

# Oslo-ungdom i koronatiden

En studie av ungdom under covid-19-pandemien

Anders Bakken, Willy Pedersen, Tilmann von Soest  
og Mira Aaboen Sletten



ungdata

OSLOMET

STORBYUNIVERSITETET  
VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA

# Innhold

Forord	1
Sammendrag	2
Innledning	6
Kapittel 1 Pandemien treffer	10
Kapittel 2 Det sosiale livet	20
Kapittel 3 Den digitale hjemmeskolen	34
Kapittel 4 Livskvalitet, vekst og hjelp	48
Avslutning	64

## NOVA Rapport 12/20

© Velferdsforskningsinstituttet NOVA, 2020  
NOVA – Norwegian Social Research  
OsloMet – storbyuniversitetet

ISBN (elektronisk utgave): 978-82-7894-747-0  
ISSN 1893-9503 (online)

**Forfattere:** Anders Bakken, Willy Pedersen, Til-  
mann von Soest og Mira Aaboen Sletten

Illustrasjonsfoto: © colourbox.com

*Henvendelser vedrørende publikasjonen  
kan rettes til:*

Velferdsforskningsinstituttet NOVA  
OsloMet – storbyuniversitetet  
publ-nova@oslomet.no  
www.oslomet.no/om/nova

*Denne rapporten refereres til som:* Bakken, A.,  
Pedersen, W., von Soest, T. & M. Aa. Sletten  
(2020). Oslo-ungdom i koronatiden. En studie av  
ungdom under covid-19-pandemien. NOVA  
Rapport 12/20. Oslo: NOVA, OsloMet

---

# Forord

Covid-19-pandemien traff samfunnet med full kraft fra midten av mars 2020. Ikke minst rammet den ungdom. For dem handlet ikke pandemien bare om sykdom og smitte, men også om at livet på mange måter ble satt på vent. Helseminister Bent Høie kom med «en tale til ungdommen» midt under pandemien, som gjorde inntrykk. Ungdomstiden er ikke noe som enkelt og greit kan settes på vent, sa han. For den kommer ikke tilbake. Det er «her-og-nå» den viktige fotballcupen, det kule skoleballet og feiringen av russetiden foregår. Det er de voksne som kan synge om neste sommer, for de unge finnes ikke neste sommer.

For oss ungdomsforskere trigget den spesielle situasjonen en rekke spørsmål. Hvordan taklet ungdom at livet ble satt på vent? Hva skjedde mens de i ukevis hadde hjemmeskole og møtte stengte fritidsaktiviteter? Hva var konsekvensene av at sosial distansering og smittevernregler satte normen for sosialt liv?

Vi er forskere med lang erfaring med å samle inn data gjennom spørreundersøkelser. Vi visste det ville være krevende å gjennomføre en studie for å fange ungdomslivet under covid-19-pandemien mens vi hadde hjemmekontor og det meste av samfunnet var stengt. Men vi kastet oss i det på kort varsel. Arbeidet ble utført på dugnad, uten at det sto noen oppdragsgiver bak. Vi kontaktet Utdanningsetaten i Oslo i påskeuken. De ville gjerne være med på et samarbeid. De ba alle skolene om å sette av tid i hjemmeundervisningen slik at elevene kunne få tilbud om å være med. Undersøkelsen ble gjennomført i månedsskiftet april/mai.

Arbeidet med å ferdigstille rapporter har vært hektisk og flere skal takkes. Den største takken går til Utdanningsetaten i Oslo for den entusiasmen og velvilligheten vi ble møtt med da vi tok kontakt. De jobbet effektivt opp mot alle skolene som skulle delta. En spesiell takk til vår kontaktperson, Kari Odden. Takk også til alle lærere og rektorer som bidro. Uten dere ville ikke denne undersøkelsen blitt gjennomført.

Vi vil også takke redaktørene i Tidsskriftet for Den norske legeförening. Med et helt ekstraordinært tempo fikk redaktørene behandlet to vitenskapelige artikler som vi skrev parallelt med rapporten. De ble vurdert av fagfeller, gjennomgikk revisjonsprosesser, og deretter publisert, alt på noen få uker.

Vi vil takke Sara Nossen som bidro som forskningsassistent ved utforming av spørreskjemaet, og som svarte på spørsmål fra skolene i forbindelse med datainnsamlingen. Takk også til de ansatte i USIT ved Universitetet i Oslo (UiO) som fant gode tekniske løsninger på utformingen av spørreskjemaet. Nettskjema, som UiO forvalter, fungerte utmerket til vårt formål.

Vi vil også takke alle de ungdommene og lærerne som var med på å teste ut spørreskjemaet. En særlig takk til skoleelev Hannah Bakken, som ledet arbeidet med å pilotere spørsmål og kvalitetssikret at spørsmålene ble riktig forstått av de som skulle være med i studien.

Aller sist vil vi takke alle ungdommene som deltok i «Oslo-ungdom i koronatiden». Uten dere ville det vært umulig å si noe kvalifisert om hvordan pandemien påvirket livene deres. Dere utgjør en viktig stemme!

Oslo, 9. juni 2020

leder for Ungdatasenteret, forsker Anders Bakken, NOVA/OsloMet  
professor Willy Pedersen, Universitetet i Oslo og NOVA/OsloMet  
professor Tilmann von Soest, Universitetet i Oslo og NOVA/OsloMet  
forskningsleder Mira Aaboen Sletten, NOVA/OsloMet

# Sammendrag

Rapporten oppsummerer hovedfunnene fra undersøkelsen «Oslo-ungdom i koronatiden». Gjennom et spørreskjembasert design kartlegger studien ungdommenes hverdagsliv mens covid-19-pandemien preget landet på det mest intense: noen uker fra midt i mars til starten av mai våren 2020. De befant seg da i en situasjon der myndighetene hadde innført de strengeste restriksjonene Norge har opplevd siden andre verdenskrig.

Vi belyser hvordan de hadde det, hvordan pandemien påvirket familielivet og relasjonen til venner, hvordan den digitale hjemmeskolen fungerte. Vi undersøker smittevern, om ungdommene fulgte med på nyheter, og graden av tillit til myndighetene. Vi ba også en del av dem om å skrive om erfaringene sine under pandemien med sine egne ord.

Undersøkelsen ble gjennomført fra 23. april til 8. mai 2020, seks uker etter at skolene ble stengt og landet gikk i «lockdown». På dette tidspunktet preget pandemien alles liv. Vi brukte et nettbasert spørreskjema, som ble besvart av 12.686 Oslo-ungdommer i alderen 13 til 19. Dette utgjorde 37 % av alle elever i offentlige ungdomsskoler og videregående skoler i Oslo.

Gjennom hele rapporten legger vi vekt på tre dimensjoner for å tolke funnene best mulig: kjønn, sosioøkonomisk status og hvor i Oslo ungdommene bor. De viktigste resultatene fra undersøkelsen er oppsummert i denne rapporten.

## Pandemiens tvetydighet

Pandemien og myndighetenes tiltak gjorde at livet til alle ungdommene ble forandret. Forandringen handlet om det helt grunnleggende, det som strukturerer hverdagslivet – foreldrenes arbeidssituasjon, skolen, muligheten til å treffe venner, det sosiale livet i byen. I den forstand hadde pandemien et egalitært preg. Den traff absolutt alle ungdommene i Oslo.

Ett av de funnene som overrasket mest, var at hele tre av fire mente at pandemien i noen eller stor grad hadde påvirket livet deres i positiv retning. Denne gruppa har selvsagt også opplevd belastninger i familien, de har savnet venner, fått utfordringer med hjemmeskolen, og hatt reelle bekymringer for smitte og sykdom. Likevel mener altså flertallet at pandemien også hadde sine positive sider. Enda mer overraskende: Hele en av fem ungdommer opplevde at konsekvensene av pandemien alt i alt var mer positive enn de var negative.

Hvorfor taklet såpass mange dette så bra? Hverdagen fikk en ny form og nye rutiner. Når vi analyserer våre kvalitative data, ser vi at hverdagen kunne gi mer tid sammen med dem som betyr noe, pustehull fra krav og stress. Én av elevene skriver: «Mer tid sammen med familien, vi er mer nær hverandre, gjør masse sammen».

Men dette gjaldt slett ikke alle. For noen betydde den nye hverdagen motløshet og savn av både lærere og venner. Godt over halvparten mener de lærte mindre på skolen enn de pleier. Mange savnet klassekameratene. En av fire opplevde at det ble mer kringel i familien. Mer enn hver tredje jente var plaget av ensomhet. Én forteller om savnet etter vennene på denne måten: «Jeg er redd for at vennene mine ikke savner meg like mye som jeg savner dem». En annen skrev: «Bestemor kan ikke bo sammen med oss fordi hun er redd».

Hva ble viktigst? Det negative eller det positive? Vi stilte identiske spørsmål om dette, og vi var så å si i stand til og legge svarene på hver sin side av en imaginær skålvekt. Den vippet ned på den negative siden, men ikke med veldig klar margin. Selv om mange opplevde mer frihet, beskrev de samlet sett belastningene og savnet som større.

## Skyggen av sosial klasse

De fleste naturkatastrofer og pandemier rammer dem nederst på rangstigen hardest. Forskere har allerede vist at dette også gjelder dem som ble rammet av permitteringer og arbeidsløshet i forbindelse med covid-19. Vi viser at det var 20 % av Oslo-ungdommene som opplevde at en eller begge foreldre ble permittert eller mistet jobben. Det var, ikke

uventet, mest utbredt blant dem med lav sosioøkonomisk status, og det gjaldt mange flere med innvandrerbakgrunn enn uten.

Men hele 70 % av ungdommene hadde foreldre med hjemmekontor. Her ser vi det motsatte mønsteret: det var flest med slike ordninger blant dem med høy sosioøkonomisk status, færre i innvandrerfamilier. I de velstående vestlige bydelene hadde hele 86 % av ungdommen foreldre med hjemmekontor. Men også i ytre Oslo øst hadde halvparten slike ordninger. Det er en tydelig sosial gradient her, men i alle sosiale lag og alle deler av byen opplevde ungdommene at foreldrenes arbeidssituasjon ble endret. Ungdom over hele Oslo måtte tilbringe store deler av livet hjemme sammen med foreldrene sine disse spesielle ukene våren 2020.

Pandemien kom også med bekymringer hos ungdommene – ikke minst for familiens økonomiske situasjon. I spørsmålet om hva ungdom er bekymret for, ser vi kanskje den tydeligste skyggen av sosial klasse og innvandring: Mens 13 % av dem med norskfødte foreldre var bekymret for familiens økonomi, gjaldt det hele 31 % av dem med innvandrerbakgrunn. Blant dem uten permitterte foreldre var det 14 %, blant dem med permitterte foreldre var det hele 37 %.

Mer enn ni av ti var også minst litt bekymret for at venner eller noen i familien skulle bli syke. Derimot var få bekymret for at de selv skulle bli syke. Kanskje fordi de visste at covid-19 sjelden er farlig for unge mennesker? Det er to andre interessante mønstre her: Jenter er mer bekymret enn gutter; ungdom med innvandrerbakgrunn er mer bekymret enn andre.

Jentene rapporterer at de er bedre til å følge smittevernsreglene enn guttene. Ungdom med innvandrerbakgrunn er bedre enn andre ungdommer. Dette veves sammen med et tredje funn: Ungdom fra ytre Oslo øst, hvor det bor mange innvandrere, er bedre til å følge reglene enn ungdommer fra de andre bydelene. Dette er viktig, fordi disse bydelene også har hatt mye smitte. Det har vært både eksplisitt og implisitt skepsis mot evnen og viljen til å følge reglene i disse delene av byen og i enkelte grupper av innvandrere.

## Høy tillit til myndighetene

Mer enn to av tre blant ungdommene fulgte med på nyheter om pandemien. Mainstream medier – aviser, radio og tv – var viktige. Ungdommene hadde nok, som alle andre, behov for å holde seg oppdatert. Foreldrene var også en viktig kilde til kunnskap. Mange hentet dessuten nyheter fra sosiale medier, som ofte videreformidlet nyheter fra de vanlige mediene.

Helsemyndighetene har grunn til å være fornøyde. Ni av ti mener de har gjort en god jobb for å takle pandemien. Tilliten til statsminister og regjering er nesten like høy og reflekterer det samme vi nå ser fra andre målinger: Erna Solberg har styrket sin oppslutning som statsminister under covid-19-pandemien. Men det er noe urovekkende at det blant ungdom med innvandrerbakgrunn er en betydelig minoritet som ikke har slik tillit. Den samme skepsisen ser vi ikke i forhold til helsemyndighetene.

## Det sosiale livet

Godt over halvparten brukte mer tid enn vanlig på å gjøre hyggelige ting med familien. En kunne tenke seg at det var vanligere i familier med mye sosioøkonomiske ressurser og romslige boliger. Men det var små forskjeller etter slike kjennetegn. Derimot var det flere med innvandrerbakgrunn som oftere enn før gjorde hyggelige ting med familien.

Mange har bekymret seg for økt vold og mishandling i familiene. Vår studie var ikke egnet til å belyse temaet inngående. Men en av fire rapporterte om mer krangling i familien, altså bare halvparten så mange som opplevde at de gjorde flere hyggelige ting. Det var små forskjeller etter sosioøkonomisk status, men litt overraskende var det flere som rapporterte om mer krangling på Oslo vest.

Hele fire av fem hadde kontakt på nett eller mobil med familiemedlemmer som de ikke bodde sammen med. Flere med innvandrerbakgrunn hadde slik kontakt. Samlet sett ser det altså ut til at mange av familiene med innvandrerbakgrunn har respondert spesielt bra på pandemien – med hyggelige aktiviteter, lite krangling, med mer kontakt innad i en utvidet familie.



Begrepet «sosial distansering» handler om fysisk og sosial distanse. Sammen med håndhygiene var dette det viktigste smitteverntiltaket. Vi viser at flertallet av ungdommene likevel fortsatte å treffe venner eller kjæreste, mens bare en av fire ikke gjorde det.

Det slående er at ungdom med innvandrerbakgrunn gjorde det i mye mindre grad enn andre. Det samme gjelder ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status. Forholdene veves sammen og innebærer at det blant ungdom i ytre Oslo øst er hele 25 % som ikke har vært sammen med andre enn dem de bor sammen med. I Oslo vest er det bare 10 %.

En del slet med ensomhet, samlet var 23 % av guttene veldig eller ganske mye plaget. Blant jentene var det 33 %. Men tallene var ikke så mye høyere enn ellers. Hvorfor? Kanskje fordi mange brukte mer tid enn før på en rekke ulike sosiale aktiviteter. Når de forteller om livet med egne ord, kan vi lese om nye hobbyer, at de leser, at de er mer sammen med hunden eller hesten sin. De brukte mye mer tid sammen med familien sin, noen trente mer. De mest ensomme ungdommene brukte imidlertid mindre tid enn før på slike aktiviteter.

Russetiden var mer eller mindre avblåst. Sluttet ungdommene å feste og drikke? Oslo er svært delt også på dette feltet, med en fuktig vestkant og en østkant med mindre alkohol. Mange av de eldste elevene deltok fortsatt i sammenhenger hvor det ble drukket alkohol. Men det gjaldt mange flere med norskfødte foreldre enn med innvandrerforeldre.

Dessuten er det en slående sammenheng til smittevern: 27 % av dem som ofte var i kontekster med alkohol, fulgte i liten grad smitteverntiltakene. Blant dem som ikke hadde vært med på slike samlinger, var det 7 %. På Oslo vest hadde over halvparten deltatt på dette, i ytre Oslo øst mindre enn en av fire. Alkoholkulturene på Oslo vest holdt stand, det kan nok ha gitt dårligere smitteatferd.

Det store flertallet av ungdommene hadde kontakt med andre på mobil eller nett, og over halvparten hadde mer kontakt enn vanlig. Den sosiale distanseringen ble til en viss grad kompensert gjennom mer aktivitet på digitale plattformer og i sosiale medier. Funnene knyttet til dataspill eller gaming er slående:

Blant gutter over hele byen fyltes pandemiens sosiale tomrom med fellesskapet rundt gaming.

Mange fant nye måter å trene på, men færre drev med intensiv fysisk aktivitet, og dette var fortsatt vanligst i grupper høyt i den sosioøkonomiske lagdelingen. To av tre av dem som var organisert i idrettslag, opplevde det som negativt å ikke kunne delta i organisert trening. Funnene peker på den store betydningen den organiserte idretten har i ungdommers dagligliv.

Mange har opplevd sosiale savn under pandemien. Likevel mener vi det er slående hvor sosialt tilpasningsdyktige de fleste har vært. De har møtt utfordringer, men taklet dem uten mye om og men. Vi er imponert over hvordan ungdommene i Oslo har taklet situasjonen.

### Den digitale hjemmeskolen

For ungdom var nok hjemmeskolen den mest direkte og omfattende konsekvensen av smittevernpolitikken. Hvordan opplevde de ukevis med digital undervisning? Vi stilte en rekke spørsmål om dette. De viktigste var: Hvordan har undervisningen fungert? Har du lært mer eller mindre enn du pleier?

Nesten halvparten av elevene var ganske eller veldig fornøyd med undervisningen. Mange mener at hjemmeskolen har fungert bra. Men 61 % mente de hadde lært mindre enn de pleide.

Funnene viser stor spredning når det gjelder hvor mye og hvilke typer undervisning elevene har fått. Det er også stor variasjon i hva slags oppgaver de har fått, og med hensyn til når og hvor mye de måtte logge seg på for å dokumentere tilstedeværelse.

Ett av de mest oppløftende funnene i hele studien var at nesten alle hadde hatt gode «hjemmekontor». De hadde god tilgang til datamaskin eller nettbrett, god mulighet for å sitte i fred, hjelp fra foreldrene dersom de trengte det. Foreldre, elever og skoler må ha brukt oppfinnsomhet og energi på å få dette til å gli. Men omtrent en av ti hadde en dårlig læresituasjon hjemme. De opplevde også at undervisningen fungerte dårlig. En god del mente at det sosiale livet i klassen ikke fungerte, og de hadde langt mindre utbytte av undervisningen enn andre.

For en liten minoritet, flere gutter enn jenter, innebar nok hjemmeskole mye fri og rolige dager. Men et flertall opplevde faktisk at de brukte litt mer tid på skolearbeidet enn vanlig. Våre data tyder ikke på at det ble mindre stress på skolen under pandemien. Mange var dessuten bekymret for hvordan det ville gå med karakterene etter at pandemien slipper taket.

### Livskvalitet, vekst og hjelp

Tidligere studier viser at de aller fleste ungdommer i Norge er tilfredse med det livet de lever. Dette var også tilfelle under pandemien. Men vanligvis er det rundt 10 % som skårer relativt lavt på et vanlig brukt mål for å kartlegge hvor tilfreds man er. Under pandemien var dette økt til 20 %.

Ett av de mest interessante funnene er at de sosiale forskjellene vi ellers ser i livskvalitet og tilfredshet, det vi kaller sosiale gradienter, var mindre under pandemien enn før. Vanligvis rapporterer ungdom fra høyere sosiale lag høyere livskvalitet, nå ble slike forskjeller merkbart redusert. Kanskje fordi mange av de impulsene ungdom fra den øvre del av lagdelingen ellers får gjennom skole og fritid ble redusert?

Ett av de spørsmålene vi var mest spent på, var om koronatiden, i tillegg til alle negative konsekvenser, også ga rom for positive opplevelser og personlig vekst. En god del av ungdommene fortalte om slike opplevelser. De hadde lært viktige ting under pandemien. Tilliten til andre hadde økt, verdier blitt avklart, de hadde lært å takle mer enn de trodde de ville klare. Jenter rapporterte oftere enn gutter slike erfaringer, men det mest slående var at ungdom med innvandrerbakgrunn rapporterte det mye oftere enn ungdom med norskfødte foreldre. Hva kan det skyldes? Mange med innvandrerbakgrunn oppholdt seg mye tettere på familien i denne perioden. Det kan ha spilt inn. Noen av familiene har opplevd unntakstilstander før, som smertefull flukt eller migrasjon. Kan dette ha spilt inn?

For enkelte ble opplagt pandemien en rystende erfaring. Noen var allerede sårbare og hadde etablerte relasjoner til hjelpeapparatet som brått ble borte. Det var 5 % som hadde hatt kontakt med et hjelpetilbud. Like mange hadde vurdert å ta slik kontakt.

Er 10 % få eller mange? Vel, samlet sett summerer det seg til en betydelig antall av ungdommene i Oslo. Det var de ungdommene som selv mente at de hadde det dårligst, som oftest tok kontakt med disse hjelpetjenestene.

### Generasjon korona?

Midt i mars, da skolen akkurat hadde stengt, foreldre var permittert eller hadde hjemmekontor, og gatene lå tomme, var det flere medier som brukte termen «Generasjon korona». Tanken var at pandemien kom til å bli en skjellsettende erfaring for dem som sto på terskelen til voksent liv. Hva tenker ungdommene selv? Tror de at livet deres vil bli forandret? For en stor del av dem, antakelig minst halvparten, ser ikke pandemien ut til å ha gjort så sterkt følelsesmessig inntrykk. Likevel mener et massivt flertall – rundt 85 % – at samfunnet kommer til å endres på grunn av pandemien.

En god del mener at deres egne liv også vil bli endret, men det er atskillig færre. Kanskje kan vi konkludere dette slik: Ungdommene forstår at de har vært gjennom noe som historisk sett vil bedømmes som stort og viktig. Pandemien kommer til å endre samfunnet. Men de er mer usikre på hvor store de varige endringene kommer til å bli for dem selv.

” **Ungdommene forstår at de har vært gjennom noe som historisk sett vil bedømmes som viktig. Men de er mer usikre på hvor store de varige endringene kommer til å bli for dem selv.**

# Innledning

Midt i mars rammet covid-19-pandemien med full kraft. For å hindre at smitten skulle spre seg innførte myndighetene de mest inngripende tiltakene Norge har opplevd siden andre verdenskrig. Skoler ble stengt, kultur- og idrettsarrangementer forbudt, befolkningens bevegelsesfrihet ble sterkt innskrenket. I ukevis var nyhetsbildet dominert av smitte, sykdom og død.

Hvordan har denne unike situasjonen påvirket norsk ungdom? Hva slags kontakt har de hatt med venner og familie? Har ungdom vært redde for å bli smittet, og overholdt de smittereglene? Hvordan har de opplevd uker med digital hjemmeundervisning? Har de akseptert reglene og hatt tillit til myndighetene? Hva med deres livskvalitet? Har erfaringene gitt noen personlig vekst?

Vi presenterer viktige funn om hvordan ungdom i Oslo hadde det under det vi kaller «koronatiden» eller perioden fra 13. mars da skolene stengte og fram til begynnelsen av mai. På kort tid fikk vi invitert ungdom i alle offentlige ungdoms- og videregående skoler i Oslo til å delta i en spørreundersøkelse. Hele 12.600 ungdommer i alderen 13 til 19 år deltok.

## Bakgrunnen

Dette har vært en helt ekstraordinær periode, men allerede mens vi skriver dette i juni 2020 er det vanskelig å rekapitulere den merkelige stemningen. La oss gå tilbake til en stor reportasje i Aftenposten fra den 3. april 2020 med tittelen: «Generasjon korona». Ungdom fra hele verden var intervjuet, under ingressen: «Har byttet ut studier og fester med kampen mot smitte og død». Julia 20 år fra Tyskland jobbet i et supermarked. Hun fortalte om panikk og hamstring. Hingis 19 år fra Botswana studerte egentlig i USA, men var tvunget til å reise hjem. Han ble plassert i karantene i et skittent lokale uten smitteverntiltak. Sterkest inntrykk gjør Luca på 21, fra Italia. Han fortalte om den konstante lyden av ambulanser, om viruset som herjer, folk som dør.

De norske avisene og alle nyhetssendingene i radio og tv var fra tidlig i mars totalt dominert av covid-19-pandemien. Det hadde bygd seg gradvis opp. SARS-CoV-2 ble identifisert i desember 2019 i Wuhan i Hubei-provinsen i Kina. Så spredde viruset seg til andre land. I januar erklærte WHO utbruddet som «en alvorlig hendelse av betydning for internasjonal folkehelse». Den 26. februar rapporterte NRK om det første norske smittetilfellet. Så ble det raskt nye tilfeller, rapportert i daglige sendinger. Noen ble syke og lagt inn på intensivavdelinger, de første dødsfallene begynte å komme.

## ” Oslo-ungdom i koronatiden» dokumenterer hvordan ungdom i Oslo hadde det under det som kan oppfattes som en unntakstilstand i det norske samfunnet.

Den 12. mars erklærte WHO utbruddet som en pandemi. Samme dag holder statsminister Erna Solberg en pressekonferanse som vil gå inn i historiebøkene. Hun berammet det hun selv beskriver som de mest inngripende tiltakene i Norge i fredstid: Barnehager og skoler stenges, kultur- og idrettsarrangementer forbys, folk oppfordres til å jobbe fra hjemmekontor. Landet ble stengt ned, med dramatiske konsekvenser for sosial kontakt, familieliv, skole og arbeidsliv, for økonomien.

Det var åpenbart at ikke minst ungdom ville bli preget av pandemien. Ikke bare ble skolene stengt, det gjaldt også idrett og andre organiserte fritidsaktiviteter. Myndighetene innførte regler om maksimalt fem personer i samme gruppe. De oppfordret til generell «sosial distansering». Tiltakene innebar uker



med digital hjemmeundervisning, stengte fritidsaktiviteter, begrenset kontakt med andre. Mye av det som kun skjer en gang i en ungdoms liv ble avlyst: den viktige fotballcupen, avslutningen i 10. klasse, russetiden. Det som skulle være helt sentrale opplevelser forsvant.

NOVA, som er en del av OsloMet - storbyuniversitetet, har i årevis studert levekår og livskvalitet blant ungdom. Den årlige ungdomsundersøkelsen ble i mars avbrutt på grunn av pandemien. Det var behov for å utarbeide en egen undersøkelse for å fange opp det spesielle ved den nye situasjonen.

Det var avgjørende å få gjennomført studien mens skolene fortsatt var stengt. Vi kontaktet Utdanningsetaten i Oslo kommune i starten av april, og foreslo en studie av hvordan pandemien påvirket Oslo-ungdom. De ga klarsignal. Etaten ba alle de offentlige ungdoms- og videregående skolene å sette av tid til undersøkelsen i den ordinære skoletiden mens elevene hadde hjemmeskole.

Undersøkelsen ble gjennomført fra 23. april til 8. mai 2020. Fra den dramatiske «lock-down» 13. mars og fram til datainnsamlingen, hadde elevene hatt digital hjemmeundervisning i drøye seks uker. Undersøkelsen gir slik et unikt innblikk i hvordan ungdom hadde det under det som mange har beskrevet som en unntakstilstand i det norske samfunnet.

### Hvem står bak studien?

Studien ble initiert av forskere ved Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitetet. 8. april ble Utdanningsetaten i Oslo invitert med på et samarbeid for å få gjennomført studien. Etaten var positiv, og påsken ble brukt til å utforme et nytt spørreskjema, og et design som tilfredstilte forskningsetiske krav. Undersøkelsen ble gjennomført digitalt, den var anonym, og foreldre og elever ble informert i forkant.

### Formålet

Studien kartlegger ungdoms hverdagsliv mens covid-19 pandemien preget landet. Den gir svar på hvordan ungdom hadde det under pandemien. Vi viser hvor mange som opplevde at foreldrene ble permittert, hva det betydde for ungdommene selv, hvordan de forholdt seg til smittevern, hva slags kontakt de hadde med venner og familie og hva som skjedde på den digitale hjemmeskolen. Vi beskriver funn om livskvalitet, personlig vekst og ungdoms tanker om fremtiden.

### Temaene i rapporten

Hva skulle vi belyse? For det første det åpenbare: Hva skjedde med hverdagslivet da pandemien traff ungdommene og deres familier? Hvor mange opplevde at foreldrene ble permittert eller mistet jobben? Hvor bekymret ble ungdommene – for at noen i familien skulle bli smittet av viruset, eller for at de selv skulle bli det? Dessuten: Både de politiske myndighetene og helsemyndighetene informerte daglig om hvor viktig det var å følge de grunnleggende smittevernløse reglene – vaske hendene, holde avstand. Fulgte ungdom smitterådene? Hadde ungdom tillit til myndighetene i denne krevende fasen? Dette belyser vi i kapittel 2.

For det andre ville vi undersøke hva som skjedde med ungdommenes sosiale liv. Hva med venner? Ble kontakten kuttet, ble mange sittende alene? Økte ensomheten? Hva med de sosiale mediene, brukte ungdommene mer tid på det enn før? Hva med fritidsaktivitetene som stengte? Hva tenkte de som var aktive i idrett om at man ikke lenger kunne holde på som normalt? Trente de på nye måter? Hva med familien? Ble det mer krangling? Eller åpnet det seg nye muligheter for å gjøre hyggelig ting med foreldre som hadde mer tid enn ellers? Alt dette beskriver vi i kapittel 3.

For det tredje ville vi undersøke hva som skjedde i den digitale hjemmeskolen. Flere hevdet at det var stor variasjon mellom skoler og lærere i hvordan undervisningen ble gjennomført. Hvor ofte ble hele klassen samlet i et felles digitalt opplegg? Hadde lærerne en-til-en-undervisning digitalt eller per telefon til

dem som trengte det? Hva skjedde med det sosiale livet i klassen? Hvor mye mener elevene at de lærte? Hadde de PC og et internett som fungerte godt hjemme? Klarte elevene å opprettholde den sosiale kontakten med andre elever? Slike spørsmål belyser vi i kapittel 4.

For det fjerde: Hverdagen og det sosiale livet ble endret. Ungdommene måtte tilbringe mer tid i hjemmet og med familien. Hva innebar alt dette for tilfredshet og livskvalitet? Norske ungdommer skårer gjennomgående høyt på slike mål. Hva skjedde under covid-19-pandemien? De fleste tenker vel at pandemien stort sett hadde negative konsekvenser. Men noen fikk kanskje mer tid med ellers travle foreldre? Åpnet hjemmeskolen for at flere kunne sove lenger om morgenen? Er det noen som, alt i alt, opplevde at livet ble påvirket i positiv retning? Fikk de mer ro og tid til ettertanke? Opplevde noen personlig vekst under denne krevende tiden? Hvordan tenkte de om fremtiden mens pandemien herjet? Dette skriver vi om i kapittel 5.

I et avsluttende kapittel trekker vi sammen trådene og oppsummerer de viktigste funnene. Forskjeller etter kjønn løper gjennom hele rapporten. Vi sammenlikner også løpende elever på ulike klassetrinn.

### Sosiale forskjeller

Oslo blir ofte beskrevet som «en delt by», med en vestkant og avgrensede områder på Oslo øst hvor det bor mange med høy utdanning og høy inntekt. På store deler av østkanten er utdannings- og inntektsnivået lavere, flere er avhengig av offentlig velferdsordninger, og levealderen er markert lavere. Det er dessuten

**” Oslo er en by med store sosiale forskjeller. Hvordan har koronatiden påvirket ungdom i ulike deler av byen og med ulik sosial bakgrunn?**

mange flere innvandrere i Oslo øst, særlig i Groruddalen og på Søndre Nordstrand.

Oftest rammer pandemier som covid-19 sosioøkonomisk svakstilte grupper hardest. Derfor belyser vi pandemiens nedslag i de ulike sosioøkonomiske gruppene og de ulike bydelene gjennom hele rapporten. Innvandring og sosioøkonomisk status henger tett sammen, og i mange analyser beskriver vi også betydningen av å ha innvandrerbakgrunn.

### Om undersøkelsen

Datainnsamlingen ble gjennomført i samarbeid med Utdanningsetaten i Oslo. Utdanningsetaten oppfordret alle de kommunale skolene med ungdoms- og videregående trinn om å tilrettelegge for studien. Rektorene fikk tilsendt et informasjonsskriv og en lærerveiledning om gjennomføring fra NOVA. Veiledningen ble videresendt til kontaktlærerne, som ble oppfordret til å sette av en halv time til gjennomføring av undersøkelsen som del av hjemmeundervisningen.

20. april sendte Utdanningsetaten ut en skolemelding til samtlige elever og deres foresatte med informasjon om undersøkelsen. Det var link til [oslomet.no](http://oslomet.no) hvor elever og foresatte kunne lese mer. Foresatte til elever under 18 år kunne reservere barnet sitt fra å være med gjennom å ta kontakt med skolen, eller ved å be barnet sitt direkte om å ikke delta.

Elevene deltok i undersøkelsen gjennom å logge seg inn på nettsiden [osloundom.no](http://osloundom.no). Her fikk de først informasjon om undersøkelsen, om hva som var formålet, at det var frivillig å delta, at den var anonym, samt at de ikke trengte å svare på alle spørsmålene dersom de ikke ønsket det. Elevene samtykket gjennom å svare på spørsmålene.

Spørreskjemaet inneholdt spørsmål om pandemiens påvirkning på ungdoms hverdagsliv, om skolesituasjonen, om smittevern og pandemiens konsekvenser for egen familie. Vi spurte om tillit til myndighetene og om samvær med familie, venner og andre. Det var også spørsmål om mediebruk, karakterer og hverdagspress, fysisk aktivitet og livskvalitet.

Vi spurte om kjønn, klassetrinn, familiebakgrunn og bydelstilthørighet. Samlet ble de bedt om å besvare 123 spørsmål.

Undersøkelsen ble åpnet den 23. april og var opprinnelig tenkt avsluttet 30. april. På grunn av at skolene fikk begrenset tid til å gjennomføre undersøkelsen, ble det besluttet å utvide undersøkelsen med ytterligere noen dager. Undersøkelsen ble endelig stengt fredag 8. mai. Da hadde skolene hatt 11 skoledager på å gjennomføre undersøkelsen.

Totalt deltok 12.686 elever. De fleste brukte mellom 20 og 30 minutter. Det var noe frafall underveis, men 86 prosent av ungdommene svarte på omtrent alle spørsmål.

Svarprosenten er 37 %. Den er en god del høyere på ungdomstrinnet (46 %) enn på videregående (27 %). Dette er beregnet ut fra en bruttopopulasjon der samtlige elever som er registrert i de offentlige videregående skolene og skolene med ungdomstrinn inngår. Siden det er grunn til å anta at ikke alle disse elevene i praksis fikk muligheten til å delta, er svarprosentene å betrakte som minimumstall.

Deltakelsen i «Oslo-ungdom i koronatiden» er uansett en del lavere enn i andre skolebaserte undersøkelser. For eksempel var det 73 % av elevene i Oslo-skolen som deltok i Ung i Oslo 2018 (Bakken 2018). Vi antar at den lavere svarprosenten under covid-19-restriksjonene er et resultat av hovedsakelig to forhold. For det første er det trolig flere elever som er interessert i å svare på spørsmål når undersøkelsen foregår i klasserommet enn når den foregår hjemme. For det andre antar vi at det var utfordrende for alle lærere å få gjennomført undersøkelsen på relativt kort varsel. Det var heller ikke mulighet til å purre direkte på verken skoler eller lærere, siden undersøkelsen var lagt opp på en måte der vi ikke hadde kontroll på svarprosenten på skolenivå.

Hva slags konsekvenser svarprosenten har for generaliserbarheten av data er vanskelig å angi helt presis. At lærerne ikke har fått gjennomført undersøkelsen overalt er trolig ikke et spesielt stort problem, med mindre undersøkelsen systematisk var bedre tilrettelagt i noen deler av byen enn i andre, eller på skoler som har en bestemt elevsammensetning. Vi har ingen grunn til å tro at det var slik. Svarprosenten er nokså lik

på tvers av byen, og andelen med innvandrerbakgrunn, definert som å ha to utenlandsfødte foreldre, er litt lavere i denne undersøkelsen (31 %) enn befolkningstallene fra SSB tilsier (37 %). En del flere jenter (57 %) enn gutter (43 %) deltok i undersøkelsen.

For å korrigere for mulige skjevheter i materialet, har vi vektet alle svarene slik at fordelingen på kjønn, klassetrinn, innvandrerbakgrunn og bosted i byen, tilsvarer datamaterialet som ble samlet inn i forbindelse med undersøkelsen Ung i Oslo 2018 (Bakken 2018). På denne måten blir estimatene mer generaliserbare. Det er likevel en mulighet for at det er en viss skjevhet i materialet som er knyttet til at noen elever kan ha vært spesielt motivert for å være med i en slik undersøkelse. Men det vanskelig å si hva det kan innebære for graden av generaliserbarhet. Vi tror at konklusjonene i liten grad er påvirket av slike skjevheter.

Enkelte steder sammenlikner vi resultatene fra koronastudien med Ung i Oslo 2018, det vil si der spørsmål ble identisk stilt i de to studiene. Det er verdt å nevne at vi har delt inn alle ungdommene i fire byområder på samme måte som i tidligere studier: «Vestkant» omfatter her bydelene Vestre Aker, Nordre Aker, Ullern, Frogner og St. Hanshaugen. «Indre øst» omfatter bydelene Grünerløkka, Gamle Oslo og Sagene. «Ytre øst» omfatter bydelene Søndre Nordstrand, Bjerke, Stovner, Alna og Grorud. Bydelene Nordstrand og Østensjø er slått sammen.

Ungdommenes sosioøkonomiske bakgrunn er målt gjennom spørsmål om hva slags tilgang ungdom har til ulike ressurser hjemme: antall foreldre med høyere utdanning, antall bøker, biler og datamaskiner i familien, antall ferieturer i fjor og om respondentene har eget soverom (Bakken mfl. 2016). Alle er delt inn i tre like store sosioøkonomiske grupper, avhengig av hvor mange av disse ressursene de har.

Noen av de som deltok fikk to åpne spørsmål. Her kunne de med egne ord fortelle om hva som var henholdsvis den største negative og den største positive forandringen i hverdagen etter covid-19-pandemien kom til Norge. Enkelte steder i rapporten gjengir vi noen av disse sitatene.

# PANDEMIEN TREFFER

I dette kapittelet belyser vi hvordan pandemien traff ungdommene og deres familier. Hvor mange opplevde at foreldrene deres ble permittert, sagt opp eller fikk hjemmekontor? Bekymret ungdom seg for viruset, og overholdt de smittereglene? Fulgte de med på nyheter, og hvordan var tilliten til politikere og helsemyndighetene?

Ved utgangen av april 2020 var det 420 000 registrerte arbeidssøkere hos NAV, eller 15 % av arbeidsstyrken. Vi skal tilbake til 1930-tallet for å finne noe som minner. Mange mente pandemien ville ramme sosialt skjevt og svekke dem som fra før av står svakest. Økonomene i LO trodde vi ville få kraftig økt polarisering – både i arbeidslivet og ellers i samfunnet.

Rammet pandemien sosialt skjevt i Oslo? Var det primært ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status som opplevde at foreldrene mistet jobben eller ble permittert? Hva med karantene og hjemmekontor? Det er kanskje grunn til å tro at dette rammet andre grupper?

I starten av pandemien ble vestkant-bydelen Frogner særlig hardt påvirket av arbeidsløshet. Det skyldtes nok at mange som bor der jobber i service, handel og servering, bransjer som raskt og ubarmhjertig ble truffet da gatene ble tomme og utelivet stengt ned. Hva skjedde videre? Måtte bydelene øst i byen etter hvert ta de tøffeste konsekvensene med arbeidsløshet og permitteringer? Var det ungdommene herfra som opplevde at foreldrene mistet jobben?

**” Pandemien rammet det norske samfunnet med full kraft. Men rammet den også sosialt skjevt?**

Helt fra starten var det klart at de enkle og grunnleggende smitteverntiltakene var det aller viktigste: Vaske hendene, holde sosial avstand, slutte å håndhilse eller klemme andre. De første smittetilfellene var knyttet til skiturister fra Østerrike, som trolig ble smittet på fuktige afterski-arrangementer. Det var ikke overraskende at mange var bosatt på Oslo vest, og bydelen Ullern var særlig hardt rammet i starten. Deretter beveget den registrerte smitten seg østover i byen, særlig til bydeler i ytre Oslo øst, som Stovner, Alna og Grorud, med flere fra lavere sosioøkonomiske sjikt. Enkelte innvandrergupper så ut til å være særlig utsatt.

I dette kapitlet undersøker vi hvordan ungdom fra ulike deler av byen har fulgt smitteverntiltakene. Kommer ytre Oslo øst dårlig ut? Er det forskjell etter sosial bakgrunn? Var det forskjell etter kjønn?

I løpet av pandemien styrket oppslutningen om statsminister Erna Solberg seg kraftig. Hun og helseminister Bent Høie var daglig å se i alle nyhetskanaler. Det samme var ledelsen i Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet. Fulgte ungdommene med på dette? Hvor hentet de i så fall informasjonen fra? Bare fra sosiale medier, eller også de tradisjonelle nyhetsmediene? Og hvilken rolle spilte foreldrene og skolen?

Det var tverrpolitisk enighet om de strenge tiltakene da skolene ble stengt ned midt i mars. Men ledelsen i Folkehelseinstituttet (FHI) – som er Helsedirektoratets og regjeringens viktigste rådgiver – var allerede fra starten spørrende til den tøffe linjen. Var det nødvendig å stenge barnehager og skoler? Seinere spurte FHI om de stengte skolene på ungdomstrinnet rett og slett kan ha hatt negativ effekt på smitten. Har ungdommene tillit til måten politikerne og helsemyndighetene har taklet krisen? Har dette i sin tur hatt betydning for om de følger smitteverntiltakene?





# Pandemiens nærvær

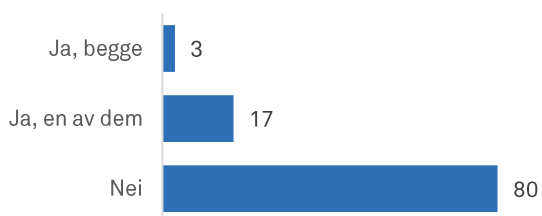
Én viktig konsekvens av det delvis nedstengte Norge, var at mange foreldre opplevde store endringer i sin arbeidssituasjon. Nærmere 8 av 10 rapporterte at minst en av foreldrene deres enten hadde hjemmekontor eller var blitt permittert eller blitt sagt opp. Dette viser hvilket dramatisk omfang nedstengingen hadde. Det vanligste var at en eller begge foreldre fikk hjemmekontor. 7 av 10 opplevde dette i sin familie. Men 2 av 10 hadde foreldre som enten mistet jobben eller ble permittert. For veldig mange betydde dette at foreldrene var mye mer hjemme enn vanlig på dagtid.

Konsekvensene av endringene i arbeidssituasjonen var svært ulik for familier med ulik sosial bakgrunn. I 30 % av innvandrerfamiliene med bakgrunn fra lavere sosiale lag hadde en eller begge foreldre mistet jobben eller blitt permittert. Lavest var, ikke uventet, andelen blant norskfødte foreldre fra høyere sosiale lag, men også her var det såpass mange som 11 % som ble rammet. Arbeidsledighet og permitteringer rammet flere familier i Oslo øst enn vest, men forskjellene etter bydel er mindre enn etter familiens sosiale status. I alle bydeler av Oslo ble det en del av ungdommenes virkelighet at deres egne eller venners foreldre fikk problemer med å holde på jobben.

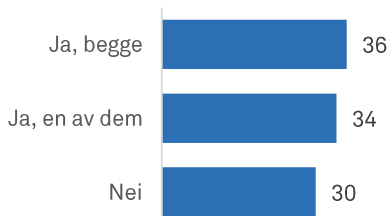
De sosiale forskjellene i hjemmekontor var sosialt sett enda skjevare. I nesten alle familier (9 av 10) med norskfødte foreldre hadde minst en av foreldrene hjemmekontor, mot om lag hver tredje av innvandrerfamiliene. Det var langt vanligere med hjemmekontor på vestkanten enn på østkanten, og blant de med høyest sosioøkonomisk status. Selv om det er en tydelig sosial gradient her, var det mange foreldre med hjemmekontor over hele Oslo.

18 % av alle ungdommer var ganske eller veldig bekymret for hvordan det skulle gå med familiens økonomi. Flere jenter enn gutter var bekymret, og bekymringene for familieøkonomien var langt høyere blant ungdom med innvandrerbakgrunn og lav sosioøkonomisk status, enn i andre grupper. Mest bekymret var de som opplevde at foreldrene deres var sagt opp eller permittert; her gjaldt dette nesten halvparten. Én av fire ungdommer opplevde hjemmekarantene i familien, uten at det var noe forskjeller etter sosioøkonomisk status.

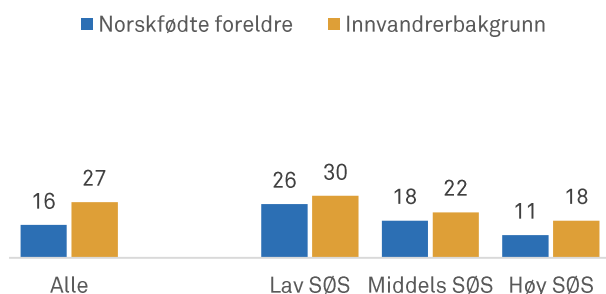
## Har noen av dine foreldre/foresatte mistet jobben eller blitt permittert på grunn av korona-pandemien?



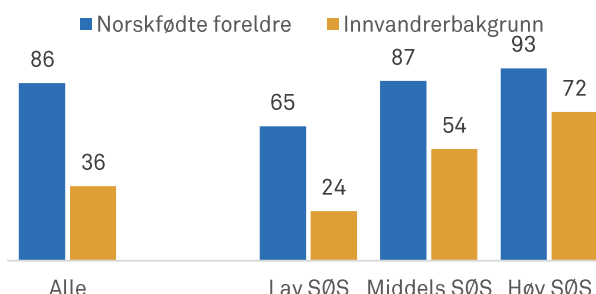
## Har dine foreldre/foresatte hatt hjemmekontor på grunn av korona-pandemien?



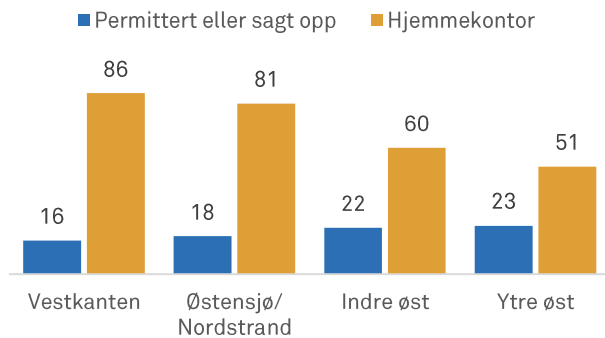
## Prosentandel med foreldre som ble permittert eller oppsagt – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



## Prosentandel med foreldre med hjemmekontor – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)

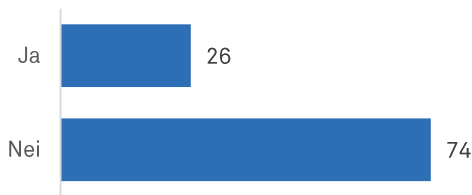


Prosentandel i ulike bydeler med foreldre som ble permittert eller oppsagt og foreldre som hadde hjemmekontor

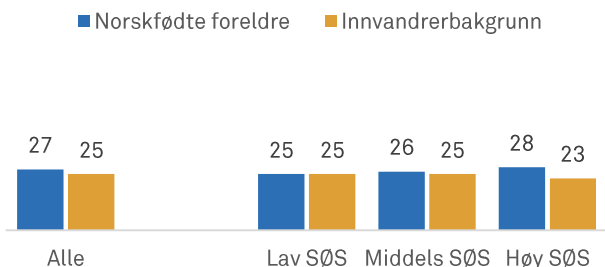


## ” Pandemien påvirket familier med ulik sosioøkonomisk status svært forskjellig.

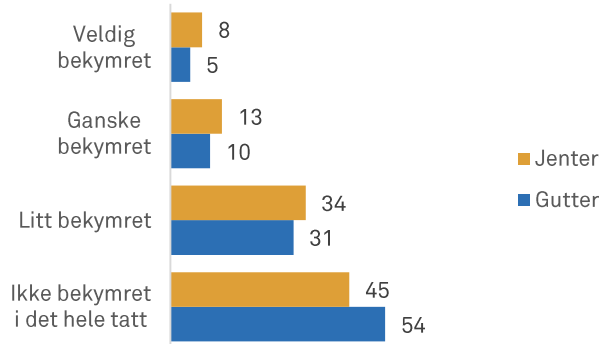
Har du, eller noen av de du bor sammen med, vært i karantene i minst 14 dager som følge av utenlandsreise eller kontakt med smittede?



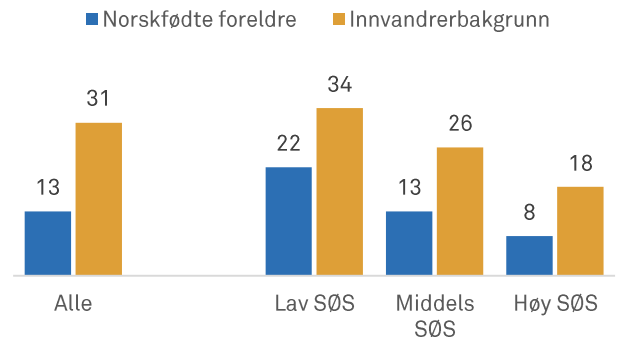
Prosentandel som opplevde at de selv eller noen de bodde sammen med var i karantene – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



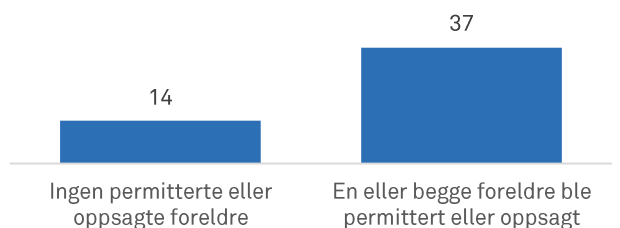
Har korona-pandemien gjort deg bekymret for hvordan det vil gå med økonomien i familien din?



Prosentandel som var ganske eller veldig bekymret for hvordan det ville gå med økonomien i familien – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



Prosentandel som var ganske eller veldig bekymret for hvordan det ville gå med økonomien i familien – etter om foreldrene ble permittert eller oppsagt



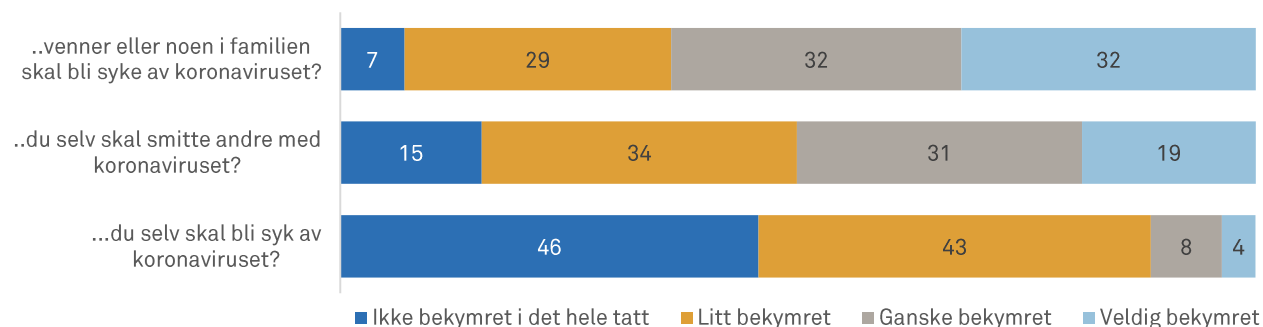
# Bekymringer for viruset

Vi har allerede sett at mange ungdommer var bekymret for familiens økonomi. Men pandemien hadde også en medisinsk side. Det ble raskt klart at koronaviruset, eller SARS-CoV-2 som det heter, smitter lett og kan være farlig, i alle fall for noen. Daglig kom det nyhetsoppslag med grafer over smittede, antall på intensivavdelinger og døde. Rett før skolene stengte ble det hevdet at en ikke hadde kontroll på smitten. Tiltakene som ble innført var de mest inngripende i fredstid. Italia ble særlig hardt rammet, og i alle medier så vi døende pasienter på overfylte intensivavdelinger. Det ville ikke være merkelig om norske ungdommer ble bekymret for viruset, for sykdom og død, selv om det etter hvert ble ganske klart at situasjonen i Norge trolig ikke ville bli like dramatisk som i Sør-Europa.

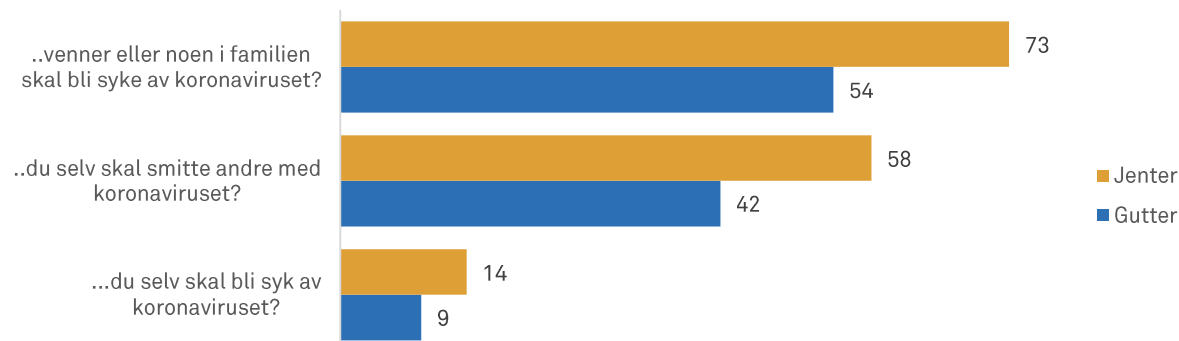
Det er derfor ikke overraskende at hele to av tre ungdommer var ganske eller veldig bekymret for at noen i familien skulle bli syke av viruset. Bare 7 % var ikke bekymret i det hele tatt. Nokså mange var bekymret for at de selv skulle smitte andre. Mer overraskende er det kanskje at nesten halvparten ikke i det hele tatt var bekymret for selv å bli syke. Bare 4 % var veldig bekymret for det. Kanskje det skyldes at det helt fra starten av pandemien var klart at dødeligheten av viruset primært var knyttet til eldre mennesker, særlig eldre med underliggende sykdommer. Jenter var imidlertid mye mer bekymret enn gutter for at noen i familien skulle bli syke, det gjelder hele 73 % av jentene, men bare 54 % av guttene.

Vi lagde et samlemål for bekymringer for koronasmitte og sykdom, og ser at sosioøkonomisk status ikke spiller en spesielt stor rolle. Det gjør derimot innvandring: Blant dem med innvandrerbakgrunn var hele 47 % veldig bekymret for koronaviruset, blant dem med norskfødte foreldre var det bare 31 %. Dette speiles også i bekymringens nedslag etter bydel: I de innvandrertette bydelene i Oslo ytre øst var 43 % av ungdommene veldig bekymret. På vestkanten, hvor det er færre innvandrere, var bare 31 % bekymret.

## Hvor bekymret er du for at...



## Prosent gutter og jenter som var ganske eller veldig bekymret for at ...



## Et samlemål på bekymringer for koronasmitte og -sykdom

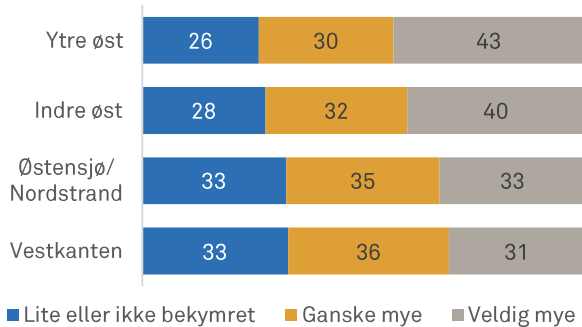
Ser vi svarene på de tre spørsmålene om bekymringer for sykdom og smitte under ett, kan vi dele ungdom i tre grupper avhengig av hvor bekymret de er.

37 % var veldig bekymret for minst ett av de forholdene de ble spurt om, 33 % var ganske bekymret, og 30 prosent var lite eller ikke bekymret for alle tre forhold.

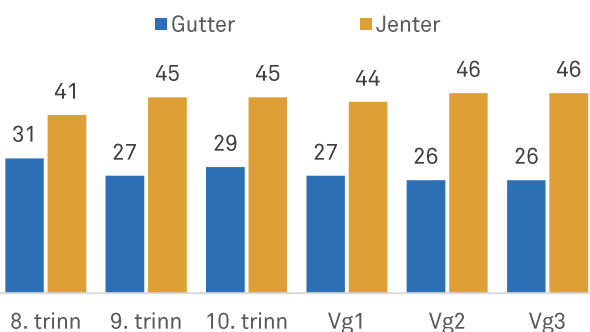
At gruppene var omtrent like store, viser at det er svært stor variasjon ungdom i mellom når det gjelder bekymringer om koronaviruset.

Andelen elever som var veldig bekymret var nokså lik uansett klasseserum. Det var derimot langt flere jenter enn gutter som var veldig bekymret

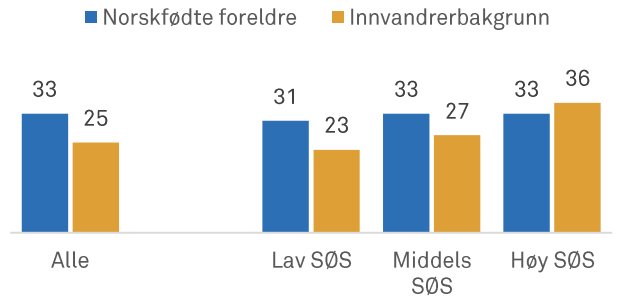
## I hvor stor grad ungdom i ulike byområder var bekymret for smitte og sykdom knyttet til koronaviruset



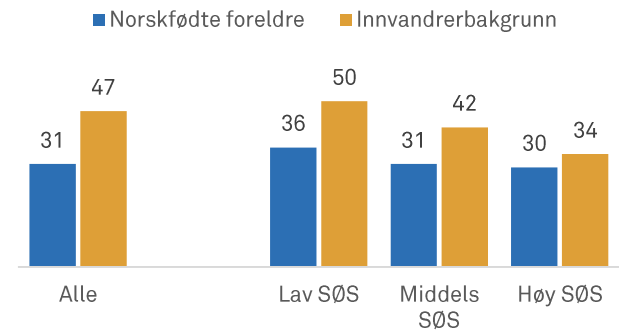
## Prosentandel gutter og jenter på ulike klasseserum som var veldig bekymret for koronaviruset



## Prosentandel som var lite eller ikke bekymret for koronaviruset – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



## Prosentandel som var veldig bekymret for koronaviruset – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



” Mange ungdommer var bekymret for smitte og sykdom i egen familie. Men de færreste var redde for selv å bli syke.

# Smittevernreglene

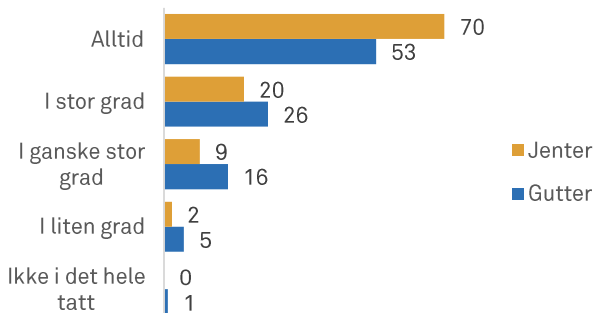
Det har blitt debatt om strategien Norge har fulgt. Var de inngrepene tiltakene nødvendige? Det har derimot ikke vært debatt om det mest grunnleggende: Vaske hendene når en har vært ute blant folk. Holde avstand. Ikke håndhilse eller klemme. Dette var noe av det vi var mest spent på: fulgte ungdom reglene?

Svaret er at ungdom flest overholdt reglene, samtidig som det varierte en god del hvor flinke de var. Rundt 6 av 10 fulgte i stor grad eller alltid de fire smittevernreglene som ble kartlagt i undersøkelsen. En av ti fulgte derimot reglene i liten grad. Størst oppslutning var det om den kanskje viktigste regelen – å vaske hendene etter å ha vært ute blant folk. 70 % av jentene og 53 % av guttene svarte at de alltid gjorde det. Halvparten unngikk alltid å håndhilse eller klemme, her var det liten forskjell etter kjønn. Færrest holdt alltid god avstand til andre enn de de bor sammen med. Det gjaldt bare en av fem.

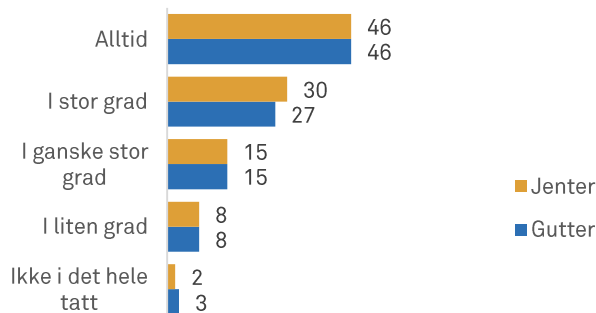
Sosioøkonomisk status hadde liten betydning for hvorvidt ungdom overholdt smittevernreglene eller ikke. Derimot var det flere med innvandrerbakgrunn som i stor grad fulgte reglene (67 %), enn blant dem med norskfødte foreldre (60 %). Det var også flere i ytre Oslo øst som fulgte reglene enn i andre deler av byen. Det er verdt å merke seg at dette står i motsetning til den skepsisen en, også på dette feltet, har sett overfor innvandrere og de østlige bydelene. Blant ungdom på Oslo vest og blant ungdom med norskfødte foreldre er det færrest som faller i den gruppa som alltid eller i stor grad følger reglene.

Til slutt: det store flertallet synes reglene er passe strenge. Noen få (14 %) mener reglene burde vært strengere, og enda færre (9 %) at reglene var for strenge. Men over halvparten mener at andre ikke følger reglene godt nok. Ungdom er med andre ord svært delt i synet på om folk følger reglene som har blitt innført eller ikke.

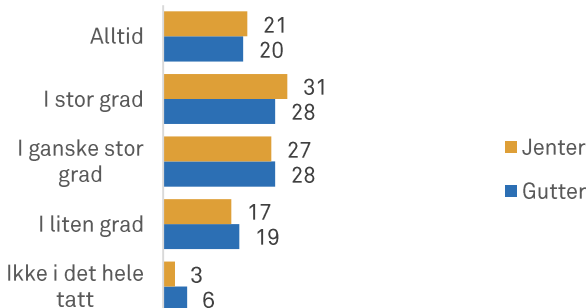
## I hvor stor grad har du vasket hendene med såpe eller Antibac etter at du har vært ute blant folk?



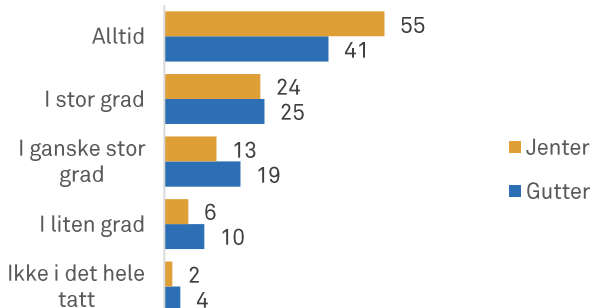
## I hvor stor grad har du unngått å håndhilse på eller klemme på folk?



## I hvor stor grad har du holdt god avstand (1-2 meter) til andre enn de du bor sammen med?

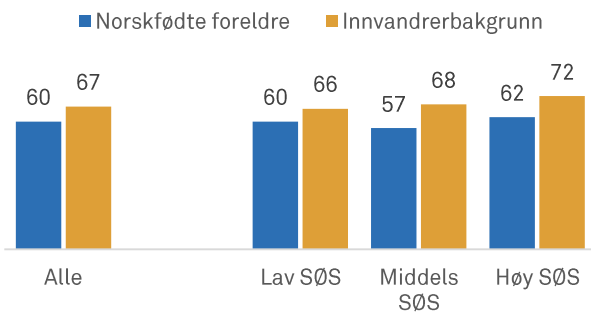


## I hvor stor grad har du unngått grupper på mer enn fem personer?





### Prosentandel som i stor grad eller alltid følger smittevernreglene – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



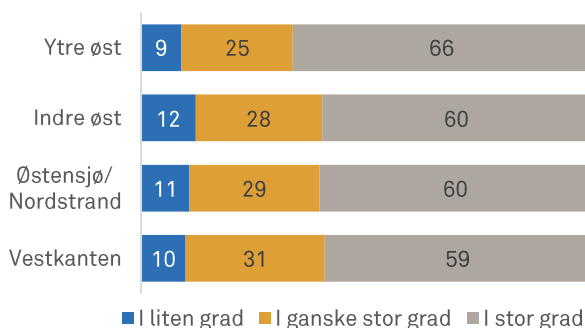
### Å følge smittevernreglene

Rundt 6 av 10 oppgir at de i stor grad eller alltid følger alle de fire smittevernreglene som ble kartlagt i undersøkelsen. 3 av 10 følger reglene i ganske stor grad, mens 1 av 10 gjør det bare i liten grad.

Se også en artikkel om dette temaet publisert i legeforeningens tidsskrift:

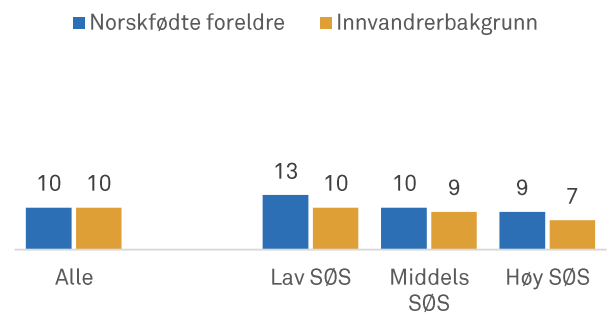
Von Soest, T., A. Bakken, W. Pedersen & M.Aa Sletten (2020). Smittevern blant Oslo-ungdom under covid-19-pandemien. Tidsskrift for Den norske legeforening, juni 2020.

### I hvor stor grad ungdom i ulike byområder følger smittevernreglene

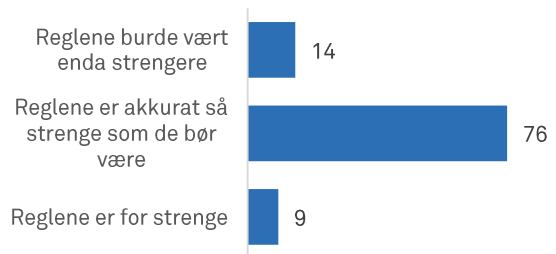


” Ungdom er delt i synet på om folk følger reglene som ble innført.

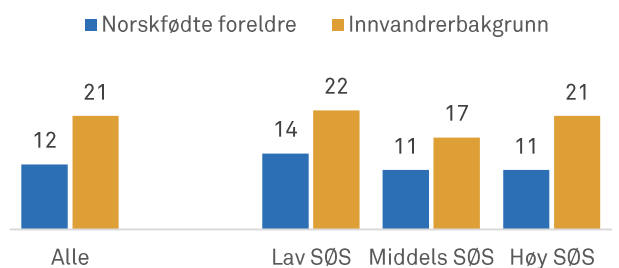
### Prosentandel som i liten grad følger smittevernreglene – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



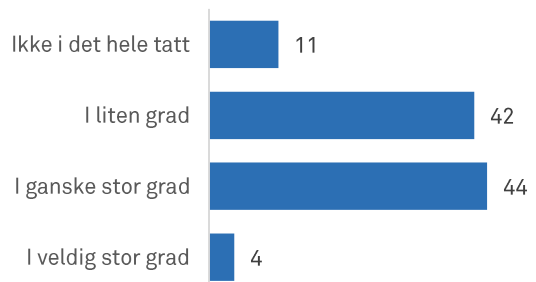
### Hva synes du om alle de reglene som er innført for å hindre at koronaviruset sprer seg (for eksempel stengte skoler, to meters avstand, maks fem i hver gruppe)?



### Prosentandel som synes reglene burde vært enda strengere – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



### Stoler du på at folk følger reglene som har blitt innført?



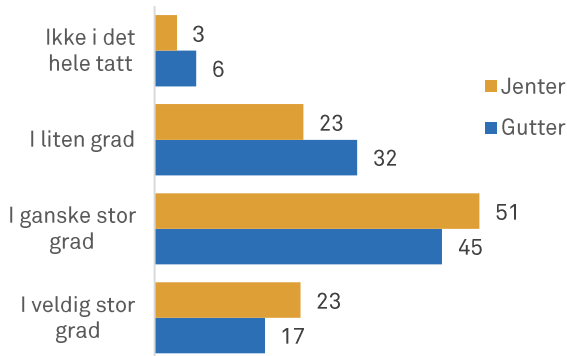
# Nyheter

Samlet må en kunne si at ungdom har fulgt ganske godt med på nyhetsbildet i løpet av pandemien. I undersøkelsen svarer to av tre at de i ganske eller veldig stor grad fulgte med på nyheter om covid-19-pandemien. Et betydelig flertall (6 av 10) fulgte mer med enn de pleier. Flere jenter (74 %) enn gutter (61 %) fulgte nyhetene. Det er ikke så store forskjeller etter sosioøkonomisk bakgrunn eller innvandring, men flere med innvandrerbakgrunn fulgte mer med under enn før pandemien startet.

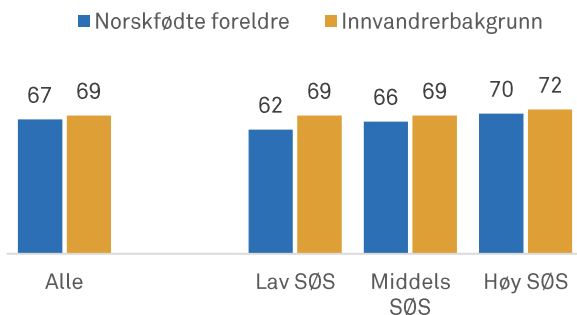
Vi var spent på hvor ungdommene fikk informasjon om covid-19-pandemien fra, og merker oss at aviser (på papir eller nett) samt tv og radio sto sterkt. Godt over halvparten brukte disse kanalene i ganske eller veldig stor grad. Foreldrene var også viktig for mange, det samme var sosiale medier. Sannsynligvis er det et samspill her, ved at sosiale medier også formidler stoff fra de tradisjonelle kanalene eller at ungdom så nyhetene på TV sammen med foreldrene. Skolen var mindre viktig, og det kan nok skyldes at undervisningen foregikk digitalt. Avisene var vanligere som informasjonskanal for de eldste elevene, mens foreldrene var viktigst for de yngste. Sosiale medier, TV og skolen var like vanlige informasjonskanaler i alle aldersgrupper.

De siste figurene handler om tillit – tillit til de som har lagt grunnlaget for og besluttet de inngripende tiltakene som samfunnet har vært utsatt for. Generelt var tilliten svært høy. 92 % mente at helsemyndighetene gjorde en god jobb. Statsminister og regjering følger hakk i hel, med 81 %. Det var nokså små forskjeller etter sosioøkonomisk status. Derimot hadde ungdom med innvandrerbakgrunn en del lavere tillit både til våre politiske myndigheter og til helsemyndighetene enn ungdom uten innvandrerbakgrunn.

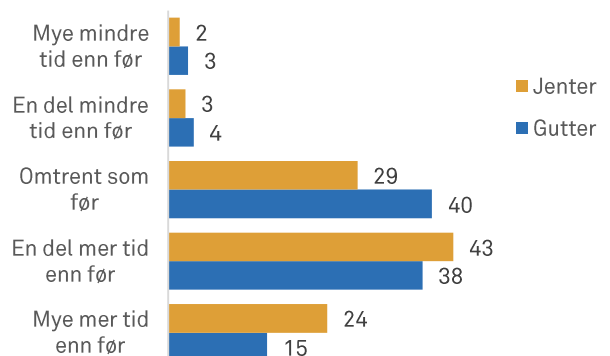
## Følger du med på nyheter om koronapandemien?



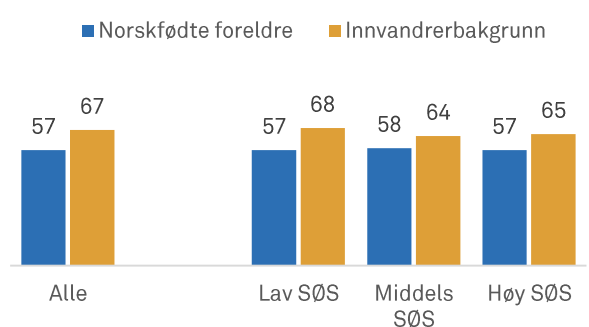
## Prosent som i stor grad fulgte med på nyheter om koronapandemien – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



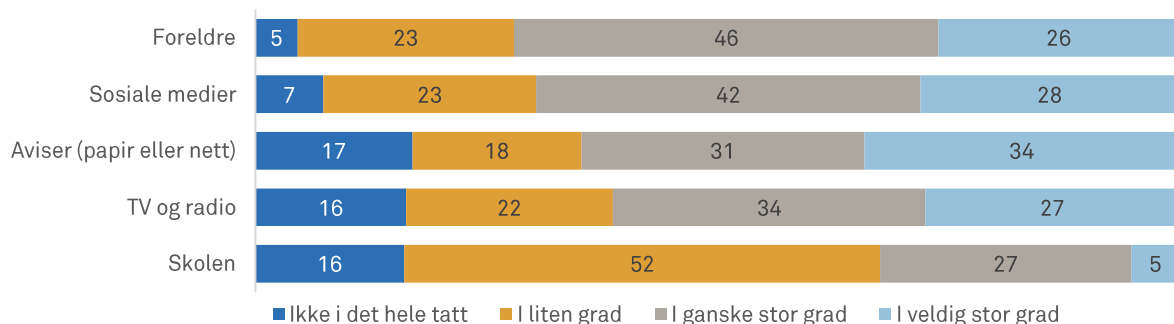
## Bruker du mer eller mindre tid nå enn før på å følge med på nyheter?



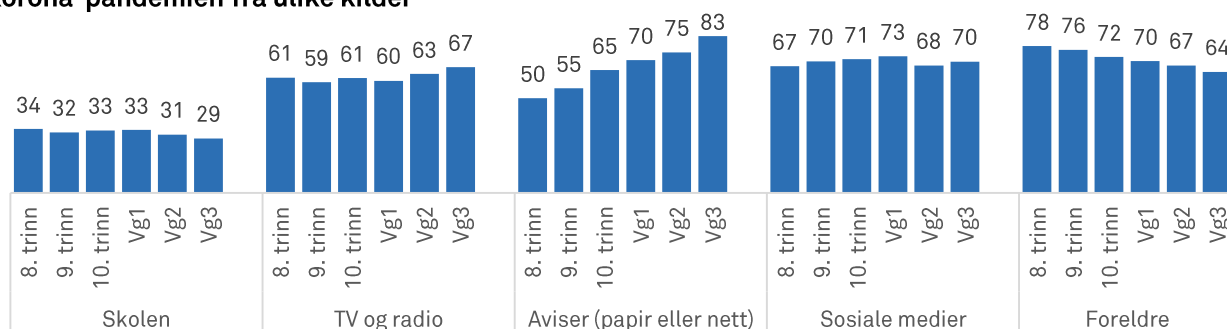
## Prosent som brukte mer tid enn før på å følge med på nyheter – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



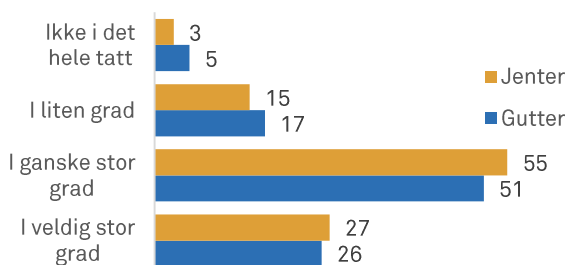
### Hvor får du informasjon om korona-pandemien fra?



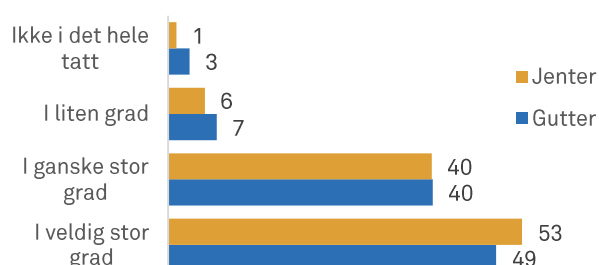
### Prosent av ungdom på ulike klassetrinn som i ganske eller svært stor grad fikk informasjon om korona-pandemien fra ulike kilder



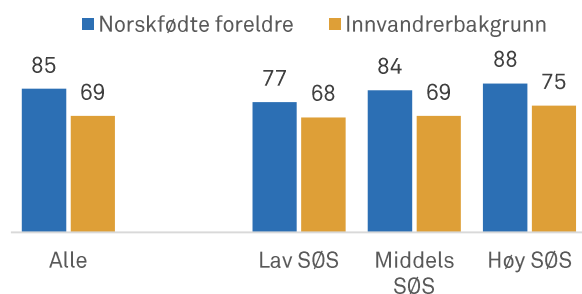
### I hvor stor grad stoler du på at statsministeren og regjeringen i Norge gjør en god jobb for å takle korona-pandemien?



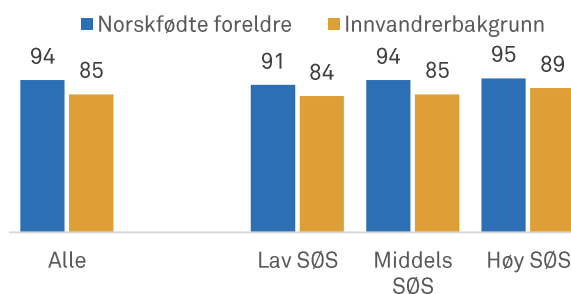
### I hvor stor grad stoler du på at Helsemyndighetene i Norge gjør en god jobb for å takle korona-pandemien?



### Prosent som i stor grad stolte på at statsminister og regjering gjorde en god jobb for å takle korona-pandemien – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



### Prosent som i stor grad stolte på at helsemyndighetene gjorde en god jobb for å takle korona-pandemien – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



# DET SOSIALE LIVET

En av de mest gripende sidene ved covid-19-pandemien er alle fortellingene om ensomhet. Vi har hørt om det på blogger, på sosiale medier ble det etablert grupper til hjelp og trøst, i reportasjer i aviser og tv sto ensomme ungdommer frem. Hjelpetelefoner, særlig de som var rettet mot barn og unge, fikk økt pågang.

Likevel handlet et av de aller mest nedlastede innleggene fra aviser og sosiale medier om noe mindre dramatisk. Bakgrunnen var tre minutter av helseminister Bent Høies innlegg fra regjeringens daglige koronapressekonferanse, hvor han i en uvant form kom med det som seinere ble omtalt som en tale til ungdommen. Han bygde talen opp retorisk kompetent, med innledende aksept av at mange voksne var fortvilet over hytteforbudet. Men, fortsatte han, hytta ligger i ro og venter. Slik er det ikke med våren du fyller 14, den venter ikke. Russetiden kan ikke spilles på repeat. Det er de voksne som kan synge om neste sommer, neste sommer finnes ikke når du er ung. Talen ble populær fordi han kanskje fanget det viktigste for mange unge: De gikk glipp av noe, hendelsene som kun skjer en gang i livet og som ikke kommer tilbake. Det sosiale livet ble magrere.

Men for noen skjedde det mer. Skolene ble stengt, og kombinasjonen av høy arbeidsløshet og barn og unge uten den stabile strukturen skolehverdagen kan gi, bekymret mange. Barneombudet advarte fra starten av om at sårbare barn og unge ville få manglende oppfølging og omsorg. Hun presset på for å åpne skolene, selv om en del foreldre murret. Det ser ut til at vanlig kriminalitet og vold ble redusert under pandemien, men hva skjedde i familiene? Færre søkte mot krisesentre, men en medarbeider ved et senter spurte: «Hva skjer i de tusen hjem?»

I dette kapittelet lar vi ungdommene fortelle: Ble det mer uro og krangel i familien under pandemien? Er det i så fall familiene med lav sosioøkonomisk status – kanskje på grunn av trangboddhet – som rammes? Eller var det en vanligere erfaring at foreldre med god tid samlet familien og satte i gang med nye spennende aktiviteter? Salget av turhenge-

køyer har i alle fall økt, og mange har sett reportasjer av familier på tur i skauen med pinnebrød som stekes på bål.

Sosial distansering er – dypt sett – en grunnleggende kroppslig og sosial erfaring. Innebar myndighetenes råd at ungdommene tok det helt bokstavelig, og sluttet å gå ut og treffe venner og kjærester? Hvor mange gjaldt det i så fall? Var det forskjell etter kjønn? Etter bydel? Hva med ungdom med innvandrerbakgrunn?

I løpet av tenårene blir alkohol en viktig del av livet for mange. Ble bruken av alkohol fullstendig kuttet ut under pandemien? Dessuten: puber og barer i Oslo ble stengt, fordi en var redd for smitte. Fortsatte ungdom å samles rundt alkoholen? Spilte slike samlinger noen rolle for om ungdommene i vår studie fulgte reglene for smittevern?

Covid-19-pandemien går antakelig inn i historiebøkene som en helt sentral milepæl for det digitaliserte Norge. De aller fleste ungdommer var både kompetente og aktive på sosiale medier allerede før pandemien rammet. Økte likevel aktiviteten? En av de nett-aktivitetene, som møtes med både bekymring og noe avventende aksept fra voksensamfunnet, er gaming. De dyktigste spillerne legger ut videoer på YouTube, og norske Christoffer er en stjerne med 29 millioner visninger. En gang var han mobbeoffer. Så åpnet en ny verden seg, forteller han i Dagbladet den 8. mai 2020. Drev Oslo-ungdommene mer med gaming under covid-19-pandemien? Var det forskjell etter kjønn? Hva med sosioøkonomisk status?

” **Sosial distansering ble et nytt ord under koronatiden. Hvordan påvirket dette ungdoms sosiale liv?**





# Familielivet

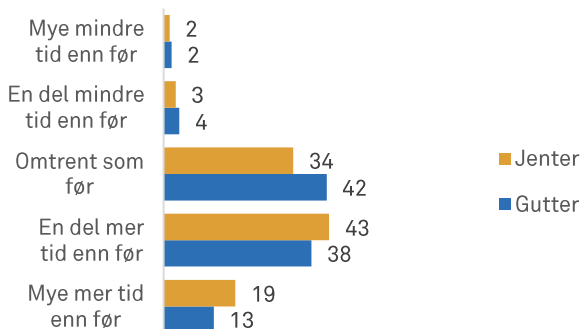
Koronatiden hadde store konsekvenser for hjemmesituasjonen til mange ungdommer. Reglene og oppfordringene om begrenset fysisk kontakt med folk man ikke bor sammen med, samt de store forandringene i foreldrenes arbeidssituasjon, betød for mange en langt tettere familiesituasjon enn vanlig. Mulighetene for at familien kunne gjøre hyggelige ting sammen økte, men situasjonen hadde også i seg et potensiale for flere konflikter og mer krangling.

For flertallet av ungdommene (57 %) var koronatiden en periode hvor de brukte mer tid enn før på å gjøre hyggelige ting sammen med familien. For kun 6 % var det motsatt. Likevel mente en av fire at det var *mer krangling* i familien enn før pandemien startet – og like mange mente at det var *mindre krangling* enn før. For den resterende halvparten hadde ikke pandemien ført til noen endringer i konfliktnivået i familien. Kun 5 % mente at det var blitt «mye mer» krangling i familien enn før.

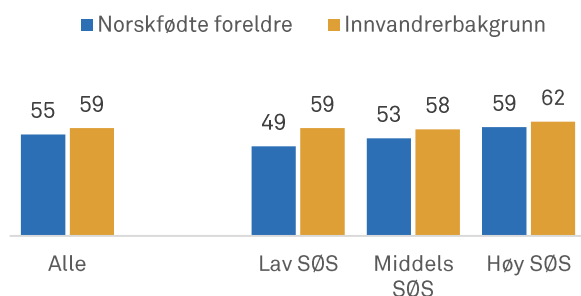
Flere jenter enn gutter opplevde at de brukte mer tid på hyggelige ting med familien. Men det var også flere jenter enn gutter som opplevde at det var blitt mer krangling. Det er flere med norskfødte foreldre enn med innvandrerbakgrunn som opplevde at det var blitt mer krangling i familien, og flere på østkanten enn på vestkanten som mente det motsatte – at konfliktnivået ble mindre. Det er en tendens til at desto høyere sosioøkonomisk status, desto flere var det som brukte mer tid på å gjøre hyggelige ting med familien. Men ellers er det lite som skiller ungdom med og uten innvandrerbakgrunn og ungdom som bor ulike steder i Oslo.

En god del ungdom hadde kontakt med familiemedlemmer via mobil eller nett. Dette var mest utbredt blant unge med innvandrerbakgrunn.

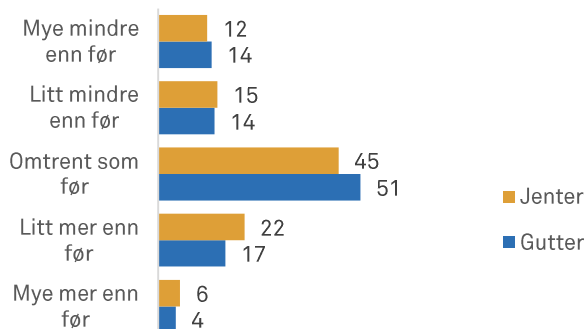
## Har korona-pandemien ført til at du bruker mer eller mindre tid nå enn før på å gjøre hyggelige ting sammen med familien?



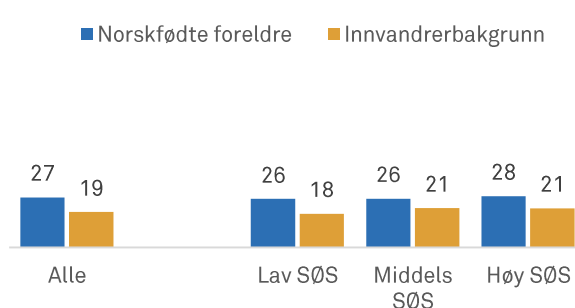
## Prosent som brukte mer tid enn før på å gjøre hyggelige ting sammen med familien – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



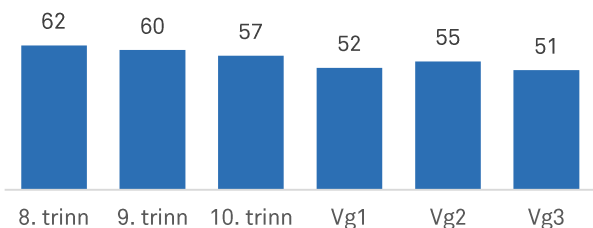
## Har det vært mer eller mindre krangling i familien din etter at korona-pandemien startet?



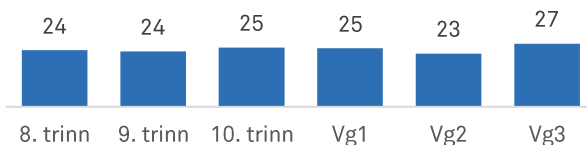
## Prosent som opplevde mer krangling i familien etter at korona-pandemien startet enn før – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



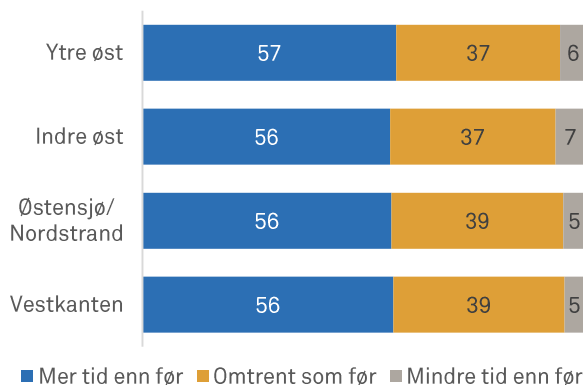
**Prosent som brukte mer tid enn før på å gjøre hyggelige ting sammen med familien – etter klassetrinn**



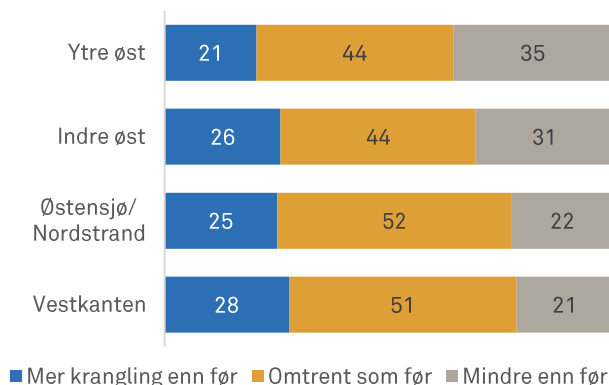
**Prosent som opplevde mer krangling i familien etter at korona-pandemien startet enn før – etter klassetrinn**



**Hvor mange i ulike byområder som opplevde endringer i tiden de brukte på å gjøre hyggelige ting sammen med familien**

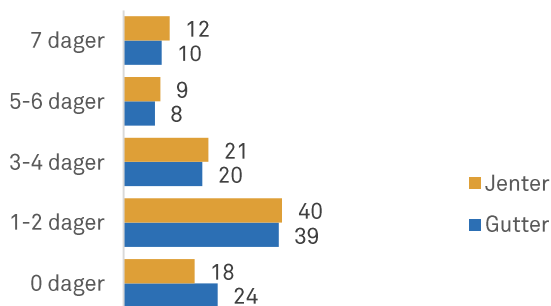


**Hvor mange i ulike byområder som opplevde endringer i hvor mye krangling det var i familien etter at korona-pandemien startet**

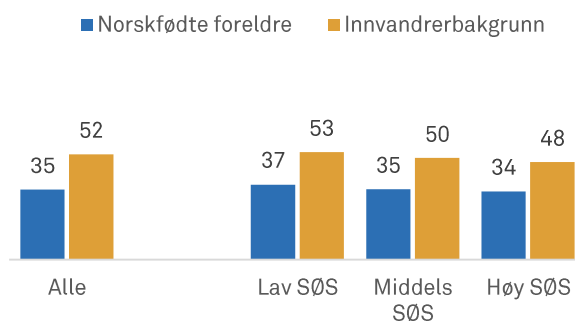


**” For mange ungdommer var koronatiden en tid der man gjorde mange hyggelige ting sammen med familien sin.**

**Hvor mange ganger i løpet av siste sju dager har du hatt kontakt via nett eller mobil med familiemedlemmer du ikke bor sammen med?**



**Prosentandel som tre eller flere dager i løpet av siste sju dager hadde kontakt via nett eller mobil med familiemedlemmer de ikke bor sammen med**



# Fysisk samvær

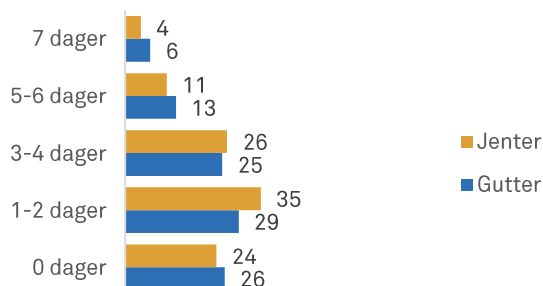
Smittevernreglene la strenge restriksjoner på fysisk samvær mellom personer som ikke bor sammen. I den første perioden tilsa reglene maks fem i samme gruppe med god avstand. Myndighetene ba folk om å begrense reiser mest mulig, og de unge ble oppfordret til samvær i små, faste vennegrupper.

Hvor mye fysisk samvær hadde ungdom med venner og andre under koronatiden? Vi kartla dette gjennom å spørre om hvor mange av de siste sju dagene ungdom fysisk var sammen med personer de selv ikke bodde sammen med. Resultatene viser at de aller fleste hadde vært fysisk sammen med noen utenfor familien. Tre av fire var minst en av de siste sju dagene sammen med venner eller kjæreste. Like mange hadde kontakt med andre personer enn venner, kjæreste eller noen de bodde sammen med. For de fleste begrenset det fysiske samværet seg til noen få dager. Bare et fåtall ungdommer var sammen med vennene sine hver eneste dag. Ungdom med norskfødte foreldre – og da særlig de fra høyere sosiale lag – traff langt flere utenfor familien enn de med innvandrerbakgrunn.

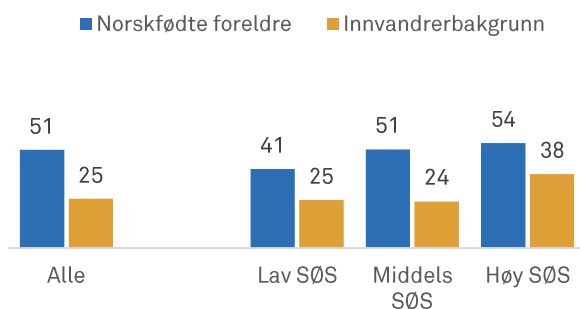
Om lag en av seks (17 %) hadde i løpet av uka før undersøkelsen ikke vært fysisk sammen med noen andre enn de som de bor sammen med. Blant ungdom med innvandrerbakgrunn gjaldt dette så mange som 32 %, mot 10 % av de med norskfødte foreldre. På dette området var det klare kontraster mellom på ene siden Nordstrand, Østsjø og vestkanten, og resten av byen på den andre.

Vi kartla ikke i detalj hva det fysiske samværet handlet om. Men vi spurte om ungdom var sammen med andre der de eller andre drakk alkohol. Svarene tyder på at deler av det ordinære ungdomslivet fortsatte også under pandemien. Samlet hadde 23 % av ungdommene i Oslo vært på steder der enten de selv eller andre ungdommer har drukket. De eldre langt mer enn de yngre, og med tydelige forskjeller mellom ungdom med og uten innvandrerbakgrunn. Andelen som overholder smittereglene var tett sammenvevd med hvor ofte ungdom var på steder der det var blitt drukket alkohol.

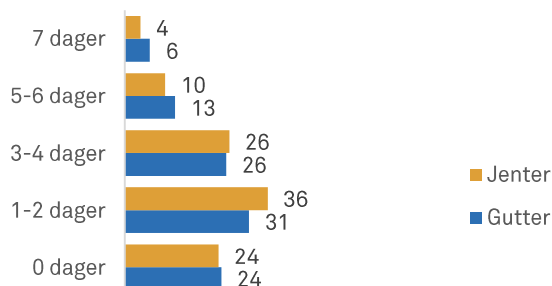
## Hvor mange av de siste sju dagene ungdom hadde vært fysisk sammen med venner eller kjæreste



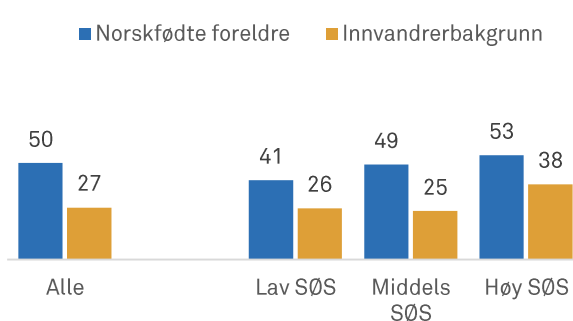
## Prosentandel som hadde vært fysisk sammen med venner eller kjæreste tre dager eller mer i løpet av siste sju dager



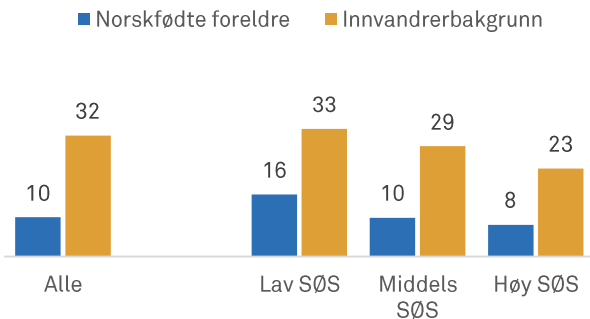
## Hvor mange av de siste sju dagene ungdom hadde vært fysisk sammen med noen andre som de ikke bor sammen med



## Prosentandel som hadde vært fysisk sammen med noen andre som de ikke bor sammen med tre dager eller mer i løpet av siste sju dager



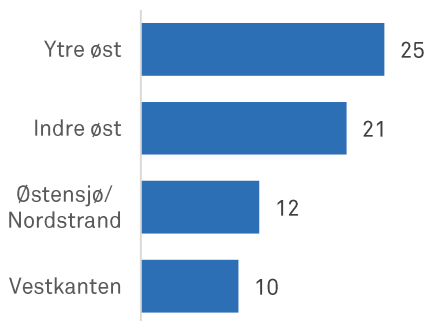
Prosentandel som siste sju dager ikke var fysisk sammen med noen andre enn de de bodde sammen med – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



### Sosial distansering

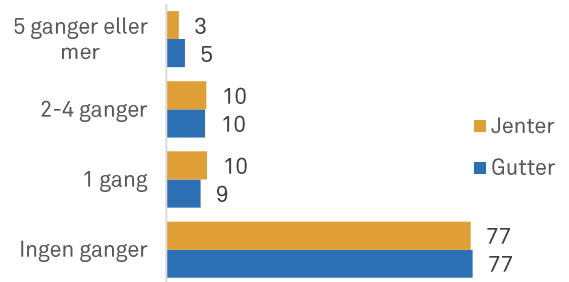
17 prosent av ungdommene hadde i uka før undersøkelsen ble gjennomført ikke vært fysisk sammen med noen andre enn de som de bor sammen med. Her var det ingen forskjeller mellom gutter og jenter, og heller ingen forskjeller etter alder. Unge med innvandrerbakgrunn er derimot klart overrepresentert i denne gruppen.

Prosentandel i ulike bydeler som siste sju dager ikke var fysisk sammen med noen andre enn de de bodde sammen med

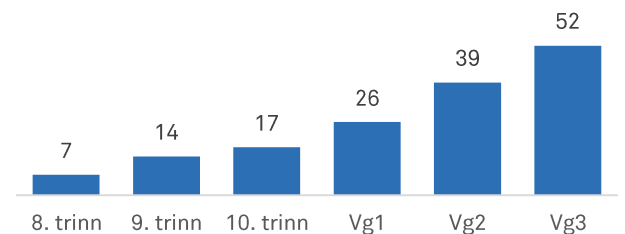


” Halvparten på Vg3 har i løpet av ukene skolen var stengt vært på steder der det har blitt drukket alkohol.

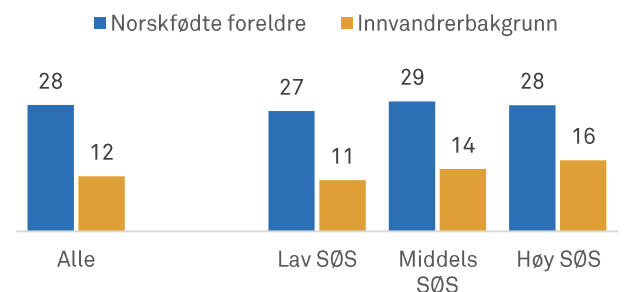
Siden skolene ble stengt, hvor mange ganger har du vært sammen med andre ungdommer der du eller andre har drukket alkohol?



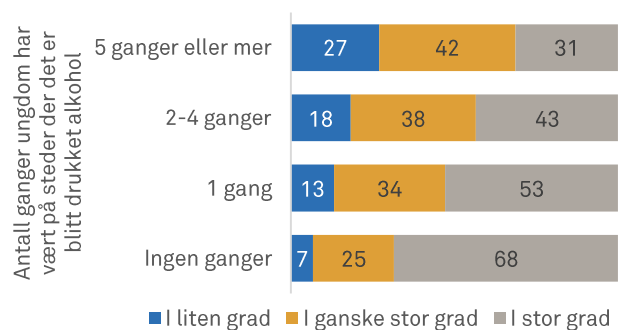
Prosentandel på ulike klassetrinn som siden skolen stengte var sammen med andre ungdommer der noen drakk alkohol



Prosentandel som siden skolen stengte var sammen med andre ungdommer der det har blitt drukket alkohol – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



I hvor stor grad ungdom følger smittevernsreglene – etter hvor mange ganger de var på steder der det noen drakk alkohol (se kap. 2)



# Sammen på nett

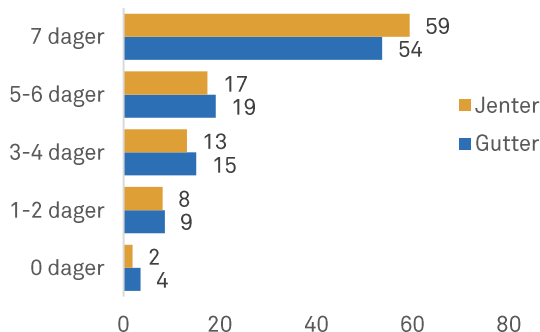
Koronatiden var for mange en tid hvor ungdom tilbrakte langt mer tid hjemme enn vanlig. Som vist i forrige kapittel, hadde ikke alle fysisk samvær med vennene sine, og for mange var nok savnet av venner stort. Sosiale medier, gaming og andre aktiviteter på nettet gjør det i dag likevel enkelt å holde kontakt med de man vanligvis pleier å være sammen med, og kan bidra til å kompensere for noe av savnet. For mange var nok koronatiden en tid der sosiale medier og dataspill typisk fylte tiden de ellers ville drevet med noe annet.

Undersøkelsen viser at i overkant av halvparten hadde kontakt med venner eller kjæreste gjennom nett eller mobil hver eneste dag de siste sju dagene, med litt flere jenter enn gutter. En god del hadde slik kontakt nesten hver dag. 9 % hadde kontakt med venner 1-2 dager og 3 % hadde ingen digital kontakt i løpet av siste uken.

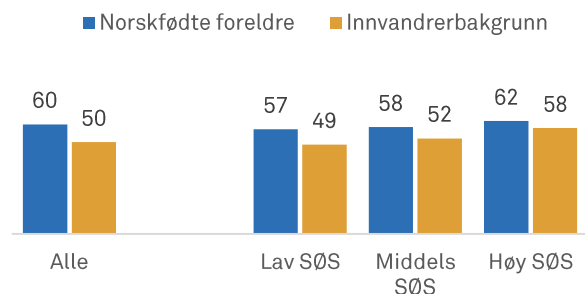
Rundt halvparten brukte mer tid på å være sammen med venner på nett enn de pleier. Hver fjerde brukte omtrent like mye tid på dette som før, og nesten like mange brukte mindre tid enn før. Sosiale medier var det derimot langt flere som brukte mer tid på enn vanlig – og da noen flere jenter enn gutter, og svært få som brukte mindre tid på.

Når det gjelder endringer i tid brukt til gaming, var det betydelig kjønnsforskjeller. Nesten 70 % av guttene brukte mer tid på å spille enn tidligere, mot 26 % av jentene. Når vi vet at gutter også før koronatiden brukte mer tid på gaming enn jenter, viser dette til betydelige forskjeller i hvordan gutter og jenter har brukt tiden sin under koronatiden. Ungdom med norskfødte foreldre var litt mer aktive med å holde digital kontakt venner enn ungdom med innvandrerbakgrunn. Det er for øvrig små sosiale forskjeller i bruken av sosiale medier og gaming.

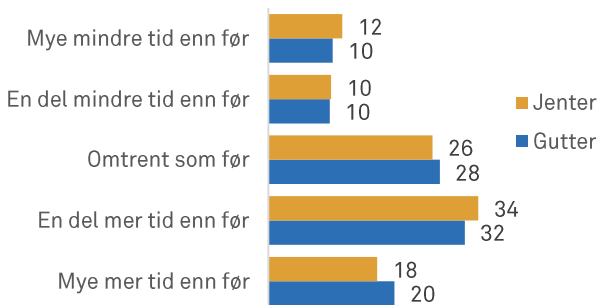
## Hvor mange av de siste sju dagene har du hatt kontakt via nett eller mobil med venner eller kjæreste?



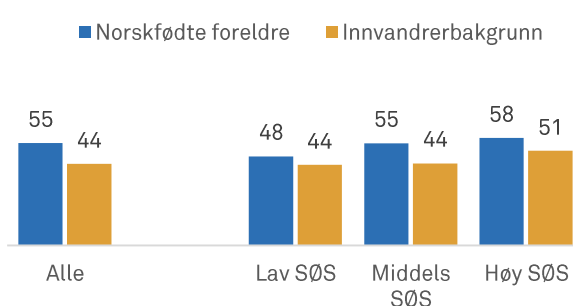
## Prosent som hver dag i løpet av siste sju dager hadde kontakt via nett eller mobil med venner eller kjæreste – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



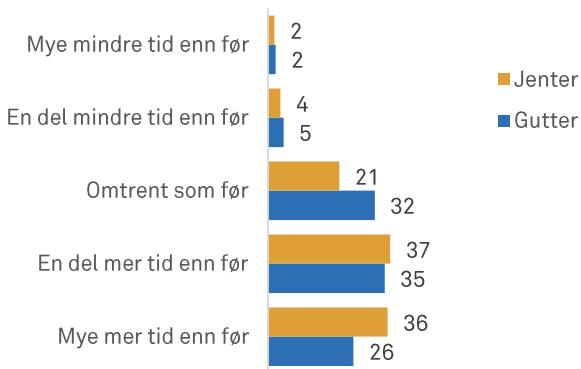
## Bruker du mer eller mindre tid nå enn før på å være sammen med venner på nett?



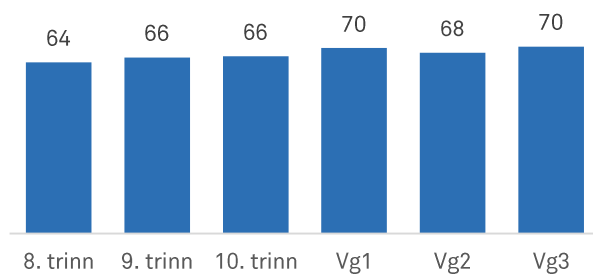
## Prosent som brukte mer tid enn før på å være sammen med venner på nett – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



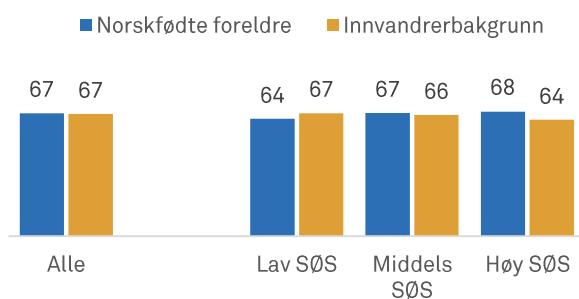
### Bruker du mer eller mindre tid nå enn før på å være på sosiale medier?



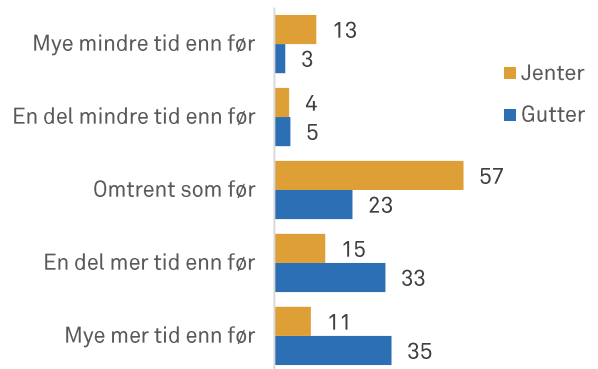
### Prosent som brukte mer tid enn før på å være på sosiale medier – etter klasstrinn



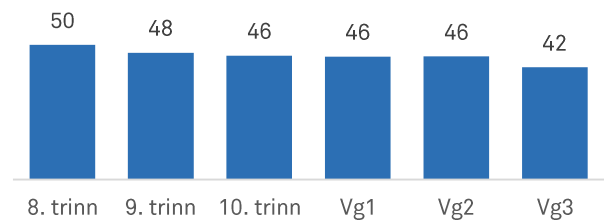
### Prosent som brukte mer tid enn før på å være på sosiale medier – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



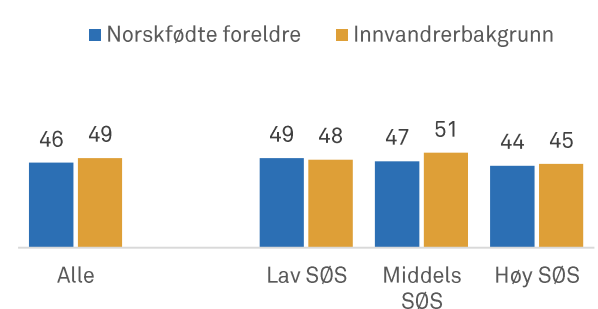
### Bruker du mer eller mindre tid nå enn før på å spille dataspill eller game?



### Prosent som brukte mer tid enn før på å spille dataspill eller game – etter klasstrinn



### Prosent som brukte mer tid enn før på å spille dataspill eller game – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)





# Trening og faste fritidsaktiviteter

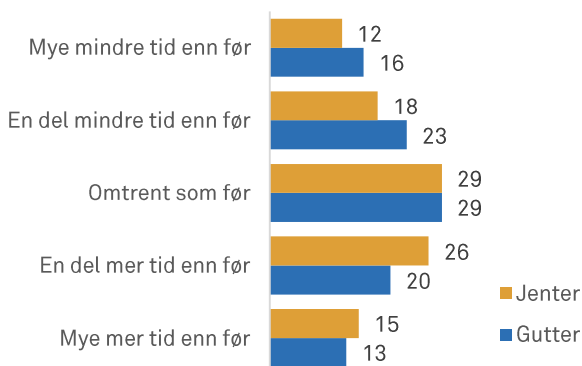
Studier fra Norges Idrettshøgskole viser at hverdagen til dagens tenåringer i all hovedsak består av forholdsvis stillesittende aktiviteter. Samtidig er mange av dagens unge opptatt av å trene. Idretten organiserer bredt, og etterhvert som ungdom blir eldre, er det mange som bruker treningssentrene. Covid-19-pandemien gjorde at treningssentrene ble stengt, og i en periode var det heller ikke lov å drive organisert idrett. Hvordan påvirket dette ungdoms treningsvaner og fysiske aktivitetsnivå?

Resultatene viser at et stort flertall (7 av 10) endret treningsvanene sine under koronatiden. Mange (37%) trente mer enn før, men nesten like mange (34 %) trente mindre. Flere jenter enn gutter trente mer enn før, mens det var små forskjeller mellom ungdom med ulik sosial bakgrunn.

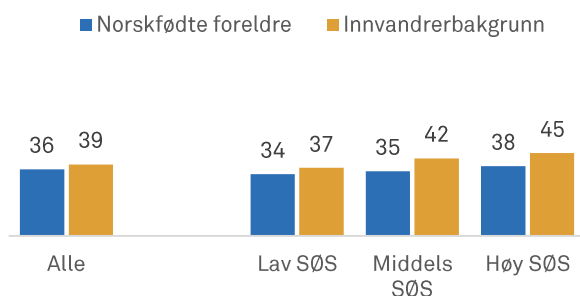
I undersøkelsen ble ungdom spurt om hvor ofte de var så fysisk aktive at de ble andpusten eller svett. Tilsvarende spørsmål ble stilt i Ung i Oslo 2018. Resultatene fra 2018 viste at 82 % var fysisk aktiv en eller flere ganger i uka. Tilsvarende tall i 2020-undersøkelsen var 73 %. Resultatene tyder på at en del færre ungdommer var fysisk aktive under koronatiden enn normalt.

Hvordan reagerte ungdom på at de ikke kunne drive med idrett og andre faste fritidsaktiviteter som normalt? Svaret er at de aller fleste reagerte negativt. 70 % opplevde det som negativt at de ikke kunne drive med idrettsaktiviteter som før, og nesten like mange (68 %) syntes det samme om at de ikke kunne drive med andre faste fritidsaktiviteter. På disse områdene var det lite som skilte ungdom med ulik sosial bakgrunn. Men flere av de eldste ungdommene enn de yngste opplevde det som negativt å ikke kunne drive med idrett og andre fritidsaktiviteter som normalt.

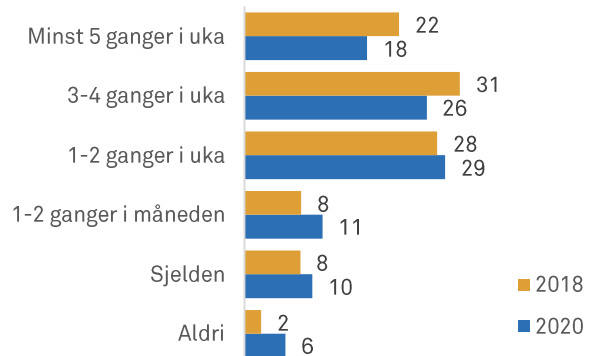
## Har korona-pandemien ført til at du bruker mer eller mindre tid nå enn før på å trene?



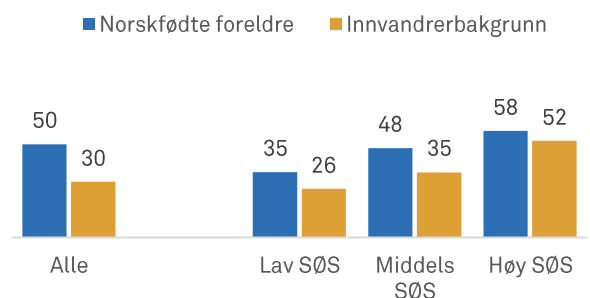
## Prosent som opplever at korona-pandemien gjorde at de brukte mer tid enn før på å trene – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



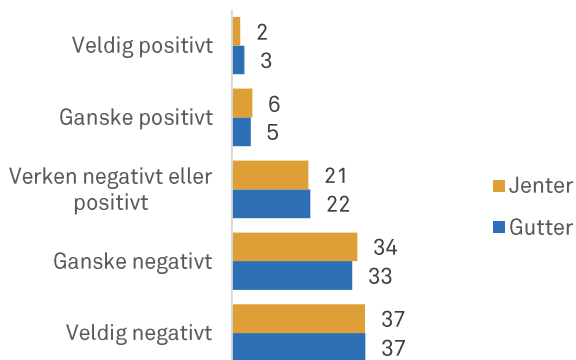
## Hvor ofte er du så fysisk aktiv at du blir andpusten eller svett? Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020



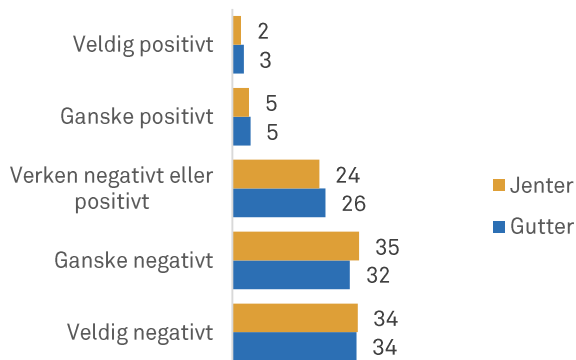
## Prosent som etter at skolene stengte var fysisk aktive minst tre ganger i uka – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



Hvordan har du opplevd at du ikke har kunnet delta på idrettsaktiviteter som før? Spørsmål kun til ungdom som er med i et idrettslag

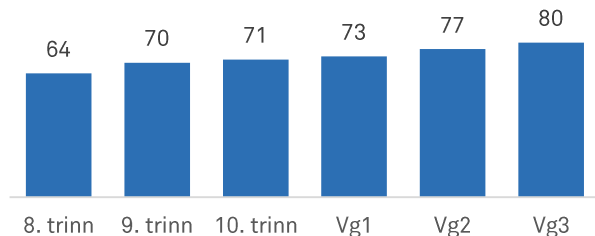


Hvordan har du opplevd at du ikke har kunnet delta på andre faste fritidsaktiviteter (enn idrett) som før? Spørsmål kun til ungdom som er med i andre faste fritidsaktiviteter enn idrett

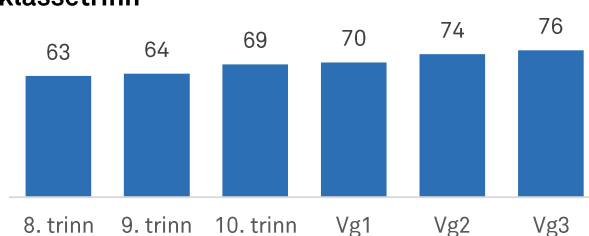


” Mange syntes det var veldig negativt at de under koronatiden ikke kunne drive med sine faste fritidsaktiviteter.

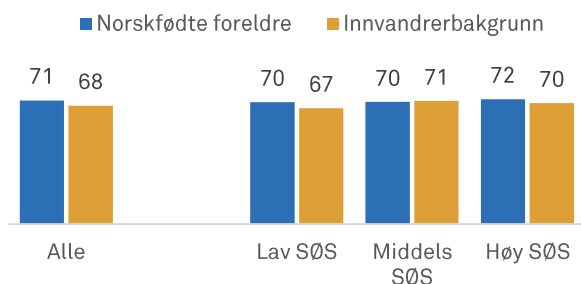
Prosent som opplevde det som negativt at de ikke kunne drive med idrettsaktiviteter som før – etter klassetrinn



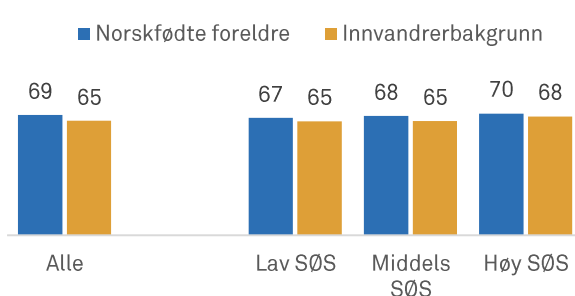
Prosent som opplevde det som negativt at de ikke kunne drive med andre faste fritidsaktiviteter (enn idrett) som før – etter klassetrinn



Prosent som opplevde det som negativt at de ikke kunne drive med idrettsaktiviteter som før – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



Prosent som opplevde det som negativt at de ikke kunne drive med andre faste fritidsaktiviteter (enn idrett) som før – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



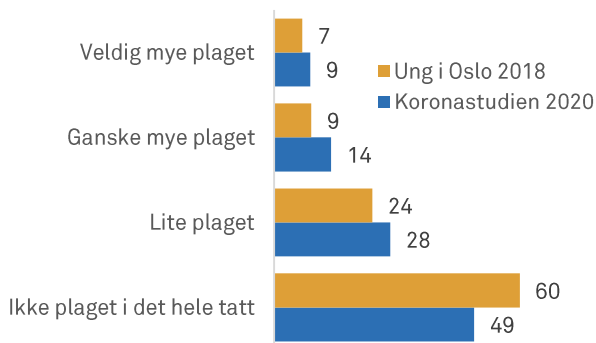
# Ensomhet

I en situasjon med sosial distansering som norm, og der ungdom ikke lenger kan være på skolen eller drive med vanlige fritidsaktiviteter, er det rimelig å forvente at mange ville komme til å slite med ensomhet. Men hvor mange opplevde seg som ensomme under covid-19? Var det flere enn ellers? Ensomhet ble målt gjennom å spørre hvor ofte de hadde vært plaget av å ha følt seg ensom.

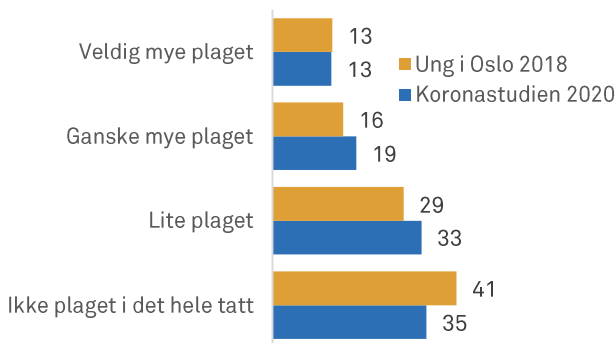
Et hovedfunn er at de fleste ikke var spesielt ensomme. En mindre gruppe på 11 % var veldig mye plaget i løpet av den siste uka. 17 % var ganske mye plaget. Til sammen var det altså rundt en av fire som i løpet av siste uke var mye plaget. 41 % var ikke plaget i det hele tatt og ytterligere 31 % lite plaget. Som ellers, var jentene også under koronatiden mer utsatt enn guttene. Sosial bakgrunn hadde derimot liten å si for hvor mange som slet med ensomhetsfølelser. Sammenliknet med resultatene fra Ung i Oslo 2018 var det flere ensomme i koronatiden. Forskjellen er tydeligst blant gutter, der 16 % i 2018 var ganske eller veldig mye plaget, mot 23 % i 2020. Blant jentene var økningen mindre, fra 29 % i 2018 til 32 % i 2020.

Sett i lys av hvor inngripende pandemien var for ungdommenes liv, kan resultatene virke overraskende, og man kan spørre seg hvorfor ikke ensomheten økte mer og hvorfor ikke enda flere var ensomme? Et mulig spor kan ligge i det vi har skrevet om tidligere i dette kapittelet. Mange brukte mer tid sammen med familien sin, og var oftere sammen med venner på nett. Alt dette kan tenkes å ha motvirket følelsen av ensomhet i en tid med mindre fysisk kontakt med jevnaldrende. Når vi undersøker hvordan ensomhet og endringene i ungdoms tidsbruk henger sammen, ser vi et tydelig mønster. Det er de ungdommene som brukte mindre tid enn de pleide på sosiale aktiviteter som i størst grad følte seg ensomme. De som brukte mer tid enn de pleide med familien sin for eksempel, var mindre ensomme.

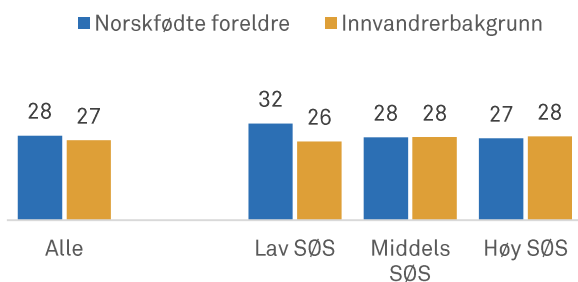
**Hvor mange gutter som den siste uka var plaget av ensomhet. Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020**



**Hvor mange jenter som den siste uka var plaget av ensomhet. Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020**

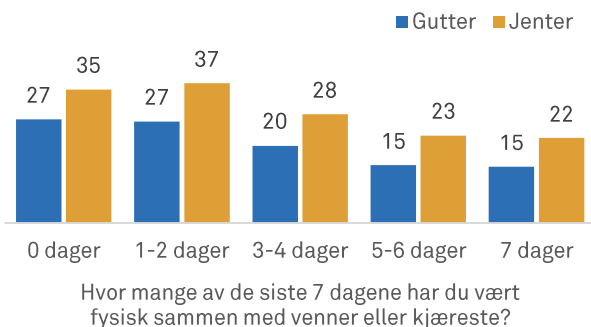


**Prosent som i løpet av siste uke var ganske eller veldig mye plaget av ensomhet – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)**

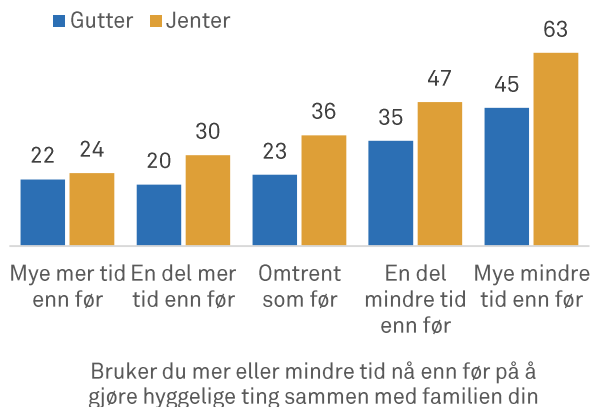


” Én av fire var mye plaget av ensomhet under koronatiden. Det er litt flere enn i 2018.

**Prosent som var ganske eller veldig mye plaget av ensomhet siste sju dager – etter hvor ofte de har vært fysisk sammen med venner eller kjæreste**



**Prosent som var ganske eller veldig mye plaget av ensomhet siste sju dager – etter om de brukte mer eller mindre tid enn før på å gjøre hyggelige ting sammen med familien**



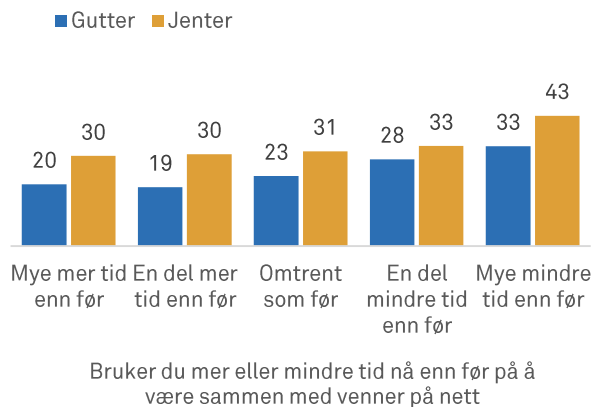
” Ungdom som under koronatiden brukte mindre tid enn de pleide på sosiale aktiviteter var de som i størst grad følte seg ensomme

## Ensomhet

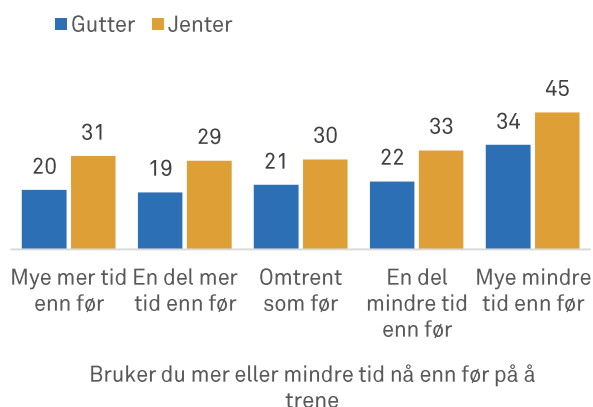
Ensomhet er en subjektiv følelse, som kan oppstå når man opplever å ha mindre sosial kontakt med andre enn man ønsker, eller at kontakten ikke er av tilstrekkelig kvalitet. Ensomhet er ikke nødvendigvis det samme som sosial isolasjon, men personer med lite sosialt nettverk eller som ofte er alene har gjerne større sjanse for å føle seg ensomme.

Ensomhet måles best gjennom selvrapportering. Det er vanlig å stille ett direkte spørsmål om hvorvidt man føler seg ensom, slik vi gjorde i denne undersøkelsen. Spørsmålet fanget opp hvor ofte ungdom i løpet av den siste uken følte seg plaget av ensomhet.

**Prosent som var ganske eller veldig mye plaget av ensomhet siste sju dager – etter om de brukte mer eller mindre tid enn før på å være sammen med venner på nett**



**Prosent som var ganske eller veldig mye plaget av ensomhet siste sju dager – etter om de brukte mer eller mindre tid enn før på å trene**



# Det sosiale med egne ord

Et utvalg av ungdommene som var med i undersøkelsen fikk på slutten av spørreskjemaet to åpne spørsmål der de med egne ord kunne fortelle om de største positive og negative forandringene i hverdagen deres etter at covid-19-pandemien kom til Norge.

Over 500 ungdommer svarte. Noen med korte stikkord, andre hadde lange og velskrevne innlegg. Noen var nøkterne og deskriptive, andre svært gripende. Slike data hjalp oss til å komme bak tabellene og figurene, vi fikk bedre inntrykk av hva ungdommene gjorde, følte og tenkte. Her trekker vi fram noen av de fortellingene ungdommene formidlet om det sosiale livet de hadde under koronatiden.

## Hverdagslivet som ble endret

Hva var det mest negative etter at pandemien kom til Norge? Det meste handlet om et hverdagsliv som ble endret, om savnet av venner eller skole, trening og fotball. De vanligste negative konsekvensene ble beskrevet på denne måten: «mindre sosial kontakt», «være på rommet 24/7», «isolasjon, ikke møte venner». Én forteller om sine fantasier rundt vennene på en nokså hjerteskjærende måte: «Jeg er redd for at vennene mine ikke savner meg like mye som jeg savner dem».

” «Jeg er redd for at vennene mine ikke savner meg like mye som jeg savner dem»

Landet ble stengt ned, og mye av det ungdommene gledet seg til ble avlyst. Det kunne svi. Mange beskrev det som bittert at russetiden ble tatt bort, at klasseturen til utlandet ble avvirket, eller at «Fotball-sesongen ble avlyst :(».

Det gjorde også inntrykk når begivenheter i familien ble avlyst, som konfirmasjon eller barsedåp. Eller for den saks skyld triste begivenheter, som likevel er symbolsk viktige,

som her: «Jeg kunne ikke gå i begravelsen til et familiemedlem». En annen fortalte at «bestemor ikke kan bo sammen med oss fordi hun er redd». Pandemien preget ungdommenes nære relasjoner, og for noen ble de – for en periode – helt grunnleggende endret.

Alle trenger sosial kontakt og bekreftelse. Da ungdommene ble pålagt sosial distansering og skolene ble stengt, opplevde mange et sosialt tomrom. Noen familier klarte å fylle tomrommet temmelig bra, men slett ikke alle. For noen ble familien tvert imot en trykkoker, med krangel og konflikter. Én skrev «Å dra på skolen er en måte å få en pause fra familien. Jeg blir deprimert og ansent av å være hjemme hele tiden». Noen lengtet bort fra familien, men de hadde ingen muligheter for å unnsnippe.

” «Å dra på skolen er en måte å få en pause fra familien. Jeg blir deprimert og ansent av å være hjemme hele tiden»

## Koronatidens tvetydighet

Gjennom hele rapporten dokumenterer vi en tvetydighet i ungdommenes reaksjoner. Endringene i hverdagslivet, som for noen ble til savn og problemer, åpnet for andre et frirom.

Når vi ser hva ungdommene skriver om det som var positivt, rangeres igjen det sosiale høyt, men fra et helt annet perspektiv. Én skriver: «Mer tid sammen med familien, vi er mer nær hverandre, gjør masse sammen». En annen har blitt mye bedre kjent med lillebroren sin. Noen beskriver at rytmen i familien har blitt roligere, at alt glir bedre, som her: «Mer søvn og mer tid med familien».

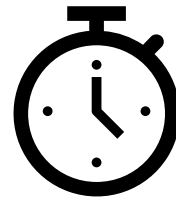
” **Jeg har blitt mye tettere knyttet sammen med familien min, og vi gjør flere ting sammen nå enn før»**

Mange forteller om nye hobbyer, og nokså mange om mer tid til dataspill og gaming. Som vi har sett i dette kapitlet gjelder det særlig gutter. Én har fått mer tid til å være i stallen med hesten, en annen har blitt mer kjent med hunden sin. Flere har fått mer tid med kjæresten, og noen skriver at de gleder seg over at pandemien har kommet med seksuelle gleder.

Når vi ser nærmere etter, aner vi at mange av de positive endringene har å gjøre med at tiden til ungdommene endres. De forteller at de får mer tid, flere pustehull, en ny rytme. Én skriver «Jeg har fått kontroll over hverdagen», en annen «jeg har fått tid til å ta vare på meg selv».

” **«De små tingene i hverdagen har fått større betydning; jeg har mer tid til alt»**

Én filosoferer slik: «De små tingene i hverdagen har fått større betydning; jeg har mer tid til alt». Sosialantropologen Thomas Hylland Eriksen har skrevet at mer «langsom tid» bør stå på toppen av ønskelisten i samfunnet vårt. Vi ødelegges av «øyeblikkets tyranni». For mange ungdommer ser det ut til at covid-19-pandemien også ble et eksperiment om å leve med en annen type tid, om å unnsnippe en hverdag full av kjas og mas.



### Lite om sykdom og smitte

Hva ungdom ikke skriver om, kan også si noe om hvordan koronatiden var. Det var påfallende få som beskrev temaer knyttet til selve pandemien, til smittevern eller sykdom. De skrev ikke om statistikken over døde eller arbeidsløshet her hjemme eller om pandemiens herjinger i Italia eller Spania. Det er altså bare unntaksvis at noen skriver som denne ungdommen: «jeg er veldig redd for å smitte pappa pga. han kan bli alvorlig syk og dø.»



# DEN DIGITALE HJEMMESKOLEN

Norske elever har rett og plikt til opplæring, men den 13. mars sto brått alle klasserommene tomme. For skolemyndighetene var det sentrale spørsmålet: hvordan sikre elevene et skikkelig undervisningsopplegg når de ikke fysisk kunne komme til skolen? Over natten måtte alt løftes ut i det digitale. Plattformene Zoom og Teams ble del av dagligspråket.

Det har foregått en intens digital læringsprosess under covid-19-pandemien. Bedrifter som jobber med digitale løsninger, har opplevd en eventyrlig vekst. Aner vi et nytt narrativ, hvor den underliggende idéen er at et digitalt møte kan være like effektivt som det som foregår ansikt til ansikt? Det hevdes iallfall at selv psykoterapi og konsultasjoner med lege går temmelig bra over nett. Hva med den digitale hjemmeskolen? Fungerte den bra?

Den ble åpenbart krevende for lærerne, men også for foreldrene. De måtte rydde plass, la barna få ro hjemme, sikre at datamaskiner, nettbrett og internett fungerte. Det hele ble en formidabel pedagogisk dugg, og mange har skrytt av innsatsen – til både den politiske ledelsen og de sentrale skolemyndighetene, og ikke minst til lærere, elever og foreldre. Det er ingen tvil: Mange har improvisert, mange har strukket seg langt.

Hvordan opplevde elevene det hele? Har de lært mye? Hvor mye har de vært logget på? Hvordan var kontakten med lærerne og de andre i klassen? I dette kapitlet skal vi få deres egen versjon.

Foreldres sosioøkonomiske ressurser spiller en viktig rolle for barns skoleprestasjoner. Mye skyldes «den usynlige» påvirkningen elevene utsettes for hjemme – samtalen ved middagsbordet, tipsene om hvordan å bygge opp en god faglig presentasjon. Men det varierer selvsagt hvor god hjelp foreldre kan gi. Derfor er det en målsetting at skolen skal bidra til å utjevne sosiale forskjeller. Hva skjedde når elevene måtte sitte hjemme? Ble slike sosioøkonomiske forskjeller forsterket?

Også i en heldigital skole har lærere et stort knippe av virkemidler. De kan lage digitalt baserte opplegg for hele klassen, og de kan

dele opp klassen i mindre grupper hvor elevene løser oppgavene sammen. De kan eksperimentere med innleveringer og oppgaver i ulike formater. Kompetente lærere vil nok beherske ulike virkemidler og raskt danne seg et bilde av om noen trenger ekstra hjelp. De merker også, og vet nok allerede, at noen elever vil trenge mye individuell oppfølging, og de klarer å gjøre det på nett. Noen ganger vet de at det også er nødvendig med en telefonsamtale. I dette kapitlet vil vi vise hvilke virkemidler lærerne brukte, og hva slags oppgaver elevene fikk å løse.

Hvor godt fungerer den digitale undervisningen i forhold til den skolen vanligvis gir? Vi skal vise hva elevene mener, og også om de tror de har lært like mye som ellers. Dessuten: klarte familiene å etablere skikkelige hjemmekontor? Fungerte datamaskinene og nettet? Klarte foreldrene å gi god hjelp med skolearbeidet? Her skulle vi forvente sosioøkonomiske forskjeller. Finner vi det?

Vi skal også belyse de mer subjektive sidene av skolehverdagen under covid-19-pandemien: Det ville kanskje være rimelig å forvente mindre stress i en roligere hverdag hjemme. Stemmer det med elevenes egne fortellinger? Mange opplever et tøft press om å få gode karakterer. Ble mange av elevene bekymret for hvordan det skulle gå med karakterene? Klarte de å holde sosial kontakt med de øvrige elevene i klassen? Ga deres nye digitale hverdag også rom for ikke-faglig kontakt?

” **For barn og unge var nok hjemmeskolen den mest dramatiske konsekvensen av pandemien. Hvordan opplevde ungdom ukevis med digital undervisning?**



# Hvordan undervisningen fungerte

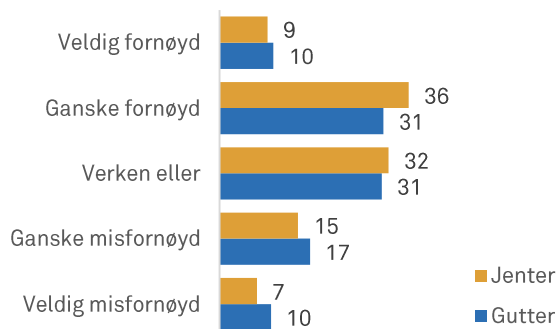
Hvordan opplevde ungdom ukevis med digital undervisning? Fungerte opplegget med digital undervisning? Ett av svarene er at ungdom opplevde situasjonen veldig forskjellig. Nesten halvparten var godt fornøyd med hvordan undervisningen fungerte, og det var like mange som var fornøyd med hjelpen de fikk av lærerne. Men samtidig var en del også misfornøyd med både undervisningen og med hjelpen de fikk fra skolen. Hver fjerde elev gir uttrykk for at de var direkte misfornøyd med hvordan undervisningen fungerte.

Hva så med læringen – lærte de mer eller mindre enn før? Svarene her peker tydelig i negativ retning. Etter elevenes vurdering, var ikke perioden med hjemmeskole noen suksess rent faglig for de fleste elevene. Det er riktignok en del som mente at de lærte mer enn før (14 %), men denne gruppa var langt mindre enn de som mente at de lærte mindre enn de pleier (61 %). Så mange som en av fire mente at de lærte mye mindre i hjemmeskolen enn normalt. Tallet er enda høyere på videregående.

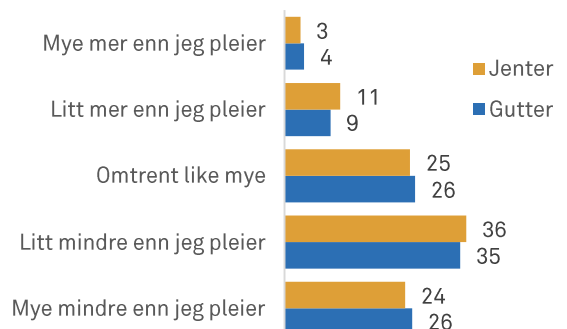
Gutter og jenter var nokså samstemte i sine svar på spørsmålet om læringsutbytte. Men noen flere jenter enn gutter syntes undervisningsopplegget fungerte godt, og elevene på ungdomsskolen var noe mer fornøyd med undervisningen og lærerne sine enn elevene på videregående.

Vi ser også spor av sosiale forskjeller i hvordan undervisningsopplegget og læringen fungerte. Jevnt over kommer ungdom med norskfødte foreldre og med høy sosioøkonomisk status best ut. De syntes at de lærte mer, og at undervisningen fungerte bedre, enn ungdom fra lavere sosiale lag. Men de sosiale forskjellene var ikke spesielt store. Og når det gjelder den faglige hjelpen fra lærerne, ble dette vurdert nokså lik på tvers av sosial bakgrunn og hvor i Oslo ungdom bodde.

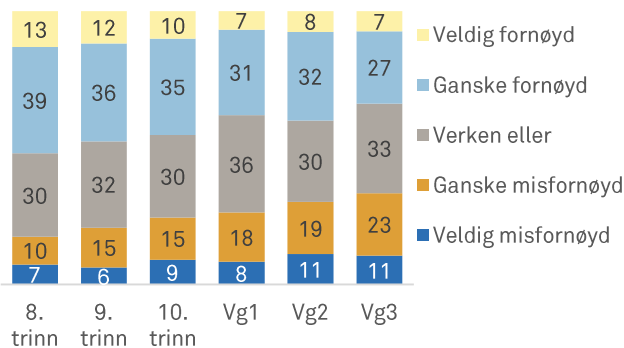
## Hvor fornøyd har du vært med hvordan undervisningen har fungert for deg?



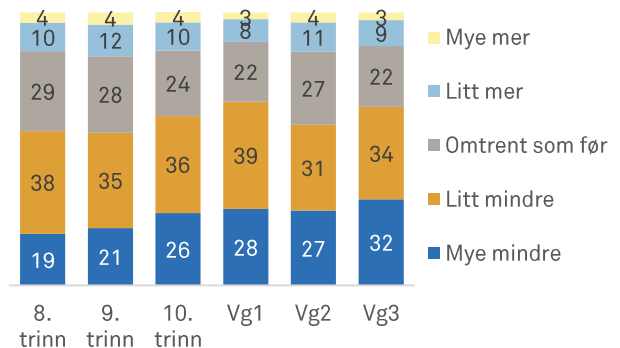
## Har du lært mer eller mindre enn du pleier i den tiden skolen har vært stengt?



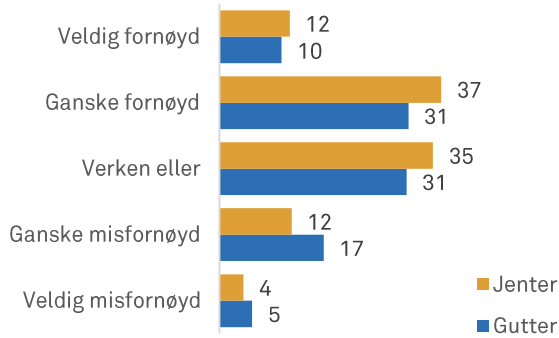
## Hvor fornøyd elevene var med hvordan undervisningen fungerte – etter klasstrinn



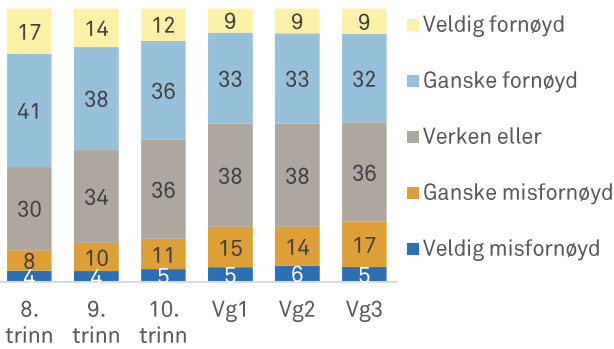
## Om elevene lærte mer eller mindre enn de pleier i den tiden skolen var stengt – etter klasstrinn



**Hvor fornøyd har du vært med hjelpen du har fått fra lærerne?**

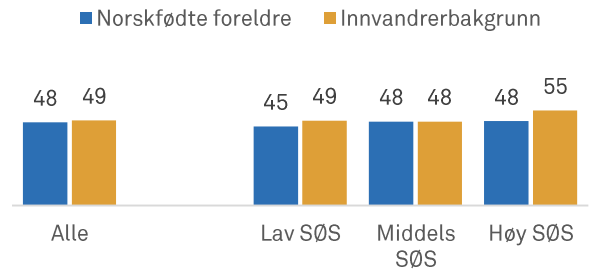


**Hvor fornøyd elevene var med hjelpen de fikk av lærerne – etter klassetrinn**

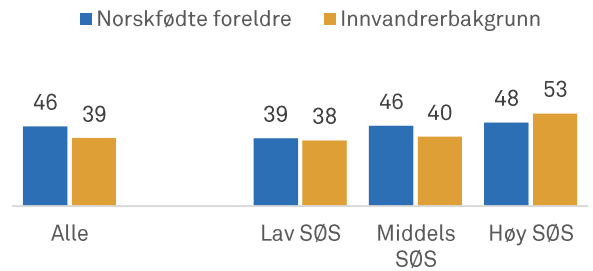


” For flertallet var ikke perioden med hjemmeskole noen faglig suksess.

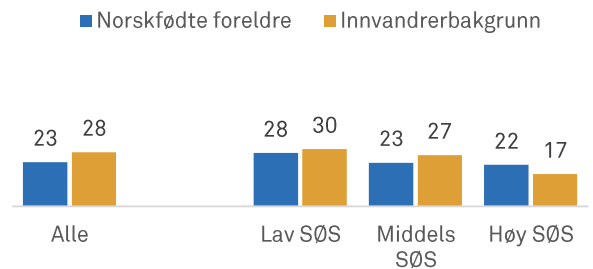
**Prosent som var fornøyd med hjelpen de fikk fra lærerne – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)**



**Prosent som var fornøyd med hvordan undervisningen fungerte – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)**

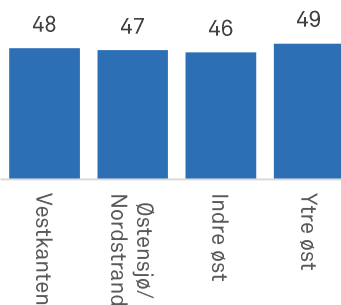


**Prosent som lærte mye mindre enn de pleier etter at skolene stengte – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)**

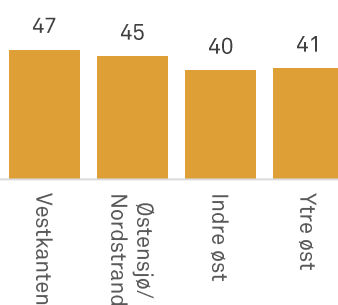


**Hvordan ungdom i ulike byområder opplevde situasjonen med hjemmeskole**

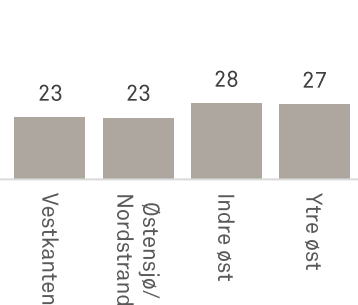
Prosent som var fornøyd med hjelpen fra lærerne



Prosent som var fornøyd med hvordan undervisningen fungerte



Prosent som lærte mye mindre enn de pleier



# Undervisningen

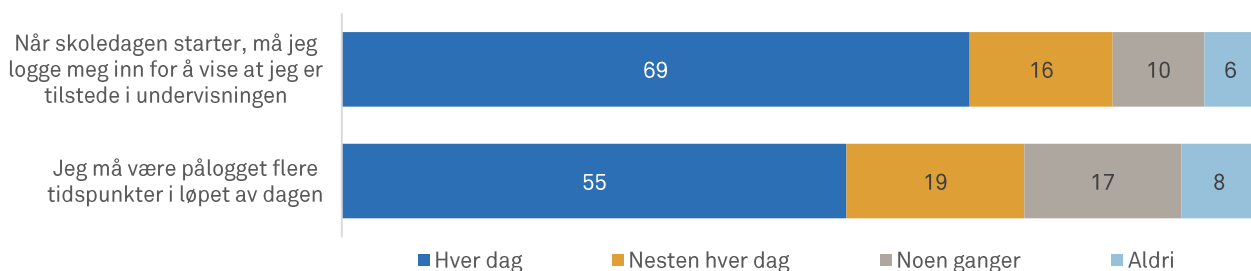
En vesensforskjell mellom hjemmeskole og den ordinære skolehverdagen handler om oppmøte, og om læreres muligheter for å sjekke at elevene følger undervisningen. Ett virkemiddel mange skoler tok i bruk, var at elevene, for å vise at de var til stede, logget seg inn på et bestemt tidspunkt på morgenen eller via sjekkpunkter gjennom skoledagen. For 85 % av elevene var rutinen at de hver dag eller nesten hver dag logget seg inn om morgenen. Nesten like mange (74 %) hadde mer eller mindre daglige krav om å være pålogget flere ganger om dagen. Tallene viser at denne måten å strukturere hjemmeundervisningen på var svært utbredt. Samtidig er det ikke alle som mener at dette var normen, og studien tyder på flere på videregående enn på ungdomstrinnet hadde et mindre strukturert opplegg. Det er verdt å merke seg at 6 % av elevene, ifølge dem selv, aldri måtte logge seg inn da skoledagen startet.

For å få fram hva slags typer undervisning elevene har hatt, og om det var variasjoner i hvor mye undervisning de hadde, ble elevene spurt om antallet ganger de i løpet av den siste skoleuka hadde ulike former for undervisning. Den klart vanligste undervisningsformen var digital undervisning med hele klassen samlet. Det var også mange som fikk undervisning gjennom ulike former for instruksjonsvideoer eller gruppeoppgaver. Et stort flertall (to av tre) fikk undervisning av lærer i mindre grupper. Mindre vanlig (en av tre) var en-til-en undervisning med lærer.

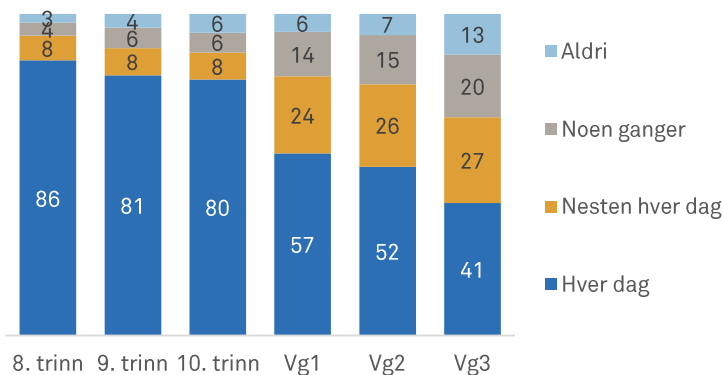
Et slående funn er likevel den store variasjonen i hvor mye undervisning elevene rapporterte om. Mens en god del kanskje bare hadde en undervisningsøkt om dagen, var det andre som rapporterte om et betydelig antall undervisningsøkter. Disse variasjonene finner vi på alle klassetrinn.

Det var også stor variasjon i hvor mange oppgaver elevene fikk, og hva slags type oppgaver som ble gitt. De aller fleste fikk ulike praktiske oppgaver og/eller oppgaver som skulle leveres som lyd-, bilde- eller videofil. Det klart vanligste var likevel individuelle oppgaver som elevene skulle levere inn skriftlig.

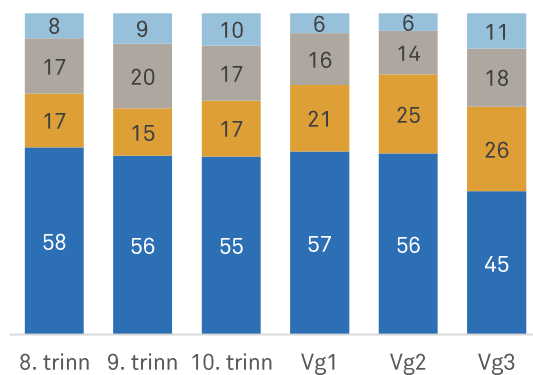
## Hvor ofte elevene måtte være pålogget undervisningen



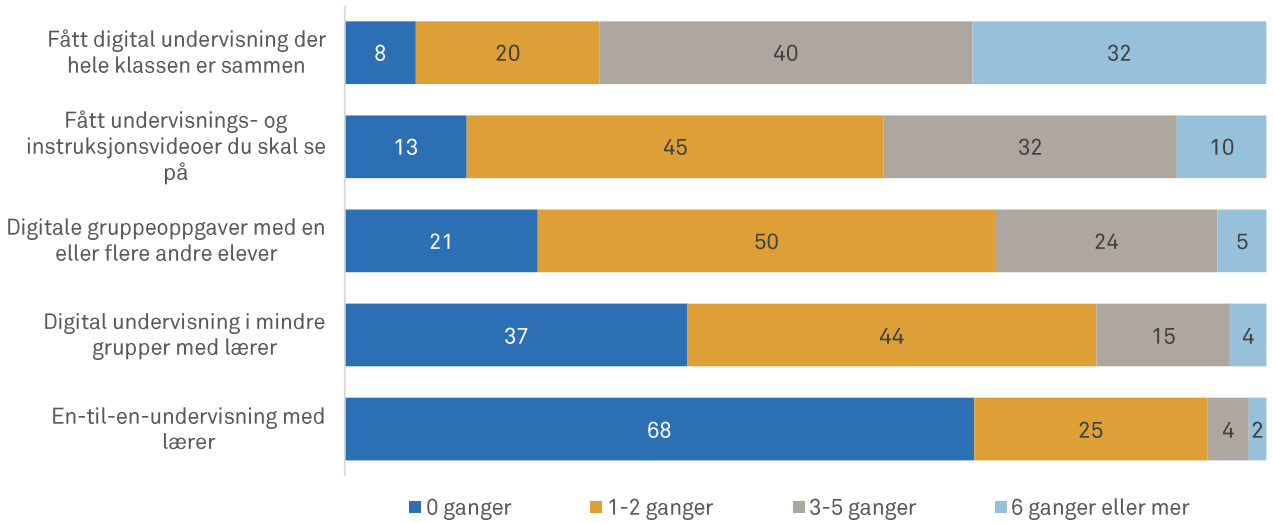
## Hvor ofte elevene måtte logge inn for å vise at de var tilstede i undervisningen – etter klassetrinn



## Hvor ofte elevene måtte være pålogget flere tidspunkter i løpet av dagen – etter klassetrinn



**Hvor mange ganger elevene i løpet av de siste sju dagene fikk ulike typer undervisning. Prosent**

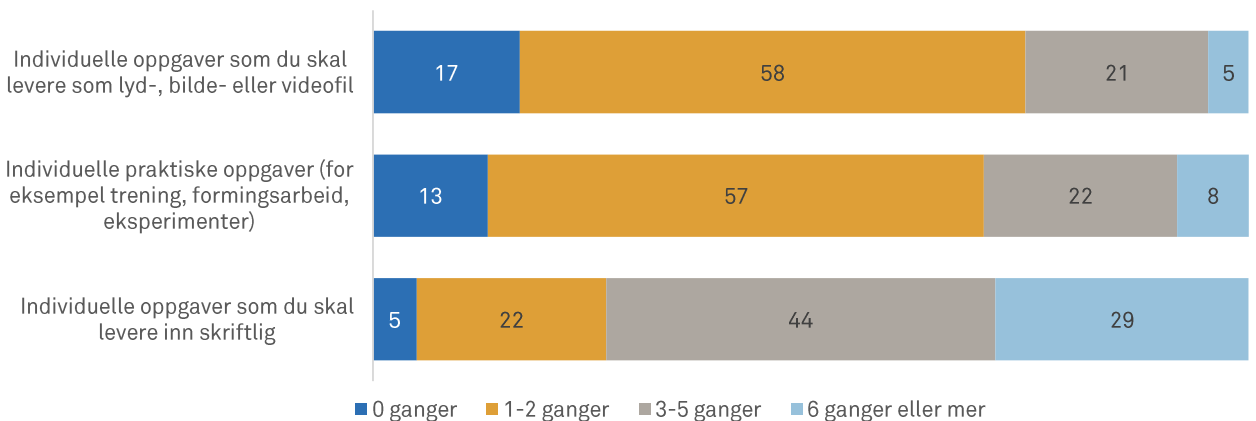


**Stor variasjon i antallet ganger ungdommene fikk undervisning**

Elevene ble bedt om å oppgi antallet ganger de i løpet av den siste uken før de deltok i undersøkelsen hadde hatt fem ulike former for undervisning. Undervisningsformene er gjengitt i figuren over, og svarene ble angitt i kategoriene 0 ganger, 1-2 ganger, 3-5 ganger og 6 ganger eller mer. Siden svarene er gjengitt i kategorier, er det vanskelig å lage et godt uttrykk for antallet undervisningsøkter elevene har hatt samlet sett. Vi kan likevel få et omtrentlig uttrykk gjennom å kode svarene slik at 1-2 ganger ble regnet som 1,5 økt, 3-5 ganger ble regnet som 4 og 6 ganger mer ble regnet som 6 økter.

Nærmere analyser viser at 99 % alle elevene rapporterer å hatt minst en av disse undervisningsformene minst en gang i løpet av siste uke. Samtidig er det stor variasjon i hvor mange undervisningsøkter ungdommene rapporterte. Hvis vi for eksempel deler ungdommene i fem like store grupper, viser det seg at den femtedelen med færrest økter i gjennomsnitt hadde færre enn fem økter i uka. Den femtedelen med flest økter hadde derimot mer enn 15 tre slike økter i uka.

**Hvor mange ganger elevene i løpet av de siste sju dagene fikk ulike typer oppgaver. Prosent**





# Elevenes hjemmekontor

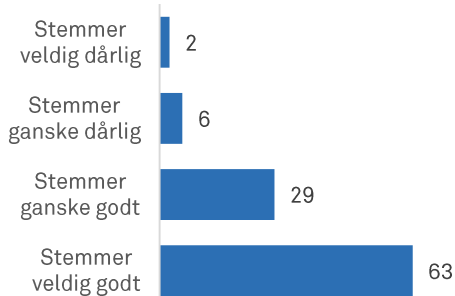
I ukene med hjemmeskole ble klasserom erstattet med hjemmekontor. For mange foregikk nok undervisningen på ungdomsrommet, og for noen kanskje også i senga? Digital undervisning forutsetter at elevene hadde tilgang til datamaskin eller nettbrett og et nett som fungerer, og undersøkelsen viser at dette ikke var den største utfordringen. For de aller fleste var mye av dette godt på plass, og så mange som 7 av 10 hadde gode arbeidsbetingelser, definert ut fra at de alltid hadde tilgang til PC eller nettbrett og et velfungerende nett, samtidig som de hadde et sted der de kunne jobbe i fred. 2 av 10 hadde et nett som ikke alltid fungerte, men likevel tilgang til PC/nettbrett og et sted å jobbe i fred.

For hver tiende elev var forutsetningene for å følge digital undervisning mindre optimale. En del av disse hadde ikke alltid tilgang til PC/nettbrett, eller de hadde ikke et sted der de kunne jobbe i fred. Mange av elevene i denne kategorien hadde i tillegg utfordringer med internettilgangen. Ungdom med innvandrerbakgrunn og med lav sosioøkonomisk status var klart overrepresentert i denne kategorien.

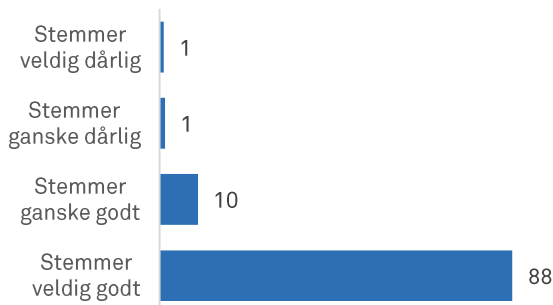
Et viktig funn er at forutsetningene hjemme for å følge digital undervisning tydelig hang sammen med hvordan ungdom vurderte undervisningen. 44 % av de som hadde en dårlig hjemmeskolesituasjon lærte mye mindre enn de pleier. Det samme var tilfelle for 22 % av dem med gode forhold hjemme. Ungdom som hadde dårligst hjemmeskolesituasjon var også langt mindre fornøyd enn andre med hvordan selve undervisningsopplegget hadde fungert.

Et annet viktig funn er at så mange som 8 av 10 opplevde å få god hjelp av foreldrene sine til skolearbeidet dersom de trengte hjelp. Dette viser at de aller fleste hadde ressurser hjemme å spille på. Men også på dette området var det sosiale forskjeller. Ungdom med norskfødte foreldre med høy sosioøkonomisk status hadde langt oftere enn ungdom med innvandrerbakgrunn med lav sosioøkonomisk status, foreldre som kunne hjelpe til med skolearbeidet.

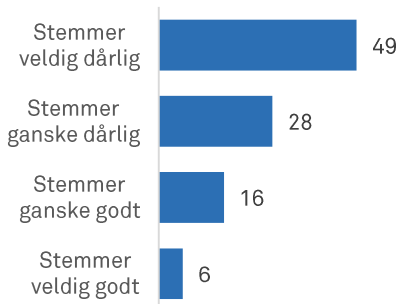
## Jeg har et sted der jeg kan sitte i fred for å gjøre skolearbeid



## Jeg har alltid tilgang til en datamaskin eller nettbrett når jeg jobber med skolearbeid hjemme



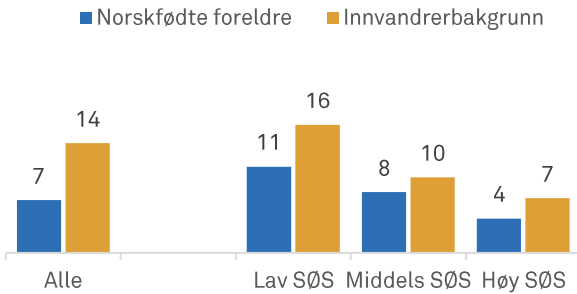
## Dårlig internett hjemme gjør at jeg har hatt problemer med å følge undervisningen



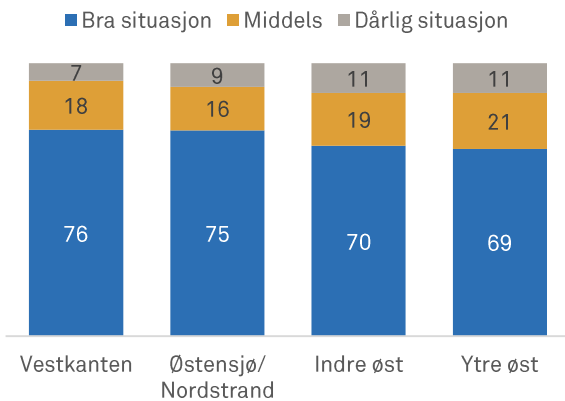
## Hvis jeg trenger det, får jeg god hjelp til skolearbeidet av mine foreldre/foresatte



**Prosentandel som hadde en dårlig hjemmeskolesituasjon (dvs. manglet PC og/eller sted å jobbe i fred) – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)**



**Hvordan hjemmeskolesituasjonen var for ungdom i ulike byområder**



### Hjemmeskolesituasjonen

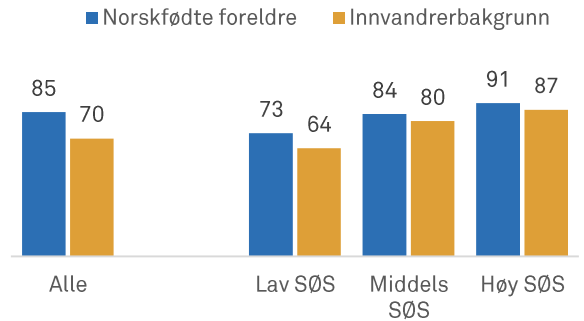
Svarene viser at for 72 % av ungdommene i Oslo var forutsetningene for å følge digital hjemmeundervisning gode. Dette er ungdom som hadde et sted de kunne jobbe i fred, som alltid hadde tilgang til PC eller nettbrett, og som ikke hadde problemer med nettet hjemme.

19 % rapporterte om at nettet ikke alltid fungerte som det skulle, men hadde likevel tilgang til PC/nettbrett og et sted de kunne jobbe i fred.

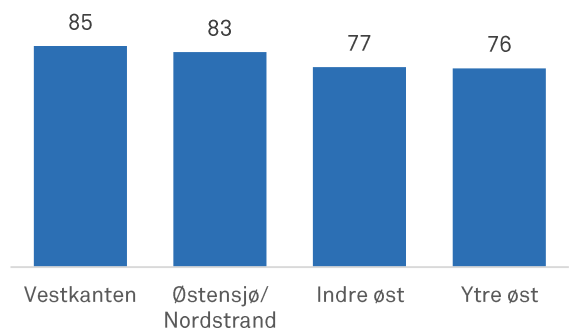
9 % hadde ikke alltid tilgang til PC/nettbrett, og/eller de hadde ikke et sted der de kunne jobbe i fred. Mange av elevene i denne kategorien hadde i tillegg utfordringer med internetttilgangen.

Figurene over og til høyre for denne boksen refererer til de tre gruppene beskrevet her.

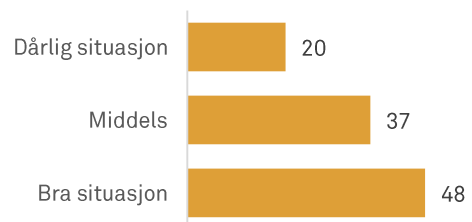
**Prosentandel som får god hjelp av foreldrene sine til skolearbeidet når de trenger det – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)**



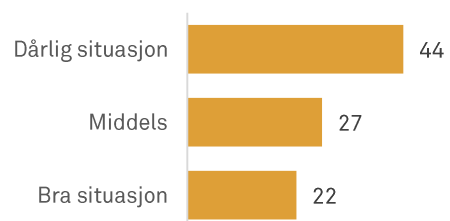
**Prosentandel i ulike byområder som får god hjelp av foreldrene sine til skolearbeidet når de trenger det**



**Prosent som var fornøyd med hvordan undervisningen har fungert – etter hvor god hjemmeskolesituasjonen var**



**Prosent som lærte mye mindre enn de pleier – etter hvor god hjemmeskolesituasjonen var**



# Skolearbeid og skolestress

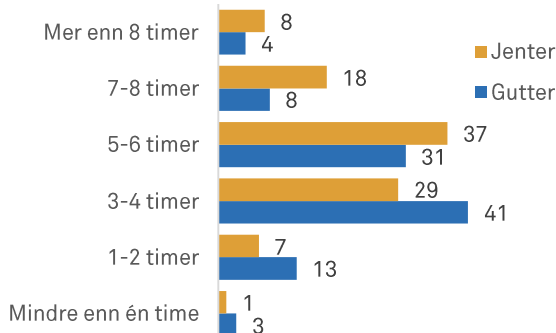
For de aller fleste utgjorde ikke tiden med hjemmeskole et avbrekk fra skolens krav. Mange ungdommer brukte mye tid på å gjøre oppgaver og lekser, og på å delta i undervisning. Men også her var det stor variasjon. 54 % av elevene brukte minst fem timer totalt på skolearbeid hver dag, og noen brukte langt mer tid. 12 % brukte derimot mindre enn tre timer per dag, og noen få brukte knapt tid på skolearbeid i det hele tatt. Guttene var klart overrepresentert blant de som brukte lite tid.

Totalt sett brukte de fleste omtrent like mye tid på skolearbeid som før, eventuelt litt mer eller litt mindre. Andelen som mente at de i tiden med hjemmeskole brukte mye mer tid på skolearbeidet enn før (19 %), var høyere enn andelen som mente de brukte mye mindre tid på skolearbeid (8 %).

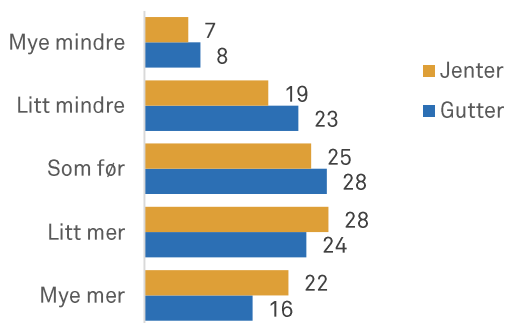
Det er likevel lite som tyder på at hjemmeskolen generelt bidro til å endre det generelle skolestresset. Tre spørsmål om dette ble stilt på identiske måter som i Ung i Oslo 2018, og mønstrene er forbausende like. Skolestresset var høyt både før og etter covid-19-pandemien. På ett område finner vi imidlertid en viss forskjell. Det er flere under hjemmeskolen enn tidligere som opplevde at de hadde mer skolearbeid enn de klarte å gjøre. Én mulig forklaring er at undersøkelsen ble gjennomført litt senere på året, og at det da var flere karaktertellende prøver og innleveringer.

Ett forhold som likevel stresset en del elever, er hva covid-19-pandemien ville gjøre med karakterene. Rundt en av fem var veldig bekymret for dette, og like mange var ganske bekymret. Bekymringene var størst blant 10. klassingene og på videregående. Det var også større bekymringer blant ungdom med innvandrerbakgrunn og ungdom fra lavere sosiale lag enn i andre grupper. De med gjennomsnittskarakterer over fem, var aller minst bekymret for hva pandemien ville gjøre med karakterene.

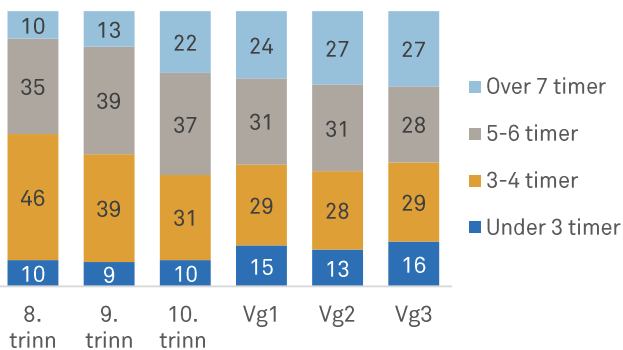
## Omtrent hvor mye tid bruker du per dag på skolearbeid, inkludert undervisning, oppgaver og lekser?



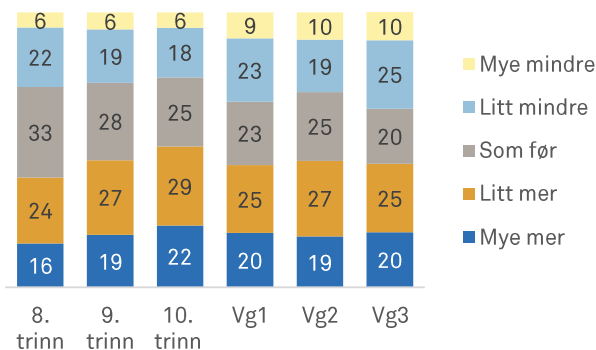
## Bruker du mer eller mindre tid nå enn før på skolearbeid (undervisning, oppgaver, lekser)?



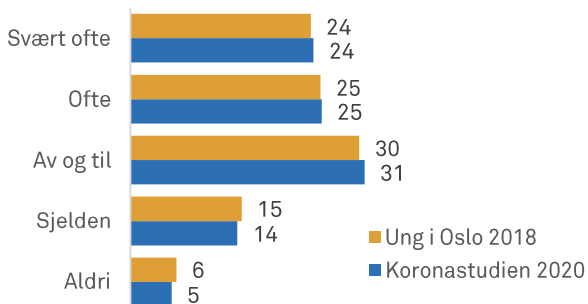
## Hvor mye tid elever bruker på skolearbeid – etter klassetrinn



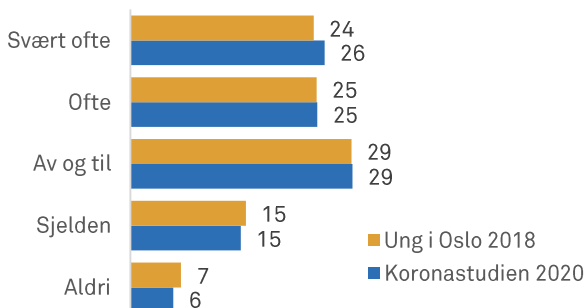
## Om elevene brukte mer eller mindre tid på skolearbeid enn de pleide – etter klassetrinn



### Hvor ofte har du blitt stresset av skolearbeidet? Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020

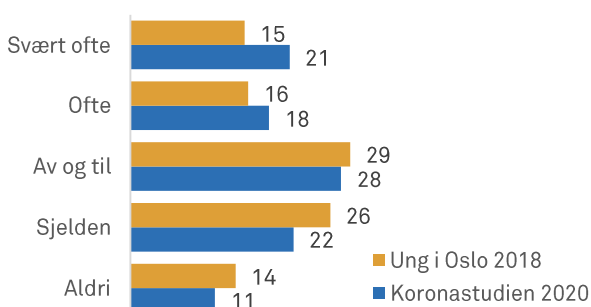


### Hvor ofte har du følt deg utslitt på grunn av skolearbeidet? Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020

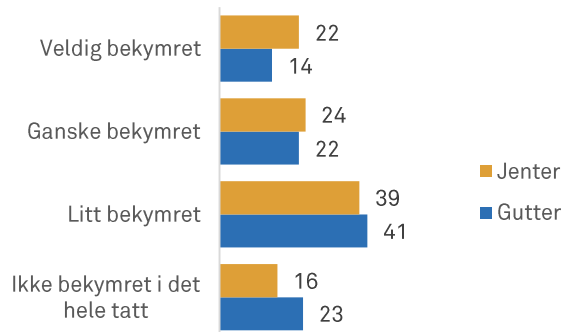


” Mange opplevde at det ble mer skolearbeid under koronatiden. Hjemmeskolen endret likevel ikke skolestresset i særlig grad.

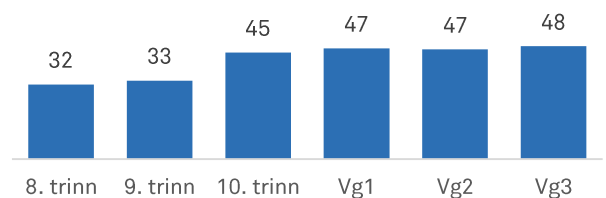
### Hvor ofte har du hatt mer skolearbeid enn du klarer å gjøre? Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020



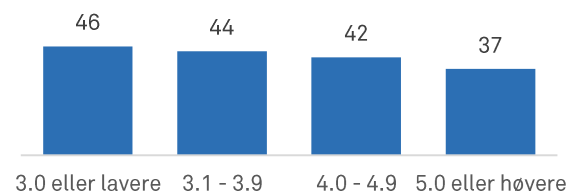
### Har korona-pandemien gjort deg bekymret for hvordan det vil gå med karakterene dine?



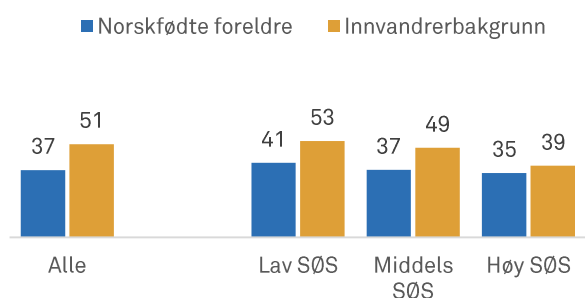
### Prosent som på grunn av korona-pandemien ble bekymret for skolekarakterene sine – etter klasstrinn



### Prosent som på grunn av korona-pandemien ble bekymret for skolekarakterene sine – etter gjennomsnittskarakter i norsk, engelsk, matematikk



### Prosent som på grunn av korona-pandemien ble bekymret for skolekarakterene sine – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



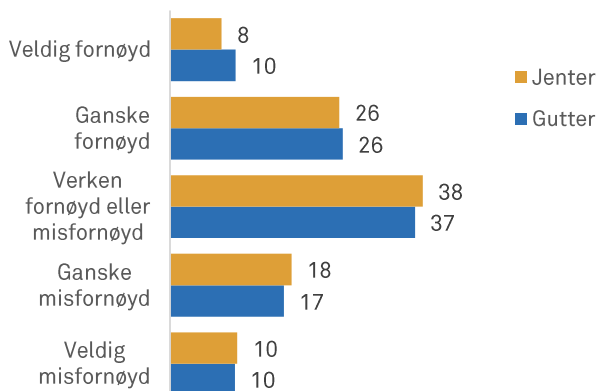
# Sosial kontakt under hjemmeskolen

Etter uker med hjemmeskole, var det nok mange som savnet klassen sin, og alt det sosiale som utspiller seg på en skole. En del skoler innførte digitale møter mellom elevene, møter som ikke handlet direkte om skolearbeid. Rundt halvparten av elevene hadde vært med på slike sosiale møter i løpet av den siste uka. Det var likevel langt fra alle som var godt fornøyd med hvordan det digitale samværet hadde vært i klassen under koronatiden. Bare 9 % var veldig godt fornøyd med den sosiale kontakten i klassen, og 26 % var ganske fornøyd. 27 % av elevene var direkte misfornøyd, mens resten var nokså lunkne til hvordan klassemiljøet hadde fungert. Gutter og jenter svarte nokså likt på dette. 8. klassingene var langt mer fornøyd med kontakten i klassen sammenliknet med elevene på videregående.

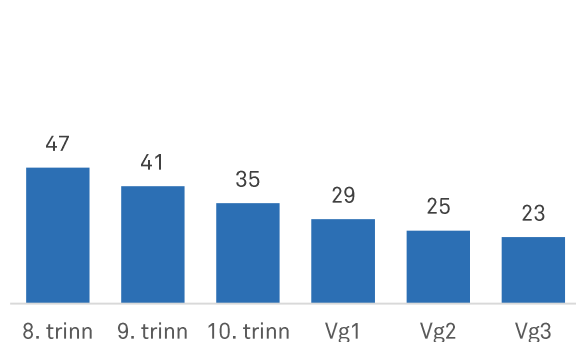
For mange av de som opplevde den sosiale kontakten i klassen som god, var trolig hjemmeskolen en god opplevelse. Svært mange av disse ungdommene var nemlig også godt fornøyd med hvordan undervisningen generelt fungerte. Og motsatt, blant de elevene som var misfornøyd med den sosiale kontakten i klassen, var det langt flere enn ellers som hadde lært mye mindre enn de vanligvis gjorde.

Hjemmeskolen gjorde det nok vanskeligere for lærerne å følge opp hver enkelt elev direkte. Nesten halvparten av elevene hadde i løpet av siste skoleuke ingen samtaler med læreren sin om hvordan de hadde det, og bare noen få hadde slike samtaler flere ganger. Noen få elever snakket derimot daglig med en lærer alene på telefon eller videochatt om hvordan de har det, og rundt 1 av 10 møtte læreren sin eller en annen ansatt fra skolen fysisk i denne perioden. Det var ellers slik at oppfølgingen fra lærerne - både digitalt og fysisk - jevnt over var tettere på ungdomstrinnet enn i videregående.

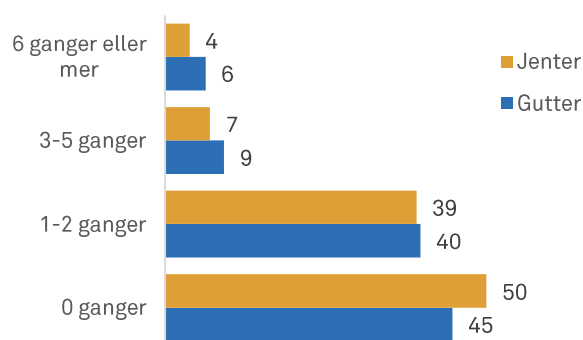
## Hvor fornøyd har du vært med den sosiale kontakten med de andre elevene i klassen?



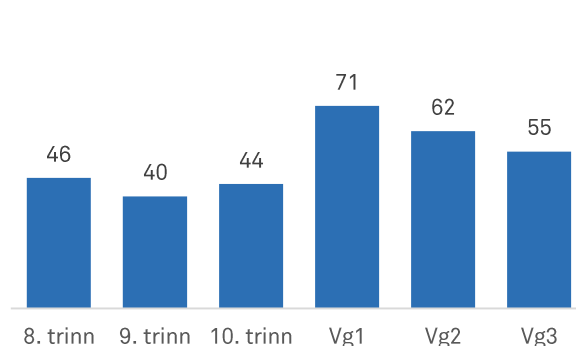
## Prosent som er fornøyd med den sosiale kontakten med de andre elevene i klassen – etter klassetrinn



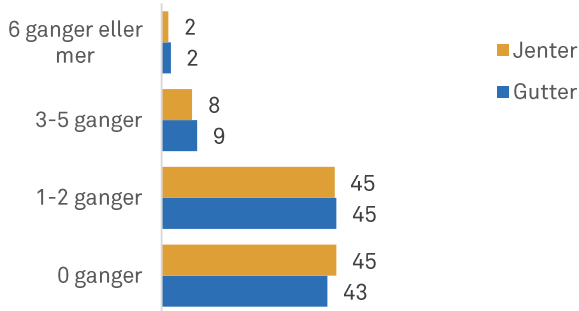
## I løpet av siste sju dager, hvor mange ganger har du vært med på digitale møter som ikke handler om skolearbeid (for eksempel digitale friminutt, klassens time)?



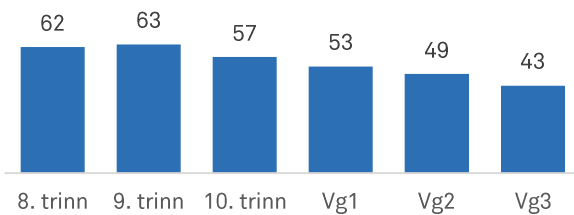
## Prosent som i løpet av siste sju dager har vært med på digitale møter som ikke handler om skolearbeid – etter klassetrinn



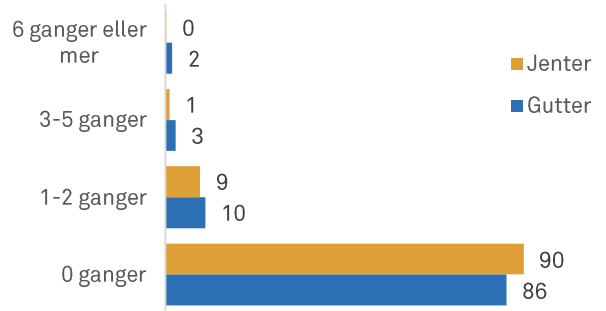
**I løpet av siste sju dager, hvor mange ganger har du snakket med lærerne dine alene på telefon eller videochat om hvordan du har det?**



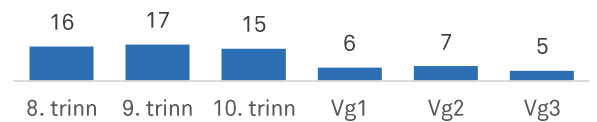
**Prosent som i løpet av siste sju dager snakket med lærerne sine alene på telefon eller videochat om hvordan de hadde det – etter klasstrinn**



**I løpet av siste sju dager, hvor mange ganger har du fysisk møtt en lærer eller en annen ansatt fra skolen?**



**Prosent som i løpet av siste sju dager fysisk møtte en lærer eller en annen ansatt fra skolen – etter klasstrinn**

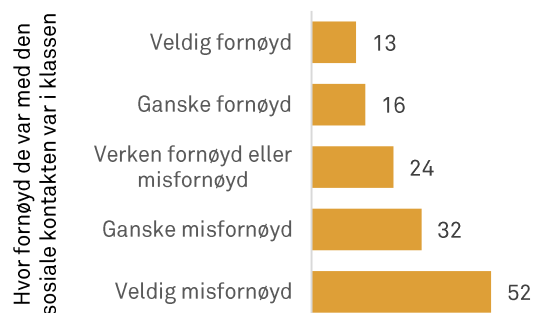


” Den sosiale kontakten i klassen hang tett sammen med hvor fornøyd elevene var med undervisningen, men også med hvor mye de hadde lært på skolen sammenliknet med før.

**Prosent som var fornøyd med hvordan undervisningen fungerte – etter hvor fornøyd de var med den sosiale kontakten i klassen**



**Prosent som lærte mye mindre enn de pleide – etter hvor fornøyd de var med den sosiale kontakten i klassen**





# Skolen med egne ord

Antakelig var det å stenge skolen den mest radikale politiske beslutningen i løpet av hele pandemien våren 2020. Det var få motstemmer da det skjedde, og dette var nok fra starten av med på å forme holdningene til det som skulle bli den digitale hjemmeskolen.

Både ungdommene selv og deres foreldre mente at den var nødvendig. Dette ser vi også når ungdommene med egne ord beskriver det som skjedde under pandemien.

Et utvalg på i overkant av 500 av de som var med i undersøkelsen fikk på slutten av spørreskjemaet to åpne spørsmål der de med egne ord kunne fortelle om de største positive og negative forandringene i hverdagen deres etter at korona-pandemien kom til Norge.

## Skolene som stengte

På spørsmålet om negative konsekvenser av pandemien skriver mange kort og fyndig: «At skolen stengte!», «Ikke kunne gå på skolen!» eller bare «Skolen» eller «Hjemmeskolen». Ingen gir uttrykk for at skolen ikke skulle stenges. Det tar de for gitt, likevel var hjemmeskolen en kilde til frustrasjon og motløshet for mange.

Når ungdommene skriver om skolen, handler det ofte om de sosiale sidene. Savnet av de andre i klassen er et gjennomgående tema. En beskriver det verste med pandemien slik: «Å ikke møte noen fra skolen, og måtte holde avstand til dem jeg møter.» En annen: «Ingen vennetreff på skolen». De pleier å henge med vennene på skolen, men også etter skoletid. Mye av dette forsvant. De prøver nok å holde kontakt på digitale plattformer, men det er ikke så enkelt.

” **«Å ikke møte noen fra skolen, og måtte holde avstand til dem jeg møter»**

Skolerytmen kunne også bli krevende, og skole og fritid kunne gli over i hverandre på en utmattende måte. Én skrev: «Jeg vet aldri når en skoletime kommer, jeg må hele tiden være pålogget». I samme gate: «Det er vanskelig å finne balansen mellom fritid og skolearbeid».

” **«Jeg vet aldri når en skoletime kommer, jeg må hele tiden være pålogget»**

Funnene våre i rapporten viser at det samlet sett ikke ble mindre stress i perioden med hjemmeskole. Når elevene forteller om den digitale hjemmeskolen med egne ord, er underteksten hos flere at de ikke riktig vet når på dagen den starter og når den slutter.

Dette har nok vært en viktig kilde til stress for noen. Det kan virke som den digitale hjemmeskolen siger inn i fritid og helger; de opplever at de bør være pålogget store deler av døgnet. En sårn beredskap gjør selvsagt noe med deg, og mange forteller at de strever med motivasjonen.

Dette vever seg sammen med at lærerne kan oppleves som fjerne og utilgjengelige. Én beskriver det mest negative ved pandemien slik: «Jeg må være på skolen, selv om jeg lærer 0. Ingen forklarer meg temaene». En annen sier: «Alt for mange skoleoppgaver og press +

lite motivasjon». Kanskje er det dårlig sosial kontakt som ligger bak de følgende ordene også? «Manglende motivasjon grunnet avstand til skolehverdagen».

Ingvar Ambjørnsen har skrevet den fine novellesamlingen «Delvis til stede». Den handler om oppbrudd, savn og ensomhet, om kompliserte situasjoner hvor vi må trekke oss bort, eller inn i oss selv, og være bare delvis til stede. Tittelen slo oss da vi leste noen av ungdommenes fortellinger om hjemmeskolen, og om hvor krevende det kunne være å holde tak i faglige spørsmål, kommunisere med lærerne og ikke minst med de andre elevene.

Men igjen ser vi en tvetydighet eller ambivalens som skjærer gjennom så å si alle temaene i denne rapporten: For en god del åpnet den nye digitale hjemmeskolen for frihet og mulighet for å styre sin egen tid. Én skriver: «Mye tid til overs, blitt litt bedre på skolen». Noen skriver at skolen har blitt friere, eller at de får mer tid til egne studier. Én skriver: «Stengte skoler gjør at man kan gjøre skolearbeidet i sitt eget tempo. Jeg har lært mye mer.» En annen: «Jeg kan gjøre oppgaver til kl. 23.00. Jeg kan velge å starte når jeg vil».

Flere føler også at de får en etterlengtet pause fra en skole som har vært preget av press, stress og mobbing. Én skriver: «Det var mye press på skolen. Det ødela min selvtillit og skapte mye angst. Deilig med en pause». Flere skriver om mobbere som til vanlig ødelegger skolehverdag deres og som det er deilig å unnsnippe. Veldig mange gleder seg over at eksamen er avlyst.

Er det noen mønstre i disse fortellingene om skolen, når elevene med egne ord kan fortelle om hva som var dårlig og hva som var bra? Kanskje aner vi at noen trenger sosial kontakt mer enn andre. Noen trenger også lærere og andre hjelpere på skolen. En forteller om det sterke savnet etter sosiallæreren. Andre er mer selvdrevne og klarer seg mye bedre på egen hånd. Kanskje var den digitale hjemmeskolen best egnet for den siste gruppa?

” «Stengte skoler gjør at man kan gjøre skolearbeidet i sitt eget tempo. Jeg har lært mye mer»

” «Det var mye press på skolen. Det ødela min selvtillit og skapte mye angst. Deilig med en pause»

# LIVSKVALITET, VEKST OG HJELP

Mange opplevde at livet ble krevende under pandemien. Vi har dokumentert hvordan en god del foreldre ble rammet av permitteringer og mistet jobben. Det var neppe enkelt å takle, heller ikke for ungdommene. Mange foreldre fikk hjemmekontor, noen måtte sitte i karantene, og dette kunne nok lede til gnisninger. Mange savnet venner og å trene. Samtidig følte noen at de fikk bedre tid, det ble mindre stress, eller at de kom nærmere andre medlemmer i familien. Pandemien kom med en rekke negative konsekvenser, det er åpenbart for alle. Hva med det positive? Er det mulig å måle de to dimensjonene opp mot hverandre? Vi har spurt om de negative og positive endringene. Hvilken vei tror du vekstskålen vipper? Betydde kjønn, alder, sosioøkonomisk status eller innvandrerbakgrunn noe for om pandemien påvirket dem i henholdsvis positiv eller negativ retning? Alt dette belyser vi i dette kapitlet.

Det finnes flere studier som tidligere har undersøkt norske ungdommers tilfredshet med livet, og også deres livskvalitet. Det siste er et litt bredere begrep og fanger ulike positive følelser og opplevelsen av mestring. Ungdommer her i landet har skåret høyt på slike mål. Hva skjedde under covid-19-pandemien? Holdt den høye livskvaliteten seg? Skolene ble jo stengt, mye av idretten og andre organiserte fritidsaktiviteter ble også satt på pause. Sosial distansering innebar at mange fikk mye mindre kontakt med venner. Det ville være overraskende om ikke ungdom ble mindre tilfredse med livet.

Søvn er et fascinerende fenomen, også for samfunnsforskere. Hva skjedde med søvnen når hverdagens rytmer endret seg? En god del ble bekymret, fikk de problemer med å sove?

Dessuten: Selv om koronatiden fører med seg sterke innskrenkelser i ungdom liv og kan vekke mange bekymringer, så kan motbakker og kriser for noen også lede til positive forandringer og personlig vekst. Stemmer ordtaket «motgang gjør sterk»? Forskere har i lengre tid registrert at personer som har vært i kriser og har vært og opplevd tap kan også oppleve positive endringer i livet etter krisen.

Noen endret syn på hva som var viktig i livet. Andre følte sterkere empati med medmennesker som hadde det vanskelig. Opplevde ungdommer i Oslo slike positive livsendringer i kjølvannet av pandemien?

Viktige generasjonserfaringer kan forme ungdommers liv. Det skjedde med amerikanske ungdommer som opplevde den økonomiske depresjonen på 1930-tallet. Forskere fulgte dem gjennom livet. Angst og usikkerhet hadde satt seg i kroppen på dem. Paradokset var at de likevel gjorde det bra med hensyn til utdanning og jobb. Forskerne konkluderte med at de også hadde lært seg å takle motgang. Hva kommer til å skje med ungdommene som opplevde covid-19-pandemien? Det vet vi selvsagt ikke. Men vi har spurt hva de selv tror. Kommer samfunnet til å bli forandret? At de selv kommer til å bli arbeidsløse? Vi har sammenliknet med hva ungdom i samme alder tidligere har rapportert. Er de som opplevde koronatiden mer bekymret enn ungdom var tidligere? Det får du vite mer om i dette kapitlet, og også om slike tanker varierer etter sosioøkonomisk status og bopel i byen.

Til slutt: mange var bekymret for at ungdom som trengte hjelp og støtte under pandemien ikke skulle få det. Skolehelsetjenesten ble endret og hjelpetelefonene rapporterte om økt pågang. Hvor mange ungdommer brukte disse tjenestene mens de hadde hjemmeskole? Var det mange som vurderte å ta kontakt?

**” Hvilke spor har koronatiden satt i unge menneskers sinn?**



# Påvirkning på livet

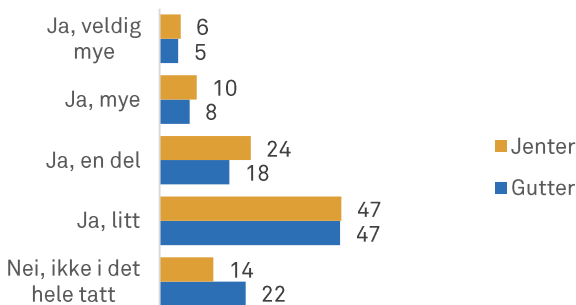
Helt overordnet, hvilke virkninger hadde pandemien på de unges liv? I spørreskjemaet ble ungdommene presentert for to generelle spørsmål om dette. Det ene handlet om pandemien hadde påvirket livet deres på negative måter, mens det andre handlet om de positive virkningene. Hva veide tyngst?

Det var flere som mente at pandemien hadde negative virkninger på livet deres enn motsatt. Men forskjellene var overraskende nok ikke spesielt store. Dessuten var det aller vanligste svaret – og dette gjelder både for det positive og det negative – at pandemien kun hadde påvirket livet deres «litt». Slår vi sammen alle som oppga svaralternativene «litt» eller «ikke i det hele tatt» på begge spørsmålene, finner vi at for rundt halvparten (47 %) hadde korona-pandemien bare begrenset påvirkning på livene deres.

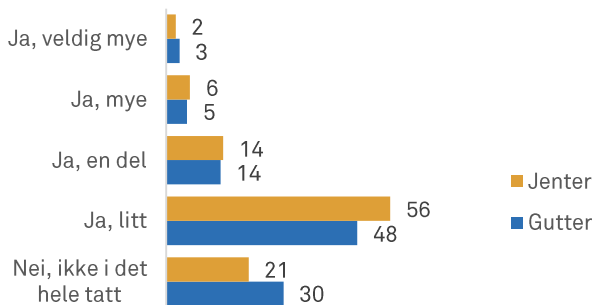
For den andre halvparten var konsekvensene større, og blant disse var det altså flere som opplevde negative effekter enn positive. I alt svarte 30 % at pandemien påvirket livet deres en god del mer negativt enn positivt. Samtidig var det så mange som 18 % som opplevde det motsatte. For 5 % hadde covid-19-pandemien både tydelige positive og tydelige negative virkninger på livet deres.

Noen flere jenter enn gutter opplevde covid-19-pandemien negativt, mens flere gutter enn jenter mente at pandemien ikke hadde påvirket dem i særlig grad. Andelen med negative erfaringer økte med økende alder. Sosial bakgrunn hadde generelt liten betydning. Imidlertid opplevde flere av ungdommene med innvandrerbakgrunn koronatiden som positivt sammenliknet med andre. En gruppe som var klart overrepresentert blant de med negative erfaringer fra pandemien var de som brukte mindre tid på å gjøre hyggelige ting med familien sin enn de normalt gjorde.

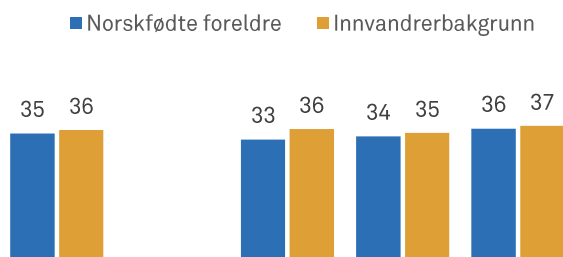
## Har korona-pandemien påvirket livet ditt i negativ retning?



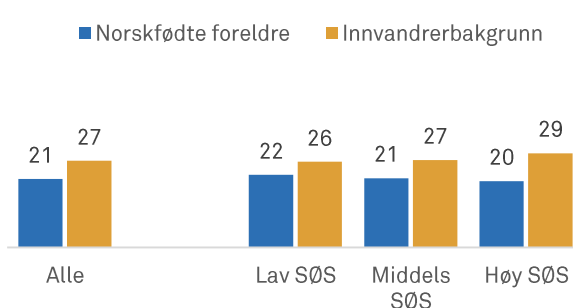
## Har korona-pandemien påvirket livet ditt i positiv retning?



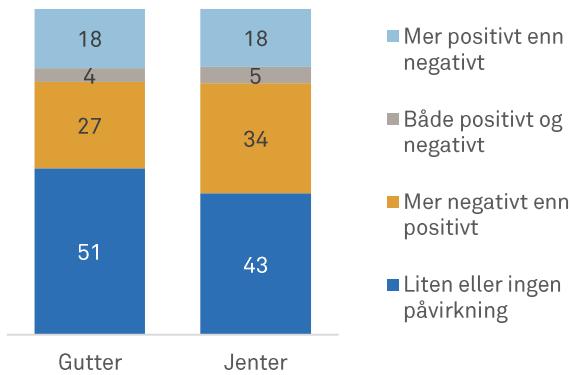
## Prosent som har blitt påvirket negativt av korona-pandemien (en del eller mye) – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



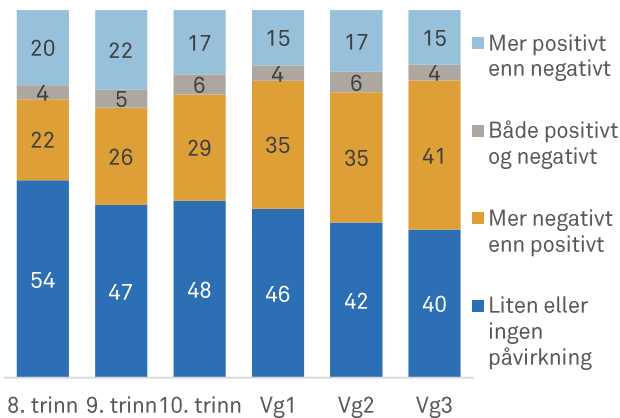
## Prosent som har blitt påvirket positivt av korona-pandemien (en del eller mye) – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



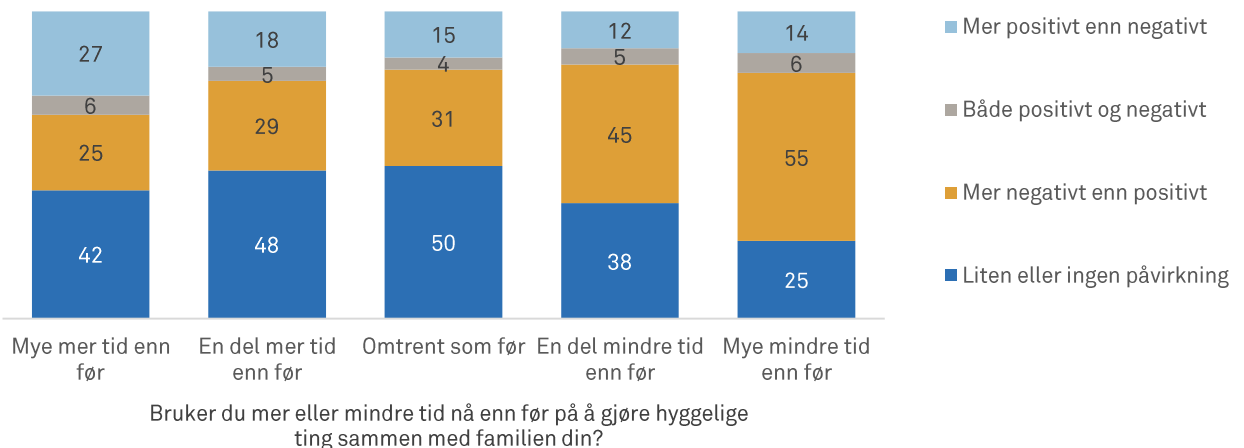
**Hvor mange gutter og jenter som opplevde at korona-pandemien påvirket livet deres i positiv og negativ retning**



**Hvor mange på ulike klassetrinn som opplevde at korona-pandemien påvirket livet deres i positiv og negativ retning**



**Hvor mange som opplevde at korona-pandemien påvirket livet deres i positiv og negativ retning – etter om de brukte mer eller mindre tid enn før på å gjøre hyggelige ting sammen med familien**



**Positivt og negativt i sammenheng**

De aller fleste opplevde at covid-19-pandemien påvirket livet deres i større eller mindre grad. Men hva om vi ser spørsmålene om positive og negative påvirkninger på livet i sammenheng? Vi satte en grense mellom de som på den siden svarte at livet deres var blitt «litt påvirket» eller «ikke påvirket i det hele tatt» og de på den andre siden som svarte at pandemien påvirket livet deres «en del», «mye» eller «svært mye».

Gjennom å kombinere svarene, får vi fire distinkte grupper: Den største gruppen (47 %) var de som verken syntes at pandemien hadde noen større negative eller positive påvirkninger på livet deres. Deretter kom de som ble påvirket langt mer negativt enn positivt (30 %). For 18 % var det motsatt, at de positive virkningene var større enn de negative. For en liten gruppe (5 %) bidro pandemien til å påvirke livet deres klart i både positiv og negativ retning.

**” Halvparten opplevde at pandemien i nokså liten grad påvirket livet deres i negativ eller positiv retning.**

# Livskvalitet

Å måle hvordan covid-19-pandemien påvirket ungdoms livskvalitet kan gjøres på mange måter. I forrige kapittel undersøkte vi dette gjennom spørsmål om hvordan pandemien påvirket livene deres direkte. En metodisk utfordring er at det kan være vanskelig å angi helt presist hvordan ting endrer seg. Noen vil kanskje glemme det negative før koronatiden, eller overdrive problemene sine under koronaen, og således tolke endringene som større enn i de realiteten var. Andre vil nok tenke motsatt.

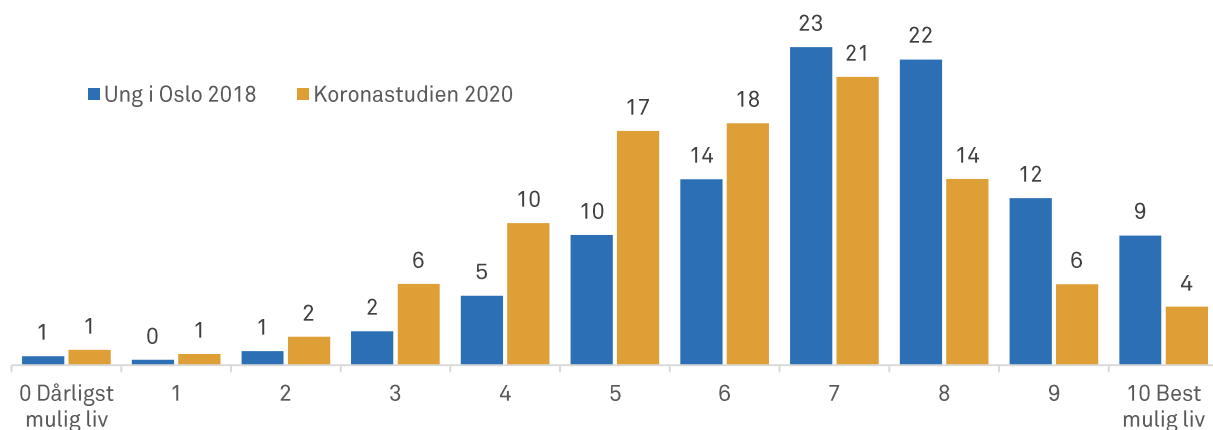
I dette kapittelet vil vi undersøke koronasituasjonens påvirkning på ungdoms livskvalitet gjennom å sammenlikne hvordan ungdom under koronatiden svarte på et spørsmål som ble stilt på en identisk måte som i Ung i Oslo 2018. Spørsmålet har vært mye brukt i undersøkelser for å måle folks livskvalitet, og går ut på plassere livet sitt på en skala fra 0 til 10, der 0 på skalaen representerer det dårligste livet man kan tenke seg, og 10 det aller beste livet.

Resultatene bekrefter på mange måter det vi har skrevet tidligere, at mange har hatt det nokså bra under koronatiden. 6 av 10 plasserer seg over midtpunktet på skalaen, som kan tolkes som en grense mellom de som har hatt det bra og de som ikke har det fullt så bra. Samtidig viser analysene at langt flere under koronatiden plasserer seg lavt på skalaen sammenliknet med studien i 2018. I 2018 vurderte for eksempel 10 % at livet deres var under midtpunktet på skalaen, mens det gjaldt 20 % under koronatiden. I 2018 krysset 44 % av for 8, 9 eller 10 poeng, mot 20 % under koronatiden.

Nedgangen i ungdoms tilfredshet med livet har skjedd på tvers av ulike ungdomsgrupper. For gutter og jenter, og blant ungdom med og uten innvandrerbakgrunn, var endringene over tid omtrent på samme nivå. Det var imidlertid større nedgang blant ungdom fra 10. trinn og oppover enn blant de yngste ungdomsskoleelevene. Det var også en tendens til større nedgang blant ungdom med høy eller middels sosioøkonomisk status enn blant ungdom med lav sosioøkonomisk. På den måten var de sosiale forskjellene i livstilfredshet under koronatiden noe mindre enn tidligere.

Ungdommene som deltok i undersøkelsen ble også stilt noen mer konkrete spørsmål om hvordan de hadde hatt det i løpet av den siste uka – blant annet om de hadde vært glad og om de følte at de mestret ting. Også på disse spørsmålene er det stor variasjon. 6 av 10 var glad hele tiden eller ofte, og like mange følte at de mestret ting. Samtidig var 3 av 10 sjelden eller aldri optimistisk om framtiden og nesten like mange hadde sjelden eller aldri masse energi. I en artikkel publisert i Tidsskrift for Den norske legeforening dokumenterer vi en tydelig reduksjon på alle disse spørsmålene, noe som igjen understøtter konklusjonen om at ungdoms livskvalitet i perioden elevene hadde hjemmeskole var blitt redusert.

**Hvordan ungdom plasserer seg på en skala fra 0 til 10, der 0 er det verst mulige livet og 10 det best mulige livet. Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020**





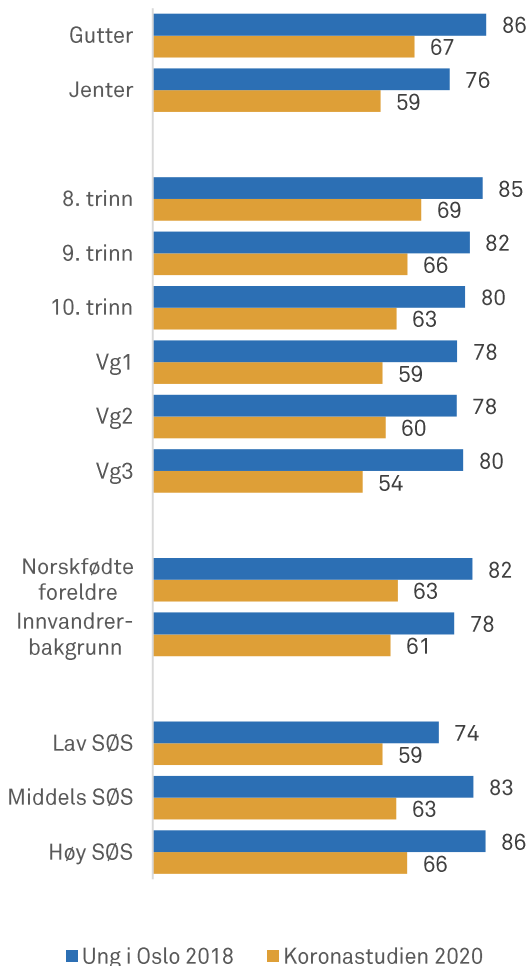
## Livstilfredshet

Livstilfredshet ble målt gjennom et spørsmål som har vært mye brukt i ulike studier av folks livskvalitet: «Nedenfor er det en skala fra 0 til 10. Øverst på skalaen (10) står for det best mulige livet for deg og nederst (0) er det verst mulige livet for deg. Hvor synes du at du står på denne skalaen nå for tiden?».

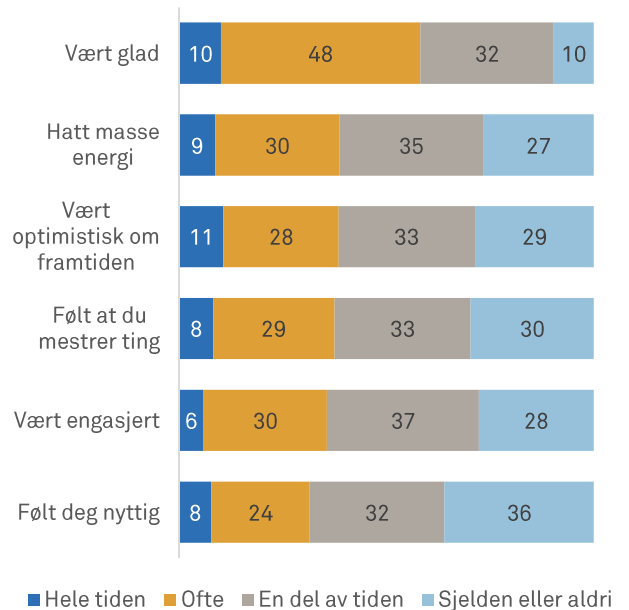
Spørsmålet var også med i Ung i Oslo 2018, der samme aldersgruppe deltok. Dette gir muligheter for å sammenlikne svarene.

Vi tolker det slik at de som krysset av for 6 eller høyere på skalaen, er tilfreds med livet sitt. Figuren under viser hvor stor andel som krysset av på denne måten i 2018 og i 2020.

### Hvor stor prosent av ungdom med ulike kjennetegn som er tilfreds med livet sitt. Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020



### Hvordan ungdom har hatt det den siste uka før de svarte på spørreskjemaet. Prosent



### Utdypende analyser

I en artikkel publisert i legeforeningens tidsskrift i juni 2020, har vi analysert resultatene fra koronastudien nærmere. Blant annet sammenliknet vi med resultater fra i Ung i Oslo 2018 og med ungdomsundersøkelsene som ble gjennomført like før skolene stengte i mars 2018.

Konklusjonen er at det har vært en betydelig nedgang i livstilfredshet under covid-19-pandemien. Dette gjelder både for jenter og gutter. Vi fant også at sosial ulikhet i livstilfredshet var redusert og at bekymringer rundt covid-19-pandemien og negative forandringer som en følge av pandemien er relatert til lavere livstilfredshet.

#### Referanse:

Von Soest, T., A. Bakken, W. Pedersen & M.Aa. Sletten (2020). Livstilfredshet blant ungdom før og under covid-19-pandemien. Tidsskrift for Den norske legeforening, juni 2020.

# Hjelpetjenester

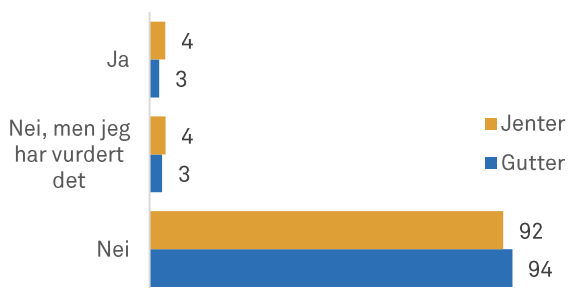
Samtidig med at skolene stengte, ble også skolehelsetjenesten endret. Mange opprettholdt et telefontilbud, og i nyhetene var det flere oppslag om ulike hjelpetelefoner som merket stor pågang fra folk som var bekymret. Dette gjaldt også Mental Helse Ungdom. De kunne melde at mange av de som ringte aldri tidligere har hatt behov for psykisk hjelp. Som vi har sett tidligere, var det en god del som bekymret seg for viruset og en del som opplevde at covid-19-pandemien hadde påvirket dem negativt. Men hvilken rolle spilte skolehelsetjenesten og disse åpne hjelpetjenestene? Hvor mange ungdommer tok kontakt?

Svaret er at relativt få tok kontakt. I løpet av måneden før ungdommene besvarte undersøkelsen, tok 2 % kontakt med en hjelpetelefon/-chat, som for eksempel Alarmtelefonen, og 3 % tok kontakt med skolens helsesykepleier. Svært få tok kontakt med begge, og samlet var det ikke mer enn 5 % som kontaktet minst en av hjelpetjenestene. Hvor mye av kontakten som var direkte korona-relaterte, vet vi ikke. I tillegg til de som tok kontakt, var det en del som vurderte å gjøre det. 6 % vurderte å kontakte en hjelpetelefon, og 4 % vurderte kontakt med skolehelsetjenesten. Det var en god del som vurderte å ta kontakt med begge, og alt i alt var det 7 % som vurderte å ta kontakt med minst en av tjenestene, men som altså ikke hadde gjort det så langt. 88 % tok verken kontakt eller vurderte å gjøre det.

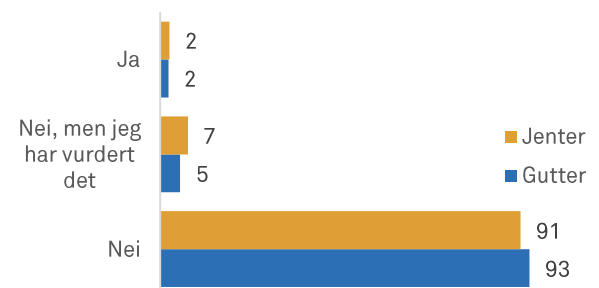
Kjønn, klassetrinn, sosioøkonomisk status og innvandrerbakgrunn betød ikke spesielt mye for hvorvidt ungdom tok kontakt. Men jenter, ungdom med innvandrerbakgrunn og ungdom med lav sosioøkonomisk status var litt oftere i kontakt med hjelpetjenestene enn andre ungdommer.

Var det de med størst utfordringer som i størst grad tok kontakt? Ja, analysene tyder på det. Ungdom som vurderte livet sitt som dårlig eller som mente at pandemien hadde påvirket livet deres i negativ retning, var langt mer tilbøyelige til å kontakte hjelpetjenestene. Det var også flere i disse gruppene som vurderte å ta kontakt. Nokså mange hadde ikke fått informasjon om hvordan de kunne komme i kontakt med skolehelsetjenesten mens skolen var stengt.

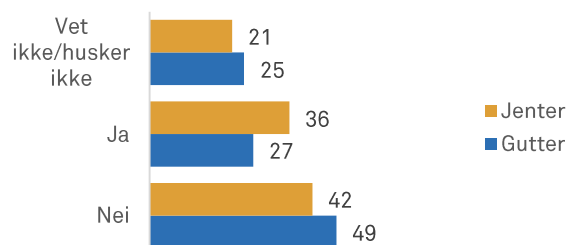
## Har du den siste måneden vært i kontakt med skolens helsesykepleier/helsesøster?



## Har du den siste måneden tatt kontakt med en hjelpetelefon/chat (for eksempel Alarmtelefonen?)



## Har du fått informasjon om hvordan du kan komme i kontakt med skolens helsesykepleier/helsesøster mens skolen har vært stengt?



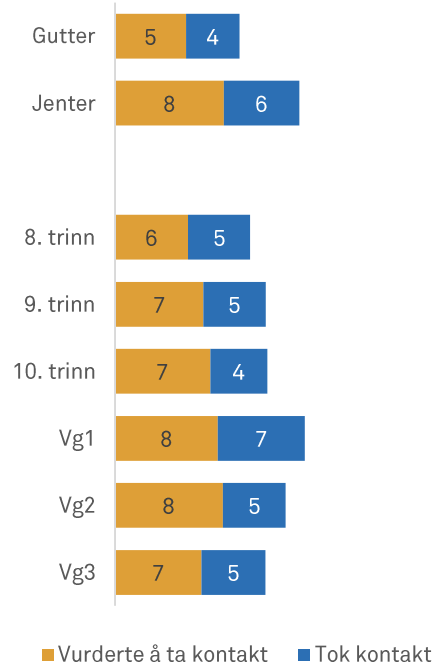
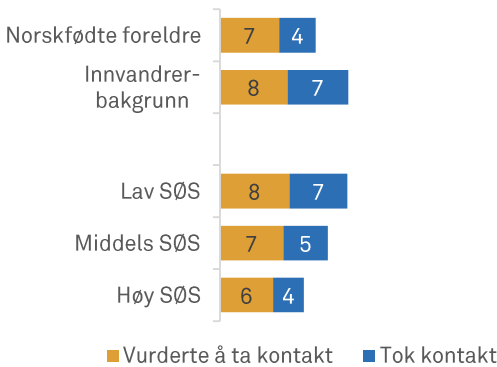
**” 5 % av ungdommene var i kontakt med skolehelsetjenesten eller de åpne hjelpetelefonene.**

## Hjelpetjenester

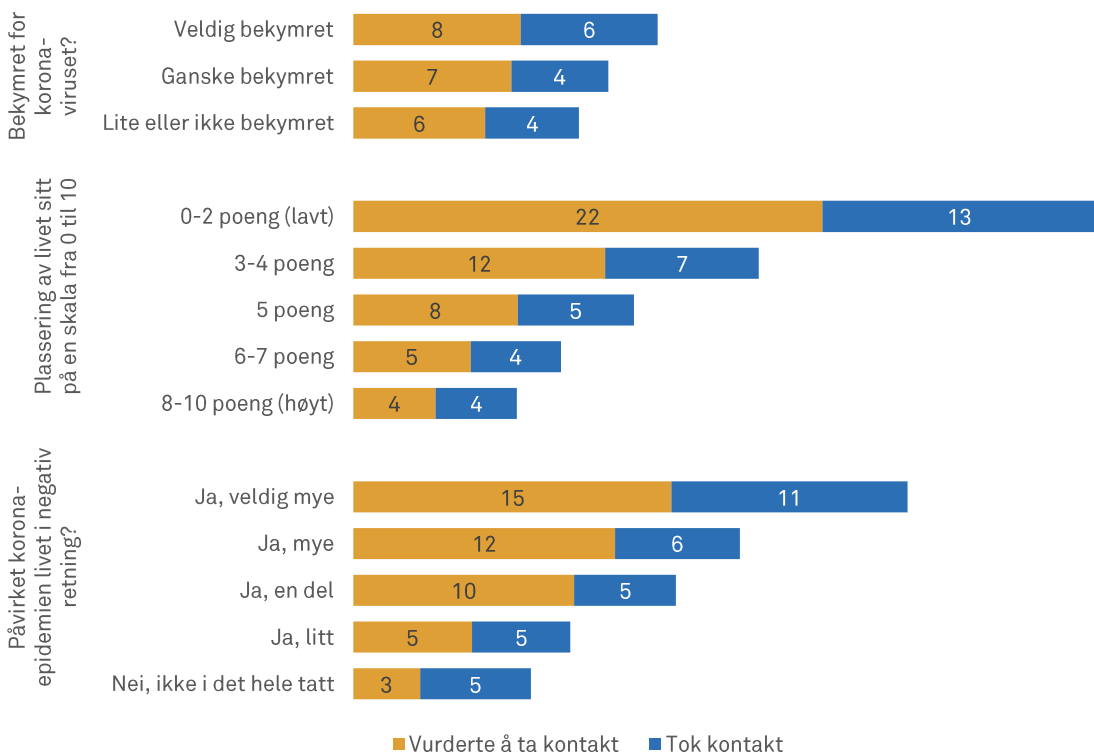
Totalt 5 % av ungdom var i løpet av den siste måneden før undersøkelsen ble gjennomført i kontakt med skolehelsetjenesten eller en av hjelpetelefonene/-chattene. I tillegg var det 7 % som vurderte å ta kontakt.

Har stor prosent som i løpet av siste måned var i kontakt med eller vurderte å ta kontakt med skolehelsetjenesten og/eller en hjelpetelefon – etter kjønn og klassetrinn.

Har stor prosent som i løpet av siste måned var i kontakt med eller vurderte å ta kontakt med skolehelsetjenesten og/eller en hjelpetelefon – etter innvandrerbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



Har stor prosent som i løpet av siste måned var i kontakt med eller vurderte å ta kontakt med skolehelsetjenesten og/eller en hjelpetelefon – etter hvordan de vurderte livssituasjonen sin.



# Søvn

Å få nok søvn er viktig for både konsentrasjon og for trivsel. Mange har vært bekymret for at ungdom, særlig i skoledagene, sover for lite. Med hjemmeskole endret hverdagsrytmen seg, og skoleveien ble så kort som den kunne bli. Mange trengte heller ikke bruke like mye tid som før på å ordne seg før de skulle på skolen. Koronatiden ga rom for å sove lenger om morgenen, men kanskje også for endrete vaner på kveldstid? Bidro koronatiden til at ungdom sov lenger enn vanlig?

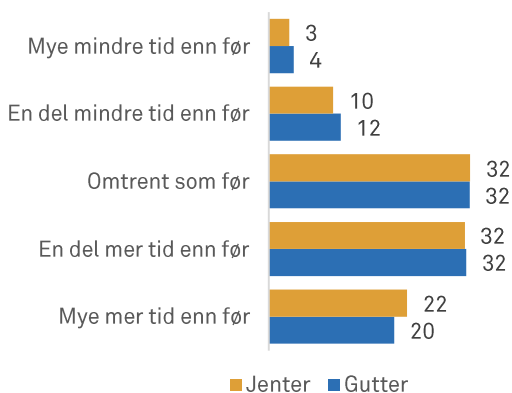
Ja, for mange var det tilfelle at de fikk sove mer. Over halvparten rapporterte at de sov mer enn normalt (53 %). 21 % brukte mye mer tid på å sove enn før, mens 32 % brukte litt mer tid. 32 % sov omtrent like mye som før, mens 15 % sov mindre enn normalt. En liten gruppe på 3 % sov mye mindre enn de gjorde før koronatiden.

Gutter og jenter endret søvnvanene sine i omtrent like stor grad. Det var imidlertid langt flere ungdom med innvandrerbakgrunn enn med norskfødte foreldre som rapporterte at de sov mye mer enn før. Så mange som 32 % av ungdommene med innvandrerbakgrunn sov mye mer enn vanlig, mot 16 % av ungdom med norskfødte foreldre.

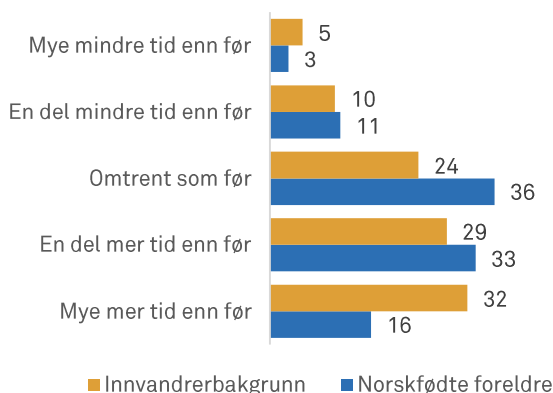
Vi vet lite om hva som gjorde at noen sov mer enn før, mens andre ikke endret søvnvanene sine eller sov mindre. Bekymringene for viruset ser imidlertid ikke ut til å ha spilt en særlig stor rolle, for ungdom som var svært bekymret for smitte og sykdom endret ikke søvnvanene sine på andre måter enn det de som var helt ubekymret for viruset gjorde. Ungdom som generelt var lite tilfreds med hvordan livet deres var under koronatiden, eller som mente at koronatiden hadde påvirket livet deres i negativ retning, var klart overrepresentert i gruppen som rapporterte at de sov mindre.

” Med hjemmeskole endret hverdagsrytmen seg. For halvparten av ungdommene betød det mer søvn. Men 15 % sov mindre enn de pleide.

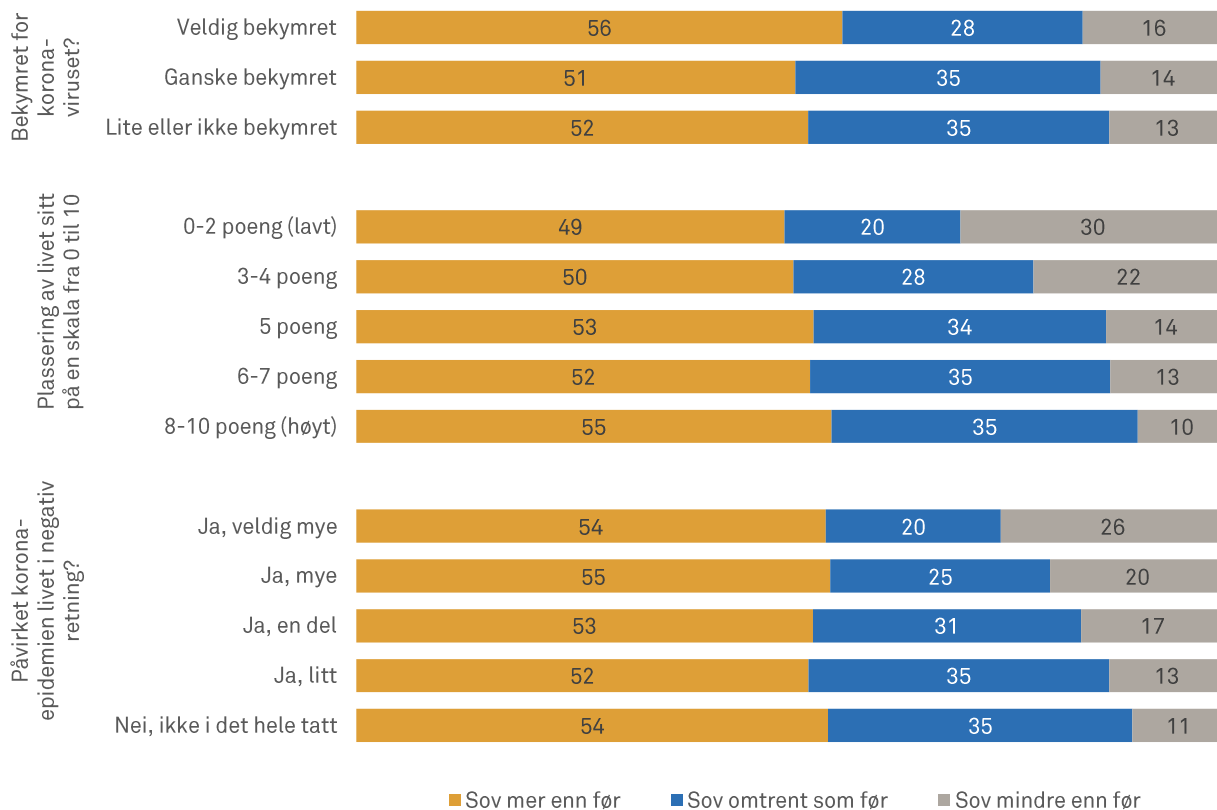
Om ungdom brukte mer eller mindre tid på å sove enn før – etter kjønn



Om ungdom brukte mer eller mindre tid på å sove enn før – etter innvandrerbakgrunn



## Hvordan ungdommene endret tiden de brukte på å sove – sett i sammenheng med hvordan de vurderte sin egen livssituasjon.



### Med egne ord

I følge mange ungdommer påvirket covid-19-pandemien søvnvanene deres. På et åpent spørsmål om hva som var den største positive endringen i hverdagen etter at pandemien kom til Norge, er søvn ett av de temaene som går igjen.

Mange skriver enkelt og greit at det mest positive som skjedde var at de fikk «mer søvn». For mange var nok dette etterlengtet, for som en skriver: «jeg kan endelig få det jeg trenger av søvn».

Søvn knyttes også til psykisk helse: «Bedre psykisk helse og ingen søvnproblemer lenger». En annen skriver «Får bedre søvn og har hatt mere energi til å være sosial».

En skriver: «Nå får jeg mer søvn, og våkner på en tid hvor det er lyst ute. Min drøm er at skolen ikke begynner før 09.00»

Søvn er også et tema for de som opplevde negative sider ved koronasituasjonen, og viser igjen pandemiens tvetydighet og ambivalens. Flere knytter dette til skolen, som for eksempel en som skriver: «Jeg stresser mer om skole, jeg har ikke vært så fysisk aktiv og jeg har fått veldig lite søvn.»

En annen utdyper dette ved å skrive «Skolen er problemet, det er for mange innleveringer og lekser rett etter hverandre pluss fagsamtaler. Jeg sitter foran PC-en min i mer enn 8 timer. Øynene mine blir verre og foreldrene mine blir bekymret for hva slags lekser skolen gir meg. Jeg får heller ikke så mye tid med familien, den eneste tiden jeg får med familien er middag. Og fristen til noen av innleveringene er noen ganger for korte. Jeg våkner hver dag 09:00 pga videomøte og sover 02:00 eller 03:00 hver dag pga leksene og innleveringene. Søvnrutinen min har blitt mye verre og jeg får ikke like mye energi som jeg pleide å ha før.»

# Veksterfaringer

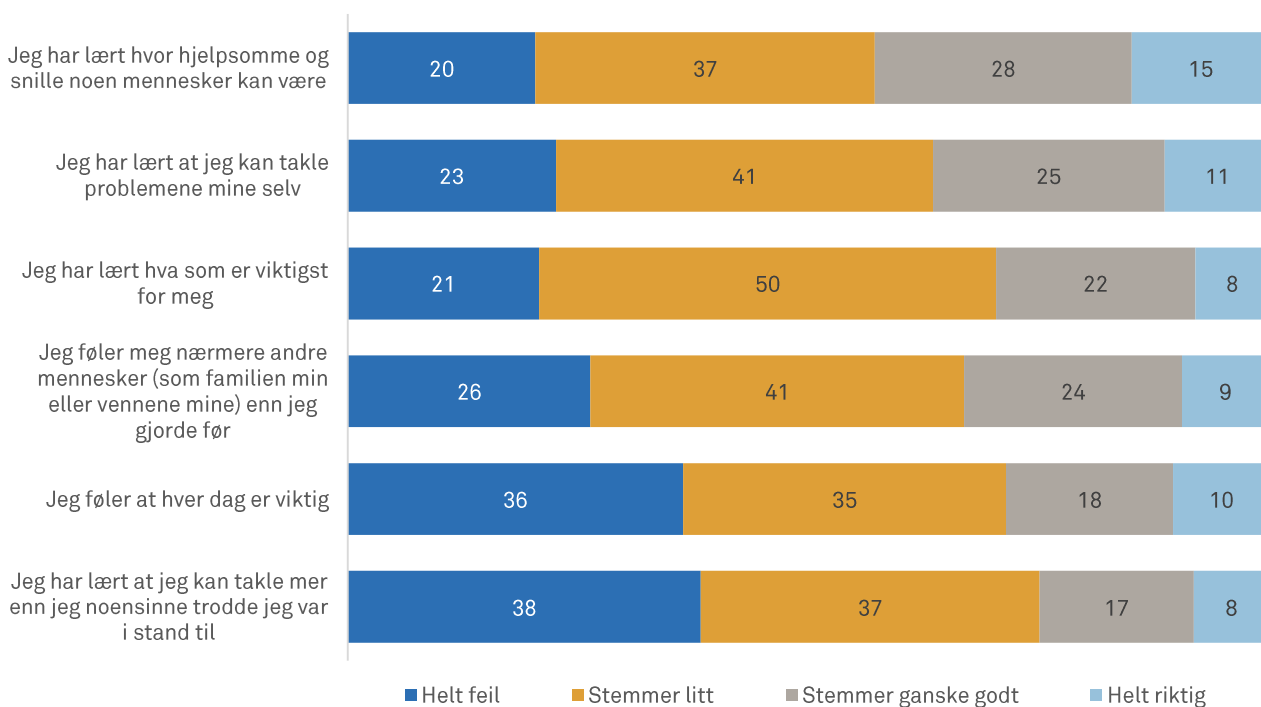
Selv om restriksjonene som ble innført under covid-19-pandemien la begrensninger på livet til ungdom, har vi tidligere i dette kapittelet sett at mange opplever at pandemien også hadde positive konsekvenser. Med hjemmeskole og stengte fritidsaktiviteter ble tiden og rytmen i hverdagen forandret. Koronatiden åpnet nok for mange et frihetsrom, en kunne bruke mer tid på ting en likte. Påvirket covid-19-pandemien også ungdommene på et dypere plan?

Forskere har de senere årene vært opptatt av at traumatiske eller svært negative personlige opplevelser, i tillegg til å ha negative konsekvenser, også kan åpne opp personlige ressurser og mestringsstrategier. Selv om pandemien for de fleste nok ikke ble en traumatisk opplevelse med alvorlig sykdom i familie eller nærmiljø, så kan de store omveltninger under pandemien gi grobunn for ettertanke, vekst og personlig utvikling.

Vi ville undersøke dette. Ungdommene ble stilt overfor seks ulike utsagn som handlet om hvorvidt pandemien på ulike måter kunne knyttes til personlig vekst. Våre data viser at en god del ungdom faktisk rapporterte at pandemien hadde ført til at de lærte mer om seg selv, om hva som er viktigst i livet, men også om hvordan de kan takle problemer. Hele 43 % mente at de lærte at mennesker kan være snille og hjelpsomme, og 33 % at de kom nærmere andre.

For de aller fleste var utsagnene om personlig vekst noe som enten ikke stemte eller kun stemte litt. Men 25 % oppga at alle eller de fleste utsagnene stemte ganske godt eller var helt riktig. Det var noen flere jenter (28 %) enn gutter (23 %) i denne kategorien, men liten variasjon etter alder. Det største utslaget gjaldt innvandrerbakgrunn. Dobbelt så mange unge med innvandrerbakgrunn (38 %) som unge med norskfødte foreldre (19 %) opplevde at koronatiden bidro til slike personlige veksterfaringer. Det var flere i lavere sosiale lag enn i høyere som mente at koronatiden bidro til vekst, og tilsvarende færre på vestkanten enn på østkanten. Ungdom med lavest karaktergjennomsnitt opplevde slike personlige veksterfaringer oftere enn de med best skolekarakterer.

## Hvordan korona-pandemien bidro til å gi ungdom positive personlige veksterfaringer. Prosent



## Post-traumatisk vekst

Begrepet «posttraumatisk vekst» blir gjerne beskrevet som positivt opplevde personlige endringer knyttet til å det å ha opplevd en traumatisk hendelse (Hafstad & Siqveland 2008). Endringene kan blant annet handle om økt personlig styrke, bedre relasjoner til andre mennesker, eller en ny og dypere mening i livet.

Selv om vi antok at covid-19-pandemien for de fleste ungdommer ikke ville oppleves som traumatisk, ønsket vi å måle hvorvidt noe av det samme fenomenet kunne knyttes til de erfaringene ungdommene gjorde seg under covid-19-pandemien.

For å måle dette, brukte vi spørsmål fra en barne- og ungdomsversjon av skalaen «Posttraumatic Growth Inventory». Skalaen tar utgangspunkt i at svært negative og traumatiske opplevelser kan utløse sterkt negative psykiske reaksjoner, men at slike opplevelser for noen også medfører positive endringer, som personlig utvikling og nye prioriteringer i livet.

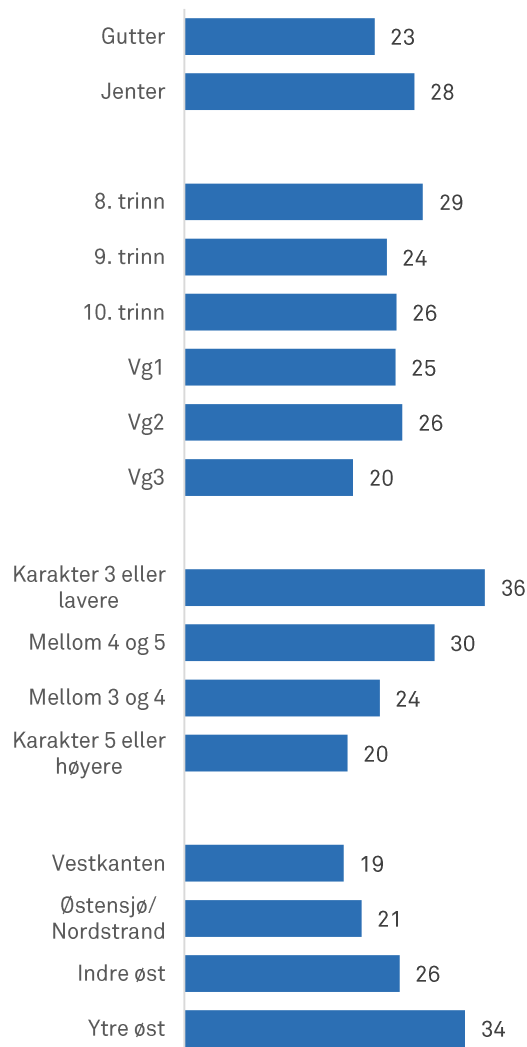
Den opprinnelige skalaen måler fem positive psykologiske og mellommenneskelige endringer og vi målte tre av disse: (1) Positive endringer i hvordan man forholder seg til andre personer, (2) økt kapasitet til å håndtere vanskelige situasjoner i livet og (3) økt evne til å verdsette livet. Vi brukte to spørsmål for å måle hver av endringene.

Se denne artikkelen for mer informasjon om begrepet posttraumatisk vekst:

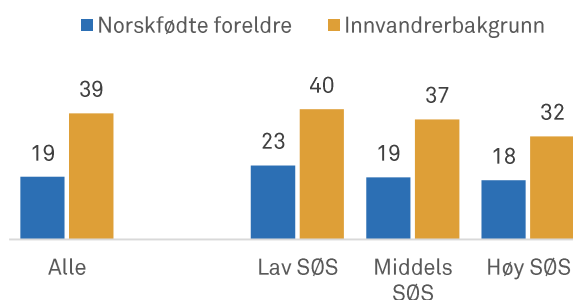
[Hafstad, GT & J. Siqveland \(2008\). Posttraumatisk vekst: Et mer helhetlig syn på posttraumatisk tilpasning. Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 45, nummer 12, 2008, side 1507-1511](#)

” For en av fire førte pandemien til det vi kan kalle for personlige veksterfaringer.

Prosent av ungdom med ulike kjennetegn som opplevde at pandemien førte til positive personlige veksterfaringer (alle eller de fleste utsagnene om positive veksterfaringer stemte ganske godt/var helt riktig)



Prosent som opplevde at pandemien førte til positive personlige veksterfaringer – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)





# Framtiden

Det er vanskelig å si hvordan covid-19-pandemien vil påvirke ungdommene framover. Men hvilke tanker har de selv om dette? Og hva tenker de om påvirkningene fra pandemien på samfunnet vårt i framtiden, og ikke minst om de økonomiske konsekvensene pandemien vil få?

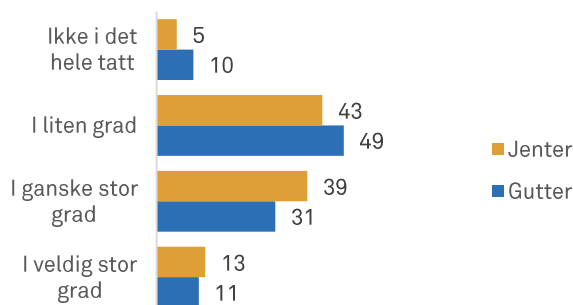
Også her framkommer et bilde av en ungdomsbefolkning med varierte meninger. Riktignok mente svært få (7 %) at pandemien ikke kommer til å endre framtiden deres i det hele tatt. Utover dette deler ungdommene seg i to – der den ene halvparten (46 %) mente at livet deres, som en konsekvens av pandemien, bare vil bli endret «litt», og resten (47 %) at endringene ville bli ganske eller veldig store.

Et nokså stort flertall (73 %) mente likevel at samfunnet kommer til å bli endret i stor grad. Bare en av tre var i større grad bekymret for hvordan det vil gå med økonomien i Norge, selv om det også var mange som her var «litt» bekymret.

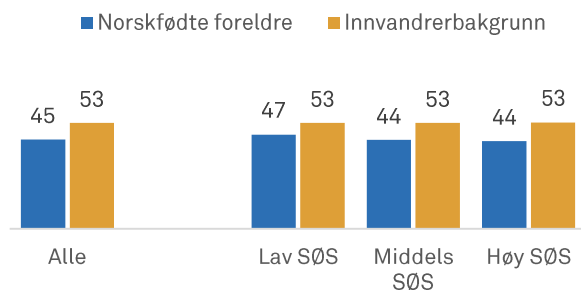
Jenter var i litt større grad enn gutter overbevist om at pandemien vil få konsekvenser for framtiden. Det var også litt flere med innvandrerbakgrunn enn uten, som mente det samme. Utover dette var det bare mindre forskjeller mellom ungdom med ulik sosioøkonomisk bakgrunn.

Selv om de fleste tror at det vil bli noen forandringer framover, er ikke alle entydig pessimistiske med tanke på hva som vil skje. De aller fleste (64 %) tror selv de kommer til å få et godt og lykkelig liv, og kun 5 % svarer «nei» på dette spørsmålet. Svarene kan sammenliknes direkte med resultatene fra Ung i Oslo 2018. Den gang svarte 69 % «ja» og 3 % svarte «nei». Andelen som trodde de kommer til å bli arbeidsledige endret seg derimot litt mer. Under koronatiden svarte 26 % at de trodde dette, mot 20 % i 2018. Tallene viser likevel at framtidsoptimismen blant unge fortsatt er stor.

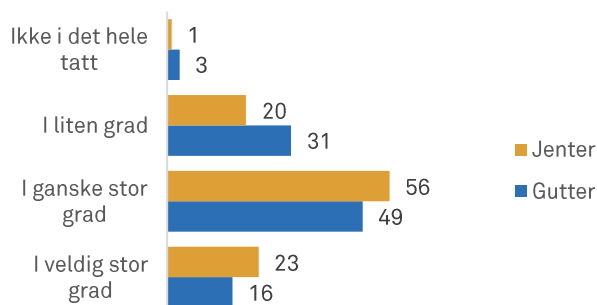
## Tror du korona-pandemien vil komme til å endre framtiden din?



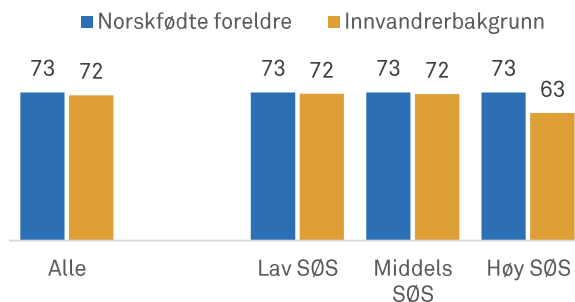
## Prosent som tror korona-pandemien i stor grad vil endre framtiden din – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



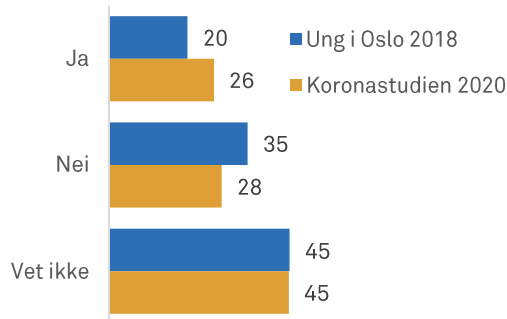
## Tror du korona-pandemien vil komme til å endre samfunnet vårt?



## Prosent som tror korona-pandemien i stor grad vil endre samfunnet vårt – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



### Tror du at du noen gang vil bli arbeidsledig? Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020



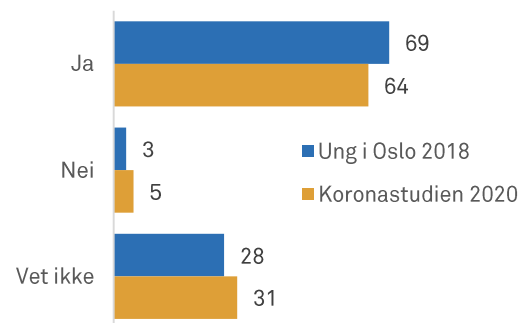
#### Framtidstanker

To spørsmål om framtidstanker fra Ung i Oslo ble stilt til ungdom under koronatiden. Hvordan tror de at framtida deres vil bli? Vil de bli arbeidsledige? Vil de komme til å få et godt og lykkelig liv?

Svarene viser at litt færre under koronatiden er optimistiske med tanke på hva framtiden vil by på. Det er litt flere enn før som tror de vil bli arbeidsledige, og noen færre tror de vil få et godt og lykkelig liv.

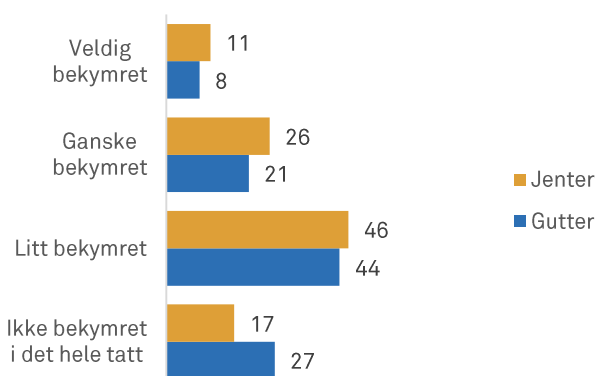
En god del synes slike spørsmål kan være vanskelige å gi svar på, og svarer «vet ikke». Det er likevel omtrent like mange som er usikre på disse spørsmålene som før.

### Tror du at du vil komme til å få et godt og lykkelig liv? Ung i Oslo 2018 og Koronastudien 2020

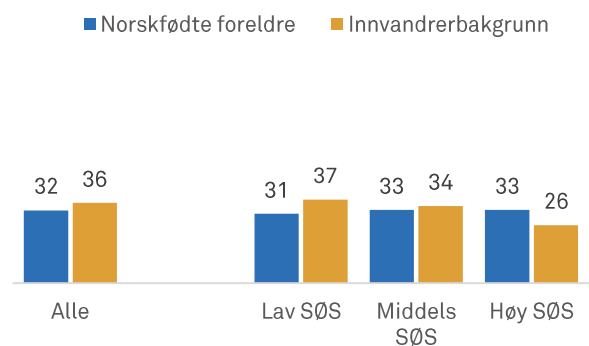


” Selv om litt flere enn før tror de vil oppleve arbeidsledighet, er framtidsoptimismen blant unge fortsatt stor.

### Har korona-pandemien gjort deg bekymret for hvordan det vil gå med økonomien i Norge?



### Prosentandel som var ganske eller veldig bekymret for hvordan det vil gå med økonomien i Norge – etter innvandringsbakgrunn og sosioøkonomisk status (SØS)



# Livet med egne ord

Våre kvantitative data viser at ungdommenes tilfredshet med livet og livskvalitet ble lavere under pandemien. Når de beskriver de negative konsekvensene av pandemien med egne ord, ser vi også tydelige spor av dårligere livskvalitet for mange.

Mangelen på rytme i hverdagen kunne for eksempel bli problematisk. Døgnet manglet plutselig grenser. Mange kjedet seg, andre mistet all motivasjon. Flere beskrev at de paradoksalt nok ble slitne av å ha så lite å gjøre.

## Kjedsomhet og engstelse

Slike negative reaksjoner kunne ta ulike uttrykk. Én skrev: «Er rastløs, føler jeg blir gal av å bruke så mye tid i mitt eget hode.» Flere beskrev kjedsomhet. Noen mistet konsentrasjonen når de måtte jobbe alene, uten feedback og støtte fra andre.

For flere av dem som ellers synes å slite med problemer ble nok koronatiden særlig krevende, fordi den jevnlig eksponeringen for andre, med kontakt og korrektiver forsvant.

Mange ble sittende nokså alene, mens angsten økte. Én sa det slik: «Jeg har sosial angst. Jeg får ikke snakket med mennesker like mye som før og derfor møter jeg ikke angsten min så ofte. Den indre angsten vokser og jeg isolerer meg mer. Jeg gruer meg mer og mer til å møte mennesker, dess lenger jeg er isolert.»

” **«Jeg har sosial angst. Jeg får ikke snakket med mennesker like mye som før og derfor møter jeg ikke angsten min så ofte. Jeg gruer meg mer og mer til å møte mennesker, dess lenger jeg er isolert.»**

Flere savnet profesjonell hjelp og støtte som de nok ellers hadde god nytte av. For flere synes denne isolasjonen å ha blitt til en selvforsterkende spiral, med økende redsel for kontakt.

Selv om ungdommene forholdsvis sjelden beskrev selve covid-19-pandemien og bekymringen for smitte og sykdom når de skulle fortelle om erfaringene med egne ord, dukket også de mulige sosiale og medisinske konsekvensene av viruset opp i tekstene til en mindre gruppe. Noen var bekymret for besteforeldrene. Én skrev: «Kanskje pappa går konkurs», en annen: «Veldig redd for å smitte pappa, han kan bli alvorlig syk og dø.»

Noen irriterte seg over at andre ikke fulgte smitteverntreglene, noe vi allerede i våre kvantitative data har vist at var en vanlig oppfatning. Én skrev: «Folk følger ikke reglene». En annen: «Folk kjøper alt i butikkene». En kritikk av den hamstringen en kunne se i starten av pandemien.

## Koronatidens tvetydighet nok en gang

Men nok en gang observerte vi også noe helt annet: For noen økte livskvaliteten, fordi pandemien kom med ettertanke og ro, med frihet fra mange former for press. Én skriver: «Jeg slipper mobberne i klassen». En annen: «Jeg har kuttet ut giftige mennesker». En jente forteller at det er godt å slippe å gå på skolen når hun har menses. Flere synes rett og slett det er deilig å slippe å treffe andre, de liker godt å være alene. Mange uttrykker takknemlighet over helsevesenet og hjelpen de selv eller familien kommer til å få dersom de blir syke.

---

Selv om livskvaliteten generelt ble lavere under pandemien, ser vi nok en gang den tvetydigheten som løper gjennom våre data i hele denne studien: Covid-19 kom med lavere livskvalitet, men også med frihet fra krav og med en annerledes hverdag med mulighet til å glede seg over mye som ellers tas for gitt.

Noe av det mest gripende når ungdommene fortalte om pandemien med egne ord, var fortellingene med en eksistensiell undertone. Flere mente de hadde blitt bedre kjent med seg selv, og en skriver helt kort at det mest positive ved pandemien er «more self-awareness». Antakelig et tegn på interesse for såkalt positiv psykologi.

Vi har i rapporten allerede vist at mange mener at de har lært noe om hva som er viktig i livet og at de har kommet nærmere andre mennesker. Med sine egne ord forteller de også om slike temaer. Flere har fått en ny forståelse og mer respekt for samfunns-kritiske jobber som vi vanligvis ikke plasserer på toppen av statushierarkiet. Én skrev: «Jeg har fått mer respekt for sykepleiere, vaskepersonell, butikkmedarbeidere og søppeltømmere. Håper de får bedre arbeidsvilkår og 100 % stillinger».

Flere beskrev at pandemien var uttrykk for en klode med miljøproblemer og at vi tross alt må glede oss over mindre klimagassutslipp. En av ungdommene var opptatt av klimakrisen og en feilslått flyktninge- og narkotikapolitikk: «Alle er i sin egen boble, tenk Moria, tenk klimakrise, tenk rusmisbrukere!»

Ungdomstida kan fylles med store spørsmål, og slike spørsmål fikk økt kraft under covid-19-pandemien. Det ser vi til fulle når ungdommene i vår studie forteller om den med sine egne ord. Ofte er det en tvetydighet i disse eksistensielle betraktningene. På den ene siden uro og usikkerhet, samtidig er det lysstrimer i mørket. I en av de mer poetiske formuleringene aner vi flere lag av mening: «En mørk sky henger over oss, selv om sola skinner. Nå trenger vi hverandre (på avstand) mer enn noe annet.»

Det er fint sagt, ikke sant?

” «En mørk sky henger over oss, selv om sola skinner. Nå trenger vi hverandre (på avstand) mer enn noe annet»

# Avslutning

Gjennom studien «Oslo-ungdom i koronatiden» har 12.686 tenåringer fra Oslo gitt sin stemme for å fortelle om ungdomslivet under covid-19-pandemien. Hvordan var det å leve under strenge restriksjoner, med stengte skoler og med avlyste fritidsaktiviteter? Tallene er analysert og supplert med ungdommers egne fortellinger om hvordan det var under det vi her omtaler som «koronatiden» – noen høyst uvanlige uker fra midten av mars til starten av mai 2020. I dette avslutningskapitlet oppsummerer vi hovedfunn og trekker linjer i det store bildet.

## Pandemien treffer

Med pandemien endret Norge seg, og virkningene slo med full kraft inn i ungdommenes hverdagsliv. Smitteregler ble innført, skolene ble stengt, og de fleste ungdommene var hjemme sammen med foreldre som hadde mistet jobben, hadde hjemmekontor, eller som satt i karantene. Daglig kom det nyhetsoppslag om smitte, sykdom og død, og myndighetene innførte stadig nye tiltak som direkte angikk også de unge.

I kapittel 2 viste vi at de aller fleste opplevde at foreldrenes arbeidshverdag ble endret: Hele 70 % av ungdommene opplevde at minst en av foreldrene fikk hjemmekontor. Tøffere var det nok for dem som opplevde at foreldre ble permittert eller mistet jobben, det gjaldt 20 %.

Var det de sosioøkonomisk svakstilte som ble rammet? Et stykke på vei var det slik. Flere foreldre med innvandrerbakgrunn enn uten mistet jobben, og det gjaldt flere blant dem med lav enn med høy sosioøkonomisk status.

Men det rammet også lenger opp i samfunnspyramiden. Forskjellen mellom andelen som opplevde at foreldrene mistet jobben på den velstående vestkanten (16 %) og bydelene i indre (22 %) og ytre øst (23 %) var mindre enn forventet. Det er en sosial gradient her, de lavest på rangstigen rammes hardest, på samme måte som vi ser ved de fleste epidemier. Men det er også riktig å si at ungdom fra alle sosioøkonomiske sjikt, og alle deler av byen, kom tett på pandemiens konsekvenser. Mange hadde selv foreldre som mistet jobben, og hver fjerde opplevde at noen de bodde sammen var i karantene.

Begrepet «hjemmekontor» klinger annerledes enn «arbeidsledig» eller «permittert»; underteksten er høyere status og høy sosial klasse. For mange yrker som plasseres lavt i den sosioøkonomiske lagdelingen, som varehandel, renhold og transport, er begrepet hjemmekontor meningsløst. Det er derfor ikke overraskende at vi her ser det motsatte mønsteret av det vi ser ved permitteringer. Hjemmekontor var vanlig blant dem med god økonomi og i de vestlige bydelene hvor hele 86 % av ungdom hadde foreldre med hjemmekontor. Men også i ytre Oslo øst hadde halvparten av foreldrene slike ordninger. De nye hjemmekontorene fantes altså spredd over hele byen. Andelen i karantene var jevnt fordelt i alle sosioøkonomiske grupper og i alle bydeler.

Alle familier ble preget av pandemien, og en god del av ungdommene bekymret seg for hvordan det ville gå med dem selv og familien. Hva skulle de leve av i fremtiden? I denne subjektive fortolkningen ser vi det kanskje sterkeste avtrykket av sosial ulikhet: Mens 13 % av dem med norskfødte foreldre var bekymret for familiens økonomi, gjaldt det hele 31 % av dem med innvandrerbakgrunn. Blant dem uten permitterte foreldre var det 14 %, blant dem med permitterte foreldre var det hele 37 %.

**” Alle familier ble preget av pandemien. Men bekymringene for hvordan det skulle gå med familiens økonomi var sosialt skjevfordelt.**

Disse bekymringene er nok personlige og subjektive, men formes på en distinkt og skarp måte av sosial ulikhet. De formes sosialt, som en ofte sier i sosiologien.

Kapittel 2 viste også at mange var bekymret for smitte og sykdom. Over 90 % var minst «litt bekymret» for at venner eller noen i familien skulle bli syke. Mer overraskende er det at nesten halvparten ikke i det hele tatt var bekymret for selv å bli smittet. Kanskje skyldes det at det fra starten av var klart at viruset er mindre farlig for unge mennesker?

Det er to andre slående mønstre her: Mange flere jenter enn gutter er bekymret, og det gjelder flere med innvandrerbakgrunn. Det er altså en kjønn dimensjon tilstede, som vi også finner i mye annen helseforskning: Kvinner er mer opptatt av sykdom og smitte enn menn, og de responderer bedre på forebyggende tiltak.

Vi ble derimot litt overrasket over at ungdom med innvandrerbakgrunn var mer bekymret enn andre. Kanskje reflekterer dette at flere faktisk hadde opplevd smitte og sykdom i sine nærmiljøer? Smittetallene har, relativt sett, ligget høyt i bydelene med flest innvandrere i Groruddalen og indre Oslo øst.

Kapitlet viser også at flertallet fulgte smittevernreglene på en temmelig god måte, og den enkleste regelen – å vaske hendene – har størst oppslutning. Men igjen ser vi en kjønn dimensjon: Jentene fulgte reglene bedre enn guttene.

## ” Flertallet fulgte smittereglene. Jentene i større grad enn guttene.

Ungdom med innvandrerbakgrunn og de som bor i ytre Oslo øst fulgte reglene bedre enn andre. Vi bedømmer dette som ett av de viktigere funnene i studien, siden det har vært mye bekymring rundt smittespredningen i etniske minoritetsgrupper i nettopp denne delen av byen. Særlig i starten av pandemien fikk dette stor oppmerksomhet, noen ganger med en eksplisitt eller implisitt innvandrer-kritisk undertone. Våre funn viser et annet

bilde. Kanskje også dette reflekterer at denne gruppa hadde opplevd smitte og sykdom i nærmiljøet? Kanskje kom covid-19-pandemien mye tettere på dem enn på andre Oslo-ungdommer i disse intense ukene?

Mer enn to av tre fulgte godt med på nyheter om pandemien, og vi mener det er et sentralt funn at mainstream medier, aviser, radio og tv, var så viktige blant ungdom. Ut fra hva vi ellers vet om ungdoms medievaner, er dette overraskende. Antakelig fikk ungdom, som de fleste andre, behov for å holde seg oppdatert mens konsekvensene av pandemien slo inn som hardest. Foreldrene var også en viktig kilde til kunnskap, særlig blant de yngste, og flere enn vanlig så nok Dagsrevyen sammen med foreldrene. Enda flere ungdommer brukte sosiale medier, ofte som en videreformidling av nyheter fra de tradisjonelle mediene.

Skolen spilte en mindre viktig rolle som informasjonskilde til å holde seg orientert, kanskje ikke så merkelig siden den var organisert som en digital hjemmeskole, noe vi belyser mer inngående nedenfor.

Helsemyndighetene har grunn til å være fornøyde. Ni av ti mener de har gjort en god jobb for å takle pandemien. Lederne fra Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet (FHI) ble nasjonale kjendiser i ukene etter at pandemien brøt løs, og de var daglig i alle nyhetskanaler. Mange ble dessuten portrettintervjuet i ulike medier. Folk fikk et helt nytt forhold til dem, og ungdommene har tillit til dem.

Tilliten til politiske myndigheter er også høy, og reflekterer nok det samme vi nå ser fra andre målinger, nemlig at Erna Solberg har styrket sin posisjon som statsminister under covid-19-pandemien. Men det er kanskje urovekkende for henne og andre politikere at det blant ungdom med innvandrerbakgrunn er en betydelig minoritet som ikke har slik tillit. Den samme skepsisen ser vi ikke i forhold til helsemyndighetene.

## ” Ni av ti mente helsemyndighetene gjorde en god jobb med å takle pandemien.



## Det sosiale livet

Restriksjonene innebar begrensninger i det fysiske samværet med de man ikke bodde sammen med. Sosial distansering ble ikke bare et nytt ord, men også en realitet for mange.

Pandemien innebar at familiene fikk mye mer tid sammen, og funnene i kapittel 3 viste at tiden for mange ble brukt på en fin måte. Mer enn halvparten brukte mer tid enn vanlig på å gjøre hyggelige ting med familien, og en kunne tenke seg at dette var vanligere i familier med mye sosioøkonomiske ressurser og romslige boliger, og vanligere på velstående Oslo vest enn i andre deler av byen. Men det var små forskjeller etter sosioøkonomisk status og bydel. Derimot var det flere med innvandrerbakgrunn som oftere enn før gjorde hyggelige ting med familien.

Mange har bekymret seg for økt vold og mishandling i familier som lukker seg inne, uten vanlig sosial kontroll, under pandemien. Vår studie var ikke egnet til å belyse dette temaet inngående, men vi stilte et forsiktig spørsmål om de hadde opplevd mer krangel enn vanlig i familien. Rundt en av fire rapporterte om det, altså bare halvparten så mange som opplevde at familien gjorde flere hyggelige ting. Det var små forskjeller etter sosioøkonomisk status også her, men litt overraskende var det flere som rapporterte om økt krangling på Oslo vest. Dette reflekterer nok dels at det også er færre fra innvandrerfamilier som rapporterer om krangling. På Oslo vest er det få innvandrere.

Hele fire av fem hadde kontakt med familiemedlemmer som de ikke bodde sammen med på nett eller mobil. For noen gjaldt det nok besteforeldrene, hvor mange på grunn av alder vil være i risikogruppene. Det er små forskjeller etter sosioøkonomisk status, men igjen ser vi det samme som over – flere med innvandrer-bakgrunn har slik digital kontakt med andre i familien.

Samlet sett ser det altså ut til at mange av familiene med innvandrerbakgrunn har respondert spesielt bra på pandemien – med hyggelige aktiviteter, med mindre krangling, med mer kontakt med andre familie-medlemmer.

Begrepet «sosial distansering» var ikke i bruk før pandemien, men gikk raskt inn i dagligspråket. Det handler om fysisk og sosial distanse, og formålet er å stoppe eller bremse spredningen av viruset. Sammen med håndhygiene og tiltak for å forhindre dråpesmitte (skjerme seg ved hosting og nysing), var dette det aller viktigste smitteverntiltaket. I kapittel 3 viser vi at flertallet av ungdommene likevel fortsatte å treffe venner eller kjæreste fysisk, mens bare en av fire ikke gjorde det.

Det slående er at ungdom med innvandrerbakgrunn gjorde det i mye mindre grad enn andre. De holdt seg oftere hjemme, noe som nok spiller en rolle for deres gode smitteatferd. Det samme gjelder ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status. Disse forholdene veves sammen, og innebærer at det blant ungdom i ytre Oslo øst er hele 25 % som ikke har vært sammen med andre enn dem de bor sammen med. I Oslo vest er det bare 10%.

I en situasjon der sosial distansering var normen, er det rimelig å forvente at mange ville komme til å slite med ensomhet. I kapittel 3 viser vi at det var en del som slet med ensomhetsfølelser, men langt fra alle. 11 % var veldig mye plaget, og 17 % ganske mye plaget. Tallene var noe høyere enn da vi undersøkte det samme i Oslo i 2018. Endringene var tydeligere blant gutter enn blant jenter.

Sett i lys av hvor inngripende pandemien var i ungdommenes liv, kan disse resultatene virke overraskende, og man kan spørre seg hvorfor ikke ensomheten økte mer og hvorfor ikke enda flere var ensomme?

Et mulig spor kan være at mange faktisk brukte mer tid enn før på enkelte sosiale aktiviteter. For det var mange som brukte mer tid sammen med familien sin enn før, de

**” Noen flere opplevde ensomhet under koronatiden enn før. De aller fleste var likevel ikke ensomme.**



trente mer, brukte mer tid til gaming, og var oftere sammen med venner på nett. Alt dette kan tenkes å ha motvirket følelsen av ensomhet i en tid med mindre fysisk kontakt med jevnaldrende. Samtidig fant vi at de mest ensomme ungdommene også var de som brukte mindre tid enn før på disse aktivitetene.

Fester og bruk av alkohol er en sentral del av det sosiale livet for mange i det aldersspennet vi belyser. I starten av ungdomsskolen gjelder det bare noen få, i videregående gjelder det etter hvert flertallet.

Hva skjedde da landet ble stengt? Datainnsamlingen foregikk i overgangen april - mai, og det var bra vær i Oslo. Russetiden var mer eller mindre avblåst. Innebar de strenge tiltakene at ungdommene også sluttet å feste og drikke? Vi har tidligere gjennom Ung i Oslo-studiene dokumentert at Oslo er svært delt også på dette feltet, med en fuktig vestkant, hvor alkoholen spiller en viktig rolle, og en østkant med atskillig mindre alkohol og festing.

Kapittel 3 viser, som forventet, at få av dem som gikk i ungdomsskolen hadde vært på steder der alkohol var en del av det sosiale samværet under pandemien, men blant elevene i Vg3 gjaldt det halvparten. Det er to andre interessante funn her: mange flere med norskfødte foreldre (28 %) enn med innvandrerforeldre (12 %) var med på slike fuktige samvær. Dessuten er det en slående sammenheng mellom alkohol og smittevern: Hele 27 % av dem som ofte var sammen med andre der alkohol ble drukket, fulgte i liten grad smittevernreglene. Blant dem som ikke hadde vært med på slike samlinger, var det bare 7 %.

Finner vi også en sammenheng til hvor i byen ungdommene bor? I figuren til høyre har vi bare tatt med elevene i videregående skole. Vi har delt dem opp i de som var, og de som ikke var sammen med andre ungdommer der alkohol var en del av samværet, og undersøker forskjeller etter bydel. På Oslo vest var det hele 52 % som var på steder der det ble brukt alkohol under pandemien, i ytre Oslo øst var det bare 23 %. De fuktige alkoholkulturene blant ungdom på Oslo vest har altså holdt stand under pandemien. Det kan ha påvirket smitteatferden i negativ retning.

I kapittel 3 viste vi også at det store flertallet av ungdommene hadde kontakt med andre på mobil eller nett. Det var ikke uventet. Men over halvparten hadde hatt mer kontakt enn vanlig. Den sosiale distanseringen ser altså ut til å kompenseres til en viss grad gjennom mer aktivitet på digitale plattformer og i sosiale medier.

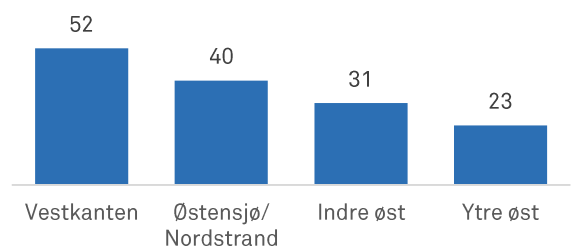
Funnene knyttet til dataspill eller gaming er slående: Det er stort sett gutter som driver med dette, og allerede før pandemien brukte mange gutter mye tid på disse aktivitetene. Likevel rapporterte to av tre gutter at de brukte mer tid enn vanlig, hvorav mange av disse brukte mye mer tid enn tidligere.

Gaming som aktivitet var spredd jevnt over alder, samt i grupper med ulik sosioøkonomisk status. Heller ikke innvandringsbakgrunn var en viktig faktor. Blant gutter over hele byen fyltes pandemiens sosiale tomrom med fellesskapet rundt gaming.

## ” To av tre gutter brukte mer tid på gaming enn de pleide.

Organisert trening i regi av idrettslagene ble avblåst i mange uker, og det etterlot et savn for mange. Men mange fant nye måter å trene på. Det var en tendens til at de fra familier med høy sosioøkonomisk status tilpasset seg pandemien gjennom å trene mer enn før, men forskjellene var små.

**Prosentandel i ulike byområder som siden skolene ble stengt, var sammen med andre ungdommer der de selv eller andre drakk alkohol. Elever på videregående**



Hva med den mer intense fysiske aktiviteten, hvor en blir andpusten eller svett? Hvordan var situasjonen i forhold til tidligere målinger? Her var det en markert reduksjon, med 53 % som var fysisk aktive på denne måten minst 3 ganger i uka i 2018, mens det gjaldt 44 % under pandemien. Ved begge målingene fant vi et distinkt mønster: Intens trening er vanligst i grupper høyt i den sosioøkonomiske lagdelingen og mindre vanlig blant ungdom med innvandrerbakgrunn.

Vi spurte også de som var med i et idrettslag om hvordan de opplevde å ikke kunne delta. Bildet var entydig: to av tre opplevde dette som ganske eller veldig negativt, like andeler hos begge kjønn, men flere blant de eldste. Funnene peker på den store betydningen den organiserte idretten har i ungdommers dagligliv. Samtidig som det var like mange (to av tre) som savnet de andre faste fritidsaktivitetene de vanligvis drev med.

### Skolen

Over natten måtte skolen utforme digitale løsninger for undervisning og oppfølging av elevene. Noen lærere hadde nok allerede jobbet en god del på digitale plattformer, og de fleste elevene var godt fortrolig med å operere i et digitalt landskap. Men den nye hjemmeskolen krevde innsats på et helt annet nivå og kvalitativt nye måter å jobbe på for begge parter.

Vi samarbeidet med Utdanningsetaten i Oslo om studien, og en viktig motivasjon var å belyse hvordan skolen, lærerne og elevene klarte den store omstillingen. Vi stilte derfor elevene en rekke spørsmål om skole og undervisning. Viktigst var de to følgende: Hvordan har undervisningen fungert for deg? Dessuten: har du lært mer eller mindre enn du pleier?

Svarene på de to spørsmålene rommer i kortform nøkkelfunnene i denne delen av studien. Nesten halvparten av elevene var ganske eller veldig fornøyd med undervisningen, og bare rundt en av fire var ganske eller veldig misfornøyd. Mange mener nok at dette har fungert temmelig bra, at skolen og lærere har gjort en god innsats.

Svaret på det andre spørsmålet er mindre oppløftende: 14 % mente de lærte mer enn før, men så mange som 61 % mente de hadde lært mindre enn de pleide.

## ” Seks av ti elever mente de lærte mindre i hjemmeskolen enn de pleide.

Hvordan skal vi tolke det? Som en advarsel til de mange som synes å tro at det meste uten kostnader kan flyttes over på digitale plattformer? Som et uttrykk for at hjemmeskole og digital undervisning har sine begrensinger? Eller er det et uttrykk for at skolen og lærerne så langt har manglende erfaring med slik undervisning?

Funnene viser i alle fall stor spredning når det gjelder hvor mye og hvilke typer undervisning elevene har fått. De aller fleste har hatt digital undervisning der hele klassen er samlet, mange har sett på undervisnings- eller instruksjonsvideoer, mange har jobbet digitalt i grupper med andre elever, men bare en av tre har gjort det mer enn to ganger per uke. Mest slående er det kanskje at 68 % ikke har hatt en-til-en undervisning med lærer. Det er også stor variasjon med hensyn til hvor ofte elevene måtte logge seg på for å dokumentere tilstedeværelse.

Det samme gjelder hva slags oppgaver de har fått og i hvilket format de skulle leveres. Det er ikke overraskende at nesten alle elever skulle levere «vanlige» skriftlige oppgaver. Men det vitner kanskje om overskudd og fantasi hos lærerne at nesten ni av ti også hadde hatt praktiske oppgaver som trening, formingsarbeid og eksperimenter. Mer enn fire av fem skulle dessuten levere besvarelser som lyd-, bilde- eller videofil.

Bildet som avtegner seg, er stor variasjon og mangfold i tilbudet elevene får. Det samme gjelder hvor engasjerte de blir av undervisningen og hvor sterk kontrollen fra skolen er. Skolene og lærerne har løst utfordringene i den digitale hjemmeskolen på helt ulike måter. Kanskje er det en fordel.

Lokalt initiativ og frihet kan ofte forløse engasjement og kreativitet. Men det betyr også at det kan være vanskelig å se det overordnede bildet i det store eksperimentet hjemmeskolen kom til å bli. Det blir ikke enkelt å identifisere hva som har fungert bra og hva som har vært mindre bra. Våre data er i alle fall utilstrekkelige.

Det kan ikke ha vært lett å etablere «hjemmekontor» for alle elevene – i en situasjon hvor kanskje søsken og foreldre også satt hjemme og jobbet. Men funnene viser at nesten alle hadde god tilgang til datamaskin eller nettbrett; nesten alle hadde et bra fungerende internett, og mer enn fire av fem hadde mulighet for å sitte i fred mens de jobbet. Like mange opplevde at de fikk god hjelp fra foreldrene dersom de trengte det.

Dette var ett av de mest oppløftende funnene i hele studien: Foreldre og elever – sikkert godt hjulpet av skolene mange steder – må ha brukt både oppfinnsomhet og energi på å organisere hjemmeundervisningen. Vi ble imponert over måten de klarte å få det til. Samtidig er det noen sosiale forskjeller her, selv om de ikke er veldig store: Drøyt 70 % hadde en svært god læresituasjon hjemme (jobbe i fred, tilgang til pc, bra nett). Det gjaldt 76 % av elevene som bodde på Oslo vest, men bare litt færre (69 %) i ytre Oslo øst.

Mer slående var dette: Blant dem med en dårlig læresituasjon hjemme, var bare 20 % fornøyd med hvordan undervisningen hadde fungert, blant dem med en god læresituasjon gjaldt det hele 48 %. Blant dem med en dårlig læresituasjon hjemme hadde 44 % lært mindre enn de pleier, blant dem med en god læresituasjon gjaldt det bare 22%.

Innebar hjemmeskolen mye fri og rolige dager? For en liten minoritet, flere gutter enn jenter, gjorde den nok det. Men et flertall av elevene brukte faktisk litt mer tid på skolearbeidet enn vanlig, samlet sett. I hvert fall i perioden fram til månedsskiftet april/mai.

Lettet trykket av skolestress under hjemmeskolens første seks-sju uker? Nei, det var overraskende stabilt. Når vi sammenliknet med tidligere målinger, var det litt flere enn ellers som opplevde å ha mer skolearbeid enn de maktet å gjøre. Svært mange var dessuten bekymret for hvordan det ville gå med karakterene under pandemien.

## ” Skolestresset endret seg lite med hjemmeskolen. Det var minst like høyt som før.

Hjemmeskolen ble ingen time-out, skolen beholdt grepet på de fleste elevene, antakelig gjennom et komplekst samspill av oppfølging fra foreldre og lærere og effektive digitale virkemidler som gjorde mange klarte å holde tak i gleden ved skolearbeidet.

Skolen er en læringsarena, men også en sosial møteplass. På skolene var en selvsagt klar over denne doble funksjonen, og mange prøvde å styrke den sosiale kontakten elevene imellom på digitale plattformer. Men det ser ut til å ha fungert bare passe godt: Mer enn hver fjerde var direkte misfornøyd med den sosiale kontakten i klassen. Men det er forskjell etter alder. De yngste elevene var mest fornøyd, og på Vg3 var under en av fire fornøyd med den sosiale kontakten i klassen.

Hvor viktig er den sosiale kontakten med medelevene for opplevelsen av undervisningen og for læringsutbyttet? Statistisk er det tette forbindelser her. Hele 75 % av dem som var veldig fornøyd med den sosiale kontakten, mente at undervisningen fungerte bra. Blant dem som var misfornøyd, var det bare 17 %. Det samme gjaldt læringsutbyttet: 52 % av dem som mente det var dårlig sosial kontakt mente de lærte mindre enn de pleier, blant dem som synes det var bra sosial kontakt, gjaldt det bare 13 %. Det sosiale og det faglige veves sammen med komplekse og usynlige bånd.

## ” Elever som var fornøyd med den sosiale kontakten i klassen, syntes de lærte mye mer enn andre.

## Livskvalitet, vekst og hjelp

I innledningen til kapittel 5 beskrev vi hvordan pandemien kunne komme med prøvelser og kostnader, men at mange også beskrev lysere sider – mindre stress, foreldre med mer tid til å gjøre hyggelige ting. Vi spurte: Hva om vi veide negativt og positivt på en skålvekt? Hvilken vei ville vekten vippe? Nå vet du svaret: Den ville vippe mot det negative. Det var 30 % som opplevde mest negative endringer, for 18 % var det mest positivt.

Vel så viktig er det at nesten halvparten ikke mente pandemien hadde påvirket livet så mye langs disse dimensjonene, selv om hverdagslivet selvsagt ble endret for alle. En minoritet på 5 % opplevde både mye negativt og mye positivt.

Det siste kan høres kanskje merkelig ut, men er det egentlig det? Vi kan vel forestille oss at unntakstilstanden vi har opplevd kom med vanskelige opplevelser, men også med gleder, nærhet, kanskje ro, noen ganger veves ulike og motstridene følelser seg sammen.

Flere gutter enn jenter beskrev at pandemien hadde liten eller ingen påvirkning på dem, og dette reflekterer det vi har sett mange steder allerede – jentene tar oftere det som skjer under pandemien mer inn over seg; de føler sterkere, bekymrer seg mer. For flere av guttene synes verden oftere å gå sin vante gang, og mange har som vi har sett fylt tiden med gaming. Ikke overraskende så vi at mange av dem som brukte mer tid på hyggelige ting på familien opplevde at pandemien hadde gitt en overvekt av positive endringer. De som brukte mindre tid på hyggelige ting med familien, opplevde ofte at det negative var viktigst. Det som skjer i familien er på en rekke måter viktig for hvordan denne perioden ble opplevd.

” **Pandemien hadde både positive og negative virkninger på livet til de unge.**

Vi nærmet oss den samme problemstillingen på en litt annen måte, ved å spørre om hvordan livstilfredsheten og andre aspekter av livskvaliteten til ungdommene ble påvirket under pandemien. Funnene viste at et flertall mente livet deres generelt var bra, noe som er i tråd med tidligere studier. Men den minoriteten som ikke hadde så bra liv var blitt langt større enn det vi har sett ved tidligere målinger.

” **Flere enn før var misfornøyd med livet sitt.**

Ett av de mest interessante funnene, som vi har skrevet en egen artikkel om (von Soest m.fl. 2020), er at de sosiale forskjellene vi ellers ser i livskvalitet, det vi kaller sosiale gradienter, ble mindre under pandemien. Vanligvis rapporterer ungdom fra høyere sosiale lag høyere livskvalitet, nå ble slike forskjeller merkbart redusert. Det handlet om at ungdom med mye ressurser fikk redusert sin livskvalitet. Kanskje fordi mange av de impulsene de ellers får gjennom skole og fritid ble redusert?

Ett av de spørsmålene vi var mest spent på var løselig knyttet til begrepet posttraumatisk vekst. Vi var i tvil om hvor relevant det var, fordi vi antok at få hadde opplevd pandemien som et egentlig traume. Samtidig er det ingen tvil om at hverdagen ble endret for alle, mange ble bekymret for smitte og sykdom, noen opplevde at foreldre mistet jobben, og ikke minst var det mange som måtte gi slipp på alle de aktivitetene de hadde gledet seg til: feriene, cupene eller russetiden, som det ikke ble noe av.

Ga dette rom for ettertanke? Kan vi snakke om personlig vekst? Vi mener vi kan det – for en del av ungdommene. Basert på et samlemål av spørsmål som omhandlet relasjoner til andre og verdier i livet, viste vi at en av fire hadde lært viktige ting under pandemien.

Tilliten til andre hadde økt, verdier blitt avklart, de hadde lært å takle mer enn de trodde de ville klare. Jenter rapporterte oftere enn gutter slike erfaringer, men det mest slående var at ungdom med innvandrer-



rapporterte det mye oftere (38 %) enn ungdom med norskfødte foreldre (19%). Hva kan det skyldes? Mange med innvandrerbakgrunn oppholdt seg mye tettere på familien i denne perioden. Det kan ha spilt inn. Noen av familiene har i sin tur opplevd unntakstilstander før, som smertefull flukt eller migrasjon. Kan dette ha spilt inn?

Med hjemmeskole endret hverdagsrytmen seg, og åpnet blant annet et rom for å kunne sove lenger. Bidro koronatiden til at ungdom sov lenger enn vanlig? Ja, mer enn halvparten sov mer enn normalt. Én av tre sov omtrent like mye som før, mens 15 % sov mindre. Ungdom med innvandrerbakgrunn endret søvnnvanene sine mer enn andre.

## ” Koronatiden endret døgnrytmen til mange. Halvparten sov mer enn normalt.

Vi vet lite om hva som ligger bak alle disse endringene. Bekymringer for viruset ser imidlertid ikke ut til å ha spilt en særlig stor rolle, de som var svært bekymret for smitte og sykdom endret ikke søvnnvanene sine mer enn andre. Den mest interessante gruppen er kanskje de som sov mindre, selv om de antakelig hadde mange muligheter til å sove mer. Fellestrekket var at mange var lite tilfredse med livet sitt, eller at de mente at koronatiden hadde påvirket livet i negativ retning. Kanskje det var vanskelig å falle til ro, til å gli inn i søvnen.

For enkelte ble opplagt pandemien en rystende erfaring. Noen var allerede sårbare og hadde etablerte relasjoner til hjelpeapparatet som brått ble borte. Noen opplevde at foreldre mistet jobben, eller smitte og sykdom i nær familie, eller at rusproblemer og vold i familien kunne eskalere. Det var 5 % som hadde hatt kontakt med et hjelpetilbud (skolehelsetjenesten eller en hjelpetelefon). Er det få eller mange? Vel, samlet sett summerer det seg til temmelig mange ungdommer i Oslo. Dessuten er det de ungdommene som selv mente at de hadde det dårligst som oftest tok kontakt. En del hadde også vurdert å gjøre det.

Midt i mars, da skolen akkurat hadde stengt, foreldre var permittert eller hadde hjemmekontor, og gatene lå tomme, var det flere medier som brukte termen «Generasjon korona». Tanken var nok at pandemien kom til å bli en skjellsettende erfaring for dem som sto på terskelen til voksent liv. Slike metaforer brukes ofte på denne måten – om krig, uår eller sykdom som har preget dem som var unge da dette skjedde.

Kommer vi til å bruke dette begrepet om ti eller tjue år? Det vet vi ikke, men mens vi skriver dette – tidlig i juni – er i alle fall verden på overraskende rask fart tilbake til noe mye mer normalt. Selv Oslo Børs ser ut til å ta igjen mye av tapet fra dagene i begynnelsen av mars, da kursene raste utfor.

Hva tenker ungdommene selv? Vil de tenke på seg selv som Generasjon korona? Det vil i så fall neppe gjelde alle. For en stor del av dem, antakelig minst halvparten, ser ikke pandemien ut til å ha gjort veldig sterkt følelsesmessig inntrykk. Likevel mener et massivt flertall – rundt 85 % - at samfunnet kommer til å endres på grunn av pandemien.

Mange mener at deres egne liv også vil bli endret – det gjelder knapt halvparten. 26 % tror de kan komme til å bli arbeidsledige, en tidligere måling viste at det var 20 %. Det har trolig vært en økning, men ikke dramatisk.

Kanskje kan vi konkludere dette slik: Ungdommene forstår at de har vært gjennom noe som historisk sett vil bedømmes som stort og viktig. Pandemien vil endre samfunnet. Men de er mer usikre på hvor store endringene kommer til å bli for dem selv.

## ” Mange unge tror pandemien vil påvirke framtidens samfunn. Langt færre tror den vil påvirke dem selv.

## Det store bildet

Hva er de viktigste trekkene ved ungdommenes erfaringer og reaksjoner i den mest krevende fasen av pandemien? Hva er de sentrale elementene i det store bildet? Dette handler altså om noen uker i slutten av mars, hele april og starten av mai 2020. En periode hvor store deler av landet var stengt ned, også skolene, og hvor sosialt samvær ble radikalt innskrenket.

Vi har i rapporten forsøkt å brette ut de store endringene i sin fulle bredde. La oss til slutt prøve å samle trådene, se om vi klarer å identifisere noen overordnede temaer fra studien vår.

Utgangspunktet er at alle ungdommene i Oslo opplevde at livet ble totalt forandret. Det handler om det helt grunnleggende, det som strukturerer hverdagslivet – foreldrenes arbeidssituasjon, deres egen mulighet til å treffe venner, gå på trening eller spille i korpsset. Viktigst var det nok at skolen stengte. Alle opplevde disse endringene. I den forstand hadde pandemien et bredt og egalitært preg: den traff absolutt alle ungdommene i Oslo.

Samtidig viser svarene fra de nær 13.000 ungdommene at pandemien traff dem på svært forskjellige måter og med ulik styrke. Reaksjonene deres varierte også, fra en god del som ser ut til å mene at livet deres ikke ble særlig mye forandret – til de som opplevde pandemiens konsekvenser på en mye mer inngripende måte.

Omtrent halvparten tilhører den første gruppen, og mange av dem har hatt det bra i denne perioden. Ett av de funnene som overrasket oss mest var at hele tre av fire mente at pandemien i noen grad hadde påvirket livet deres i positiv retning. De har

” **Pandemien traff ungdomstiden på svært ulike måter – og med ulik kraft.**

selvsagt opplevd belastninger i familien, overfor venner, i tilknytning til skolen. Bekymringen for smitte og sykdom har nok vært reell. Likevel mener altså et flertall at pandemien også kom med mye som var bra. Mest overraskende: Så mye som en av fem ungdommer opplevde at konsekvensene av pandemien alt i alt var mer positive enn de var negative.

Hvordan kan vi forstå at så mange taklet det så bra? Hverdagslivet fikk selvsagt en ny form, med nye rutiner, nye rytmer. Mange tilpasset seg nok smidig den nye hverdagen. Familiene samlet seg rundt hyggelige aktiviteter. Kontakten med vennene tok nye former, men for de fleste har vennene likevel vært der, selv om avstanden fysisk har blitt større. Mange tilpasset seg også den nye hjemmeskolen, selv om de mener de lærte mindre. Mange har sovet mer, det kan ha gjort dem mer uthvilte, gitt mer energi. For noen ga nok pandemien mer ro og overskudd, samt ikke minst nye innsikter om hva som betyr noe, relasjonene til venner og familie, hva som er viktig i livet, og ikke minst større tro på egen evne til å takle problemer.

Men slett ikke alle fylte det sosiale tomrommet på denne måten. Mange har hatt det vanskelig, og når vi veier det positive mot det negative, er tallenes tale klar: det er flere som mener at pandemien alt i alt påvirket dem mest negativt enn det er som mente den påvirket dem mest positivt. Tilfredsheten med livet gikk ned, flere enn før opplevde ensomhet, skolestresset var minst like høyt som før skolene stengte, mange oppfattet at den sosiale kontakten med de andre i klassen ikke fungerte særlig bra, og mange savnet å drive idrett som normalt.

Når ungdom med sine egne ord, i våre kvalitative data, skal beskrive de største negative endringene, er det sosiale tomrommet, savnet av venner og trening og andre organiserte fritidsaktiviteter som ble avviklet det aller mest slående. Dernest kommer den store endringen knyttet til den digitale hjemmeskolen. Mange synes det var trist å ikke treffe klassekameratene og at det var vanskelig å opprettholde motivasjonen, selv om noen også gledet seg over den friheten hjemmeskolen kom med.

En mindre gruppe av ungdommene har slitt – med krangel i hjemmet, ensomhet, lavere livskvalitet, og utfordringer med hjemmeskolen. Nesten alle fikk bedre tid enn ellers, men noen ble mye mindre aktive enn vanlig. Passivitet og kjedsomhet er ut til å være et viktig tema for en del, noe vi også ser når ungdommene forteller om pandemien med egne ord. Flere føler at alt flyter, de klarer ikke å strukturere dagen. Noen av disse ungdommene sliter nok ellers også, med problemer i familien, trøbbel på skolen, dårlig mental helse.

Hvor stor er gruppen som har slitt? Det er vanskelig å estimere noe antall basert på våre data; dessuten vil det avhenge av hvilke definisjoner vi legger til grunn. Men drøyt 10 % hadde tatt kontakt med en hjelpetjeneste eller hadde vurdert å gjøre det. Det kan kanskje være en indikasjon på hvor mange som har opplevd å trenge hjelp.

Den tøffeste belastningen ble kanskje lagt på dem med foreldrene som ble permittert eller mistet jobben. Dette gjaldt nesten tre ganger så mange av innvandrerfamiliene med lav sosial status i forhold til norskfødte foreldre med høy sosioøkonomisk bakgrunn. Det samme forholdstallet ser vi med hensyn til bekymringer for pandemiens økonomiske konsekvenser.

Tidligere forskning har dokumentert at grupper fra lav sosial klasse og med relativt få ressurser blir rammet hardest i arbeidsmarkedet under covid-19-pandemien. Vår studie har vist at det ikke bare er arbeidstakerne selv som rammes ved permitteringer. Det rammer også arbeidstakernes barn, vi gjenfinner det som bekymringer og uro for familiens økonomi.

Statistisk har innvandringsvariabelen hatt sterk kraft i en rekke analyser. Ungdom med innvandrerbakgrunn har oftere foreldre som mistet jobben, de bekymrer seg for familiens økonomi – antakelig ofte med god grunn, og de bekymrer seg for smitte og sykdom. De følger oftere smittevernreglene og de følger ofte med på nyhetene. Dessuten lever mange i familier som ser ut til å ha taklet pandemien bra, med samhold og støtte, mye kontakt, lite konflikter. Det er enda et interessant funn her: Dobbelt så mange med innvandrerbakgrunn rapporterte at pandemien hadde ledet til det vi kaller veksterfaringer. Pandemien hadde

gitt dem personlig utvikling, mulighet til å reflektere rundt verdier, til å komme nærmere andre.

Dette knippet av funn bedømmer vi som noe av det viktigste i studien: Ungdom med innvandrerbakgrunn opplever belastninger, men familiene deres ser ut til å mobilisere motstand og ressurser. Vi er slått av at de samtidig klarte å tilpasse seg smittevernreglene; at de dessuten klarte å transformere det som skjedde til personlig utvikling og vekst.

Et annet hovedfunn er at jenter også gjennomgående har bekymret seg mer enn guttene – enten det gjelder familiens økonomi eller for at venner eller familie skulle bli smittet. Samtidig har jentene i høyere grad enn gutter fulgt smittevernreglene, og de har også fulgt bedre med på nyhetsbildet om pandemien.

Dette er kanskje ikke uventet, men funnene er likevel slående. Det er også flere jenter enn gutter som har opplevd personlig modning og vekst under pandemien. Det er slående hvor kjønnete reaksjonene på pandemien synes å ha vært. Kanskje har ikke guttenes fascinasjon for dataspill og gaming – som de har brukt langt mer tid på enn til vanlig – åpnet for den samme modningen som vi har sett hos jentene?

Et tredje knippe av viktige funn er knyttet til det vi kaller «den delte byen». Metaforen brukes for å markere at det på vestkanten av Oslo er mest velstand og ressurser, på østkanten er det gjennomgående lavere utdanning og inntekt, dårligere helse og lavere levealder. Fra et sånt perspektiv er det interessant at ungdom i ytre Oslo øst har den beste smittevernferden i hele byen. Det kan dels skyldes at de også er mest bekymret for smitte, noen som i sin tur kan reflektere at det faktisk er mer smitte i denne delen av byen. Det bor også mange innvandrere i ytre Oslo øst, og denne gruppen følger gjennomgående reglene bedre enn dem med norskfødte foreldre. De holder seg også oftere hjemme i familien sin, få deltar på sammenkomster og fester med alkohol. Dette har derimot vært nokså vanlig blant de noe eldre ungdommene på den velstående vestkanten under pandemien. Alkohol ser, ikke overraskende, ut til å gå svært dårlig sammen med smittevern.

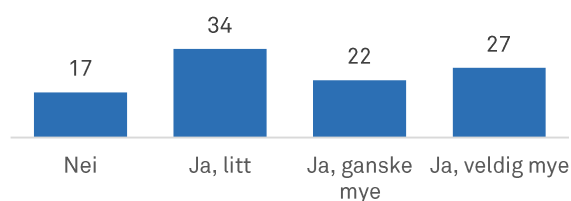


Klarer vi å sammenfatte i noen få ord hva vi ellers sitter igjen med etter å ha spurt nærmere 13.000 ungdommer om hvordan de opplevde tiden med stengte skoler og de sterkeste restriksjonene siden andre verdenskrig?

Et gledelig funn er at ungdommene samlet sett har respondert temmelig bra på de krevende smittevernreglene. Familiene fungerte også nokså bra. Ungdommene har holdt kontakt med venner, fysisk eller digitalt, selv om en del har slitt med ensomhet. Elevene er dessuten ganske fornøyd med hjemmeskolen, men de mener de har lært mindre enn vanlig. Livskvaliteten har gått ned, men minst for dem fra lav sosial klasse.

Vi har vist at alle ungdommene ble påvirket av pandemien, men på temmelig ulike måter. La oss derfor avslutte med et siste funn – som tydelig illustrerer hvor forskjellig ungdom har respondert. Vi spurte: «Gleder du deg til at skolen åpner igjen som normalt?». Dette var også det aller siste spørsmålet i undersøkelsen. Nok en gang overrasket svarene oss. Fortellingen vi hadde hørt, hos lærere og kolleger, naboer og venner, var at de aller fleste elevene gledet seg. De savnet skolen. En rekke reportasjer i ulike medier hadde beskrevet det samme. Fasiten ser du her. Svaret er langt mer nyansert – ungdommen delte seg i fire store grupper – fra de som gledet seg veldig mye til de som ikke gledet seg i det hele tatt.

### Gleder du deg til skolen åpner igjen som normalt?



Vi synes dette funnet er godt egnet til å avrunde rapporten. Det speiler nemlig den opplevelsen vi selv daglig har hatt i de intense ukene vi har fordypet oss i materialet. De første analysene vi gjorde viste mange tvetydige og komplekse funn, noe som utfordret arbeidet med å tolke dem. Gradvis begynte vi å ane noen linjer, og en fortelling som på en rekke områder ble annerledes enn hva vi hadde trodd ville finne.

