

Ungdata junior 2017

Bærum kommune

Mette Løvgren & Anders Bakken



Innhold

Forord	1
Sammendrag	2
Ungdata Junior	6
Livskvalitet	9
Foreldre	17
Venner	22
Nærområdet	28
Skoletrivsel	32
Fritiden	38
Fysisk aktivitet og trening	44
Mediebruk	47
Mobbing	50
Helse	53
Søvn	58
Kosthold	61

NOVA Rapport 13/17

© Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA) 2017
NOVA – Norwegian Social Research

ISBN (elektronisk utgave): 978-82-7894-635-0
ISSN 1893-9503 (online)

Illustrasjonsbilder: © colourbox.com
Desktop: Torhild Sager

Forfattere: Mette Løvgren & Anders Bakken

Henvendelser vedrørende publikasjonen kan rettes til:

Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring, HiOA
publikasjoner@nova.hioa.no
www.hioa.no/nova

Denne rapporten refereres til som:
Løvgren, M. & Bakken, A. (2017). Ungdata Junior 2017. Bærum kommune.
NOVA Rapport 13/17. Oslo: NOVA

Forord

Ungdata junior startet som et samarbeidsprosjekt mellom Bærum kommune, Asker kommune, Kompetansesenter rus – region øst og Ungdatasenteret ved NOVA/Høgskolen i Oslo og Akershus i 2015 etter initiativ fra Bærum kommune. Kommunene ønsket mer kunnskap om barn i alderen 10–12 år. De ville vite mer om hvordan barna har det, hva de gjør, og en rekke andre forhold ved livet som barn i dag. Ungdataundersøkelsene er en veletablert metode for å fremskaffe denne kunnskapen og var dermed en naturlig modell for en slik undersøkelse.

Første trinn i arbeidet mot Ungdata junior var å utforme et spørreskjema. Dette fant sted våren 2016. Utvelgelsen av spørsmål ble styrt av kunnskapsbehov hos de involverte aktørene, etiske betraktninger og at det var en yngre gruppe respondenter som skulle besvare undersøkelsen. Foreldre ble også invitert til å komme med innspill, og flere spørsmål er inkludert på bakgrunn av disse innspillene.

Temaer, formuleringer og omfang måtte være relevante for barn og deres liv. Majoriteten av spørsmålene er hentet fra Ungdataundersøkelsene. Noen spørsmål ble hentet fra undersøkelser i andre land eller internasjonale undersøkelser laget til barn i alderen 10–12 år. På denne måten fikk vi spørsmål som var kvalitetssikret og som dessuten var sammenliknbare med ungdomsundersøkelsene på noen områder. Det første spørreskjemaet ble testet i to fokusgruppeintervjuer, bestående av barn i alderen 10–12 år. Deretter ble spørreskjemaet bearbeidet basert på tilbakemeldinger fra disse respondentene.

Neste trinn var en pilotering av skjemaet. Omtrent 200 barn i Bærum og Asker kommune besvarte spørreskjemaet høsten 2016. Hensikten var å teste skjemaet på nytt etter endringene, og å se om metoden for gjennomføring fungerte. Noen endringer ble gjort i skjemaet. Hovedkonklusjonen var at både skjemaet og metode for gjennomføring fungerte godt. Ungdata junior var dermed klart for en fullskalaundersøkelse i Bærum og Asker kommuner våren 2017.

Denne rapporten viser resultatene for Bærum kommune. Ettersom dette er første gang Ungdata junior er blitt gjennomført i stor skala, er det ingen tidligere resultater å sammenlikne med. Utviklingen av denne rapporten og Ungdata junior hviler likevel på et solid fundament. Rapporten er utformet etter mal av Ungdata-rapportene, både i innhold og i framstilling av resultatene. Undersøkelsen Ungdata junior er likeledes utformet etter mal av Ungdata-undersøkelsene, både i innhold og metode for gjennomføring.

Rapporten er skrevet av Mette Løvgren og Anders Bakken. Vegard Svagård ved Ungdatasenteret har kvalitetssikret rapporten. Torhild Sager ved NOVA har stått for den grafiske redigeringen.

God lesning!

Oslo, oktober 2017

Mette Løvgren, prosjektleder Ungdata junior
Anders Bakken, leder for Ungdatasenteret
Seksjon for ungdomsforskning, NOVA, Høgskolen i Oslo og Akershus

Deltakere i prosjektgruppen:

Mette Løvgren, forsker II, NOVA

Grethe A. Cederkvist, avd.leder skolehelsetj. barn og prosjektleder Ungdata junior i Bærum kommune

May Gautier Gjerdsbakk, seksjonsleder skole, Bærum kommune

Helge Jørgensen, spesialrådgiver, Bærum kommune

Kristine Langmyr, spesialrådgiver, Kompetansesenter rus – region øst

Stian Overå, spesialrådgiver, Kompetansesenter rus – region øst

Lars Sjøløkken, SLT-kordinator, Asker kommune

Andre medvirkende:

Johns Neremo, spesialrådgiver Kompetansesenter rus – region øst

Sammen drag

I denne rapporten presenteres de første resultatene fra spørreskjemaundersøkelsen Ungdata junior gjennomført i Bærum kommune. Ungdata junior er en anonym spørreskjemaundersøkelse der barn i alderen 10–12 år svarer på spørsmål om hvordan de har det og hva de driver med i fritiden. Undersøkelsen ble første gang gjennomført i Bærum og Asker våren 2017, etter initiativ fra de to kommunene. Kommunene ønsket å supplere kunnskapen som har kommet fram gjennom ungdomsundersøkelsen Ungdata (unge i alderen 13–18 år) og få mer kunnskap om barna som står midt mellom barndommen og ungdomstiden. Ungdata junior er gjennomført som et samarbeid mellom kommunene, Kompetansesenter rus – region øst og Ungdatasenteret ved NOVA/Høgskolen i Oslo og Akershus.

Alle skolebarn på 5.–7. trinn på samtlige barneskoler i Bærum og Asker ble invitert til å delta i undersøkelsen. Utfyllingen av spørreskjemaet ble gjennomført på skolene, i skoletiden, under oppsyn av en ansatt på skolen. Det elektroniske spørreskjemaet inneholdt i overkant av 130 spørsmål, og elevene fikk én skoletime til å besvare dem. Barna ble informert om at de selv kunne velge om de ville være med i undersøkelsen eller gjøre annet skolearbeid, og om at de kunne hoppe over spørsmål de ikke ville svare på. Foresatte ble i forkant informert om undersøkelsen. De som ikke ønsket at barna skulle være med, kunne reservere seg ved å ta kontakt med skolen.

I Bærumsdelen deltok 4471 barn, noe som gir en svarprosent på 91 prosent. En så høy deltakelse sikrer at resultatene som blir presentert i denne rapporten, gir et generaliserbart bilde av hvordan barna i Bærum har det, og hva de driver med i fritiden. En tilsvarende rapport er utarbeidet for Asker-delen av undersøkelsen.

Rapporten omfatter mange av de mest sentrale områdene i barnas liv. Barna rapporterer sine opplevelser av hvordan de har det, om foreldrene sine, om vennskap, mobbing, skoletrivsel, fritidsaktiviteter, trening, helse, søvn og kosthold. Målet med rapporten er å si noe om hvordan barn i Bærum generelt har

det og opplever hverdagen sin innenfor hvert av disse områdene. Dessuten ønsker vi å si noe om forskjeller og likheter mellom gutter og jenter og mellom barn på de tre klassetrinnene som omfattes av undersøkelsen. Barnas sosiale bakgrunn og innvandringsbakgrunn er andre bakgrunnsfaktorer som blir trukket fram i analysene.

98 prosent av barna sa at de svarte ærlig på spørsmålene, og 9 av 10 mente at undersøkelsen ga et godt bilde av hvordan de har det. Like mange mente det var lett å svare på spørsmålene. 4 av 10 mente at undersøkelsen var for lang. Likevel besvarte de aller fleste av barna så godt som samtlige spørsmål. 75 prosent mente at de hadde fått god informasjon om undersøkelsen i forkant.

Barn i Bærum lever gode og trygge liv

Det viktigste funnet fra Ungdata junior er at de aller fleste barn i Bærum har det bra og lever trygge liv. Det store flertallet mener de har alt de ønsker seg i livet, og så godt som samtlige av barna er fornøyd med seg selv og mener at de har et godt liv. De aller fleste føler seg trygge, både hjemme, i nærområdet sitt, på vei til og fra skolen og på skolen.

Foreldrene får også usedvanlig gode skussmål i undersøkelsen. De aller fleste barna er svært fornøyd med foreldrene sine, og omtrent alle opplever at foreldrene liker dem som de er. Det store flertallet svarer også at de liker å være sammen med foreldrene sine. Undersøkelsen viser at barna har tillit til foreldrene ved at foreldrene er ressurspersoner de kan snakke med om vanskelige eller triste ting. Kun noen få prosent svarer at de ikke kan snakke med foreldrene sine.

Venner utgjør også en viktig del av de fleste barns liv, og de aller fleste har noen å være sammen med både på fritiden og i friminuttene på skolen. Majoriteten av barna svarer at de helt sikkert har en fortrolig venn, og inkludert de som tror de har en venn de kan snakke med om alt mulig, har mer enn 90 prosent av barna en fortrolig venn. I de sosiale venns relasjonene er tillit av stor betydning, og det å være til å stole på regnes av 92 prosent av barna som viktig for å være populær i vennemiljøet.

Omtrent like mange gutter som jenter opplever livet sitt som bra. Det er ingen eller små kjønnsforskjeller når det gjelder hvor mange som har gode venner, eller hvor mange som er fornøyd med nærområdet eller med skolen. Gutter og jenter er også mer eller mindre like godt fornøyde med foreldrene sine, selv om jentene på enkelte områder er noe mer positive sammenliknet med guttene. Guttene på sin side opplever å få noe mer kjeft fra foreldrene sine enn det jentene gjør.

Høy deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter

Et annet viktig funn er at barna i Bærum lever svært aktive liv på fritiden. Selv om mange tilbringer mye tid hjemme hvor de slapper av for seg selv, gjør lekser eller driver med ulike skjermaktiviteter, er ni av ti med i organiserte, faste fritidsaktiviteter. Som enkeltaktivitet dominerer idrett og sport, som åtte av ti barn driver med på fast basis. 63 prosent av barna oppgir at de trener eller driver med sport minst tre dager i uka, mens omtrent en fjerdedel trener minst fem dager i uka. Mange barn er med på flere typer faste aktiviteter, og rundt én av fem spiller instrument eller synger. Det er også mange som er med på teater eller dans.

Ni prosent har vært med på faste fritidsaktiviteter tidligere, men har sluttet nå, mens bare 2 prosent aldri har vært med.

Gutter og jenter er i like stor grad med på faste, organiserte fritidsaktiviteter. En del flere jenter enn gutter spiller instrument eller synger, og det er langt flere jenter enn gutter som driver med teater eller dans. Litt flere gutter enn jenter driver med sport eller idrett. Andelen gutter som er så fysisk aktive at de blir andpustne eller svette, er høyere enn jenter i alle aldersgrupper.

Dataspill og sosiale medier

Mange barn bruker mye tid på ulike skjermaktiviteter, særlig på filmer og serier. Det er også mange som bruker mye tid på dataspill og sosiale medier. Undersøkelsen viser at det er stor variasjon i hvor mye tid barna bruker på skjermaktiviteter. 15 prosent bruker mindre enn én time daglig på dette, og 31 prosent bruker én til to timer. 24 prosent bruker to til tre timer, og 30 prosent bruker tre timer eller

mer. Rundt 10 prosent av barna spiller dataspill etter at de har lagt seg.

Gutter bruker en del mer tid på skjermaktiviteter enn jenter. Generelt bruker gutter langt mer tid på dataspill enn jenter. Jentene er derimot mer aktive enn guttene på sosiale medier.

Høy skoletrivsel, men mange gruer seg til å gå på skolen

På spørsmål om hvordan barna har det på skolen, er svarene fra Ungdata junior todelt. På den ene siden er konklusjonen at de aller fleste trives svært godt, til tross for at nesten seks av ti barn sier at de kjeder seg i skoletimene. De aller fleste mener at de alltid har det bra i friminuttene, at de passer inn blant elevene, og at lærerne deres bryr seg om dem. Det er også slik at de aller fleste føler seg trygge når de er på skolen.

På den annen side gir hver femte elev uttrykk for at de ofte gruer seg til å gå på skolen. Hva som ligger bak dette, kan ikke undersøkes si noe direkte om. En god del barn opplever at de gruer seg veldig til å ha prøver (20 prosent), og en del føler seg redd dersom de må snakke foran klassen (13 prosent).

Det er små forskjeller på hvor mange gutter og jenter som gruer seg til skolen. Derimot er det færre av guttene enn jentene som gruer seg til å ha prøver eller som er redd for å snakke foran klassen. Det er noen flere gutter enn jenter som føler at de passer inn blant elevene på skolen og som sier at de alltid har det bra i friminuttene. Det er samtidig litt flere gutter enn jenter som sier at de kjeder seg i skoletimene enn jentene.

Krenkelser og utrygghet

I Ungdata junior blir barna bedt om å angi hvor mange ganger i løpet av de siste månedene de har blitt stengt ute, blitt plaget eller truet av andre barn på skolen eller i fritida. Majoriteten av barn i Bærum – 89 prosent – oppgir at de aldri eller nesten aldri har blitt utsatt for dette. Syv prosent rapporterer at de opplever dette omtrent hver 14. dag eller oftere. Noe av dette foregår på skolen eller på skoleveien, i andre tilfeller skjer dette på are-

naer utenfor skolen. Det er noen flere jenter enn gutter som oppgir at de blir mobbet.

I den senere tid har det vært mye oppmerksomhet rundt digital mobbing og krenkelser via nettet. Ungdata junior viser at dette er fenomener som de fleste ikke opplever. Det er likevel en god del som opplever at noen har skrevet sårende ting til dem eller om dem via nettet eller mobil, eller som opplever å ha bli stengt ute fra sosiale fellesskap på nettet. Trusler via nett og mobil er mindre vanlig, men likevel er det rundt seks prosent som har opplevd dette. Like mange har opplevd at det er blitt lagt ut sårende bilder eller videoer av dem. Guttene er generelt mer trygge enn jentene på skoleveien, på skolen og når de ferdes ute.

Helse og livskvalitet

Egenvurdert helse er en viktig indikator for helsetilstand, og i undersøkelsen svarer 78 prosent av barna at helsen deres er utmerket eller veldig bra. Ytterligere 15 prosent svarer at helsen er bra, 6 prosent at helsen er ganske bra, og kun én prosent svarer at helsen er dårlig.

Det er imidlertid en del barn som rapporterer om fysiske plager. 13 prosent svarer at de mange ganger eller daglig har hatt hodepine, 16 prosent at de har hatt vondt i nakke eller skuldre, 14 prosent at de har hatt vondt i magen, og 7 prosent at de har vært plaget av kvalme. 20 prosent svarer at de har brukt smertestillende tabletter i løpet av den siste uken før de svarte på undersøkelsen.

I tillegg er det noen barn som oppgir at de ofte er triste eller føler seg verdiløse, og rundt 2–3 prosent av barna forteller at de veldig ofte opplever ensomhet, at ingenting er gøy mer, eller at de ikke har noe energi.

På helseområdet viser undersøkelsen noen tydelige kjønnsforskjeller. Mens gutter og jenter vurderer sin egen helsetilstand samlet nokså likt, er det flere jenter enn gutter som oppgir konkrete plager som hodepine, vondt i nakke eller skuldre, magevondt eller kvalme. Det er også noen færre jenter enn gutter som svarer at de liker seg selv slik de er, eller at de er fornøyde med hvordan de er. Noen flere jenter enn gut-

ter opplever stress, og jenter er noe mer utsatt enn gutter for å oppleve enkelte av de depresjonsliknende symptomene som er kartlagt i undersøkelsen, særlig på syvende klasses trinn. Gutter og jenter oppgir mer eller mindre det samme antallet timer med søvn. Likevel er det flere jenter enn gutter som har hatt problemer med å sove.

Samlet sett viser undersøkelsen at det er en liten gruppe barn som uttrykker at de ikke har det spesielt bra. Noen gir uttrykk for at de er misfornøyde med seg selv, med foreldrene sine eller med skolen. Det er også noen få som ikke har venner, som ikke har noen å være sammen med på fritida eller i friminuttene, eller som føler seg ensomme. Selv om disse ikke utgjør mer enn noen få prosent av barna i kommunen, er dette en gruppe som det kan være grunn til å ha et særskilt fokus på i det videre arbeidet med barn og unge.

Sosial ulikhet og konsekvenser for barns livskvalitet

I undersøkelsen ble barnas familiebakgrunn undersøkt på to måter. For det første gjennom elevenes innvandringsbakgrunn. 15 prosent av barna har to foreldre som er født utenfor Norge. For det andre ble barnas sosiale bakgrunn kartlagt gjennom spørsmål som kartlegger ulike materielle ressurser i familien. På bakgrunn av svarene er barna kategorisert i tre sosiale grupper etter hvor mange av disse ressursene de har tilgang til hjemme. De fleste av barna havner i høy sosialgruppe, fordi det er svært vanlig blant barn i Bærum å ha de fleste av de tingene som ble kartlagt. I undersøkelsen finnes en gruppe på 11 prosent av barna som har relativt sett få av disse ressursene. Nesten halvparten av disse har innvandringsbakgrunn, noe som betyr at det er nokså stort overlapp mellom sosial bakgrunn og innvandringsbakgrunn.

Analysene av barna som faller i gruppen med lav sosial bakgrunn og i gruppen innvandringsbakgrunn, viser nokså like resultater. Generelt viser undersøkelsen at de aller fleste av barna i begge disse gruppene har det bra og lever svært så aktive liv. Likevel er det et påfallende funn at de kommer syste-

matisk dårligere ut enn andre barn på svært mange områder. Det er blant annet langt færre som er med i faste fritidsaktiviteter. Mens 92 prosent av barna i høyere sosialgruppe deltar i organiserte fritidsaktiviteter, gjelder dette bare litt over 70 prosent av barna med lav sosial bakgrunn og med innvandringsbakgrunn. Disse barna er også langt mindre aktive i idrett og generelt mindre fysisk aktive enn barn fra høyere sosiale lag. Generelt vurderer de sin egen helsetilstand som noe dårligere enn andre barn.

Sammenliknet med barn som vokser opp med mange ressurser hjemme, er barn fra lavere sosiale lag og barn med innvandringsbakgrunn mindre fornøyd både med foreldrene sine, med boligen de bor i, og med nærområdet sitt. De føler seg mindre trygge enn andre barn på skoleveien, flere mangler noen å være sammen med på fritiden, flere opplever mobbing, færre trives på skolen, flere er redde for å snakke foran klassen, flere gruer seg til prøver, og det er færre som spiser regelmessige måltider.

Barn med relativt få ressurser hjemme og barna med innvandringsbakgrunn bruker derimot mer tid på lekser enn andre. Samtidig er det færre av barna med færrest ressurser hjemme som svarer at det å ha dyre merkeklær er noe som bidrar til å øke populariteten i vennemiljøet. Dette kan bety at merkepresset er noe større blant barn i høyere sosiale lag.

På vei mot ungdomsalderen

Selv om undersøkelsen omfatter en begrenset aldersgruppe, kan det være stor forskjell på livet til en 10-åring og en 12-åring. Undersøkelsen viser at dette er en aldersgruppe hvor mange beveger seg fra barndommen og i retning mot ungdomstiden. I løpet av de siste årene på barneskolen blir barna stadig mer selvstendige, og det som skjer i ungdomskulturene blir for mange av barna mer og mer aktuelt. Flere vil også oppleve å få lov til ting de ikke fikk lov til før, samtidig som dette er en periode der særlig en del av jentene opplever å komme i puberteten.

Det er samtidig mye som er likt på tvers av alder. Blant annet viser undersøkelsen at de aller fleste barn på alle klassetrinn er

tilfredse, trygge og aktive og har gode relasjoner til foreldre, venner og skole. Omfanget av mobbing er også nokså likt på tvers av alder. Det samme gjelder barnas vurderinger av egen helse.

Undersøkelsen viser også at det er en tendens til at flere føler seg trygge i nærområdet ettersom de blir eldre, og at noen flere av de eldste barna bruker mye tid på faste fritidsaktiviteter. Andelen som trener mye, er også økende fra femte til syvende klassetrinn. Det er noen flere av de eldste jentene som rapporterer om dårlig selvbilde sammenliknet med de yngste, og enkelte psykiske plager øker i omfang fra femte til syvende klassetrinn. Psykiske helseutfordringer er likevel langt mindre utbredt enn det man finner i ungdomsundersøkelsene. De eldste barna sover en god del mindre enn de yngste, og det er noen færre av de eldste som ikke spiser regelmessige måltider.

Også på andre områder skjer det en viss bevegelse i retning av ungdomstiden. Ett av tegnene handler om tidsbruken på skjermaktiviteter. Tiden barna bruker foran skjermer øker betydelig gjennom de siste årene på barneskolen. Særlig gjelder det jentene, der andelen som bruker mer enn to timer daglig, nesten fordobles i løpet av årene fra femte til syvende klassetrinn. Økningen i skjermaktiviteter handler først og fremst om at det er langt flere på slutten av barneskolen som bruker mye tid på sosiale medier. Dette gjelder både for gutter og jenter, men det er jentene som øker tiden på sosiale medier aller mest. Blant guttene øker derimot tidsbruken på dataspill nokså mye i denne aldersperioden.

Et annet område der barna blir mer "ungdomsaktige" handler om hva slags egenskaper som skal til for å være populær i vennemiljøet. Betydningen av å ha dyre merkeklær øker markant i denne aldersperioden. Mens 14 prosent av femteklassingene mener at dyre merkeklær øker populariteten, gjelder det så mange som 40 prosent av syvendeklassingene. Også det å være flink i idrett er noe viktigere for de eldste enn for de yngste, mens det å være god på skolen har noe mindre betydning.

Ungdata junior

Hva er Ungdata junior?

Ungdata junior er et spørreskjema basert verktøy som gir et bredt bilde av hvordan barn har det og hva de driver med i fritiden. Spørreskjemaet er tilpasset elever på 5. – 7. trinn både i temaer og utforming av spørsmål og svarkategorier.

Om rapporten

I denne rapporten presenteres hovedresultater fra undersøkelsen som ble gjennomført blant barneskoleelever på 5.–7. trinn i Bærum kommune våren 2017. Undersøkelsen ble gjennomført elektronisk og i skoletiden.

Rapporten tar for seg 12 temaer. Innenfor hvert tema viser vi hvordan gutter og jenter har besvart spørsmålene, og om det er forskjeller mellom barn på ulike klassetrinn. Vi undersøker også om det er forskjeller mellom barn med ulik sosial bakgrunn, og mellom barn med foreldre født i utlandet og barn med en eller begge foreldre født i Norge.

Alle resultatene i rapporten er oppgitt i prosent.

Hvem står bak Ungdata junior?

Initiativet til Ungdata junior ble tatt av Bærum og Asker kommuner. Undersøkelsen er gjennomført i samarbeid med Kompetansesenter rus – region øst og Ungdatasenteret ved NOVA/Høgskolen i Oslo og Akershus.

Undersøkelsen er finansiert av Helsedirektoratet, Bærum kommune og Asker kommune.

Hva kan Ungdata junior si noe om?

Intensjonen med Ungdata junior er å kartlegge hvordan barn har det og hva de driver med i fritiden. Undersøkelsen omfatter temaer som venner, skole, nærområdet, foreldre, helse, mobbing, mediebruk og deltakelse i fritidsaktiviteter.

Ungdata junior gir et innblikk i hvor mange som for eksempel trives i lokalmiljøet sitt eller som driver med idrett. Resultatene fra Ungdata junior er ett av flere kunnskapsgrunnlag for å videreutvikle lokal oppvekstpolitikk og i arbeidet med å bedre barns folkehelsesituasjon.

Resultatene kan gi en pekepinn på hvilke områder det kan være verdt for kommunen å satse videre på. Resultatene fra Ungdata junior kan også brukes til å bevisstgjøre barn og voksne i kommunen på hvordan andre barn har det og hva de gjør.

Deltakelse i Ungdata junior

Ungdata junior ble gjennomført slik at skoleelever svarte på et elektronisk spørreskjema. Undersøkelsen ble gjennomført i skoletiden med en voksen til stede i klasserommet. De fleste brukte mellom 14 og 30 minutter på å besvare alle spørsmålene.

Undersøkelsen er anonym og det var frivillig for elevene om de ønsket å være med eller ikke. Alle foreldre ble informert om undersøkelsen i forkant, og de kunne si fra til skolen dersom de ikke ønsket at barnet deres skulle delta.

**Ungdata junior
kartlegger barnas
livssituasjon**

Hva syntes barna om undersøkelsen?

I Ungdata junior ble alle som deltok i undersøkelsen, spurt om hvordan de selv opplevde å være med i Ungdata junior. Resultatene viser at rundt ni av ti oppfatter at undersøkelsen gir et godt bilde av hvordan de har det, og like mange synes det var lett å svare på spørsmålene. Vi får også en indikasjon på at de fleste barna tar undersøkelsen på alvor når så mange som 98 prosent sier seg enig i at de svarte ærlig på spørsmålene. At nærmere fire av ti opplever at undersøkelsen er altfor lang, gir derimot en indikasjon på at omfanget av spørsmål bør reduseres i framtidige undersøkelser. Det var likevel slik at de aller fleste barna svarte på samtlige av undersøkelsens spørsmål. Tre av fire mener de fikk god informasjon om undersøkelsen i forkant. Selv om det store flertallet er fornøyd med informasjonen de fikk, innebærer det også at en del ikke fikk god nok informasjon.

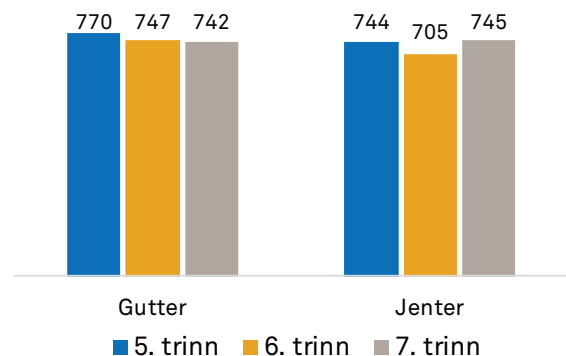
Hvor mange deltok i undersøkelsen?

4471

Hva er svarprosenten?

91 %

Antall barn som deltok i Ungdata junior, Bærum kommune Etter kjønn og trinn



Hva synes du om å være med i denne undersøkelsen?

Andel som er enig i ulike påstander om Ungdata junior



Bakgrunnsfaktorer

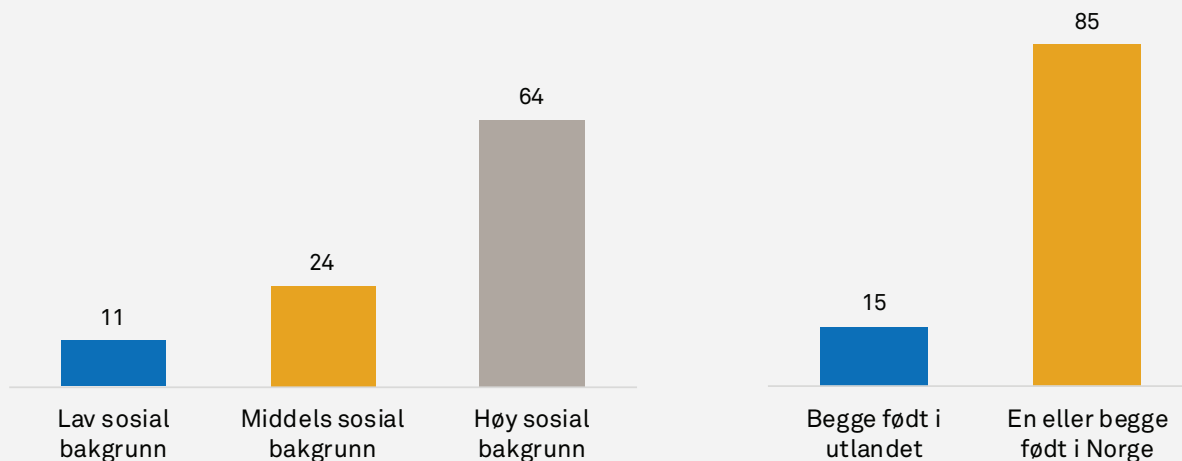
I rapporten undersøker vi hvorvidt det er forskjeller i hvordan gutter og jenter har det og hva de driver med i fritiden. Vi har også foretatt systematiske analyser av hvordan elever på ulike klassetrinn svarer på spørsmålene i undersøkelsen. Selv om barna er nokså like i alder, kan det på enkelte områder fortone seg nokså annerledes å være en syvendeklassing sammenliknet med å være en femteklassing.

I tillegg ønsker vi å kartlegge forskjeller og likheter mellom barn med ulik sosial bakgrunn. Sosial bakgrunn er i undersøkelsen målt ved hjelp av spørsmål om hvor mange biler som finnes i familien til barna, om barna har eget soverom, hvor mange ganger familien har reist på ferie siste år og hvor mange datamaskiner/nettbrett som finnes i familien. Slike spørsmål blir ofte benyt-

tet i spørreskjemaundersøkelser til barn og unge – både i Norge og andre land – for å gi en indikasjon på familiens økonomiske ressurser. I rapporten benytter vi tre kategorier for sosial bakgrunn. De som har relativt få av disse ressursene er i kategorien ”lav sosial bakgrunn”, de som har mange slike ressurser i ”høy sosial bakgrunn” og de med middels ressursnivå er definert som ”middels sosial bakgrunn”. De fleste barna er i kategorien høy sosial bakgrunn.

I Bærum har 15 prosent av barna to foreldre som er født i utlandet. I rapporten sammenliknes disse med de som har minst én norskfødt forelder. Det er noe overlapp mellom foreldres fødeland og sosial bakgrunn. Familier med to utenlandsfødte foreldre har langt færre av de sosioøkonomiske ressursene nevnt ovenfor sammenliknet med familier der foreldrene er født i Norge.

Deltakere i Ungdata junior Bærum Sosial bakgrunn og foreldres fødeland



Livskvalitet

Ett formål med Ungdata junior er å gi et bilde av barnas livskvalitet. I dette kapittelet undersøker vi hvordan barna har det på ulike måter. Først viser vi hvor mange som opplever å ha det bra og som selv mener de lever et godt liv. Svarene fra undersøkelsen viser at tilfredsheten med eget liv er svært høy blant barna i Bærum. Så mange som 85 prosent mener at de har alt de ønsker seg i livet. Så godt som samtlige av barna (97 prosent er enig i at de har et godt liv, og like mange mener at livet deres er bra. Det store flertallet har et positivt selv-bilde. 93 prosent er veldig godt fornøyd med hvordan de er, og 93 prosent liker seg selv slik de er. De aller fleste svarer at de er helt enig i de fleste av disse utsagnene.

Når det gjelder de generelle spørsmålene om hvordan barna har det, svarer gutter og jenter stort sett nokså likt. Samtidig er det en del flere jenter enn gutter som rapporterer om dårlig selvbilde ettersom de blir eldre. For eksempel, nesten dobbelt så mange jenter (13 prosent) som gutter (7 prosent) på syvende trinn er uenig i utsagnet «Jeg liker meg selv slik jeg er».

I Ungdata junior ble barna bedt om å rapportere om hvor ofte de i løpet av den siste uka har hatt det morsomt, vært glad, kjedet seg eller vært stressa. Også disse indikatorene viser at de aller fleste barna har det godt. Resultatene viser at så mange som 85 prosent alltid eller veldig ofte har vært glade, og 82 prosent har alltid eller veldig ofte hatt det morsomt. I tillegg er det en del som ganske ofte har det slik. Det er tilsvarende et lite mindretall som ofte opplever at de kjeder seg, og det er forholdsvis få som svarer at de har vært mye stresset. Med unntak av at det er noen flere jenter enn gutter som opplever stress i hverdagen sin, tyder de øvrige resultatene på at gutter og jenter har det omtrent like morsomt, og at de kjeder seg omtrent like lite.

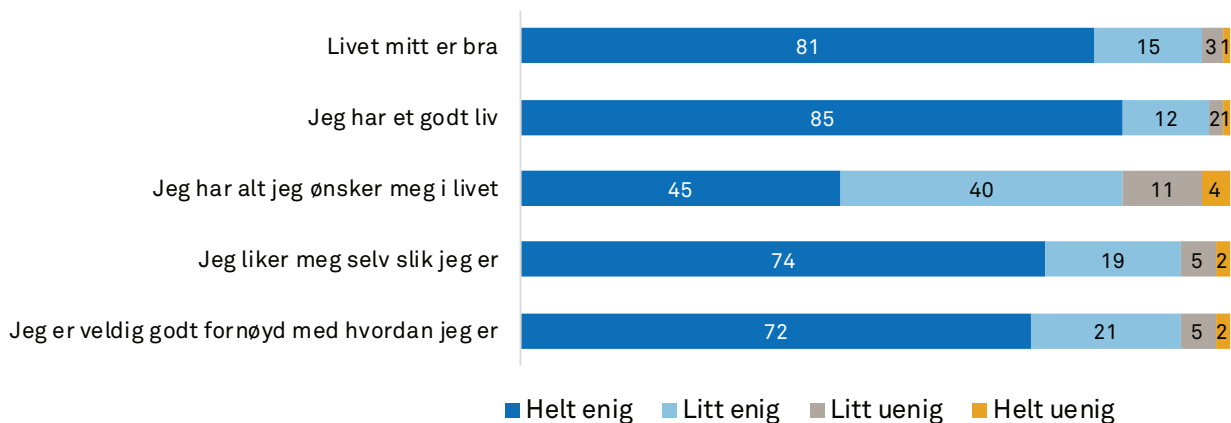
Selv om de fleste har det bra, viser Ungdata junior at det også finnes en mindre gruppe av barn som ikke har det spesielt bra. Gjennom undersøkelsen er det kartlagt

hvor mange som sliter med ulike typer av negative eller problematiske følelser. Blant annet er barna blitt spurt om ensomhet og om ulike depresjonsliknende symptomer som det å miste energien eller følelsen av å være trist eller tom. Svarene fra barna viser at dette er noe de aller fleste ikke opplever. Det er samtidig en god del som opplever dette noen ganger, og noen få som rapporterer om hyppige og vedvarende problemer. Rundt 2–3 prosent av barna forteller at de veldig ofte opplever ensomhet, at ingenting er gøy mer, eller at de ikke har noe energi. I tillegg svarer 3–5 prosent at dette er noe som skjer ofte. Jenter er noe mer utsatt enn gutter, særlig blant elevene på syvende klassetrinn. Disse tallene er langt lavere enn det som framkommer gjennom ungdomsdelen av Ungdata.

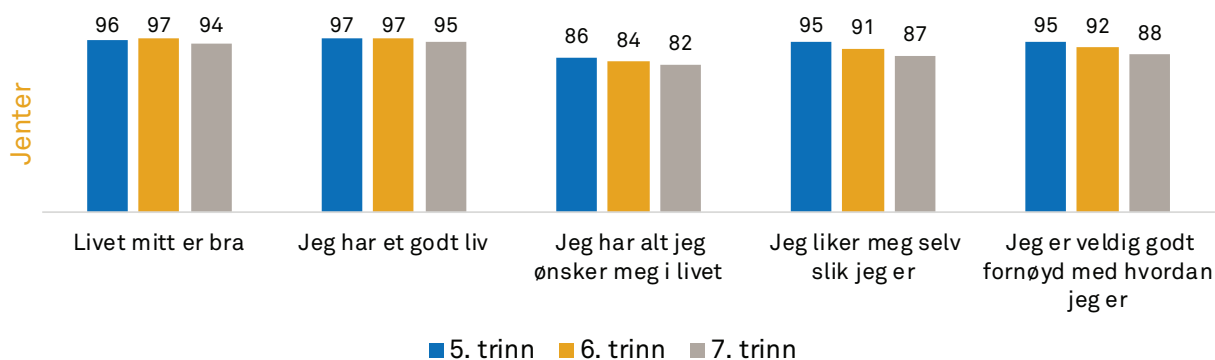
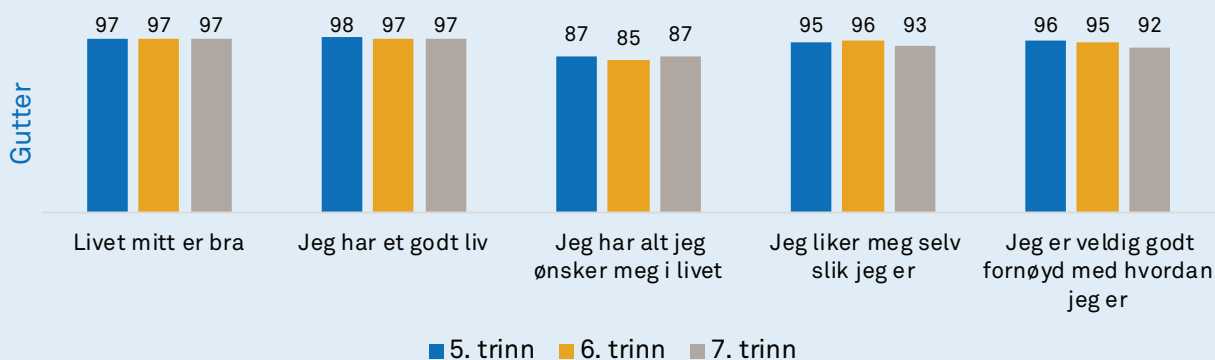
I hvilken grad har barna i Bærum noen å snakke med om vanskelige eller triste ting? Ungdata junior viser at de aller fleste er sikre på at de vil kunne snakke med foreldrene sine. Mor er den som barna oftest oppgir som støtteperson, og mer enn 8 av 10 sier at de helt sikkert ville snakke med mor. Det er også mange som er sikre på at de kan snakke med far, guttene oftere enn jentene. I overkant av halvparten mener at de kan snakke med vennene sine, og nesten like mange har en søster eller bror de kan snakke med. Rundt en tredjedel svarer at de helt sikkert kan snakke med læreren sin eller helsesøster på skolen. Det er samtidig mange som tror at de vil kunne snakke med disse ressurspersonene på skolen om vanskelige ting.



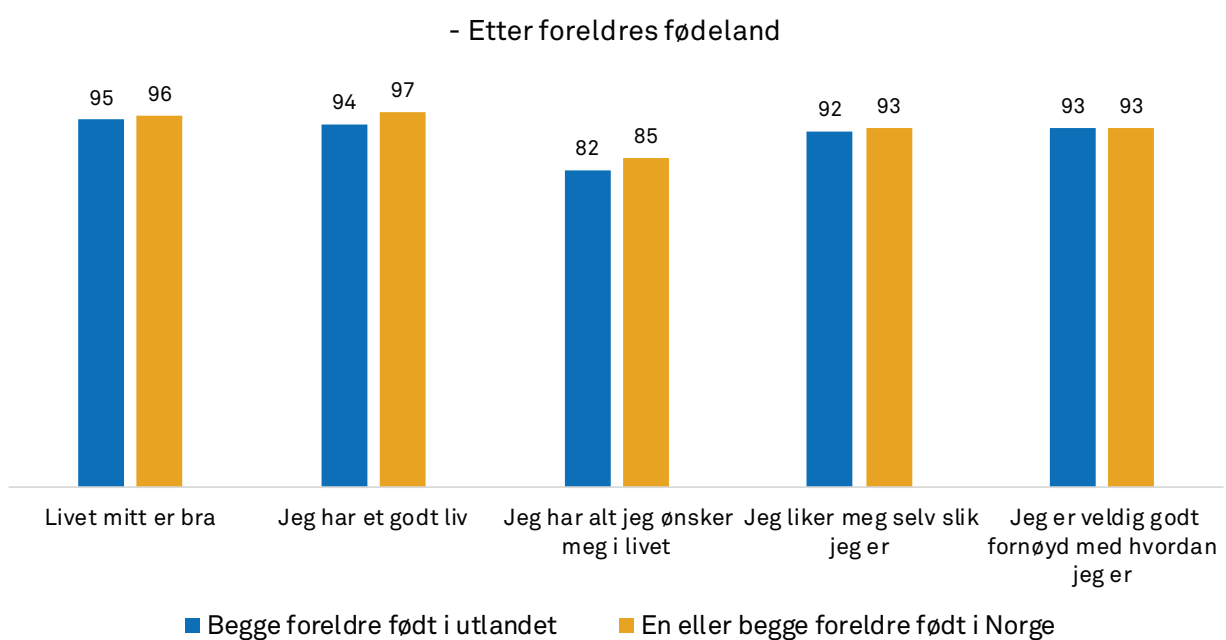
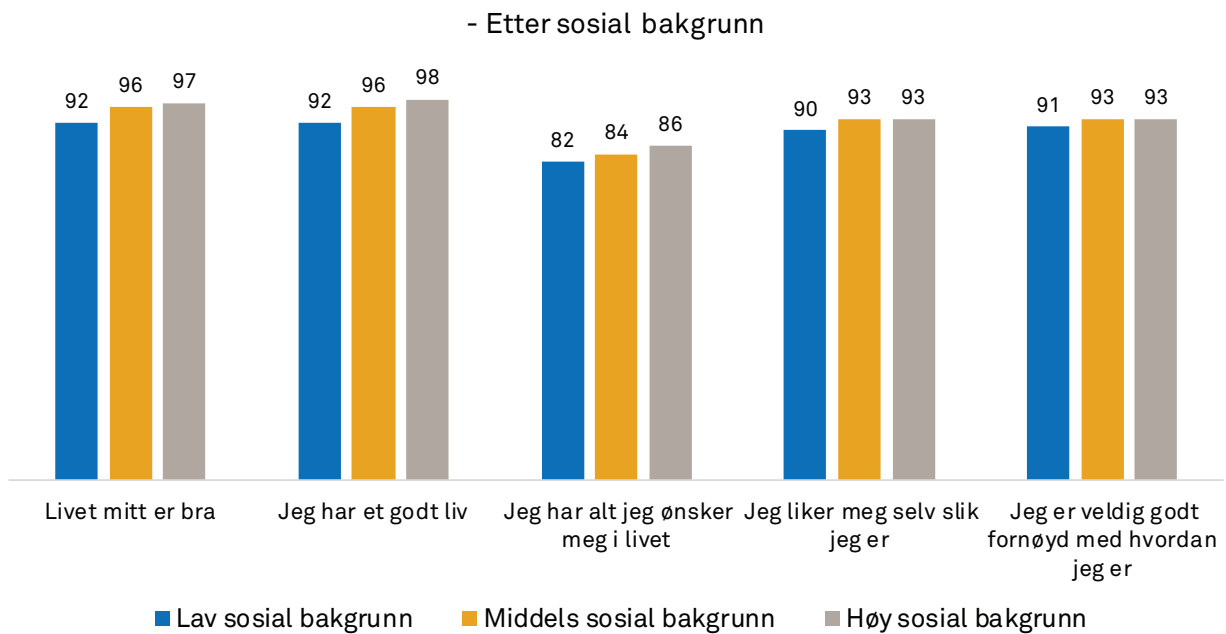
Hva tenker barna om livet sitt og seg selv?



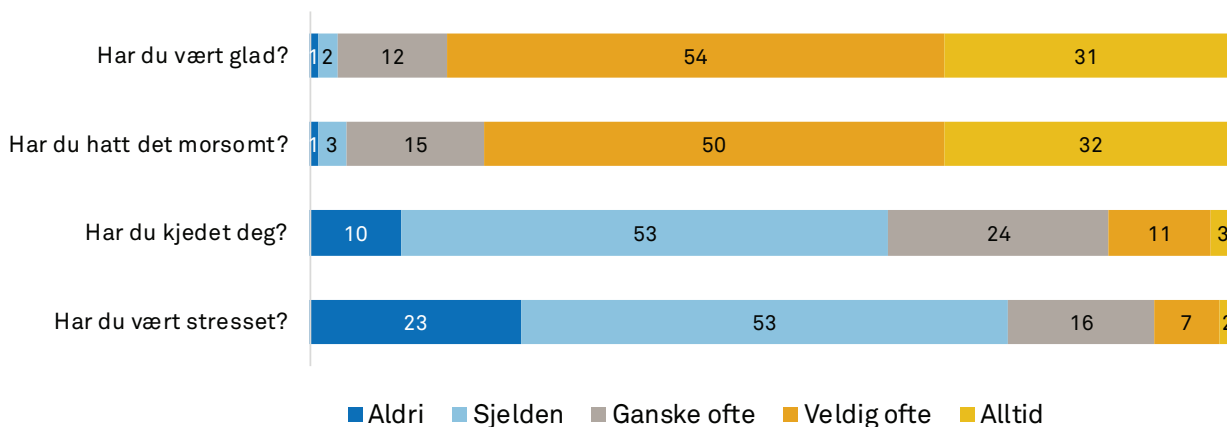
Andel som er enige i påstander om livet og dem selv Etter kjønn og klassetrinn



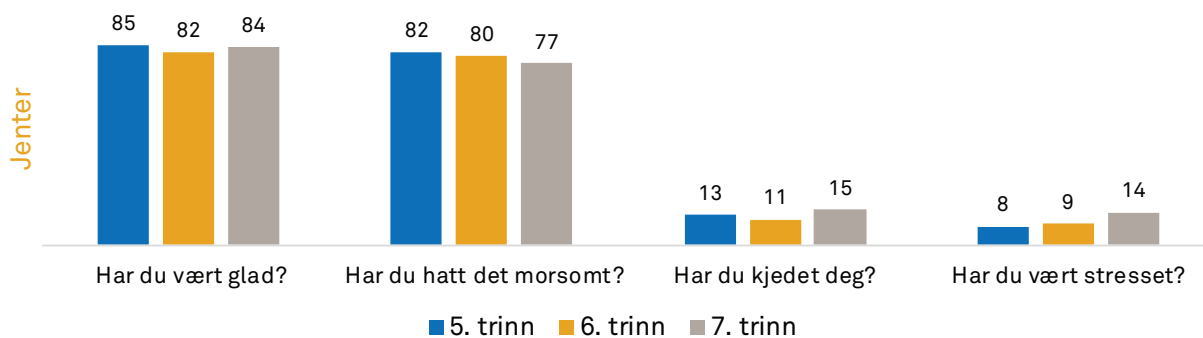
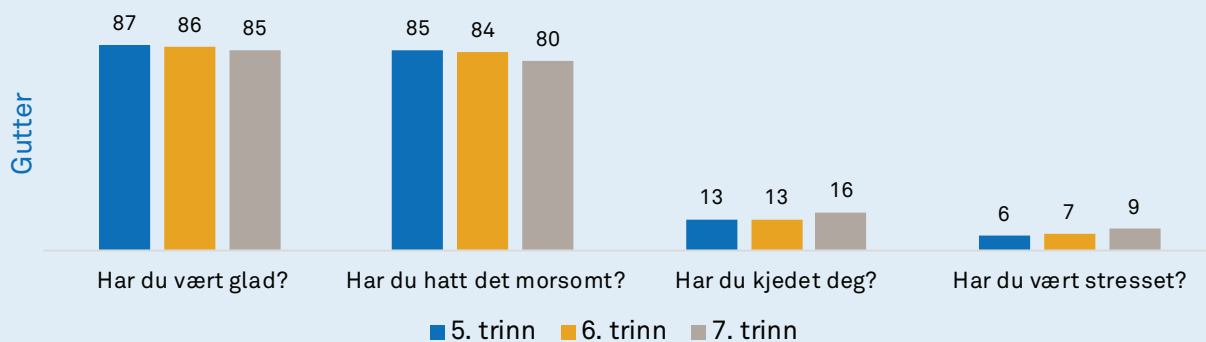
Andel som er enige i påstander om livet og dem selv



Når du tenker på den siste uka...

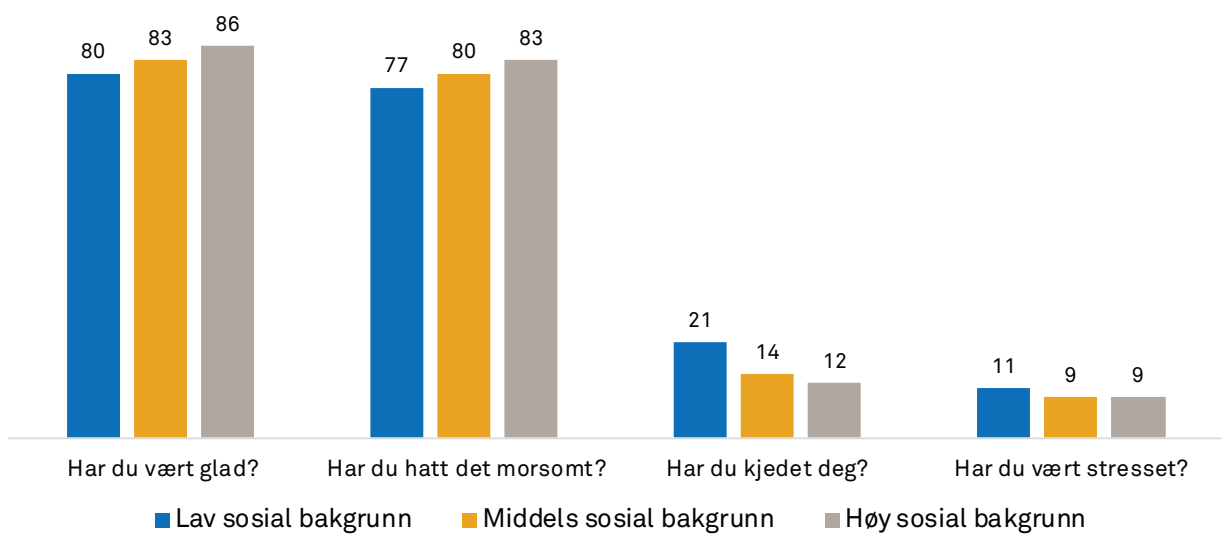


Andel som veldig ofte eller alltid den siste uka har... Etter kjønn og klassetrinn

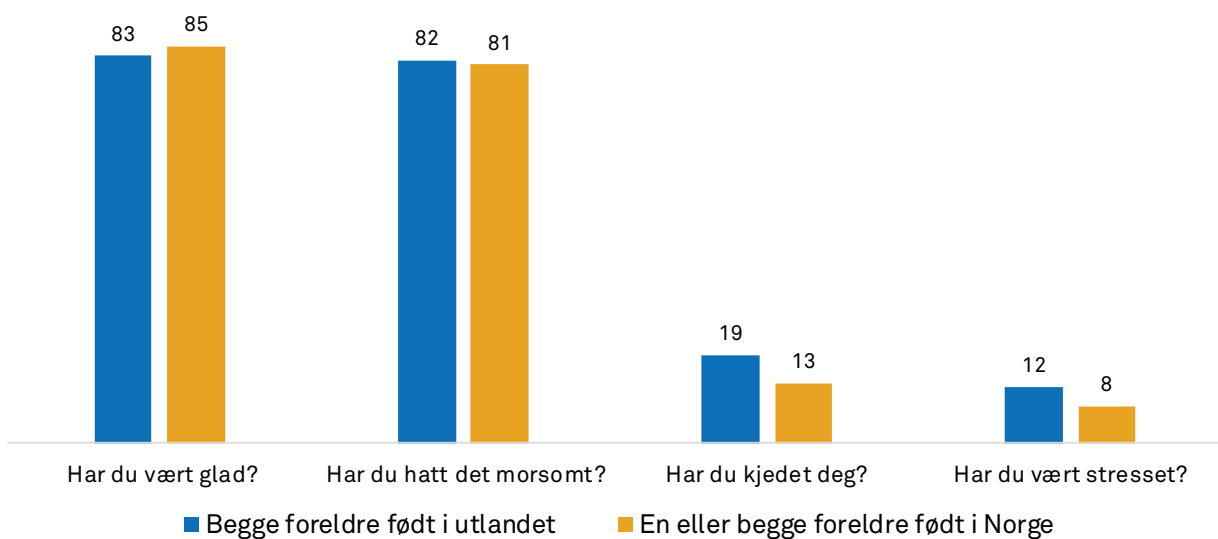


Andel som veldig ofte eller alltid den siste uka har...

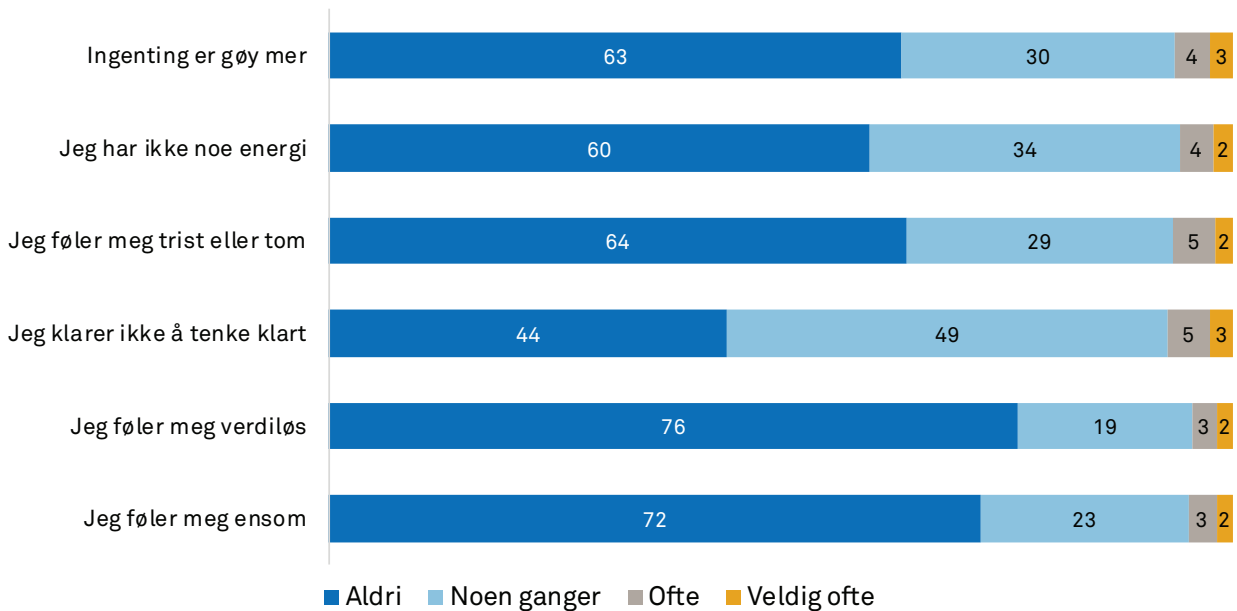
- Etter sosial bakgrunn



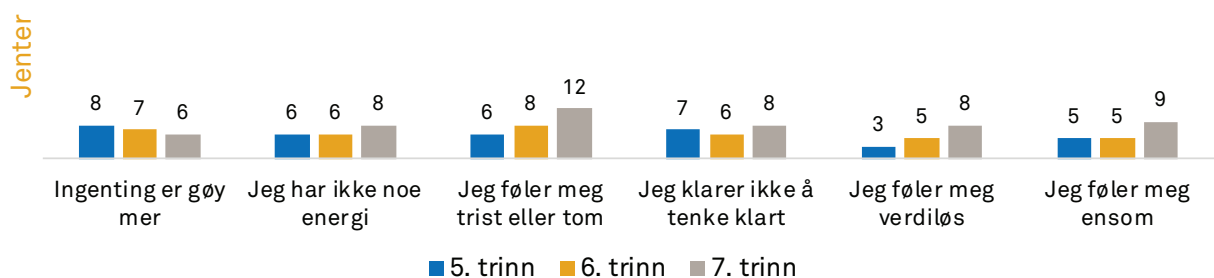
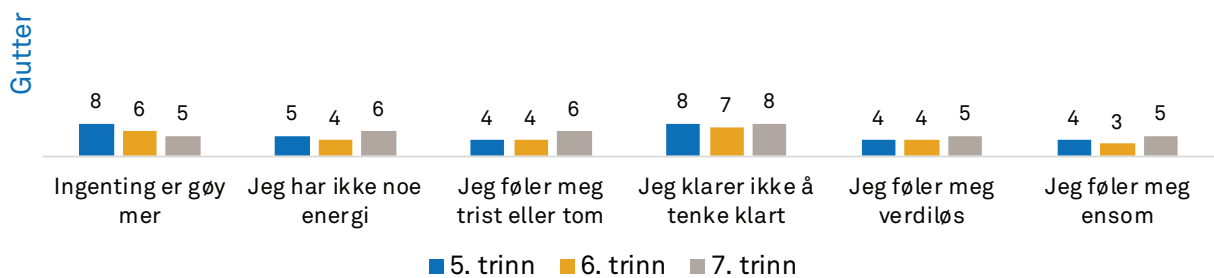
- Etter foreldres fødeland



Hvor ofte skjer dette med deg?

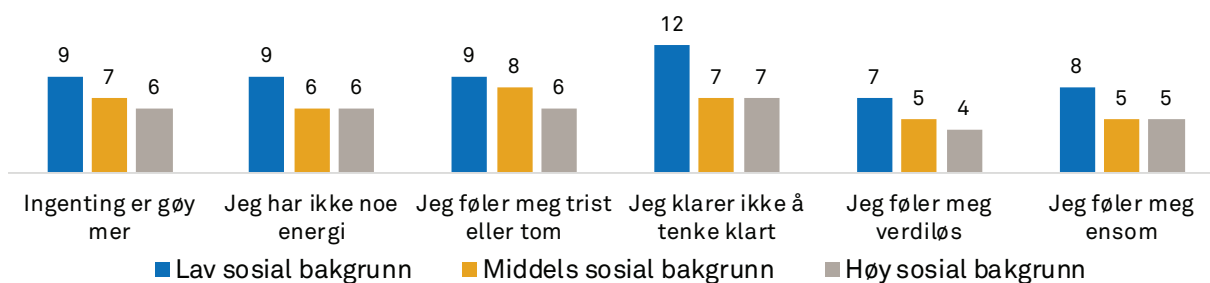


Andel som ofte eller veldig ofte har opplevd følgende Etter kjønn og klasstrinn

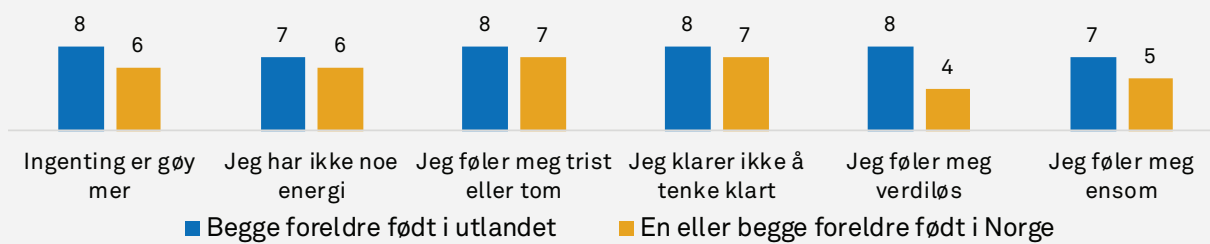


Andel som ofte eller veldig ofte har opplevd følgende

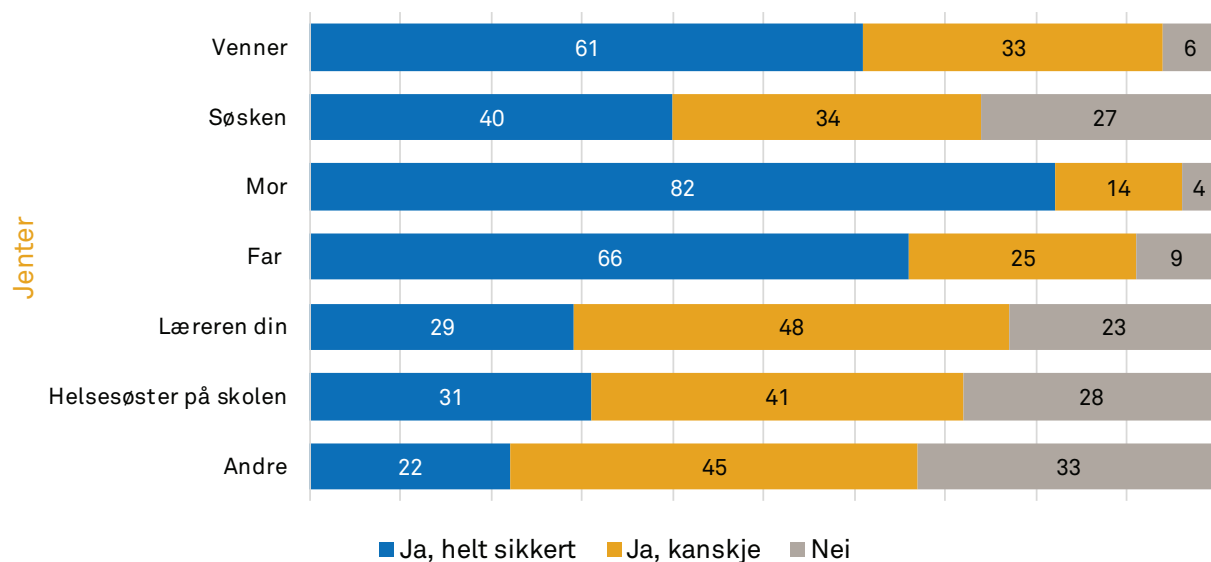
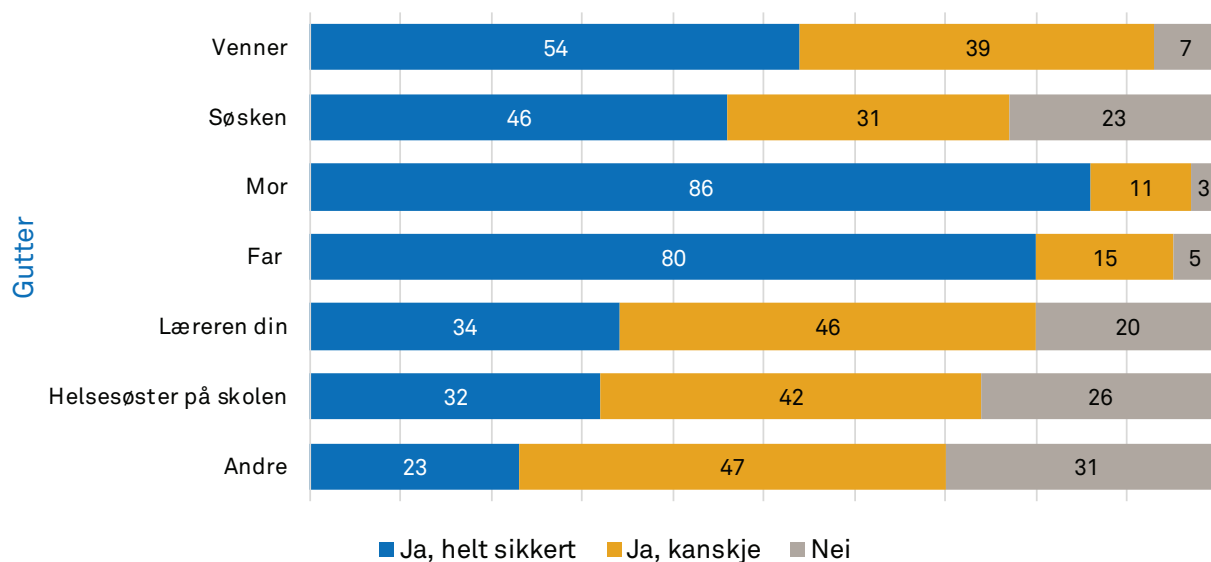
Etter sosial bakgrunn



Etter foreldres fødeland



Kan du snakke med noen av disse om vanskelige eller triste ting? Etter kjønn



For de aller fleste barn vil foreldrene være de viktigste omsorgspersonene. Foreldrenes ressurser – økonomisk, kulturelt og sosialt – danner grunnlaget for barn og unges levekår, trivsel og mestring. I følge barneloven har foreldrene plikt til å sørge for økonomisk underhold og omsorg, de skal sikre en forsvarlig oppdragelse og at barnet får en utdanning.

I Ungdata junior ble barna spurt om hva de synes om foreldrene sine. Resultatene viser at det store flertallet er svært fornøyde. 85 prosent er veldig fornøyd med foreldrene sine, og ytterligere 12 prosent er ganske fornøyd. Bare et lite mindretall på to prosent gir uttrykk for at de er litt fornøyd med foreldrene sine, og omtrent én prosent er ikke fornøyd i det hele tatt.

At de fleste barna har tette relasjoner til foreldrene sine, gjenspeiler seg også i mange av de andre spørsmålene om foreldrerelasjoner som er med i Ungdata junior. For eksempel viser undersøkelsen at 96 prosent av både gutter og jenter liker å være sammen med foreldrene sine, rundt 98 prosent opplever at foreldrene liker dem som de er, og 96 prosent opplever at foreldrene ofte forteller dem hvor flinke de er. Det store flertallet opplever samtidig foreldrene sine som tett på: foreldrene kjenner vennene deres, og de pleier å vite hvor de befinner seg i fritiden. Flertallet av barna svarer at de er helt enig i disse utsagnene. Samtidig er det en mindre gruppe av barn som ikke opplever foreldrene sine like greit.

Det eneste utsagnet om foreldrene der det er en viss variasjon mellom barna, handler om foreldrenes kjefting på barna. Nesten hvert femte barn opplever at foreldrene deres ofte kjefter på dem, og det er flere av guttene som opplever dette enn jentene. Hva kjeftingen handler om, kan ikke undersøkelsen gi svar på. Men sett i lys av de øvrige positive vurderingene av foreldrene, er det grunn til å anta at kjeftingen ikke er av den mest alvorlige karakteren for de aller fleste.

I undersøkelsen er det også kartlagt hvor mange som opplever å være redde når de er hjemme, og hvor mange som gruer seg til å komme hjem. Resultatene fra undersøkelsen viser at de aller fleste verken er redde eller gruer seg. Likevel er det rundt fire prosent som ofte gruer seg til å komme hjem, og fem prosent som ofte er redd hjemme.

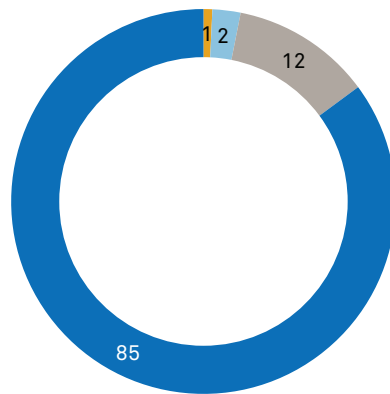
Barna ble også spurt om de ville føle seg redde hvis de skulle overnatte borte. Noe flere jenter enn gutter sier seg litt eller helt enig i dette, men andelen er lav blant både gutter og jenter. De aller fleste ville altså ikke føle seg redde hvis de skulle overnatte borte.

Barna er også blitt spurt om hvor fornøyd de er med huset eller leiligheten de bor i. Generelt viser undersøkelsen at barna er fornøyd med boligen sin. 78 prosent er veldig fornøyd, og ytterligere 17 prosent er ganske fornøyd. De eldste barna er noe mindre fornøyd med boligen sin enn de yngste. Større forskjeller er det mellom barn med ulik sosial bakgrunn, der barn med lav sosial bakgrunn er langt mindre fornøyd med boligen sin enn barn med høy sosial bakgrunn. Også barn med begge foreldre født i utlandet er mindre fornøyd med boligen de bor i, sammenliknet med barn av foreldre født i Norge.



Hvor fornøyd er du med foreldrene dine?

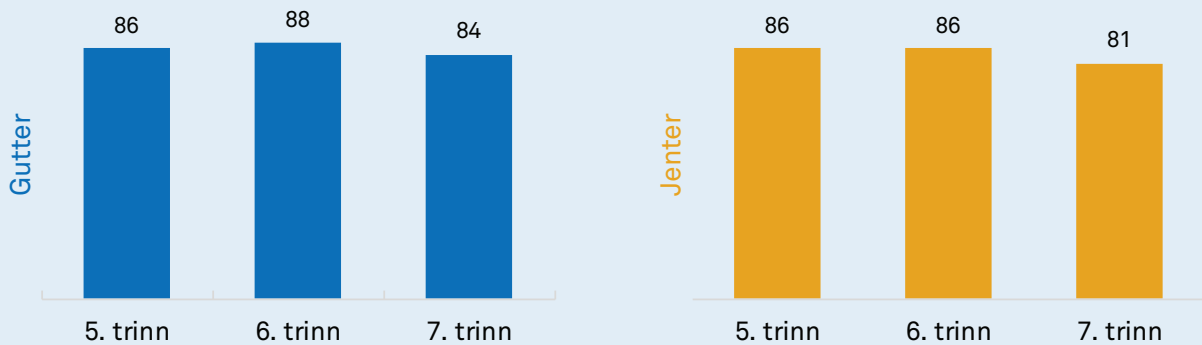
Andel av barneskoleelever i Bærum



Ikke fornøyd i det hele tatt Litt fornøyd Ganske fornøyd Veldig fornøyd

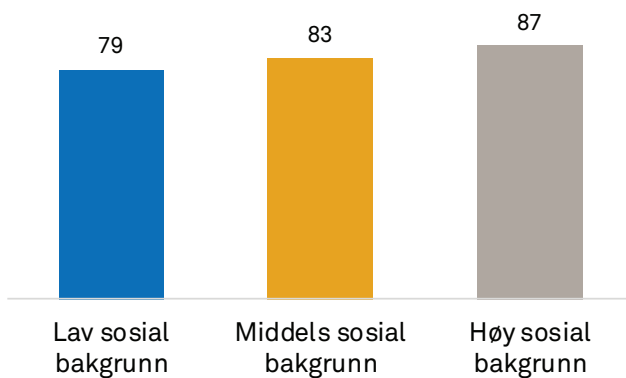
Andeler som er veldig fornøyd med foreldrene sine

Etter kjønn og klassetrinn

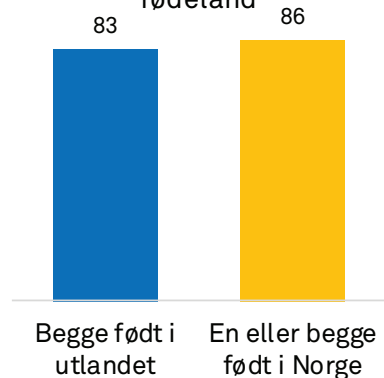


Andeler som er veldig fornøyd med foreldrene sine

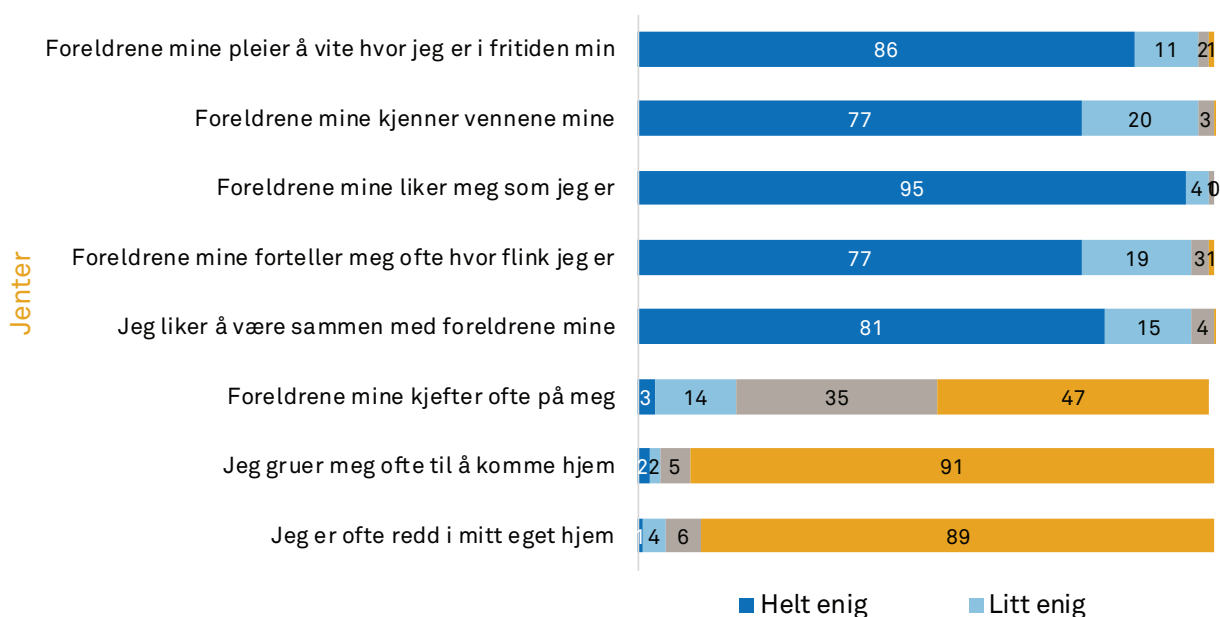
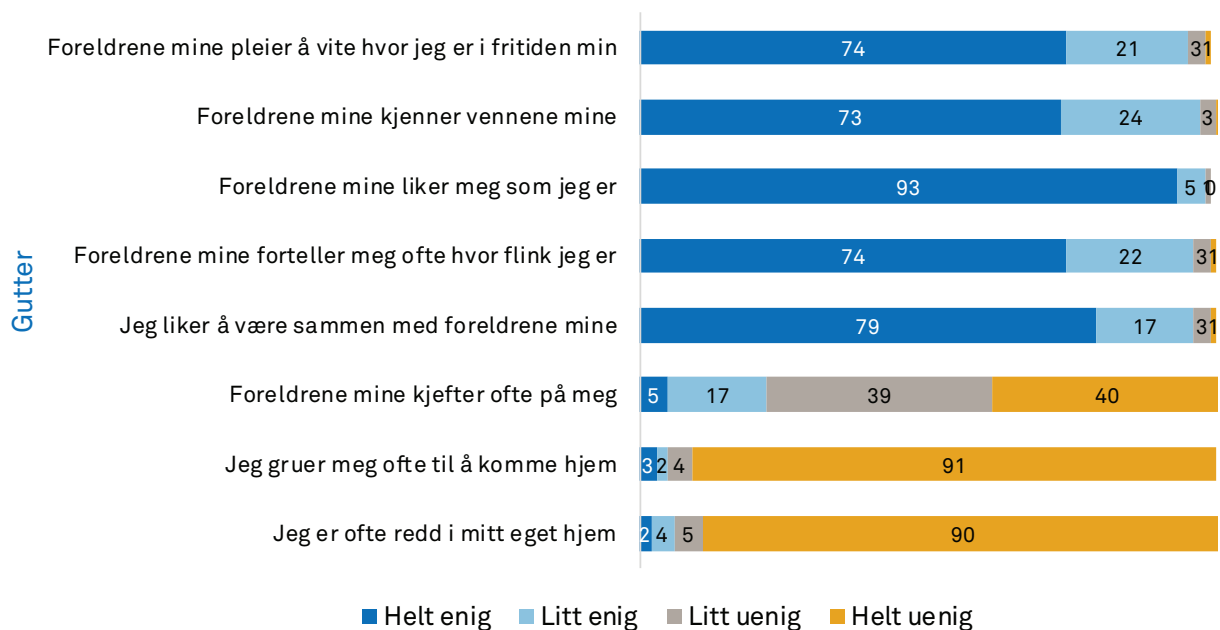
- etter sosial bakgrunn



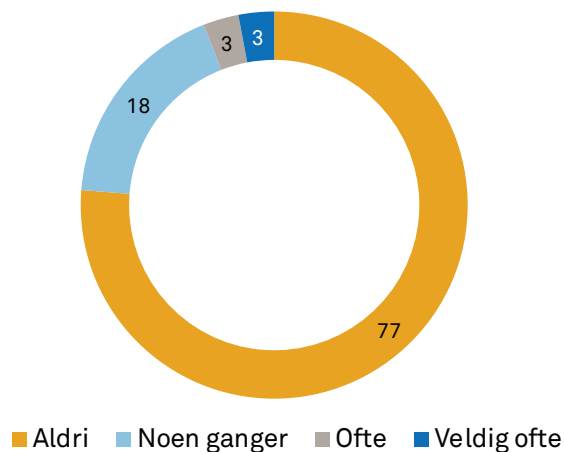
- etter foreldres fødeland



Hvordan barn opplever foreldrene sine og hjemmet sitt Etter kjønn

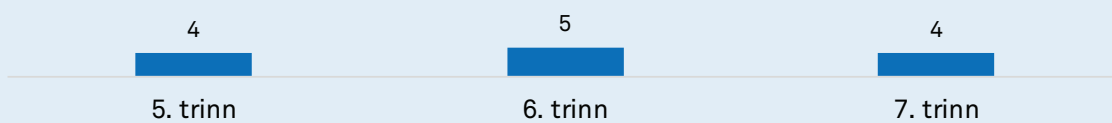


«Jeg ville føle meg redd hvis jeg skulle overnatte borte»



Andel som ofte eller veldig ofte ville føle seg redde hvis de skulle overnatte borte Etter kjønn og klassetrinn

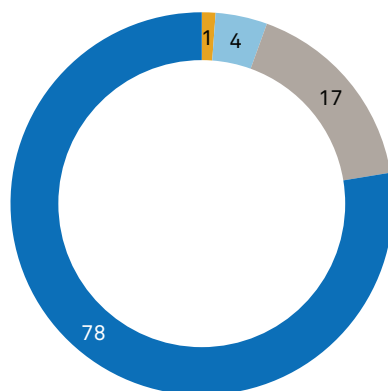
Gutter



Jenter

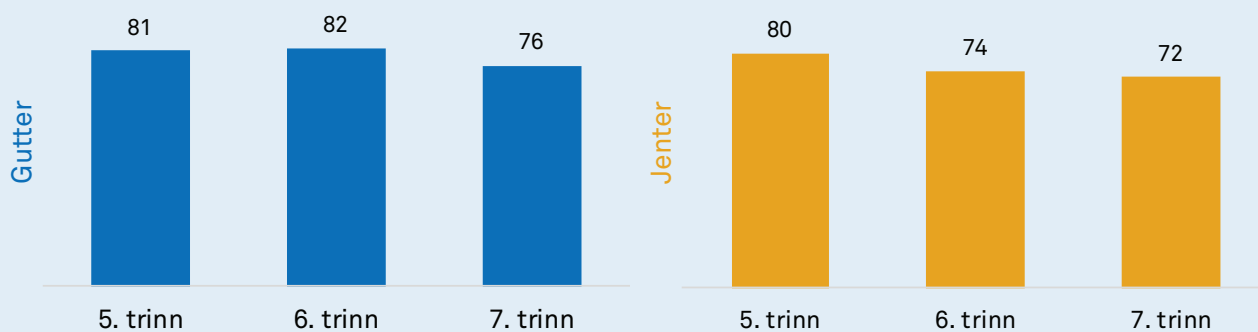


Hvor fornøyd er du med huset eller leiligheten som du bor i?



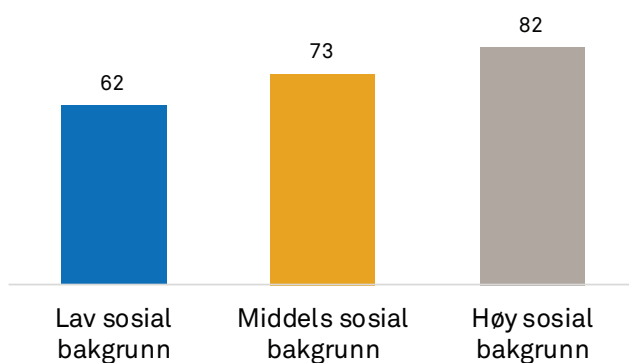
■ Ikke fornøyd i det hele tatt ■ Litt fornøyd ■ Ganske fornøyd ■ Veldig fornøyd

Andeler som er veldig fornøyd med egen bolig Etter kjønn og klassetrinn

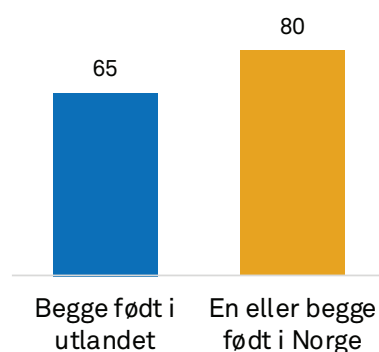


Andeler som er veldig fornøyd med egen bolig

- etter sosial bakgrunn



- etter foreldres fødeland



Venner

Venner er for de fleste en kilde til lek, glede, støtte, samhørighet og bekreftelse. Å være sammen med venner er for mange den mest sentrale aktiviteten i deres liv. Et godt vennskap er som et sosialt immunforsvar som øker robustheten overfor ulike utfordringer i oppveksten. På samme måte kan fraværet av nære venner, eller manglende stabilitet i jevnaldersrelasjoner, være en belastning og bidra til økt sårbarhet. På lengre sikt vil samspillet med de jevnaldrende kunne ha betydning for utvikling av selvbilde og sosial kompetanse.

De aller fleste barna svarer i undersøkelsen at de har venner. Bare én prosent sier at de ikke har noen de vil kalle venner for tiden. Det store flertallet oppgir at de har minst én nær og fortrolig venn, det vil si en person som de kan stole på og snakke med om alt mulig. 71 prosent er sikre på at de har en slik venn, 22 prosent tror de har det, og seks prosent tror ikke at de har en fortrolig venn. Andelen som oppgir å ha en fortrolig venn, varierer lite etter kjønn, alder, sosial bakgrunn og innvandringsbakgrunn.

I undersøkelsen ble barna spurt om de har noen å være sammen med i fritiden og i friminuttene på skolen. De aller fleste har noen å være sammen med, men seks prosent svarer at de aldri eller som regel ikke har det på fritiden. I friminuttene er det enda færre som mangler noen å være sammen med (under to prosent). Tallene er svært like for jenter og gutter, og det er lite variasjon etter alder. Det er derimot noe variasjon i hvor mange som har venner å være sammen

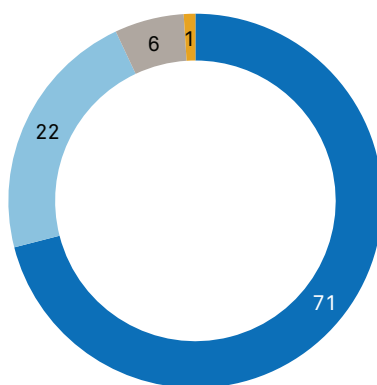


med på fritiden avhengig av sosial bakgrunn og foreldres fødeland. Mens 96 prosent av barn med høy sosial bakgrunn alltid eller som regel har noen å være sammen med på fritiden, gjelder dette 89 prosent av barn med lav sosial bakgrunn. Barn med foreldre født i utlandet har noe sjeldnere noen å være sammen med på fritiden enn barn med en eller begge foreldre født i Norge.

Barna ble også spurt om hvor viktige ulike typer av personlige egenskaper er for å være populær i det vennemiljøet de inngår i. Barna ble bedt om å vurdere hvor viktig det er å være god på skolen, å være god i idrett, å ha dyre merkeklær, og å være til å stole på. Det som har aller størst betydning er å være en person som man kan stole på. 92 prosent mener at dette er litt eller veldig viktig for å være populær i vennemiljøet. Dernest kommer det å være flink i idrett, noe over 60 prosent synes er viktig. På tredjeplass kommer det å være god på skolen (53 prosent) og til sist det å ha dyre merkeklær (27 prosent).

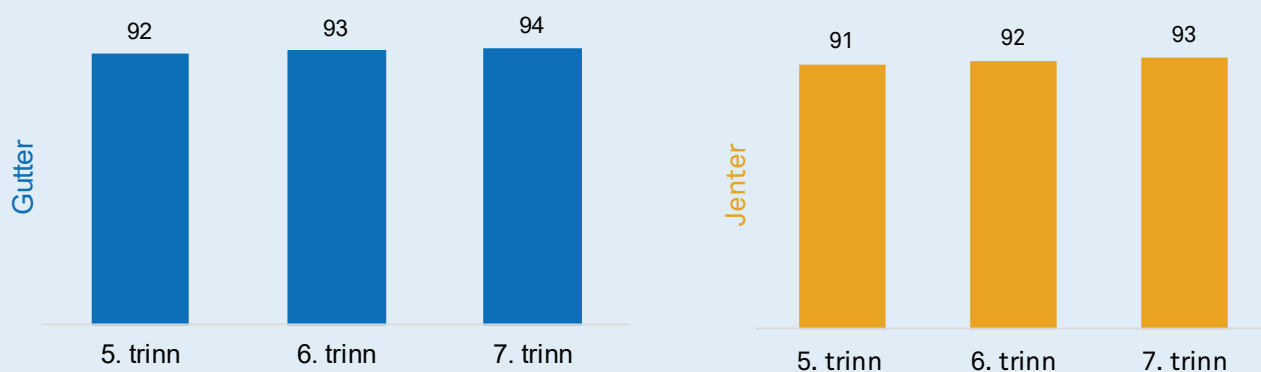
Gutter og jenter er forholdsvis enige i disse prioriteringene. Gutter mener likevel noe oftere enn jenter at det å være god i idrett medfører økt popularitet, mens det er noen flere jenter enn gutter som mener at det å ha dyre merkeklær er viktig. Betydningen av å ha merkeklær for å være populær øker markant med økende alder. Mens rundt 14 prosent av femteklassingene mener at dyre merkeklær øker populariteten, gjelder det 40 prosent av syvendeklassingene. Også det å være flink i idrett er noe viktigere for de eldste enn for de yngste, samtidig som det å være god på skolen har noe mindre betydning. Mens det å være god på skolen og i idrett blir vurdert som noe viktigere blant elever med innvandrerforeldre, er det å ha dyre merkeklær noe viktigere blant elever med høy sosial bakgrunn. Blant barn med lav sosial bakgrunn er det å være god på skolen viktig. På andre områder ser ikke sosial bakgrunn ut til å spille så stor rolle for hva som betyr noe for å være populær i vennemiljøet.

Har du minst én venn som du kan stole helt på og snakke med om alt mulig?



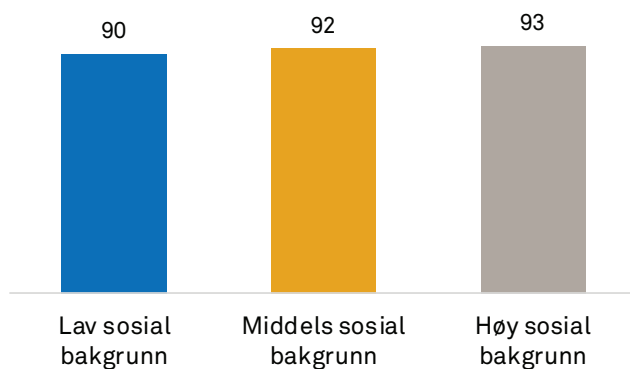
■ Ja, helt sikkert ■ Ja, det tror jeg ■ Det tror jeg ikke ■ Har ingen jeg ville kalle venner, nå for tida

Andel som helt sikkert eller tror de har en fortrolig venn Etter kjønn og klassetrinn

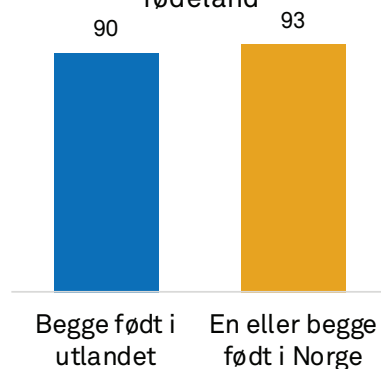


Andel som helt sikkert eller tror de har en fortrolig venn

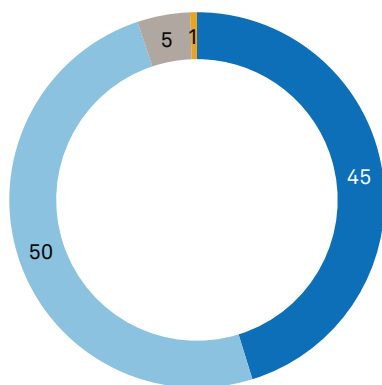
- etter sosial bakgrunn



- etter foreldres fødeland

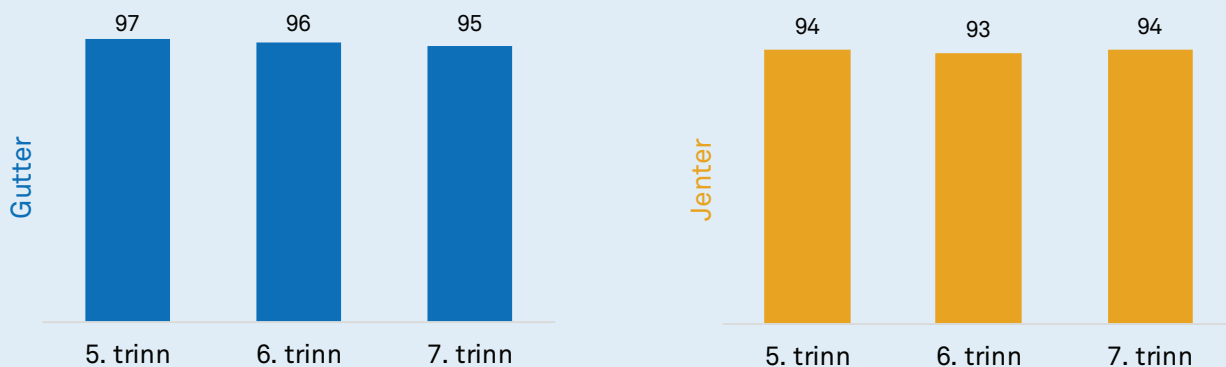


Har du noen å være sammen med på fritida?

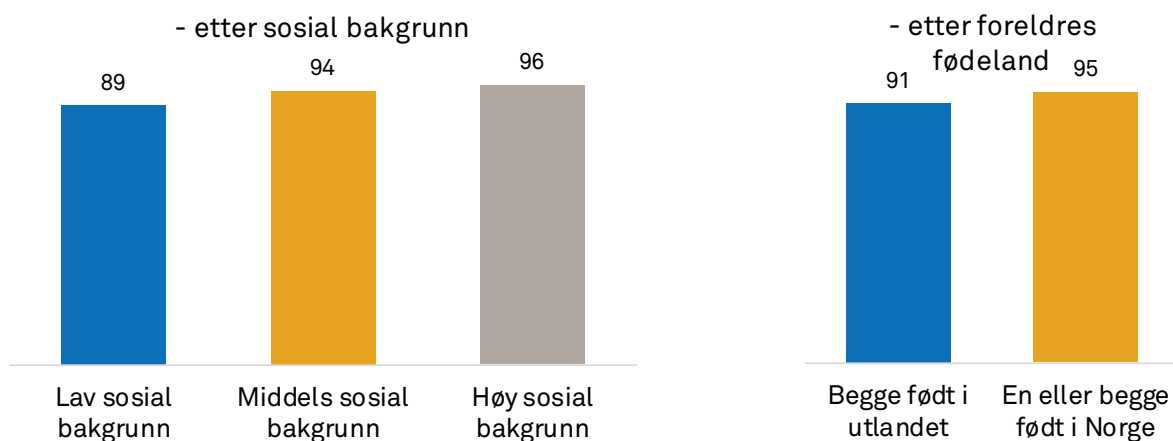


■ Ja, alltid ■ Ja, som regel ■ Nei, som regel ikke ■ Nei, aldri

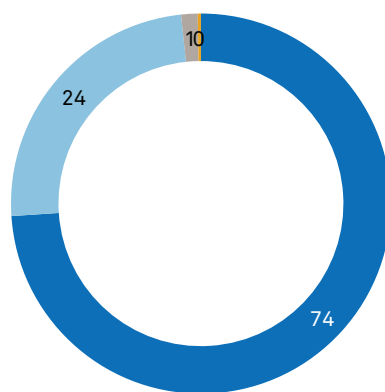
Andel som alltid eller som regel har noen å være sammen med på fritida - Etter kjønn og klassesertrinn



Andel som alltid eller som regel har noen å være sammen med på fritida

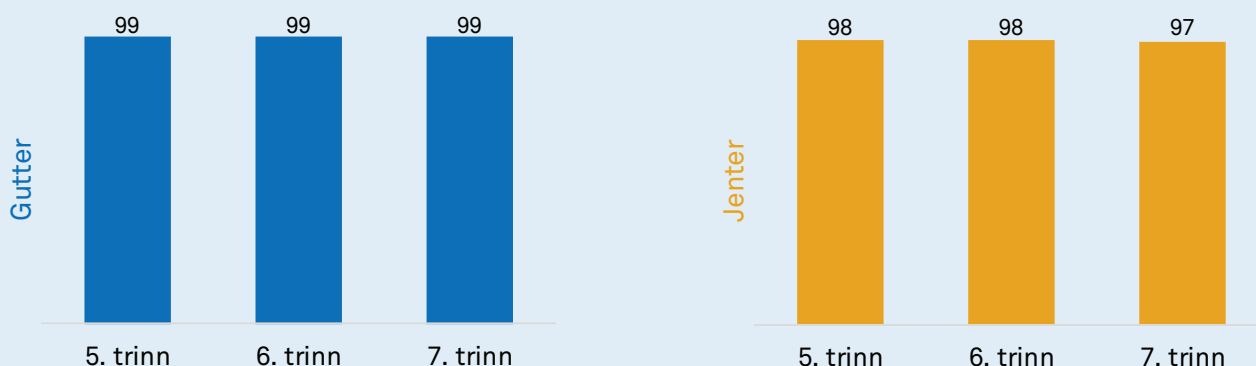


Har du noen å være sammen med i friminuttene på skolen?

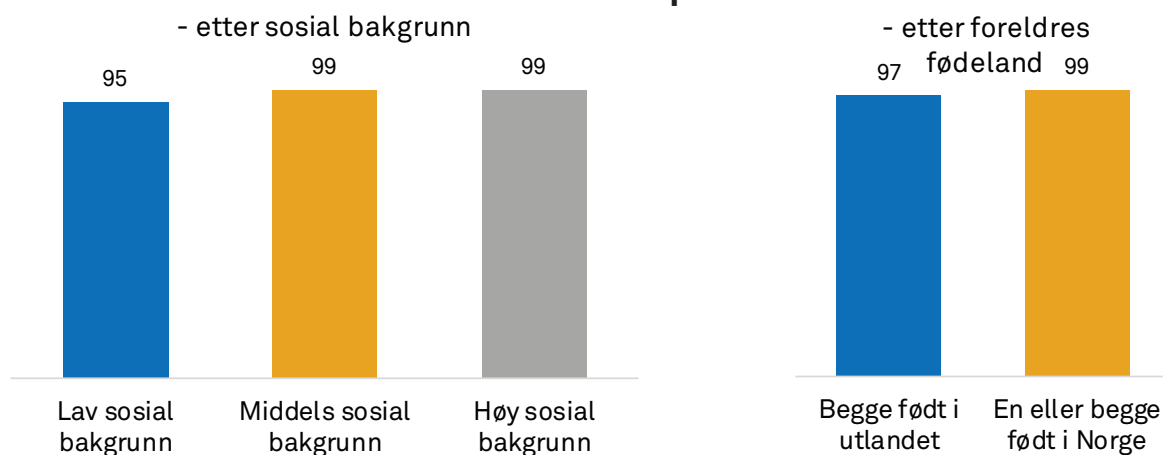


■ Ja, alltid ■ Ja, som regel ■ Nei, som regel ikke ■ Nei, aldri

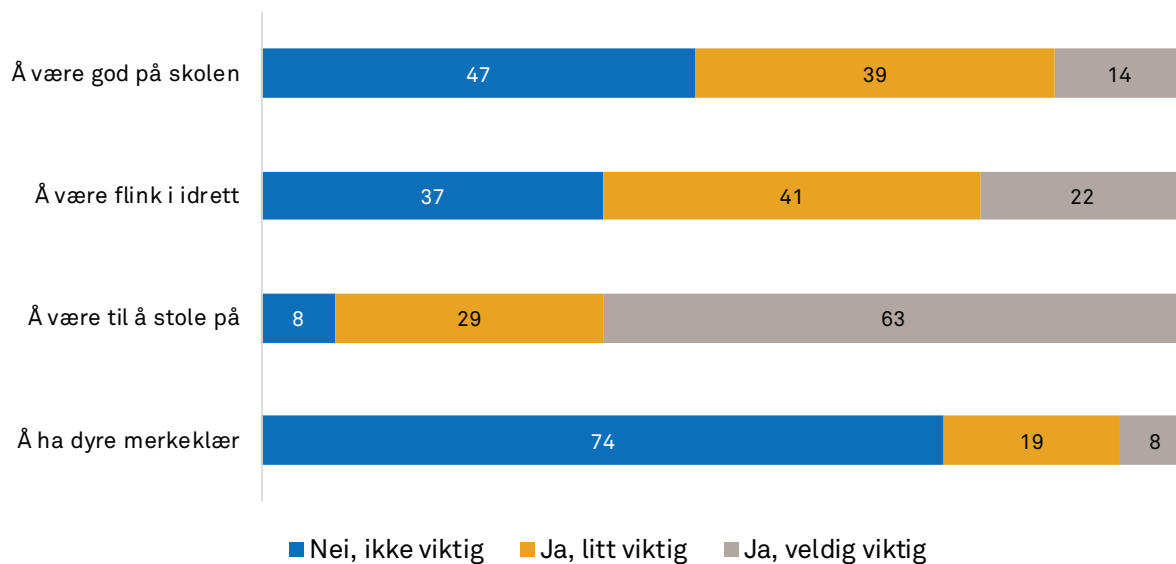
Andel som alltid eller som regel har noen å være sammen med i friminuttene på skolen - Etter kjønn og klassetrinn



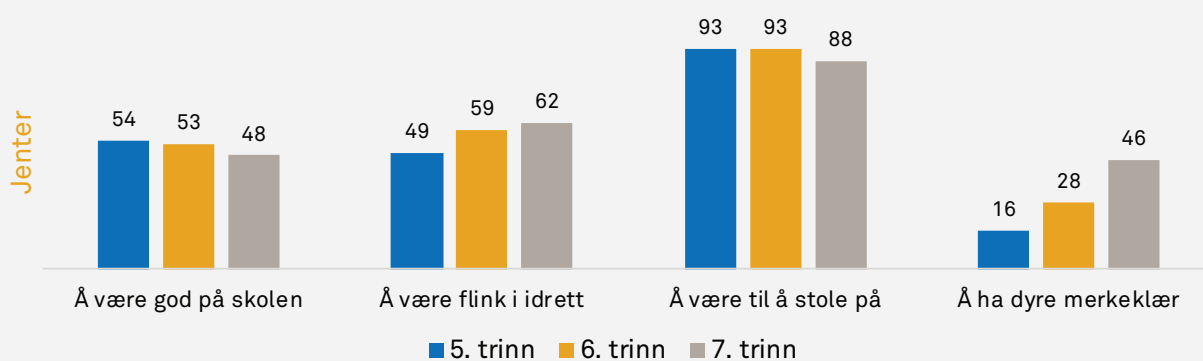
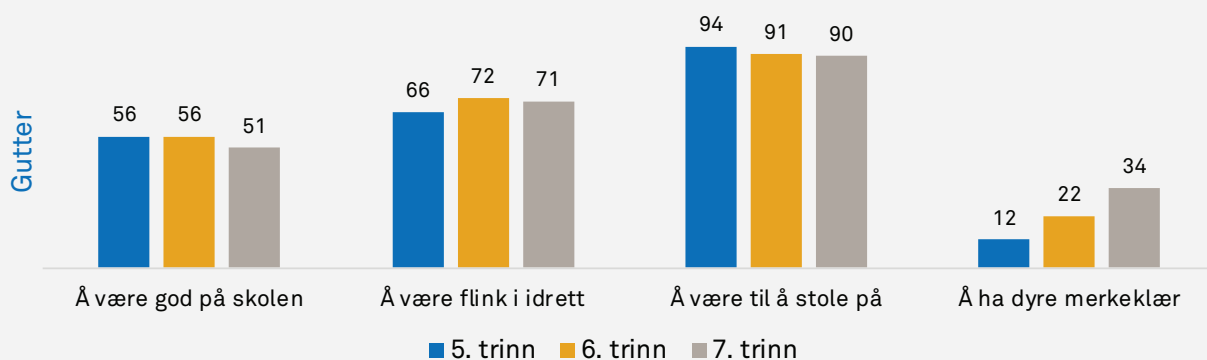
Andel som alltid eller som regel har noen å være sammen med i friminuttene på skolen



Er noe av dette viktig for å være populær i ditt vennemiljø?

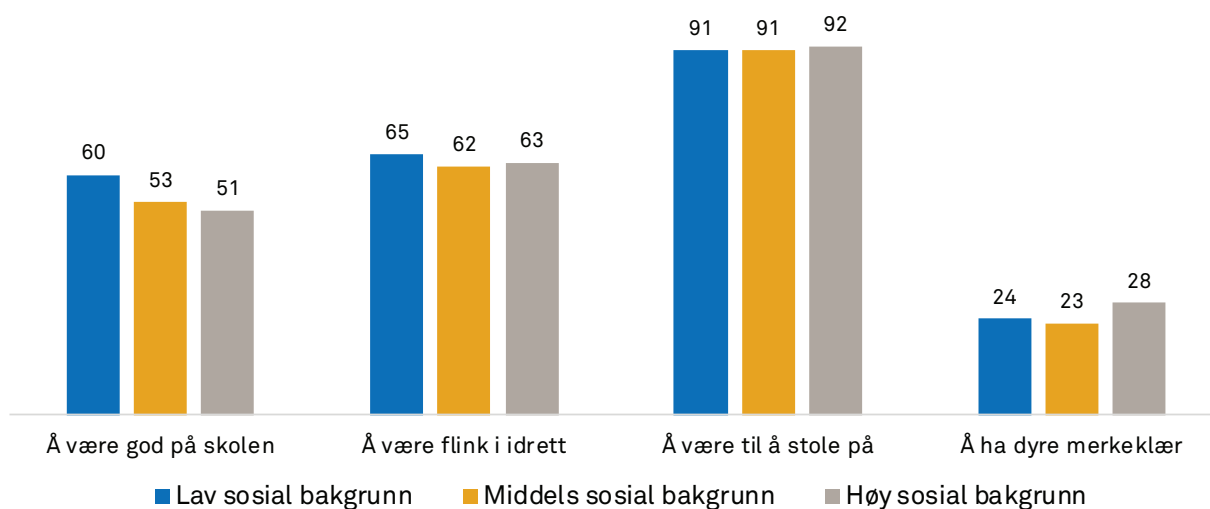


Andel som svarer at dette er viktig for å være populær i vennemiljøet - Etter kjønn og klassetrinn



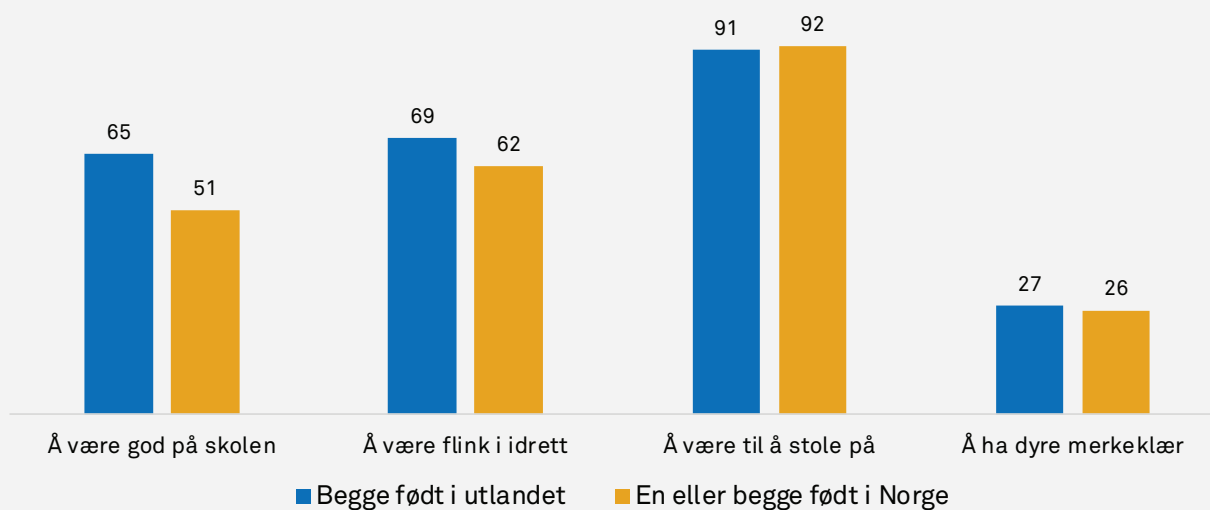
Andel som svarer at dette er litt eller veldig viktig for å være populær i vennemiljøet

- Etter sosial bakgrunn



Andel som svarer at dette er viktig for å være populær i vennemiljøet

- Etter foreldres fødeland



Nærområdet

Å vokse opp betyr å vokse opp på et bestemt sted. Forskjellige lokalmiljøer kan gi ulike muligheter for aktiviteter og sosialt samvær. Tilbudet av organisasjoner, fritids- og kulturtilbud påvirker individuell utfoldelse og bidrar samtidig til å skape identitet og tilhørighet i et lokalmiljø. Det samme gjelder tilgangen på åpne møteplasser, rekreasjonsområder og urørt natur. Barn og unge bruker lokalmiljøet i større grad og på en annen måte enn voksne. Trygge og sunne lokalmiljøer er derfor særlig viktig for barns velferd og trivsel. Barn og unge kan også ha andre meninger enn voksne om hva som gir livskvalitet på hjemstedet.

I Ungdata junior ble barna spurt om hvor fornøyd de er med nærområdet der de bor og om de føler seg trygge når de er ute. Den store majoriteten er fornøyd med nærområdet sitt. 71 prosent er veldig fornøyd, og ytterligere 22 prosent er ganske fornøyd. Bare syv prosent er litt fornøyd eller ikke fornøyd i det hele tatt. Generelt er det små forskjeller i hvor mange gutter og jenter som er fornøyd med nærområdet sitt. Blant guttene synker derimot andelen som er veldig fornøyd med økende alder, mens den er stabil blant jenter. Færre av barna med lav sosial bakgrunn (62 prosent) er veldig fornøyd med nærområdet sitt enn barna med høy sosial bakgrunn (73

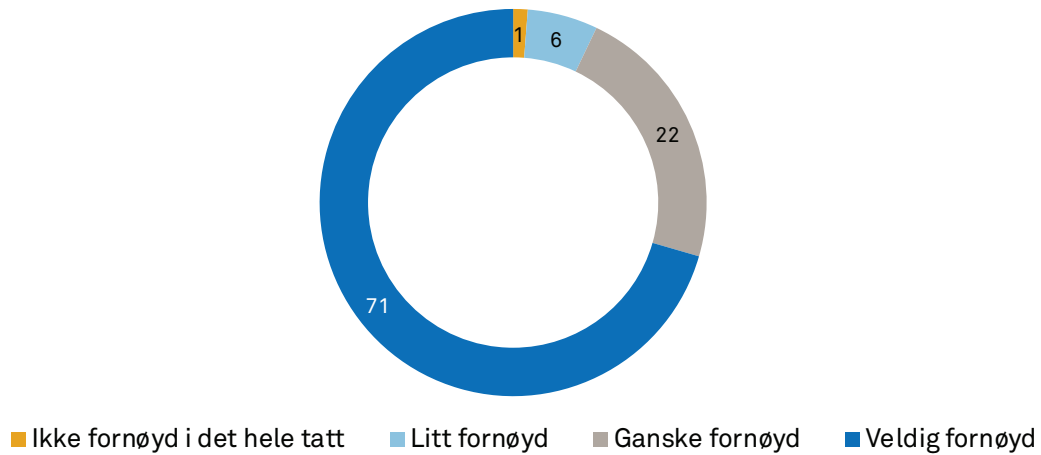
prosent). Blant de som har to foreldre født i utlandet, er det 60 prosent som er veldig fornøyd med nærområdet. Dette er en god del lavere enn blant barn med en eller begge foreldre født i Norge.

Hvor trygge føler barna seg når de ferdes ute i nærområdet sitt? Svarene tyder på at de aller fleste er trygge. 71 prosent opplever at de veldig trygge når de ute der de bor, og 61 prosent er veldig trygge på vei til og fra skolen. De resterende svarer stort sett at de er ganske trygge, noe som kan bety litt forskjellige ting. For noen vil det å være ganske trygg bety at de av og til kan føle seg trygge, eller at de er trygge på noe, men ikke på alt. Det er likevel færre enn én prosent som svarer at de ikke er trygge i det hele tatt, og mellom to og fire prosent som sier at de ikke er så trygge.

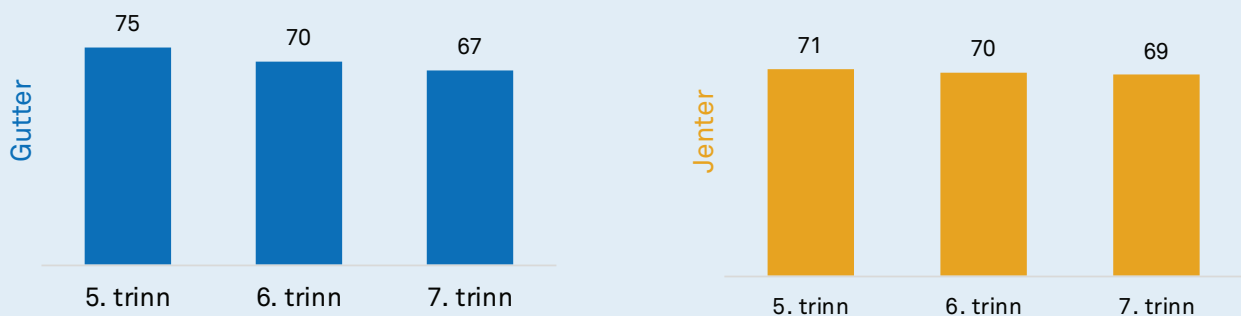
Generelt er trygghetsfølelsen større blant gutter enn jenter. Dette gjelder både når det gjelder å ferdes i området der de bor og til og fra skolen. Blant jenter øker trygghetsfølelsen gjennom de aldersgruppene som omfattes av undersøkelsen, noe som særlig gjelder tryggheten på skoleveien. Det er også flere gutter som føler seg trygge på skoleveien i syvende trinn enn i femte trinn. Trygghetsfølelsen i nærområdet og på skoleveien er lavest blant barn med lav sosial bakgrunn og blant barn som har foreldre født i utlandet.



Hvor fornøyd er du med nærområdet der du bor?

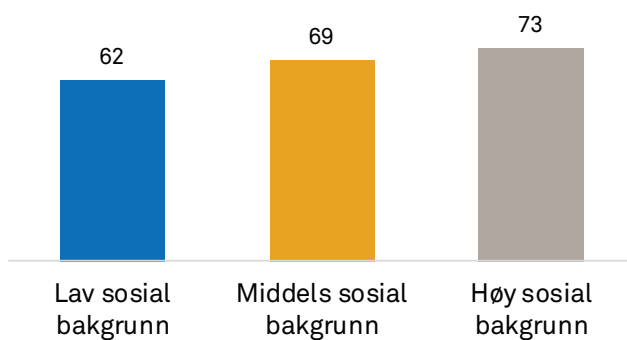


Andel som er veldig fornøyd med nærområdet - Etter kjønn og klassetrinn

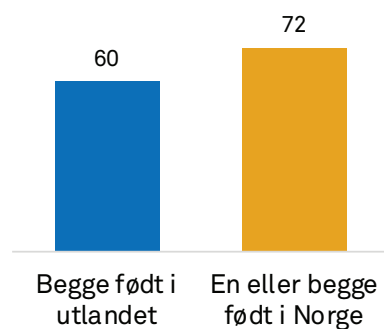


Andel som er veldig fornøyd med nærområdet

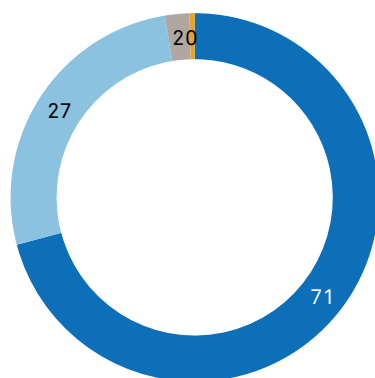
- etter sosial bakgrunn



- etter foreldres fødeland

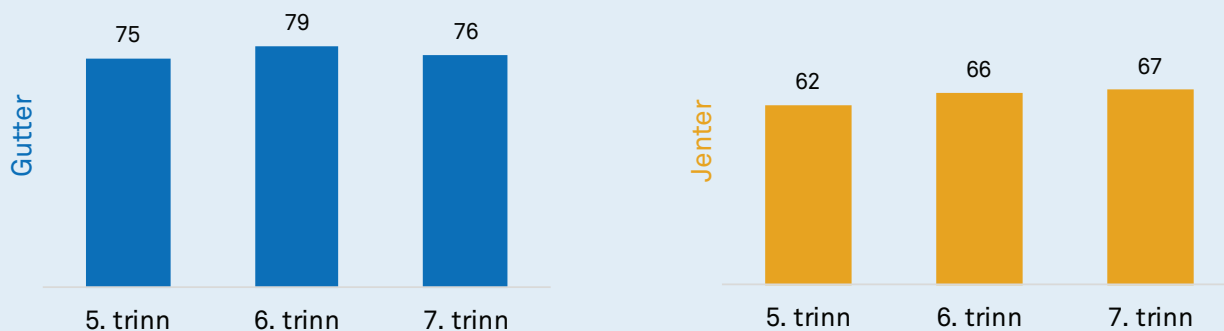


Hvor trygg føler du deg når du er ute i området der du bor?



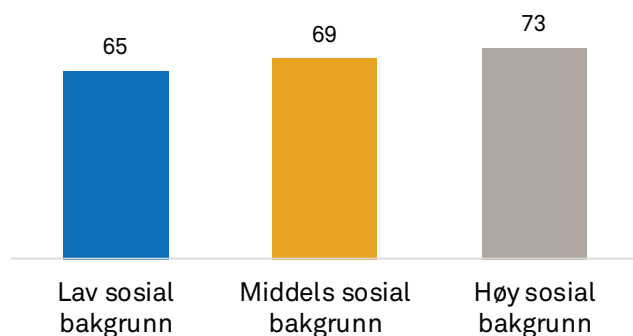
■ Veldig trygg ■ Ganske trygg ■ Ikke så trygg ■ Ikke trygg i det hele tatt

Andel som er veldig trygge i området der de bor - Etter kjønn og klassetrinn

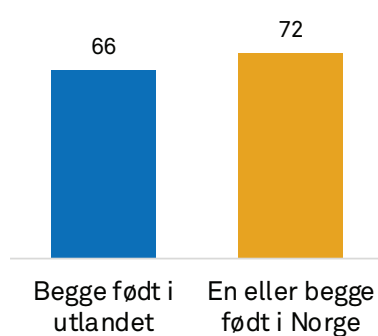


Andel som er veldig trygge i området der de bor

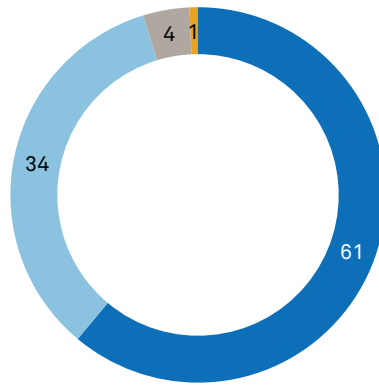
- etter sosial bakgrunn



- etter foreldres fødeland

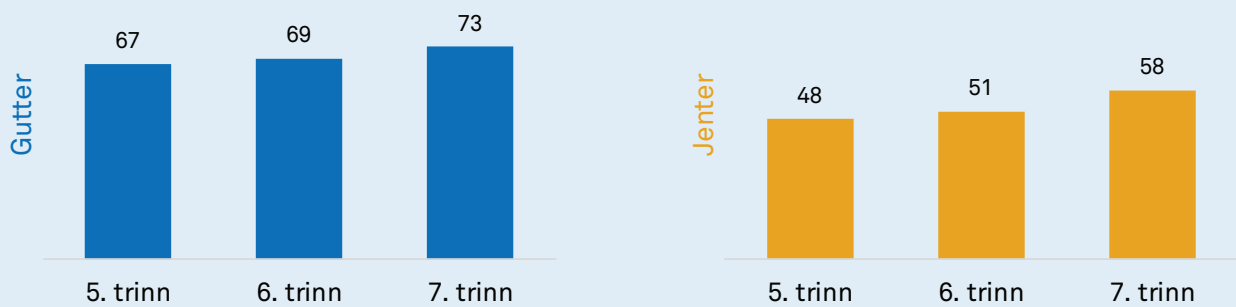


Hvor trygg føler du deg på vei til og fra skolen?



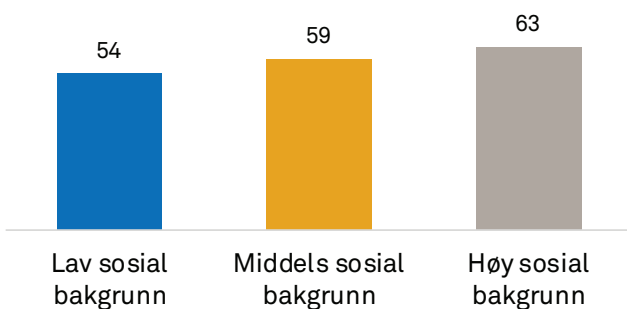
■ Veldig trygg ■ Ganske trygg ■ Ikke så trygg ■ Ikke trygg i det hele tatt

Andel som er veldig trygge på vei til og fra skolen - Etter kjønn og klassetrinn

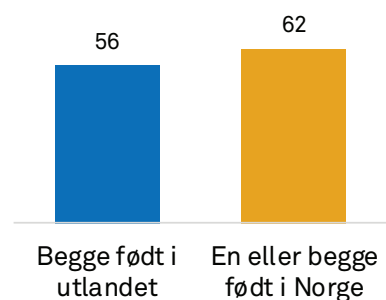


Andel som er veldig trygge på vei til og fra skolen

- etter sosial bakgrunn



- etter foreldres fødeland



Skoletrivsel

Dagens barn og unge tilbringer mer tid enn tidligere i ulike offentlige institusjoner. Skolen er ikke bare et sted for læring, men også en arena for sosialt samvær. Grunnlaget for barnas personlige og faglige utvikling legges i skolen, som også har som ambisjon å utjevne sosiale forskjeller. Skolen er dermed en arena som er viktig for barna på flere måter, både i den sosiale og lærende hverdagen og som forberedelse for fremtiden.

Ungdata junior kartlegger hvordan barna opplever de psykososiale sidene ved det å være skoleelev. På spørsmål om hvordan barna har det på skolen, gir svarene fra Ungdata junior et todelt svar. På den ene siden kan vi konkludere med at de aller fleste trives svært godt. Til tross for at nesten seks av ti barn sier at de kjeder seg i skoletimene, er 74 prosent av barna helt enig i utsagnet «Jeg trives på skolen». 22 prosent er ganske enig, og bare noen svært få er uenig i at de trives. Tilsvarende finner vi på flere av de andre utsagnene om skoletrivsel. Rundt 90 prosent mener at de alltid har det bra i friminuttene, 92 prosent føler at de passer inn blant elevene, og 93 prosent mener at lærerne deres bryr seg om dem. De aller fleste svarer at de er helt enig i disse utsagnene, mens andelen som er uenig varierer mellom seks og åtte prosent. Det er også slik at de aller fleste føler seg trygge når de er på skolen.



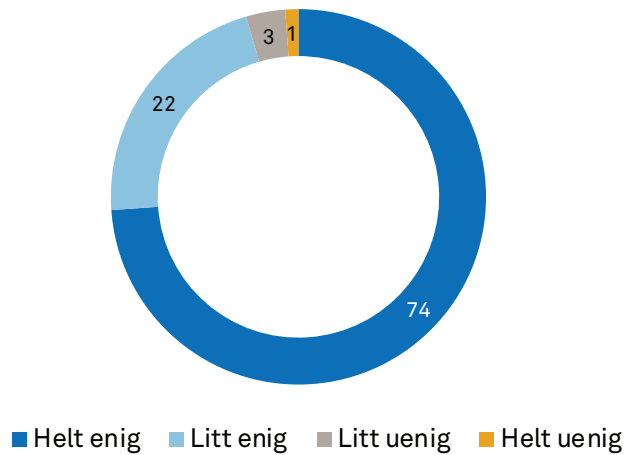
På den annen side er det en god del elever som gruer seg i skolehverdagen. En av fem elever svarer i undersøkelsen at de ofte gruer seg til å gå på skolen. Hva som ligger bak dette kan ikke undersøkelsen si noe direkte om. Barna ble imidlertid spurt om de gruet seg veldig til å ha prøver og om de føler seg redd dersom de må snakke foran klassen. En god del barn opplever dette. Rundt 20 prosent svarer at de veldig eller ganske ofte gruer seg til å ha prøve. Tilsvarende svarer 13 prosent at de ofte er redd hvis de må snakke foran klassen. Som vi skal komme tilbake til, er det også en del elever som opplever mobbing, og for disse elevene kan nok skolehverdagen oppleves som temmelig problematisk og være en viktig årsak til en del elever gruer seg til skolen.

Andelen av guttene og jentene som gruer seg til å gå på skolen, er omtrent like stor. Samtidig er det flere av jentene enn guttene som gruer seg til å ha prøver, eller som er redde for å snakke foran klassen. Det er også flere gutter enn jenter som føler seg trygge på skolen, og som alltid har det bra i friminuttene. Noe flere gutter føler at de passer inn blant elevene på skolen, men det er også noe flere gutter enn jenter som sier at de kjeder seg i skoletimene.

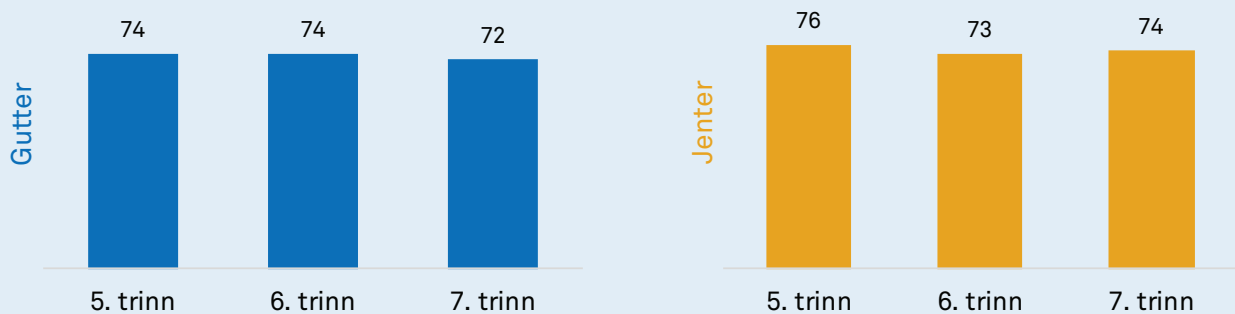
Resultatene viser at det er flere av femteklassingene som føler seg veldig trygge på skolen enn blant syvendeklassingene. Å grue seg for prøver og være redd for å snakke foran klassen, øker ettersom barna blir eldre, særlig blant jentene.

Analysene av sosial bakgrunn viser at skoletrivselen er noe høyere blant elever med høy sosial bakgrunn. Det er også her vi finner at færrest er redde for å snakke foran klassen og gruer seg til prøver. Elever med innvandrerforeldre har like høy skoletrivsel og føler seg like trygge på skolen som andre. Det er likevel noe flere i denne gruppa som rapporterer om at de gruer seg til prøver, og som er redde for å snakke foran klassen.

«Jeg trives på skolen»
 Andel av barneskoleelever i Bærum

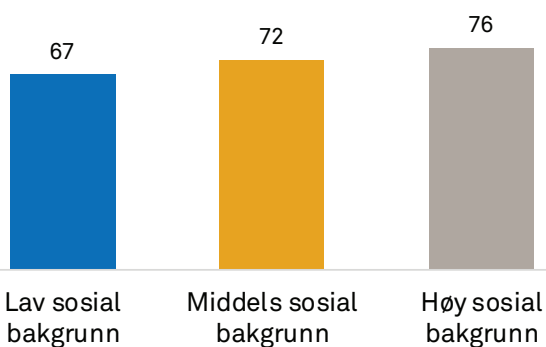


Andel som er helt enige i «Jeg trives på skolen»
 Etter kjønn og klassetrinn

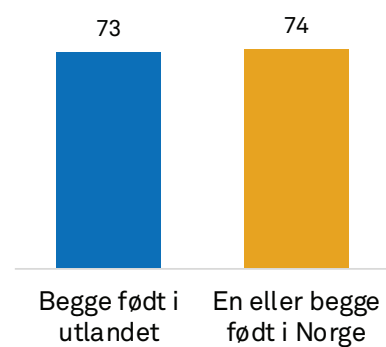


Andel som er helt enige i «Jeg trives på skolen»

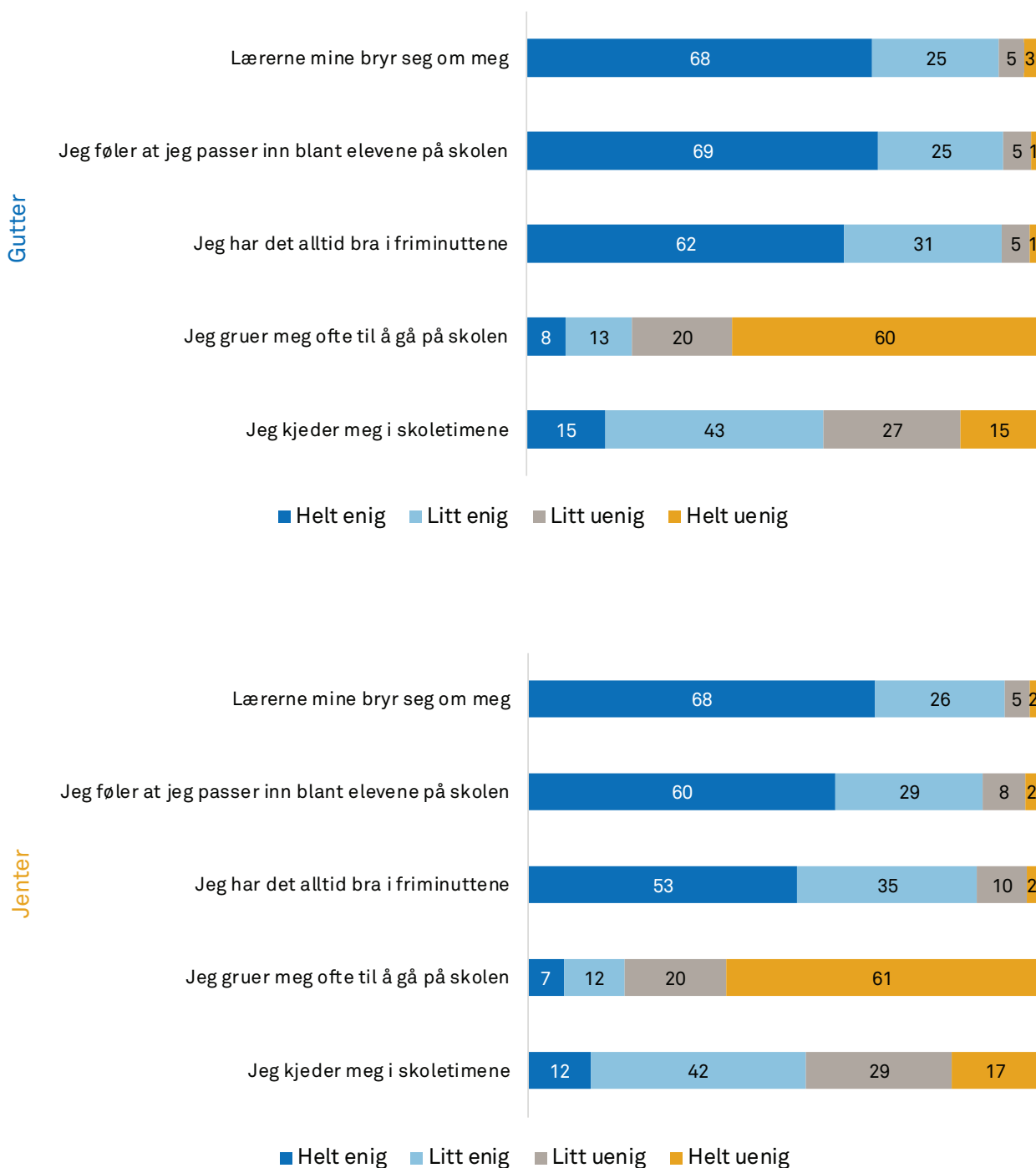
- Etter sosial bakgrunn



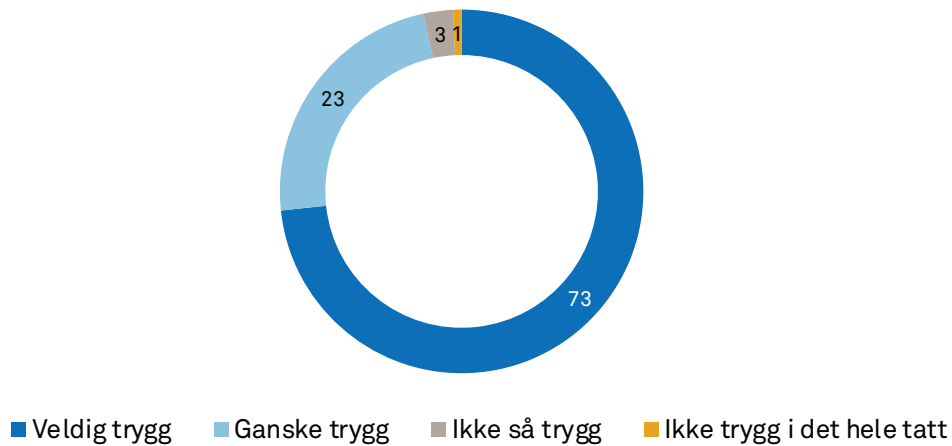
- Etter foreldres fødeland



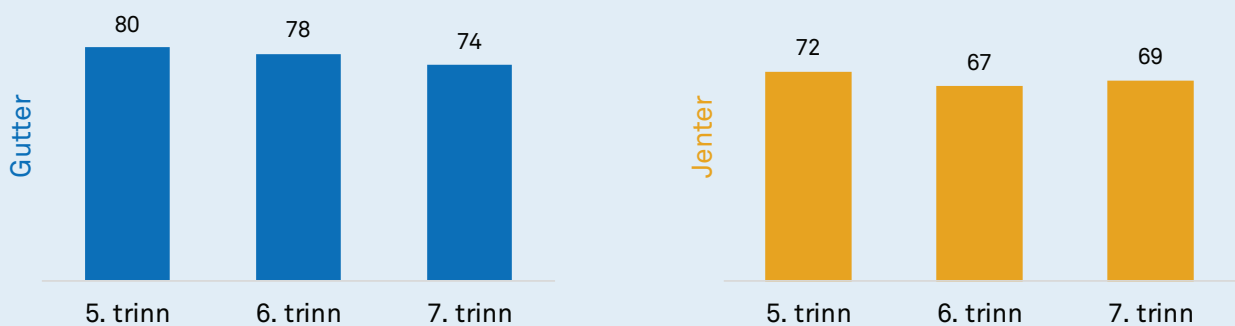
Hvordan barn opplever skolen Etter kjønn



Hvor trygg føler du deg på skolen?

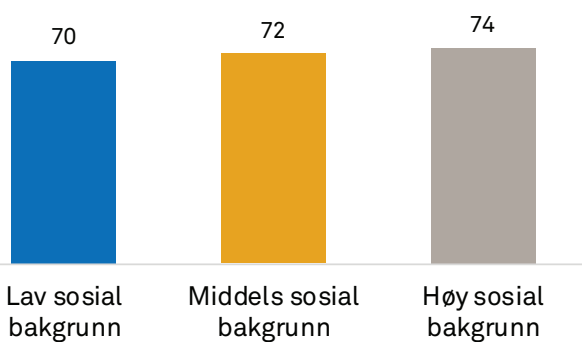


Andel som føler seg veldig trygge på skolen Etter kjønn og klassetrinn

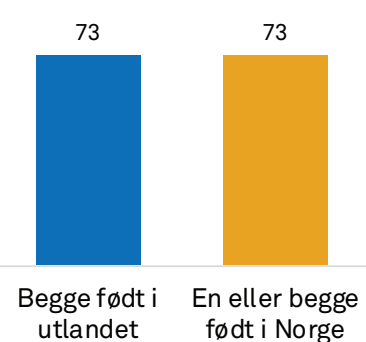


Andel som føler seg veldig trygge på skolen

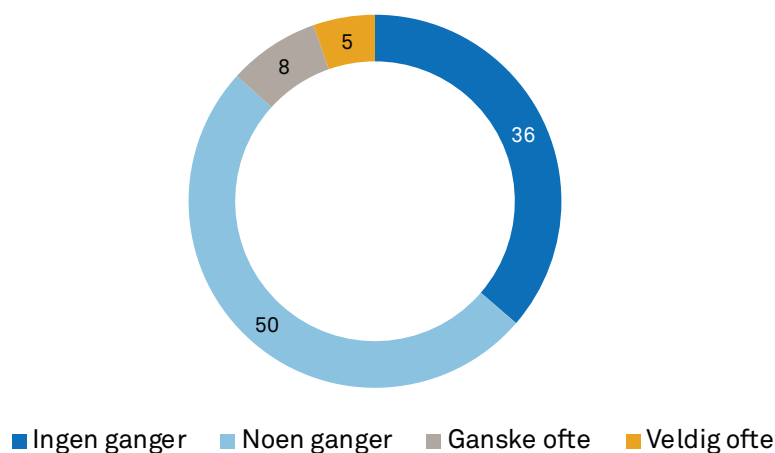
- etter sosial bakgrunn



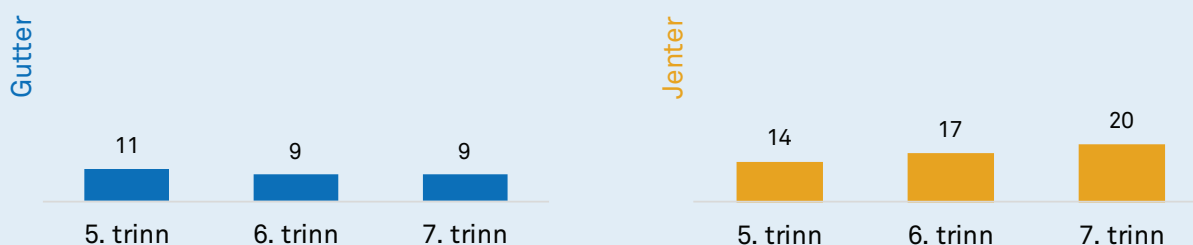
- etter foreldres fødeland



Den siste tiden, har du følt deg redd hvis du må snakke foran klassen?



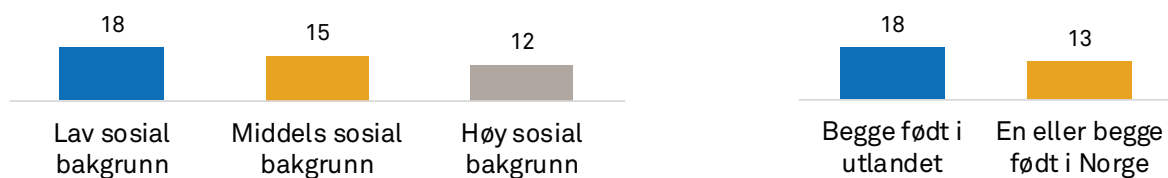
Andel som ofte har følt seg redde hvis de må snakke foran klassen
Etter kjønn og klasstrinn



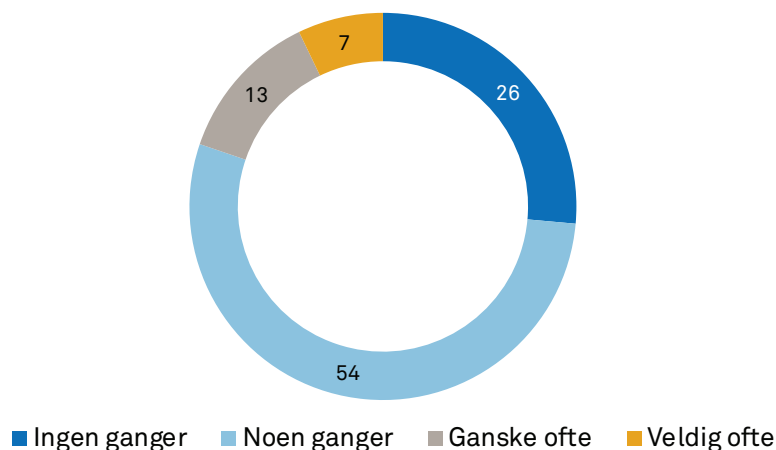
Andel som ofte har følt seg redde hvis de må snakke foran klassen

- Etter sosial bakgrunn

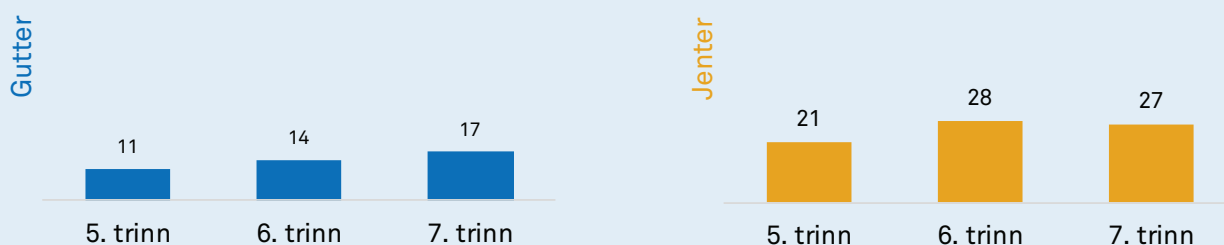
- Etter foreldres fødeland



Den siste tiden, hvor ofte har du gruet deg veldig når du skal ha en prøve?



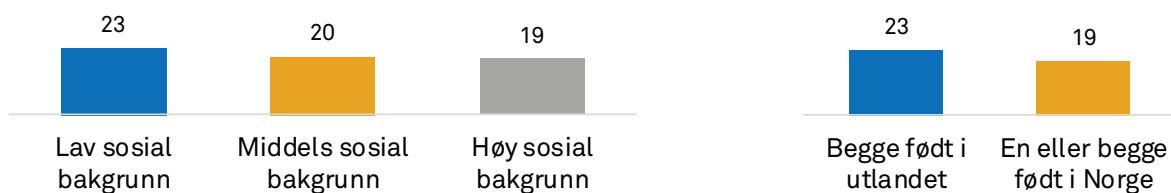
Andel som ofte gruer seg veldig når de skal ha prøve Etter kjønn og klassetrinn



Andel som ofte gruer seg veldig når de skal ha prøve

- Etter sosial bakgrunn

- Etter foreldres fødeland



Fritiden

Tiden barn tilbringer utenfor skolen er mer organisert enn tidligere. Sammenliknet med foreldregenerasjonen bruker barn i dag langt mer tid på organiserte fritidsaktiviteter. For barna vil dette bety faste fritidsaktiviteter som foregår organisert og til faste tidspunkter. Dette er viktige arenaer for samvær med andre som gir andre erfaringer og læringsbetingelser enn i skolen og gjennom det uformelle samværet med jevnaldrende. Forutsigbarhet og åpenhet gjør slike aktiviteter bredt tilgjengelige – samtidig som et barns deltakelse i fritidsaktiviteter kan kreve flere ressurser enn enkelte familier har. Av barn og ungdom er 9–12-åringer de mest aktive, og særlig idrettsorganisasjonene rekrutterer mange barn.

Det har også vært en tendens til at barn i mindre grad enn før bruker tid ute i nærområdet. Med internett og sosiale medier blir det mer attraktivt for barn å være hjemme. En hjemmeorientert fritid gir foreldre muligheter til å kontrollere barnas handlinger og tidsbruk, samtidig som det oppstår bekymringer knyttet til sosialt samvær med jevnaldrende. Et annet spørsmål er om lekser opptar mye av fritiden for mange barn.

I undersøkelsen blir det kartlagt hvor mange av barna som deltar på faste, organiserte fritidsaktiviteter. Resultatene viser at så mange som 89 prosent av barna deltar i slike aktiviteter på det tidspunktet undersøkelsen ble gjennomført. Ni prosent har vært med tidligere, men har sluttet nå, mens bare 2 prosent aldri har vært med. Gutter og jenter er med i omtrent like stor grad, og deltakelsen varierer lite mellom de tre klassetrinnene. Elever med lav sosial bakgrunn og med innvandrerbakgrunn deltar i faste fritidsaktiviteter i langt mindre grad enn andre barn. Selv om det er tydelige forskjeller, er det likevel 7 av 10 barn i disse sosialgruppene som deltar i faste fritidsaktiviteter.

Hvilke typer fritidsaktiviteter er barna med på? Som enkeltaktivitet er det idrett som dominerer.



Rundt 8 av 10 er med på idrett på fast basis. Mange barn er med på flere typer faste aktiviteter, og rundt en av fem spiller instrument eller synger. Det er også mange som er med på teater eller dans eller andre typer av faste fritidsaktiviteter. En del flere jenter enn gutter spiller instrument eller synger, og langt flere jenter enn gutter driver med teater eller dans. Litt flere gutter enn jenter driver med sport eller idrett.

Undersøkelsen viser at de fleste av barna bruker mye av fritiden sin på faste fritidsaktiviteter, og tidsbruken øker en del gjennom de siste årene på barneskolen. Blant femteklassingene er det 56 prosent som bruker minst tre kvelder i uka på faste fritidsaktiviteter. Dette øker til 63 prosent blant syvendeklassingene. Det vanligste er å bruke tre kvelder i uka til slike aktiviteter, og mange bruker fem kvelder eller mer. Svært få bruker kun en kveld i uka til faste fritidsaktiviteter.

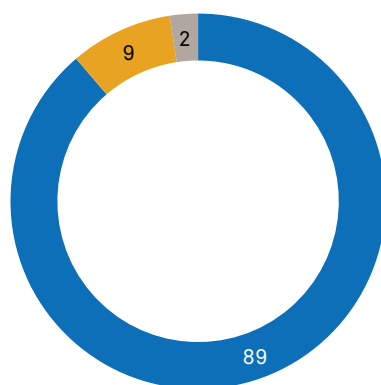
Gjennom Ungdata junior kartlegges også barnas sosiale fritid. Blant både gutter og jenter i alle aldre er det vanligste å være sammen med venner hjemme hos noen en eller to dager i uken. Andelen er noe høyere blant jenter. Gutter i alle aldre henger noe oftere ute sammen med venner enn det jenter gjør. Gutter slapper oftere av for seg selv størsteparten av kvelden enn det jenter gjør.

Både blant gutter og jenter svarer de fleste at de gjør noe sammen med familien en til to dager i uken. Det er også mange som gjør noe sammen med familien oftere, både blant gutter og jenter.

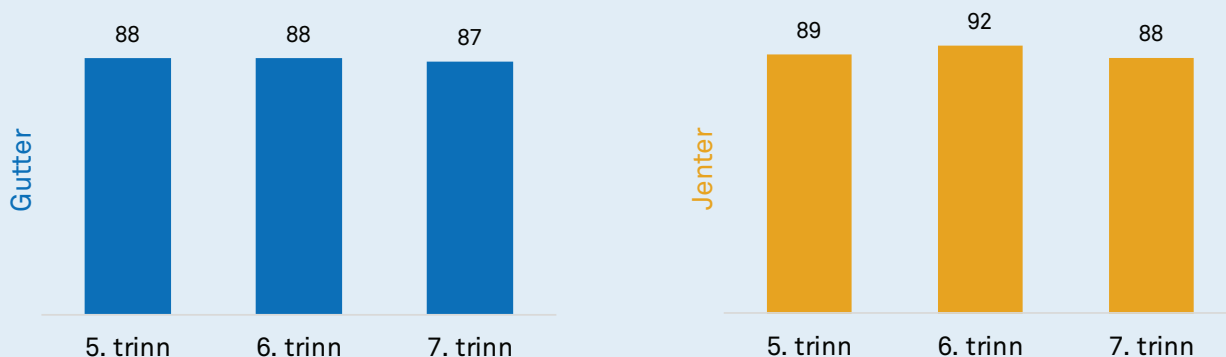
Ungdata junior viser at mange barn hjelper til hjemme med husarbeid. Det er stor variasjon, og den vanligste hyppigheten er en eller to dager i uken blant både gutter og jenter. Imidlertid er det omtrent en fjerdedel som hjelper til hjemme minst fem dager i uken – både blant gutter og jenter, og i alle aldre.

Lekser er noe som opptar mange og utgjør en betydelig del av fritiden. Mer enn halvparten av barna svarer at de gjør lekser fem dager i uken eller oftere. Målt på denne måten er det ikke store forskjeller mellom gutter og jenter. Andelen som bruker minst fem kvelder i uka på lekser, synker derimot nokså tydelig etter hvert som barna blir eldre. Det er også en tydelig forskjell mellom barn med ulik sosial bakgrunn, der langt flere av barna med innvandrerbakgrunn og barna med lav sosial bakgrunn bruker minst fem kvelder i uka på lekser.

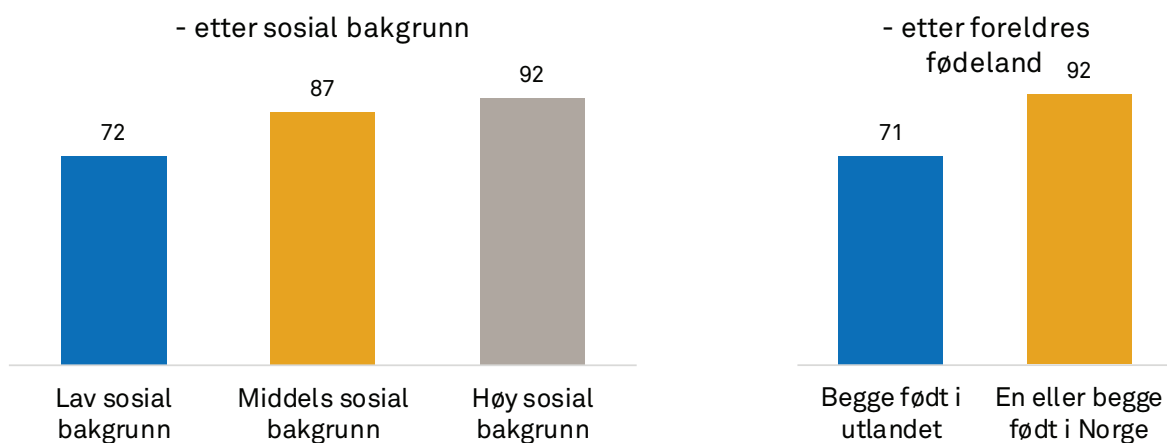
Er du med på noen faste fritidsaktiviteter?



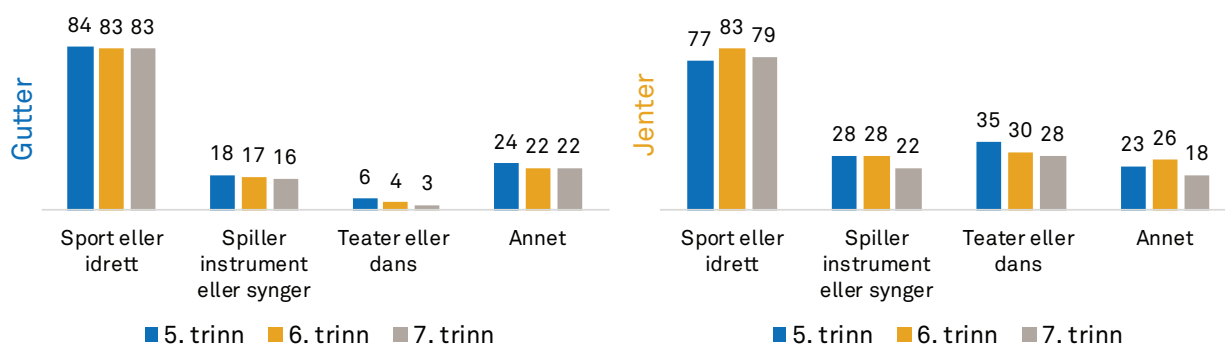
■ Ja ■ Nei, men jeg var med før ■ Nei, jeg har aldri vært med på noen faste fritidsaktiviteter

Andel som er med på faste fritidsaktiviteter
Etter kjønn og klassetrinn

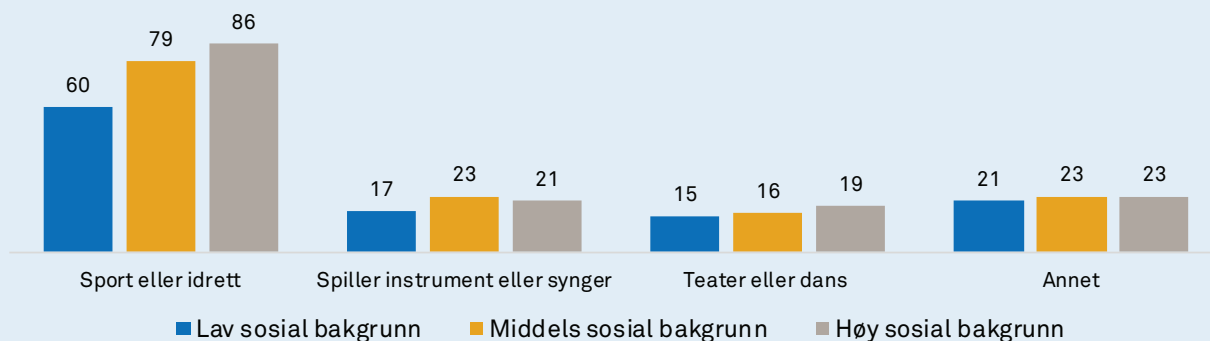
Andel som er med på faste fritidsaktiviteter



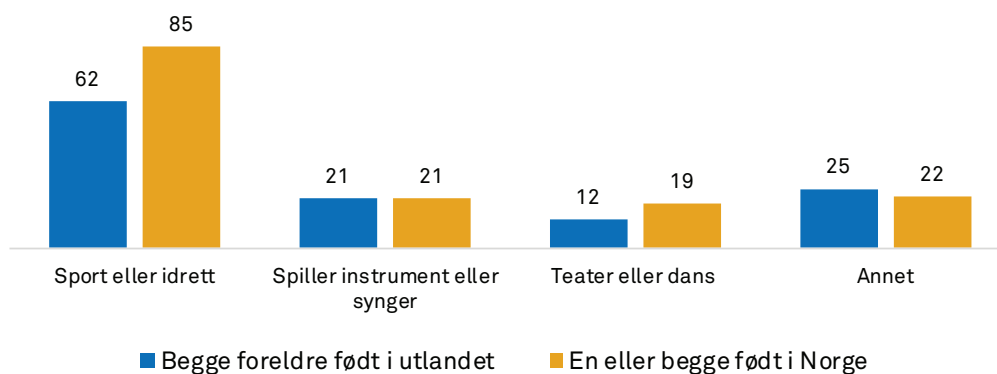
Typer faste fritidsaktiviteter som barna deltar i Etter kjønn og klassesertrinn



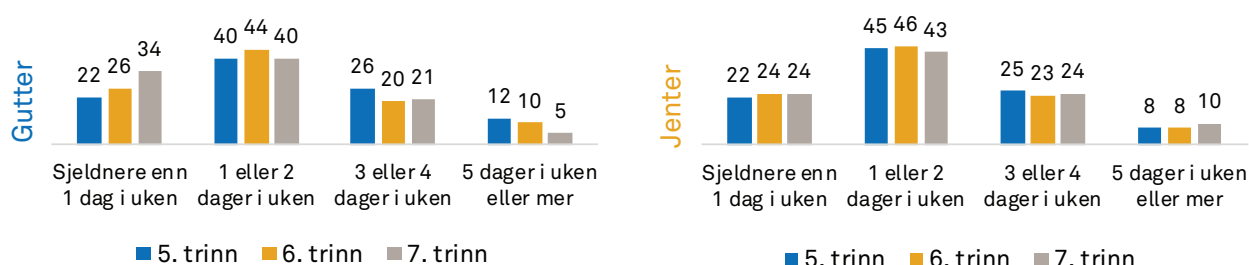
Typer faste fritidsaktiviteter som barna deltar i Etter sosial bakgrunn



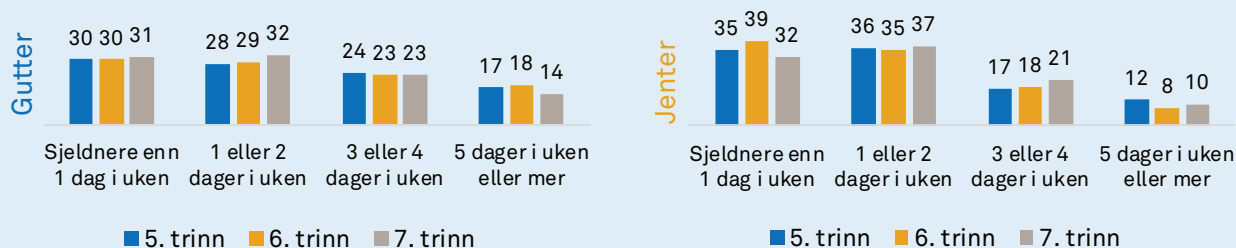
Typer faste fritidsaktiviteter som barna deltar i Etter foreldres fødeland



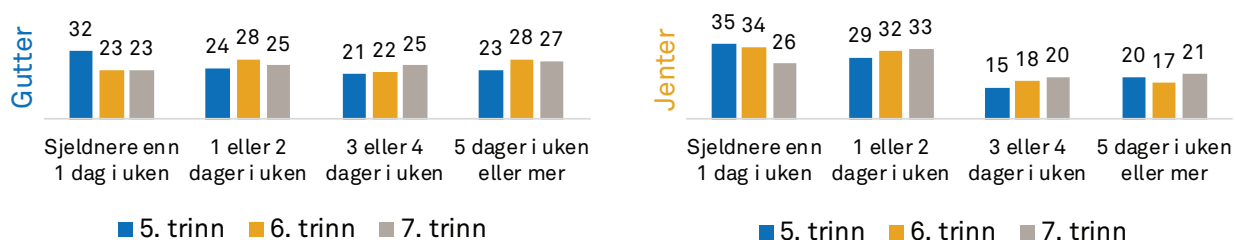
Vanligvis, hvor ofte er du sammen med venner hjemme hos noen? Etter kjønn og klasstrinn



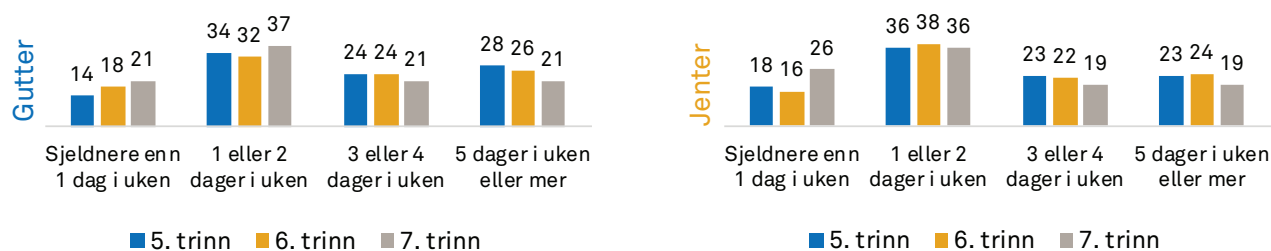
Vanligvis, hvor ofte har du hengt ute sammen med venner? Etter kjønn og klasstrinn



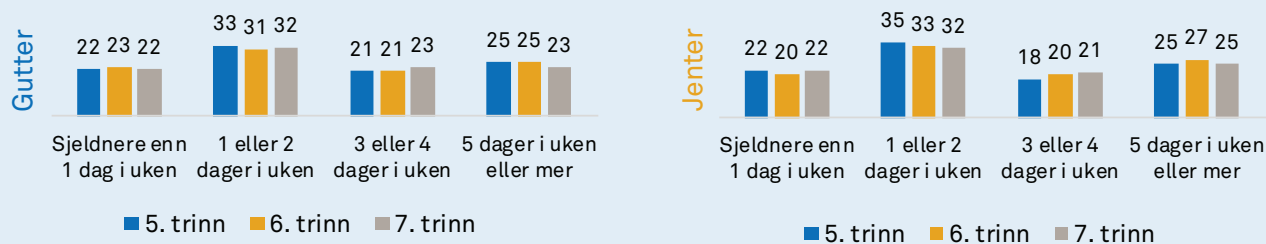
Vanligvis, hvor ofte har sluppet av for deg selv størsteparten av kvelden Etter kjønn og klasstrinn



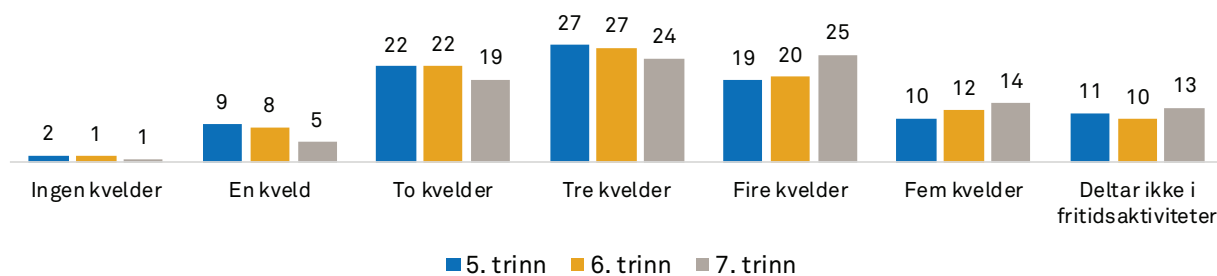
Vanligvis, hvor ofte gjør du noe sammen med familien? Etter kjønn og klasstrinn



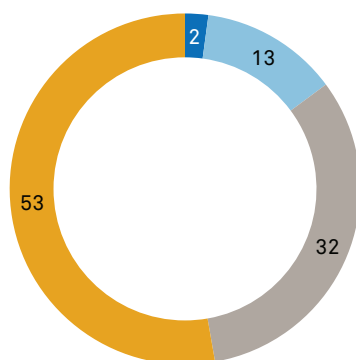
Vanligvis, hvor ofte hjelper du til hjemme med husarbeid? Etter kjønn og klasstrinn



Hvor mange kvelder i uken er du vanligvis på faste fritidsaktiviteter? Etter klasstrinn

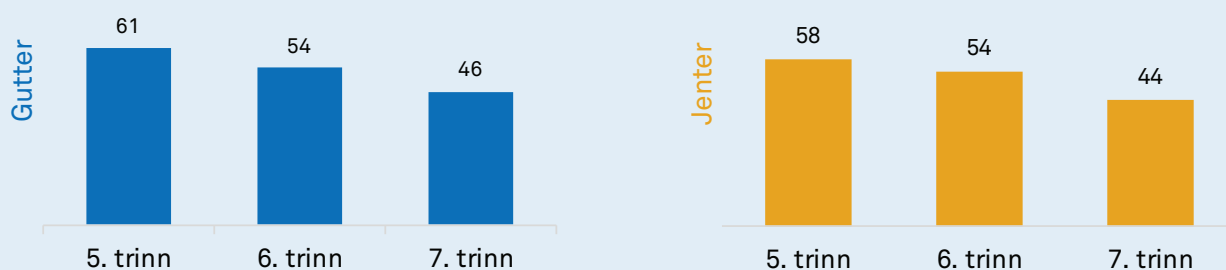


Hvor ofte gjør du lekser?



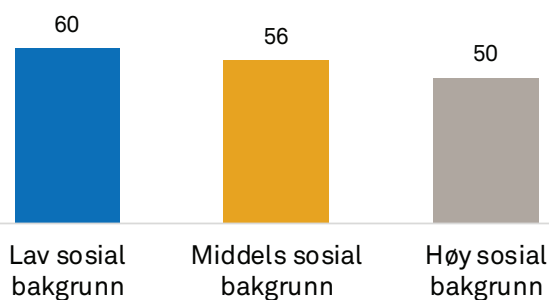
■ 1 dag i uken eller sjeldnere ■ 1 eller 2 dager i uken ■ 3 eller 4 dager i uken ■ 5 dager i uken eller oftere

Andel som gjør lekser minst 5 dager i uken Etter kjønn og klassetrinn

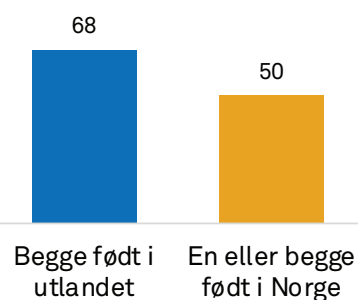


Andel som gjør lekser minst 5 dager i uken

- etter sosial bakgrunn



- etter foreldres fødeland



Fysisk aktivitet og trening

Selv om barn er mer fysisk aktive enn eldre aldersgrupper, sitter skolebarn stille mange timer hver dag. Fysisk aktivitet er viktig for vekst og utvikling og har betydning for helse, selvbilde, trivsel og læring. Helsemyndighetene i Norge anbefaler at barn og unge bør være fysisk aktive i lek eller annen aktivitet minst 60 minutter hver dag, og at periodene med stillesitting bør begrenses og stykkes opp med mer aktive perioder.

Ungdata junior kartlegger fysisk aktivitet gjennom et spørsmål der barna skal angi hvor mange ganger i uka de er så fysisk aktiv at de blir andpusten eller svett. Resultatene viser at graden av fysisk aktivitet varierer mye. 29 prosent er så fysisk aktive at de blir andpusten eller svett minst fem ganger i uka, og ytterligere 36 prosent er fysisk aktive tre eller fire ganger i uka. 22 prosent er fysisk aktive én eller to ganger i uka, mens ni prosent er sjelden eller aldri fysisk aktive. Andelen gutter som er så fysisk aktive at de blir andpustne eller svette, er høyere enn jenter i alle aldersgruppene. Det er også variasjon blant barn med ulik bakgrunn. Blant barn med lav sosial bakgrunn er det 19 prosent som er i fysisk aktivitet minst fem ganger i uka, mot 33 prosent blant barn

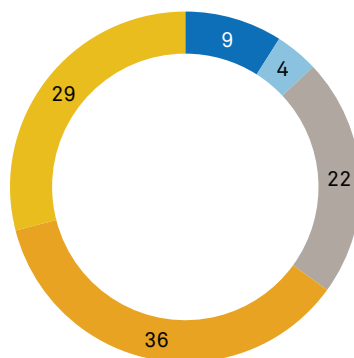
med høy sosial bakgrunn. Andelen barn med foreldre født i utlandet er 19 prosent, og 31 prosent blant barn med en eller begge foreldre født i Norge.

Mye av den fysiske aktiviteten skjer gjennom ulike former for treningsaktiviteter. På spørsmål om hvor ofte barna trener eller driver med sport utenom skolen, svarer 88 prosent at dette er noe de driver med minst én dag i uka. 63 prosent trener eller driver med sport minst tre dager i uka eller oftere, og omtrent en fjerdedel trener minst fem dager i uka. Det er en god del flere gutter enn jenter som driver med trening i denne aldersgruppen. Samtidig viser resultatene at andelen som trener mye, mer enn fem dager i uka, øker fra femte til syvende klasse, særlig blant jentene.

Det er også en tydelig variasjon i treningsaktivitet blant barn med ulik bakgrunn. Blant barn med lav sosial bakgrunn er det 15 prosent som trener eller driver med sport minst fem dager i uka, mens den tilsvarende andelen er 29 prosent blant barn med høy sosial bakgrunn. Blant barn med foreldre født i utlandet er andelen 19 prosent, og 26 prosent blant barn med en eller begge foreldre født i Norge.

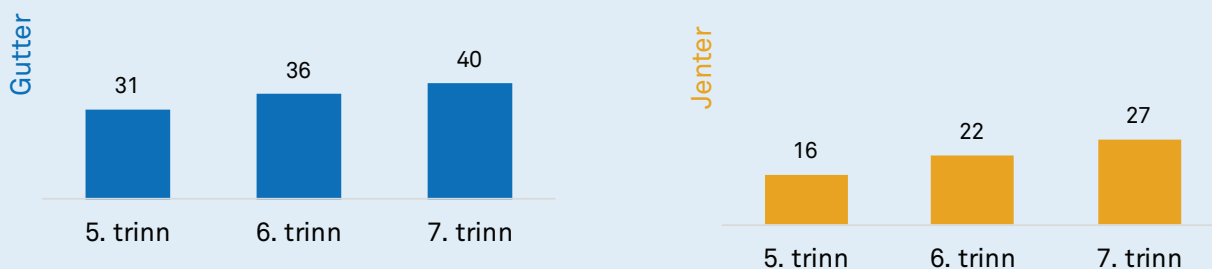


Hvor ofte er du så fysisk aktiv at du blir andpusten eller svett?

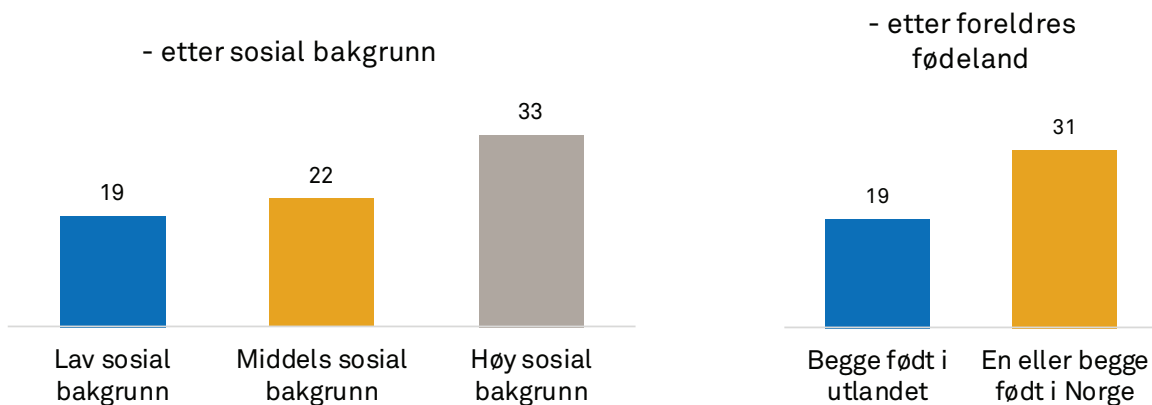


■ Aldri eller sjelden ■ 1-2 ganger i måneden ■ 1-2 ganger i uka ■ 3-4 ganger i uka ■ Minst 5 ganger i uka

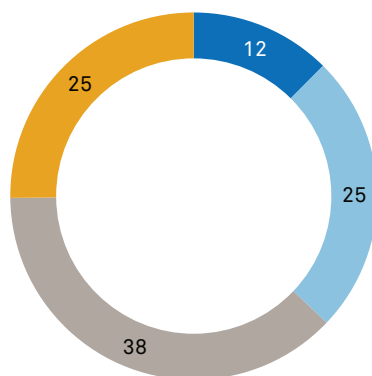
Andel som blir andpusten eller svett etter fysisk aktivitet minst 5 ganger i uka - Etter kjønn og klassetrinn



Andel som blir andpusten eller svett etter fysisk aktivitet minst 5 ganger i uka

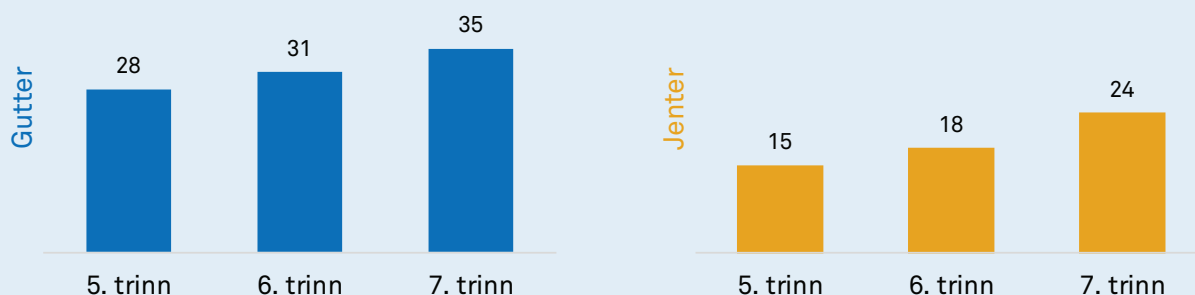


Utenfor skolen, hvor ofte trener eller driver du med sport?



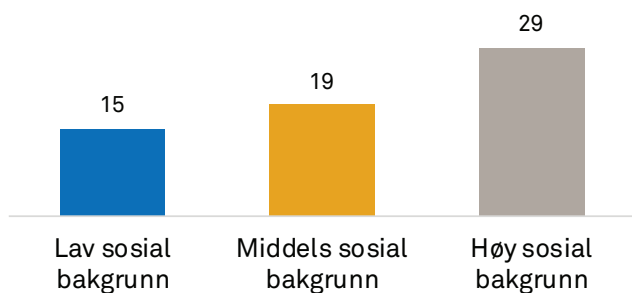
■ Sjeldnere enn 1 dag i uken ■ 1 eller 2 dager i uken ■ 3 eller 4 dager i uken ■ 5 dager i uken eller oftere

Andel som trener eller driver med sport minst 5 dager i uka Etter kjønn og klassetrinn

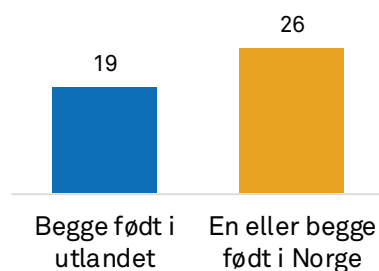


Andel som trener eller driver med sport minst 5 dager i uka

- etter sosial bakgrunn



- etter foreldres fødeland



I løpet av kort tid har det skjedd noe i retning av en digital revolusjon. I 2016 hadde over 80 prosent av norske niåringer egen smarttelefon. Digitale medier spiller i dag en sentral rolle i hverdagen – både for skolearbeid og for barns sosiale liv. Den nye teknologien gjør at barn og unge kommer i kontakt med jevnaldrende på nye måter og at de kan være sammen uten å være fysisk tilstede på samme sted.

Ungdata junior kartlegger noen sider ved barns mediebruk. Barna ble først spurt om hvor mange timer de daglig bruker foran en skjerm. Det ble spesifisert at de skulle svare ut fra en vanlig dag og at de kun skulle oppgi tidsbruk etter at skoledagen var ferdig. Svarene viser stor variasjon i tidsbruk. 15 prosent svarer at de bruker mindre enn én time daglig på skjermaktiviteter og 31 prosent bruker én til to timer. 24 prosent bruker to til tre timer og 30 prosent bruker tre timer eller mer. Gutter bruker en del mer tid foran skjerm enn jenter, og tidsbruken øker betydelig gjennom de siste årene på barneskolen. Særlig blant jenter, der andelen som bruker mer enn to timer daglig nesten fordobles fra femte til syvende klassetrinn. Det er liten eller ingen variasjon i tidsbruk på skjermaktiviteter mellom barn med ulik bakgrunn.

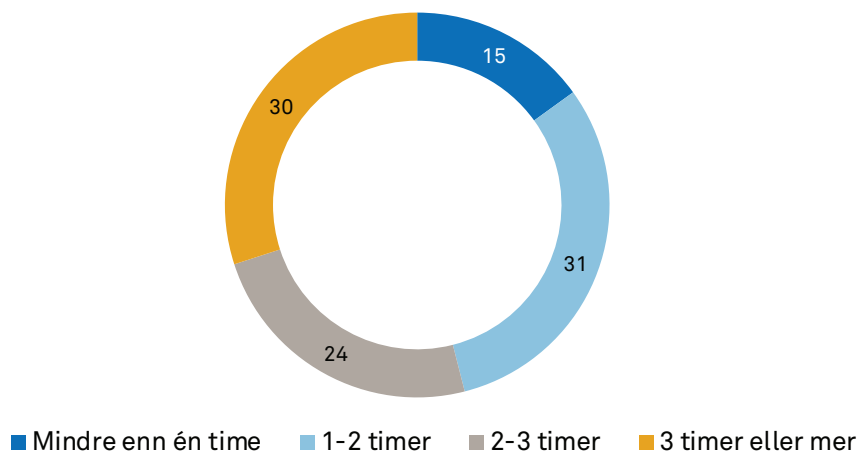
Barna ble videre spurt om hvor mye tid de bruker på ulike typer medier. Også her omfattet kartleggingen tidsbruk en vanlig dag etter skoletid. Det barna bruker desidert mest tid på i fritiden sin er å se på filmer, serier eller YouTube. 63 prosent av barna bruker minst én time daglig på dette og nokså mange bruker to timer eller mer. Mange bruker også mye tid på å spille på telefonen eller nettbrettet (42 prosent mer enn én time), på sosiale medier (36 prosent mer enn én time) og på dataspill (35 prosent mer enn én time). Det er færre, men likevel en god del, som bruker mye tid på å lese bøker (23 prosent mer enn én time). Nærmere halvparten ser ikke på nyheter

eller leser avisen, og det er svært få som bruker mye tid på dette.

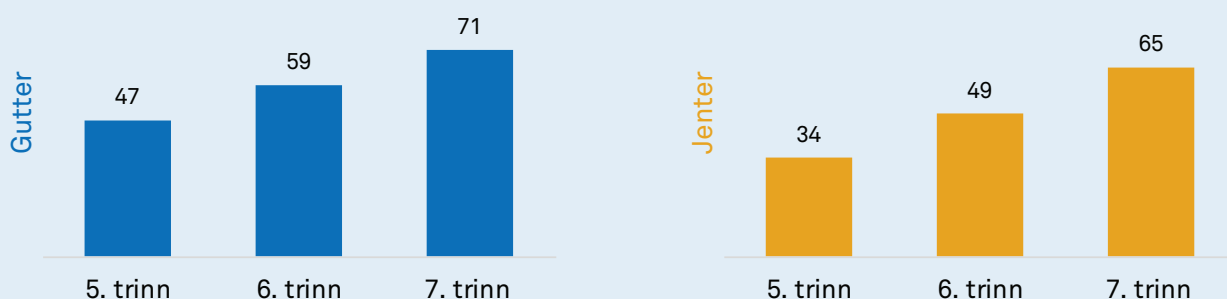
Hvor mye tid barna bruker på ulike typer medier varierer mye etter både kjønn og barnas klassetrinn. Generelt bruker gutter langt mer tid på dataspill enn jenter. Blant guttene øker tiden de bruker på dataspill fra 5. til 7. klassetrinn. Jentene er derimot langt mer aktive enn guttene på sosiale medier. Hvor mye tid barna bruker på sosiale medier øker betydelig i løpet av den aldersperioden som undersøkelsen omfatter. Blant femteklassingene er det rundt syv prosent som bruker minst to timer på sosiale medier daglig. Dette tallet øker til rundt 25 prosent blant syvendeklassingene. Økningen er samtidig betydelig større blant jenter enn gutter; blant jenter i syvende klasse bruker hver tredje minst to timer daglig på sosiale medier. Andelen som bruker mye tid på å spille på telefon eller nettbrett er derimot svært lik blant gutter og jenter og varierer lite med barnas alder.



En vanlig dag etter skolen, omtrent hvor mange timer bruker du på aktiviteter foran en skjerm?



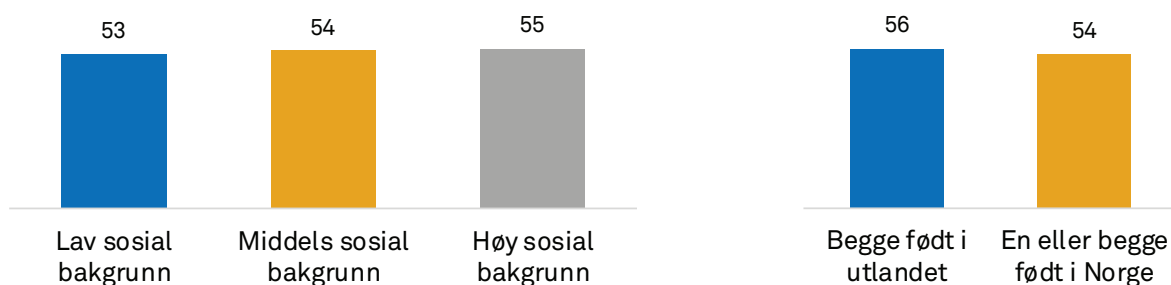
Andel som bruker minst to timer foran en skjerm daglig Etter kjønn og klassetrinn



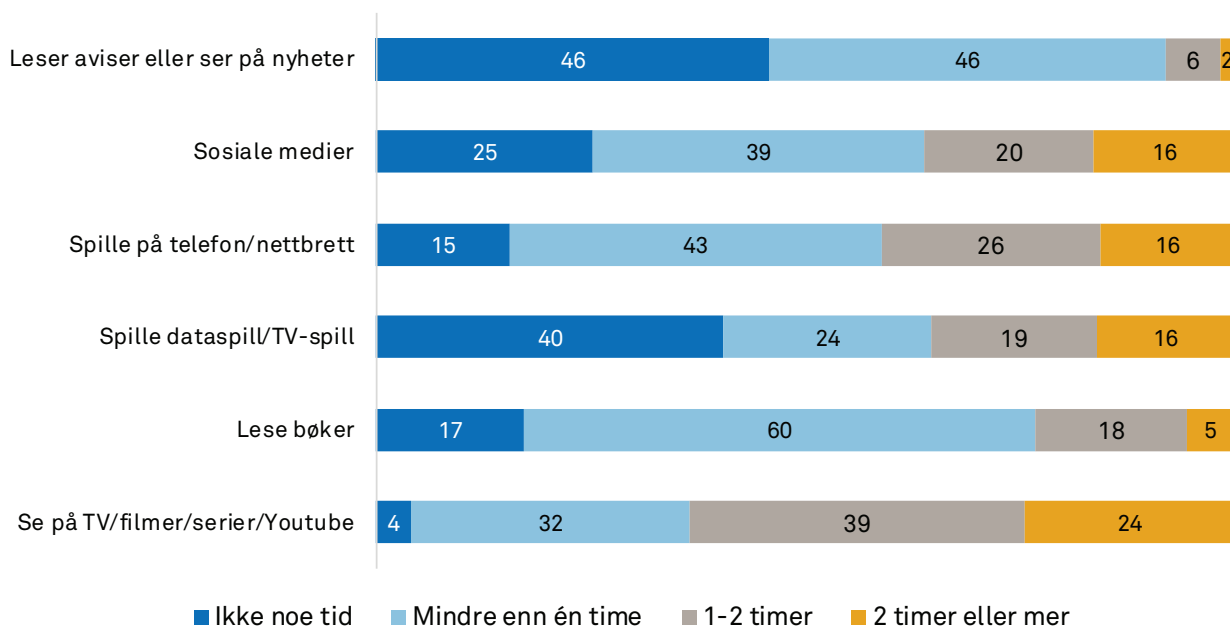
Andel som bruker minst to timer foran en skjerm daglig

- Etter sosial bakgrunn

- Etter foreldres fødeland

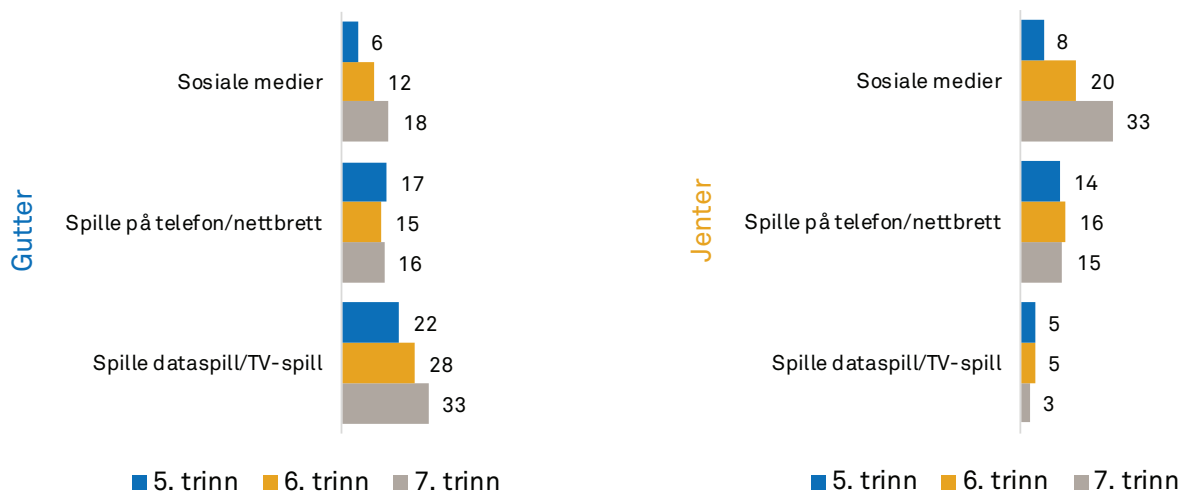


Tidsbruk på ulike medier i løpet av en vanlig dag



Andel som spiller eller bruker sosiale medier to timer eller mer i løpet av en vanlig dag

Etter kjønn



Mobbing

Mobbing er et alvorlig problem for dem som blir rammet. Mobbing er gjentatte hendelser der en eller flere med hensikt skader eller utsetter noen for ubehag. Mobbing kan anta mange former, som utestenging, trusler eller plaging. Med økt bruk av mobiltelefon og internett har mobbingen også antatt digitale former.

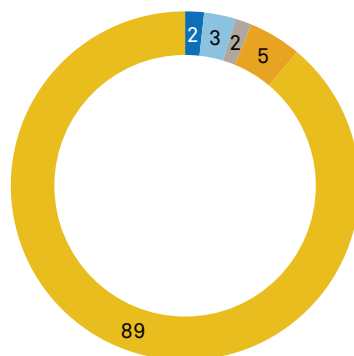
I Ungdata junior blir barna bedt om å tenke på de siste månedene og angi hvor mange ganger de har blitt stengt ute, blitt plaget eller truet av andre barn på skolen eller i fritida. Svarene fra barna viser at 89 prosent aldri eller nesten aldri har blitt utsatt for dette. Elleve prosent har altså blitt utsatt for dette de siste månedene, og omtrent syv prosent rapporterer at de opplever dette omtrent hver 14. dag eller oftere. Jenter oppgir noe oftere å bli mobbet jevnlig (syv prosent) enn gutter (fem prosent), mens det er ikke særlig forskjeller mellom elever på ulike klassetrinn. Blant barn med ulik sosial bakgrunn er det tydelige forskjeller. Ti prosent av barn med lav sosial bakgrunn opplever denne formen for mobbing minst hver 14. dag, mot fem prosent av barn med høy sosial bakgrunn. Det er litt flere barn med utenlandsfødte foreldre (åtte prosent) som opplever mobbing enn barn med foreldre født i Norge (seks prosent).

I den senere tid har det vært mye oppmerksomhet rundt digital mobbing og krenkelser via nettet. Ungdata junior

kartlegger hvor mange som i løpet av de siste månedene har blitt utsatt for trusler og utestengelse via nettet eller mobil, samt spredning av sårende ytringer, bilder eller filmer. Resultatene viser at majoriteten ikke har opplevd noe av dette. Det er likevel en god del som opplever å ha bli utsatt for flere slike hendelser. Det vanligste er at noen har skrevet sårende ting til dem eller om dem via nettet eller mobil, noe 19 prosent av jentene og 13 prosent av guttene har opplevd en gang eller mer. Det er også en del barn som opplever å ha bli stengt ute fra sosiale ting på nettet (14 prosent av jentene og 10 prosent av guttene). Trusler via nett og mobil er mindre vanlig, men likevel er det syv prosent av jentene og seks prosent av guttene som har opplevd dette en gang eller mer. Syv prosent av jentene og fem prosent av guttene har opplevd at det er blitt lagt ut sårende bilder eller videoer av dem en gang eller mer.

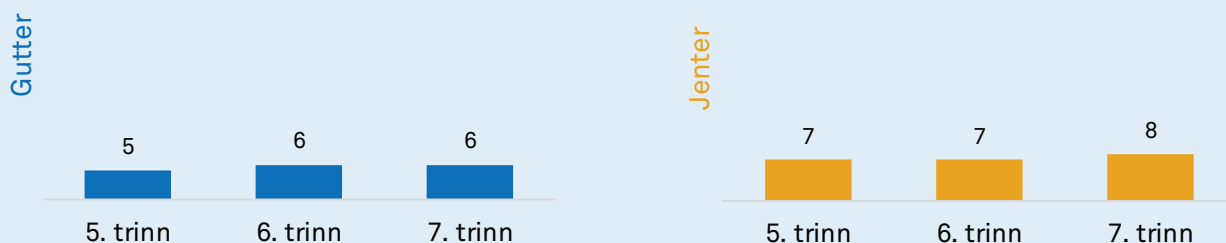


Tenk på de siste månedene. Har du blitt stengt ute, plaget eller truet av andre barn på skolen eller i fritida?



- Ja, flere ganger i uka
- Ja, omtrent én gang i uka
- Ja, omtrent hver 14. dag
- Ja, omtrent én gang i måneden
- Aldri eller nesten aldri

Andel som blir mobbet minst hver 14. dag Etter kjønn og klassetrinn



Andel som blir mobbet minst hver 14. dag

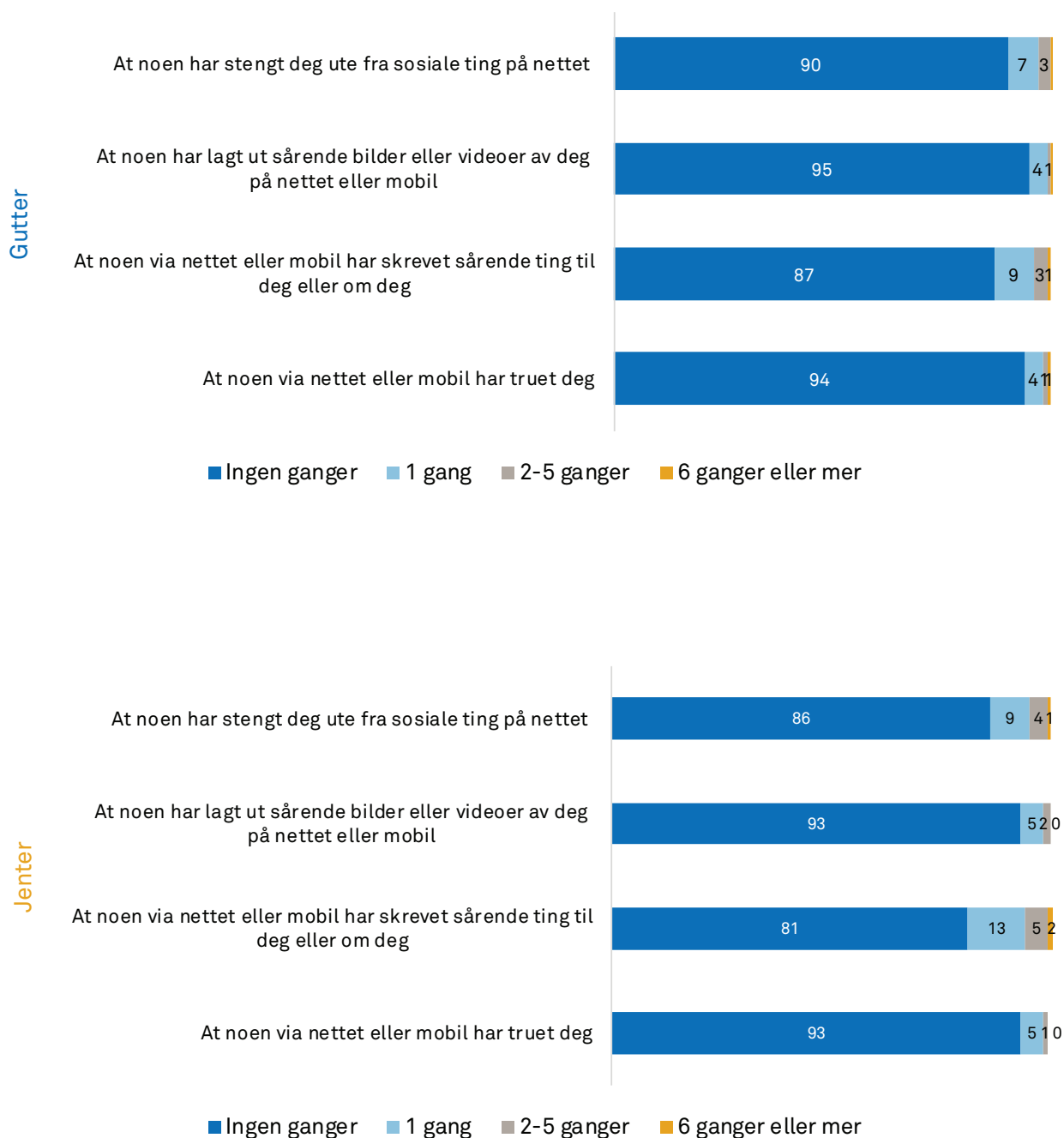
- etter sosial bakgrunn



- etter foreldres fødeland



Har du i løpet av de siste månedene blitt utsatt for noe av det følgende? Etter kjønn



Egenvurdert helse er en viktig indikator for helsetilstand og blir sammen med bruk av helsetjenester anvendt til å overvåke befolkningens helsestatus over tid. Statistisk sentralbyrås levekårsundersøkelser viser at de aller fleste har en positiv vurdering av egen helse, og at litt flere unge enn eldre vurderer sin egen helse som god eller meget god. Ungdata junior inneholder også spørsmål om hvordan barna vurderer sin egen helse-tilstand. På spørsmålet «Til vanlig, hvordan vil du si helsen din er?» svarer de aller fleste barna at helsen deres er utmerket (35 prosent) eller veldig bra (43 prosent). Ytterligere 15 prosent svarer at helsen er bra, 6 prosent at helsen er ganske bra, og kun én prosent svarer at helsen er dårlig.

Barna fikk også spørsmål om hvor ofte i løpet av den siste måneden, har vært plaget av noen utvalgte helseproblemer. 13 prosent svarer at de mange ganger eller daglig har hatt hodepine, 16 prosent at de har hatt vondt i nakke eller skuldre, 13 prosent at de har hatt vondt i magen, og 7 prosent at de har vært plaget av kvalme. 20 prosent svarer at de har brukt smertestillende tabletter i løpet av den siste uken før de svarte på undersøkelsen.

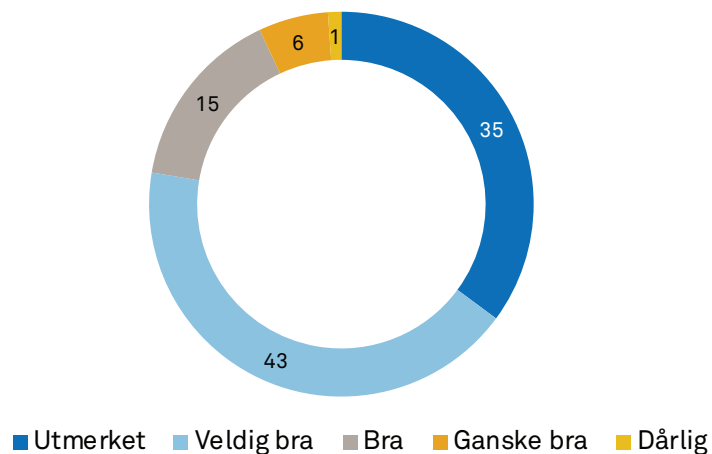
Mens gutter og jenter svarer nokså likt på spørsmålet om egenvurdert helsetilstand, er det flere jenter enn gutter som oppgir konkrete plager som hodepine, magevondt, kvalme og vondt i nakken eller skuldrene. Hvor mange som bruker helsetjenester varierer derimot nokså lite mellom gutter og jenter. I den grad det er noen forskjeller, er det litt flere av guttene som har vært på sykehus og legevakt, mens litt flere jenter enn gutter har vært hos helsesøster. Blant sjette- og syvendeklassingene er det litt flere jenter enn gutter som har brukt smertestillende tabletter.

Når det gjelder egenvurdert helse og bruken av helsetjenester, er det generelt små forskjeller mellom elever på de ulike klassetrinnene som deltok i undersøkelsen.

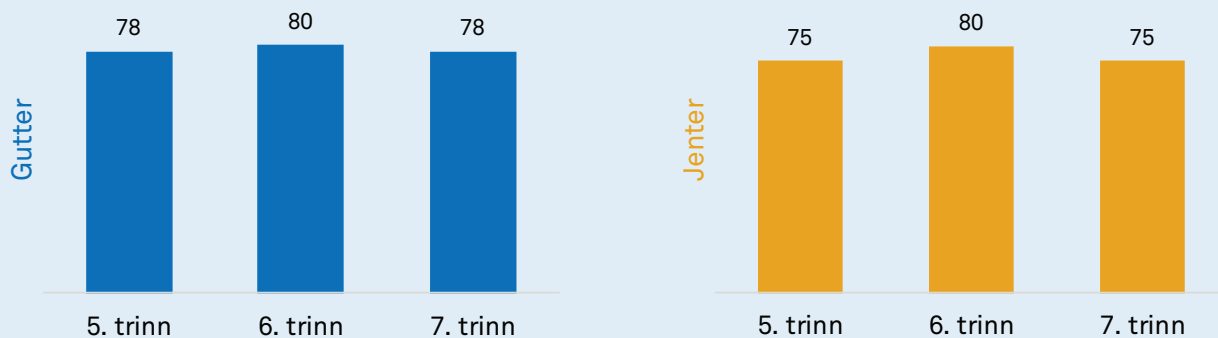
Derimot er det noe variasjon mellom barn med ulik sosial bakgrunn: Barn fra høyere sosiale lag er en god del mer fornøyd med helsen sin enn barn fra lavere sosiale lag. Blant barn med begge foreldre født i utlandet svarer 70 prosent at helsen er utmerket eller veldig bra, det vil si en del lavere enn blant barn med norskfødte foreldre (79 prosent). Andelen som har brukt tabletter mot smerter den siste uken, er noe høyere blant barn med lav sosial bakgrunn og blant barn med foreldre født i utlandet. En noe høyere andel barn med høy sosial bakgrunn rapporterer om vondt i nakken eller skuldrene.



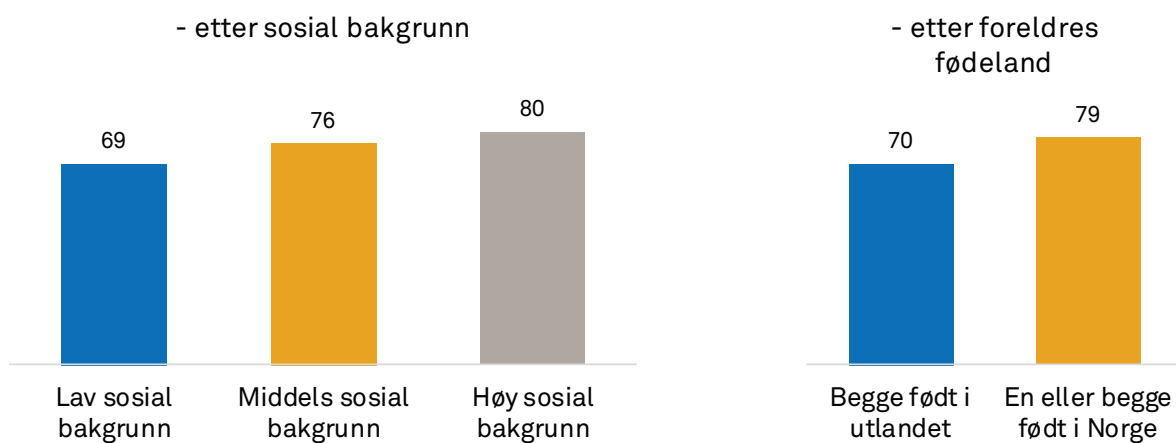
Til vanlig, hvordan vil du si at helsen din er?



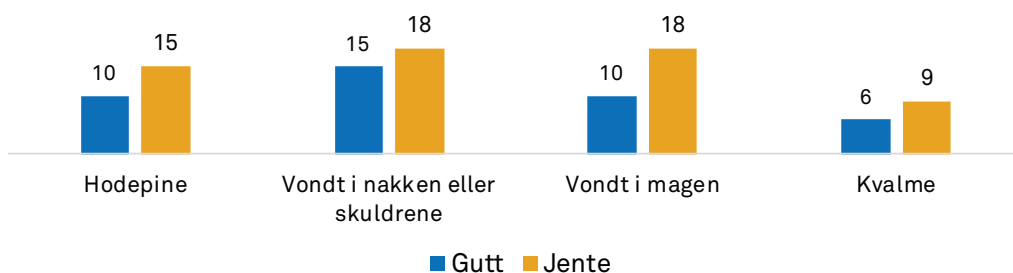
Andel som svarer at helsen er utmerket eller veldig bra Etter kjønn og klassetrinn



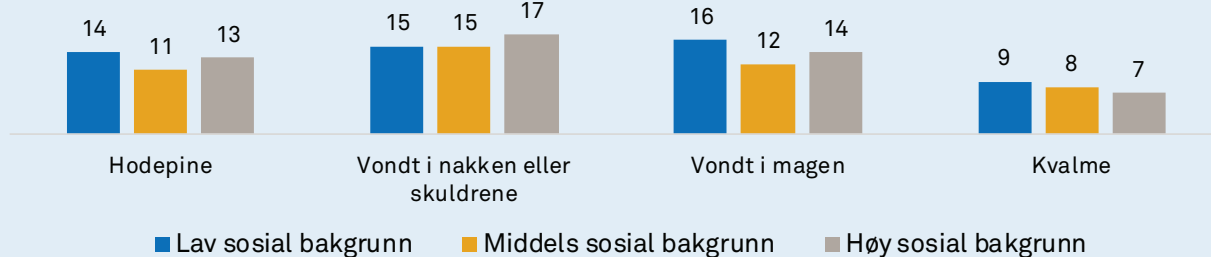
Andel som svarer at helsen er utmerket eller veldig bra



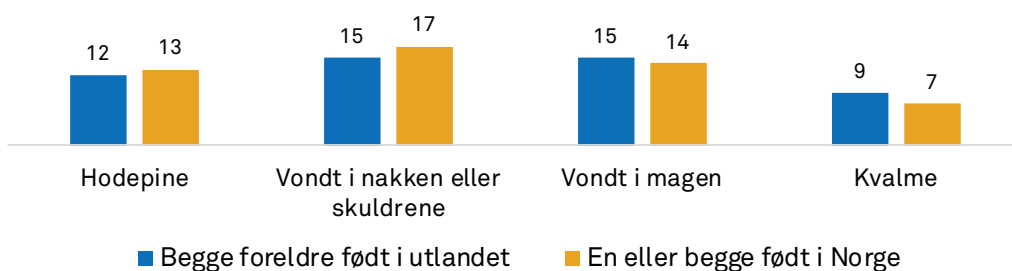
Andel som mange ganger eller daglig har hatt følgende helseplager siste måned - Etter kjønn



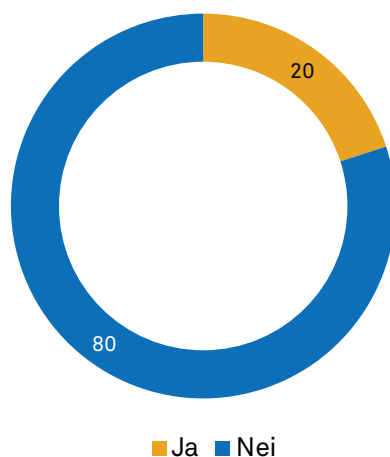
Andel som mange ganger eller daglig har hatt følgende helseplager siste måned - Etter sosial bakgrunn



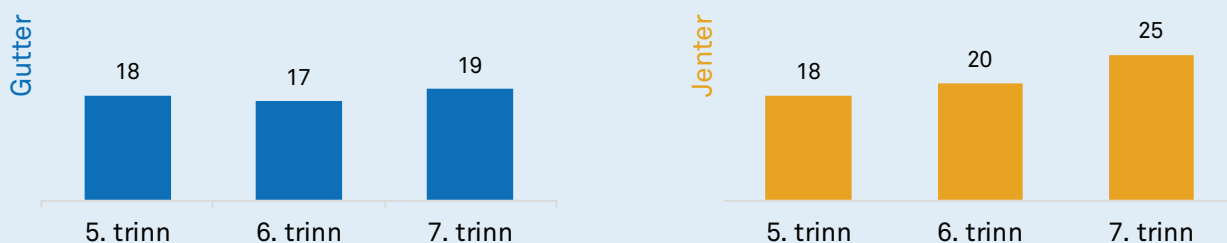
Andel som mange ganger eller daglig har hatt følgende helseplager siste måned - Etter foreldres fødeland



Har du brukt tabletter mot hodepine eller andre smerter den siste uken?

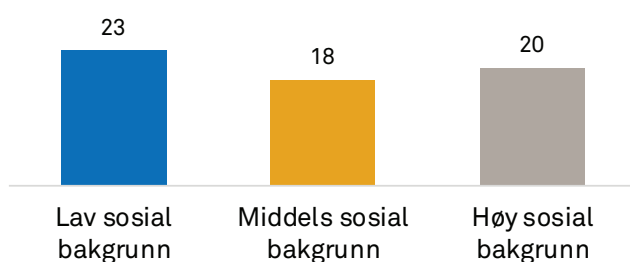


Andel som har brukt tabletter mot smerter den siste uken Etter kjønn og klassetrinn

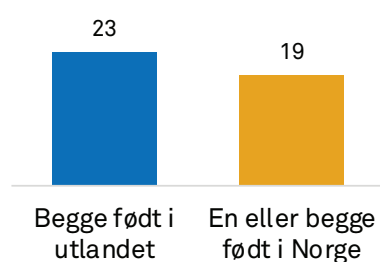


Andel som har brukt tabletter mot smerter den siste uken

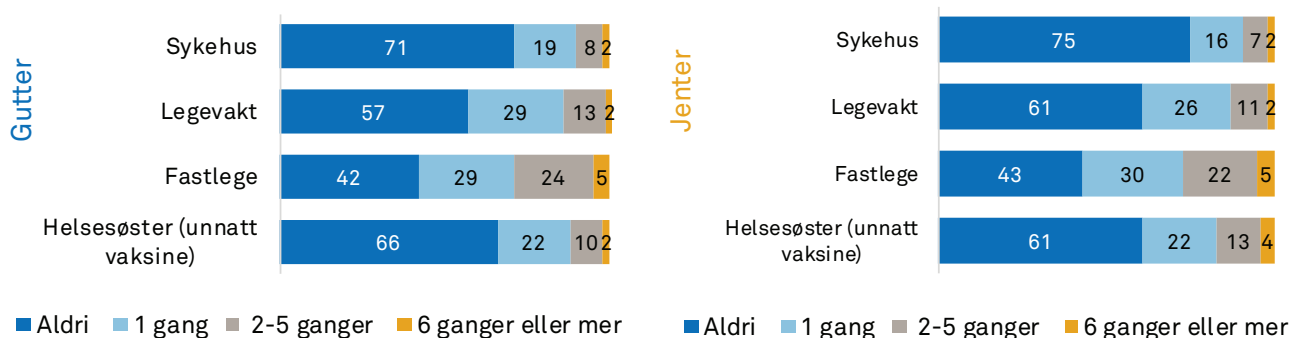
- etter sosial bakgrunn



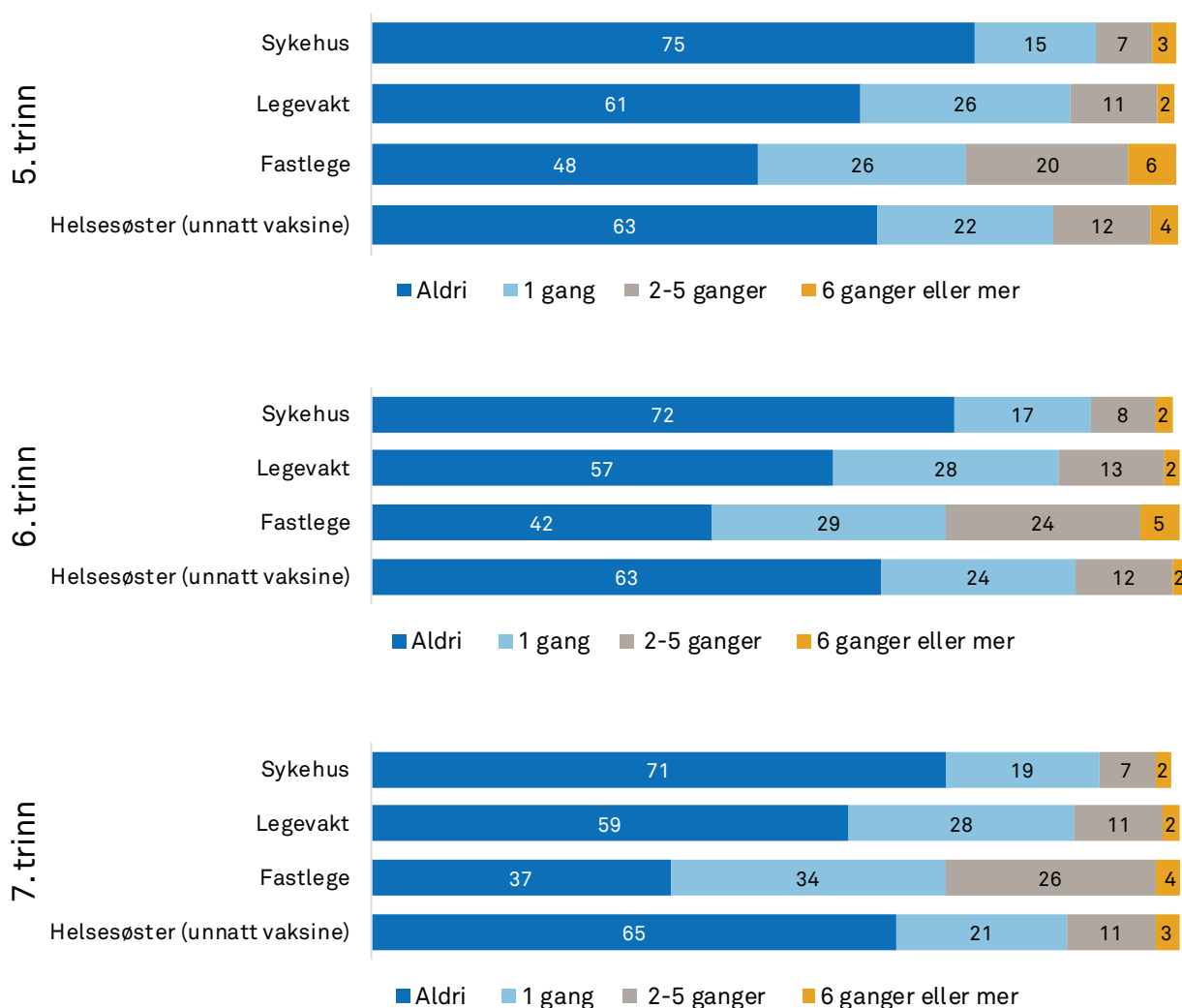
- etter foreldres fødeland



Hvor mange ganger har du brukt disse helsetjenestene siste år? Etter kjønn



Hvor mange ganger har du brukt disse helsetjenestene siste år? Etter klassesertrin



Søvn henger tett sammen med trivsel, helse og læring. For barn er god søvn spesielt viktig for å sikre kognitiv og emosjonell utvikling. Periodevis vansker med søvn er nokså utbredt i befolkningen, også blant barn og ungdom. Et amerikansk ekspertpanel (National Sleep Foundation) kom etter en omfattende gjennomgang av forskningslitteraturen fram til at barn i alderen 6–13 år bør ha mellom 9 og 11 timer søvn. Ekspertutvalget mente samtidig at mindre enn 7 timer og mer enn 12 timer søvn ikke kunne anbefales i denne aldersgruppen.

I Ungdata junior ble barna spurt om hvor mange timer de sov natta før de deltok i undersøkelsen. For mange vil dette være et enkelt spørsmål å svare på. For andre kan det å angi antall timer med søvn være preget av usikkerhet. Likevel kan tallene fra Ungdata junior gi en god pekepinn på hvor mye søvn barn får. 67 prosent av barna oppgir at de sov mellom 9 og 11 timer siste natt. Det er også en del som sov åtte timer. Få sov 12 timer eller mer. Gutter og jenter oppgir mer eller mindre det samme antallet timer med søvn. Derimot reduseres antall søvntimer en god del med alder. Blant femteklassingene var det 74 prosent som sov mellom 9 og 11 timer, mot 58 prosent av syvendeklassingene.

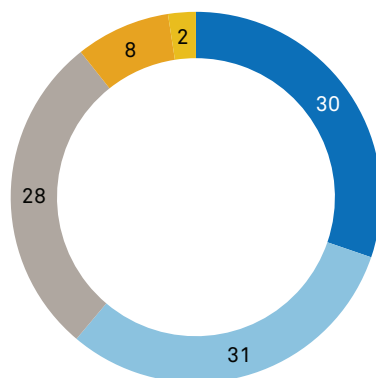
En del barn har problemer med å få sove og enda flere føler seg ofte trøtte. Ifølge kartleggingen føler hver femte seg ofte eller veldig ofte trøtte. Både for gutter og jenter

øker dette noe med økende alder. Omtrent 15 prosent av jentene og 11 prosent av guttene har ofte eller veldig ofte hatt problemer med å sove. De rapporterte søvnproblemene endrer seg noe med økende alder.

I undersøkelsen ble barna spurt om de spiller dataspill etter at de har lagt seg. Det er rundt 10 prosent av barna som oppgir dette. Blant både gutter og jenter øker andelen fra femte til syvende trinn, men økningen er størst blant jenter – fra syv prosent til 13 prosent.



Omtrent hvor mange timer sov du natt til i dag?

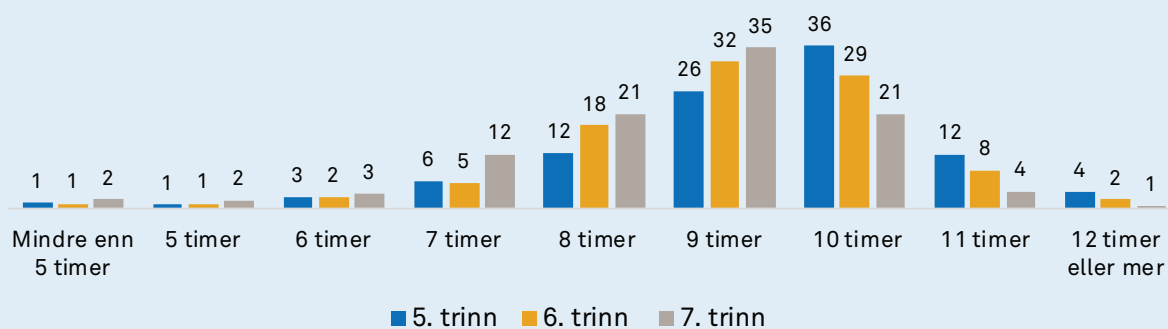


■ 8 timer eller mindre ■ 9 timer ■ 10 timer ■ 11 timer ■ 12 timer eller mer

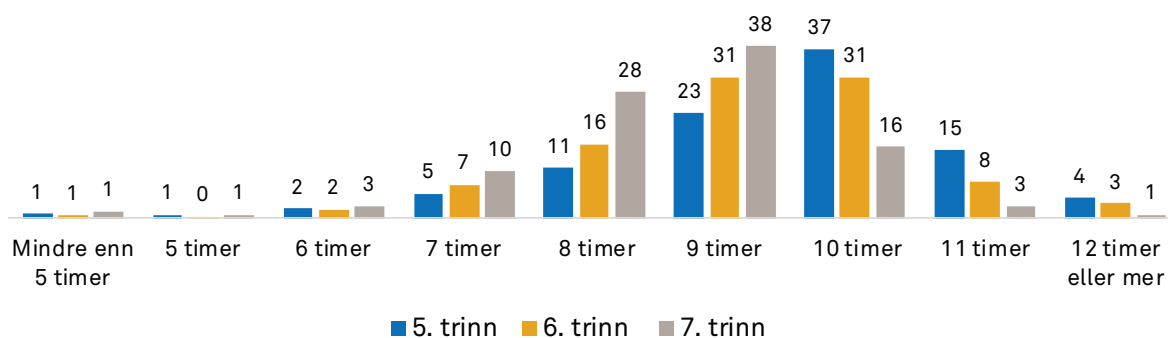
Omtrent hvor mange timer sov du natt til i dag?

Etter kjønn og klassetrinn

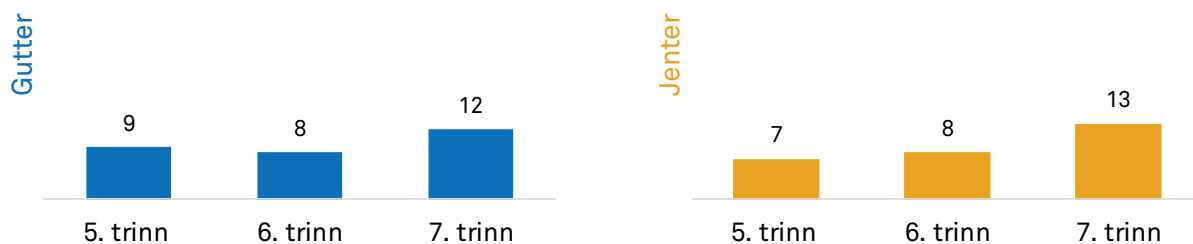
Gutter



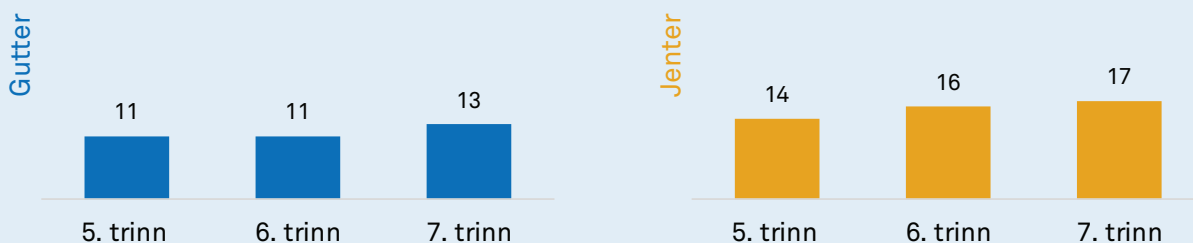
Jenter



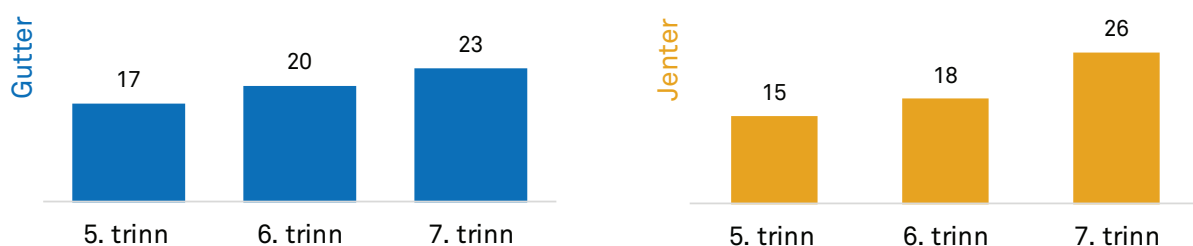
Andel som spiller etter at de har lagt seg Etter kjønn og klassetrinn



Andel som ofte eller veldig ofte har hatt problemer med å sove Etter kjønn og klassetrinn



Andel som ofte eller veldig ofte er trøtte Etter kjønn og klassetrinn



Kosthold

Et sunt kosthold er viktig for barnas velvære, utvikling og vekst. Selv om barn i Norge fremdeles inntar for mye sukker, har det vært en nedgang i sukkerinntaket de senere årene. Regelmessige måltider bidrar til god trivsel og konsentrasjon i løpet av dagen og reduserer risikoen for usunne mellommåltider. Gode kostholdsvaner blir etablert tidlig og tatt med videre i livet.

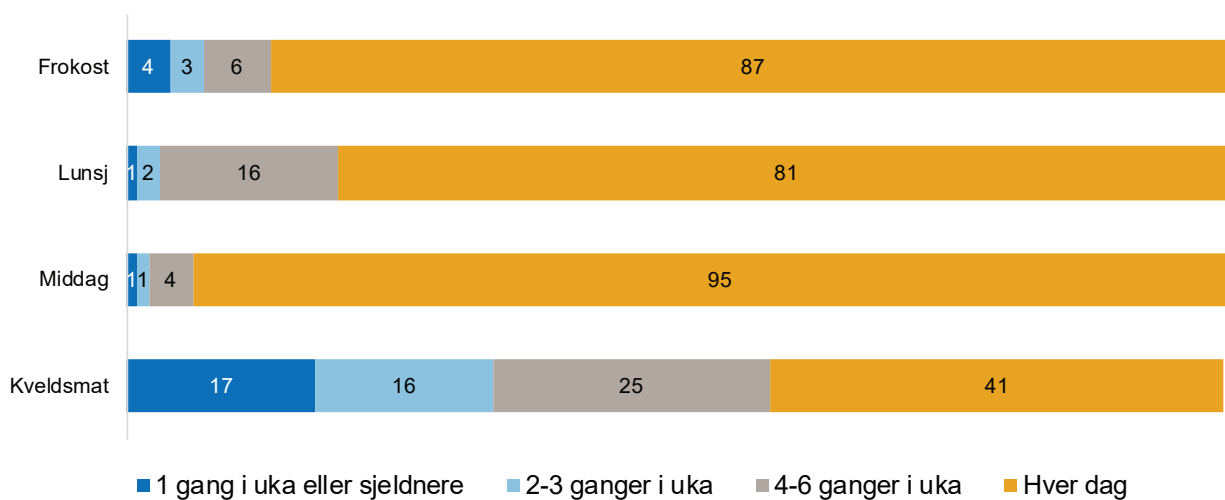
Ungdata junior viser at den store majoriteten av barna spiser frokost, lunsj og middag hver dag. Det er flest som daglig spiser middag (95 prosent), mens noen færre spiser frokost (87 prosent) og lunsj (81 prosent). Kveldsmat er derimot ikke like vanlig, noe 41

prosent spiser daglig. Andelen som daglig spiser disse måltidene, går noe ned etter hvert som barna blir eldre. Nedgangen gjelder både gutter og jenter.

Andelen som daglig spiser frokost, lunsj og middag, er noe lavere blant barn med lav sosial bakgrunn sammenliknet med barn med høy sosial bakgrunn. Andelen som spiser kveldsmat er derimot lik for barn med ulik sosial bakgrunn. Det er noe færre av barna med utenlandsfødte foreldre som spiser frokost og middag daglig, enn blant barn med norskfødte foreldre. Det å spise kveldsmat er derimot mer vanlig blant barn av utenlandsfødte foreldre.

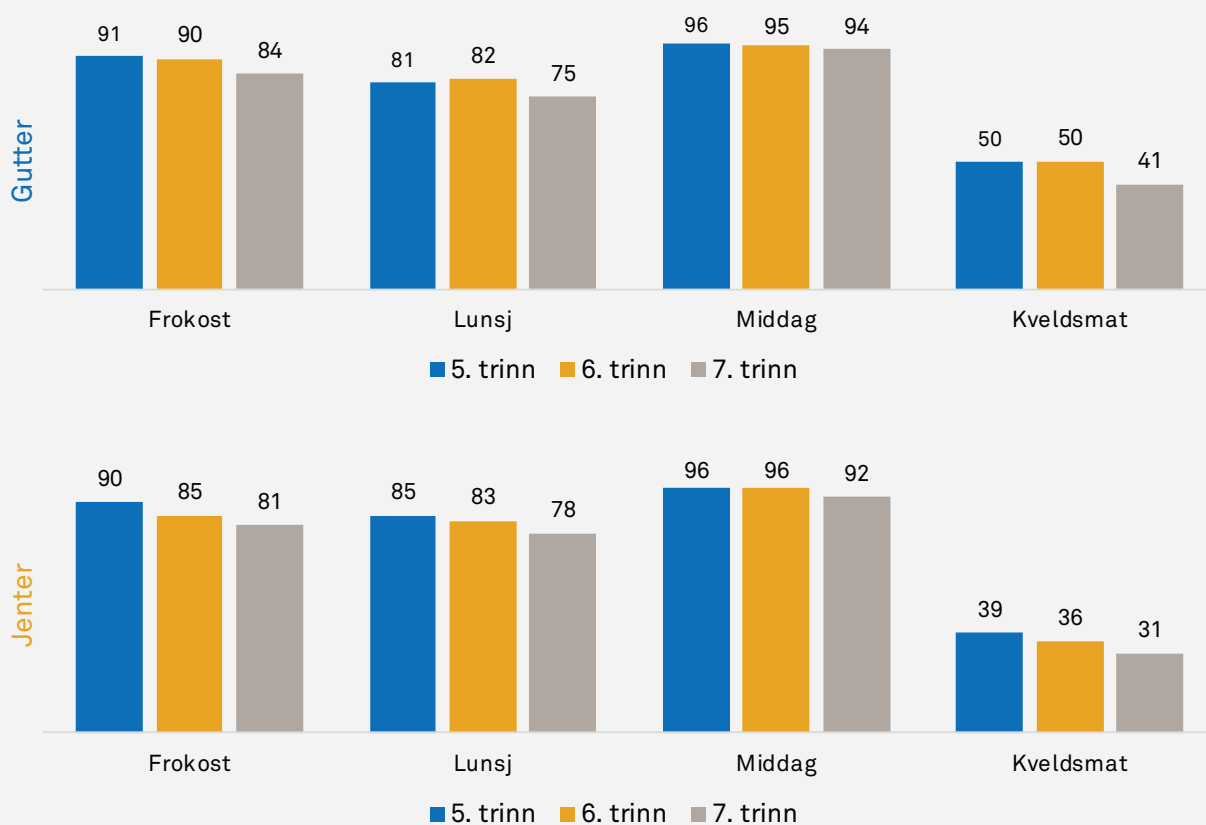


Hvor ofte pleier du å spise følgende?



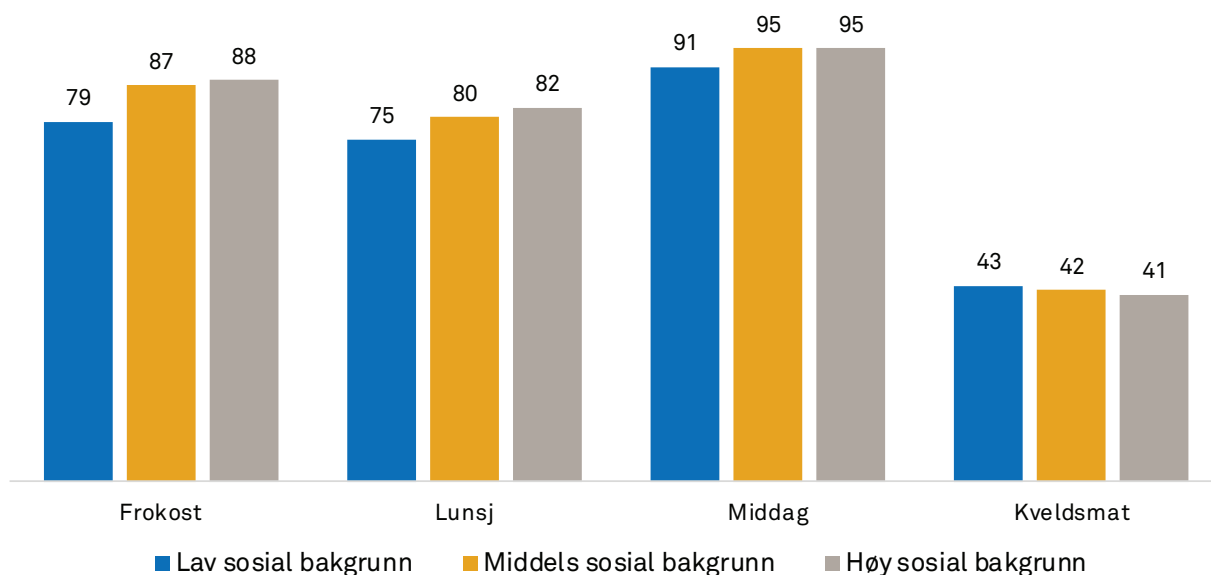
Andel som daglig spiser følgende måltider

Etter kjønn og klassetrinn



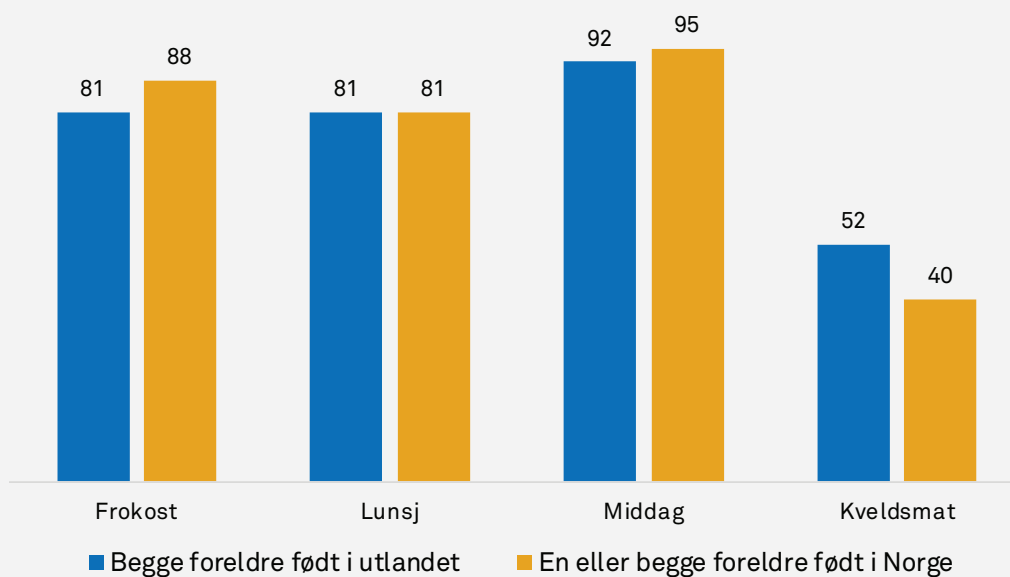
Andel som daglig spiser følgende måltider

Etter sosial bakgrunn



Andel som daglig spiser følgende måltider

Etter foreldrenes fødeland



FØLG UNGDATA PÅ SOSIALE MEDIER:

facebook.no/ungdata

twitter.com/ungdata

BESØK NETTSIDEN:

www.ungdata.no

NOVA Rapport 13/17

© Norsk institutt for forskning om
oppvekst, velferd og aldring (NOVA) 2017
NOVA – Norwegian Social Research

www.hioa.no/nova