



Ungdata pluss i Vestfold og Telemark

Resultater fra første datainnsamling 2023



STORBYUNIVERSITETET
VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA



Vestfold og Telemark
FYLKESKOMMUNE



Universitetet
i Sørøst-Norge



Rapport:

Ungdata pluss i Vestfold og Telemark.
Resultater fra første datainnsamling 2023

Utgitt av:

KORUS sør: www.korus.no/sor
Vestfold og Telemark fylkeskommune: www.vtfk.no
(www.vestfoldfylke.no og www.telemarkfylke.no)

ISBN:

ISBN 978-82-93629-08-5

Layout og trykk:

Wera www.wera.no

Kart er utformet av:

Kjetil Gunnerud Kristoffersen, Vestfold og
Telemark fylkeskommune og Wera

Denne rapporten refereres til som:

Vardheim, I., Bentsen, A., Kristiansen, R., Lorentzen,
C. A. N., Bauger, L., Gulløy, E., Møller-Skau, C. og
Espetvedt, M. N. (2023). Ungdata pluss i Vestfold og
Telemark. Resultater fra første datainnsamling 2023.

Denne rapporten er skrevet i et samarbeid mellom
KORUS sør, Universitetet i Sørøst-Norge og Vestfold
og Telemark fylkeskommune.

Rapporten er skrevet av:

KORUS sør ved Ingvild Vardheim, Rosanne
Kristiansen og Asle Bentsen.
Universitetet i Sørøst-Norge ved Catherine Anne
Nicole Lorentzen, Lars Bauger, Elisabeth Gulløy og
Christian Møller-Skau.
Vestfold og Telemark fylkeskommune ved Mari
Nicholls Espetvedt.

Forsidefoto: Dag Nordsveen

Baksidefoto: colourbox.com



Innhold

Forord	5	3. Familie og venner	25	DEL 3 – Dypdykk	58
Sammendrag	6	• Hva vet foreldrene om barnas fritid?.....	25	7. Organisert fritid og livskvalitet blant barn i Vestfold og Telemark	59
DEL 1 – Om undersøkelsen	8	• Venner	27	• Bakgrunn	59
Del 1. Innledning	9	• Mobbing.....	27	• Data og analyser	59
• Hva er Ungdata pluss?	9	4. Skole	29	• Resultater.....	60
• Et forskningsregister.....	10	• Tid brukt på lekser.....	32	• Hvordan forstå og bruke resultatene	63
• Utviklingen av et nytt spørreskjema.....	10	• Skoleveien.....	34	8. Sammenhenger mellom digital fritid og livskvalitet	65
• Et særlig blikk på inkludering.....	11	5. Nærmiljøet	35	• Bakgrunn	65
• Påmelding og datainnsamling.....	12	• Tilhørighet og trygghet i nærmiljøet	35	• Metode	66
• Deltakere og svarprosjenter.....	13	• Bruk av nærmiljøet	36	• Hvilke digitale fritidsmønstre kan identifiseres blant barna som deltok i Ungdata pluss?.....	67
• Om rapportens del 2 og 3	15	6. Fritid	39	• Forskjeller i livskvalitet mellom de digitale fritidsmønstrene.....	69
• Nyttige resultater	17	• Digital fritid.....	39	• Diskusjon.....	72
DEL 2 – Resultater fra undersøkelsen	18	• Fysisk aktivitet/trening	46	• Dypdykkets begrensninger.....	73
2. Livskvalitet	19	• Faste fritidsaktiviteter	47	• Avslutning	73
• Hvordan har du det?	19	• Hvordan kommer du deg vanligvis til fritidsaktiviteter?	53		
• Om deg.....	22	• Medvirkning, mestring og tilhørighet i fritidsaktivitetene	54		
• Sosial støtte.....	23	• Friluftsliv	55		

Innhold

9. Hvordan tilrettelegge for at flere elever med funksjonsnedsettelse kan delta i digitale spørreskemaundersøkelser 75

- Innledning 75
- Metode og datainnsamling 76
- Resultater og anbefalinger..... 77
- Hva så - hva nå?..... 80

Litteraturliste 81





Forord

Våren 2023 svarte over 6000 barn i Vestfold og Telemark på Ungdata pluss-undersøkelsen. Ungdata pluss er en ny og unik undersøkelse i nasjonal sammenheng.

I Ungdata pluss skal barna, som nå er 10-13 år, følges med fem ulike datainnsamlinger fram til de er i slutten av 20-årene. Dette longitudinelle designet skiller Ungdata pluss fra de ordinære Ungdata-undersøkelsene.

Ungdata pluss er et samarbeid mellom Vestfold og Telemark fylkeskommune, Universitetet i Sørøst-Norge (USN), Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet og KORUS sør. Ideen til prosjektet kom i 2020, og arbeidet med å utvikle og gjennomføre den første datainnsamlingen begynte i 2021. Utviklingen og arbeidet med undersøkelsen har vært en lang, omfattende og grundig prosess.

Målet er at vi gjennom å foreta målinger av fritidsbruk, livskvalitet, helserelaterte faktorer og andre forhold hos de samme personene over tid, kan få ny kunnskap om hvordan barn og unges fritidsvaner, oppvekstmiljø, sosioøkonomiske status, med mer, påvirker livskvalitet og livsvalg på lang sikt. Kunnskapen vil gi et mer helhetlig bilde enn det vi har i dag, av hvilke forhold i barndommen, ungdomstiden og i overgangen til voksenlivet som vil være spesielt viktig å adressere i utforming av lokale, regionale og nasjonale tiltak og folkehelsepolitikk. Dette gjelder både generelt og for barn og unge i sårbare situasjoner.

Samtidig vil vi på kort sikt få informasjon om en del forhold som det ikke spørres om i de ordinære Ungdata-

undersøkelsene. Ungdata pluss bidrar dermed til å styrke ordinære Ungdata-undersøkelser.

Vi vil sende en stor takk til de 21 kommunene som ønsket å delta i Ungdata pluss, og som la til rette for at undersøkelsen kunne gjennomføres på skolene deres. En stor takk rettes også til foreldrene som har meldt barna sine på, og ikke minst til alle de over seks tusen barna som har besvart undersøkelsen.

God lesning!

Hilsen styringsgruppa for Ungdata pluss

Hans A. Hauge
Instituttleder

Institutt for helse-, sosial- og velferdsfag
Universitetet i Sørøst-Norge

Anne-Cathrine Utsigt
Virksomhetsleder
KORUS sør

Kjersti Ulriksen
Seksjonsleder
Folkehelse og livsmestring
Vestfold og Telemark fylkeskommune

Mira Aaboen Sletten
Forskningsleder
Velferdsforskningsinstituttet NOVA
OsloMet



Sammendrag

Våren 2023 svarte over 6000 10-13 åringer på en digital spørreundersøkelse om temaer som livskvalitet, venner og familie, fritid og nærmiljø. Disse barna skal følges med gjentatte spørreundersøkelser fra skolealder til de blir voksne. Denne rapporten oppsummerer resultatene fra den første spørreundersøkelsen, og gir helt ny kunnskap om hvordan barn i Vestfold og Telemark har det og hvordan de opplever hverdagen sin.

Livskvalitet

De aller fleste barna opplever samlet sett en god livskvalitet. De er fornøyde med livet, de er ofte glade og lykkelige, og langt sjeldnere triste og ensomme. 85 % svarer at de stort sett er fornøyde med seg selv, og 86 % liker seg selv slik de er. Barna har også god sosial støtte rundt seg. Omtrent ni av ti har venner de virkelig bryr seg om, og mennesker som bryr seg om dem. Åtte av ti svarer at de har noen som vil være der om de får problemer, og at de har noen å fortelle om positive opplevelser til.

Selv om de fleste stort sett har det bra, er det noen systematiske forskjeller. Gutter er stort sett litt mer fornøyde med tingenes tilstand enn jenter, og de yngste barna er litt mer fornøyde enn de eldste. Unntaket er at de eldste guttene opplever en sterkere grad av støtte

fra omgivelsene. Tallene viser også at den sosiale støtten oppleves sterkere blant de med høy sosioøkonomisk status.

Familie og venner

Resultatene viser at de aller fleste barna har tette bånd til foreldrene sine, og har foreldre som involverer seg i deres liv. Det store flertallet oppgir at foreldrene vet mye eller alt om hvor de er på fritiden og hvem de er sammen med, og dette holder seg stabilt gjennom mellomtrinnet. Når det gjelder kjennskap til barnas problemer eller vanskeligheter, og hva de bruker tiden på skjerm til, er det imidlertid tydelig at foreldrene får mindre innsikt jo eldre barna blir.

Venner er viktig i barns liv, og heldigvis opplever nesten alle, hele 96 %, at de har noen å være sammen med på fritiden hvis de ønsker det. Samtidig som de fleste har gode venner, er det likevel 11 % som oppgir at de har blitt stengt ute, plaget eller truet av andre på skolen eller i fritiden i løpet av de siste to ukene. Dette gjelder flere jenter enn gutter.

Skole

De aller fleste barna svarer at de kommer godt overens med elevene i klassen, er godt likt av elevene i klassen, og får den hjelpen de trenger på skolen. Halvparten av barna oppgir at

de alltid eller som oftest liker skolen, men denne andelen synker litt for hvert år. 18 % av barna svarer de aldri eller sjelden liker skolen.

75 % svarer at de går, sykler eller sparkesykler til skolen, men her er det store variasjoner mellom kommunene. Det er litt flere gutter enn jenter som går, sykler eller sparkesykler. Fra nasjonalt hold er det et mål at 80 % av alle barn i Norge skal gå eller sykle til skolen.

Nærområdet

I Ungdata pluss svarer hele 95 % av barna at de føler seg trygge når de er ute i nærheten av der de bor. 60 % føler seg svært trygge, litt flere gutter enn jenter. Litt over halvparten svarer at de kan tenke seg å bo der de bor nå som voksne, men her er det variasjoner mellom kommunene i regionen.

Fritid

Mange barn bruker mye av fritiden sin på ulike skjermaktiviteter. Flertallet bruker mellom 2 og 4 timer på skjerm utenom skoletiden hver dag, og nesten hvert fjerde barn bruker 5 timer eller mer på skjerm. De bruker skjermtiden til å se på TV, filmer, serier eller YouTube, være på sosiale medier og spille spill. De største



kjønnsforskjellene i skjermaktiviteter finner vi blant de som spiller dataspill/TV-spill minst to timer per dag (38 % gutter og 7 % jenter) og de som er på sosiale medier minst to timer per dag (33 % jenter og 23 % gutter).

85 % av barna beveger seg så mye at de blir andpustne 2-3 ganger i uka eller mer. Det er langt flere gutter enn jenter som beveger seg så mye at de blir andpustne hver dag. 86 % av barna går på faste fritidsaktiviteter. De fleste driver med idrett eller sport. Rundt 60 % svarer at de ofte eller veldig ofte driver med friluftsliv på sommeren og 50 % gjør det på vinteren.

Dypdykk i utvalgte tema

Del 3 av rapporten består av tre kapitler der vi dykker ned i ulike temaer knyttet til undersøkelsen. To av kapitlene er knyttet til analyser av resultatene fra Ungdata pluss, mens det siste kapitlet ser nærmere på et sideprosjekt av Ungdata pluss: Tilgjengelighetsstudien.

Sammenheng mellom deltakelse i organisert fritidsaktivitet og livskvalitet

I kapittel 7 ser vi på sammenhenger mellom deltakelse i organisert fritidsaktivitet og livskvalitet, og mellom barnas opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i

organisert fritidsaktivitet og livskvalitet. Resultatene viser at barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter opplever betydelig høyere livskvalitet enn de som ikke deltar i slike aktiviteter. Blant de som deltar, øker livskvaliteten for hver ekstra hverdag i uka med organisert aktivitet, helt til det flater ut ved 4 dager i uka. Barna som deltar i fritidsaktiviteter opplever generelt stor grad av medvirkning når det gjelder å bestemme hvilke aktiviteter de skal gå på, men at de i mindre grad får bestemme hva de skal gjøre i aktivitetene de er med på. Jo større grad av medvirkning, mestring og tilhørighet barna opplever i fritidsaktiviteten, desto bedre opplever de at livet sitt er.

Sammenhenger mellom digital fritid og livskvalitet

Kapittel 8 setter søkelys på sammenhenger mellom barnas digitale fritidsbruk og livskvalitet. Basert på resultater fra undersøkelsen blir forskjellige mønstre i barnas fritidsbruk identifisert og beskrevet. Alle barna blir plassert i gruppe sammen med andre som deler noenlunde samme digitale fritidsvaner, i alt fem grupper. To av disse fem gruppene kjennetegnes ved at barna bruker veldig mye tid på skjerm, i to grupper har de en relativ moderat tidsbruk på skjerm, mens den siste gruppa har veldig lite skjermbruk. Gjennomgående er det slik at gruppene med mindre

skjermtid rapporterer om signifikant høyere livskvalitet enn gruppene med mye skjermtid.

Tilgjengelighetsstudien

I det siste kapitlet ser vi nærmere på erfaringer fra Tilgjengelighetsstudien; et utviklingsprosjekt med formål om å øke deltakelsen blant barn og unge med ulike funksjonsnedsettelse i digitale spørreskjemaundersøkelser som gjennomføres i skolen. Datainnsamlingen ble tett knyttet til planleggingen av Ungdata pluss, og omfatter blant annet intervjuer med lærere og elever. I kapitlet presenteres funn og anbefalinger i tre ulike kategorier: retningslinjer og informasjon, brukervennlighet og utforming av spørreskjema. Prosjektet har bidratt med kunnskap som på lang sikt vil være nyttig for å kunne øke deltakelsen i digitale spørreskjemaundersøkelser blant barn og unge med funksjonsnedsettelse.

Del 1. Om undersøkelsen



1. Innledning

Hva er Ungdata pluss?

Ungdata pluss er en ny longitudinell undersøkelse som hadde sin første runde med innsamling av svar i mai-juni 2023. Det at undersøkelsen er longitudinell betyr at de samme personene følges over tid med gjentakende spørreundersøkelser. I Ungdata pluss skal barn som er 10-13 år i 2023 følges gjennom oppveksten og inn i voksenlivet. Fem innsamlinger med data er foreløpig planlagt.

I overkant av 6000 barn på 5., 6. og 7. trinn i 21 av 23 kommuner i Vestfold og Telemark svarte i den første runden. De svarte blant annet på spørsmål om fritid, nærmiljø, familie, venner, livskvalitet og hvordan de har det. Denne rapporten gir noen første resultater fra Ungdata pluss, og et innblikk i mulighetene som ligger i denne undersøkelsen, både nå og når deltakende barn blir fulgt videre.

Ungdata pluss vil gi ny kunnskap om hvordan barn og unge i Vestfold og Telemark har det, hva de gjør i fritiden sin og hvordan de opplever ulike sider ved nærmiljøet sitt. Begrepet fritid er her brukt i vid forstand, og barn og unges fritidsvaner er i stor endring, særlig med tanke

på den digitale fritiden. På sikt vil Ungdata pluss gjøre det mulig å undersøke hvilken betydning ulike sider ved barns fritidsvaner og hverdagsliv ellers har for livskvalitet i barndommen, gjennom ungdomsperioden og inn i voksenlivet. Målet er å få ny kunnskap om hva som kan gjøres for at flest mulig barn og unge, uavhengig av kjønn, oppvekststed, familiens økonomi og sosioøkonomiske status, får gode forutsetninger for livskvalitet og deltakelse i samfunnslivet.

Kunnskap fra Ungdata pluss vil gi nyttige bidrag i det brede folkehelsearbeidet, både forebyggende og helsefremmende arbeid lokalt, regionalt og nasjonalt.

Ungdata pluss har sitt utspring i Ungdata (8. trinn-vg3) og Ungdata junior (5.-7. trinn), et standardisert system for lokale spørreskjemaundersøkelser som alle kommuner og fylkeskommuner i landet kan gjennomføre i regi av Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet¹. Ordinære Ungdata-undersøkelser gir et øyeblikksbilde over situasjonen i ulike kommuner og blant ulike grupper av barn og unge. Etter en første henvendelse fra Vestfold og Telemark fylkeskommune til NOVA våren 2020, om muligheten for å utvide deler av Ungdata til en

longitudinell undersøkelse, begynte ballen å rulle til det som nå har blitt Ungdata pluss. Ungdata pluss er forankret i et samarbeid mellom NOVA, Vestfold fylkeskommune, Telemark fylkeskommune, KORUS sør og Universitetet i Sørøst-Norge (USN).

Barna som er meldt på Ungdata pluss vil bli invitert til å svare på et nytt spørreskjema i 2026, når de går på ungdomsskolen. Deretter i år 2029, når de er i videregående skole-alder. Videre er det foreløpig planlagt en datainnsamling fem år etter det (i 2034), og fem år etter det igjen (i 2039). Den siste av disse fem planlagte datainnsamlingene vil altså foregå når de eldste deltakerne er i slutten av 20-årene.

¹ Se www.ungdata.no.



Et forskningsregister

Å kunne følge de samme barna over tid krever at personidentifiserende informasjon samles inn, og Ungdata pluss regnes derfor ikke som en anonym spørreundersøkelse. Ungdata pluss er definert som et forskningsregister. Det betyr at data som samles inn ikke er knyttet til ett spesifikt forskningsprosjekt, men at materialet over tid kan brukes til flere forskningsprosjekter med ulike tematikk. Ungdata pluss har fått tilrådning av Sikt-Kunnskapssektorens tjenesteleverandør².

Det at undersøkelsen ikke er anonym gjør det også mulig å koble på informasjon fra andre kilder, såkalte registerdata, f.eks. fra Statistisk sentralbyrå. Så lenge deltakeren fortsatt er barn og ungdom er det mest aktuelt å koble på informasjon om foreldre, og da særlig informasjon som kan gi bedre innsikt i ulike oppvekstvilkår, slik som f.eks. husholdningens økonomi. Kartdata er også aktuelt å koble på, slik at f.eks. spørsmål om bruk av nærmiljøet kan analyseres i forhold til fysiske egenskaper ved stedet hvor barnet bor.

I Ungdata pluss har foresatte aktivt meldt på sine barn, og de har da samtidig godkjent at slike koblinger kan bli gjort. Når barna selv har blitt voksne er det aktuelt å koble på informasjon om gjennomføring av videregående og høyere utdanning, arbeidstilknytning og inntekt. Å

kunne koble på registerdata kan få frem mer pålitelig og nyttig kunnskap, som i siste instans kan bidra til bedre oppvekstvilkår. Ungdata pluss vil, både på grunn av mulighet for registerkoblinger, og fordi barna skal følges med gjentakende undersøkelser, også være med på å styrke forståelsen av resultater fra ordinære Ungdata-undersøkelser.

Utviklingen av et nytt spørreskjema

Ungdata pluss skal finne fram til faktorer ved barns hverdagsliv som kan bidra til å utvikle god livskvalitet og helse gjennom barne- og ungdomsårene, og gode overganger til voksenlivet. Mandatet for utviklingen av det første spørreskjemaet tilsa at spørsmål om fritidsaktiviteter, tidsbruk og nærmiljø skulle utgjøre kjernespørsmål, sammen med spørsmål som dekket livskvalitet, helserelaterte faktorer og sosiale forhold. Det var også viktig at spørreskjemaet fanget opp de endringene som har skjedd i fritid og familieliv de siste tiårene. Fritidsaktiviteter i tradisjonell forstand (deltakelse i organiserte og egenorganiserte aktiviteter), digitalt hverdagsliv og hva man gjør sammen med venner og familie var temaer som skulle dekkes.

Siden oppstarten har Ungdata pluss hatt et eksplisitt barne- og ungdomsperspektiv. Idealet om å få fram barn og unges stemmer setter nye krav til datainnsamling og

statistikkproduksjon, både når det gjelder *hva* vi spør om, og *hvordan* vi spør. Fra utviklingspsykologien har vi kunnskap om hvordan barn og unges kognitive og sosiale ferdigheter endres gjennom oppveksten (Gulbrandsen, 2006). Det såkalte kognitive perspektivet på svarprosessen innebærer at vi må undersøke om svarpersonens tolkning og forståelse av spørsmål samsvarer med det forskeren tror (Tourangeau, Rips & Rasinski, 2000). Dessuten er det viktig å undersøke hvor enkelt eller vanskelig spørsmålet er å besvare for ulike personer som skal få spørreskjemaet (Haraldsen, 1999; Miller, 2014).

I Ungdata pluss har vi svart på disse kravene ved å gjennomføre kvalitative undersøkelser med barn og ungdom gjennom utviklingsfasen av arbeidet med spørreskjemaet. Ambisjonen var å finne fram til spørsmål som kunne fungere godt, sett fra barnas perspektiv, men også å finne fram til spørsmål som måler fritid og aktiviteter på måter som dagens barn kan kjenne seg igjen i. Arbeidet startet med fokusgruppeundersøkelser blant 5.-7.-klassinger ved skoler i Vestfold og Telemark. Formålet med fokusgruppene var å få god innsikt i hvordan elevene i disse aldersgruppene snakket om fritiden sin; hva de var opptatt av, hva som var viktig for dem og hvordan de grupperte ulike aktiviteter, inkludert digitale eller skjermbaserte aktiviteter på fritiden. Resultatene fra fokusgruppene dannet grunnlag for å utvikle nye



spørsmål, men også for å evaluere spørsmålsmoduler fra andre barne- og ungdomsundersøkelser. I denne prosessen brukte vi kognitive intervjuer, som er en metode for å finne ut om spørreskjemaspørsmål tolkes og besvares på den intenderte måten og i hvilke grad spørsmålene er enkle eller vanskelige å forstå og å svare på for respondentene de er ment for (Haraldsen, 1999). Bruk av kognitive intervjuer i planleggingsfasen av en survey kan bidra til å redusere den typen målefeil som oppstår gjennom svarprosessen (Collins, 2015). I løpet av høsten 2022 gjennomførte vi til sammen 14 individuelle kognitive intervjuer med barn fra 5.-7. trinn, om hvordan barna forstår og besvarer etablerte spørsmålsmoduler om fritid og andre tema. På grunnlag av dette ble det i noen tilfeller utviklet helt nye spørsmål gjennom en gjentakende prosess: Først undersøke hvordan barna besvarer et utkast til spørsmål, så bruke resultatene herfra til å omformulere spørsmålet, så en ny runde med intervjuer på den justerte versjonen, osv. Tre slike runder med individuelle kognitive intervjuer ble fullført før spørreskjemaet var klart til pilotering. De kognitive intervjuene foregikk både i ordinære skoler og i klasser for barn med behov for særskilt tilrettelegging knyttet til læring og sosial fungering (Gulløy et al. 2023).

I november 2022 ble den første versjonen av spørreskjemaet

pilotert av over 200 barn på mellomtrinnet på to skoler utenfor Vestfold og Telemark. Dette ga verdifull informasjon om hvordan spørsmålene fungerte for 10-13-åringer og hvordan datainnsamlingen fungerte i klasserommene. Pilotundersøkelsen resulterte i noen mindre endringer i spørreskjemaet. Det endelige spørreskjemaet som ble brukt i den første datainnsamlingen bestod av inntil 54 spørsmål/spørsmålsbatterier med totalt 90 avkrysninger³. Tematisk har spørreskjemaet flere likheter med spørreskjemaet til Ungdata junior, men kun et fåtall spørsmål i de to undersøkelsene er formulert på lik måte.

Bruken av kvalitative metoder i planleggingsfasen har bidratt til at informasjonsmaterialet og spørreskjemaet, i større grad enn det som har vært vanlig, er utformet på barnas premisser. Hver av de kvalitative undersøkelsene vil også dokumenteres som selvstendige undersøkelser i dokumentasjonsrapporten til Ungdata pluss (publiseres i 2024). Dokumentasjonen av Tilgjengelighetsstudien (Gulløy et al. 2023) har også en grundig presentasjon av utviklingsarbeidet, og da særlig utviklingen av spørreskjemamodulen for måling av funksjonsnedsettelse blant barn.

Informasjonen fra de to dokumentasjonsrapportene kan

være nyttig i tolkningsarbeid for data fra Ungdata pluss og de ordinære Ungdata-undersøkelsene, og det har også vært nyttig i forbindelse med revideringen av spørreskjemaet til Ungdata junior. Erfaringene fra planleggingen av Ungdata pluss har dessuten relevans for Elevundersøkelsen, lokale kartlegginger og andre digitale undersøkelser som gjennomføres i norsk skole.

Spørreskjemaet dekker spørsmål om:

- Hvordan du har det
- Familien og hjemmet ditt
- Området der du bor
- Skole
- Venner
- Fritidsaktiviteter
- Fysisk aktivitet og friluftsliv
- Skjerm og mobil

Et særlig blikk på inkludering

Våren 2022 fikk USN tildelt finansiering fra Regionalt forskningsfond (RFF) Vestfold og Telemark⁴ til et utviklingsprosjekt med formål å øke deltakelsen blant barn og unge med ulike funksjonsnedsettelse i digitale spørreskjemaundersøkelser som gjennomføres i skolen (Gulløy et al. 2023)⁵. Prosjektet fikk navnet

³ Spørreskjemaet er tilgjengelig i sin helhet ved henvendelse til: ungdata@oslomet.no

⁴ Prosjektnummer: 335453

⁵ Dokumentasjonsrapporten for Ungdata pluss er planlagt publisert vinteren 2024.



Tilgjengelighetsstudien fordi det handlet om å gjøre digitale undersøkelser mer tilgjengelige gjennom hele datainnsamlingen, fra rekruttering til pålogging til spørreskjema og svarprosess. Ungdata ble valgt ut som empirisk eksempel for Tilgjengelighetsstudien, og datainnsamlingen ble tett knyttet til planleggingen av Ungdata pluss.

De ulike undersøkelsene innenfor Tilgjengelighetsstudien omfattet individuelle intervjuer (inkludert testing av brukergrensesnittet i forhold til universell utforming) med barn i 5.-7. trinn i ulike skoler og klasser, fokusgrupper med lærere, fokusgrupper med Ungdata-ansvarlige i kommunene, og til sist fokusgrupper med elever i den videregående skolen som har behov for opplæring utover ordinært undervisningstilbud. Poenget med den siste undersøkelsen i videregående skole var å få kunnskap om hvilke erfaringer disse elevene hadde med tidligere deltakelser i spørreskjemaundersøkelser i skolen, hvordan de vurderte tilrettelegging for å styrke deltakelsen fra elever med kognitive funksjonsnedsettelser, og til sist hvordan de vurderte spørsmålsmoduler om funksjon.

Ressursene og de faglige bidragene fra Tilgjengelighetsstudien gjorde at søkelyset på tilgjengelighet og inkludering ble sterkere i Ungdata pluss enn det ellers ville vært. Perspektivene til barn og unge med kognitive funksjonsnedsettelser fikk spille en viktig rolle i utvikling og testing av spørreskjemaet til

Ungdata pluss, og særlig i utviklingen av en modul for å måle fysiske og kognitive funksjonsnedsettelser blant barn basert på subjektiv opplevelse av funksjon. For en detaljert redegjørelse for disse prosessene henviser vi til dokumentasjonsrapporten (Gulløy et al. 2023). Modulen tar utgangspunkt i måling av funksjon slik det anbefales i en internasjonal prototype utviklet av FN-organet «The Washington Group on Disability Statistics», men tilpasset barnas alder og en norsk kontekst (Washington Group on Disability Statistics, 2020). Prototypen fra Washington Group kalles Short Set on Functioning (WG-SS) og er en standardisert spørreskjemamodul. Modulen anbefales av internasjonale organisasjoner for innsamling av surveydata på funksjonsnedsettelser, og den ble utviklet for å forbedre sammenlignbarheten og konsistensen av data på tvers av land og over tid (Washington Group on Disability Statistics, 2023).

Prosjektet har bidratt med kunnskap som på lang sikt vil være nyttig for å kunne øke deltakelsen i digitale spørreskjemaundersøkelser blant barn og unge med funksjonsnedsettelser. Ellers ga Tilgjengelighetsstudien ny informasjon om rekruttering av elever med funksjonsnedsettelser til spørreskjemaundersøkelser i skolen, og om barnas og ungdommenes vurderinger av ulike funksjonsmoduler til spørreskjemaet. Prosjektet bidro også med innspill til den praktiske gjennomføringen av Ungdata pluss, til utformingen av informasjonsmaterialet, og anbefalinger til utforming av brukergrensesnitt for

digitale spørreskjema. Mer informasjon om prosjektet presenteres i kapittel 9.

Påmelding og datainnsamling

For å gjøre det mulig å følge de samme barna over tid er det nødvendig at NOVA, som administrerer arbeidet med datainnsamling, har tilgang til personidentifiserbar informasjon om deltakere. Dette setter andre krav til informasjon, påmelding og datainnsamling enn for anonyme spørreundersøkelser.

I utgangspunktet ønsket vi å rekruttere alle kommunene i Vestfold og Telemark, og alle elevene på 5.-7. trinn, til Ungdata pluss. 21 av 23 kommuner ble med. Det var deretter kommunene som hadde ansvaret for å rekruttere skolene. Når det gjaldt rekruttering av private skoler, gjorde kommunene dette selv i noen kommuner, mens andre fikk bistand av NOVA.

Det var nødvendig å skaffe oversikt over foresatte og elever på 5.-7. trinn i alle deltakende kommuner. NOVA henvendte seg til kommunene (via en innsynsbegjæring) for å få tilsendt kontaktinformasjon til barna som skulle inviteres til å delta i studien, og deres foresatte som måtte melde dem på. Ved hjelp av kontaktinformasjonen fra kommunene opprettet NOVA et kontaktregister. Dette ble benyttet når invitasjon til foresatte om å melde sitt barn på undersøkelsen ble sendt ut. I april-mai 2023 ble det sendt ut informasjon om undersøkelsen til barnas

foresatte, med invitasjon til å melde sitt/sine barn på undersøkelsen. Skolene bisto med å informere de foresatte om undersøkelsen i forkant av invitasjonen.

På hver skole ble det utpekt en kontaktperson som fikk ansvar for å koordinere gjennomføringen på skolen. I mai-juni 2023 ble undersøkelsen gjennomført på skolene, ved at elevene logget seg på med en kode og svarte på et elektronisk spørreskjema. Det var bare elever som var påmeldt av minst én av sine foresatte som fikk anledning til å delta. Elevene ble i forkant av undersøkelsen informert om at de selv kunne velge om de ville delta og at de sto fritt til å hoppe over spørsmål de eventuelt ikke ønsket å besvare. De kunne også når som helst trekke seg dersom de ønsket det.

Deltakere og svarprosjenter

21 av 23 kommuner fra Vestfold og Telemark fylke deltok våren 2023 i den første datainnsamlingen til Ungdata pluss. Kommunene som deltok var Tønsberg, Larvik, Færder, Horten, Holmestrand, Bamble, Drangedal, Fyresdal, Hjartdal, Kviteseid, Midt-Telemark, Nissedal, Nome, Notodden, Porsgrunn, Seljord, Siljan, Skien, Tinn, Tokke og Vinje. Sandefjord og Kragerø kommuner deltok ikke. Både kommunale og private skoler i de deltakende kommunene ble invitert med.



Foto: Jonas Ingstad



I tabell 1.1 er det en oversikt over deltakende kommuner. I de tre første kolonnene er oversikt over antall elever påmeldt til Ungdata pluss i hver kommune, antallet som har svart på undersøkelsen i hver kommune og svarprosenten av de påmeldte. I de to siste kolonnene finner vi populasjonen med barn i 5.-7. trinn per kommune, samt hvor stor prosentandel av populasjonen som har svart på Ungdata pluss. Populasjonen i alle de deltakende kommunene var til sammen 11 848, og av de fikk vi 7240 påmeldinger til Ungdata pluss. Av alle de påmeldte var det 6049 som svarte. Dette gir en svarprosent på 51 % av populasjonen og 84 % av de påmeldte.

Totalt deltok 6049 barn; 3496 fra Vestfold og 2553 fra Telemark. Av disse var 3050 gutter (51 %) og 2977 jenter (49 %), og 1996 barn fra 5. trinn, 2055 barn fra 6. trinn og 1986 barn fra 7. trinn (se figur 1.1.).

Tabell 1.1 Deltakelse i Ungdata pluss

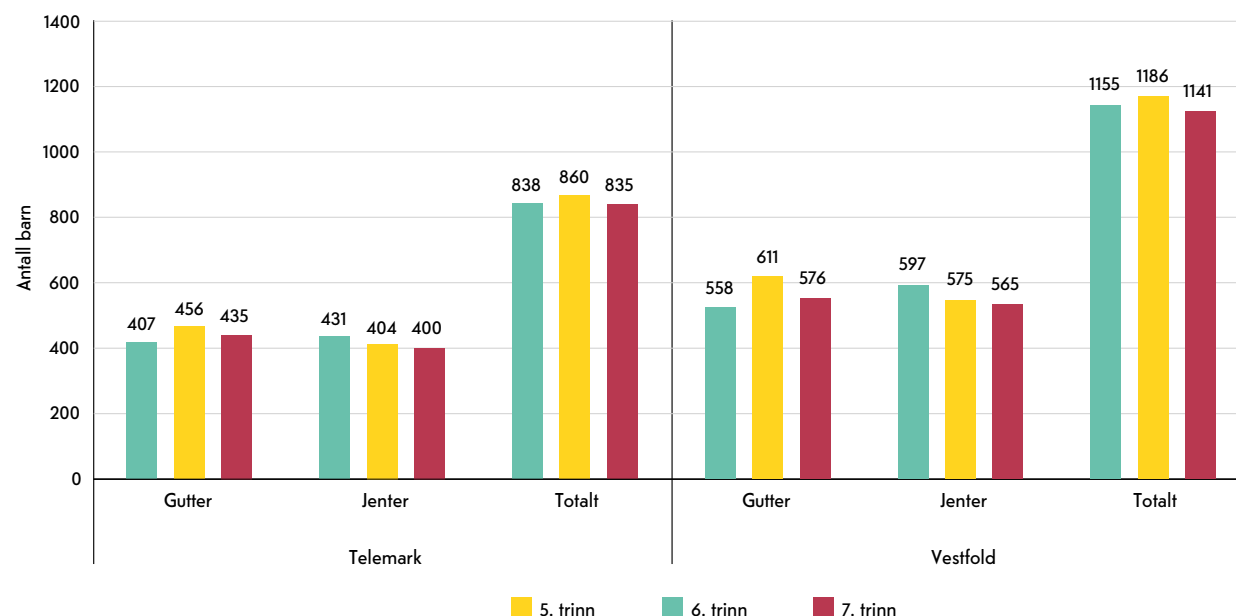
Datautvalget pr. kommune, fylke og samlet.

Kommune	Antall påmeldte til Ungdata pluss	Antall som har svart på Ungdata pluss	Andel påmeldte som har svart	Populasjon ⁶	Andel som har svart av populasjonen
Tønsberg	1268	1147	90 %	1904	60 %
Larvik	1011	888	88 %	1617	55 %
Færder	671	550	82 %	971	57 %
Horten	555	444	80 %	946	47 %
Holmestrand	518	467	90 %	894	52 %
Totalt Vestfold	4023	3496	87 %	6332	55 %
Skien	995	739	74 %	1849	40 %
Porsgrunn	755	591	78 %	1226	48 %
Bamble	263	235	89 %	482	49 %
Notodden	246	190	77 %	432	44 %
Midt-Telemark	223	172	77 %	371	46 %
Nome	134	123	92 %	196	63 %
Tinn	107	101	94 %	160	63 %
Drangedal	95	83	87 %	153	54 %
Vinje	91	87	96 %	132	66 %
Seljord	72	21	29 %	130	16 %
Kviteseid	48	43	90 %	82	52 %
Siljan	42	26	62 %	71	37 %
Tokke	42	41	98 %	72	57 %
Hjartdal	39	39	100 %	54	72 %
Nissedal	36	33	92 %	53	62 %
Fyresdal	29	29	100 %	53	55 %
Totalt Telemark	3145	2553	81 %	5516	46 %
Totalt Ungdata pluss	7240	6049	84 %	11 848	51 %

⁶ «Populasjonen» er alle som mottok invitasjon til deltakelse, men dette inkluderer ikke alltid alle i målgruppen i kommunen, siden det varierte fra kommune til kommune hvor mange av eventuelle privatskoler som var invitert med.


Figur 1.1 Deltakelse i Ungdata pluss

Antall barn som har svart på Ungdata pluss, fordelt på fylke, trinn og kjønn.



Barnas deltakelse i Ungdata pluss-undersøkelsen krevde aktivt samtykke fra minst en av de foresatte. Dette har mest sannsynlig bidratt til en lavere svarprosent enn for ordinære Ungdata junior-undersøkelser, hvor foreldrene kun må gi beskjed dersom barnet ikke skal delta. Videre ble Ungdata pluss-undersøkelsen gjennomført i perioden fra slutten av mai og frem til skoleferien i juni. Denne gjennomføringsperioden, helt på slutten av skoleåret, gjorde

det utfordrende for noen skoler å få gjennomført som ønsket, og dette kan ha redusert svarprosenten noe.

Om rapportens del 2 og 3

I del 2 og 3 av denne rapporten presenteres de første resultatene fra Ungdata pluss. Del 2 inneholder beskrivende resultater fra undersøkelsen, fordelt på hovedtemaene livskvalitet, familie og venner, skole, nærmiljø og fritid. De

fleste spørsmålene fra undersøkelsen er inkludert, men ikke alle. At noen spørsmål ikke er med, handler blant annet om at disse spørsmålene krever mer sammensatte analyser og at de vil gi mer mening når de blir brukt i analyser sammen med informasjon fra fremtidige datainnsamlinger.

Resultatene vises først for hele utvalget, eventuelt brutt ned på kjønn og klassetrinn, og i enkelte tilfeller også familiens sosioøkonomiske status, litt avhengig av hva som peker seg ut som interessant. Målet på sosioøkonomisk status (SØS) er basert på spørsmål om barnas tilgang til ulike materielle goder; hvor mange nettbrett eller datamaskiner familien har, hvorvidt barna har eget soverom, om familien disponerer bil og hvor mange ganger barna var på ferie i utlandet med familien det siste året. Basert på svarene er hvert enkelt barn kategorisert i gruppene lav, middels eller høy sosioøkonomisk status (SØS). Disse gruppene er laget slik at de utgjør tre like store grupper når vi ser alle barna i Vestfold og Telemark under ett.

Flere resultater presenteres på fylkes- og kommunenivå i form av kart. På grunn av lavt antall deltakere i Seljord, blir ikke Seljord med i disse kommuneoversiktene. Kragerø og Sandefjord kommuner deltok ikke i Ungdata pluss, og vil dermed heller ikke vises i kommuneoversiktene. Når fylkestall blir oppgitt er det dermed uten disse to kommunene. På de fleste spørsmålene er det ganske like trender for Vestfold og Telemark samlet sett, men der hvor det ikke er det vil vi kommentere det i teksten.



Foto: Jonas Ingstad

Når det gjelder resultater på kommunenivå, er det viktig å være klar over at en ujevn fordeling av barn mellom klassetrinn eller kjønn kan gi store utslag. For eksempel kan en kommune der en høyere andel 7. klassinger enn 5. klassinger har svart, få stort utslag på bruk av sosiale medier, 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 gjøre store utslag uten at dette nødvendigvis dreier seg om signifikante forskjeller fra de andre kommunene. Kommuneoversiktene bør derfor tolkes med stor varsomhet, særlig når det gjelder de minste kommunene.

Del 3 av rapporten består av tre kapitler der vi dykker ned i ulike temaer knyttet til undersøkelsen. To av dypdykkene er knyttet til analyser av dataene fra Ungdata pluss-undersøkelsen, mens det siste dypdykket er knyttet til Tilgjengelighetsstudien, et sideprosjekt av Ungdata pluss. I kapittel 7 ser vi på sammenhenger mellom deltakelse i organisert fritidsaktivitet og livskvalitet, mens vi i kapittel 8 ser på sammenhenger mellom digital fritid og livskvalitet. I kapittel 9 ser vi på erfaringer fra Tilgjengelighetsstudien, og hvordan vi kan tilrettelegge for at flere elever med funksjonsnedsettelse kan delta i digitale spørreskjemaundersøkelser.



Nyttige resultater

Ungdata pluss er en longitudinell undersøkelse, hvor deltakerne skal følges gjennom fem datainnsamlinger. Dette forventes å gi en type kunnskap som man ikke får gjennom de vanlige Ungdata-undersøkelsene, som er tverrsnittundersøkelser. Samtidig som Ungdata pluss har dette langsiktige målet, er det mye nyttig å hente fra resultatene allerede nå. Ungdata pluss er en god kilde i oversiktsarbeidet som folkehelseloven pålegger fylkeskommunen og kommunene å gjennomføre.

Resultatene som er presentert i denne rapporten bidrar til ny innsikt og vil forhåpentligvis vekke noen tanker om hvordan arbeide videre for å styrke alle barn og unges livskvalitet. Som et tilbud til skolene som deltok er det laget en presentasjon med noen av resultatene fra undersøkelsen. Dette kan være utgangspunkt for et undervisningsopplegg. Presentasjonen inneholder lokale resultater fra kommunene om hvilke organiserte fritidsaktiviteter elevene deltar i, samt hva de gjør i sin digitale fritid. I tillegg er det laget noen forslag til refleksjonsspørsmål knyttet til resultatene i undersøkelsen. Alle deltakende kommuner med mer enn 50 elever har fått resultater fra egen kommune. I tillegg har alle kommunene fått en presentasjon med fylkestall. Målet har vært å lage en presentasjon og ressurs som kan skape gode refleksjoner i klassen.

Videre kan resultater fra denne rapporten hentes ut og gi inngang til gode samtaler med barn i målgruppen, foresatte og andre som arbeider med barn og unge. Det kan f.eks. være samtaler om ulike temaer som kommunen er opptatt av i sitt arbeid med å skape et godt oppvekstmiljø.

Våren 2024 blir de ordinære Ungdata- og Ungdata juniorundersøkelsene gjennomført i Vestfold og Telemark. Noen av temaene som er dekket i Ungdata pluss vil kunne være nyttige å se i sammenheng med nye funn i de ordinære Ungdata-undersøkelsene, for eksempel spørsmål om fritid, som er dekket med mange spørsmål i Ungdata pluss.



Del 2. Resultater fra undersøkelsen

Tekst: Ingvild Vardheim, Asle Bentsen og Rosanne Kristiansen, KORUS sør



2. Livskvalitet

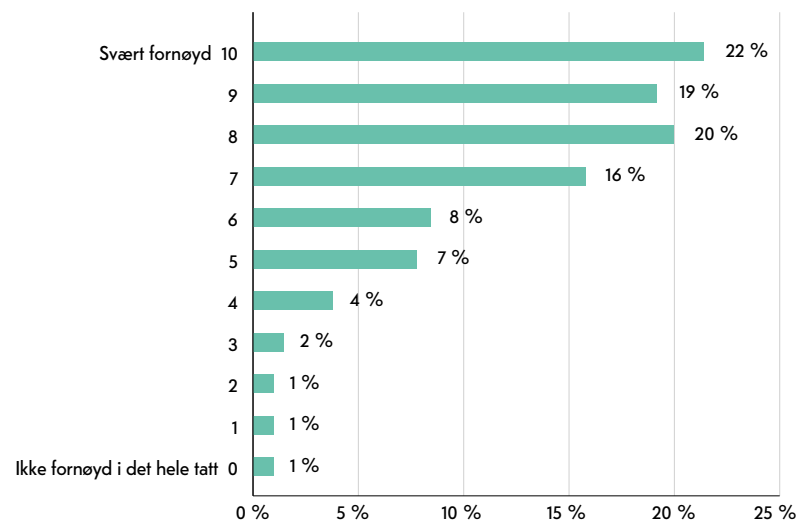
En viktig motivasjon for å drive med oversiktsarbeid rettet mot barn og unge er at alle som vokser opp skal oppleve å ha god livskvalitet. Livskvalitet er dermed et viktig utfallsmål knyttet til oppvekst. Begrepet brukes ofte for å beskrive subjektive opplevelser av tilfredshet, glede, mestring og mening, samt fravær av psykiske plager og negative følelser⁷. Litteraturen deler gjerne begrepet opp i subjektiv og objektiv livskvalitet, der den subjektive viser til enkeltindividenes opplevelser av ting, mens den objektive viser til sentrale sider ved livssituasjonen som frihet, trygghet, helse, fellesskap og muligheter for selvutvikling⁸. Denne rapporten skiller ikke nødvendigvis på begrepene, men fordi Ungdata pluss er en spørreundersøkelse som undersøker barnas opplevelser, forteller nok svarene mer om subjektiv enn objektiv livskvalitet.

Hvordan har du det?

Ungdata pluss inneholder et generelt spørsmål om hvor fornøyd barna er med livet sitt på en skala fra 0-10, der 0 er «ikke fornøyd i det hele tatt», og 10 er «svært fornøyd». Figur 2.1 viser at de aller fleste (77 %) svarer fra 7 til 10 og er dermed godt fornøyd med livet sitt. Imidlertid er det også noen få som ikke, eller nesten ikke er fornøyd i det hele tatt.

Figur 2.1 Tilfredshet med livet

Prosentandel som plasserer seg fra 0 – 10 på en skala som måler fornøydhet med livet. Svarfordeling alle.



Gjennomsnittlig fornøydhet ligger på 7,7 (Vestfold 7,7 og Telemark 7,8) som er veldig bra. Figur 2.2 viser at guttene i gjennomsnitt oppgir å være mer fornøyd med livet sitt enn jentene. Vi ser også at graden av fornøydhet

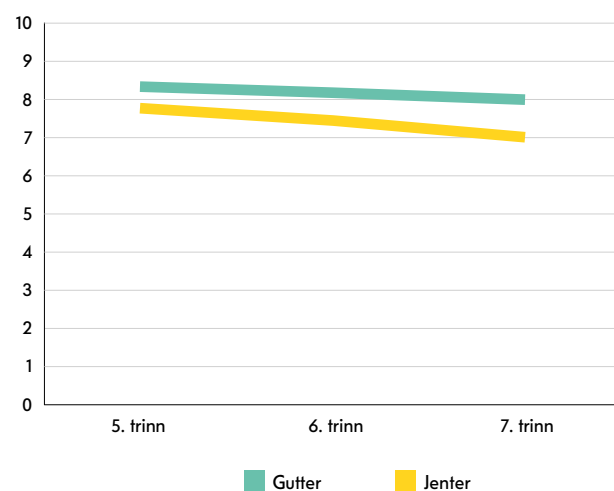
synker med klassetrinn både for jenter og gutter, og den synker mer for jentene. Det har vært mye oppmerksomhet i oppvekstforskningen, også i forskning med utgangspunkt i Ungdata-undersøkelsene, på subjektive helseforskjeller

⁷ <https://www.fhi.no/nettpub/hin/samfunn/livskvalitet-i-norge/>

⁸ <https://www.fhi.no/he/folkehelserapporten/samfunn/livskvalitet-i-norge/?term=#hva-er-livskvalitet>

Figur 2.2 Fornøyd med livet

Gjennomsnittlig fornøydhet med livet, fra 0 – 10. Svarfordeling trinn og kjønn.

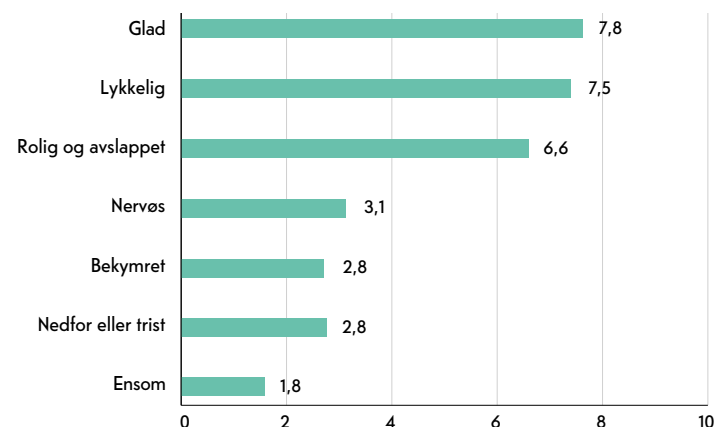


mellom gutter og jenter (Bakken, 2022). Vi finner disse forskjellene når det gjelder det å være fornøyd også, men det viktigste funnet er likevel at de aller fleste oppgir å være godt fornøyde med livene sine.

Selv om livet som oftest er bra, består det selvfølgelig av mange ulike følelser. Noen gode følelser, og andre mindre gode følelser. Figur 2.3 viser i hvilken grad respondentene har følt seg «glad», «lykkelig», «rolig og avslappet», «nervøs», «bekymret», «nedfor eller trist», og «ensom»

Figur 2.3 Følelser sist uke

Gjennomsnittsskåre fra 0 – 10 på ulike følelser. Svarfordeling alle.



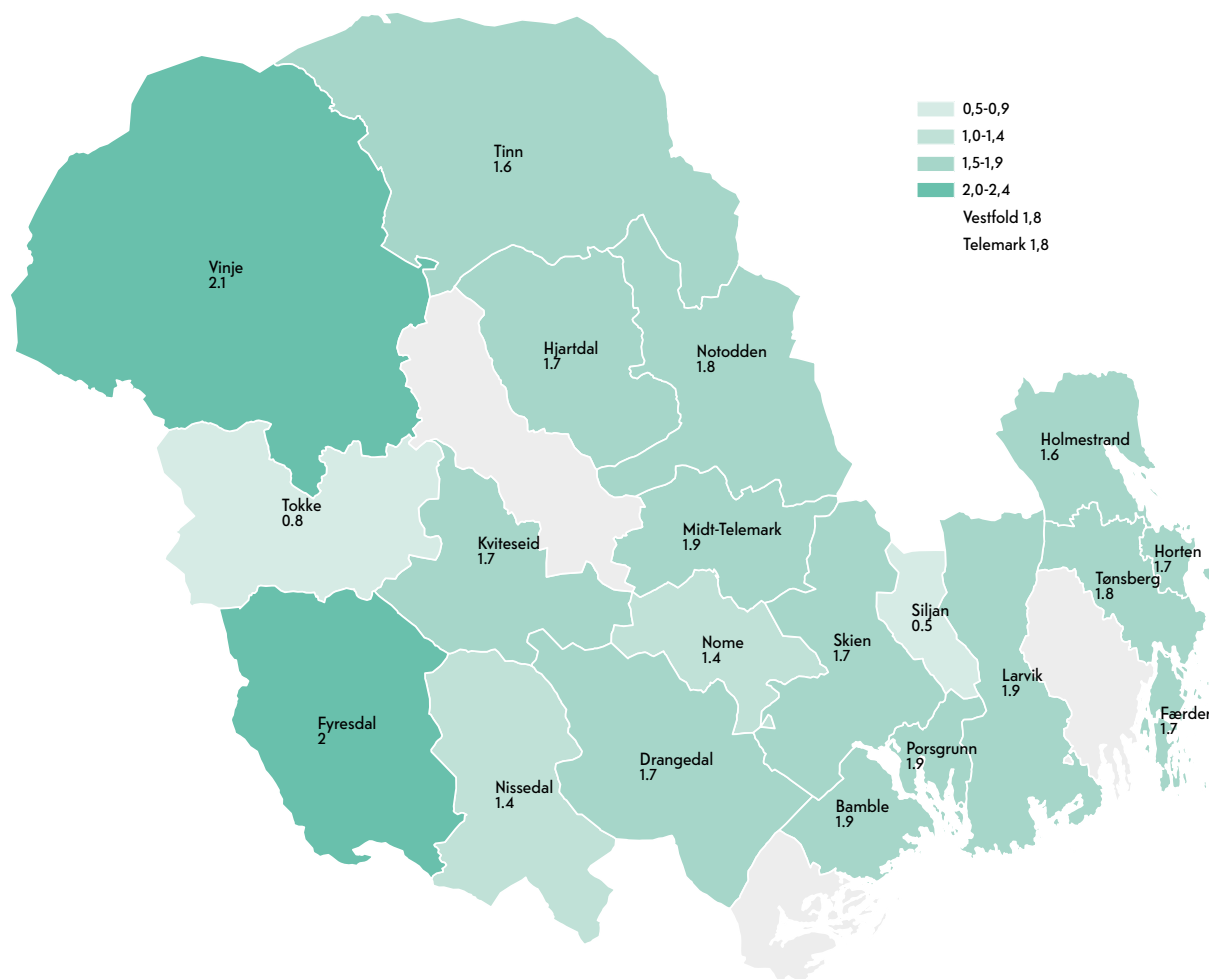
sist uke. Skalaen går fra 0 «har ikke vært» til 10 «har ofte vært». Det er følelser som å være glad, lykkelig, og rolig og avslappet respondentene har følt mest på den siste uka. Gjennomsnittsskåren tilsier at det er svært vanlig å ofte være glad og lykkelig.

Vi ser også at selv om det er de gode følelsene som dominerer, er det helt vanlig å noen ganger være nervøs, bekymret, og nedfor eller trist også. En vanlig uke i respondentenes liv inneholder med andre ord både positive

og negative følelser, men for de aller fleste er det de positive følelsene som dominerer. Det å være ensom er den følelsen de færreste ofte har følt på. Nesten halvparten av barna har ikke vært ensomme i det hele tatt uka før undersøkelsen, og det er heldigvis svært få som ofte føler seg ensomme.

Figur 2.4 Ensom

Gjennomsnittsskåre på ensomhet fra 0-10. Svarfordeling kommune.

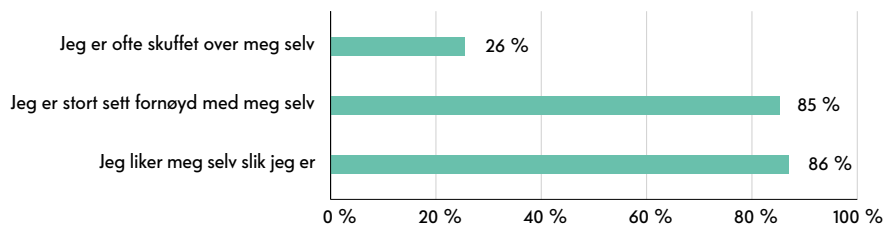


Sammenligner vi kommunene med hverandre, ser vi at i de fleste kommunene ligger gjennomsnittsverdien mellom 1,6 og 2,1, med fylkesgjennomsnitt på 1,8 i både Vestfold og Telemark. Noen mindre kommuner i Telemark skiller seg imidlertid ut. Spesielt i Tokke og Siljan er barna i liten grad ensomme.



Figur 2.5 Om deg

Prosentandel som svarer at påstandene «jeg er ofte skuffet over meg selv», «jeg er stort sett fornøyd med meg selv», «jeg liker meg selv slik jeg er» stemmer nokså godt/veldig godt. Svarfordeling alle.



Om deg

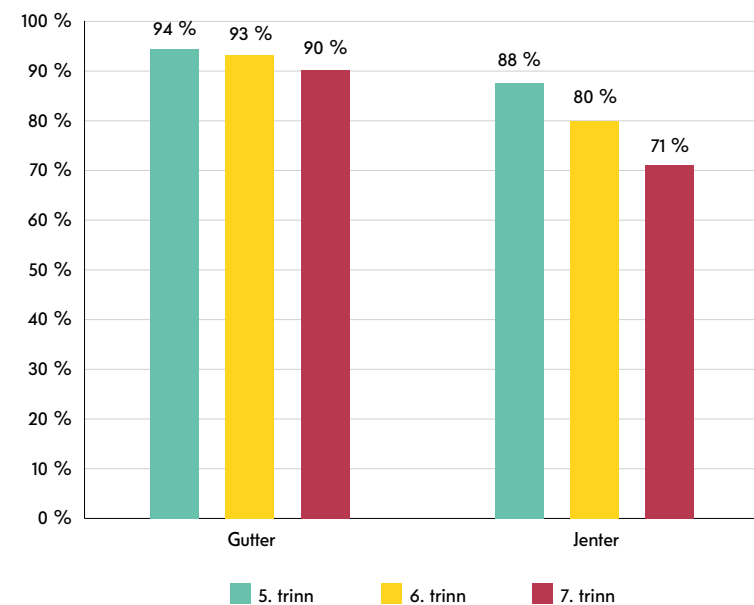
En god selvfølelse er viktig for den subjektive livskvaliteten. Derfor er det interessant å se på spørsmålene om hvorvidt barna ofte er skuffa over seg selv, fornøyd med seg selv, og om de liker seg selv slik de er.

Figur 2.5 viser at de aller fleste barna svarer at de stort sett er fornøyd med seg selv, og de liker seg selv slik de er. Omtrent 1 av 4 svarer imidlertid at de også ofte er skuffa over seg selv (26 % i Vestfold og 28 % i Telemark). Vi finner relativt store forskjeller mellom gutter og jenter (se figur 2.6). For eksempel svarer 94 % av guttene på 5. trinn at de liker seg selv slik de er, mens det samme gjelder 88 % av jentene. På 7. trinn er det 90 % av guttene, og 71 % av jentene, som svarer dette.

Vi ser den samme tendensen på alle de tre spørsmålene. Det er en litt mindre andel barn som liker seg selv slik de er, og er fornøyd med seg selv, for hvert klassetrinn, samtidig som andelen som er skuffa over seg selv øker. Vi ser også at det er blant jentene endringene fra trinn til trinn er størst. Andelene jenter på 5.trinn som svarer «jeg liker meg selv slik jeg er», «jeg er stort sett fornøyd med meg selv» og «jeg er ofte skuffet over meg selv», er omtrent like store som andelene gutter som svarer det samme på 7. trinn. Kanskje kan forskjeller i modning mellom gutter jenter være med å

Figur 2.6 Jeg liker meg selv slik jeg er

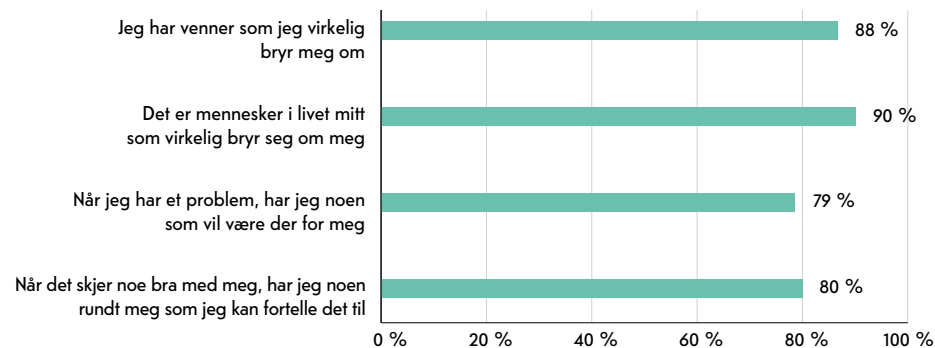
Prosentandel gutter og jenter på hvert klassetrinn som liker seg selv slik de er.



forklare noen av de forskjellene vi ser? Kan det at jentenes biologiske utvikling i snitt har kommet lengre enn guttenes være med på å forklare forskjellene? Noen studier har i hvert fall antydnet at tidlig modning kan føre til økt risiko for depresjoner, spesielt for unge med mindre støtte fra jevnaldrende⁹.

**Figur 2.7 Sosial støtte**

Prosentandel som er «ganske enig» eller «helt enig» i ulike påstander om sosial støtte. Svarfordeling alle.



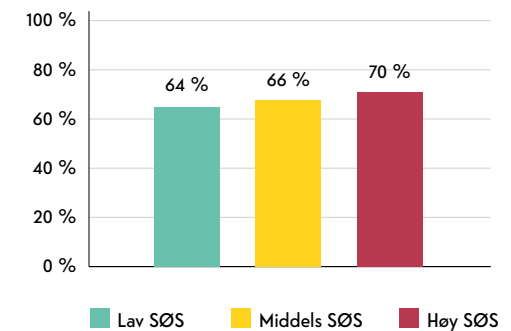
Sosial støtte

Sosial støtte viser til om man opplever å ha nære relasjoner, noen som bryr seg og noen man kan spørre om hjelp når det trengs (Helsedirektoratet, 2021). Sosial støtte er direkte og indirekte helsefremmende, og hjelper oss å tåle stressende livshendelser på en bedre måte. I motsatt tilfelle kan manglende sosial støtte øke risikoen for ulike fysiske og psykiske plager. Figur 2.7 viser at de aller fleste opplever å både ha venner de bryr seg om, og mennesker som bryr seg om dem. De fleste har også noen de kan snakke med, både om ting som er bra, og om problemer de opplever.

Samlet sett svarer 67 % at de er «ganske enig/helt enig» i alle de fire påstandene. De fleste opplever med andre ord å ha god sosial støtte. Både blant gutter og jenter opplever flertallet god sosial støtte. Andelene er relativt like, men med en interessant forskjell. Der andelene gutter som har god sosial støtte øker litt fra klassetrinn til klassetrinn, synker de samme andelene tilsvarende blant jentene. Det kan bli spennende å følge denne utviklingen videre. Figur 2.8 viser at det er en litt større andel blant de med høy sosioøkonomisk status som opplever god sosial støtte enn blant de med lavere sosioøkonomisk status.

Figur 2.8 Sosial støtte og sosioøkonomisk status

Prosentandel som opplever god sosial støtte. Svarfordeling sosioøkonomisk status.



Samtidig som en overvekt rapporterer om god sosial støtte, så er det verd å merke at så mye som 36 %, litt over én av tre barn med lav sosioøkonomisk status, rapporterer svakere sosial støtte.





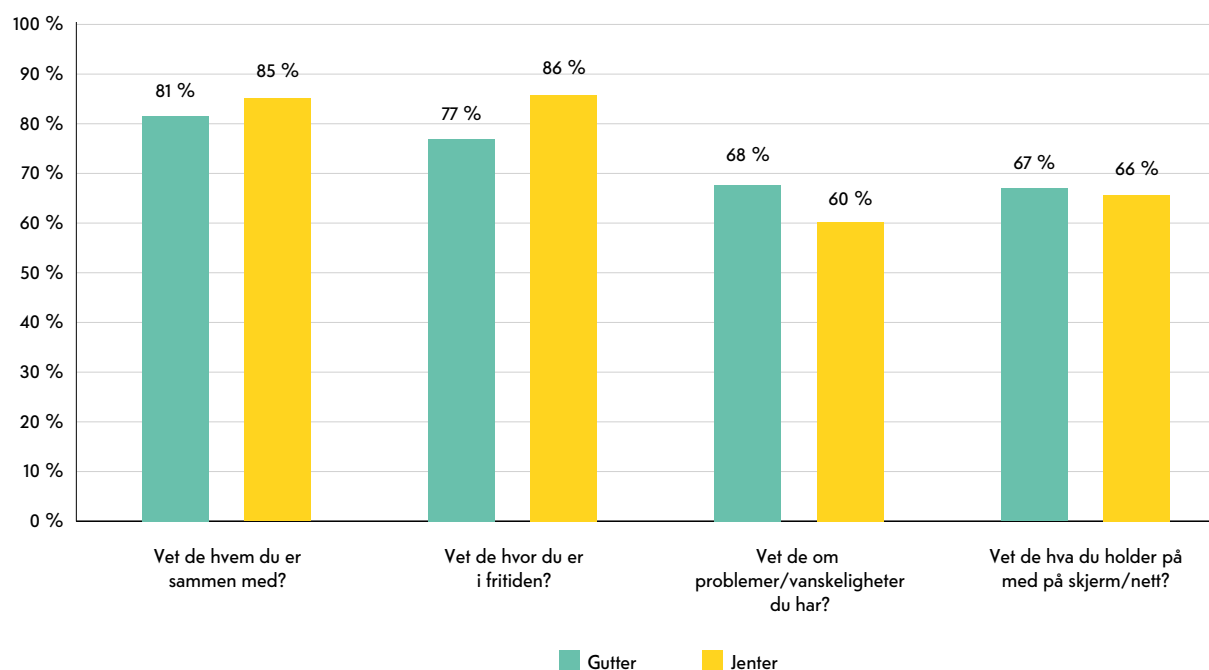
3. Familie og venner

Hva vet foreldrene om barnas fritid?

De nasjonale resultatene fra både Ungdata og Ungdata junior viser at de aller fleste barn og unge har tette bånd til foreldrene sine, og at foreldrene involverer seg sterkt i barnas liv. Dette ser vi utvilsomt også i Ungdata pluss. Figur 3.1 viser at de fleste barna opplever at foreldrene vet «mye» eller «alt» om hvem de er sammen med og hvor de er på fritiden (80 % i Vestfold og 83 % i Telemark). Litt færre, 67 % i alt, oppgir at foreldrene vet mye eller alt om problemer eller vanskeligheter de har, og 64 % svarer at foreldrene vet mye eller alt om hva de holder på med på skjerm. 33 % av alle barna svarer «nei» eller «de vet litt» på spørsmålet om foreldrene vet hva de holder på med på skjerm/nett. Generelt opplever jentene at foreldrene har litt mer oversikt over hvor de er og hvem de er sammen med enn guttene gjør. Det er imidlertid, og kanskje litt overraskende, en lavere andel jenter enn gutter som svarer at foreldrene kjenner godt til problemer eller vanskeligheter de har.

Figur 3.1 Forhold til foreldrene

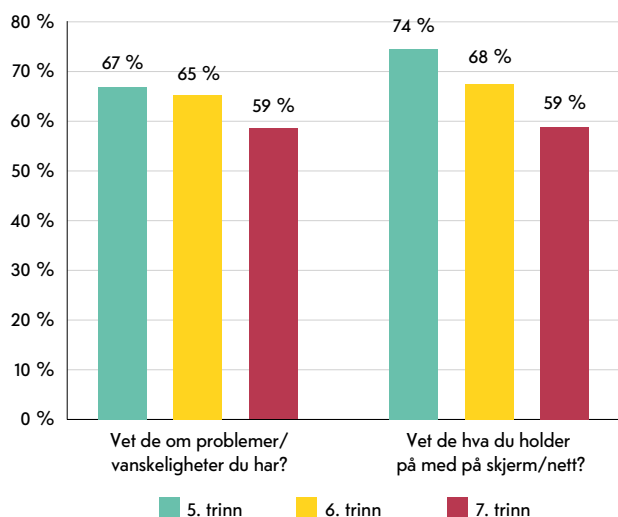
Hva vet dine foreldre/foresatte om fritiden din? Prosentandel gutter og jenter som svarer «ja, mye» eller «de vet alt».





Figur 3.2 Forhold til foreldrene

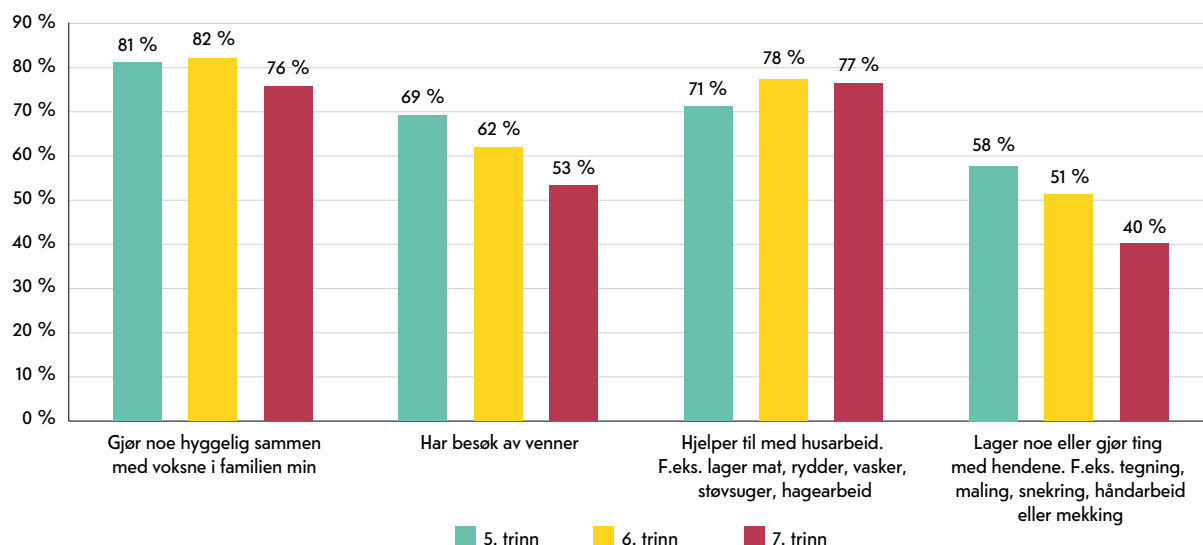
Hva vet dine foreldre/foresatte om fritiden din? Prosentandel på hvert klassetrinn som svarer «ja, mye» eller «de vet alt».



Foreldrenes kjennskap til hvor barna er og hvem de er sammen med, holder seg stabilt gjennom mellomtrinnet. Når det gjelder livet på skjerm og kjennskap til personlige problemer, får imidlertid foreldrene litt mindre innsikt etter hvert som barna blir eldre, som vist i figur 3.2. På 7. trinn svarer 41 % av elevene at foreldrene vet lite eller ingenting om problemer de har og hva de gjør på skjerm.

Figur 3.3 Gjøre ting hjemme

Prosentandel på hvert klassetrinn som gjør de ulike aktivitetene én gang i uka eller oftere.



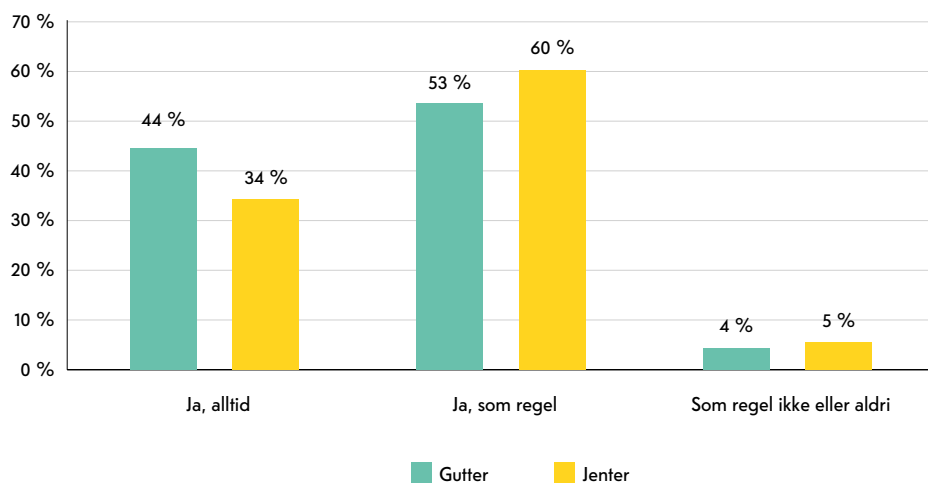
Barna ble også spurt om hvor ofte de gjør ulike ting hjemme hos seg selv. Figur 3.3 viser andelen på hvert klassetrinn som gjør ulike aktiviteter ukentlig eller oftere. De aller fleste gjør noe hyggelig sammen med voksne i familien minst én gang i uka. Mange hjelper også til med husarbeid hjemme, særlig fra og med 6. trinn. Barna ser ut til å ha sjeldnere besøk av venner hjemme jo eldre de blir (totalt 63 % i Vestfold og 59 % i Telemark). Det er også klart færre av de eldste barna som minst ukentlig lager eller

gjør noe med hendene (totalt 48 % i Vestfold og 52 % i Telemark).

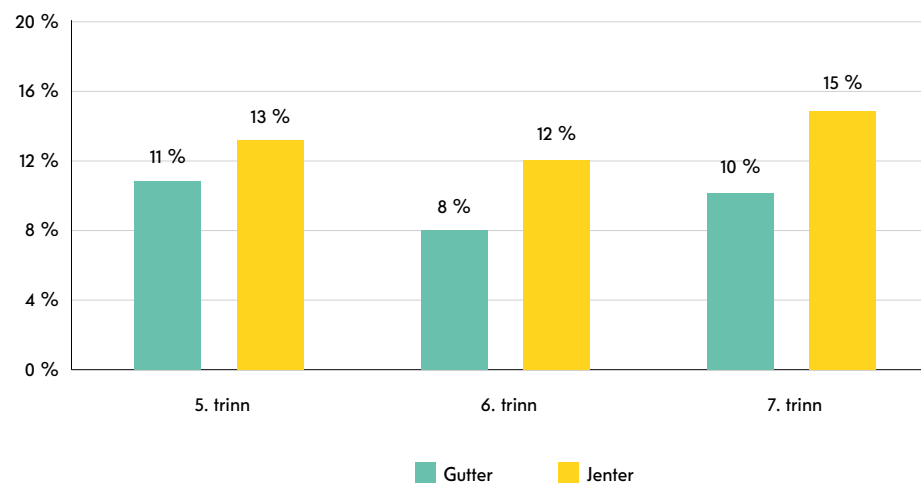
Ser vi nærmere på hvordan jenter og gutter svarer finner vi først og fremst forskjeller når det gjelder det å lage eller gjøre noe med hendene. Nesten dobbelt så mange jenter som gutter svarer at de minst én gang i uka lager eller gjør noe med hendene, for eksempel tegning, maling, snekring, håndarbeid eller mekking.

**Figur 3.4 Vennskap**

Har du noen å være sammen med på fritida hvis du ønsker det? Svarfordeling jenter og gutter.

**Figur 3.5 Mobbing**

Prosentandel gutter og jenter på hvert klassetrinn som minst hver 14. dag har blitt stengt ute, plaget eller truet av andre barn i skolen eller fritida.



Venner

For de fleste barn er det å være sammen med venner den mest sentrale aktiviteten i deres liv (Enstad & Bakken, 2022). Vennskap kan være en kilde til sosial og følelsesmessig støtte, og gode vennskap kan beskytte mot mobbing og ekskludering (Folkehelseinstituttet, 2021).

I Ungdata pluss svarer hele 96 % av barna (96 % i Vestfold og 95 % i Telemark) at de alltid eller som regel har noen

å være sammen med på fritiden hvis de ønsker det. Her finner vi ingen særlige forskjeller mellom verken klassetrinn eller kjønn. Figur 3.4 viser imidlertid at guttene har en tendens til å være sikrere på at de alltid har noen å være sammen med, mens jentene oftere svarer «ja, som regel».

Mobbing

Å bli utsatt for mobbing kan ha store konsekvenser for det enkelte barn, både her og nå og senere i livet (Enstad

& Bakken, 2022). Ifølge opplæringslovens kapittel 9A har skolen plikt til å agere når de får mistanke om at en elev blir utsatt for krenkende ord eller handlinger¹⁰.

Som i de ordinære Ungdata-undersøkelsene spør vi ikke om mobbing direkte i Ungdata pluss, men om barna i løpet av de siste månedene har blitt stengt ute, plaget eller truet av andre på skolen eller i fritiden. Her svarer 82 % at dette sjelden eller aldri skjer dem. Totalt blir 11 % (11 %

¹⁰ <https://www.statsforvalteren.no/portal/barnehage-og-opplaring/en-trygg-skoledag-uten-mobbing/>



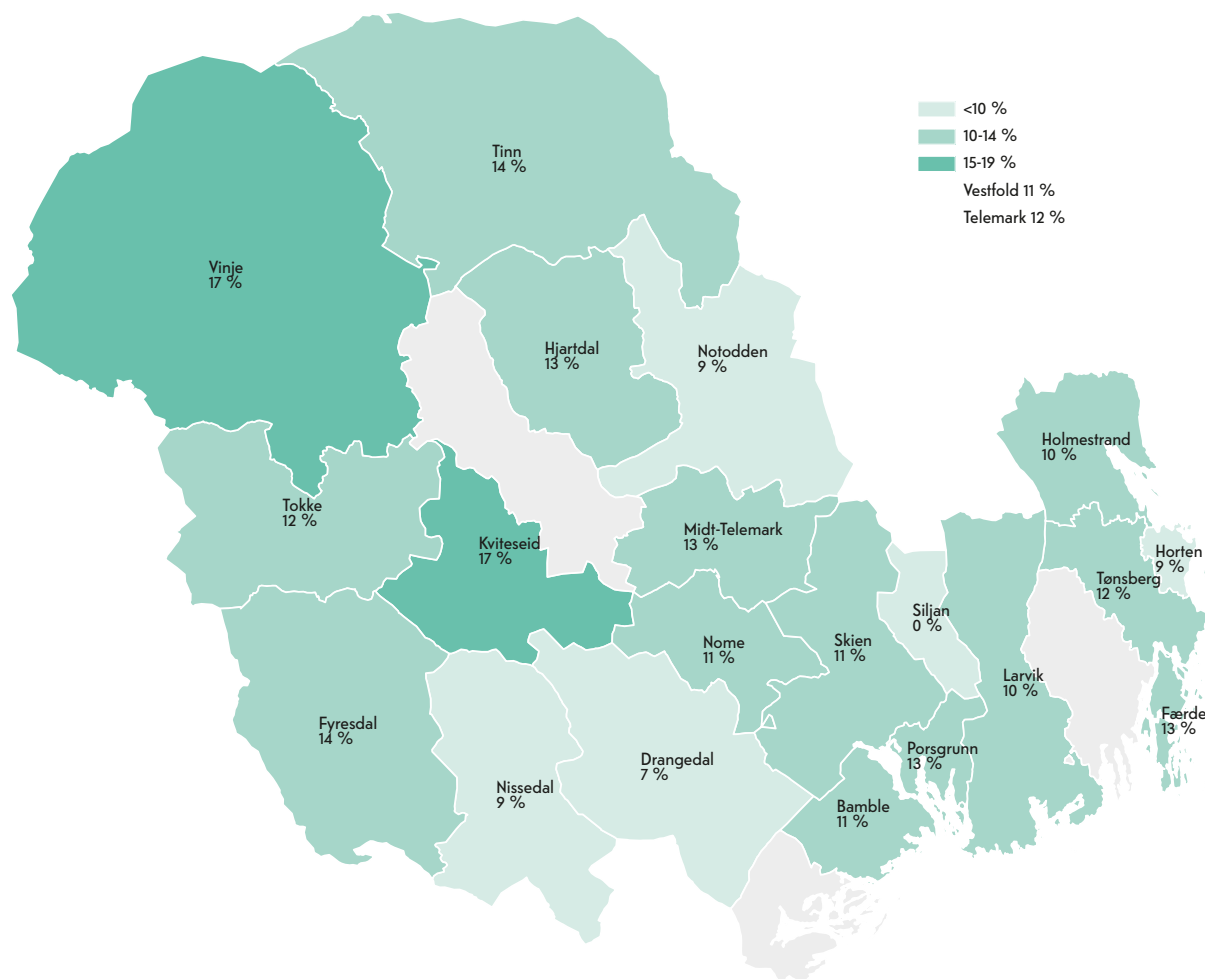
i Vestfold og 12 % i Telemark) utsatt for mobbing minst én gang hver 14. dag. 9 % blir mobbet ukentlig. Dette er helt likt som det nasjonale snittet fra Ungdata juniorundersøkelsene i 2022. I Ungdata junior svarte for øvrig 33 % av barna at de har opplevd negative hendelser på nett eller mobil den siste måneden, som utestenging eller trusler, eller at noen har skrevet eller delt sårende tekster, bilder eller videoer om dem (Enstad & Bakken, 2022).

Figur 3.5 viser at det på alle klassetrinn er flere jenter enn gutter som blir utsatt for mobbing. Andelen er høyest blant jenter på 7. trinn, hvor 15 % blir mobbet minst hver 14. dag.

Figur 3.6 viser at omfanget av mobbing varierer en god del mellom kommunene i Vestfold og Telemark. Ingen av barna som har svart på undersøkelsen i Siljan oppgir at de blir mobbet, mens dette gjelder 17 % i Vinje og Kviteseid.

Figur 3.6 Mobbing

Prosentandel som minst hver 14. dag har blitt stengt ute, plaget eller truet av andre barn i skolen eller fritida. Svarfordeling kommune.



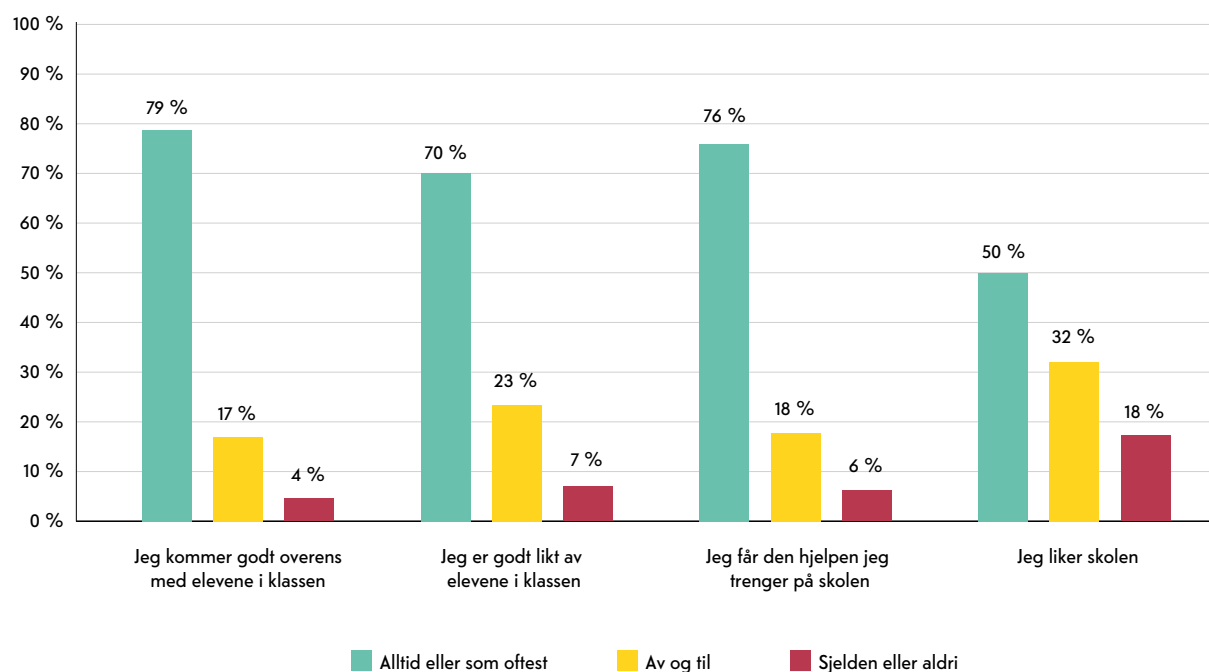
4. Skole

Å trives i skolen er viktig både for læring og for barnas livskvalitet. Ikke minst er skolen en viktig, og kanskje stadig viktigere, arena for sosialt fellesskap i en tid der mye av fritiden til barn preges av digital kommunikasjon (Enstad & Bakken, 2022).

Figur 4.1 viser hvordan barna opplever ulike sider av skolehverdagen. De aller fleste barna svarer at de kommer godt overens med elevene i klassen, at de er godt likt av elevene i klassen, og at de får den hjelpen de trenger på skolen. Halvparten av barna oppgir at de alltid eller som oftest liker skolen. Her er det imidlertid mange som krysser av for «av og til». 18 % av alle barna svarer de aldri eller sjelden liker skolen.

Figur 4.1 Skolehverdagen

Hvordan har du det på skolen? Svarfordeling alle.





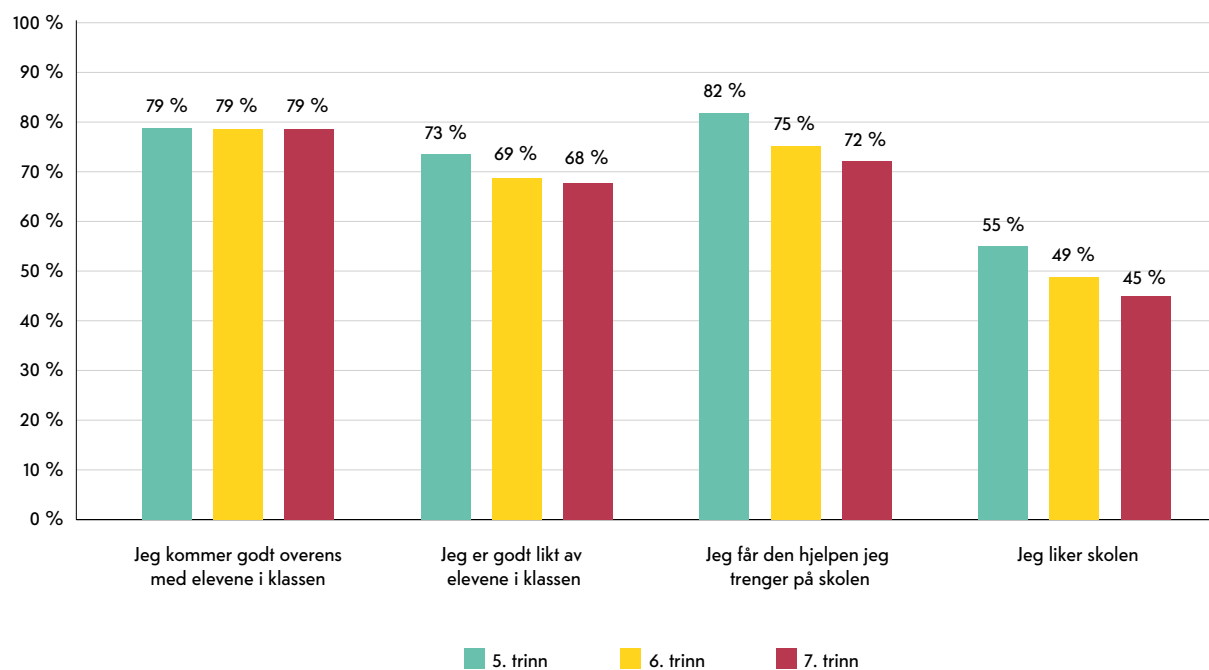
Når det gjelder kjønnsforskjeller finner vi at det er litt flere jenter (52 %) enn gutter (47 %) som liker skolen. Jentene svarer likevel litt mer negativt enn guttene på de tre andre påstandene om skolehverdagen.

Barnas opplevelse av skolen ser ut til å bli litt dårligere etter hvert som de blir eldre. Figur 4.2 viser at det er tydelig færre i 7. trinn enn i 5. trinn som liker skolen, og som oppgir at de får den hjelpen de trenger på skolen. Det er i størst grad jentene som står for denne negative utviklingen, og nedgangen er størst på spørsmålet om hjelp på skolen. Her er 80 % av jentene på 5. trinn positive, mens dette synker til 66 % på 7. trinn. En like stor andel jenter og gutter på alle trinnene opplever imidlertid at de kommer overens med de andre elevene på skolen.

Figur 4.3 viser hvordan andelen barn som alltid eller som oftest liker skolen, varierer mellom kommunene i Vestfold og Telemark.

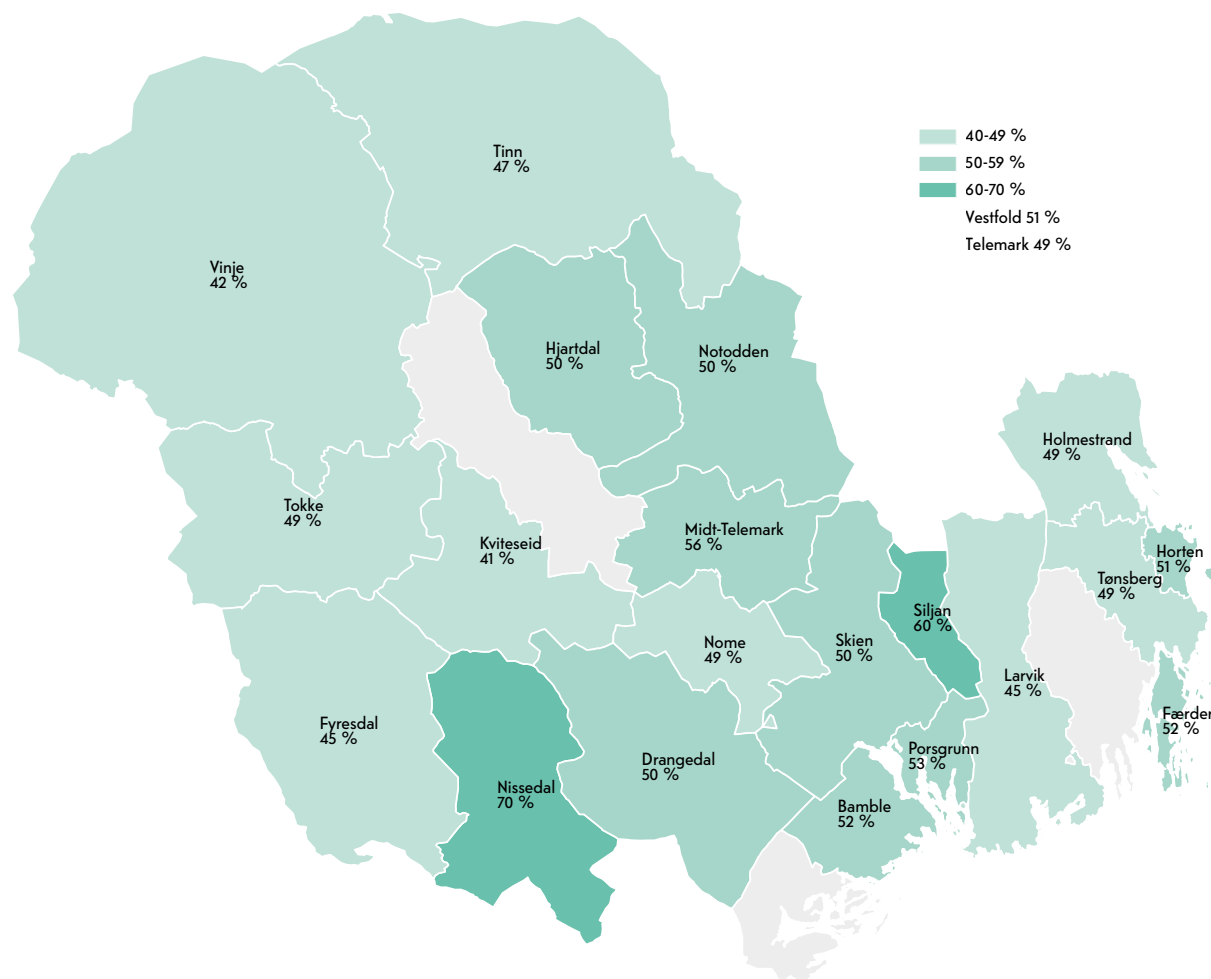
Figur 4.2 Skolehverdagen

Hvordan har du det på skolen? Prosentandel per trinn som svarer «ja, alltid» eller «ja, som oftest».



Figur 4.3 Skoletrivsel

Prosentandel som svarer at de «alltid» eller «som oftest» liker skolen. Svarfordeling kommune.





Figur 4.4 viser hvordan andelen barn som opplever at de alltid eller som oftest får den hjelpen de trenger på skolen, varierer mellom kommunene i Vestfold og Telemark.

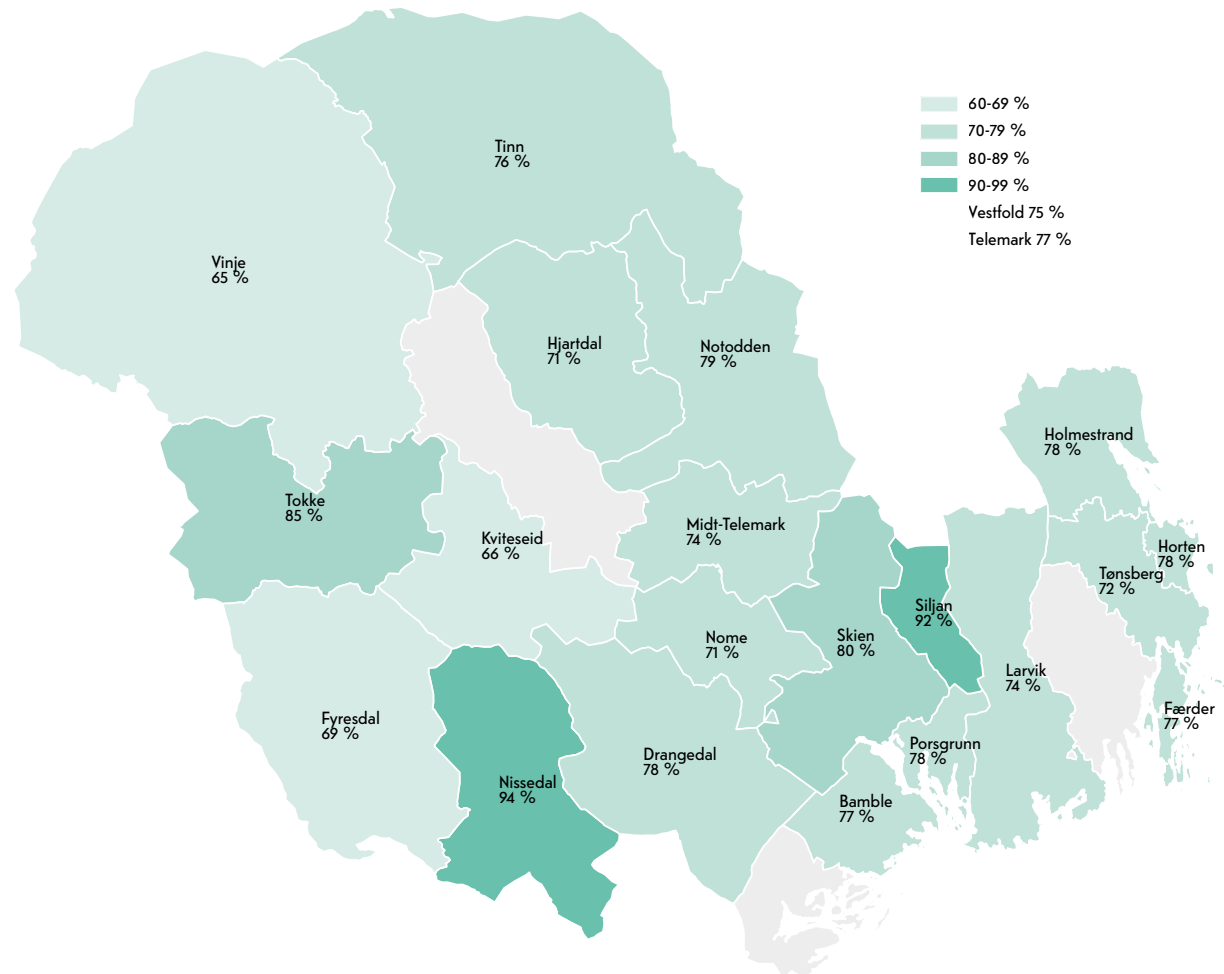
Tid brukt på lekser

Barna ble også spurt om hvor mye tid de bruker på lekser og annet skolearbeid i løpet av en vanlig dag etter skolen. Her svarer totalt 10 % (8 % i Vestfold og 11 % i Telemark) at de ikke bruker noe tid på lekser. 58 % bruker opptil en halv time, 25 % bruker omtrent en time, mens 6 % bruker en time eller mer. Figur 4.5 viser andelen gutter og jenter på hvert klassetrinn som bruker omtrent en halv time eller mer på lekser daglig. På alle trinnene er det en større andel jenter enn gutter som bruker såpass mye tid på lekser.

Figur 4.6 viser at det er relativt store forskjeller mellom kommunene når det gjelder tid brukt på lekser. Barna i Horten bruker minst tid på lekser, sannsynligvis fordi det ble innført leksefri skole på barnetrinnet ved alle kommunens skoler fra høsten 2022¹¹.

Figur 4.4 Hjelp på skolen

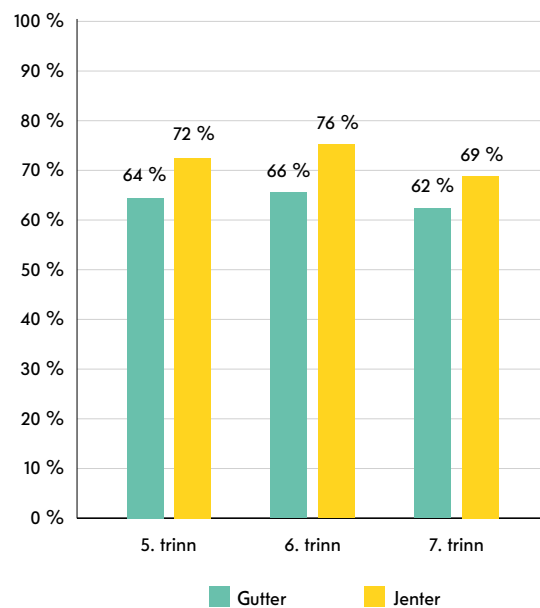
Prosentandel som svarer at de «alltid» eller «som oftest» får den hjelpen de trenger på skolen. Svarfordeling kommune.



¹¹ <https://www.horten.kommune.no/kommunalomrader/oppvekst/hortenskolen/barneskoler/lillas-skole/leksefritt-lillas/politisk-vedtak-om-lekser-i-hortenskolen.47979.aspx>

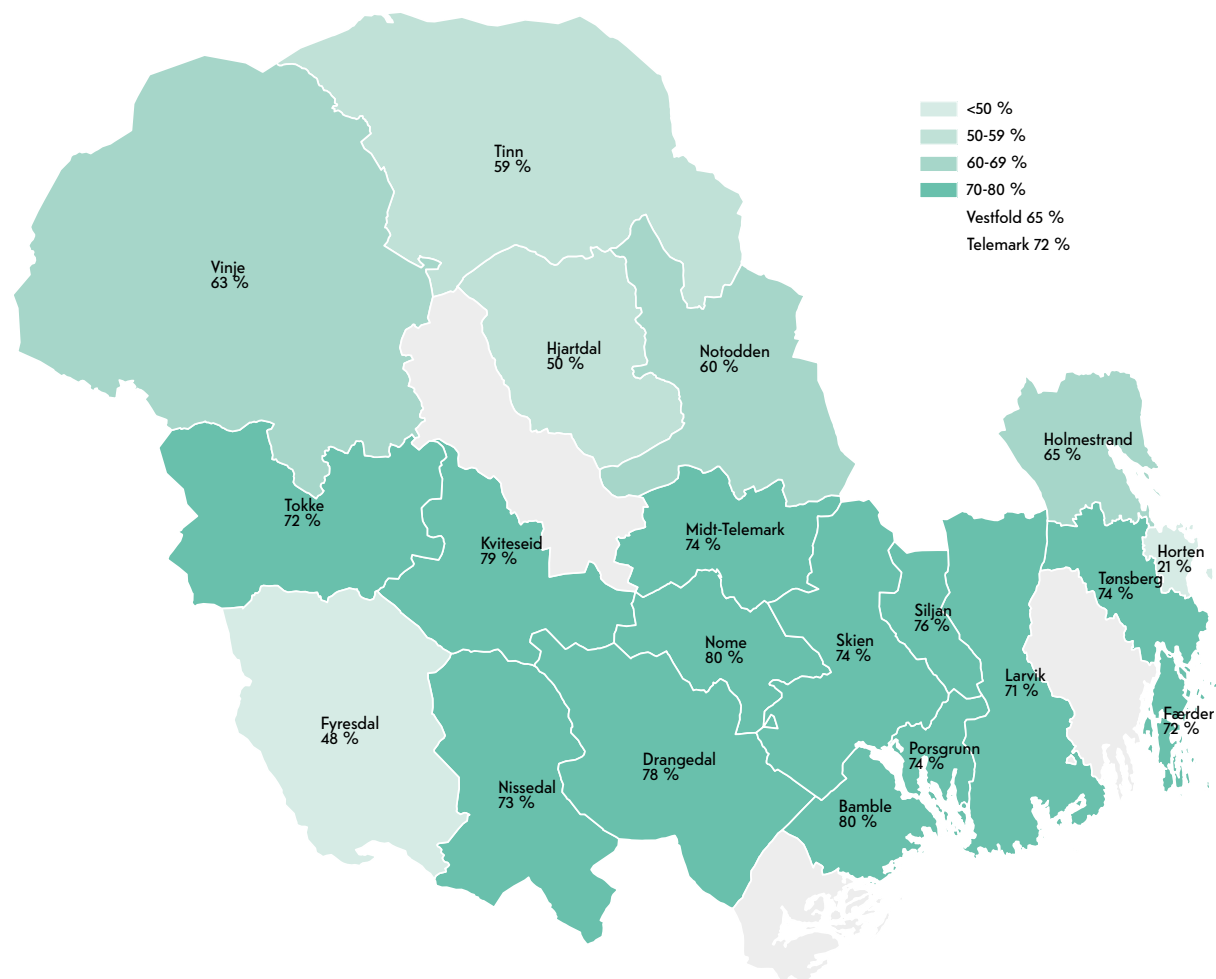
Figur 4.5 Lekser

Prosentandel gutter og jenter som bruker en halv time eller mer på lekser en vanlig dag etter skolen.



Figur 4.6 Lekser

Prosentandel som bruker en halv time eller mer på lekser en vanlig dag etter skolen. Svarfordeling kommune.





Skoleveien

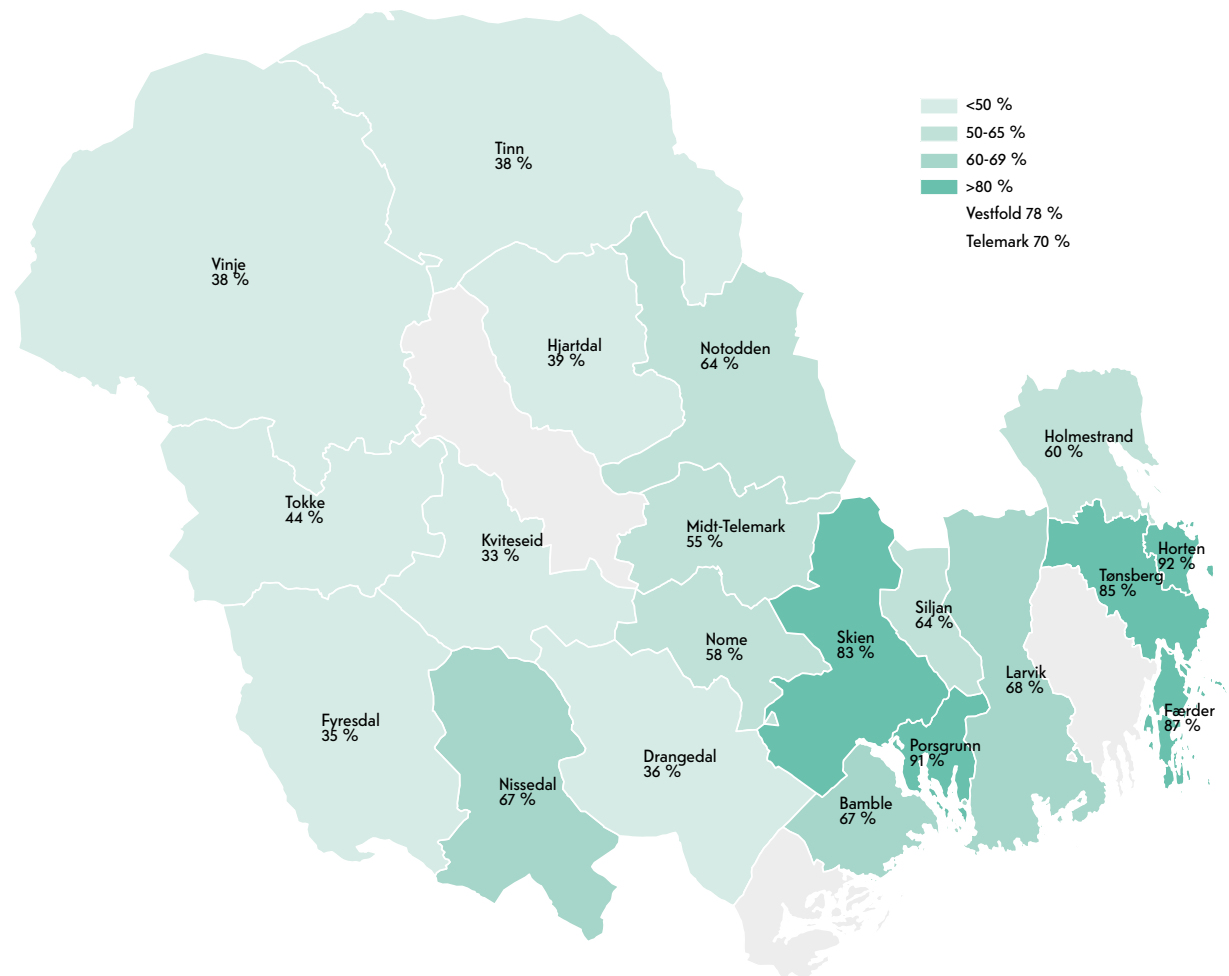
Det er et nasjonalt mål at 80 % av alle barn i Norge skal gå eller sykle til skolen. En nasjonal kartlegging av barn og unges reisevaner viser imidlertid at kun 64 % av alle barn mellom 5 og 13 år går eller sykler til skolen¹².

I Ungdata pluss svarer i alt 75 % av barna (78 % i Vestfold og 70 % i Telemark) at de går, sykler eller sparkesykler til skolen. 11 % blir kjørt i bil, mens 14 % tar buss eller annen kollektivtransport. Det er flere gutter (77 %) enn jenter (73 %) som går, sykler eller sparkesykler. Blant guttene holder denne andelen seg relativt stabil fra 5. trinn til 7. trinn. Blant jentene er det imidlertid en tydelig nedgang fra 6. trinn til 7. trinn, fra 76 % til 71 %. På dette spørsmålet finner vi også forskjeller knyttet til barnas sosioøkonomiske status. Det er en større andel av barna med høy sosioøkonomisk status (78 %) som sykler, går eller sparkesykler til skolen, sammenlignet med barna med middels (75 %) og lav (72 %) sosioøkonomisk status.

Figur 4.7 viser at det ikke overraskende er store variasjoner mellom kommunene i regionen når det gjelder andel barn som går, sykler eller sparkesykler til skolen.

Figur 4.7 Skoleveien

Prosentandel som vanligvis sykler, går eller sparkesykler til skolen. Svarfordeling kommune.



¹² <https://www.vegvesen.no/fag/fokusomrader/baerekraftig-mobilitet/barn-og-ungdom/reisevaner/>

5. Nærmiljøet

Tilhørighet og trygghet i nærmiljøet

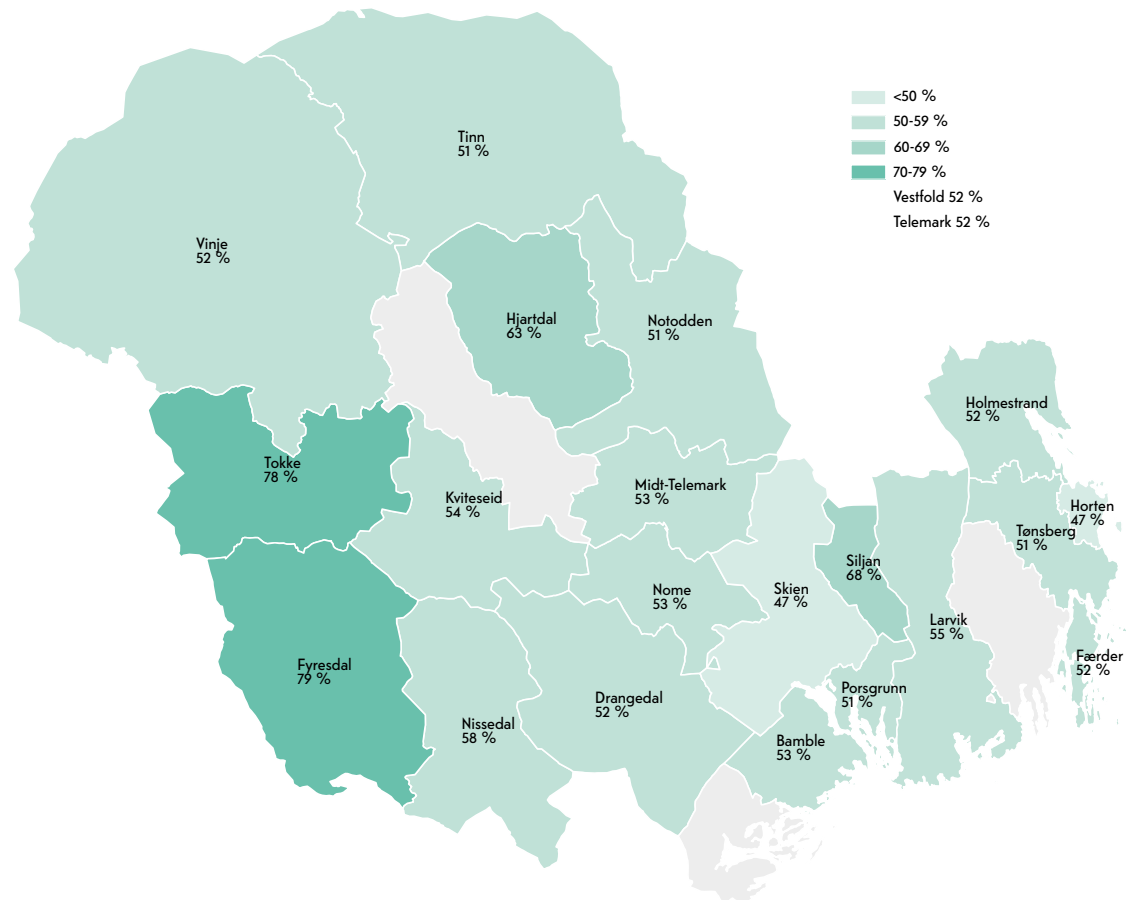
Barn og unge bruker nærområdet i større grad og på en annen måte enn voksne. Trygge nærområder med god tilgang til ulike aktiviteter og møteplasser er derfor særlig viktig for barns velferd og trivsel (Enstad & Bakken, 2022).

Som et mål på tilhørighet til nærmiljøet ble barna spurt om de kan tenke seg å bo på stedet der de nå bor, som voksne. Litt over halvparten, 52 % i begge fylkene, svarer enten «svært gjerne» eller «ja, det tror jeg» på dette spørsmålet. 26 % tror ikke de vil bo i nærmiljøet som voksne, mens 22 % er usikre. De eldste barna er litt mer sikre enn de yngste, men det er både flere blant de eldste som er mer positive og flere som er mer negative til stedet der de bor. Vi finner ingen tydelige kjønnsforskjeller på dette spørsmålet.

På kommunenivå finner vi imidlertid større variasjoner. Figur 5.1 viser at andelen som ønsker å bo på stedet der de bor nå som voksne, varierer fra 79 % i Fyresdal til 47 % i Skien og Horten.

Figur 5.1 Fremtid i kommunen

Prosentandel som kan tenke seg å bo på stedet der de nå bor, som voksne. Svarfordeling kommune.





Barna ble også spurt om de føler seg trygge når de er ute i nærheten av der de bor. Her svarer de aller fleste, hele 95 % (96 % i Vestfold og 94 % i Telemark), at de føler seg trygge, og av disse føler 60 % seg svært trygge. Selv om de aller fleste jenter og gutter føler seg trygge er det klart flere gutter (69 %) enn jenter (52 %) som føler seg svært trygge. Vi finner ingen særlige forskjeller etter alder.

Figur 5.2 viser hvordan andelen barn som føler seg svært trygge når de er ute i nærheten av der de bor, varierer mellom kommunene i Vestfold og Telemark.

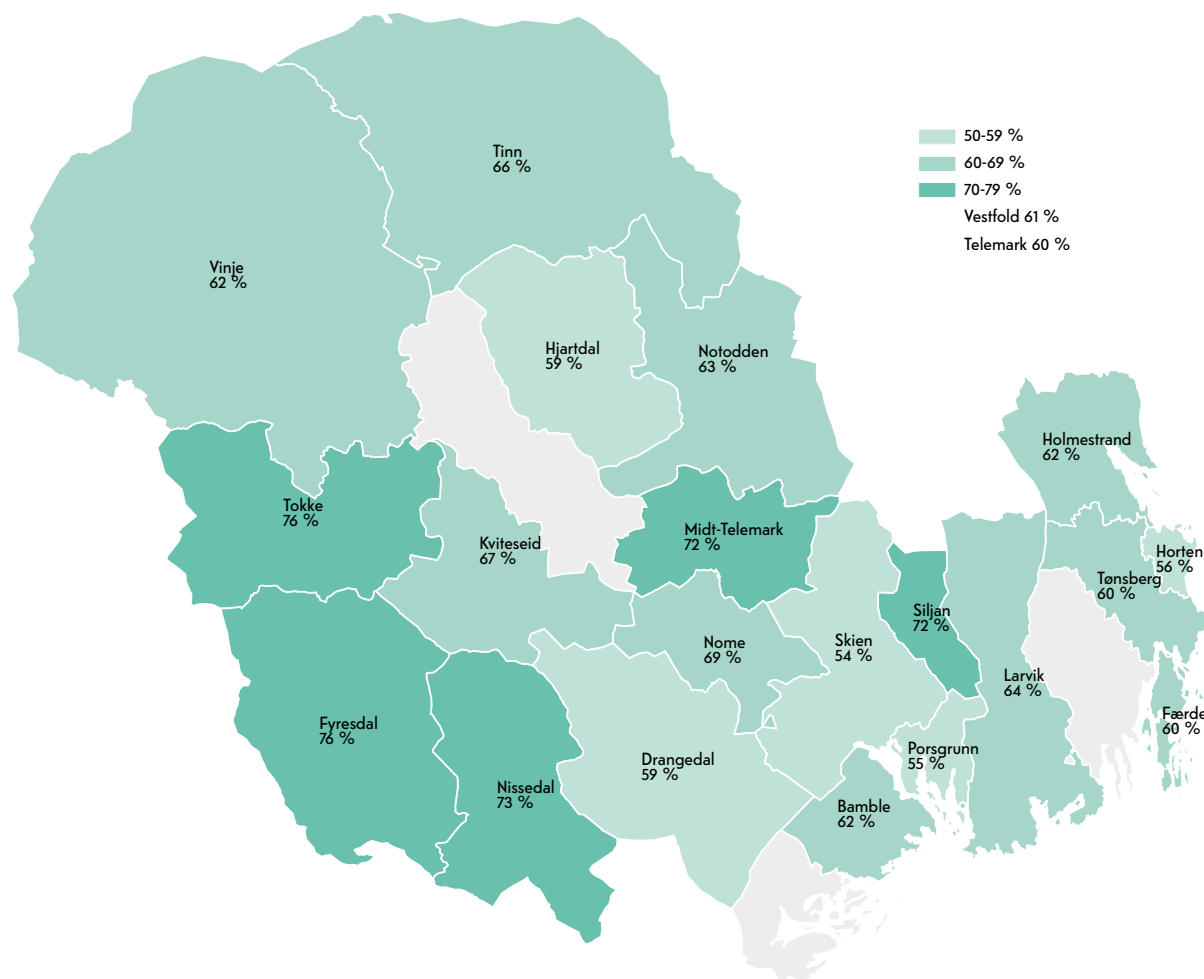
Bruk av nærmiljøet

Hvordan bruker barna nærmiljøet sitt? Ungdata pluss inneholder flere spørsmål om dette temaet. Barna ble først spurt om hvor ofte de henholdsvis henger og leker ute, alene eller sammen med venner eller søsken. Her svarer 69 % at de minst én gang i uka henger ute, alene eller sammen med venner eller søsken uten å gjøre noe spesielt, og rundt halvparten oppgir at de gjør det 2-3 ganger i uka eller oftere. Vi finner ingen tydelige kjønnsforskjeller, men at de eldste barna henger litt mer ute enn de yngste.

Enda flere svarer at de ofte henger ute, alene eller sammen med venner eller søsken, for eksempel spiller fotball, sykler eller leker. 80 % (79 % i Vestfold og 81 % i Telemark) gjør dette minst ukentlig, 66 % oppgir 2-3 dager eller oftere, mens 38 % (36 % i Vestfold og 40 % i Telemark) svarer 4-5 ganger i uka eller oftere.

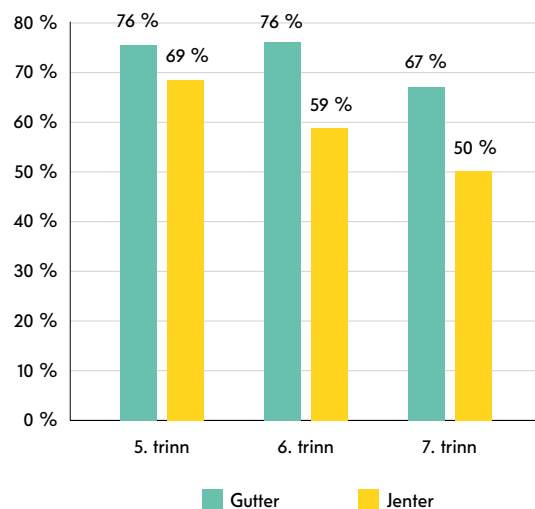
Figur 5.2 Trygghet i nærmiljøet

Prosentandel som føler seg svært trygge når de er ute i nærheten av der de bor. Svarfordeling kommune.



**Figur 5.3 Leke ute**

Prosentandel gutter og jenter på hvert klassetrinn som leker ute sammen med venner eller søsken minst 2-3 ganger i uka.

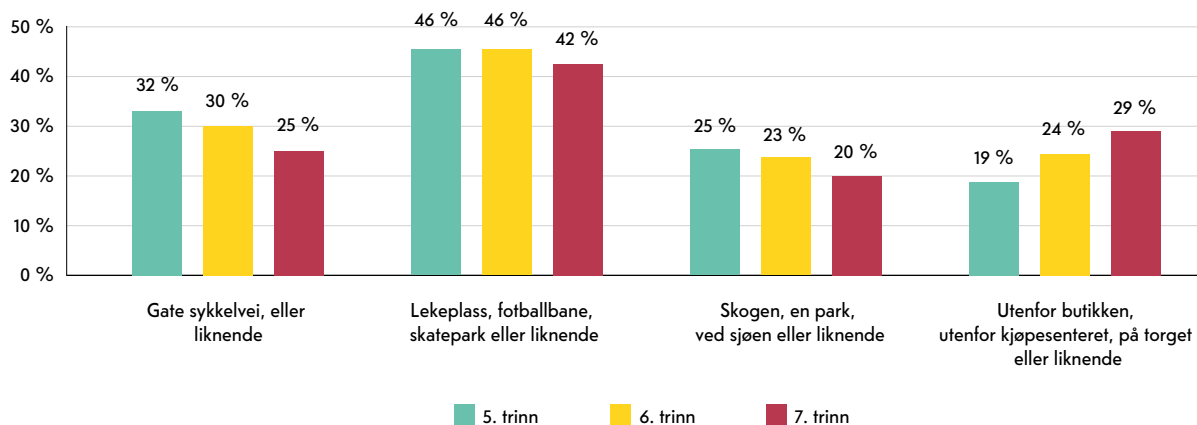


Figur 5.3 viser hvordan andelen som leker ute minst 2-3 ganger varierer etter klassetrinn og kjønn. Vi ser at det på hvert klassetrinn er flere gutter enn jenter som leker ute såpass ofte. Blant jentene faller andelen tydelig fra år til år, mens tallene for gutter holder seg stabile i 5. og 6. trinn, før det synker fra 6. trinn til 7. trinn.

Videre får barna mer konkrete spørsmål om hvor ofte de pleier å leke eller henge ute på ulike plasser i nærheten av

Figur 5.4 Bruk av nærmiljøet

Prosentandel på hvert klassetrinn som oppholder seg på de ulike stedene 2-3 ganger i uka eller oftere.



der de bor. Figur 5.4 viser andel barn på hvert klassetrinn som oppholder seg på de ulike plassene 2-3 ganger i uka eller oftere. Det er utvilsomt størst endring i andelen som pleier å henge utenfor butikken, kjøpesenteret eller liknende. Jenter og gutter svarer først og fremst ulikt på det å leke eller henge på lekeplass, fotballbane, skatepark eller liknende. 56 % av guttene svarer at de oppholder seg her minst 2-3 ganger i uka, mens 33 % av jentene svarer det samme.



6. Fritid

Barnekonvensjonen fastslår at alle barn har rett til hvile, fritid og lek, og til å delta i kunst og kulturliv. De aller fleste barn i Norge driver med en eller annen form for trening eller sport. I tillegg er det mange som er mye på skjerm i fritiden, og barna har tilgang på en mengde ulike typer skjermaktiviteter (Enstad & Bakken, 2022). I dette kapitlet ser vi nærmere på hva barn i Vestfold og Telemark bruker fritiden sin på.

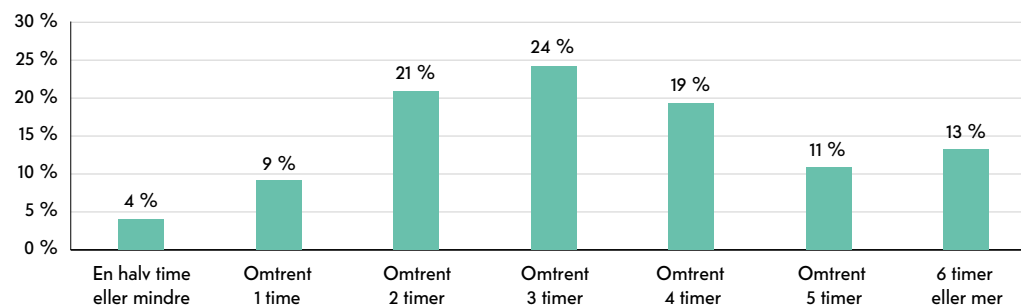
Digital fritid

Digitale medier har fått stor plass i barns hverdagsliv, og mange barn bruker mye av fritiden sin på ulike skjermaktiviteter. Smarttelefoner, nettbrett og gaming gjør at barn og unge kommer i kontakt med andre på nye måter, og gjør at de kan være sammen uten å være fysisk på samme sted.

Flertallet av barna i denne undersøkelsen bruker mellom 2 og 4 timer på skjerm utenom skoletiden hver dag. Videre finner vi at nesten hvert fjerde barn (24 %) på mellomtrinnet bruker 5 timer eller mer på skjerm på en vanlig dag utenom skolen (figur 6.1).

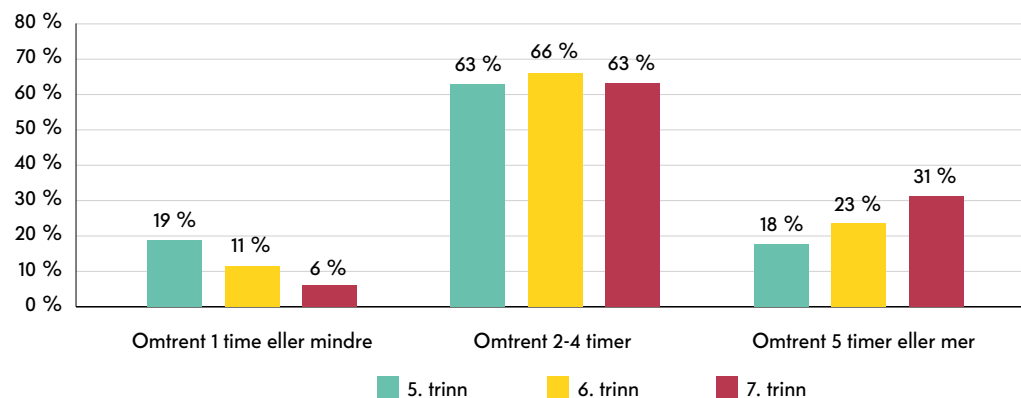
Figur 6.1 Skjermtid

Tenk på en vanlig dag etter skolen, hvor mye tid pleier du å bruke på skjerm, f.eks. mobil, nettbrett, PC og TV? Svarfordeling alle.



Figur 6.2 Skjermtid

Tenk på en vanlig dag etter skolen, hvor mye tid pleier du å bruke på skjerm, f.eks. mobil, nettbrett, PC og TV? Svarfordeling trinn.

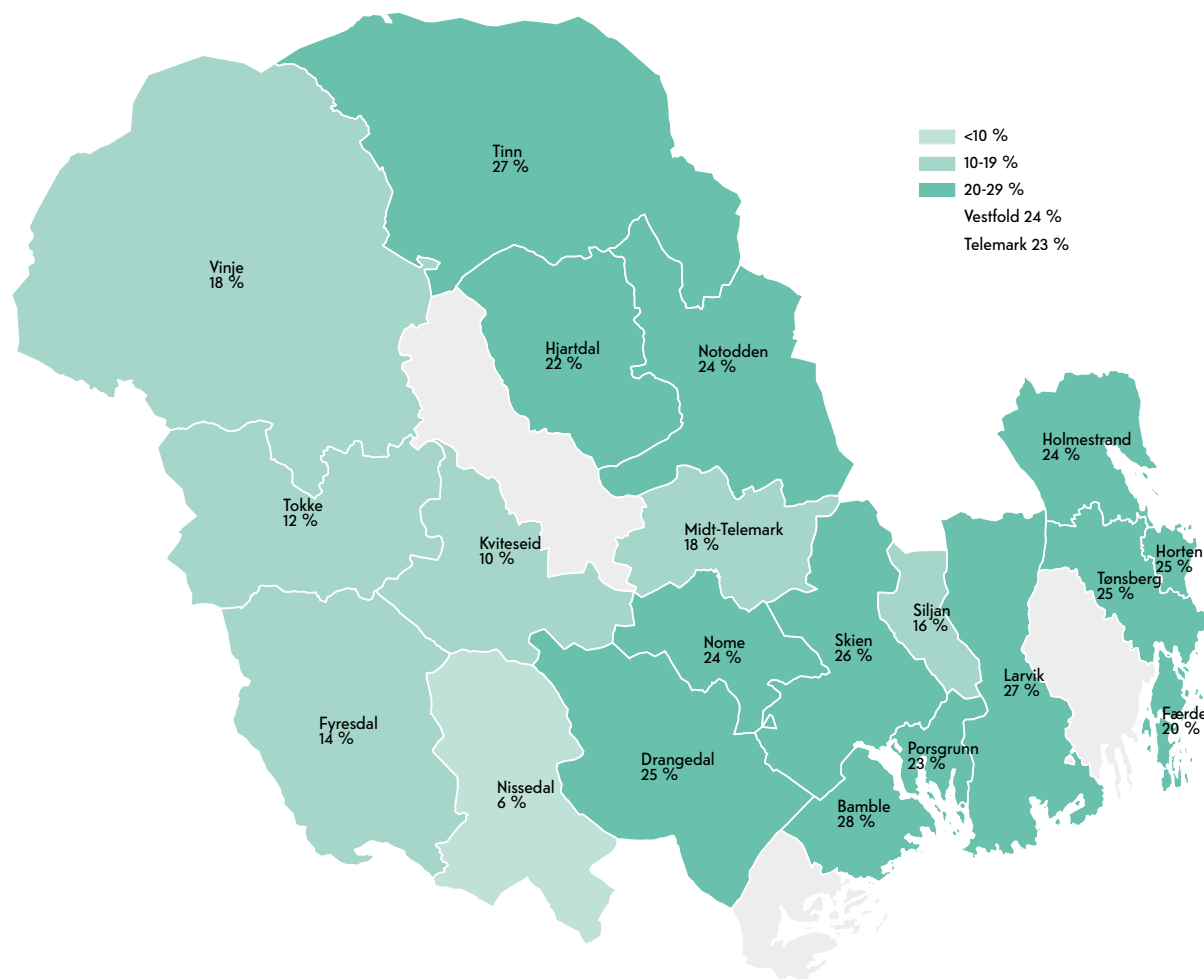


Vi finner kun små kjønnsforskjeller i skjermtid, men det er noe flere gutter (15 %) enn jenter (11 %) som bruker 6 timer eller mer på skjerm. I figur 6.2 ser vi at barna bruker mer tid på skjerm jo eldre de blir.

I figur 6.3 ser vi at det er store forskjeller mellom kommunene i andelen som bruker 5 timer eller mer foran skjerm på en vanlig dag etter skolen. Dette varierer fra 28 % av barna i Bamble til 6 % av barna i Nissedal.

Figur 6.3 Skjermtid

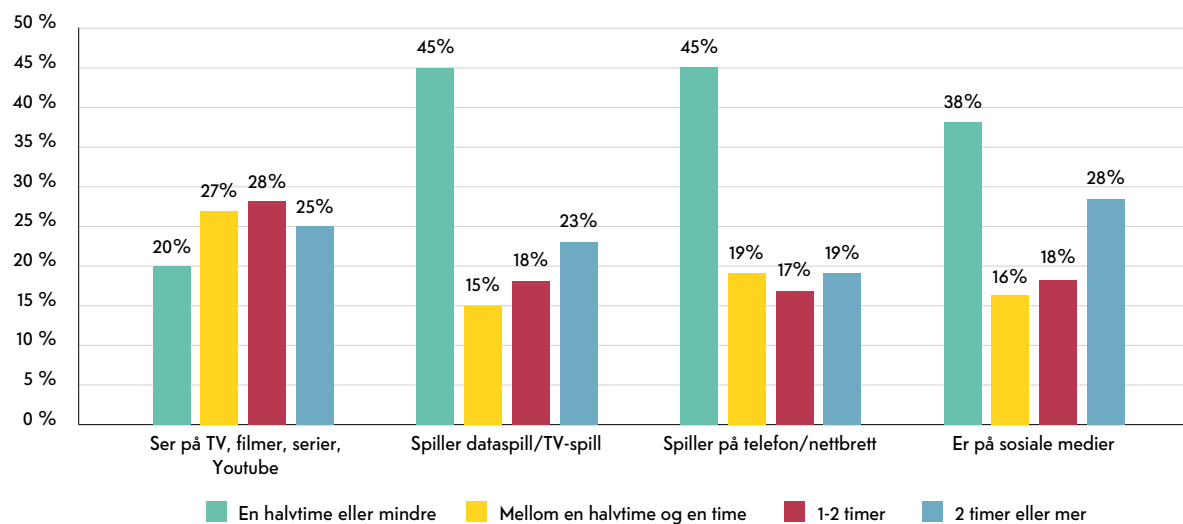
Prosentandel som bruker 5 timer eller mer hver dag på skjerm, f.eks. mobil, nettbrett, PC og TV. Svarfordeling kommune.





Figur 6.4 Skjerm og mobil

Tenk på en vanlig dag etter skolen. Omtrent hvor mange timer bruker du på dette? Svarfordeling alle.

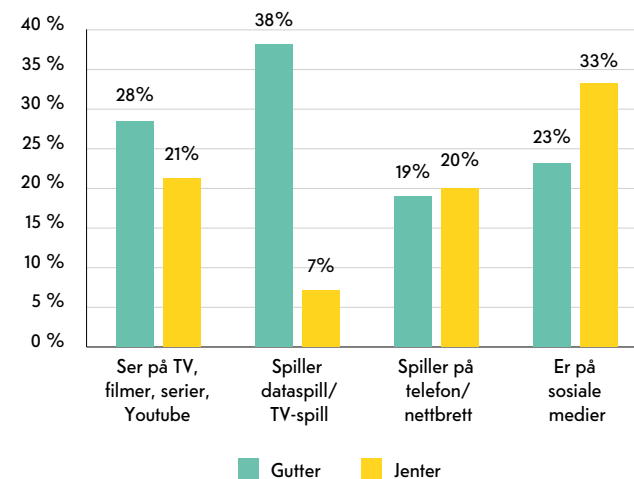


Barna blir også spurt mer detaljert om hva slags aktiviteter de gjør på skjermene. I figur 6.4 ser vi at flest totalt sett bruker en time eller mer på å se på TV, filmer, serier eller YouTube (53 %), etterfulgt av sosiale medier (46 %), dataspill/TV-spill (41 %) og spille på telefon/nettbrett (36 %).

I figur 6.5 ser vi at det er ganske store kjønnsforskjeller blant dem som bruker to timer eller mer på ulike typer skjermaktiviteter. Aller størst kjønnsforskjell finner vi i andelen som spiller dataspill/TV-spill, hvor 38 % av guttene og 7 % av jentene bruker to timer eller mer på det hver dag. Det er også flest gutter som ser på TV, filmer, serier og YouTube. Det er en overvekt av jenter som bruker

Figur 6.5 Skjerm og mobil

Tenk på en vanlig dag etter skolen. Omtrent hvor mange timer bruker du på dette? Svarfordeling to timer eller mer.

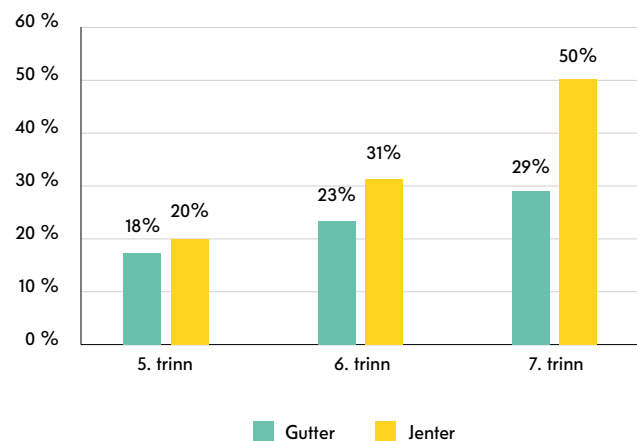


minst to timer på sosiale medier hver dag. Andelene som spiller på telefon/nettbrett er like for gutter og jenter.



Figur 6.6 Sosiale medier

Prosentandel gutter og jenter på hvert klassetrinn som bruker to timer eller mer på sosiale medier på en vanlig dag etter skolen.



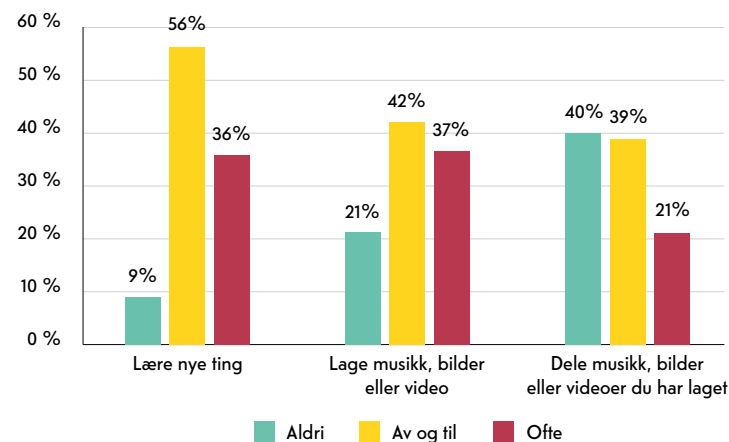
Det er små forskjeller mellom trinnene på alle skjermaktivitetene, bortsett fra det å være på sosiale medier (figur 6.6). Her ser vi en sterk økning i prosentandelen som er 2 timer eller mer på sosiale medier hver dag, fra 5. trinn til 7. trinn, særlig for jentene. Denne økningen med alder har sannsynligvis sammenheng med aldersgrensa for å opprette konto på sosiale medier. Det er en aldersgrense på 13 år på tjenester som Snapchat, Instagram, TikTok og

andre sosiale medier. Er man under 13 år kan man likevel opprette en profil på sosiale medier dersom foreldrene godkjenner det¹³.

Når det gjelder mobilen, svarer barna at de til en viss grad bruker denne til å lære nye ting, til å lage musikk, bilder eller videoer og/eller til å dele musikk, bilder eller videoer de har laget. Figur 6.7 viser at det vanligste er å bruke

Figur 6.7 Mobilbruk

Hvor ofte bruker du mobilen til ulike aktiviteter? Svarfordeling alle.



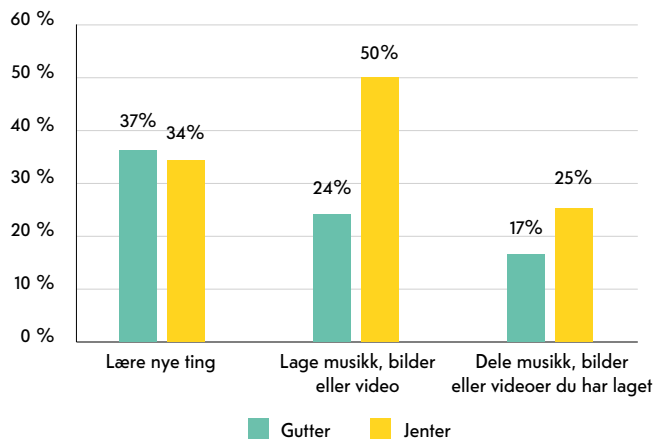
mobilen til å lære nye ting og lage musikk, ta bilder eller videoer.

¹³ <https://www.barneombudet.no/for-barn-og-unge/dine-rettigheter/nett-sosiale-medier-og-fritid>



Figur 6.8 Mobilbruk

Prosentandel gutter og jenter som «ofte» eller «veldig ofte» bruker mobilen til ulike aktiviteter.

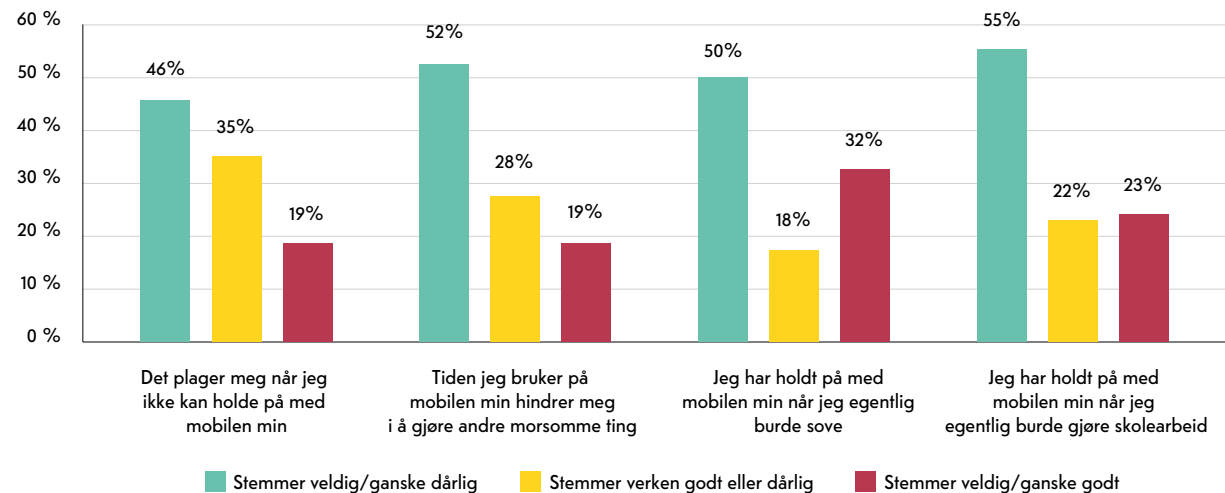


I figur 6.8 ser vi at det er langt flere jenter enn gutter som ofte lager musikk, tar bilder eller videoer, og deler musikk, bilder eller videoer de har laget, mens det er litt flere gutter enn jenter som svarer at de bruker mobilen til å lære nye ting.

Vi finner ikke så store forskjeller mellom trinnene når det gjelder mobilbruk. Andelen som svarer at de deler musikk, bilder og videoer de har laget øker fra 20 % på 5. trinn til 24 % på 7. trinn.

Figur 6.9 Mobilbruk

Hvor godt stemmer disse ulike påstandene for deg? Svarfordeling alle.



Undersøkelsen inneholder også noen spørsmål som skal måle hvorvidt barna bruker mobilen når de burde gjort andre ting, som å sove eller gjøre skolearbeid, og også om de plages når de ikke får holde på med mobilen.

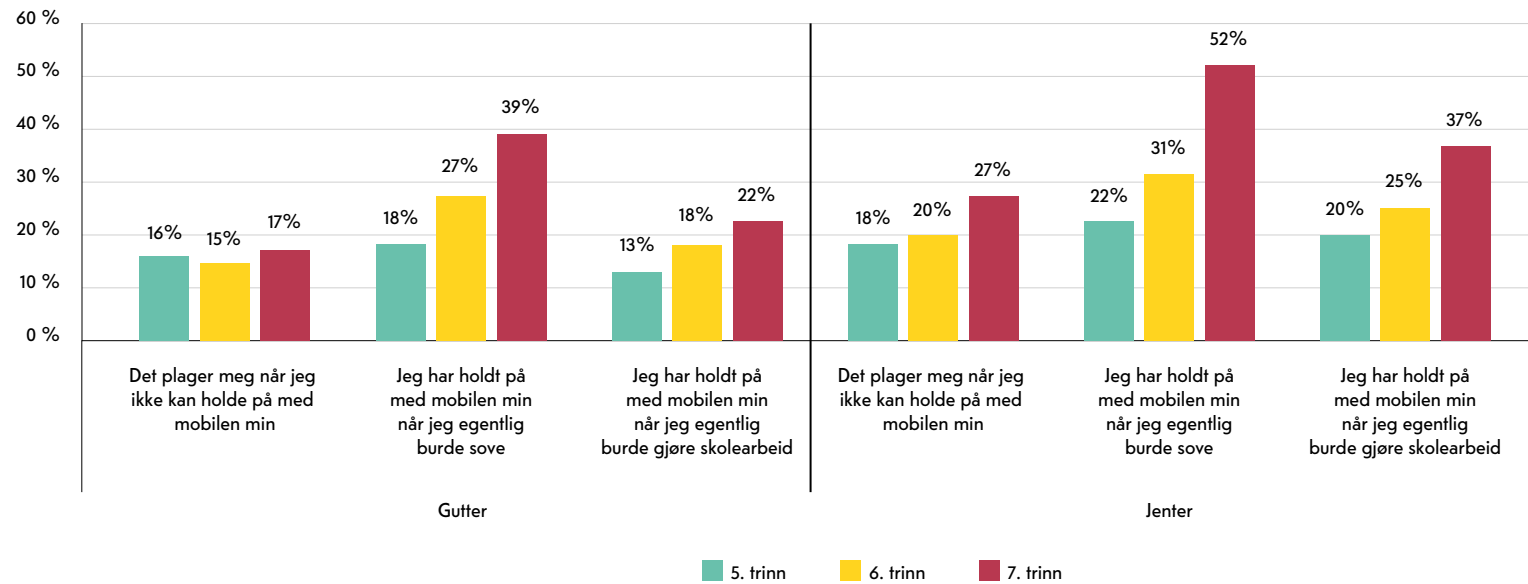
I figur 6.9 ser vi at en av tre svarer at de har holdt på med mobilen når de egentlig burde sove, og 23 % svarer at de har holdt på med mobilen når de egentlig burde gjøre skolearbeid. Videre er det ca. 20 % som svarer at det plager dem når de ikke kan holde på med mobilen. Like mange

svarer at tiden de bruker på mobilen hindrer dem i å gjøre andre morsomme ting.



Figur 6.10 Mobilbruk

Prosentandel gutter og jenter på hvert klassetrinn som har svart «stemmer godt» eller «stemmer svært godt» på de ulike påstandene.



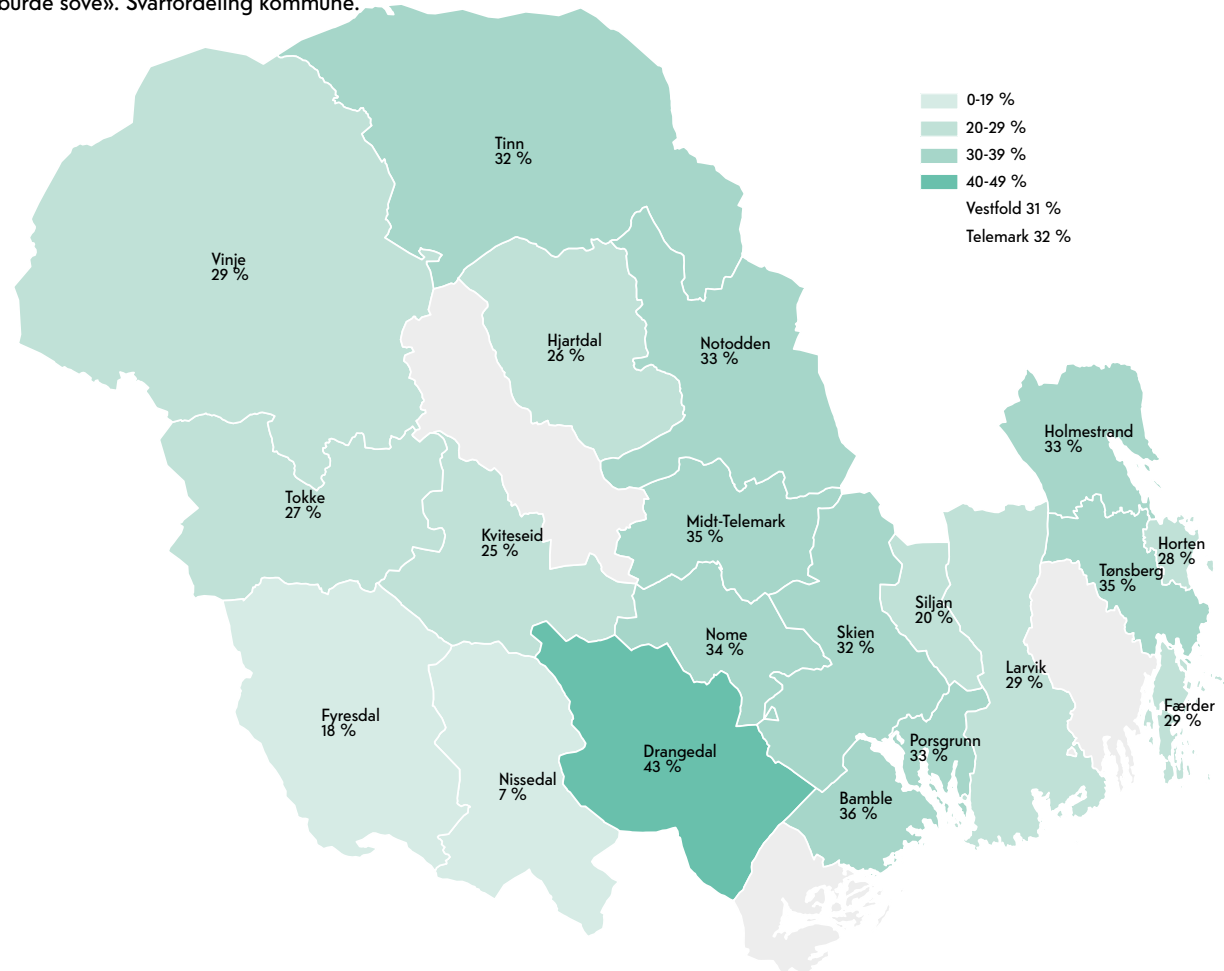
Jentene svarer i større grad enn guttene at påstandene om mobilbruk stemmer, og det er flest jenter som er plaget av å ikke kunne holde på med mobilen og som mener mobilbruken går utover søvn og lekser. Andelene som mener at påstandene stemmer øker med alder, både for jenter og gutter, se figur 6.10.



Figur 6.11 viser store forskjeller mellom kommunene i andelene som mener påstanden «jeg har holdt på med mobilen min når jeg egentlig burde sove» stemmer godt eller svært godt. Ungdata junior (Bakken & Enstad, 2022) har vist at mange barn sover lite og har problemer med å sove. Dette er uheldig. Nok søvn er avgjørende for god fungering i hverdagen, og for barn og unge som har en hjerne i rask utvikling er dette spesielt viktig. For lite søvn kan få uheldige konsekvenser både når det gjelder psykisk helse, fysisk helse, mestring og trivsel (Vardheim & Imenes i Bentsen et al., 2022).

Figur 6.11 Mobilbruk og søvn

Prosentandel som har svart «stemmer godt» eller «stemmer svært godt» på påstanden «jeg har holdt på med mobilen min når jeg egentlig burde sove». Svarfordeling kommune.





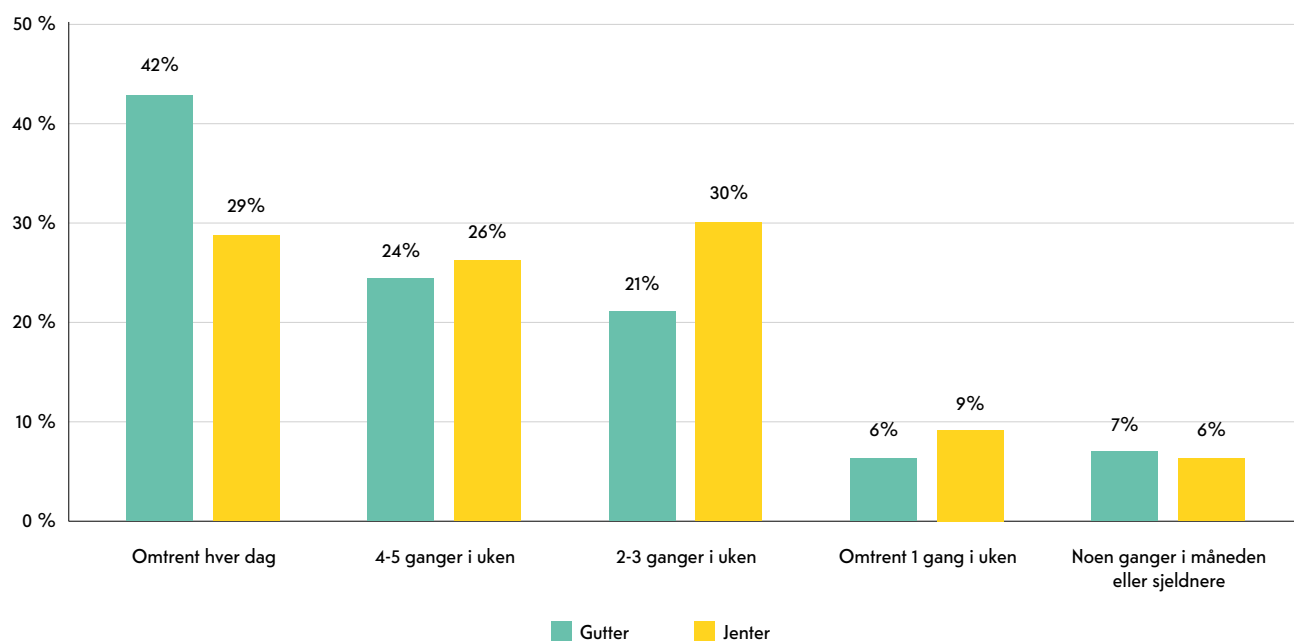
Fysisk aktivitet/trening

Fysisk aktivitet har mange positive gevinster, og barn og unge i alderen 6–17 år bør være fysisk aktive i gjennomsnitt minst 60 minutter per dag, i moderat til høy intensitet¹⁴. I Ungdata pluss blir barna spurt om hvor ofte de beveger seg så mye at de blir andpustne. 35 % av barna beveger seg så mye at de blir andpustne hver dag, 25 % gjør det 4–5 ganger i uka og 25 % 2–3 ganger i uka. Det er en andel på 15 % som kun beveger seg så mye at de blir andpustne en gang i uka eller sjeldnere.

Figur 6.12 viser at det er betraktelig flere gutter enn jenter som beveger seg så mye at de blir andpustne hver dag; 42 % gutter og 29 % jenter.

Figur 6.12 Fysisk aktivitet

Hvor ofte beveger du deg så mye at du blir andpusten? Regn med alt du gjør - både på skolen, på fritiden og på vei til og fra skole og fritidsaktiviteter. Svarfordeling kjønn.



¹⁴ <https://www.fhi.no/he/folkehelse/rapporten/levevaner/fysisk-aktivitet/?term=#anbefalinger-for-fysisk-aktivitet-og-stillesitting>



Figur 6.13 viser relativt store forskjeller mellom kommunene i hvor store andeler av barna som beveger seg så mye at de blir andpustne 4-5 ganger i uka eller oftere, fra 54 % i Hjartdal til 76 % i Fyresdal.

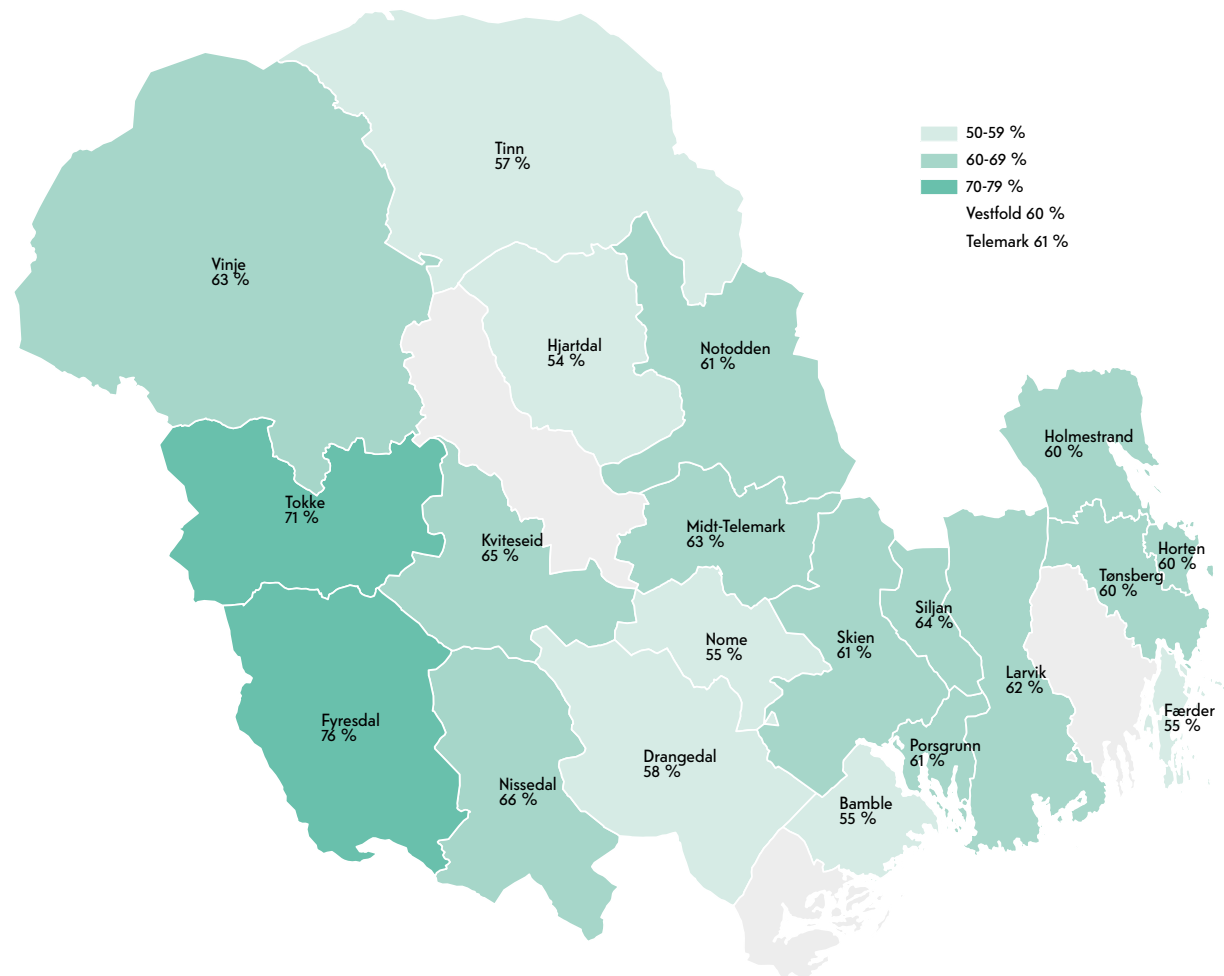
Faste fritidsaktiviteter

Organiserte aktiviteter med voksne til stede utgjør en viktig arena, som tilbyr barn andre erfaringer enn det de vanligvis opplever i skole, i uformell lek eller gjennom sosiale medier og gaming. Samtidig krever deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter ressurser av foreldrene, både til å følge opp, men også betalingsevne (Enstad & Bakken, 2022).

I Ungdata pluss svarer 86 % av elevene at de går på fritidsaktiviteter, 87 % jenter og 85 % gutter. Deltakelsen er størst blant de yngste, med 88 % som går på noe i 5. trinn, 87 % i 6. trinn og 83 % i 7. trinn. Figur 6.14 viser andelen jenter og gutter per trinn som går på noen faste fritidsaktiviteter. Her ser vi at den største nedgangen i andelen som deltar er blant jentene.

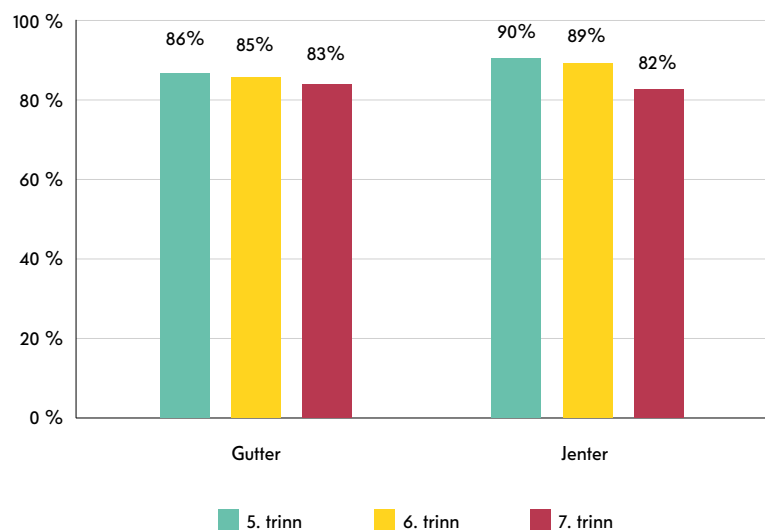
Figur 6.13 Fysisk aktivitet

Prosentandel barn i hver kommune som beveger seg så mye at de blir andpustne 4-5 dager i uka eller oftere. Svarfordeling kommune.

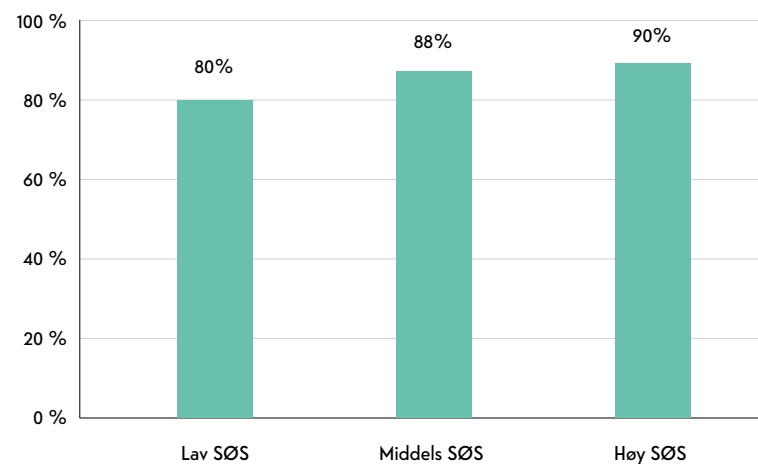


**Figur 6.14 Fritidsaktiviteter**

Prosentandel gutter og jenter på hvert klassetrinn som går på noen fritidsaktiviteter nå for tiden.

**Figur 6.15 Fritidsaktiviteter**

Prosentandel som går på noen fritidsaktiviteter nå for tiden. Svarfordeling sosioøkonomisk bakgrunn.



I Ungdata junior finner vi at det er store sosioøkonomiske forskjeller i andelen som trener eller er aktive i sport (Enstad & Bakken, 2022). Et hovedfunn i rapporten «Sosial ulikhet i barn og unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter» (Jacobsen et al., 2021) er også at det er tydelige sosiale forskjeller i deltakelse generelt sett, og at ungdom fra hjem med høy sosioøkonomisk status har nesten dobbelt så stor sjanse for å delta i organiserte

fritidsaktiviteter sammenlignet med dem som kommer fra hjem med lav sosioøkonomisk status. Dette gjelder både deltakelse i idrett, kultur og andre typer organisasjoner. Det er også forskjeller i deltakelse basert på foreldres landbakgrunn.

I Ungdata pluss finner vi også at barn med høy sosioøkonomisk status i langt større grad deltar i

fritidsaktiviteter enn barn med lav sosioøkonomisk status. I figur 6.15 ser vi at mens 80 % av barna med lav SØS deltar, deltar hele 90 % av barna med høy SØS.

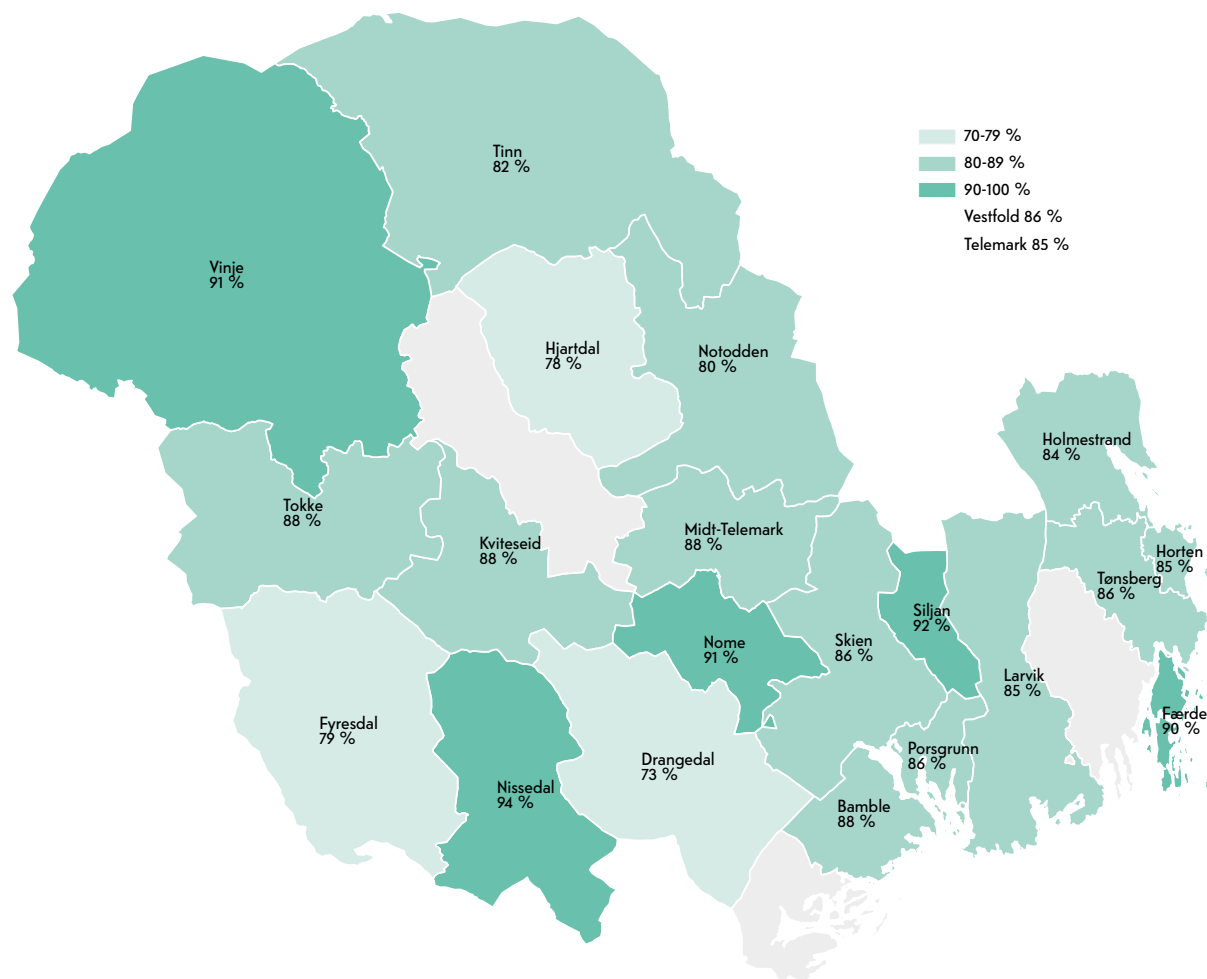
Figur 6.16 viser noe variasjon mellom kommunene i andelen som går på fritidsaktiviteter, fra 94 % i Nissedal til 73 % i Drangedal.

Det vanligste er å gå på en fritidsaktivitet 2-3 kvelder i uka.

Når vi ser nærmere på hvilke fritidsaktiviteter barna går på, finner vi at 73 % driver med idrett eller sport, 17 % med teater, sang eller musikk, 11 % med dans eller ballett, og 14 % går på fritidsklubb eller juniorklubb. 37 % svarer at de driver med annen aktivitet.

Figur 6.16 Fritidsaktiviteter

Prosentandel som går på noen fritidsaktiviteter nå for tiden. Svarfordeling kommune.

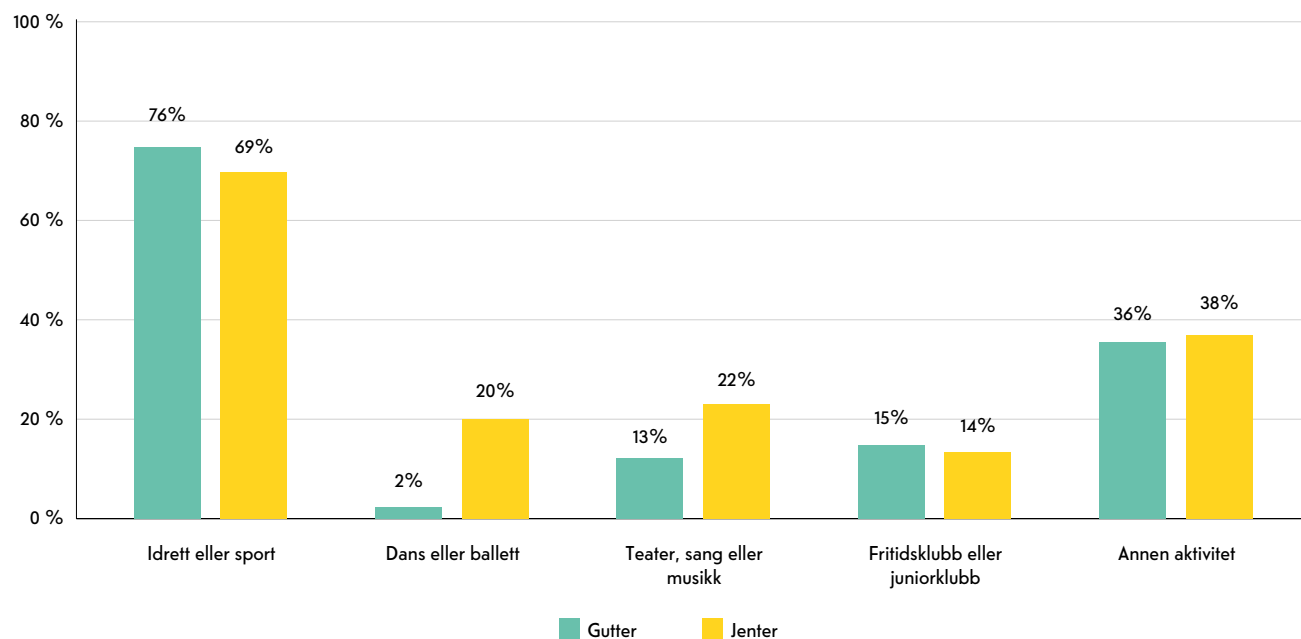




I figur 6.17 ser vi at det er noen tydelige kjønnsforskjeller i type fritidsaktiviteter barna går på. Det er litt flere gutter (76 %) enn jenter (69 %) som driver med idrett eller sport ukentlig eller oftere, mens det er langt flere jenter (20 %) enn gutter (2 %) som driver med dans eller ballett. Det er også en del flere jenter (22 %) enn gutter (13 %) som driver med teater, sang eller musikk. Det er også en del flere jenter (38 %) enn gutter (36 %) som driver med annen aktivitet.

Figur 6.17 Fritidsaktiviteter

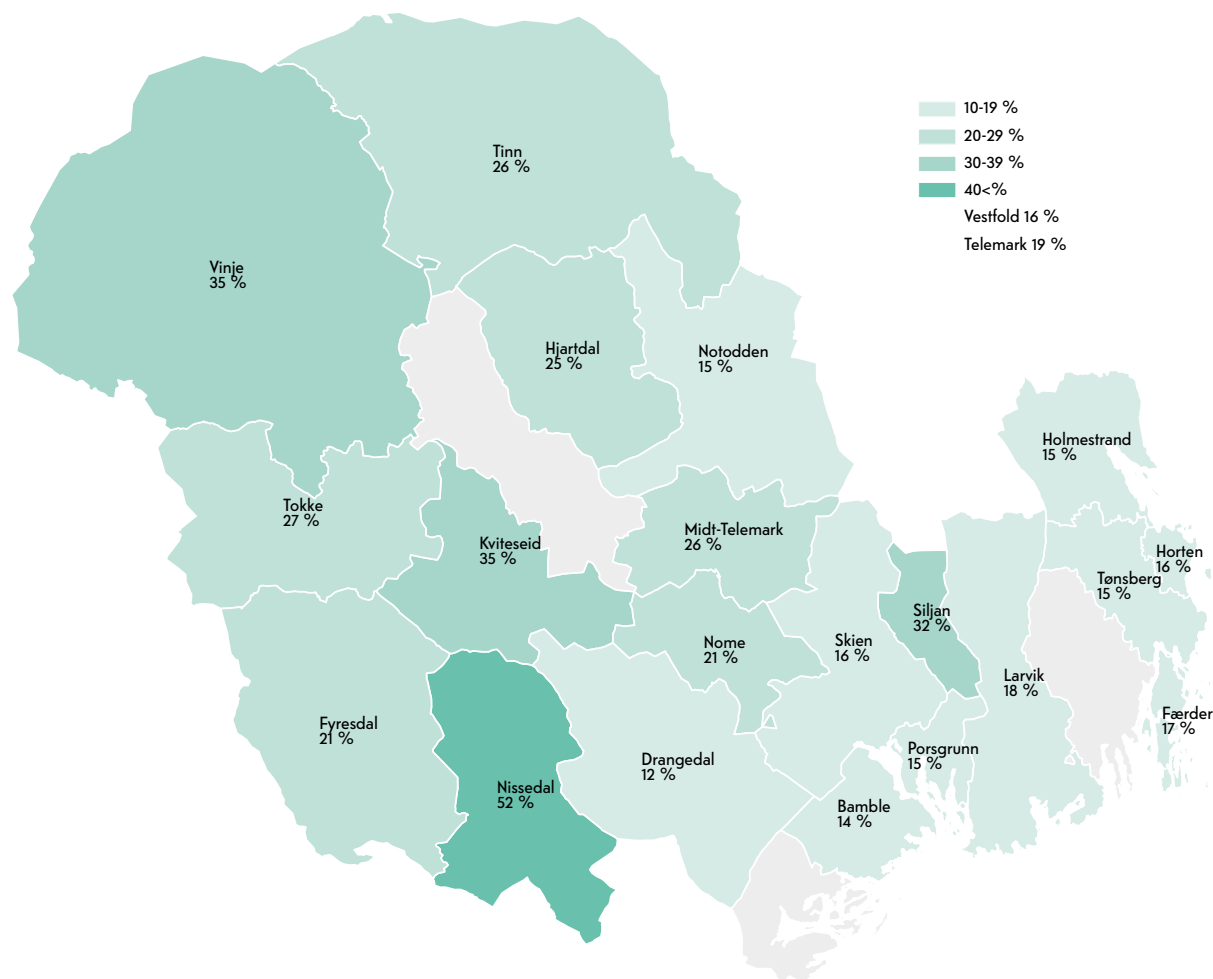
Prosentandel jenter og gutter som går på ulike fritidsaktiviteter. Svarfordeling alle.



Vi finner en del forskjeller mellom kommunene når det gjelder deltakelse i ulike typer organiserte fritidsaktiviteter. I figur 6.18 ser vi for eksempel at det er store kommunale forskjeller i andelen som går på teater, sang eller musikk. Dette har nok mye med lokale tilbud og tilgjengelighet å gjøre.

Figur 6.18 Teater, sang eller musikk

Prosentandel som går på teater, sang eller musikk. Svarfordeling kommune.



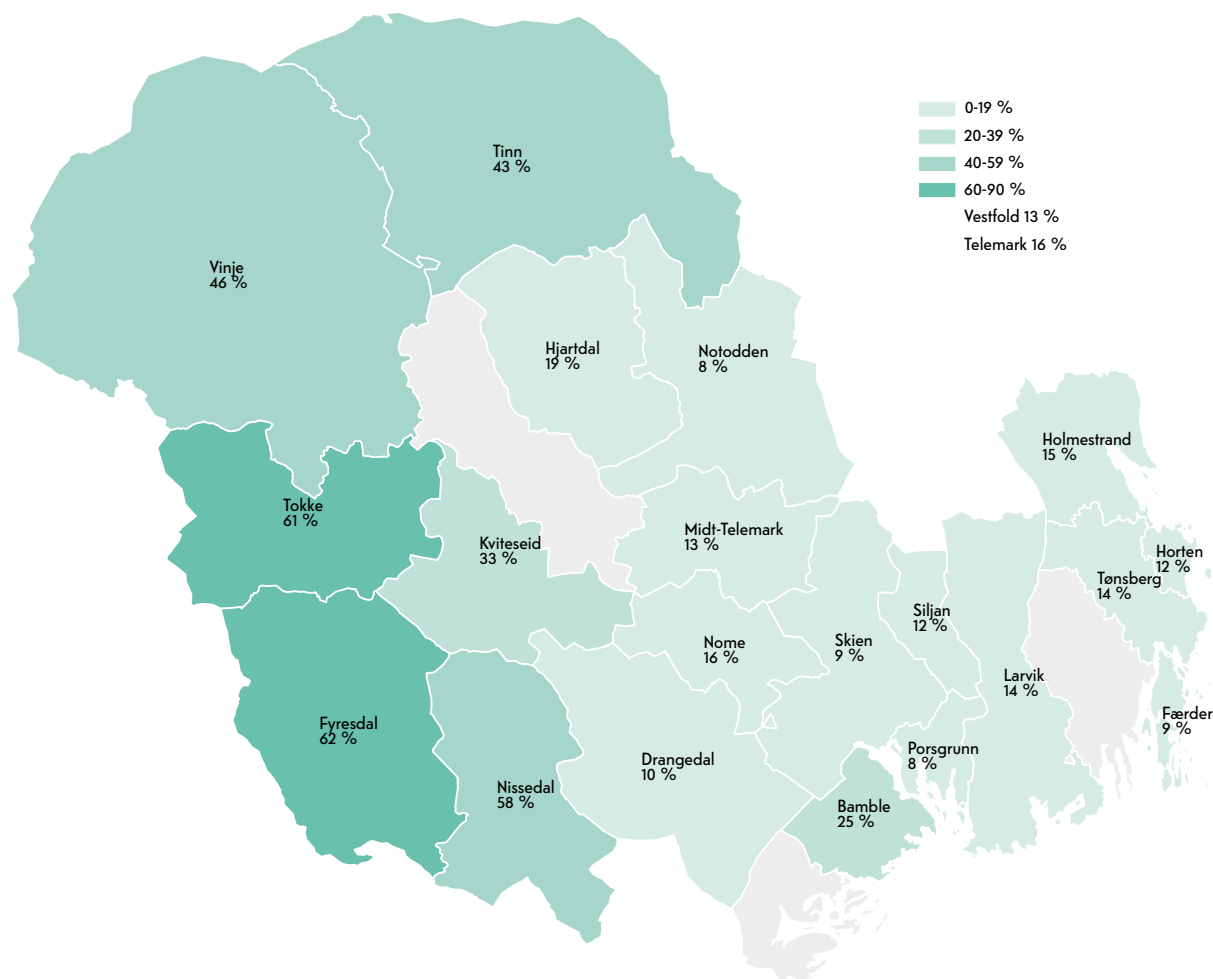
I figur 6.19 ser vi at andelen som går på fritidsklubb/juniorklubb også varierer mye mellom kommunene, fra 62 % i Fyresdal til 8 % i Porsgrunn og på Notodden.



Foto: Frontify

Figur 6.19 Fritidsklubb

Prosentandel som går på fritidsklubb eller juniorklubb. Svarfordeling kommune.



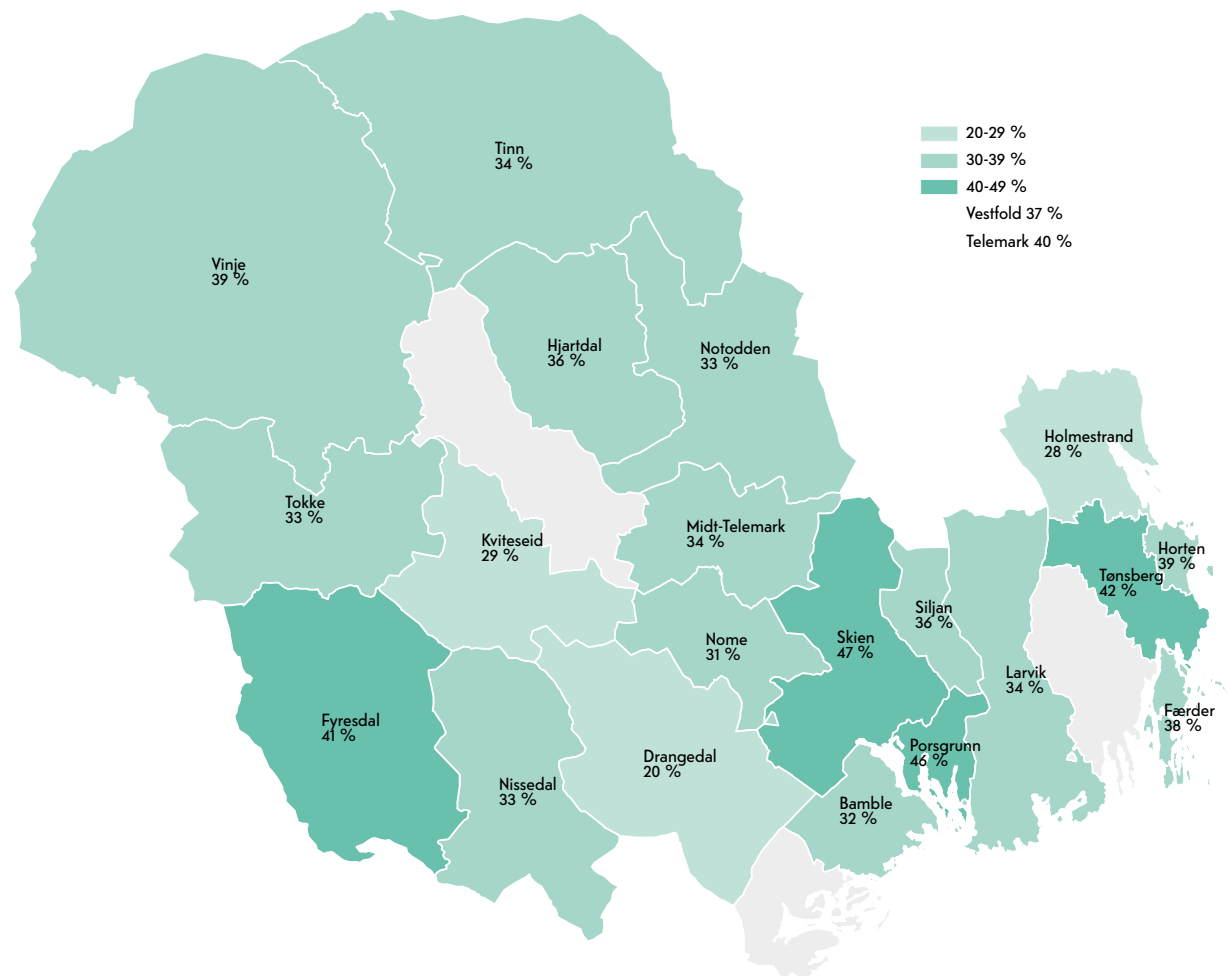


Hvordan kommer du deg vanligvis til fritidsaktiviteter?

Flertallet (59 %) av barna blir kjørt til sine fritidsaktiviteter, mens 38 % går, sykler eller tar sparkesykkel og 3 % tar kollektivtransport. Her finner vi noen forskjeller mellom fylkene, hvor det er 40 % i Telemark som går, sykler eller sparkesykler, mot 37 % i Vestfold. I Telemark er det 2 % som tar kollektivtransport, mot 4 % i Vestfold. Andelen som blir kjørt er ganske lik: 58 % i Telemark og 59 % i Vestfold. Det er relativt små forskjeller mellom trinnene, men det er litt færre i 7. trinn enn de to andre trinnene som blir kjørt. Det er derimot store forskjeller mellom kjønnene. Mens 46 % av guttene går, sykler eller sparkesykler, er det kun 30 % av jentene som gjør det samme, og 66 % av jentene mot 51 % av guttene blir kjørt. I figur 6.20 ser vi at andelen barn som går, sykler eller sparkesykler i de ulike kommunene også varierer mye.

Figur 6.20 Transport

Prosentandel som vanligvis går, sykler eller sparkesykler til fritidsaktiviteter. Svarfordeling kommune.





Medvirkning, mestring og tilhørighet i fritidsaktivitetene

Ifølge selvbestemmelsesteorien (Ryan & Deci, 2000) har mennesket tre grunnleggende, medfødte psykologiske behov som må tilfredsstilles for best mulig vekst og utvikling. Disse behovene er opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet. I Ungdata pluss spørres barna om hvordan de opplever dette i sine fritidsaktiviteter.

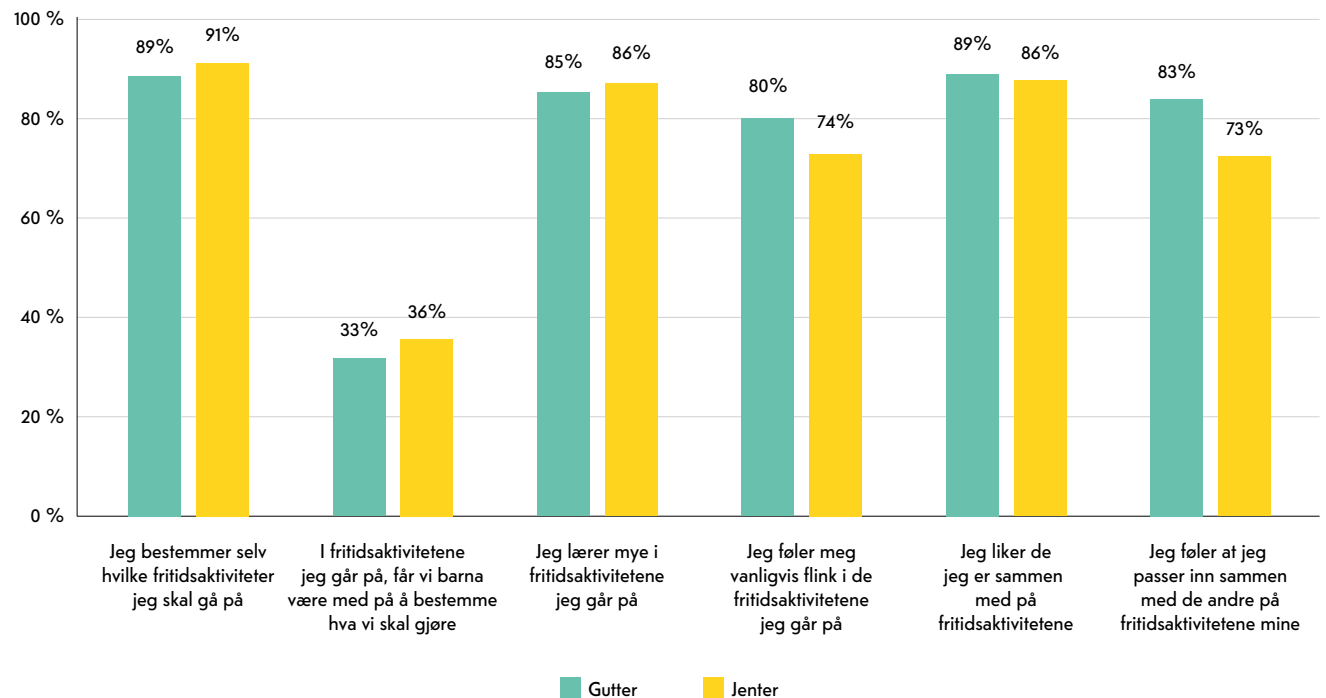
Når det gjelder medvirkning svarer 90 % at de selv bestemmer hvilke aktiviteter de skal gå på, mens de færreste opplever at de får være med å bestemme hva de skal gjøre i de fritidsaktivitetene de går på (35 %). De fleste opplever mestring; 85 % opplever å lære mye i fritidsaktiviteten og 77 % føler seg vanligvis flinke i de aktivitetene de går på. De fleste opplever også tilhørighet til de andre i fritidsaktiviteten; 87 % liker dem som de er sammen med på fritidsaktivitetene og 78 % føler at de passer inn sammen med de andre.

Det er kun små kjønnsforskjeller her, men i figur 6.21 ser vi at det er en del flere gutter (80 %) enn jenter (74 %) som vanligvis føler seg flinke i aktivitetene de går på, og som føler at de passer inn sammen med de andre (83 % gutter og 73 % jenter).

Andelen som opplever at de selv bestemmer hvilke fritidsaktiviteter de skal gå på øker fra 88 % i 5. trinn til 92 % i 7. trinn, og det samme gjør andelen som

Figur 6.21 Medvirkning, mestring og tilhørighet i fritidsaktivitetene

Prosentandel jenter og gutter som synes ulike påstander «stemmer ganske godt» eller «stemmer veldig godt».



opplever at de får være med å bestemme hva de skal gjøre i fritidsaktiviteten (fra 34 % i 5. trinn til 37 % i 7. trinn).

Andelen som opplever at de lærer mye, og som liker de som de er sammen med, holder seg stabilt gjennom årene på mellomtrinnet. Andelen som føler seg flinke i aktivitetene de går på synker fra 5. trinn (81 %) til 7. trinn (73 %).

Det er også litt flere i 5. trinn (79 %) enn i 7. trinn (77

%) som føler at de passer inn sammen med de andre på fritidsaktivitetene.

I kapittel 7 ser vi nærmere på sammenhengen mellom deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet, og livskvalitet.



Friluftsliv

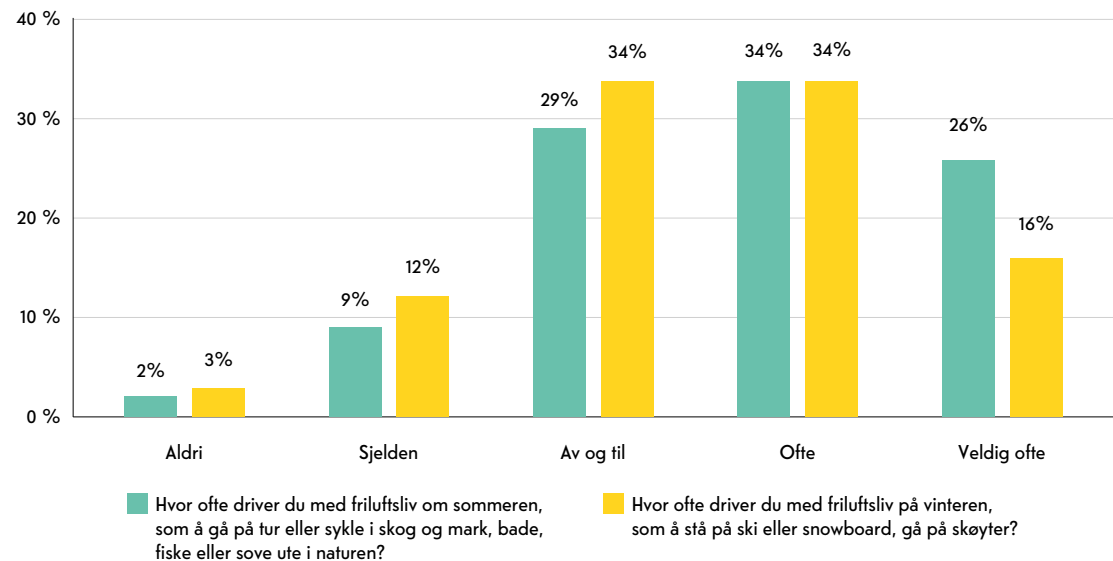
I Ungdata pluss har vi forsøkt å favne fritidsaktiviteter i vid forstand, og har også spurt om hvorvidt barna driver med friluftsliv på sommeren og på vinteren. I figur 6.22 ser vi at det er rundt 60 % som ofte eller veldig ofte driver med friluftsliv på sommeren, og 50 % som gjør det på vinteren. I tillegg, er det rundt 30 % som driver med friluftsliv av og til. Det er 11 % som sjelden eller aldri driver med friluftsliv på sommeren, og 15 % som sjeldent eller aldri gjør det på vinteren. I andelen som driver med friluftsliv ofte eller svært ofte på sommeren er det ingen forskjell mellom Vestfold og Telemark, men det er litt flere i Telemark (52 %) enn i Vestfold (49 %) som ofte eller svært ofte driver med det på vinteren.

Vi finner ikke store forskjeller mellom kjønnene når det gjelder andelen som driver med friluftsliv på sommeren eller vinteren. Det er en liten nedgang fra 5. og 6. trinn til 7. trinn i andelen som driver med friluftsliv ofte eller veldig ofte.

Vi finner at det er en del sosioøkonomiske forskjeller i andelen som driver med friluftsliv (se figur 6.23). På sommeren er det 57 % av de med lav SØS som sier de driver med det ofte/veldig ofte, mens 63 % med høy SØS gjør det samme. På vinterstid er det enda større forskjeller, hvor 44 % av de med lav SØS driver med

Figur 6.22 Friluftsliv

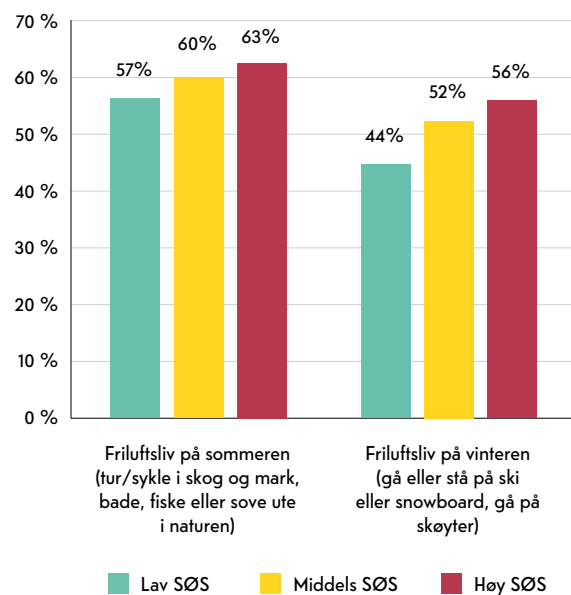
Hvor ofte driver du med friluftsliv på sommeren og på vinteren? Svarfordeling alle.



friluftaktiviteter ofte/veldig ofte, mot 56 % av de med høy SØS. Dette kan være et tegn på at det er større krav til utstyr, reiser, osv. knyttet til vinteraktiviteter ute.

Figur 6.23 Friluftsliv

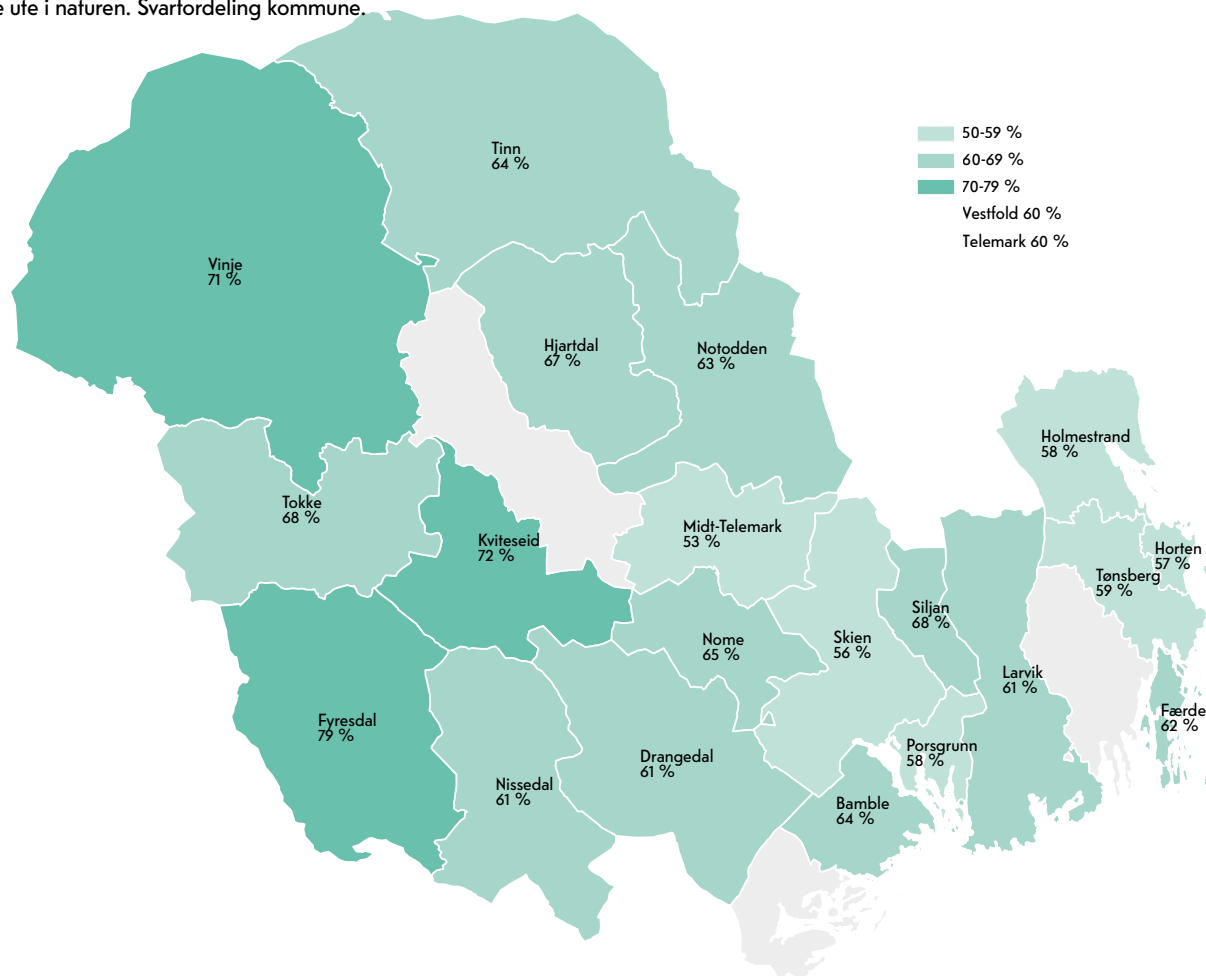
Hvor ofte driver du med friluftsliv på sommeren og på vinteren? Andel som svarer «ofte» eller «veldig ofte». Svarfordeling sosioøkonomisk bakgrunn.



I figur 6.24a og b ser vi at det er forskjeller mellom kommunene i andelen som driver med friluftsliv på sommeren og på vinteren.

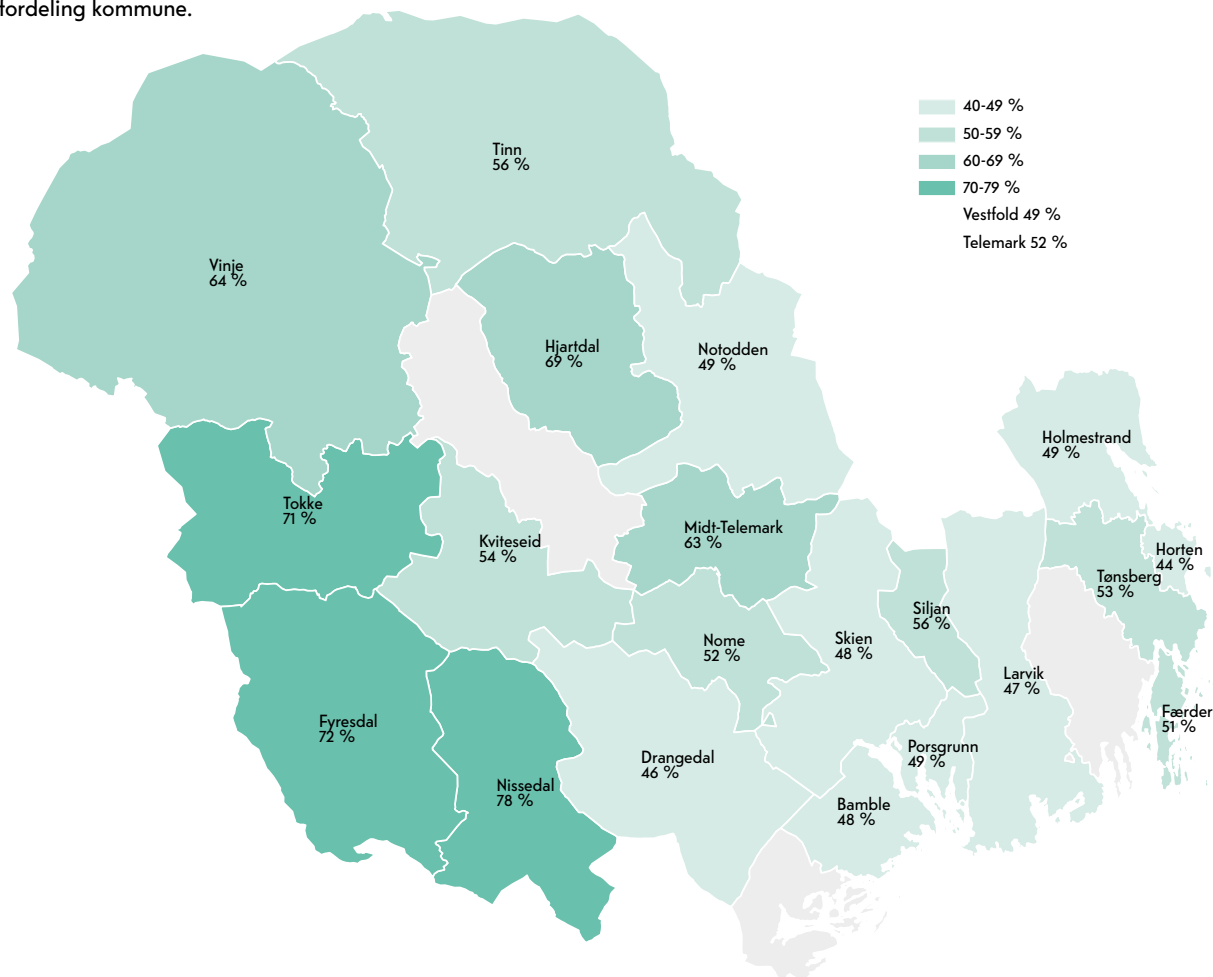
Figur 6.24a Friluftsliv sommer

Prosentandel som «ofte» eller «veldig ofte» driver med friluftsliv på sommeren, som å gå på tur eller sykle i skog og mark, bade, fiske eller sove ute i naturen. Svarfordeling kommune.



Figur 6.24b Friluftsliv vinter

Prosentandel som «ofte» eller «veldig ofte» driver med friluftsliv på vinteren, som å gå eller stå på ski eller snowboard, gå på skøyter. Svarfordeling kommune.



Del 3. Dypdykk



7. Organisert fritid og livskvalitet blant barn i Vestfold og Telemark

Tekst: Catherine Anne Nicole Lorentzen, Lars Bauger og Elisabeth Gulløy, Universitetet i Sørøst-Norge

Bakgrunn

Forskning viser at deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter kan ha positiv betydning for barns mentale helse og livskvalitet. En studie blant mer enn 55 000 11-15-åringer fra ni land i Europa og Canada fant eksempelvis at mentale plager var lavere og livskvalitet høyere jo flere typer organiserte fritidsaktiviteter studiedeltakerne var med på (Badura et al., 2021). Samtidig antyder litteraturen at hvorvidt barna oppnår slike gevinster avhenger av de opplevelsene og erfaringene de har på slike arenaer (Leversen et al., 2012). Det pekes særlig på tre typer opplevelser som kan ha betydning for om deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter har en helsefremmende virkning; 1) opplevelse av *autonomi og medvirkning*, 2) opplevelse av *læring, utvikling og mestring* samt 3) opplevelse av *sosialt felleskap og tilhørighet* (Leversen et al., 2012). Ifølge selvbestemmelsesteorien til Richard Ryan og Edward Deci (Ryan & Deci, 2000) er dette grunnleggende psykologiske behov som er viktige å få dekket for at man skal oppleve å ha det bra. Disse behovene kan dekkes gjennom opplevelser på de ulike arenaene hvor man lever sine liv (Ryan, 2009; Ryan & Deci, 2000; Véronneau et al., 2005). Norske barn tilbringer mye tid i organiserte fritidsaktiviteter (Enstad & Bakken, 2022; Nordbakke, 2019). Det ligger dermed et stort potensial i at slike arenaer

kan bidra i det helsefremmende arbeidet rettet mot barn. Det trengs mer kunnskap om sammenhengene mellom deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i aktivitetene og livskvalitet blant norske barn. Slik kunnskap vil utvide vår forståelse av hvordan ulike folkehelseaktører, inkludert de som er involvert i barns organiserte fritidsliv, kan jobbe for å fremme mental helse og livskvalitet blant barn.

Ungdata pluss-materialet gir anledning til å utforske disse aspektene blant 10-13-åringer i Vestfold og Telemark. Det er interessant å undersøke om det faktisk er slik at barna i fylket som deltar i organiserte fritidsaktiviteter rapporterer en høyere livskvalitet enn barna som ikke deltar i organiserte fritidsaktiviteter og hvorvidt en slik sammenheng også avhenger av hvor hyppig de deltar. Det er videre interessant å undersøke i hvilken grad barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter opplever medvirkning, mestring og tilhørighet gjennom aktivitetene de deltar på. Videre er det interessant å undersøke om det er slik at barna som i større grad opplever medvirkning, mestring og tilhørighet i de organiserte fritidsaktivitetene sine også rapporterer høyere livskvalitet enn barna som i mindre grad opplever dette.

Vi ønsket svar på følgende forskningsspørsmål:

1. Er det forskjell i livskvalitet mellom barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter og barna som ikke gjør det, og er en slik sammenheng eventuelt avhengig av hvor hyppig barna deltar i slike aktiviteter?
2. I hvor stor grad opplever barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter medvirkning, mestring og tilhørighet i aktivitetene sine, og er dette avhengig av hvor hyppig de deltar på slike aktiviteter?
3. Er det en sammenheng mellom barnas overordnede opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet tilknyttet de organiserte fritidsaktivitetene de deltar i, og deres livskvalitet?

Data og analyser

Mellom 4765 og 5776 barn som besvarte relevante spørsmål om organisert fritid og livskvalitet i Ungdata pluss-undersøkelsen ble inkludert i denne studien. For å besvare forskningsspørsmålene ble til sammen 9 spørsmål og påstander fra spørreskjemaet benyttet; 2 spørsmål om deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, 6 spørsmål om opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i de organiserte fritidsaktivitetene, og 1 spørsmål som skulle fange opp livskvalitet. Tabell 7.1 viser en oversikt over disse.



Tabell 7.1 Oversikt over variabler brukt i analysene

Variabel	Spørsmål/påstand	Svaralternativer
Livskvalitet	Alt i alt, hvor fornøyd er du med livet ditt for tiden?	0 (ikke fornøyd i det hele tatt) - 10 (svært fornøyd)
Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter	Går du på noen fritidsaktiviteter nå for tiden?	ja/nei
Hvis ja på spørsmål om deltakelse:		
Frekvens, deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter	Fra mandag til fredag, hvor mange kvelder går du på fritidsaktiviteter?	ingen/en/to/tre/fire/fem
Dekking av grunnleggende psykologiske behov		
<i>Autonomi</i>	Jeg bestemmer selv hvilke fritidsaktiviteter jeg skal gå på	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Autonomi</i>	I fritidsaktivitetene jeg går på, får vi barna være med å bestemme hva vi skal gjøre	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Mestring</i>	Jeg lærer mye i fritidsaktivitetene jeg går på	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Mestring</i>	Jeg føler meg vanligvis flink i de fritidsaktivitetene jeg går på	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Tilhørighet</i>	Jeg liker de jeg er sammen med på fritidsaktivitetene mine	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)
<i>Tilhørighet</i>	Jeg føler at jeg passer inn sammen med de andre på fritidsaktivitetene mine	1 (stemmer veldig dårlig) - 5 (stemmer veldig godt)

Det er benyttet ulike statistiske analyser (t-test, Anova og enkel lineær regresjonsanalyse) for å få svar på forskningsspørsmålene.

Resultater

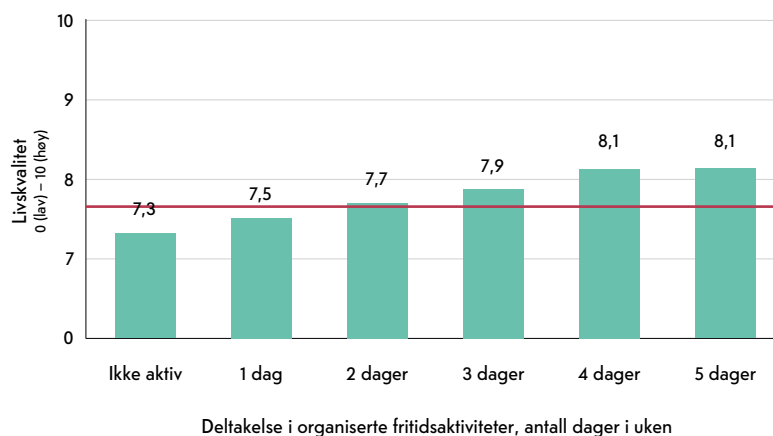
1. Livskvalitet blant barna som deltar og barna som ikke deltar i organiserte fritidsaktiviteter

Nesten 86 % av barna har svart at de deltar på organiserte fritidsaktiviteter. Av disse deltar ca. 46 % 1-2 hverdager i uken, 45 % deltar 3-4 hverdager i uken og ca. 8 % deltar 5 hverdager i uken. Gjennomsnittlig livskvalitet for hele utvalget er 7,7 (på en skala fra 0-10), altså forholdsvis høyt. De som deltar i organiserte fritidsaktiviteter rapporterer en betydelig høyere livskvalitet enn de som ikke deltar i slike aktiviteter (gj.snitt: 7,8 vs. 7,3). Blant de som deltar, øker livskvaliteten for hver ekstra hverdag i uken med organisert aktivitet, helt til det flater ut ved 4 dager i uken (se figur 7.1).



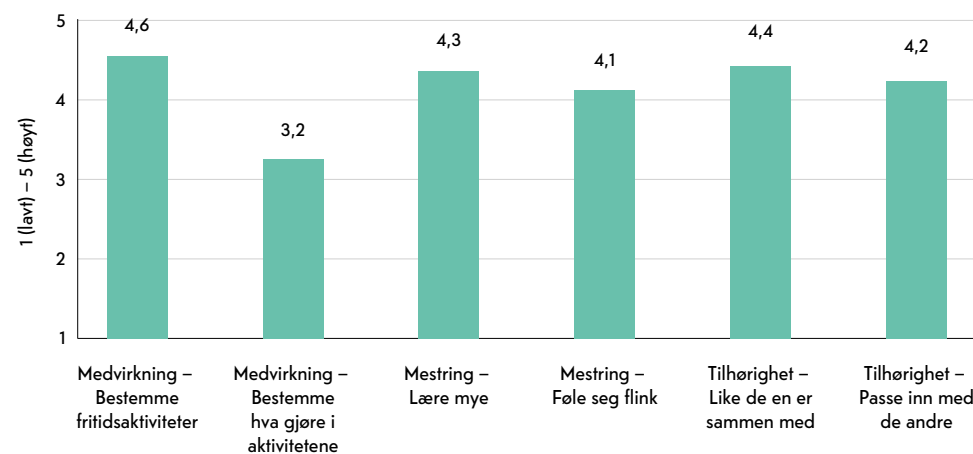
Figur 7.1 Organisert fritid og livskvalitet

Gjennomsnittlig livskvalitet etter deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter (n=5776). Rød linje representerer gjennomsnittlig livskvalitet (7,7) for hele utvalget.



Figur 7.2 Medvirkning, mestring og tilhørighet

Gjennomsnittlig opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i organiserte fritidsaktiviteter (n=4765-4884)



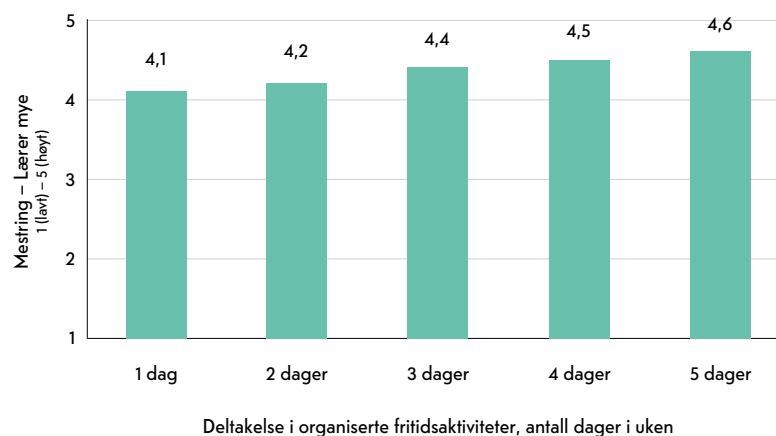
2. Opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet blant barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter

Figur 7.2 viser at de barna som deltar i organiserte fritidsaktiviteter generelt opplever forholdsvis stor grad av medvirkning når det gjelder å bestemme hvilke fritidsaktiviteter de skal gå på (gj.snitt= 4,6 på en skala fra 1-5), men i mindre grad når det gjelder å være med å

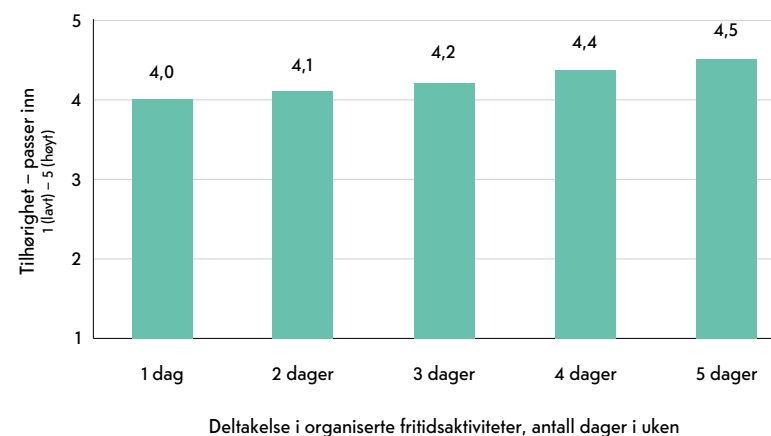
bestemme hva de skal gjøre i aktivitetene (gj.snitt= 3,2). De skårer forholdsvis høyt på opplevelse av læring (gj.snitt= 4,3) og mestring i fritidsaktivitetene (gj.snitt= 4,1), og likeledes på det å like de deltakerne som de er sammen med (gj.snitt= 4,4) og å føle at de passer inn med dem (gj.snitt= 4,2).

Figur 7.3 Lære i fritidsaktivitetene

Gjennomsnittlig opplevelse av å lære mye i fritidsaktivitetene etter hyppighet på deltakelse (n = 4770)

**Figur 7.4 Passe inn**

Gjennomsnittlig opplevelse av å passe inn med de andre på fritidsaktivitetene etter hyppighet på deltakelse (n = 4775)



Analysen av hvorvidt disse opplevelsene har sammenheng med hvor hyppig barna deltar på fritidsaktiviteter viser et mønster der den gjennomsnittlige skåren øker med økende antall aktive dager i uken, bortsett fra når det gjelder opplevelse av medvirkning i aktiviteten, der en slik sammenheng ikke vises. I figur 7.3 og 7.4 vises eksempler knyttet til opplevelse av å lære mye (mestring) og av å passe inn med de andre (tilhørighet) på fritidsaktivitetene.

3. Sammenheng mellom overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i organiserte fritidsaktiviteter og livskvalitet

Vi har i denne analysen brukt gjennomsnittsskåren av svarene på de 6 spørsmålene om medvirkning, mestring og tilhørighet til å konstruere et samlemaal for overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i de organiserte fritidsaktivitetene man er med på. Deretter har vi analysert sammenhengen mellom dette målet og livskvalitet.



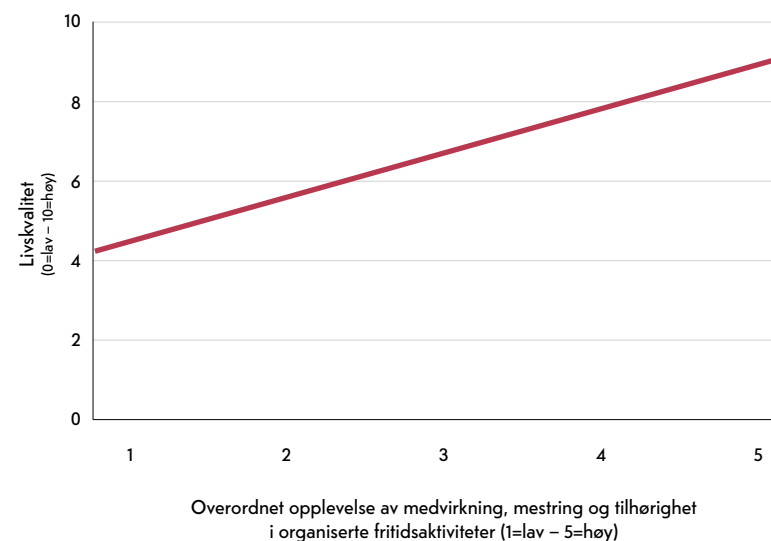
Figur 7.5 viser at det er en positiv sammenheng mellom overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i de organiserte fritidsaktivitetene man deltar på og livskvalitet. Linjen i figur 7.5 er den såkalte regresjonslinjen, som viser sammenhengen mellom de to faktorene som best representerer svarene til alle barna på de tilhørende spørsmålene. Den viser at livskvalitet «i gjennomsnitt» blir 1,1 enheter høyere (på en skala fra 0-10) for hver enhets økning i overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet. Eksempelvis har de som rapporterer gjennomsnittlig 5 (det høyeste du kan rapportere) på overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet, «i gjennomsnitt» rapportert 3,3 enheter høyere på livskvalitet enn de som rapporterer gjennomsnittlig 2 på dette sammensatte målet (ca. 8,8 versus ca. 5,5).

Hvordan forstå og bruke resultatene

Resultatene våre bidrar til å styrke kunnskapsgrunnlaget for helsefremmende arbeid blant barn generelt, og knyttet til den organiserte fritidssektoren spesielt. For det første understøtter funnene tidligere forskning på feltet som viser at deltakelse i organisert fritidsaktivitet kan ha positiv betydning for barns livskvalitet (Badura et al., 2021). Dette støttes ytterligere av økningen i livskvalitet med økt hyppighet i deltakelse som presentert her. Samtidig kan funnene antyde at deltakelse i organisert fritidsaktivitet utover fire dager i uken ikke gir ytterligere gevinst i livskvalitet.

Figur 7.5 Livskvalitet og opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet

Livskvalitet etter overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i organiserte fritidsaktiviteter (n=4855)



Videre viser funnene at overordnet opplevelse av medvirkning, mestring og tilhørighet i de organiserte fritidsaktivitetene man er med på har en tydelig positiv sammenheng med livskvalitet. Det vil si at jo mer barna opplever å få medvirke, å føle mestring og å føle tilhørighet, jo bedre opplever de at livet sitt er. Dette samsvarer med tidligere forskning fra fritidsfeltet blant barn (Leversen et al., 2012) og fra andre arenaer der barn ferdes (Ryan & Deci, 2000; Véronneau et al., 2005), og

med selvbestemmelsesteorien (Ryan, 2009; Ryan & Deci, 2000). Våre funn viser at barna skårer forholdsvis høyt på spørsmålene om mestring og tilhørighet, samtidig som verdiene øker med antall dager med organisert aktivitet i uken. Dette kan indikere at miljøene i og rundt de organiserte aktivitetene som barna går på, mer eller mindre bevisst, allerede legger til rette for slike opplevelser. I tillegg kan den høye skåren på spørsmålet om hvorvidt barnet selv bestemmer hvilke fritidsaktiviteter det skal gå på, tolkes



slik at foresatte også bidrar til opplevelse av autonomi knyttet til valg av fritidsaktiviteter. Samtidig indikerer funnene at det er mer å hente på at ledere og trenere i fritidsaktivitetene involverer barna i hvordan aktivitetene gjennomføres, da dette er noe som barna i mindre grad er enig i at de kan være med og bestemme. Generelt antyder våre funn at det er rom for enda mer tilrettelegging for at barna skal få oppleve medvirkning, mestring og tilhørighet gjennom de organiserte fritidsaktivitetene, og at dette antakeligvis vil kunne styrke deltakende barns livskvalitet ytterligere.

Forskning peker på at ledere/trenere i organiserte fritidsaktiviteter, foresatte til deltakende barn samt de andre barna som deltar kan spille en rolle i denne sammenheng (Chu & Zhang, 2019; Felber Charbonneau & Camiré, 2020). De voksne rundt barna kan legge til rette for opplevelser av medvirkning, mestring og tilhørighet for eksempel ved å lytte til barnas tanker og ønsker og gi dem valgmuligheter, for eksempel relatert til innhold i og hyppighet på aktiviteter; ved å tilpasse oppgaver og utfordringer til de enkelte barnas ferdighets- og kompetansenivå, ved å vise at de har tiltro til at barna vil lykkes i ulike øvelser og aktiviteter; ved å gi positive tilbakemeldinger på barnas innsats og kompetanse og unngå negative bemerkninger; og ved å opptre støttende og omsorgsfullt (Bandura, 1999; Felber Charbonneau & Camiré, 2020; Ryan & Deci, 2000). De kan styrke slike

opplevelser hos barna ytterligere ved å legge til rette for støttende atferd også barna imellom, for eksempel ved å oppmuntre barna til å hjelpe de andre barna med å lære seg nye ferdigheter, til å opptre støttende overfor hverandre og bry seg om hverandres innspill og ideer, og til å rose hverandres innsats selv om man mislykkes. Samtidig kan de redusere konkurranse mellom barna og slå ned på negative kommentarer barna imellom (Chu & Zhang, 2019).

Ifølge selvbestemmelsesteorien vil tilfredsstillelse av disse grunnleggende psykologiske behovene styrke livskvaliteten ved å skape en mer indreregulert motivasjon for aktivitetene man er med på (Ryan, 2009; Ryan & Deci, 2000; Tang et al., 2020). En ren indreregulert motivasjon handler om å gjøre en aktivitet fordi den gir glede og tilfredshet, dvs. gjøre aktiviteten for aktivitetens egen del, i motsetning til å gjøre en aktivitet fordi en ønsker å tilfredsstille andre, for eksempel foreldre eller trenere, eller for å unngå straff eller negative sanksjoner (Ryan, 2009; Ryan & Deci, 2000). I tillegg til i seg selv å være helsefremmende, vil slik indreregulert motivasjon øke sannsynligheten for videre deltakelse i aktiviteten. Dette anses spesielt viktig blant barn og unge for å forebygge det store frafallet fra organiserte fritidsaktiviteter man ser i ungdomsperioden (Bakken, 2019). Betydningen av fortsatt deltakelse i slike aktiviteter for livskvalitet understøttes tydelig av funnene i denne og tidligere studier.

Det er samtidig viktig å ta hensyn til at disse analysene er basert på data som er samlet inn på ett tidspunkt, en såkalt tverrsnittstudie. Det betyr at det ikke er mulig å si helt sikkert hvilken vei virkningene går. Det er sannsynlig at sammenhengene som er funnet til dels også kan gå andre veien enn foreslått – for eksempel at de som i utgangspunktet er mindre fornøyd med livet opplever en høyere terskel for å delta på organiserte fritidsaktiviteter eller har vanskelig for å delta på en måte som øker sannsynligheten for å oppleve autonomi, mestring og tilhørighet. Når flere datainnsamlinger i Ungdata pluss er gjennomført blir det mulig med større grad av sikkerhet å fastslå hvilken vei sammenhengene vi har observert i denne studien, går.



8. Sammenhenger mellom digital fritid og livskvalitet

Tekst: Lars Bauger, Christian Møller-Skau, Elisabeth Gulløy og Catherine Anne Nicole Lorentzen, Universitetet i Sørøst-Norge

Bakgrunn

Livskvalitet kan både ha subjektive og objektive karakteristikk (Nes et al., 2018). I dette dypdykket har vi tatt utgangspunkt i den subjektive livskvaliteten, altså hvordan barna selv vurderer at de har det. Vi fokuserer spesielt på barnas vurdering av hvor fornøyd de er med sitt eget liv, som ofte omtales som livstilfredshet. For å forenkle teksten, benytter vi livskvalitet som begrep for denne dimensjonen i dette dypdykket. Det er gjort mye forskning på livskvalitet og hvilke faktorer som påvirker den blant voksne. Faktorene spenner fra forhold på mikronivå, slik som gener, til forhold på makronivå, slik som ulike samfunnsbetingelser (Diener et al., 2018). De siste årene har man i økende grad undersøkt i hvilken grad slike individuelle og samfunnsmessige faktorer har betydning for barn og unges livskvalitet (Savahl et al., 2020). På mikronivå viser forskningen at faktorer som skolemiljø, familie og hjem, fritidsbruk og sosiale relasjoner er betydningsfulle faktorer (Evensen & Løvgren, 2018). På makronivå trekkes det frem at sosial ulikhet i samfunnet, samfunnets investeringer i barns utvikling og bekjempelse av barnefattigdom er betydningsfulle faktorer (Evensen & Løvgren, 2018).

I dette dypdykket setter vi søkelys på barnas fritidsbruk og i hvilken grad og hvordan denne henger sammen med livskvalitet. Fritid til barn og unge omhandler ikke bare organiserte fritidsaktiviteter, men også digital fritid gjennom skjermrelaterte aktiviteter som sosiale medier, YouTube, spill, serier og filmer. Studier viser at både deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter (Badura et al., 2021) og digital fritid (Twenge & Martin, 2020) kan knyttes til livskvaliteten hos barn og unge.

Hva barn gjør på den digitale fritiden, ofte da med fokus på skjermtid, er et tidsaktuelt tema i samfunnsdebatten. På den ene siden fremheves skjermtiden som ødeleggende for barn og unges livskvalitet, og spesielt trekkes skjermtid dedikert til bruk av sosiale medier frem som negativt for barn og unges livskvalitet (Twenge & Farley, 2021). Samtidig spriker forskningsresultatene. Noen tidlige toneangivende studier viser at skjermbruk har liten betydning for barn og unges livskvalitet (Orben, 2020; Orben & Przybylski, 2019). Andre gjennomganger av forskning viser en moderat negativ effekt, hvor økt skjermtid henger sammen med redusert livskvalitet (Santos et al., 2023; Stiglic & Viner, 2019). Mesteparten av denne forskningen har blitt gjort på ungdom, ikke barn. Vi vet mindre om hvordan

sammenhengene er for barn i barneskolealder. En studie som undersøkte sammenhengen mellom skjermtid og livskvalitet blant belgiske 9-12 åringer fant kun en svak lineær sammenheng, men at de som var aller mest på skjerm hadde en høyere risiko for redusert livskvalitet (Bruggeman et al., 2019). En norsk studie som fulgte barn fra de var 10 til de var 16 år, fant ingen sammenheng mellom tid brukt på sosiale medier og psykisk helse (angst og depresjon) ved et senere tidspunkt (Steinsbekk et al., 2023). Med utgangspunkt i forskningslitteraturen kan det altså være grunnlag for å si at det ikke nødvendigvis er en entydig sammenheng mellom digital fritidsbruk og livskvalitet blant barn og unge. Det er sannsynlig at forskjellige mønstre i digitale fritidsvaner henger sammen med livskvalitet på ulike måter.

Derfor vil vi i dette dypdykket identifisere og beskrive forskjellige mønstre i digital fritidsbruk blant barn, for så å undersøke hvilke sammenhenger det er mellom mønstre i digital fritidsbruk blant barn og barnas livskvalitet. Dette er en metode som tidligere har blitt benyttet for å identifisere hvordan ungdom (Camerini et al., 2021; Moreno et al., 2022) og voksne (Wenz & Keusch, 2023) bruker sin digitale fritid, men som i mindre grad har blitt benyttet



Foto: Unsplash

på aldersgruppen 10 – 13 år, altså de som deltar i Ungdata pluss.

For å utforske sammenhengen mellom digital fritidsbruk og barns livskvalitet har vi utviklet to forskningsspørsmål:

1. Finnes det kvalitativt forskjellige mønstre i barnas digitale fritidsbruk? Hvor mange ulike mønstre kan identifiseres og hva kjennetegner disse mønstrene?
2. Hvilke forskjeller i livskvalitet finnes mellom barna som har ulike mønstre når det gjelder digital fritidsbruk?

Metode

For å utforske og identifisere forskjellige mønstre i digital fritidsbruk har vi benyttet oss av en såkalt latent class analysis (LCA) (McCutcheon, 1987). Denne fremgangsmåten grupperer deltakerne (i vårt tilfelle barna) med utgangspunkt i deres mønstre for hvordan de har svart på tvers av forskjellige spørsmål (i vårt tilfelle fritidsrelaterte spørsmål). Deltakerne plasseres altså i gruppe sammen med andre som deler noenlunde samme digitale fritidsvaner.

Totalt syv relevante variabler fra Ungdata pluss-spørreskjemaet ble valgt ut til å danne utgangspunktet for denne analysen. Fem av disse omhandlet skjermtid¹⁵:

1. total tidsbruk på skjerm etter skoletid, 2. tidsbruk på video/Youtube, 3. tidsbruk på dataspill, 4. tidsbruk på mobilspill, og 5. tidsbruk på sosiale medier. I tillegg benyttet vi variabelen for hvor mye foreldre/foresatte vet om hva barna gjør når de er på skjerm, samt hvorvidt barna går på fritidsaktiviteter nå for tiden. Totalt var det 5313 barn som svarte på de spørsmålene i undersøkelsen og som dermed utgjør utvalget for våre analyser.

I spørreskjemaet er spørsmålet om tidsbruk på forskjellige skjermaktiviteter opprinnelig satt opp med syv svaralternativer som går fra ingenting til 4 timer eller mer. For å gjøre det enklere å beskrive eventuelle forskjeller i digitale fritidsmønstre (Weller et al., 2020), valgte vi å kombinere 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.

For å utforske forskjeller i livskvalitet mellom barna i de ulike digitale fritidsmønstrene, samt forskjeller i demografiske forhold¹⁶, benyttet vi variansanalyse (ANOVA) med påfølgende parvise sammenligninger (Tukey HSD).

¹⁵ Spørsmål 1: Tenk på en vanlig dag etter skolen, hvor mye tid pleier du å bruke på skjerm, f.eks. mobil, nettbrett, PC og TV? «Ikke noe tid», «omtrent en halv time», «omtrent 1 time», «omtrent 2 timer», «omtrent 3 timer», «omtrent 4 timer», «omtrent 5 timer», «6 timer eller mer». Spørsmål 2-5: Tenk på en vanlig dag etter skolen. Omtrent hvor mange timer bruker du på dette?: «Ser på TV/filmer/serier/YouTube», «spiller dataspill/TV-spill», «spiller på telefon/nettbrett», «er på sosiale medier». Svaralternativ: «Ikke noe tid», «en halvtid eller mindre», «mellom en halvtid og en time», «1-2 timer», «2-3 timer», «3-4 timer», «4 timer eller mer».

¹⁶ Vi benyttet statistikkprogrammet R (R Core Team, 2023), versjon 4.2.3, for alle analysene. For LCA analysen benyttet vi polCA pakken, versjon 1.6.0.1 (Linzer & Lewis, 2011).



Hvilke digitale fritidsmønstre kan identifiseres blant barna som deltok i Ungdata pluss?

I våre analyser var det modellen med fem forskjellige mønstre som best representerte variasjonen i barnas digitale fritidsaktiviteter, i henhold til statistiske mål og kriterier. I tillegg identifiserte denne modellen grupper som var rimelige når det gjaldt antall barn i hver gruppe. Den minste gruppen omfattet ni prosent av alle barna. Beskrivelsen av de forskjellige mønstrene, hvor mange barn som var i de forskjellige gruppene, gjennomsnittskårer og tid brukt på forskjellige skjermaktiviteter er presentert i tabell 8.1.

To av disse fem gruppene var kjennetegnet ved at barna bruker veldig mye tid på skjerm, i to grupper har de en relativt moderat tidsbruk på skjerm, mens den siste gruppa hadde veldig lite skjermbruk. Nedenfor har vi navngitt fem grupper basert på mønsteret i svarene på de syv inkluderte spørsmålene:

Sosiale medier-entusiastene (9 % av barna) bruker mesteparten av tiden sin på skjerm til å være på sosiale medier. 88 % rapporterer at de er tre timer eller mer på sosiale medier (SOME) etter skoletid. De bruker i liten grad tiden til å spille eller se på videoer. Denne gruppen har samlet sett nest mest skjermtid og de rapporterer i mindre grad at foreldre/foresatte vet hva de holder på

med på skjerm/nett enn i de andre gruppene (tabell 8.1). En stor overvekt (83 %) av barna i denne gruppen går på organiserte fritidsaktiviteter.

Skjerm og spill-entusiastene (10 % av barna) bruker generelt mye tid på skjerm etter skolen: flesteparten over tre timer. Sammenlignet med de andre gruppene bruker disse desidert mest tid på spilling og å se på videoer, samtidig som de også bruker relativt mye tid på sosiale medier sammenlignet med de andre gruppene (bortsett fra *Sosiale medier-entusiastene*). Flesteparten i denne gruppen deltar på organiserte fritidsaktiviteter, men likevel er dette den gruppen som har lavest deltakelsessandel (67 %). Denne gruppen ligner *Sosiale medier-entusiastene* når det gjelder hvor mye de rapporterer at foreldrene/foresatte vet om hva de gjør på skjerm/nett.

Moderate skjermbrukere (21 % av barna) har et jevnt over moderat tidsforbruk på skjerm når det gjelder video og spilling, men er relativt lite på sosiale medier sammenlignet med de andre gruppene. Bare 8 % er mer enn tre timer på sosiale medier etter skolen. Denne gruppen har den nest laveste andelen som deltar i organiserte fritidsaktiviteter, men fortsatt er det en stor overvekt som gjør det (81 %). Blant de *Moderate skjermbrukerne* vet foreldre/foresatte noe mer om hva barna gjør på skjerm enn i de to foregående gruppene.

Balanserte skjermbrukere er den gruppen som flest av barna tilhører (44 % av barna). Gruppen med dette mønsteret kjennetegnes av moderat til lavt totalt skjermbruk, hvor nesten ingen bruker mer enn tre timer etter skolen på noen av skjermaktivitetene. Denne gruppen rapporterer at foreldre/foresatte vet mye om hva de gjør på skjerm, og ni av ti deltar på organiserte fritidsaktiviteter.

Skjermsparene (16 % av barna) bruker svært liten tid på skjerm etter skolen sammenlignet med de andre gruppene. Mellom 90-99 % av deltakerne bruker under en time på de forskjellige skjermaktivitetene. Dette er også den gruppen med den høyeste andelen som rapporterer at foreldre/foresatte vet hva de holder på med på skjerm, og den med høyest andel (93 %) som deltar på organiserte fritidsaktiviteter.



Tabell 8.1 Mønstrene i digital fritidsbruk

Beskrivelse av og kjennetegn ved de forskjellige mønstrene i digital fritidsbruk

Gruppe	Antall (%)	Andel som deltar på organiserte fritidsaktiviteter	Samlet skjermtid ^a	Foreldre ^b	Andel som ser video ≤1t	Andel som ser video 1-3t	Andel som ser video 3t+	Andel som spiller dataspill ≤1t	Andel som spiller dataspill 1-3t	Andel som spiller dataspill 3t+	Andel som spiller mobilspill ≤1t	Andel som spiller mobilspill 1-3t	Andel som spiller mobilspill 3t+	Andel som er på SOME ≤1t	Andel som er på SOME 1-3t	Andel som er på SOME 3t+
Sosiale medier - entusiastene	500 (9)	83	6.8	2.5	55	39	7	92	8	0	61	15	24	0	12	88
Skjerm og spill - entusiastene	553 (10)	67	7.5	2.5	9	23	68	13	22	65	26	20	54	39	12	50
Moderate skjermbrukere	1,105 (21)	81	6.4	2.8	22	61	18	25	49	26	50	40	10	53	39	8
Balanserte skjermbrukere	2,327 (44)	91	4.7	2.9	52	48	0	67	33	0	70	30	0	54	46	1
Skjermsparene	828 (16)	93	3.2	3.2	91	9	0	96	4	0	97	3	0	99	1	0

^aGjennomsnittsskår på følgende spørsmål: Tenk på en vanlig dag etter skolen, hvor mye tid pleier du å bruke på skjerm, f.eks. mobil, internett, PC og TV? Svar på en skala fra 1 = ingen tid til 8 = 6 timer eller mer.

^bGjennomsnittsskår på spørsmålet: Vet de [foreldre/foresatte] hva du holder på med på skjerm/nett. Fra 1 til 4 hvor 1 = nei, 4 = de vet alt



Etter å ha identifisert, utforsket og navngitt de forskjellige gruppene med tanke på skjermbruksmønster undersøkte vi hvordan gruppene var sammensatt med tanke på kjønn, klassetrinn og familiens sosioøkonomiske status. Dette er gjengitt i tabell 8.2. Vi fant signifikante forskjeller mellom gruppene både når det gjaldt kjønn og klassetrinn. Her var trenden at *sosiale medier-entusiastene* hadde en større andel 7.-klassinger enn de andre gruppene, mens blant *Skjerm og spill-sparerne* var det en større andel 5.-klassinger sammenlignet med alle andre grupper. Med tanke på kjønn var det en stor overvekt av jenter (80 %) blant sosiale medie-entusiastene, mens *Skjerm og spill-entusiastene*, og de *Moderate skjermbrukerne* hadde en overvekt av gutter med henholdsvis 67 % og 65 %.

Det var få forskjeller mellom gruppene når det gjaldt familiens sosioøkonomiske status (SØS) og derfor er ikke disse tallene presentert i tabell 8.2. Det var bare mellom *Skjerm og spill-entusiastene* og de *Balanserte skjermbrukerne* at det var statistisk forskjell i sammensetning når det gjaldt SØS, men forskjellen var ganske liten. Trenden her var at *Skjerm og spill-entusiastene* hadde en noe større andel med lavere sosioøkonomisk status sammenlignet med de *Balanserte skjermbrukerne*.

Forskjeller i livskvalitet mellom de digitale fritidsmønstrene

For å besvare forskningsspørsmål to undersøkte vi også forskjeller i livskvalitet mellom gruppene. Her var det en gjennomgående trend at *sosiale medier-entusiastene* hadde dårligere livskvalitet sammenlignet med alle de andre gruppene. Med andre ord, de rapporterte om lavere tilfredshet med livet. Det samme gjaldt for *Skjerm og spill-entusiastene*, som rapporterte dårligere livskvalitet sammenlignet med alle andre grupper utenom *sosiale medier-entusiastene*. Gjennomgående var det slik at gruppene med mindre skjermtid rapporterte om signifikant høyere livskvalitet enn gruppene med mye skjermtid.

For å illustrere disse forskjellene i livskvalitet mellom gruppene, har vi laget et såkalt boxplot (figur 8.1). Firkanten i figur 8.1 viser hvor hovedandelen av barna i den aktuelle gruppen befinner seg på skalaen for livskvalitet. De tynne vertikale linjene viser hvor laveste og høyeste skår i gruppen er plassert. Den horisontale stripen inne i boksen viser medianverdien for livskvalitet, mens sirkelen viser gjennomsnittsverdien. Den blå stiplede linjen viser gjennomsnittsverdien for livskvalitet basert på alle deltakerne i Ungdata pluss.

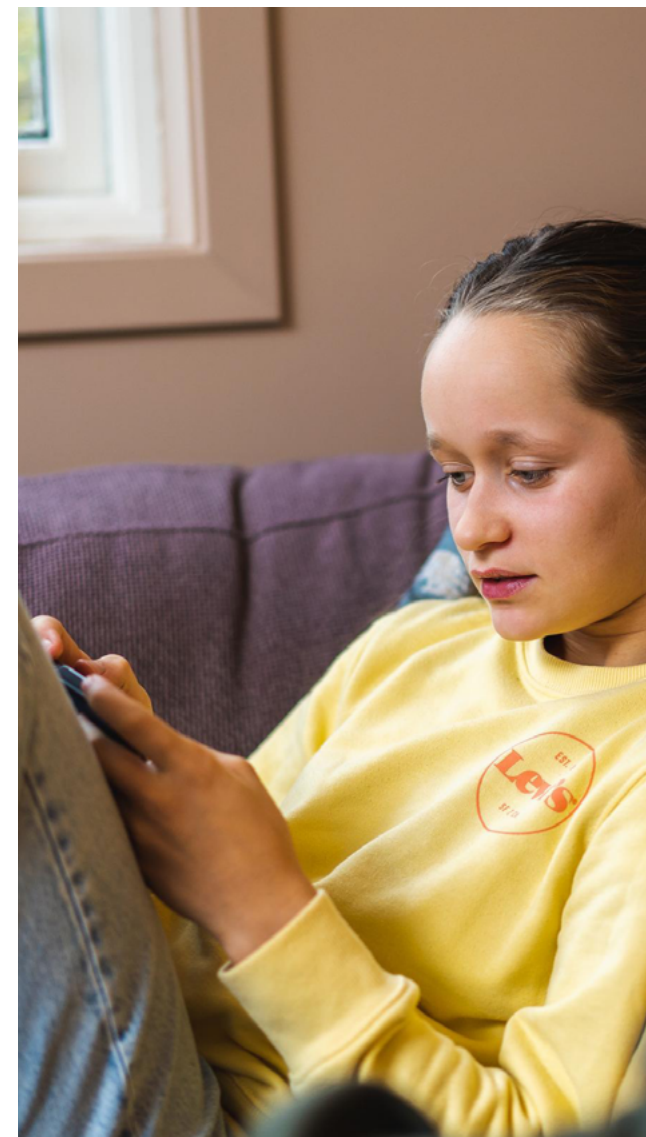


Foto: Jonas Ingstad

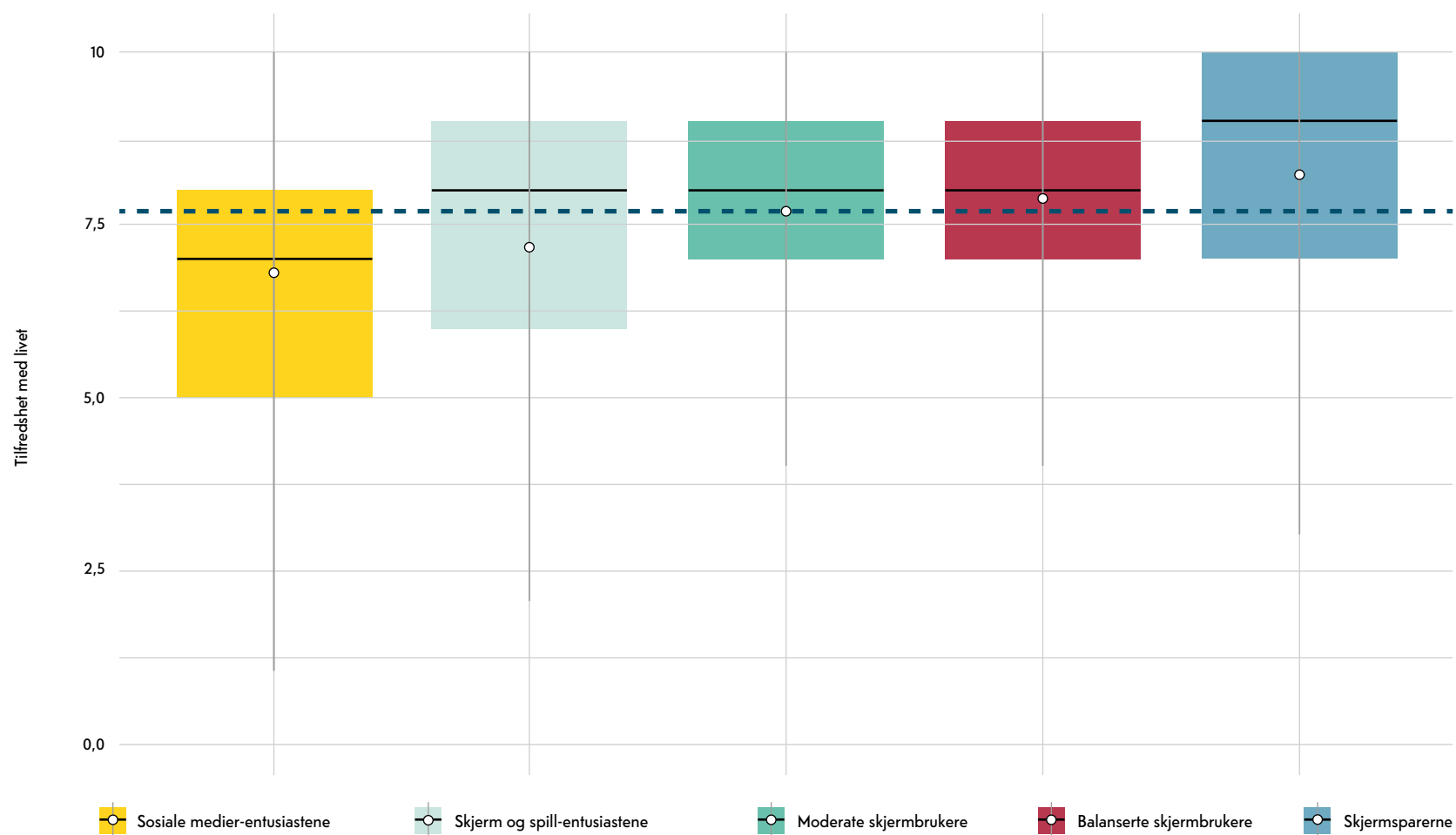


Tabell 8.2 Digitale fritidsmønstre

Beskrivende statistikk for de forskjellige digitale fritidsmønstrene

	Sosiale medier- entusiaster	Skjerm og spill- entusiastene	Moderate mediebrukere	Balanserte skjermbrukere	Skjermsparerne	p-verdi
	N=500	N=553	N=1105	N=2327	N=828	
Klassetrinn:						<0.001
5. klasse	79 (16 %)	159 (29 %)	339 (31 %)	732 (31 %)	400 (48 %)	
6. klasse	159 (32 %)	189 (34 %)	385 (35 %)	816 (35 %)	273 (33 %)	
7. klasse	262 (52 %)	203 (37 %)	377 (34 %)	778 (33 %)	152 (18 %)	
Kjønn:						<0.001
Gutt	102 (20 %)	367 (67 %)	720 (65 %)	1125 (48 %)	331 (40 %)	
Jente	398 (80 %)	181 (33 %)	380 (35 %)	1197 (52 %)	495 (60 %)	
Tilfredshet med livet (0-10)	6.8	7.2	7.7	7.9	8.3	<0.001

Figur 8.1 Livskvalitet for barn med forskjellig mønster i digital fritid





Diskusjon

Våre analyser viste at det var grunnlag for å lage fem forskjellige mønstre for digital fritid blant barna i undersøkelsen. Basert på vår inspeksjon av hva som kjennetegnet de forskjellige digitale fritidsmønstrene, prøvde vi å lage passende navn på gruppene som best mulig beskrev det typiske for hver gruppe når det kom til deres digitale fritidsbruk. Når vi sammenlignet disse mønstrene, fant vi forskjeller i rapportert livskvalitet hos barna. En generell trend, i tillegg til variasjonen i hva de brukte tiden sin på, var at barna med høyere total skjermtid rapporterte om lavere livskvalitet. Det var riktignok et tydelig unntak her. *Skjerm og spill-entusiastene* rapporterte høyere livskvalitet enn *sosiale medier-entusiastene*, til tross for at de hadde høyere total skjermtid. En annen forskjell mellom disse to gruppene var at *sosiale medier-entusiastene* stort sett brukte all sin tid på sosiale medier, mens skjerm og spill-entusiastene brukte mye tid på flere digitale flater. Med utgangspunkt i at *Skjerm og spill-entusiastene* benytter mye tid på spilling, kan det være at også disse andre skjermaktivitetene deres er spillrelatert. Det vil si at de både ser på video av andre som spiller og at deres tid på sosiale medier handler om eller skjer parallelt med spillingen. En forklaring på hvorfor denne gruppen rapporterer høyere livskvalitet enn *sosiale medier-entusiastene*, kan være de positive sidene ved det å spille dataspill. Gaming kan være en arena for mestring (Meling, 2022), og forskning viser at særlig gutter oppgir at gaming er en viktig arena for

sosial kontakt (Kowert & Oldmeadow, 2015; Leonhardt & Overå, 2021). Tidligere forskning har også vektlagt at spilling i mindre grad involverer sosial sammenligning (Twenge & Farley, 2021), noe som er mer fremtredende på sosiale medier der man får «servert» glansbilder fra andres hverdag (Helleve et al., 2023). Det er også et poeng at kommunikasjon gjennom spilling i større grad er synkront sammenlignet med sosiale medier og dermed i større grad ligner på fysisk sosialt samvær.

Sosiale medier-entusiastene skiller seg også ut fra de andre gruppene når det kommer til alderssammensetning, med en større andel av gruppen som går i 7. klasse sammenlignet med de andre gruppene. Dette samsvarer med studier som viser en markant økning av hvor mange som bruker sosiale medier fra 10 til 12-årsalderen (fra 56 % til 90 %) (Medietilsynet, 2022). *Sosiale medier-entusiastene* skiller seg også fra de andre gruppene med en stor overvekt av jenter (80 %). Kjønnsforskjeller i psykisk helse og livskvalitet blant ungdom er velkjent (Bakken, 2022; Bakken et al., 2018). Den siste Ungdata junior-undersøkelsen viste også en viss kjønnsforskjell i livskvaliteten til 5.-7. klassinger, der jenter i gjennomsnitt rapporterer om noe lavere livskvalitet (Enstad & Bakken, 2022), noe som også er tilfelle i Ungdata pluss og beskrevet i del 2 av denne rapporten. Denne kjønnsforskjellen er riktignok mindre enn det som rapporteres i Ungdata fra ungdomsskolen og videregående skole. Dette kan være med på å forklare hvorfor *sosiale*

medier-entusiastene rapporterer laveste nivå av livskvalitet av alle gruppene vi har undersøkt.

Det er flere forklaringer på den ofte rapporterte negative sammenhengen mellom bruk av sosiale medier og livskvalitet. Blant ungdom påpekes det at sosiale medier også er en arena for negative opplevelser hvor slikt som mobbing, sosial ekskludering og trakassering skjer (Smahel et al., 2020), som kan slå ut i mistrivsel, redusert livskvalitet eller psykiske plager (Helleve et al., 2023). Blant ungdommer er jenter også mer utsatt for digitale seksuelle krenkelser enn gutter (Frøyland & Stefansen, 2023). Selv om slike negative opplevelser digitalt er mer fremtredende blant ungdom, forekommer det også blant yngre grupper og 13 % av 9-11 åringer i Norge rapporterer at de har hatt negative digitale opplevelser det siste året (Smahel et al., 2020). I tillegg kan tid på sosiale medier også være assosiert med en bekymring for å ikke være tilstede på ting andre deltar på, ofte omtalt som *fear of missing out* (FOMO) (Helleve et al., 2023). Til slutt er det verdt å nevne at sosial mediebruk, i større grad enn de andre digitale fritidsaktivitetene, i all hovedsak skjer på håndholdte enheter. Dette gjør det lettere å ta enheten med seg og dermed har den et potensiale til å forstyrre andre sosiale interaksjoner, i tillegg til å forstyrre søvnen (Twenge & Farley, 2021).



Når vi ser på gruppene som kjennetegnes av moderat eller minimal bruk av digital fritid, ser vi et hopp i gjennomsnittlig livskvalitet sammenlignet med *sosiale medier-entusiastene* og *Skjerm og spill-entusiastene*. Spesielt gruppen som bruker veldig lite tid på skjerm og digitale aktiviteter, *Skjermsparerne*, skårer høyt på gjennomsnittlig livskvalitet. Dette er også den gruppen hvor flest rapporterer at de går på organiserte fritidsaktiviteter og at foreldre/foresatte vet om hva de gjør på skjerm. Gruppen skiller seg også ut aldersmessig sammenlignet med de andre gruppene. Den høyeste andelen blant skjermsparerne er femteklassinger. Dette kan være med på å forklare livskvalitetsforskjellene i våre analyser, da femteklassinger generelt rapporterer om høyere livskvalitet enn sjette- og syvendeklassinger, som beskrevet i del 2 av rapporten ovenfor og i Ungdata junior (Enstad & Bakken, 2022).

Dypdykkets begrensninger

Det er viktig å påpeke noen begrensninger med dette dypdykket. Siden dette er basert på tverrsnittdata, kan vi ikke si noe om årsakssammenhenger mellom digital fritidsbruk og barnas livskvalitet. Eksempelvis kan det både være slik at noen søker seg til skjermaktiviteter fordi de i utgangspunktet ikke har det så bra eller ikke er så tilfredse med livene sine, eller at det at man bruker mye tid på skjerm bidrar til at man ikke er så tilfreds med livene sine. Stykken ved Ungdata pluss-undersøkelsen er at vi i fremtiden i større grad kan belyse slike

årsakssammenhenger, ettersom vi vil følge disse barna over tid og kan beskrive forskjeller mellom barn etter hvert som de blir eldre. Samtidig blir det spennende å se om disse sammenhengene vedvarer også når barna blir ungdommer. Det er også verdt å nevne at selv om vi i dette dypdykket har hatt fokus på barnas digitale fritidsbruk, så er det også mange andre forhold som påvirker barnas livskvalitet som ikke er en del av disse analysene.

Avslutning

Hensikten med dypdykket var å identifisere og beskrive forskjellige mønster i digital fritidsbruk blant barn, for så å undersøke hvilke sammenhenger det er mellom mønstrene og barnas livskvalitet. Våre funn antyder at tiden brukt på skjerm henger sammen med barnas livskvalitet, men type skjermbruk er også av betydning i tillegg til omfang. Resultatene fra dette dypdykket bidrar til mer kunnskap om barns digitale fritidsbruk og hvordan dette henger sammen med deres livskvalitet.

Tidligere studier som har sett på sammenhengen mellom digital fritidsbruk og livskvalitet har gjerne undersøkt forskjellige aktiviteter hver for seg (eksempelvis gaming og livskvalitet eller sosiale medier og livskvalitet). Dette kan være en kilde til delvis motstridende resultater, slik vi viste til innledningsvis. En fordel med vår fremgangsmåte er at vi i større grad kan identifisere og beskrive helhetlige forskjeller i hvordan barna bruker fritiden sin digitalt og

hvordan dette henger sammen med deres livskvalitet. Det er viktig at ikke all skjermbruk ansees som negativ og problematisk, men at det differensieres mellom type og mengde av skjermbruk.





9. Hvordan tilrettelegge for at flere elever med funksjonsnedsettelse kan delta i digitale spørreskjemaundersøkelser

Tekst: Elisabeth Gulløy og Christian Møller-Skau, Universitetet i Sørøst-Norge

Innledning

Tidligere studier viser at personer med funksjonsnedsettelse¹⁷ er underrepresentert i utvalgene til surveyundersøkelser (Cappa et al., 2015; NOU 2016:17; NOU 2023:13; Tøssebro & Wendelborg, 2014). Underrepresentasjonen gir et svakt kunnskapsgrunnlag for å gjennomføre tiltak som fremmer deltakelse og inkludering (NOU 2023:13; Kissos & Klasson, 2021). Ved å øke deltakelsen i surveyundersøkelser og offentlig statistikk kan denne usynligheten utjevnes (Cappa et al., 2015; Kissos & Klasson, 2021; Tofani et al., 2022). På sikt vil dette gi et bedre kunnskapsgrunnlag for folkehelsearbeid, og dermed kunne bidra til å bedre levekårene for barn og unge med funksjonsnedsettelse (Folkehelseloven, 2011; Cook et al., 2015). Behovet for å synliggjøre personer med funksjonsnedsettelse i offentlig

statistikk reflekteres i artikkel 31 i CRPD (Convention on the Rights of Persons with Disabilities) (United Nations, 2016), hvor medlemslandene har forpliktet seg til å legge til rette for at personer med funksjonsnedsettelse er representert i statistikk.

Dette var utgangspunktet for Tilgjengelighetsstudien; et selvstendig prosjekt gjennomført i tilknytning til Ungdata pluss, men finansiert av Regionalt forskningsfond Vestfold og Telemark¹⁸. Tilgjengelighetsstudien ble ledet av USN, mens KORUS sør, NOVA, Statistisk sentralbyrå (SSB) og Funksjonshemmedes fellesorganisasjon (FFO) deltok i planlegging, datainnsamling, analyser og dokumentasjonsarbeid. Tilgjengelighetsstudien er godkjent av Sikt. Dokumentasjonsrapporten utgis i USNs egen skriftserie høsten 2023 (Gulløy et al. 2023).

Formålet med Tilgjengelighetsstudien var å skaffe til veie ny kunnskap om gjennomføring av digitale spørreskjemaundersøkelser i skolen, med spesielt blikk på hvilke hindringer som ligger i veien for deltakelse for barn og unge med funksjonsnedsettelse. Som en del av dette ville vi undersøke disse elevenes egne erfaringer med deltakelse. Ungdata-systemet ble benyttet som eksempel på digitale skolebaserte spørreundersøkelser; i praksis Ungdata junior (5.-7. trinn) og utkastene til Ungdata pluss (5-7. trinn), som var under utvikling skoleåret 2022/2023. Det var ideelt å legge arbeidet tett opp til planleggingen av den nye undersøkelsen og det nye spørreskjemaet, fordi dette ville gi muligheter for å bidra til inkludering og tilgjengelighet i et datainnsamlingssystem som enda er i startgropen, men som strekker seg langt fram i tid.

¹⁷ «Funksjonsnedsettelse» beskriver en tilstand som innebærer tap, skade eller avvik i en kroppsdel eller i en av kroppens funksjoner (NOU 2005: 8).

¹⁸ En kortrapport for prosjektet finnes også hos Regionalt Forskningsfond <https://www.regionaleforskningsfond.no/rff-vestfold/>



På kort sikt var studiens målsetting å utvikle tiltak for å gjøre Ungdata pluss til en mer inkluderende spørreundersøkelse. På lang sikt skal studien bidra til økt deltakelse blant barn og unge med funksjonsnedsettelse, gjennom å gi et eksempel på hvordan brukermedvirkning kan iverksettes i en mer inkluderende datainnsamlingsprosess. Tilgjengelighetsstudien bidrar forhåpentligvis til å sette en slags standard for framtidens barne- og ungdomsundersøkelser. Samtidig har studien også relevans for andre digitale og/eller skolebaserte undersøkelser. Gode datainnsamlingsprosedyrer, brukervennlige digitale spørreskjema og spørsmålsdesign som gjør det enkelt å svare, er en generell utfordring for alle statistikkprodusenter og forskere som samler inn data gjennom spørreskjemaundersøkelser (Groves et al., 2009).

I dette dypdykket stilles spørsmålet: *Hvordan kan det legges til rette for at flere elever med funksjonsnedsettelse kan delta i digitale spørreskjemaundersøkelser som gjennomføres i skolen?* På grunnlag av resultatene fra Tilgjengelighetsstudien anbefales noen forslag til tiltak som kan videreutvikles i andre spørreskjemaundersøkelser.

Vi skiller ikke mellom ulike former for funksjonsnedsettelse (syn, hørsel, kognisjon m.m.), men fokuserer på hvordan funnene kan brukes til å gjøre digitale

spørreskjemaundersøkelser mer tilgjengelige for alle respondenter. Dette kan være med på å redusere det gapet¹⁹ personer med funksjonsnedsettelse opplever i møte med samfunnets krav (NOU, 2023:13).

Metode og datainnsamling

For å svare på spørsmålet over ble data fra tre ulike kvalitative datainnsamlinger, som inngikk i Tilgjengelighetsstudien (Gulløy et al. 2023), benyttet. Alle datainnsamlingene ble gjennomført i skoleåret 2022–2023. Fire grupper av informanter deltok i studien: De som organiserer Ungdata i kommunene, lærere ved en grunnskole, representanter for elevene som skulle svare på spørsmålene i Ungdata pluss og elever i videregående skole.

Den første datainnsamlingen bestod av fokusgrupper med de som er ansvarlige for gjennomføringen av Ungdata i kommunene. Utvalget ble rekruttert via e-post til kontaktpersonene for Ungdata pluss, og intervjuene ble gjennomført som tre digitale fokusgruppeintervjuer. KORUS sør stod for den praktiske gjennomføringen. Representanter for i alt åtte kommuner i Vestfold og Telemark deltok i disse fokusgruppene.

Den andre datainnsamlingen ble gjennomført som en fokusgruppe med lærere og skoleledere på en grunnskole

for elever med generelle lærevansker og/eller lett til moderat utviklingshemming.

Den tredje datainnsamlingen foregikk blant elever både i ordinære klasser og i klasser for elever med behov for tilrettelagt opplæring. Tolv individuelle intervjuer (5.–7. trinn) ble gjennomført, og dette omfattet også brukertester av det digitale spørreskjemaet til Ungdata junior. I tillegg ble elevene intervjuet om sine vurderinger av enkeltspørsmål og spørsmålsmoduler i forbindelse med utviklingen av spørreskjemaet til Ungdata pluss.

Deretter ble det gjennomført tre fokusgruppeintervjuer med til sammen ti deltakere fra klasser for elever med særskilt behov for tilrettelegging i videregående skole. Her var søkelyset på erfaringer med deltakelse i skolebaserte spørreundersøkelser generelt, vurderinger av utforming og tilrettelegging i digitale spørreskjema, og vurderinger av enkeltspørsmål til Ungdata pluss.

I etterkant av selve gjennomføringen av Ungdata pluss våren 2023 ble til sist tre elever i 5.–7. trinn på skoler der elevene har behov for tilrettelagt opplæring intervjuet. Disse intervjuene handlet om erfaringene med det digitale spørreskjemaet, svarprosessen og deltakelsen som sådan.

¹⁹ Gap-modellen, også kalt den relasjonelle modellen, er en illustrasjon som benyttes for å forstå hvordan personer med funksjonsnedsettelse opplever å være funksjonshemmet i møte med krav fra omgivelsene (Tøssebro, 2021). Ved å styrke individets forutsetninger for å delta gjennom tiltak i omgivelsene, for eksempel med bruk av universell utforming og individuell tilrettelegging, reduseres gapet og det sikres at flere inkluderes.



Resultater og anbefalinger

Nedenfor er resultatene og anbefalingene delt inn tematisk i tre kategorier:

- Retningslinjer og informasjonsflyt
- Brukervennlighet
- Utforming av spørreskjema

Retningslinjer og informasjonsflyt

Når det gjelder retningslinjer og informasjonsflyt, var et av resultatene at representantene for dem som organiserer Ungdata i kommunene ønsket konkrete anbefalinger og tips til hvordan skolene kan tilrettelegge for at elever med funksjonsnedsettelse kan delta i digitale spørreskjemaundersøkelser. I dag er situasjonen preget av relativt store variasjoner mellom kommuner og skoler på dette området. Fokusgruppeintervjuene viste at lærere og kommunekontakter mente det var grunnlag for å inkludere flere elever med funksjonsnedsettelse enn i dag.

Når det gjelder innspill til retningslinjer og informasjon basert på elevenes erfaringer, ga prosjektet innsyn i hvordan barn og unge med funksjonsnedsettelse vurderer deltakelse og erfaringer med manglende inkludering. Elevene var udelte positive til å delta, og opplevde det som urettferdig å ikke få være med.

På bakgrunn av disse resultatene kom prosjektet med innspill til informasjonsmaterialet om Ungdata pluss som

ble sendt til skolene, med forslag til hvordan skolene kan tilrettelegge for en mer inkluderende gjennomføring. Fra 2024 inngår disse forslagene i Ungdata-undersøkelsenes informasjonsmateriale til kommuner og skoler. Forslagene handlet om behov for å sitte i egne rom under gjennomføringen, om behov for å ta pauser eller dele opp svarprosessen i flere runder, og om hvordan en bisitter kan gi teknisk støtte eller annen hjelp, samtidig som elevens autonomi og konfidensialitet beskyttes.

Prosjektet bidro også til at informasjonsskrivene inneholdt en oppfordring til skolene om at alle elever som selv ønsker å delta, og som har samtykke fra foresatte, bør få muligheten til å delta. Barn og unge med funksjonsnedsettelse bør i utgangspunktet anerkjennes som deltakere i digitale spørreskjemaundersøkelser i skolen dersom undersøkelsene retter seg mot den generelle barne- og ungdomspopulasjonen.

Kommunekontaktene var opptatt av å skape mye engasjement rundt undersøkelsene og gjennomføringen ved å ha gode strategier for kommunikasjon. En slik tilnærming vektlegges også i surveymetodologiske anbefalinger, hvor det legges vekt på å bygge opp under en relasjon til deltakerne gjennom ulike kontaktpunkter (Dillman et al., 2009). Derfor bør det vurderes å legge særlig vekt på å nå fram til elevene med funksjonsnedsettelse og deres foreldre/foresatte i framtidens kommunikasjonsstrategier.



Foto: Unsplash



Foto: Istock

Brukervennlighet

Når det gjelder brukervennlighet ga brukertesting av den digitale løsningen til Ungdata junior-undersøkelsen informasjon om forhold ved brukergrensesnittet som gir utfordringer for elever med funksjonsnedsettelse. Elevene strevet med å logge seg inn på nettsidene, og det var vanskelig å følge opplesingsfunksjonen i skjemaet. Presentasjonen av matrisespørsmål på skjermen (når mange spørsmål er samlet på én side i tabeller) gjør det visuelt vanskelig å orientere seg.

Tilgjengelighetsstudien kom med tre anbefalinger for å bedre brukervennligheten. Den første anbefalingen er (1) å bedre innloggingen for elevene med mer leservennlige løsninger. Passord for å logge seg inn i digitale spørreskjema bør utformes slik at faren for å forveksle tall og bokstaver reduseres, og slik at leservennligheten økes.

Deretter er det viktig med (2) lydstøtte som en integrert del av spørreskjemaet. Lydstøtten bør kvalitetssikres med reelle respondenter. Dette bør inngå som en standardisert prosedyre i planleggingsfasen av spørreskjemaundersøkelser i skolen. For at lydstøtten skal være funksjonell for et spørreskjema må den blant annet ha en god visuell forbindelse mellom opplesningen og svaralternativet det gjelder (slik at det blir lett å knytte svaralternativ til knapp). Opplesningen av spørsmålene må følge naturlig leserekkefølge (spørsmål først og så svaralternativer), og det



må være mulig å sette opplesningen på pause mens man studerer skjemaet. Opplesningen må kunne startes opp ulike steder i spørreskjema.

Til sist anbefales det at (3) den visuelle tilgjengeligheten i digitale spørreskjemaer styrkes gjennom å bruke større font (spesielt på svaralternativene), bedre kontrastbruk for svaksynte, egen knapp for zooming og større linjeavstand mellom spørsmålene i matrisespørsmål. Alle de nevnte forslagene over er rettet mot å gjøre undersøkelsen enda mer i tråd med universell utforming (Sandnes, 2022).

Når det gjelder brukervennlighet som ikke nødvendigvis har med det digitale skjemaet å gjøre, viste datainnsamlingene at elevene med funksjonsnedsettelse ønsket seg muligheter for ekstra god tid til å svare på skjemaet, muligheter for å dele opp svarprosessen i flere bolker og å ta pauser underveis, og muligheter til å få hjelp fra en bisitter/assistent. Som et resultat av dette ble mulighetene for tilpasning av tidsbruk og oppdeling av svarprosessen i flere bolker innført som tiltak i Ungdata pluss.

Det samme gjaldt mulighetene for å ta i bruk en bisitter/assistentfunksjon. Prosjektet anbefaler at dette spørsmålet utredes videre i framtida. Tilretteleggingen av surveydeltakelse må ikke gå på bekostning av elevenes

autonomi, og lærere eller medelever skal ikke kunne se eller påvirke svarene som gis. Et alternativ til bruk av assistenter kan også være å ta i bruk intervjuere i datainnsamlingen, gjerne i kombinasjon med digital selvutfylling. Intervjuere vil kunne bidra til å løse noen av de utfordringene som har blitt presentert.

En slik miks av ulike datainnsamlingsmetoder i statistikkproduksjon kalles flermetodedesign ('mixed mode survey design'). Utviklingen må ses i sammenheng med at statistikkprodusenter i økende grad tilrettelegger og tilpasser datainnsamlinger for ulike subpopulasjoner (Groves et al., 2009). Å åpne for alternative innsamlingsmetoder for ulike grupper av respondenter har både positive og negative sider som må vurderes nøye opp mot hverandre, slik som eksempelvis økt svarprosent versus økte gjennomføringskostnader (Dillman et al., 2009).

Utforming av spørreskjema

Når det gjaldt utforming av spørreskjema viste undersøkelsen blant elever med funksjonsnedsettelse at mange syntes språket var vanskelig, og at svaroppgavene noen ganger var krevende å forstå. Resultatene bidro i det løpende arbeidet med å utvikle spørreskjemaet til Ungdata pluss. Gradvis ble moduler og enkeltspørsmål mer tilpasset elevenes tilbakemeldinger om språk, svaroppgaver og svarprosess.

Mange spørreskjema har en lengde som i seg selv kan gi utfordringer, særlig for elever med funksjonsnedsettelse. Dette kom fram i Tilgjengelighetsstudien på flere måter. Både kommunekontakter og elever kom med refleksjoner om at mange spørreskjema i skolebaserte undersøkelser er i lengste laget. Forslag om en 'kortversjon' av det ordinære skjemaet til Ungdata pluss og/eller andre Ungdata-undersøkelser med de aller viktigste spørsmålene ble fremmet blant kommunekontaktene, og også mindre komplekse versjoner av spørsmålene. Slike tilpasninger er ikke uvanlige i statistikkproduksjon²⁰. Slike opplegg øker imidlertid kompleksiteten i datainnsamlingene, slik som med flermetodedesign (Dillman et al., 2009). Det innebærer dessuten flere dilemma med hensyn til representasjon og sammenlignbarhet, men også etikk og tolkning av undersøkelsenes mandat. Å ta i bruk slike virkemidler for å styrke tilgjengeligheten er et spørsmål som bør drøftes nøye av de ulike aktørene.

Generelt bør alle spørreskjema, så langt som mulig, tilpasses svarpersonenes livssituasjon, funksjon og kognisjon (Haraldsen, 1999; Tourangeau, Rips og Rasinski, 2000). Derfor anbefaler vi bruk av kvalitative metoder i utviklingsprosessen til alle nye spørreskjema. Dette omfatter også teknisk brukertesting av de digitale løsningene før undersøkelsen lanseres, i tråd med prinsipper fra brukervennlighetstankegangen (usability) (Sandnes,

20 Eksempel er spørreskjema for å kartlegge funksjonsnedsettelse utarbeidet av The Washington Group on Disability Statistics (WG). Dette finnes i ulike versjoner tilpasset ulike formål. Se mer på <https://www.washingtongroup-disability.com>



2020). Felles retningslinjer for bruk av slike kvalitative planleggingsmetoder blant barn vil gjøre det lettere for statistikkprodusenter å sette søkelys på tilgjengelighet. På sikt vil dette kunne bidra til økt deltakelse blant personer med funksjonsnedsettelse. Utstrakt og systematisk brukertesting av digitale undersøkelser vil også kunne bidra til et større press på leverandører av tekniske løsninger for å møte kravene til brukervennlighet.

Hva så – hva nå?

Tilgjengelighetsstudien bidro med en rekke anbefalinger for hvordan digitale spørreskjemaundersøkelser i skolen kan gjøres mer tilgjengelige. Dette omfattet også råd for hvordan skolene kan imøtekomme elever med funksjonsnedsettelse sine behov for ro og støtte i svarprosessen. Anbefalingene ble tatt inn i forbindelse med gjennomføringen av Ungdata pluss, og flere av dem implementeres også fra 2024 i Ungdata-undersøkelsene.

Ved å sette inkludering og tilgjengelighet i Ungdata-undersøkelsene på agendaen er det sannsynlig at Tilgjengelighetsstudien har bidratt til en økt bevissthet blant de ulike aktørene som deltar i planlegging og gjennomføring av spørreskjemaundersøkelser blant barn og unge. Dette gjelder også skolene, som utgjør den viktige konteksten rundt alle slike undersøkelser som Ungdata. Som aktører i datainnsamlingen har skolene oppgaver med rekruttering og samtykkeinnhenting, fysisk tilrettelegging

og sikring av personvern og konfidensialitet. Prosjektet ga innspill til hvordan skolene kan legge til rette for en mer inkluderende gjennomføringsprosess. Samtidig er det behov for mer forskning og utvikling. Med bakgrunn i funnene foreslås det en utredning som fokuserer både på etiske, tekniske, praktiske, personvern- og ressursmessige utfordringer ved bruk av assistenter eller annen støtte i spørreskjemaundersøkelser i skolen. Her kan ulike tekniske løsninger, bruk av kunstig intelligens og andre forslag vurderes i et samarbeid mellom eierne av undersøkelsene, de ulike gjennomføringsaktørene, kunnskapsaktørene og personvernmyndighetene.

Målsettingene om inkludering og bedret tilgjengelighet understreker behovet for at framtidens undersøkelser forankres i en rekke ulike kunnskapsfelt. Dette kan være kunnskap om barns deltakelse i forskning og nyere spørreskjema- og surveymetodikk, med søkelys på kognitive og sosiale prosesser rundt undersøkelsene, kunnskap om inkludering og ulike funksjonsnedsettelse, og kunnskap om brukergrensesnitt og interaksjonen menneske-skjerm-maskin. Tilgjengelighetsstudien har gitt grunnlag for videre forskning og utvikling på en rekke områder. En del av denne forskningen vil også ha relevans for arbeidet med å utvikle velferdsteknologi og redusere digitalt utenforskap.



Litteraturliste

- Badura, P., Hamrik, Z., Dierckens, M., Gobiņa, I., Malinowska-Cieślak, M., Furstova, J., Kopcakova, J. & Pickett, W. (2021). After the bell: Adolescents' organised leisure-time activities and well-being in the context of social and socioeconomic inequalities. *J Epidemiol Community Health*, 75(7), 628–636. <https://doi.org/10.1136/jech-2020-215319>
- Bakken, A. (2022). *Ungdata 2022. Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 5/22; s. 62). Velferdsforskningsinstituttet NOVA, OsloMet.
- Bakken, A. (2019). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten?* (8278946906). NOVA.
- Bakken, A., Sletten, M. A. & Eriksen, I. M. (2018). Generasjon prestasjon? Ungdoms opplevelse av press og stress. *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 18(2), 46–76.
- Bandura, A. (1999). Social cognitive theory of personality. *Handbook of personality*, 2, 154–196.
- Bentsen, A., Imenes, A.-K., Kristiansen, R. & Vardheim, I. (2022). *Ung i Agder 2022*. Skien: Kompetansesenter rus – region sør
- Bruggeman, H., Van Hiel, A., Van Hal, G. & Van Dongen, S. (2019). Does the use of digital media affect psychological well-being? An empirical test among children aged 9 to 12. *Computers in Human Behavior*, 101, 104–113. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.015>
- Camerini, A.-L., Gerosa, T. & Marciano, L. (2021). Predicting problematic smartphone use over time in adolescence: A latent class regression analysis of online and offline activities. *New Media & Society*, 23(11), 3229–3248. <https://doi.org/10.1177/1461444820948809>
- Cappa, C., Petrowski, N. & Njelesani, J. (2015). Navigating the landscape of child disability measurement: A review of available data collection instruments. *Alter*, 9(4), 317–330. <http://dx.doi.org/10.1016/j.alter.2015.08.001>
- Chu, T. L. & Zhang, T. (2019). The roles of coaches, peers, and parents in athletes' basic psychological needs: A mixed-studies review. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 14(4), 569–588.
- Collins, D. (2015). Cognitive Interviewing: Origin, Purpose and Limitations. *Cognitive Interviewing Practice*. D. Collins. London, Sage: 3–27.
- Cook, B., Tomlins, R., Bancroft, A. & Ogi, L. (2015): “So often they do not get recruited”: exploring service user and staff perspectives in participation in learning disability research and the barriers that inhibit it. *British Journal of Learning Disabilities*, 44, 130–137. <https://doi.org/10.1111/bld.12120>
- Diener, E., Oishi, S. & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Dillman, D. A., Smyth, J. D., Christian, L. M. (2009). *Internet, mail, and mixed-mode Surveys. The Tailored Design Method*. New Jersey, John Wiley & Sons, Inc.
- Enstad, F. og Bakken, A. (2022). *Ungdata junior 2022. Nasjonale resultater*. NOVA Rapport 6/22. Oslo: NOVA, OsloMet
- Evensen, M. & Løvgren, M. (2018). *Studier av velferd og livskvalitet hos barn* (Nova notat 5/18). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA).
- Felber Charbonneau, E. & Camiré, M. (2020). Parental involvement in sport and the satisfaction of basic psychological needs: Perspectives from parent–child dyads. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 655–671.



- Folkehelseinstituttet (2021). *Folkehelse rapporten – Helsetilstanden i Norge*. Folkehelseinstituttet. www.fhi.no/nettpub/hin/
- Folkehelseloven, (2011). Lov om folkehelsearbeid (LOV-2011-06-24-29). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-29>
- Frøyland, L. R. & Stefansen, K. (2023). Unges utsatthet for digitale seksuelle krenkelser. *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning*, 4(1), 1–18. <https://doi.org/10.18261/ntu.4.1.1>
- Groves, R. M., Fowler, Jr., F. J., Couper, M. P., Lepkowski, J. M., Singer, E. og Tourangeau, R. (2009). *Survey Methodology*. Second Edition New Jersey, John Wiley & Sons.
- Gulbrandsen, L. M. (2006). *Barn, oppvekst og utvikling. Oppvekst og psykologisk utvikling. Innføring i psykologiske perspektiver*. L. M. Gulbrandsen. Oslo, Universitetsforlaget: 13–49.
- Gulløy, E., Møller-Skau, C., Kristiansen, R. og Vardheim, I. (2023). *Tilgjengelighetsstudien 2022– 2023: Dokumentasjonsrapport*, Universitetet i Sørøst-Norge. <https://hdl.handle.net/11250/3104804>
- Haraldsen, G. (1999). *Spørreskjemametodikk etter kokebokmetoden*. Oslo, ad Notam Gyldendal.
- Helleve, A., Hjetland, G. J. & Skogen, J. C. (2023). Trådlaus og sårbar ungdom? Helserelevansen ved bruk av sosiale medium og online gaming. I K.-I. Klepp, J. C. Skogen & L. E. Aarø (Red.), *Ungdom, livsstil og helsefremmende arbeid: Folkehelsearbeid for og med ungdom* (5. utg., s. 356–369). Gyldendal.
- Helsedirektoratet (2021). Sektorrapport om folkehelse 2021 [nettdokument]. Oslo: Helsedirektoratet (sist faglig oppdatert 20. oktober 2021, lest 18. oktober 2023). Tilgjengelig fra <https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/sektorrapport-om-folkehelse>:
- Jackobsen, S. E., Andersen, P. L., Nordø, M. og Arnesen, D. (2021) *Sosial ulikhet i barn og unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter. Betydningen av sosioøkonomiske ressurser, geografi og landbakgrunn*. Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Kissos, A. M. & Klasson, L. (2021). Rapport nr. 1 2021 – *En systematisert kunnskapsoversikt: Deltakelse for barn og unge med funksjonsnedsettelse, med særskilt vekt på deltakelse i fysisk aktivitet*. Nasjonalt kompetansesenter for barn og unge med funksjonsnedsettelse. Hentet fra: <https://www.nkbuf.no/deltakelse-for-barn-og-unge-med-funksjonsnedsettelse-med-saerskilt-vekt-pa-deltakelse-i-fysisk-aktivitet.6378794-463834.html>
- Kowert, R. & Oldmeadow, J. A. (2015). Playing for social comfort: Online video game play as a social accommodator for the insecurely attached. *Computers in Human Behavior*, 53, 556–566. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.05.004>
- Leonhardt, M. & Overå, S. (2021). Are There Differences in Video Gaming and Use of Social Media among Boys and Girls? —A Mixed Methods Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 6085. <https://doi.org/10.3390/ijerph18116085>
- Leveresen, I., Danielsen, A. G., Birkeland, M. S. & Samdal, O. (2012). Basic psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction. *Journal of youth and adolescence*, 41, 1588–1599.
- Linzer, D. A. & Lewis, J. B. (2011). poLCA: An R Package for Polytomous Variable Latent Class Analysis. *Journal of Statistical Software*, 42(10). <https://doi.org/10.18637/jss.v042.i10>
- McCutcheon, A. (1987). *Latent Class Analysis*. SAGE Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781412984713>



- Medietilsynet. (2022). Barn og medier 2022 – En undersøkelse om 9–18-åringers medievaner. Medietilsynet. <https://www.medietilsynet.no/fakta/rapporter/barn-og-medier/>
- Meling, O. K. (2022). Gaming er en sosial arena som skaper mestring. Fontene fagartikkel. <https://fontene.no/fagartikler/gaming-er-en-sosial-arena-som-skaper-mestring-6.47.858768.507e2d0ceb>
- Miller, K. (2014). *Introduction. Cognitive Interviewing Methodology: A Sociological Approach for Survey Question Evaluation*. K. Miller, S. Willson, V. Chepp and J.-L. Padilla. Hoboken, John Wiley & Sons, Inc.
- Moreno, M. A., Binger, K., Zhao, Q., Eickhoff, J., Minich, M. & Uhls, Y. T. (2022). Digital Technology and Media Use by Adolescents: Latent Class Analysis. *JMIR Pediatrics and Parenting*, 5(2), e35540. <https://doi.org/10.2196/35540>
- Nes, R. B., Hansen, T. & Barstad, A. (2018). Livskvalitet: Anbefalinger for et bedre målesystem (IS-2727). Helsedirektoratet.
- Nordbakke, S. (2019). Children's out-of-home leisure activities: changes during the last decade in Norway. *Children's geographies*, 17(3), 347–360.
- NOU 2023:13. (2023). *På høy tid. Realisering av funksjonshindredes rettigheter*. Kultur & likestillingsdepartementet.
- NOU 2016:17(2016). *På lik linje – åtte løft for å realisere grunnleggende rettigheter for personer med utviklingshemming*. Barne- og familiedepartementet
- NOU 2005:8 (2005). *Likeverd og tilgjengelighet – Rettslig vern mot diskriminering på grunnlag av nedsatt funksjonsevne*. Bedret tilgjengelighet for alle. Justis- og politidepartementet.
- Orben, A. (2020). Teenagers, screens and social media: A narrative review of reviews and key studies. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55(4), 407–414. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01825-4>
- 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>
- R Core Team. (2023). *R: A language and environment for statistical computing*. [Programvare]. R Foundation for Statistical Computing. <https://www.R-project.org/>
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
- Ryan, R. (2009). Self determination theory and well being. *Social Psychology*, 84(822), 848.
- Sandnes, F.E (2022) *Universell utforming av IKT-systemer. Brukergrensesnitt for alle* (3.utg). Universitetsforlaget
- 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>
- Savahl, S., Adams, S., Florence, M., Casas, F., Mpilo, M., Isobell, D. & Manuel, D. (2020). The Relation Between children's Participation in Daily Activities, Their Engagement with Family and Friends, and Subjective Well-Being. *Child Indicators Research*, 13(4), 1283–1312. <https://doi.org/10.1007/s12187-019-09699-3>
- Smahel, D., Machackova, H., Mascheroni, G., Deskovic, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S. & Hasbrink, U. (2020). *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. EU Kids Online. <https://doi.org/10.21953/lse.47fdeqj01ofo>
- Steinbeck, S., Neis, 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>



- Stiglic, N. & Viner, R. M. (2019). Effects of screentime on the health and well-being of children and adolescents: A systematic review of reviews. *BMJ Open*, 9(1), e023191. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-023191>
- Tang, M., Wang, D. & Guerrien, A. (2020). A systematic review and meta-analysis on basic psychological need satisfaction, motivation, and well-being in later life: Contributions of self-determination theory. *Psych journal*, 9(1), 5-33.
- Tofani, M., Galeoto, G., Berardi, A., Iorio, S., Conte, A., Fabbrini, G., Valente, D. & Marceca, M. (2022). Measuring Disability among Migrants with Washington Group Tools: Reflections for Field Use. *Healthcare* 2022(10),1860. <https://doi.org/10.3390/healthcare10101860>
- Tourangeau, R., Rips, L. J. & Rasinski, K. (2000). *The Psychology of Survey Response* Cambridge, Cambridge University Press.
- Twenge, J. M. & Farley, E. (2021). Not all screen time is created equal: Associations with mental health vary by activity and gender. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 56(2), 207–217. <https://doi.org/10.1007/s00127-020-01906-9>
- Twenge, J. M. & Martin, G. N. (2020). Gender differences in associations between digital media use and psychological well-being: Evidence from three large datasets. *Journal of Adolescence*, 79, 91–102. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.018>
- Tøssebro, J. (2021). *Hva er funksjonshemming*. Universitetsforlaget.
- Tøssebro, J. & Wendelborg, C. (2014). *Oppvekst med funksjonshemming: familie, livsløp og overganger*. Gyldendal akademisk, 17. Askheim, O. P., Lid, I. M. & Østensjø, S. (2019).
- United Nations (2016). Convention on the Rights of Persons with Disabilities (CRPD). <https://social.desa.un.org/issues/disability/crpd/article-31-statistics-and-data-collection>
- Véronneau, M. H., Koestner, R. F. & Abela, J. R. (2005). Intrinsic need satisfaction and well-being in children and adolescents: An application of the self-determination theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 280-292.
- Washington Group on Disability Statistics (2020a). "About the Washington Group on Disability Statistics." Retrieved 3. juli 2023, from https://www.washingtongroup-disability.com/fileadmin/uploads/wg/Documents/WG_Resource_Document_5_-_The_WG_Primer_-_An_Introduction_to_the_WG_Tools_February_2023_.pdf
- Washington Group on Disability Statistics (2023). An Introduction to the Washington Group on Disability Statistics Question Sets. The Washington Group Primer. Washington. https://www.washingtongroup-disability.com/fileadmin/uploads/wg/Documents/WG_Resource_Document_5_-_The_WG_Primer_-_An_Introduction_to_the_WG_Tools_February_2023_.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>
- Wenz, A. & Keusch, F. (2023). The second-level smartphone divide: A typology of smartphone use based on frequency of use, skills, and types of activities. *Mobile Media & Communication*, 11(3), 459–483. <https://doi.org/10.1177/20501579221140761>





KORUS sør

www.korus.no/sor

E-post: ungdata@korus-sor.no

Tlf. 35 90 47 12

Vestfold og Telemark fylkeskommune

www.vtfk.no

E-post: post@vtfk.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

