

Ung i Telemark 2024



ungdata

KORUS
sør

 **Telemark**
FYLKESKOMMUNE

 **ISN** Universitetet
i Sørøst-Norge

Rapport:

Ung i Telemark 2024

Utgitt av:

KORUS sør: www.korus.no

Telemark fylkeskommune: www.telemarkfylke.no

ISBN:

ISBN 978-82-93629-10-8

Forfattere:

Kjersti Norgård Aase, Ingvild Vardheim,
Asle Bentsen, Rosanne Kristiansen, Lars Bauger,
Thomas Tjelta, Sabrina Krogh Schmidt,
Michael Sæter Reinboth, Solfrid Bratland-Sanda,
Kenneth Larsen, Ingelill Susann Berger Eide og
Elisabeth Gulløy

Infografikk og kartgrunnlag er utformet av:

Kjersti Norgård Aase, Telemark fylkeskommune
og Wera

Design:

Wera AS: www.wera.no

Rapporten kan lastes ned elektronisk fra:

www.korus.no/publikasjoner og

www.telemarkfylke.no/ungdata

Illustrasjon forside: AdobeStock

Baksidefoto: Unsplash

Innhold

Forord	5	3. Familie og venner	29	6. Nærområdet	59
Nøkkeltall Ung i Telemark 2024	6	• Forhold til foreldrene.....	29	• Tilhørighet og trivsel.....	59
Sammendrag	8	• Familieøkonomi.....	30	• Trygghet i nærområdet.....	60
1. Om undersøkelsen	11	• Vold i familien og reaksjoner fra foreldre.....	30	• Tilbud i nærområdet.....	62
• Datainnsamling og personvern.....	12	• Venner.....	31	7. Helsevaner	65
• Ungdommenes opplevelse av undersøkelsen.....	14	• Ensomhet.....	32	• Fysisk aktivitet.....	65
• Om rapporten.....	14	• Mobbing.....	34	• Måltider og kosthold.....	67
DEL 1 – Resultater fra undersøkelsen	16	4. Skole og framtid	39	• Søvn.....	69
2. Livskvalitet og helse	17	• Skolehverdagen.....	39	8. Rusmidler	71
• Livskvalitet og livsmestring.....	17	• Samarbeid og kommunikasjon.....	42	• Tobakk.....	71
• Fysisk og psykisk helse.....	20	• Lekser og skolestress.....	43	• Alkohol.....	72
• Press i hverdagen.....	26	• Skulking.....	44	• Cannabis.....	77
• Sosial ulikhet i helse.....	27	• Tanker om å fullføre videregående skole.....	46	• Kokain og andre narkotiske stoffer.....	80
• Bruk av helsetjenester.....	28	• Tanker om høyere utdanning.....	46	9. Risikoadferd	85
		• Andre tanker om fremtiden.....	48	• Regelbrudd.....	85
		5. Fritid	49	• Utsatt for vold.....	86
		• Digital fritid.....	50	• Seksuell trakassering og nakenbilder.....	87
		• Organisert fritid.....	52	• Selvskading og forsøk på selvmord.....	90
		• Sosiale forskjeller i deltagelse i fritidsaktiviteter.....	56		

Innhold

DEL 2 – Dypdykk **92**

10. Digital fritid og livskvalitet **93**

- Innledning 93
- Problemstilling..... 94
- Data og metode 94
- Resultater..... 95
- Oppsummering..... 100

11. Skolehverdagens påvirkning på unges livskvalitet **103**

- Innledning 103
- Problemstilling, data og metode..... 104
- Resultat og diskusjon 106
- Skoletrivsel..... 107
- Friminuttene 108
- Fysisk aktivitet 108
- Skolepress 108
- Individuelle forhold 108
- Konklusjon..... 108

12. Hva påvirker ungdoms deltakelse i organiserte kulturaktiviteter? **109**

- Bakgrunn 109
- Datagrunnlag og metode 110
- Resultater..... 111
- Diskusjon..... 115
- Konklusjon..... 116

Litteraturliste **118**



Forord

Våren 2024 svarte i underkant av 10 000 ungdommer fra hele Telemark på spørsmål om hvordan de har det, og hva de bruker fritiden sin på. Ungdata utgjør et viktig kunnskapsgrunnlag for politikere, ledere, fagpersoner og andre som jobber for å gjøre Telemark til et enda bedre sted å vokse opp.

Ungdata-undersøkelsen «Ung i Telemark 2024» fant sted på ungdomsskoler og videregående skoler i alle de 17 kommunene i fylket. For de fleste kommunene er dette fjerde gang de gjennomfører Ungdata. Ungdata ble gjennomført i Telemark i 2015 og 2018, og i Vestfold og Telemark som sammenslått fylke i 2021. Undersøkelsen gjennomføres i et samarbeid mellom kommunene, Telemark fylkeskommune, KORUS sør og Universitetet i Sørøst-Norge. Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet har det faglige ansvaret for Ungdata.

I denne rapporten presenterer vi funnene fra undersøkelsen, og viser blant annet hvordan resultatene på en del områder har utviklet seg siden første gjennomføring i 2015.

Hensikten er å gi en samlet oversikt over barn og unges oppvekstvilkår i Telemark, og å bidra til en diskusjon om, og refleksjon rundt, faktorer som påvirker ungdommenes helse og trivsel. Rapporten er et samarbeidsprosjekt mellom Telemark fylkeskommune, KORUS sør og Universitetet i Sørøst-Norge.

Vi ønsker å rette en stor takk til alle som har gjort det mulig å gjennomføre årets undersøkelse: Ungdommene som har svart på undersøkelsen, kontaktpersoner i kommunene og i de videregående skolene, lærere og skoleledere og Ungdatasenteret hos NOVA.

God lesning!



Siri Karine Svenkerud
Konstituert virksomhetsleder
KORUS sør



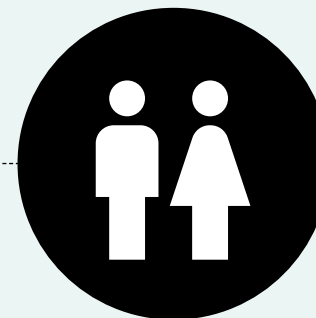
Ketil Reed Aasgaard
Fylkesdirektør
Telemark fylkeskommune

Nøkkeltall Ung i Telemark 2024

Foreldre

1/5

forsøker å holde
mesteparten av fritiden
sin skjult for foreldrene



92 %

liker å være sammen
med foreldrene sine

Skole

96 %

har noen å være
sammen med i
friminuttene

84 %

trives
på skolen

$E=mc^2$

80 %

opplever at læreren
bryr seg om dem

82 %

kjeder seg
på skolen

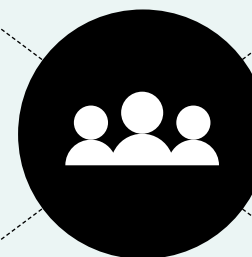
Venner og fritid

88 %

har en nær venn som
de kan stole på

45 %

bruker mer enn 4 timer
per dag foran skjerm
(utenom skoletid)



47 %

gutter bruker mer enn
2 timer daglig på
sosiale medier

73 %

jenter bruker mer enn
2 timer daglig på
sosiale medier

Nærområdet

64 %

er fornøyd med lokalmiljøet der de bor



81 %

føler det er trygt å ferdes i nærområdet om kvelden

Helse og trivsel

25 % 44 %
gutter jenter

har brukt skolehelse-tjenesten i løpet av det siste året

17 %

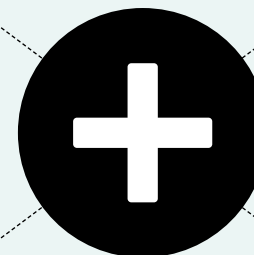
oppgir høyt nivå av psykiske helseplager sist uke

33 %

har vært mye plaget av hodepine sist måned

18 %

har skadet seg selv med vilje siste 12 mnd.



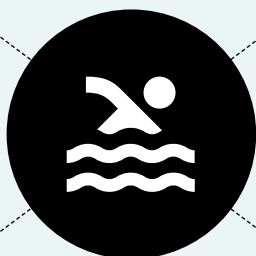
Helsevaner og atferd

79 %

trener minst ukentlig

37 %

sov 6 timer eller mindre sist natt



13 %

på videregående har brukt hasj en gang eller mer sist år

49 %

spiser frokost før første time hver dag

Fremtidstanker

63 %

på videregående skole tror de vil ta høyere utdanning

71 %

tror de vil få et godt og lykkelig liv

25 %

gutter tror de vil bli arbeidsledige

15 %

jenter tror de vil bli arbeidsledige



Sammendrag

Ungdata-undersøkelsen gir innsikt i hvordan det er å være ung i Telemark. Våren 2024 deltok i underkant av 10 000 ungdommer i undersøkelsen. Her er en oppsummering av hovedfunnene.

De aller fleste har det (fortsatt) bra!

Det viktigste funnet fra årets undersøkelse er at de aller fleste ungdommene i Telemark har gode oppvekstvilkår og god livskvalitet. Det er flere som er fornøyde med livet sitt i 2024 sammenliknet med forrige undersøkelse i pandemiåret 2021.

Nesten alle svarer at de har et godt og tillitsfullt forhold til foreldrene sine og at de har nære venner de kan stole på. Det store flertallet føler seg trygge i nærområdet sitt og er fornøyde med stedet der de bor, og tror de vil få et godt og lykkelig liv. Selv om flere hovedfunn i Ungdata er stabile over tid, viser årets undersøkelse flere interessante utviklingstrekk, i både positiv og negativ retning.

Bedre psykisk helse og mindre sosiale helseforskjeller

I løpet av de årene Ungdata-undersøkelsen har blitt gjennomført, har vi sett en økning i psykiske helseplager blant ungdom. Dette toppet seg i pandemiåret 2021. I 2024 ser vi for første gang i Telemark at andelen med mange psykiske helseplager har sunket litt på alle klassetrinn, hos både gutter og jenter. Omfanget av psykiske helseplager er nå lavere enn det var i både 2018 og 2021. Vi ser den samme positive tendensen når det gjelder andel ungdommer som er plaget av ensomhet.

Et annet positivt utviklingstrekk er reduserte sosiale forskjeller i helse, livskvalitet og levevaner. Ungdom med færre ressurser hjemme har fortsatt flere psykiske og fysiske helseplager enn ungdom fra familier med flere ressurser. Forskjellene mellom ungdom med lav sosioøkonomisk status og ungdom med høy sosioøkonomisk status er imidlertid mindre i 2024 enn i tidligere Ungdata-undersøkelser. Dette finner vi på flere områder i undersøkelsen, for eksempel når det gjelder livskvalitet, psykiske helseplager, ensomhet, om man er fornøyd med helsa si, om man ofte har hodepine, hvor ofte man er så fysisk aktiv at man blir andpusten eller svett, samt måltidsvaner.

Samtidig er det noen områder der det kan være grunn til bekymring. På flere av spørsmålene om helse har kjønnsforskjellene økt siden forrige undersøkelse. Mens guttene kun er litt mindre fornøyde med helsa si enn tidligere, har andelen jenter som er fornøyde med helsa si gått gradvis ned fra 63 % i 2015 til 56 % i 2024.

Flere har et negativt forhold til skolen

Selv om flertallet av norsk ungdom trives på skolen, viser resultater fra Ungdata at stadig flere ungdommer opplever å ha et negativt forhold til skolen. Vi ser den samme utviklingen i Telemark: andelen som trives på skolen har blitt redusert fra 94 % i 2015 til 84 % i 2024, samtidig som flere kjeder seg på skolen, flere gruer seg til å gå på skolen, og litt færre føler seg integrert i elevmiljøet. Det er også litt færre som har et godt forhold til lærerne, og flere som opplever at læreren bruker ord og uttrykk som er vanskelig å forstå. Det har også vært en stor økning i andelen som har skulket skolen minst én gang det siste året.

Flere blir mobbet

Årets Ungdata-resultater viser dessverre en negativ utvikling når det gjelder mobbing. I 2024 svarer 8 % at de blir mobbet, truet eller utestengt på skolen eller fritiden hver 14. dag eller oftere, opp fra 6 % i 2021. Økningen

forekommer på alle klassetrinn, men er særlig stor på 10. trinn og Vg1, og størst blant guttene. En liknende utvikling ser vi i de nasjonale Ungdata-tallene.

Økt deltagelse i fritidsaktiviteter etter pandemien

De aller fleste deltar i organiserte fritidsaktiviteter i løpet av oppveksten. Mens andelen som svarer at de er med i en organisasjon, lag eller forening i Telemark fortsetter å synke etter pandemien, har den faktiske deltagelsen i organiserte fritidsaktiviteter gått opp igjen. Andelen ungdommer som har deltatt minst fem ganger på organiserte fritidsaktiviteter den siste måneden har økt på nesten alle klassetrinn når vi sammenlikner tallene fra 2024 med 2021. På flere klassetrinn er deltagelsen imidlertid lavere i 2024 enn den var før pandemien.

I Telemark ser vi forskjeller i hvem som deltar og hvilke aktiviteter de deltar på etter familiens sosioøkonomiske status. Andelen som deltar i aktiviteter i regi av idrettslag er høyest blant ungdommer fra familier med høy sosioøkonomisk status, og de sosiale forskjellene i deltagelse er store. I andre typer fritidsaktiviteter er forskjellene små, og for fritidsklubber er mønsteret omvendt,

der er deltakelsen høyest blant ungdommer med lav sosioøkonomisk status.

Flere har uttrykt bekymring for at pandemien endret ungdommenes treningsvaner. Årets Ungdata-resultater viser imidlertid at ungdom trener som aldri før. I Telemark svarer 79 % av ungdommene at de trener minst én gang i uka. Dette er det høyeste tallet som er målt siden den første Ungdata-undersøkelsen i Telemark i 2015. Det er særlig det å trene på treningsstudio som har blitt mer populært, og særlig blant gutter på ungdomstrinnet.

Flere bruker legale og illegale rusmidler

Det siste tiåret har alkoholbruken blant norsk ungdom vært relativt stabil. Mens bruken gikk noe ned under pandemien, har andelen som bruker alkohol jevnlig gått opp i 2024 (Bakken, 2024). Også i Telemark er alkoholbruken høyere i 2024 enn tidligere. På alle klassetrinn bortsett fra Vg3 er det flere som drikker månedlig eller oftere enn i noen av de tidligere Ungdata-undersøkelsene. På videregående er det for første gang en høyere andel jenter enn gutter som drikker alkohol minst månedlig. En høyere andel enn tidligere svarer også at de får lov av foreldrene å drikke alkohol.

Til sammen svarer 4 % av elevene på ungdomstrinnet og 13 % av elevene på videregående i Telemark at de har brukt cannabis minst én gang det siste året. Sammenliknet med tidligere Ungdata-undersøkelser ser vi at bruken har økt på alle klassetrinn, men mest på Vg1 og Vg2. En høyere andel enn tidligere svarer også at de har blitt tilbudt cannabis det siste året. Utviklingstrekkene vi ser i Telemark ser vi også i de nasjonale Ungdata-tallene. Bruk av cannabis er imidlertid lavere i Telemark enn i landet som helhet.

4 % på ungdomsskolen og 7 % på videregående skole oppgir at de har brukt andre narkotiske stoffer enn cannabis minst én gang det siste året. Bruken av andre narkotiske stoffer har økt på både ungdomsskolen og videregående sammenliknet med tidligere Ungdata-undersøkelser. I 2024 fikk ungdom på videregående for første gang spørsmål i Ungdata om de noen gang har brukt kokain. 6 % svarer at de har brukt kokain én eller flere ganger.



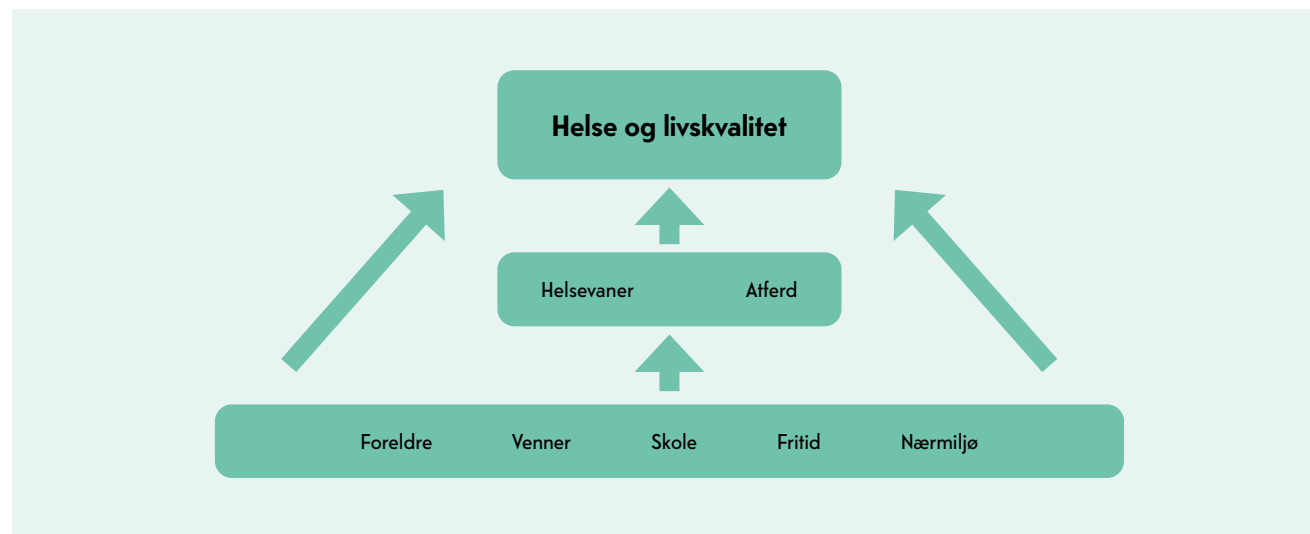
1. Om undersøkelsen

Våren 2024 svarte i underkant av 10 000 ungdommer i Telemark på spørsmål om ulike sider ved livet sitt, som helse og livskvalitet, vennskap, familie, skole, nærområdet, medievaner og fritidsaktiviteter. Denne rapporten inneholder resultatene fra undersøkelsen.

Ungdata er en nettbasert spørreundersøkelse som blir gjennomført hvert tredje år i nesten alle norske kommuner. Deltakerne er elever på ungdomstrinnet og på videregående skole.¹ Målet er å gi et bredt og oppdatert bilde av hvordan barn og ungdom har det, og hva de driver med i fritiden. Resultatene gir beslutningstakere et kunnskapsgrunnlag for lokal, regional og nasjonal politikktutforming innen oppvekst- og folkehelseområdene (Bakken, 2024). I 2024 gjennomførte Telemark Ungdata som fylkesundersøkelse for fjerde gang.

Ungdata består av en grunnmodul med spørsmål som er felles for alle undersøkelsene i hele Norge, samt en tilleggsmodul med valgfrie spørsmål. I Telemark har disse blitt valgt ut i fellesskap av Telemark fylkeskommune, Universitetet i Sørøst-Norge, KORUS sør og representanter for kommunene i fylket.

Figur 1.1. Temaer i Ungdata-undersøkelsen og hvordan disse kan sees i sammenheng



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

¹ I tillegg gjennomførte 10 av kommunene i fylket Ungdata junior, som er Ungdatas spørreundersøkelse til elever i alderen 10-12 år. Les mer om Ungdata junior her: <https://www.ungdata.no/hva-er-ungdata-junior/>

Datainnsamling og personvern

Ungdata-undersøkelsen foregår i skoletiden og gjennomføres elektronisk. Det er frivillig å svare, og ungdommene kan hoppe over spørsmål eller velge å trekke seg underveis. I forkant av undersøkelsen får foresatte informasjon om undersøkelsen. Foresatte til elever under 18 år kan reservere sin ungdom fra å delta.

Undersøkelsen på ungdomsskolen er anonym. Ungdata på videregående skole samler inn flere bakgrunnsopplysninger enn på barne- og ungdomsskolen. Dette er blant annet opplysninger om hvilket utdanningsprogram eleven går på, landbakgrunn, bosituasjon og foreldrenes tilknytning til arbeidsmarkedet. 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 resultater. NOVA har det overordnede faglige og tekniske ansvaret, og ansvar for å sikre at undersøkelsen gjennomføres i tråd med gjeldende lover, regelverk og forskningsetiske retningslinjer.

Tabell 1.1 og tabell 1.2 viser hvilke ungdomsskoler og videregående skoler som deltok i undersøkelsen i Telemark i 2024, antall svar og svarprosent.

Tabell 1.1 Deltakelse

Ungdomsskoler i Telemark som deltok i undersøkelsen i 2024.

Kommune	Skoler	Antall svar/Antall elever	Svarprosent
Bamble	Bamble ungdomsskole	434/479	91 %
Drangedal	Drangedal 10-årige skole	120/141	85 %
Fyresdal	Gimle skule	43/50	86 %
Hjartdal	Sauland skule	52/60	87 %
Kragerø	Kragerø skole, Sannidal ungdomsskole	326/372	88 %
Kviteseid	Kviteseid skule	66/72	92 %
Midt-Telemark ²	Bø ungdomsskule, (Gvarv ungdomsskole)	246/352	70 %
Nissedal	Tveit skule - Nissedal ungdomsskule	62/66	94 %
Nome	Holla 10-årige skole, Lunde 10-årige skole	182/216	84 %
Notodden	Gransherad skole, Heddal ungdomsskole, Notodden ungdomsskole	393/463	85 %
Porsgrunn	Heistad ungdomsskole, Kjølnes ungdomsskole, Sandøya Montessoriskole, Stiftelsen International School Telemark, Telemark Toppidrett ungdomsskole, Tveten ungdomsskole, Vestsiden skole	1133/1344	84 %
Seljord	Seljord ungdomsskule	104/119	87 %
Siljan	Siljan ungdomsskole	83/91	91 %
Skien	Gimsøy skole, Gjerpen ungdomsskole, Gulset ungdomsskole, Kongerød ungdomsskole, Menstad ungdomsskole, Mæla ungdomsskole, Oasen skole Grenland, Skauen Kristelige skole, Telemark Toppidrett ungdomsskole	1737/1975	88 %
Tinn	Atrå barne- og ungdomsskole, Rjukan ungdomsskole, Tinn Montessoriskole	182/200	91 %
Tokke	Høydalsmo skule, Tokke skule	76/84	91 %
Vinje	Edland skule, Rauland skule, Åmot skule	125/143	87 %
Totalt		5421/6227	87 %

² På grunn av tekniske utfordringer var det kun et mindretall av elevene på Gvarv ungdomsskole som fikk gjennomført årets undersøkelse. I fremstillingene på kommunenivå i denne rapporten er det derfor kun Bø ungdomsskule som er inkludert i resultatene fra Midt-Telemark kommune.

Tabell 1.2 Deltakelse

Videregående skoler i Telemark som deltok i undersøkelsen i 2024.

Skole	Kommune	Antall svar/Antall elever	Svarprosent
Bamble videregående skole	Bamble	282/312	90 %
Kragerø videregående skole	Kragerø	235/278	85 %
Kvitsund gymnas	Kviteseid	112/117	96 %
Bø vidaregåande skule	Midt-Telemark	246/320	77 %
Nome videregående skole avd. Lunde	Nome	204/270	76 %
Nome videregående skole avd. Søve	Nome	118/150	79 %
Notodden videregående skole	Notodden	340/418	81 %
Porsgrunn videregående skole	Porsgrunn	753/957	79 %
Hjalmar Johansen videregående skole	Skien	332/473	70 %
Skien videregående skole	Skien	701/937	75 %
Skogmo videregående skole	Skien	623/741	84 %
Stiftelsen Telemark Toppidrett gymnas	Skien	210/248	85 %
Rjukan videregående skole	Tinn	121/150	81 %
Vest-Telemark vidaregåande skule	Tokke	134/150	89 %
Totalt		4411/5521	80 %



Ungdommenes opplevelse av undersøkelsen

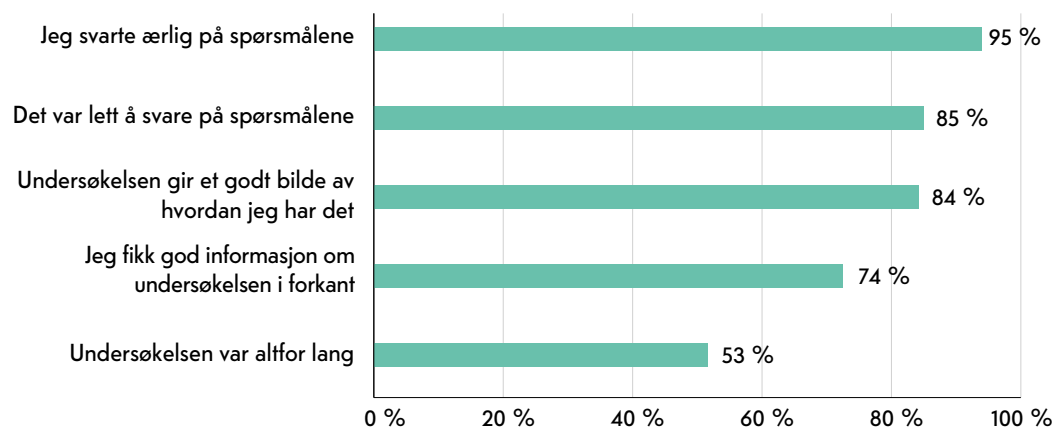
Mot slutten av undersøkelsen tar elevene stilling til flere påstander om hvordan de opplevde å svare på undersøkelsen. Figur 1.2 viser at 95 % av de som svarte på undersøkelsen i Telemark i 2024 mener de svarte ærlig på spørsmålene, 85 % synes undersøkelsen gir et godt bilde av hvordan de har det og 86 % synes at det var lett å svare på spørsmålene. 74 % opplevde å få god informasjon om undersøkelsen i forkant. Selv om NOVA stadig jobber med å korte ned undersøkelsen mest mulig, mener omtrent halvparten av ungdommene at den er altfor lang. Elevene på videregående nivå er generelt litt mer positive til å svare på undersøkelsen enn elevene på ungdomstrinnet. Ungdommene opplever det å delta i Ungdata-undersøkelsen ganske likt i 2021 og i 2024.

Om rapporten

Denne rapporten består av to hoveddeler. Del én tar for seg hva ungdommene har svart på de ulike temaene i undersøkelsen. Her viser vi i hovedsak fordeling på kjønn og/eller trinn i hele Telemark. I tillegg viser vi forskjeller mellom ungdomsskoleelever i de ulike kommunene på flere temaer. For elevene i videregående skole viser vi noen ganger forskjeller mellom de ulike videregående skolene. På en del av spørsmålene viser vi også utvikling over tid, fra 2015 til 2024.

Figur 1.2. Opplevelse av å være med i undersøkelsen

Prosentandel som mener ulike påstander om undersøkelsen stemmer svært godt eller nokså godt. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



Når det gjelder resultater på kommune- og skolenivå, er det viktig å være klar over at en ujevn fordeling av ungdom mellom klassetrinn eller kjønn kan gi store utslag. For eksempel kan en kommune der en høyere andel 10. klassinger enn 8. klassinger har svart, få stort utslag på bruk av alkoholbruk, siden dette er noe vi vet øker jo eldre barna blir. I de minste kommunene vil én persons svar utgjøre flere prosent i svarfordelingen, og tilfeldige variasjoner

kan gi store utslag uten at dette nødvendigvis dreier seg om reelle forskjeller fra de andre kommunene. Dataene bør derfor tolkes med varsomhet, særlig når det gjelder de minste kommunene og skolene.

Resultatene for 2024 sammenliknes med 2015, 2018 og 2021. Ettersom ikke alle trinn på alle de videregående skolene deltok i 2015, viser vi noen steder bare resultater for

8. trinn-Vg1 når vi viser utvikling over tid. For å undersøke hvordan ungdom i Telemark svarer på undersøkelsen sammenliknet med ungdom i landet som helhet, tar vi i bruk det samme datagrunnlaget som brukes i den nasjonale Ungdata-rapporten (Bakken, 2024).

Del 2 av rapporten består av tre kapitler der vi dykker ned i ulike temaer knyttet til undersøkelsen. I kapittel 10 ser vi nærmere på sammenhenger mellom ungdoms digitale fritid og livskvalitet, mens kapittel 11 tar for seg sammenhenger mellom ungdoms opplevelse av skolehverdag og livskvalitet. I kapittel 12 undersøker vi hva som påvirker ungdoms deltakelse i organiserte kulturaktiviteter. I disse tre siste kapitlene utgjør ungdom fra både Vestfold og Telemark utvalget, slik at analysene er felles for begge fylkene.



Del 1. Resultater fra undersøkelsen

Skrevet av: Kjersti Norgård Aase (Telemark fylkeskommune), Rosanne Kristiansen, Ingvild Vardheim og Asle Bentsen (KORUS Sør)

2. Livskvalitet og helse

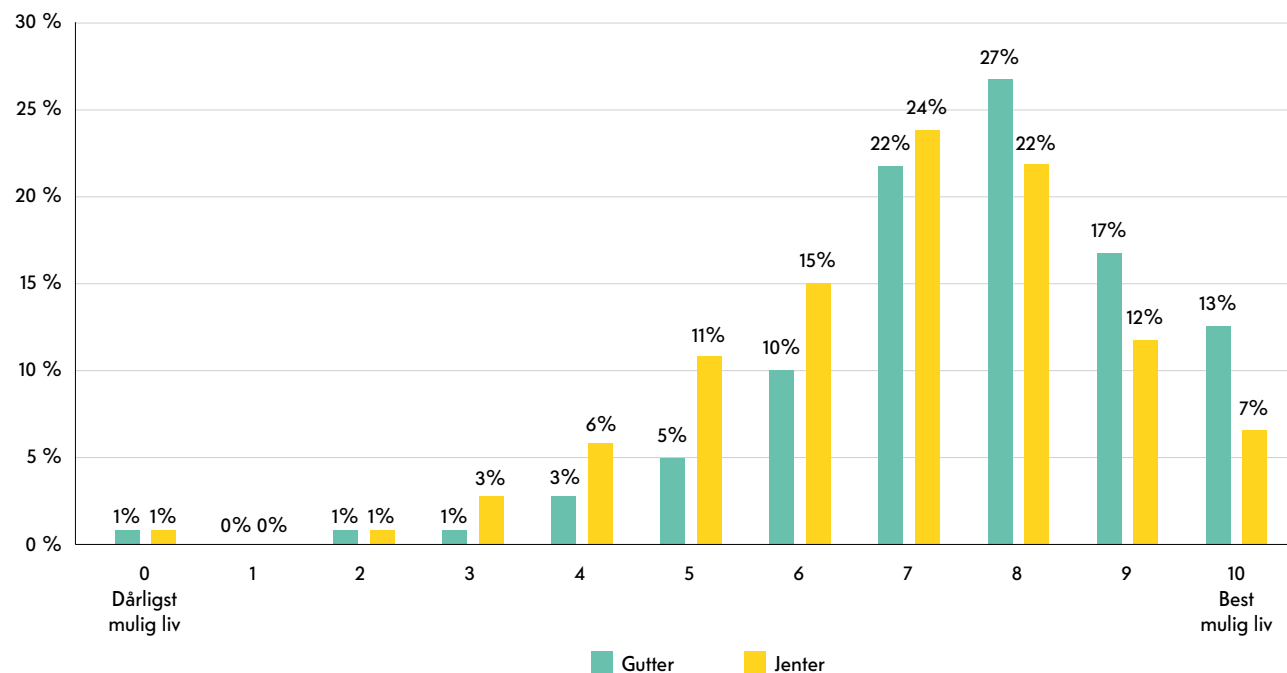
Livskvalitet og livsmestring

Livskvalitet handler om det som gjør livet godt å leve. Alle barn og unge som vokser opp skal oppleve å ha god livskvalitet. Litteraturen deler gjerne begrepet opp i subjektiv og objektiv livskvalitet. Den subjektive livskvaliteten viser til enkeltindividets opplevelser av for eksempel tilfredshet, glede, mestring og mening, samt fravær av psykiske plager og negative følelser. Den objektive livskvaliteten viser til sentrale sider ved livssituasjonen som frihet, trygghet, helse, fellesskap og muligheter for selvutvikling (Nes et al., 2021).

De nasjonale Ungdata-resultatene viser at livskvaliteten blant ungdom i Norge gjennomgående er høy, både under pandemitiden og i de første årene etter (Bakken, 2024). Det samme ser vi i Telemark. På en skala som måler tilfredshet med livet, der 0 er dårligst mulig liv og 10 er best mulig liv, plasserer 83 % av ungdommene seg fra seks og oppover. Dette er en liten økning fra 2021 da 81 % svarte det samme. Figur 2.1 viser at det er langt flere gutter enn jenter som er tilfredse med livet. Mens 89 % av guttene plasserer seg fra seks poeng og oppover, gjør 80 % av jentene det samme. Slike kjønnsforskjeller ser vi på mange områder i undersøkelsen.

Figur 2.1 Tilfredshet med livet

Prosentandel gutter og jenter som plasserer seg fra 0 til 10 på en skala som måler tilfredshet med livet, der 0 er dårligst mulig liv og 10 er best mulig liv. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



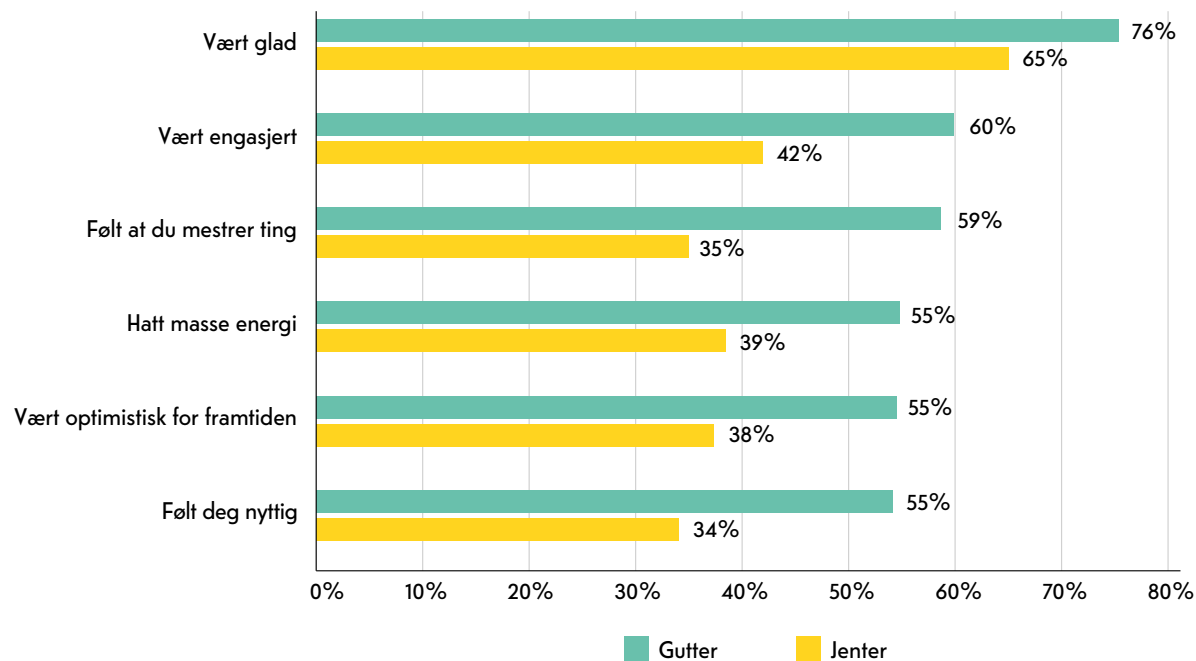
Andre resultater viser også at ungdommene er fornøyde med livet de lever. 90 % er enige i utsagnet «livet mitt er bra», 75 % opplever at de har alt de ønsker seg i livet og 75 % svarer at de liker seg selv slik de er.

Ungdata kartlegger også mer følelsesmessige sider av livskvalitet, slik som energi og engasjement. Figur 2.2 viser at gutter kjenner på disse positive følelsene langt oftere enn jenter. Det er generelt sett små forskjeller i livskvalitet etter alder, men en tendens til at man er gladest på 8. og 9. trinn, og opplevelsen av å ha masse energi går noe ned jo eldre ungdommene er.

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 er det mange spørsmål som kartlegger faktorer som både kan fremme og hemme livsmestring. Figur 2.3 viser hvordan ungdom i Telemark opplever egen mestringstro, det vil si troen 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. Opplevelsen av at man mestrer ting er lavest på 8. trinn og øker i løpet av ungdomstiden.

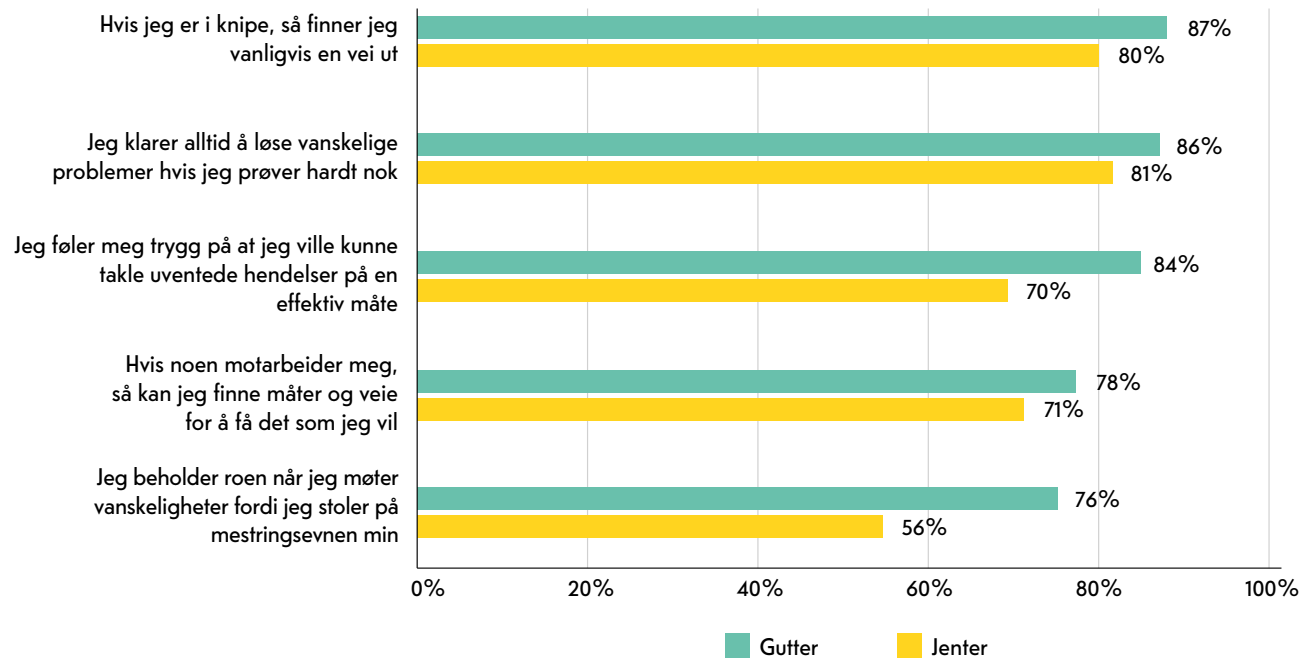
Figur 2.2 Hvordan har du det?

Prosentandel gutter og jenter som hele tiden eller ofte den siste uka har kjent på ulike følelser. Telemark 2024. 8.trinn-Vg3.



Figur 2.3 Mestringstro

Prosentandel gutter og jenter som svarer at følgende utsagn er nokså riktige eller helt riktige for seg. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



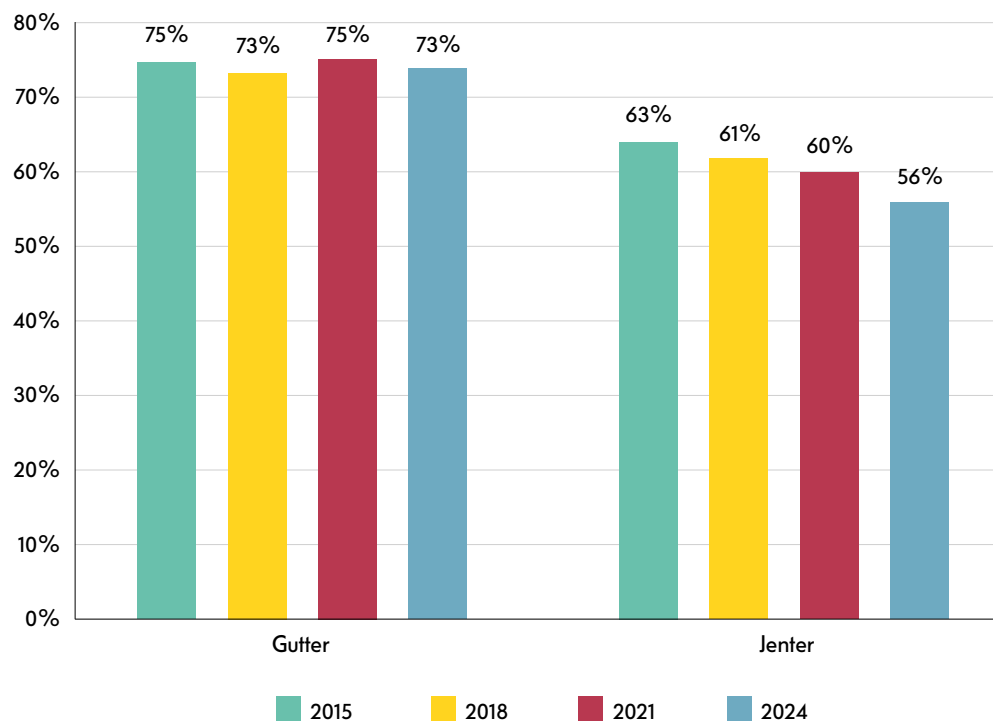
Fysisk og psykisk helse

De aller fleste ungdommene i Telemark har god fysisk og psykisk helse. Til sammen svarer 64 % at de er fornøyde med helse si. Figur 2.4 viser at langt flere gutter enn jenter er fornøyde med helse, og kjønnsforskjellene har økt over tid. Mens andelen gutter som er fornøyde med helse si har vært relativt stabilt, har andelen jenter som er fornøyde med helse si gått ned fra 63 % i 2015 til 56 % i 2024.

Vi ser også kjønnsforskjeller når det gjelder ulike fysiske helseplager. I 2024 svarer 46 % av jentene og 19 % av guttene at de mange ganger eller daglig har vært plaget av hodepine den siste måneden. Andelen gutter som rapporterer om hyppig hodepine har vært relativt stabil, med 19 % i 2018, 17 % i 2021 og 19 % i 2024. Blant jenter har andelen som svarer at de mange ganger eller daglig har hodepine økt fra 43 % i 2018, til 44 % i 2021 og 46 % i 2024. Tilsvarende utvikling ser vi i de nasjonale Ungdata-tallene.

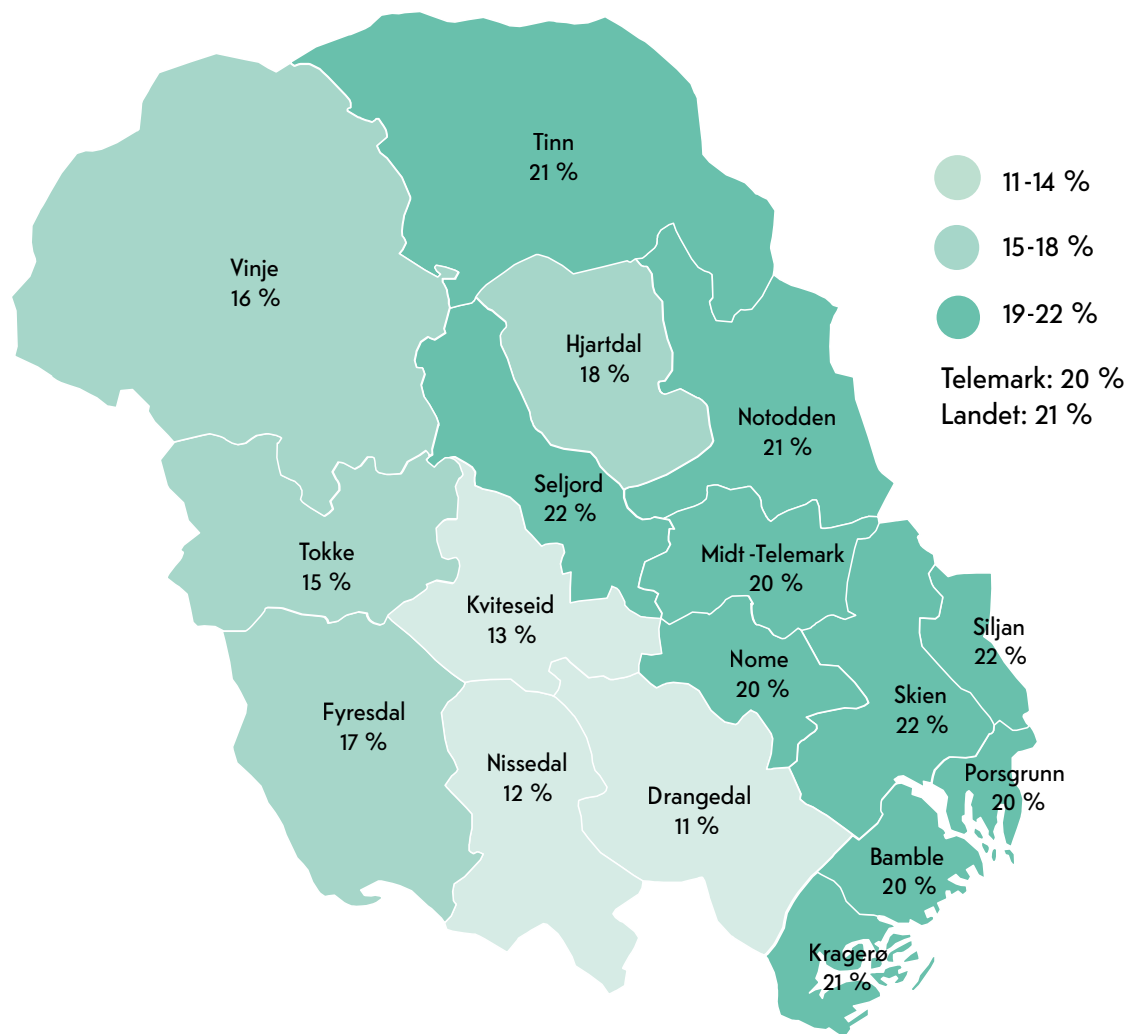
Figur 2.4 Fornøyde med helse si

Prosentandel gutter og jenter som er litt fornøyde eller svært fornøyde med helse si. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Figur 2.5 Medikamentbruk

Prosentandel som har brukt reseptfrie medikamenter ukentlig eller oftere. Telemark 2024. 8.-10. trinn.



Nesten dobbelt så mange jenter (53 %) som gutter (27 %) 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. Dette spørsmålet var nytt i 2021, og da svarte litt færre, 47 % av jentene og 26 % av guttene, at de ofte hadde fysiske helseplager.

En del ungdommer bruker reseptfrie medikamenter, som Paracet eller Ibux. Til sammen svarer 30 % av jentene og 12 % av guttene fra 8. trinn-Vg3 at de har brukt reseptfrie medikamenter ukentlig eller oftere den siste måneden. Bruk hos guttene har holdt seg stabil fra 2015, mens det har vært en økning i bruk hos jentene. Figur 2.5 viser at ukentlig bruk av reseptfrie medikamenter varierer en del mellom kommunene, fra 11 % i Drangedal til 22 % i Siljan, Skien og Seljord.

Bruken av reseptfrie medikamenter varierer også en del mellom de videregående skolene, fra 15 % ved Telemark toppidrett gymnas til 31 % ved Nome videregående skole, avdeling Søve (se figur 2.6). For de videregående skolene i Telemark totalt sett, er det 22 % som bruker reseptfrie medikamenter minst ukentlig. I Norge er også andelen 22 %.

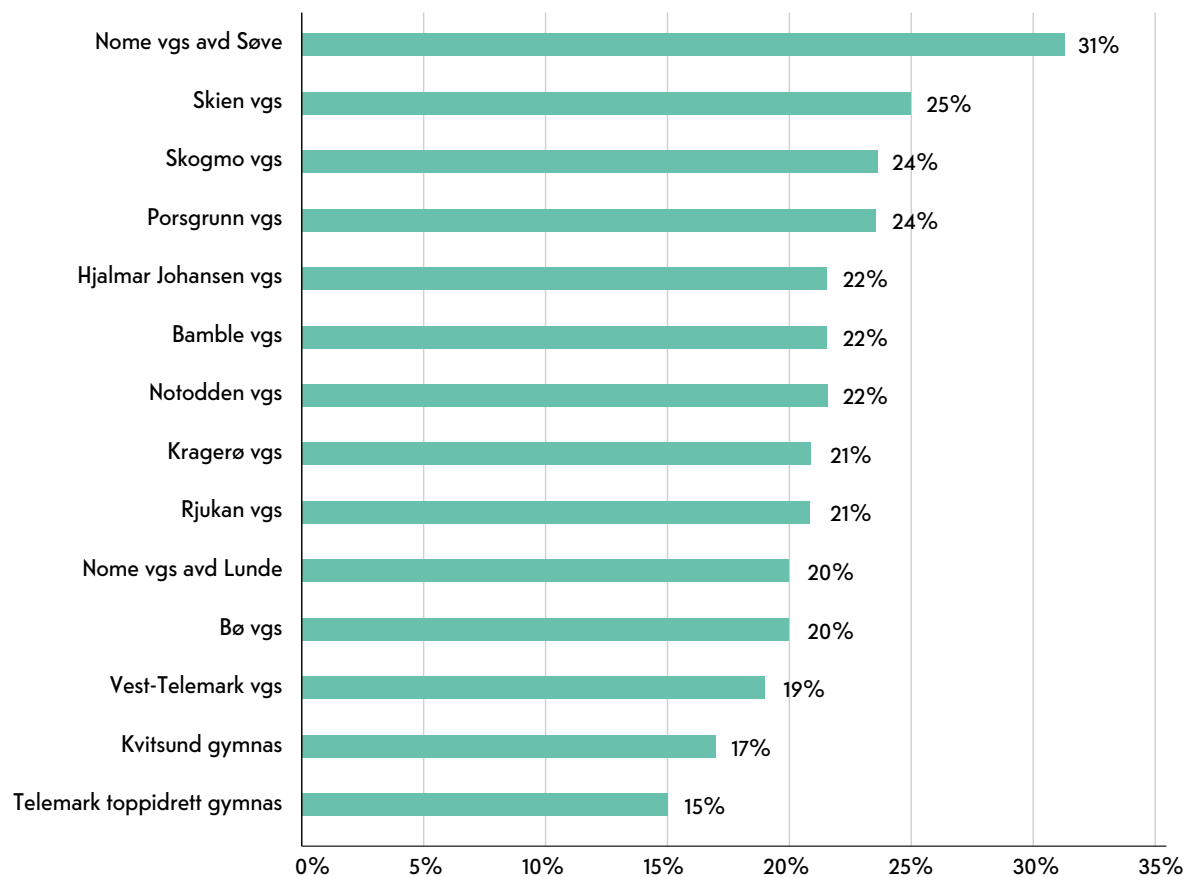
For å kartlegge andelen ungdommer som opplever at de har mange psykiske helseplager, har vi regnet ut andelen ungdommer som i snitt svarer at de har vært ganske mye eller veldig mye plaget av seks psykiske helseplager den siste uka før undersøkelsen:

- 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 2.7 viser at andelen med mange psykiske plager økte fra 2015 til 2018 og 2021, før vi nå ser en nedgang i 2024. Tallene for 2024 er også lavere enn før pandemien. Dette mønsteret ser vi hos både gutter og jenter og på alle klassetrinn. I landet som helhet har utviklingen vært mer stabil.

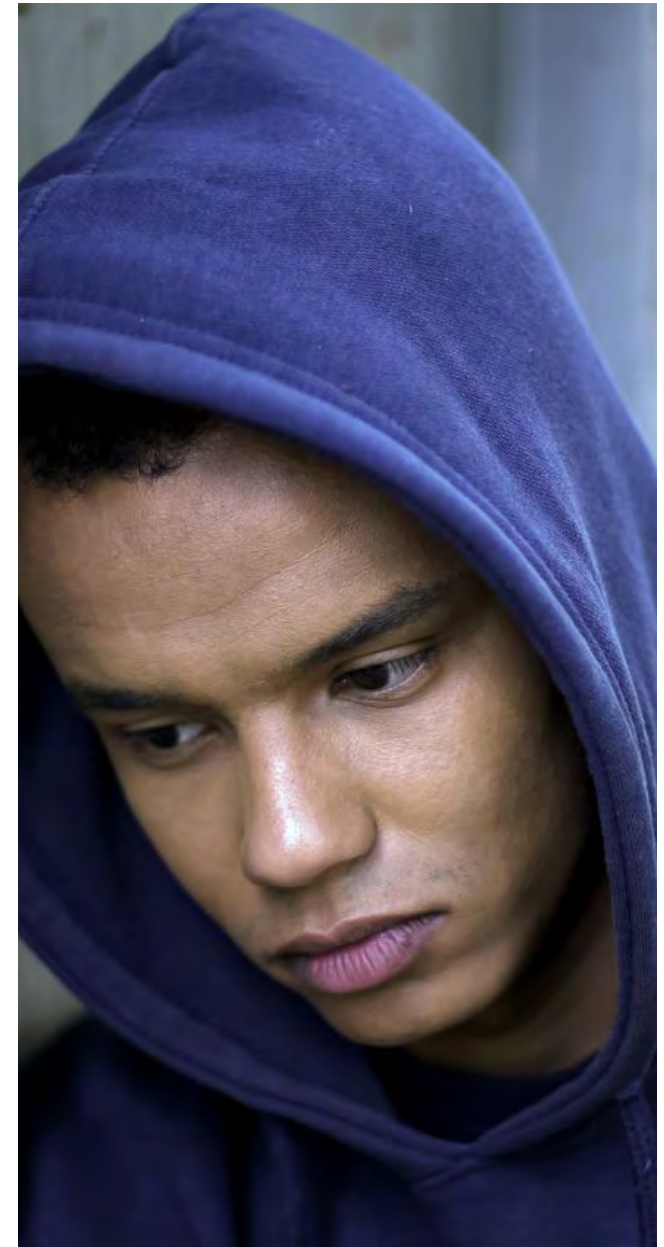
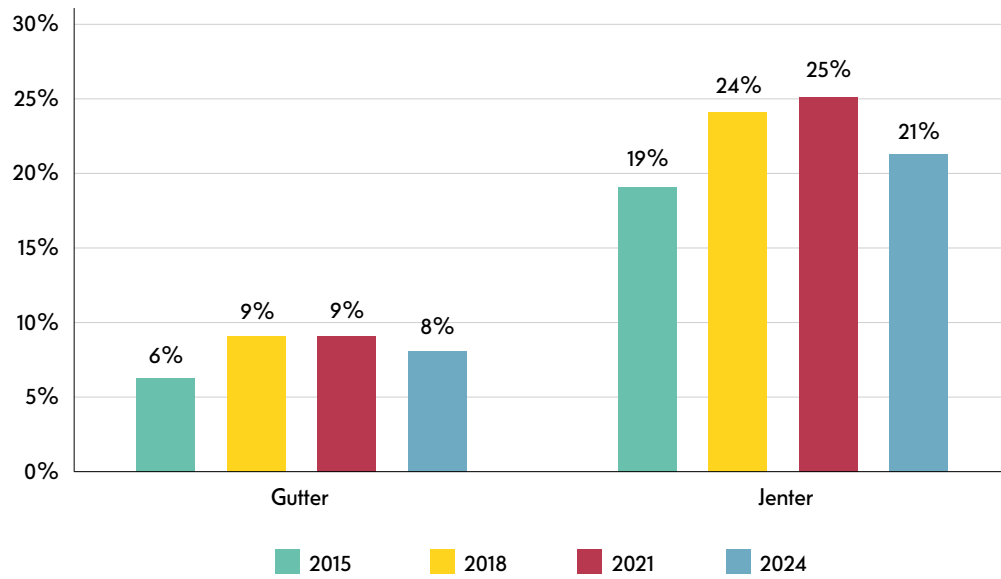
Figur 2.6 Medikamentbruk

Prosentandel som har brukt reseptfrie medikamenter ukentlig eller oftere. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



Figur 2.7 Psykiske plager

Prosentandel gutter og jenter som har hatt mange psykiske plager sist uke. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.

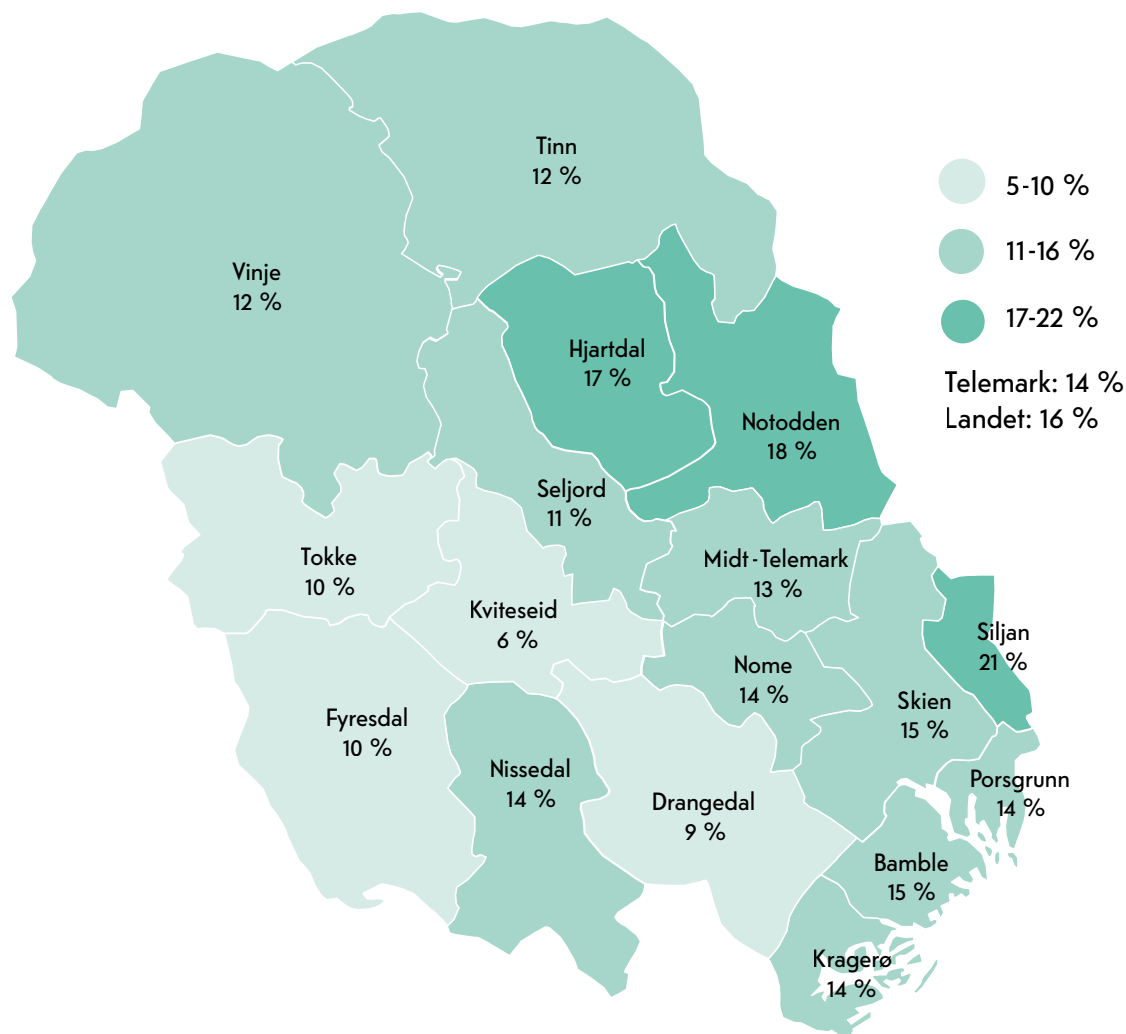


Omfanget av psykiske plager øker i løpet av ungdomsskolen før det flater ut på videregående. Det er en større andel jenter enn gutter som har hatt mange psykiske plager den siste uka. Mens 9 % av guttene totalt i Telemark svarer at de har hatt mange psykiske plager den siste uka, gjelder det samme 23 % av jentene. Kjønnforskjellene kan skyldes at jenter og gutter reagerer på og håndterer ulike stressorer i livet ulikt, blant annet opplever jenter å være mer utsatt for stress og press enn gutter. Det kan også være at jenter og gutter rapporterer ulikt om følelser, og at jenter er mer villige til å rapportere om særlig negative følelser (Bakken & Sletten, 2022).

Figur 2.8 viser at andelen med mange psykiske plager varierer en del mellom kommunene i Telemark, fra 6 % i Kviteseid til 21 % i Siljan.

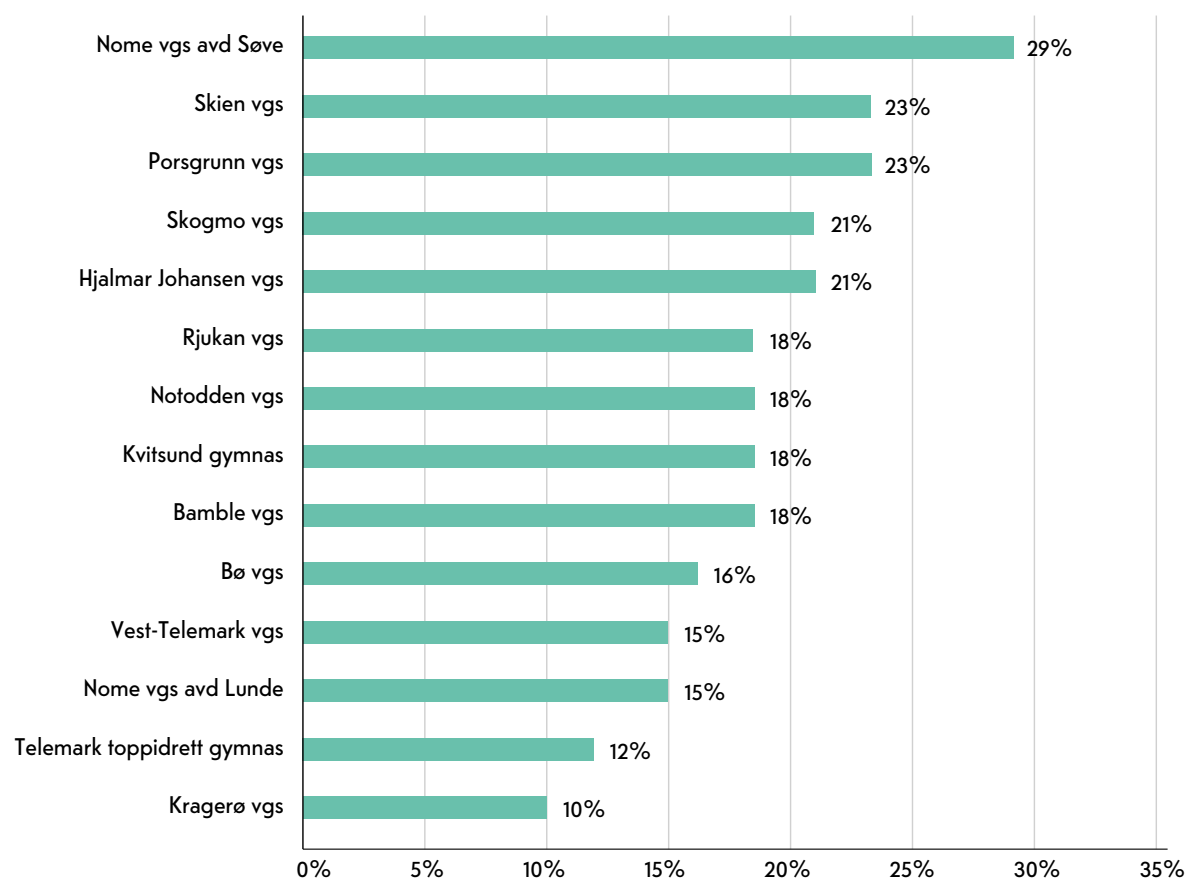
Figur 2.8 Psykiske plager

Prosentandel som har hatt mange psykiske plager sist uke. Telemark 2024. 8.-10. trinn.



Figur 2.9 Psykiske plager

Prosentandel som har hatt mange psykiske plager sist uke. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



På de videregående skolene i Telemark viser figur 2.9 at andelen med psykiske helseplager er lavest på Kragerø videregående skole (10 %) og høyest på Nome videregående skole, avdeling Søve (29 %). For de videregående skolene i Telemark samlet er det totalt 19 % som rapporterer om mange psykiske plager. Dette er litt lavere enn i landet som helhet der andelen er 21 %.

Press i hverdagen

I diskusjoner om hvordan det er å være ung i dag, hører man ofte at mange opplever prestasjonspress og forventninger om å være best. Resultatene fra Ungdata viser at det er betydelig variasjon i hvor mye press ungdom opplever, og hvor dette presset kommer fra (Bakken, 2024).

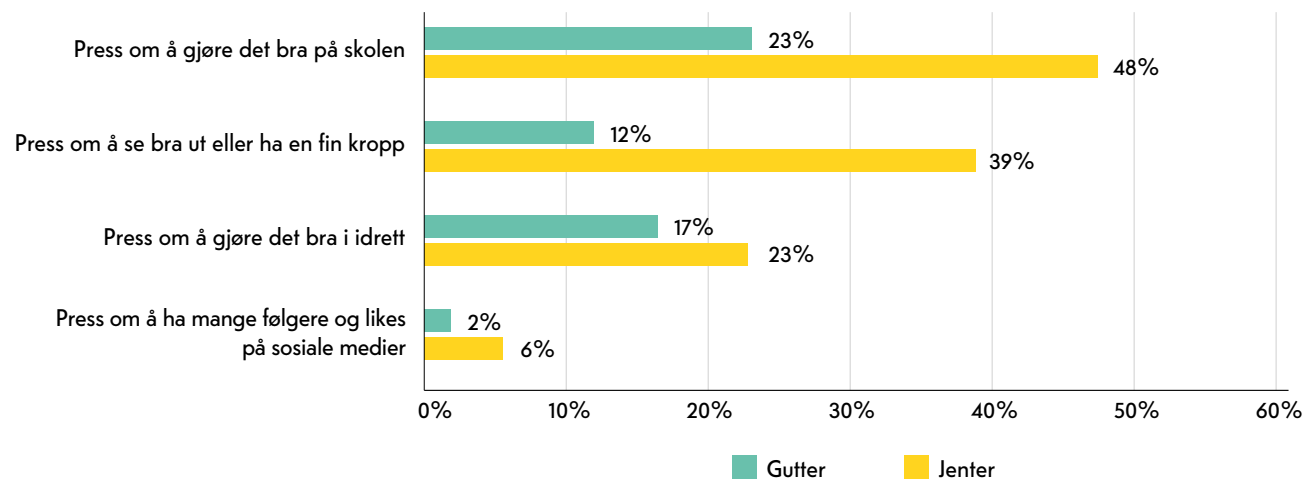
Figur 2.10 viser at det vanligste er å oppleve press om å gjøre det bra på skolen, etterfulgt av press om å se bra ut eller ha en fin kropp. Jentene opplever langt mer press enn guttene, særlig når det gjelder press om å se bra ut eller ha en fin kropp og press om å gjøre det bra på skolen.

Når vi sammenlikner resultatene fra 2024 med Ungdataundersøkelsene i 2021 og 2018, finner vi at svarene på disse spørsmålene har endret seg relativt lite. Unntaket er at langt færre føler press om å ha mange følgere og likes på sosiale medier i 2024 sammenliknet med 2021 og 2018.

Opplevelsen av press på ulike områder endrer seg noe i løpet av ungdomstiden. Andelen som føler press om å gjøre det bra på skolen øker fra 8. trinn til Vg3. Mønsteret er omvendt når det gjelder press om å gjøre det bra i idrett. Andelen er høyest på 8. trinn og blir lavere i løpet av ungdomstiden.

Figur 2.10 Press i hverdagen

Andel som opplever mye eller svært mye press i hverdagen sin. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



I forskningen på stress og press blant ungdom viser kvantitative analyser svært klare sammenhenger mellom psykiske helseplager og opplevd skolestress. Det vil si at det er mange av de samme ungdommene som rapporterer om skolestress, som også rapporterer om psykiske plager, uten at dette sier noe om hva som er årsak og hva som er virkning. Ungdommene selv beskriver det som et vedvarende prestasjonspress, opplevelsen av å aldri få fri fra

krav, og som en bekymring for framtidige utdannings- og karrieremuligheter (Eriksen et al., 2017).

I undersøkelsen er det også 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 21 % av jentene at de i stor grad eller svært stor grad har opplevd dette.

Sosial ulikhet i helse

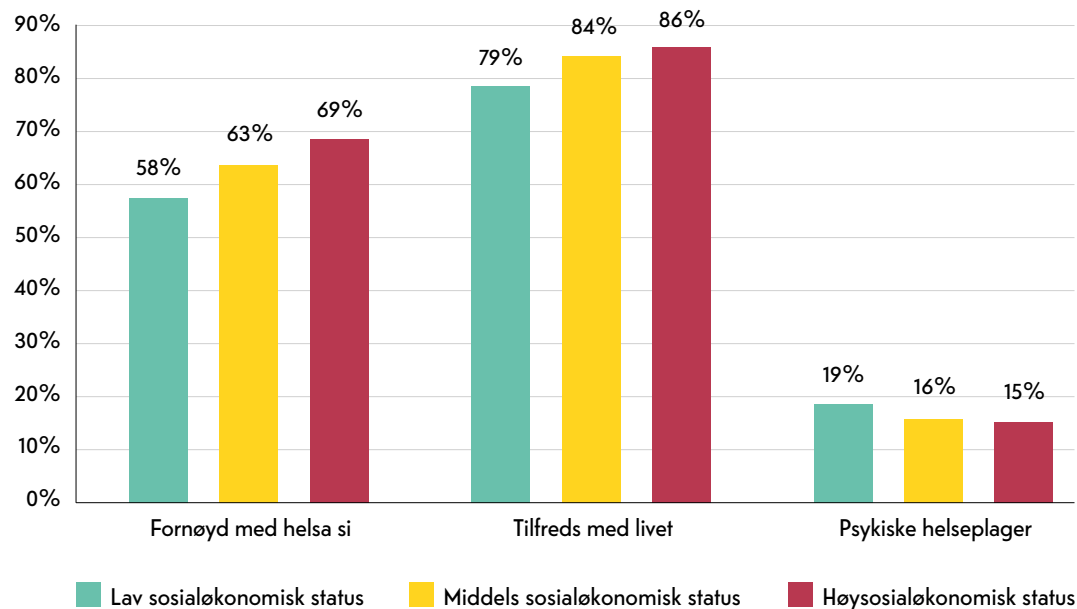
Forholdene barn og unge vokser opp under påvirker helsa og trivselen deres. Ungdom med få ressurser hjemme har for eksempel oftere psykiske og fysiske helseplager enn ungdom fra familier med flere ressurser. Disse ulikhetene i helse følger en sosial gradient eller trappetrinnmønster: jo høyere sosioøkonomisk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

I Ungdata svarer ungdommene på 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 er ungdommene delt i tre grupper: lav sosioøkonomisk status, middels sosioøkonomisk status og høy sosioøkonomisk status. Dette målet for sosioøkonomisk status er utviklet og brukt av NOVA, og brukt i flere rapporter (Bakken et al., 2016).

Ungdata-undersøkelsen i Telemark 2024 viser tydelige sosiale forskjeller i helse, livskvalitet og helsevaner blant ungdom. Figur 2.11 viser at ungdommer fra familier med høy sosioøkonomisk status er mer fornøyde med helsa si enn ungdommer med lav sosioøkonomisk status. De er også mer tilfredse med livet. Den sosiale gradienten, eller trappetrinnmønsteret, er tydelig: Det er færre ungdommer med lav sosioøkonomisk status som er fornøyde med helsa si og tilfredse med livet, og det er flere ungdommer med

Figur 2.11 Sosial ulikhet i helse

Prosentandel som er fornøyd med helsa, tilfreds med livet sitt (svarer seks eller mer på en skala fra 0-10) og har høyt nivå av psykiske helseplager. Fordelt etter sosioøkonomisk status. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



lav sosioøkonomisk status som har et høyt nivå av psykiske helseplager.

Sammenlikner vi med tidligere Ungdata-undersøkelser, ser vi imidlertid at de sosiale forskjellene i helse og livskvalitet er mindre i 2024 enn de var i 2021 og 2018. Vi finner reduserte sosiale forskjeller både når det gjelder livskvalitet,

psykiske plager, ensomhet, om man er fornøyd med helsa si, om man ofte har hodepine, hvor ofte man er så fysisk aktiv at man blir andpusten eller svett, samt måltidsvaner. Dette skyldes i all hovedsak at ungdom med lav sosioøkonomisk status svarer mer positivt på spørsmål om helse og livskvalitet i 2024 sammenliknet med tidligere år.

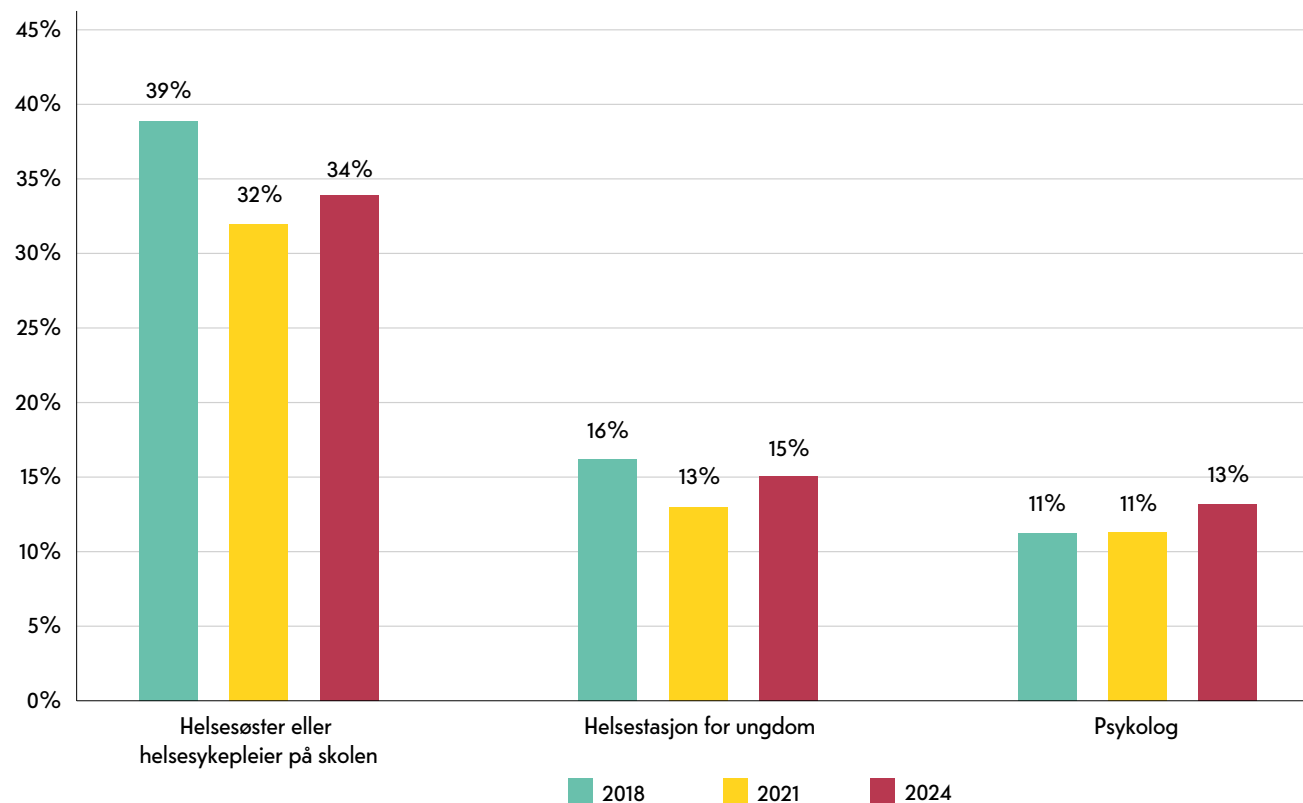
Bruk av helsetjenester

Nesten 8 av 10 ungdommer i Telemark svarer at de helt sikkert har minst én person de kan snakke med dersom de føler seg utenfor eller triste og trenger noen å snakke med. Mange bruker også ulike helsetjenester. Figur 2.12 viser at bruken av helsesykepleier/skolehelsetjenesten og helsestasjon for ungdom gikk ned fra 2018 til 2021, men har økt igjen i 2024. Andelen som svarer at de har brukt psykolog har økt noe fra 2021 til 2024.

Jenter bruker disse tjenestene i mye større grad enn gutter. Andre undersøkelser viser også at kjønnsforskjellene i bruk av helsetjenester starter tidlig, og er betydelige (Helsedirektoratet, 2017).

Figur 2.12 Bruk av helsetjenester

Prosentandel som har brukt ulike helsetjenester det siste året. Telemark 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



3. Familie og venner

Forhold til foreldrene

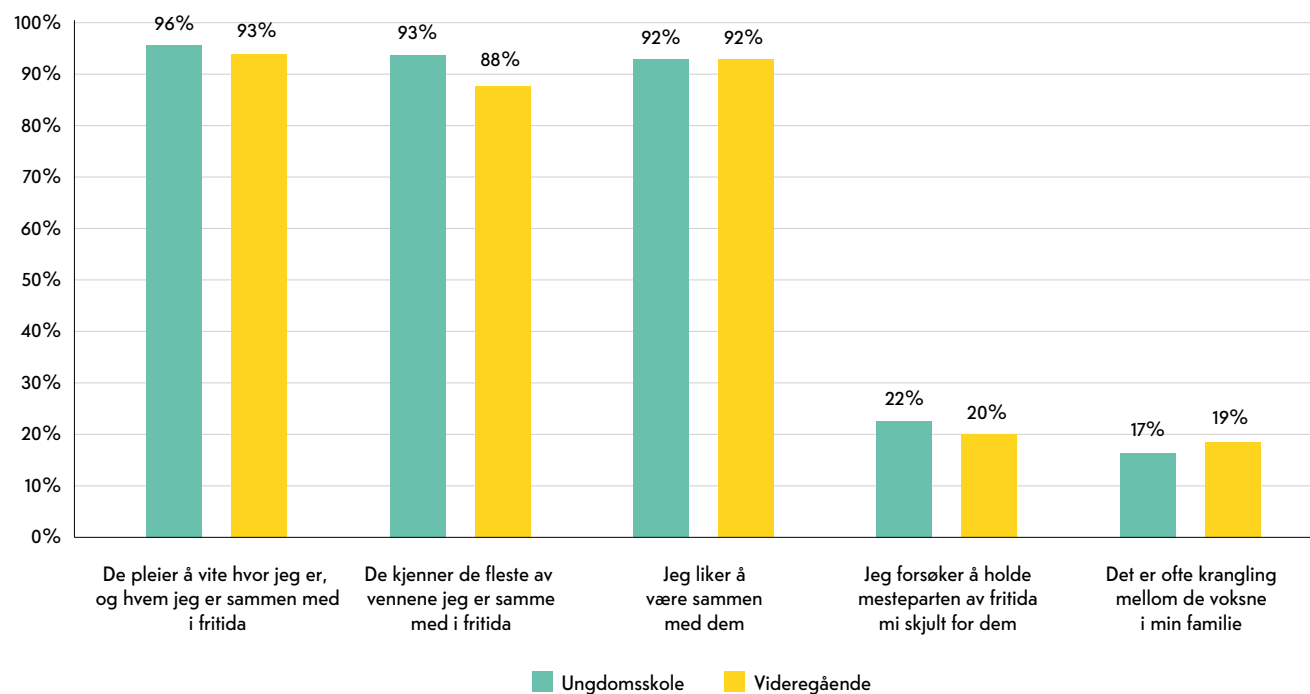
De siste årene har vi sett at ungdom rapporterer om stadig tettere forhold til foreldrene. Selv om ungdomstiden også er en tid for løsrivelse, ser vi at mange bruker mye tid sammen med foreldrene, og at foreldrene har god oversikt over hva ungdommene gjør i fritiden og hvem de er sammen med (Bakken, 2024).

Figur 3.1 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. At foreldrene har slik oversikt, er litt vanligere blant elever på ungdomsskolen enn blant elever på videregående. Tallene har ikke endret seg noe fra 2015 til 2024. Unntaket er andelen som svarer at de liker å være sammen med foreldrene sine som har økt fra 88 % i 2018, til 89 % i 2021 og 92 % i 2024.

22 % av ungdomsskoleelevene og 20 % av elevene på videregående svarer at de forsøker å holde mesteparten av fritiden sin skjult for foreldrene sine. Dette er en nedgang sammenliknet med Ungdata-undersøkelsen i 2021. Da svarte 26 % av ungdomsskoleelevene og 22 % av elevene på videregående det samme. Andelen som svarer at det ofte er krangling mellom de voksne i familien har økt noe fra 2021 til 2024, fra 16 % til 18 % når vi ser på ungdomsgruppen under ett.

Figur 3.1 Forhold til foreldrene

Prosentandel som svarer at utsagnet passer svært godt eller ganske godt. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



Familieøkonomi

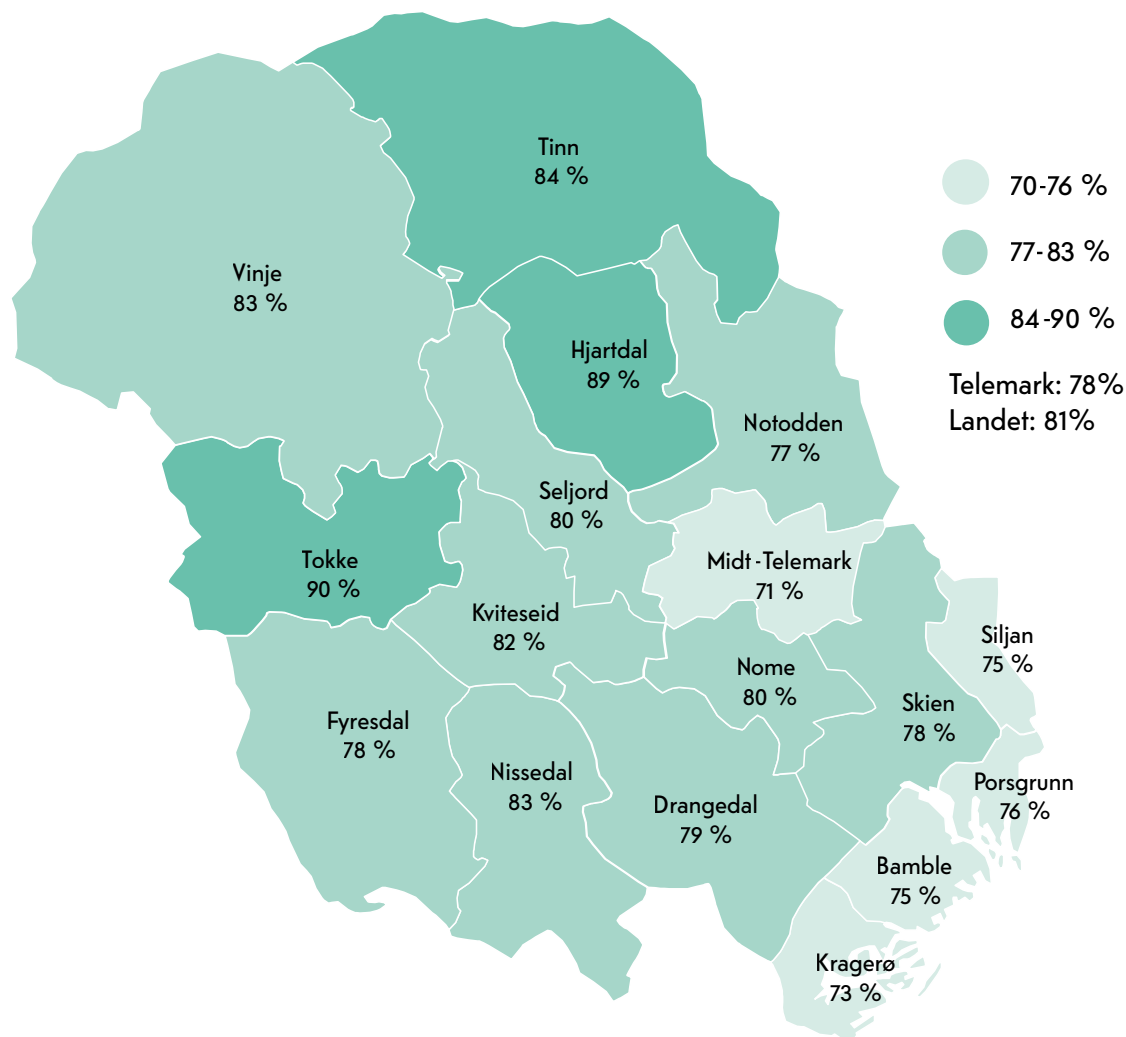
Familiens ressurser påvirker barn og unges oppvekstvilkår. Som vi så i avsnittet om sosial ulikhet i helse har ungdommenes sosioøkonomiske bakgrunn en god del å si for hva slags liv de lever og hvordan de har det. I Ungdata er det også spørsmål om familieøkonomi. I 2024 svarer til sammen 76 % av ungdommene fra 8. trinn-Vg3 at de stort sett eller hele tiden har hatt god råd de to siste årene. Dette er litt lavere enn i 2021 da 79 % svarte det samme. Vi finner store variasjoner mellom kommunene, hvor 71 % av ungdomsskoleelevene i Midt-Telemark svarer at familien stort sett eller hele tiden har hatt god råd de siste to årene, mens 90 % i Tokke svarer det samme (figur 3.2).

Vold i familien og reaksjoner fra foreldre

Vold i nære relasjoner er et betydelig samfunns- og folkehelseproblem. Volden skaper utrygghet, kan gi helseutfordringer og tap av velferd, og begrenser den enkeltes livsutfoldelse og mulighet for en aktiv samfunnsdeltakelse (Prop. 36 S (2023-2024)). Siden 2021 har Ungdata-undersøkelsen omfattet spørsmål om vold i familien. I 2024 svarer til sammen 5 % av ungdommene i Telemark at de har blitt slått av en voksen i familien, mens 4 % har vært vitne til vold i familien. Tallene har økt litt siden 2021, da 4 % svarte at de hadde blitt slått av en voksen i familien og 3 % svarte at de hadde vært vitne til vold i familien. Tallene for Telemark er på sammen nivå

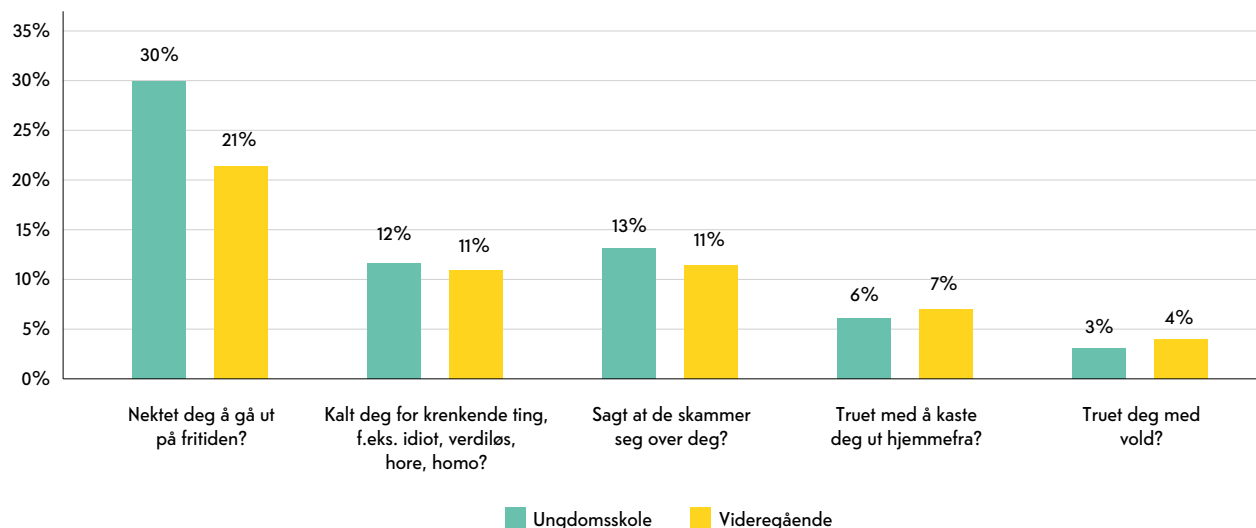
Figur 3.2 Familieøkonomi

Prosentandel som svarer at familien stort sett eller hele tiden har hatt god råd de to siste årene. Telemark 2024. 8.-10. trinn.



Figur 3.3 Reaksjoner hjemme

Prosentandel som har opplevd at foreldre/foresatte har gjort følgende minst én gang det siste året. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



som i landet som helhet, og økningen fra 2021 til 2024 ser vi også nasjonalt.

Ungdata-undersøkelsen inneholder flere spørsmål om hvorvidt man har opplevd ulike reaksjoner fra foreldrene sine. Figur 3.3 viser at den vanligste reaksjonen er at foreldrene har nektet ungdommene å gå ut på fritiden. 30 % på ungdomstrinnet og 21 % på videregående skole har opplevd dette. En del har også opplevd at foreldrene har skammet seg over dem, at de har blitt kalt ulike krenkende ting av foreldrene og/eller at de har blitt truet med å bli

kastet ut hjemmefra. En liten andel (3 % på ungdomsskolen og 4 % på videregående) har også blitt truet med vold. Det er liten endring i hvordan ungdom svarer på disse spørsmålene i 2024 sammenliknet med 2021.

Det er flere jenter enn gutter som har opplevd at foreldrene sier de skammer seg over dem, og som har blitt kalt krenkende ting. På alle områdene finner vi at ungdom med lavere sosioøkonomisk status opplever dette i større grad enn ungdom med høy sosioøkonomisk status.

Venner

Vennskap kan være en kilde til sosial og følelsesmessig støtte, og gode vennskap kan beskytte mot mobbing og ekskludering (Aase et al., 2022). Vennskapet kan bestå av noen få personer, eller store vennegjenger. Det kan være fysiske vennskap og digitale vennskap, og ungdommene skiller i liten grad mellom disse. Heldigvis opplever de fleste ungdommene uansett at de har venner de kan stole på, og betro seg til.

I 2024 svarer 88 % av ungdommene at de har minst én venn de kan stole på og betro seg til om alt mulig. Rett i underkant av 1000 ungdommer i Telemark, 10 %, svarer at de ikke tror de har en fortrolig venn, og 2 % (195 ungdommer) svarer at de ikke har en fortrolig venn.

Andelen som har minst én fortrolig venn har gått ned fra 90 % i 2018 og 89 % i 2021. En tilsvarende utvikling ser vi også i landet som helhet. Det er ingen forskjeller i hvordan gutter og jenter svarer på dette spørsmålet.

De aller fleste svarer at de alltid eller som regel har noen å være sammen med i friminuttet (96 %) og på fritida (93 %). Det er ingen endring i hvordan ungdommene svarer på dette i 2024 sammenliknet med 2021.

Ensomhet

Ensomhet er en subjektiv følelse, og ikke nødvendigvis det samme som at man ikke har noen å være sammen med.

Personer med lite sosialt nettverk eller som ofte er alene har imidlertid større risiko for å føle seg ensomme.

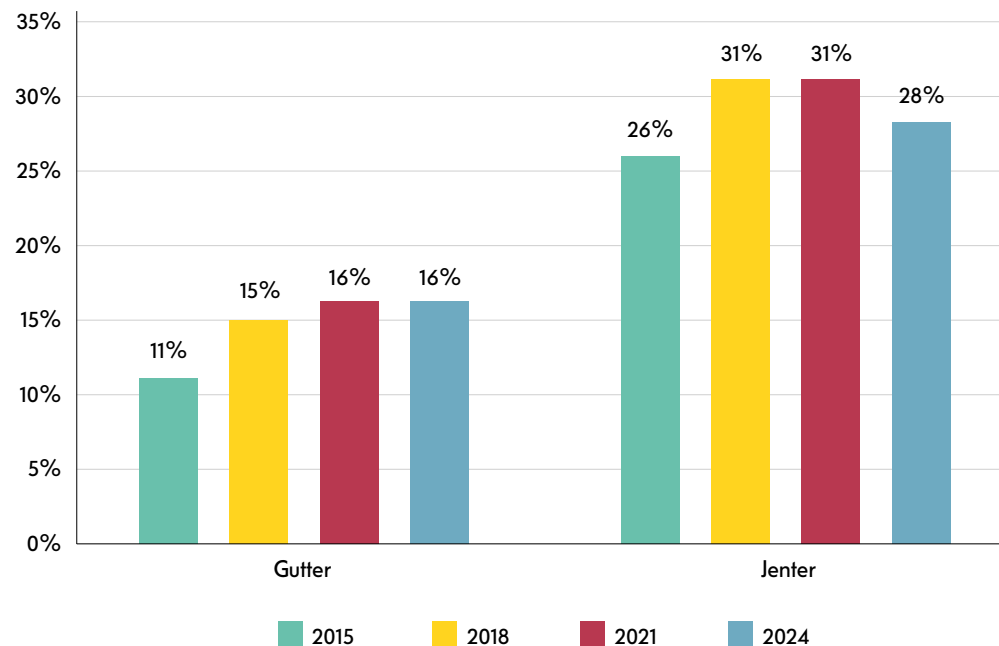
Figur 3.4 viser andelen som har vært ganske mye plaget eller veldig mye plaget av ensomhet den siste uka i de fire Ungdata-undersøkelsene i Telemark, fordelt på kjønn.

Blant jenter økte andelen som følte seg ensomme fra 2015 (26 %) til 2018 (31 %) og 2021 (31 %), før den har gått noe ned i 2024 (28 %). Guttene rapporterer om et mye lavere nivå av ensomhet, men også her ser vi en økning fra 2015 (11 %) til 2018 (15 %), før det stabiliserer seg på 16 % i 2021 og 2024. Omfanget av ensomhet øker gjennom ungdomsskolen, før det går noe ned igjen på videregående. De samme utviklingstrekkene ser vi i de nasjonale Ungdata-tallene.

Figur 3.5 viser at omfanget av ensomhet varierer en del mellom kommunene. Andelen som er ganske mye eller veldig mye plaget av ensomhet varierer fra 13 % i Vinje til 26 % i Siljan.

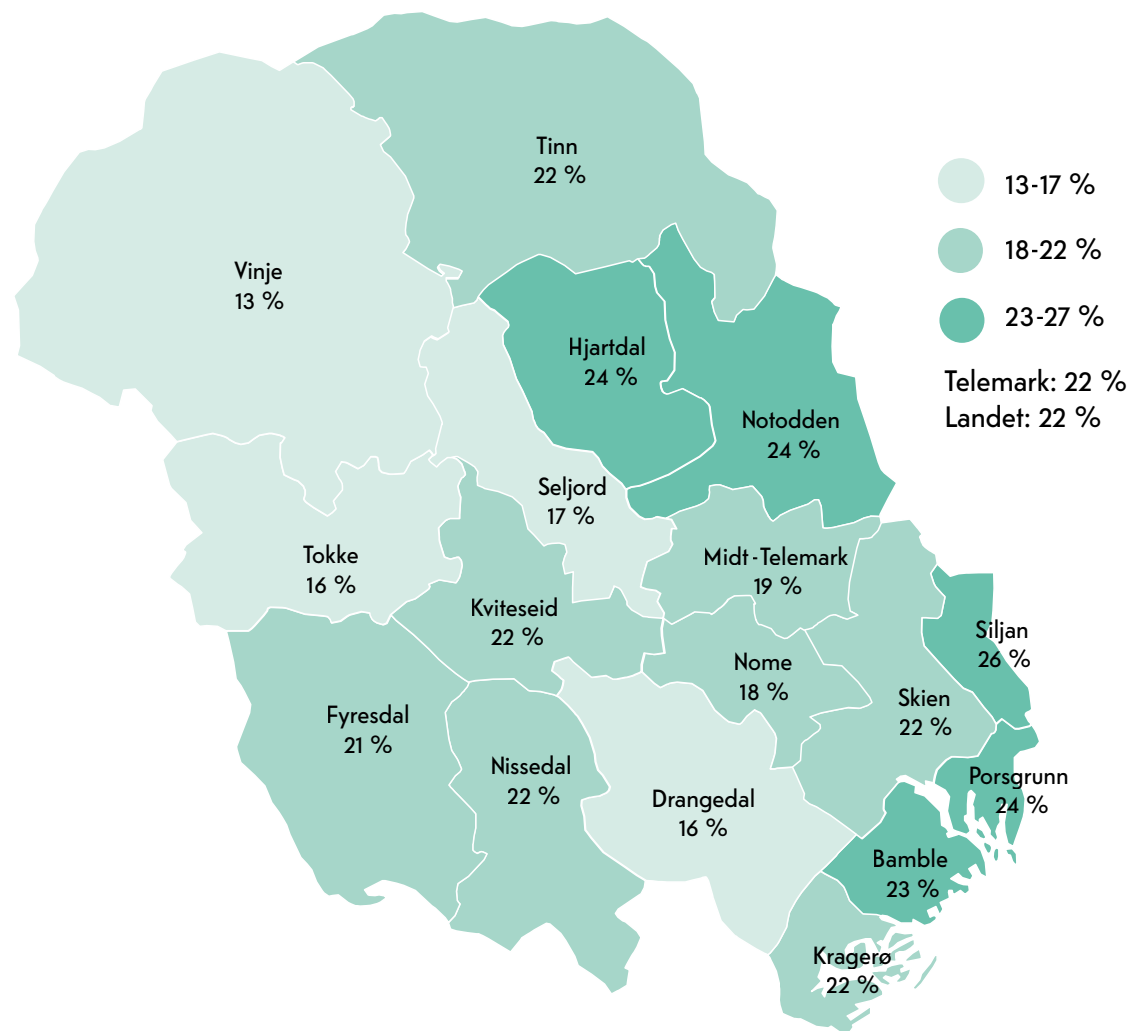
Figur 3.4 Ensomhet

Prosentandel gutter og jenter som har vært ganske mye plaget eller veldig mye plaget av ensomhet den siste uka. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Figur 3.5 Ensomhet

Prosentandel som har vært ganske mye plaget eller veldig mye plaget av ensomhet den siste uka. Telemark 2024. 8.-10. trinn.



I figur 3.6 ser vi på ensomhet blant elever som går på ulike videregående skoler. Her ser vi at andelen som er ganske mye eller veldig mye plaget av ensomhet varierer fra 14 % på Telemark toppidrett gymnas til 33 % på Nome videregående skole, avdeling Søve.

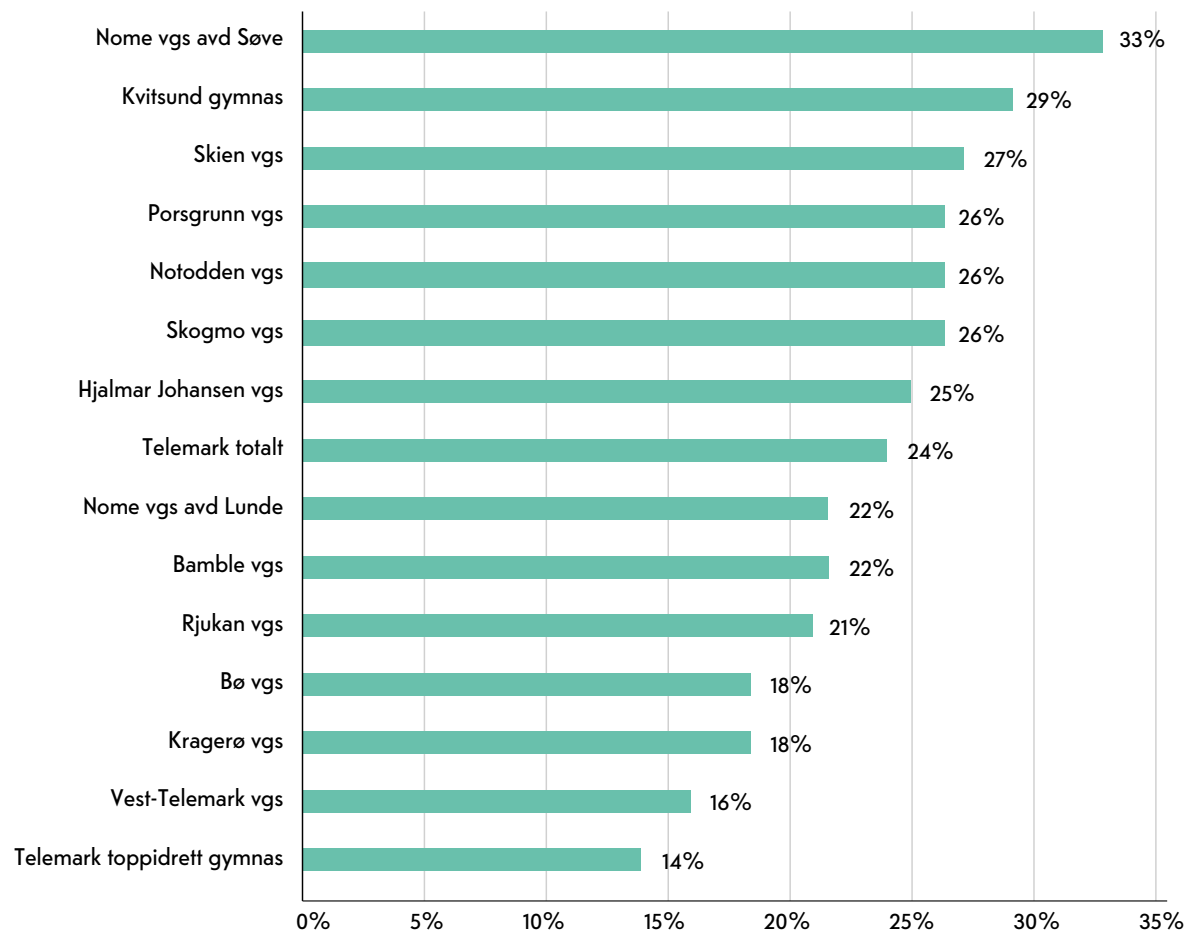
Mobbing

Ungdommene får ikke direkte spørsmål om mobbing, men om de har vært utsatt for eller utsetter andre for plaging, trusler og utfrysing på skolen eller i fritiden. De nasjonale Ungdata-tallene viser at andelen som har vært utsatt for dette hver 14. dag eller oftere har økt de siste årene (Bakken, 2024). Den samme trenden ser vi i Telemark, med en økning i andelen som er utsatt for dette hver 14. dag eller oftere fra 6 % i 2021 til 8 % i 2024 når vi ser på hele ungdomsgruppen fra 8. trinn til Vg3 samlet.

Figur 3.7 viser andelen som blir utsatt for plaging, trusler eller utfrysning fra andre unge på skolen eller fritiden hver 14. dag eller oftere fordelt på klassetrinn i de fire Ungdata-undersøkelsene. Omfanget av mobbing er høyest på ungdomsskolen, og går ned i løpet av videregående. På alle klassetrinn bortsett fra Vg3 ser vi en økning i omfanget av mobbing når vi sammenlikner undersøkelsene i 2021 og 2024. Det er guttene som står for mesteparten av denne økningen.

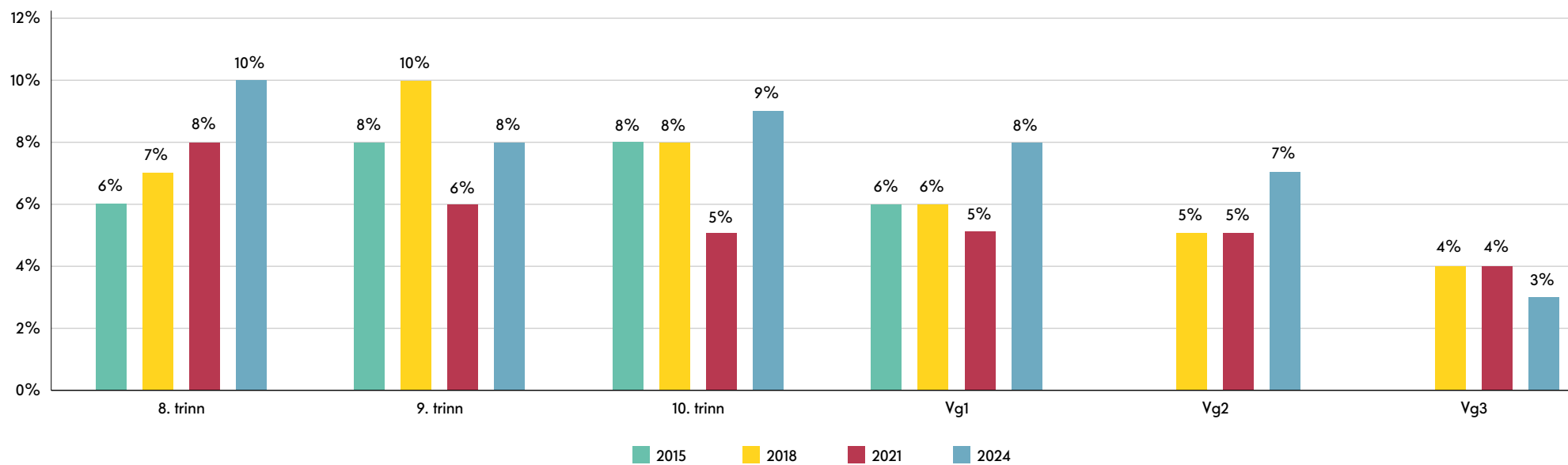
Figur 3.6 Ensomhet

Prosentandel som har vært ganske mye plaget eller veldig mye plaget av ensomhet den siste uka. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



Figur 3.7 Mobbing

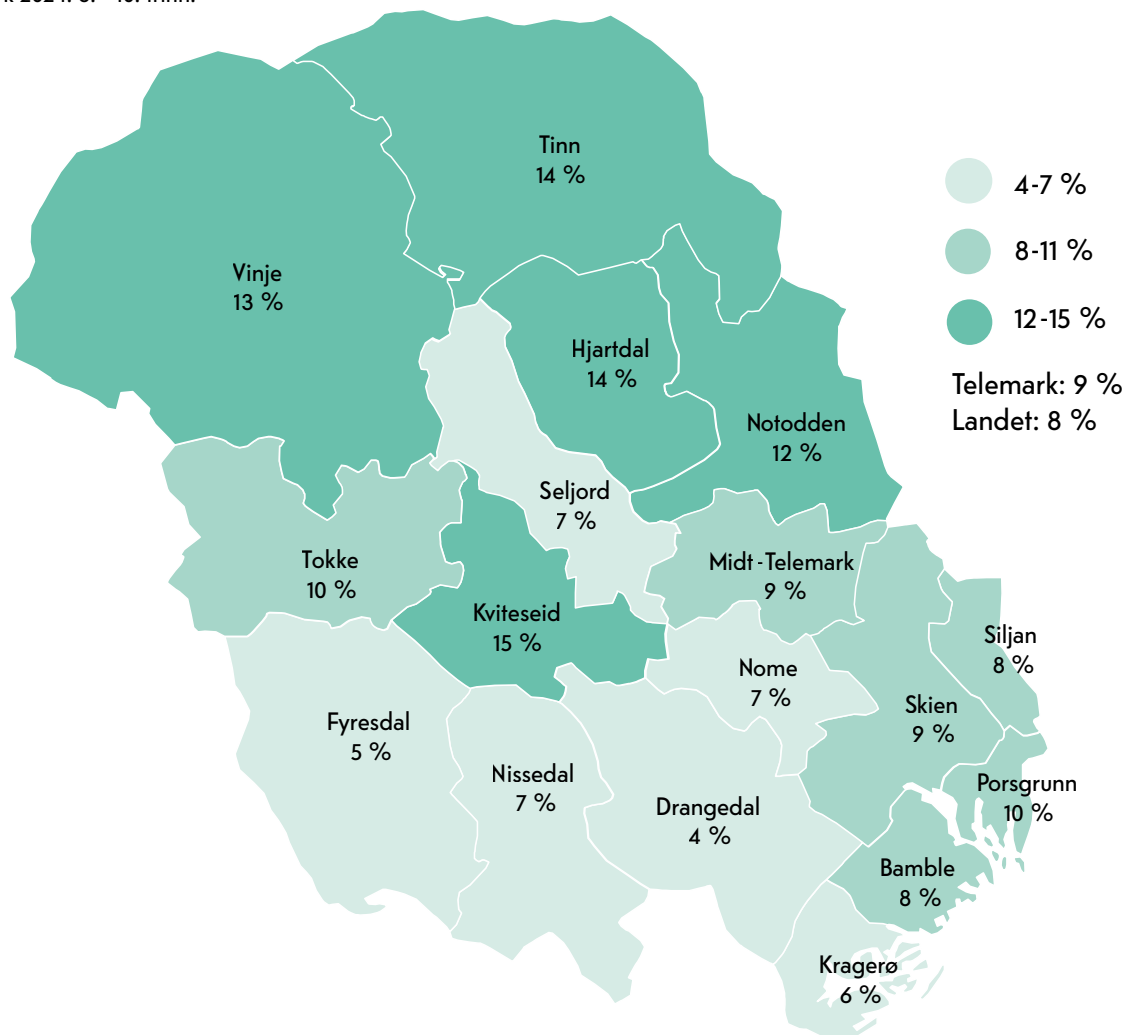
Prosentandel som blir utsatt for plaging, trusler og utfrysing fra andre unge på skolen eller i fritiden hver 14. dag eller oftere. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



Andelen ungdomsskoleelever som blir utsatt for mobbing varierer en del mellom kommunene, fra 4 % i Drangedal til 15 % i Kviteseid (figur 3.8).

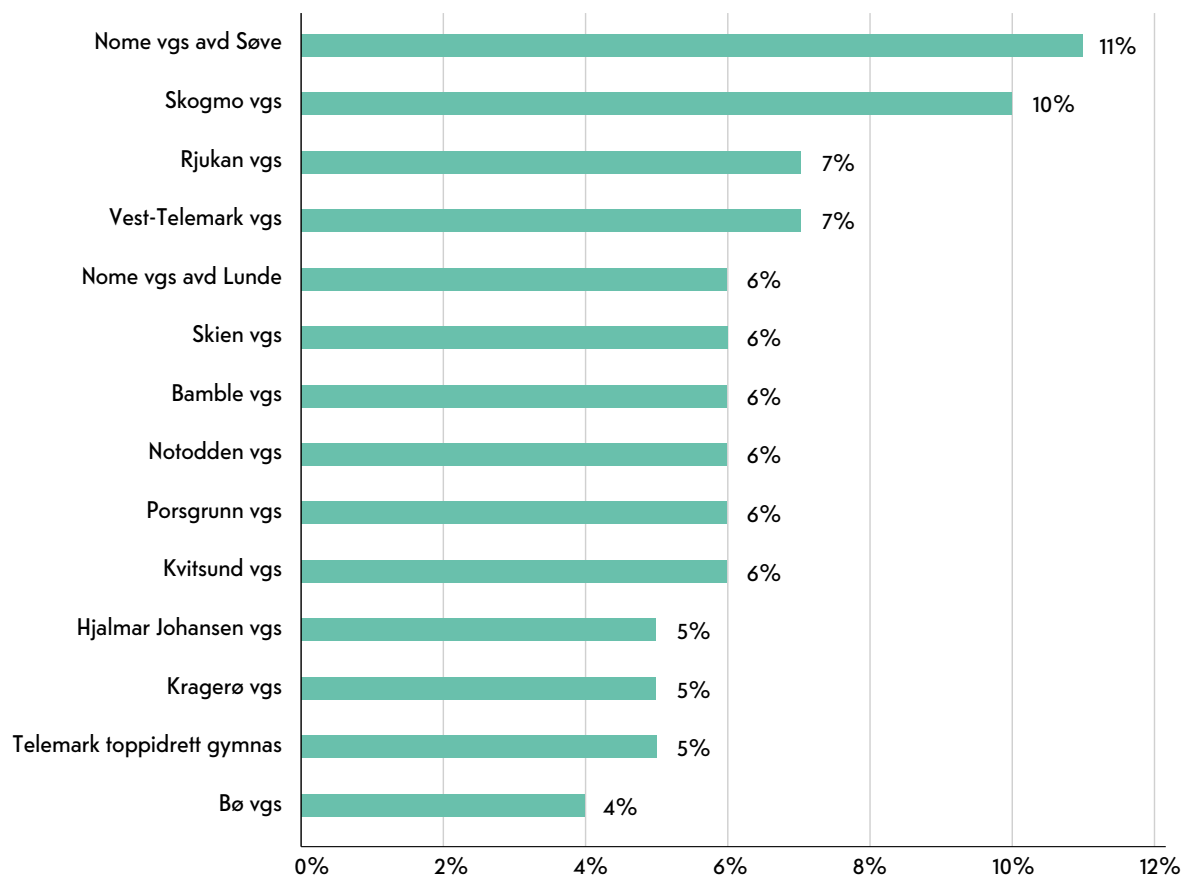
Figur 3.8 Mobbing

Prosentandel som blir utsatt for plaging, trusler og utfrysing fra andre unge på skolen eller i fritiden hver 14. dag eller oftere. Telemark 2024. 8. - 10. trinn.



Figur 3.9 Mobbing

Prosentandel som blir utsatt for plaging, trusler og utfrysing fra andre unge på skolen eller i fritiden hver 14. dag eller oftere. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



I figur 3.9 ser vi på mobbing på de ulike videregående skolene i Telemark. Her ser vi at andelen som blir utsatt for plaging, trusler og utfrysing minst hver 14. dag varierer fra 4 % ved Bø vidaregåande skule, til 11 % Nome vidaregåande skole, avdeling Søve. Totalt i Telemark er det 6 % av elevene på vidaregåande skoler som er utsatt for mobbing, og i Norge er det 5 % av elevene som svarer dette.

Til sammen svarer 5 % av ungdomsskoleelevne og 3 % av elevene på vidaregåande 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.



Foto: Paal-André Schwital

4. Skole og framtid

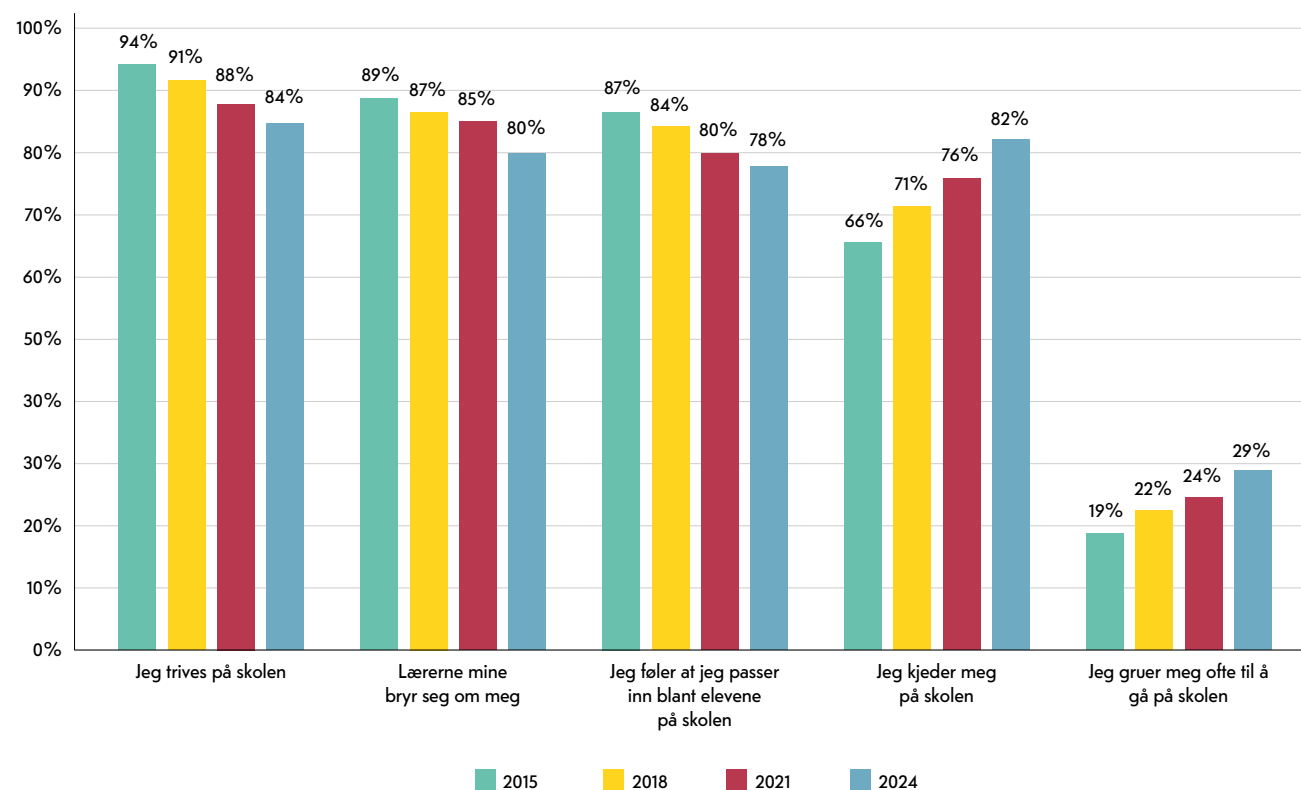
Skolehverdagen

Pandemien tydeliggjorde at skolen ikke bare er et sted for læring, fag og disiplin, men også en viktig arena for sosiale fellesskap. I en tid der det digitale preger mye av ungdoms fritid, utgjør skolehverdagen trolig en enda viktigere faktor i ungdoms sosiale liv enn tidligere (Bakken, 2022). En skole som ivaretar gode relasjoner til elevene utgjør også en viktig beskyttelsesfaktor mot psykiske plager (Møller, 2021).

Figur 4.1 viser at de aller fleste ungdommene i Telemark trives på skolen, opplever at lærerne bryr seg om dem og opplever at de passer inn blant elevene på skolen. Samtidig er det mange som kjeder seg på skolen, og en del som gruer seg til å gå på skolen. Selv om de fleste trives godt, har Ungdata siden midten av 2010-tallet vist at stadig flere ungdommer opplever å ha et negativt forhold til skolen (Bakken, 2024). Denne utviklingen så vi i Ungdata-undersøkelsen i Telemark i 2018 og i 2021, og den fortsetter i 2024. Færre ungdommer trives på skolen, og flere kjeder seg og gruer seg til å gå på skolen. Utviklingen gjelder både for gutter og jenter, og for elever på alle klassetrinn. Den negative utviklingen er imidlertid mest uttalt blant ungdomsskoleelevene.

Figur 4.1 Skole

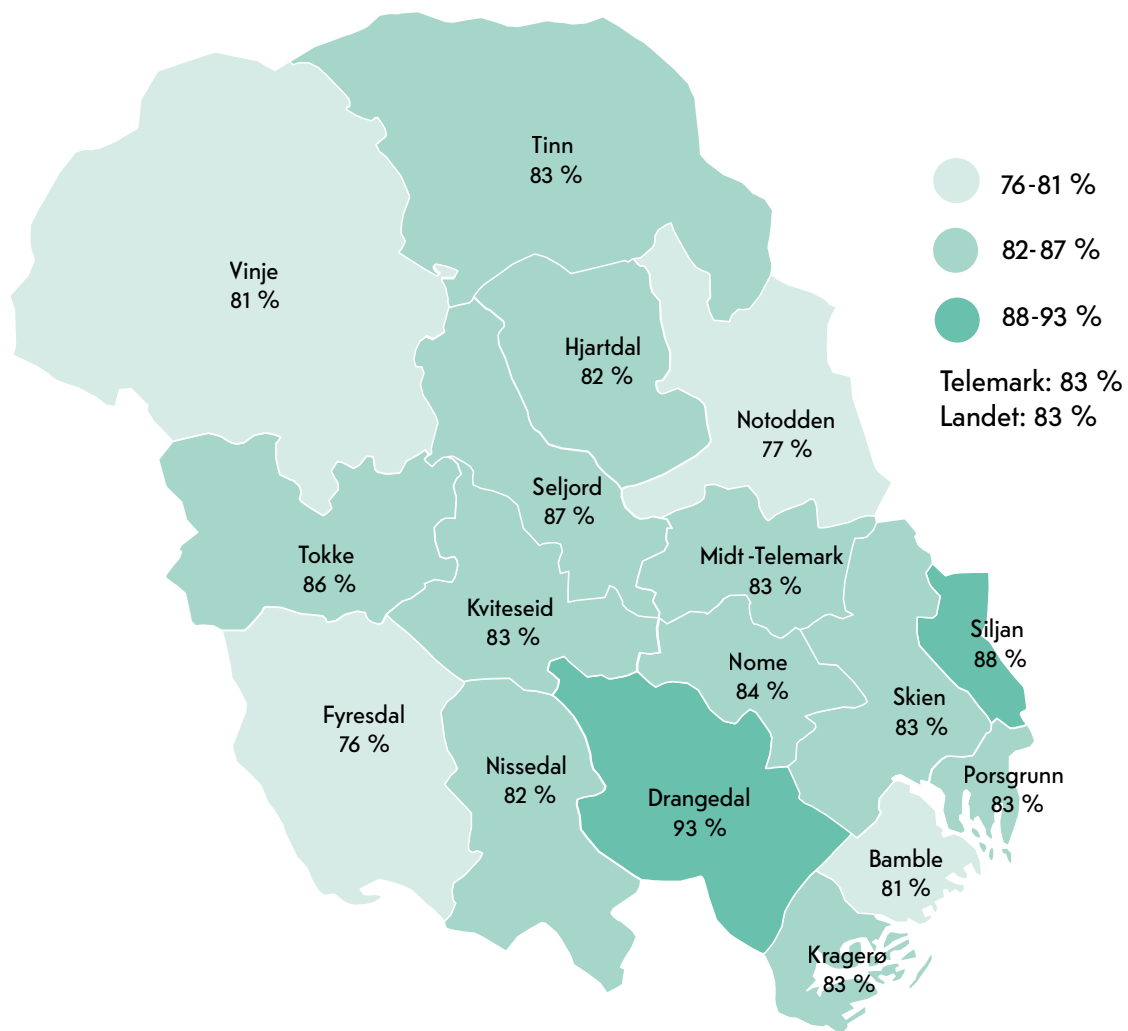
Prosentandel som er helt eller litt enige i ulike utsagn om hvordan de har det på skolen. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Når det gjelder skoletrivsel er det relativt store forskjeller mellom kommunene (se figur 4.2) og mellom de videregående skolene (se figur 4.3).

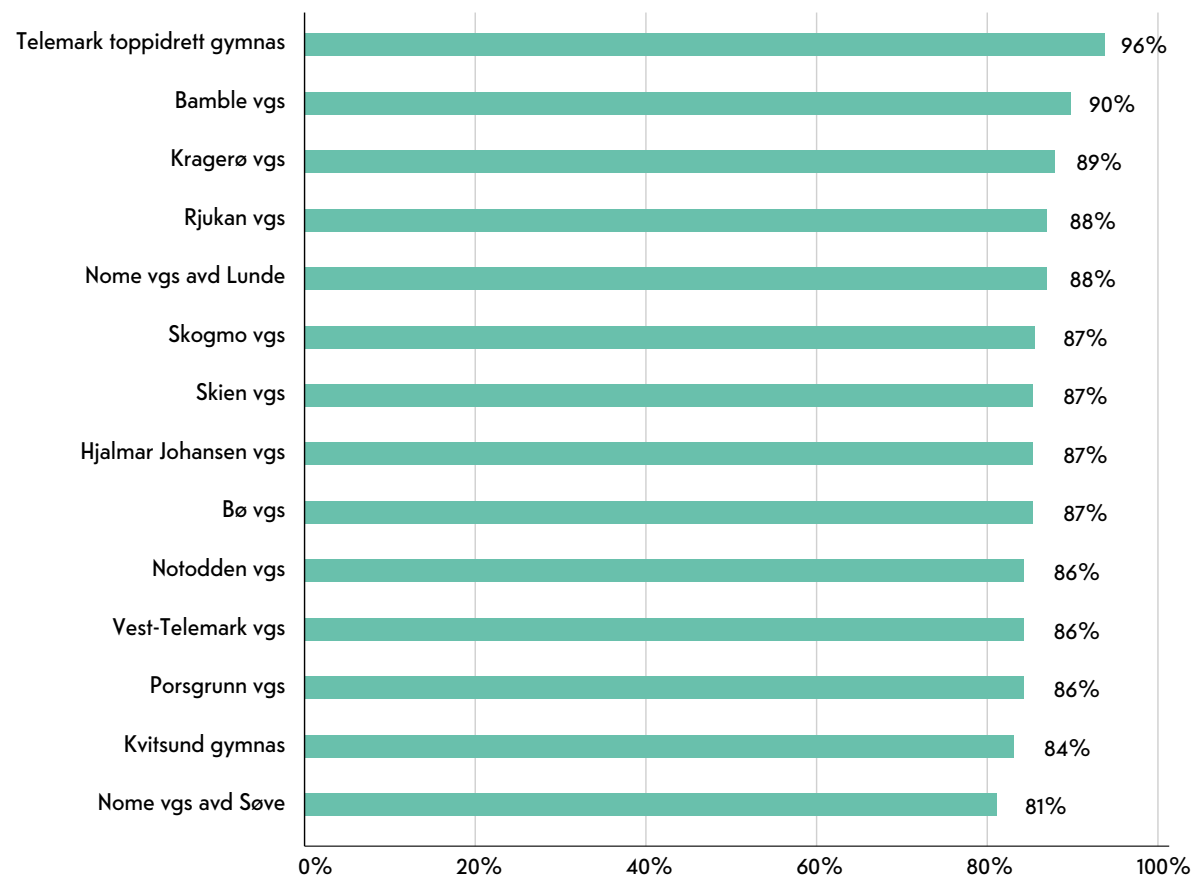
Figur 4.2 Trives på skolen

Prosentandel som er helt eller litt enige i at de trives på skolen. Telemark 2024. 8. trinn-10. trinn.



Figur 4.3 Trives på skolen

Prosentandel som er helt eller litt enige i at de trives på skolen. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



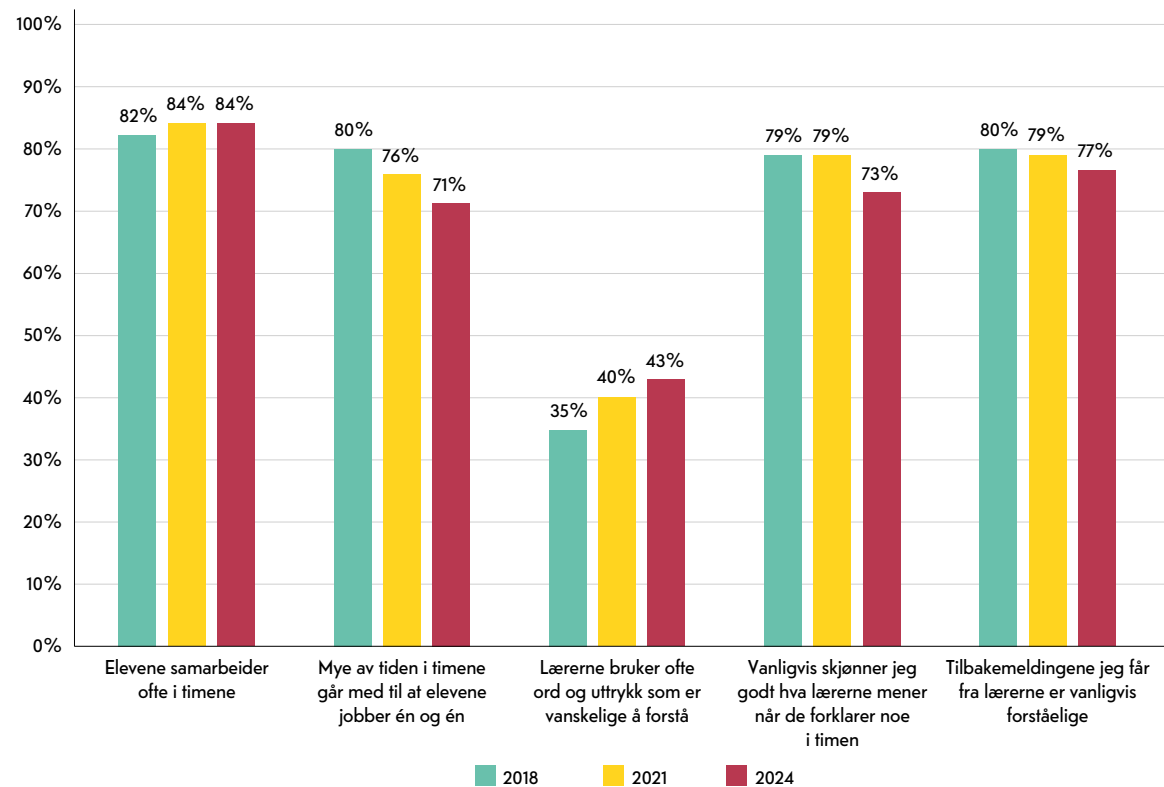
Samarbeid og kommunikasjon

Figur 4.4 viser at de aller fleste elevene 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 en større andel som nå svarer at læreren bruker ord og uttrykk som er vanskelig å forstå sammenliknet med tidligere Ungdata-undersøkelser. Det er også færre som svarer at de skjønner hva læreren mener når de forklarer noe i timene og som forstår tilbakemeldingene de får fra lærerne.

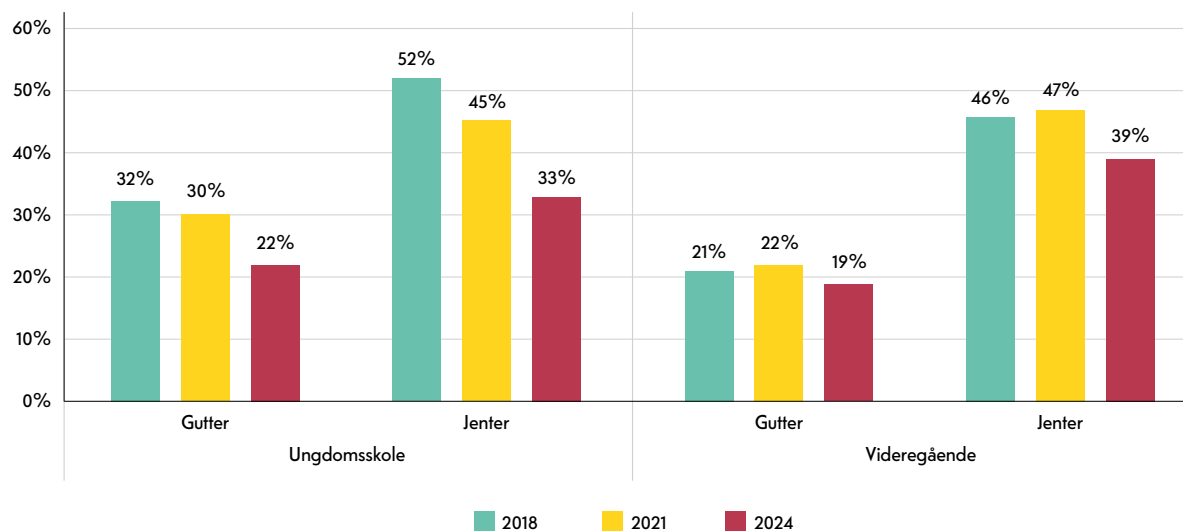
Figur 4.4 Samarbeid og kommunikasjon

Prosentandel som mener utsagnet stemmer svært godt eller ganske godt. Telemark 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



Figur 4.5 Lekser

Prosentandel som bruker minst én time på lekser hver dag (utenom skoletid). Telemark 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



Lekser og skolestress

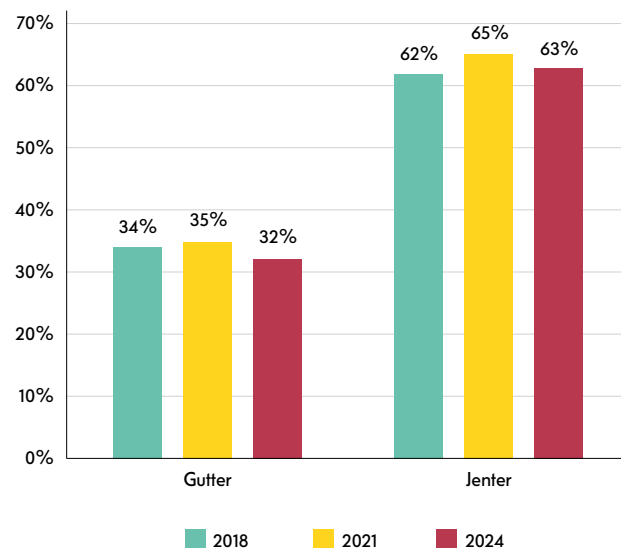
Et annet område der det har skjedd store endringer det siste tiåret, handler om hvor mye tid ungdom bruker på lekser og skolearbeid. De nasjonale Ungdata-resultatene viser at andelen som bruker minst én time daglig på skolearbeid har blitt stadig lavere, særlig på ungdomstrinnet. Dette kan både skyldes at skolemotivasjon er mindre enn før, eller at skolene ikke lenger forventer at ungdom skal bruke så mye tid på skolearbeid (Bakken, 2024).

Figur 4.5 viser det samme mønsteret i Telemark. Tid brukt på lekser har gått ned blant både gutter og jenter på ungdomsskolen når vi sammenlikner undersøkelsene i 2018, 2021 og 2024. På videregående har tid brukt på lekser først gått ned fra 2021 til 2024. Jenter bruker fortsatt langt mer tid på lekser enn gutter, men det er jentene som har hatt størst reduksjon i tid brukt på lekser de siste årene.

Samtidig som tid brukt på lekser har gått betydelig ned, er det fortsatt mange som opplever at de blir stresset av skolearbeidet (figur 4.6). I 2024 svarer 63 % av jentene og 32 % av guttene at de ofte eller svært ofte har vært stresset av skolearbeidet de siste månedene. Dette er litt lavere enn i 2021 da 65 % av jentene og 35 % av guttene svarte det samme. Skolestresset øker i løpet av ungdomsskolen, mens det går litt ned på starten av videregående, før det øker igjen på Vg2 og Vg3.

Figur 4.6 Skolestress

Prosentandel gutter og jenter som ofte eller svært ofte har vært stresset av skolearbeidet de siste månedene. Telemark 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



Skulking

De aller fleste ungdommene følger opp skolen på en god måte, men mange har likevel ugyldig fravær eller skulk. Skulk regnes ofte som en risikofaktor som gir økt sannsynlighet for negativ utvikling i ungdomsårene (Bakken, 2022). I tråd med at stadig flere elever opplever å ha et negativt forhold til skolen, har også omfanget av skoleskulk økt i løpet av de siste årene i Norge, særlig på ungdomstrinnet (Bakken, 2024).

Figur 4.7 viser en tilsvarende utvikling i Telemark. På alle klassetrinn bortsett fra Vg3 har andelen som har skulket skolen seks ganger eller mer det siste året økt når vi sammenlikner undersøkelsene i 2024 og 2021. Omfanget av skulking øker i løpet av ungdomstiden, og når en topp på Vg3.

Figur 4.7 Skulking

Prosentandel som har skulket skolen seks ganger eller mer det siste året. Telemark 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.

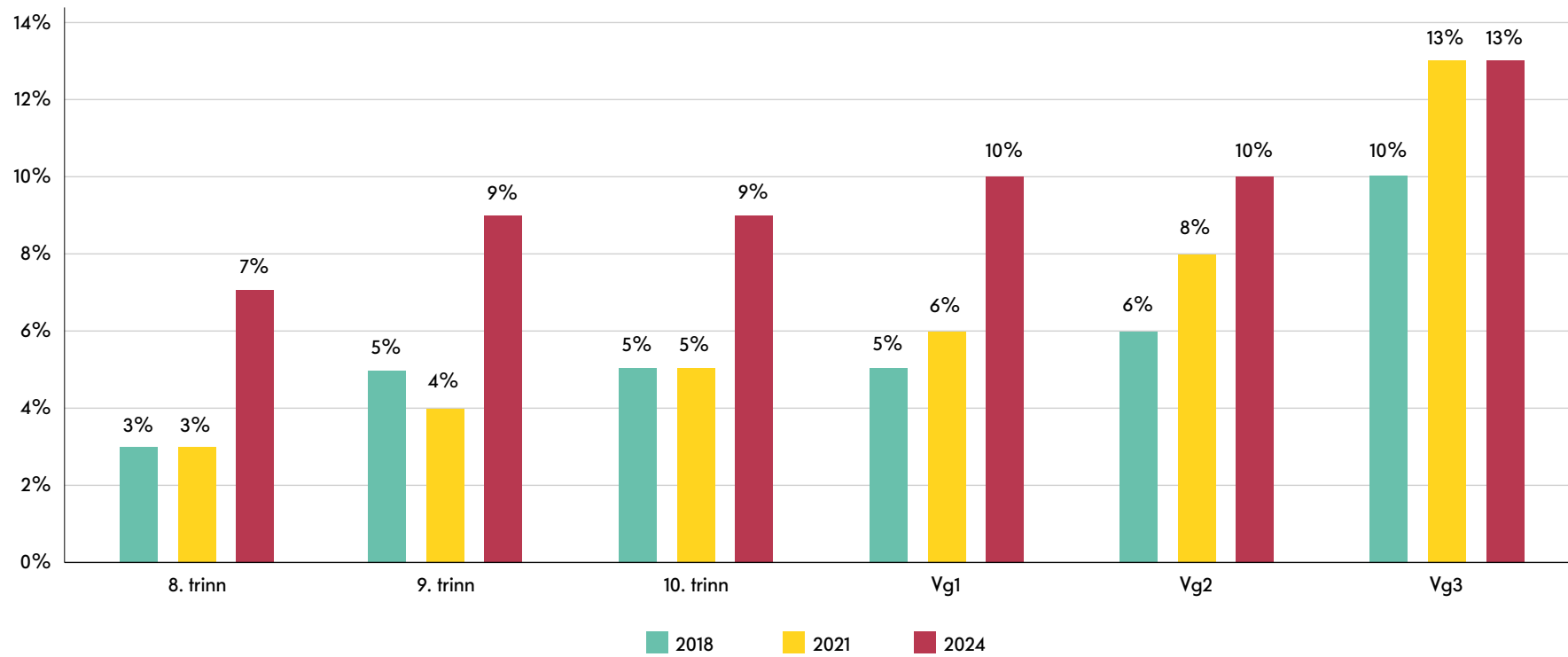




Foto: Adobe Stock

Tanker om å fullføre videregående skole

97 % av 16-åringene som avslutter grunnskolen starter videregående opplæring samme år (Utdanningsdirektoratet, 2024a). Det er også en økende andel som fullfører og består videregående opplæring. Av de som startet videregående opplæring i Telemark i 2017 hadde 81 % av elevene fullført når man måler i 2023, en økning fra 74 % blant de som startet i 2008 (Statistisk sentralbyrå, 2024).

I Ungdata-undersøkelsen blir elevene spurt om de tror de kommer til å fullføre videregående skole. Til sammen svarer nesten 9 av 10 ungdommer at de tror de vil fullføre videregående skole. Figur 4.8 viser at det er flere som er sikre på at de vil fullføre jo nærmere de kommer avslutningen på videregående. Selv om andelen som faktisk fullfører videregående opplæring øker, ser vi at troen på at man skal klare det er lavere enn tidligere. Det er særlig på ungdomsskolen vi ser en slik utvikling.

Tanker om høyere utdanning

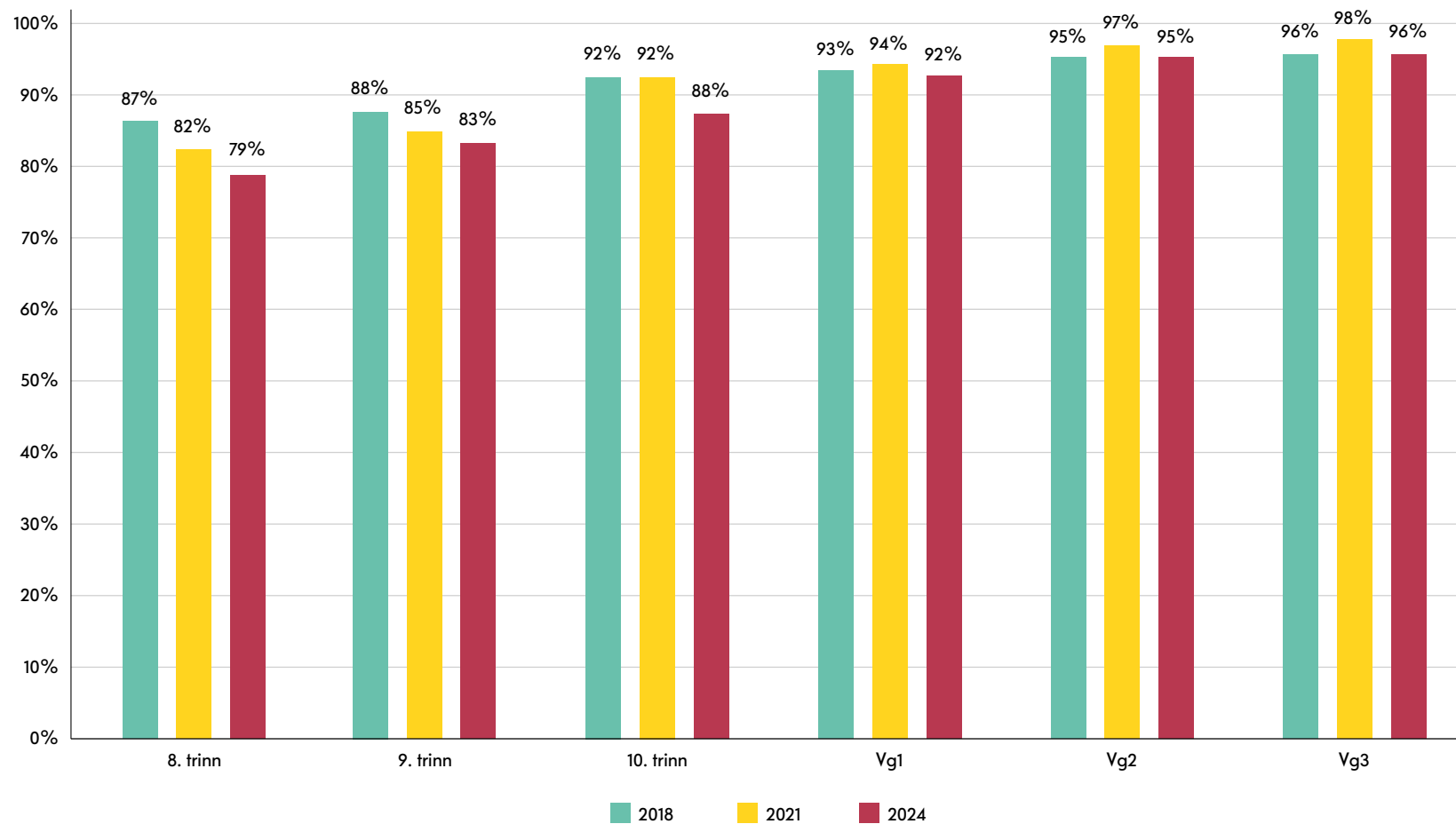
Ungdommene i Telemark har også blitt spurt om de tror de vil ta høyere utdanning.

Til sammen svarer 48 % av elevene på ungdomsskolen og 63 % av elevene på videregående at de tror de vil ta høyere utdanning. Men det er også mye usikkerhet: 38 % på ungdomsskolen og 24 % på videregående svarer at de ikke vet om de vil ta høyere utdanning, mens henholdsvis 14 % og 13 % svarer at de ikke tror de vil det. 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.

At færre tror de vil ta høyere utdanning henger trolig sammen med økte søkertall til yrkesfaglige utdanningsprogram. I 2024 søkte 60 % av elevene i Telemark seg til et yrkesfaglig utdanningsprogram på Vg1 (Utdanningsdirektoratet 2024b). I Ungdata-undersøkelsen ser vi også at det er en økning i andelen 10.-klassinger som svarer at de vil begynne på yrkesfag på videregående. Mens 51 % av guttene og 30 % av jentene på 10. trinn svarte dette i 2021, svarer 54 % av guttene og 38 % av jentene det samme i 2024.

Figur 4.8 Fullføre videregående skole

Prosentandel som tror de vil fullføre videregående skole. Telemark 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



Andre tanker om framtiden

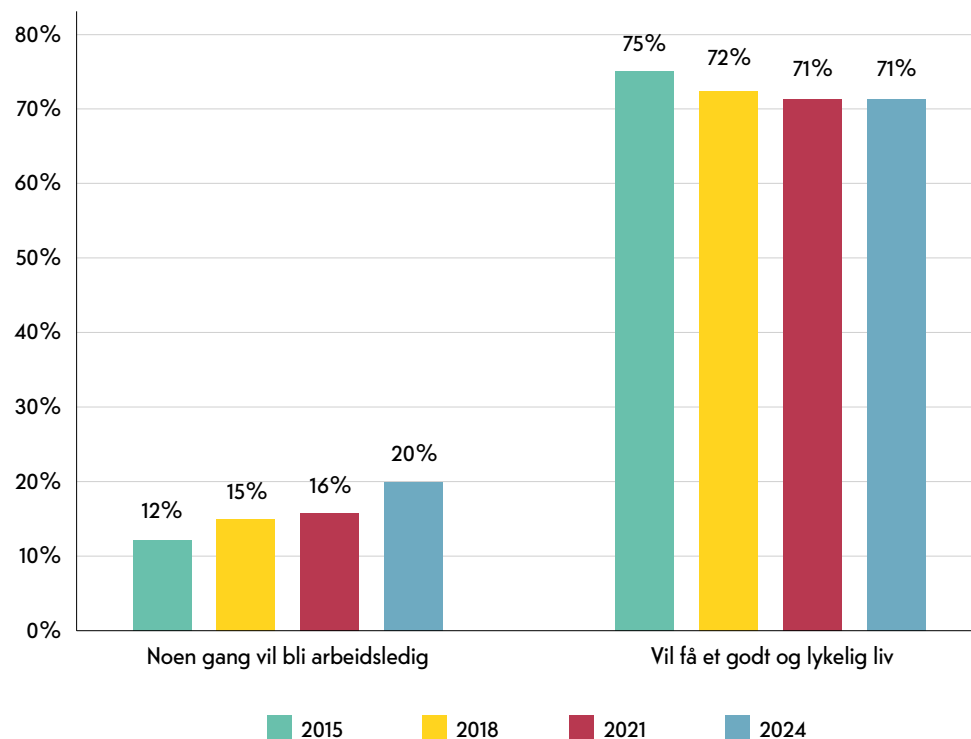
Siden midten av 2010-tallet har det vært en trend i retning av litt mindre fremtidsoptimisme blant norsk ungdom, særlig på ungdomstrinnet (Bakken, 2024). Likevel, selv etter år med pandemi, krig i Europa og dyrtid, er de fleste ungdom optimistiske med tanke på framtiden, også i Telemark.

Figur 4.9 viser at andelen som tror de vil bli arbeidsledige en gang i framtiden har økt fra 12 % i 2015 til 20 % i 2024. 42 % svarer at de ikke vet om de blir arbeidsledige. Vi ser også at andelen som tror de vil få et godt og lykkelig liv gikk noe ned fra 2015 til 2018, mens den har holdt seg stabil etter dette. 26 % svarer at de ikke vet om de får et godt og lykkelig liv. Også her finner vi kjønnsforskjeller. I 2024 er det totalt 25 % av guttene og 15 % av jentene som tror de noen gang vil bli arbeidsledige, mens 75 % av guttene og 67 % av jentene tror de vil få et godt og lykkelig liv.

Ungdommene i Telemark blir også spurt om de bekymrer seg for klimaendringer, et spørsmål som ble tatt med i Ungdata for første gang i 2021. Til sammen svarer 24 % av ungdommene at de er ganske bekymret eller veldig bekymret for klimaendringer, en nedgang fra 31 % i 2021. Mens 31 % av jentene svarer at de er bekymret for klimaendringer, svarer 17 % av guttene det samme. Andelen som bekymrer seg for klimaendringer øker jevnt fra 8. trinn hvor 22 % er ganske eller veldig bekymret, til Vg3 hvor 35 % er ganske eller veldig bekymret.

Figur 4.9 Tanker om framtiden

Hvordan tror du at framtida di vil bli, tror du at du ...? Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



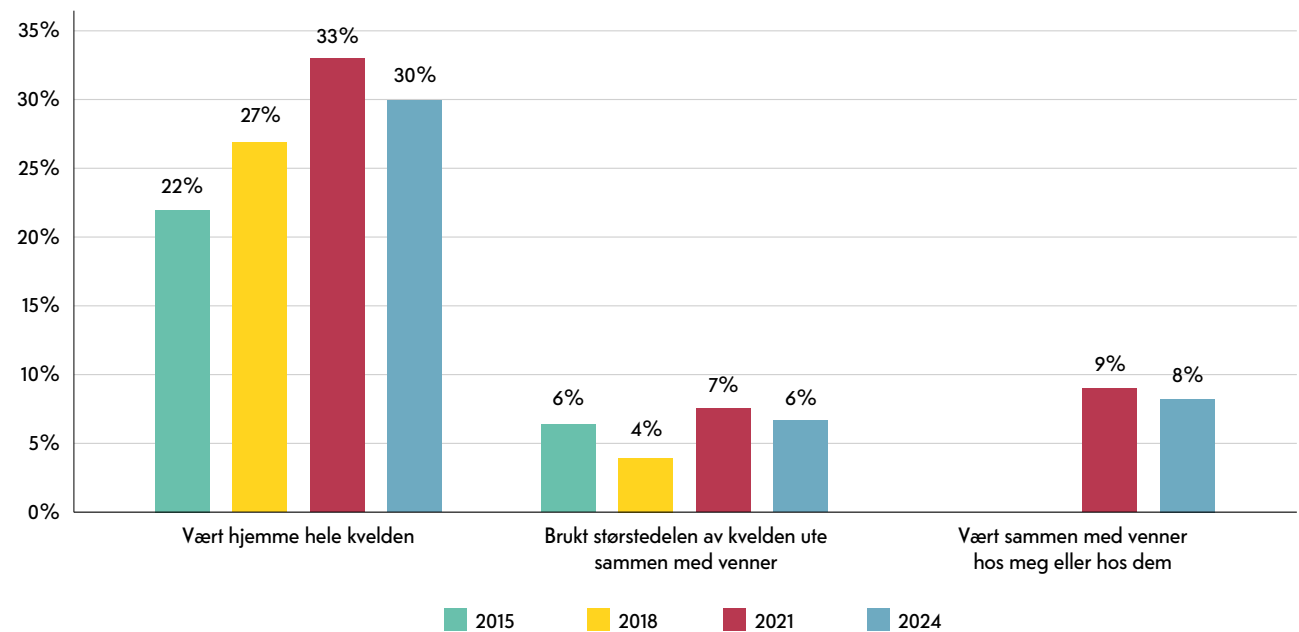
5. Fritid

Barnekonvensjonen fastslår at alle barn har rett til hvile, fritid og lek, og til å delta i kunst og kulturliv (Barnekonvensjonen, 1989, art. 31). Et av de tydeligste funnene i Ungdata, er at ungdoms fritid er i endring. Selv om de fleste ungdommene er aktive i trening eller sport, er de også langt mer hjemme, og bruker mye mer tid på digitale aktiviteter, enn det ungdom gjorde for 10 år siden.

Figur 5.1 viser at ungdom tilbringer mye tid hjemme. Dette er en utvikling som startet før pandemien. Tettere bånd mellom ungdom og foreldre, og ikke minst mulighetene for å kommunisere med venner digitalt, kan nok forklare noe av denne utviklingen. Fra 2021 til 2024 ser vi en liten nedgang i andelen som har vært hjemme hele kvelden minst seks ganger den siste uka. Det er også en nedgang i andelen som har brukt størstedelen av kvelden ute sammen med venner eller vært sammen med venner hos seg eller dem. Det er ingen forskjeller i hvordan jenter og gutter svarer på disse spørsmålene.

Figur 5.1 Fritid

Hvor mange ganger har du gjort følgende den siste uka? Prosentandel som svarer minst seks ganger den siste uka. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Digital fritid

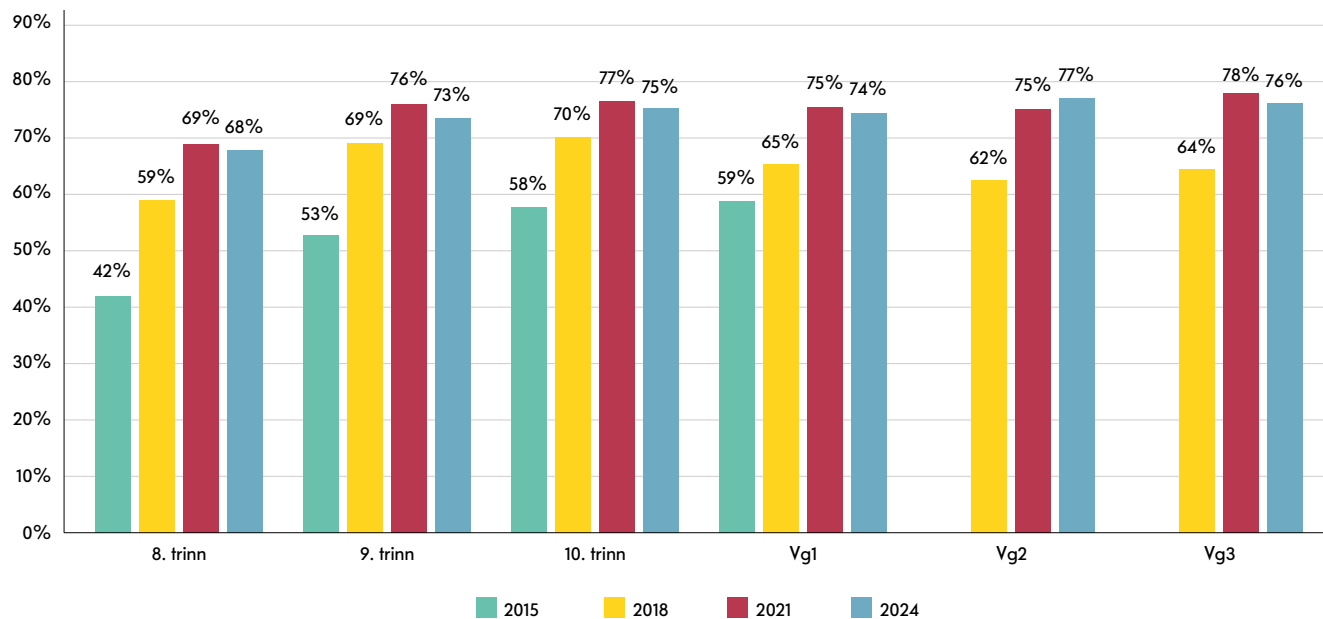
De siste årene har ungdoms tidsbruk foran skjerm økt, forsterket gjennom to år med pandemi. I 2024 viser de nasjonale tallene at tidsbruken har flatet ut, men at ungdom bruker mer tid på skjerm nå enn før pandemien (Bakken, 2024).

Det samme mønsteret ser vi i Telemark. Andelen som bruker tre timer eller mer foran skjerm utenom skoletid økte fra 64 % i 2018 til 75 % i 2021, før vi nå ser en liten nedgang til 74 % i 2024. Figur 5.2 viser at skjermbruken har gått ned på alle klassetrinn bortsett fra Vg2 når vi sammenlikner med Ungdata-undersøkelsen i 2021.

Tidligere brukte guttene mest tid på skjerm, men i 2024 er det litt flere jenter (75 %) enn gutter (73 %) som svarer at de bruker minst tre timer foran skjerm utenom skoletid. Kjønnforskjellene er derimot enda større når vi ser på hvilke aktiviteter de driver med (figur 5.3). Mens guttene bruker mest tid på gaming, bruker jentene mye tid på å være sosiale på nett/mobil.

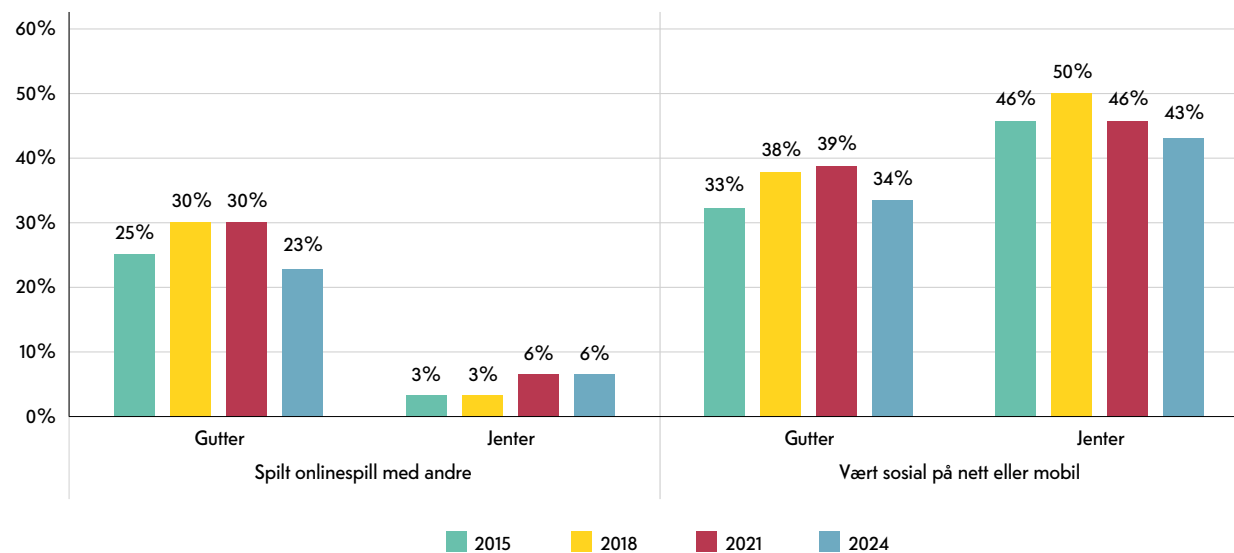
Figur 5.2 Skjermtid

Prosentandel som svarer at de har brukt minst tre timer foran skjerm utenom skoletid. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



Figur 5.3 Fritid

Hvor mange ganger har du gjort følgende den siste uka? Prosentandel som svarer minst seks ganger den siste uka. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Organisert fritid

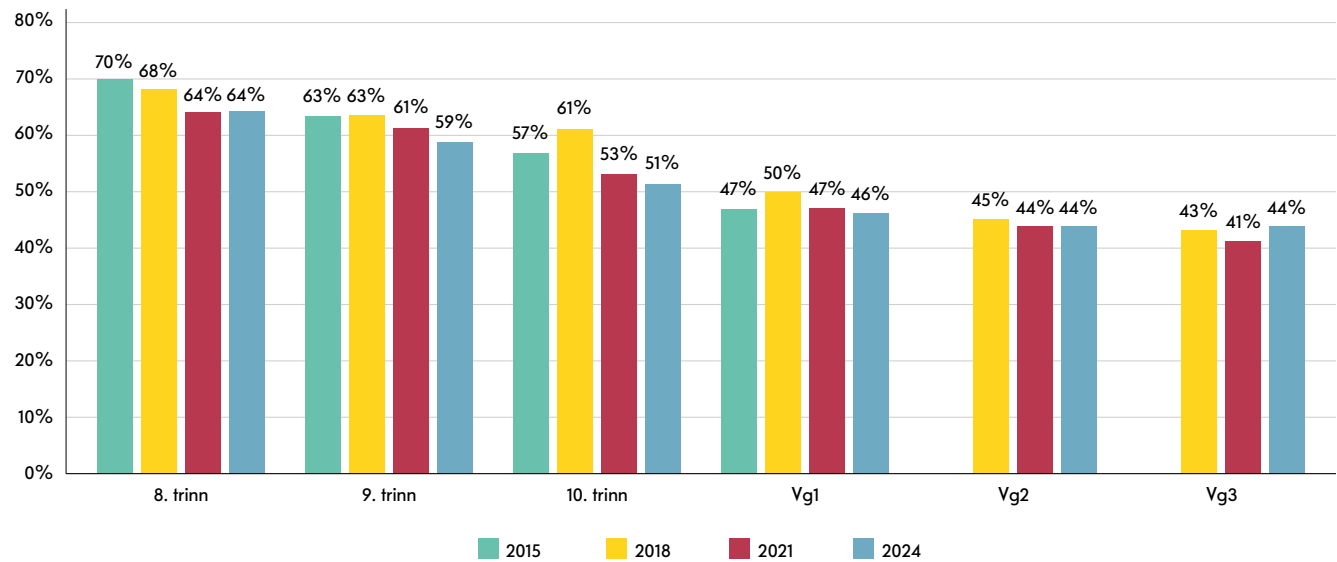
De aller fleste barn og unge deltar i organiserte fritidsaktiviteter i løpet av oppveksten. I landet som helhet har det siden 2010-tallet vært en nedgang i andel ungdommer som er organisert i ulike fritidsaktiviteter, ikke minst i pandemiåret 2021. I 2024 viser de nasjonale Ungdata-tallene for første gang på flere år en klar økning i deltakelse, og vi ser ikke lengre noen tydelig «pandemieffekt» (Bakken, 2024).

Også i Telemark deltar de aller fleste i organiserte fritidsaktiviteter i løpet av oppveksten: til sammen svarer 86 % at de er med eller tidligere har vært med i en organisasjon, klubb, lag eller forening etter at de fylte 10 år.

Andelen som svarer at de nå er med i en organisasjon, klubb, lag eller forening har imidlertid gått ned de siste årene, fra 56 % i 2018, til 53 % i 2021 og til 52 % i 2024 for ungdomsgruppen samlet sett. Nedgangen er størst blant ungdomsskoleelevene (figur 5.4).

Figur 5.4 Organisert fritid

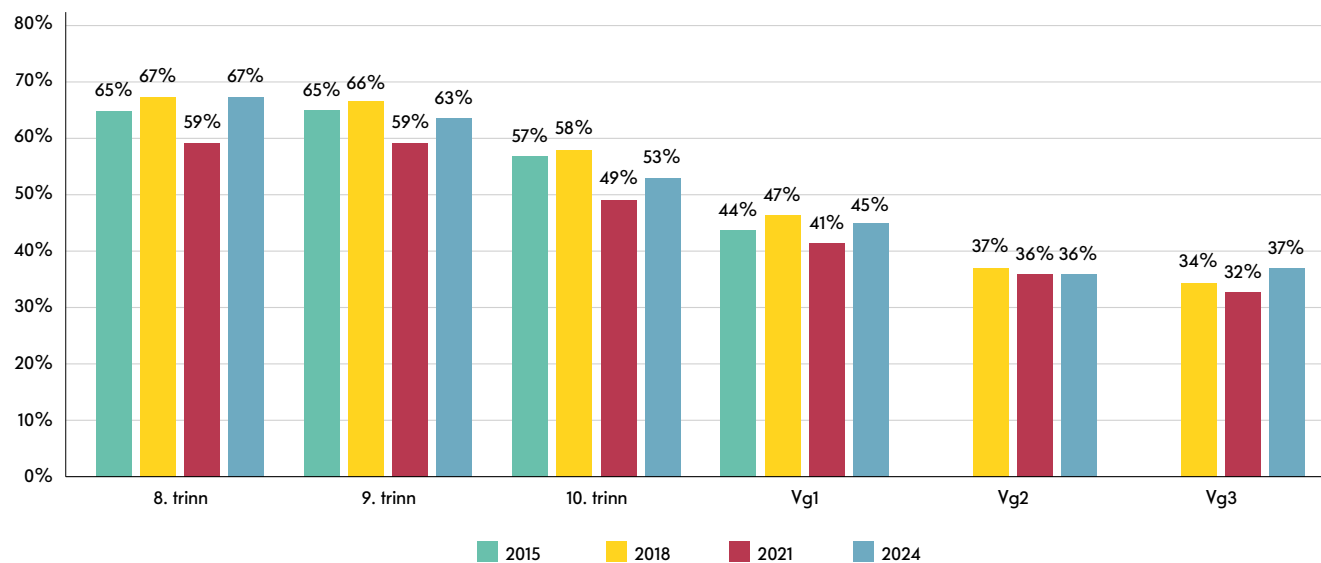
Prosentandel som er med i en organisasjon, klubb, lag eller foreninger. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



Utviklingen er derimot en litt annen dersom vi ser på faktisk deltagelse i ulike former for organiserte aktiviteter den siste måneden. I figur 5.5 ser vi at andelen som svarer at de har deltatt minst fem ganger på organiserte fritidsaktiviteter den siste måneden har gått opp på alle klassetrinn med unntak av Vg2 når vi sammenlikner årets undersøkelse med resultatene fra pandemiåret 2021. På flere klassetrinn er deltagelsen imidlertid lavere i 2024 enn den var før pandemien.

Figur 5.5 Deltakelse

Prosentandel som svarer at de har deltatt minst fem ganger på organiserte fritidsaktiviteter den siste måneden. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.

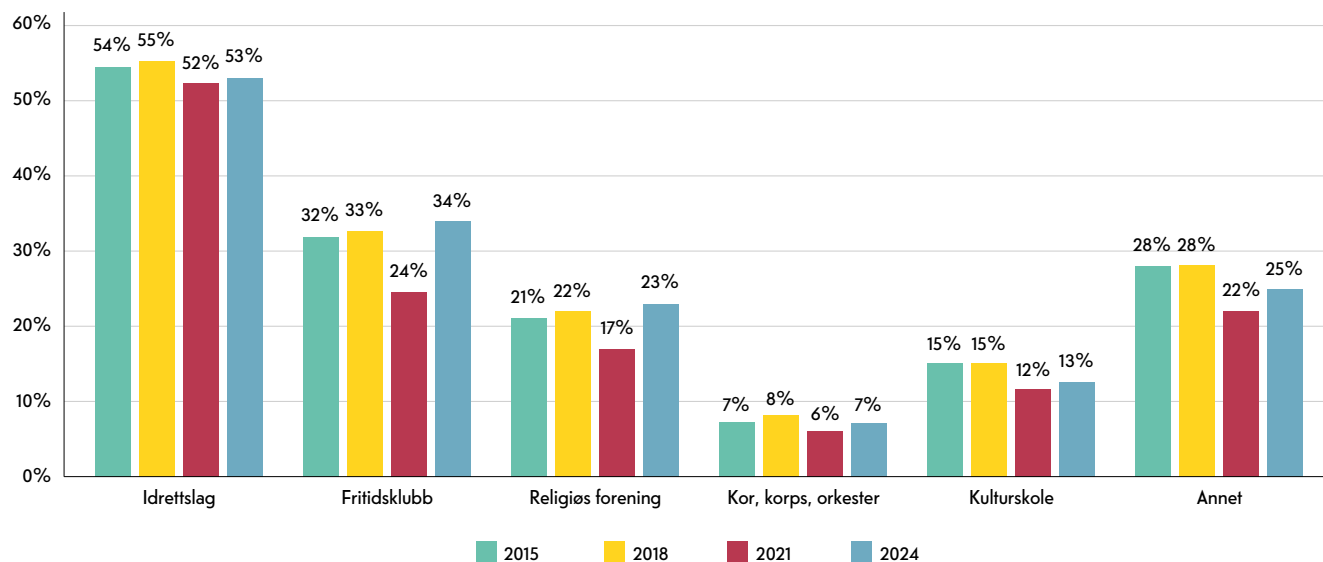


Figur 5.6 viser prosentandelen som minst én gang den siste måneden har vært med på aktiviteter i ulike fritidsorganisasjoner. I pandemiåret 2021 var det en nedgang i deltagelse i alle typer aktiviteter, særlig fritidsklubber og religiøse foreninger. 2024-tallene viser at deltakelsen i disse aktivitetene har gått opp igjen, og til et litt høyere nivå enn før pandemien. Deltakelsen i aktiviteter i regi av idrettslag har også gått opp igjen etter pandemien, men til et litt lavere nivå enn tidligere. Den samme utviklingen ser vi for korps, kor, orkester og kulturskole. Utviklingen i Telemark er i stor grad i tråd med utviklingen i landet som helhet.

Deltagelsen i de fleste typer organiserte fritidsaktiviteter endrer seg mye med alderen. Idrett er den aktiviteten som flest ungdommer deltar i, men nesten halvparten av ungdommene faller fra organisert idrett i løpet av ungdomstiden. Mens nesten 7 av 10 elever på 8. trinn har deltatt på minst én aktivitet i et idrettslag den siste måneden, har kun 4 av 10 elever på Vg3 gjort det samme. Som vi skal se i kapittel 7 trener imidlertid mange eldre ungdommer på egenhånd eller på treningsstudio. Fritidsklubb og kulturskole er andre aktiviteter der mange faller fra i løpet av ungdomstiden.

Figur 5.6 Organisert fritid

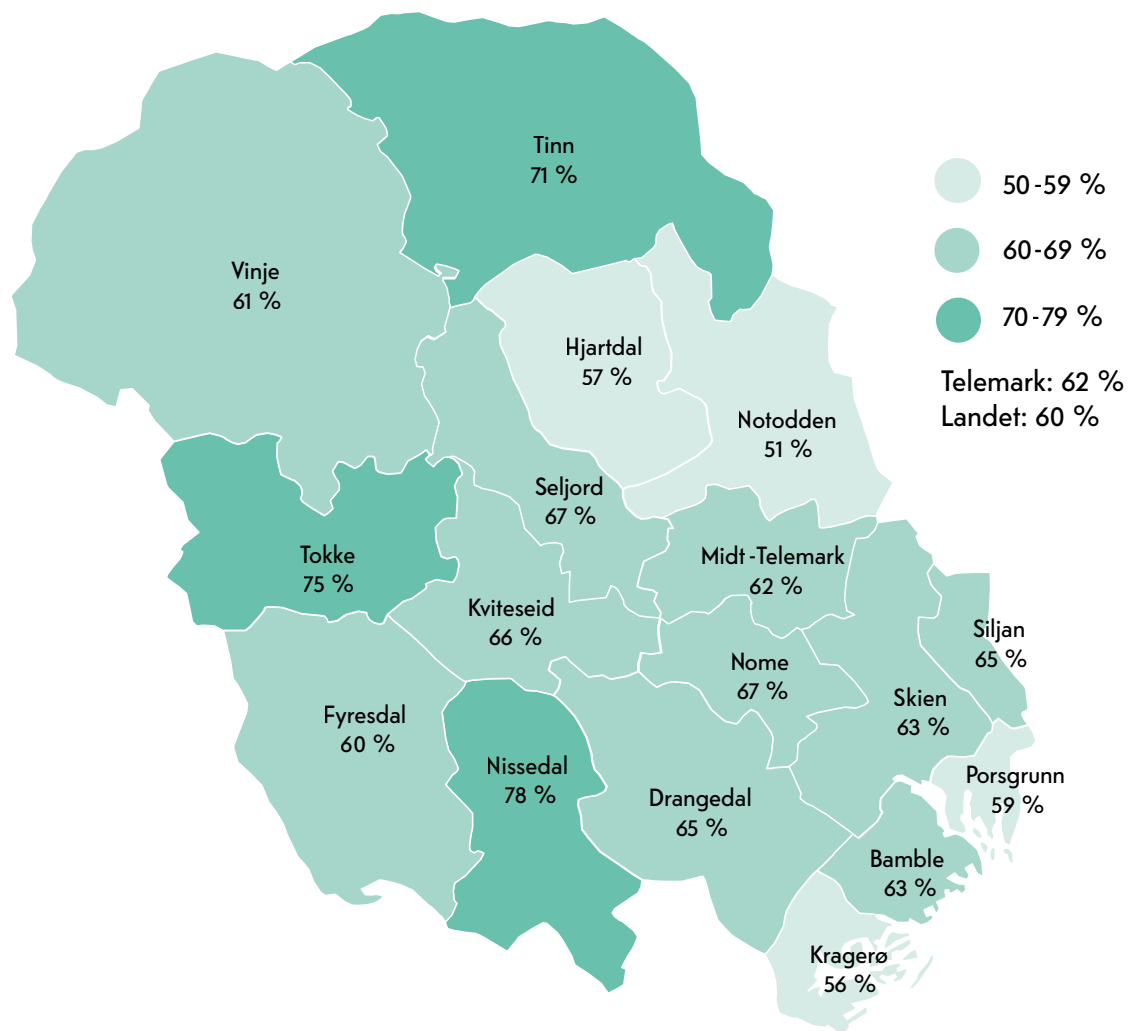
Prosentandel som minst én gang den siste måneden har vært med på aktiviteter i følgende fritidsorganisasjoner. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Deltagelse i ulike type organiserte aktiviteter varierer en del mellom kommunene. Mens 51 % av ungdomsskoleelevene på Notodden deltok minst fem ganger på organiserte fritidsaktiviteter den siste måneden, gjorde 78 % av ungdomsskoleelevene i Nissedal det samme (figur 5.7).

Figur 5.7 Organisert fritid

Prosentandel som har deltatt minst fem ganger på organiserte fritidsaktiviteter den siste måneden. Telemark 2024. 8.-10. trinn.



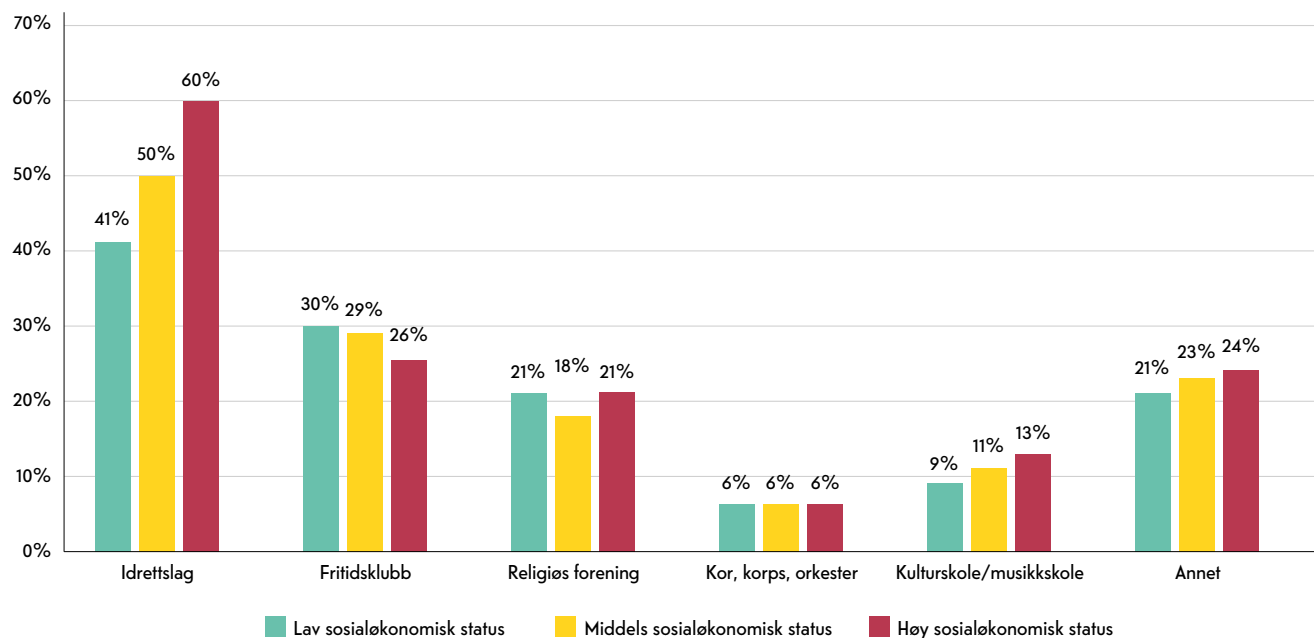
Sosiale forskjeller i deltagelse i fritidsaktiviteter

Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter krever ressurser av foreldrene, både for å følge opp, men også for å kunne betale (Enstad & Bakken, 2022). I Fritidsberetningen, som er underskrevet av regjeringen, KS og flere 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 (Bufdir, u.å.).

Likevel, i Ungdata ser vi forskjeller i hvem som deltar og hvilke aktiviteter de deltar på etter familiens sosioøkonomiske status. I 2024 deltok for eksempel bare 44 % av ungdommene fra familier med lav sosioøkonomiske status minst fem ganger på organiserte fritidsaktiviteter den siste måneden. Blant ungdom fra familier med høy sosioøkonomisk status var andelen 60 %, en differanse på 16 prosentpoeng. De sosiale forskjellene i deltagelse har riktignok blitt redusert over tid, i 2018 var forskjellen i deltagelse mellom ungdom fra familier med høy og lav sosioøkonomisk status 22 prosentpoeng. Grunnen til at de sosioøkonomiske forskjellene har blitt mindre skyldes både at ungdom med lav sosioøkonomisk status deltar mer enn tidligere, men også at ungdom med høy sosioøkonomisk status deltar mindre.

Figur 5.8 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. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.

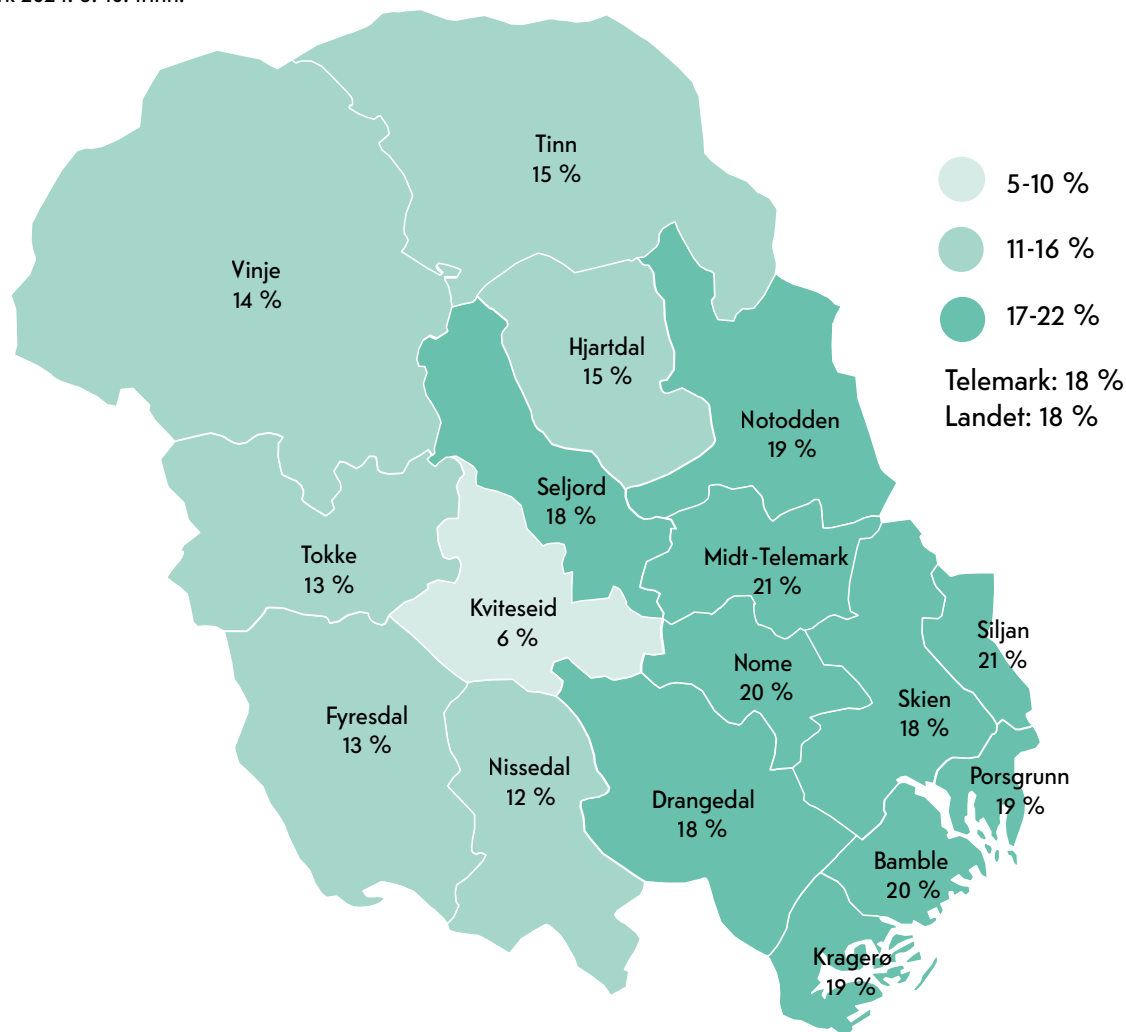


Figur 5.8 viser at idrettslag er den aktiviteten med størst sosial ulikhet i deltagelse. Deltagelsen i aktiviteter i regi av idrettslag er langt høyere blant ungdom fra familier med høy sosioøkonomisk status enn blant ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status. Det samme mønsteret ser vi for kulturskole, selv om forskjellen mellom de tre gruppene er mye mindre. Det har tidligere vært store sosiale forskjeller i deltagelse i korps, kor og orkestre, men disse forskjellene er nå borte. Årsaken til dette er at deltagelsen blant ungdom fra familier med høy sosioøkonomisk status er langt lavere enn tidligere. Deltagelse i fritidsklubber viser et omvendt mønster, der deltagelsen er høyest blant ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status. Det kan henge sammen med at målet for 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 foreldrene (Jacobsen et al., 2021).

Til tross for kontingentkasser og liknende ordninger svarer 18 % av ungdomsskoleelevene i 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. Dette er en økning fra 17 % i forrige Ungdata-undersøkelse. Figur 5.9 viser at andelen ungdomsskoleelever som svarer dette varierer mye mellom kommunene.

Figur 5.9 Mangler penger til fritidsaktiviteter

Prosentandel som opplever at foreldrene av og til eller ofte mangler penger til å betale for fritidsaktiviteter de ønsker å delta i. Telemark 2024. 8.-10. trinn.





6. Nærområdet

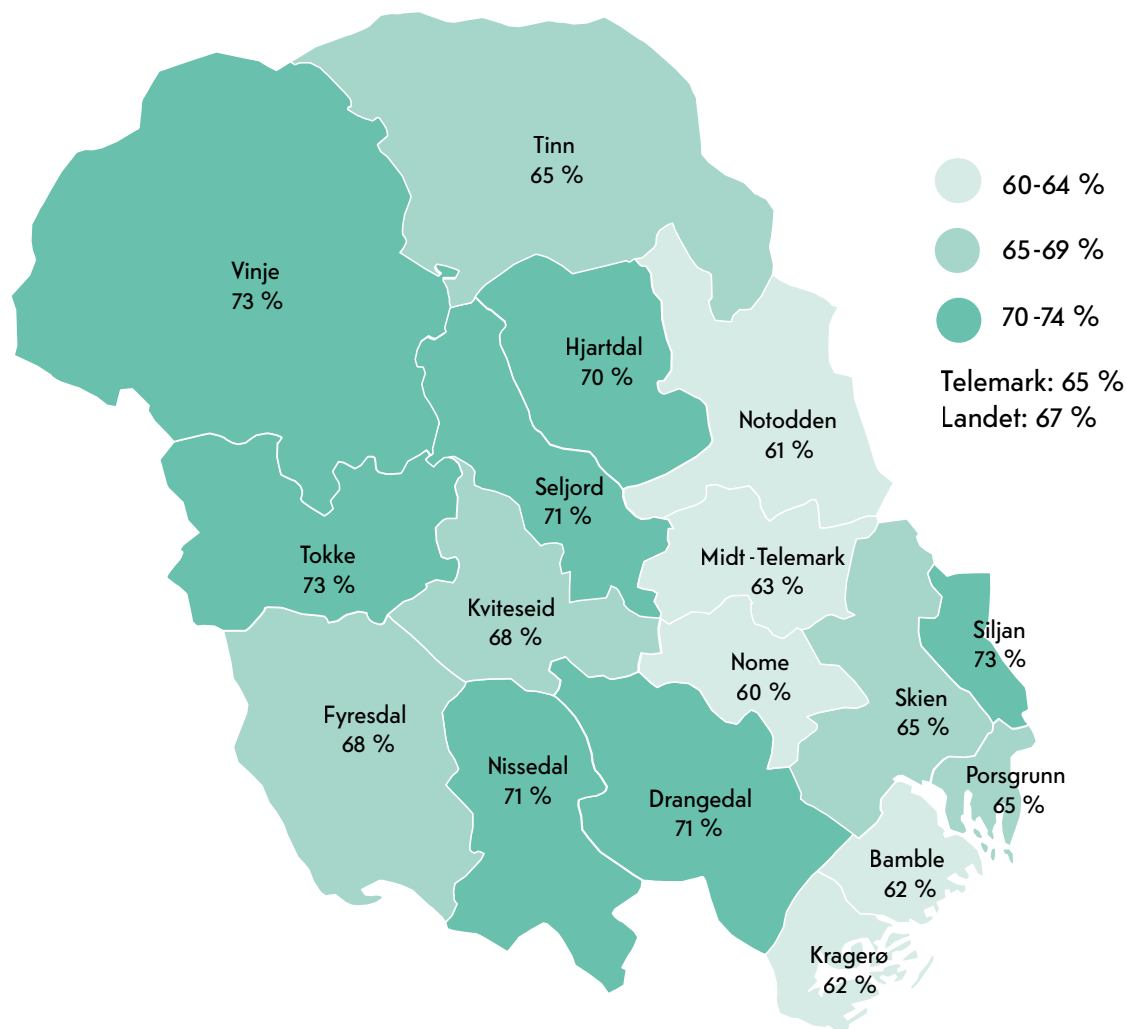
Tilhørighet og trivsel

Trygge nærområder med god tilgang til ulike aktiviteter og møteplasser er viktig for barns velferd og trivsel (Enstad & Bakken, 2022). Det er også en sterk sammenheng mellom hvor hjemme man føler seg der man bor og hvor høy livskvalitet man har (Friesinger et al., 2022). I Ungdata har det kommet inn et nytt spørsmål, som skal forsøke å måle ungdommenes tilhørighet til hjemstedet sitt. Spørsmålet er «I hvilken grad føler du at du hører til på stedet der du bor?», og ungdommene svarer på en skala fra 0-10, hvor 0 er «ingen tilhørighet» og 10 er «sterk tilhørighet». I Telemark krysser 85 % av ungdomsskoleelevene og 82 % av elevene på videregående fra seks og oppover på denne skalaen.

I alle Ungdata-undersøkelsene har det vært spørsmål om i hvilken grad ungdommene er fornøyde med lokalmiljøet der de bor. I 2024 svarte 64 % at de var fornøyde med lokalmiljøet der de bor, en nedgang fra 68 % i 2021, men tilbake til samme nivå som i 2018 (64 %). Nedgangen fra 2021 til 2024 er størst blant jenter på videregående skole. Guttene er mer fornøyde med lokalmiljøet enn jentene. Mens 71 % av guttene svarer at de er fornøyde med lokalmiljøet der de bor i årets Ungdata-undersøkelse, svarer 58 % av jentene det samme.

Figur 6.1 Fornøyd med lokalmiljøet

Prosentandel som er fornøyde med lokalmiljøet der de bor. Telemark 2024. 8.-10. trinn.



Hvorvidt ungdommene på ungdomsskolen er fornøyde med lokalmiljøet der de bor varierer mye mellom kommunene (figur 6.1). Mens 60 % av ungdomsskoleelevene i Nome svarer at de er fornøyde med lokalmiljøet der de bor, svarer 73 % av ungdomsskoleelevene i Tokke, Vinje og Siljan det samme.

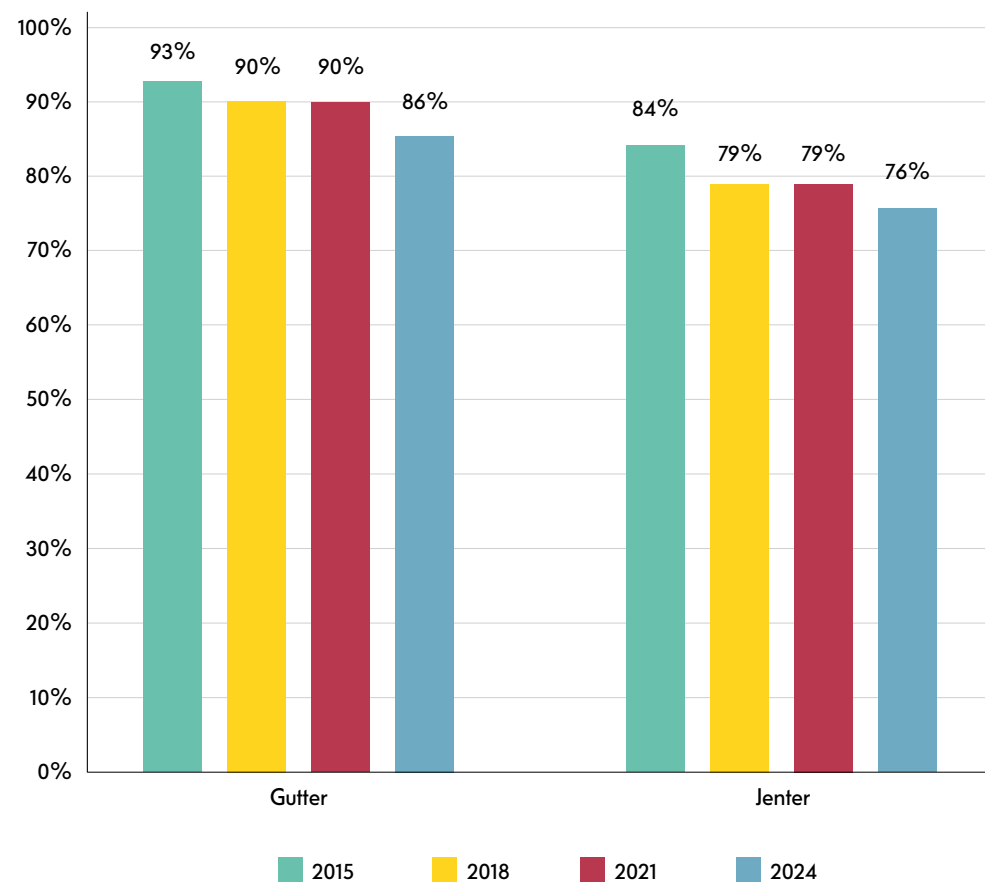
Trygghet i nærområdet

Opplevelse av trygghet i nærområdet er en viktig side ved befolkningens livskvalitet (Nes et al., 2018). De aller fleste ungdommene i Telemark opplever nærområdet sitt som trygt. Til sammen svarer 81 % fra 8. trinn-Vg1 at de opplever det som svært trygt eller ganske trygt å ferdes i nærområdet der de bor når de er ute om kvelden. 15 % er usikre, mens 4 % svarer at de føler seg utrygge. Figur 6.2 viser at det er langt flere gutter enn jenter som opplever det som trygt å ferdes ute om kvelden. Andelen som føler seg trygge gikk litt ned fra 2015 til 2018, holdt seg stabil fra 2018 til 2021, og har gått ytterligere ned i 2024. En tilsvarende utvikling ser vi også i de nasjonale Ungdata-tallene.

I alle kommuner opplever de aller fleste ungdommene på ungdomsskolen at det er trygt å ferdes ute om kvelden, men andelen varierer fra 74 % i Skien til 98 % i Kviteseid (figur 6.3).

Figur 6.2 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. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Figur 6.3 Trygghet i nærområdet

Prosentandel som opplever at det er svært trygt eller ganske trygt å ferdes i nærområdet der de bor når de er ute om kvelden. Telemark 2024. 8.-10 trinn.

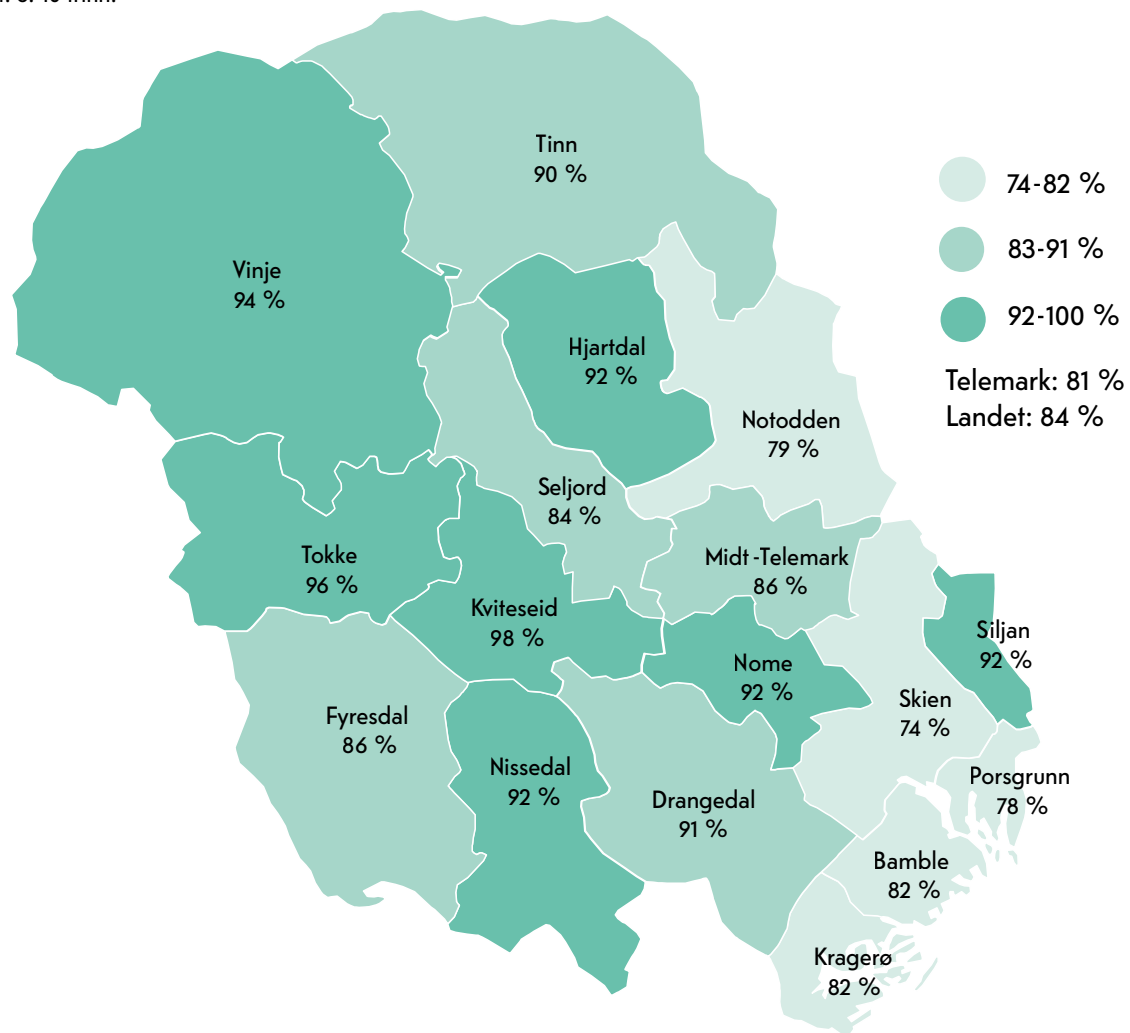


Foto: Unsplash

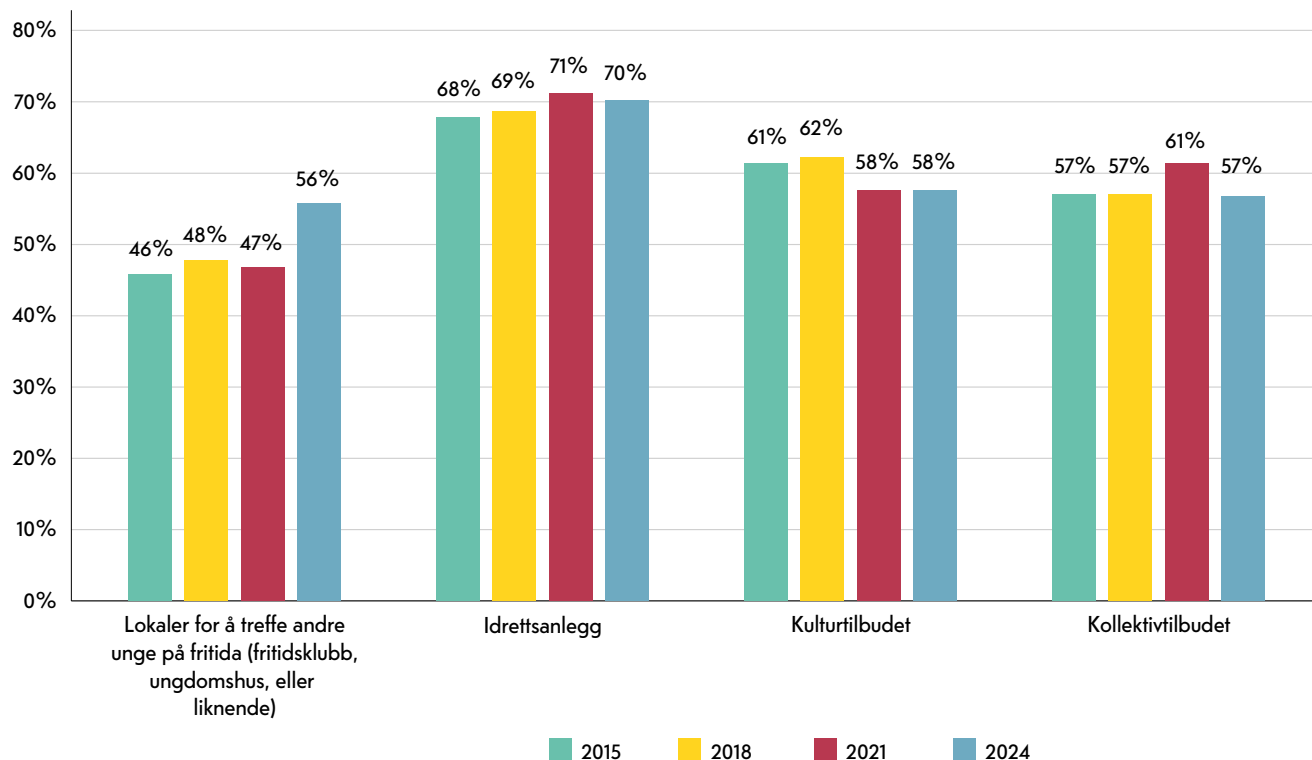
Tilbud i nærområdet

Gode tilbud til ungdom i nærområdet er viktig for trivsel og tilhørighet, og ulike nærmiljø gir ulike muligheter for utfoldelse og sosialt samvær. Både idrettsanlegg, kulturtilbud, lokaler for å treffe andre unge og kollektivtilbud lokalt påvirker hvordan den enkelte ungdom kan utfolde seg og kan være avgjørende for en god ungdomstid (Bakken, 2022)

Figur 6.4 viser at ungdom i Telemark er aller mest fornøyd med tilbudet av idrettsanlegg der de bor, etterfulgt av kulturtilbudet og kollektivtilbudet. Det er ingen store endringer i hvor fornøyd ungdom er med disse tilbudene over tid, med unntak av kollektivtilbudet, som flere var fornøyd med i 2021 enn i årene før og etter. I årets undersøkelse ser vi en stor økning i andelen som er fornøyd med lokaler for å treffe andre unge på fritida, fra 47 % i 2021 til 56 % i 2024.

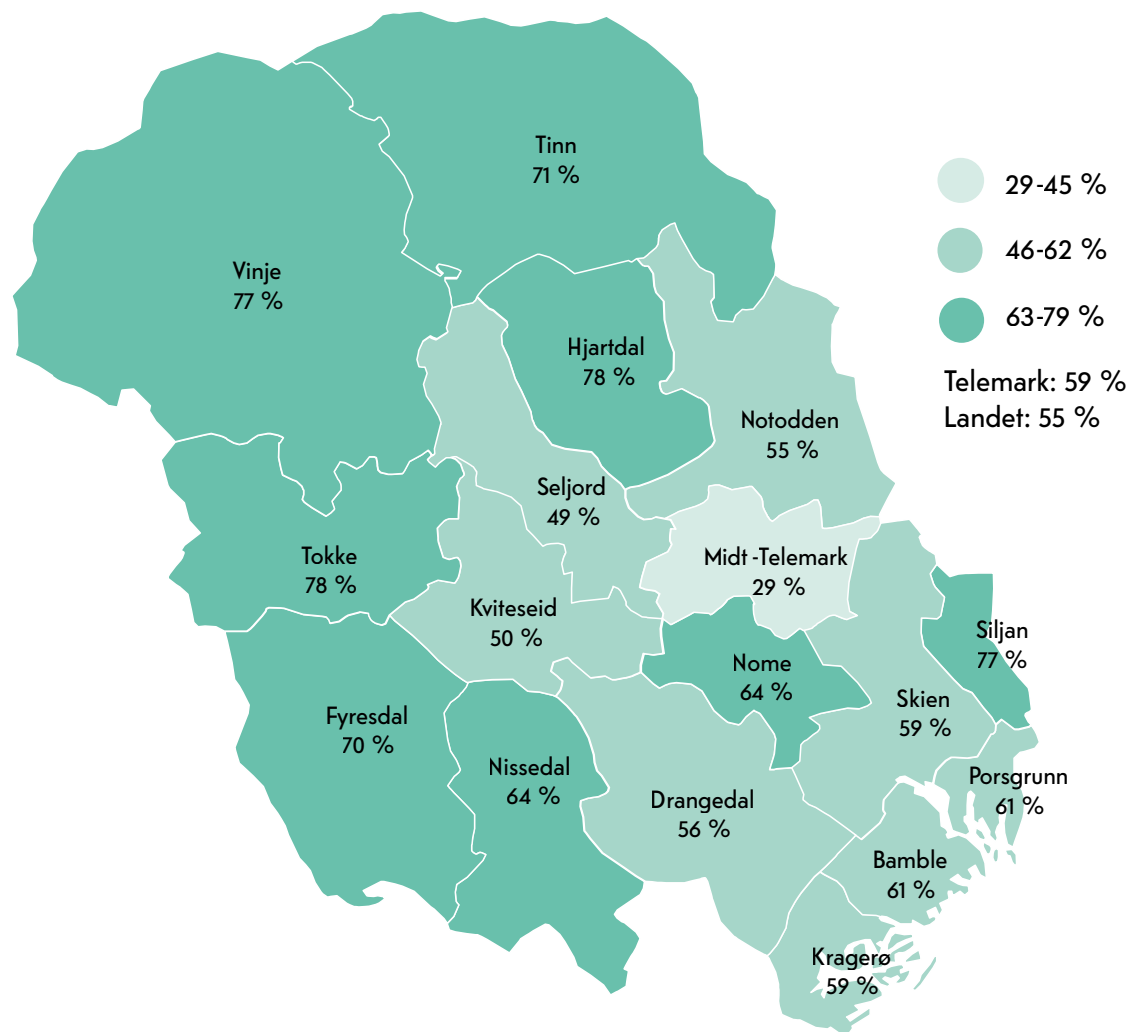
Figur 6.4 Fornøyd med tilbud til ungdom

Prosentandel som synes ulike tilbud til ungdom i området der de bor er svært bra eller nokså bra. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Figur 6.5 Lokaler for å treffe andre

Prosentandel som synes lokaler for å treffe andre unge på fritida er svært bra eller nokså bra. Telemark 2024. 8. trinn-10. trinn.



Hva ungdom er fornøyd med og misfornøyd med, varierer mye fra kommune til kommune. I mange kommuner er mange ungdommer fornøyd med lokaler der unge kan møtes, som for eksempel fritidsklubber. Andre steder mangler slike tilbud. Figur 6.5 viser at andelen ungdomsskoleelever som er fornøyd med tilbudet av lokaler der unge kan møtes varierer fra 29 % i Midt-Telemark til 78 % i Hjartdal og Tokke.



7. Helsevaner

Fysisk aktivitet

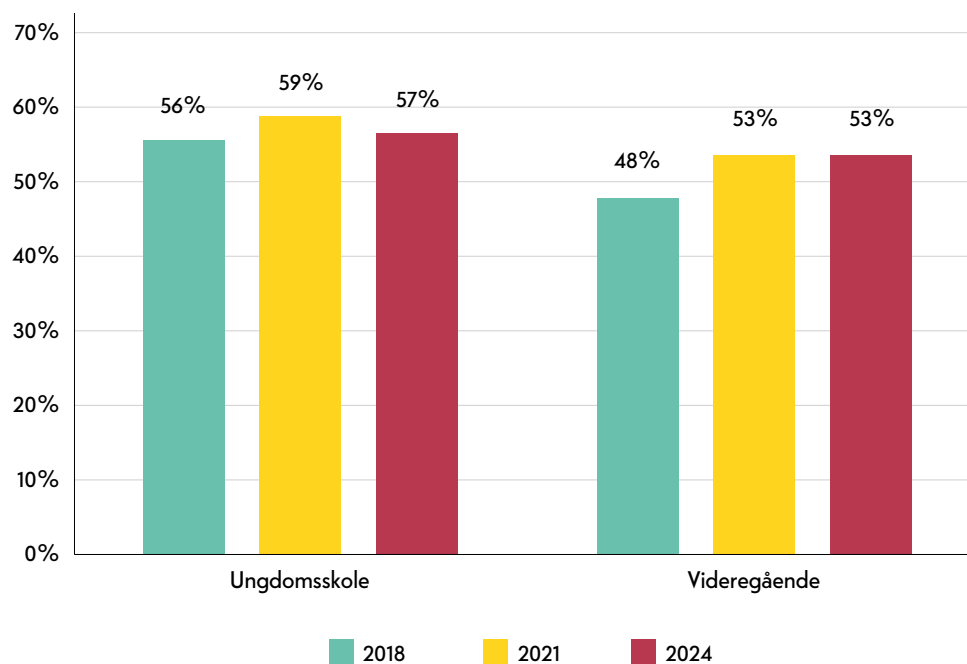
Aktiviteter foran skjerm preger ungdoms fritid, og mange er bekymret for at ungdom ikke er nok fysisk aktive. Under halvparten av norsk ungdom tilfredsstillter myndighetenes anbefalinger om 60 minutters fysisk aktivitet hver dag (Bakken, 2024).

Figur 7.1 viser andelen som svarer at de er så fysisk aktive at de blir andpustne eller svette minst tre ganger i uka. Andelen er høyere på ungdomsskolen enn på videregående. Mens andelen har gått litt ned fra 2021 til 2024 blant ungdomsskoleelevene har den holdt seg stabil blant elevene på videregående skoler.

Som med mange andre helsevaner, finner vi store sosioøkonomiske forskjeller i fysisk aktivitet blant ungdom. Mens 47 % av ungdommene fra familier med lav sosioøkonomisk status svarer at de var fysisk aktive minst tre ganger i uka, svarer 64 % av ungdommene fra familier med høy sosioøkonomiske status det samme. Disse sosiale forskjellene i helsevaner er litt mindre i 2024 enn de var i 2021.

Figur 7.1 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. Telemark 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



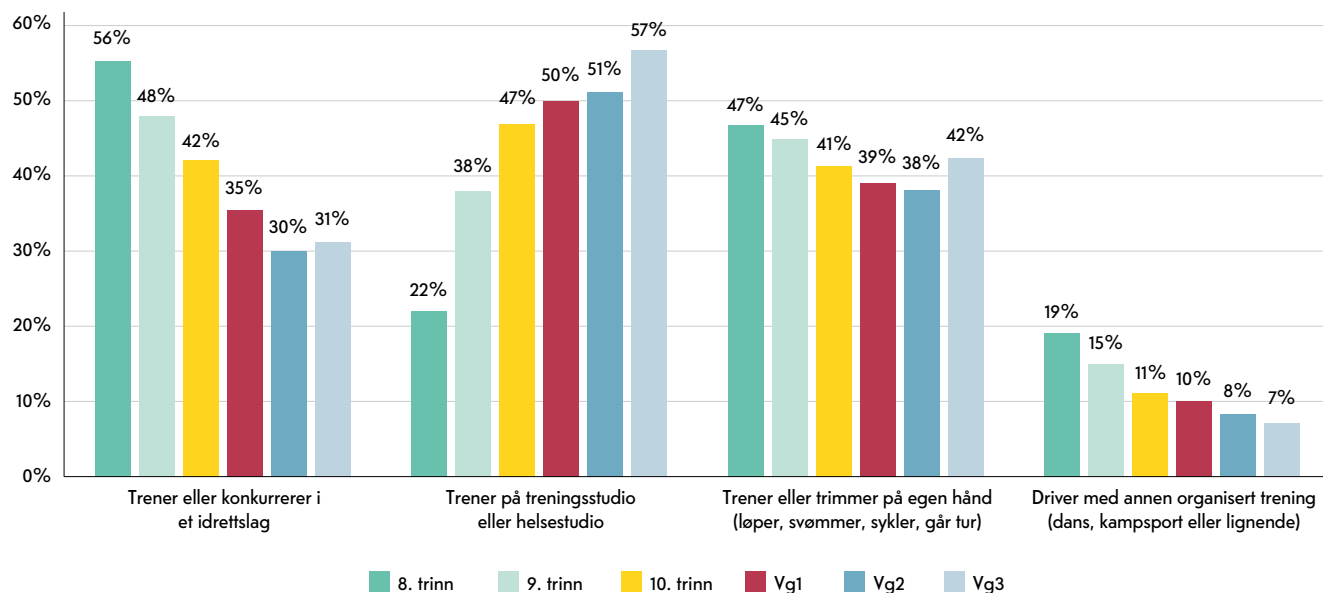
Selv om mange til daglig er lite fysisk aktive, har trening en sterk posisjon blant ungdom. Andelen ungdommer som trener minst én gang i uka har gjennom Ungdatas målinger ligget forholdsvis stabilt på i underkant av 80 % i landet som helhet, men har økt de siste årene og aldri vært så høy som i 2023/24. Særlig guttene bidrar til å trekke tallet oppover (Bakken, 2024). I Telemark ser vi den samme trenden. Andelen som svarer at de trener minst én gang i uka har ligget stabilt på 77 % i tidligere undersøkelser, men har økt til 79 % i 2024-undersøkelsen.

Treningsvanene endrer seg mye i løpet av ungdomstiden (figur 7.2). Den treningsformen som holder seg mest stabil er å trene på egenhånd. Blant de yngste er det mange som trener i idrettslag, men som vi så tidligere i rapporten, er det stort frafall fra idretten i løpet av ungdomstiden. Andelen som driver med annen organisert trening som dans, kampsport eller lignende, avtar også gjennom ungdomsskolen. Motsatt øker andelen som trener på helsestudio betydelig gjennom tenårene, særlig fra 8. trinn til 10. trinn.

Når vi sammenlikner med tidligere Ungdata-undersøkelser ser vi at ungdommenes treningsvaner er relativt stabile over tid. For eksempel trener 4 av 10 i regi av idrettslag ukentlig, et tall som har vært stabilt det siste tiåret. Unntaket er trening på treningsstudio eller helsestudio som har økt mye. I 2018 svarte 34 %

Figur 7.2 Regelmessig trening og aktivitet

Hvor ofte trener du eller driver med følgende aktiviteter? Prosentandel som driver med aktiviteten minst ukentlig. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



at de trente på helsestudio ukentlig, mens 42 % svarte det samme i 2024. Økningen har vært størst blant gutter på ungdomstrinnet.

For første gang har elevene i Telemark blitt spurt om hvor ofte de er fysisk aktive i skoletiden, utenom kroppsøving. Figur 7.3 viser at kun 18 % av guttene og 9 % av jentene svarer at de er fysisk aktive i skoletiden 5 ganger eller mer per uke. Andelen som er fysisk aktive i skoletiden synker med alderen. Mens 18 % av elevene på 8. trinn svarer at de er fysisk aktive i skoletiden 5 ganger eller mer per uke, svarer 11 % av elevene på Vg3 det samme.

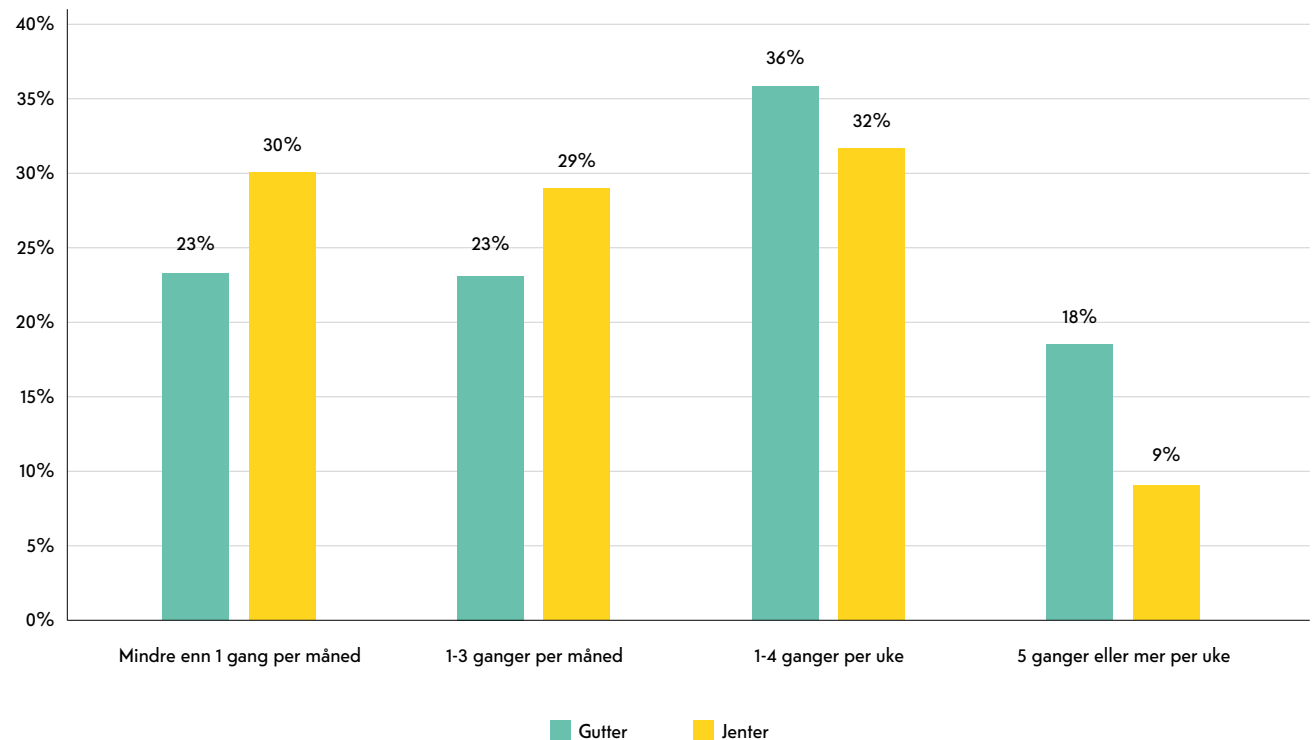
Måltider og kosthold

Mat- og måltidsvaner i 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)). Ungdom er også avhengig av jevn tilførsel av energi og næringsstoffer for å vokse og utvikle seg.

I Telemark svarer til sammen 55 % av ungdomsskoleelevene og 43 % av elevene på videregående at de spiser frokost før første time hver dag, mens 65 % av ungdomsskoleelevene og 59 % av elevene på videregående svarer at de daglig spiser matpakke eller lunsj på skolen (figur 7.4). Siden Ungdata-undersøkelsen i 2021 har det blitt litt færre som daglig spiser frokost før de går på skolen. Det har også blitt

Figur 7.3 Fysisk aktivitet i skoletiden

Utenom kroppsøving, hvor ofte er du fysisk aktiv i skoletiden (inkludert fysisk aktivitet i friminuttene og/eller fysisk aktivitet i teorifag)? Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



færre som spiser matpakke eller lunsj på skolen hver dag. Den samme trenden ser vi i de nasjonale Ungdata-tallene.

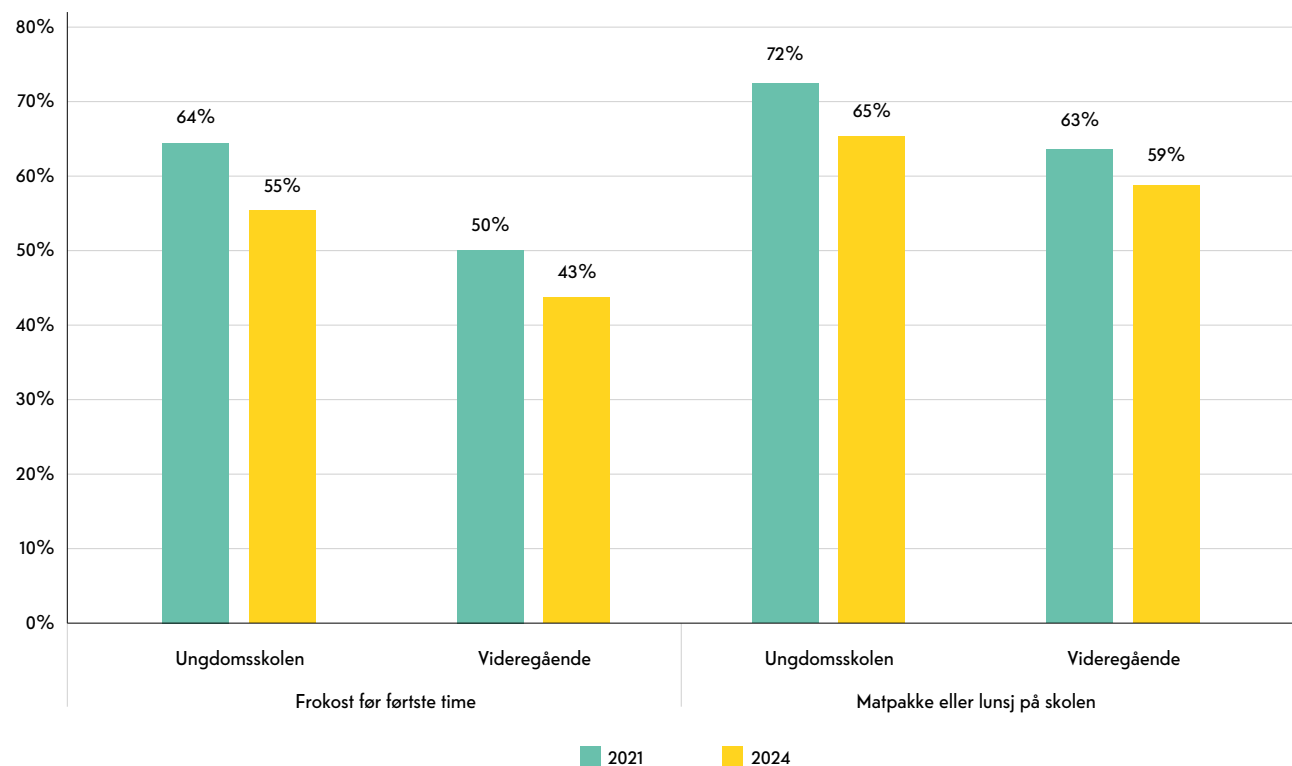
Som med andre helsevaner finner vi store sosioøkonomiske forskjeller i måltidsvanene. For eksempel svarer bare 41 % av ungdommene fra familier med lav sosioøkonomisk status at de spiser frokost hver dag før første time, mens 56 % av ungdommene fra familier med høy sosioøkonomisk status svarer det samme.

Fra 2024 inneholder Ungdata-undersøkelsen spørsmål om hvor ofte ungdom spiser frukt og grønt. I tråd med Helsedirektoratets kostråd bør frukt, bær eller grønnsaker være en del av alle dagens måltider. Ungdata viser at det er stor variasjon i hvor ofte ungdom spiser slike matvarer. De aller fleste svarer at de spiser frukt og grønt ukentlig, 28 % på ungdomstrinnet og 30 % på videregående svarer at de spiser grønnsaker/salater daglig. Tilsvarende svarer 26 % på ungdomstrinnet og 21 % på videregående at de spiser frukt/bær daglig. Litt flere jenter enn gutter spiser frukt og grønt.

Det er også spørsmål om hvor ofte ungdom drikker energidrikk med koffein, som for eksempel Monster, Battery, Red Bull. 39 % på ungdomstrinnet og 56 % på videregående svarer at de drikker energidrikk ukentlig, 8 % på ungdomstrinnet og 16 % på videregående drikker det daglig. Til sammenlikning svarte 3 % av ungdommene på videregående at de drakk energidrikk daglig i 2018-undersøkelsen.

Figur 7.4 Måltider

Prosentandel som i løpet av en vanlig skoleuke spiser følgende hver dag. Telemark 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



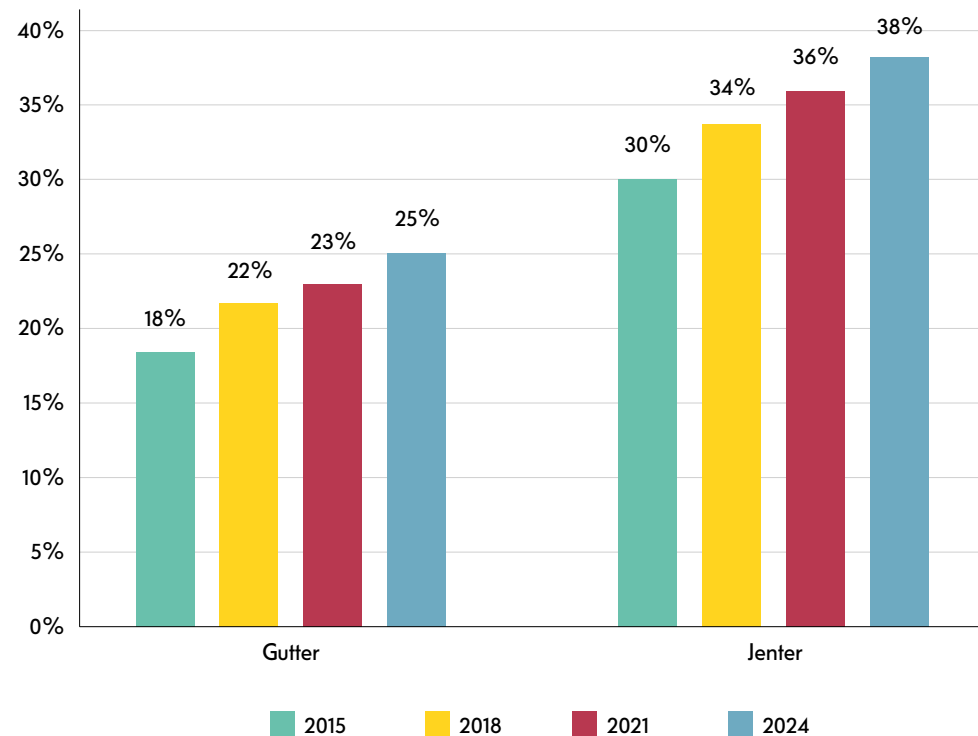
Søvn

God og nok søvn er avgjørende for at vi skal fungere godt i hverdagen. Ungdommer skal lære nye ting hver dag og har en hjerne i rask utvikling, og er samtidig spesielt utsatt for å sove for lite. Mangel på søvn kan få uheldige konsekvenser både når det gjelder psykisk helse, fysisk helse, mestring og trivsel (Vardheim & Imenes, 2022). 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 blir ungdom spurt om hvor mange timer de sov sist natt. Svarene viser stor variasjon, og i løpet av årene på ungdomsskolen skjer det store forandringer i søvnvanene. I 2024 svarer 32 % av guttene og 42 % av jentene i Telemark at de sover seks timer eller mindre hver natt. Andelen som sover seks timer eller mindre øker i løpet av ungdomstiden. Svært mange sover altså langt mindre enn hva som er anbefalt for denne aldersgruppen. 28 % svarer at de har vært så søvnige at det har gått utover skole eller fritid minst tre ganger den siste uka. Tilsvarende resultater ser vi også i de nasjonale Ungdata-tallene.

Figur 7.5 Søvn

Prosentandel gutter og jenter som er veldig mye eller ganske mye plaget av søvnproblemer den siste uka. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg1.



Figur 7.5 viser at andelen som opplever at de har søvnproblemer har økt betydelig siden vi gjennomførte den første Ungdata-undersøkelsen i 2015. Vi ser også at det er langt flere jenter enn gutter som svarer at de er plaget

av søvnproblemer. I 2024 svarte 38 % av jentene at de var veldig mye eller ganske mye plaget søvnproblemer uka før undersøkelsen, mens 25 % av guttene svarte det samme.



8. Rusmidler

Tobakk

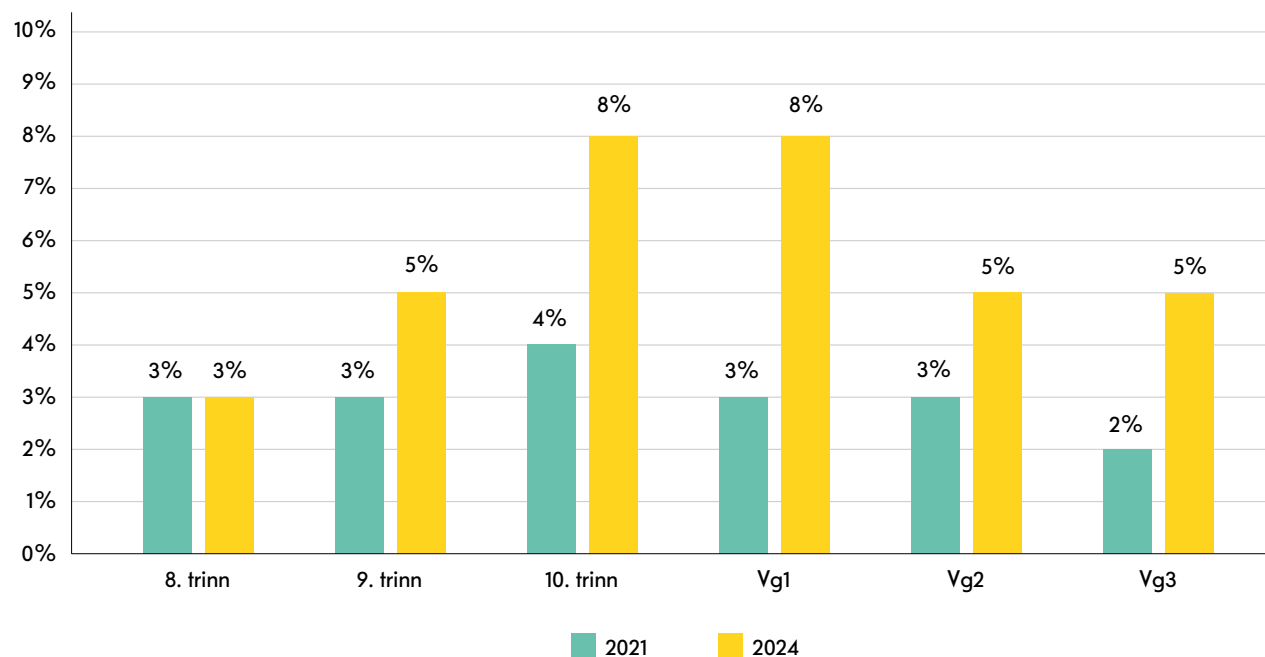
Siden starten av 2010-tallet har regelmessig røyking blant ungdom ligget nokså stabilt på et lavt nivå, mens andelen som snuser har gått en del tilbake. Årets nasjonale Ungdata-tall tyder på fortsatt stabilitet i røykevanene, mens snusing er på vei opp. Det er også en god del ungdommer som bruker e-sigaretter (Bakken, 2024).

De samme utviklingstrekkene ser vi i Telemark. Svært få ungdommer røyker ukentlig eller oftere: 3 % på ungdomsskolen og 5 % på videregående. Tallene har vært stabile over tid. Flere gutter enn jenter røyker regelmessig, og ukentlig/daglig bruk av røyk øker i løpet av ungdomsskolen til en topp på 6 % på Vg1 før det går ned på Vg2 og Vg3.

I likhet med i landet som helhet er snusbruk på vei opp i Telemark. Andelen som snuser ukentlig eller daglig har vært stabil på 8 % i 2018 og 2021, men har økt til 11 % i 2024. Økningen har funnet sted på alle klassetrinn og blant både gutter og jenter. Snusbruken er lavest på 8. trinn (2 %) og øker i løpet av ungdomstiden til en topp på Vg3 (18 %). Litt flere gutter enn jenter snuser.

Figur 8.1 E-sigaretter/vape

Prosentandel som bruker e-sigaretter/vape minst én gang i uka. Telemark 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



Bruken av e-sigaretter («vaping») er kartlagt i Ungdata de siste årene. I løpet av denne perioden har det vært en betydelig økning i bruk nasjonalt, og det samme ser vi i Telemark. I 2024 svarer 5 % av ungdommene fra 8. trinn-Vg3 at de bruker e-sigaretter/vape minst ukentlig, opp fra 3 % i 2021. Bruken øker i løpet av ungdomsskolen, og er høyest på 10. trinn og Vg1 før det går ned igjen (figur 8.1). Litt flere gutter enn jenter bruker e-sigaretter jevnlig.

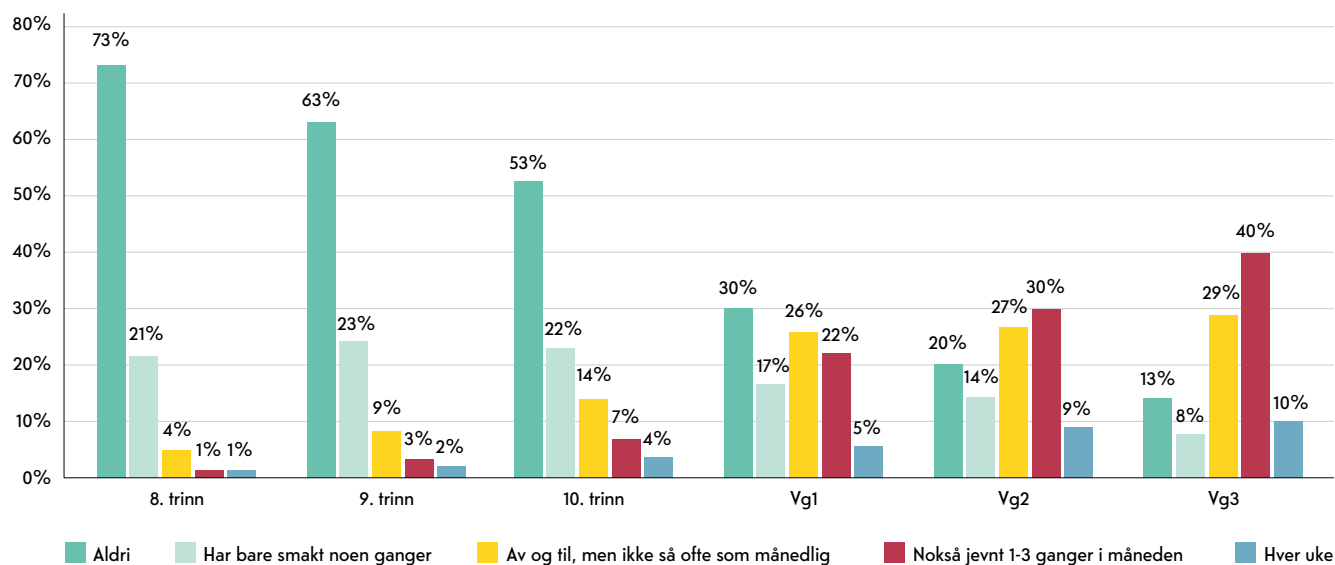
Alkohol

Alkohol er det desidert mest brukte rusmiddelet blant både ungdom og voksne, og i løpet av ungdomstiden etableres drikkevaner som mange tar med seg inn i voksen alder. Alkoholbruken blant både ungdom og voksne betegnes også av mange som det største og viktigste rusproblemet vi har. Alkohol gjør mer skade i samfunnet enn noe annet rusmiddel, delvis på grunn av hvor mange som bruker det, men også på grunn av hvordan det virker på kroppen.³ Alkoholbruk, og særlig det å drikke mye på en gang, er også spesielt skadelig for unge hjerner som er i utvikling (Meruelo et al., 2017).

Selv om skadevirkninger knyttet til alkoholbruk er kjent, så begynner altså de fleste ungdommer å drikke i løpet av ungdomstiden. Det er også mye positivt knyttet til alkoholbruk, og ungdom selv mener de blir

Figur 8.2 Alkohol

Hender det at du drikker noen form for alkohol? Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



mer optimistiske og morsommere, at de gir lettere uttrykk for følelser og at det er lettere å flørte, når de har drukket litt alkohol. I tillegg endrer alkoholbruk seg fra å være noe som er forbundet med sosiale problemer når ungdommene begynner å drikke i veldig ung alder, til å bli

et normalfenomen hos sosiale og aktive ungdommer litt seinere i ungdomstiden (Pedersen, 2015).

Figur 8.2 viser at alkoholvanene endrer seg mye gjennom ungdomstiden. På ungdomsskolen er det svært få

³ <https://rusopplysningen.no/alkohol>

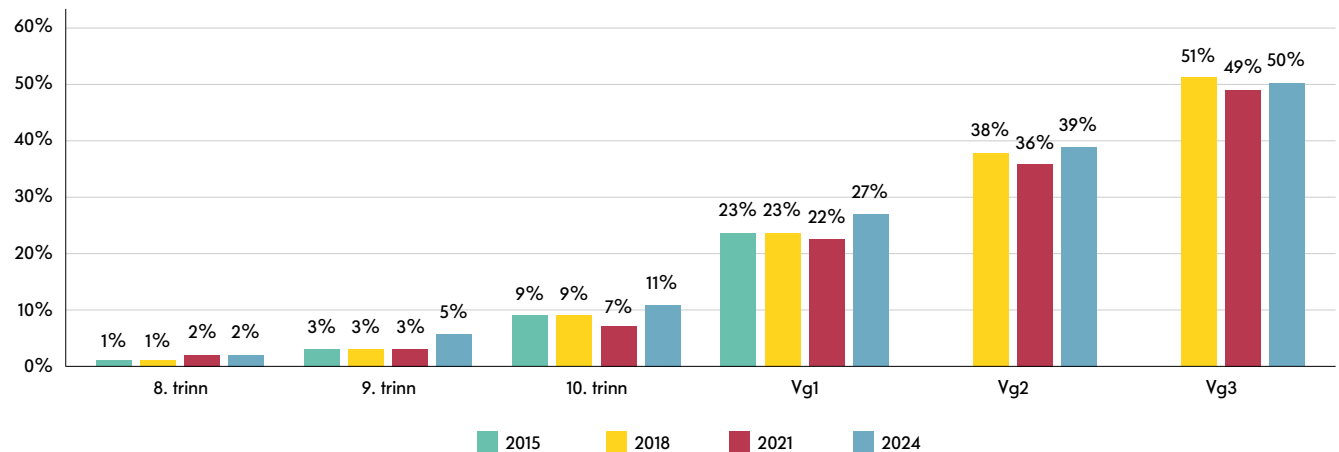
som drikker noe som helst alkohol, men i løpet av videregående blir dette mer og mer vanlig. Det er ingen store forskjeller i jenter og gutters alkoholbruk.

I landet som helhet har ungdoms alkoholbruk vært stabil det siste tiåret. Alkoholbruken gikk noe ned under pandemien, men har nå gått opp igjen, og i større grad blant jenter enn gutter (Bakken, 2024).

Den samme utviklingen ser vi i Telemark (figur 8.3). Det var en nedgang i alkoholbruken i pandemien (2021) på nesten alle klasstrinn, og deretter en økning fra 2021 til 2024. På alle klasstrinn bortsett fra Vg3 er det nå høyere alkoholbruk i 2024 enn i årene før pandemien. På videregående har økningen vært aller størst blant jenter, og for første gang er det en høyere andel jenter enn gutter på videregående som drikker minst månedlig.

Figur 8.3 Alkohol

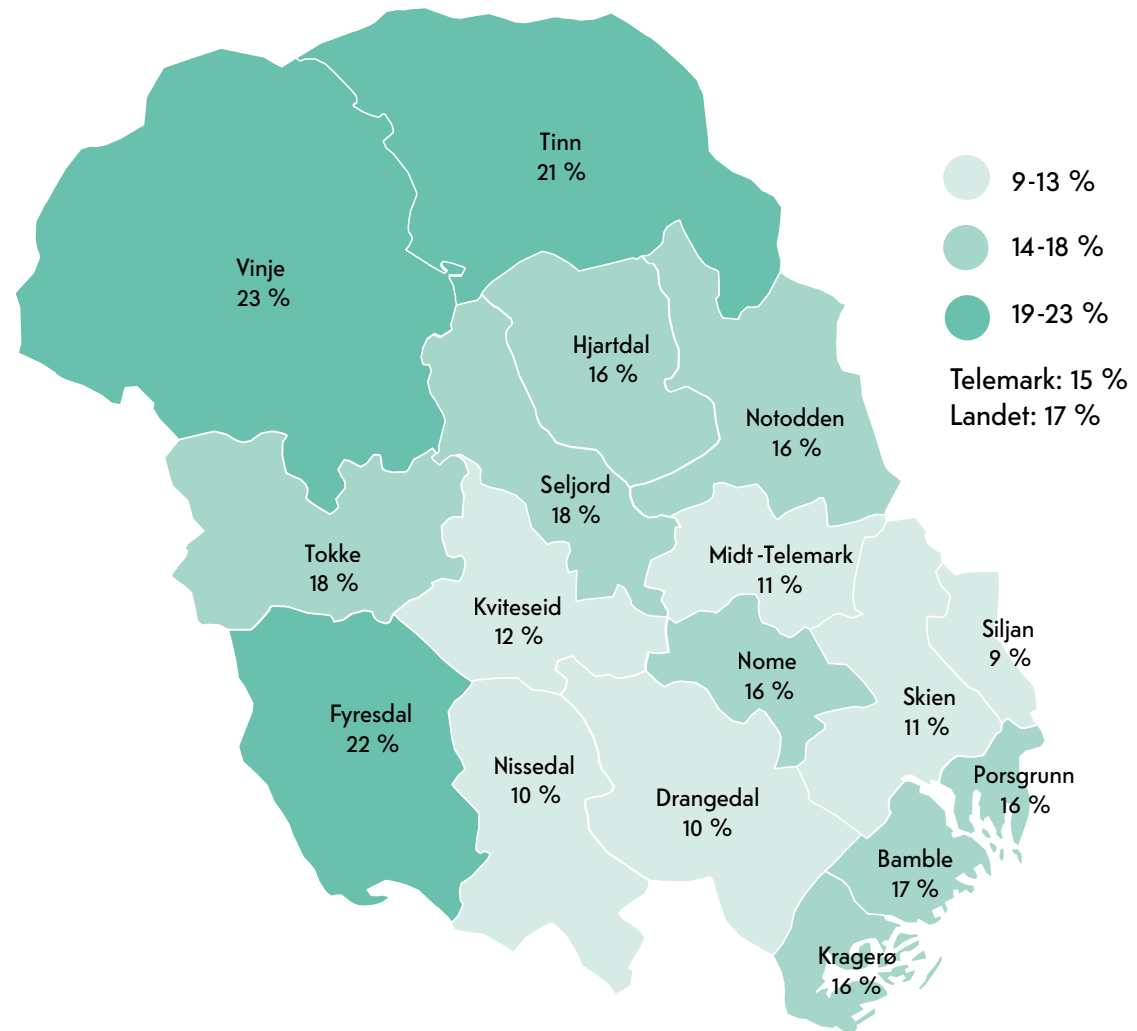
Prosentandel som drikker alkohol minst månedlig. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8.trinn-Vg3.



Selv om det er uvanlig å drikke alkohol på ungdomstrinnet, varierer andelen ungdomsskoleelever som drikker alkohol av og til eller oftere en del mellom kommunene (figur 8.4). Mens 9 % av ungdomsskoleelevene i Siljan svarer at de drikker alkohol av og til eller oftere, svarer 23 % av ungdomsskoleelevene i Vinje det samme.

Figur 8.4 Alkohol

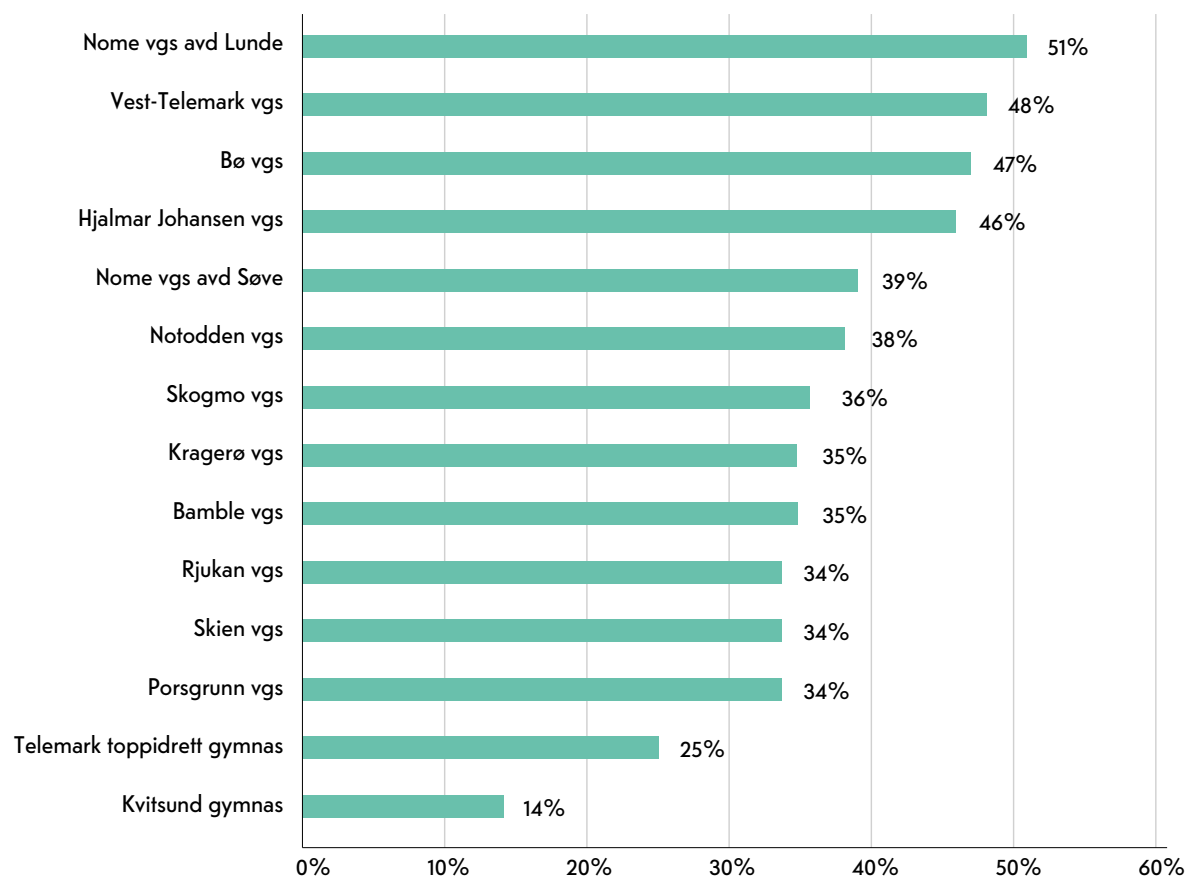
Prosentandel som drikker alkohol av og til eller oftere. Telemark 2024. 8.-10. trinn.



Ungdommenes alkoholbruk varierer også en del mellom de ulike videregående skolene i fylket (figur 8.5). Mens 14 % på Kvitsund gymnas svarer at de drikker månedlig eller oftere, gjelder det samme for 51 % ved Nome videregående skole, avdeling Lunde. I hele Telemark er det 37 % av elevene i videregående som svarer at de drikker alkohol månedlig eller oftere. Dette er lavere enn i landet totalt, hvor 42 % svarer dette.

Figur 8.5 Alkohol

Prosentandel som drikker alkohol månedlig eller oftere. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



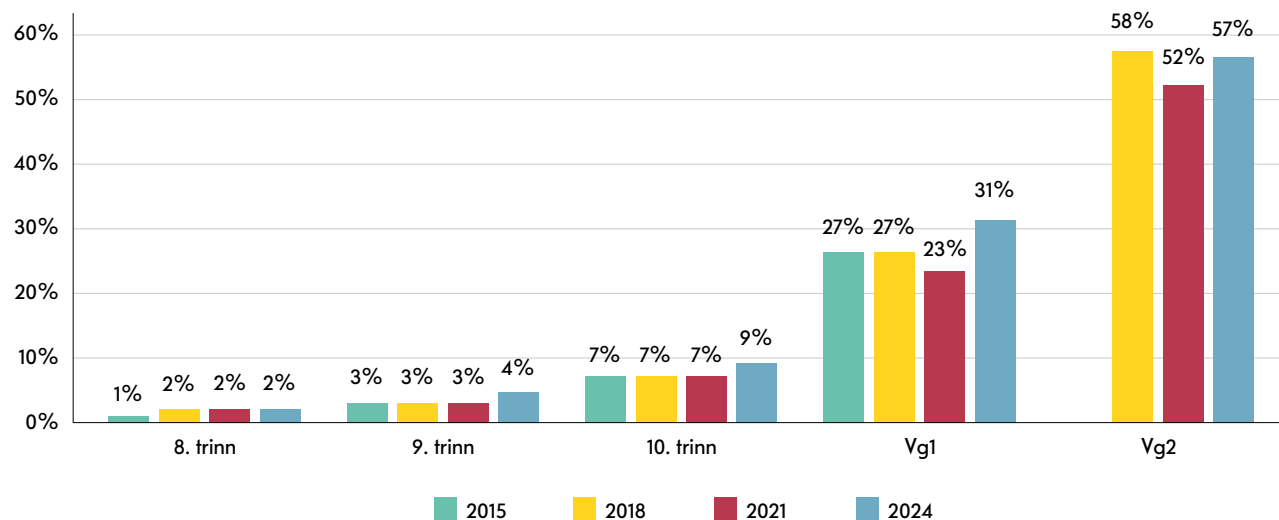
Foreldrenes rolle og holdninger til alkohol kan ha betydning for ungdommenes alkoholbruk (Bakken, 2021). Figur 8.6 viser at nesten ingen ungdomsskoleelever får lov til å drikke alkohol av foreldrene sine. På 10. trinn, Vg1 og Vg2 er det imidlertid langt flere som opplever at de får lov til å drikke alkohol, samtidig som andelen som svarer at de ikke vet om de får lov også øker.

Når vi sammenlikner med tidligere Ungdata-undersøkelser finner vi at andelen som svarer at de får lov til å drikke alkohol av foreldrene sine har gått litt opp på alle klassetrinn, bortsett fra 8. trinn i 2024-undersøkelsen. Dette sammenfaller med at ungdommenes faktiske alkoholbruk også har økt.

Kjøring i ruspåvirket tilstand setter både en selv og andre i fare. Når vi ser på hele ungdomsgruppen fra 8. trinn-Vg3 samlet, svarer 7 % at de minst én gang det siste året har vært passasjer i en bil der føreren har vært ruspåvirket. I 2021 svarte 5 % det samme. Andelen er lavest på ungdomstrinnet (4 %) og langt høyere på videregående (10 %). Andelen som har sittet på med ruspåvirket sjåfør minst én gang det siste året varierer mye mellom de videregående skolene (figur 8.7). Mens 5 % på Kragerø videregående svarer dette, gjør 19 % på Nome videregående skole, avdeling Søve det samme.

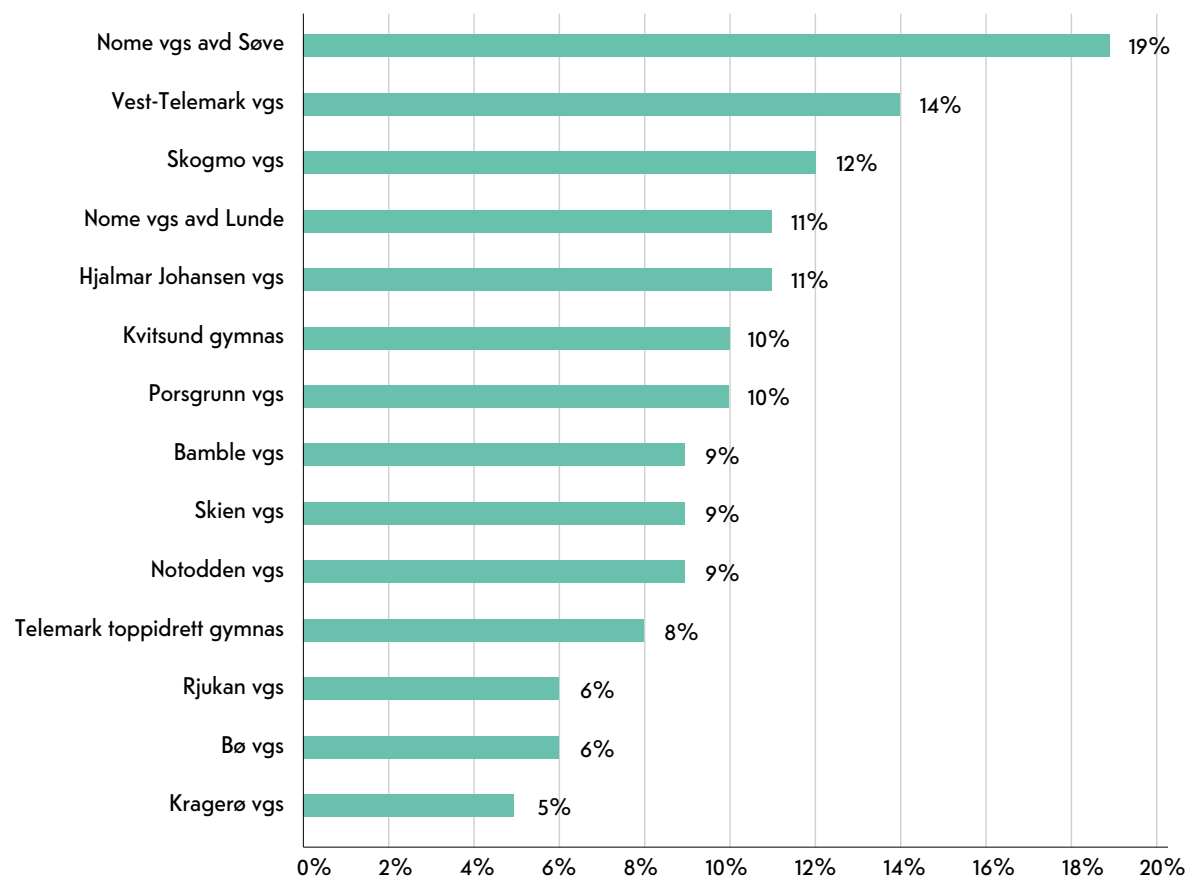
Figur 8.6 Alkoholregler

Prosentandel som får lov til å drikke alkohol av foreldrene sine. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg2.



Figur 8.7 Sittet på med ruspåvirket sjåfør

Prosentandel som har sittet på med ruspåvirket sjåfør minst én gang det siste året. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



Cannabis

Cannabis/hasj/marihuana er det mest brukte ulovlige rusmiddelet i Norge, også blant ungdom (Lund & Bye, 2022). Den europeiske skole-undersøkelsen ESPAD (The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) viser av cannabisbruken er lav i Norge sammenliknet med andre europeiske land, men de siste årene har Norge klatret oppover på lista (ESPAD, 2020).

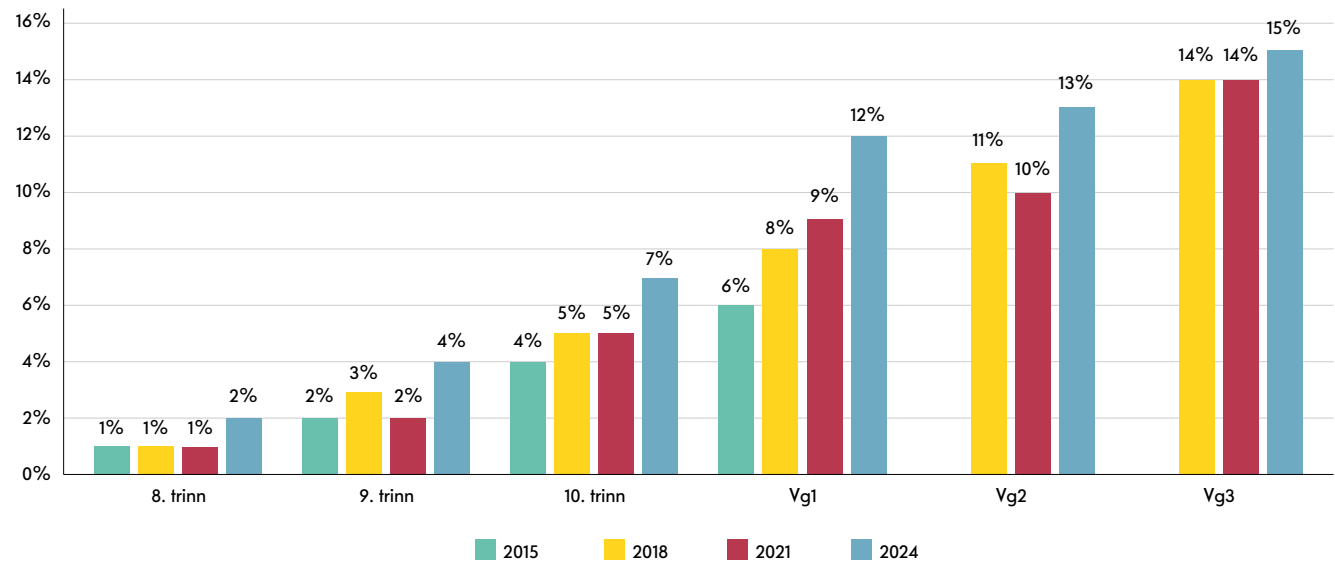
I Telemark svarer 4 % av elevene på ungdomsskolen og 13 % av elevene på videregående at de har brukt cannabis minst én gang det siste året. På ungdomstrinnet er tallet for landet som helhet det samme som i Telemark (4 %), mens på videregående er det en høyere andel i landet som helhet (18 %) enn i Telemark som har brukt cannabis minst én gang det siste året. De fleste har prøvd én gang eller noen få ganger.

Figur 8.8 viser prosentandelen som har brukt cannabis det siste året i de fire Ungdata-undersøkelsene som har vært gjennomført i Telemark, fordelt på klassetrinn. Bruken av cannabis øker betydelig i løpet av ungdomstiden. Mens 2 % av ungdommene på 8. trinn svarer at de har brukt cannabis minst én gang det siste året, svarer 15 % av elevene på Vg3 det samme.

Når vi sammenlikner undersøkelsene over tid ser vi økt bruk fra 2021 til 2024 på alle klassetrinn, og aller mest på Vg1 og Vg2. På ungdomsskolen er det ingen forskjeller i bruk av cannabis mellom gutter og jenter, og bruken har økt fra 2021 til 2024 hos begge kjønn. På videregående er det flere gutter enn jenter som har brukt cannabis minst én gang det siste året. Mens bruken har økt mest blant gutter på Vg1 er det jentene som står for økningen fra 2021 til 2024 på Vg2 og Vg3. De samme utviklingstrekkene som vi har beskrevet for Telemark ser vi også i de nasjonale Ungdata-tallene (Bakken, 2024).

Figur 8.8 Cannabis

Prosentandel som har brukt hasj minst én gang det siste året. Telemark 2015, 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



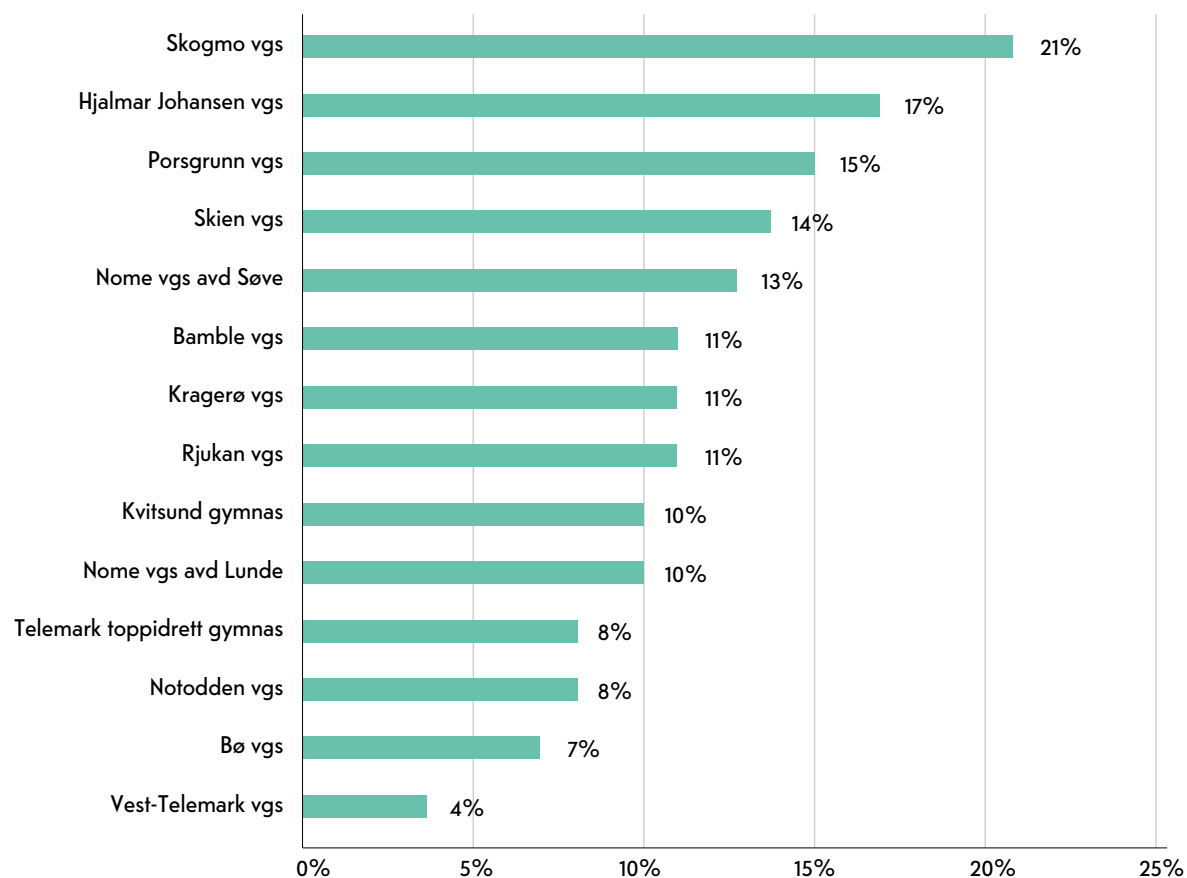
Figur 8.9 viser at andelen som har brukt cannabis minst én gang det siste året varierer en del mellom de videregående skolene i Telemark. Mens 4 % av ungdommene på Vest-Telemark videregående skule svarer at de har brukt cannabis, svarer 21 % av ungdommene på Skogmo videregående det samme.

Det er langt flere som svarer at de har blitt tilbudt cannabis enn som faktisk bruker det. Til sammen svarer 16 % av ungdomsskoleelevene og 33 % av elevene på videregående skole at de har blitt tilbudt cannabis minst én gang det siste året. Andelen ungdomsskoleelever som har blitt tilbudt cannabis har økt fra 7 % i 2015, til 12 % i 2018, til 13 % i 2021 og til 16 % i 2024. For ungdommene på videregående har andelen gått ned fra 30 % i 2018 til 28 % i 2021, før det har gått opp igjen til 33 % i 2024.

Legalisering og avkriminalisering av narkotika har vært mye debattert i Norge de siste årene, ikke minst i forbindelse med rusreformen som ble lansert i begynnelsen av 2021. På spørsmål om hvorvidt hasj og marihuana bør bli lovlige rusmidler i Norge svarer 25 % av guttene og 22 % av jentene på ungdomsskolen at de er helt eller delvis enig i dette. Det samme gjelder for 35 % av guttene og 27 % av jentene i videregående skole. Det er ingen store forskjeller i hvordan ungdomsskoleelevene svarte på dette spørsmålet i 2021 og 2024.

Figur 8.9 Cannabis

Prosentandel som har brukt cannabis det siste året. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



Blant elevene på videregående er det flere jenter og færre gutter i 2024 som mener at hasj og marihuana bør bli lovlige rusmidler i Norge når vi sammenlikner med undersøkelsen i 2021.

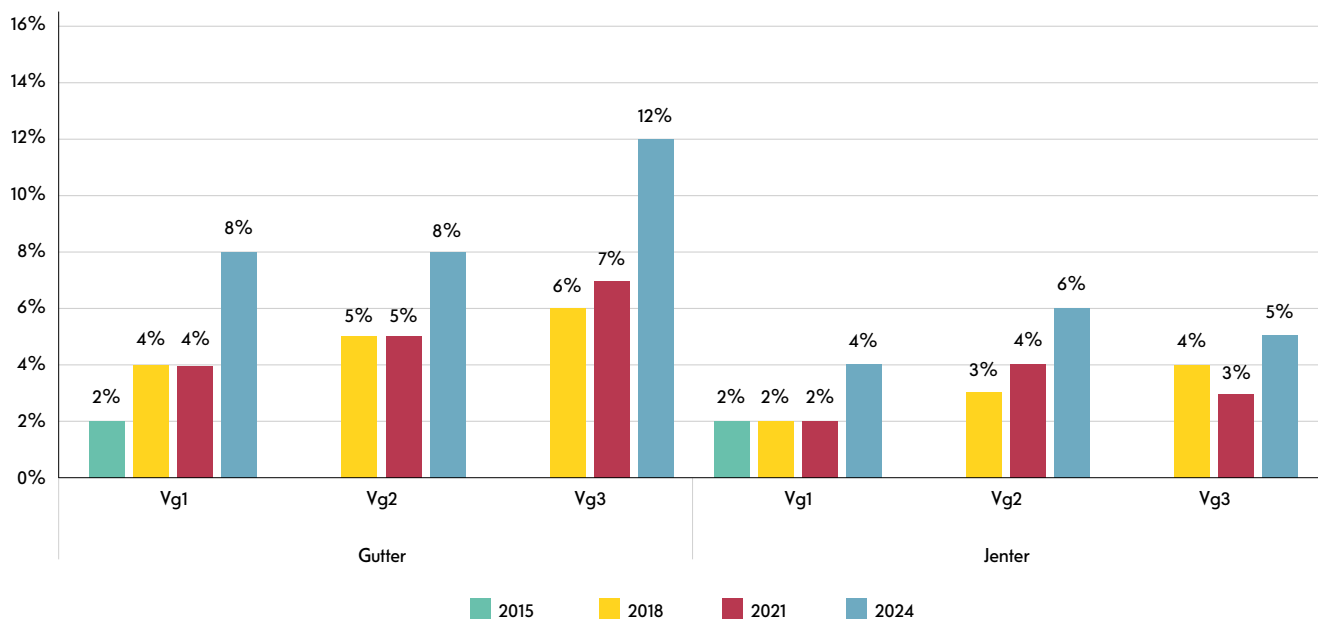
Kokain og andre narkotiske stoffer

I Ungdata er det spørsmål om man har brukt andre narkotiske stoffer enn cannabis det siste året. I 2024 svarer 4 % på ungdomsskolen og 7 % på videregående skole i Telemark at de har brukt andre narkotiske stoffer enn cannabis minst én gang det siste året. På ungdomstrinnet er dette en økning fra 2 % i 2021, mens på videregående er det en økning fra 4 % i 2018 og 2021.

Figur 8.10 viser prosentandelen på videregående som har brukt andre narkotiske stoffer minst én gang det siste året, fordelt på klassetrinn og kjønn. Det er flere gutter enn jenter som bruker andre narkotiske stoffer, og bruken øker med alder for guttene, mens den er ganske stabil for jentene. På alle klassetrinn har bruken økt fra 2021 til 2024. Tallene for Telemark er litt lavere enn for landet som helhet.

Figur 8.10 Andre narkotiske stoffer

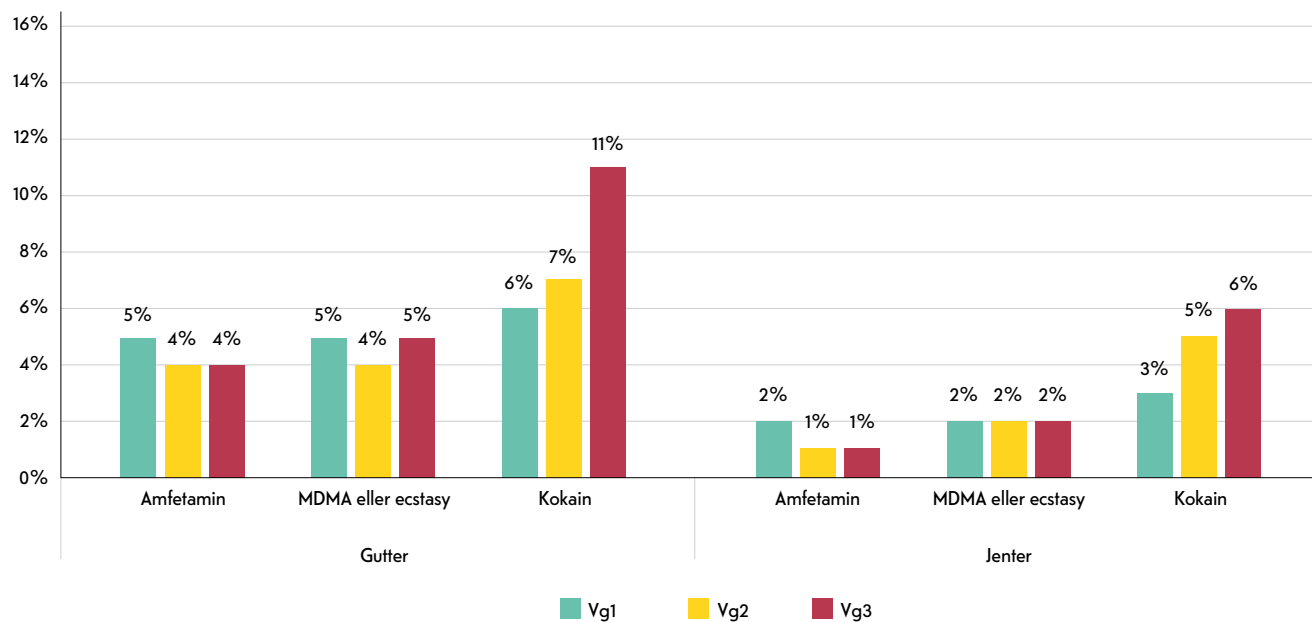
Prosentandel som har brukt andre narkotiske stoffer minst én gang det siste året. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



Elever på videregående har også fått spørsmål om bruk av ulike typer narkotiske stoffer mer konkret. I figur 8.11 ser vi at det er lite bruk generelt, men at det er MDMA og kokain det brukes mest av. Samlet sett svarer 6 % av elevene på videregående skole at de har brukt kokain én eller flere ganger. Omfanget er høyest blant gutter på Vg3 der 11 % svarer at de har brukt kokain én eller flere ganger. Bruken av noen av disse stoffene spurte vi også om i 2018. For MDMA og syntetiske rusmidler finner vi ingen endring i totalbruken, mens bruk av amfetamin har gått opp med et prosentpoeng totalt. Bruk av kokain spurte vi om for første gang i 2024.

Figur 8.11 Andre narkotiske stoffer

Prosentandel som én eller flere ganger har brukt ulike typer narkotiske stoffer. Telemark 2024. Vg1-Vg3.



Figur 8.12 viser at bruken av kokain varierer mye mellom de videregående skolene, fra 0 % på Vest-Telemark videregående skule og Kvitsund gymnas til 10 % på Hjalmar Johansen videregående skole og Skogmo videregående skole.

Figur 8.12 Kokain

Prosentandel som har brukt kokain én eller flere ganger. Telemark 2024. Vg1-Vg3.

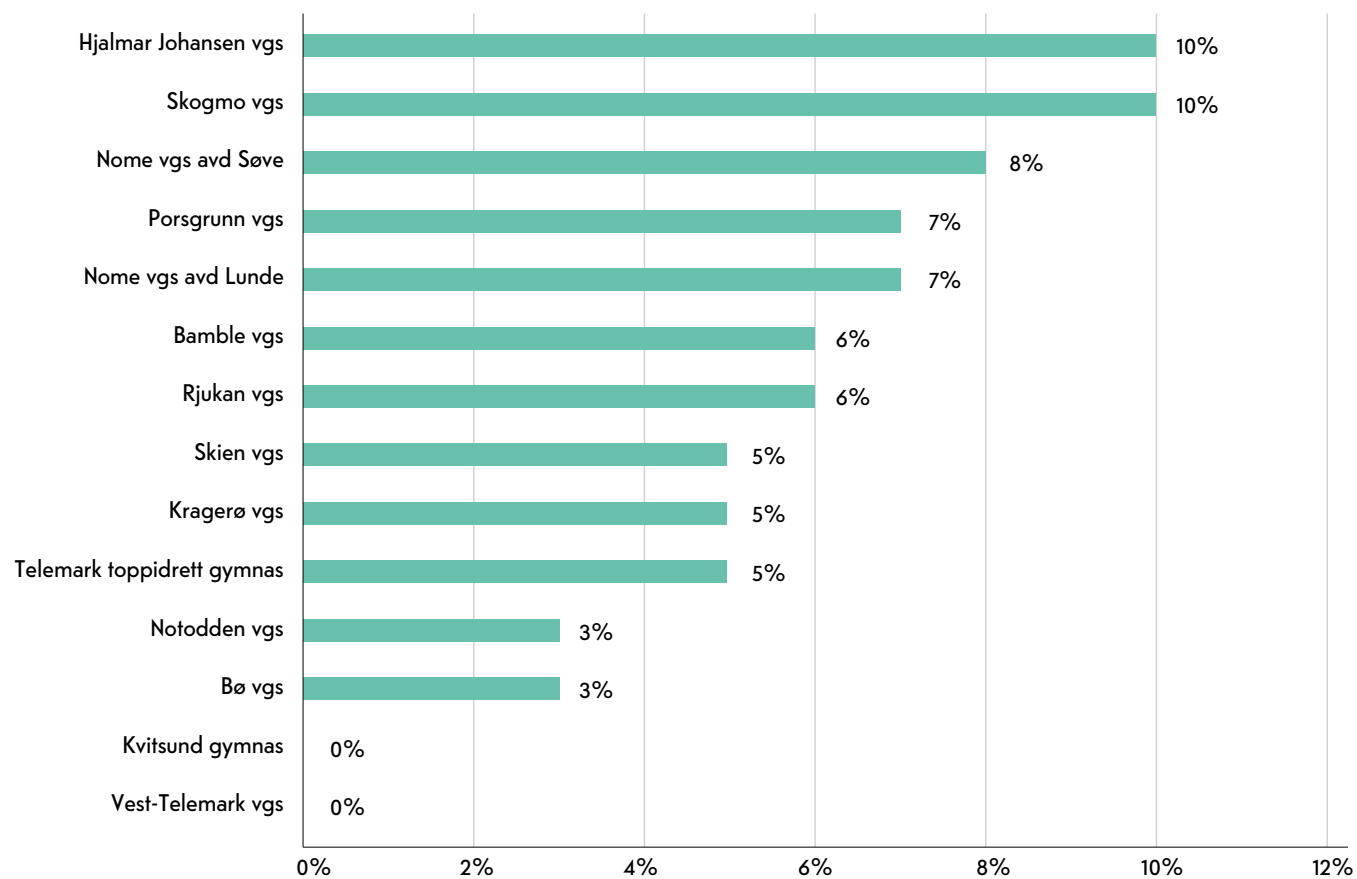






Foto: Unsplash

9. Risikoadfærd

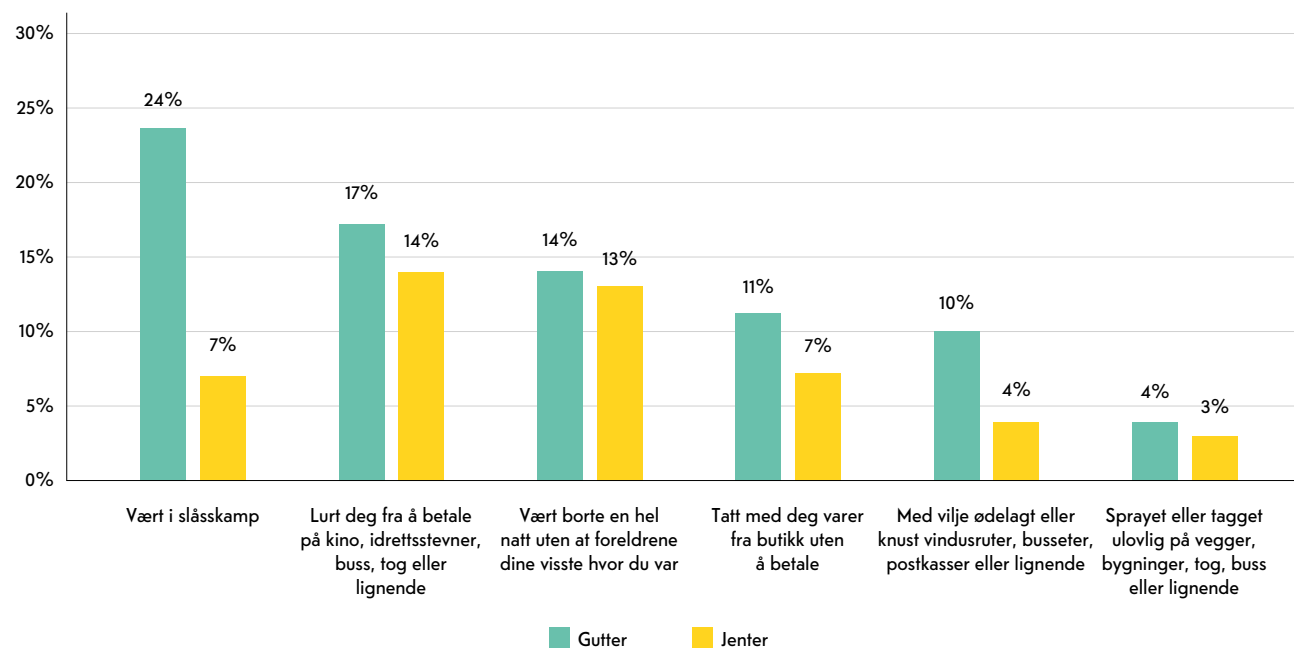
Regelbrudd

Etter en nokså kraftig økning i ungdomskriminaliteten gjennom store deler av etterkrigstiden gikk omfanget av lovbrudd ned etter årtusenskiftet, og ifølge Ungdata har omfanget av vold blant elever på ungdomsskolen og videregående skole holdt seg relativt stabilt det siste tiåret. Det er et fåtall av ungdom som deltar i de alvorligste regelbruddene (Bakken, 2024).

I Ungdata blir ungdom spurt om de i løpet av det siste året har vært med på noen utvalgte former for regelbrudd av varierende alvorlighetsgrad. Figur 9.1 viser at det er en god del vanligere at gutter begår ulike regelbrudd enn jenter. Blant gutter er det vanligst å ha vært i slåsskamp. Blant jenter er det vanligste regelbruddet å ikke ha betalt for kollektivtransport, kino eller liknende.

Figur 9.1 Regelbrudd

Prosentandel gutter og jenter involvert i ulike former for regelbrudd minst én gang det siste året. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



Figur 9.2 viser hvordan ungdom har svart på spørsmålene om lov- og regelbruddene i de tre siste Ungdata-undersøkelsene. Tallene for 2024 viser at andelen som svarer at de har deltatt i ulike regelbrudd generelt har gått ned eller er stabile sammenliknet med 2021, med unntak av andelen som har nasket i butikker som har gått litt opp. For eksempel er andelen som har vært i slåsskamp lavere enn i tidligere Ungdata-undersøkelser, og andelen som sniker (på bussen eller liknende) har gått kraftig ned sammenliknet med 2021.

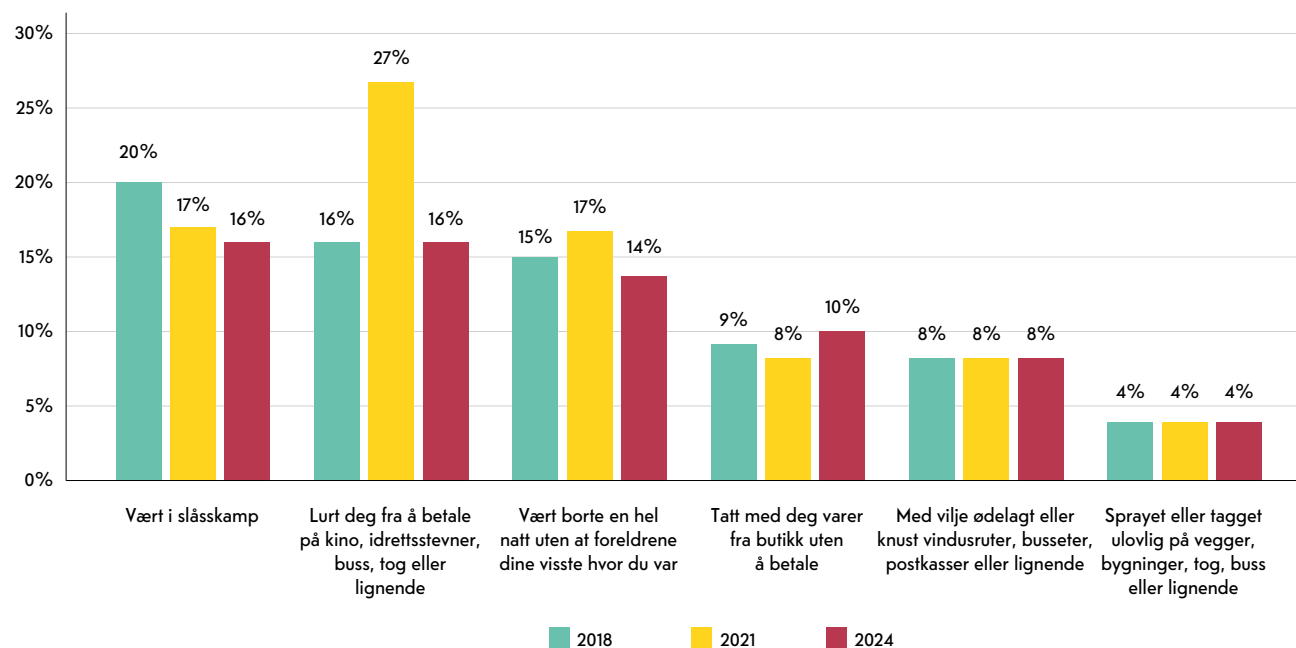
Utsatt for vold

I Ungdata spør vi om vold fra jevnaldrende: om man har blitt utsatt for slag, spark, lugging eller lignende fra andre ungdom, og om man har blitt truet, angrepet eller ranet med gjenstander eller våpen. De nasjonale Ungdata-tallene viser en viss økning i andelen som rapporterer å ha vært utsatt for ungdomsvold de siste par årene (Bakken, 2024).

Resultatene fra Telemark viser at 22 % av ungdommene har blitt slått, sparket, ristet hardt, lugget eller lignende av andre ungdommer det siste året. 6 % svarer at de har blitt truet, angrepet eller ranet av en ungdom med gjenstand eller våpen. Dette er en økning fra henholdsvis 21 % og 4 % i 2021. Økningen ser vi hos både gutter og jenter, og på både ungdomstrinnet og videregående.

Figur 9.2 Regelbrudd

Prosentandel involvert i ulike former for regelbrudd minst én gang det siste året. Telemark 2018, 2021 og 2024. 8. trinn-Vg3.



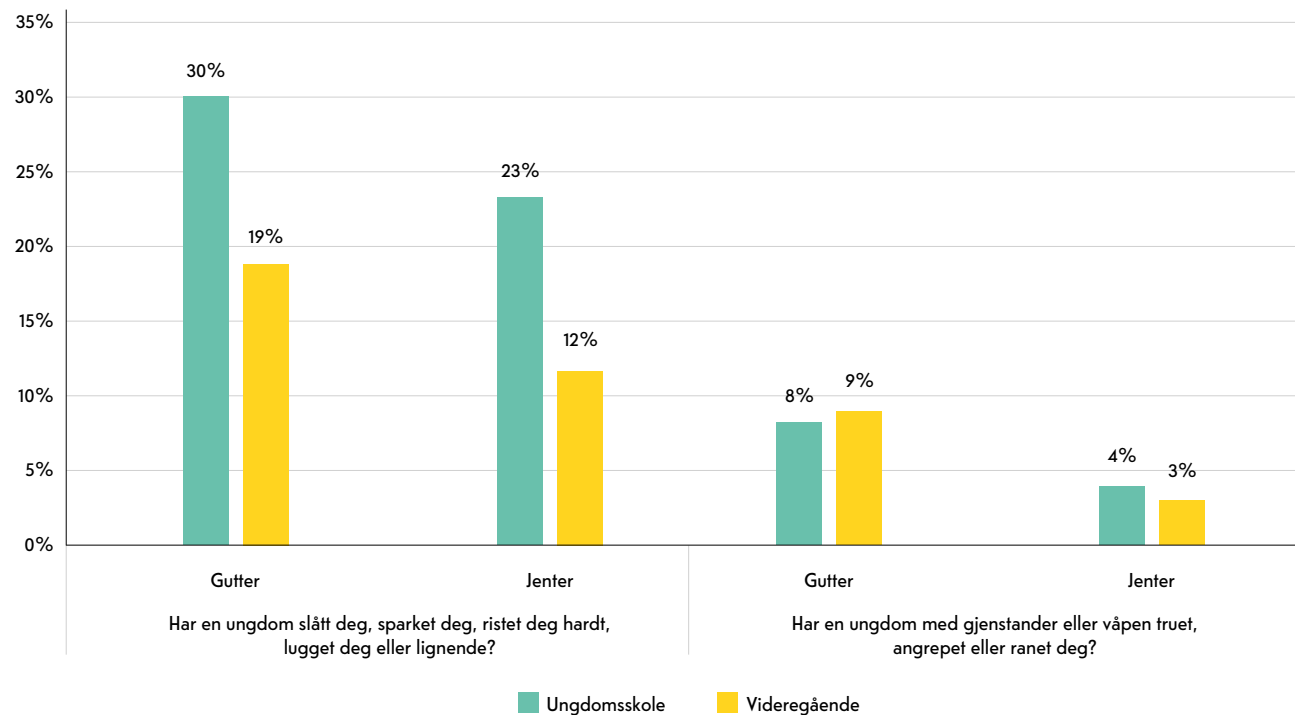
Figur 9.3 viser at omfanget av å ha blitt utsatt for slik vold er høyere blant gutter enn jenter, og vanligst blant de yngste, med unntak av å ha blitt truet, eller ranet med gjenstand eller våpen, som er litt høyere blant gutter på videregående enn på ungdomsskolen. Tallene for Telemark er på samme nivå som de nasjonale Ungdata-tallene.

Seksuell trakassering og nakenbilder

Seksuell trakassering handler om uønsket seksuell oppmerksomhet rettet mot kjønn, kropp og/eller seksualitet, der en av partene opplever det som ugreit. Ungdata kartlegger verbale former for trakassering, uønsket deling av nakenbilder eller -filmer, negativ seksuell ryktespredning og uønsket beføling. For å avgrense trakassering fra legitime former for seksuell kontakt er spørsmålene formulert slik at de fanger opp handlinger som har skjedd mot de unges vilje, eller at det har skjedd på en negativ og/eller sårende måte, som de ikke likte (Bakken, 2024).

Figur 9.3 Vold

Prosentandel gutter og jenter som har blitt utsatt for vold fra andre ungdom minst én gang det siste året. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



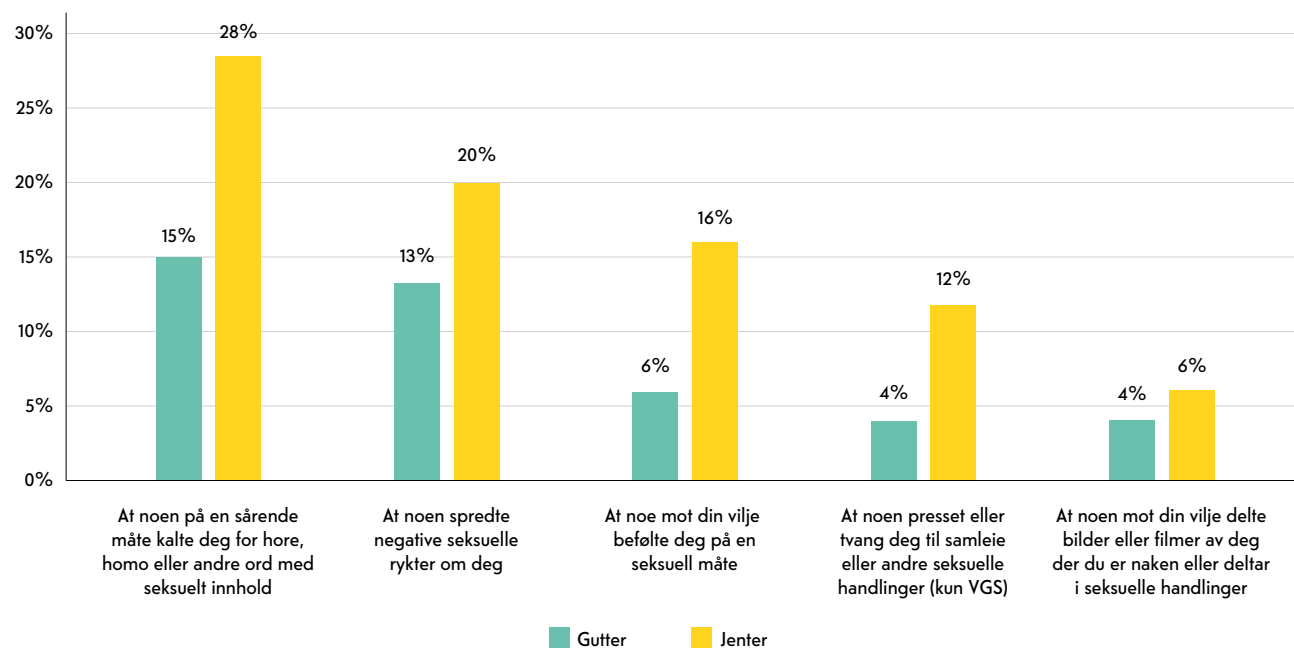
Figur 9.4 viser at det er vanligst å oppleve å bli kalt ting med seksuelt innhold, etterfulgt av negativ seksuell ryktespredning. Det er langt flere jenter enn gutter som opplever ulike former for seksuell trakassering. Bildedeling mot egen vilje og spredning av negative seksuelle rykter er like vanlig på ungdomsskolen som på videregående skole, mens beføling er mer vanlig på videregående, og det å oppleve å bli kalt ting med seksuelt innhold er mer vanlig på ungdomsskolen.

Vi stilte de samme spørsmålene i Ungdata-undersøkelsen i 2021, og det er små endringer i hvordan ungdommene svarer på disse spørsmålene fra 2021 til 2024. Vi ser at omfanget av ulike typer seksuell trakassering har økt med rundt ett prosentpoeng hos guttene, mens den har blitt redusert med rundt ett prosentpoeng hos jentene.

Ungdom på videregående blir også spurt om noen har presset eller tvunget dem til samleie eller andre seksuelle handlinger i løpet av det siste året. 12 % av jentene og 4 % av guttene svarte at dette hadde skjedd. Dette er en liten økning fra 2021 da 11 % av jentene og 3 % av guttene svarte det samme. Tallene er spesielt alvorlige, da dette i mange tilfeller vil kunne omfatte seksuelle overgrep.

Figur 9.4 Seksuell trakassering

Prosentandel gutter og jenter som det siste året har blitt utsatt for ulike typer seksuell trakassering. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



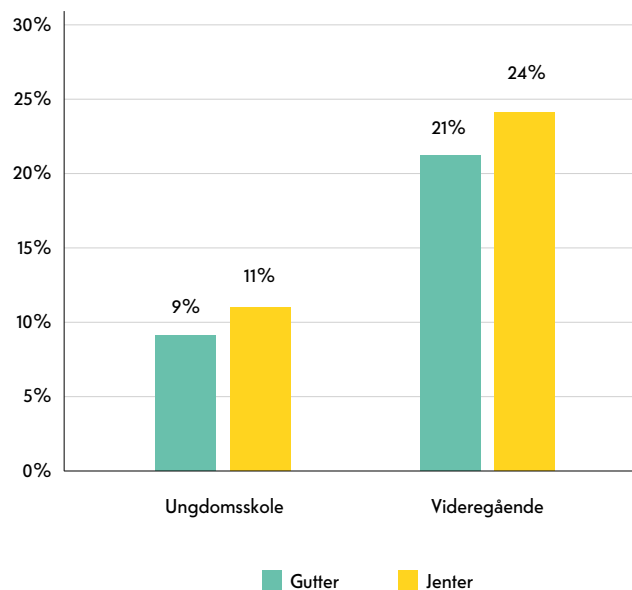
For første gang har vi spurt om man har sendt nakenbilder eller -film av seg selv, og hvis ja, om man har følt seg presset til å gjøre det, eller mottatt gaver eller andre goder dersom man har gjort det.

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 (Eik-Åheim, Momrak & Gulløy, 2021). Til sammen svarer 14 % av guttene og 17 % av jentene at de har gjort dette minst én gang det siste året. Figur 9.5 viser at dette er langt vanligere på videregående enn på ungdomsskolen.

De som har svart at de har sendt bilder eller film av seg selv naken eller delvis naken har også fått spørsmål om de har følt seg presset til å gjøre det. Til sammen svarer 15 % av guttene og 38 % av jentene at de følte seg litt eller veldig presset. Andelen som følte seg presset til å sende nakenbilde eller -film er nesten dobbelt så høy på ungdomsskolen som på videregående. Blant de som har sendt nakenbilde eller -film av seg selv, svarer 19 % av guttene og 18 % av jentene at de har mottatt gaver, penger eller andre goder fordi de sendte bilder eller film av seg selv helt eller delvis naken.

Figur 9.5 Nakenbilder

Prosentandel gutter og jenter som det siste året har sendt bilder eller film av seg selv hvor de er helt eller delvis naken til noen. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



Selvskading og forsøk på selvmord

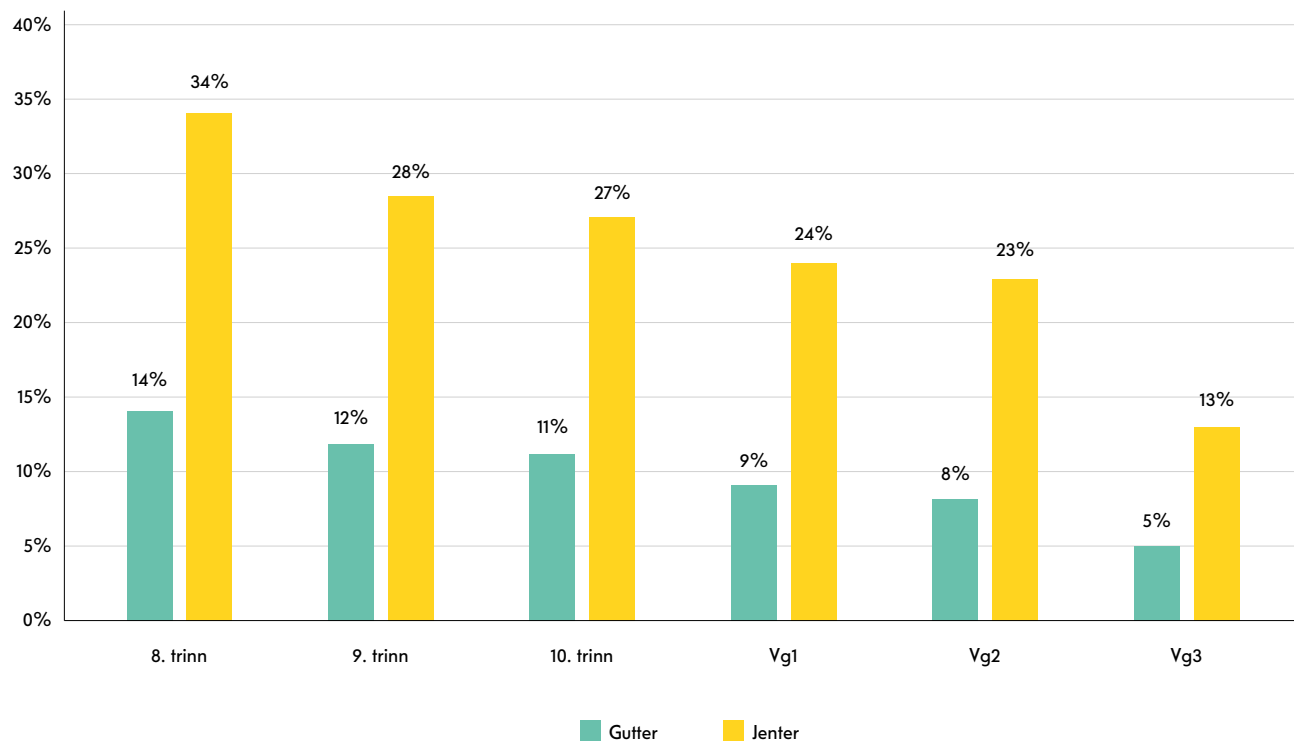
Vi har spurt ungdommene i Telemark om de i løpet av de siste 12 månedene har skadet seg selv med vilje, om de har tenkt på å ta sitt eget liv og om de har forsøkt å ta sitt eget liv.

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. Ut fra forskning og kliniske erfaringer er det i dag vanlig å forstå selvskading som forsøk på å regulere og lindre intense og smertefulle følelser (Mehlum & Holseth, 2009).

Til sammen svarer 11 % av guttene og 25 % av jentene at de har skadet seg selv med vilje minst én gang det siste året. Omfanget av selvskading er stabilt fra 2021 til 2024. Figur 9.6 viser at selvskading er vanligst på ungdomsskolen, og gradvis blir mindre utbredt i løpet av videregående.

Figur 9.6 Selvskading

Prosentandel gutter og jenter som har skadet seg selv med vilje uten ønske om å dø minst én gang det siste året. Telemark 2024. 8. trinn-Vg3.



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).

19 % av guttene og 29 % av jentene i Telemark svarer at de har tenkt på å ta sitt eget liv. 4 % av guttene og 6 % av jentene svarer at de har forsøkt å ta sitt eget liv det siste året. Tallene er stabile fra 2021 til 2024. På samme måte som med selvskading synker andelen som svarer at de har forsøkt å ta sitt eget liv med alderen.

Blant de som har forsøkt å ta sitt eget liv svarer 33 % av guttene og 32 % av jentene at de har bedt om hjelp i etterkant. Det er ingen endring i andelen jenter som har bedt om hjelp fra 2021 til 2024, men andelen gutter som har bedt om hjelp har økt fra 23 % til 33 %.



Del 2. Dypdykk

10. Digital fritid og livskvalitet

Skrevet av: Lars Bauger og Thomas Tjelta, Universitetet i Sørøst-Norge

Innledning

I de seneste årene har det vært en stor diskusjon i forskningen, samt samfunnet ellers, om betydningen av den digitale utviklingen og hvilke muligheter og utfordringer teknologibruk kan ha. Barn og medier-undersøkelsen tyder på at de aller fleste 9-18 åringer har egen mobiltelefon (Medietilsynet, 2024), og at digitale enheter er sentralt i de fleste barn og unges hverdagsliv (Rustad et al., 2024). Et offentlig utvalg (Skjermbrukutvalget) skal se på konsekvenser av barn og unges skjermbruk i Norge og foreslå tiltak. Til nå har utvalget kommet med temanotater som oppsummerer kunnskapen om konsekvenser av skjerm i skolen (Skjermbrukutvalget, 2023a) og konsekvenser av skjermbruk for de yngste barna (Skjermbrukutvalget, 2023b), mens den endelige anbefalinger overleveres kunnskapsdepartementet høsten 2024. Basert på blant annet Skjermbrukutvalgets arbeid kom Utdanningsdirektoratet med nasjonale anbefalinger om mobilfri barne- ungdoms- og videregående skole (Utdanningsdirektoratet, 2024), en anbefaling som mange norske skoler innførte ved skolestart denne høsten.

Mange har også vært interessert i betydningen av hva barn og unge gjør på digitale medier utenom skoletiden, og

hvilken sammenheng dette har for deres psykiske helse og livskvalitet. Innenfor forskningsverden har flere ropt varsku for den negative utviklingen i barn og unges psykiske helse siden 2010-tallet, og flere kobler den parallelle fremveksten av smarttelefoner og sosiale medier som syndebukken (Haidt, 2024; Twenge et al., 2018, 2020). En av de som er mest tydelig i sin bekymring er den amerikanske psykologiprofessoren Jonathan Haidt, som i sin nyeste bok kaller utviklingen den store omprogrammeringen av barndommen. Tilsvarende bekymring har kommet i Norge denne høsten med boken «Skjerm barna» som er dedikert alle norske partiledere (Lunde, 2024). Forklaringer på en slik negativ sammenheng samles gjerne under fortrenings- og/eller forstyrrelshypotesen (Kushlev & Leitao, 2020), i tillegg til at det skilles mellom passiv og aktivt digital fritid. Fortreningshypotesen omhandler at mer tid på skjerm innebærer mindre tid på andre aktiviteter som kan være positivt for psykisk helse. Forstyrrelshypotesen handler om at skjermen forstyrrer oss i mulig meningsfulle aktiviteter. Et eksempel på dette er 'phubbing' (sammensatt av de engelske ordene 'phone' og 'snubbing') hvor man har mer fokus på mobiltelefonen enn de(n) personen(e) man er i en ansikt-til-ansikt interaksjon med (Capilla Garrido et al., 2021). Når det kommer til hva man bruker skjerm til,

argumenterer noen for at passiv bruk i form av «scrolling» og aktivt bruk i form av kommunisering med andre og publisering av innhold, har motsatte sammenhenger med unges psykiske helse (Lüders, 2024; Valkenburg, 2022).

Det finnes også andre stemmer i debatten som kritiserer Haidt med flere for å overdrive effekten og til dels forveksle sammenheng med kausalitet når det kommer til skjermbruk (Odgers, 2024). For eksempel fant en norsk studie som fulgte barn fra de var 10 til de var 16 år, ingen sammenheng mellom tid brukt på sosiale medier og psykisk uhelse (angst og depresjon) ved et senere tidspunkt (Steinsbekk et al., 2023). Andre eksempler viser til og med en positiv sammenheng mellom skjermbruk og livskvalitet når man tok høyde for familie og skolerelaterte faktorer (Milosevic et al., 2024), noe som påpeker viktigheten av å se den digitale fritiden i en større sammenheng. I systematiske gjennomganger som prøver å oppsummere all forskning konkluderer noen med at resultatene spriker (Valkenburg, 2022) og at sammenhengen mellom skjermbruk og psykisk helse er liten til middels, men signifikant (Santos et al., 2023).

En av grunnene til de forskjellige resultatene kan være at mange studier kun ser på generell tidsbruk på skjerm, eventuelt inkluderer tid på enkeltaktiviteter på skjerm, uten å se aktivitetene i sammenheng eller hvem ungdommene gjennomfører aktivitetene sammen med. Undersøkelser som favner dette vil i større grad fange opp ulike former for skjermbruk og hvordan disse kan påvirke barn og unges psykiske helse og livskvalitet.

I dette dypdykket vil vi undersøke ulike former for skjermbruk eller digitale aktiviteter og i hvilken grad ungdommene gjennomfører disse sammen med andre. I våre analyser beskriver vi først de forskjellige mønstrene i ungdoms digitale fritidsaktiviteter, for deretter å utforske i hvilken grad disse mønstrene henger sammen med barn og unges livskvalitet.⁴ En tilsvarende analyse har tidligere blitt gjort på 10-13 åringer (Bauger et al., 2023), men vi er ikke kjent med at tilsvarende har blitt gjort på data blant ungdommer i ungdomsskolen og på videregående skole.

Problemstilling

Problemstillingen for dette dypdykket er:

1. Hvilke forskjellige mønstre finnes det i ungdommers digitale fritidsbruk?
 - a. Hvor mange kan identifiseres og hva kjennetegner disse mønstrene?
2. Hvilken sammenheng er det mellom digitale bruksmønstre og ungdommenes selvrapporterte livskvalitet?
 - a. I hvilken grad spiller kjønn, alder, sosioøkonomisk status og sosiale relasjoner inn på disse sammenhengene?

Data og metode

Deltakere

Utvalget vårt består av deltakerne fra Ungdata-undersøkelsen i Vestfold og i Telemark 2024 som svarte på spørsmålene om digital fritidsbruk og sosiale relasjoner. Totalt inkluderer dette 19 087 ungdommer, 11 054 i Vestfold og 8 033 i Telemark. Andelen jenter og gutter er relativt jevnt fordelt, men en overvekt av ungdommene er ungdomsskoleelever (54 %). I analysene er også alle ungdommene fordelt i tre sosioøkonomiske grupper: Lav, middels eller høy sosioøkonomisk status.⁵

Mål på digital fritidsbruk og sosiale relasjoner

Totalt åtte av spørsmålene fra Ungdata-undersøkelsen ble benyttet som indikatorer på digital fritidsbruk og sosialt samvær med venner (fysisk og digitalt). Fem av disse omhandlet hvor mye tid ungdommene brukte daglig på: (1) å se på TV, (2) å se på filmer/serier/Youtube, (3) å spille dataspill/TV-spill, (4) å spille på telefon/nettbrett, og (5) sosiale medier (SOME). I tillegg inkluderte vi spørsmålene om i hvor stor grad de gjorde disse aktivitetene med andre. Dette inkluderte spørsmålene om hvor ofte de siste syv dagene de hadde: (6) spilt online spill med venner og (7) vært sosial på nett eller på mobil størstedelen av kvelden. For også å fange opp eventuelle variasjoner i ansikt-til-ansikt samvær inkluderte vi også et spørsmål om (8) hvor

⁴ Her forstått som subjektiv livskvalitet målt med spørsmålet: Tenk deg en skala som går 0 til 10. Toppen av skalaen (10) står for det best mulige livet for deg og nederst (0) er det verst mulig livet for deg. Generelt sett, hvor står du på denne skalaen nå for tiden?

⁵ I 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 har vi delt ungdommene i tre grupper: lav sosioøkonomisk status, middels sosioøkonomisk status og høy sosioøkonomisk status

ofte de siste syv dagene ungdommene hadde vært sammen med venner hjemme eller hos andre.

I spørreskjemaet er spørsmål om tidsbruk på forskjellige skjermaktiviteter opprinnelig satt opp med syv svaralternativer som går fra ingenting til 4 timer eller mer hver dag. For å gjøre det enklere å beskrive eventuelle forskjeller i digitale fritidsmønstre (Weller et al., 2020), valgte vi å slå sammen flere av disse alternativene slik at vi fikk en tredeling av tidsbruken: en time eller mindre, mellom en og tre timer, og mer enn tre timer.

Analyse

For å utforske og identifisere forskjellige mønstre i digital fritidsbruk har vi benyttet oss av latent class analysis (LCA) (McCutcheon, 1987). Dette er en statistisk metode som brukes for å utforske i hvilken grad det er mulig og meningsfullt å gruppere deltakere, i vårt tilfelle ungdommene, med utgangspunkt i hvordan de har svart på tvers av forskjellige spørsmål (i vårt tilfelle de åtte spørsmålene beskrevet ovenfor). Deltakerne plasseres altså i gruppe sammen med andre som deler noenlunde samme digitale fritidsvaner. For å hjelpe oss å bedømme hvor mange grupper det var meningsfullt og mulig å identifisere blant ungdommene, ble flere modeller kjørt hvor vi suksessivt tillot flere grupper (opptil ti grupper). Vi brukte flere statistiske kriterier (BIC, AIC, gruppestørrelse,

Entropi), samt hva som var mulig å fortolke med tanke på å beskrive mønstrene i gruppene.

Resultater

Hvilke kvalitativt forskjellige mønstre finnes det i ungdommers digitale fritidsbruk?

I våre analyser var det modellen med fem kvalitativt forskjellige mønstre som best representerte variasjonen i ungdommens digitale fritidsaktiviteter. To av disse fem gruppene kjennetegnes av at ungdommene bruker mye tid på skjerm (enten på gaming eller sosiale medier), i to grupper har de en relativ moderat tidsbruk på skjerm (hvor gaming eller sosiale medier var mest fremtredende), mens den siste gruppa hadde veldig lite skjermbruk. Det kan være vanskelig å få overblikk over hva som skiller disse gruppene med tanke på skjermbruk og vi har derfor illustrert dette i figur 10.1⁶. I tillegg har vi lagd en gruppebeskrivelse for hver av gruppene.

Gruppe 1 - «Sosiale medier entusiastene» (15 % av ungdommene): Denne gruppen er preget av en svært høy bruk av sosiale medier, hvor nesten alle (90 %) bruker sosiale medier tre timer eller mer daglig. De bruker lite tid på gaming; 84% av gruppen oppgir å gjøre dette en time eller mindre daglig. TV-titting er også begrenset, 44 % ser på TV i en time eller mindre. Når det gjelder YouTube, ser 37 % av gruppen på videoer i tre timer eller mer. Mobilspill er ikke like populært, med 48 % som spiller en time eller mindre. Online gaming med venner er sjeldent, da 72 % bruker en time eller mindre på dette. Disse ungdommene er også mye sammen med venner fysisk og digitalt, med en stor andel som har vært to kvelder eller mer sammen med venner fysisk den siste uken. Sammenlignet med de andre gruppene er disse ungdommene oftest sosiale på nett og mobil, med 67 % som er det 6 ganger eller mer den siste uken.

Gruppe 2 – «Balanserte gamere» (25 % av ungdommene): Denne gruppen har en mer variert bruk av sosiale medier, hvor halvparten bruker en til tre timer daglig, 21 % bruker tre timer eller mer, mens 30 % bruker mindre enn 1 time. Gaming er en viktig aktivitet for mange i denne gruppen, med 75 % som spiller spill mellom en og tre timer daglig. De ser lite på TV, med 78 % som ser på TV en time eller mindre, mens YouTube-bruken er moderat, med 55 % som ser på videoer i en til tre timer. Mobilspill spilles mest i

6 Informasjonen i tabell-format kan dere finne i digitalt supplement <https://usn.figshare.com/>

korte perioder, med 72 % som bruker en time eller mindre på dette. Når det gjelder online gaming med venner, har 64 % gjort det 2-5 ganger, mens 21 % har spilt online 6 ganger eller mer den siste uken. Sosialt samvær med venner varierer, hvor 25% tilbringer én kveld, mens en større andel (40 %) tilbringer 2-5 kvelder sammen med venner i uken. Sosiale interaksjoner på nett og mobil skjer ofte og nesten halvparten gjør det 2-5 kvelder i uken, mens 30 % gjør det tilnærmet hver dag i uken.

Gruppe 3 - «Sosiale skjermbrukere» (34 % av ungdommene): Medlemmer av denne gruppen bruker mye tid på sosiale medier, men lite annen skjermbruk. Blant ungdommene bruker 53 % én til tre timer daglig, mens 43 % bruker 3 timer eller mer på sosiale medier hver dag. De har en svært begrenset tid brukt på gaming; 100% som spiller en time eller mindre. TV-titting er også begrenset, med 83 % som ser på TV en time eller mindre daglig. YouTube-bruken er hovedsakelig kortvarig, med 59 % som ser videoer i en time eller mindre. Mobilspill spilles mest i korte økter, med 89 % som bruker en time eller mindre på dette. Online gaming med venner er sjeldent; 81% har ikke gjort dette den siste uken. Disse ungdommene er sosiale og tilbringer mye tid sammen med venner fysisk, med 55 % som har vært på besøk eller hatt besøk 2-5 ganger den siste uken. Når det gjelder sosiale interaksjoner på nett og mobil, så har majoriteten (46 %) brukt størstedelen av kvelden på dette 2-5 kvelder den siste uken.

Gruppe 4 - «Hardcore gamere» (12 % av ungdommene):

Denne gruppen er preget av at gaming tar opp en betydelig del av deres tid; 90 % spiller tre timer eller mer daglig. I tillegg har de et høyt engasjement i sosiale medier, hvor 57 % bruker tre timer eller mer daglig. TV-titting er moderat, med 61 % som ser på TV en time eller mindre. YouTube er populært, hvor 59 % ser videoer i tre timer eller mer daglig. Mobilspill spilles i varierende grad, med 43 % som spiller en time eller mindre, mens 39 % spiller tre timer eller mer. Fysisk samvær med venner er noe lavere her enn de fleste andre gruppene, med 44 % som ikke har vært sammen med venner hjemme hos seg eller de den siste uken. Derimot er 66 % svært sosiale på nett og mobil, og bruker mye tid på sosiale interaksjoner gjennom disse plattformene, samtidig som gaming med venner er en vanlig aktivitet, med 62 % som spiller tre timer eller mer.

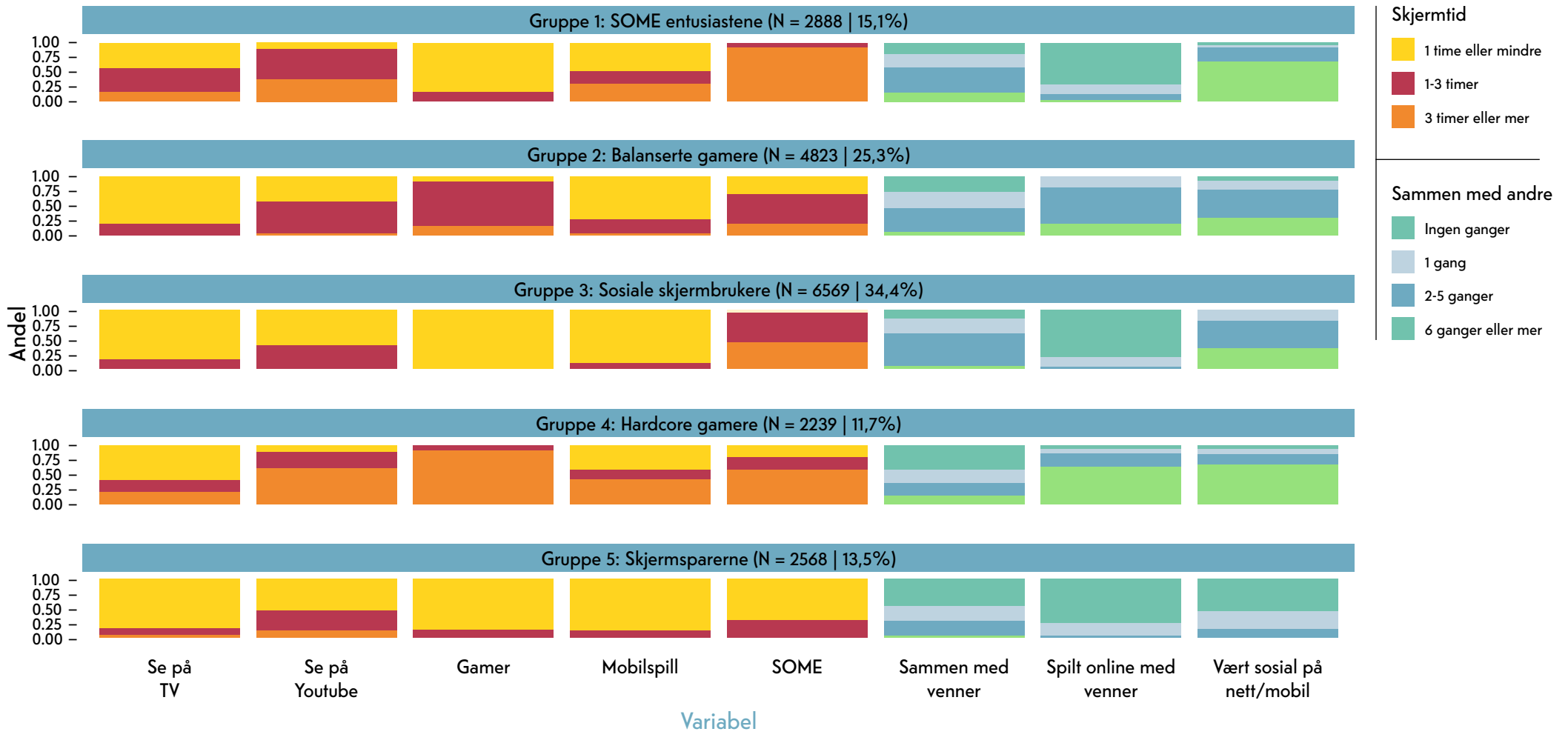
Gruppe 5 - «Skjermsparene» (14 % av ungdommene):

Denne gruppen kjennetegnes av de er lite på alle skjermaktivitetene sammenlignet med de andre gruppene. Flesteparten (68 %) bruker en time eller mindre daglig på sosiale medier. Gaming er også begrenset, med 85 % som spiller en time eller mindre. TV-titting er vanligvis kort, med 82 % som ser på TV en time eller mindre daglig. YouTube-bruken er lav, med 55 % som ser videoer i en time eller mindre. Mobilspill spilles sjelden i lengre perioder, med 88 % som bruker en time eller mindre på dette. Online gaming med venner er også begrenset, med 75 % som bruker en time eller mindre. Dette er også den

gruppen som rapporterer om minst tid sammen med venner både digitalt og fysisk: Nærmere 70 % har kun én gang eller færre vært sammen med venner den siste uken. Den største andelen av gruppen har heller ikke hatt sosiale interaksjoner på nett og mobil den siste uken.

Figur 10.1 Andel av hva ungdommene gjør i sin digitale fritid og på tvers av de forskjellige gruppene.

Fordeling av digital skjermtid per gruppe

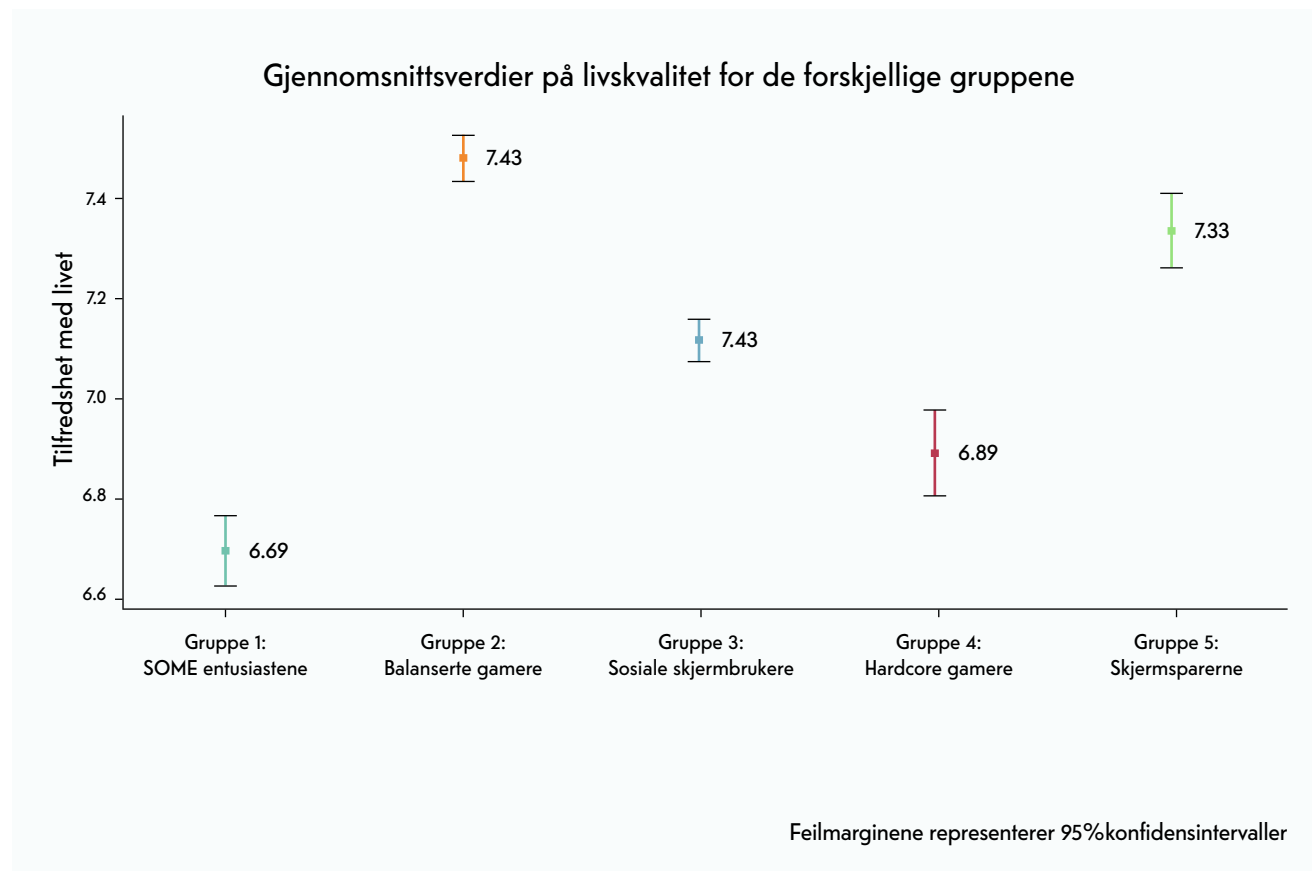


Forskjeller i livskvalitet mellom de digitale fritidsmønstrene

Forskjellen mellom de fem digitale fritidsmønstre når det kommer til selvrapportert livskvalitet er presentert i figur 10.2. Det er gruppe 2 som har høyest opplevd livskvalitet, etterfulgt av gruppe 5 og gruppe 3. Gruppe 4 og gruppe 1 opplever betydelig lavere livskvalitet.

I tillegg til at gruppene har et forskjellig mønster i digital fritidsbruk, så skiller gruppene seg i flere tilfeller når det kommer til kjønns sammensetning, skolenivå og sosioøkonomisk bakgrunn. Denne fordelingen er presentert i tabell 10.1

Figur 10.2 Gjennomsnittsverdi med 95 % konfidensinterval for hver av de digitale fritidsmønstrene



Tabell 10.1 Digitale fritidsmønstre. Beskrivende statistikk for de ulike gruppene

	1. Sosiale medier entusiastene	2. Balanserte gamere	3. Sosiale skjermbrukere	4 .Hardcore gamere	5. Skjermsparene
	N = 2,888 ¹	N = 4,823 ¹	N = 6,569 ¹	N = 2,239 ¹	N = 2,568 ¹
Kjønn:					
Gutt	599 (21%)	4,062 (84%)	1,499 (23%)	1,757 (78%)	1,306 (51%)
Jente	2,289 (79%)	761 (16%)	5,070 (77%)	482 (22%)	1,262 (49%)
Skolenivå:					
Ungdomsskolen	1,466 (51%)	3,078 (64%)	3,039 (46%)	1,415 (63%)	1,317 (51%)
Videregående	1,422 (49%)	1,745 (36%)	3,530 (54%)	824 (37%)	1,251 (49%)
SØS:					
Lav	1,035 (36%)	1,565 (32%)	1,731 (26%)	929 (41%)	738 (29%)
Middels	1,020 (35%)	1,629 (34%)	2,202 (34%)	779 (35%)	800 (31%)
Høy	833 (29%)	1,629 (34%)	2,636 (40%)	531 (24%)	1,030 (40%)
En venn å stole på:					
Ja helt sikker/tror	2,566 (89%)	4,321 (90%)	6,013 (92%)	1,874 (84%)	2,086 (82%)
Usikker/Nei	315 (11%)	491 (10%)	537 (8.2%)	350 (16%)	472 (18%)
Livskvalitet:	6.69 (1.93)	7.48 (1.65)	7.11 (1.65)	6.89 (2.08)	7.33 (1.90)

¹n (%); Mean (SD)

Som vi ser av tabellen er det tydelig at gruppe 2 og 4 har en overvekt av gutter, mens gruppe 1 og 3 har en overvekt av jenter. Gruppe 5 er forholdsvis jevnt fordelt når det kommer til kjønn og skolenivå. Det er ikke like store forskjeller mellom gruppene når det kommer til skolenivå og sosioøkonomisk status, men allikevel forskjeller som er verdt å nevne. Henholdsvis gjelder dette gruppe 2 og 4 som har en overvekt av ungdomsskoleelever, mens de andre er ganske jevnt fordelt på skolenivå. De største forskjellene i SØS finner vi i gruppe 3 og 4 hvor gruppe 3 har en større andel med høyere SØS, mens gruppe 4 har en større andel med lav SØS. Om ikke like fremtredende ser vi også at gruppe 5 har en overvekt av deltakere med høyere SØS. Med tanke på om deltakerne har en venn de kan stole på, så ser vi at gruppe 4 og 5 har en negativ profil sammenlignet med de andre, med de laveste andelen som har eller tror de har en venn de kan stole på. Riktignok er det et overveldende flertall også i gruppe 4 og 5 som opplever at de har en god venn (83-84 %).

Siden kjønn, alder, SØS og sosiale relasjoner er variabler som ofte viser sterke sammenhenger med barn og unges psykiske helse, var vi opptatt av å undersøke i hvilken grad disse signifikante gjennomsnittsforskjellene i livskvalitet endrer seg når vi også inkluderer disse dimensjonene i analysen. For å kontrollere for dette gjennomførte vi en multipl hierarkisk regresjonsanalyse hvor vi i

første steg introduserte skjermmønster, hvor gruppe 5 (skjermsparene) ble valgt som referansegruppe⁷. Her var resultatene i tråd med figur 2, at alle gruppene hadde signifikant forskjellig livskvalitet sammenlignet med gruppe 5. Gruppe 2 hadde høyere livskvalitet enn gruppe 5, mens de andre gruppene hadde lavere livskvalitet enn gruppe 5. Når vi så inkluderte kjønn, skolenivå, SØS og vennskapsvariabelen, viste disse forskjellene i livskvalitet mellom gruppene seg fortsatt å være signifikante.

Av interessante justeringer, ser vi at når vi kontrollerer for disse variablene, at gruppe 2 og 4, som hadde en overvekt av gutter, får en sterkere negativ sammenheng sammenlignet med skjermsparene. Spesielt interessant er det at når man kontrollerer for kjønn og alder med mer, så snur effekten fra positiv til negativ (sammenlignet med skjermsparene), samt at gruppe 4, de såkalte hardcore gamere, har lavest subjektiv livskvalitet. Det er viktig å påpeke at selv om vi observerer forskjeller i livskvalitet avhengig av mønster i skjermbruk, så forklarer det i seg selv kun en liten andel av den totale variasjonen i subjektiv livskvalitet (ca 2 %). Samtidig som de forklarer en unik effekt tilsvarende det vi observerer for kjønn og skolenivå.

Oppsummering

I dette dypdykket har vi utforsket forskjellige mønster i ungdoms digitale fritidsbruk. Med utgangspunkt i tid brukt på forskjellige skjermaktiviteter og i hvilken grad de gjør disse aktivitetene sammen med andre digitalt, kom vi frem til fem forskjellige grupper som hadde relativt sett distinkte mønster i bruken. Gruppene samsvarte til en viss grad med lignende analyse hos barneskoleelever gjort på data fra Ungdata pluss-undersøkelsen, som også identifiserte fem forskjellige grupper i digital fritidsbruk (Bauger et al., 2023). Selv om vi fant tilsvarende antall grupper som Bauger et al. (2023), var det riktignok en tendens i at ungdommene var mer på skjerm og spesielt tid på sosiale medier var fremtredende. Dette er ikke spesielt overraskende da nesten alle i ungdomsskolealder bruker sosiale medier (Medietilsynet, 2024).

I tillegg til å beskrive forskjellige mønster i digital fritidsbruk undersøkte vi i hvilken grad denne bruken henger sammen med ungdommenes selvrapporterte livskvalitet. Her så vi signifikante forskjeller mellom gruppene. Gruppe 1, der ni av ti brukte tre timer eller mer på sosiale medier hver dag, rapporterte om lavest livskvalitet, mens gruppe 4, hvor ni av ti spilte pc/TV-spill tre timer eller mer hver dag hadde nest lavest livskvalitet. De gruppene med mer moderat og variert skjermbruk rapporterte om høyere livskvalitet. Gruppen med høyest

7 Se online appendix: <https://figshare.com/s/8d5279faf9cd00a9b780>

rapportert livskvalitet var gruppe 2, Balanserte gamere, som brukte forholdsvis mye tid på både SOME og pc/TV-spill og online aktivitet med andre. Dette kan stemme godt med forskning som viser positive sammenhenger med spilling (Johannes et al., 2021) hvor spesielt sosial spilling argumenteres som positivt for livskvaliteten (Bowman et al., 2022). Noe som også beskrives i Gullhårteorien, hvor både for lite og for mye digital fritidsbruk kan være negativt for ungdoms psykiske helse, mens moderat bruk er akkurat passe (Brannigan et al., 2023; Przybylski & Weinstein, 2017). Her påpekes det at ettersom digital fritidsbruk blir mer fremtredende og en vanlig del av ungdoms hverdag, så vil lite bruk kunne bidra til følelse av utenforskap fra sosiale fellesskap samt potensielt svakere digital kompetanse (Smahel et al., 2020). Med tanke på en slik «akkurat passe» logikk, fra Gullhårsteorien, så gir våre resultater delvis støtte. Det vil si, resultatene viser at de to gruppene som tilbringer aller mest tid på digitale fritidsaktiviteter har lavest livskvalitet, mens den gruppen med høyest livskvalitet er gruppen som kjennetegnes av moderat digital fritidsbruk hvor spesielt gaming» er sentralt. Det er riktignok lite støtte for at for lite bruk også har en negativ sammenheng med livskvalitet, da den gruppen med minst bruk hadde nest høyest livskvalitet.

Vi erfarte i tillegg at flere av disse forskjellene i livskvalitet endret seg noe når vi inkluderte kontrollvariabler som kjønn, alder og SØS. Alle gruppene var fortsatt signifikant assosiert med livskvalitet, men effektene ble

noe redusert. For eksempel var ikke gruppe 2, *Balanserte gamere* lenger den gruppen med høyest livskvalitet, dette ble *Skjermsparerne* etter vi kontrollerte for bl.a. kjønn. Her ble også *Hardcore gamere*, gruppen med høyest andel som spilte mye pc/TV-spill, de med lavest gjennomsnittlig livskvalitet. Dette fordi *SOME entusiastene* fikk en reduksjon i den den negative sammenhengen med livskvalitet, samtidig som *Hardcore gamere* fikk en styrket negativ sammenheng (se digitalt supplement). Dette gir mening da noe av sammenhengen kan ha blitt forårsaket av kjønns sammensetningen, siden det er velkjent at lavere livskvalitet i større grad «rammer» jenter sammenlignet med gutter utover ungdomstiden (Løvgren & Hyggen, 2023). Videre analyser burde derfor undersøke nærmere hvordan sammenhengen mellom skjermbruksmønster og livskvalitet modereres av kjønn og alder.

Basert på regresjonsmodellen så forklares kun 2-3 % av variasjonen i livskvalitet av de digitale fritidsmønstrene alene, noe som er i tråd med eller litt høyere andre studier nasjonalt (Løvgren & Hyggen, 2023) og internasjonalt (Orben & Przybylski, 2019), mens når vi også inkluderte kjønn, skolenivå, SØS og om man hadde en venn, så økte forklart varians til 9 %. Vi observerte også den variabelen med sterkest sammenheng med ungdommenes livskvalitet var hvorvidt de opplevde å ha en venn de kunne stole helt på. Noe som også støtter viktigheten av tiltak og arbeid som søker å styrke ungdommenes relasjoner og vennskapsbånd.

Til slutt er det viktig å påpeke at resultatene som presenteres i dette dypdykket er tverrsnittsdata, som alle ungdomsundersøkelser, og det er dermed ikke mulig å snakke om årsakssammenhenger. Det vil si, selv om vi observerer at mer tid brukt på digitale fritidsaktiviteter har en sammenheng med lavere livskvalitet, så betyr ikke det at mer digital fritidsbruk er årsak til lavere livskvalitet. Det er like plausibelt at lavere livskvalitet fører til mer digital fritidsbruk, eller at det er en tredje variabel som forårsaker begge tingene. For å kunne utforske slike årsakssammenhenger er vi avhengige av å følge de samme ungdommene over tid, slik som i den nylig oppstartede Ungdata pluss-undersøkelsen i Vestfold og Telemark (Vardheim et al., 2023).



11. Skolehverdagens påvirkning på unges livskvalitet

Skrevet av: Sabrina Krogh Schmidt, Michael Sæter Reinboth og Solfrid Bratland-Sanda, Universitetet i Sørøst-Norge

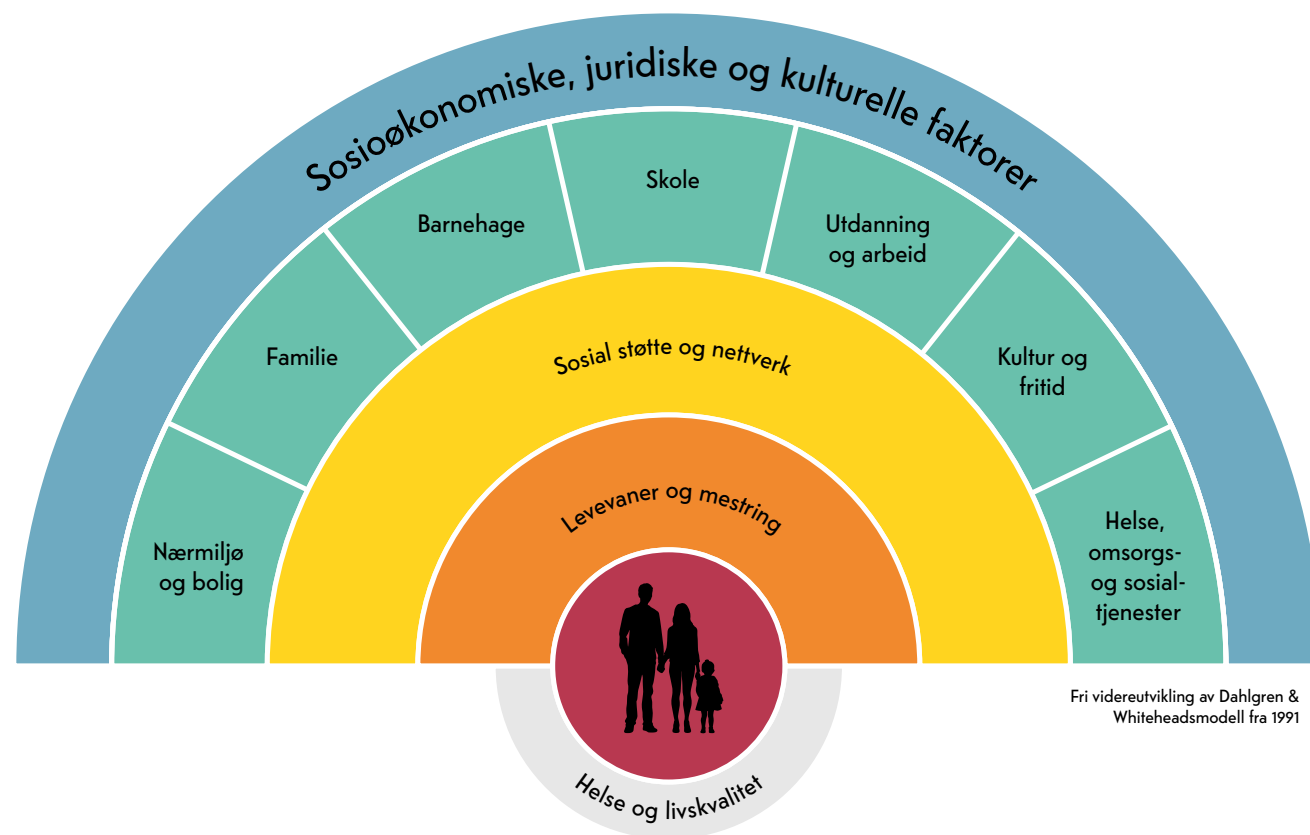
Innledning

Å være ung er en fase karakterisert av store fysiske, psykologiske, sosiale og emosjonelle endringer som kan påvirke den enkeltes velvære og livskvalitet (Frisén, 2007). I dette kapitlet ser vi særlig på livskvalitet, som vi vet blir påvirket av hvordan unge har det på skolen. Formålet med dette dypdykket er å undersøke hvordan ulike sider ved skolen påvirker unges opplevelse av egen livskvalitet.

Livskvalitet er et begrep som kan defineres og forstås på flere ulike måter. En vanlig definisjon er livskvalitet som en subjektiv forståelse og opplevelse av tilfredshet med livet, samt positive og negative følelser (Barstad, 2019). I Ungdata forstås livskvalitet som subjektivt velvære og tilfredshet med ulike aspekter ved livet (Nes et al., 2018).

Faktorene som påvirker ungdoms tilfredshet med livet er naturligvis sammensatt. Regnbuemodellen (figur 11.1) illustrerer hvordan ulike faktorer på ulike nivå påvirker helse og livskvalitet for unge (Helsedirektoratet, 2014). For dette dypdykket er særlig individuelle livsstilsfaktorer, nærsamfunn og sosiale nettverk relevant, i tillegg til skolen. Selv om det er forholdet mellom skolen og selvrapportert livskvalitet vi ønsker å se nærmere på i dette dypdykket, anerkjenner vi at der er mange andre forhold som påvirker livskvaliteten.

Figur 11.1 Regnbuemodellen av Helsedirektoratet (2014), en videreutvikling av, Dahlgren og Whiteheads modell fra 1991.



Fri videreutvikling av Dahlgren & Whiteheadsmodell fra 1991

Det er flere ulike forhold ved skolehverdagen som kan tenkes å påvirke elevenes livskvalitet. Fysisk aktivitet kan påvirke livskvaliteten gjennom bedre fysisk helse og generell fysisk funksjon, bedre humør og selvtillit, og økt sosial interaksjon og støtte (FHI, 2019). Unge bruker mange av sine våkne timer i skolen og ifølge Helsedirektoratet er måltider i skolen en vesentlig del av barn og unges daglige kosthold (Helsedirektoratet, 2015). Mat og måltider i skolen kan derfor ha stor betydning for kosthold, matvaner og dermed læringsmiljø, helse og trivsel (Helsedirektoratet, 2015). En rapport fra Folkehelseinstituttet oppsummerer at skolemåltider kan ha en positiv effekt på elevenes livskvalitet ved å forbedre deres kosthold, helse og sosiale forhold (FHI, 2023), og det helsefremmende programmet Liv og røre har vist positive endringer for det psykososiale miljøet rundt skolemåltidet (Bratland-Sanda et al., 2020).

Forskning viser at sosiale relasjoner og sosial støtte fra venner, familie og skolepersonale er viktig for unges trivsel (Chu et al., 2010). Unge er ofte sammen med vennene sine på skolen. Måten unge opplever sosial status på i skolen kan påvirke deres trivsel, og særlig i ungdomstiden har mange et stort behov for å passe inn og føle seg akseptert (Goodman, 2001; Sweeting 2014).

Det er også velkjent at opplevelsen av press og stress kan påvirke livskvaliteten. Hos ungdommer kan dette være relatert til ulike forventninger og høyt krav om å være vellykket på mange arenaer i livet som for eksempel skole og i idrett, eller å ha mange følgere på sosiale medier og mange sosiale relasjoner. Stress er en ubalanse mellom de ytre opplevde kravene og opplevde ressurser for å møte kravene som vil true en persons trivsel/velvære (Lazarus & Folkman, 1986). Ungdata har tidligere vist en sterk sammenheng mellom skolestress og psykiske helseplager (Ungdata, 2020), og opplevelsen av press om å gjøre det bra på skolen har økt gjennom tidligere Ungdata-undersøkelser (Ungdata, 2024).

Problemstilling, data og metode

I dette kapitlet undersøker vi hvilke skolerelaterte faktorer som påvirker elevers generelle opplevelse av egen livskvalitet. Vi sammenligner betydningen av de ulike skolerelaterte faktorer og viser hva som påvirker elevenes livskvalitet mest.

Analysen vil bygge på data fra Ungdata-undersøkelsen gjennomført på ungdomsskoler og videregående skoler i Vestfold og Telemark våren 2024. 7 113 ungdommer fra

Telemark og 10295 ungdommer fra Vestfold besvarte hele eller deler av undersøkelsen.

Elevene har blitt bedt om å rangere sitt liv på en skala: «Tenk deg en skala som går fra 0 til 10. Toppen av skalaen (10) står for det best mulige livet for deg og nederst (0) er det verst mulig livet for deg. Generelt sett, hvor står du på denne skalaen nå for tiden?» Alle elever som har svart på spørsmålet plasserer seg på det trinnet som best beskriver deres liv på tidspunktet for målingen og får da en score fra 0-10. Dette spørsmål måler elevenes subjektive livskvalitet med livstilfredshetsstigen.⁸

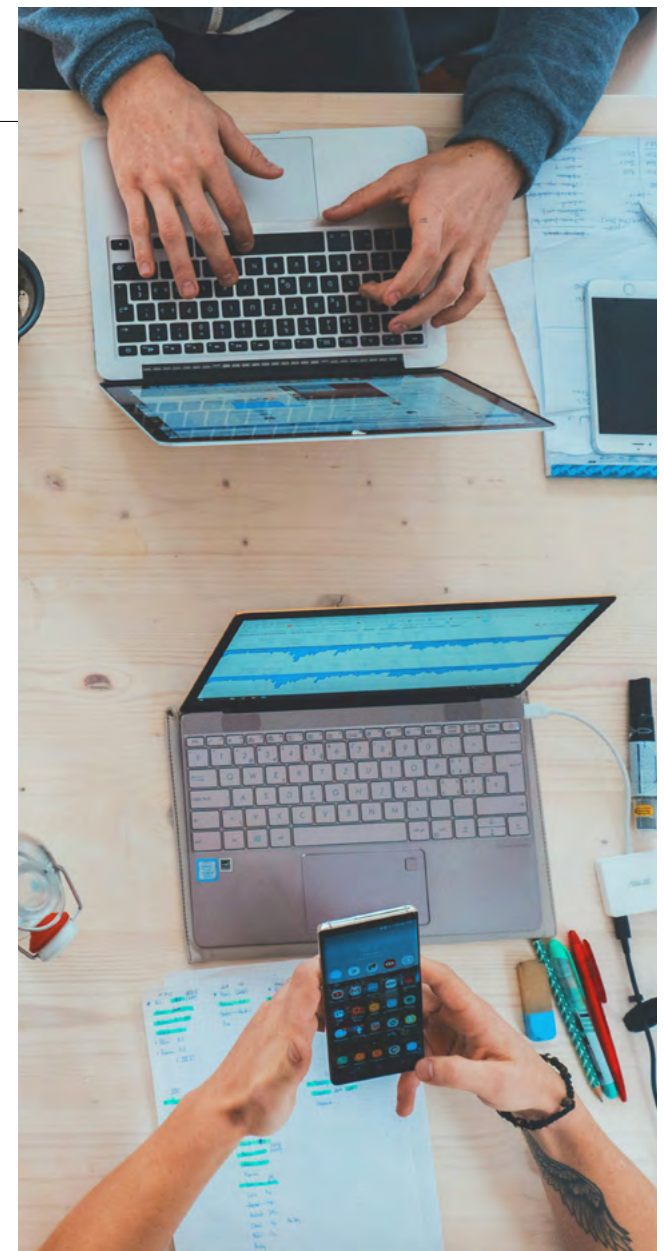
For å undersøke hvilke skolerelaterte faktorer som henger sammen med elevenes egen opplevelse av livskvalitet, har vi utført en lineær regresjonsanalyse. Tabell 11.1 gir en oversikt over kategorier og faktorer vi inkluderte i analysen. I analysen kontrollerte vi for de ulike skolerelaterte faktorene og generelle bakgrunnsfaktorer: klasstrinn, kjønn og sosioøkonomisk status⁹. På den måten kan vi undersøke hvilke skolerelaterte faktorer som har mest betydning for elevenes opplevelse av egen livskvalitet.

⁸ Spørsmålet måler elevenes subjektive livskvalitet og velvære med «cantrill's ladder» også kalt livstilfredshetsstigen (Cantril, 1965).

⁹ I Ungdata 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 er ungdommene delt inn i tre grupper: lav, middels og høy sosioøkonomisk status.

Tabell 11.1 Oversikt over variabler inkludert i analysen

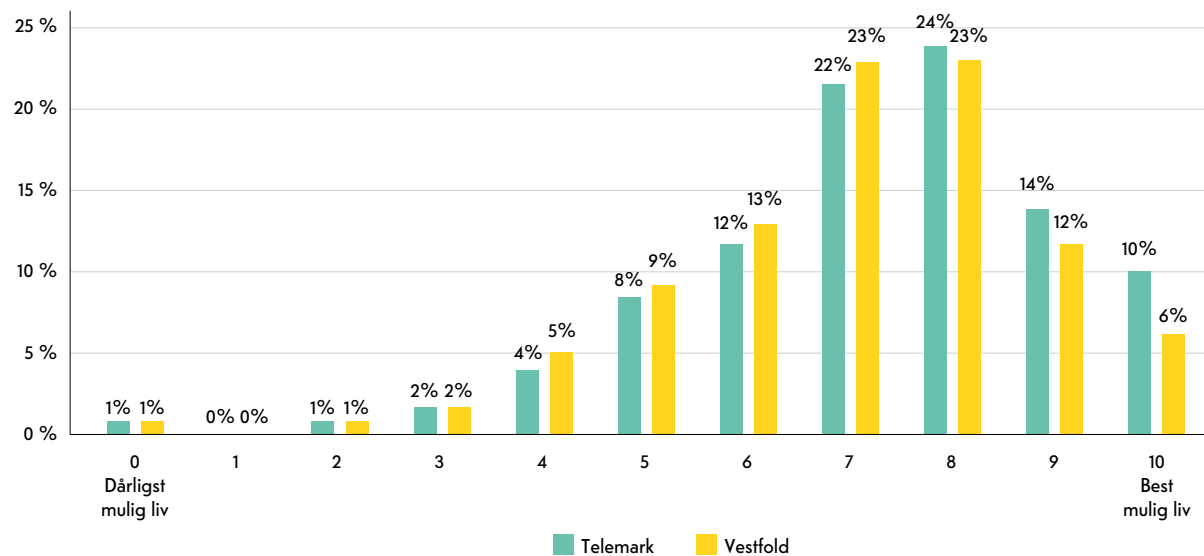
Kategori	Faktor	Påstand/Spørsmål	Verdi på skala
Individuelle forhold	Sosioøkonomisk status	Sosioøkonomisk status	1 = lav, 2 = middels, 3 = høy
	Kjønn	Er du gutt eller jente?	1= gutt, 2 = jente
	Klassestrinn	Hvilket klassestrinn går du på?	1 = 8 trinn, 2 = 9 trinn, 3 = 10 trinn, 4 = Vg1, 5 = Vg2, 6 =Vg3
Fysisk aktivitet	Fysisk aktivitet i skolen utenom kroppsøving	Utenom kroppsøving, hvor ofte er du fysisk aktiv i skoletiden (inkludert fysisk aktivitet i friminuttene og-eller fysisk aktivitet i teorifag)?	1 = mindre enn 1 gang per måned, 2= 1-3 ganger per måned, 1-4 ganger per uke, 4 = 5 ganger eller mer per uke
Friminutter	Sosialisering i friminuttene	Har du noen å være sammen med i friminuttene på skolen?	1 = nei aldri, 2 = nei som regel ikke, 3= ja som regel, 4= ja alltid
	Mat på skolen	Tenk på en vanlig skole uke, hvor ofte plejer du å spise matpakke eller lunsj på skolen?	1 = sjeldnere , 2 = 1-2 dager i uka 3 = 3-4 dager i uka, 4 = 5 dager i uka
Trivsel i skolen	Skoletrivsel	Hvor godt trives du med ulike sider ved skolen? 1. Jeg trives på skolen 2. Lærerne mine bryr seg om meg 3. Jeg føler at jeg passer inn blant elevene på skolen 4. Jeg kjeder meg på skolen. 5. Jeg gruer meg ofte til å gå på skolen (Faktoranalyse viser at disse spørsmålene kan samles til 1 faktor)	Spørsmål 1-3: 1 = helt uenig, 2 = litt uenig, 3 = Litt enig, 4 = helt enig Spørsmål 4-5: 1 = helt enig, 2= litt enig, 3 = Litt uenig, 4 = helt uenig
Skolepress	Skolepress	Opplever du press i hverdagen din, press om å gjøre det bra på skolen?	1 = ikke noe press, 2 = litt press, 3 = En del press 4 = mye press, 5 = svært mye press
	Stress av skolearbeid	Hvor ofte har du hatt det slik de siste månedene? - jeg blir stresset av skolearbeid	1 = aldri, 2 = Sjelden, 3 = Av og til 4 = Ofte, 5 Svært ofte
	Lekser og annet skolearbeid i fritiden	Hvor lang tid bruker du gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid (utenom skoletida)?	1 = gjør aldri/nesten aldri lekser, 2 = mindre enn en halvtime, 3 = ½ -1 time, 4 = 1-2 timer, 5 = 2-3 timer, 6 = 3-4 timer, 7 = mer enn 4 timer



Resultat og diskusjon

Figur 11.2 viser hvordan unge i Vestfold og Telemark fordeler seg på livstilfredshetsstigen. I gjennomsnitt ligger de to fylkene på omkring 7 på denne stigen, og dette samsvarer med tilsvarende data på nasjonalt og skandinavisk nivå (Bakken, 2024; World health organization, 2023). Å være «tilfreds med livet» kan beskrives som de som ligger på skår 6 eller høyere på stigen. I Telemark rapporterer 82 % at de er «tilfreds med livet», i Vestfold gjelder dette 79 %. Det er tidligere beskrevet i Ungdata at unge i Vestfold og Telemark generelt rapporterer om høy livskvalitet, og dette ser ut til å fortsette. Andelen som opplever meget høy livskvalitet, er de som rapporterte 8 eller høyere på stigen. Nasjonalt ser vi at 46–47 % unge siden 2021 rapporterer om meget høy livskvalitet (Bakken, 2024), i Telemark og Vestfold gjelder dette 48 % og 43 %.

Figur 11.2 Elevenes opplevelse av egen livskvalitet. Telemark og Vestfold 2024, 8. trinn – Vg3.

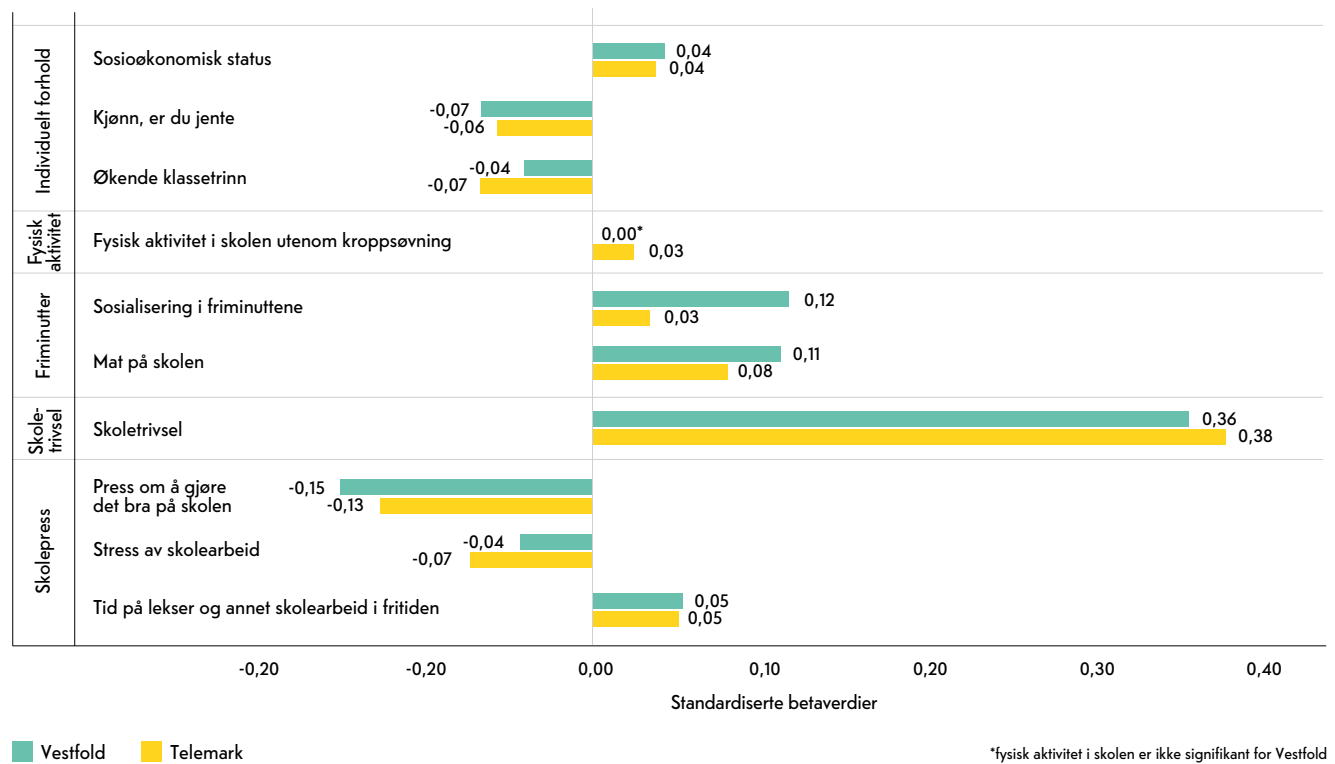


Figur 11.3 viser hvordan de ulike skolerelaterte faktorene henger sammen med ungdommenes livskvalitet. Standardisert betaverdi forteller oss hvor sterkt en variabel påvirker en annen når vi sammenligner flere variabler i en modell. Ved å standardisere fjerner vi måleenhetene, slik at vi kan se hvilken variabel som har størst effekt uavhengig av om de opprinnelig ble målt i ulike skalaer.

Skoletrivsel

Den skolerelaterte faktoren som påvirket livskvalitet i størst grad var utvilsomt skoletrivsel, som vist i figur 11.3. Jo bedre de unge trives på skolen, desto høyere vurderer de egen livskvalitet. De siste Ungdata-undersøkelsene viser at stadig færre ungdommer trives på skolen, både i Vestfold og Telemark og på nasjonalt nivå (Bakken, 2024). Dette er et av områdene i Ungdata hvor man ser de største endringene over tid (Ungdata, 2024). I rapporten “Ung i Vestfold og Telemark 2021” fant man at den faktoren som påvirket skoletrivsel mest var å ha god kommunikasjon med lærer (Aase et al., 2021). Lignende funn ser vi også i annen forskningslitteratur; støtte fra lærer og annet skolepersonale påvirker unges trivsel i stor grad (Chu et al., 2010).

Figur 11.3 Skolerelaterte faktorerers påvirkning på livskvalitet



Friminuttene

Friminuttene viste seg også å ha positiv påvirkning på livskvalitet. Her har vi sett på spørsmål om sosialisering i friminuttene og mat på skolen. Figur 11.3 viser at begge hadde en signifikant påvirkning på livskvalitet, selv om denne var liten. De to faktorer sier kanskje mye om det samme sosiale fenomenet; å ha noen at være sammen med og å «passe inn». Skolemåltider kan fremme sosial trivsel gjennom å skape en arene for sosial interaksjon og skape følelse av tilhørighet.

Fysisk aktivitet

Flere skoler har fysisk aktivitet som en vanlig del av skolehverdagen. Vi så på fysisk aktivitet i skolen utenom kroppsøving, og dette hadde liten til ingen sammenheng med livskvalitet. For Vestfold fant vi ingen signifikant sammenheng. For Telemark fylke generelt og for jenter har fysisk aktivitet i skolen en liten positiv påvirkning på livskvalitet. Dette kan skyldes at Telemark siden 2018 har jobbet målrettet med å implementere mer fysisk aktivitet i skolen gjennom fysisk aktivitet i fag (aktive pauser og fysisk aktiv læring), og gjennom tiltak for å få flere elever i mer fysisk aktivitet i friminuttene. Disse tiltakene er en del av det helsefremmende, skolebaserte programmet Liv og røre, som også har blitt introdusert til flere kommuner i Vestfold i perioden fylkene var slått sammen. En tidligere evaluering av programmet fant at Liv og røre påvirket særlig jenters trivsel og livskvalitet positivt (Schmidt et al. 2020).

Skolepress

Skolepress viser en negativ påvirkning på livskvaliteten. Her så vi på de to spørsmålene om hvorvidt ungdommene føler press om å gjøre det bra på skolen, og om de opplever stress knyttet til skolearbeid. Vi ser at jo mer skolepress ungdommene opplever, og jo oftere de blir stresset av skolearbeid, desto lavere er den selvrapporterte livskvaliteten. Press om å gjøre det bra på skolen var den enkeltfaktoren som påvirker livskvaliteten mest etter skoletrivsel. Opplevelse av press om å gjøre det bra på skolen har økt gjennom tidligere Ungdata-undersøkelser i Vestfold og Telemark (2017/2018 og 2021). Analyser fra “Ung i Vestfold og Telemark 2021” viste nettopp at fraværet av disse to faktorene påvirker skoletrivselen positivt (Aase et al., 2021).

Individuelle forhold

De individuelle forholdene som er tatt med i analysen er kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status. Alle viser en signifikant sammenheng med livskvalitet, men effekten er liten. Sosioøkonomisk status har en liten positiv effekt. Det betyr at ungdommene med høy sosioøkonomisk status er mer tilfredse med livet enn ungdommene med lav og middels sosioøkonomisk status. Å være jente fremfor gutt har en negativ effekt og økende alder har en negativ effekt på livskvalitet.

Konklusjon

Samlet sett var skoletrivsel den enkeltfaktoren som påvirket livskvaliteten mest hos ungdommene i Vestfold og Telemark. Som vist består faktoren skoletrivsel av mange ulike sider ved skolen, som eksempelvis om lærerne bryr seg, om man føler man passer inn blant andre elever på skolen, om man kjeder seg på skolen, og om man gruer seg til å gå på skolen. Det betyr at disse sidene ved skolehverdagen, om ungdommen trives eller ikke, kan ha stor betydning for deres livskvalitet generelt. Mye av forskningen peker på at særlig støtte og kommunikasjon med lærer og annet skolepersonell spiller en særlig viktig rolle for skoletrivselen.

12. Hva påvirker ungdoms deltakelse i organiserte kulturaktiviteter?

Av Kenneth Larsen, Ingelill Susann Berger Eide og Elisabeth Gulløy, Universitetet i Sørøst-Norge

Bakgrunn

Dette dypdykket handler om ungdom og organiserte kulturaktiviteter i Vestfold og Telemark. Vi ser nærmere på deltakelse i kulturskoler, musikkskoler, korps, kor og orkester blant elever i ungdomsskolen og i den videregående skolen i Vestfold og Telemark i 2024. Vi avgrensner oss til disse organiserte kulturaktivitetene fordi det er dette Ungdata-undersøkelsen kartlegger, men i sin kunnskapsoppsummering om barn og unges deltakelse i fritidsaktiviteter definerer Arnesen og Hansen (2024, s.13, 17) kulturaktiviteter videre enn som så. De inkluderer musikk, scenekunst, visuell kunst, litteratur, dataspill, film og kulturarv. I tillegg tar de med det de kaller «punktfrivillighet»: festivaler og annen uorganisert aktivitet som ikke er inkludert i Ungdata-spørreskjemaet.

Ungdom driver med musikk også innenfor rammene av fritidsklubber og religiøse foreninger (Arnesen og Hansen, 2024). Disse arenaene er gjerne definert som egne former for organiserte fritidsaktiviteter. Ungdata-tallene som presenteres her gir altså ikke et komplett og utfyllende bilde av ungdoms deltakelse i kulturaktiviteter som sådan.

Ifølge Barnekonvensjonens artikkel 31-2 har alle barn rett til å delta i kunst- og kulturlivet og å ha tilgang til egnede kulturelle og kunstneriske fritidsaktiviteter. Betydningen av denne rettigheten er knyttet til at kunst- og kulturdeltakelse er viktig i identitetsdannelse og for opplevelse av tilhørighet (Kjørholt, 2020, s.327). De første kommunale musikkskolene vokste fram på slutten av 1960-tallet i Norge. I 1979 vedtok Stortinget at alle kommuner, enten alene eller i samarbeid med andre, skal ha et musikk- eller kulturskoletilbud (Øia og Fauske, 2010, s. 202). I dag er alle kommuner pålagt å ha et kulturskoletilbud gjennom Opplæringsloven. I prinsippet kan Kulturskolen ha tilbud for alle aldersgrupper, men primær målgruppe er barn og unge i alderen 0-19 år (Meld. St. 18 (2020-2021)).

I 2020 fikk Norge sin første kulturmelding som løfter fram kunst og kultur for, med og av barn: «Oppleve, skape, dele. Kunst og kultur for, med og av barn og unge» (Meld. St. 18 (2020-2021)). Hovedmålet med meldingen var på den ene siden å jevne ut sosiale forskjeller, på den andre å fremme inkludering (Tveit, 2022, s.192). Kulturmeldingen slår fast at det skal satses på kulturskolen som arena, men også det



frivillige kulturlivet er trukket fram som avgjørende for barns deltakelse og tilgang på kunst- og kulturaktiviteter.

Stortingsmeldinger og andre politiske dokumenter legger gjerne vekt på de positive samfunnsvirkningene av kultur. Samtidig har det å drive med musikk og kulturaktiviteter en egenverdi i kraft av at det gir mening og glede i livet. Det finnes også forskning som fremhever potensialet i kunst- og kulturaktiviteter for helsefremming og livskvalitet, for å forebygge uhelse og behandle sykdom. Dette kommer fram i en stor kartlegging av eksisterende forskning, en såkalt 'scoping review', gjort av Verdens Helseorganisasjon (WHO) (Fancourt & Finn, 2019). Kartleggingen viser hvordan kunst og kultur blant annet kan styrke og påvirke sosialt samhold, redusere sosiale ulikheter og redusere stigma knyttet til ulike helseutfordringer. Videre viser kartleggingen at kunst- og kulturaktiviteter er særlig godt egna i sosialt arbeid med sårbare og marginaliserte grupper som ellers kan være vanskelige å trekke inn (Fancourt & Finn, 2019).

Kulturmeldingen slår fast målet; at alle barn og unge i Norge skal ha tilgang til og kunne delta på fritids- og kulturaktiviteter uavhengig av bosted, økonomi, funksjonsevne, sosial og etnisk bakgrunn; å kunne 'skape, lære, mestre' (Meld. St. 18 (2020-2021), s. 9). Treffsikkerhet i tiltakene avhenger av innsikt i sammenhenger som påvirker deltakelsen og Arnesen og Hansen kaller dette

barrierer for deltakelse (Arnesen & Hansen, 2024). For å undersøke dette har vi tatt utgangspunkt i følgende forskningsspørsmål: Hvilke faktorer påvirker barn og unges deltakelse i organiserte kulturaktiviteter? Svarene kan gi et bedre grunnlag for forståelse og tiltak blant lærere, politikere og foresatte, slik at kulturdeltakelse blant ungdom kan fremmes på en målrettet måte.

Datagrunnlag og metode

Det er flere forskjeller mellom kultur- og musikkskoler og korps/kor utover at den ene er lovpålagt og den andre ikke er det. Kulturskolene representerer en gjennomprofesjonalisert arena der voksne med fagutdanning underviser, mens korps og kor i større grad tilhører frivilligheten. Foreldre spiller en stor rolle i drift og finansiering, selv om både dirigenter og instruktører kan være fagutdannede og/eller profesjonelle musikere. Likedan er eksempelvis kor tilknyttet kirker eller menigheter også ofte ledet av profesjonelle kordirigenter. Korps har ofte instrumentalundervisning innenfor rammen av kulturskolen (jmf Berge et. al., 2019), og mange steder er korpsdirigentene ansatt i kulturskolen. Derfor gir det mening å slå de to aktivitetstypene sammen. Det handler om opplæring i, og utøvelse av, eldgamle kulturelle uttrykksformer. Noen av disse har sterk lokal eller regional forankring, slik som folkemusikken, mens andre er utpreget internasjonale i uttrykket, som hiphop og breakdance.

Orkestre er i Ungdata-spørreskjemaet plassert sammen med korps og kor, mens mange barne- og ungdomsorkestre i Norge er en del av kulturskolenes virksomhet.

Som mål på deltakelse lager vi derfor en variabel som kombinerer svarene på to spørsmål om deltagelse i kor, korps, orkestre og på kulturskole/musikkskole. Vi har slått sammen dem som enten har deltatt 1-2 ganger eller oftere siste måneden i den ene eller i den andre aktiviteten, eller som deltar i begge typene aktiviteter.

Tabell 12.1 viser at deltakelse er mer vanlig i kulturskole/musikkskole enn i korps, kor eller orkestre. Sammenlagt er om lag 12 prosent av ungdommene som har svart på Ungdata aktive i korps, kor, orkestre, i kulturskole eller musikkskole, eller begge deler. Andelen er høyest blant ungdomsskoleelevene. Det er imidlertid en viss forskjell på de to fylkene Vestfold og Telemark her. Andelen som deltar i kulturskole eller musikkskole er gjennomgående høyere blant ungdom som bor i Telemark.

Tabell 12.1 Deltakelse siste måned i korps, kor eller orkester, i kulturskole eller musikkskole, eller i begge aktivitetene. Ungdomsskolen og den videregående skolen. Vestfold og Telemark. Prosent.

Tall i prosent	Kun korps, kor, orkester		Kun kulturskole eller musikkskole		Enten korps, kor, orkester, kulturskole/musikkskole, eller begge aktiviteter	
	Prosent	Antall	Prosent	Antall	Prosent	Antall
Deltar 1-2 ganger el mer	6	1168	10	1892	12	2409
Ingen ganger	94	18577	90	17765	88	17245
Sum	100	19745	100	19657	100	19654

I den videre analysen undersøker vi om det er statistiske sammenhenger mellom deltakelse og en rekke andre faktorer: ungdommenes kjønn, sosioøkonomiske status, skolenivå, tilfredshet med kulturtilbudet på bostedet, og hjemkommunens sentralitet i henhold til Statistisk sentralbyrås såkalte sentralitetsindeks (Høydahl, 2017). Vi lar deltakelse være den avhengige variabelen eller 'resultatet', mens alle de andre faktorer er såkalt uavhengige variabler i tråd med en modell der deltakelse henger sammen med faktorer på individnivå. Vi ser altså helt bort fra at *tilgangen* på kulturelle fritidsaktiviteter varierer fra sted til sted, selv om vi vet at dette i realiteten kan være en viktig faktor. Formålet er å identifisere i hvilken grad bakgrunnsvariablene, som eksempelvis kjønn, påvirker hvor ofte ungdom deltar i organiserte kulturaktiviteter. Dette betyr ikke at vi ser på dette som *årsaksfaktorer*, men som

mulige påvirkningsfaktorer for å forstå hva som bidrar og ikke bidrar til deltakelse.

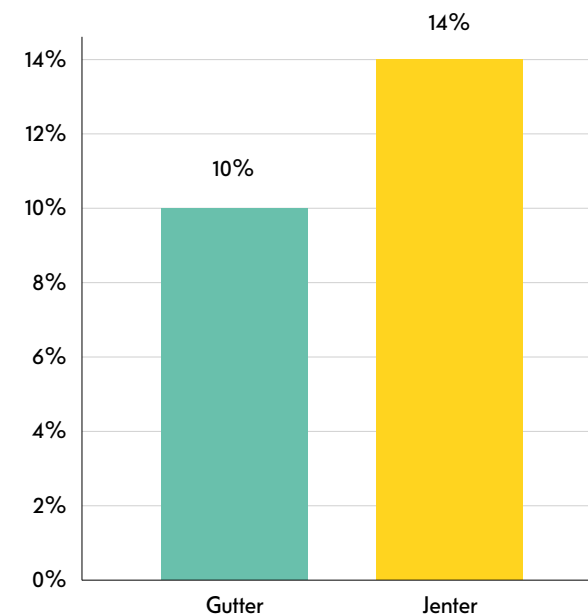
De fleste resultatene nedenfor framkommer på grunnlag av krysstabeller: såkalt bivariate analyser, for å finne forskjellene i deltakelse mellom ulike grupper. Et eksempel er at vi undersøker andelen som deltar (eller ikke deltar) etter kjønn, det vil si blant gutter og jenter. Noen steder bruker vi også en statistisk metode som kalles logistisk regresjon for å finne sannsynligheten for at en ungdom skal delta eller ei dersom de tilhører en bestemt gruppe i forhold til om de tilhører en annen gruppe (for eksempel gutter i forhold til jenter). Oddsene for deltakelse i forhold til oddsene for å ikke delta regnes om til prosenter etterpå fordi mange synes dette ofte er lettere å forstå.

Resultater

Kjønn og deltakelse

Resultatene viser at jenter deltar oftere i kulturorganisasjoner enn gutter. Spesielt når det gjelder de mest ivrige er forskjellen markant. Jenter har nesten 1,5 ganger så stor sannsynlighet for å delta sammenlignet med gutter.

Figur 12.2 Deltakelse siste måned i kulturaktiviteter (korps, kor eller orkester, i kulturskole eller musikkskole) etter kjønn. Prosent. N=19 275



Kjønnsforskjellene i Vestfold og Telemark bekrefter resultater fra tidligere kartlegginger i Norge (Øia & Fauske, 2010; Seland m. fl, 2019; Arnesen & Hansen, 2024). Hvorfor er det slik? Det kan indikere at kulturorganisasjonene appellerer mer til jenter, eller at jenter generelt har en større interesse for slike aktiviteter enn gutter. Noen av de aktivitetene som er inkludert her har tradisjoner for en tydelig kjønnsprofil, slik som klassisk dans, og sang.

Innenfor idrettsforskningen er det en lang tradisjon for å forske på kjønnsforskjeller, også blant barn og unge. Fra denne forskningen vet vi at gutter og jenter i stor grad deltar i kjønnssegregerte aktiviteter, med egne gutte- og jentelag, kjønnsdelte serier osv. Et tilsvarende kjønnsfokus er nærmest fraværende når det gjelder forskning på, eller undersøkelser av, deltakelse i kulturaktiviteter (Seland m. fl, 2019; Arnesen & Hansen, 2024). Den nasjonale Ungdata-rapporten for 2024 viser at kjønnsforskjellene i deltakelse over tid har blitt noe mindre innenfor kulturaktivitetene vi har spurt om her, mens kjønnsforskjellene ser ut til å vedvare innenfor idretten (Bakken, 2024). De organiserte kulturaktivitetene er kanskje mer liberale arenaer for ungdoms eksperimentering med nye flytende kjønnsidentiteter?

Sosioøkonomisk status, familieøkonomi og deltakelse

Tidligere rapporter viser at det er tydelige sosiale forskjeller knyttet til deltakelse i både idrett og kulturaktiviteter (Bakken m. fl., 2016; Aase m. fl., 2018; Aase m. fl., 2021). Ungdom med mange sosiale, kulturelle og økonomiske ressurser hjemme har høyere sannsynlighet for å delta, sammenlignet med ungdom som mangler slike ressurser (Jacobsen et al, 2021; Andersen & Arnesen, 2022; Arnesen & Hansen, 2024). Hvordan er det i Vestfold og Telemark?

For å undersøke dette gjennom Ungdata er det vanlig å dele inn ungdommene etter et mål på sosioøkonomisk status som kombinerer ulike kulturelle og økonomiske ressurser. Målet regnes ut gjennom å slå sammen spørsmål om foreldrenes utdanning, bøker i hjemmet, og fire spørsmål som handler om familiens økonomiske situasjon («Family Affluence Scale»): om de har bil, om ungdommen

har eget soverom, om hvor mange ganger de har vært på ferie i utlandet siste år, og antall pc-er i hjemmet. Etter at spørsmålene er slått sammen til ett deles utvalget inn i tre like store grupper etter plasseringen på denne skalaen: ungdom med lav, middels eller høy sosioøkonomisk status.

Tabell 12.2 viser fordelingen av deltakelse i kulturorganisasjoner basert på sosioøkonomisk status. Vi ser at ungdom i Vestfold og Telemark deltar i organiserte kulturaktiviteter i ulik grad avhengig av familiens sosioøkonomiske status, og at familier med høy sosioøkonomisk status deltar oftere i kulturaktiviteter sammenlignet med ungdom fra familier med lavere sosioøkonomisk status.

Tabell 12.2 Andelen som deltar i kulturaktiviteter (korps, kor, orkester, kultur- eller musikk-skole) siste måned etter familiens sosioøkonomiske status. Prosent. N=19 599

Tall i prosent	Lav sosioøkonomisk status	Middels sosioøkonomisk status	Høy sosioøkonomisk status	Total
Deltar 1-2 ganger eller mer	11	11	14	12
Deltar ikke	89	89	86	88
Sum	100	100	100	100

Sosioøkonomisk status påvirker altså sannsynligheten for deltagelse i organiserte kulturaktiviteter. Ungdom fra familier med høy sosioøkonomisk status har 35 prosent høyere sannsynlighet for å delta sammenlignet med ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status.

Hvis vi ser på andre spørsmål som handler om familiens økonomi i Ungdata får vi mer utfyllende informasjon om hva økonomiske ressurser betyr. Vi undersøker deltagelse i lys av hvordan ungdommene svarer på spørsmålet «Har familien din hatt god eller dårlig råd/økonomi de siste to årene?»¹⁰. Dette er et spørsmål som gjerne brukes som uttrykk for en subjektiv følelse av å ha relativt mindre å rutte med hjemme enn andre familier.

Resultatene her viser at ungdom som svarer ja på dette spørsmålet har en litt høyere sannsynlighet (om lag 5 prosent) for å delta i organiserte kulturaktiviteter.

Ungdata inneholder også et spørsmål om hvorvidt foreldrene mangler penger til å betale for fritidsaktiviteter som ungdommene ønsker å delta i.¹¹ Tabell 12.3 viser resultatene når vi ser på deltagelse i kulturaktiviteter i lys av dette.

Tabell 12.3 Deltakelse i kulturaktiviteter etter foreldrenes betalingsevne for kulturaktiviteter. Prosent. N=19 333

Tall i prosent	Mangler aldri penger til å betale	Mangler av og til eller ofte penger til å betale	Total	Antall
Deltar 1-2 ganger eller mer	12	15	12	2357
Ingen ganger	88	85	88	16976
Sum	100	100	100	19333

Andelen som deltar i kulturaktiviteter er altså høyere blant ungdom som sier at foreldrene ofte eller av og til mangler penger til å betale for fritidsaktiviteter. Dette understøtter resultatet vi så i avsnittet over, der ungdom som opplever at familien har dårligere råd enn andre, faktisk deltar oftere enn de som ikke har dårlig råd.

Indikatorene for familiens sosioøkonomiske status og familieøkonomi slik det er målt i Ungdata gir altså 'motsatte' resultater. Sammenlagt peker dette i retning av at økonomiske forhold i liten grad holder ungdom borte fra de organiserte kulturaktivitetene, mens sosiale og kulturelle forhold betyr mer. Dypdykket gir ikke anledning til å forfølge dette videre med mer inngående analyser, men det er verd å undersøke sammenhengene mellom deltagelse i kulturaktiviteter og familiens sosiale, kulturelle og økonomiske kapital i seinere forskning.

Alder og deltagelse

I organisert idrett er frafallet som inntreffer utover i ungdomsskolealder, og særlig ved overgangen til videregående skole, mye omtalt og problematisert (Hjelseth, 2016; Arnesen & Hansen, 2024). Særlig jentene slutter i organisert idrett på dette tidspunktet (Seland m. fl., 2019). Det er derfor interessant å undersøke om frafallet i organiserte kulturaktiviteter også gjør et tydelig hopp mellom ungdomsskole og videregående skole.

Ungdom i Vestfold og Telemark viser en noe lavere deltagelse i organiserte kulturaktiviteter for de som går på videregående skole, men forskjellen er ikke dramatisk. Sammenlignet med deltagelse i idrettslag kan det se ut som ungdom i mindre grad dropper ut av organiserte kulturaktiviteter etter hvert som de blir eldre.

¹⁰ Har familien din hatt god eller dårlig råd/økonomi de siste to årene? 1) Vi har hatt god råd hele tida, 2) Vi har stort sett hatt god råd, 3) Vi har verken hatt god råd eller dårlig råd, 4) Vi har stort sett hatt dårlig råd, 5) Vi har hatt dårlig råd hele tida.

¹¹ Hender det at dine foreldre eller foresatte mangler penger til å betale for fritidsaktiviteter du ønsker å delta i (idrett, kino, bursdager, reiser etc.)? 1) Nei, aldri, 2) Ja, av og til, 3) Ja, ofte.

Tabell 12.4 Andelen elever i ungdomsskolen som deltar i kor, korps, orkester, kulturskole eller musikkskole etter hjemkommunens sentralitetsnivå. Prosent (kilde: ssb). N=10 510

Tall i prosent	Nest mest sentrale kommunene (nivå 2) Horten, Tønsberg	Mellomsentrale kommuner (nivå 3): Larvik, Holmestrand, Sandefjord, Færder, Skien, Porsgrunn, Bamble	Mellomsentrale kommuner (Nivå 4): Notodden, Siljan, Kragerø, Nome, Midt-Telemark	Minst sentrale kommuner (nivå 5 og 6): Tinn, Drangedal, Seljord, Hjartdal, Kviteseid, Nissedal, Fyresdal, Tokke, Vinje	I alt
Har deltatt minst 1-2 ganger siste måneden	12	14	19	24	15
Har ikke deltatt siste måneden	88	86	81	76	85
Sum	100	100	100	100	100

Tilfredshet med kulturtilbud og deltagelse

Det kan tenkes at et rikt kulturtilbud i nærmiljøet kan ha en sammenheng med deltagelse i kulturaktiviteter. På den ene siden kan det tenkes at ungdom som lærer å spille, danse eller utøve andre kulturaktiviteter lettere vil etterspørre og ta del i det eksisterende kulturtilbudet på hjemstedet (og kanskje også være et mer kresent publikum enn de som ikke driver med kultur selv). På den andre siden kan det være slik at et bredt og variert og godt kulturtilbud også bidrar til at flere unge selv ønsker å drive med slike aktiviteter.

Vi så derfor på i hvilken grad tilfredshet med kulturtilbud som kino, konsertscener, bibliotek og lignende hang sammen med hvor ofte ungdom deltok i organiserte kulturaktiviteter. Analysene viser en klar positiv

sammenheng mellom å være tilfreds med kulturtilbudene på hjemstedet og egen deltagelse i kulturaktiviteter, men selv om det er en klar sammenheng, kan tilfredshet med kulturtilbudet kun forklare en liten del av variasjonen i deltagelse.

Geografi og deltagelse

Selv om det å ha et kommunalt kulturskoletilbud er lovfestet, varierer selve innholdet fra kommune til kommune (Berge et al., 2019). Det antas ofte at deltagelse varierer mellom by og land i tråd med at det er et mindre variert tilbud av fritidsaktiviteter på mindre steder. Samtidig kan vi se for oss at tilbudet varierer fra kommune til kommune i tråd med tradisjon, kommunale satsinger og økonomi. Det frivillige kulturlivet trekkes særlig frem som viktig i mindre kommuner (Meld. St. 18 (2020-2021), s. 43).

For å undersøke geografisk variasjon i deltagelsen har vi analysert sammenhengen mellom hjemkommunenes sentralitetsnivå¹² og ungdoms deltagelse i kulturaktiviteter i Vestfold og Telemark. I vår analyse er kommunene på nivå 5 og 6 slått sammen fordi disse kommunene har relativt få ungdommer. Analysen er også begrensa til kun å omfatte ungdomsskoleelevene fordi det bare er for disse at bostedskommunen er registrert. For elever i videregående skole er det skolekommunen vi har opplysninger om, og mange går på skole i andre kommuner enn der de bor.

Resultatene viser at det er høyere deltagelse i kulturaktiviteter i distriktene enn i de sentrale kommunene i regionen.

12 Kommunenes sentralitetsnivå regnes ut av Statistisk sentralbyrå (SSB). En kommunes plassering på skalaen tar utgangspunkt i avstanden til arbeidsplasser og servicefunksjoner. Skalaen går fra 1 til 6, der nivå 1 tilsvarer de mest sentrale kommunene (Oslo med de nærmeste nabokommunene) og nivå 6 de minst sentrale. For mer informasjon: se Høydahl (2017).

Ungdom i de minst sentrale kommunene har en betydelig høyere sannsynlighet for å delta i organisasjonsaktiviteter sammenlignet med dem som bor mer sentralt.

Sammenlignet med ungdom i de sentrale strøka av våre fylker har ungdom som bor i de minst sentrale kommunene over 2.5 ganger høyere sannsynlighet for å delta i kulturaktiviteter.

Diskusjon

Samlet sett indikerer resultatene statistiske sammenhenger mellom deltakelse i kulturaktiviteter og alle de faktorene vi undersøkte: kjønn, sosioøkonomisk status, tilfredshet med kulturtilbudet og kommunenes sentralitet. Høy sosioøkonomisk status, å bo i mindre sentrale områder, å være jente, og å ha en positiv opplevelse av kulturtilbudet er alle faktorer som øker sannsynligheten for at ungdom deltar i kulturaktiviteter.

I 2018 bestilte Utdanningsdirektoratet et kunnskapsgrunnlag om kulturskolen fra Telemarksforskning. I rapporten «Kultur + skole = sant» (Berge et al., 2019), som blant annet også benytter tall fra Ungdata, trekkes det fram at deltakelsen i kulturskolen er skjev. Denne skjevheten var både knyttet til kjønn og sosioøkonomisk status. Det var også mer sannsynlig at barn og unge deltok dersom foreldrene hadde høyere utdanning. Blant ulike hindre for deltakelse ble det trukket fram pris, tid/sted, synlighet, og kulturskoletilbudets attraktivitet. Kostnader trekkes

fram som en spesielt viktig faktor bak forskjellene, men rapporten understreker også at dette forholdet er komplekst, og at både betalingsevne og -vilje virker inn (Berge et al. 2019). I ISF-rapporten «Økonomiske barrierer for barn og unges deltakelse i kulturfrivilligheten» (Hansen et al., 2024), fremhever forfatterne at økonomi ikke er en hovedbarriere for deltakelse i kulturaktiviteter som korps, orkestre og kulturskole. Sammenliknet med for eksempel idrett er økonomi mindre relevant for deltakelse, selv om det også med kulturaktiviteter spiller en rolle (Hansen et al. 2024, s. 72). Våre analyser bekrefter konklusjonene fra Telemarksforskning og ISF. Ungdom fra familier med dårlig råd deltar ikke mindre enn andre, men mer. Vi støtter konklusjonen fra Berge m. fl. (2019) om at kulturforskjeller kanskje kan gi seg utslag i ulik betalingsvilje; med andre ord ulik verdsetting av kulturaktiviteter i ulike sosiale grupper, men her trengs mer forskning.

Kulturaktiviteter bør være tilgjengelige for barn fra alle slags familier, uavhengig av økonomisk bakgrunn. Deltakelse i kulturaktiviteter er antakelig ikke like kostbart som deltakelse i organisert idrett når ungdommene kommer i ungdomsskolealder og høyere. Å være aktiv i idretten fordrer blant annet mer reisevirksomhet som foreldrene må bekoste i form av seriekamper med lang reisevei, og turneringer i helgene. Samtidig har antakelig ulike løsninger som fritidskort, lokale subsidieringsløsninger m.m. for familier med økonomiske

utfordringer bidratt til å redusere de største forskjellene i deltakelse som bunner i økonomi.

At jenter deltar oftere enn gutter i organiserte kulturaktiviteter kan skyldes kulturelle normer og kjønnsroller. En tradisjonell tolkning kan være at dagens kulturtilbud er bedre tilpasset jenters interesser, mens gutter kanskje i større grad tiltrekkes av andre fritidsaktiviteter, som idrett. Idretten blir av Seland m. fl. (2019) karakterisert som 'heteronormativ' (Seland m. fl., 2019); altså at det dominerende perspektivet på kjønn innenfor idretten er basert på at det naturlig finnes to biologiske kjønn, kvinner og menn, og at skillet mellom disse kjønnskategoriene er grunnleggende i utøvelsen og organiseringen av idretten. Kulturaktiviteter er kanskje mindre kjønnsdelt og dermed mer inkluderende for ungdom som ikke føler seg hjemme i de tradisjonelle kjønnskategoriene. Likevel kan kulturorganisasjoner aktivt jobbe med tilbudene sine slik at de favner bredt uten å bygge på stereotypiske forestillinger om 'hva gutter og jenter liker'. Ved å utvide spekteret av kulturtilbud kan kulturorganisasjoner bidra til å skape trygge og inkluderende arenaer for alle ungdommer, uavhengig av kjønnsidentitet og interesser.

Den beskjedne nedgangen i deltakelse i organiserte kulturaktiviteter fra ungdomsskole til videregående skole står i kontrast til frafallet i idrett, der nedgangen er større (Bakken, 2024). Dette kan indikere at kulturaktiviteter

greier å beholde sin attraktivitet selv om ungdommene blir eldre. Det er likevel viktig å utforske årsakene til nedgangen i deltakelse. En mulig forklaring er et økt fokus på skole og karakterer, men også endrede interesser i ungdomsårene. I tillegg kan den ambisiøse ungdomskulturen og de mer profesjonaliserte kulturtilbudene for barn og unge bidra til frafall blant dem som ikke er spesielt talentfulle.

På den annen side er det en slags naturlig utvikling i at ungdomstiden med gradvis løsrivelse fra foreldrene og hjemmet også innebærer en gradvis frakobling fra barndommens fritidsaktiviteter, slik Hjelseth (2016) er inne på når det gjelder idretten. Han hevder at frafallet fra idretten mot slutten av tenåra og når ungdommene blir eldre ikke nødvendigvis må ses som et stort samfunnsproblem, men som en naturlig utvikling.

De geografiske forskjellene i deltakelse er interessante i lys av kritikken som har blitt rettet mot Barnekluturmeldingen (2020-2021). Ifølge Tveit (2022) legger Barnekluturmeldingen stor vekt på kulturskolen og Den kulturelle skolesekken, mens det frivillige kulturlivet får mindre oppmerksomhet. I mindre sentrale kommuner spiller ofte det frivillige kulturlivet en viktig rolle i å tilby kulturaktiviteter for barn og unge, siden det kan være færre kommunale kulturtilbud tilgjengelig. Lokale aktører og frivillige organisasjoner, som korps og kor, gir ungdommen tilgang til kulturtilbud som kan oppleves som

mer tilgjengelige og tilpasset deres behov. Disse tilbudene er ofte ikke offentlig finansiert, og baserer seg på innsats fra lokalsamfunnet. Dette kan skape en nærhet og tilhørighet som kan være attraktiv for ungdom i disse områdene, noe som kan forklare hvorfor deltakelsen i kulturaktiviteter er høyere i mindre sentrale kommuner. Samtidig er det logisk at oppslutningen omkring kulturtilbudene blir høyere når andre former for fritidsaktiviteter er mindre utbredt, slik som mulighetene til å drive innenfor 'små' idrettsgrener eller kulturaktiviteter. Det totale fritidstilbudet henger selvsagt sammen med stedenes størrelse og sentralitet, men den lovpålagte kulturskolen bidrar til mer variasjon og større bredde enn det ellers ville vært. Samtidig er det mindre konkurranse om deltakerne på de små stedene, og folk stiller fortere opp 'på det som skjer'.

Den sterke sammenhengen mellom tilfredshet med kulturtilbudet i nærmiljøet og deltagelse indikerer vekselvirkninger, slik vi var inne på over. Et variert kulturtilbud kan motivere ungdom til økt deltagelse, og ungdom som deltar trekkes inn i det lokale kultur livet, både som deltakere og publikum eller forbrukere av kultur. Lokale myndigheter og kulturorganisasjoner bør derfor fokusere på å utvikle et rikt kulturtilbud som appellerer til ungdom. Investeringer i kulturfasiliteter og programtilbud kan øke ungdoms engasjement og skape et positivt forhold til kultur fra ung alder.

Konklusjon

Samlet sett bekrefter og underbygger resultatene fra Ungdata i Vestfold og Telemark 2024 sammenhenger man har sett i liknende rapporter og kunnskapsoppsummeringer.

For å rekruttere bredere til organiserte kulturtilbud bør kampen mot økonomiske barrierer fortsette, men også utvides til å omfatte kulturelle og sosiale barrierer mot deltakelse. Videre bør det arbeides med å gjøre kulturtilbud mer attraktive for ulike grupper ungdom med ulike interesser og bakgrunner. Økt synlighet av kulturtilbud, samt tiltak som sikrer bredde og mangfold i aktiviteter er viktig. Kulturorganisasjoner kan spille en nøkkelrolle i å fremme ungdoms velferd gjennom å skape inkluderende miljøer, samt bidra til målrettet rekruttering av ungdom som ikke har foreldre som aktivt involverer dem i korps, kor eller kulturskoler. Det mest avgjørende er likevel å sikre at ungdom har tilgang til meningsfulle aktiviteter som de kan engasjere seg i på fritiden. Dette kan styrke deres identitetsdannelse, gi dem en følelse av tilhørighet og berike deres livskvalitet.

Mer forskning trengs!

Som Arnesen og Hansen (2024) påpeker, er mye av den tilgjengelige kunnskapen om fritidsaktiviteter i oppveksten forankret i forskning på idrett. Tilsvarende forskning fra fagfelt i skjæringspunktet mellom kultur og samfunn er mindre kjent og mindre tilgjengelig, kanskje

med unntak av når det gjelder musikk og helse. Ungdataundersøkelsen kartlegger ikke hvorfor ungdom velger å delta i kulturaktiviteter, noe som gjør det vanskelig å få innsikt i de personlige drivkreftene bak engasjementet. Fremtidig forskning kan med fordel se nærmere på hva kulturdeltakelse betyr for ungdom, i likhet med studier som handler om hva idrettsdeltakelse betyr for ungdom (Strandbu m. fl. 2016; Persson m. fl., 2020). I tillegg bør man i større grad søke å kartlegge ungdommers deltakelse og engasjement i uorganiserte kulturaktiviteter for å se om det foregår en forskyvning fra organiserte til uorganiserte eller egenorganiserte kulturaktiviteter blant ungdom. Hvordan vil en slik forskyvning eventuelt påvirke ungdomskulturen fremover?

Den nye undersøkelsen Ungdata pluss kan kanskje bidra med noen svar på disse spørsmålene. Barn bosatt i Vestfold og Telemark følges fra de er 11-13 år i 2023 og inn i ung voksen alder. Formålet er å undersøke betydningen av barn og unges fritid for livskvalitet, helse og overgang til voksenlivet. Her spør vi både om ungdommene deltar i fritidsaktiviteter som kultur, men også andre kreative aktiviteter. I tillegg spør vi om hvordan dette oppleves. På sikt vil vi kunne si noe om hva kulturdeltakelse i ung alder har å si for hvordan vi har det - mange år seinere.

Litteraturliste

- Aase H., Holt T., Helland M. S. (2022, 23. juni). Barn og unges helse: oppvekst og levekår. I: *Folkehelse rapporten – Helsetilstanden i Norge*. Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/he/folkehelse rapporten/samfunn/barn-oppvekst/>
- Aase, K. N., m. fl. (2018). *Ung i Telemark 2018*. Skien, Telemark fylkeskommune. Kompetansesenter rus - region sør.
- Aase, K. N., m. fl. (2021). *Ung i Vestfold og Telemark 2021*. Skien, Kompetansesenter rus – region sør / Vestfold og Telemark fylkeskommune.
- Andersen, P. L. & Arnesen, D. (2023). *Inkluderings tiltak som virker? Måleindikatorer for deltakelse og inkludering av barn og unge i organiserte fritidsaktiviteter*. Rapport 2023:4. Institutt for samfunnsforskning
- Arnesen, D. & Hansen, V. W. (2024). *Kunnskapsoppsummering om barn og unge deltakelse i fritidsaktiviteter. Dimensjoner i deltakelse, barrierer, behov og tiltak*. Rapport 2024:4. Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Bakken, A. (2021). *Ungdata 2021. Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 8/21). NOVA. <https://hdl.handle.net/11250/2767874>
- Bakken, A. (2022). *Ungdata 2022. Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 5/22). NOVA. <https://hdl.handle.net/11250/3011548>
- Bakken, A. (2024). *Ungdata 2024. Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 6/24). NOVA. <https://hdl.handle.net/11250/3145138>
- Bakken, A., Frøyland L. R. & Sletten, M. A. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv* (NOVA Rapport 3/16). NOVA. <https://hdl.handle.net/20.500.12199/5103>
- Bakken, A. & Sletten, M. Aa. (2022). Glade gutter og triste jenter – overdrives kjønnsforskjeller av negative indikatorer på psykisk helse? I *Psykisk oppvekst*. Rådet for psykisk helse. <https://psykiskhelse.no/psykiskoppvekst/perspektiver/glade-gutter-og-triste-jenter/>
- Barnekonvensjonen. (1989). *Konvensjon om barnets rettigheter* (20-11-1989). Lovdata. https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-05-21-30/KAPITTEL_8#KAPITTEL_8
- Bekken, W., Dahl, E. & van Der Wel, K. (2018). *Sosiale ulikheter blant barn og unge: Hva kan norske kommuner gjøre? Noen tilnæringer* (OsloMet Rapport 1/2018). OsloMet. <https://skriftserien.oslomet.no/index.php/skriftserien/article/view/90>
- Bufdir. (u.å.). *Fritidserklæringen*. Hentet 16. oktober 2024 fra <https://www.bufdir.no/prosjekter/fritidserklæringen>
- Barstad, A. (2019). Livskvalitet. Store norske leksikon. <https://snl.no/livskvalitet>
- Bauger, L., Møller-Skau, C., Gulløy, E., & Lorentzen, C. A. N. (2023). Sammenhenger mellom digital fritid og livskvalitet. In I. Vardheim, A. Bentsen, R. Kristiansen, C. A. N. Lorentzen, L. Bauger, C. Møller-Skau, & M. N. Espetvedt (Eds.), *Ungdata pluss i Vestfold og Telemark. Resultater fra første datainnsamling* (pp. 65–73). https://korus.fra1.digitaloceanspaces.com/publications/Ungdata_pluss_2023_5.pdf
- Berge, O. , Angelo, E., Heian, M. T. & Emstad, A. B. (2019) *Kultur + skole = sant Kunnskapsgrunnlag om kulturskolen i Norge*, TF-rapport nr. 489 2019
- Bowman, N. D., Rieger, D., & Tammy Lin, J.-H. (2022). Social video gaming and well-being. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101316. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101316>

- Brannigan, R., Cronin, F., McEvoy, O., Stanistreet, D., & Layte, R. (2023). Verification of the Goldilocks Hypothesis: The association between screen use, digital media and psychiatric symptoms in the Growing Up in Ireland study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 58(8), 1259–1264. <https://doi.org/10.1007/s00127-022-02352-5>
- Capilla Garrido, E., Issa, T., Gutiérrez Esteban, P., & Cubo Delgado, S. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5), e07037. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Chu, P. S., Saucier, D. A., & Hafner, E. (2010). Meta-Analysis of the Relationships Between Social Support and Well-Being in Children and Adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(6), 624–645. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.624>
- Eik-Åheim, C., Momrak, E. & Gulløy, E. (2021). Nakenbilder på mobilen – en naturlig del av ungdomskulturen? I *Ung i Vestfold og Telemark 2021*. <https://telemarkfylke.no/globalassets/statistikk-kart-og-analyse/kunnskapsgrunnlag-og-prosjekter/ungdata/ung-i-vestfold-og-telemark-til-web.pdf>
- Enstad, F. & Bakken, A. (2022). *Ungdata junior 2022. Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 6/22). NOVA. <https://hdl.handle.net/11250/3011552>
- 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://hdl.handle.net/20.500.12199/5115>
- ESPAD Group (2020). *ESPAD Report 2019: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*. EMCDDA Joint Publications, Publications Office of the European Union, Luxembourg. http://espad.org/sites/espad.org/files/2020.3878_EN_04.pdf
- Fancourt, D. & Finn, S. (2019). *What is the Evidence on the Role of the Arts in Improving Health and Well-being? A Scoping Review*. Health Evidence Network Synthesis Report, No. 67, Copenhagen: World Health Organisation.
- FHI (2023). Effekten av et gratis skolemåltid- en kunnskapsoppsummering. Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/publ/2023/effekten-av-et-gratis-skolemaltid/>
- FHI (2019). Helseeffekter av fysisk aktivitet. Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/le/aktivitet/helseeffekter-av-fysisk-aktivitet/>
- Friesinger, J. G., Haugland, S. H. & Vederhus, J. K. (2022). The significance of the social and material environment to place attachment and quality of life: findings from a large population-based health survey. *Health Qual Life Outcomes* 20, 135. <https://doi.org/10.1186/s12955-022-02045-2>
- Frisén, A. (2007). Measuring health-related quality of life in adolescence. *Acta Paediatrica*, 96(7), 963–968.
- Goodman, E., Adler, N. E., Kawachi, I., Frazier, A. L., Huang, B., & Colditz, G. A. (2001). Adolescents' perceptions of social status: development and evaluation of a new indicator. *Pediatrics*, 108(2), e31–e31
- Grasaas, E., Skarstein, S., Mikkelsen, H. T., Småstuen, M. C., Rohde, G., Helseth, S., & Haraldstad, K. (2022). The relationship between stress and health-related quality of life and the mediating role of self-efficacy in Norwegian adolescents: a cross-sectional study. *Health and quality of life outcomes*, 20(1), 162. <https://doi.org/10.1186/s12955-022-02075-w>
- Haidt, J. (2024). *The Anxious generation: How the great rewiring of childhood is causing an epidemic of mental illness*. Allen Lane an imprint of Penguin Books.
- Hansen, V. W, Stoltenberg, D., Solheim, Ø. B. & Thau, M. (2024). *Økonomiske barrierer for barn og unges deltakelse i kulturfrivilligheten*. Rapport 2024:7. Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor
- Helsedirektoratet (2015). Mat og måltider i skolen - Nasjonal faglig retningslinje. Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/mat-og-maltider-i-skolen/om-retningslinjen>
- Helsedirektoratet. (2014). Psykisk helse og trivsel i folkehelsearbeidet. (IS-2263). Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/psykisk-helse-og-trivsel-i-folkehelsearbeidet/>
- Helsedirektoratet (2017). Kapittel 6: Helsestasjon for ungdom. I: *Helsestasjons- og skolehelsetjenesten: nasjonal faglig retningslinje*. Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/retningslinjer/helsestasjons-og-skolehelsetjenesten/helsestasjon-for-ungdom>

- Helsedirektoratet (2021, 27. april). *Selvskading og selvmord – veiledende materiell for kommunene om forebygging*. Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/selvskading-og-selvmord-veiledende-materiell-for-kommunene-om-forebygging>
- Hjelsest, A. (2016). Frafall i ungdomsidretten - et overvurdert problem? Ungdom og idrett. Ø. Seippel, M. K. Sisjord og Å. Strandbu. Oslo, Cappelen Damm Akademisk: 232-246.
- Høydahl, E. (2017, 7 Decsmer, 2020). «Ny sentralitetsindeks for kommunene. Notater 2017/40.» <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/attachment/330194?ts=15fdd63c098>
- 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://hdl.handle.net/11250/2757585>
- Johannes, N., Vuorre, M., & Przybylski, A. K. (2021). Video game play is positively correlated with well-being. *Royal Society Open Science*, 8(2), 202049. <https://doi.org/10.1098/rsos.202049>
- Kjørholt, A. T. (2020). Retten til lek og fritid. I N. Høstmælingen, E. S. Kjørholt & K. Sandberg (red.) *Barnekonvensjonen: Barns rettigheter i Norge* (s. 31-48). Universitetsforlaget
- Kunnskapsdepartementet (2017). *Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/verdier-og-prinsipper-for-grunnopplaringen/id2570003/>
- Kushlev, K., & Leitao, M. R. (2020). The effects of smartphones on well-being: Theoretical integration and research agenda. *Current Opinion in Psychology*, 36, 77–82. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.05.001>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Cognitive theories of stress and the issue of circularity. In M. H. Appley & R. Trumbull (Eds.), *Dynamics of stress: Physiological, psychological, and social perspectives* (pp. 63–80). Plenum Press.
- Løvgren, M., & Hyggen, C. (2023). Barns bruk av sosiale medier. *Norsk Sosiologisk Tidsskrift*, 7(6), 1–22. <https://doi.org/10.18261/nost.7.6.4>
- Lüders, M. (2024). Experience machines for well-being? Understanding how social media entertainment matters for teens. *Media, Culture & Society*, 01634437241276122. <https://doi.org/10.1177/01634437241276122>
- Lund I. O. & Bye E. K. (2022, 6. april). Bruken av alkohol og rusmiddel i Noreg. I: *Folkehelse rapporten – Helsetilstanden i Norge*. Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/he/folkehelse rapporten/levevaner/alkohol-og-andre-rusmiddel--folkehe/?term=>
- Lunde, M. (2024). *Skjerm barna: Hvordan teknologien tok over barndommen og hva vi kan gjøre for å ta leken og livet tilbake*. Kagge Forlag.
- Lundetræ, R. S. & Bjorvatn, B. (2018). Kartlegging av søvnvaner hos norske ungdommer. *Søvn*, 2, 16–23. <https://www.helse-bergen.no/4aaff5/siteassets/seksjon/sovno/documents/sovnr.2-202108.pdf>
- McCutcheon, A. (1987). *Latent Class Analysis*. SAGE Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781412984713>
- Medietilsynet. (2024). *Barn og Medier 2024: Delrapport: Barn og unges medievaner og tilgang til teknologi*. Medietilsynet. <https://www.medietilsynet.no/fakta/rapporter/barn-og-medier/barn-medievaner-2024/>
- Mehlum, L. & Holseth, K. (2009). *Selvskading – hva gjør vi?* Tidsskrift for Den norske legeforening 129(8):759-762. <https://tidsskriftet.no/2009/04/tema-selvskading/selvskading-hva-gjor-vi>
- Meld. St. 18 (2020–2021) «Oppleve, skape, dele. Kunst og kultur for, med og av barn og unge»
- Meld. St. 19 (2014–2015). *Folkehelsemeldingen – Mestring og muligheter*. Helse- og omsorgsdepartementet. www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-19-2014-2015/id2402807/
- Meruelo, A. D., Castro, N., Cota, C.I. & Tapert, S.F. (2017). Cannabis and alcohol use, and the developing brain. *Behav Brain Res*. 2017 May 15;325. <https://doi.org/10.1016/j.bbr.2017.02.025>
- Milosevic, T., Bhroin, N. N., Ólafsson, K., Staksrud, E., & Wachs, S. (2024). Time spent online and children's self-reported life satisfaction in Norway: The socio-ecological perspective. *New Media & Society*, 26(5), 2407–2428. <https://doi.org/10.1177/14614448221082651>

- Møller, G. (2021). *Beskyttelsesfaktorer blant unge i Agder* (TF-rapport nr. 628). Telemarksforsking. <https://www.telemarksforsking.no/publikasjoner/beskyttelsesfaktorer-blant-unge-i-agder/4125/>
- Nes R. B., Hansen T., Eilertsen M., Røysamb E. & Nilsen T. S. (2021, 17. desember). Livskvalitet i Norge. I: *Folkehelse rapporten – Helsetilstanden i Norge*. Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/he/folkehelse rapporten/samfunn/livskvalitet-i-norge/?term=>
- 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
- Ogders, C. L. (2024). The great rewiring: Is social media really behind an epidemic of teenage mental illness? *Nature*, 628(8006), 29–30. <https://doi.org/10.1038/d41586-024-00902-2>
- Orben, A., & Przybylski, A. K. (2019). The association between adolescent well-being and digital technology use. *Nature Human Behaviour*, 3(2), 173–182. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0506-1>
- Pedersen, W., (2015). *Bittersøtt. Nye perspektiv på rus og rusmidler*. Universitetsforlaget
- Persson, M., Stefansen, K., Strandbu, Å. (2020). «Fotball som kjønnnet mulighetsrom.» *Tidsskrift for kjønnsforskning* 44 (3): 231-245.
- Prop. 36 S (2023-2024). *Opptrappingsplan mot vold og overgrep mot barn og vold i nære relasjoner (2024–2028) Trygghet for alle*. Justis- og beredskapsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/prop.-36-s-20232024/id3018905/>
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2017). A Large-Scale Test of the Goldilocks Hypothesis: Quantifying the Relations Between Digital-Screen Use and the Mental Well-Being of Adolescents. *Psychological Science*, 28(2), 204–215. <https://doi.org/10.1177/0956797616678438>
- Rustad, M. B., Parsanoglou, D., Symeonaki, M., Mifsud, L., Hyggen, C., & Ghetau, C. (2024). 'Of Gaming and Other Demons': Defining Children and Young People's Meaningful Leisure Activities in the Digital Era. In H. Holmarsdottir, I. Seland, C. Hyggen, & M. Roth (Eds.), *Understanding The Everyday Digital Lives of Children and Young People* (pp. 281–319). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-46929-9_10
- Santos, R. M. S., Mendes, C. G., Sen Bressani, G. Y., de Alcantara Ventura, S., de Almeida Nogueira, Y. J., de Miranda, D. M., & Romano-Silva, M. A. (2023). The associations between screen time and mental health in adolescents: A systematic review. *BMC Psychology*, 11(1), 127. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01166-7>
- Schmidt, S. K., Reinboth, M. S., Resaland, G. K., & Bratland-Sanda, S. (2020). Changes in physical activity, physical fitness and well-being following a school-based health promotion program in a Norwegian region with a poor public health profile: A non-randomized controlled study in early adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 17(3), 896.
- Seland, I., Persson, M., Eriksen, I. M. (2019). Barn og unges fritid i et kjønns- og likestillingsperspektiv. NOVA Rapport 5/19, NOVA.
- Skjermbruketvalget. (2023a). *Konsekvenser av skjerm i skolen—Et kunnskapsgrunnlag fra skjermbruketvalget*. <https://files.nettsteder.regjeringen.no/wpuploads01/sites/546/2023/12/Konsekvenser-av-skjerm-i-skole-endig.pdf>
- Skjermbruketvalget. (2023b). *Konsekvenser av skjermbruk for de yngste barna (0 til 5 år)—Et kunnskapsgrunnlag fra skjermbruketvalget*. <https://files.nettsteder.regjeringen.no/wpuploads01/sites/546/2023/12/Konsekvenser-av-skjermbruk-for-de-yngste-barna-endig.pdf>
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S., & Hasebrink, U. (2020). EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. EU Kids Online. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01of0>
- Statistisk sentralbyrå. (2024, 12. juni). *Gjennomføring i videregående opplæring*. <https://www.ssb.no/utdanning/videregaende-utdanning/statistikk/gjennomforing-i-videregaende-opplaering>
- Steinsbekk, S., Nesi, J., & Wichstrøm, L. (2023). Social media behaviors and symptoms of anxiety and depression. A four-wave cohort study from age 10–16 years. *Computers in Human Behavior*, 147, 107859. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107859>
- Strandbu, Å., Stefansen, K., Smette, I. (2016). En plass i jevnalderfellesskapet. *Idrettens betydning i ungdomstida Ungdom og idrett*. Ø. Seippel, M. K. Sisjord and Å. Strandbu. Oslo, Cappelen Damm Akademisk: 113-132.

- Sweeting, H., & Hunt, K. (2014). Adolescent socio-economic and school-based social status, health and well-being. *Social science & medicine*, 121, 39-47.
- Tveit. (2022). *Barnekulturpolitikk i Norge: Stortingsmelding nr. 18 Oppleve, skape dele: Om kultur for, med og av barn og unge*. <https://doi.org/https://doi.org/10.18261/nkt.25.3.3>
- Twenge, J. M., Haidt, J., Joiner, T. E., & Campbell, W. K. (2020). Underestimating digital media harm. *Nature Human Behaviour*, 4(4), 346-348. <https://doi.org/10.1038/s41562-020-0839-4>
- Twenge, J. M., Martin, G. N., & Campbell, W. K. (2018). Decreases in psychological well-being among American adolescents after 2012 and links to screen time during the rise of smartphone technology. *Emotion*, 18(6), 765-780. <https://doi.org/10.1037/emo0000403>
- Ungdata (2020). Stress, press og psykiske plager blant unge. Ungdata.no. <https://www.ungdata.no/stress-press-og-psykiske-plager-blant-unge/>
- Ungdata (2024). Norske barn og unge trives dårligere og dårligere på skolen. Ungdata.no. <https://www.ungdata.no/norske-barn-og-unge-trives-darligere-og-darligere-pa-skolen/>
- Utdanningsdirektoratet. (2024a, 16. oktober). *Overgang til videregående opplæring*. <https://www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/statistikk-grunnskole/overganger-til-videregaende-opplaring/>
- Utdanningsdirektoratet. (2024b, 16. oktober). *Flere søker yrkesfag*. <https://www.udir.no/tall-og-forskning/statistikk/statistikk-videregaende-skole/analyser/2024/sokertall-vgo-2024/>
- Utdanningsdirektoratet. (2024c). *Anbefalinger om regulering av mobiler og smartklokker i skolen*. <https://www.udir.no/regelverk-og-tilsyn/skole-og-opplaring/anbefalinger-for-mobilbruk-og-smartklokker-i-skolen/>
- Valkenburg, P. M. (2022). Social media use and well-being: What we know and what we need to know. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101294. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.12.006>
- Vardheim, I. & Imenes, A. K. (2022). Søvn og søvnvaner blant ungdom i Agder. I *Ung i Agder 2022*. KORUS sør. <https://korus.no/ung-i-agder-2022-pdf-2>
- Vardheim, I., Bentsen, A., Kristiansen, R., Lorentzen, C. A. N., Bauger, L., Møller-Skau, C., & Espetvedt, M. N. (Eds.). (2023). *Ungdata pluss i Vestfold og Telemark. Resultater fra første datainnsamling*. https://korus.fra1.digitaloceanspaces.com/publications/Ungdata_pluss_2023_5.pdf
- Weller, B. E., Bowen, N. K., & Faubert, S. J. (2020). Latent Class Analysis: A Guide to Best Practice. *Journal of Black Psychology*, 46(4), 287-311. <https://doi.org/10.1177/0095798420930932>
- World health organization (2023). A focus on adolescent mental health and well-being in Europe, central Asia and Canada Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey, World health organization, <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/373201/9789289060356-eng.pdf?sequence=2>
- Øia, T. og H. Fauske (2010). *Oppvekst i Norge*. Andre utgave. Oslo, Abstrakt forlag AS.



ungdata



KORUS sør
www.korus.no
E-post: ungdata@korus-sor.no
Tlf. 35 90 47 12

Telemark fylkeskommune
www.telemarkfylke.no
E-post: post@telemarkfylke.no
Tlf. 35 91 70 00

Ungdatasenteret ved NOVA, OsloMet
www.ungdata.no
E-post: ungdata@oslomet.no
Tlf. 67 23 50 00

Universitetet i Sørøst-Norge
www.usn.no
E-post: postmottak@usn.no
Tlf. 31 00 80 00

