av Vinmonopolet, så er livet forferdelig. Jeg syntes at vi unge burde bli mer sett og hørt.» (Jente, ungdomsskolen, Grenland)

3. Helse og livskvalitet

Livskvalitet og livsmestring

Livskvalitet handler blant annet om hvordan den enkelte opplever livet sitt: hvor tilfreds man er med livet, i hvilken grad man kjenner på positive og negative følelser, og hvorvidt man opplever engasjement, tilhørighet, mestring og mening i det daglige. Dette kalles subjektiv livskvalitet (Nes et al., 2018).

Ungdata-undersøkelsen viser at ungdom i Vestfold og Telemark opplever at livskvaliteten deres generelt sett er høy. På en skala som måler tilfredshet med livet, der 0 er dårligst mulig liv og 10 er best mulig liv, plasserer 8 av 10 ungdommer seg fra seks og oppover på skalaen (figur 3.1). Figuren viser imidlertid at det er langt flere gutter enn jenter som er tilfredse med livet. Mens 87 % av guttene

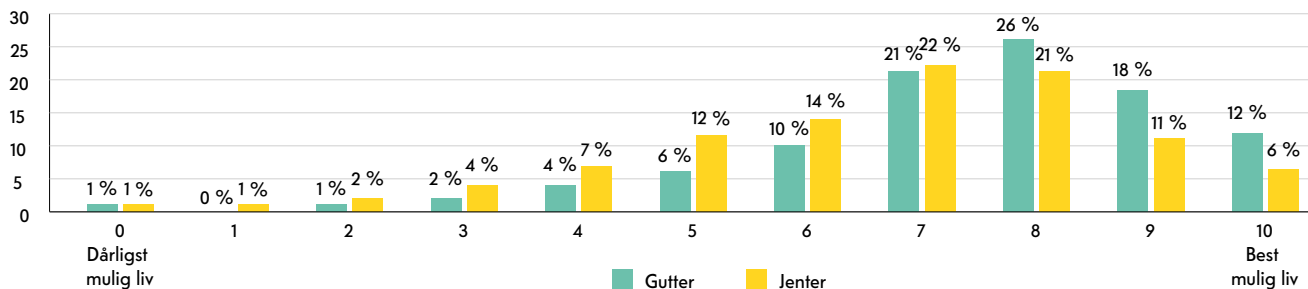
plasserer seg fra seks poeng og oppover, gjør 74 % av jentene det samme. Slike kjønnsforskjeller ser vi på mange områder i undersøkelsen.

Andre spørsmål viser også at ungdommene er fornøyde med livet de lever. 89 % er enige i utsagnet «Livet mitt er bra», 77 % opplever at de har alt de ønsker seg i livet og 75 % svarer at de liker seg selv slik de er. 93 % svarer at folk de er sammen med gir dem glede.

Ungdata-undersøkelsen kartlegger også mer følelsesmessige sider av livskvalitet, slik som energi og engasjement. Figur 3.2 viser at gutter kjenner på disse positive følelsene langt oftere enn jenter.

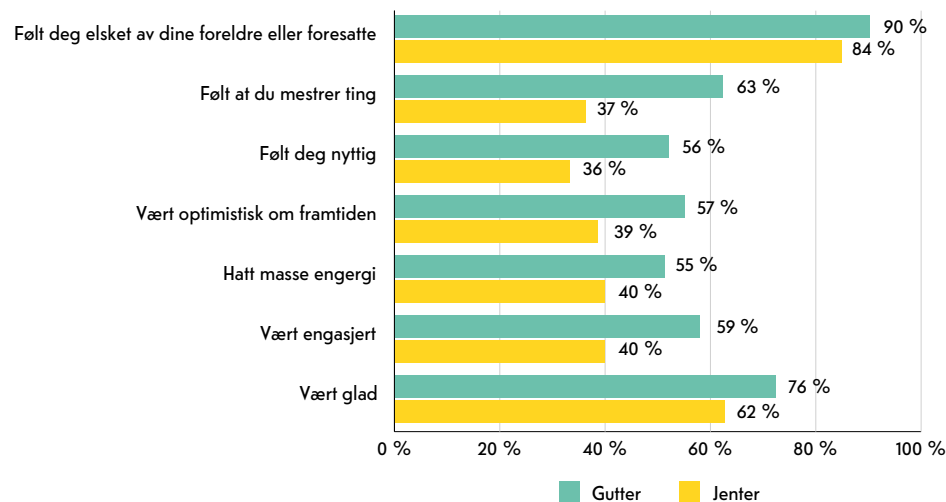
Figur 3.1. Tilfredshet med livet

Prosentandel gutter og jenter som plasserer tilfredsheten med livet på en skala fra 0 til 10 der 0 er dårligst mulig liv og 10 er best mulig liv. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 3.2. Hvordan har du det?

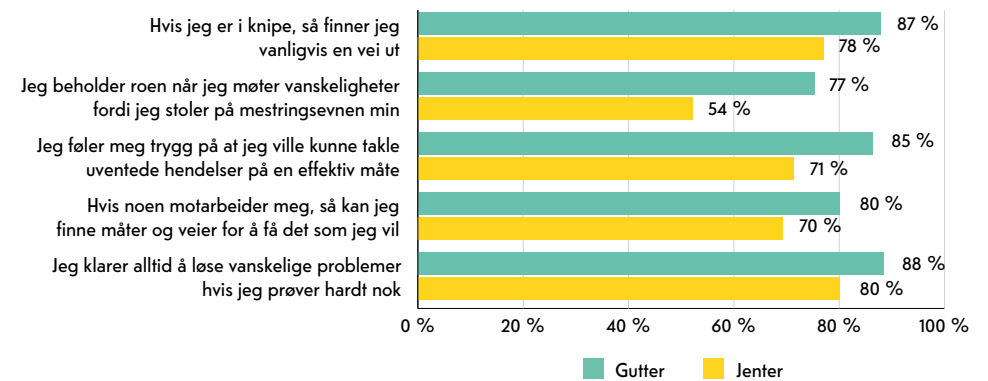
Prosentandel gutter og jenter som hele tiden eller ofte den siste uka har kjent på ulike følelser. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Livsmestring kom inn i læreplanen i skolen høsten 2020, og handler om å kunne forstå og påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv (Kunnskapsdepartementet, 2017). I Ungdata-undersøkelsen er det mange spørsmål som kartlegger faktorer som både kan fremme og hemme livsmestring.

Figur 3.3. Mestringstro

Prosentandel gutter og jenter som svarer at følgende utsagn er nokså riktige eller helt riktige. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 3.3 viser hvordan ungdommene opplever egen mestringstro – altså tro på at de kan mestre bestemte oppgaver eller situasjoner. Guttene viser høyere grad av mestringstro enn jentene. Forskjellene er størst når det gjelder troen på å beholde roen når man møter vanskeligheter. Det er generelt sett små forskjeller i livskvalitet og livsmestring etter alder og mellom ulike kommuner og skoler i Vestfold og Telemark. I kapittel 9 kan dere lese mer om hvilke faktorer som kan bidra til å styrke ungdommenes mestringstro.

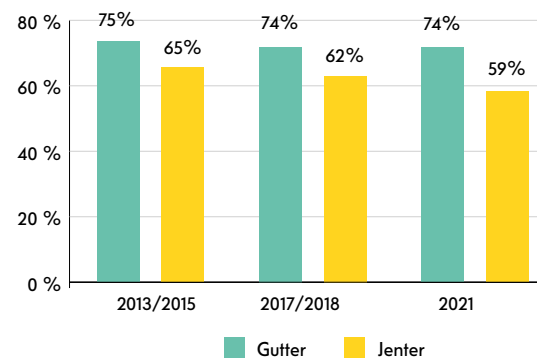
Fysisk og psykisk helse

Resultatene fra Ungdata-undersøkelsen viser at de aller fleste ungdommene i Vestfold og Telemark har god fysisk og psykisk helse. Til sammen svarer 2 av 3 at de er fornøyde med helsa si. Figur 3.4 viser at langt flere gutter enn jenter er fornøyde med helsa, og kjønnsforskjellene har økt over tid. Mens guttene er like fornøyde i 2021 som i de tidligere Ungdata-undersøkelsene, har andelen jenter som er fornøyde med helsa si gått ned fra 65 % i 2013/2015 til 59 % i 2021. Det er særlig jenter på 8. og 9. trinn som er mindre fornøyde med helsa si i 2021 sammenliknet med forrige Ungdata-undersøkelse.

Vi ser også kjønnsforskjeller når det gjelder ulike fysiske helseplager. Til sammen svarer 44 % av jentene og 17 % av guttene at de mange ganger eller daglig har vært plaget av hodepine den siste måneden. Nesten dobbelt så mange jenter (48 %) som gutter (25 %) svarer at de mange ganger eller daglig har hatt andre fysiske plager (for eksempel kvalme, vondt i magen, smerter i ledd, nakke eller muskler) den siste måneden. Spørsmålet om fysiske plager er nytt i 2021, men det er ingen forskjeller i hvordan gutter og jenter svarer på spørsmålet om hodepine når vi sammenlikner undersøkelsen i 2021 med forrige Ungdata-undersøkelse i 2017/2018.

Figur 3.4. Fornøyd med helsa si

Prosentandel gutter og jenter som er litt fornøyd eller svært fornøyd med helsa si. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1

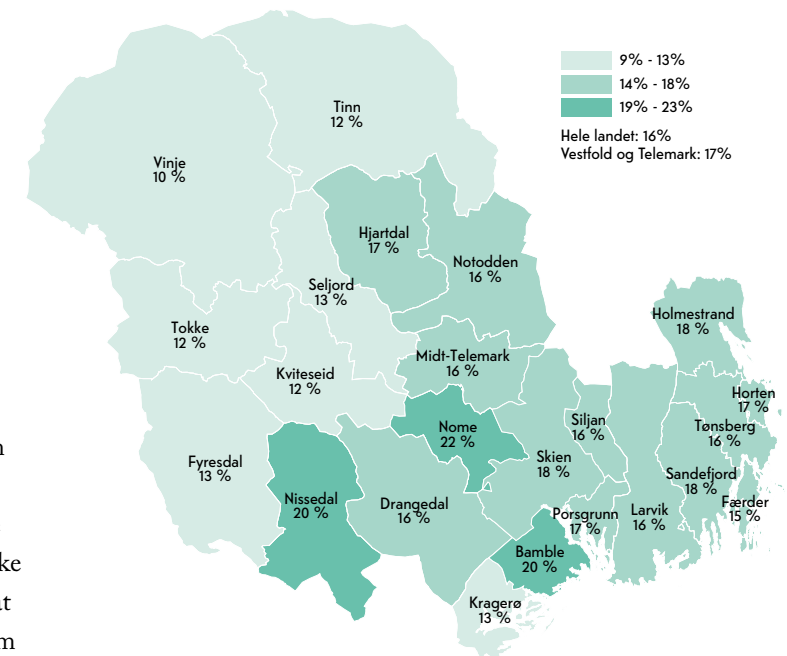


En del ungdommer bruker reseptfrie medikamenter, som Paracet eller Ibux. Til sammen svarer 24 % av jentene og 9 % av guttene fra 8. trinn-Vg3 at de har brukt reseptfrie medikamenter ukentlig eller oftere den siste måneden, like mange som i 2017/2018-undersøkelsen. Figur 3.5 viser at bruken av reseptfrie medikamenter varierer en del mellom kommunene.

Det har vært mye fokus på hvordan koronapandemien kan ha påvirket barn og unges psykiske helse, blant annet ved at det har vært mindre fysisk kontakt med andre, endringer i skolehverdagen og færre fritidsaktiviteter.

Figur 3.5. Medikamentbruk

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som har brukt reseptfrie medikamenter ukentlig eller oftere i 2021. Vestfold og Telemark. 8. trinn-Vg3



Til sammen svarer 30 % av ungdommene at de har bekymret seg mer enn før koronatiden, og at de har følt seg mer ulykkelige, triste eller deprimerede. Nesten dobbelt så mange jenter som gutter svarer dette, og andelen øker jo eldre ungdommene er.

I det åpne spørsmålet er det flere som skriver om hvordan pandemien har påvirket den psykiske helsen:

«Flere på min alder sliter psykisk, og spesielt etter pandemien.» (Jente, videregående, Grenland)

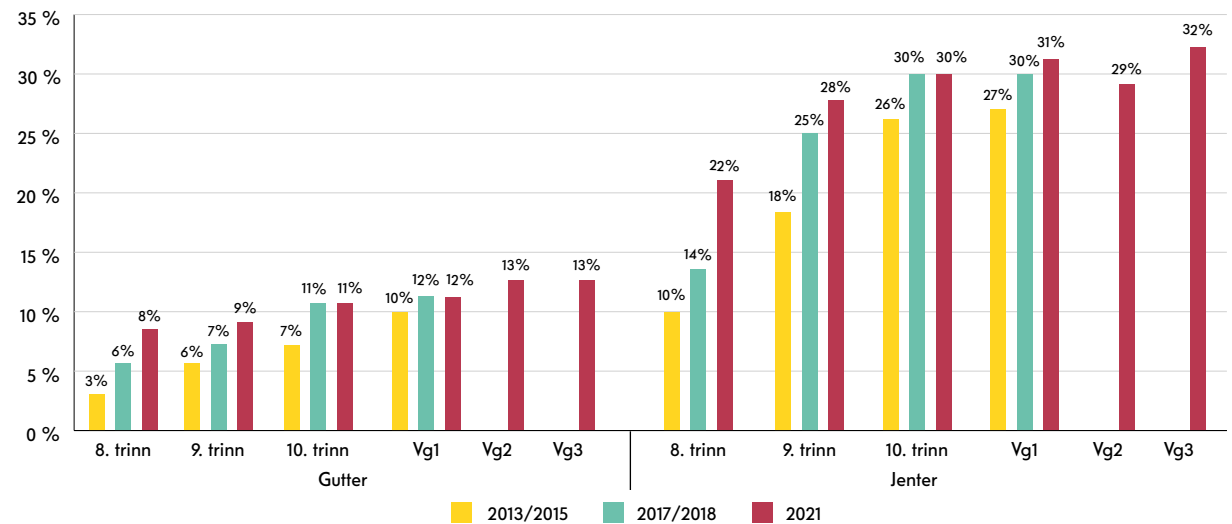
«Jeg syntes mye med å være ung i dag er ganske bra, men på grunn av korona så har det blitt mye innstramminger på kontakt med andre, og begrensede muligheter for fritidsaktiviteter og annet. Dette påvirker psykisk helse betydelig, og noe fysisk helse. Folk sitter mer inne fordi de ikke får lov til å komme ut. Dette begynner å bli utrolig irriterende, og vanskelig. Det er ikke så mye å glede seg over i hverdagen lenger.» (Gutt, videregående, Larvik/Sandefjord)

For å kartlegge andelen ungdommer som opplever at de har mange psykiske helseplager, har vi regnet ut andelen ungdommer som i snitt svarer at de har vært ganske mye eller veldig mye plaget av seks psykiske helseplager den siste uka før undersøkelsen:

- Følt at alt er et slit
- Hatt søvnproblemer
- Følt seg ulykkelig, trist eller deprimer
- Følt håpløshet med tanke på framtida
- Følt seg stiv eller anspent
- Bekymret seg for mye om ting

Figur 3.6. Psykiske plager

Prosentandel gutter og jenter som har hatt mange psykiske plager sist uke. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3.



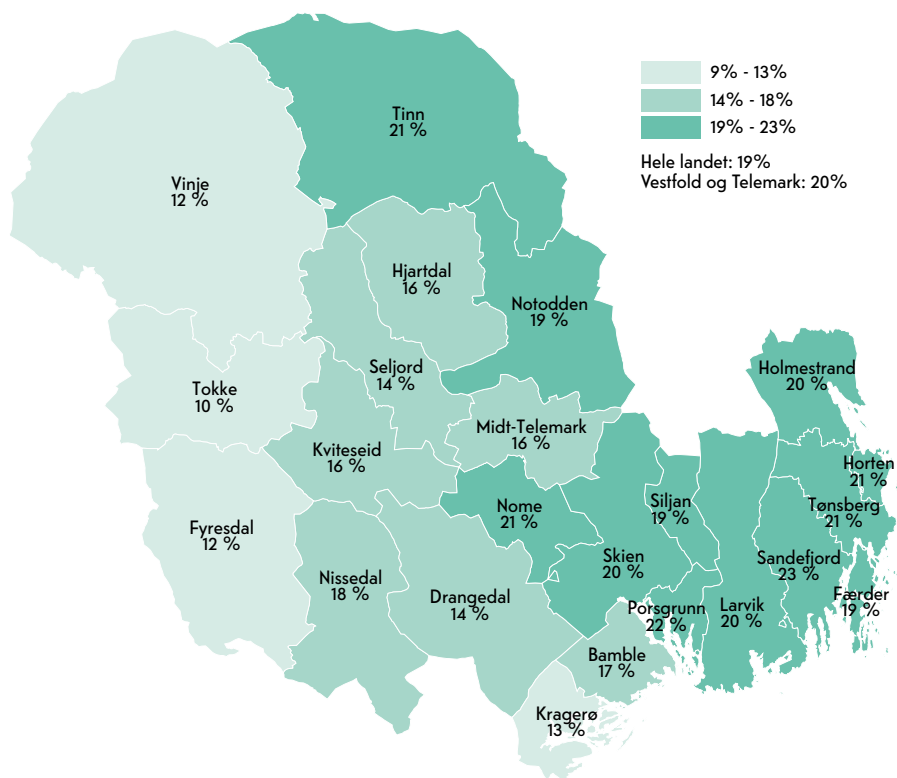
Figur 3.6 viser andelen jenter og gutter på ulike klassetrinn som har mange psykiske plager i Ungdata-undersøkelsene i fylket i 2013/2015, 2017/2018 og 2021. Andelen som er mye plaget øker i løpet av ungdomsskolen for begge kjønn, før det flater ut på videregående. Langt flere jenter enn gutter opplever at de har mange psykiske helseplager. Når vi sammenlikner hvordan ungdommene har svart på omfanget av psykiske plager i Ungdata-undersøkelsene i Vestfold og Telemark over tid, ser vi at det særlig er en

økning blant jenter på 8. trinn. På de andre klassetrinnene har økningen vært mindre fra 2017/2018 til 2021 enn den var fra første til andre Ungdata-undersøkelse. Dette kan tyde på at de aller fleste har klart seg bra gjennom pandemien.

Figur 3.7 viser at andelen som opplever mange psykiske plager varierer en del mellom kommunene i Vestfold og Telemark, fra 10 % i Tokke til 23 % i Sandefjord.

Figur 3.7. Psykiske plager

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som har hatt mange psykiske plager sist uke. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Press i hverdagen

Mange ungdommer er opptatt av dette med press i hverdagen.

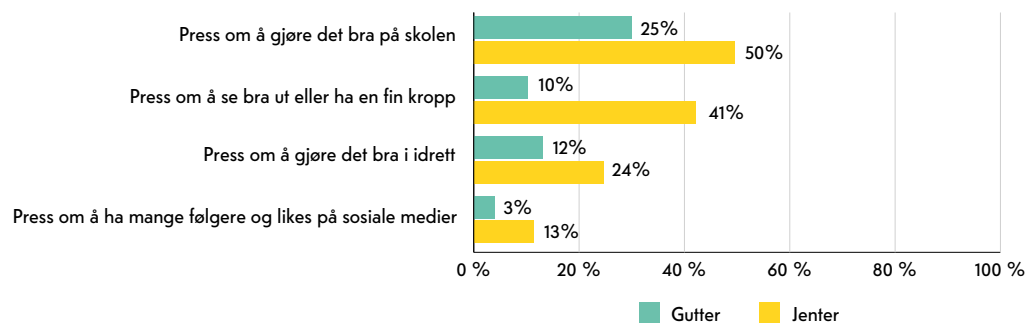
«Det som er negativt med å være ung i dag er at det er veldig mye press om å passe inn i normen. Jeg føler ofte jeg ikke får uttrykt meg slik jeg vil, fordi jeg er redd for å bli dømt. Jeg syns også det er vanskelig å være ung pga. jeg opplever mye press på skolen, press om å se bra ut, press om å bli godt likt og være populær og særlig press på å få likes på sosiale medier.» (Jente, videregående, Tønsberg/Færder)

På spørsmål om ungdommene opplever ulike typer press i hverdagen sin, viser figur 3.8 at det vanligste er å oppleve press om å gjøre det bra på skolen, etterfulgt av press om å se bra ut eller ha en fin kropp. Jentene opplever langt mer press enn guttene, særlig når det gjelder press om å se bra ut eller ha en fin kropp.

Når vi sammenlikner resultatene fra 2021 med Ungdata-undersøkelsen i 2017/2018 har andelen som opplever press om å gjøre det bra på skolen eller å se bra ut økt litt, mens andelen som opplever press om å gjøre det bra i idrett har gått litt ned. At presset i idretten har gått ned kan skyldes mindre aktivitet i forbindelse med pandemien.

Figur 3.8. Press i hverdagen

Andel som opplever mye eller svært mye press i hverdagen sin. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3.



I undersøkelsen er det spørsmål om ungdommene har opplevd så mye press den siste uka at de har hatt problemer med å takle det. Til sammen svarer 8 % av guttene og 25 % av jentene at de ganske ofte eller svært ofte har opplevd dette.

Hva skriver ungdommene om press?

I svarene på det åpne spørsmålet blir ordet press nevnt ca. 500 ganger, og er det temaet som går mest igjen. Ungdommene beskriver både et generelt press, og mer konkret skriver mange om press knyttet til skole, kropp, utseende og sosiale medier. De nevner også andre typer press, bl.a. knyttet til korona, økonomi og klimaendringene. Noen få skriver også om press om å ruse seg, press om å dele nakenbilder og press om andre seksuelle handlinger. I tillegg er det noen som skriver om press knyttet til det å vise at man er del av en stor vennegjeng. Vi ser at det er få som skriver om press knyttet til idrettsprestasjoner eller andre aktiviteter utenom skole, noe som kan skyldes redusert aktivitet i forbindelse med koronapandemien.

Mange ungdommer skriver mye om frihet og valgmuligheter, mest som noe som er positivt med å være ung i dag. Men det er også en del ungdommer som reflekterer over at de valgmulighetene og den friheten de har skaper et stress om å velge det rette:

«Vi unge har mange muligheter. Dette synes jeg er positivt. Vi kan bli hva vi vil, ikke sant? Men dette er også utrolig skremmende. Så mye tid går til å bekymre seg for valg en har tatt, skal ta og kommer til å måtte ta. Jeg gleder meg til fremtiden, men kunne ønske jeg kunne hoppe til den. Jeg har den forestilt, men er redd den ikke blir som jeg ønsker, eller at jeg ikke kommer meg dit jeg ønsker. Er kjæresten riktig, er skolen riktig, er valgfagene riktig?» (Jente, videregående, Tønsberg/Færder)

En del ungdommer beskriver ulike sider ved skolestress. Noen få nevner at skole er vanskeligere under koronapandemien. Det flere skriver om, er stress knyttet til at skolen legger grunnlaget for hva man kan gjøre videre i livet og at man er avhengig av å gjøre det bra på skolen for å få et bra liv etterpå.

«Det er blitt veldig mye press på elever på skolen, man skal ha ganske høye karakterer for å komme inn på det man vil.» (Jente, videregående, Grenland)

Det er også en god del ungdommer som mener det er for mange vurderinger, for mange prøver og at de bruker for mye tid på lekser. Noen nevner også på at det hadde vært bedre med lengre skoledag og leksefri skole.

«Jeg synes vi blir vurdert i for mye på skolen, det er enten innlevering eller prøve omtrent hver uke. Alltid noe å tenke på som man må gjøre det bra på. Jeg synes ikke vi trenger all den vurderingen.» (Gutt, ungdomsskolen, Grenland)

Når det kommer til press knyttet til utseendet, så er det mye press knyttet opp mot ulike skjønnhetsidealer, og mange beskriver også at det er viktig å se bra ut for å få venner.

«Det dårlige må nok være ekstremt stort kroppspress. Hvis du ikke har tynne legger, fine lår, stor rumpe, tynn flat mage, store pupper og er pen så er du ikke bra nok.» (Jente, ungdomsskolen, Tønsberg/Færder)

«Mye press på kropp, ansikt og slike ting, spesielt blant gutter.» (Gutt, videregående, Tønsberg/Færder)

«Det er dumt at du må ha på deg merkeklær og ha fine ting hvis du ikke skal bli plaget, at det er en standard å ha fine og dyre ting.» (Gutt, ungdomsskolen, Horten/Holmestrand)

Indirekte sier ungdommene mye om hvem som påfører press og stress, når de forteller om hva slags press og stress de føler på. Men noen skriver også mer direkte hvem de mener er skyld i presset. Mange av ungdommene skriver at det er ungdom selv som påfører presset, og en del knytter kroppspress til sosiale medier.

«Det jeg ikke synes er bra med å være ung i dag, er at det er veldig mye press fra sosiale medier om hvordan man skal se ut og om hvordan man skal være som en person.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

Når det gjelder andre typer press, som det å prestere på skolen f.eks., er det i større grad foreldre og lærerne som trekkes fram som drivere av presset.

«Det jeg ikke liker er at ungdommer er så stressa i det siste pga. skole og press, foreldre forventer mye mer av barna sine, og det er for mye skolearbeid.» (Jente, ungdomsskolen, Grenland)

I tillegg er det en del ungdommer som skriver at presset de opplever kommer fra flere hold.

«Det forventes mye, og jeg føler at de voksne har liten forståelse. Jeg må i hvert fall være med på alt av familiemøter og middager med familievenner hver uke, i tillegg til å ha jobb, kjæreste, trening og skole (går realfag siste året på vg3). Jeg føler at jeg ikke har nok tid til å gjøre alt og blir sett på som egoistisk dersom jeg ønsker å sette av tid til å øve på prøver. Jeg føler ofte at ingenting jeg gjør er bra nok.» (Jente, videregående, Tønsberg/Færder)

Sosial ulikhet i helse

Forholdene barn og unge vokser opp under påvirker helsa og trivselen deres. Unge med få ressurser hjemme har for eksempel oftere psykiske og fysiske helseplager enn unge fra familier med flere ressurser. Disse ulikhetene i helse følger en sosial gradient eller trappetrinnmønster: jo høyere sosioøkonomisk status jo bedre helse og trivsel (Bekken et al., 2018).

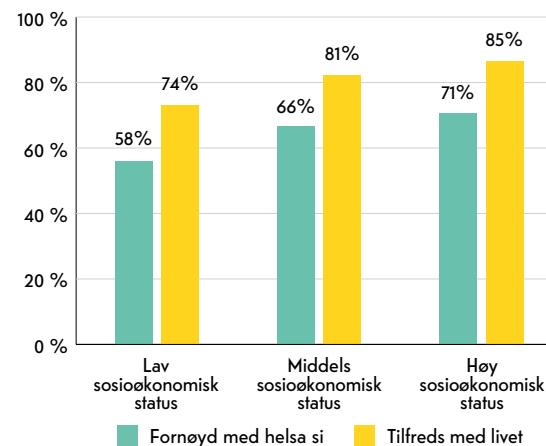
I Ungdata-undersøkelsen får ungdommene flere spørsmål om ulike ressurser i hjemmet og familien: om de har eget soverom, hvorvidt foreldrene har høyere utdanning, antall bøker, biler og datamaskiner/nettbrett i familien og hvor mange ganger familien var på ferie i fjor.

Ved hjelp av svarene på disse spørsmålene plasseres ungdommene i tre grupper: lav sosioøkonomisk status, middels sosioøkonomisk status og høy sosioøkonomisk status. Dette målet for sosioøkonomisk status er utviklet av NOVA, som bruker det i flere av sine rapporter (Bakken et al., 2016).

Ungdata-undersøkelsen i Vestfold og Telemark 2021 viser tydelige sosiale forskjeller i helse og livskvalitet blant ungdom. Figur 3.9 viser at ungdommer fra familier med høy sosioøkonomisk status er mer fornøyde med helsa si enn ungdommer med lav sosioøkonomisk status. De er

Figur 3.9. Sosial ulikhet i helse

Prosentandel som er fornøyd med helsa eller tilfreds med livet sitt (svarer seks eller mer på en skala fra 0-10) etter sosioøkonomisk status. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3

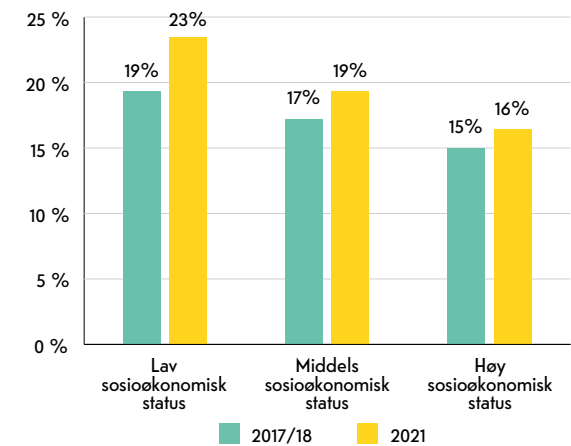


også mer tilfredse med livet. Den sosiale gradienten eller trappetrinnmønsteret er tydelig: jo høyere sosioøkonomisk status, jo mer fornøyd med helsa si eller jo mer tilfreds med livet er ungdommene.

Figur 3.10 viser at det også er sosiale forskjeller i psykisk helse blant ungdom i Vestfold og Telemark. Sammenlikner vi undersøkelsen i 2021 med Ungdata-undersøkelsen i 2017/2018 ser vi at de sosiale forskjellene i psykisk helse har økt. Mens forskjellen mellom de med høyest og lavest

Figur 3.10. Sosial ulikhet i psykisk helse

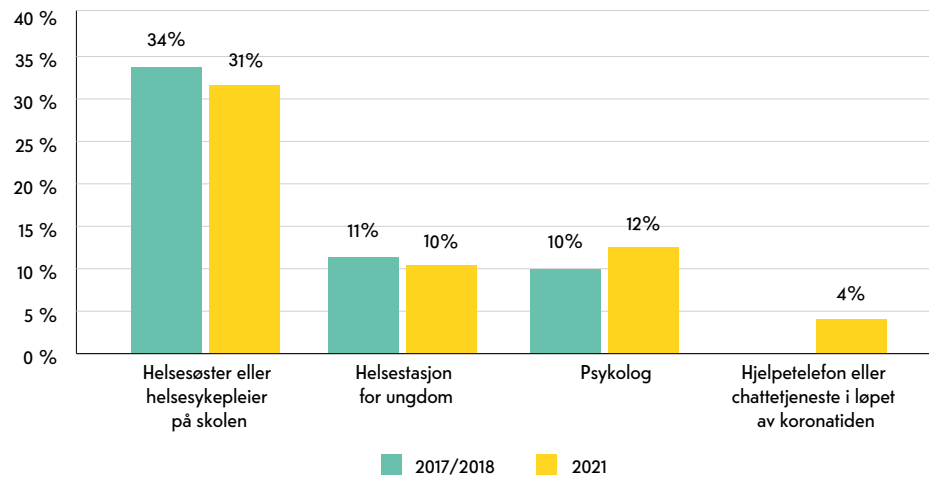
Prosentandel som har hatt mange psykiske helseplager den siste uka etter sosioøkonomisk status. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



sosioøkonomisk status var på 4 prosentpoeng i 2017/2018, har denne forskjellen økt til 7 prosentpoeng i 2021. På andre områder ser vi ingen tegn til økt sosial ulikhet i helse, for eksempel når det gjelder å være fornøyd med helsa si. Spørsmålene om livskvalitet er nye i årets undersøkelse, og vi kan derfor ikke si noe om utvikling over tid.

Figur 3.11. Bruk av helsetjenester

Prosentandel som har brukt ulike helsetjenester det siste året. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



Bruk av helsetjenester

De aller fleste, 94 %, svarer at de har minst én person de kan snakke med hvis de har det veldig vanskelig. Mange bruker også ulike helsetjenester. Figur 3.11 viser at bruken av ulike helsetjenester har endret seg noe siden sist Ungdata-undersøkelse. Bruken av helsesøster eller helsesykepleier har gått en del ned, muligens fordi denne tjenesten ikke har vært like tilgjengelig i koronatiden.

Bruken av helsestasjon for ungdom har vært relativt stabil, mens andelen som har brukt psykolog har økt med to prosentpoeng. Det er også en del som har vært i kontakt med hjelpetelefon eller chattetjeneste i løpet av koronatiden. Jenter bruker disse tjenestene i mye større grad enn gutter.

I det åpne spørsmålet er det mange ungdommer som trekker fram at det er god og tilgjengelig helsehjelp.

«Jeg syntes det å være ung i dag er bra, fordi det er mange å snakke med på skolen som kan hjelpe deg med problemer.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

«Jeg synes det som er bra med å være ung kan være at det er mange voksne som passer på. Om man har det vanskelig er det alltid et nødnummer, eller noen å snakke med.» (Jente, ungdomsskolen, Grenland)

«Jeg synes det er bra at det er mange helsetjenester tilgjengelige for de som trenger det.» (Jente, videregående, Larvik/Sandefjord)



Foto: Paal-André Schwital

4. Familie og venner

Forhold til foreldrene

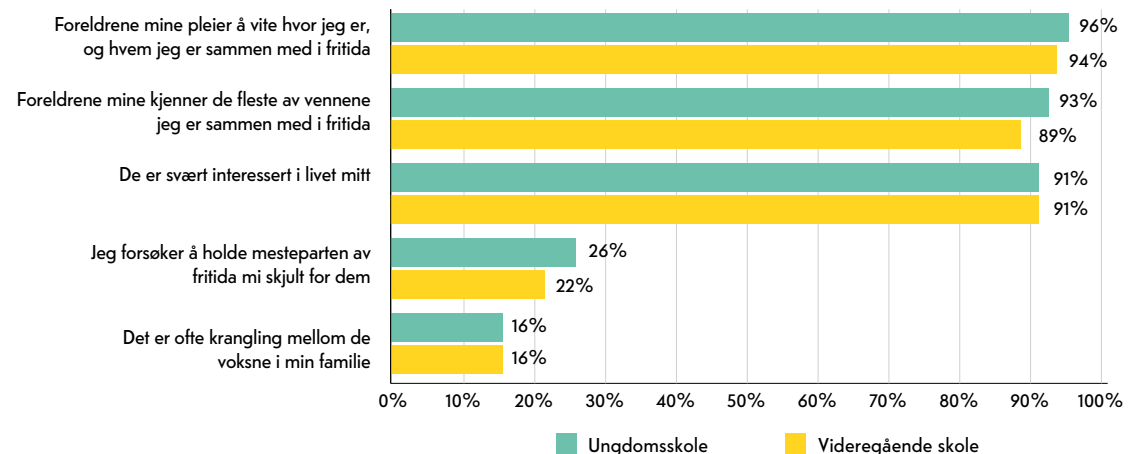
Under koronapandemien har det vært mange oppfordringer og regler om å begrense fysisk kontakt, og først og fremst holde seg sammen med de man bor med. Mange ungdommer har derfor tilbrakt mye mer tid hjemme. Hvordan har dette påvirket forhold til foreldre og familie?

I Ungdata-undersøkelsen i 2021 svarer til sammen 62 % av ungdommene at de ofte eller nesten alltid er sammen med foreldrene sine i hverdagen. Mens 34 % svarer at de har gjort flere hyggelige ting sammen med familien sin enn før koronatiden, svarer bare 11 % at det har vært mer krangling i familien sin enn før pandemien. Faktisk er det flere som svarer at de er fornøyde med foreldrene sine i undersøkelsen i 2021 (85 %) enn i undersøkelsen i 2017/2018 (81 %).

Figur 4.1 viser at ungdommene opplever at foreldrene har god oversikt over hvor de er og hvem de er sammen med, og at de kjenner vennene deres. Samtidig svarer 26 % av ungdomsskoleelevene og 22 % av elevene på videregående skole at de forsøker å holde mesteparten av fritiden skjult for foreldrene sine. Blant ungdomsskoleelever har det blitt vanligere å forsøke å holde fritiden sin skjult for foreldrene. I 2017/2018 svarte 22 % at de forsøkte å gjøre dette, 4 prosentpoeng færre enn i år.

Figur 4.1. Forhold til foreldrene

Prosentandel som svarer at utsagnet passer svært godt eller ganske godt. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



I svarene på det åpne spørsmålet skriver noen av ungdommene at de ikke opplever at de får den tilliten de fortjener fra foreldrene, og at foreldrene ikke forstår dem.

«Det er en helt annen generasjon vi ungdommer i dag lever i, enn det foreldrene våre gjorde når de var ungdom. Det gjør at de voksne ikke har en forståelse på hvordan vi ungdom har det, og ikke skjønner presset dagens ungdom har.» (Gutt, videregående, Larvik/Sandefjord)

«Jeg syns at det ikke er bra å være ung i dag, fordi foreldre har myndighet over deg til du blir 18 og i hvert fall mine foreldre hører ikke godt nok etter eller er dårlige på å endre på ting, selv om jeg har rett til å bli hørt.» (Gutt, videregående, Tønsberg/Færder)

Samtidig er det en del ungdommer som trekker fram at de blir tatt på alvor av de voksne, og at det er en positiv ting ved det å være ung.

«Jeg synes det er bra at yngre har påvirket de voksne, og at det er voksne som hører på det vi har å si.» (Jente, ungdomsskolen, Grenland)

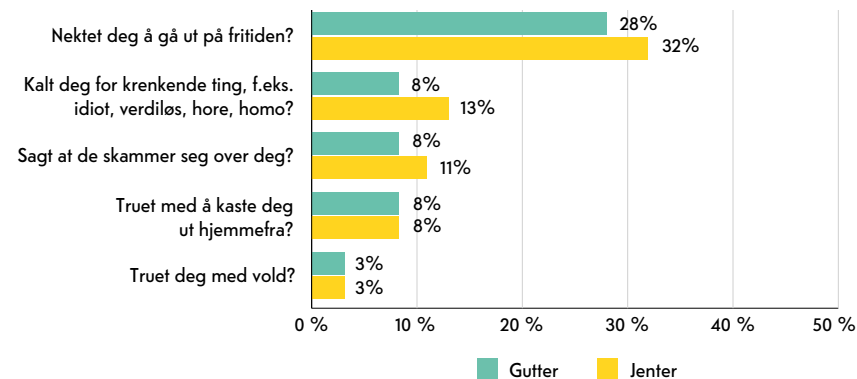
«Det som er bra med å være ung i dag er at vi blir tatt veldig hensyn til, jeg blir i hvert fall det i mitt liv.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

Reaksjoner fra foreldre og vold i familien

I årets Ungdata-undersøkelse er det noen nye spørsmål om man har opplevd ulike reaksjoner fra foreldrene sine. Disse spørsmålene har kun gått til elever på videregående skoler. Figur 4.2 viser at den vanligste reaksjonen er at foreldrene har nektet ungdommene å gå ut på fritiden. 32 % av jentene og 28 % av guttene har opplevd dette. Dette tallet kan imidlertid være unormalt høyt på grunn av koronapandemien. En del har også opplevd å ha blitt kalt ulike krenkende ting av foreldrene, opplevd at foreldrene har skammet seg over de eller blitt truet med å bli kastet ut hjemmefra.

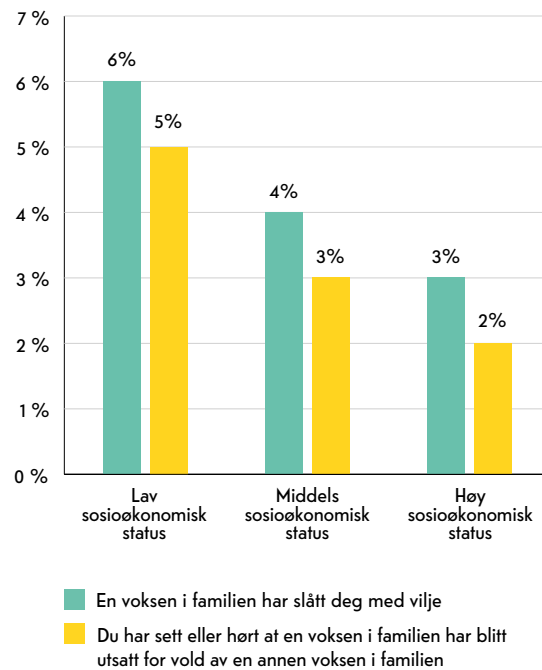
Figur 4.2. Reaksjoner hjemme

Prosentandel gutter og jenter som har opplevd at foreldre/foresatte har gjort følgende minst én gang det siste året.... Vestfold og Telemark 2021. Vg1-Vg3



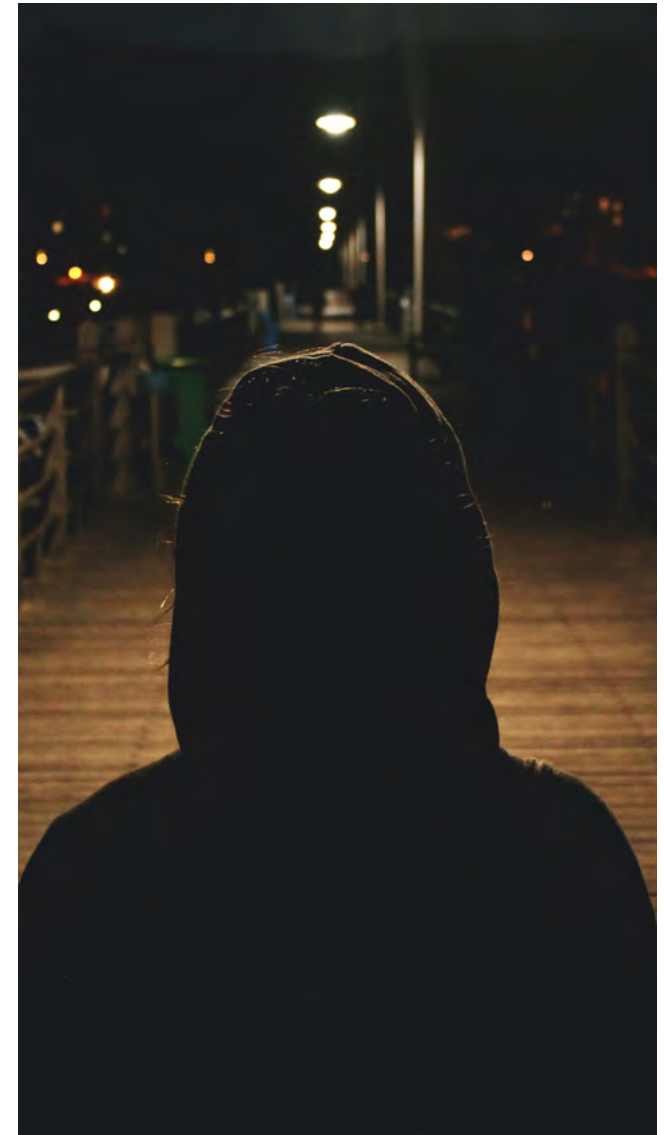
Figur 4.3. Vold i familien

Prosentandel som har opplevd vold i familien minst én gang det siste året etter sosioøkonomisk status. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Årets undersøkelse inneholder også to nye spørsmål om vold i familien: om ungdommene i løpet av det siste året har opplevd å bli slått med vilje av en voksen i familien, og hvorvidt de har vært vitne til at voksne i familien har blitt utsatt for vold av andre i familien. Til sammen svarer 4 % av ungdommene i Vestfold og Telemark at de har blitt slått av en annen voksen med vilje, mens 3 % har vært vitne til vold i familien. Andelen som har opplevd vold i familien i Vestfold og Telemark er likt som i landet som helhet.

Det er litt flere jenter enn gutter, og litt flere elever på ungdomsskolen enn videregående skole som har opplevd vold i familien. De største forskjellene finner vi imidlertid mellom ulike sosioøkonomiske grupper (figur 4.3). Mens 6 % av ungdom med lavest sosioøkonomisk status har opplevd at en voksen i familien har slått de med vilje minst én gang det siste året, har halvparten så mange, 3 % av ungdom som vokser opp i familier med høy sosioøkonomisk status opplevd dette. Det samme mønsteret ser vi når det gjelder å være vitne til vold i familien.

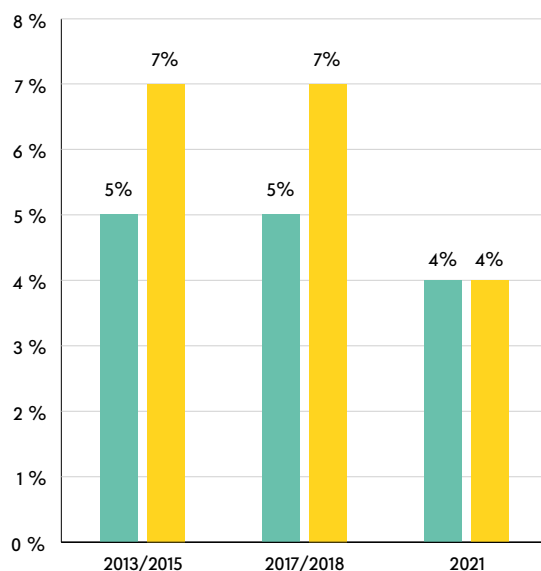


Familieøkonomi

Familiens ressurser påvirker barn og unges oppvekstvilkår. Som vi så i kapittelet om sosial ulikhet i helse har ungdommenes sosioøkonomiske bakgrunn en god del å si for hva slags liv de lever og hvordan de har det. I Ungdata-undersøkelsen er det også spørsmål om familieøkonomi.

Figur 4.4. Familieøkonomi

Prosentandel gutter og jenter som svarer at familien stort sett eller hele tiden har hatt dårlig råd de to siste årene. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



Til sammen svarer 4 % av ungdommene at familien har hatt dårlig råd de siste to årene. Figur 4.4 viser at det er færre, særlig jenter, som opplever at familien har dårlig råd i årets undersøkelse, sammenliknet med tidligere Ungdata-undersøkelser.

I det åpne spørsmålet er det også en del ungdommer som tar opp dette med økonomi:

«Det er så mye press om å ha penger, det er nesten ingen plass for arbeiderklasse.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

«Det som er kjipt med å være ungdom er penger. Svært mange har lite penger og må tenke mye på pengebruk.» (Gutt, videregående, Larvik/Sandefjord)

Men noen viser også til fordelene med å bo i et rikt land, og at økonomien for den enkelte stort sett er bedre enn den var tidligere:

«Jeg syns det å være ung i dag er bra fordi vi har mer ressurser enn det foreldrene våre hadde når de var på vår alder.» (Jente, videregående, Midt-Telemark)

Forhold til venner

Vennskap kan være en kilde til sosial og følelsesmessig støtte, og gode vennskap kan beskytte mot mobbing og ekskludering (Folkehelseinstituttet, 2021a). Venner betyr mye i ungdomstiden, men restriksjoner i forbindelse med koronapandemien har påvirket ungdommene også på dette området. Til sammen svarer 1 av 5 ungdommer i Vestfold og Telemark at de har hatt færre venner å snakke med når man sammenlikner det siste året med tiden før korona. 4 av 10 svarer at de har hatt mindre sosial kontakt med elevene i klassen enn før koronatiden.

Kvaliteten på vennskapet betyr kanskje mer enn antallet venner. Selv om mange har hatt færre venner å snakke med gjennom pandemien, svarer fortsatt 9 av 10 at de har minst én venn de kan stole på og betro seg til om alt mulig. Dette tallet er likt for jenter og gutter, og har vært relativt stabilt helt siden den første Ungdata-undersøkelsen i Vestfold og Telemark. I 2021 er det imidlertid litt færre elever på ungdomsskolen som svarer at de har en fortrolig venn (88 %), enn i undersøkelsen i 2017/2018 (90 %). De aller fleste svarer at de har noen å være sammen med i friminuttet (97 %) og på fritida (93 %).

«En ting som er bra med å være ungdom i dag er det at det er lett å få venner og føle seg inkludert.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

Til tross for koronapandemien er det mange som svarer at de bruker mye tid på å være fysisk sammen med vennene sine, enten hjemme hos hverandre eller ute. Figur 4.5 viser at andelen som er ute sammen med venner om kvelden har økt siden forrige undersøkelse. Den langsiktige trenden vi har sett med at det er stadig mindre vanlig å være ute med venner om kvelden kan dermed ha stoppet opp, men det kan også skyldes at det å møte hverandre ute

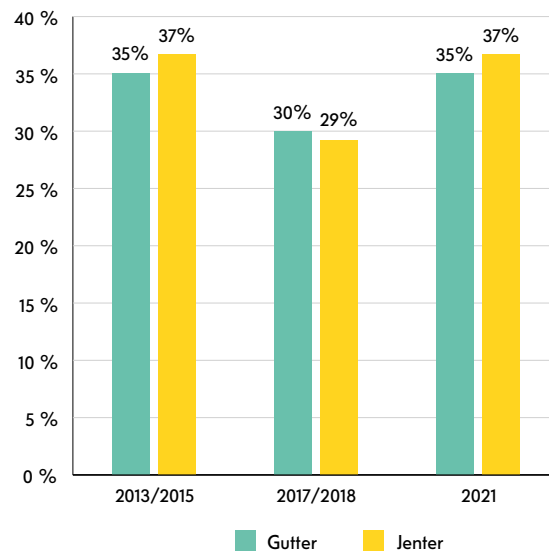
var en av anbefalingene under pandemien for å begrense koronasmitte.

Som vi skal se i kapittel 6 bruker ungdommene stadig mer tid på nett. På spørsmål om hvordan man vanligvis har kontakt med vennene sine viser figur 4.6 at det er vanligst å ha kontakt via sosiale medier eller meldinger/SMS. En høy andel av guttene har kontakt med venner gjennom gaming.

«Jeg syntes det er bra å være ungdom i dag fordi man kan snakke sammen gjennom gaming og nettet. Veldig mange spiller for tiden. Alle vennene mine gjør det, så jeg har alltid hatt noen å snakke med.»
(Gutt, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

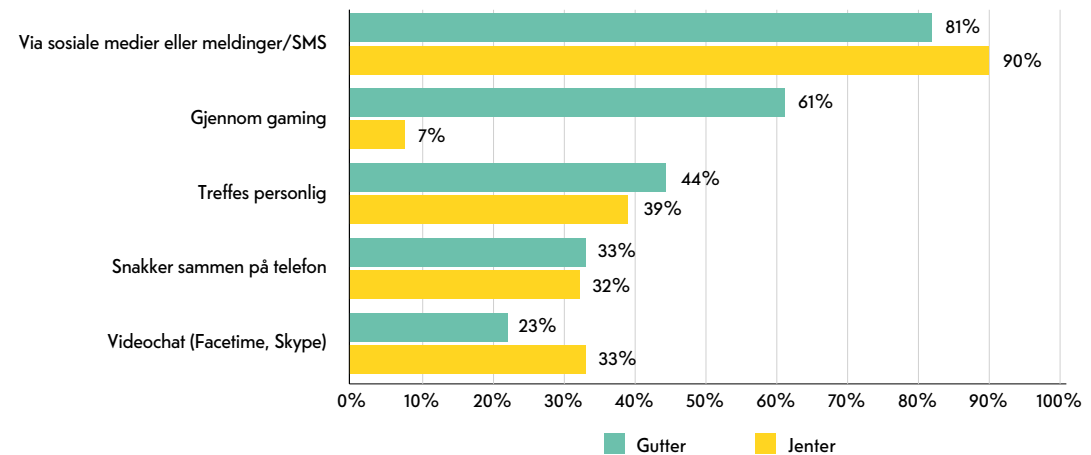
Figur 4.5. Ute med venner

Prosentandel gutter og jenter som har vært ute med venner størstedelen av kvelden minst to ganger siste uke. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



Figur 4.6. Kontakt med venner

Hvordan har du vanligvis kontakt med vennene dine utenom skoletiden? Prosentandel som minst tre ganger i uka... Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



«Det å være ung i dag er ok. Føler at det var bedre før i tiden, når det ikke var like moderne mobiler, nå trenger man ikke å møte hverandre for å snakke, som gjør at det er mye enklere å føle seg ensom. Virker som at det var gøyere før i tiden når man måtte møtes for å snakke eller ringe hverandre.» (Jente, ungdomsskolen, Tønsberg/Færder)

Ungdommene har også blitt spurt om hvordan ulike ting gir status i vennemiljøet. Figur 4.7 viser at det å være til å stole på er det som gir mest status, etterfulgt av det på ha et bra utseende og å være flink i idrett. Figuren viser også at alle områdene vi har spurt om, slik som å være til å stole på, ha et bra utseende osv., er mindre viktige for å gi status i vennemiljøet i 2021 enn de var i forrige Ungdata-undersøkelse. Unntaket er det å røyke hasj – flere svarer at dette gir status i vennemiljøet i 2021 enn i 2017/2018. Les mer om hasjbruk i kapittel 8.

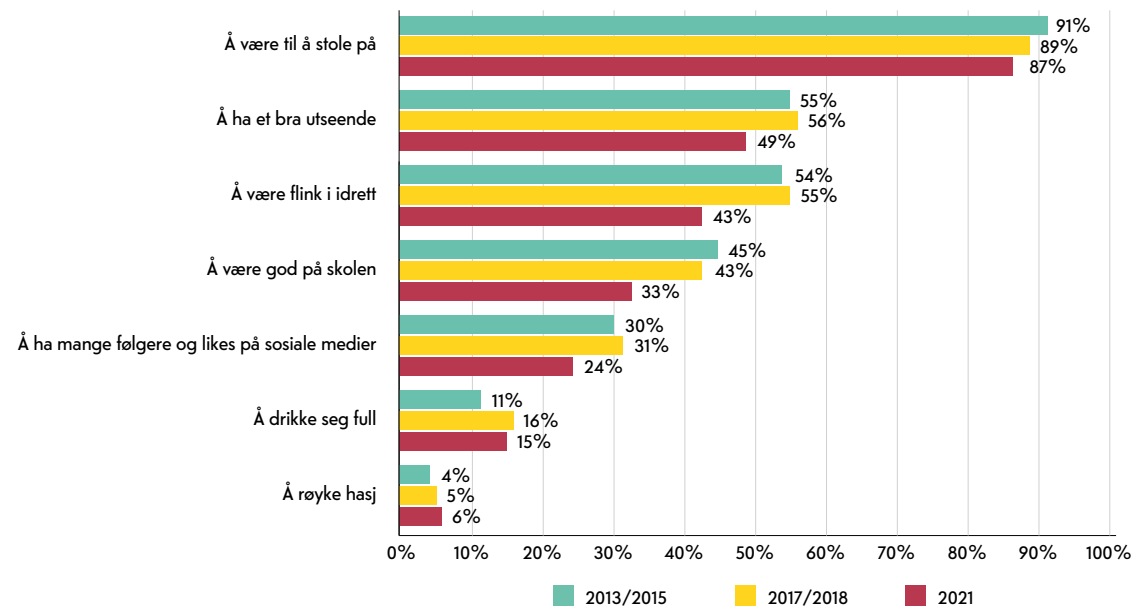
Ensomhet

3 av 10 ungdommer svarer at de har vært mer ensomme under koronatiden enn tidligere. I det åpne spørsmålet skriver en jente:

«Jeg har begynt på ungdomsskolen i koronatiden og har følt meg veldig ensom og hatt vanskeligheter med å ta sosialt initiativ.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

Figur 4.7. Status i vennemiljøet

Hva er viktig for å få status i ditt vennemiljø? Prosentandel som svarer at ulike ting øker statusen litt eller mye. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



På spørsmål om hvor plaget av ensomhet de har vært den siste uka før de deltok i undersøkelsen, viser undersøkelsen imidlertid at flertallet ikke er særlig plaget av ensomhet. 3 av 4 svarer at de enten ikke har vært plaget av ensomhet i det hele tatt, eller at de har vært lite plaget.

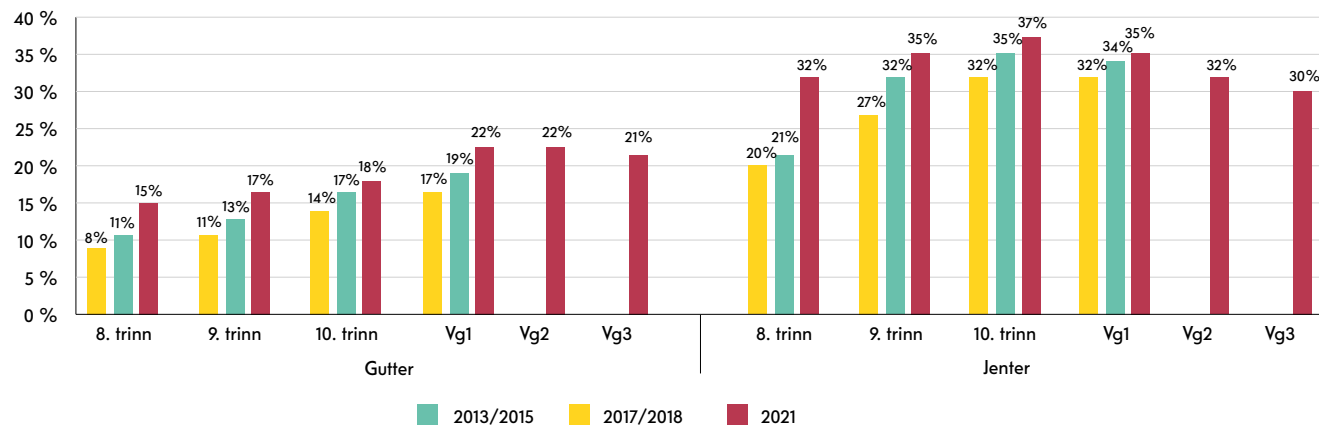
Figur 4.8 viser andelen som har vært ganske mye plaget eller veldig mye plaget av ensomhet den siste uka i de tre Ungdata-undersøkelsene fordelt på klassetrinn. Omfanget av ensomhet øker gjennom ungdomsskolen før det går noe ned i løpet av videregående. Ensomhetstallene har økt gjennom alle Ungdata-undersøkelsene, men økningen fra 2017/2018 til 2021 var ikke så mye større enn økningen fra

2013/2015 til 2017/2018. Unntaket er blant ungdommer på 8. trinn, der ensomhetstallene er langt høyere i 2021 enn i de tidligere undersøkelsene. Det er langt flere jenter enn gutter som opplever å være plaget av ensomhet.

Figur 4.9 viser at omfanget av ensomhet varierer en del mellom kommunene, fra 17 % i Kviteseid til 30 % i Horten og Sandefjord. Det er særlig mange ungdommer som opplever ensomhet i de store bykommunene, og i tidligere Vestfold.

Figur 4.8. Ensomhet

Prosentandel gutter og jenter som har vært ganske mye plaget eller veldig mye plaget av ensomhet den siste uka. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 4.9. Ensomhet

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som har vært ganske mye plaget eller veldig mye plaget av ensomhet den siste uka. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3

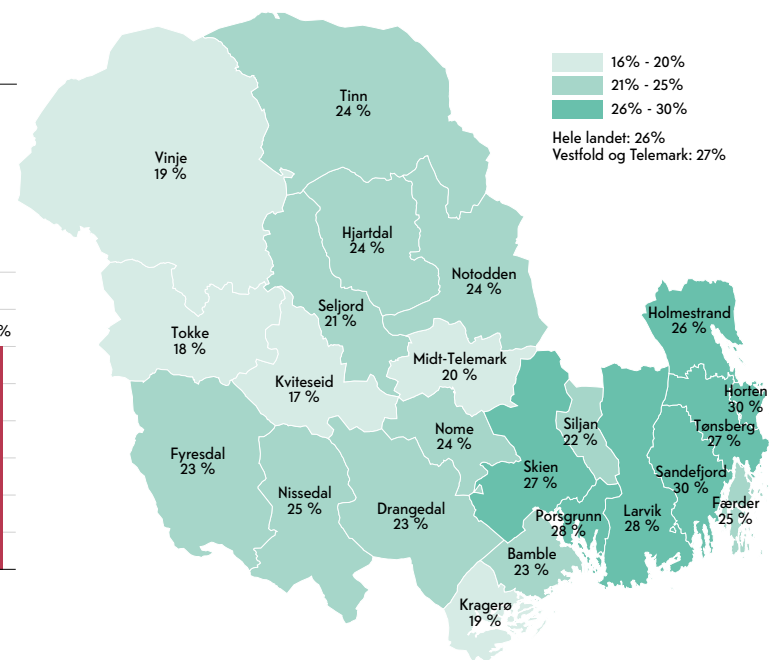




Foto: iStock

Mobbing og trakassering

I Ungdata-undersøkelsen får ikke ungdommene direkte spørsmål om mobbing, men om de har vært utsatt for eller utsetter andre for plaging, trusler og utfrysing fra andre unge på skolen eller i fritiden. Figur 4.10 viser andelen som blir utsatt for dette hver 14. dag eller oftere fordelt på klassetrinn. Omfanget av mobbing er høyest på ungdomsskolen, og går ned i løpet av videregående. Sammenlikner vi med tidligere Ungdata-undersøkelser ser vi at andelen som blir mobbet er lavere på alle klassetrinn i 2021, med unntak av på 8. trinn.

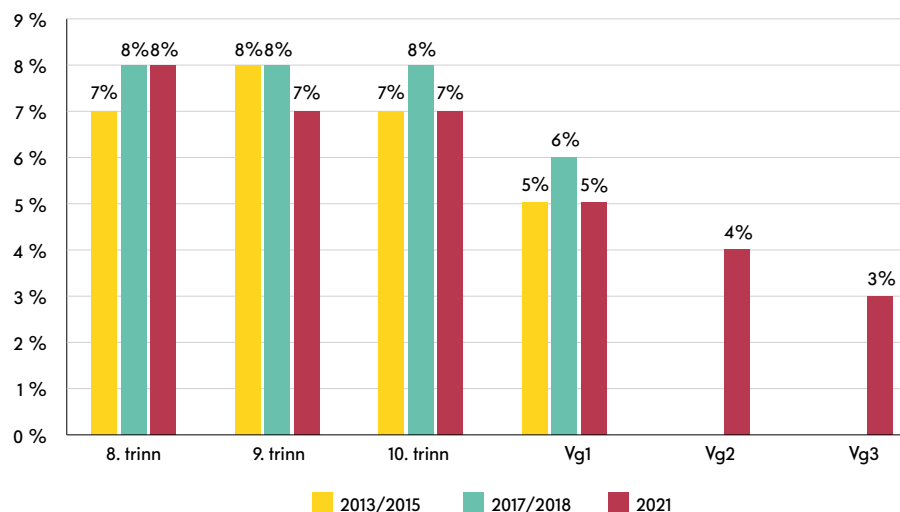
Andelen ungdomsskoleelever som blir utsatt for mobbing varierer en del mellom kommunene (se figur 4.11) – fra 3 % i Kragerø til 10 % i Seljord og Kviteseid. I fire kommuner viser vi ikke andelen som blir utsatt for mobbing på grunn av få elever.

I Ungdata-undersøkelsen 2021 er det et nytt spørsmål om mobbing på nett. Til sammen svarer 4 % av ungdomsskoleelevene og 3 % av elevene på videregående skole at de blir mobbet, truet eller utestengt på nett hver 14. dag eller oftere. Det er små forskjeller i hvordan jenter og

gutter svarer på dette spørsmålet. Dette med mobbing på nett er noe mange ungdommer skriver om i det åpne spørsmålet om hva som er bra og dårlig med å være ung i dag.

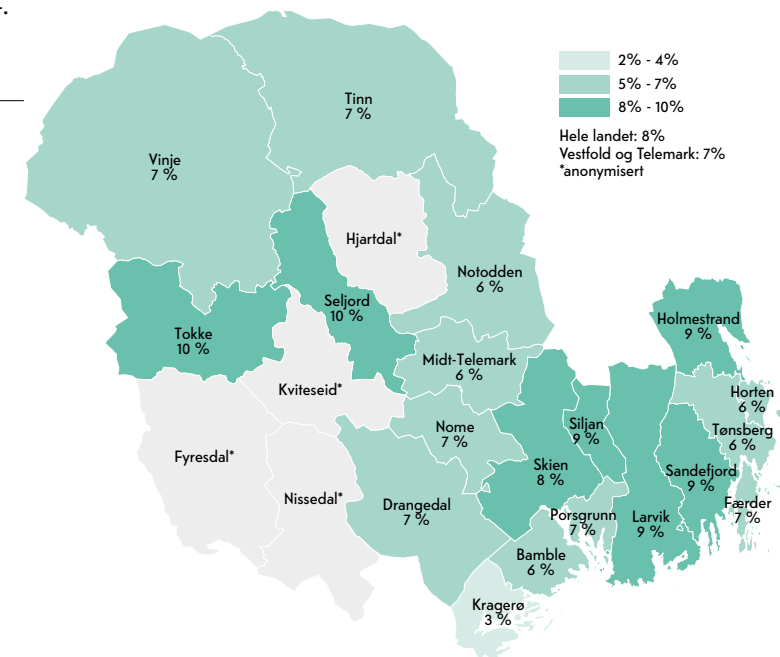
Figur 4.10. Mobbing

Prosentandel som blir utsatt for plaging, trusler og utfrysing fra andre unge på skolen eller i fritiden hver 14. dag eller oftere. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 4.11. Mobbing

Prosentandel som blir utsatt for plaging, trusler og utfrysing fra andre unge på skolen eller i fritiden hver 14. dag eller oftere. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-10. trinn. * = anonymisert



«En negativ ting med å være ung i dag er at det er mye mer mobbing over sosiale medier som ikke blir synliggjort.» (Jente, videregående, Grenland)

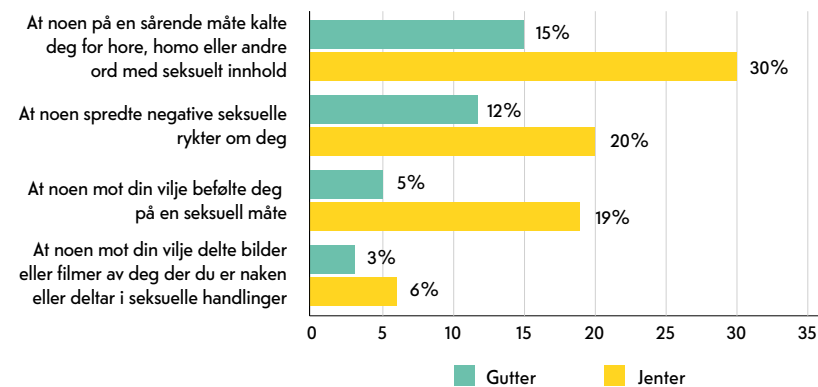
«Jeg syntes at å være ung i dag er ganske bra, fordi vi har mange midler til å hjelpe oss gjennom dagen. Men, også mange negative effekter. Nett-mobbing og liknende, ting som eldre ikke forstår seg helt på.» (Gutt, ungdomsskolen, Øst-Telemark)

«Noe av det som er både bra og dårlig med å være ung i dag er på en måte to sider av samme sak. Det er bra at det er enkelt å snakke med venner, og holde kontakten over internett. Dette var kanskje spesielt viktig under korona. Men internettet kan også få folk til å føle at de aldri helt får fri og mobbing over internett er jo et problem.» (Jente, ungdomsskolen, Midt-Telemark)

«Mulighet til å være sosiale over nettet er positivt, men nettmobbing er jo da en negativ konsekvens. Synes også ungdom er ganske reserverte og tør ikke å gripe inn i situasjoner som mobbing og lignende.» (Jente, videregående, Tønsberg/Færder)

Figur 4.12. Seksuell trakassering

Prosentandel gutter og jenter som det siste året har blitt utsatt for ulike typer seksuell trakassering. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Seksuell trakassering handler om uønsket seksuell oppmerksomhet. Det er handlinger som spiller på kjønn, kropp og seksualitet, der en av partene opplever det som ugreit (Bakken, 2021). Figur 4.12 viser at det er vanligst å oppleve å bli kalt ting med seksuelt innhold, etterfulgt av negativ seksuell ryktespredning. Det er langt flere jenter enn gutter som opplever ulike former for seksuell trakassering. Uønsket deling av nakenbilder skal vi se nærmere på i kapittel 11 i rapporten.

Flere ungdommer skriver om seksuell trakassering i det åpne spørsmålet:

«Noe jeg ikke liker er hvor mye folk seksuelt trakasserer hverandre. Det er så mange som sier at det bare er jenter som blir det. Men gutter blir det også. Det er ikke bare jenter som blir påført overgrep. Det er ikke bare jenter som blir dømt for hvordan man ser ut. Jeg synes det er så rart. Når jenter har på seg maskuline klær, så er det søtt. Men når en gutt på seg feminine klær, blir det kalt homo. Hva skjer med mennesker? La folk være seg selv. Slutt å dømme.» (Jente, ungdomsskolen, Horten/Holmestrand)

«Spesielt unge jenter får seksuelle bilder som de selv ikke vil ha sendt til dem flere ganger i året, jeg har fått mange sånne bilder og det ikke gøy i det hele tatt. Oss jenter blir også «catcalled» på gata av voksne menn og det gjør meg veldig ukomfortabel og redd.» (Jente, ungdomsskolen, Grenland)

I det åpne spørsmålet er det også mange ungdom som rapporterer om at det er bedre holdninger nå, og lettere å være «seg selv».

«Det er blitt mer akseptert å være annerledes, det er også lettere å skille seg ut/kle seg slik man vil». (Jente, videregående, Grenland)

«Synes det er fint at ungdom i dag viser mye åpenhet knyttet til legninger, seksualitet og kjønn». (Jente, videregående, Horten/Holmestrand)

Samtidig er det andre fortellinger om at det fremdeles er hetsing, rasisme og vanlig å kalle hverandre kjønnsnedsettende ord.

«En ting til er at det er kjedelig at man ikke blir akseptert hvis man er annerledes, men sånn har det vel alltid vært». (Gutt, videregående, Larvik/Sandefjord)

«Det er en del dømming blant ungdom. Man dømmes for å gå i andre klær, annen være måte, osv. Det slenges alltid ut masse skjellsord som ofte går på seksualitet, som: homo, skløtte, jævla gay, osv.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)





Foto: Paal-André Schwital

5. Skole og framtid

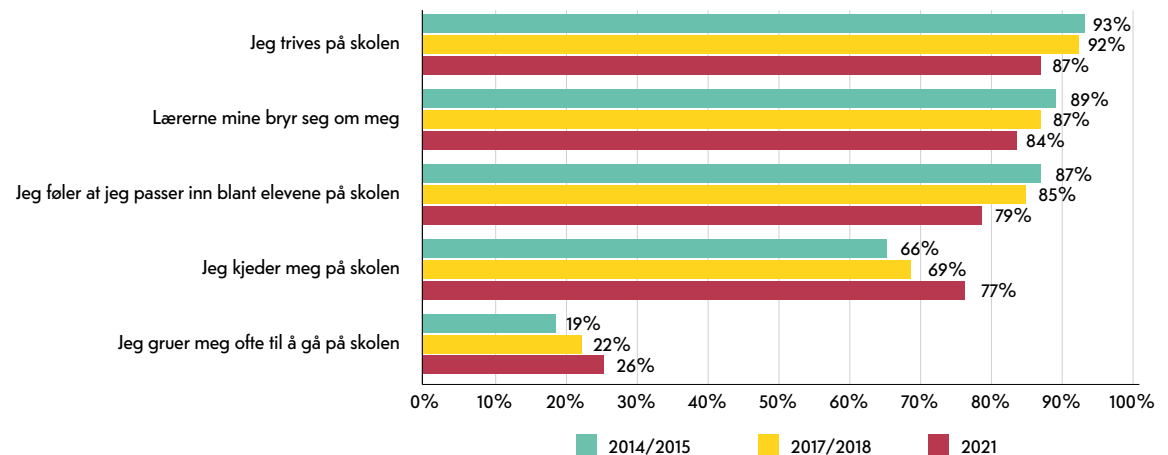
Skolehverdagen

Skolen er ikke bare et sted for å tilegne seg faglig kunnskap, det er også en viktig arena for sosiale fellesskap (Bakken, 2021). Figur 5.1 viser at de aller fleste trives på skolen, opplever at lærerne bryr seg om dem og at de passer inn blant elevene på skolen. Samtidig er det en del som gruer seg til å gå på skolen, og kjeder seg der.

I Ungdata-undersøkelsen i 2017/2018 så vi at noen av disse skoleindikatorene pekte i negativ retning, og den utviklingen fortsetter i 2021. Færre trives og flere gruer seg til å gå på skolen, eller synes det er kjedelig der. Dette mønsteret finner vi også i de nasjonale Ungdata-tallene, og det gjelder både for gutter og jenter, og for elever på alle klassetrinn.

Figur 5.1. Skolehverdagen

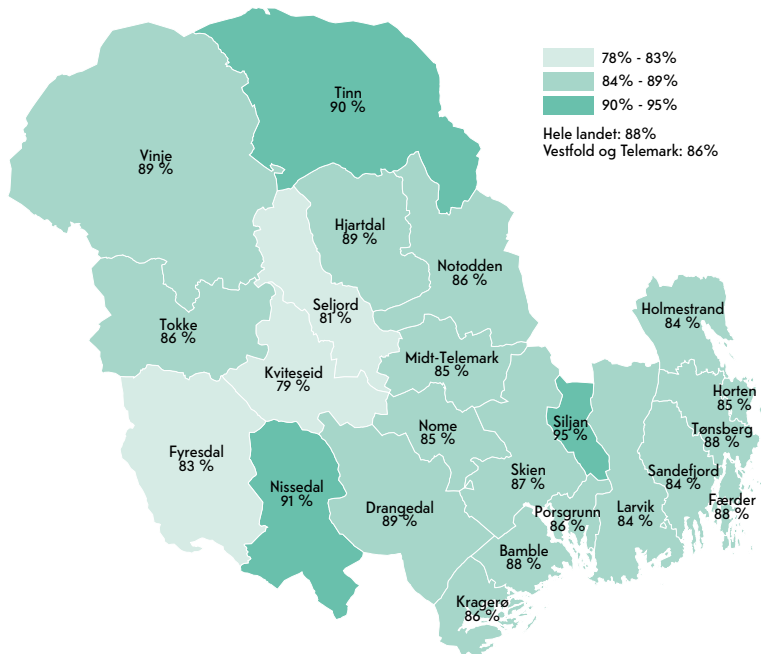
Prosentandel som er helt eller litt enige i ulike utsagn om hvordan de har det på skolen. Vestfold og Telemark 2014/2015, 2017/2018 og 2021. Kun Tønsberg i 2014 og Telemark i 2015. 8. trinn-Vg1



Selv om de aller fleste trives på skolen er det relativt store forskjeller mellom kommunene – fra 79 % av ungdomsskoleelevene i Kviteseid til 95 % i Siljan (se figur 5.2). Blant elever på videregående skoler er forskjellene mindre (figur 5.3).

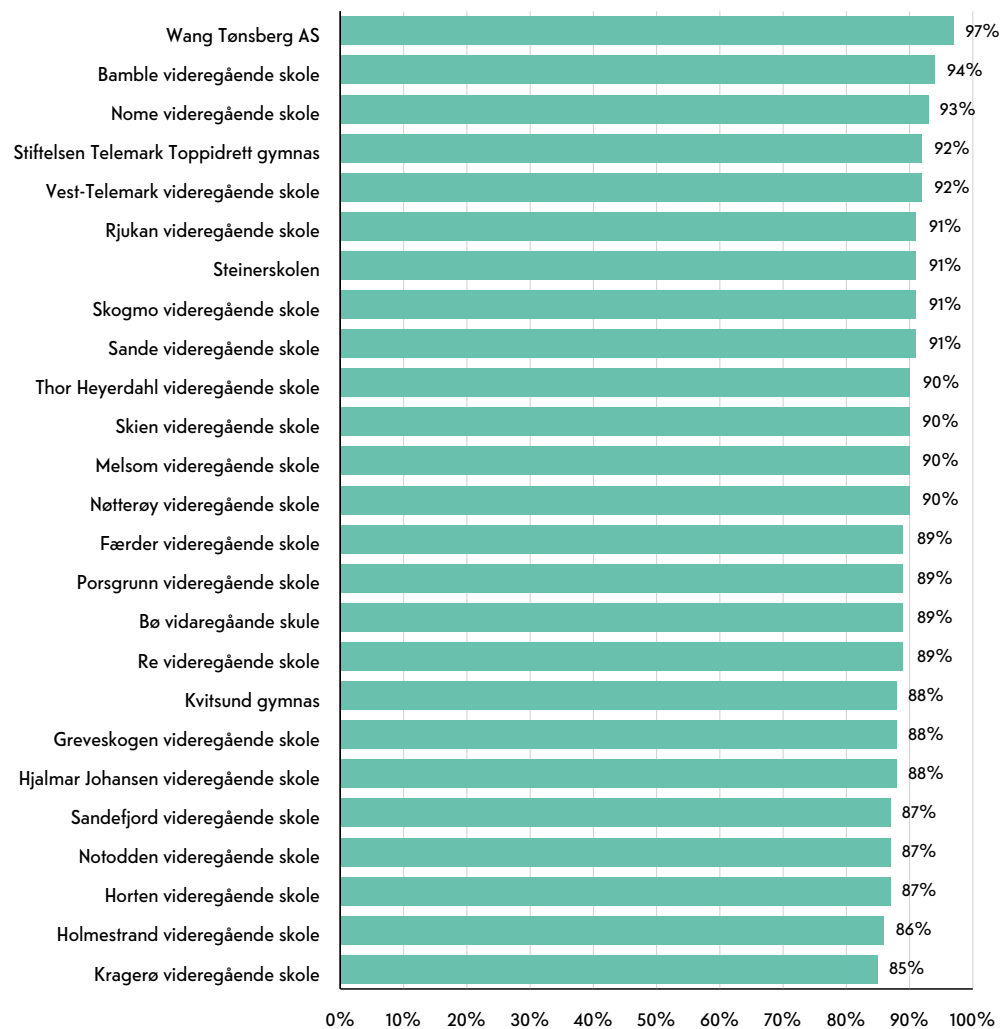
Figur 5.2. Trives på skolen

Prosentandel som er helt eller litt enige i at de trives på skolen. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-10. trinn.



Figur 5.3. Trives på skolen

Prosentandel som er helt eller litt enige i at de trives på skolen. Vestfold og Telemark 2021. Vg1-Vg3



Figur 5.4 viser at de aller fleste elevene ofte samarbeider med andre i timene. Samtidig går mye av tiden med til at elevene jobber én og én. Hvordan elevene svarer på disse spørsmålene har i liten grad endret seg over tid. Når det gjelder kommunikasjon med læreren, er det flere elever nå som svarer at læreren bruker ord og uttrykk som er vanskelig å forstå sammenliknet med tidligere Ungdata-undersøkelser. Det er også færre elever som svarer at de skjønner hva læreren mener når de forklarer noe i timene og som forstår tilbakemeldingene de får fra lærerne.

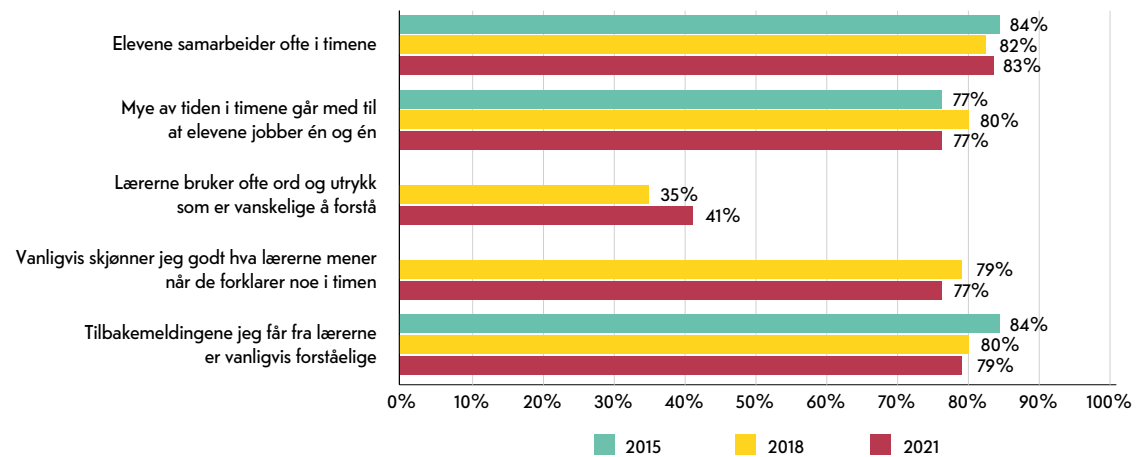
I svarene på det åpne spørsmålet kommer det tilbakemeldinger både på at skolen er bra, og at det er gode valgmuligheter i dagens skole. Samtidig nevner en del ungdommer at det er fag og arbeidsmåter de ikke synes fungerer bra.

«Jeg er også fornøyd med skoletilbudet på vgs, det er flott at vi har så stor valgfrihet som vi har i forhold til fag, enda tilbudene er litt varierte på mindre skoler.» (Jente, videregående, Midt-Telemark)

«Jeg føler skolen i dag ikke handler så mye om å lære, men mer om å huske, å være best, og så lærer vi om unyttige ting. For å si det kort så gjør ikke skolen det akkurat enklere med alle de små problemene som vi allerede møter i hverdagen.» (Jente, ungdomsskolen, Horten/Holmestrand)

Figur 5.4. Samarbeid og kommunikasjon

Prosentandel som mener utsagnet stemmer svært godt eller ganske godt. Vestfold og Telemark 2021. Telemark 2015 og 2018. 8. trinn-Vg1



Det kommer også fram at det er ønske om mer undervisning rundt psykisk helse i skolen.

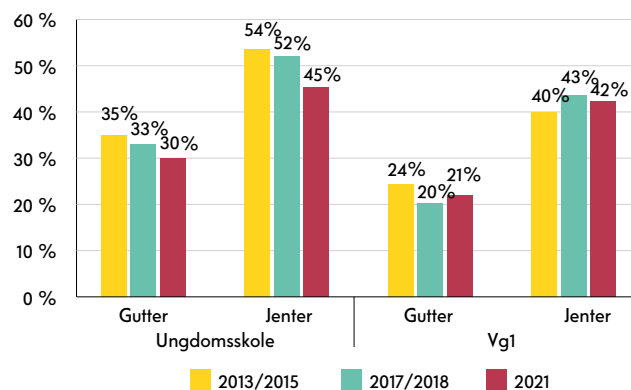
«Vi må lære å snakke om psykisk helse på skolen, mye mer enn vi gjør i dag. Vi burde få et eget fag til det, minst to timer i uka!» (Jente, videregående, Larvik/Sandefjord)

Lekser og skolestress

I Ungdata-undersøkelsen har ungdommene blitt spurt om hvor lang tid de i snitt bruker på lekser og annet skolearbeid hver dag, utenom skoletida. Figur 5.5 viser at jenter bruker langt mer tid på lekser enn gutter, og at elever på ungdomsskolen bruker mer tid enn elever på videregående skole. Når vi sammenlikner årets undersøkelse med tidligere Ungdata-undersøkelser ser vi at tid brukt på lekser har gått ned over tid, både blant jenter og gutter, og særlig for elevene på ungdomsskolen.

Figur 5.5. Lekser

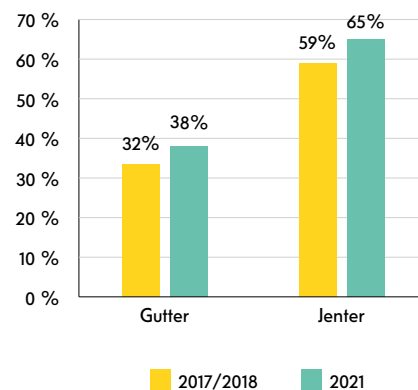
Prosentandel som bruker minst én time på lekser hver dag (utenom skoletid). Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



Samtidig som ungdommene bruker mindre tid på lekser opplever stadig flere ungdommer at de blir stresset av skolearbeidet (figur 5.6). I 2021 svarer 65 % av jentene og 38 % av guttene at de ofte eller svært ofte har vært stresset av skolearbeidet de siste månedene. I 2017/2018 svarte 59 % av jentene og 32 % av guttene det samme. Skolestresset øker i løpet av ungdomsskolen, går litt ned på starten av videregående, og øker igjen på Vg3.

Figur 5.6. Skolestress

Prosentandel gutter og jenter som ofte eller svært ofte har vært stresset av skolearbeidet de siste månedene. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



Som nevnt tidligere er det mange som skriver om dette med stress og press på skolen i det åpne spørsmålet, og en god del ungdom kommenterer på at det går mye tid til lekser og annet skolearbeid.

«Mye press på å gjøre det bra med skole og mye stress med lekser. At voksne ikke skjønner hvor mye stress det er med lekser og innleveringer» (Gutt, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

«Det som ikke er så bra er at vi får så mange prøver og presentasjoner at jeg konstant føler meg stressa.» (Jente, videregående, Grenland)

«Jeg synes det er dårlig at det er såpass lange skoledager, med lekser i tillegg, som gir liten fritid. For å ta vare på egen mental helse er det viktig med nok fritid og å ikke overarbeide seg selv med skole.» (Jente, videregående, Grenland)

Juks og skulking

I årets undersøkelse er det et nytt spørsmål om jukxing. Til sammen svarer 1 av 3 ungdommer at de bevisst har jukset på en prøve eller innlevering med karakter. Langt flere jenter enn gutter svarer at de bevisst har jukset, og andelen øker i løpet av ungdomsskolen før den stabiliserer seg på videregående (se figur 5.7).

De aller fleste ungdommene følger opp skolen på en god måte, men mange har likevel en del ugyldig fravær eller

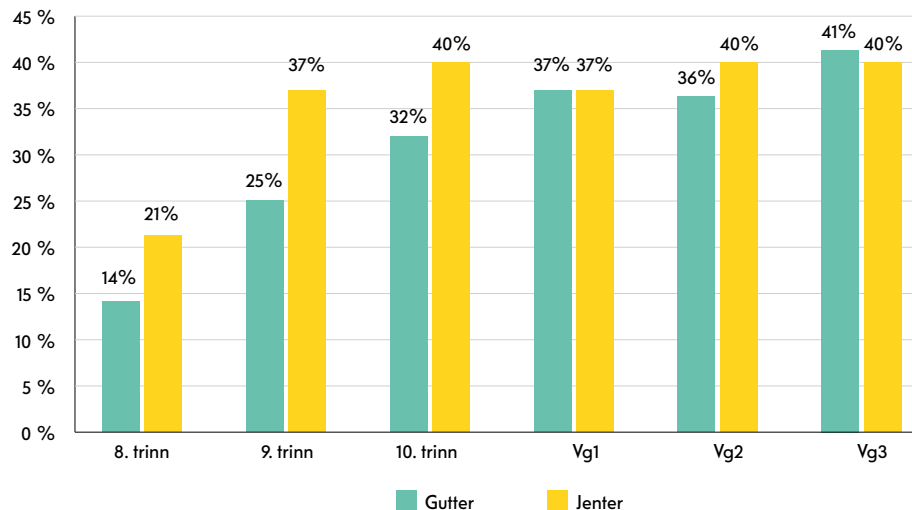
skulk. Dårlige relasjoner til lærere og medelever, manglende mestring og kjedsomhet på skolen er noen av grunnene ungdommene selv oppgir som årsaker til hvorfor de ikke er på skolen. Mange av de som skulker mye opplever også andre type problemer, for eksempel når det gjelder familie, rusmiddelbruk og psykisk helse (Kaspersen et al., 2013).

Det er et mindretall som skulker skolen. Figur 5.8 viser at andelen som har skulket minst én gang det siste året øker i løpet av ungdomsskolen og videregående skole, og når en

topp på Vg3 med 56 % av elevene. Sammenlikner vi ulike Ungdata-undersøkelser ser vi at det har vært en økning i skulking blant ungdomsskoleelever over tid, mens andelen Vg1-elever som skulker har gått ned. Den store nedgangen på Vg1 fra 2013/2015 til 2017/2018 kan ha sammenheng med de nye fraværsreglene som kom i videregående skole i 2016.

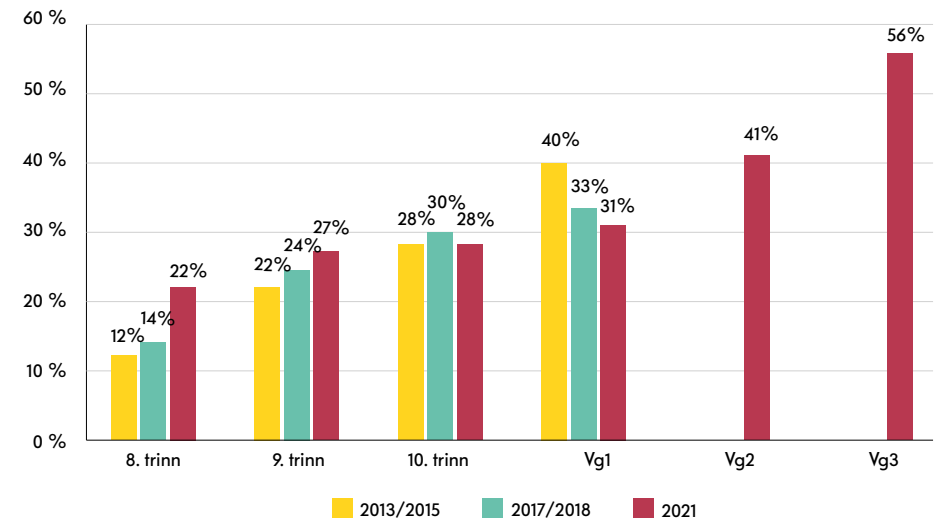
Figur 5.7. Juks

Prosentandel gutter og jenter som minst én gang det siste året bevisst har jukset på en prøve eller innlevering med karakter. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 5.8. Skulking

Prosentandel som har skulket skolen minst én gang det siste året. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3



Tanker om å fullføre videregående skole

Etter grunnskolen starter så mange som 98 % rett i videregående opplæring. I løpet av videregående er det imidlertid relativt mange som faller fra, og når man måler fem år etter de startet har 8 av 10 ungdommer fullført og bestått videregående opplæring (Utdanningsdirektoratet, 2021).

I Ungdata-undersøkelsen får ungdommene spørsmål om de tror de vil fullføre videregående skole. Til sammen svarer 9 av 10 ungdommer at de tror de vil fullføre videregående

skole. Flere jenter enn gutter svarer at de tror de vil fullføre. Dette stemmer overens med hvem som faktisk fullfører videregående opplæring: flere jenter enn gutter har fullført og bestått når man måler fem år etter de startet. Figur 5.9 viser at det er flere som er sikre på at de vil fullføre jo nærmere de kommer avslutningen på videregående. Vi ser også at det er litt færre som tror de vil fullføre videregående skole nå enn tidligere. Det er særlig jenter på 8. og 9. trinn som er mer pessimistiske sammenliknet med forrige Ungdata-undersøkelse.

Figur 5.9. Fullføre videregående skole

Prosentandel som tror de vil fullføre videregående skole. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3

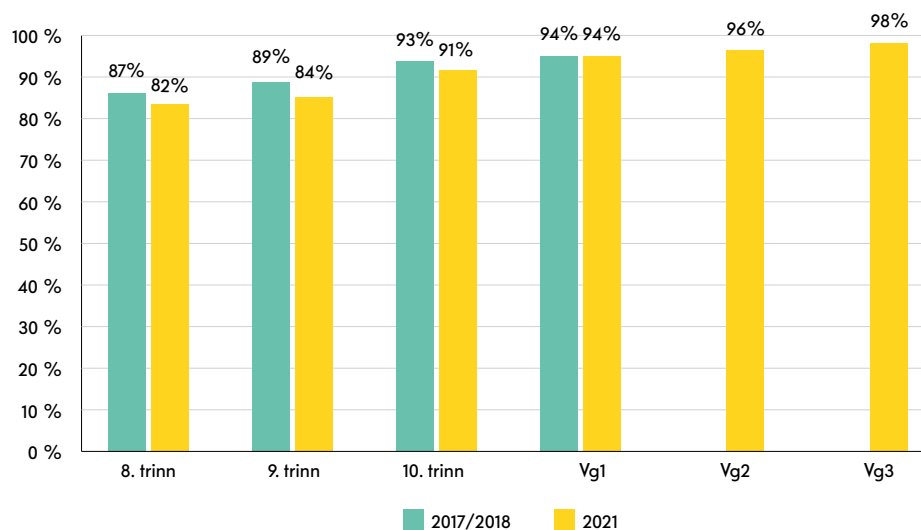


Foto: martin-dm/GettyImages

Tanker om høyere utdanning

Ungdata-undersøkelsen har gjennom mange år dokumentert at vi har med en utdanningsorientert ungdomsgenerasjon å gjøre (Bakken, 2021). Til sammen svarer 62 % av elevene fra 8. trinn-Vg3 i Vestfold og Telemark at de tror de vil ta høyere utdanning. Men det er også mye usikkerhet: 28 % svarer at de ikke vet, mens 10 % svarer nei. Dette er helt likt landsgjennomsnittet.

Sammenlikner vi med tidligere Ungdata-undersøkelser har andelen som tror de vil ta høyere utdanning gått noe ned, samtidig som flere svarer at de ikke vet. Det er særlig ungdommer på 8. og 9. trinn som er mer usikre på om de skal ta høyere utdanning nå enn tidligere. Figur 5.10 viser at andelen ungdommer som svarer at de tror de vil ta høyere utdanning varierer mye mellom kommunene, fra 36 % i Hjartdal til 67 % i Færder.



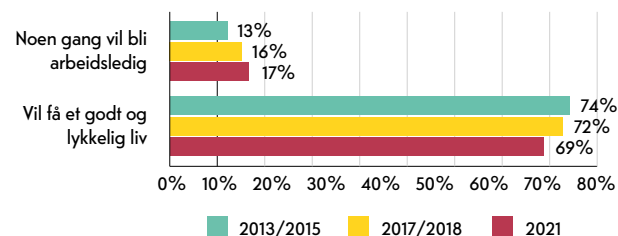
Foto: Unsplash

Andre tanker om framtiden

Hvordan framtiden vil bli er det ingen som vet, og koronapandemien har kanskje skapt enda mer usikkerhet blant både ungdom og voksne. Denne usikkerheten ser vi også i årets Ungdata-undersøkelse: det er flere i 2021 enn i 2017/2018 som svarer «vet ikke» på spørsmål om hvordan man tror framtiden vil bli. Figur 5.11 viser likevel at de aller fleste ungdommene i Vestfold og Telemark fortsatt er optimistiske med tanke på framtiden. Framtidsoptimismen er imidlertid litt lavere nå enn i forrige Ungdata-undersøkelse: flere tror de vil bli arbeidsledige og færre tror de vil få et godt og lykkelig liv.

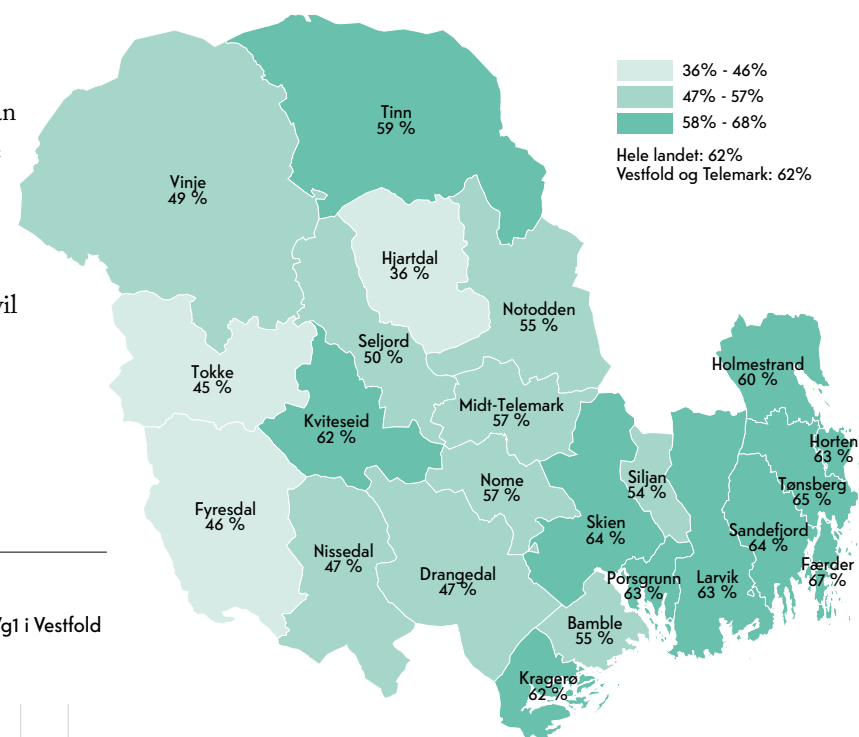
Figur 5.11. Tanker om framtiden

Hvordan tror du at framtida di vil bli? Prosentandel fra 8.trinn-Vg1 i Vestfold og Telemark i 2013/2015, 2017/2018 og 2021 som tror at de...



Figur 5.10. Høyere utdanning

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som tror de vil ta høyere utdanning. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Bekymring for klimaendringer

For første gang har vi med et spørsmål om hvorvidt ungdommene bekymrer seg for klimaendringer. Til sammen svarer 35 % av ungdommene at de er ganske bekymret eller veldig bekymret for klimaendringer. Mens 44 % av jentene svarer at de er bekymret for klimaendringer, svarer 25 % av guttene det samme. Det er ingen store forskjeller i hvordan ungdommene på ulike klassetrinn svarer på dette spørsmålet.

I det åpne spørsmålet skriver mange av ungdommene at de er bekymret for klimaendringer:

«Jeg synes også det er svært stressende å være ung med tanke på klimaendringene. Jeg bekymrer meg fordi vi har så dårlig tid på å løse klimakrisa og jeg føler regjeringen bare lasser problemet over på de yngre generasjonene. Jeg tenker ofte på at jeg ikke vil ha barn fordi jeg vil ikke at de skal leve på en planet med så farlig klima.» (Jente, videregående, Tønsberg/Færder)

«Ganske ille å tenke på at det er vi som kommer til å få problemer på grunn av klimaendringer vi ikke har laget engang, vi får straffen for noe vi ikke har gjort.» (Gutt, ungdomsskolen, Tønsberg/Færder)

«Dårlig: klimaendringer, "liten" framtid for kloden, altså, man tenker at det ikke er et så veldig viktig valg om man skal ta yrkesfag eller studiespes når kloden dør fortere enn noensinne.» (Jente, ungdomsskolen, Tønsberg/Færder)



6. Fritid

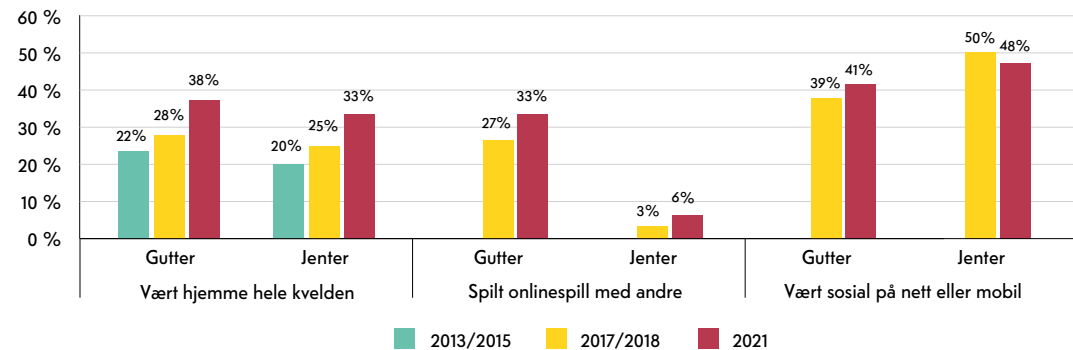
Et tydelig funn i Ungdata-undersøkelsen er at ungdommenes fritid er i endring. Stadig flere ungdommer tilbringer mye tid hjemme, og har kontakt med andre gjennom gaming eller over nett/mobil (se figur 6.1). Det å kunne ha kontakt med andre uten å være fysisk sammen har vært viktig i koronatiden, og forklarer nok mye av økningen vi ser for eksempel i andelen gutter som bruker mye tid på gaming. Det at flere ungdommer tilbringer mye tid hjemme startet imidlertid lenge før pandemien. Både det at man kan ha kontakt med venner via nettet, samt et tett bånd mellom ungdom og foreldre kan forklare noe av denne utviklingen.

Digital fritid

Som vi har sett tidligere i rapporten bruker mange ungdommer mye av fritiden sin på digitale aktiviteter. Koronapandemien har forsterket dette. Til sammen svarer 77 % av ungdommene i Vestfold og Telemark at de bruker tre timer eller mer foran skjerm utenom skoletid. Dette er en økning fra 63 % i forrige Ungdata-undersøkelse. Figur 6.2 viser at skjermbruken har økt på alle klassetrinn, men mest blant de yngste på ungdomsskolen. Jenter og gutter bruker omtrent like mye tid foran skjerm, men mens guttene bruker mye tid på gaming, bruker jentene mye tid på å være sosiale over nett/mobil.

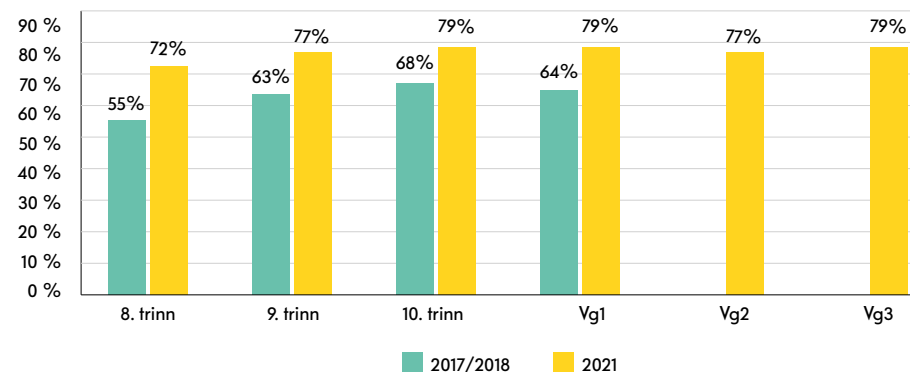
Figur 6.1. Fritidsaktiviteter

Her blir det nevnt en del aktiviteter som du kan bruke fritida di til. Tenk tilbake på den siste uka. Hvor mange ganger har du gjort følgende? Prosentandel som svarer minst seks ganger den siste uka. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1.



Figur 6.2. Skjermtid

Prosentandel som svarer at de har brukt minst tre timer foran skjerm utenom skoletid. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3



For første gang kartlegger vi også hvor mange ungdommer som driver med e-sport, eller elektronisk sport. E-sport er spill der personer konkurrerer mot hverandre på datamaskiner eller spillkonsoller. Nettverk knytter sammen spillere (eller lag) over store avstander og ofte konkurrerer man mot hverandre for pengepremier. Til sammen svarer 12 % at de holder på med e-sport ukentlig eller oftere. Det er vanligst å holde på med e-sport på ungdomsskolen, og langt flere gutter enn jenter bruker tid på dette. Mens 20 % av guttene svarer at de holder på med e-sport minst ukentlig, svarer bare 4 % av jentene det samme.

I svarene på det åpne spørsmålet finner vi mange reflekterte svar som dreier seg om den digitale verdenen ungdommene vokser opp i. De svarer at digitale hjelpemidler gir dem mer frihet, mer tilgang på informasjon og hjelp, og gjør det lettere å holde kontakt med venner. Men de viser også til at en del sider ved den digitale verden fører til press, blant annet kroppspress, og at det er en tidstyv og fører til at mange blir passivisert. Flere skriver også om digitale medier som en plattform for å mobbe. En av ungdommene svarer kort og godt på spørsmålet om hva som er bra og hva som ikke er bra med å være ung i dag slik:

«Bra: Internett. Dårlig: Internett.»
(Jente, ungdomsskolen, Horten/Holmestrand).

Hva skriver ungdommene om å være sosial over nett?

I det åpne spørsmålet trekker noen av ungdommene fram enten utelukkende positive eller utelukkende negative opplevelser med sosiale medier, men de aller fleste som skriver noe om dette trekker fram at det både er positive og negative sider ved sosiale medier. Mange skriver noe å la dette:

«Noe av det som er både bra og dårlig med å være ung i dag er på en måte to sider av samme sak. Det er bra at det er enkelt å snakke med venner, og holde kontakten over internett. Dette var kanskje spesielt viktig under korona. Men internettet kan også få folk til å føle at de aldri helt får fri og mobbing over internett er jo et problem for noen.» (Jente, ungdomsskolen, Midt-Telemark)

«Jeg synes kommunikasjonen vi har i dag har vært vår redning i denne pandemien. Vi har hatt mulighet til å snakke med familie og venner via enten Facetime eller Skype. Samtidig bruker vi unge altfor mye tid på telefonene våre.» (Jente, videregående, Horten/Holmestrand)

Det trekkes fram av mange at det er lett å være sosial, selv om man ikke kan møte hverandre fysisk, når man har sosiale medier. Det er mange som skriver om at det både er lett å få og lett å holde kontakt med venner, og også lettere å holde kontakt med familien. Dette nevnes som spesielt positivt i koronatiden.

«Det som er bra når det gjelder å være barn og vokse opp nå, er hvordan det er sykt mye lettere å være i kontakt med venner og finne på noe gøy sammen via nett, som å spille.» (Gutt, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

Ungdommene peker på et ganske stort spekter av hva de opplever er negativt med sosiale medier. Det er en stor andel ungdom som skriver at det brukes for mye tid på sosiale medier, og at det går på bekostning av annen type samvær, både ved at man i mindre grad treffes fysisk, men også ved at man er på sosiale medier når man treffes fysisk.

«Det er masse bra, men det som ikke er så bra er at det brukes for masse tid på f.eks. mobilen. Dette resulterer i mindre kreativitet, og det virker som om foreldregenerasjonen på mange måter har hatt det mye gøyere enn det vi har i dag.» (Jente, videregående, Larvik/Sandefjord)

«Det som ikke er så bra er at de fleste er på sosiale medier når man treffes i 'det virkelige liv'.» (Jente, videregående, Grenland)

Det er også en god del ungdommer som skriver at sosiale medier gjør det lettere å mobbe. Noen viser til at bilder og videoer lett blir spredd til uvedkommende. Ungdommene reflekterer også i noen av svarene rundt presset om å alltid være tilgjengelig, og at alt dokumenteres. Flere

av ungdommene skriver at de tror dette påvirker deres psykiske helse.

«Dessverre synes jeg det negative med å være ung i dag er hvordan vi alltid skal være pålogget og tilgjengelig til enhver tid. Vi får aldri pause fra de konstante inntrykkene, noe som jeg personlig tror påvirker ungdoms mentale helse.» (Jente, videregående, Tønsberg/Færder)

En del ungdommer skriver også at sosiale medier bidrar til dårlig selvtillit og spesielt til kroppspress.

«Sosiale medier ødelegger mye for folk. Man sammenlikner konstant sine dårligste øyeblikk med andres beste.» (Gutt, videregående, Midt-Telemark)

Organisert fritid

Organiserte fritidsaktiviteter er en viktig kilde til fellesskap, identitet og mestring blant ungdom (Jacobsen et al., 2021). De aller fleste deltar i organiserte fritidsaktiviteter i løpet av oppveksten: til sammen svarer 9 av 10 ungdommer i Vestfold og Telemark at de har vært med i en organisasjon, klubb, lag eller forening etter at de fylte 10 år.

Mange organiserte fritidsaktiviteter har vært stengt eller hatt redusert tilbud i løpet av koronapandemien.

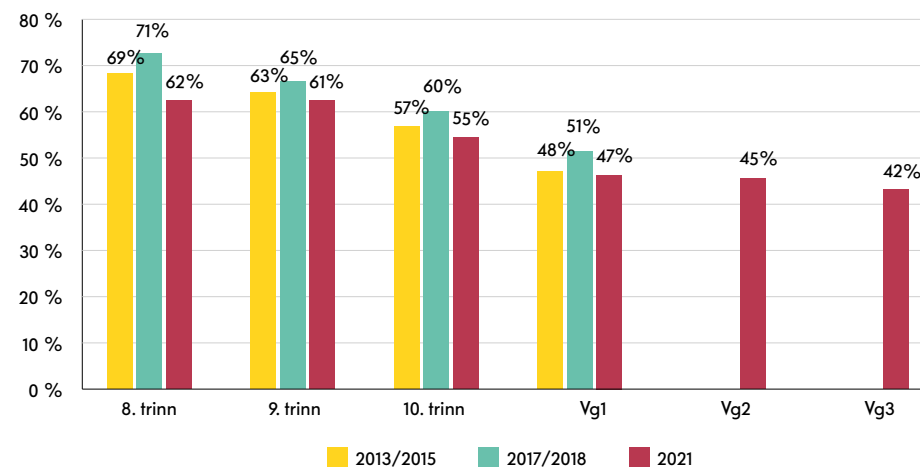
Til sammen svarer 48 % av ungdommene i Vestfold og Telemark at de har fått være med på færre fritidsaktiviteter enn før koronatiden. Andelen som svarer at de har deltatt på minst fem organiserte fritidsaktiviteter den siste måneden har gått ned fra 59 % i 2017/2018 til 49 % i 2021. Nedgangen ser vi innenfor alle typer aktiviteter, og på alle klassetrinn, men den har vært størst blant de yngste på ungdomsskolen. Man kan tenke seg at dette er midlertidige endringer som skyldes avlyste aktiviteter og redusert tilbud på grunn av pandemien.

Imidlertid har andelen som svarer at de er med i en organisasjon, klubb, lag eller forening også gått ned. Mens 62 % svarte at de var med i 2017/2018 er andelen 56 % i 2021. Figur 6.3 viser at frafallet er størst blant de yngste på ungdomsskolen. Hvorvidt medlemstallene tar seg opp igjen, eller om pandemien har ført til en varig endring, er for tidlig å si.

Figur 6.4 viser at andelen ungdommer som er med i en organisasjon, klubb, lag eller forening varierer mye mellom kommunene i Vestfold og Telemark: fra 37 % i Hjartdal til 66 % i Nissedal.

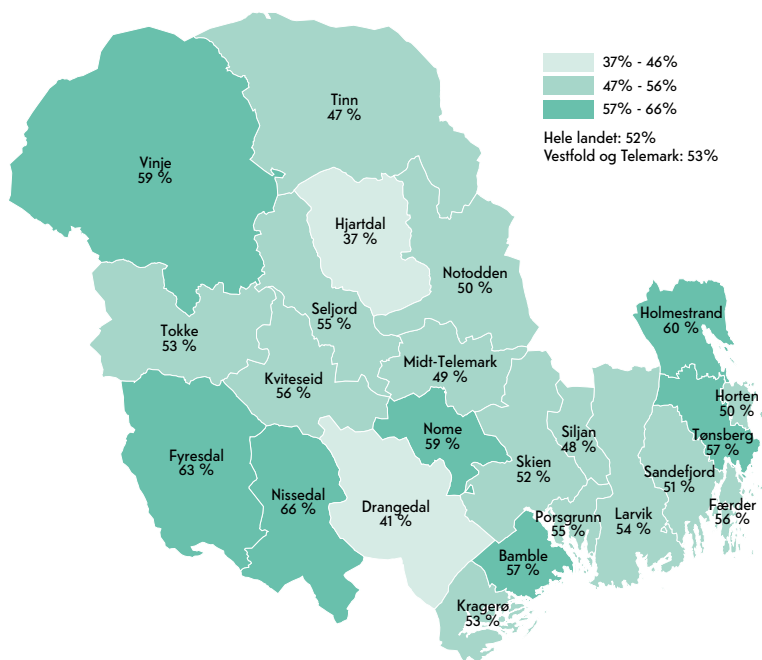
Figur 6.3. Organisert fritid

Prosentandel som er med i en organisasjon, klubb, lag eller forening. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 6.4. Organisert fritid

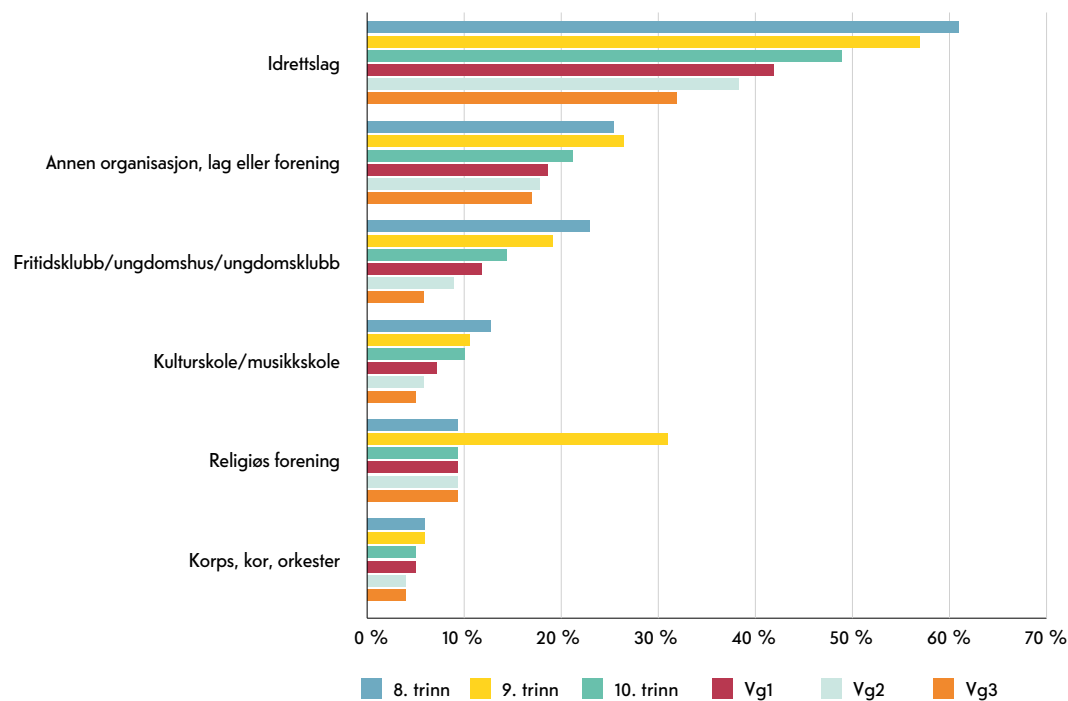
Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som er med i en organisasjon, klubb, lag eller forening. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3.



Deltagelsen i de fleste typer organiserte fritidsaktiviteter endrer seg mye med alderen (figur 6.5). Idrett er den aktiviteten som flest ungdommer deltar i, men halvparten av ungdommene faller fra organisert idrett i løpet av

Figur 6.5. Aktiviteter i fritidsorganisasjoner

Prosentandel som minst én gang den siste måneden har vært med på aktiviteter i følgende fritidsorganisasjoner. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3.



ungdomstiden. Mens 6 av 10 elever på 8. trinn har deltatt på minst én aktivitet i et idrettslag den siste måneden, har 3 av 10 elever på Vg3 gjort det samme. Som vi skal se senere trener imidlertid mange eldre ungdommer på egenhånd

eller på treningsstudio. Fritidsklubb og kulturskole er andre aktiviteter der mange faller fra i løpet av ungdomstiden.



Sosioøkonomiske forskjeller i deltagelse i fritidsaktiviteter

I Fritidserklæringen, som er underskrevet av Regjeringen, KS og mange frivillige organisasjoner, er det mål om at alle barn og unge skal ha mulighet til å delta i regelmessige fritidsaktiviteter, uavhengig av foreldrenes økonomiske og sosiale bakgrunn.¹ Til tross for at de aller fleste deltar i organiserte fritidsaktiviteter i løpet av oppveksten, ser vi at det er forskjeller i hvem som deltar og hvilke aktiviteter de deltar på etter familien sosioøkonomiske status.

I årets Ungdata-undersøkelse ser vi at 35 % av ungdommene fra familier med lav sosioøkonomisk status deltok på minst fem organiserte fritidsaktiviteter den siste måneden. Blant ungdom fra familier med høy sosioøkonomisk status var andelen 55 %.

Figur 6.6 viser at både idrett og ulike kulturaktiviteter, som kulturskole, korps, kor og orkester, rekrutterer skjev. Andelen som deltar i denne typen aktiviteter er høyest blant ungdommer fra familier med høy sosioøkonomisk status. Det er ingen store forskjeller når det gjelder deltagelse i religiøse foreninger etter familiens sosioøkonomiske status. For fritidsklubber er mønsteret omvendt: andelen som deltar i fritidsklubber er størst blant ungdommer fra familier med lav sosioøkonomisk status. Det kan ha sammenheng med at målet med fritidsklubber

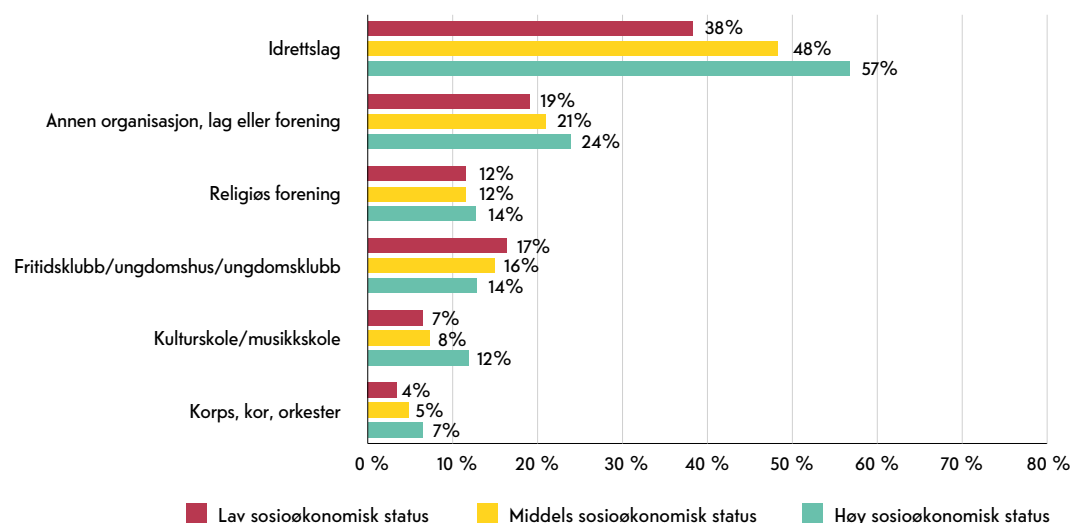
nettopp er å fange opp ungdommer som ikke deltar i andre organiserte fritidsaktiviteter, og at det ofte er gratis å delta og krever lite innsats fra foreldre (Jacobsen et al., 2021).

Større kostnadspress, for eksempel i idretten, kombinert med økende ulikhet i inntekt for barnefamilier, kan bidra til å øke de økonomiske barrierene for å delta i fritidsaktiviteter (Strandbu et al., 2017). Til sammen

svarer 17 % av ungdommene i Vestfold og Telemark at foreldrene av og til eller ofte mangler penger til å betale for fritidsaktiviteter de ønsker å delta i, slik som idrett, kino, bursdager, reiser osv. Figur 6.7 viser at andelen som svarer dette varierer mye mellom kommunene: fra 9 % i Fyresdal til 22 % i Siljan.

Figur 6.6. Sosial ulikhet i deltagelse i fritidsaktiviteter

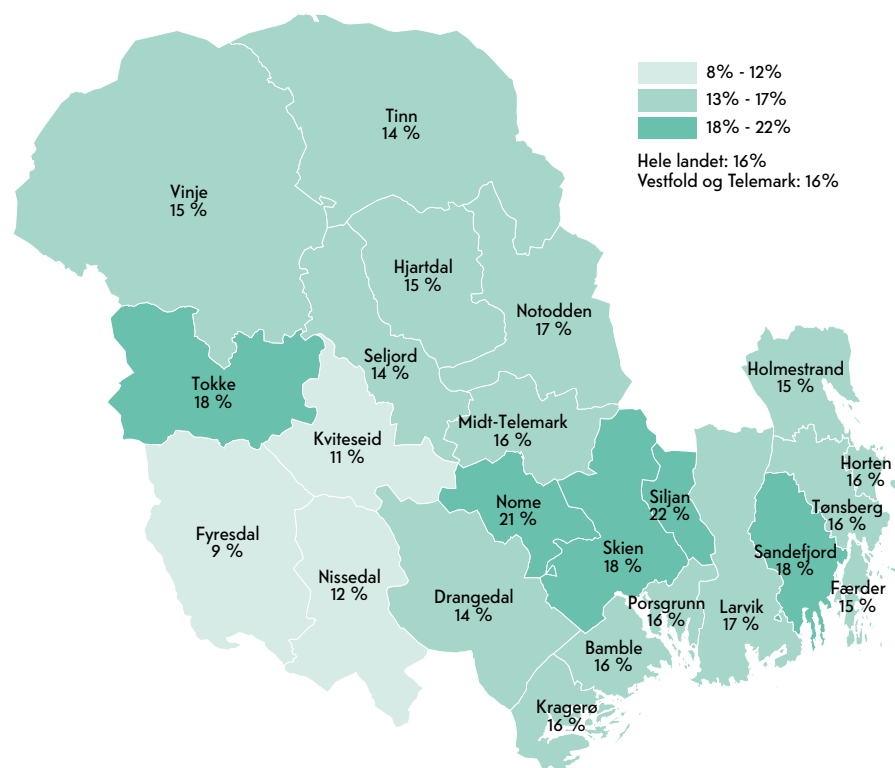
Prosentandel som minst én gang den siste måneden har vært med på aktiviteter i følgende fritidsorganisasjoner etter sosioøkonomisk status. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3.



¹ https://www.regjeringen.no/contentassets/42fc032208724215886755da5d165fte/folder_fritidserklaeringen.pdf

Figur 6.7. Mangler penger til fritidsaktiviteter

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som opplever at foreldrene av og til eller ofte mangler penger til å betale for fritidsaktiviteter de ønsker å delta i. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Lønnet arbeid

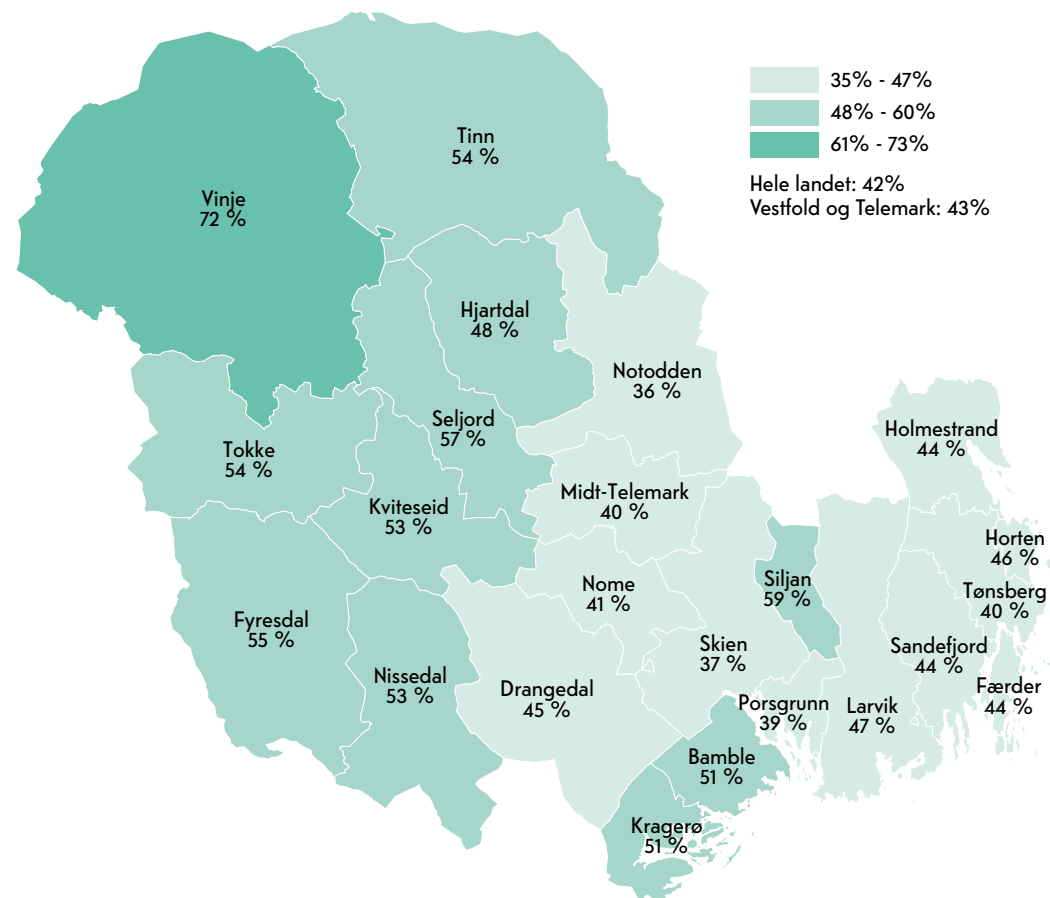
Når ungdom er 13 år kan de ha lett arbeid, mens de fra 15 år kan arbeide med det aller meste. I Ungdata-undersøkelsen har vi spurt alle elever på videregående skole hvorvidt de har lønnet jobb utenom skolen, og i så fall hvor mange timer i uka de vanligvis jobber.

Til sammen svarer 43 % av ungdommene at de har lønnet arbeid utenom skolen. Dette er nesten likt landsgjennomsnittet som er 42 %. Andelen med lønnet arbeid er høyere blant jenter (48 %) enn gutter (37 %). Blant de som har lønnet arbeid utenom skolen er det vanligst å jobbe 6-10 timer per uke. Flere har lønnet arbeid jo eldre de blir, og antall timer de jobber øker også med alderen.

Figur 6.8 viser andelen som har lønnet arbeid etter ungdommenes bostedskommune. Det er vanligst å ha lønnet arbeid utenom skolen i distriktskommunene i gamle Telemark, mens færrest har lønnet arbeid i bykommuner som Notodden, Skien og Porsgrunn.

Figur 6.8. Lønnet arbeid

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som har lønnet arbeid utenom skolen. Vestfold og Telemark 2021. Vg1-Vg3



Mulighetene for lønnet arbeid er også noe som tas opp i svarene på det åpne spørsmålet.

«Jeg er også bekymret for at mange av de jeg kjenner ikke får mulighet til å få seg en deltidsjobb. Det burde vært gjort mer for å få unge inn i arbeid.»
(Gutt, videregående, Horten/Holmestrand)

«Det som kan være dumt med å være ungdom i dag er alt stresset med å gå inn i arbeidslivet. Vi er nødt til å finne jobb/arbeid, noe som kan være vanskelig dersom man ikke har kontakter eller anbefalinger fra andre.»
(Gutt, videregående, Larvik/Sandefjord)





7. Nærområdet

Å vokse opp i et nabolag og lokalsamfunn preget av fellesskap, sosial samhandling og varierte fritidsaktiviteter fremmer trivsel og helse blant barn og unge (Folkhelseinstituttet, 2021b). Restriksjoner i forbindelse med koronapandemien har nok gjort at mange har tilbrakt enda mer tid i nærområdet enn tidligere. Har det påvirket hvordan de opplever stedet der de bor?

Årets Ungdata-undersøkelse i Vestfold og Telemark viser at de aller fleste ungdommene er fornøyd med lokalmiljøet der de bor, og litt flere er fornøyd i årets undersøkelse (67 %) enn i undersøkelsen i 2017/2018 (65 %). Guttene er mer fornøyd enn jentene. Mens 74 % av guttene svarer at de er svært eller litt fornøyd med lokalmiljøet der de bor, svarer 62 % av jentene det samme. Det er særlig guttene som er mer fornøyd med lokalmiljøet når man sammenlikner årets tall med forrige Ungdata-undersøkelse, mens fornøydheten gikk litt ned blant jenter på ungdomstrinnet.

Hvorvidt ungdommene er fornøyd med lokalmiljøet der de bor varierer mye mellom kommunene (figur 7.1). Mens 58 % av ungdommene i Notodden svarer at de er fornøyd med lokalmiljøet der de bor, svarer 75 % av ungdommene i Hjartdal det samme.

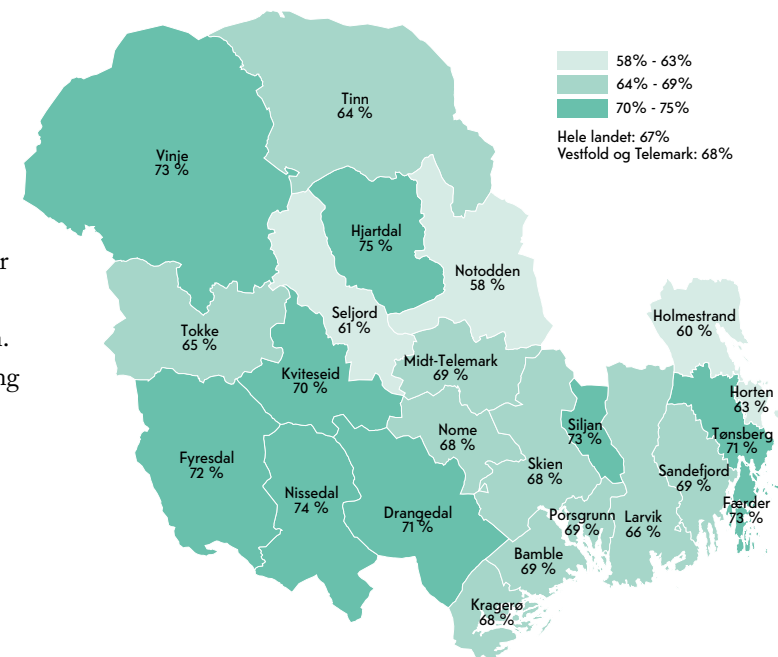
Trygghet i nærområdet

Opplevelse av trygghet i nærområdet er en viktig side ved befolkningens livskvalitet (Nes et al., 2018). I Ungdata-undersøkelsen får ungdommene spørsmål om de opplever det som trygt å ferdes i nærområdet når de er ute om kvelden.

De aller fleste opplever nærområdet sitt som trygt. Til sammen svarer 84 % fra 8. trinn-Vg1 at de opplever det som svært trygt eller ganske trygt å ferdes i nærområdet ute om kvelden. 12 % er usikre, mens 4 % svarer at de føler seg utrygge. Figur 7.2 viser at det er langt flere gutter enn jenter som opplever det som trygt å ferdes ute om kvelden. Andelen som føler seg trygge har gått litt ned for hver gang vi har gjennomført Ungdata-undersøkelsen, både blant gutter og jenter.

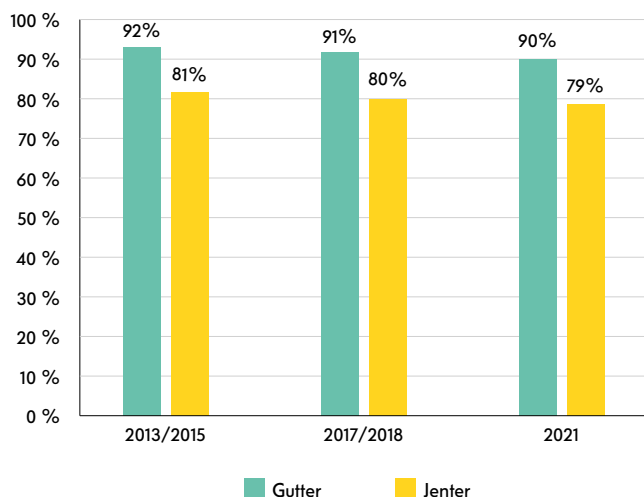
Figur 7.1. Fornøyd med lokalmiljøet

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som er fornøyd med lokalmiljøet der de bor. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 7.2. Trygghet i nærområdet

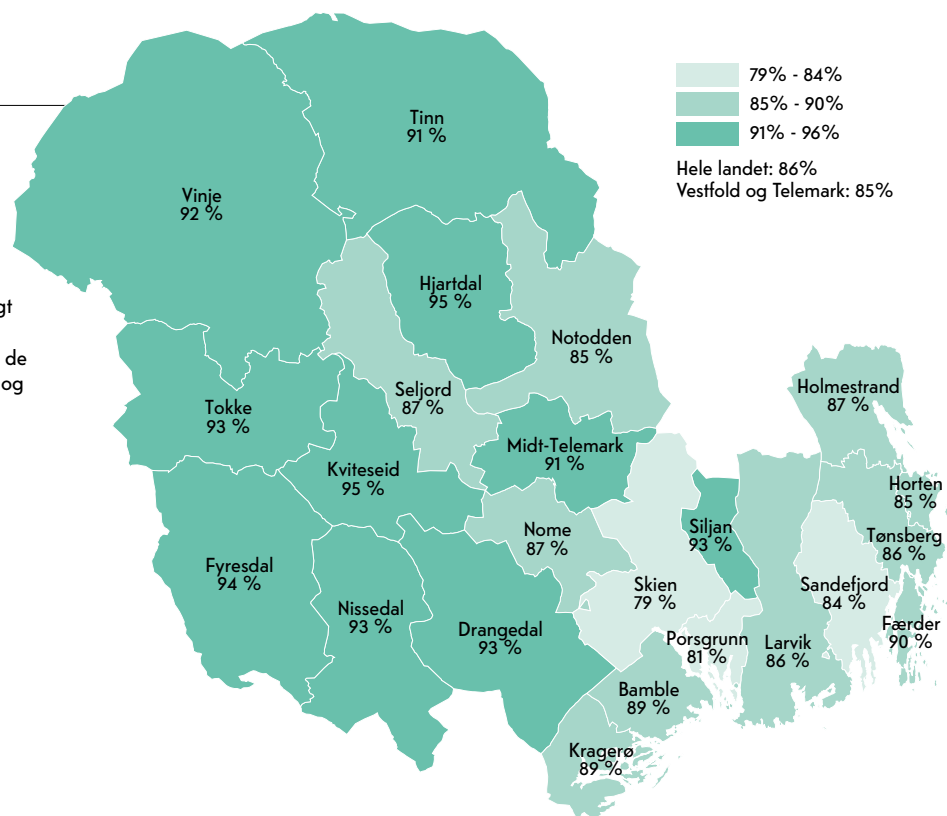
Prosentandel gutter og jenter som opplever at det er svært trygt eller ganske trygt å ferdes i nærområdet der de bor når de er ute om kvelden. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



I alle kommuner opplever de aller fleste ungdommene at det trygt å ferdes ute om kvelden (figur 7.3). Andelen varierer fra 79 % i Skien til 95 % i Kviteseid og Hjartdal. Generelt opplever ungdom i distriktskommuner mer trygghet i nærområdet enn ungdom i bykommuner.

Figur 7.3. Trygghet i nærområdet

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som opplever at det er svært trygt eller ganske trygt å ferdes i nærområdet der de bor når de er ute om kvelden. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



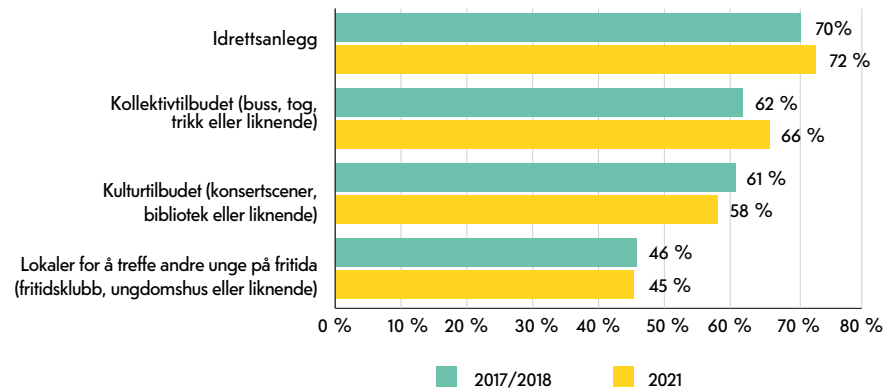
Tilbud til ungdom i nærområdet

Gode tilbud til ungdom i nærområdet er viktig for trivsel og tilhørighet. Ungdom i Vestfold og Telemark er aller mest fornøyd med tilbudet av idrettsanlegg der de bor, etterfulgt av kollektivtilbudet (se figur 7.4). Flere er fornøyd med disse tilbudene i 2021 enn i forrige Ungdata-undersøkelse.

Hvilke tilbud ungdommene er fornøyd med varierer mye fra kommune til kommune. For eksempel er det store variasjoner i andelen som er fornøyd med kollektivtilbudet, og dette sammenfaller i stor grad med rutetilbudet i fylket. Det er også stor variasjon i hvor fornøyd ungdommene er med tilbudet av lokaler der unge kan møtes (se figur 7.5). Mens 24 % av ungdommene i Vinje er fornøyd med dette tilbudet, er andelen 80 % i Nissedal.

Figur 7.4. Fornøyd med tilbud til ungdom

Prosentandel som synes ulike tilbud til ungdom i området der de bor er svært bra eller nokså bra. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



I det åpne spørsmålet trekker mange fram at de synes det er gode fritidsmuligheter i nærmiljøet.

«Det som er bra med å være ung i dag er at vi har mange fritidsmuligheter.» (Gutt, ungdomsskolen, Grenland)

«Jeg syntes det er bra at man kan være med venner i sentrum uten at det er føles ekkelt og at det er gode idrettstilbud, men det er få få hengesteder og treningssteder» (Gutt, ungdomsskolen, Grenland)

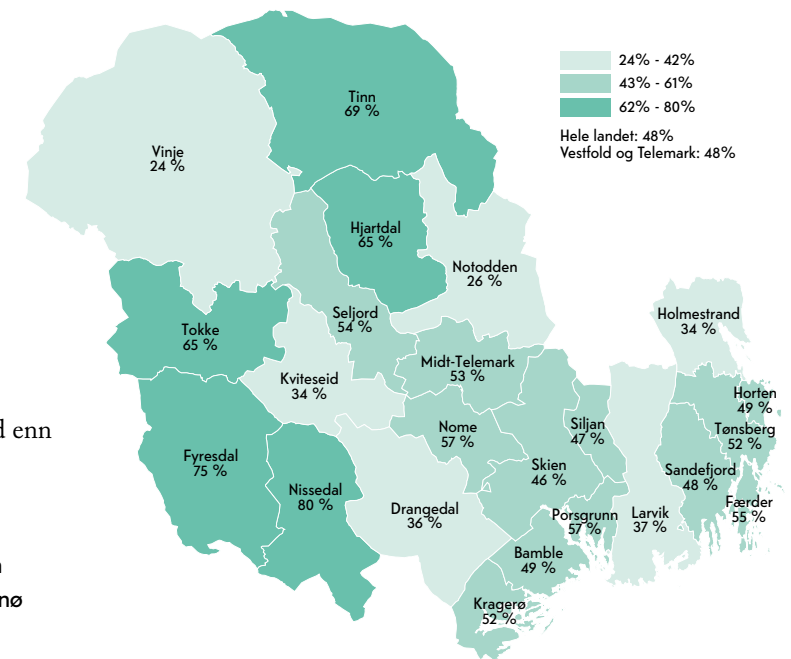
Det er også noen som ønsker seg bedre og andre tilbud enn de som finnes.

«Jeg skulle ønske at det hadde vært åpne haller som barn og unge kunne ha valgt å dra til når det for eksempel er snø ute, for å kunne spille enten basket, fotball, håndball eller noe annet.» (Gutt, ungdomsskolen, Tønsberg/Færder)

«Det skulle vært flere tilbud til ungdom som driver med landbruk, motorsykler, osv. Virker som det bare er lagt til rette for ungdom som driver med idrett i dag.» (Jente, videregående, Tønsberg/Færder)

Figur 7.5. Fornøyd med lokaler for å treffe andre

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som synes lokaler for å treffe andre unge på fritida er svært bra eller nokså bra. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-10. trinn.





8. Atferd

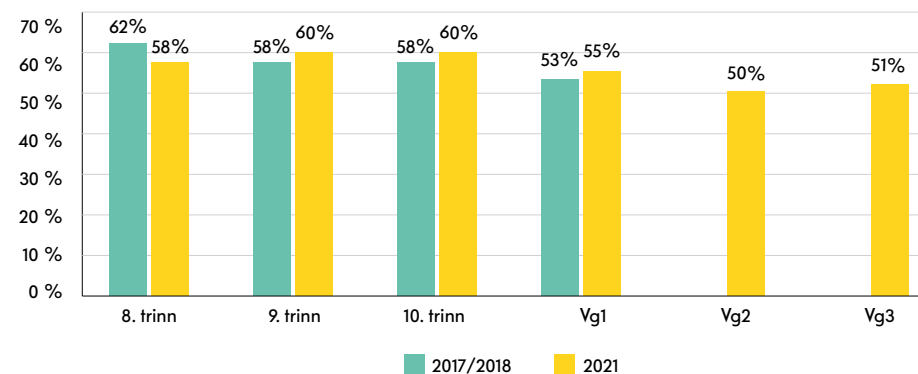
Fysisk aktivitet

Variert fysisk aktivitet er avgjørende for å utvikle motorikk, muskelstyrke og kondisjon hos barn og unge, og er også positivt for trivsel og sosial kontakt. Helsedirektoratet anbefaler at barn og unge er i fysisk aktivitet med moderat eller høy intensitet i minimum 60 minutter daglig, og i fysisk aktivitet med høy intensitet minst tre ganger i uken (Folkehelseinstituttet, 2021a).

Figur 8.1 viser andelen som svarer at de er så fysisk aktive at de blir andpustne eller svette minst tre ganger i uka. Andelen er høyest på ungdomsskolen, og går så noe ned i løpet av videregående. Figuren viser at det er relativt mange som ikke oppfyller de nasjonale anbefalingene om fysisk aktivitet. Selv om skjermtiden har økt, og mange ungdommer bruker mye tid på stillesittende aktiviteter, er det likevel få tegn til at ungdommene har blitt mindre fysisk aktive over tid. På alle klassetrinn, bortsett fra 8. trinn, er det flere som svarer at de regelmessig er fysisk aktive i 2021 enn i forrige Ungdata-undersøkelse. Som med mange andre helsevaner, finner vi store sosioøkonomiske forskjeller i fysisk aktivitet blant ungdom. Mens 46 % av ungdommene fra familier med lav sosioøkonomisk status svarer at de var fysisk aktive minst tre ganger i uka, svarer 66 % av ungdommene fra familier

Figur 8.1. Fysisk aktivitet

Hvor ofte er du så fysisk aktiv at du blir andpusten eller svett? Prosentandel som er fysisk aktiv 3-4 ganger i uka eller oftere. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3



med høy sosioøkonomiske status det samme. Disse sosiale forskjellene i helsevaner er akkurat like store i 2021 som i forrige Ungdata-undersøkelse.

I undersøkelsen får ungdommene også spørsmål om hvilken type trening de holder på med, og hvor ofte. Til sammen svarer 77 % av ungdommene fra 8. trinn-Vg3 at de trener minst én gang i uka. I løpet av tenårene endrer treningsvanene seg mye (figur 8.2). På nesten alle

klassetrinn er det vanligst å trene på egenhånd. Blant de yngste er det også mange som trener i idrettslag, men som vi så tidligere i rapporten, er det stort frafall fra idretten i løpet av ungdomstiden. Motsatt øker andelen som trener på helsestudio betydelig gjennom tenårene. 1 av 3 svarer også at de ukentlig driver med fysisk aktivitet som ikke er i regi av idrettslag, slik som fotball, basket, ski, skateboard, klatring eller liknende.

Figur 8.2. Regelmessig trening og aktivitet

Hvor ofte trener du eller driver med følgende aktiviteter? Prosentandel som driver med aktiviteten minst ukentlig. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3

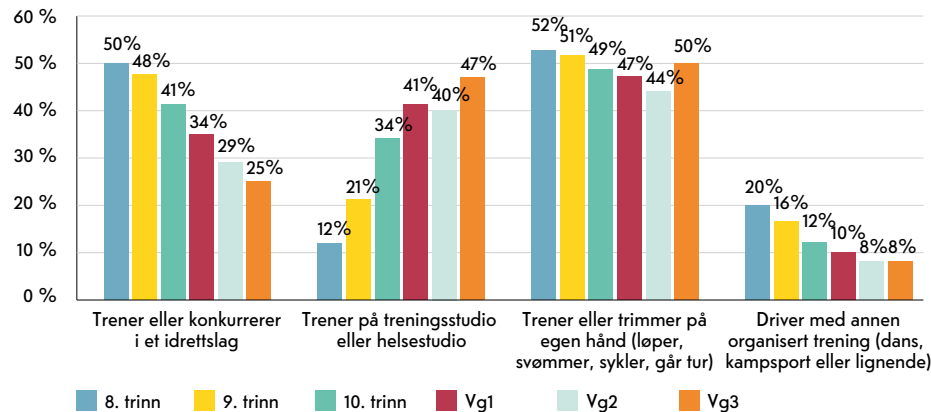


Foto: Unsplash

Flere har uttrykt bekymring for at pandemien har endret ungdommenes treningsvaner (Bakken, 2021). Når vi sammenlikner med forrige Ungdata-undersøkelse ser vi at andelen fra 8. trinn-Vg1 som trener minst én gang i uka har gått litt ned, fra 81 % til 79 %. Det er imidlertid måten ungdommene trener på som har endret seg mest. Andelen som trener i idrettslag, treningsstudio eller annen type organisert trening har gått litt ned, mens flere har trent på egenhånd. Dette er kanskje ikke så overraskende ettersom det var begrensninger i en organiserte treningstilbud da undersøkelsen ble gjennomført.

Måltider og kosthold

Mat- og måltidsvaner fra oppveksten legger grunnlaget for et sunt kosthold og gode måltidsvaner senere i livet. Måltidene har også en sosial og kulturell funksjon og er et sentralt samlingspunkt for mange (Meld. St. 19 (2014-2015)).

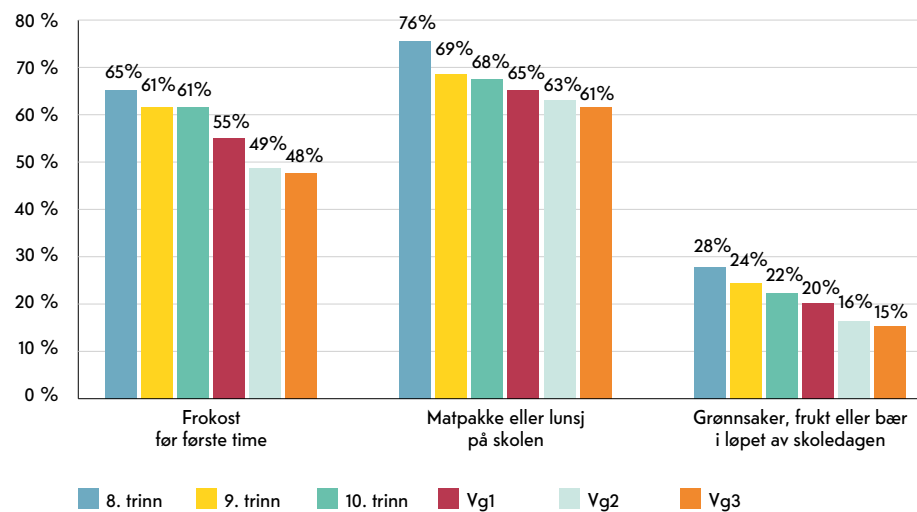
Til sammen svarer 57 % at de spiser frokost før første time hver dag, og 67 % svarer at de daglig spiser matpakke eller lunsj på skolen. 21 % svarer at de spiser grønnsaker, frukt eller bær hver skoledag. Figur 8.3 viser at det er vanligst å spise frokost, lunsj og frukt/bær hver dag blant de yngste, mens måltidsvanene endrer seg kraftig i løpet av ungdomstiden.

Som med andre helsevaner finner vi store sosioøkonomiske forskjeller i måltidsvanene. For eksempel svarer bare 46 % av ungdommene fra familier med lavest sosioøkonomisk status at de spiser frokost hver dag før første time, mens 67 % av ungdommene fra familier med høy sosioøkonomisk status svarer det samme.

Figur 8.4 viser at mat- og drikkevanene har endret seg noe siden forrige Ungdata-undersøkelse. Litt færre svarer at de daglig spiser grønnsaker, frukt, bær og grove bakevarer eller drikker melk i årets undersøkelse. Samtidig svarer litt flere at de drikker sukkerholdige drikker og energidrikk hver dag, og at de daglig spiser potetgull eller salt snacks.

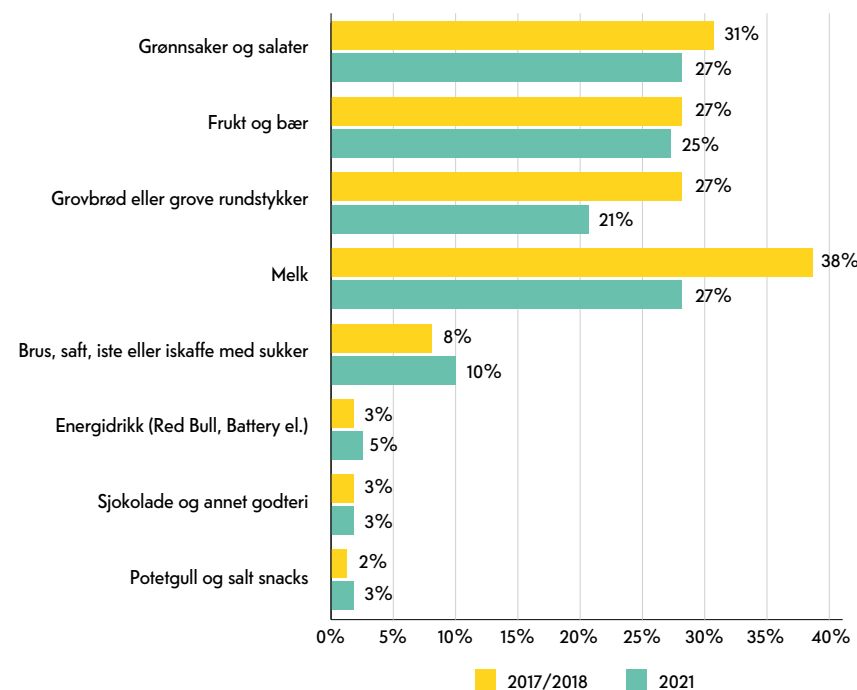
Figur 8.3. Måltider

Prosentandel som i løpet av en vanlig skoleuke spiser følgende hver dag. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 8.4. Mat- og drikkevaner

Prosentandel som vanligvis spiser eller drikker følgende hver dag. Vestfold og Telemark 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1. I 2021 gikk spørsmålene kun til hver tiende elev som deltok i undersøkelsen.



Søvn

Søvn er viktig for helse og velvære, og lite søvn og dårlig søvnkvalitet kan ha en rekke negative konsekvenser for helsa. Søvn er også viktig for læring og hukommelse, og å få nok søvn er viktig for å konsentrere seg og tilegne seg ny kunnskap på skolen. I løpet av ungdomstiden øker behovet for søvn, og anbefalt søvnlengde for ungdom mellom 14 og 17 år er åtte til ti timer. Samtidig er det mange ungdom som velger bort søvn til fordel for sosiale medier, serier og gaming (Lundetræ & Bjorvatn, 2018).

I Ungdata-undersøkelsen svarer 1 av 3 ungdommer fra Vestfold og Telemark at de sover seks timer eller mindre hver natt. Svært mange sover altså langt mindre enn hva som er anbefalt for denne aldersgruppen. 1 av 4 svarer at de har vært så søvnige at det har gått utover skole eller fritid minst tre ganger den siste uka.

Figur 8.5 viser at andelen som opplever at de har søvnproblemer har økt betydelig siden vi gjennomførte den første Ungdata-undersøkelsen i 2013/2015. Vi ser også at det er langt flere jenter enn gutter som svarer at de er plaget av søvnproblemer. I 2021 svarte 39 % av jentene at de var veldig mye eller ganske mye plaget søvnproblemer uka før undersøkelsen, mens 26 % av guttene svarte det samme.

Det har vært mye fokus på bruk av skjermaktiviteter og søvn (Lundetræ & Bjorvatn, 2018). I Ungdata-

undersøkelsen ser vi en sammenheng mellom søvnproblemer og skjermtid: jo flere timer brukt på skjerm, jo flere opplever å være plaget av søvnproblemer. Undersøkelsen sier imidlertid ikke noe om hva som påvirker hva. Får man ikke sove fordi man har brukt PC eller mobiltelefon rett før leggetid, eller finner man fram mobilen eller setter seg for å game fordi man ikke får sove?

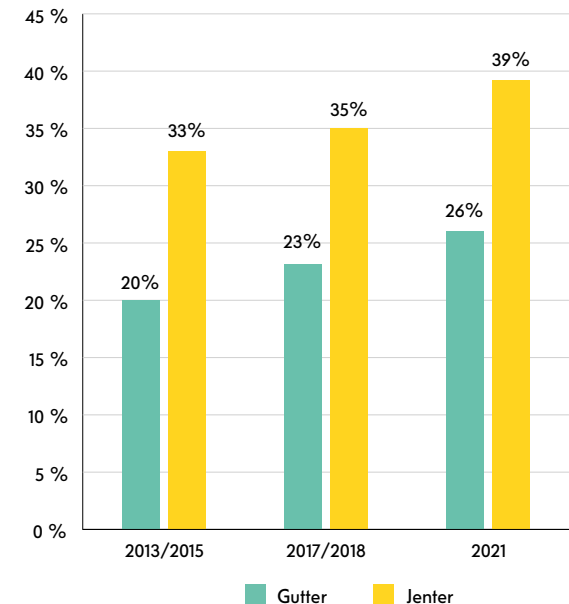
Tobakk

Fra starten av 2000-tallet har vi sett en nedgang i røyking blant kvinner og menn i alle aldersgrupper, samtidig som det har vært en økning i bruk av snus, særlig blant de yngste (Folkehelseinstituttet, 2021a). De siste årene er det imidlertid stadig færre ungdommer som snuser (Bakken, 2021).

Figur 8.6 viser at det samme mønsteret også gjelder i Vestfold og Telemark. Andelen gutter og jenter som røyker ukentlig er svært lavt, mens andelen som snuser minst ukentlig har gått betydelig ned fra 2013/2015 til 2021. For første gang har vi spurt om ungdommene bruker e-sigaretter/vape. Relativt få ungdommer bruker dette regelmessig, til sammen svarer 3 % av guttene og 1 % av jentene at de bruker dette minst ukentlig. Regelmessig bruk av røyk og snus øker utover tenårene, mens bruk av e-sigaretter er vanligst mot slutten av ungdomsskolen, og går deretter ned på videregående.

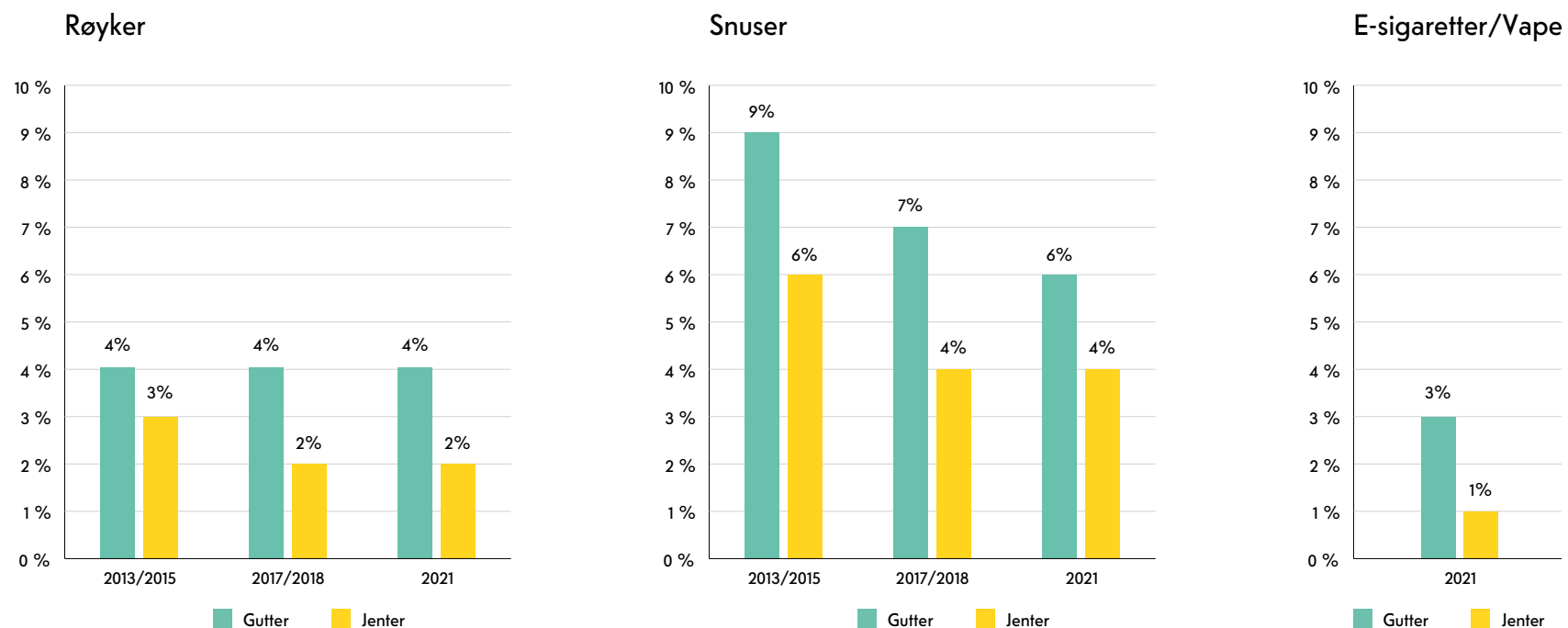
Figur 8.5. Søvn

Prosentandel gutter og jenter som er veldig mye eller ganske mye plaget av søvnproblemer den siste uka. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1.



Figur 8.6. Tobakk

Prosentandelen gutter og jenter som røyker, snuser eller bruker e-sigaretter/vape minst én gang i uka. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg1



Alkohol

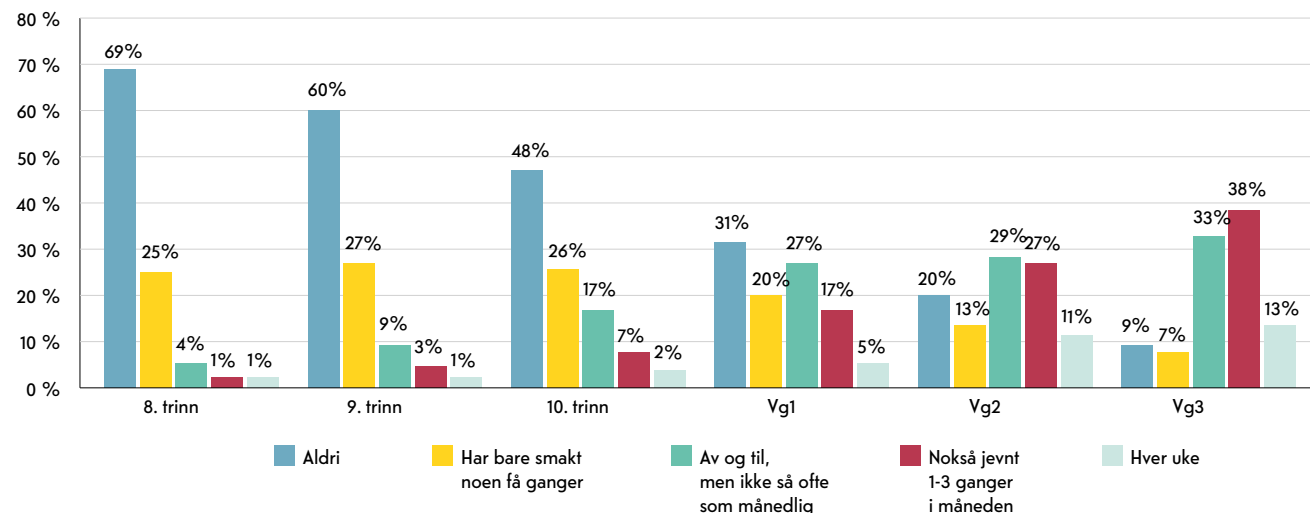
Mange prøver alkohol for første gang i løpet av ungdomstiden, ofte sammen med venner i en sosial setting. Figur 8.7 viser at alkoholvanene endrer seg mye gjennom ungdomstiden. På ungdomsskolen er det svært få som drikker noe som helst alkohol, men i løpet av videregående blir dette mer og mer vanlig. Vi finner små forskjeller i alkoholbruken mellom gutter og jenter.

Både i Norge og i mange andre land har ungdommenes alkoholbruk gått betydelig ned fra starten av 2000-tallet, særlig blant de yngste. Det siste tiåret har nedgangen stoppet opp, og alkoholbruket blant ungdom har vært relativt stabilt (Bakken, 2021).

Figur 8.8 viser at ungdom i 2021 drikker mindre alkohol enn det ungdom i forrige Ungdata-undersøkelse gjorde. Det har særlig vært en nedgang på 10. trinn og Vg1, både blant gutter og jenter. En del av denne nedgangen kan skyldes begrensninger på å møtes fysisk i forbindelse med koronapandemien.

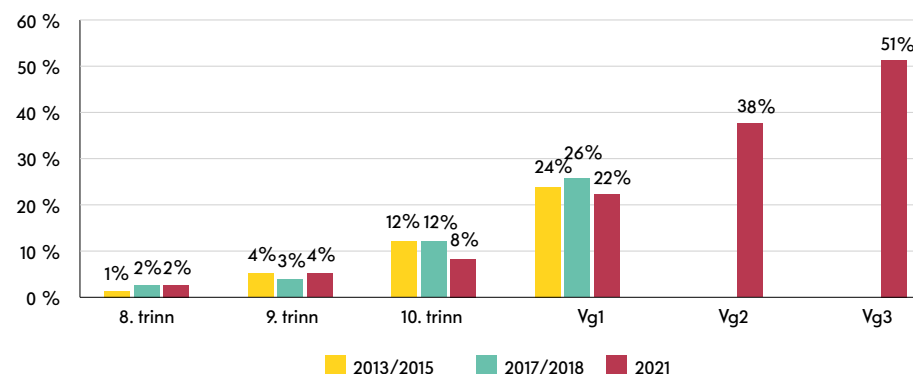
Figur 8.7. Alkohol

Hender det at du drikker noen form for alkohol? Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 8.8. Alkohol

Prosentandel som drikker alkohol månedlig. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8.trinn-Vg3



Ungdommenes alkoholbruk varierer også en del mellom kommunene. Mens 14 % av ungdommene fra 8. trinn-Vg3 bosatt i Bamble svarer at de drikker alkohol minst månedlig, svarer 26 % av ungdommene i Drangedal det samme. Alkoholbruken er høyest i distriktskommunene i gamle Telemark.

Foreldrenes rolle og holdninger til alkohol kan ha betydning for ungdommenes alkoholbruk (Bakken, 2021).

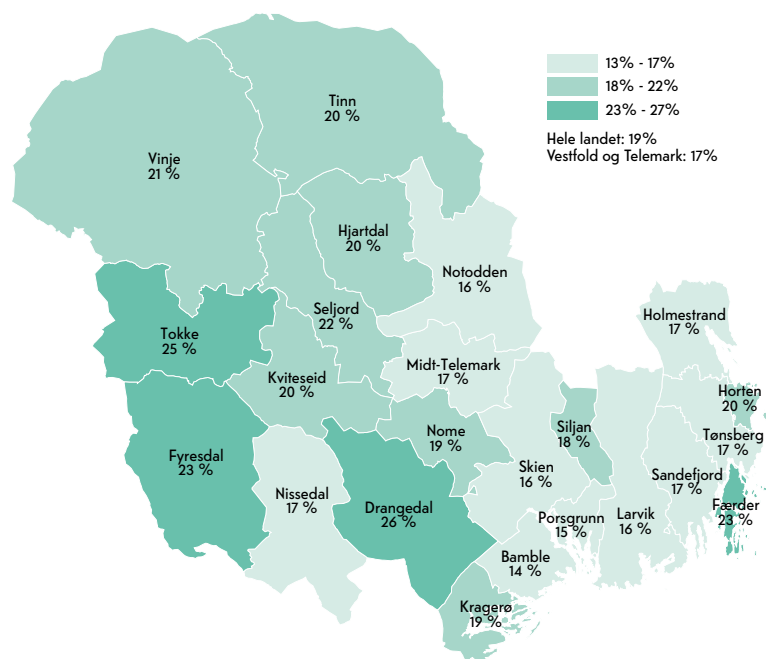
Figur 8.10 viser at nesten ingen ungdomsskoleelever får lov til å drikke alkohol av foreldrene sine. Fra 10. trinn til Vg1 er det imidlertid langt flere som opplever at de får lov til å drikke alkohol, samtidig som andelen som svarer at de ikke vet om de får lov også øker.

Når vi sammenlikner med tidligere Ungdata-undersøkelser ser vi at ungdommene opplever at foreldrene har blitt litt mer restriktive over tid. Færre svarer at de får lov til å

drikke alkohol av foreldrene sine i årets undersøkelse enn i den første Ungdata-undersøkelsen. Samtidig er det litt flere som svarer at de har sett foreldrene sine fulle eller tydelig beruset. Mens 7 % av ungdommene fra 8. trinn-Vg1 i 2017/2018 svarte at de av og til eller ofte har sett foreldrene sine fulle, svarte 9 % av ungdommene det samme i 2021.

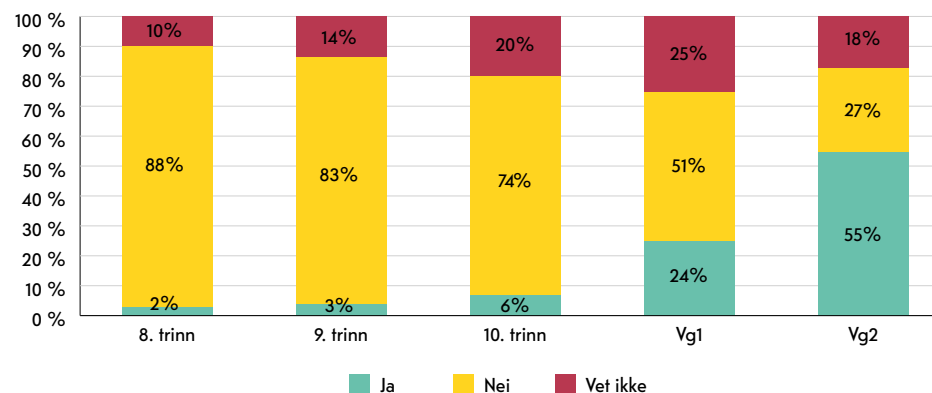
Figur 8.9. Alkohol

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som drikker alkohol månedlig eller oftere. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Figur 8.10. Får drikke alkohol av foreldrene

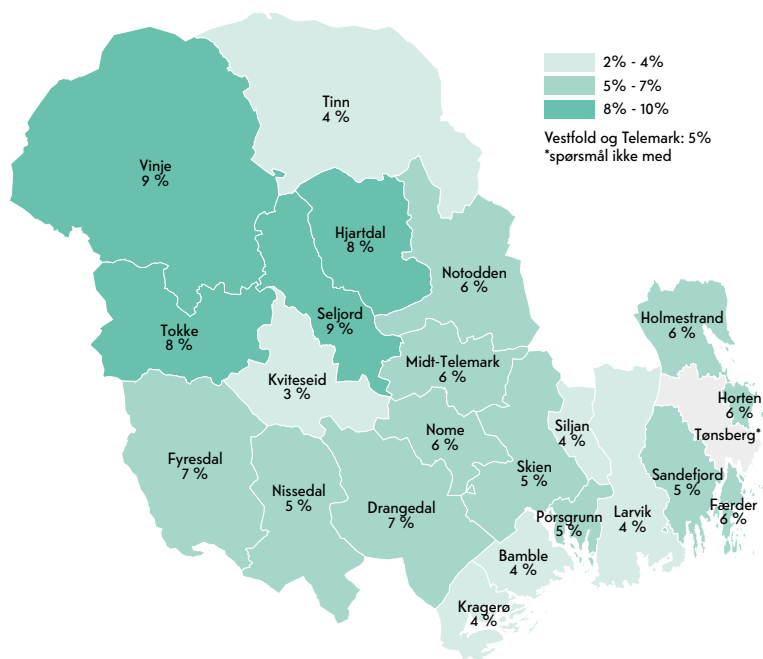
Får du lov til å drikke alkohol av foreldrene dine? Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg2



I undersøkelsen får ungdommene spørsmål om de har vært passasjer i bil der føreren har vært ruspåvirket. Til sammen svarer 3 % av ungdomsskoleelevene og 8 % av elevene på videregående skole at de har opplevd dette minst én gang det siste året. Andelen varierer imidlertid mye mellom kommunene, fra 3 % av ungdom fra 8. trinn-Vg3 i Kviteseid til 9 % i Tokke og Seljord (se figur 8.11).

Figur 8.11. Sittet på med ruspåvirket sjåfør

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som har sittet på med ruspåvirket sjåfør minst én gang det siste året. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3. * = spørsmål ikke med.



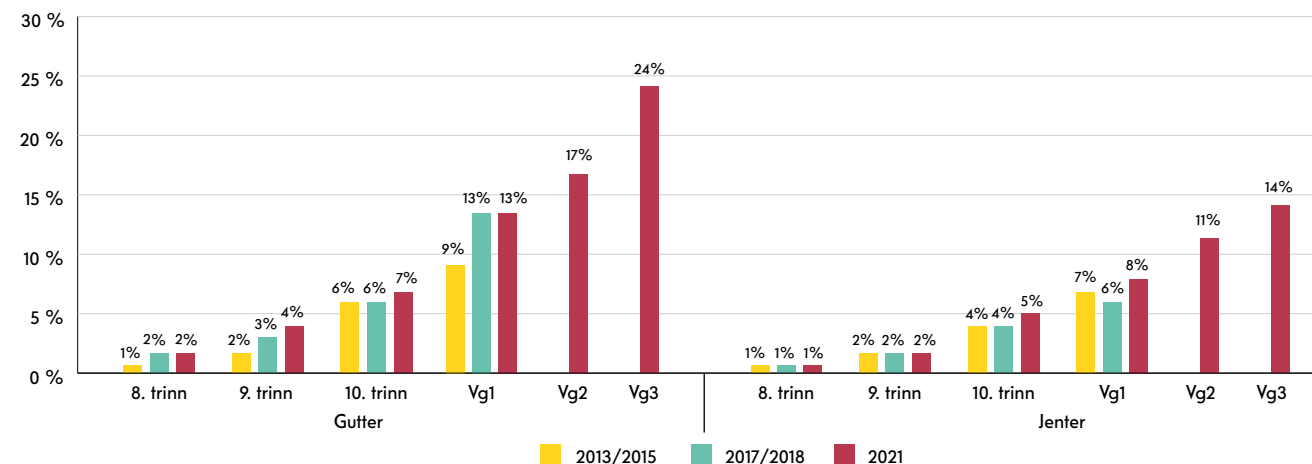
Cannabis

Cannabis/hasj/marihuana er det mest brukte ulovlige rusmiddelet i Norge (Folkehelseinstituttet, 2021a). Til sammen svarer 4 % av elevene på ungdomsskolen og 14 % av elevene på videregående at de har brukt cannabis minst én gang det siste året. Dette er akkurat likt som i de nasjonale Ungdata-tallene.

Figur 8.12 viser at gutter i langt større grad enn jenter bruker cannabis, samtidig som andelen øker betydelig i løpet av tenårene. Når vi sammenlikner med tidligere Ungdata-undersøkelser ser vi at andelen som har brukt cannabis har økt litt blant gutter på 9. og 10. trinn, og blant jenter på 10. trinn og Vg1. Dette står i kontrast til de nasjonale Ungdata-tallene der vi ser en liten nedgang både på ungdomsskolen og på videregående skole.

Figur 8.12. Cannabis

Prosentandel gutter og jenter som har brukt hasj minst én gang det siste året. Vestfold og Telemark 2013/2015, 2017/2018 og 2021. 8. trinn-Vg3

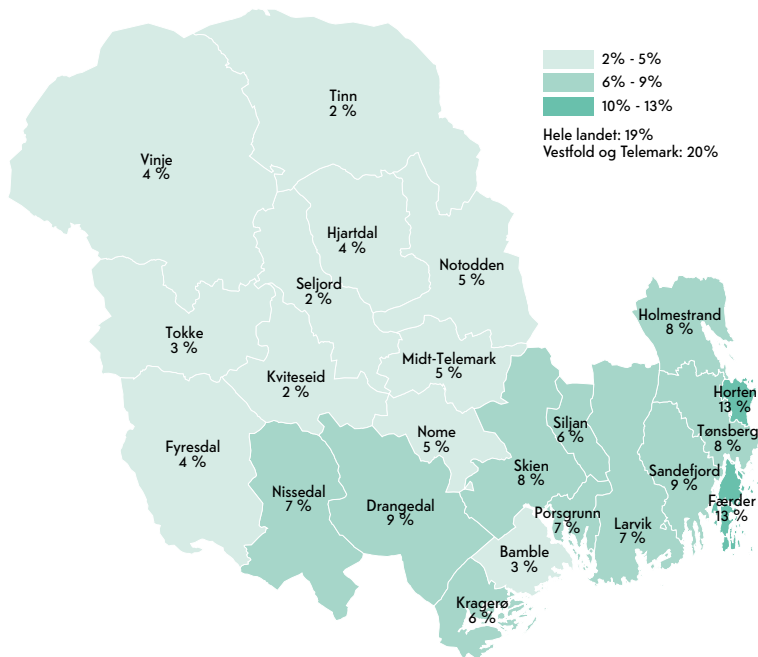




Figur 8.13 viser at andelen som har brukt cannabis minst én gang det siste året varierer en del mellom kommunene i Vestfold og Telemark. Mens 2 % av ungdommene fra 8. trinn-Vg3 bosatt i Kviteseid, Seljord og Tinn svarer at de har brukt cannabis, svarer 13 % av ungdommene i Færder og Horten det samme.

Figur 8.13. Cannabis

Prosentandel bosatt i den aktuelle kommunen som har brukt cannabis det siste året. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Det er langt flere som svarer at de har blitt tilbudt cannabis enn som faktisk bruker det. Til sammen svarer 16 % av ungdomsskoleelevene og 34 % av elever på videregående skole at de har blitt tilbudt cannabis minst én gang det siste året. Når vi sammenlikner med forrige Ungdata-undersøkelse ser vi at det særlig er flere jenter som har blitt tilbudt cannabis i 2021 enn i 2017/2018.

Et viktig funn i Ungdata-undersøkelsene i Vestfold og Telemark i 2017/2018 var at det var tegn til en endring i hasjkulturen blant unge, med økt bruk, særlig blant gutter. Vi ser også en økning i hasjbruk i årets undersøkelse, men ikke like stor som tidligere. Samtidig fortsetter trenden fra forrige Ungdata-undersøkelse, der stadig flere svarer at det å røyke cannabis gir status i vennegjengen, og flere har blitt tilbudt cannabis. Det virker imidlertid ikke som om ungdom opplever et uttalt press om å prøve cannabis. 11 % av ungdommene svarer at de føler at det er press blant ungdom om å prøve cannabis, mens 5 % svarer at de har blitt utsatt for dette presset selv.

Legalisering av narkotika har vært mye debattert i Norge de siste årene, ikke minst i forbindelse med rusreformen som ble lansert i begynnelsen av 2021. I årets Ungdata-undersøkelse har ungdommene fått spørsmål om hvorvidt hasj og marihuana bør bli lovlige rusmidler i Norge. Til sammen svarer 36 % av guttene og 26 % av jentene at de er helt eller litt enige i at dette bør bli lovlig. Jo eldre ungdommene er, jo flere svarer at disse rusmidlene bør legaliseres: 23 % av elevene på 8. trinn er for legalisering av hasj og marihuana, mens 39 % av elevene på Vg3 svarer det samme.

Ungdommene har også fått spørsmål om de har brukt andre narkotiske stoffer enn cannabis. Til sammen svarer 4 % at de har brukt andre narkotiske stoffer minst én gang det siste året. Andelen øker i løpet av tenårene, og flere gutter (5 %) enn jenter (3 %) har prøvd dette.

Hva skriver ungdommene om bruk av rusmidler?

I det åpne spørsmålet er det en del ungdommer som skriver om bruk av rusmidler. Av dem er det igjen en del ungdommer som skriver at det er fint at det er liten bruk av rusmidler blant barn og unge.

«Jeg mener ungdommer i dag har mer frihet og forståelse for hva som bra/dårlig for helsen. Det gjør at ikke like mange bruker/tar i seg dårlige rusmidler eller mye alkohol, og det syntes jeg er bra.» (Jente, ungdomsskolen, Grenland)

«Jeg syntes det er mange muligheter for et godt ungdomsmiljø. Personlig passer jeg bedre inn i persongruppen som ser ned på rusbruk og kulturen rundt det.» (Jente, ungdomsskolen, Horten/Holmestrand)

«Vi vokser opp med at det ikke er noko kult å bruke rusmidler.» (Jente, ungdomsskolen, Øst-Telemark)

Men det er også en del som skriver det stikk motsatte, nemlig at det er mye rusmiddelbruk blant ungdom.

«Rusmidler har blitt mer normalisert i flere miljøer, og det synes jeg ikke er bra.» (Jente, ungdomsskolen, Tønsberg/Færder)

«Det som ikke er bra er at ungdommer røyker, snuser, drikker, vaper og sånt.» (Jente, ungdomsskolen, Grenland)

«Det som ikke er bra med å vokse opp i dag er jo at folk starter tidligere med ting, som hasj, andre stoffer og alkohol.» (Jente, ungdomsskolen, Øst-Telemark)

Noen av ungdommene skriver også om press knyttet til det å bruke rusmidler.

«Det som er dumt er at det skal være så mange rare gruppepressgreier, som at om alle røyker unntatt én så blir det bare dumt og den ene personen som ikke gjør det må gjøre det også.» (Jente, ungdomsskolen, Horten/Holmestrand)

Problematferd og vold

Totalt sett har kriminaliteten gått ned i Norge de siste 15 årene, også blant de yngste. Dette skyldes først og fremst en nedgang i eiendomsstyveri. Tall fra Ungdata-undersøkelsene viser også at færre ungdommer svarer at de er involvert i ulike lov- og regelbrudd (Aase et al., 2020).

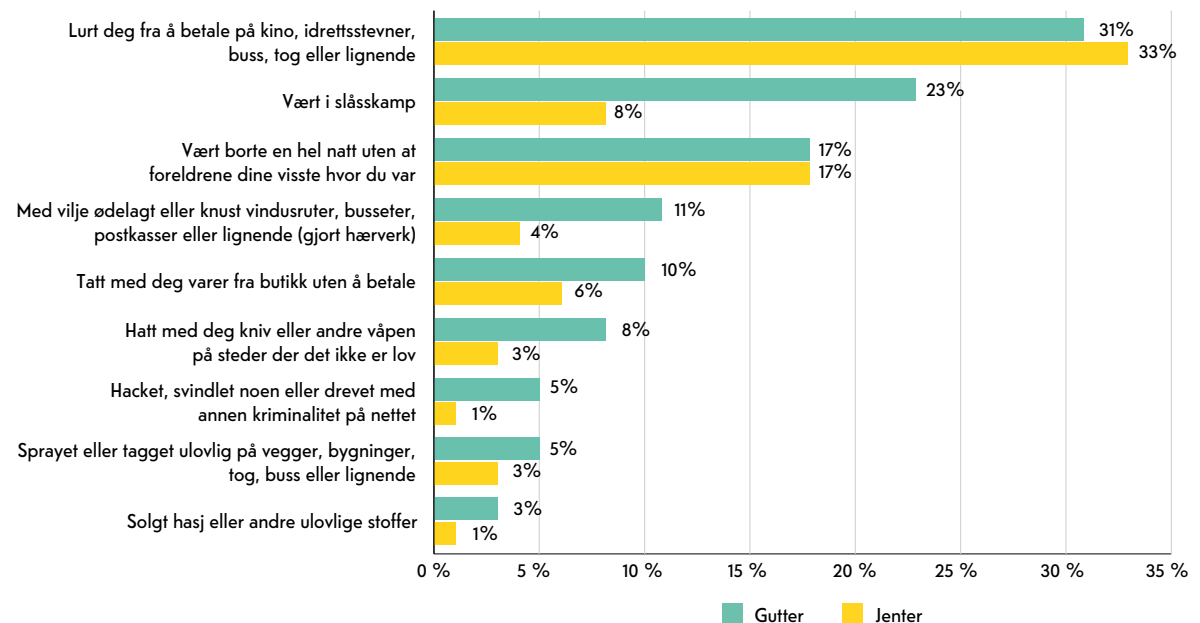
Figur 8.14 viser andelen gutter og jenter i Vestfold og Telemark som minst én gang det siste året har vært involvert i ulike former for regelbrudd av varierende alvorlighetsgrad. Det er en god del vanligere at gutter begår ulike regelbrudd enn jenter. Det vanligste regelbruddet er å ikke ha betalt for kollektivtransport, kino eller liknende. Blant gutter er det også mange som har vært i slåsskamp.

Et viktig funn i de forrige Ungdata-undersøkelsene i Vestfold og Telemark var at omfanget av lov- og regelbrudd økte, særlig blant gutter. I årets undersøkelse

ser vi få tegn til at denne utviklingen fortsetter. For de fleste regelbruddene er omfanget like stort som i 2017/2018-undersøkelsen, med to unntak. For det første svarer langt færre gutter at de har vært involvert i slåsskamper – en nedgang på nesten 10 prosentpoeng fra forrige undersøkelse. For det andre ser vi en stor økning i andelen som svarer at de har lurt seg fra å betale for kollektivtransport osv. Det kan ha sammenheng med at flere kan ha sneket på bussen i koronatiden med færre billettkontroller enn tidligere.

Figur 8.14. Regelbrudd

Prosentandel gutter og jenter involvert i ulike former for regelbrudd minst én gang det siste året. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Mesteparten av volden ungdom blir utsatt for skjer i møte med andre ungdommer. 21 % av ungdommene i Vestfold og Telemark svarer at de har blitt slått, sparket, ristet hardt, lugget eller lignende av andre ungdommer det siste året. 4 % svarer at de har blitt tuet, angrepet eller ranet av en ungdom med gjenstand eller våpen. Omfanget av slik vold er høyere blant gutter enn jenter, og vanligst blant de yngste. Tallene for Vestfold og Telemark er på samme nivå som de nasjonale Ungdata-tallene.

I det åpne spørsmålet er det noen få som skriver om at det er en del vold i nærmiljøet.

«Jeg digger å ha det gøy, men føler det er bare annerledes, fordi før ungdomsskolen var det mye mindre farlig å være ute. Nå har folk kniv og kan bare stikke deg for en irrelevant krangel og kan banke deg, så synes det ikke er så trygt.» (Gutt, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

«Det er en ting til jeg er litt sånn redd for, fordi i noen kommuner er det gjenger som kommer og tar deg hvis du har kødda eller vært slem mot en av kompisene eller venninnene deres. (...) Det er litt skummelt fordi en kommentar kan gjøre sånn at du blir banket opp.» (Jente, ungdomsskolen, Larvik/Sandefjord)

«Det er mye slåssing, drikking, og trusler blant barn og unge.» (Gutt, ungdomsskolen, Tønsberg/Færder)

Selvskading og forsøk på selvmord

For første gang har vi spurt ungdommer i både Vestfold og Telemark om de i løpet av de siste 12 månedene har forsøkt å skade seg selv, og om de har forsøkt å ta sitt eget liv.

Helsedirektoratet definerer selvskading som skade en person påfører seg selv med vilje, uten intensjon om å dø. Det er mange forskjellige årsaker til at noen skader seg selv. Det kan handle om alt fra å mestre overveldende følelser til å påvirke andre og søke støtte (Helsedirektoratet, 2021).

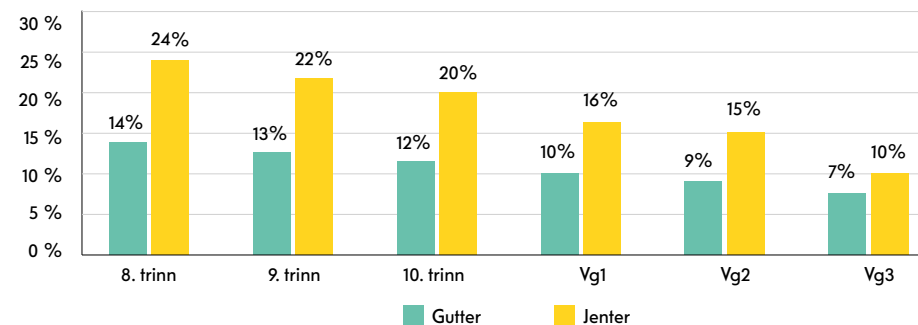
Til sammen svarer 11 % av guttene og 26 % av jentene at de har skadet seg selv med vilje minst én gang det siste året. Figur 8.15 viser at selvskading er vanligst blant de yngste, og gradvis blir mindre utbredt i løpet av tenårene. Går vi bak tallene finner vi at de som skader seg selv i snitt har

dårligere familieøkonomi, i mindre grad trives på skolen, opplever mer ensomhet, har svakere relasjoner til familie og venner, i større grad har psykiske helseplager, har lavere mestringstro, opplever med press og er mer utsatt for mobbing enn de som ikke skader seg selv. De som skader seg selv er også i større grad i kontakt med hjelpeapparatet enn andre ungdommer.

Helsedirektoratet definerer selvmordsforsøk som handlinger der man har til hensikt å skade seg selv, der det fremkommer et ønske om å dø. Årsakene til at noen forsøker å ta sitt eget liv er ofte sammensatte. Det kan være mange ting som opptrer samtidig som fører til opplevelse av håpløshet og følelse av ikke å mestre livet. Andre kan ha akutte tilstander som fører til impulsive handlinger (Helsedirektoratet, 2021).

Figur 8.15. Selvskading

Prosentandel gutter og jenter som har skadet seg selv med vilje uten ønske om å dø minst én gang det siste året. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



I 2021 svarer 4 % av guttene og 7 % av jentene i Vestfold og Telemark at de har forsøkt å ta sitt eget liv det siste året. Dette utgjør omtrent 1 000 ungdommer. 20 % av guttene og 34 % av jentene svarer at de har tenkt på å ta sitt eget liv. På samme måte som med selvskading synker andelen som har forsøkt å ta sitt eget liv med alderen. Blant de som har forsøkt å ta sitt eget liv svarer 25 % av guttene og 33 % av jentene at de har bedt om hjelp i etterkant. Det er vanligst å ha fått hjelp av en helsearbeider, slik som lege, psykolog eller psykiater, men mange har også søkt hjelp hos venner og familie.

Når det gjelder selvskading og selvmordsforsøk har vi ikke nasjonale tall å sammenlikne med, men både Telemark og Agder har hatt med spørsmål om dette i tidligere Ungdata-undersøkelser. Hvis vi sammenlikner med disse undersøkelsene ser vi at omfanget av selvskading og selvmordsforsøk er ganske likt for gutter, men litt høyere for jenter i årets undersøkelse i Vestfold og Telemark.



Del 3. Dypdykk i utvalgte resultater

9. «Å ha trua» – Hvilke forhold i ungdommenes liv har betydning for deres generelle tro på at de kan mestre kommende utfordringer?

Tekst: Catherine Anne Nicole Lorentzen, Asle Bentsen, Elisabeth Gulløy og Eli Haraldsen

Hva er «generell mestringstro», og hvorfor er det viktig å ha det?

Den grunnleggende troen på at en kan håndtere de utfordringene livet byr på kalles for *generell mestringsforventning eller mestringstro* (Bandura, 2012). Det handler om å ha en stabil følelse av at man har det som trengs for å håndtere utfordrende situasjoner. Mestringstro ser ut til å være en viktig ingrediens i det å oppleve livet som rimelig godt (Manger & Wormnes, 2015).

Ungdom med generell mestringstro har i mindre grad negative følelser og opplever mer av de positive følelsene, og de er mer tilfredse med livet enn ungdom med svakere generell mestringstro (Huang, 2021). Ungdom med mestringstro ser også ut til å bli mindre påvirket av stress (Manger & Wormnes, 2015). Å ha en generell tro på mestring gjør at man i større grad tar initiativ, yter mer og er mer utholdende i møte med arbeidsoppgaver og utfordringer (Coalter & Taylor, 2010).

Slik kan mestringstro sees på som en personlig ressurs som det er verdt å styrke, og dette er kanskje spesielt viktig i ungdomstiden. Vi vil derfor se nærmere på hvilke forhold i ungdommenes liv som ser ut til å ha størst betydning for deres generelle mestringstro.

Hva sier litteraturen om hvordan ungdommenes generelle mestringstro utvikles og påvirkes?

Både teori og forskning viser at egen tro på å mestre i stor grad utvikles gjennom tidligere mestringserfaringer, ved å observere at andre mestrer, og ved at omgivelsene viser at de har tro på deg (Bandura, 2012). Slike opplevelser og erfaringer vil forekomme i mange ulike sammenhenger og på mange av livets arenaer.

Dette er i tråd med den sosioøkologiske modellen til Bronfenbrenner, som beskriver hvordan mennesker påvirkes av omgivelsene. Modellen ble i utgangspunktet utviklet som

en sosialpsykologisk teori om sosialisering. Den gir en god illustrasjon på hvordan både nære personrelaterte forhold, forhold i de sosiale omgivelsene og forhold i strukturene man er omgitt av påvirker og former enkeltmennesket (Helsedirektoratet, 2017; Stockols, 1992). For å utforske hvordan mestringstro kan utvikles gjennom et samspill mellom ungdommene og deres omgivelser tar vi her utgangspunkt i sosioøkologien.

I samsvar med den sosioøkologiske tankegangen viser tidligere forskning at generell mestringstro blant ungdom påvirkes av mange forhold på ulike nivåer. For eksempel viser enkelte studier at kjønn kan ha betydning fordi gutter generelt rapporterer sterkere mestringstro og selvtillit enn jenter (Kvarme et al., 2009; Ma et al., 2015).

Også deltakelse i aktiviteter på fritida, som trening og fysisk aktivitet, idrettsaktivitet og skjermaktivitet, vil kunne spille inn på mestringstro – både i positiv og negativ forstand.

For eksempel gir fysisk aktivitet og idrett muligheter for mange gode mestringsopplevelser, muligheter for å møte voksne og jevnaldrende som kan være positive rollemodeller i eget liv, og muligheter til å skaffe seg venner og bekjente som utgjør støttende relasjoner. Alt dette vil kunne påvirke mestringstroen positivt (Reverdito et al., 2017). Samtidig kan man erfare det motsatte dersom miljøene er for prestasjonsorienterte eller preget av negativ sosial kontroll slik at de oppleves som lite støttende.

Skjermaktiviteter kan for eksempel styrke mestringstroen gjennom at man opplever støttende relasjoner på ulike medieplattformer, og gjennom mestringsopplevelser (Samdal et al., 2017). Men det motsatte kan også skje, for eksempel om man jevnlig eksponeres for nye forventninger, trender og kroppsidealiser som er vanskelige å leve opp til.

Forskning viser videre at det å ha gode relasjoner til jevnaldrende og foreldre som er støttende og oppmuntrende kan bidra til styrket mestringstro, mens opplevelse av mobbing og eksklusjon kan gi motsatt effekt (Wachs et al., 2020).

Tilsvarende kan skolerelaterte forhold påvirke ungdommenes tro på å mestre utfordringer. Skolearbeid og undervisning kan være en arena der ungdom kan styrke sin mestringstro, fordi den naturlig gir muligheter for målbevisst arbeid og mestringsopplevelser, kombinert med

systematisk tilbakemelding og støtte fra lærerne (McCauley et al., 2019). Et godt forhold til læreren og opplevelse av tilhørighet på skolen ser også ut til å kunne styrke unges generelle mestringstro (Wachs et al., 2020).

Samtidig er det også slik at problemer og motstand på skolen kan svekke mestringstroen. Økt fokus på testing og prestasjonsorientering i skolen ses som en av årsakene til økningen i psykiske plager blant unge (Olsen et al., 2016, Hegna et al., 2017). I en fokusgruppeundersøkelse blant unge ble skolen pekt ut som den viktigste årsaken til stress og press (Eriksen et al., 2017).

Denne lille gjennomgangen av forskningslitteratur om påvirkningsfaktorer for generell mestringstro blant ungdom viser at det er naturlig å gå bredt ut når vi skal utforske hvilke forhold som kan ha betydning for utviklingen av generell tro på å mestre fremtidige utfordringer blant ungdom i Vestfold og Telemark. Vi vil undersøke forhold på ulike arenaer og påvirkningsnivåer (individuelle, sosiale og strukturelle), i tråd med den sosioøkologiske tilnærmingen. Figur 9.1 illustrerer hvilke forhold vi forventer er relatert til generell mestringstro i Ungdata-undersøkelsen. Disse forholdene har vi plassert på ulike nivåer i en sosioøkologisk modell.

Data og metode

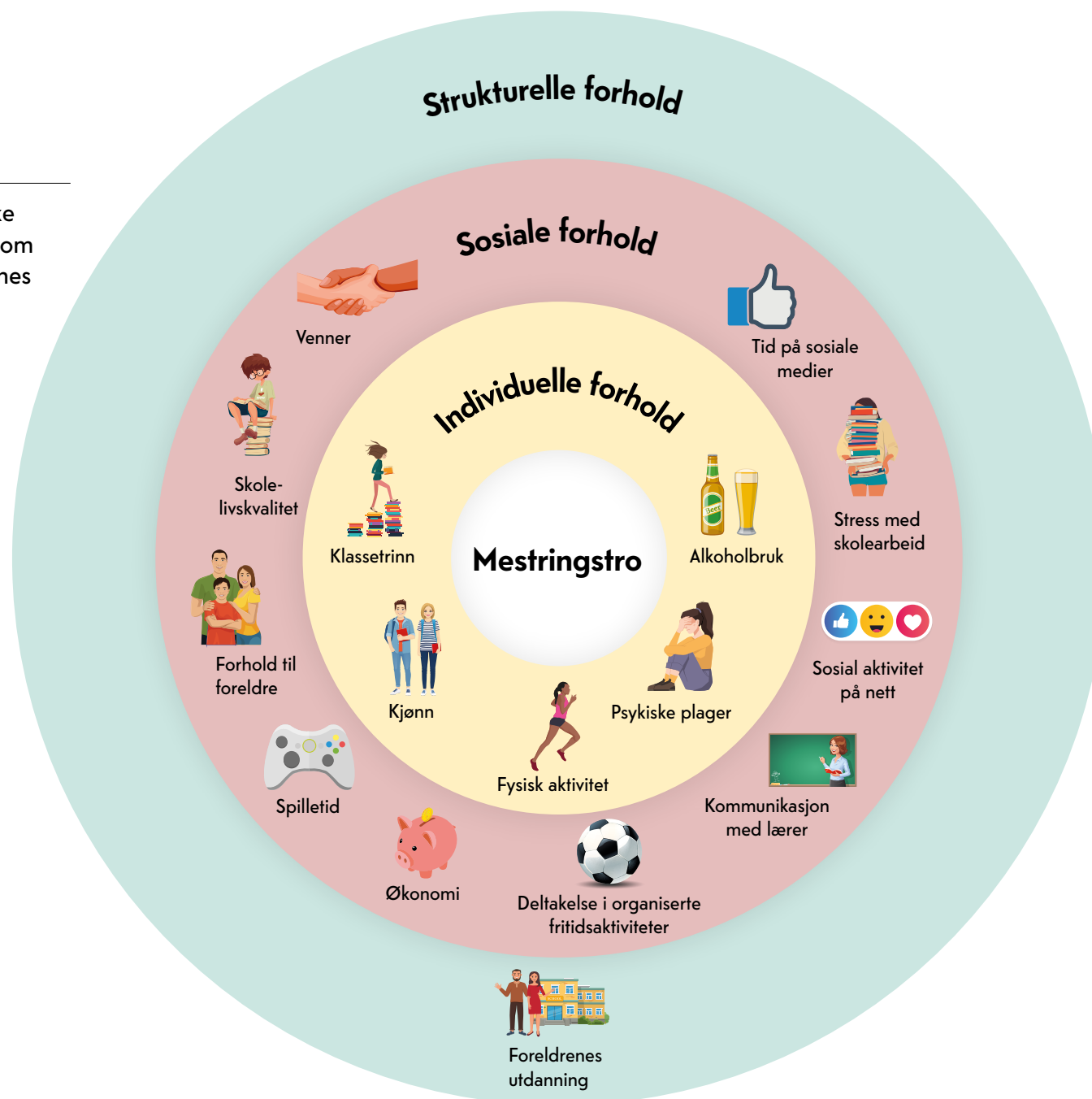
Analysen bygger på Ungdata-undersøkelsen gjennomført på ungdomskoler og videregående skoler i Vestfold og Telemark våren 2021. 22 028 ungdommer besvarte hele eller deler av undersøkelsen. Med utgangspunkt i fem ulike påstander knyttet til mestringstro (se tekstboks) har vi laget en indikator for å beskrive ungdommenes generelle tro på egen mestring.

Påstander knyttet til generell tro på egen mestring

- Jeg klarer alltid å løse vanskelige problemer hvis jeg prøver hardt nok
- Hvis noen motarbeider meg, så kan jeg finne måter og veier for å få det som jeg vil
- Jeg føler meg trygg på at jeg ville kunne takle uventede hendelser på en effektiv måte
- Jeg beholder roen når jeg møter vanskeligheter fordi jeg stoler på mestringssevnen min
- Hvis jeg er i knipe, så finner jeg vanligvis en vei ut

Figur 9.1. Forhold på ulike sosioøkologiske nivåer som kan påvirke ungdommenes generelle mestringstro

Ikoner: GettyImages



Ungdommene skulle ta stilling til påstandene, og svaralternativene var «Helt galt», «Nokså galt», «Nokså riktig» og «Helt riktig». Indikatoren vi lagde viser antall påstander ungdommene svarer «Nokså riktig» eller «Helt riktig». Alle som har svart på undersøkelsen får dermed en verdi for mestringstro som går fra 0 (ingen påstander er nokså riktige/helt riktige) til 5 (alle påstandene er nokså riktige/helt riktige).

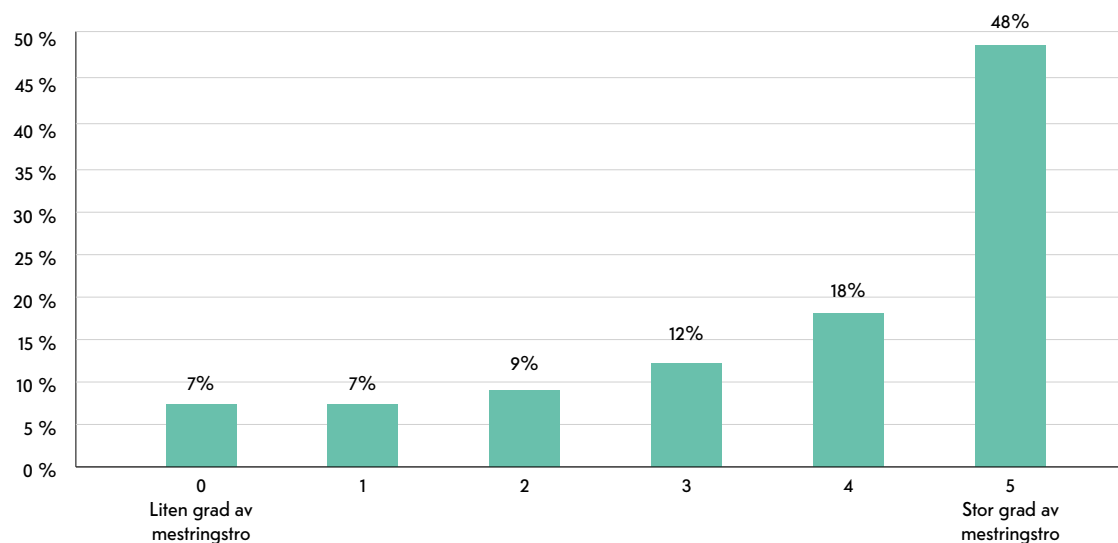
Analysen vi har gjennomført har to deler. I den første delen ser vi hvordan ungdommene fordeler seg når det gjelder mestringstro. Den andre delen er en lineær regresjonsanalyse. Denne analysemetoden gjør at vi kan undersøke hvilke forhold som har en tendens til å opptre sammen med mestringstro, samtidig som vi kontrollerer for betydningen av de andre forholdene i ungdommenes liv som også er tatt med i analysen. Framgangsmåten gjør det også mulig å undersøke om noen forhold ser ut til å være viktigere for ungdommenes mestringstro enn andre.

Resultater

Figur 9.2 viser at omtrent halvparten av ungdommene i fylket opplever høy grad av mestringstro. 48 % av ungdommene svarer at de opplever alle fem påstandene om mestringstro som riktige. I den andre enden av skalaen er det 14 % som svarer at bare én, eller ingen, av påstandene er riktige.

Figur 9.2. Mestringstro

Andelen ungdommer med ulik grad av mestringstro. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



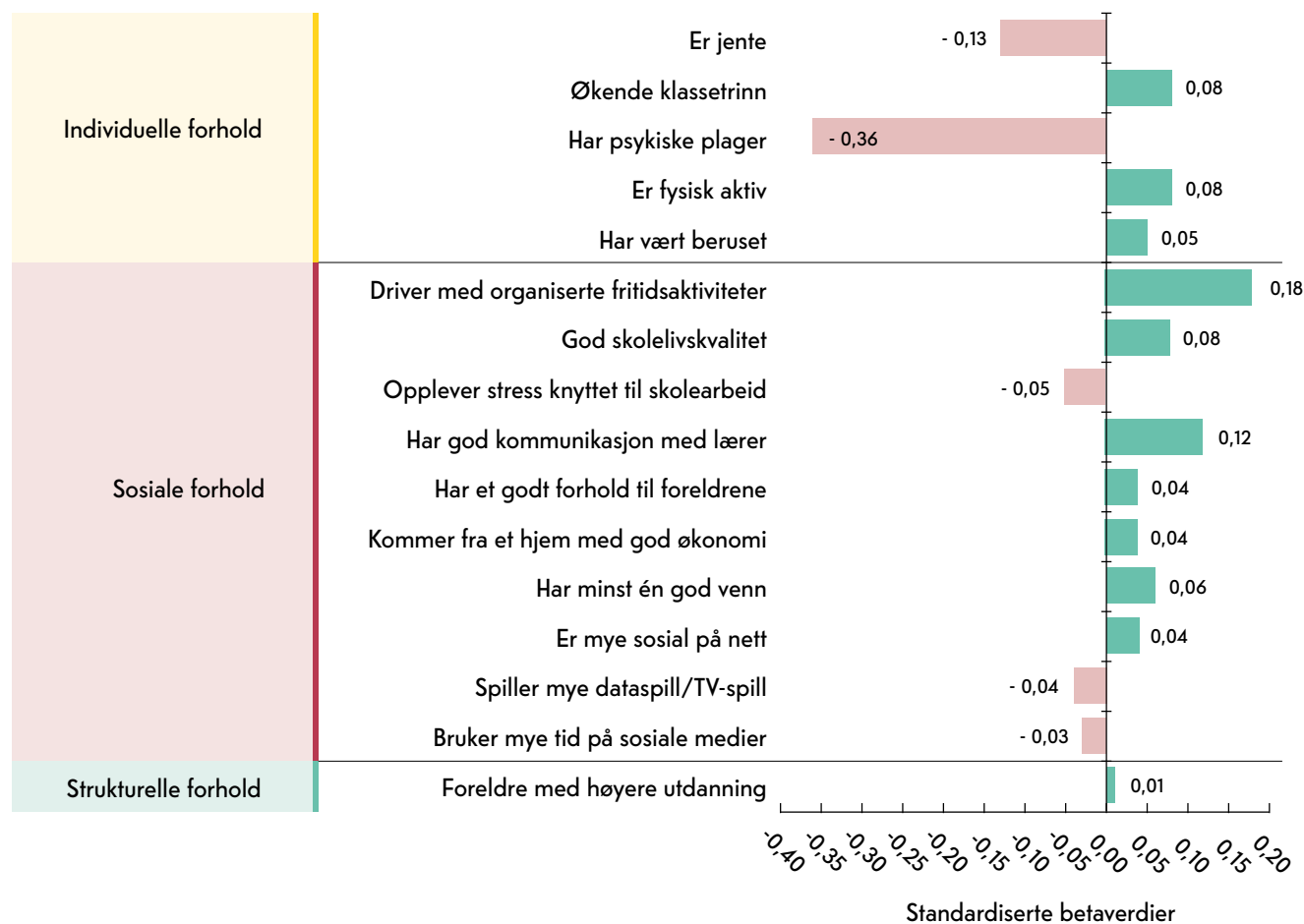
Tabell 9.1 viser de forholdene som kan påvirke generell mestringstro som vi inkluderte i regresjonsanalysen.

Tabell 9.1. Forhold som kan påvirke generell mestringstro

	FAKTOR	PÅSTAND	VERDI (YTTERPUNKTER)
Individuelle forhold	Kjønn	Er du gutt eller jente?	0=Gutt, 1=Jente
	Klassetrinn	Hvilket klassetrinn går du på?	1=8. trinn, 6=Vg3
	Psykiske plager	Antall tegn på lettere psykiske plager: - Følt at alt er et slit - Hatt søvnproblemer - Følt deg ulykkelig, trist eller deprimert - Følt håpløshet med tanke på framtida - Følt deg stiv eller anspent - Bekymret deg for mye om ting	0=0 plager, 6=6 plager
	Fysisk aktivitet	Tenk på de siste sju dagene. Hvor mange dager var du så fysisk aktiv at du ble andpusten eller svett i minst 60 minutter til sammen i løpet av en dag?	0=Ingen av dagene, 5=7 dager
	Alkoholbruk	Hvor mange ganger har du drukket så mye at du har følt deg tydelig beruset i løpet av siste år?	1=Ingen ganger, 5=11 ganger eller mer
Sosiale forhold	Deltakelse i organisert fritid	Deltakelse siste måneden på (antall ganger): - Idrettslag - Fritidsklubb/ ungdomshus/ungdomsklubb - Religiøs forening - Korps, kor, orkester - Kulturskole/musikkskole - Annet	0=Ingen ganger, 4= 4 ganger eller mer
	Skolelivskvalitet	Antall positive forhold til skolen: - Jeg trives på skolen - Lærerne mine bryr seg om meg - Jeg føler at jeg passer inn blant elevene på skolen - Jeg er fornøyd med skolen	0=0, 4=4
	Stress med skolearbeid	Jeg blir stresset av skolearbeidet	1=Aldri, 5=Svært ofte
	Kommunikasjon med lærer	Antall tegn på god kommunikasjon med lærerne: - Tilbakemeldingene jeg får fra lærerne er vanligvis forståelige - Vanligvis skjønner jeg godt hva lærerne mener når de forklarer noe i timen - Lærerne bruker ofte ord og uttrykk som er vanskelige å forstå	0=0, 3=3
	Forhold til foreldre	Antall positive foreldreforhold: - Fornøyd med foreldrene - Foreldrene mine pleier å vite hvor jeg er, og hvem jeg er sammen med på fritida - Foreldrene mine kjenner de fleste av vennene jeg er sammen med i fritida	0=0, 3=3
	Familieøkonomi	Har familien din hatt god eller dårlig råd/økonomi de siste to årene?	1=Vi har hatt dårlig råd hele tida, 5=Vi har hatt god råd hele tida
	Venner	Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?	1=Har ingen jeg vil kalle venner nå for tida, 4=Ja, helt sikkert
	Sosial på nett	Hvor mange ganger siste uke har du vært sosial på nett eller mobil størstedelen av kvelden	0=Ingen ganger, 4=6 ganger eller mer
	Dataspill/TV-spill	Hvor lang tid bruker du på dataspill/TV-spill på en gjennomsnittsdag?	1=Ikke noe tid, 6=Mer enn tre timer
	Sosiale medier	Hvor lang tid bruker du på sosiale medier på en gjennomsnittsdag?	1=Ikke noe tid, 6=Mer enn tre timer
Strukturelle forhold	Foreldrenes utdanning	Har dine foreldre/foresatte utdanning fra universitet eller høyskole?	1=Nei, ingen av dem, 3=Ja, begge

Figur 9.3 viser hvilke forhold som kan ha betydning for ungdommenes generelle mestringstro². Øverst ser vi de individuelle forholdene, videre kommer de sosiale forholdene, og til slutt de strukturelle forholdene. Figuren skal leses slik at jo lengre streker, jo høyere verdier; desto sterkere er påvirkningen på generell mestringstro. Positive verdier (grønne streker) gir økt mestringstro, mens negative verdier (rød streker) gir redusert mestringstro.

Figur 9.3. Forhold som påvirker generell mestringstro blant ungdom i Vestfold og Telemark



² Oppgitte tall er standardiserte betaverdier. Regresjonskoeffisienten (r), som viser styrken på sammenhengen mellom variablene, er omregnet til standardiserte beta-verdier. Disse viser relative endringer slik at det er mulig å sammenligne de ulike variabelenes påvirkning på den avhengige variabelen direkte med hverandre.

Individuelle forhold

De individuelle forholdene som er tatt med i analysen er kjønn, klassetrinn, psykisk helse, fysisk aktivitet, og hvor ofte man har vært beruset de siste 12 månedene. Figur 9.3 viser at jenter har lavere mestringstro enn gutter, og mestringstroen øker noe med økende klassetrinn, altså jo eldre ungdommene blir.

Det individuelle forholdet som påvirker mestringstroen i størst grad er den psykiske helsa. Jo flere tegn på psykiske plager, desto lavere er graden av mestringstro. Vi vet at vesentlig flere jenter enn gutter opplever mange tegn på psykiske plager, men analysen viser at jenter har lavere mestringstro også når vi har kontrollert for psykiske plager.

Helsedirektoratet anbefaler minst én times fysisk aktivitet hver dag. Analysen viser at desto flere dager ungdommene oppfyller denne anbefalingen, jo større er mestringstroen. Det ser også ut til at det å ha vært beruset henger noe sammen med økt mestringstro.



Sosiale forhold

Vi har også undersøkt hvordan ungdommene har det på ulike sosiale arenaer, og hva dette betyr for mestringstroen deres. De sosiale forholdene vi har tatt med er skole, fritid, familie og venner. De forholdene som ser ut til å påvirke mestringstroen sterkest er fritid og skole. Når det gjelder fritid har vi målt ungdommenes tilknytting til fritidsarenaen(e) gjennom spørsmål om deltakelse i ulike organiserte og del-organiserte aktiviteter (bl.a. idrettslag, korps, kor, orkester, religiøse lag, fritidsklubb/ungdomshus). Figur 9.3 viser en tydelig sammenheng mellom deltakelse i nevnte aktiviteter og mestringstro. Ungdom som er aktive brukere av fritidstilbudene, har høyere grad av mestringstro. Det kan altså se ut til at deltakelse i de ulike aktivitetene gir gode mestringsopplevelser.

Når det gjelder skole viser analysen at ungdommenes læringsmiljø er svært betydningsfullt for deres generelle mestringstro. God kommunikasjon med lærerne har sterk sammenheng med mestringstro. Ungdommenes skolelivskvalitet har også en sterk positiv sammenheng med mestringstro. De som stresser mye med skolearbeidet opplever lavere mestringstro enn andre, men sammenhengen er ikke like sterk som for de andre skolerelaterte forholdene.



Det å ha et godt forhold til foreldrene, og det å ha nære venner, gir også økt grad av mestringstro. Disse sammenhengene er statistisk signifikante, men ikke særlig sterke sammenlignet med tidligere nevnte fritids- og skolerelaterte forhold. Det samme gjelder opplevd familieøkonomi.

Analysen inneholdt også noen mål på ungdommenes digitale fritid. Sammenhengene disse hadde med mestringstro var ikke store, men interessante likevel. De som brukte mye tid på spill, og de som brukte mye tid på sosiale medier hadde noe lavere mestringstro enn andre. Samtidig var det slik at det å tilbringe mye tid på å være sosialt aktiv på nett var forbundet med høyere mestringstro.

Strukturelle forhold

Det eneste strukturelle forholdet vi hadde med i analysen var foreldrenes utdanningsnivå. Dette hadde ingen betydning for ungdommenes mestringstro.

Konklusjon

Målet med dette kapittelet var å utforske hvilke forhold i ungdommenes liv som har betydning for deres generelle tro på å mestre kommende utfordringer. Basert på tidligere forskning og en sosioøkologisk tankegang valgte vi ut antatte påvirkningsfaktorer fra Ungdata-undersøkelsen i Vestfold og Telemark. Resultatene viser at generell

mestringstro blant ungdom i fylket er relatert til forhold på flere arenaer og påvirkningsnivåer.

Psykiske helseplager var det som var sterkest relatert til generell mestringstro av alle de forholdene på individ-, sosialt- og strukturelt nivå vi undersøkte. Jo flere psykiske plager, jo mindre mestringstro. På individnivå var den generelle mestringstroen også sterkt knyttet til kjønn: jenter forventer i mindre grad å mestre kommende utfordringer, sammenlignet med gutter.

Når det gjelder sosiale forhold hadde deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og skoleerfaringer størst betydning for mestringstro. Skoleerfaringene som gav høyere mestringstro var relatert til både det faglige, hovedsakelig om lærernes tilbakemeldinger og forklaringer er forståelige, og til det sosiale, inkludert å føle at læreren bryr seg og at man passer inn med de andre elevene.

Når det gjelder forhold på strukturelt nivå undersøkte vi betydningen av foreldrenes utdanningsnivå. Vi fant ingen sammenheng mellom dette og ungdommenes mestringstro. Samtidig kan noen av forholdene som vi definerte som sosiale sies å reflektere strukturelle forhold, slik som opplevd familieøkonomi. Vi må og minne om at Ungdata-undersøkelsen i utgangspunktet ikke gir veldig mange muligheter for analyser på strukturelt nivå.

Resultatene fra våre analyser antyder at man i arbeidet for å styrke ungdommenes generelle mestringstro vil ha spesielt nytte av tiltak og kontinuerlig arbeid for å tilrettelegge for deltakelse i fritidsaktiviteter samt styrke læringsmiljøet i skolen. Resultatene indikerer også at innsats for å øke det fysiske aktivitetsnivået blant ungdom kan ha betydning. Det ser ut til at jentene vil ha særlig nytte av slike tiltak.

Samtidig er det viktig å minne om at denne analysen ikke kan fortelle noe om hvilken retning effektene går. Når det gjelder fysisk aktivitet og deltakelse i fritidsaktiviteter kan det for eksempel tenkes at de ungdommene som deltar i utgangspunktet har sterkere mestringstro enn de som ikke er fysisk aktive eller deltar. Med andre ord: vi kan ikke ut fra denne undersøkelsen vise «hva som kommer først» av mestringstro og forholdene rundt ungdommene, selv om vi altså har funnet klare statistiske sammenhenger. Er det for eksempel slik at ungdom får mindre tro på seg selv av å ha psykiske helseplager eller betyr det at lav mestringstro øker sannsynligheten for å utvikle psykiske helseplager? Sannsynligvis går påvirkningen begge veier.



Foto: Marita Nilsen

10. Hva gjør skolen til et godt sted å være?

Tekst: Asle Bentsen, Even Sannes Riiser og Elisabeth Gulløy

Innledning

Utdanning er et av de viktigste virkemidlene for å redusere sosiale og økonomiske forskjeller i samfunnet. Det er et bredt politisk mål at flest mulig skal fullføre den utdanningen de ønsker og bli aktive samfunnsborgere som er trygt integrert i arbeidslivet (Meld. St. 6 (2012-2013)). Det har vært knyttet stor bekymring til betydningen av å ikke gjennomføre videregående opplæring og hva dette kan ha å si for ungdoms fremtid i dagens kunnskapssamfunn (Lillejord et al., 2015). Samtidig har skole og utdanning med livskvalitet å gjøre. Hverdagslivet foregår i stor grad innenfor utdanningsinstitusjonene. Dagens barn og unge skal tilbringe minst 13 år på skolen, og det er derfor viktig at det også er en trygg arena for trivsel og utvikling.

I dette kapittelet ønsker vi å se nærmere på hva som bidrar til at elevene har det bra på skolen, det vi kan kalle elevenes skolelivskvalitet. Livskvalitet handler om opplevelsen av å ha det bra i livet: i hvilken grad en person tenker og føler positivt om sitt eget liv (Barstad 2014; Næss 2011). Skoleforskeren Reidun Tangen (2012) definerer skolelivskvalitet som summen av de subjektive erfaringene

barn og unge har fra skolen, og de forventningene de har til skolen. Hun hevder at skolelivskvalitet er en forutsetning for å oppnå god læring for den enkelte og for å skape inkluderende fellesskap i skolen (Tangen, 2012).

En slik tilnærming fokuserer primært på hva som skjer innenfor skoleporten. Her har vi i stedet valgt å undersøke elevenes skolelivskvalitet i et sosioøkologisk perspektiv. Vi ser for oss at ulike forhold på individuelt, sosialt og strukturelt nivå både direkte og indirekte påvirker hvordan ungdom har det på skolen. Vi vil altså ikke begrense oss til å kun se på det som skjer i skolen, men også hvordan det som skjer på andre sentrale oppvekstområder gjør skolen til et godt sted å være.

I tidsrommet for gjennomføringen av Ungdata-undersøkelsen var samfunnet midt i en pandemi som endret skolehverdagen for mange. Dette har helt sikkert påvirket svarene i Ungdata-undersøkelsen, men i hvilken grad og på hvilken måte dette har skjedd er vanskelig å vite, blant annet fordi vi ikke har data fra like før pandemien å sammenlikne med. Pandemien er imidlertid

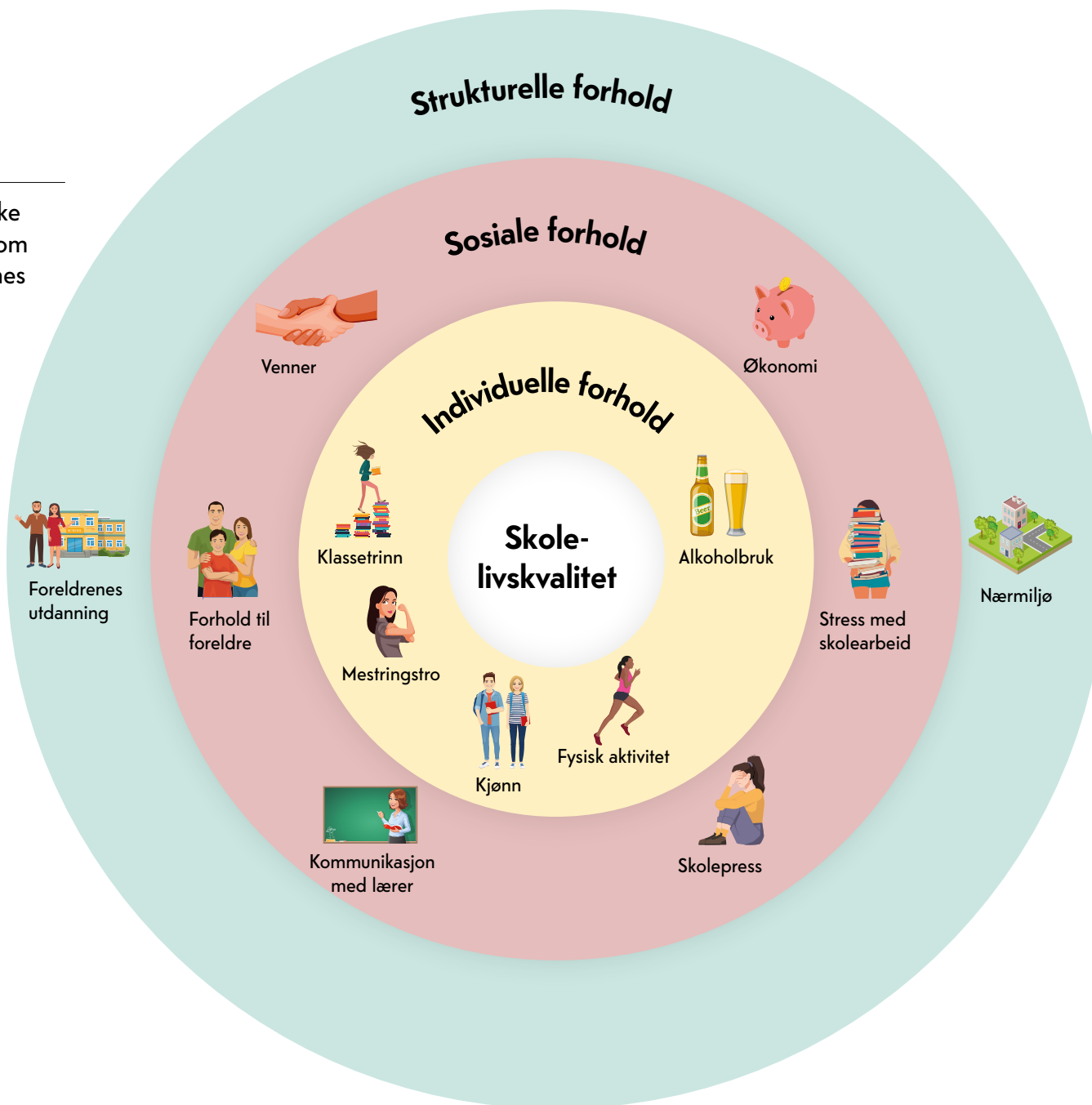
et eksempel på endringer på strukturelt nivå som kan være viktige i et sosioøkologisk perspektiv. Figur 10.1 viser hvilke forhold fra Ungdata-undersøkelsen på individuelt, sosialt og strukturelt nivå som kan påvirke ungdommenes skolelivskvalitet.



Foto: Paal-André Schwital

Figur 10.1. Forhold på ulike sosioøkologiske nivåer som kan påvirke ungdommenes skolelivskvalitet.

Ikoner: GettyImages



Fra tidligere Ungdata-undersøkelser vet vi at det er store forskjeller på hvordan jenter og gutter svarer på spørsmål om skole (Aase et al., 2018; Bakken, 2021; Vardheim 2017). Blant annet opplever gutter i mindre grad enn jenter stress knyttet til skolearbeid (Aase et al., 2018). I tillegg har det også vært en negativ utvikling på spørsmål knyttet til skole over tid (Bakken, 2021). Færre elever trives på skolen og færre føler de passer inn blant de andre elevene, samtidig som flere kjeder seg og flere gruer seg til å gå på skolen enn tidligere. Dette gjøre det ekstra interessant å se nærmere på hva som faktisk gjør skolen til et godt sted å være for elevene, og hvilke faktorer som har størst betydning for det å ha det bra på skolen.

Problemstilling

I dette kapittelet undersøker vi hvilke faktorer som gjør skolen til et godt sted å være, altså hva som gir elevene god skolelivskvalitet. Vi har også sammenlignet betydningen av de ulike faktorene for å se på hva som påvirker skolelivskvaliteten mest.

Data og metode

Analysen bygger på funn fra Ungdata-undersøkelsen gjennomført i ungdomsskoler og i videregående skoler i Vestfold og Telemark våren 2021. 22 028 ungdommer besvarte hele eller deler av undersøkelsen. Med utgangspunkt i fire ulike påstander (se tekstboks) har vi laget en indikator for å beskrive ungdommenes subjektive

opplevelse av trivsel, tilfredshet og tilhørighet på skolen, det vi her kaller «skolelivskvalitet». Indikatoren viser antall påstander ungdommene svarer positivt på. På de tre første påstandene betyr det at de er «helt enige» eller «litt enige». For påstand fire teller vi med de som er «litt fornøyd» eller «svært fornøyd». Alle som har svart på undersøkelsen får dermed en score fra 0 til 4 som indikerer hvor godt de har det på skolen. En elev med verdien 0 har ikke svart positivt på noen av de fire spørsmålene, mens verdien 4 betyr at eleven har svart positivt på alle.

Påstander knyttet til skolelivskvalitet

- Jeg trives på skolen
- Lærerne mine bryr seg om meg
- Jeg føler at jeg passer inn blant elevene på skolen
- Jeg er fornøyd med skolen

I den videre analysen har vi utført en lineær regresjonsanalyse for å undersøke hvilke faktorer som henger sammen med det å ha god skolelivskvalitet, samtidig som vi kontrollerer for betydningen av andre forhold på individuelt, sosialt og strukturelt nivå. På denne måten kan vi undersøke om noen faktorer er viktigere for at ungdommene skal ha det bra på skolen enn andre.

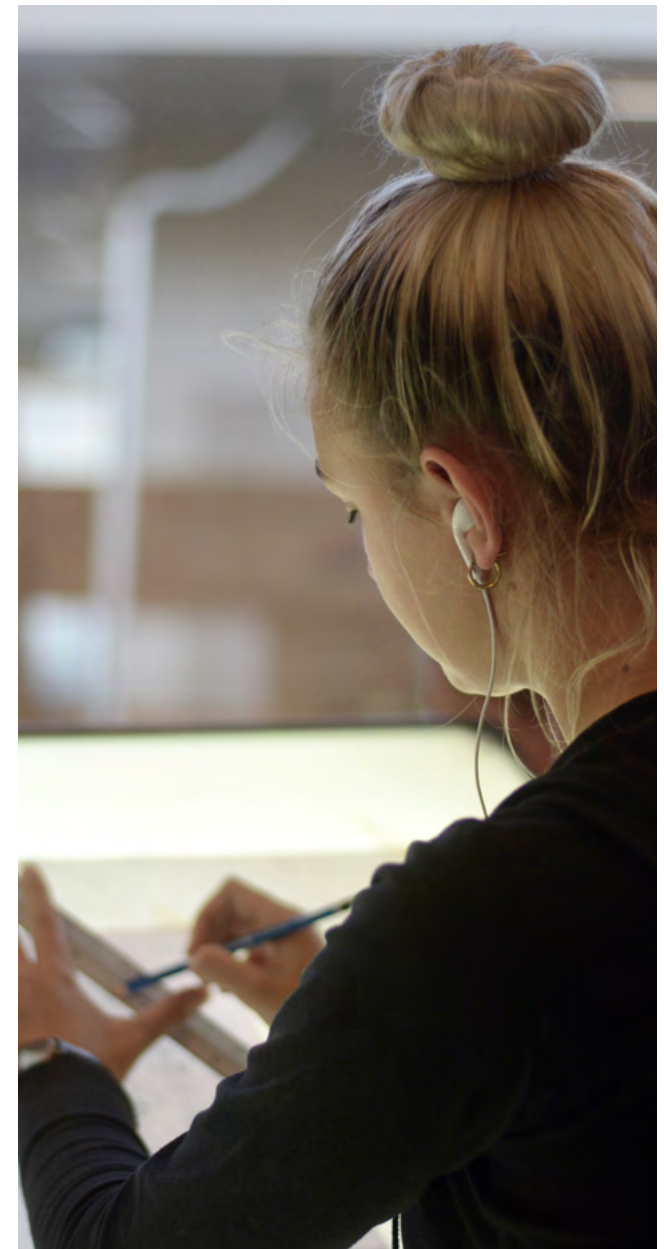


Foto: Kristine Mellefoss

Resultater

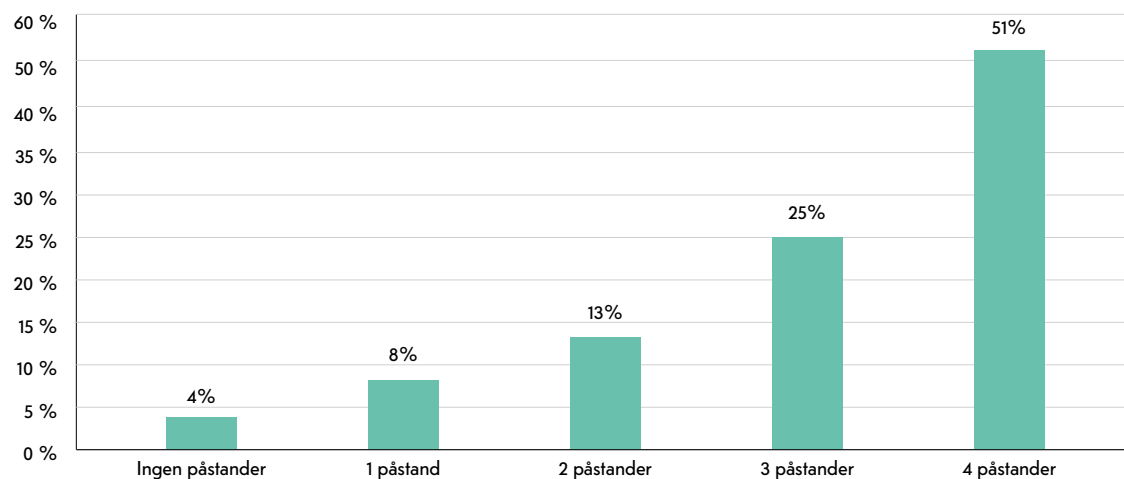
De siste nasjonale Ungdata-rapportene har vist at de aller fleste elevene i Norge trives på skolen, selv om det også har vært en økning i andelen som rapporterer om stress og press knyttet til skolen. Årets resultater fra Vestfold og Telemark bekrefter dette mønsteret. Figur 10.2 viser at omtrent halvparten av ungdommene svarer positivt på alle de fire påstandene om skole. Det vil si at de både trives på

skolen, opplever at de har lærere som bryr seg om dem, opplever at de passer inn blant de andre elevene på skolen, og at de er fornøyde med skolen.

Tabell 10.1 viser en oversikt over de forholdene som kan påvirke ungdommenes skolelivskvalitet som vi inkluderte i regresjonsanalysen.

Figur 10.2. Skolelivskvalitet

Andelen som svarer positivt på påstander om hvordan de har det på skolen. Vestfold og Telemark 2021. 8. trinn-Vg3



Tabell 10.1. Forhold som kan påvirke skolelivskvaliteten

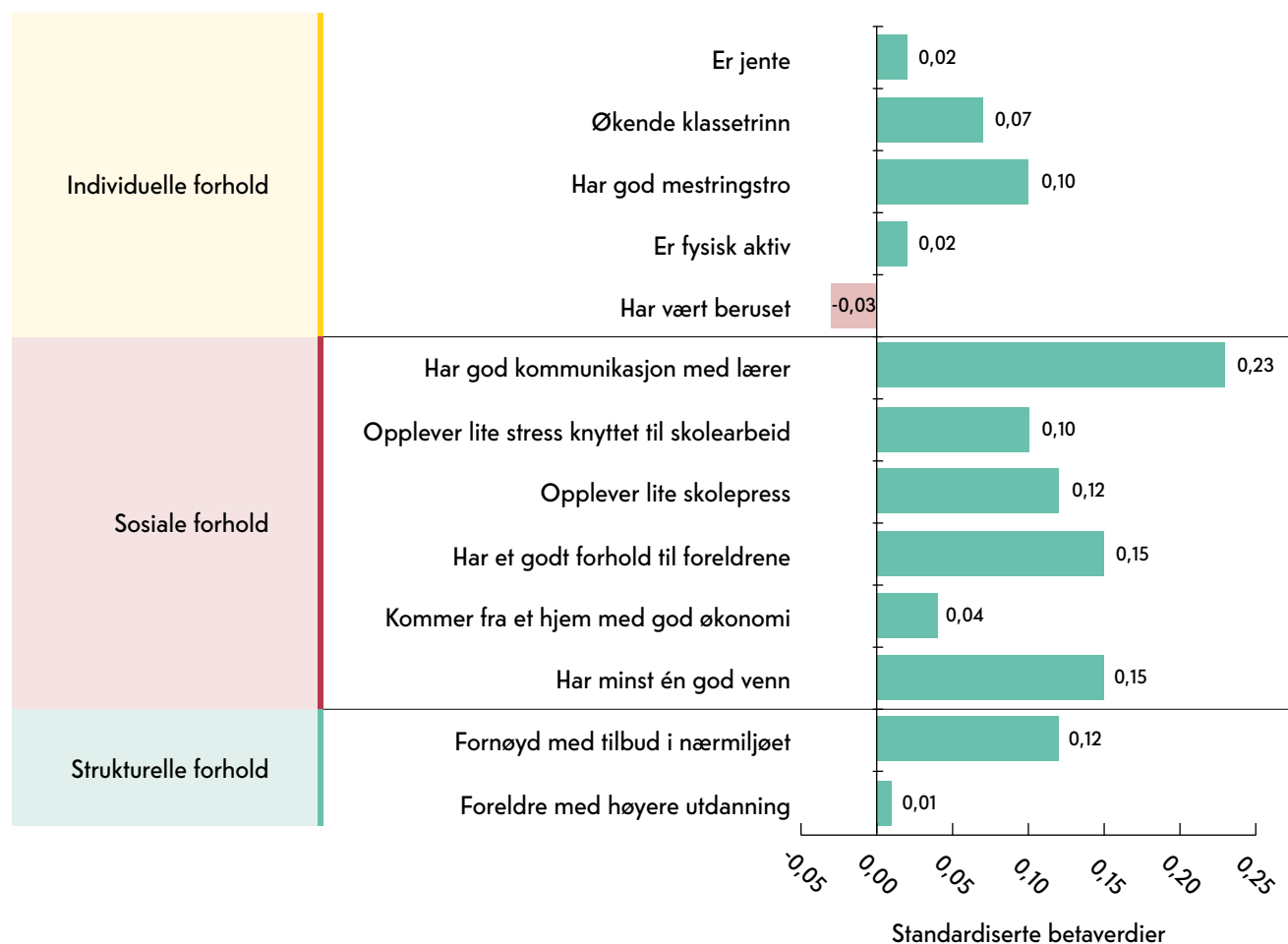
	FAKTOR	PÅSTAND	VERDI (YTTERPUNKTER)
Individuelle forhold	Kjønn	Er du gutt eller jente?	0=Gutt, 1=Jente
	Klassetrinn	Hvilket klassetrinn går du på?	1=8. trinn, 6=Vg3
	Mestringstro	Antall tegn på god mestringstro: - Jeg klarer alltid å løse vanskelige problemer hvis jeg prøver hardt nok - Hvis noen motarbeider meg, så kan jeg finne måter og veier for å få det som jeg vil - Jeg føler meg trygg på at jeg ville kunne takle uventede hendelser på en effektiv måte - Jeg beholder roen når jeg møter vanskeligheter fordi jeg stoler på mestringsevnen min - Hvis jeg er i knipe, så finner jeg vanligvis	0=0, 5=5
	Fysisk aktivitet	Tenk på de siste sju dagene. Hvor mange dager var du så fysisk aktiv at du ble andpusten eller svett i minst 60 minutter til sammen i løpet av en dag?	0=Ingen av dagene, 5=7 dager
	Alkoholbruk	Tenk på de siste sju dagene. Hvor mange dager var du så fysisk aktiv at du ble andpusten eller svett i minst 60 minutter til sammen i løpet av en dag?	0=Ingen av dagene, 5=7 dager
Sosiale forhold	Kommunikasjon med lærer	Antall tegn på god kommunikasjon med lærer: - Tilbakemeldingene jeg får fra lærerne er vanligvis forståelige - Vanligvis skjønner jeg godt hva lærerne mener når de forklarer noe i timen - Lærerne bruker ofte ord og uttrykk som er vanskelige å forstå	0=0, 3=3
	Stress med skolearbeid	Jeg blir stresset av skolearbeidet	1=Svært ofte, 5=Aldri
	Skolepress	Opplever du press om å gjøre det bra på skolen?	1=Svært mye press, 5=Ikke noe press
	Forhold til foreldre	Antall positive foreldreforhold: - Fornøyd med foreldrene - Foreldrene mine pleier å vite hvor jeg er, og hvem jeg er sammen med på fritida - Foreldrene mine kjenner de fleste av vennene jeg er sammen med i fritida	0=0, 3=3
	Familieøkonomi	Har familien din hatt god eller dårlig råd/økonomi de siste to årene?	1=Vi har hatt dårlig råd hele tida, 5=Vi har hatt god råd hele tida
	Venner	Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?	1=Har ingen jeg vil kalle venner nå for tida, 4=Ja, helt sikkert
	Venner	Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?	1=Har ingen jeg vil kalle venner nå for tida, 4=Ja, helt sikkert
Strukturelle forhold	Nærmiljø	Fornøyd med: - Lokaler for å treffe andre unge på fritida (fritidsklubb, ungdomshus eller lignende) - Idrettsanlegg - Kulturtilbudet (kino, konsertscener, bibliotek eller lignende)	0=0, 3=3
	Foreldrenes utdanning	Har dine foreldre/foresatte utdanning fra universitet eller høyskole?	1=Nei, ingen av dem, 3=Ja, begge

Figur 10.3 viser hvordan ulike forhold påvirker skolelivskvaliteten blant ungdom i Vestfold og Telemark³. Øverst ser vi de individuelle forholdene, videre kommer de sosiale forholdene, og til slutt de strukturelle forholdene. Grønne søyler viser faktorer som bidrar til en økt skolelivskvalitet, mens røde søyler viser faktorer med en negativ innvirkning på skolelivskvaliteten. Jo lengre søyler, jo mer betyr den aktuelle faktoren for skolelivskvaliteten (i henholdsvis positiv eller negativ retning).

Individuelle forhold

Når det gjelder individuelle forhold har vi har valgt å undersøke hvilken betydning kjønn og klassetrinn har for elevenes skolelivskvalitet. Vi undersøker også hva det betyr for skolelivskvaliteten om man opplever mestring, om man er fysisk aktiv, og om man har drukket seg beruset.

Figur 10.3. Forhold som påvirker skolelivskvaliteten blant ungdom i Vestfold og Telemark.



³ Figuren viser standardiserte betaverdier fra regresjonsanalysen. Regresjonskoeffisienten (r), som viser styrken på sammenhengen mellom variablene, er omregnet til standardiserte beta-verdier. Disse viser relative endringer slik at det er mulig å sammenligne de ulike variablenes påvirkning på den avhengige variabelen direkte med hverandre.

Figur 10.3 viser at det individuelle forholdet som påvirker skolelivskvaliteten sterkest er mestringsfølelse. Jo høyere mestringsfølelse ungdommene har, desto bedre har de det på skolen. Betydningen av mestringsfølelse er langt sterkere enn de andre individuelle faktorene. Analysen viser videre at ungdommene opplever bedre skolelivskvalitet jo høyere opp i klassetrinnene de kommer, og jenter opplever bedre skolelivskvalitet enn gutter.

Helsedirektoratet anbefaler minst én times fysisk aktivitet hver dag. Analysen vår viser at de som oppfyller denne anbefalingen i større grad har det bra på skolen, men sammenhengen er relativt svak. I tillegg ser vi en liten negativ betydning av ruserfaringer. Skolelivskvaliteten synker desto oftere ungdommene har drukket seg beruset.



Sosiale forhold

Skolen er i seg selv en sosial arena, og vi har derfor undersøkt hvordan det å ha god kommunikasjon med læreren i klasserommet, det å oppleve lite stress med skolearbeidet, og fravær av press om å gjøre det bra på skolen, virker inn på skolelivskvaliteten. I tillegg har vi også undersøkt andre sosiale forhold, som det å ha et godt forhold til foreldrene, å oppleve god familieøkonomi, og det å ha gode venner.



Foto: Rawpixel/GettyImages

Figur 10.3 viser at den enkeltfaktoren som påvirker skolelivskvaliteten i størst grad er kommunikasjonen med lærerne. Det er en sterk positiv sammenheng mellom det å vurdere kommunikasjonen som positiv og det å oppleve god skolelivskvalitet. Jo bedre man «forstår skolespråket», desto bedre har man det på skolen. Det å oppleve lite stress knyttet til skolearbeidet, samt å oppleve lite press om å gjøre det bra på skolen, er også positivt for skolelivskvaliteten.

Ungdommene som har et godt forhold til foreldrene sine, har også høyere skolelivskvalitet. I tillegg ser vi en liten effekt av å oppleve familieøkonomien som god. Samlet sett viser dette at familieforhold er av sentral betydning for ungdommenes opplevelse av skolen. Analysene viser også at det er svært viktig for skolelivskvaliteten å ha gode venner. Når man ser på alle forholdene som kan påvirke skolelivskvaliteten, var det å ha gode venner den nest viktigste faktoren i analysen på linje med det å ha et godt forhold til foreldrene.

Strukturelle forhold

De strukturelle forholdene vi undersøkte var vurderinger av ulike tilbud til ungdom i nærmiljøet der de bor, samt foreldrenes utdanningsbakgrunn. Foreldres utdanningsbakgrunn var den eneste faktoren i hele analysen som ikke var statistisk signifikant. Vi fant altså

ingen sammenheng mellom foreldrenes utdanningsnivå og ungdommenes skolelivskvalitet. Nærmiljø så derimot ut til å ha en viss betydning. Jo bedre ungdommene vurderte ulike aspekter ved nærmiljøet sitt, desto bedre skolelivskvalitet hadde de.

Konklusjon

Samlet sett var det faktorene knyttet til sosiale forhold som påvirket skolelivskvaliteten mest, og god kommunikasjon med lærer var den klart viktigste enkeltfaktoren. Dette betyr at vi må fortsette å jobbe for en skole der flest mulig inkluderes i læringsaktivitetene og forstår det språket som brukes. Fra annen forskning vet vi at jenter ofte mestrer det såkalte skolespråket bedre enn gutter, og at barn av foreldre med høyere utdanning mestrer det bedre enn barn av med foreldre lavere utdanning. I denne analysen var imidlertid kommunikasjonen med læreren fortsatt den viktigste forklaringsfaktoren selv om vi kontrollerte for kjønn og foreldrenes utdanningsnivå.

Det var kanskje noe overraskende at foreldrenes utdanningsnivå var den eneste faktoren som ikke var statistisk signifikant. Imidlertid er det grunner til å anta at effekten av utdanning og effekten av læringsmiljø henger tett sammen. Analyser som ikke er vist i dette kapittelet kan underbygge denne konklusjonen, og en mulig sammenheng er at den sosiale ulikheten delvis består i at barn og unge

med lavere sosioøkonomisk status i større grad sliter med skolespråket, og med lærerkommunikasjonen. I så fall er det å jobbe med et godt og inkluderende læringsmiljø også viktig for å bekjempe sosial ulikhet i skolen.

Selv om ungdommenes forhold til skolen betyr mye for å oppleve god skolelivskvalitet, er det også andre forhold som er viktige. Både forholdet ungdommene har til foreldrene sine, og forholdet de har til venner kan utgjøre en forskjell. Ser vi bort i fra lærerkommunikasjonen, var det kvaliteten i relasjonen til andre som gav ungdommene best skolelivskvalitet. De som hadde en god venn de kunne stole på, og de som hadde gode trygge forhold til foreldrene hadde det også best på skolen. Trygghet er kanskje et nøkkelord i den sammenhengen. Trygghet skaper gode rammer for læring og utvikling. Det å oppleve mestringsfølelse var også viktig for skolelivskvaliteten.

Til sist fant vi en sammenheng mellom god skolelivskvalitet og ungdommenes vurderinger av nærmiljøet sitt. De ungdommene som var fornøyd med kulturtilbudet, fornøyd med tilgang på idrettsanlegg, og fornøyd med tilgangen på ungdomsklubb eller lignende, hadde det også bedre på skolen.

Innledningsvis stilte vi spørsmål om hva som gjør skolen til en god plass å være, hva som gir god skolelivskvalitet.

Det var de sosiale forholdene i denne analysen som viste seg å være viktigst. I tillegg vet vi at mestringsfølelse, som var den individuelle faktoren med størst påvirkning, i stor grad blir styrket gjennom sosiale aktiviteter. Med bakgrunn i analysen kan det se ut som tiltak knyttet til sosiale forhold vil være de mest betydningsfulle for at alle skal få en best mulig skolelivskvalitet. Gjennom å jobbe godt med skolens og lærernes språk og læringsmiljø, med sosiale relasjoner, og med arenaer som skaper trygghet, vil vi kunne øke skolelivskvaliteten for alle, og også bidra til å redusere sosial ulikhet.





11. Nakenbilder på mobilen – en naturlig del av ungdomskulturen?

Tekst: Karoline Eik-Åheim, Eline Sveinsson-Momrak og Elisabeth Gulløy

Innledning

Deling av nakenbilder settes i forbindelse med en rekke alvorlige handlinger, som kjøp, salg og bytte av seksuelle tjenester, seksuelle overgrep mot mindreårige og seksuell trakassering. Ungdom som selger nakenbilder eller video med seksuelt innhold av seg selv for å tjene penger vekker oppmerksomhet og bekymring (Tuft, 2021). I juni 2021 hevdet representanter for politiet og overgrepsmottaket i Agder at prislister for kroppsbilder ble formidlet via Snapchat (Torres, 2021).

Det er straffbart å ha, ta og dele nakenbilder eller film av noen som er under 18 år (Straffeloven, 2015, §311). Unntaket er barn mellom 16 og 18 år som sender til en venn eller kjæreste på samme alder (Jansen, 2018). Å oppleve at noen mot din vilje deler bilder eller filmer av deg der du er naken eller deltar i seksuelle handlinger er en form for ikke-verbal seksuell trakassering (Ik Dahl, 2019; Redaksjonen Ung.no, 2021). Selv om personen på et nakenbilde kanskje synes det er greit at andre har bilder av

dem, er det uansett forbudt å dele bilder eller film videre. Det er altså kort vei fra en frivillig handling, som å sende nakenbilder av seg selv til en venn eller kjæreste, til det å utsettes for seksuell trakassering.

Mediene gjør et poeng ut av at deling av egne nakenbilder er noe som tilsynelatende «alle» ungdommer driver med, også ungdom utenom de vanlige risikogruppene (Torres, 2021; Tuft, 2021). En slik beskrivelse kan tyde på at deling av nakenbilder har blitt en del av ungdomskulturen. Det er ikke vanskelig å sette en generell interesse for avbildning og selvpromotering i sammenheng med tunge samfunnsmessige prosesser som individualisering og massekonsum, slik sosiologen Ulrich Beck (1986) skrev om. Beck koblet individualiseringen til det han kalte risikosamfunnet.

Foreldre og fagfolk som jobber med barn og unge er bekymret for den risikoen som deling av nakenbilder medfører for barn og unge under 18 år (Torres, 2021). Den

umiddelbare risikoen handler blant annet om overgrep i form av seksuell trakassering eller trusler. Ungdom kan også risikere nedsatt livskvalitet og helse i framtida som følge av generell psykisk belastning over tid. En annen framtidsrisiko som ofte trekkes fram i mediene er sjansen for at elektroniske spor i form av bilder og annet materiale får evig liv på «det mørke nettet» (Kjeldsberg, 2021a, 2021b).

I dette kapittelet vil vi se nærmere på hvor vanlig det er å dele nakenbilder av seg selv, og å få tilsendt nakenbilder, for å få et godt grep om hvilken rolle nakenbilder har i ungdomskulturen. Vi spør: hvor utbredt er det å sende egne nakenbilder og å motta nakenbilder fra andre blant ungdomsskoleelever i Vestfold og Telemark, og hva kjennetegner de ungdommene som sender nakenbilder av seg selv til andre? Er dette noe «alle» gjør? Til sist spør vi om de som sender nakenbilder også er mer utsatt for seksuell trakassering enn andre.

Da Telemark gjennomførte Ungdata-undersøkelsen i 2018, var Skien pilotkommune for å inkludere spørsmål om deling av nakenbilder i undersøkelsen på ungdomstrinnet. Spørsmålene handlet om hvorvidt ungdommene hadde sendt nakenbilder av seg selv til andre og om de eventuelt følte seg presset til å sende bildene. Det ble også spurt om man hadde mottatt nakenbilder fra andre, og om de som hadde mottatt slike bilder eventuelt syntes dette var greit (Eik, 2019).

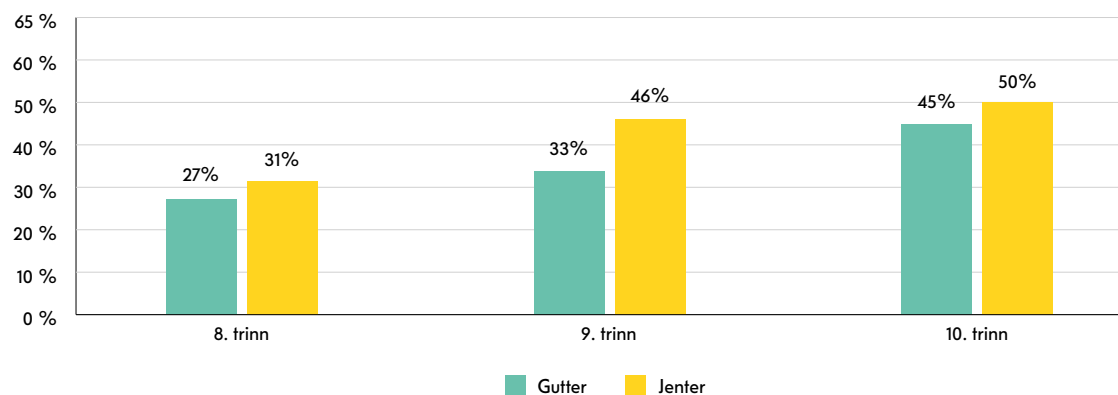
I årets Ungdata-undersøkelse har fire kommuner valgt å inkludere spørsmål om deling av nakenbilder: Skien, Larvik, Kragerø og Tønsberg. Til sammen har mer enn 4 200 ungdomsskoleelever fra disse kommunene svart på de aktuelle spørsmålene. Dette utgjør et godt grunnlag for å analysere fenomenet blant ungdom i Vestfold og Telemark.

Hvor vanlig er det å motta nakenbilder fra andre?

4 av 10 ungdommer i de fire kommunene svarer at de har mottatt nakenbilder fra andre minst én gang de siste 12 månedene. Figur 11.1. viser at jenter noe oftere mottar nakenbilder enn gutter på alle klassetrinn, og andelen øker fra 8. trinn til 10. trinn. Resultatene fra Vestfold og Telemark samsvarer godt med Medietilsynets rapport fra 2020, som også viste at 4 av 10 ungdommer mellom 13

Figur 11.1. Mottatt nakenbilder

Prosentandel gutter og jenter som har mottatt nakenbilder fra andre minst én gang det siste året. Skien, Larvik, Kragerø og Tønsberg 2021. 8. trinn-10. trinn



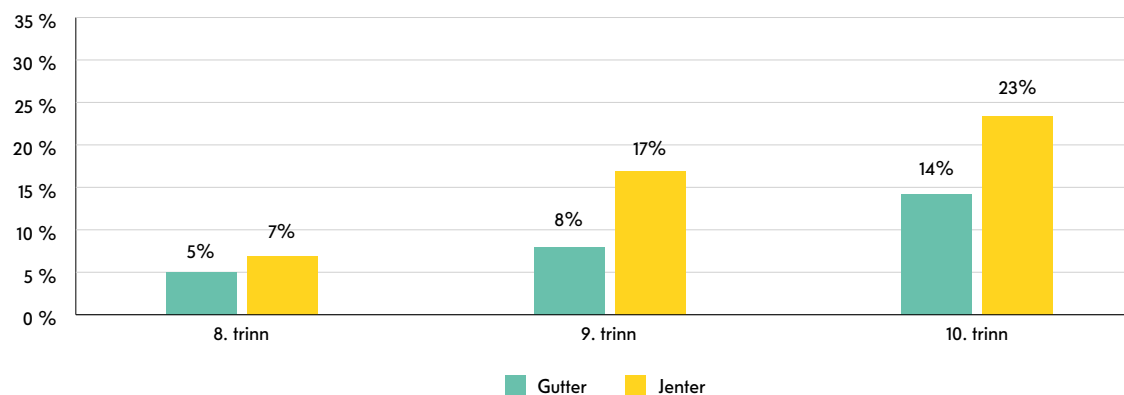
og 18 år har mottatt nakenbilder av andre, at andelen som mottok bilder økte med alderen, og at det var vanligst blant jenter (Medietilsynet, 2020).

Det er visse forskjeller mellom de fire kommunene vi har data fra. I Kragerø er det å motta nakenbilder minst vanlig: der har 24 % av alle ungdomsskoleelevene mottatt nakenbilder av andre, etterfulgt av Tønsberg med 38 %. I Larvik er det 41 % og i Skien 42 % som har mottatt nakenbilder fra andre i løpet av de siste 12 månedene.

Hva mener så ungdom i Vestfold og Telemark om det å motta nakenbilder? I Ungdata får ungdommene spørsmål om de synes det var ok å motta nakenbilder av andre. Et stort flertall av guttene, 69 %, svarer ja. Blant jentene er det 26 % som bekrefter at de synes det er ok. Det betyr altså at tre av fire jenter ikke opplever at det er ok å motta nakenbilder fra andre.

Figur 11.2. Sendt nakenbilder

Prosentandel gutter og jenter som har sendt nakenbilde av seg selv minst én gang det siste året. Skien, Larvik, Kragerø og Tønsberg 2021. 8. trinn-10. trinn



Hvor utbredt er det å sende egne nakenbilder til andre?

13 % av ungdommene svarer at de har sendt nakenbilder av seg selv til andre minst én gang det siste året. Figur 11.2 viser hvordan dette fordeler seg på kjønn: 9 % av guttene og 16 % av jentene har sendt nakenbilder av seg selv til andre det siste året. Det er altså mer vanlig for jenter å sende slike bilder, enn for gutter. Jo eldre ungdommene er, jo flere sender nakenbilder av seg selv. Blant elever på 8. trinn er andelen på 7 %, mens den øker til 19 % i 10. klasse.

Også disse resultatene samsvarer med Medietilsynets rapport fra 2020, som viste at 12 % av alle 13-18-åringene i landet hadde sendt eller delt et nakenbilde av seg selv (Medietilsynet, 2020). Kjønnforskjellene var ikke særlig store, mens andelen økte med klassetrinn.

Konklusjonen er at ungdom i Vestfold og Telemark verken er mer eller mindre aktive enn ungdom ellers i landet når det gjelder å sende nakenbilder av seg selv. Det er ikke særlig store forskjeller mellom kommunene på dette området.



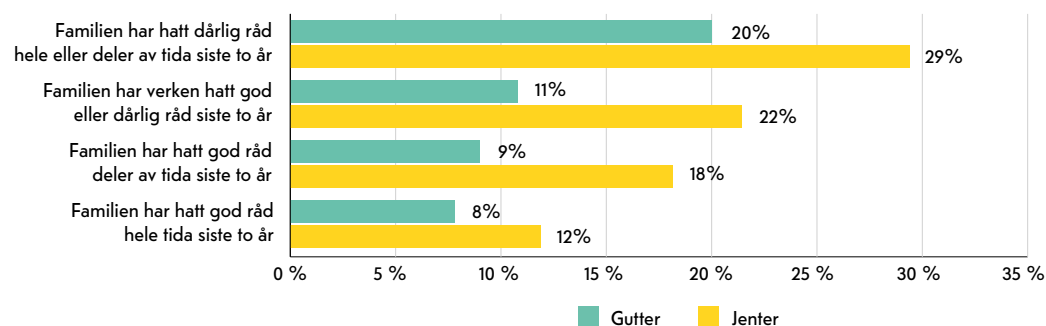
I den neste delen ser vi nærmere på utbredelsen av nakenbilledsending i ulike sosiale grupper. Et slikt perspektiv er relevant fordi ungdoms tilgang på ressurser har betydning for deres oppvekst på en rekke andre områder. I Ungdata-undersøkelsene måles ulikhet blant annet gjennom å spørre om hvordan ungdom selv opplever at familieøkonomien deres er.

I figur 11.3 viser vi hvordan sending av nakenbilder fordeler seg etter en slik subjektiv vurdering av familiens økonomiske situasjon de siste to årene. Blant gutter som svarer at familien har hatt god råd hele tida de siste to årene har 8 % sendt nakenbilder av seg selv. Andelen som sender nakenbilder av seg selv gjør et byks opp til 20 % blant gutter som svarer at familien har hatt dårlig råd de siste to årene. Blant jenter som oppgir at familien har hatt god råd hele tida de siste to årene er det 12 % som har sendt nakenbilder av seg selv. Andelen øker jevnt, og blant jenter som svarer at familien har hatt dårlig råd oppgir 29 % at de har sendt nakenbilder av seg selv.

Ungdommene som bekrefter at de har sendt nakenbilder av seg selv får også et oppfølgingsspørsmål om i hvor stor grad de følte seg presset til å sende bilder. Svarene avslører svært store kjønnsforskjeller. Blant guttene er det 21 % som sier de har følt seg presset til å sende nakenbilder. Det tilsvarende tallet for jenter er 58 %. Andelen er altså mer enn dobbelt så høy blant jentene sammenlignet med

Figur 11.3. Nakenbilder og familieøkonomi

Prosentandel gutter og jenter som har sendt nakenbilde av seg selv minst én gang det siste året, etter vurdering av familieøkonomien de to siste årene. Skien, Larvik, Kragerø og Tønsberg 2021. 8. trinn-10. trinn



guttene. Situasjoner med sosialt eller relasjonelt press for å sende nakenbilder går altså oftere utover jenter.

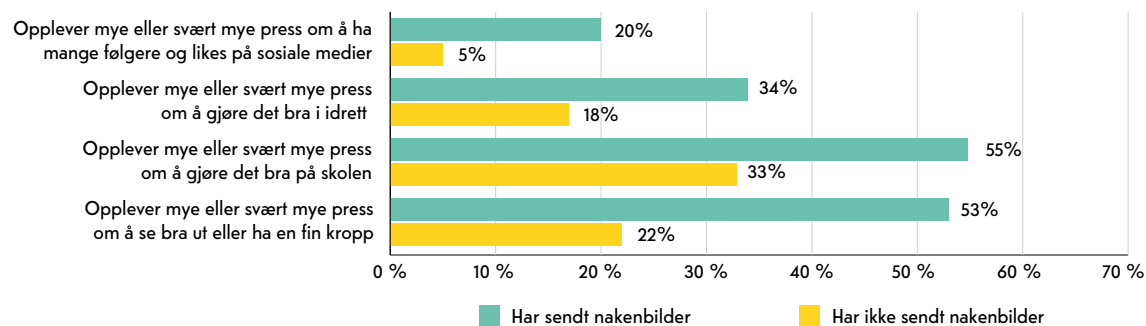
Hva kjennetegner ungdom som sender nakenbilder av seg selv?

For å bli nærmere kjent med ungdom som sender nakenbilder av seg selv undersøker vi først om de skiller seg fra ungdom som ikke sender nakenbilder når det gjelder å oppleve press om å møte ulike krav fra omgivelsene. Figur 11.4 viser klart at en slik beskrivelse er riktig. Andelen som opplever press knyttet til kropp, skole, idrett eller sosiale medier er mye høyere blant dem som sender nakenbilder av seg selv enn blant andre.

Når vi nå vet at bildesenderne i større grad enn andre føler det sosiale trykket fra omgivelsene, går vi videre til å undersøke om ungdom som sender nakenbilder av seg selv har ulike former for psykiske plager, og om de har nedsatt livskvalitet, sammenliknet med ungdom som ikke sender nakenbilder. Figur 11.5 viser andelen ungdom med plager i form av at de har opplevd håpløshet, for mye press, ensomhet og manglende mestring den siste uka.

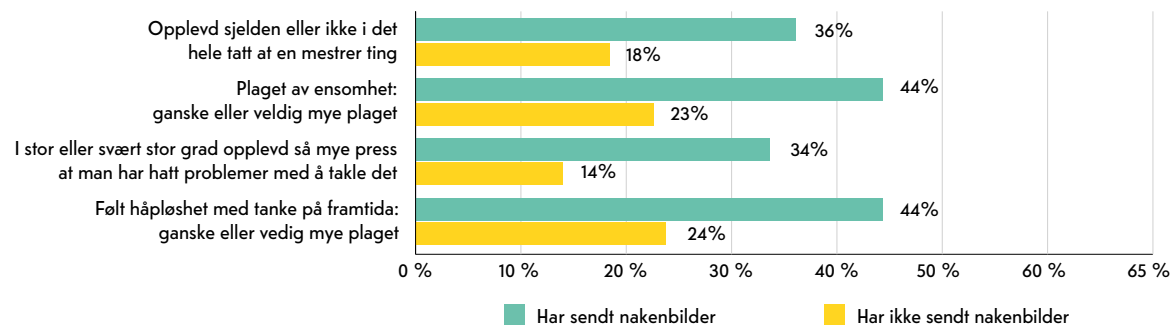
Figur 11.4. Nakenbilder og press

Prosentandel som opplever mye press blant ungdom som sender og ikke sender nakenbilder. Skien, Larvik, Kragerø og Tønsberg 2021. 8. trinn-10. trinn



Figur 11.5. Nakenbilder og psykiske plager

Prosentandel som opplever ulike psykiske plager den siste uka blant ungdom som har sendt og ikke sendt nakenbilder de siste 12 månedene. Skien, Larvik, Kragerø og Tønsberg 2021. 8. trinn-10. trinn



Andelen med psykiske plager er atskillig høyere, og noen ganger doblet, blant ungdom som har sendt egne nakenbilder til andre, sammenlignet med ungdom som ikke har gjort dette. For eksempel svarer 36 % av de som har sendt nakenbilder at de sjeldent eller ikke i det hele tatt har opplevd mestring den siste uka, mens bare 18 % av dem som ikke har sendt nakenbilder svarer det samme. Vi har også sett på om ungdommene som sender nakenbilder av seg selv har bedre eller dårligere livskvalitet enn andre. Figur 11.6 viser andelen som er helt eller litt enige i ulike utsagn som uttrykker livskvalitet eller tilfredshet ved ulike sider av livet. Vi ser at ungdom som ikke har sendt nakenbilder gjennomgående har bedre livskvalitet og oftere er fornøyde med ulike sider av livet sitt enn ungdom som har sendt nakenbilder.

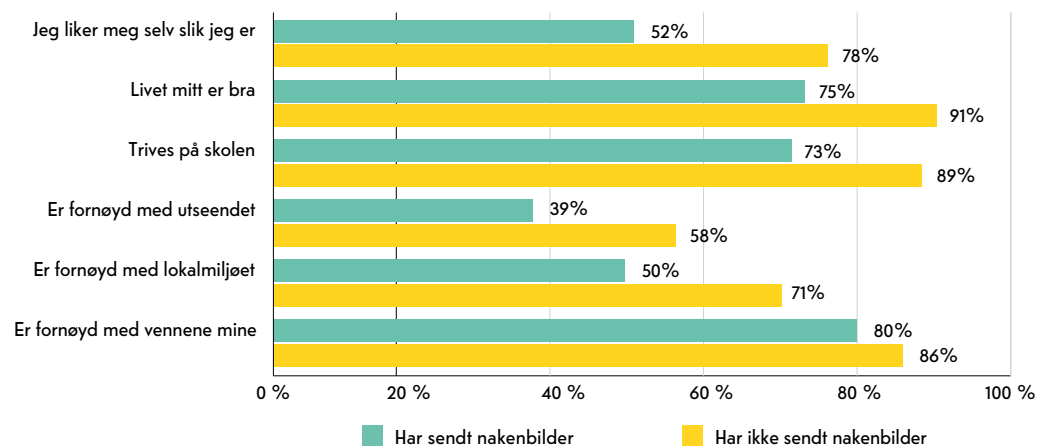
Så langt kan vi oppsummere med at ungdom som sender nakenbilder i større grad opplever mye press i hverdagen, og oftere har psykiske plager og dårligere livskvalitet enn ungdom som ikke sender nakenbilder.

Hvilke sammenhenger er det mellom sending av egne nakenbilder og risiko for seksuell trakassering?

Er ungdom som sender nakenbilder av seg selv også mer utsatt for seksuell trakassering? Figur 11.7 viser andelen som har opplevd ulike former for seksuell trakassering blant ungdom som sender nakenbilder og ungdom som ikke gjør

Figur 11.6. Nakenbilder og livskvalitet

Prosentandel med indikasjoner på god livskvalitet og tilfredshet med ulike sider av livet blant ungdom som har sendt og ikke sendt nakenbilder de siste 12 månedene. Skien, Larvik, Kragerø og Tønsberg 2021. 8. trinn-10. trinn



det. Figuren viser at erfaringer med seksuell trakassering er mye mer vanlig blant ungdom som har sendt nakenbilder av seg selv til andre, sammenlignet med ungdom som ikke har gjort dette.

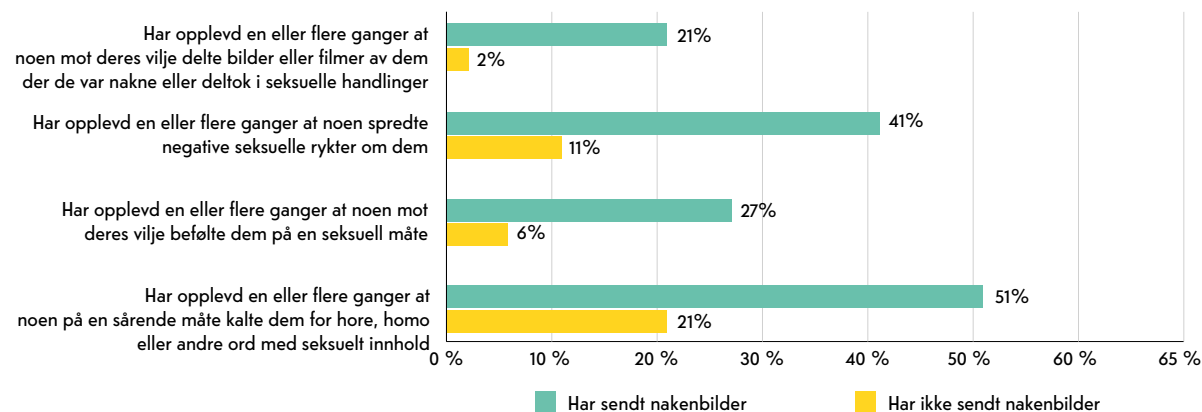
Å utsettes for seksualisert språkbruk er den vanligste formen for trakassering. Mer enn halvparten av alle som har sendt nakenbilder av seg selv har opplevd å bli kalt hore, homo, eller fått høre andre ord med seksuelt innhold, mens dette rammer 1 av 5 blant de som ikke har sendt nakenbilder.

Å få spredt negative seksuelle rykter om seg er også ganske vanlig blant de som sender nakenbilder. 1 av 4 ungdommer som har sendt nakenbilder av seg selv har opplevd å bli befølt mot deres vilje. Det tilsvarende tallet for dem som ikke sender nakenbilder er om lag 6 %. Når det gjelder seksuell trakassering i form av at noen deler dine nakenbilder eller filmer av seksuelle handlinger videre mot din vilje, rammer dette mer enn 20 % blant dem som har sendt nakenbilder av seg selv, mens det kun rammer 2 % blant dem som ikke har sendt bilder.



Figur 11.7. Nakenbilder og seksuell trakassering

Prosentandel som har opplevd ulike former for seksuell trakassering blant ungdom som har sendt og ikke har sendt nakenbilder av seg selv. Skien, Larvik, Kragerø og Tønsberg 2021. 8. trinn-10. trinn



Oppsummert ser vi at det blant ungdom som sender nakenbilder av seg selv er langt flere som også har opplevd seksuell trakassering, sammenlignet med de som ikke har sendt nakenbilder av seg selv.

Hvem vil ungdommene snakke med?

Fordi spredning av nakenbilder er forbundet med høyere risiko for seksuell trakassering er det til sist interessant å se på hvem ungdommene kan snakke med om dette, hvem de har rundt seg. Blant ungdom som har opplevd seksuell trakassering i

form av å få bildene sine spredt videre er det 81 % som svarer at de har minst én venn de kan stole på og betro seg til om alt mulig. Den tilsvarende andelen er 87 % blant dem som ikke har opplevd å få sine bilder spredt videre mot sin vilje.

Andelen som svarer at de har noen å prate med dersom de føler seg utafor og triste og trenger noen å snakke med er 76 % blant dem som ikke har vært utsatt for trakassering i form av bildedeling, mens den er 10 prosentpoeng lavere (66 %) i gruppen som har opplevd dette.

Hva så? Hva nå?

Innledningsvis refererte vi til oppslag i media som antyder at deling av nakenbilder er noe «alle» ungdommer driver med (Torres, 2021; Tuft, 2021). Resultatene over tyder på at dette nok er overdrevet. Fenomenet er ikke så utbredt som mediene antyder. Selv om vi regner med litt underrapportering ligger omfanget antakelig under 15 % i Vestfold og Telemark, slik som i resten av landet (Medietilsynet, 2020). Dermed går det ikke an å si at dette er noe som skjer overalt, hele tida.

Når såpass mange svarer at de har mottatt nakenbilder det siste året, kan man likevel argumentere for at nakenbilder på mobilen nå inngår som en del av ungdomskulturen. Sending av nakenbilder er mer utbredt blant jenter enn blant gutter, og analysen viser uvanlig store forskjeller i hvordan jenter og gutter erfarer og vurderer det å dele nakenbilder.

Deling av nakenbilder utgjør en klar risiko for umiddelbare og framtidige vanskeligheter. Analysen viser tydelig hvordan ungdom som sender nakenbilder av seg selv oftere har ulike problemer og psykiske plager enn andre, og at de oftere har opplevd seksuell trakassering.

Den videre forskningen på dette området bør omfatte analyser av hvilken rolle kjønn og sosial ulikhet spiller når det gjelder årsaker til og konsekvenser av spredning av

nakenbilder. Forskning på sammenhenger mellom press, trusler og trakassering knyttet til nakenbilledeling på den ene siden, og ulike former for marginalisering, mobbing, psykiske plager og skolevegring på den andre siden vil også være viktige kunnskapsbidrag for å forstå mer av hvordan denne praksisen både er hverdagslig og enestående risikofylt. Longitudinelle studier er viktige, slik at man kan følge ungdom over lengre tid og få mer kunnskap om effekter på kort og lang sikt.

Skal fokuset være på å redusere omfanget av nakenbilledeling, eller er det bedre å anerkjenne at nakenbilledelingen er kommet for å bli, og heller gå for «folkeopplysning»? I valget mellom å satse på forebygging eller informasjonskampanjer har de to eldste forfatterne av dette kapittelet ingen klare prioriteringer. Vi sier ja takk, begge deler. Den yngste i forfattertrioen er imidlertid klar i sin anbefaling til foreldre, lærere og helsesykepleiere: tør å ta praten! Nakenbilder er kommet for å bli. Her kommer et ungdomsperspektiv på deling av nakenbilder: Med god seksualundervisning og bedre opplæring i nettvett kommer man langt, og det smarteste vil være å lære ungdom hvordan de skal håndtere bildene sine på en trygg måte.



Litteraturliste

- Aase H., Lønnum K., Sørli M. A., Hagen K. A., Gustavson K. & Utgarden I. H. (2020). *Barn, unge og kriminalitet. Hvordan forhindre at barn og unge kommer inn i eller fortsetter med en kriminell løpebane? Oppsummering og vurdering av virksomme tiltak, behandling og organisering* (Rapport 2020). Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/publ/2020/barn-unge-og-kriminalitet/>
- Aase, K. N., Kristiansen, R., Vardheim, I., Bentsen, A., Gulløy, E., Bordevich, K., Bunting, M. & Krane, V. (2018). *Ung i Telemark 2018*. Telemark fylkeskommune / Kompetansesenter rus – region sør. <https://www.korus-sor.no/publikasjoner/ung-i-telemark-2018/>
- Bakken, A., Frøyland L. R. & Sletten, M. A. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv* (NOVA Rapport 3/16). NOVA. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/20.500.12199/5103>
- Bakken, A. *Ungdata 2021. Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 8/21). NOVA. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/11250/2767874>
- Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of Management*, 38(1), 9-44.
- Barstad, A. (2014). *Levekår og livskvalitet. Vitenskapen om hvordan vi har det*. Cappelen Damm Akademisk.
- Beck, U. (1986). *Risikosamfundet – på vej mod en ny modernitet* (Dansk udgave 1997. [Risikogesellschaft. Auf dem Weg in eine andere Moderne]). Hans Reitzels Forlag.
- Bekken, W., Dahl, E. & van Der Wel, K. (2018). *Sosiale ulikheter blant barn og unge: Hva kan norske kommuner gjøre? Noen tilnærminger* (OsloMet Rapport 1/2018). OsloMet. <https://skriftserien.oslomet.no/index.php/skriftserien/article/view/90/89>
- Coalter, F., & Taylor, J. (2010). *Sport-for-development impact study: A research initiative funded by Comic Relief and UK Sport and managed by International Development through Sport*. Department of Sports Studies, University of Stirling. <http://www.ukssport.gov.uk/docLib/MISC/FredCoaltersseminarMandEManual.pdf>
- Eik, K. (2019). *Deling av nakenbilder i ungdomsskolen – nye former for frihet og risiko. En kvantitativ analyse av sammenhengen mellom ungdoms risikoatferd på sosiale medier og psykisk helse* (Masteroppgave, Universitetet i Sørøst-Norge). <https://openarchive.usn.no/usn-xmlui/handle/11250/2625349>
- Eriksen, I. M., Sletten, M. A., Bakken, A. & von Soest, T. (2017). *Stress og press blant ungdom. Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager* (NOVA Rapport 6/17). NOVA. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/20.500.12199/5115>
- Folkehelseinstituttet (2021a). *Folkehelse rapporten – Helsetilstanden i Norge*. Folkehelseinstituttet. www.fhi.no/nettpub/hin/

- Folkehelseinstituttet (2021b). *Trygt og godt oppvekstmiljø i kommunen*. Folkehelseinstituttet. www.fhi.no/hn/folkehelse/artikler/trygt-og-godt-oppvekstmiljo-i-kommunen
- Hegna, K., Eriksen, I. M., Sletten, M., Strandbu, Å., Ødegård, G. (2017). Ungdom og psykisk helse – endringer og kontekstuelle forklaringer. I M. Bunting & G. H. Moshuus (Red.), *Skolesamfunnet. Kompetansekrav og ungdomsfellesskap* (s. 75-94). Cappelen Damm Akademisk.
- Helsedirektoratet (2021). *Selvskading og selvmord – veiledende materiell for kommunene om forebygging*. Helsedirektoratet. www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/selvskading-og-selvsmord-veiledende-materiell-for-kommunene-om-forebygging
- Helsedirektoratet (2017). *Teoretiske perspektiver på hvordan trivsel kan fremmes i skolen*. <https://utdanningsforskning.no/artikler/2015/teoretiske-perspektiver-pa-trivsel/>
- Huang, L. (2021). Bullying victimization, self-efficacy, fear of failure, and adolescents' subjective well-being in China. *Children and Youth Services Review*, 127, 106084. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2021.106084>
- Ikdahl, I. (2019, 1. juli). *Seksuell trakassering*. Store norske leksikon. https://snl.no/seksuell_trakassering
- Jacobsen, S. E., Andersen, P. L., Nordø, Å. D., Sletten, M. & Arnsen, D. (2021). *Sosial ulikhet i barn og unges deltagelse i fritidsaktiviteter. Betydningen av sosioøkonomiske ressurser, geografi og landbakgrunn* (Rapport 2021:01). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/11250/2757585>
- Jansen, S. (2018, 31. mai). *Hva er definisjonen på et nakenbilde?* <https://www.barnevakten.no/hva-er-definisjonen-pa-et-nakenbilde/>
- Kaspersen, S., Bungum, B., Buland, T., Slettebak, R. & Ose, S. O. (2013). *Holdninger til fravær og nærvær i skole og arbeidsliv* (Sintef rapport A23298). Sintef. <https://www.sintef.no/globalassets/upload/helse/arbeid-og-helse/a23298.pdf>
- Kjeldsberg, H. K. (2021a, 24. september). Sluttet i jobben for å selge egne sexvideoer: – Vi har opplevd flere ganger at folk vi kjenner har sett på. *Telemarksavisa*. <https://www.ta.no/sluttet-i-jobben-for-a-selge-egne-sexvideoer-vi-har-opplevd-flere-ganger-at-folk-vi-kjenner-har-sett-pa/s/5-50-1234021>
- Kjeldsberg, H. K. (2021b, 27. september). Ida (23) solgte nakenbilder – nå advarer hun andre: – Jeg kunne absolutt blitt veldig rik på dette. *Telemarksavisa*. <https://www.ta.no/ida-23-solgte-nakenbilder-na-advarer-hun-andre-jeg-kunne-absolutt-blitt-veldig-rik-pa-dette/s/5-50-1235299>
- Kunnskapsdepartementet (2017). *Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsett som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020.

- Kvarme, L. G., Haraldstad, K., Helseth, S., Sørum, R., & Natvig, G. K. (2009). Associations between general self-efficacy and health-related quality of life among 12-13-year-old school children: a cross-sectional survey. *Health and Quality of Life Outcomes*, 7(1), 1-8.
- Lillejord, S., Halvorsrud, K., Ruud, E., Morgan, K., Freyr, T., Fischer-Griffiths, P., Eikeland, O. J., Hauge, T. E., Homme, A. D., Manger, T., Kirkebøen, L. J. & Sandsør, A. M. J. (2015). *Frafall i videregående opplæring: En systematisk kunnskapsoversikt*. Kunnskapssenter for utdanning. <https://www.uis.no/sites/default/files/inline-images/r1iHKspV6S6C-q9zXepcVjBOBRZYjYUIupQWSWQDu1v-2Hy5jxS3.pdf>
- Lundetræ, R. S. & Bjorvatn, B. (2018). Kartlegging av søvnvaner hos norske ungdommer. *Søvn*, 2, 16-23. https://helse-bergen.no/seksjon/sovno/Documents/S%C3%B8vn_Nr.2%20202108.pdf
- Ma, Z. W., Zeng, W. N., & Ye, K. Y. (2015). Gender differences in Chinese adolescents' subjective well-being: the mediating role of self-efficacy. *Psychological reports*, 116(1), 311-321.
- Manger, T. & Wormnes, B. (2015). *Motivasjon og mestring. Utvikling av egne og andres ressurser* (2. utg.). Fagbokforlaget.
- McCauley, D. M., Weymouth, B. B., Feinberg, M. E., & Fosco, G. M. (2019). Evaluating school and peer protective factors in the effects of interparental conflict on adolescent threat appraisals and self-efficacy. *Journal of adolescence*, 71, 28-37.
- Medietilsynet (2020). *Barn og medier 2020. En kartlegging av 9-18-åringers digitale medievaner* (ISBN 978-82-8428-003-5). <https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2020/201015-barn-og-medier-2020-hovedrapport-med-engelsk-summary.pdf>
- Meld. St. 19 (2014-2015). *Folkehelsemeldingen – Mestring og muligheter*. Helse- og omsorgsdepartementet. www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-19-2014-2015/id2402807/
- Meld. St. 6 (2012-2013). *En helhetlig integreringspolitikk*. Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet. www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld-st-2-20122013/id705945/
- Nes, R. B., Hansen, T. & Barstad, A. (2018). *Livskvalitet – Anbefalinger for et bedre målesystem* (IS-2727). Helsedirektoratet. www.fhi.no/publ/2018/livskvalitet.-anbefalinger-for-et-bedre-malesystem/
- Næss, S. (2011). Språkbruk, definisjoner. I S. Næss, T. Moum & J. Eriksen (Red.), *Livskvalitet. Forskning om det gode liv* (s. 15-51). Fagbokforlaget.
- Olsen, T., Hyggen, C., Tägtström, J., Kolouh-Söderlund, L. (2016). Unge i risiko – overblik over situasjonen i Norden. I T. Wulf-Andersen, R. Follesø & T. Olsen (Red.), *Unge, udenforskab og social forandring. Nordiske perspektiver* (s. 39-68). Frydenlund Academic.
- Redaksjonen, Ung.no. (2021, 28. juni). *Hva er seksuell trakassering?* https://www.ung.no/overgrep/995_Hva_er_seksuell_trakassering.html
- Reverdito, R. S., Carvalho, H. M., Galatti, L. R., Scaglia, A. J., Gonçalves, C. E., & Paes, R. R. (2017). Effects of youth participation in extra-curricular sport programs on perceived self-efficacy: a multilevel analysis. *Perceptual and motor skills*, 124(3), 569-583.

- Samdal, O., Wold, B., Harris, A., & Torsheim, T. (2017). *Stress og mestring*. Helsedirektoratet.
- Stokols, D. (1992). Establishing and maintaining healthy environments. Toward a social ecology of health promotion. *Am Psychol*, 47, 6-22.
- Straffeloven. (2015). *Low om straff*. (LOV-2005-05-20-28). Lovdata. <https://lovdata.no/lov/2005-05-20-28>
- Strandbu, Å., Gulløy, E., Andersen, P. L., Seippel, Ø. & Dalen, H. B. (2017). Ungdom, idrett og klasse: Fortid, samtid og framtid. *Norsk Sosiologisk Tidsskrift*, 1(2), 132-151. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-2512-2017-02-03>
- Tangen, R. (2012). Elevers skolelivskvalitet. I E. Befring & R. Tangen (Red.), *Spesialpedagogikk* (5. utg., s. 151-169). Cappelen Damm Akademisk.
- Torres, M. A. N. (2021, 20. juni). Politiets melding til foreldre: -Dette er sterk kost. Antakelig sjokkerende å lese. *Telemarksavisa*. <https://www.ta.no/politiets-melding-til-foreldre-dette-er-sterk-kost-antakelig-sjokkerende-a-lese/s/5-50-1176057?&session=825b6026-8612-42d1-9a5f-e45fe82c84ea>
- Tuft, A. J. (2021, 12.mars). Barn i 13-årsalderen selger nakenbilder: -Vi er bekymret. *TV2*. <https://www.tv2.no/a/13879999/>
- Utdanningsdirektoratet (2021, 1. november). *Statistikk og analyser om barnehager og grunnskolingen i Norge*. www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/
- Vardheim, I. (2017). *Ung i Vestfold*. Kompetansesenter rus – region sør. <https://www.korus-sor.no/publikasjoner/ung-i-vestfold-20/>
- Wachs, S., Görzig, A., Wright, M. F., Schubarth, W., & Bilz, L. (2020). Associations among adolescents' relationships with parents, peers, and teachers, self-efficacy, and willingness to intervene in bullying: A social cognitive approach. *International journal of environmental research and public health*, 17(2), 420.



Kompetansenter rus – region sør

www.korus-sor.no

E-post: ungdata@korus-sor.no

Tlf.: 35 90 47 00

Vestfold og Telemark fylkeskommune

www.vtffk.no

E-post: post@vtffk.no

Tlf.: 35 91 70 00

Ungdata

www.ungdata.no

E-post: ungdata@oslomet.no

Tlf.: 67 23 50 00