

# Ungdata 2019

## Nasjonale resultater

Anders Bakken



ungdata

# Innhold

Forord .....	1
Sammendrag .....	2
Datagrunnlaget .....	8
Nære relasjoner .....	13
Foreldre .....	14
Venner .....	18
Lokalmiljøet .....	22
Skole og utdanning .....	27
Skoletrivsel .....	28
Skolearbeid .....	32
Skulking .....	36
Utdanningsplaner .....	40
Fritidsaktiviteter .....	45
Organisert fritid .....	46
Hjemme .....	50
Ute med venner .....	54
Mediebruk .....	58
Helse og trivsel .....	63
Helse .....	64
Trening .....	68
Stress og press .....	72
Fysiske plager .....	76
Psykiske plager .....	80
Seksuell helse .....	84
Kosthold .....	88
Rusmiddelbruk .....	93
Tobakk .....	94
Alkohol .....	98
Cannabis .....	102
Risikoatferd og vold .....	107
Regelbrudd .....	108
Mobbing .....	112
Vold .....	116

## NOVA Rapport 9/19

© Velferdsforskningsinstituttet NOVA, 2019  
NOVA – Norwegian Social Research  
OsloMet

ISBN (trykt utgave): 978-82-7894-707-4  
ISBN (elektronisk utgave): 978-82-7894-708-1  
ISSN 0808-5013 (trykt)  
ISSN 1893-9503 (online)

Illustrasjonsfoto: © Skjalg Bøhmer Vold  
Desktop: Torhild Sager  
Trykk: Byråservice

**Redaktør:** Anders Bakken

*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.  
(2019). Ungdata. Nasjonale resultater 2019,  
NOVA Rapport 9/19. Oslo: NOVA, OsloMet

# Forord

Ungdata er lokale ungdomsundersøkelser der skoleelever over hele landet svarer på spørsmål om hvordan de har det, og hva de driver med på fritiden. Fra 2010 og fram til sommeren 2019 har 628.700 ungdommer deltatt i undersøkelsen. Undersøkelsene gjennomføres i skoletiden og er gjennomført på de aller fleste ungdomsskolene og videregående skolene i landet. Ungdata er et gratis tilbud til alle kommuner og fylkeskommuner i Norge. Resultatene gir kommuner, fylkeskommuner og nasjonale myndigheter et kunnskapsgrunnlag for politikktutforming innen oppvekst- og folkehelseområdene.

Dette er den sjuende nasjonale rapporten som årlig utgis av Ungdatasenteret ved OsloMet – storbyuniversitetet. Rapporten bygger på og oppdaterer resultater fra de tidligere utgavene. Målet er å gi et bredt bilde av norske ungdommers fritidsaktiviteter og hvordan de har det – for ungdom som helhet og etter alder, kjønn, sosial bakgrunn og geografisk tilhørighet. Årets rapport gir et nasjonalt oversiktsbilde samlet for perioden 2017–19, samtidig som den viser trender og utviklingstrekk på utvalgte områder.

Ungdata er et samarbeid mellom de syv regionale kompetansesentrene innen rusfeltet (KoRus) og Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitetet. KoRus står for den praktiske gjennomføringen i kommunene og formidling av lokale resultater. Ungdatasekretariatet på NOVA koordinerer og administrerer alle undersøkelsene. Lokale resultater på kommune- og fylkesnivå publiseres på [www.ungdata.no](http://www.ungdata.no).

Vi ønsker å takke alle våre samarbeidspartnere på kompetansesentrene samt kontaktpersoner i kommunene/fylkeskommunene, lærere og skoleledere for en god jobb i forbindelse med undersøkelsene. Også ungdommene som deltar i undersøkelsene, er skyldig en stor takk. Takk til Helsedirektoratet som finansierer en stor del av kostnadene ved Ungdata.

Rapporten er redigert av Anders Bakken og er basert på tekstbidrag fra Patrick Lie Andersen, Lars Roar Frøyland, Silje Hartberg, Ørnulf Seippel, Mira Aaboen Sletten og Tormod Øia. Torhild Sager ved NOVA har stått for den grafiske redigeringen av rapporten.

Oslo, 25. juni 2019

Anders Bakken, leder for Ungdatasenteret  
Seksjon for ungdomsforskning  
NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet  
se [www.ungdata.no](http://www.ungdata.no) for mer informasjon om Ungdata

# Sammen drag

Siktemålet med rapporten er å gi et bredt og oppdatert bilde av norske ungdommers fritidsaktiviteter og hvordan ungdom har det på ulike områder. Rapporten baserer seg på svar fra de 259.700 elevene på 8. trinn til Vg3 som deltok i Ungdataundersøkelsen i årene 2017 til 2019. Resultatene baserer seg på undersøkelser gjennomført på ungdomstrinnet i 412 kommuner pluss Svalbard og på de fleste videregående skolene i landet. Svarprosenten er 87 prosent på ungdomstrinnet og 73 prosent på videregående. Resultatene er representative både på nasjonalt, regionalt og kommunalt nivå. Rapporten oppdaterer de tidligere nasjonale rapportene som Ungdata har utgitt årlig siden 2013 (se [www.ungdata.no](http://www.ungdata.no)).

Rapporten inneholder 24 kapitler og gir en oversikt over sentrale områder i ungdoms liv – om foreldre, venner, nærmiljø, utdanning, fritid, helse, rusmiddelbruk, mobbing, vold og regelbrudd. I hvert kapittel trekker vi fram noen nøkkelindikatorer og undersøker hvorvidt kjønn, alder, sosial bakgrunn og hvor i landet ungdommene bor, har noen betydning for hva ungdom driver med, og hvordan de har det. Rapporten gir også svar på om det har vært noen endringer på ulike områder de siste årene.

## Hovedfunn

I all hovedsak står det bra til med norsk ungdom. Ungdata viser at de aller fleste trives med det livet de lever. Ungdom er godt fornøyd med foreldrene sine, med skolen de går på, og med lokalmiljøet der de bor. Ni av ti ungdommer har nære og fortrolige venner. De fleste har en aktiv fritid der sosiale medier, dataspill, trening, organiserte fritidsaktiviteter, skolearbeid og det å være sammen med venner, preger hverdagen. Flertallet rapporterer om god fysisk og psykisk helse, og de fleste er optimistiske med tanke på egen framtid.

Rapporten viser samtidig at det er systematiske forskjeller knyttet til hvordan ungdom med ulik sosial bakgrunn har det og hva de driver med i fritida. På de fleste indikatorene kommer ungdom som vokser opp i familier med høy sosioøkonomisk status og mange ressurser, bedre ut sammenliknet med ungdom fra lavere sosiale lag. Årets rapport dokumenterer samtidig en forsterkning av noen av de utviklingstrekkene vi har sett antydninger til de aller siste årene – med økt ungdomskriminalitet, cannabisbruk og

vold, økt forekomst av psykiske plager, mindre framtidsoptimisme og mer skjermtid. Rapporten viser også at stadig færre ungdommer trives på skolen, og at det er et økende antall ungdommer som oppfatter skolen som kjedelig. Samtidig er det færre som bruker mye tid på lekser.

## Veltilpasset og hjemmekjær ungdomsgenerasjon

Selv om flere av trendene går i negativ retning, er det nok fortsatt slik at dagens unge er skikkeligere og på mange måter mer veltilpasset enn mange tidligere ungdomsgenerasjoner. Hovedbildet fra Ungdata er at de aller fleste norske ungdommer har det bra og oppfører seg pent. At mer enn åtte av ti er godt fornøyd med foreldrene sine, viser at de aller fleste opplever foreldrene som viktige støttespillere i hverdagen. Ni av ti har minst én fortrolig venn, og flertallet er godt fornøyd med lokalmiljøet de vokser opp i. På disse områdene har det vært nokså stabile utviklingstrekk.

Få er utsatt for vold, det er et mindretall som begår mange regelbrudd, og det store flertallet opplever ikke å bli mobbet av jevnaldrende. Generelt er dagens tenåringer optimistiske med tanke på framtiden. To av tre tror de kommer til å ta høyere utdanning, og omtrent like mange er nokså sikre på at de kommer til å få et godt og lykkelig liv.

I Ungdata deltar elever fra 8. trinn og til og med Vg3, og selv om det skjer store forandringer i løpet av denne fasen i livet, er det på flere områder likhetstrekk mellom ungdom på tvers av aldre. Både på ungdomstrinnet og i videregående er det store flertallet godt fornøyd med foreldrene sine, de har gode venner, og de trives på skolen. Samtidig ser vi tydelige tegn til at ungdom, etter hvert som de blir eldre, i økende grad orienterer seg bort fra hjemmet. Det er også en god del som slutter med organiserte fritidsaktiviteter. De eldste ungdommene gir også uttrykk for mer misnøye med lokalmiljøet sitt og bruker mer tid med venner utenfor hjemmet og på sosiale medier enn de yngre.

Aldersforskjellene er størst for organiserte fritidsaktiviteter, treningsvaner, rusmiddelbruk og på seksualitetsområdet. Mens majoriteten på ungdomstrinnet er med i organiserte fritidsaktiviteter, gjelder det under halvparten av elevene i videregående. Bruken av rusmidler

øker markant gjennom tenårene. Mens det er relativt uvanlig for ungdomsskoleelever å ha drukket seg beruset, er det et flertallsfenomen blant elevene på videregående. På liknende måte er hasjrøyking et marginalt fenomen blant de yngste tenåringene mens det er mer utbredt på videregående. Det er også langt flere på videregående enn på ungdomstrinnet som røyker sigaretter og snuser.

Blant elevene på videregående er det rundt halvparten som har hatt samleie, noen flere jenter enn gutter. Andelen som har hatt samleie, øker fra i overkant av fire av ti på Vg1 til nærmere sju av ti på Vg3. De fleste av de som har debutert seksuelt før de er 18, gjorde det i 16–17-årsalderen, og tre–fire prosent sier at de hadde samleie med noen før de fylte 14.

Fra 2017 har Ungdata kartlagt hvor mange av elevene på videregående som har blitt utsatt for ulike typer av seksuell trakassering (seksuell ryktespredning, verbal trakassering og beføling). Resultatene viser at dette gjelder en god del ungdommer, og at jenter er mer utsatt enn gutter. For eksempel har nærmere en av fire jenter på videregående opplevd at noen mot deres vilje befølte dem på en seksuell måte. Også en del gutter blir utsatt for slike handlinger, omlag 10 prosent.

### **Foreldrerelasjoner og fritidsvaner**

Nærmere 85 prosent av ungdommene er fornøyd med foreldrene sine, og de fleste opplever at foreldrene har oversikt over hvor ungdommene deres befinner seg i hverdagen, og hvem de er sammen med. Siden Ungdata-målingene startet på begynnelsen av 2010-tallet har det vært en tendens til at stadig flere opplever tette relasjoner til foreldrene sine. De siste årenes tall tyder på at denne utviklingen har flatet ut. Det har også vært en utflating i hvor mange som bruker kveldene på å være «ute med venner», etter en tydelig nedgang de siste årene. Det er samtidig stadig færre som drar hjem til hverandre for å være sammen med venner. Resultatene tyder på at hjemmet som arena for fysisk samvær mellom jevnaldrende har blitt svekket de senere årene. Trolig har dette sammenheng med måtene ungdom kommuniserer med hverandre på, der de ikke lenger trenger å være fysisk sammen for å ha sosialt samvær. Ungdata viser at svært mange

bruker mye tid på sosiale medier, men også på nettbaserte spill, der en typisk kommuniserer med hverandre via nettet. Mange ungdommer rapporterer om nære venner som de utelukkende har kontakt med via nettet. Generelt bruker ungdom mye av fritiden sin på ulike typer skjermaktiviteter, og rundt to av tre bruker mer enn tre timer daglig foran en skjerm. Tiden brukt på skjermaktiviteter har økt nokså mye de siste tre–fire årene. Økningen er størst blant jenter på ungdomstrinnet. At flere bruker mye tid foran en skjerm, har sammenheng med at stadig flere bruker mye tid på sosiale medier. Tiden ungdom bruker på dataspill, har ikke endret seg særlig mye og har gått noe ned blant jenter.

Selv om mange bruker mye tid på skjermbaserte aktiviteter, er det bare et mindretall som selv sier at de ikke driver med noen form for fysisk aktivitet. Andelen som er fysisk inaktive, har heller ikke endret seg noe særlig de senere årene. De aller fleste driver med en eller annen form for trening, og på ungdomstrinnet trener 83 prosent minst én gang i uka. Denne andelen synker noe ettersom ungdommene blir eldre, og på videregående er det 75 prosent som trener én eller flere ganger i uka. Andelen som trener ukentlig, har over tid enten vært nokså stabil eller økt noe de siste årene.

Også når det gjelder hvor mange ungdommer som deltar i organiserte fritidsaktiviteter, har utviklingen de siste årene vært nokså stabil. Idretten organiserer klart flest, og på ungdomstrinnet er 63 prosent med i et idrettslag, mot 40 prosent på videregående. Mange unge er også aktive i ulike typer ungdomsklubber. Det er også mange som er med i religiøse foreninger. For en del ungdomsskoleelever vil dette være knyttet til konfirmasjonsforberedelsene.

### **Brudd med skikkelighetstrenden**

Ett kjennetegn ved ungdom de siste to tiårene er at de har blitt stadig skikkeligere, med en nedgang i ungdomskriminalitet, vold og rusmiddelbruk. Ungdataundersøkelsene fra 2015 og framover tyder på et brudd i denne utviklingen. De siste tre årenes undersøkelser viser en økning i andelen gutter som nasker i butikker, som driver med hærverk, eller som driver med andre former for regelbrudd. Blant jenter er det mindre endringer, men øker også på noen områder. Når det gjelder omfanget av vold

og trusler om vold, har det vært en mindre økning de siste to–tre årene blant ungdomsskoleelever.

Et annet tegn på at skikkelighetstrenden har snudd, handler om cannabis. Årets tall viser at det har vært en økning både i andelen som har prøvd slike stoffer, og andelen som har blitt tilbudt hasj eller marihuana. Økningen er mest markert blant gutter på videregående, der andelen som har prøvd cannabis har økt fra 14 til 18 prosent på tre år. De siste tallene viser at det også har vært en økning for jenter og blant elever på ungdomstrinnet. Bruken av cannabis øker markant med alder, og det er langt flere gutter enn jenter som har brukt cannabis. På slutten av videregående har 25 prosent av guttene og 13 prosent av jentene prøvd hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Også andelen som har blitt tilbudt cannabis, øker i alle aldersgrupper og for begge kjønn. Blant guttene på videregående er det nå nesten halvparten som har blitt tilbudt dette stoffet minst én gang i løpet av det siste året før undersøkelsen ble gjennomført.

Undersøkelser de siste to tiårene har vist en nedadgående trend i alkoholbruk blant ungdom. De siste årenes ungdomsundersøkelser tyder på at denne utviklingen har flatet ut. På videregående har det blant gutter vært en liten økning i andelen som har vært beruset, mens tallene for jentene har vært uendret. Holdningene til det å være beruset har derimot endret seg noe. Både på ungdomstrinnet og på videregående har det vært en økning de siste årene i hvor mange som mener at det å drikke seg full er noe som øker statusen i vennemiljøet.

På tobakksområdet har trenden de senere årene vært at stadig færre ungdommer røyker sigaretter og snuser. Årets tall tyder på at trenden med synkende røyketall har flatet ut. Tendensen til utflating finner vi også for snusing, med en fortsatt liten nedgang blant jenter på videregående. De siste tallene viser at det nå er to til tre prosent av ungdomsskoleelevene som røyker daglig eller ukentlig, og bare litt flere som bruker snus. Det er likevel fortsatt en del som bruker tobakk på videregående, og gutter i større grad enn jenter. Mot slutten av tenårene snuser en av fire gutter jevnlig, mens en av tolv gutter røyker sigaretter.

## Større ambivalens til skolen og mindre framtidsoptimisme

Ungdata viser at de aller fleste ungdommer trives på skolen. Samtidig er det en god del som ikke opplever skolen som et godt sted å være. Rundt 70 prosent sier at de kjeder seg på skolen, og mer enn 20 prosent gruer seg ofte til å gå på skolen. Det er også relativt mange som opplever høyt nivå av skolestress, særlig blant jenter. Seks av ti jenter og tre av ti gutter sier at de ofte eller svært ofte blir stresset av skolearbeidet. Hva slags konsekvenser dette kan ha for ungdommene, kan ikke undersøkelsen si noe om. Å oppleve stress kan gi elever energi, men samtidig kan stresset bli problematisk dersom det vedvarer og blir for stort og uhåndterbart. Opplevelsen av skolestress er høyest i 10. trinn og på Vg3.

Siden 2012 har andelen som trives på skolen, blitt noe lavere for hvert år. Endringene er ikke store år for år, men i løpet av det tiåret som har gått siden Ungdata begynte å måle skoletrivsel, er det tre prosentpoeng færre som trives på skolen. Parallelt med denne utviklingen har det vært en økning i andelen unge som kjeder seg på skolen. Årets tall viser en markant økning, særlig på ungdomstrinnet. Det er også blitt flere som gruer seg til å gå på skolen enn for noen år siden. Alle disse endringene gjelder for begge kjønn, og vi gjenfinner tendensen blant elevene på ungdomstrinnet og i videregående.

Det er stor variasjon i hvor mye av fritiden ungdom bruker på lekser og annet skolearbeid, og siden 2015 har det vært en markert nedgang i andelen som bruker mer enn én time daglig på lekser. Nedgangen skjer etter en periode der ungdom i økende grad har brukt mye tid på skolearbeid i fritiden sin. Etter 2015 har det samtidig vært en økning i andelen ungdomsskoleelever som har skulket skolen. Denne trenden har fortsatt. På videregående viser også de siste tallene en liten økning i andelen som skulket skolen.

Fram til 2015 var det en økning i andelen ungdomsskoleelever som trodde de ville ta høyere utdanning. Denne trenden har også blitt brutt, og de siste årenes undersøkelser viser en nedgang. Også på noen andre områder har det vært en nedgang i andelen som ser optimistisk på framtida. På ett område er endringene nokså store. På bare noen få år har andelen ungdomsskoleelever som tror at de aldri vil

bli arbeidsledige, blitt redusert med nesten ti prosentpoeng. Årets tall viser at denne trenden kan være i ferd med å flate ut. Siden 2015 har det også vært en tendens til at stadig færre tror de kommer til å leve et godt og lykkelig liv.

Samlet antyder endringene et skifte i en utvikling vi har sett de siste årene, der ungdom i økende grad bruker tid på lekser, orienterer seg mot høyere utdanning, og der framtidsoptimismen blant unge har vært svært høy. At disse endringene fortsetter, tyder på at bruddet i tidsrekken ikke først og fremst er uttrykk for tilfeldige enkeltresultater, men heller et uttrykk for noen substansielle og underliggende endringer i ungdoms relasjoner til skolen og egen framtid. Om denne trenden fortsetter eller snur, vil vi bare kunne se i framtidige målinger.

## Helse og trivsel

Ungdom flest rapporterer at de er fornøyd med sin egen helse. Gutter er generelt mer fornøyd med helsa si enn jenter, og de siste årene har det vært en liten nedgang i andelen jenter som er fornøyd med helsa si. Selv om Ungdata viser at de aller fleste unge er godt fornøyd med egen helse, er det en god del som sliter med ulike typer helseplager i hverdagen. Mange sliter med hodepine, magevondt eller med smerter i nakke, skulder, ledd og muskulatur. Andre sliter med symptomer på stress, og tenker at «alt er et slit», eller de «bekymrer seg for mye om ting». Jenter er mer utsatt for denne typen problemer enn gutter, og for jentene øker plagene gjennom årene på ungdomstrinnet, for deretter å flate ut fra 16–17-årsalderen. Bruken av reseptfrie medikamenter er forholdsvis høy, og omlag hver fjerde jente bruker slike medikamenter en eller flere ganger i uka.

Andelen som rapporterer om helseplager har økt over tid. Siden 2014 har det i Ungdata vært spørsmål om fysiske helseplager, og målingene viser at det er stadig flere som sliter med hodepine og andre typer plager. De siste tallene viser imidlertid ingen endring for jenter, men en svak økning for gutter. Psykiske helseplager, som bekymringer, søvnproblemer eller andre depressive symptomer har gradvis økt blant jenter siden begynnelsen av 2010-tallet. De siste årenes undersøkelser tyder på en ytterligere økning. Mens målingene fram til 2015 viste en økning på 0,2–0,3 prosentpoeng per år, viser de

tre siste årenes undersøkelser en økning på fire prosentpoeng blant jenter på ungdomstrinnet og fem prosentpoeng blant jenter på videregående. Også blant guttene er det flere som rapporterer om denne typen psykiske plager enn før. Tilsvarende viser årets undersøkelse at andelen som opplever ensomhet, er den høyeste som noen gang er registrert i Ungdata.

På andre helserelaterte områder viser årets tall små eller ingen endringer sammenliknet med fjorårets. Dette gjelder bruken av reseptfrie medikamenter og hvor mange ungdommer som mangler fortrolige venner. Det er heller ingen vesentlige endringer i andelen som opplever å bli plaget, truet eller frosset ut av andre ungdommer.

Fra 2017 har Ungdata inkludert spørsmål som fanger opp hvor mange som opplever negative hendelser på nettet. Resultatene viser at flertallet ikke er utsatt for dette, og at mindretallet opplever trusler, utestengelse eller at noen legger ut sårende bilder eller videoer av dem på nettet. Samtidig er det en god del, og da særlig jenter, som rapporterer om å bli utsatt for slike hendelser. De fleste rapporterer om enkelthendelser, men det er også en god del som gjentatte ganger opplever å være utsatt for negative hendelser på nettet.

Siden 2017 har ungdom blitt spurt om de opplever press på områder som skole, kropp, idrett og sosiale medier. Svarene tyder på at det er stor variasjon når det gjelder ungdoms opplevelse av press og på hvilke områder de opplever press. Variasjonen innebærer at det er mange som ikke opplever press i det hele tatt, eller som bare opplever litt press, men også at det er en del unge som opplever mye press. Langt flere jenter enn gutter opplever press, og skolen er det området som desidert flest opplever press på. Nærmere halvparten av alle jentene – og en av fire gutter – opplever mye eller svært mye press på å gjøre det godt på skolen. Minst press opplever ungdom om å få anerkjennelse på sosiale medier. Selv om en god del opplever press i hverdagen, har flertallet likevel ikke opplevd så mye press at de har hatt problemer med å takle det. Samtidig rapporterer 6 prosent av guttene og 16 prosent av jentene at de ofte har hatt problemer med å takle press.

Spørsmål om kostholdsvaner ble også inkludert i Ungdata fra 2017. Hovedbildet er at det er stor variasjon når det gjelder hva ungdom spiser og drikker. For eksempel spiser en av tre

ungdommer frukt og grønt hver dag, samtidig som en god del sjelden får i seg slike matvarer. Flertallet av ungdom spiser fisk til middag eller som pålegg minst én gang i uka. Det samme gjelder kjøttdeigbaserte produkter, som pølser og hamburgere. De fleste spiser godteri eller snacks hver uke, men det er få som gjør dette mange ganger i uka. Det er noen flere jenter enn gutter som jevnlig spiser godteri. Ni prosent bruker sukkerholdige drikker hver eneste dag, mens færre bruker lettbrus eller andre lettdrikker. Omfanget av energidrikk er lavere, fire prosent drikker dette daglig.

### Sosiale forskjeller

Sammenliknet med de fleste land i verden er Norge et land med relativt små økonomiske forskjeller i befolkningen. Likevel viser rapporten at ungdommenes sosiale bakgrunn har en god del å si for hva slags liv ungdom lever. I rapporten analyserer vi forskjeller og likheter mellom ungdom med ulik sosioøkonomisk status, målt gjennom spørsmål som fanger opp ulike ressurser som ungdom har tilgang til gjennom familien sin (definert som «summen» av foreldrenes utdanningsnivå, datamaskiner, bøker i hjemmet, om man drar på ferie, har eget soverom og om familien har bil).

Målt på denne måten viser det seg at den sosioøkonomiske familiebakgrunnen har betydning på flere av områdene som denne rapporten tar for seg. Kort oppsummert kan vi si at ungdom som vokser opp i familier med høy sosioøkonomisk status, har det bedre med seg selv, de er mer fornøyd med foreldrene sine, med skolen de går på og med lokalmiljøet de bor i, og flere har fortrolige venner enn ungdom fra lavere sosiale lag. Unge med høy sosioøkonomisk status er dessuten i langt større grad med i organiserte fritidsaktiviteter, de trener mer, spiser sunnere og har færre helseplager. De opplever samtidig noe mer press enn ungdom fra lavere sosiale lag og er i langt større grad orientert mot høyere utdanning. Unge med lav sosioøkonomisk status bruker derimot noe mer tid på skjermaktiviteter, og de er mer utsatt for mobbing og vold enn unge fra høyere sosiale lag.

På rusmiddelområdet har familiens sosioøkonomiske status litt ulik betydning. Ungdom fra lavere sosiale lag er overrepresentert blant de som røyker sigaretter og det er flere fra lavere enn fra høyere sosiale lag som bruker cannabis på ungdomstrinnet. På videregående

### Sosioøkonomisk status

For å analysere betydningen av sosioøkonomisk status (SØS) i familien, bruker vi i rapporten et mål som fanger opp ulike former for ressurser som ungdom har tilgang til gjennom familien sin. Målet er basert på opplysninger om fars og mors utdanningsnivå og tilgang til ulike materielle goder – antall datamaskiner, antall biler, antall bøker, om de unge har eget soverom og hvor mange ganger de unge har reist på ferie med familien det siste året. Basert på summen av ungdommenes svar, er hver enkelt kategorisert i fem sosioøkonomiske statusgrupper – fra lavest SØS til høyest SØS. Gruppene er laget slik at de utgjør fem like store grupper når vi ser alle ungdommene i Norge under ett.

er det flest ungdom fra de øverste sosiale lag som har erfaring med cannabis, men forskjellene er ikke spesielt store. På alkoholområdet har sosioøkonomisk status relativt liten betydning.

### Regionale forskjeller

Rapporten gir et bilde av oppvekstsituasjonen i alle landets fylker basert på den nye fylkesstrukturen fra 2020. Analysene omfatter elever på ungdomstrinnet, siden det varierer en del mellom de ulike fylkene hvilke klassetrinn som er inkludert i de lokale undersøkelsene gjennomført på videregående.

Hovedbildet er at de aller fleste har det bra og lever aktive liv uansett hvor i landet de bor. På mange områder er de regionale forskjellene svært små. For eksempel er det nesten ingen forskjeller når det gjelder hvor fornøyd ungdom er med foreldrene sine, hvor mange som har fortrolige venner, hvor mange som trener eller som er utsatt for psykiske plager – og det er bare mindre forskjeller på områdene skoletrivsel og opplevelsen av stress og press.

Det er ingen fylker som kommer systematisk bedre eller dårligere ut på samtlige områder. Men noen fylker skiller seg ut på enkeltområder, som for eksempel Oslo, som på den ene siden har flere ungdommer enn resten av landet som trives på skolen og som gjør mye lekser. Oslo-ungdom er også i langt større grad orientert mot høyere utdanning og er de som oftest spiser grønnsaker. På den annen side er det flere i Oslo



som er involvert i ulike former for regelbrudd, som skulker skolen, som begår kriminalitet og har prøvd cannabis, eller som har blitt skadet på grunn av vold. I Oslo er det langt færre ungdommer som har debutert seksuelt med samleie.

Også ungdom i de nordligste fylkene, i Nordland, Troms og Finnmark, skiller seg ut på enkelte områder. Ungdom i nord er generelt mindre fornøyd med lokalmiljøet sitt enn ungdom i resten av landet, de bruker minst tid på lekser, de skulker skolen mer enn landsgjennomsnittet, og har den laveste andelen som tror de vil ta høyere utdanning. De har også lavest deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og rapporterer i gjennomsnitt om flere helseplager enn andre. Nordland ligger også lavest på skoletrivsel og selvvurdert helse, og er det fylket der ungdom bruker mest tid på skjermaktiviteter, og sammen med Trøndelag, der flest ungdommer har vært beruset.

Ungdom i Innlandet kommer best ut på en del problemområder, og er det fylket der færrest skulker skolen, færrest røyker, færrest har prøvd cannabis og der færrest har begått andre former for regelbrudd. Vestland ligger derimot lavest på alkohol, og er også det fylket der færrest bruker mye tid på skjermaktiviteter.

## Om datagrunnlaget

Siden 2010 har 628.700 elever på ungdomstrinnet og i videregående opplæring deltatt i Ungdata. Undersøkelsen har blitt gjennomført på ungdomstrinnet i nesten alle kommuner og på de fleste videregående skolene i landet. Undersøkelsene gjennomføres lokalt av kommunene eller fylkeskommunene i samarbeid med de regionale kompetansesentrene innen rusfeltet (KoRus) og NOVA. Alle data samles i en nasjonal database.

For å sikre at årets rapport gir et representativt bilde på nasjonalt nivå, er det brukt data fra alle de lokale undersøkelsene som ble gjennomført i årene 2017, 2018 og 2019. I denne treårsperioden omfatter dette undersøkelser gjennomført på ungdomstrinnet i 412 kommuner pluss Svalbard og på de fleste videregående skolene i landet. Bakgrunnen for å se de tre siste årene under ett, er at det varierer fra år til år hvilke kommuner som deltar. Over en treårsperiode dekker undersøkelsene det nasjonale nivået svært godt. I denne treårsperioden deltok 259.700

ungdommer i Ungdata, hvorav 146.400 elever på ungdomstrinnet og 113.300 elever i videregående opplæring. Dette betyr at nærmere 80 prosent av samtlige ungdomsskoleelever i Norge har deltatt i Ungdata i løpet av de siste tre årene. På videregående har rundt 60 prosent av samtlige elever deltatt.

Svarprosenten i Ungdata er høy. I undersøkelsene som er blitt gjennomført i perioden 2017 til 2019, er svarprosenten samlet sett 87 på ungdomstrinnet og 73 på videregående.

Rapporten gir et bilde av endringer over tid. Tidstrendanalysene tilbake til 2010 er basert på svar fra elever på ungdomstrinnet. Grunnen til denne avgrensningen er at det er kun blant elever på 8. til 10. trinn at Ungdata gir et nasjonalt representativt bilde så langt tilbake i tid. På videregående finnes det nasjonalt representative data fra 2014 og framover. Tidstrendene som vises i rapporten for videregående er derfor ikke så lange som for ungdomstrinnet.

Siden dataene kun er nasjonalt representative over en treårsperiode, har vi i analysene av utviklingstrekk slått sammen tre og tre år. I figurene i rapporten har vi av hensyn til framstillingen markert tidspunktet for hver treårsperiode med det midterste året i perioden. Dette betyr for eksempel at tallene som i figurene er angitt med 2018, er basert på data samlet inn i 2017, 2018 og 2019. Totalt inngår 393.100 ungdomsskoleelever og 235.600 elever i videregående i analysene av endringer over tid.

# Datagrunnlaget

## Over 600.000 tenåringer har deltatt i Ungdata siden 2010

Ungdata er lokale ungdomsundersøkelser som forskningsinstituttet NOVA og sju regionale kompetansesentre innen rusfeltet (KoRus) tilbyr alle landets kommuner og fylkeskommuner. Kommunene og fylkeskommunene bestemmer selv når de vil gjennomføre sin undersøkelse. De gjennomføres elektronisk i skoletiden og er rettet mot elever på ungdomstrinnet og elever i videregående opplæring. Undersøkelsen, som foregår i løpet av vårhalvåret, har blitt gjennomført på ungdomstrinnet i nesten alle kommuner og på de aller fleste videregående skolene i landet. Spørreskjemaet inneholder en obligatorisk del som brukes i alle undersøkelsene. Denne består av 159 spørsmål til elever på ungdomstrinnet og 168 spørsmål til elever på videregående. Mange kommuner og fylkeskommuner velger å utvide sin lokale undersøkelse med valgfrie tilleggs spørsmål. Det er frivillig for ungdommene å delta i Ungdata, og de fleste undersøkelsene på ungdomstrinnet gjennomføres anonymt. På videregående er det noen flere bakgrunnsspørsmål, noe som gjør at undersøkelsen vanligvis inneholder indirekte personopplysninger. Både foreldre og ungdom blir i forkant informert om undersøkelsen, og ungdommene står fritt til å trekke seg fra undersøkelsen underveis. De kan også hoppe over spørsmål de ikke har lyst til å svare på.

Kommunene og fylkeskommunene som deltar i Ungdata, forplikter seg til at data fra egen undersøkelse samles i en nasjonal database, Ungdatabasen. NOVA forvalter databasen som ble opprettet i 2010. Fram til juni 2019 har 628.700 ungdommer deltatt i Ungdata. De fleste steder gjennomføres Ungdata hvert tredje år. Dette betyr at Ungdatabasen inneholder opplysninger som gjør det mulig å undersøke endringer over tid, både på nasjonalt, regionalt og lokalt nivå. Dataene i Ungdatabasen er anonymisert.

## Et treårig representativt bilde

Målet med denne rapporten er å gi et oppdatert, landsrepresentativt bilde av situasjonen for norske skoleelever på ungdomstrinnet og på videregående. Siden det varierer fra år til år

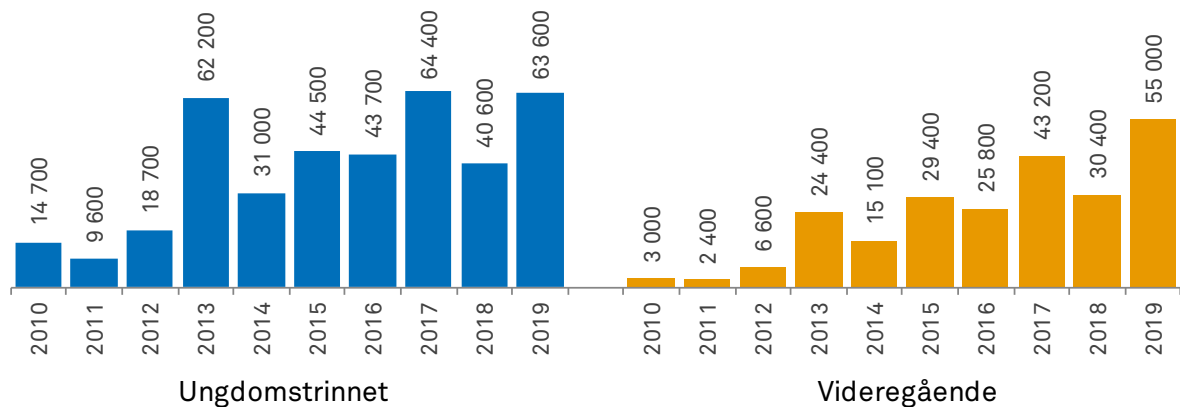
hvilke kommuner og fylkeskommuner som deltar i Ungdata, betyr dette at representativiteten i det årlige datagrunnlaget varierer. I løpet av en treårsperiode er derimot datagrunnlaget nasjonalt representativt. Vi har derfor i denne nasjonale rapporten samlet data fra tre og tre år for å sikre at dataene reflekterer et nasjonalt nivå.

Det oppdaterte tallgrunnlaget i denne rapporten baserer seg på de undersøkelsene som ble gjennomført fra 2017 til 2019. Dette omfatter undersøkelser gjennomført på ungdomstrinnet i 412 kommuner pluss Svalbard og på de fleste videregående skolene i landet. Noen kommuner har i løpet av denne treårsperioden gjennomført undersøkelsen to ganger. For å unngå at noen inkluderes i datagrunnlaget flere ganger, har vi tatt bort alle de som deltok i den første av disse to undersøkelsene. Dette betyr at hver kommune utelukkende er representert med én undersøkelse. Med denne avgrensningen består datasettet for 2017–2019 av 259.700 ungdommer, hvorav 146.400 elever på ungdomstrinnet og 113.300 elever i videregående opplæring. En oversikt over alle undersøkelsene og lokale resultater finnes på Ungdatas nettsider ([www.ungdata.no](http://www.ungdata.no)).

Siden Ungdata har eksistert siden 2010, finnes det totalt åtte treårsperioder som kan brukes for å studere trender. På ungdomstrinnet finnes det data som kan brukes på nasjonalt nivå fra 2010 og framover. På videregående gjelder dette først fra 2014. Tidstrendene som vises i rapporten for videregående er derfor ikke så lange som for ungdomstrinnet.

For framstillingens skyld er hver treårsperiode i rapporten angitt med «midtåret». Dette betyr for eksempel at tallene for 2018 omfatter data samlet inn i årene 2017, 2018 og 2019. På tilsvarende måte omfatter tallene for 2011 årene 2010, 2011 og 2012. Hver av disse treårsperiodene inkluderer så mange ungdommer fra så mange kommuner spredt rundt omkring i Norge at dataene gir et godt og dekkende nasjonalt bilde av oppvekstsituasjon for de unge innenfor hver periode. Det er likevel noe mer usikkerhet i den første treårsperioden, da et mer begrenset antall kommuner deltok. Fra 2013 og framover har antallet kommuner som har deltatt i Ungdata, ligget på mellom 86 og 170. I tidstrendanalysene

## Antall ungdom som har deltatt i Ungdata – 2010–2019



inngår 393.100 ungdomsskoleelever og 235.600 elever i videregående.

Spørreskjemaet i Ungdata ble revidert i 2016, og den nye versjonen er benyttet i alle de lokale ungdataundersøkelsene som er gjennomført i årene fra 2017 til og med 2019. De fleste av de obligatoriske spørsmålene er uendret i den nye versjonen, blant annet for å sikre mulighetene for å analysere tidstrender. Enkelte spørsmål er gått ut, og noen nye temaer er kommet til. I den nye versjonen er det lagt inn spørsmål om kostholdsvaner, seksuelle erfaringer, seksuell trakassering, utsatthet for negative hendelser på nett, skolestress og opplevelser av press, samt spørsmål om frafall i organisert idrett.

### Ungdata gjennomføres på ungdomstrinnet og i videregående skole

Figuren øverst på denne siden viser hvor mange elever på ungdomstrinnet og i videregående opplæring som hvert år har deltatt i Ungdata. Samlet er det flest som har deltatt fra ungdomstrinnet. De siste årene har derimot stadig flere fylkeskommuner, det vil si eierne av de videregående skolene, valgt å gjennomføre Ungdata i sine fylker. Dette har bidratt til at antallet deltakere på videregående etter hvert også har blitt høy.

Blant deltakerne i Ungdata er det omtrent like mange gutter som jenter. Dette gjelder på alle klassetrinn, med unntak av Vg3 der 56 prosent

av deltakerne er jenter. På ungdomsskolen er hvert trinn representert med rundt en tredel hver. På videregående er Vg1 noe overrepresentert (de utgjør 44 prosent av deltakerne, mens de i elevgrunnlaget utgjør 39 prosent). Elever på Vg3 er noe underrepresentert (de utgjør 22 prosent av deltakerne i Ungdata, mot 27 prosent av elevgrunnlaget). I rapporten er svarene blitt vektet slik at de tre klassetrinnene gjenspeiler den faktiske fordelingen av elever i videregående. Vektingen er også gjort i figurene som viser endringer over tid for elever på videregående. Denne vektingen er ikke gjort i tidligere rapporter, og bidrar til at enkelte tall i årets rapport avviker fra de tidligere rapportene. Skjevfordelingen skyldes dels at ikke alle klassetrinn er blitt inkludert i alle undersøkelser. Dels skyldes det at det er vanskeligere å gjennomføre undersøkelsene blant de eldste (pga. eksamener, mange er lærlinger etc.), dels at frafallet i videregående øker ettersom ungdommene blir eldre. En må derfor være klar over at datamaterialet særlig mot slutten av videregående består av en noe mer selektert gruppe av ungdom sammenliknet med de lavere klassetrinnene.

### Åtte av ti ungdomsskoleelever i Norge har deltatt i Ungdata

I følge tall fra skoleporten.no er antallet elever på ungdomstrinnet 186.000 og nærmere 190.000 i videregående opplæring. Når 146.400 elever på ungdomstrinnet og 113.300 elever på

videregående har deltatt i Ungdata i løpet av de tre siste årene, innebærer det at rundt 80 prosent av samtlige ungdomsskoleelever og 60 prosent av samtlige elever i videregående har deltatt i Ungdata. Dette betyr at Ungdata nærmest kan regnes som en befolkningsundersøkelse.

Svarprosenten i Ungdata beregnes på en annen måte, der vi først har innhentet elevtallet for alle de skolene som skal være med i undersøkelsen og deretter undersøkt hvor stor andel av disse som faktisk deltok. Beregnet på denne måten er svarprosenten i perioden 2017–2019 på ungdomstrinnet på 87 prosent og 73 prosent på videregående. Siden skolene og kommunene selv står for datainnsamlingen, vil svarprosenten i den enkelte undersøkelse blant annet avhenge av hvor godt man har organisert undersøkelsen lokalt. I enkelte kommuner har man oppnådd en svarprosent på nesten 100. Andre steder er den en god del lavere. De fleste kommunene har likevel en svarprosent på ungdomstrinnet mellom 80 og 95 prosent og mellom 65 og 80 prosent på videregående.

Svarprosenten ser imidlertid ut til å ha begrenset betydning for selve resultatene i undersøkelsene. I et metodenotat som er publisert på Ungdatas nettsider, er det blant annet dokumentert at omfanget av ulike typer ungdomsproblemer varierer nokså lite med svarprosenten i den enkelte kommune. Notatet ligger tilgjengelig på [www.ungdata.no](http://www.ungdata.no).

At det for den enkelte ungdom er frivillig å være med i Ungdata, gjør det selvsagt vanskelig å vite eksakt hvor representative dataene er. Noen unge velger bevisst å ikke delta, mens andre var borte i perioden undersøkelsen ble gjennomført. Det er likevel vår erfaring at den viktigste grunnen til at ungdom ikke har deltatt, er at de av ulike årsaker ikke har fått tilbud fra skolen om å være med på undersøkelsen.

Det er viktig å være klar over at alle resultater som framkommer gjennom Ungdata, er basert på det ungdom selv rapporterer. Dette er selvsagt en styrke når målet er å få en oversikt over ungdoms egen livssituasjon. Samtidig hefter det alltid en viss usikkerhet rundt slike undersøkelser, for eksempel om spørreskjemaet er utformet på en god nok måte for å fange opp

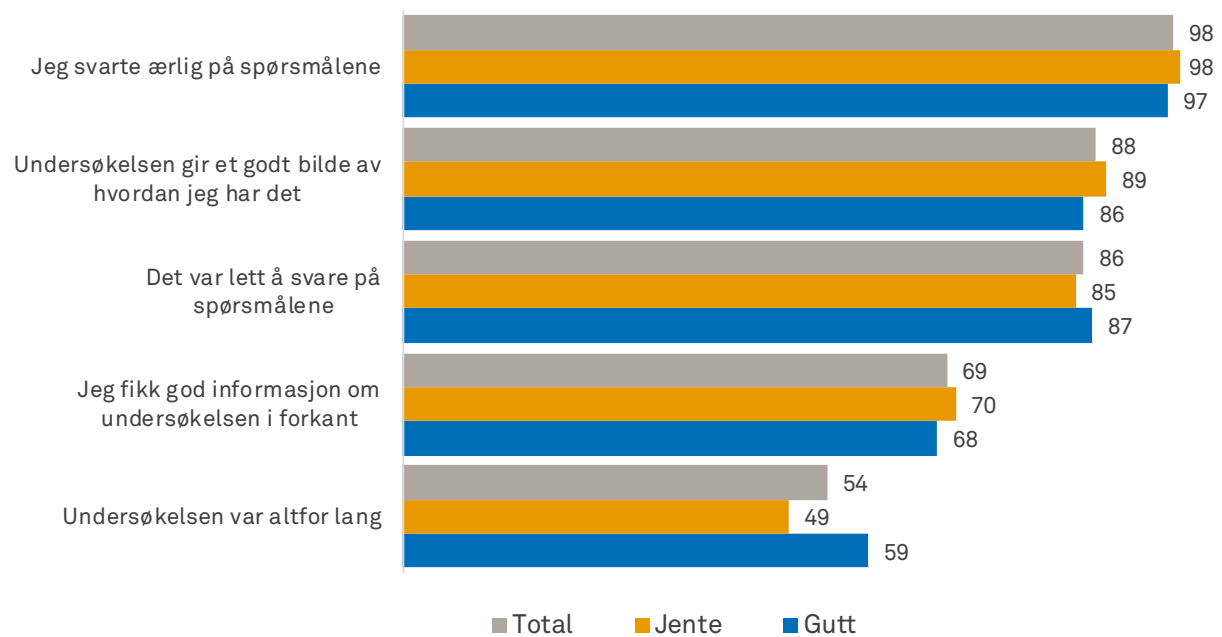
det man er interessert i, om ungdommene forstår spørsmålene på samme måte som forskerne har lagt til grunn, og om ungdommene svarer sannferdig på det de blir spurt om. Vår erfaring er at de aller fleste ungdommer tar Ungdata på alvor, og at undersøkelsen gir et dekkende bilde av situasjonen til ungdom flest.

For å få mer systematisk kunnskap om hvordan ungdom opplever å delta i ungdataundersøkelsen, ble det fra 2017 åpnet for at kommunene kunne legge inn spørsmål på slutten av spørreskjemaet der ungdom ble bedt om å ta stilling til ulike påstander om ungdataundersøkelsen. Spørsmålene har vært med i 275 lokale undersøkelser, og i overkant av 170.000 har besvart spørsmålene. Analyser av besvarelsene viser at nærmere ni av ti oppfatter at undersøkelsen gir et godt bilde av hvordan de har det, og omtrent like mange synes det var lett å svare på spørsmålene. Vi får også en indikasjon på at ungdom flest tar undersøkelsen på alvor når så mange som 98 prosent sier seg enig i at de svarte ærlig på spørsmålene. At omtrent halvparten opplever at undersøkelsen er altfor lang, gir derimot en indikasjon på at omfanget av spørsmål bør reduseres i framtidige undersøkelser. Sju av ti mener de fikk god informasjon om undersøkelsen i forkant. Det tyder på at for mange ungdommer ikke ble orientert godt nok om undersøkelsen. Dette kan nok skyldes at informasjonsflyten ikke har vært god nok alle steder.

Også når vi går inn og ser på hvordan enkelte ungdommer besvarer undersøkelsen, har vi grunn til å tro at det er forholdsvis få elever som besvarer undersøkelsen på en systematisk useriøs måte. I Ungdata er det utformet egne prosedyrer for å identifisere det vi antar er useriøse besvarelser. Basert på disse prosedyrene har vi anslått at rundt én av hundre ungdommer besvarer undersøkelsen systematisk på en useriøs måte. Disse er tatt ut av analysene i all rapportering fra Ungdata.

For mer informasjon om disse prosedyrene og andre metoderelaterte spørsmål kan vi henvise til Ungdatas nettsider under området «Metode-dokumentasjon».

## Prosentandel gutter og jenter som mener at ulike påstander om ungdataundersøkelsen stemmer



Note: Basert på 275 lokale undersøkelser gjennomført i 2017-2019. N=170.600



# Nære relasjoner

Foreldre

Venner

Lokalmiljø

# Foreldre

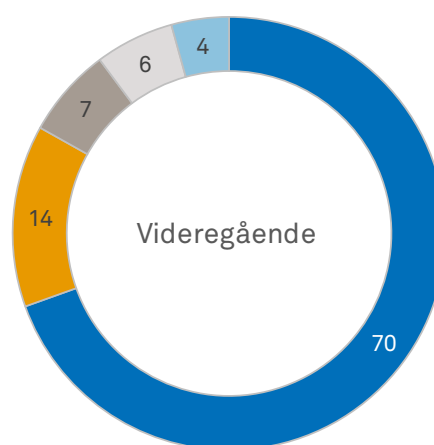
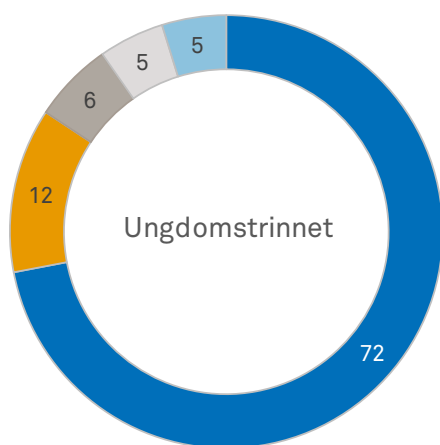
Selv om en stor del av dagens barndom og ungdomstid foregår innenfor barnehage, skole og ulike fritidsordninger, er foreldrene fremdeles de viktigste omsorgspersonene i oppveksten for de aller fleste. Foreldrenes ressurser – økonomisk, kulturelt og sosialt – danner grunnlaget for barn og unges levekår. 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.

Etter hvert som barn blir eldre blir deres egne meninger og interesser viktigere. En del av det å være ung handler også om løsrivelse og det å bli en selvstendig person. I dette kan det ligge kimer til konflikter mellom unge og foreldre. Likevel vedvarer som regel den emosjonelle nærheten til foreldrene utover i ungdomstiden, og for mange unge er foreldrene deres viktigste støttespillere når det oppstår problemer av ulik art.

Tre av fire barn i Norge bor sammen med begge foreldrene. Der foreldrene ikke bor sammen, blir det stadig flere som deler bosted og bor deler av tiden hos mor og delvis hos far. Blant de som bor med én av foreldrene, er det fremdeles mest vanlig å bo med mor.

## Hvordan opplever ungdom foreldrene sine?

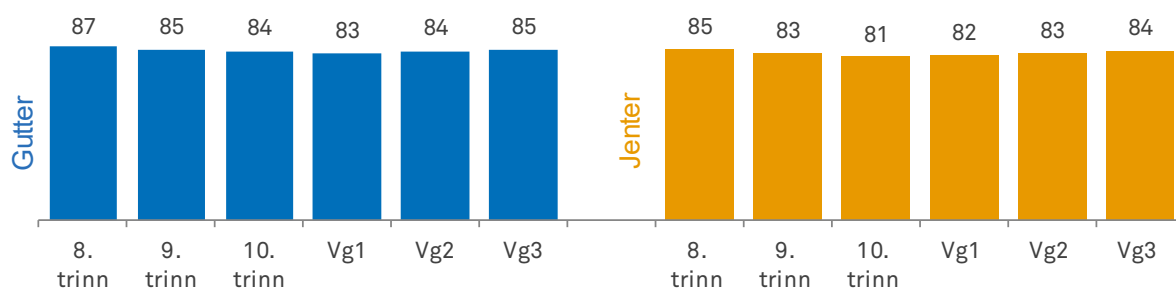
Hvor fornøyd er du med foreldrene dine?



■ Svært fornøyd ■ Litt fornøyd ■ Verken eller ■ Litt misfornøyd ■ Svært misfornøyd



## Prosentandel som er fornøyd med foreldrene – etter kjønn og klassetrinn



## Fortsatt sterke og tette bånd mellom ungdom og foreldre

I Ungdata svarer rundt 85 prosent at de er godt fornøyd med foreldrene sine, mens ti prosent gir uttrykk for at de er misfornøyd. Dette viser at de aller fleste ungdommer har et godt og grunnleggende tillitsfullt forhold til sine foreldre.

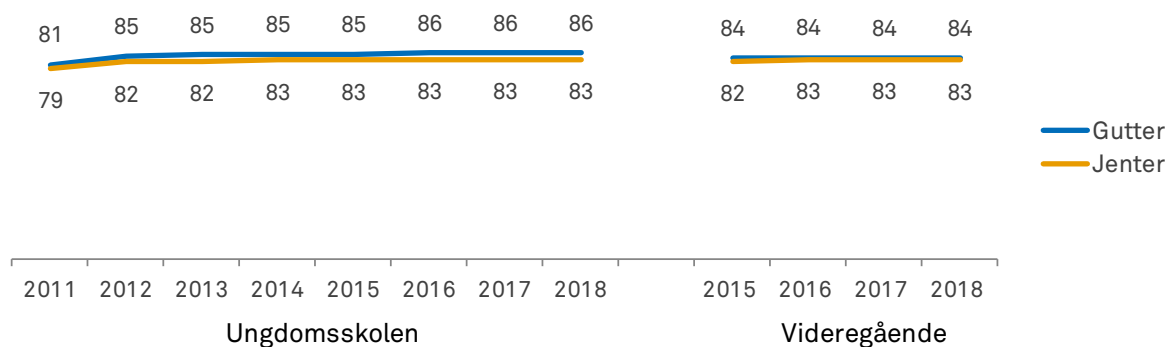
Resultatene viser at kjønn, alder og hvor i landet ungdommene bor har relativt liten betydning for hvor fornøyd ungdom er med sine foreldre. Sosial bakgrunn spiller derimot en rolle og det er langt flere med høy enn med lav sosioøkonomisk status som er fornøyd med foreldrene sine.

At båndene mellom dagens ungdom og foreldre er preget av tillitt, understrekes av at svært mange opplever at foreldrene har

god oversikt over hva de gjør i fritiden, og hvem de er sammen med. Det er noen flere jenter enn gutter som opplever at foreldrene har oversikt, og foreldrene har mest oversikt over hva de aller yngste foretar seg. Det er likevel et stort flertall også mot slutten av tenårene som opplever at foreldrene har god kjennskap til vennene deres og hva de driver med på fritiden.

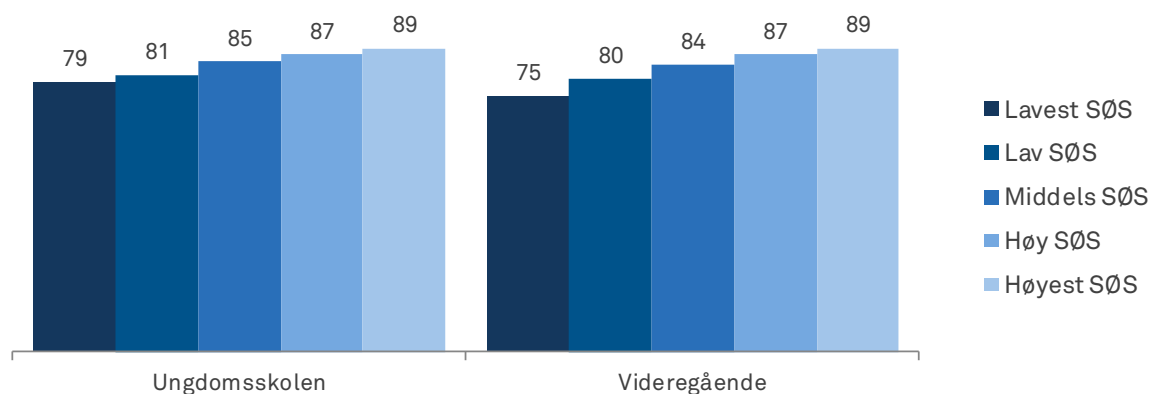
Andelen som er fornøyd med foreldrene sine har endret seg nokså lite de siste årene. Det samme gjelder hvor mange som opplever at foreldrene har oversikt over hva de driver med i fritiden og hvem de er sammen med, selv om vi her registrerer en liten nedgang siden 2015, særlig blant gutter.

## Prosentandel som er fornøyd med foreldrene – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

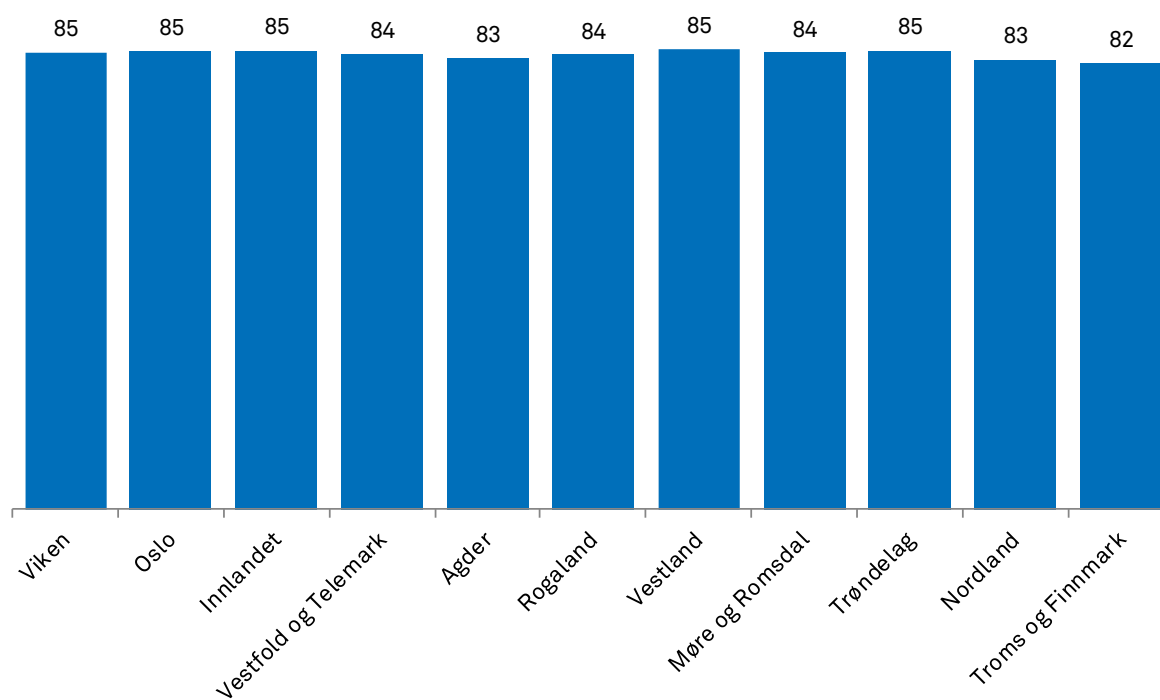


# Foreldre

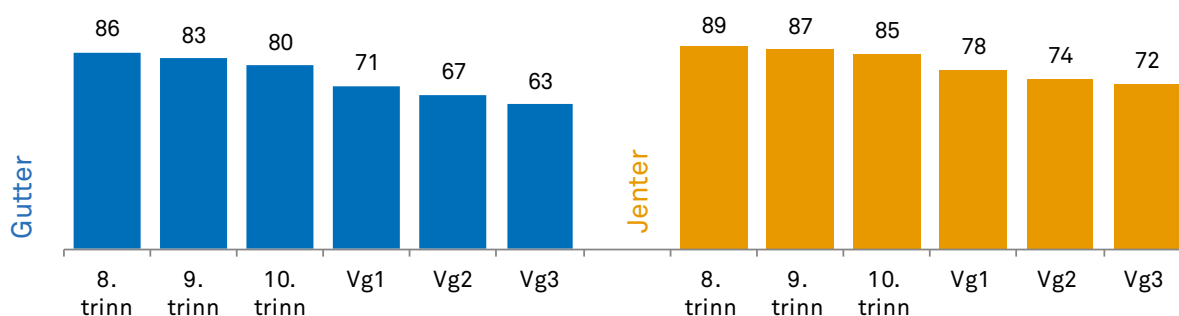
Prosentandel som er fornøyd med foreldrene  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



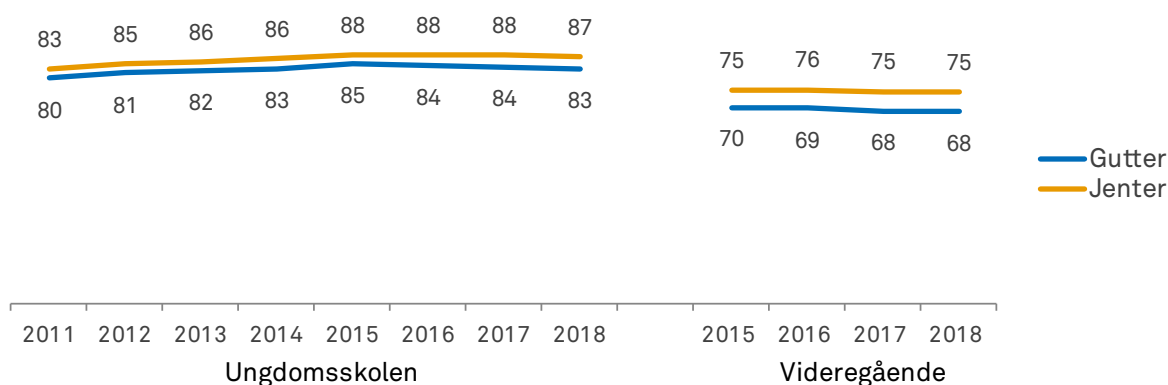
Prosentandel ungdomsskoleelever som er fornøyd med foreldrene  
– etter fylke



Prosentandel som opplever at foreldrene har god oversikt over ungdommenes venner og fritid – etter kjønn og klassetrinn



Prosentandel som opplever at foreldrene har god oversikt over ungdommenes venner og fritid – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan forholdet til foreldrene blir målt i Ungdata

Det er flere spørsmål om foreldre i Ungdata. Som en hovedindikator på hvordan ungdom opplever foreldrene sine, bruker vi et spørsmål om hvor fornøyd eller misfornøyd ungdom er med ulike sider av livet. Ett av forholdene de skal vurdere er «foreldrene dine» – og de blir bedt om å krysse av for om de er «svært fornøyd», «litt fornøyd», «verken fornøyd eller misfornøyd», «litt misfornøyd» eller «svært misfornøyd».

En annen indikator på forholdet til foreldrene, er hvor godt ungdommene opplever at foreldrene kjenner til ungdommenes venner og hva de driver med i fritiden. I Ungdata måles dette

gjennom hvor godt ungdommene opplever at følgende utsagn passer for dem: «Foreldrene mine pleier å vite hvor jeg er, og hvem jeg er sammen med i fritiden», «Foreldrene mine kjenner de fleste av vennene jeg er sammen med i fritiden» og «Foreldrene mine kjenner foreldrene til vennene mine».

Indikatoren viser andelen som i «gjennomsnitt» mener at disse utsagnene minst «passer ganske godt».

# Venner

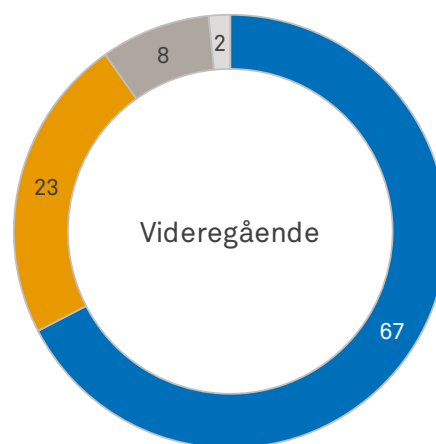
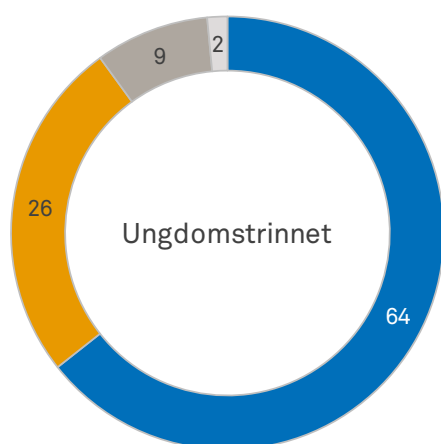
Ungdomstiden beskrives ofte som en fase i livet der de jevnaldrende er særlig viktig. Venner er for de fleste en kilde til lek, glede, støtte, samhørighet og bekreftelse. På lengre sikt har samspillet med de jevnaldrende betydning for utvikling av selvbilde og sosial kompetanse. Mange knytter også vennskap som varer livet ut i denne perioden.

I overgangen fra barn til tenåring endrer vennene betydning. Mens leken står i sentrum blant de yngste, blir det etter hvert like betydningsfullt hvem man er sammen med som hva man gjør. Med økt bruk av sosiale medier har ungdom dessuten fått en ny arena for samhandling. Ungdom deler informasjon og opplysninger om sine liv, hva de gjør, og hvem de er sammen med, på en annen måte enn tidligere.

Hvilken rolle de jevnaldrende vennene spiller i hver enkelt ungdoms liv, varierer. Mens noen trives godt med én eller to venner, er andre opptatt av å ha en stor vennegjeng og flest mulig «likes» på sosiale medier. For mange vil kvaliteten på vennskapene likevel bety mer enn antallet.

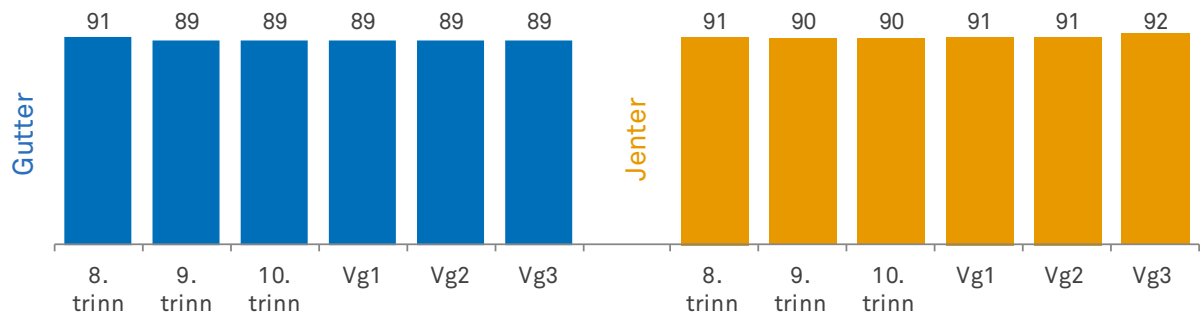
Hvor mange har venner de kan stole på?

Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?



■ Ja, helt sikkert   ■ Ja, det tror jeg   ■ Det tror jeg ikke   ■ Har ingen venner nå for tiden

## Prosentandel som har en fortrolig venn – etter kjønn og klassetrinn



## Ni av ti har en nær og fortrolig venn

Ungdata viser at de aller fleste har venner som de «kan stole fullstendig på og betro seg til om alt mulig». To av tre er helt sikre på at de har minst én slik venn. I tillegg er det mange som tror at de har fortrolige venner.

Andelen som har venner de kan stole på, varierer lite med kjønn og alder. Det er heller ikke store geografiske forskjeller. Sosial bakgrunn spiller derimot en rolle og det er flere med høy enn med lav sosioøkonomisk status som har fortrolige venner.

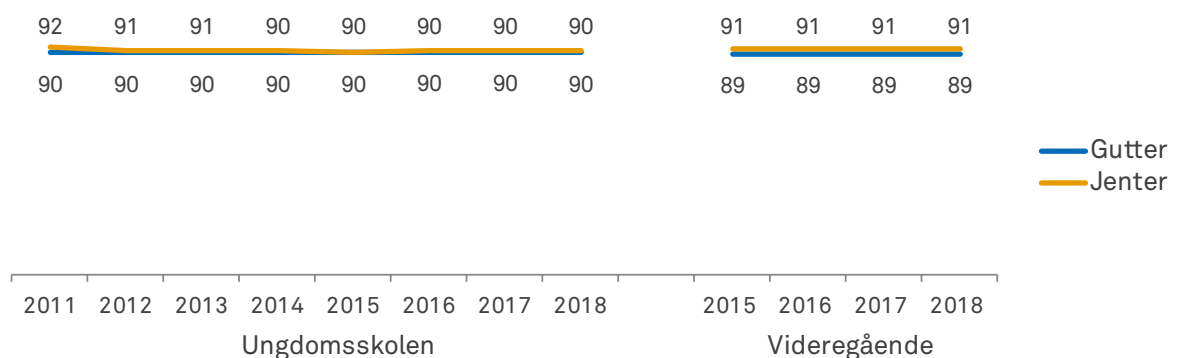
En god del av ungdommene har venner som de kun har kontakt med gjennom nettet. På ungdomstrinnet gjelder dette så mange som halvparten av guttene og fire av ti av jentene.

Mot slutten av videregående er dette derimot noe mindre vanlig.

Ungdata viser samtidig at ikke alle har venner. Nær én av ti mangler fortrolige venner, og rundt to av ti gutter og tre av ti jenter synes det er ganske vanskelig å få venner. Nesten dobbelt så mange ungdommer med lav som med høy sosioøkonomisk status mangler venner de kan stole på.

Andelen som mangler en fortrolig venn har ikke endret seg noe særlig de aller siste årene, verken blant gutter eller jenter.

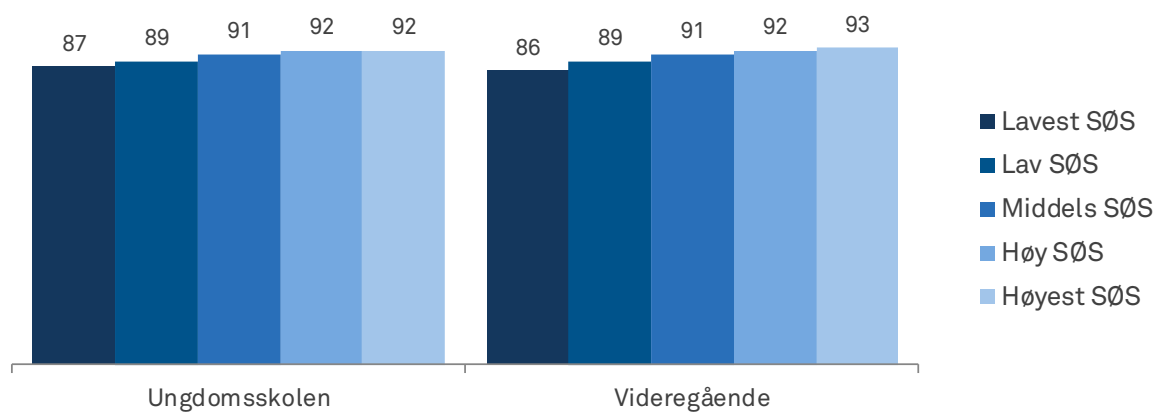
## Prosentandel som har en fortrolig venn – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



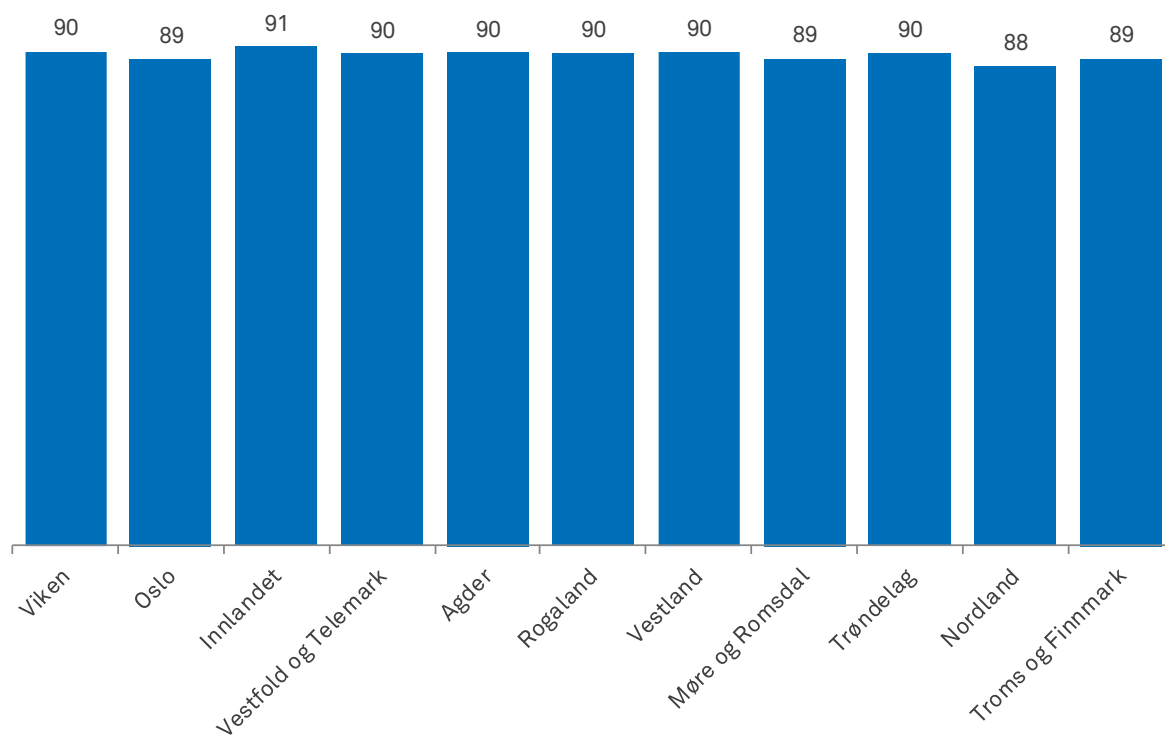
— Gutter  
— Jenter

# Venner

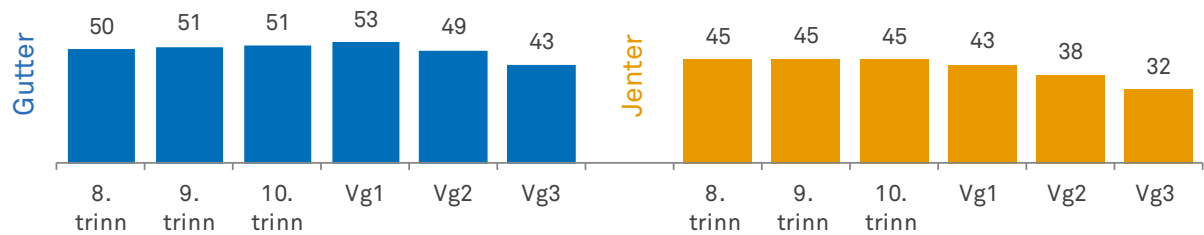
Prosentandel som har en fortrolig venn  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



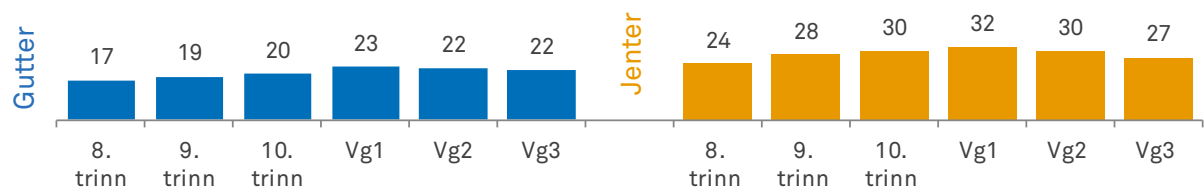
Prosentandel ungdomsskoleelever som har en fortrolig venn  
– etter fylke



Prosentandel som har minst én nær venn som de bare har kontakt med gjennom nettet – etter kjønn og klasstrinn



Prosentandel som synes det er ganske vanskelig å få venner – etter kjønn og klasstrinn



## Hvordan vennskap blir målt i Ungdata

Det er flere spørsmål om venner og vennskap i Ungdata. I denne rapporten er hovedindikatoren hvor mange som har fortrolige venner. For å fange opp dette får de unge følgende spørsmål: «Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?»

Svaralternativene er «Ja, helt sikkert», «Ja, det tror jeg», «Det tror jeg ikke», «Har ingen jeg ville kalle venner nå for tiden».

Andelen med fortrolige venner er definert som andelen som svarer ett av de to ja-alternativene.

Fra 2017 er det også blitt kartlagt hvor mange som har «nettvenner» gjennom spørsmålet: «Har du minst én nær venn som du bare har kontakt med gjennom internett?». De ble også spurt om de synes det er vanskelig å få venner.

Resultatene for gutter og jenter på ungdomsskolen og i videregående er vist i figurene ovenfor. Den øverste figuren viser andelen som svarer «Ja, helt sikkert» eller «Ja, det tror jeg» på spørsmål om nettvenner. Den nederste figuren viser andelen som er enig i utsagnet «Jeg synes det er ganske vanskelig å få venner».

# Lokalmiljøet

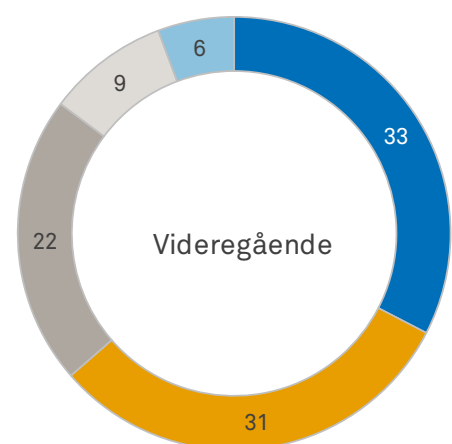
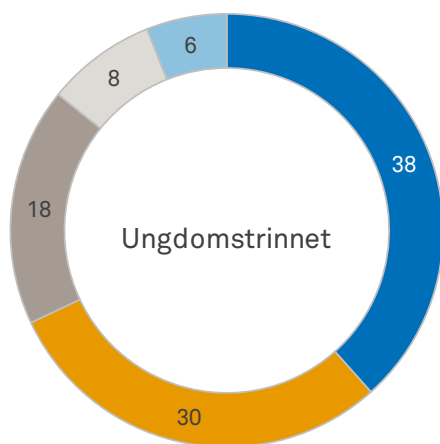
Dagens ungdom vokser opp i en globalisert verden der mennesker, meninger og inntrykk vandrer på tvers av landegrenser og sosiokulturelle skiller. Samtidig har det lokale og tilhørigheten til nærmiljøet fremdeles stor betydning i menneskers liv.

Å vokse opp betyr å vokse opp på et bestemt sted, og forskjellige lokalmiljøer kan gi ulike muligheter for utfoldelse og sosialt samvær. Tilbudet av organisasjoner, fritidstilbud 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. Opplevelsen av lokalmiljøet vil også være preget av utsiktene til utdanning, arbeid og familieetablering på sikt.

Trygge og sunne lokalmiljøer er derfor særlig viktig for denne aldersgruppas velferd. Barn og unge kan også ha andre meninger enn voksne om hva som gir livskvalitet på hjemstedet.

## Hva tenker ungdom om sitt eget lokalmiljø?

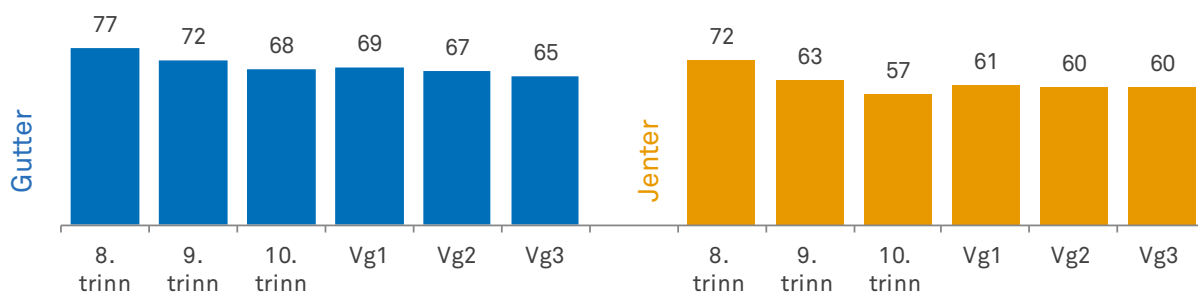
Hvor fornøyd er du med lokalmiljøet der du bor?



■ Svært fornøyd ■ Litt fornøyd ■ Verken eller ■ Litt misfornøyd ■ Svært misfornøyd



## Prosentandel som er fornøyd med lokalmiljøet – etter kjønn og klassetrinn



### De fleste er fornøyd med lokalmiljøet sitt

Fire av ti på ungdomstrinnet og tre av ti på videregående, er «svært fornøyd» med lokalmiljøet sitt, mens ytterligere tre av ti er «litt fornøyd». Flertallet liker seg med andre ord i området der de bor. Samtidig er det en god del som ikke er like godt fornøyd. 14–15 prosent er enten «litt» eller «svært misfornøyd», i tillegg er det en del som svarer «verken eller». Ungdom fra høyere sosiale lag er mest fornøyd med lokalmiljøet sitt.

8. klassingene er mest fornøyd med lokalmiljøet. Etter 10. trinn endrer innstillingene til lokalmiljøet seg lite. I alle aldersgrupper er gutter noe mer positive til lokalmiljøet sitt enn jenter.

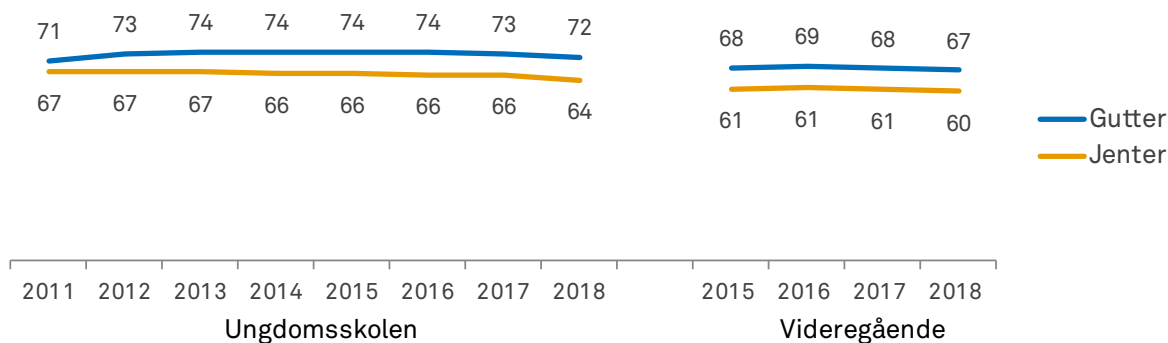
Det er forholdsvis liten fylkesvis variasjon, men ungdom i Oslo er noe mer fornøyd med lokalmiljøet sitt enn landsgjennomsnittet og

ungdom i de nordligste fylkene er noe mindre fornøyd.

Andelen som er fornøyd med lokalmiljøet sitt, har i hovedsak endret seg lite siden 2012. De siste to–tre årene har det imidlertid vært en mindre nedgang.

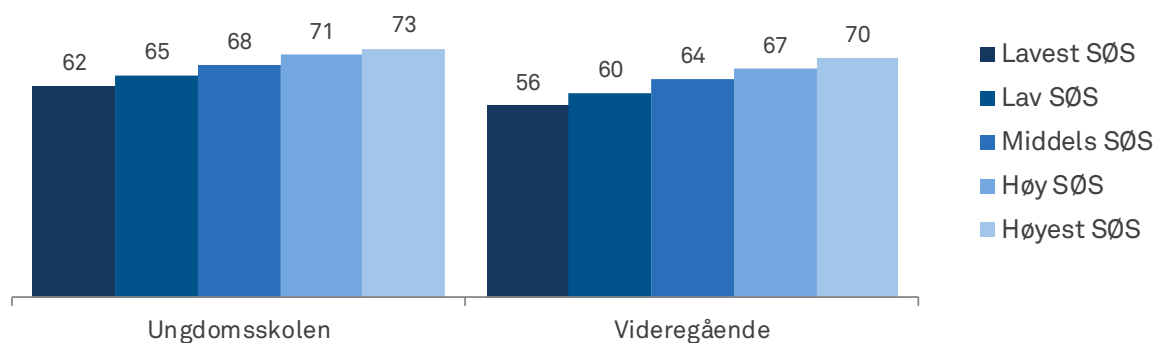
Et flertall av ungdommene er fornøyd med kollektivtilbudet der de bor. Samtidig synker andelen som er fornøyd med kollektivtilbudet en god del i løpet av tenårene. Blant elever på slutten av videregående er rundt halvparten fornøyd. Rundt seks av ti ungdommer synes at kulturtilbudet der de bor er bra. Andelen er nokså lik blant gutter og jenter og blant ungdom på ulike alderstrinn.

## Prosentandel som er fornøyd med lokalmiljøet – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

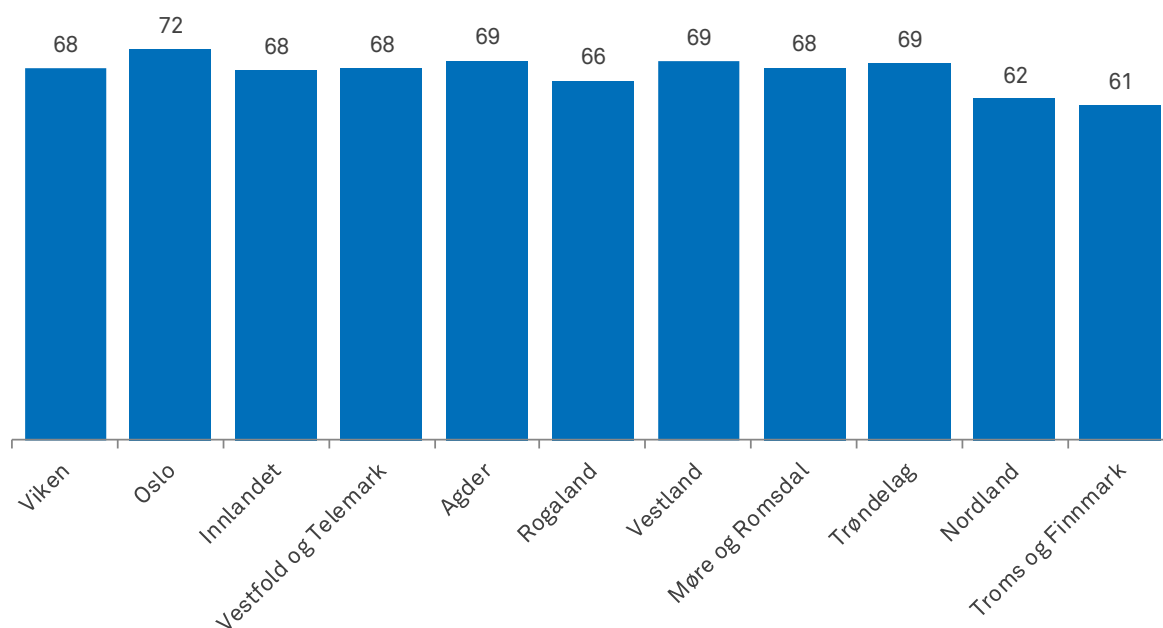


# Lokalmiljøet

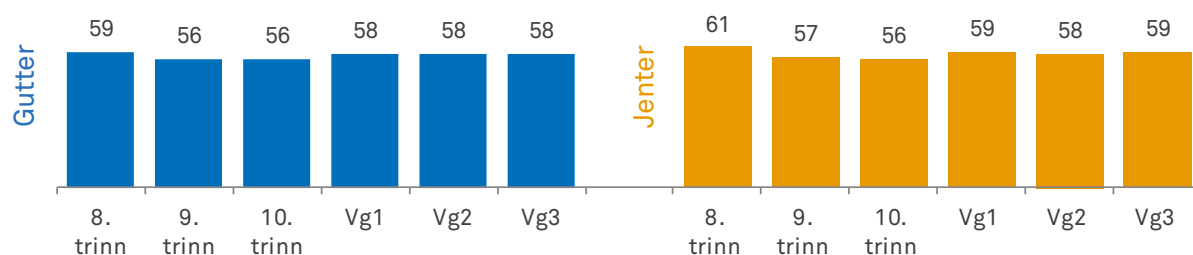
Prosentandel som er fornøyd med lokalmiljøet  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



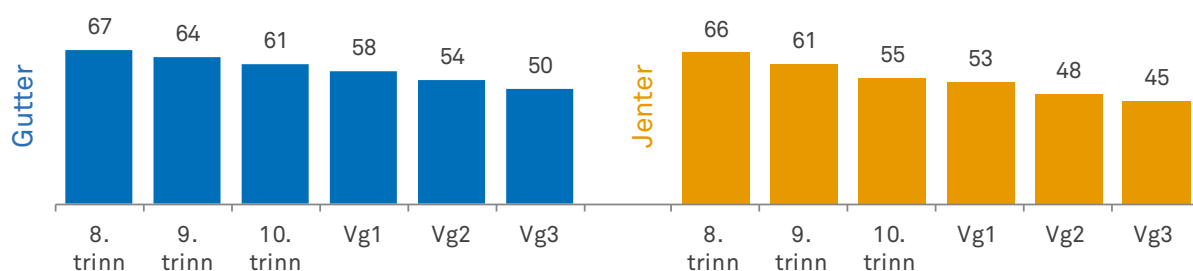
Prosentandel ungdomsskoleelever som er fornøyd med lokalmiljøet  
– etter fylke



## Prosentandel som synes at kulturtilbudet der de bor er bra – etter kjønn og klassetrinn



## Prosentandel som opplever at kollektivtilbudet der de bor er bra – etter kjønn og klassetrinn



## Hvordan spørsmål om lokalmiljøet blir stilt i Ungdata

Det finnes flere spørsmål i Ungdata om hvordan ungdom opplever nærmiljøet sitt. Ett av spørsmålene fanger opp hvor fornøyd de unge er med lokalmiljøet der de bor. Spørsmålet inngår i et sett av spørsmål der de unge blir bedt om å oppgi hvor fornøyd eller misfornøyd de er med ulike sider av livet sitt, der ett av forholdene handler om «lokmiljøet der du bor». De blir bedt om å krysse av for om de er «svært fornøyd», «litt fornøyd», «verken fornøyd eller misfornøyd», «litt misfornøyd» eller «svært misfornøyd». Andel som er «fornøyd med lokalmiljøet»

er her definert som andel av ungdommene som svarer «svært fornøyd» eller «litt fornøyd».

Ungdom blir også spurt om hvordan de opplever at tilbudet til ungdom er i områdene der de bor når det gjelder «Kulturtilbudet (kino, konsertscener, bibliotek eller lignende)» og «Kollektivtilbudet (buss, tog, trikk eller lignende)». Figurene over viser andelen gutter og jenter på ulike klassetrinn som svarer enten «svært bra» eller «nokså bra».



# Skole og utdanning

Skoletrivsel

Skolearbeid

Skulking

Utdannings-  
planer

# Skoletrivsel

Skolen representerer en sentral arena i ungdommers liv og kan ha stor betydning for den enkeltes framtid. Internasjonale skoleundersøkelser viser at norske ungdomsskoleelevers resultater i lesing og regning ligger noe under eller er på nivå med gjennomsnittet i OECD. Med innføringen av Kunnskapsløftet i 2006 ble hele grunnopplæringen reformert. Blant annet skulle reformen bidra til økt fokus på læring og kvalitet i den norske skolen. I etterkant har vi sett framgang for norske elever på flere fagområder (lesing, matematikk og naturfag).

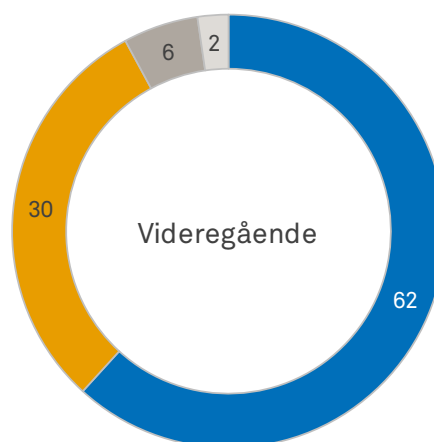
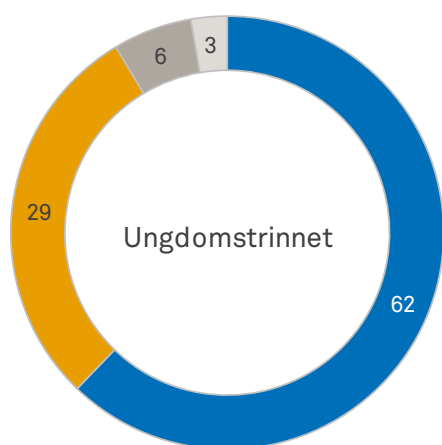
Siden skolen ikke bare er et sted for læring, men også for sosialt samvær, er det et viktig funn fra Ungdata at de aller fleste trives på skolen. Tidligere rapporter har vist at de aller fleste føler at de passer inn blant elevene

på skolen og at de opplever at lærerne deres bryr seg om dem.

Det er ingen klare tegn til at skoletrivselen avtar med økende alder. Det er heller ikke noen vesentlige kjønnsforskjeller i trivsel. Jentene går imidlertid ut av skolen med en god del bedre karakterer enn guttene.

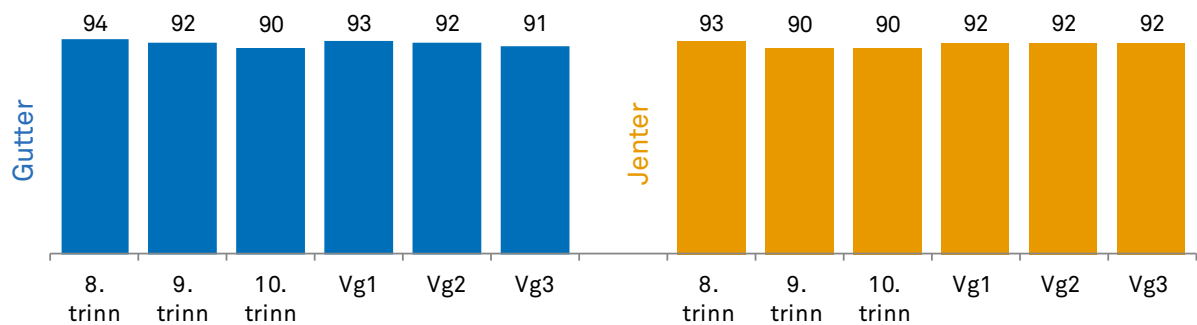
Hvor mange ungdommer trives på skolen?

Er du enig eller uenig i utsagnet «Jeg trives på skolen»?



■ Helt enig ■ Litt enig ■ Litt uenig ■ Helt uenig

## Prosentandel som trives på skolen – etter kjønn og klassetrinn



## Færre enn før trives på skolen og flere kjeder seg

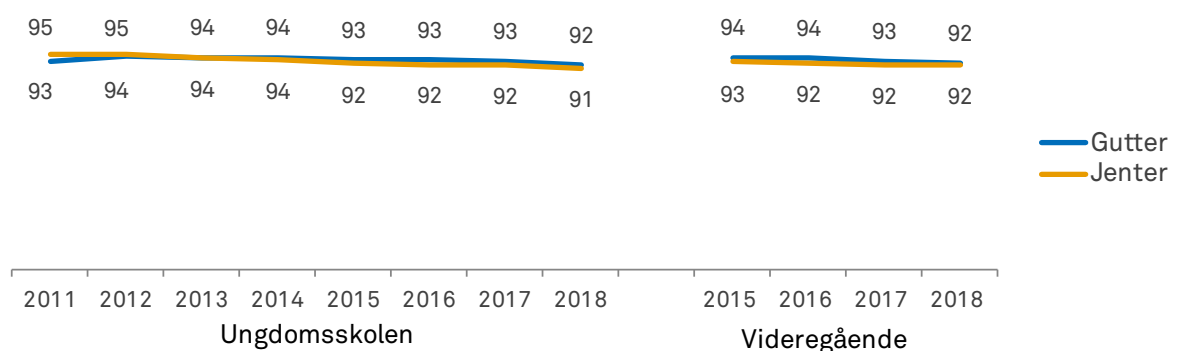
Ungdata viser at de aller fleste trives på skolen. Både på ungdomstrinnet og på videregående er rundt seks av ti «helt enig» i påstanden «jeg trives på skolen». I tillegg er tre av ti «litt enig». Åtte-ni prosent trives derimot ikke på skolen. Skoletrivselen er aller høyest blant ungdom fra høyere sosiale lag og lavest i lavere lag.

Det er generelt små kjønnsforskjeller i skoletrivsel, men noen flere jenter enn gutter gruer seg til å gå på skolen. Rundt sju av ti sier at de kjeder seg på skolen. Det er små kjønnsforskjeller i opplevelsen av skolen som kjedelig, og det er flere som kjeder seg på ungdomsskolen enn på videregående.

Siden 2012 har andelen som trives på skolen blitt noe lavere for hvert år. Endringene er ikke store, men tiåret sett under ett har nedgangen vært på tre prosentpoeng. Samtidig er det en god del flere enn bare for noen få år siden som kjeder seg på skolen. Også andelen som ofte gruer seg til å gå på skolen har økt. Alle endringene gjelder for begge kjønn og vi finner liknende tendenser både på ungdomstrinnet og i videregående.

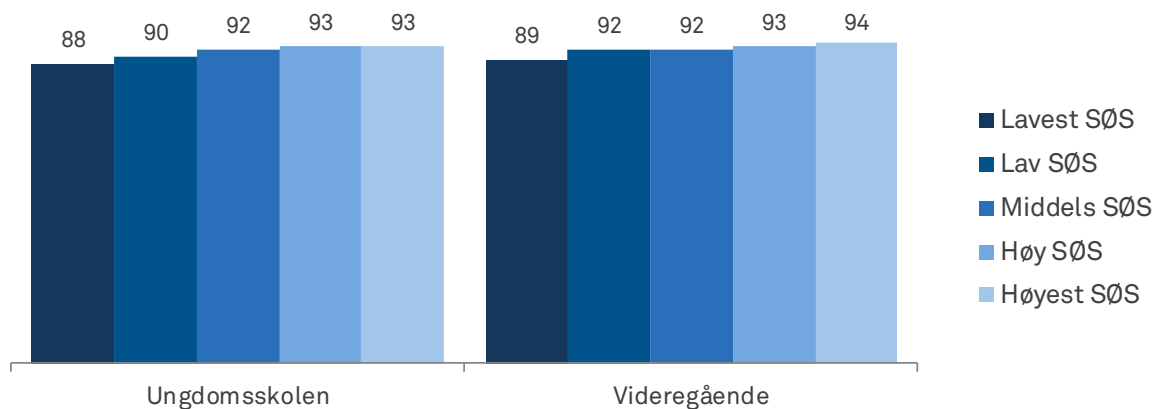
Andelen som trives på skolen er høy i alle fylker og det er forholdsvis liten geografisk variasjon i skoletrivselen. Lavest ligger Nordland (88 prosent) og tallene er høyest i Oslo og i Innlandet (93 prosent).

## Prosentandel som trives på skolen – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

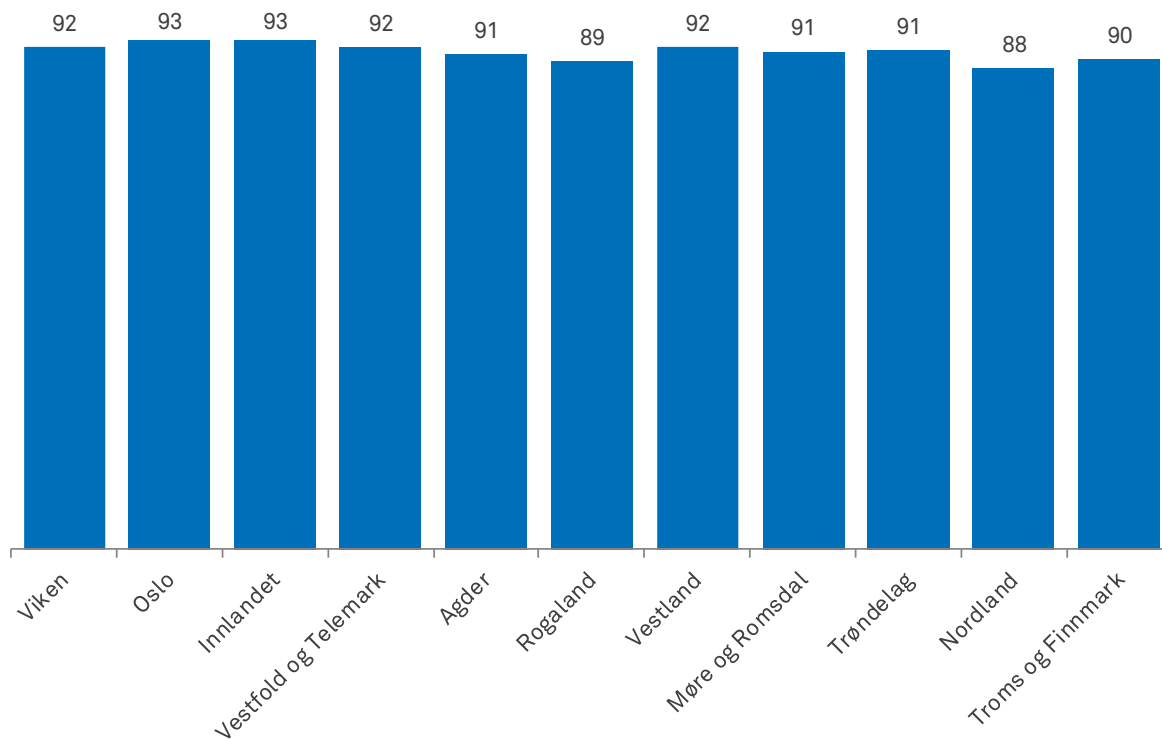


# Skoletrivsel

Prosentandel som trives på skolen  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

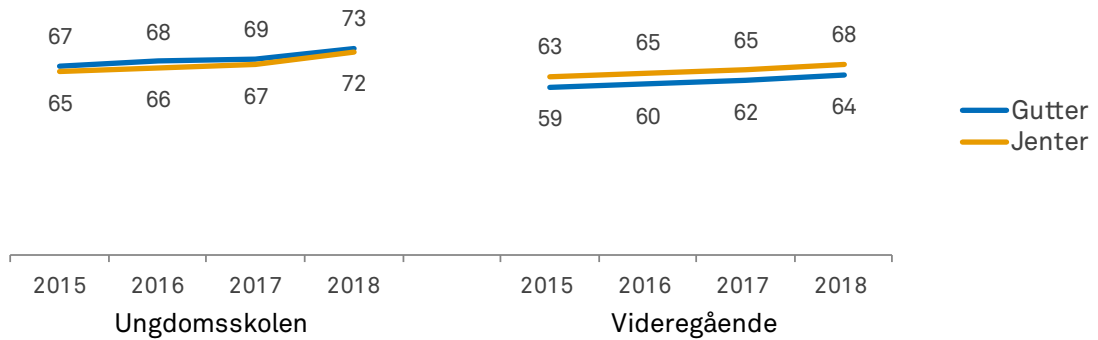


Prosentandel ungdomsskoleelever som trives på skolen  
– etter fylke

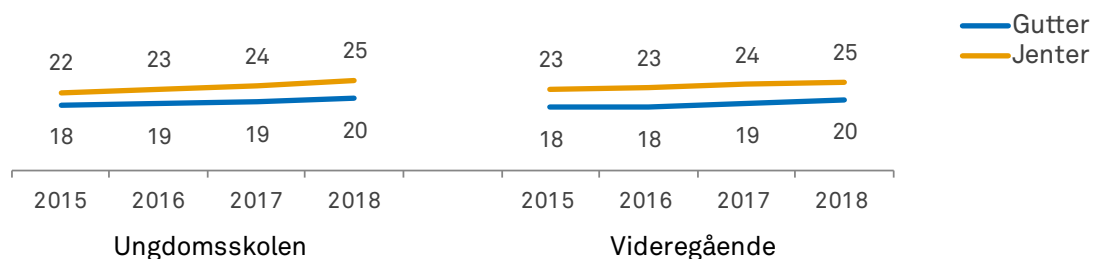




## Prosentandel som kjeder seg på skolen – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Prosentandel som ofte gruer seg til å gå på skolen – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan skoletrivsel blir målt i Ungdata

I Ungdata blir ungdom bedt om å ta stilling til en serie påstander om hvordan de trives på skolen. Påstandene blir introdusert på følgende måte: «Er du enig eller uenig i følgende utsagn om hvordan du har det på skolen», og ungdommene blir bedt om å krysse av for om de er «helt enig», «litt enig», «litt uenig» eller «helt uenig». De som er enig i utsagnet «Jeg trives på skolen», blir her brukt som en hovedindikator på trivsel i skolen.

Tidligere har Ungdata benyttet et mer direkte spørsmål: «Trives du på skolen?», med svaralternativer som varierer fra «ja, svært godt» til «nei, svært dårlig». I figuren som

viser endringer over tid har vi slått sammen kategoriene «helt enig» og «litt enig» fra og med 2014 og «ja, svært godt» og «ja, nokså godt» til og med 2013. Selv om dette gir en viss metodisk usikkerhet, mener vi likevel at det er forsvarlig å sammenlikne svarene på disse to spørsmålene over tid.

Som ytterligere indikatorer på skoletrivsel, har vi tatt med noen utsagn som omhandler kjedsomhet og det å grue seg til å gå på skolen. Figurene på denne siden viser andelen som er enige i disse utsagnene.

# Skolearbeid

Lekser har lang tradisjon i norsk skole. Opprinnelig ble de gitt for at elevene skulle pugge seg fram til kunnskap, der presten eller læreren gjennom høringer kontrollerte hva elevene kunne. Selv om pugging i dag anses som en mindre relevant læringsstrategi, er lekser likevel noe mange skoler velger å pålegge elevene.

Lekser kan bidra til økt selvdisciplin og gode arbeidsvaner, og det er en måte for skolen å få involvert foreldrene i skolearbeidet på. Den viktigste begrunnelsen ligger likevel i forventningen om at lekser bidrar til økt læring.

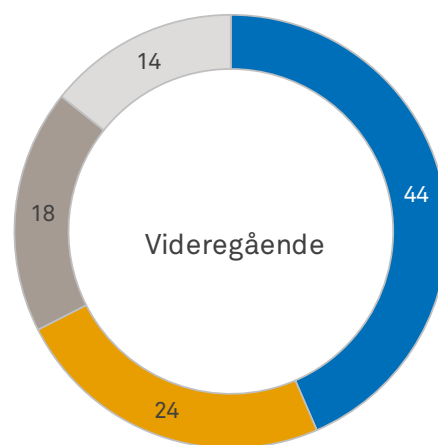
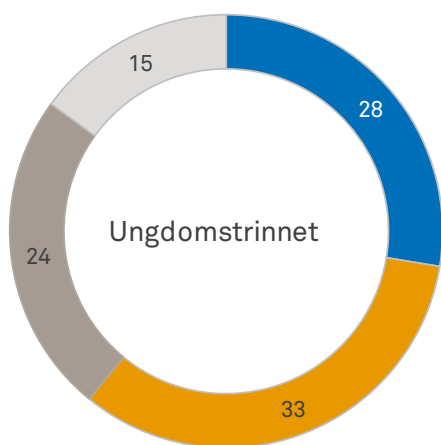
Forskning tyder imidlertid ikke på at leksearbeid i seg selv har særlig store læringseffekter. Effektene avhenger blant annet av under hvilke betingelser leksene gis og skolearbeidet foregår på, men også av tilbakemeldingene fra lærerne i etterkant.

Studier tyder på at lekser har økende betydning for læring desto eldre barna er.

For ungdom vil lekser framstå som noe påtvunget fra samfunnets side, en inngripen i det de opplever som deres egen frie tid. Mange vil derfor kunne oppleve kravene fra skolen som stressende og konfliktfylte. Samtidig kan skolearbeid i fritiden være meningsfylt for de som har et ønske om å få bedre karakterer.

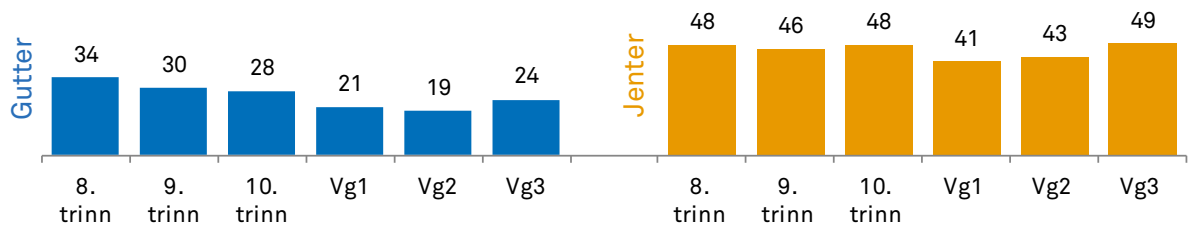
## Hvor mye tid bruker norsk ungdom på lekser?

Hvor lang tid bruker du gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid (utenom skoletida)?



■ Mindre enn en halvtime ■ En halv til én time ■ En til to timer ■ To timer eller mer

Prosentandel som daglig bruker minst én time på lekser – etter kjønn og klassetrinn



## Betydelig nedgang i tid brukt på lekser

Ungdom flest bruker en del tid på lekser. Samtidig er det påfallende stor variasjon i hvor mye tid hver enkelt bruker. Mens noen ikke gjør lekser i det hele tatt, bruker andre flere timer hver dag.

Det er like mange på ungdomsskolen og på videregående som bruker minst to timer daglig på lekser. Samtidig er det langt flere som bruker lite tid blant elevene på videregående. Flertallet på ungdomsskolen bruker mellom en halv time og to timer hver dag på leksene.

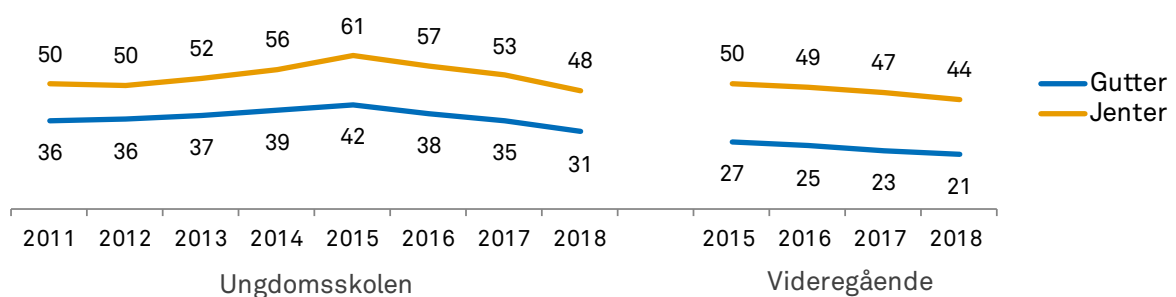
Jenter bruker i gjennomsnitt betydelig mer tid på lekser enn gutter. Det er en tendens til at ungdom fra høyere sosiale lag bruker mer tid på lekser enn ungdom fra lavere sosiale lag, men forskjellene er ikke spesielt store. Det er

også noen geografiske forskjeller, der ungdom i de nordligste fylkene bruker minst tid på lekser, mens Oslo er det fylket der flest bruker mye tid på lekser.

Ungdataundersøkelsene fram til 2015 viste en tydelig økning i hvor mye tid ungdom bruker på lekser. Denne tidstrenden er nå brutt, og de siste årene er det blitt vesentlig færre som bruker mye tid på skolearbeid i fritiden. Nedgangen gjelder både gutter og jenter og for elever på ungdomstrinnet og på videregående.

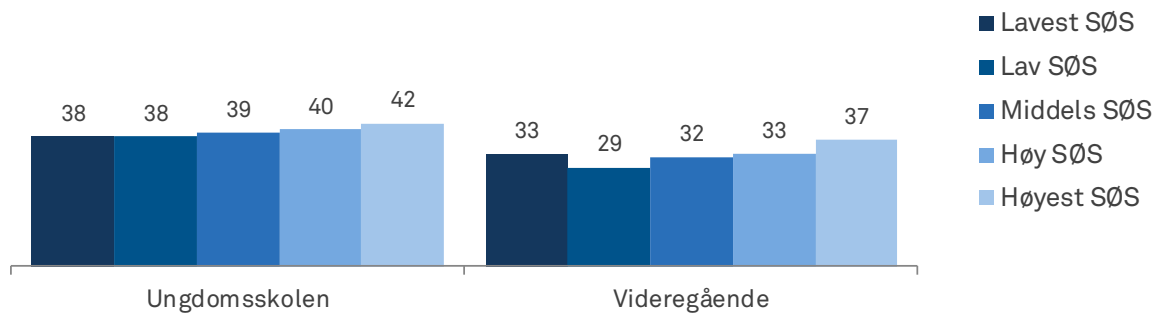
Det er nokså mange som opplever skolen som en stressfaktor i livet. Jentene er langt mer stresset enn guttene, og skolestresset øker markant gjennom ungdomstrinnet, og deretter etter at elevene er ferdige med Vg1.

Prosentandel som daglig bruker minst én time på lekser – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

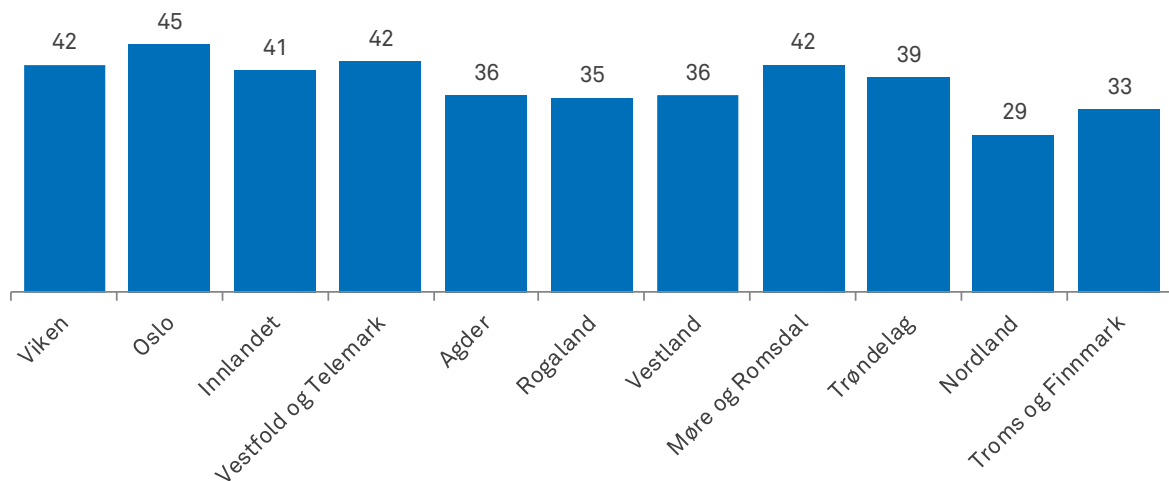


# Skolearbeid

Prosentandel som daglig bruker minst én time på lekser – etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

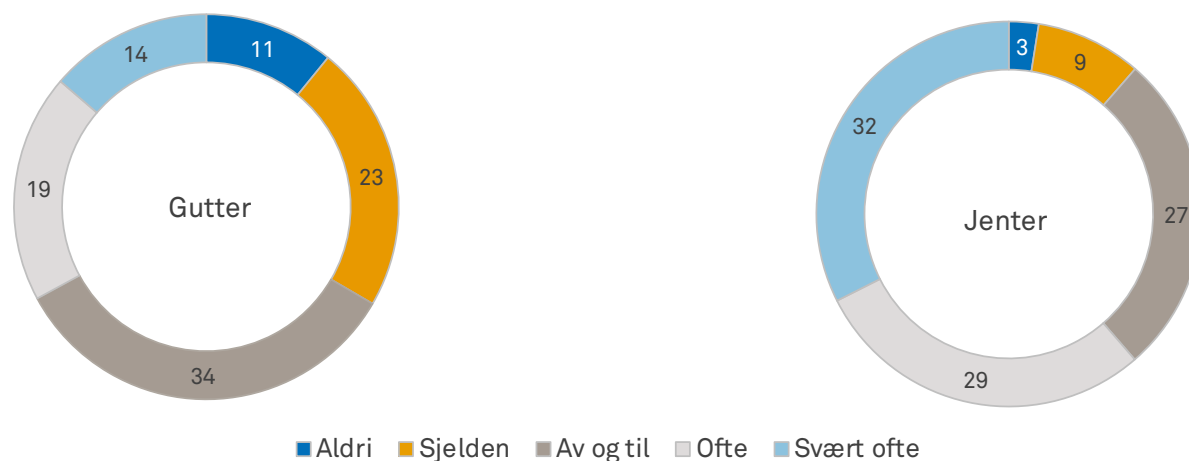


Prosentandel ungdomsskoleelever som daglig bruker minst én time på lekser – etter fylke

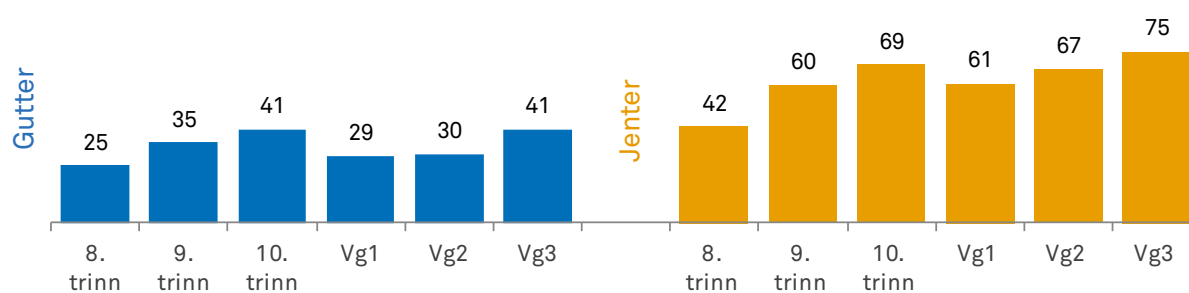


# Skolearbeid

Hvor ofte skjer det at du blir stresset av skolearbeidet?



Prosentandel som ofte eller svært ofte blir stresset av skolearbeidet – etter kjønn og klassetrinn



## Hvordan skolearbeid og skolestress blir målt i Ungdata

I Ungdata blir ungdommene bedt om å oppgi hvor mye tid de bruker gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid. Det blir presisert at det er kun det arbeidet de gjør utenom skolen som skal tas med. På denne måten får vi et mål på hvor mye av fritiden de unge bruker på skole-relaterte aktiviteter. De blir bedt om å krysse av på en sjudelt skala, fra «gjør aldri/nesten aldri lekser» til «mer enn fire timer». I rapporten har vi slått sammen noen kategorier.

Fra 2017 har ungdom blitt spurt om hvor ofte de blir stresset av skolearbeidet. Den nederste figuren på denne siden viser hvor stor andel av gutter og jenter på ulike klassetrinn som svarer «ofte» eller «svært ofte».

# Skulking

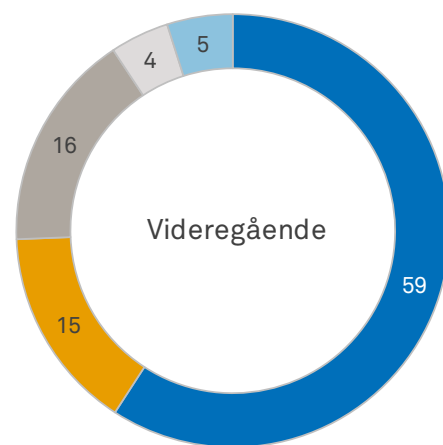
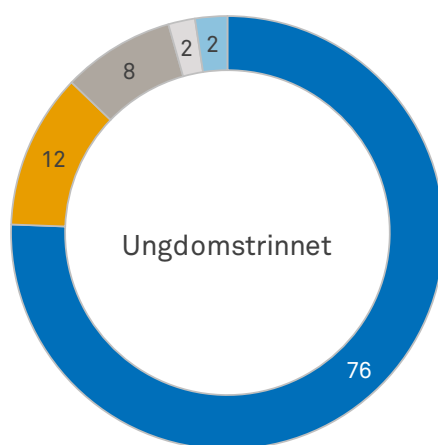
Motivasjon for læring er en sentral drivkraft bak skoleresultatene til den enkelte elev og kommer til syne gjennom de utdanningsvalgene elevene tar, den innsatsen de legger ned, og elevenes oppslutning om skolens formål og regler. Skoleforskningen viser at foreldrenes engasjement og utdanningsbakgrunn virker inn på barnas identifikasjon med og engasjement i skolen, men også hvordan undervisningen er lagt opp.

En del vil kunne ha et ambivalent forhold til skolen. De kan ha dårlige erfaringer fra tidligere skolegang, oppleve liten mestring, eller synes andre ting i livet er viktigere. Dette kan være grunnen til at de ikke møter opp på skolen eller i neste omgang ikke klarer å gjennomføre videregående opplæring. Å skulke skolen – særlig når dette skjer gjentatte ganger – kan også være et uttrykk for enkeltelevers manglende motivasjon for læring.

Lite tyder på at elever i dag slutter mindre opp om skolens prosjekt enn tidligere. Flere undersøkelser viser tvert imot at ungdom er mer pliktoppfyllende og disiplinerte enn for noen tiår siden. Samtidig kan ungdomsundersøkelsene fra de siste par årene tyde på at noe av dette er i endring.

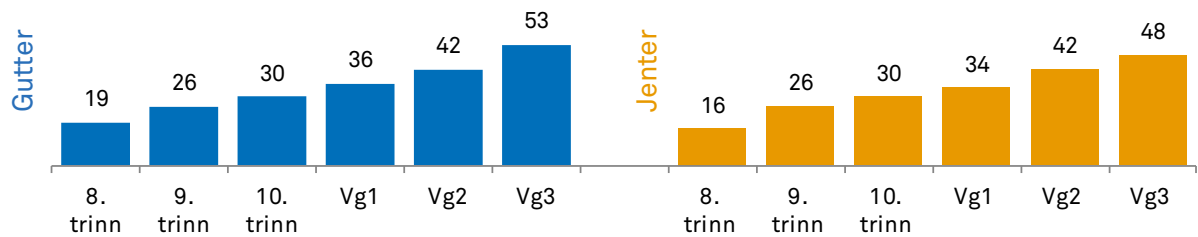
## Hvor mange ungdommer skulker skolen?

Hvor mange ganger har du skulket skolen i løpet av det siste året?



■ Ingen ganger ■ 1 gang ■ 2 til 5 ganger ■ 6 til 10 ganger ■ 11 ganger eller mer

## Prosentandel som har skulket skolen siste år – etter kjønn og klassetrinn



### Flere enn før skulker skolen

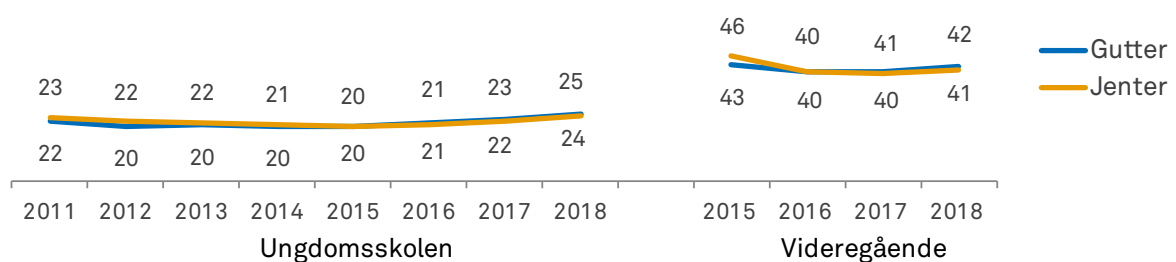
Generelt er det et mindretall av ungdom som skulker skolen. Skulking er samtidig et fenomen som tiltar gjennom ungdomsårene. Mens under to av ti har skulket skolen det siste året på 8. trinn, gjelder det om lag halvparten av elevene på Vg3. De fleste som skulker gjør det fra en til fem ganger. Andelen som har skulket mer enn det er fire prosent på ungdomstrinnet og ni prosent på videregående.

Det er små kjønnsforskjeller i omfanget av skulking. På ungdomsskolen er skulking noe mer vanlig blant ungdom fra lavere sosiale lag, mens dette jevner seg ut på videregående. De fleste fylkene ligger på landsgjennomsnittet for skulking, men er

minst utbredt i Innlandet og mest utbredt i Oslo og i de nordligste fylkene.

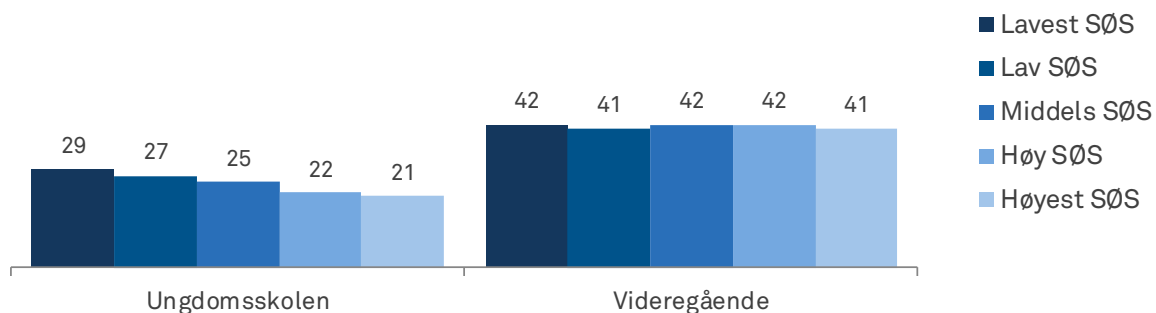
Fram til 2015 ble det registrert en svak nedgang i hvor mange ungdomsskoleelever som skulket skolen. Etter det har andelen som skulker på ungdomsskolen økt en god del – fra rundt 20 prosent i 2015 til rundt 25 prosent i 2018. Tallene for videregående viser en litt annen utviklingsprofil, med en nedgang fra 2015 til 2017. Dette kan ha sammenheng med innføring av nye fraværsregler i videregående. Samtidig viser årets undersøkelse en liten økning fra ifjor.

## Prosentandel som har skulket skolen siste år – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

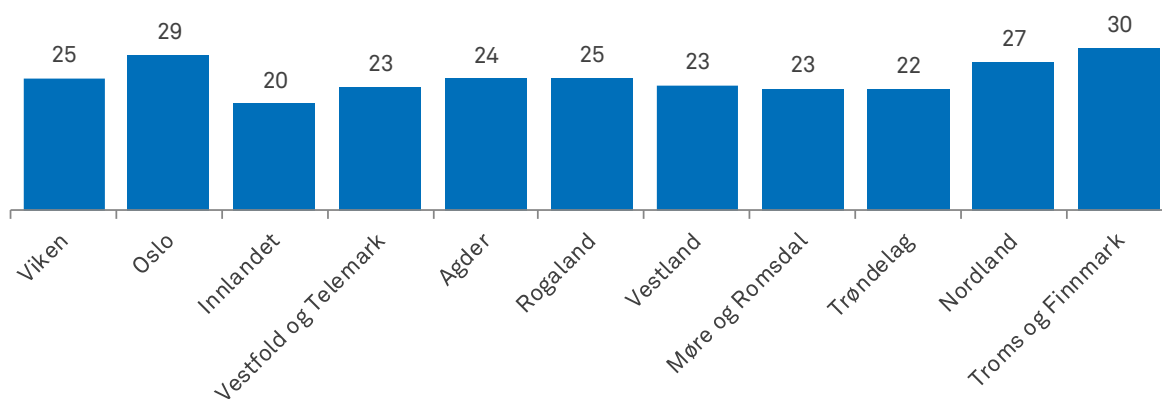


# Skulking

Prosentandel som har skulket skolen siste år  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

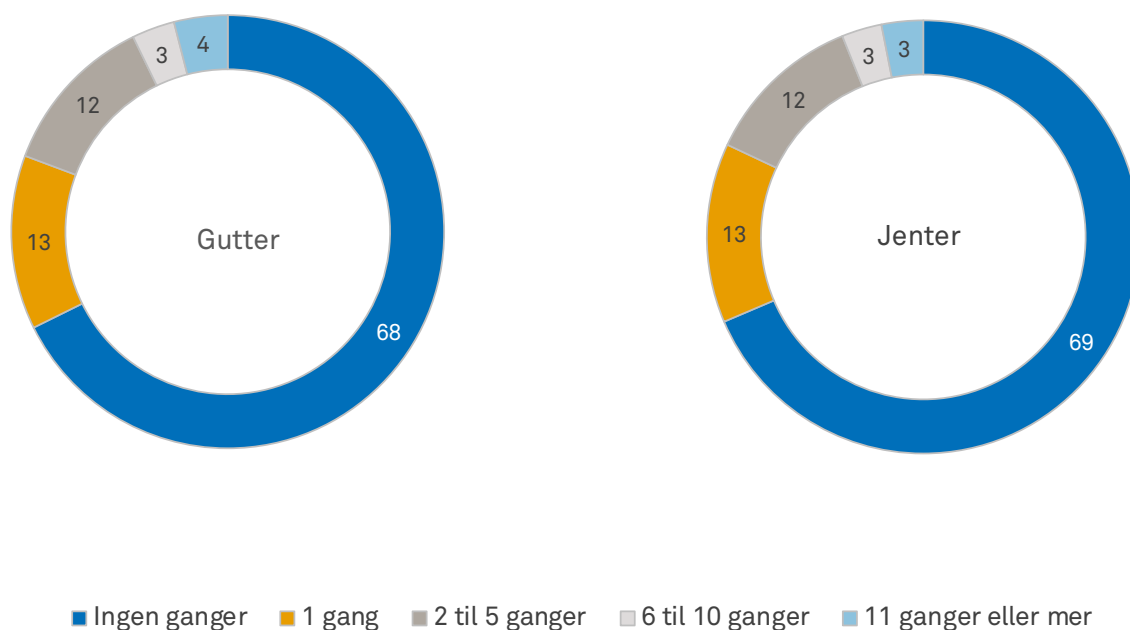


Prosentandel ungdomsskoleelever som har skulket skolen siste år  
– etter fylke





Hvor mange ganger gutter og jenter har skulket skolen i løpet av det siste året



## Hvordan skulking blir målt i Ungdata

I Ungdata blir ungdommene stilt overfor ulike handlinger og hendelser som kan oppfattes som brudd på normer og regler. Én av disse hendelsene handler om skulking av skolen. Ungdommene blir her bedt om å oppgi om de i løpet av det siste året har «skulket skolen», og eventuelt hvor mange ganger dette har skjedd.

# Utdanningsplaner

Det har aldri vært så mange unge som tar så lang utdanning som i dag. Mot slutten av 20-årene har over halvparten av jentene, og rundt en tredel av guttene, fullført en utdanning på høyskole eller universitet.

Etter grunnskolen begynner de aller fleste direkte i videregående opplæring, og i løpet av fem år har rundt tre av fire fullført og bestått. Andelen som fullfører har vært relativt stabil siden 1994, med en liten økning de siste årene. En del fullfører riktignok i voksen alder, men det er også mange som aldri fullfører videregående. At så mange ikke fullfører, er et problem fordi videregående utdanning i stadig større grad har blitt en betingelse for inntreden i arbeidslivet.

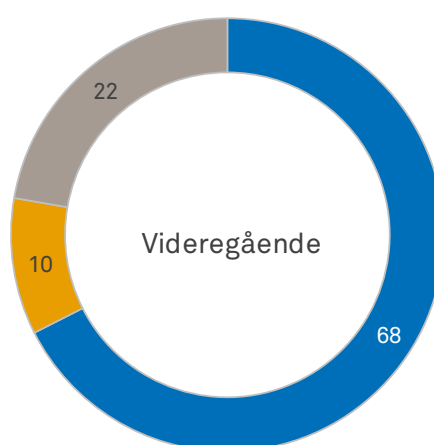
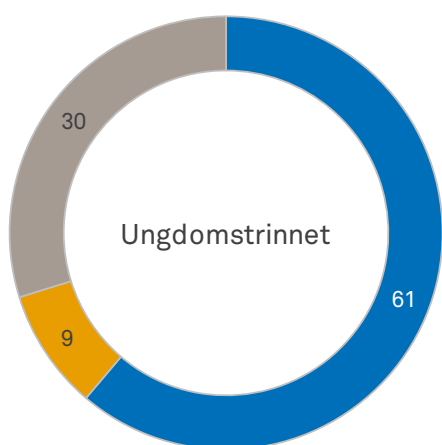
En av de sentrale målsettingene i norsk utdanningspolitikk har vært sosial utjevning, slik at alle har de samme muligheter til utdanning. Til tross for

et åpent utdanningssystem med gode finansieringsordninger, er det fortsatt store forskjeller i utdanningsvalg etter foreldrenes utdanningsnivå, inntekt og yrkesstatus.

Mange unge med innvandrerbakgrunn har høye utdanningsambisjoner, til tross for et relativt lavt utdanningsnivå i foreldregruppa. De som selv er født i Norge, går i større grad enn etnisk norsk ungdom direkte over i høyere utdanning, og de velger langt oftere de mest prestisjefylte studiene.

## Hva tenker ungdom om sin egen framtid?

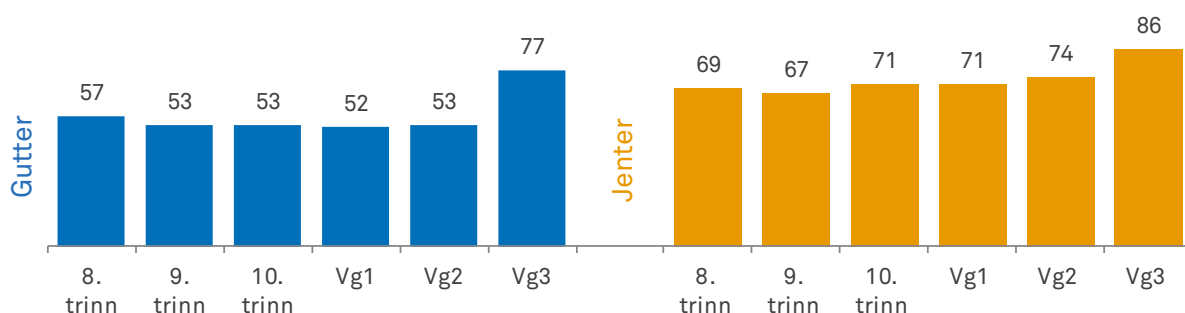
Tror du at du vil komme til å ta utdanning på universitet eller høyskole?



■ Ja ■ Nei ■ Vet ikke

# Utdanningsplaner

Prosentandel som tror de vil ta høyere utdanning  
– etter kjønn og klassetrinn



## Noe mindre framtidsoptimisme enn før

To av tre tror at de vil ta utdanning på universitet eller høyskole. En del er usikre, og bare hver tiende svarer eksplisitt «nei» på spørsmålet. Tallene viser at ungdom regner høyere utdanning som viktig og som noe mange unge ønsker å strekke seg etter.

Flere jenter enn gutter sikter mot høyere utdanning, og andelen er høyest på Vg3. Det siste skyldes at elever på studieforberedende utdanningsprogrammer er klart overrepresentert på dette trinnet blant annet fordi lærlingene ikke er med i undersøkelsen.

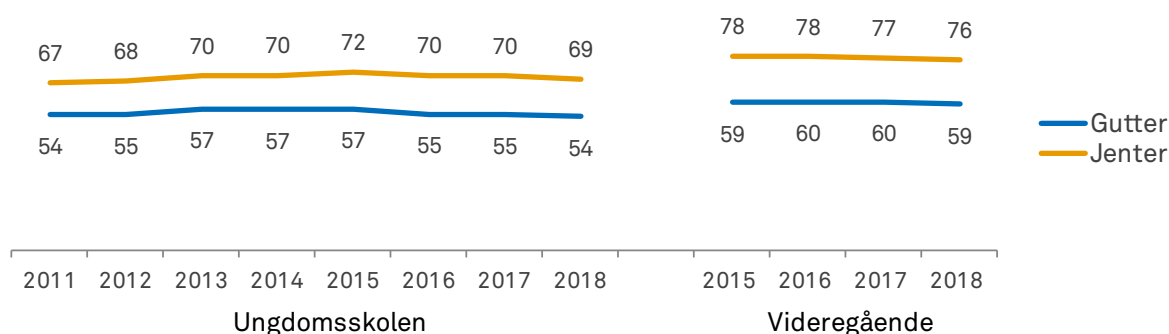
Ungdom fra høyere sosiale lag er i langt større grad orientert mot høyere utdanning enn ungdom med lav sosioøkonomisk status. Det er langt flere i Oslo som ser for seg at de vil ta høyere utdanning enn

landsgjennomsnittet. Lavest andel finner vi i Innlandet, Trøndelag og i de nordligste fylkene.

Fram til 2015 var det en trend i retning av at stadig flere unge tror de vil ta utdanning på universitet eller høyskole. Tallene fra de tre siste årenes ungdomsundersøkelser tyder på at trenden har blitt brutt, og at det nå er færre enn for noen år siden som tror de vil ta høyere utdanning.

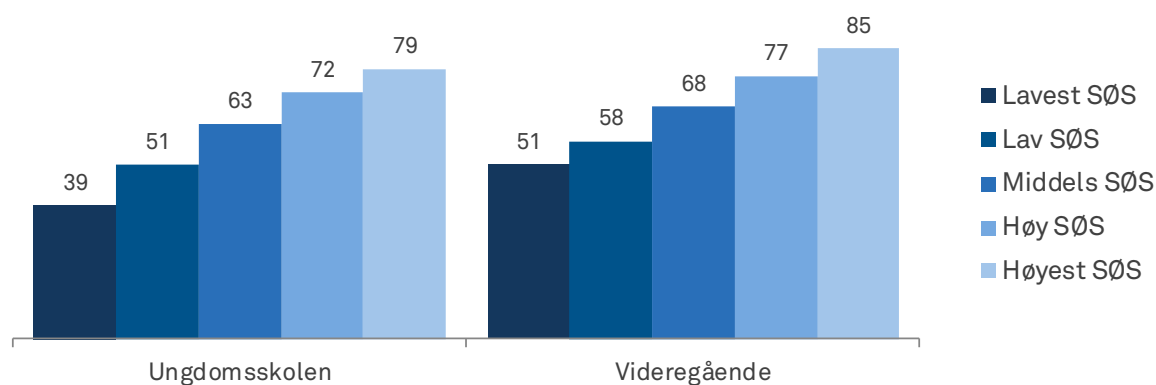
Andre resultater tyder på en trend i retning av mindre framtidsoptimisme blant ungdom. Andelen som tror at de aldri vil bli arbeidsledige har gått markert ned, og det er færre enn for noen år siden som tror de kommer til å leve et godt og lykkelig liv.

Prosentandel som tror de vil ta høyere utdanning  
– etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

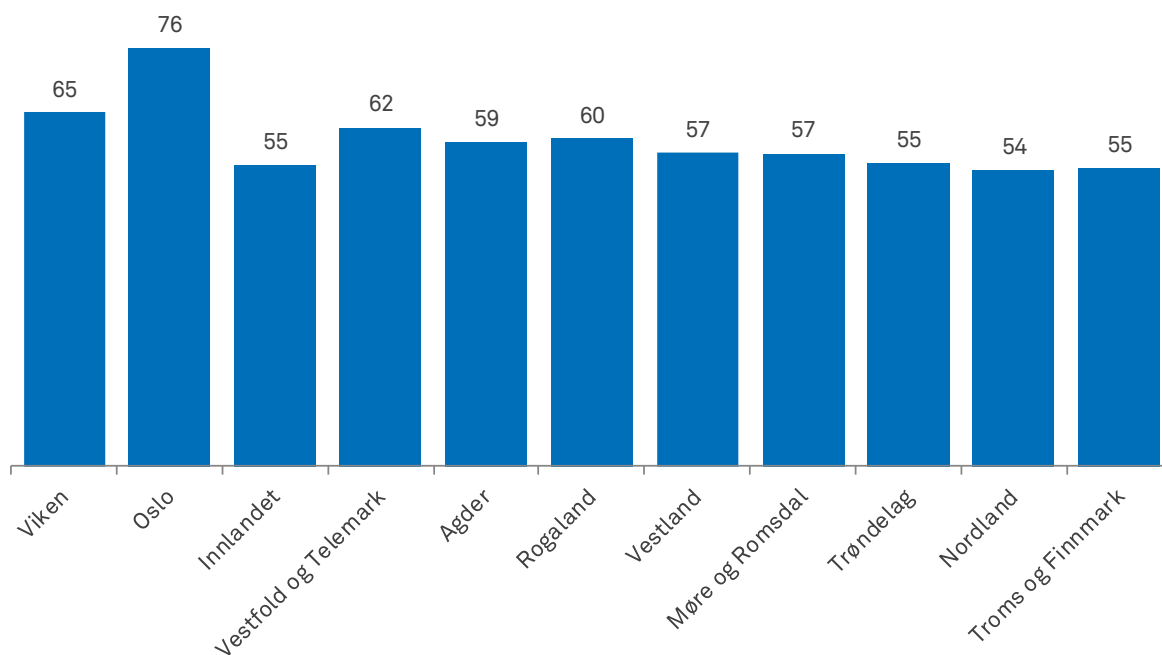


# Utdanningsplaner

Prosentandel som tror de vil ta høyere utdanning  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

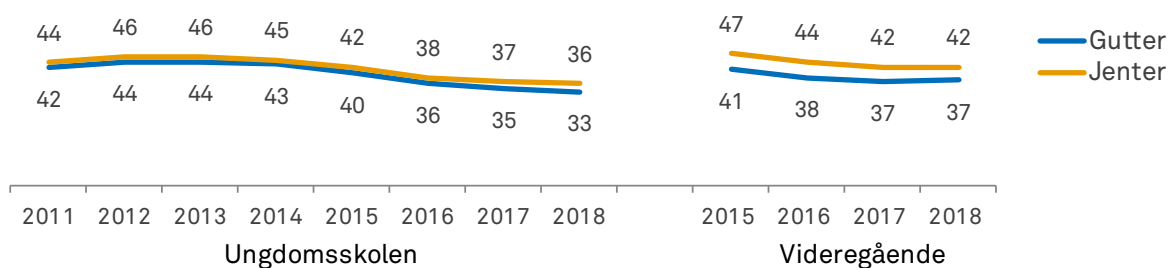


Prosentandel ungdomsskoleelever som tror de vil ta høyere utdanning  
– etter fylke

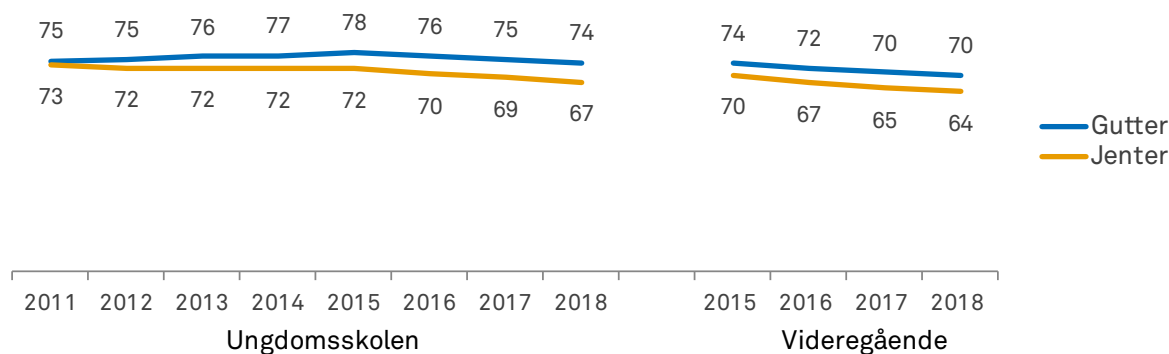


# Utdanningsplaner

## Prosentandel som tror at de aldri vil bli arbeidsledig – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Prosentandel som tror de vil komme til å leve et godt og lykkelig liv – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan framtidorientering blir målt i Ungdata

I Ungdata blir ungdommene bedt om å tenke på hvordan de tror deres egen framtid vil bli. De blir blant annet bedt om å svare på om de tror de vil «komme til å ta utdanning på universitet eller høyskole». Svaralternativene er «ja», «nei» og «vet ikke».

Indikatoren for utdanningsplaner som er brukt i denne rapporten, sier noe om hvor mange som «tror de vil ta høyere utdanning», og omfatter de som svarte «ja» på dette spørsmålet.

Spørsmålene om framtiden omfatter også andre sider ved de unges framtidige liv. Én av disse

handler om hvorvidt de tror at de «noen gang vil bli arbeidsledig». Andelen som svarer «nei» på dette spørsmålet, er vist i den øverste av figurene på denne siden. Den nederste figuren viser hvor mange av ungdommene som svarte «ja» på spørsmålet om tror de vil «komme til å leve et godt og lykkelig liv».



# Fritidsaktiviteter

Organisert fritid

Hjemme

Ute med venner

Mediebruk

# Organisert fritid

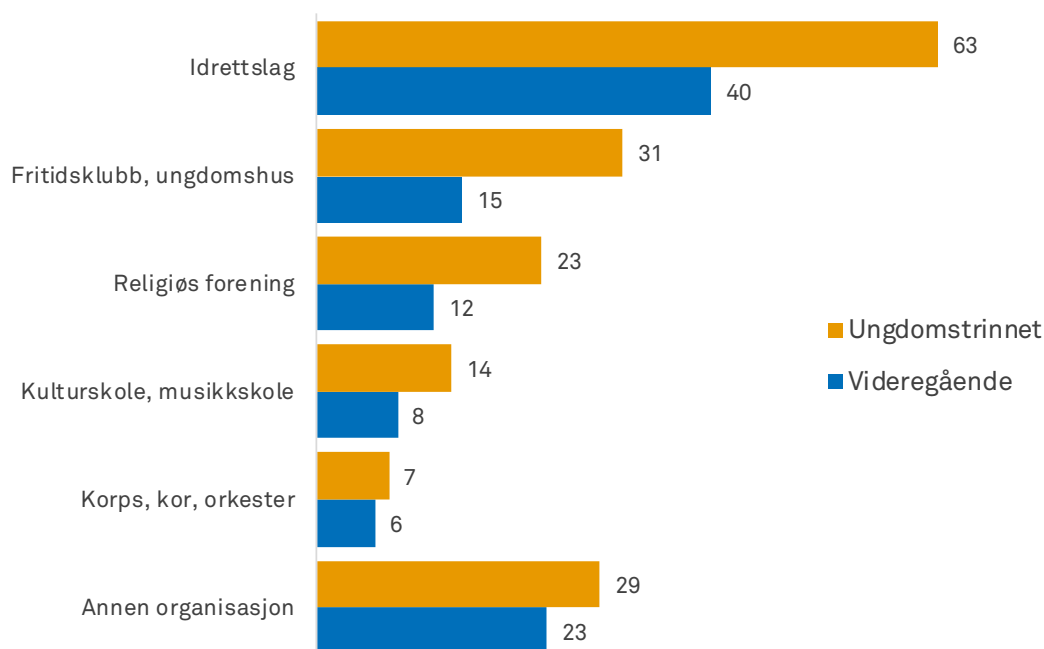
Organisasjoner, klubber, lag og foreninger er viktige arenaer for samvær, og gir andre erfaringer og læringsbetingelser enn skolen og mer uformelle situasjoner. På sitt beste gir organisasjonene ungdom mulighet til å utvikle sine evner, de lærer å fungere i et fellesskap, ytre egne meninger, og å jobbe målrettet.

Barne- og ungdomsorganisasjonene tillegges ofte en forebyggende rolle. Forskning tyder imidlertid på at sammenhengen mellom for eksempel rusmiddelbruk og organisasjonsdeltakelse varierer en del med organisasjonstype. Det er også slik at mange av organisasjonene særlig rekrutterer ungdom som i utgangspunktet er «veltilpassede».

Andelen ungdom som deltar i organiserte fritidsaktiviteter har vært nokså stabil de siste årene.

Hvor mange deltar i organiserte fritidsaktiviteter?

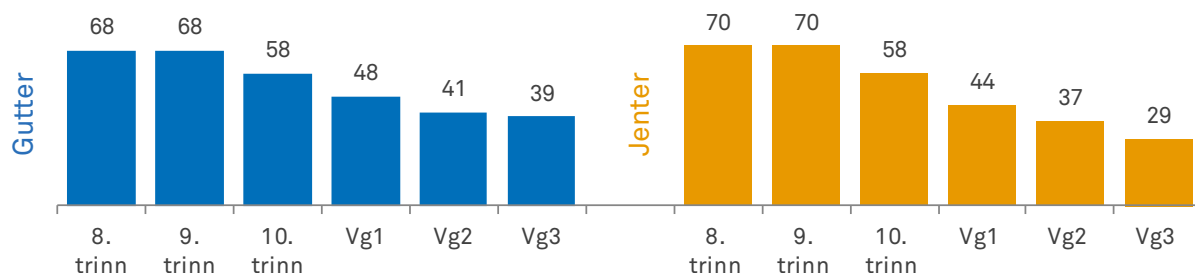
Prosentandel som siste måned har vært med på aktiviteter i følgende fritidsorganisasjoner





# Organisert fritid

Prosentandel som er aktive i fritidsorganisasjon  
– etter kjønn og klassetrinn



## Fortsatt mange som deltar i organiserte fritidsaktiviteter

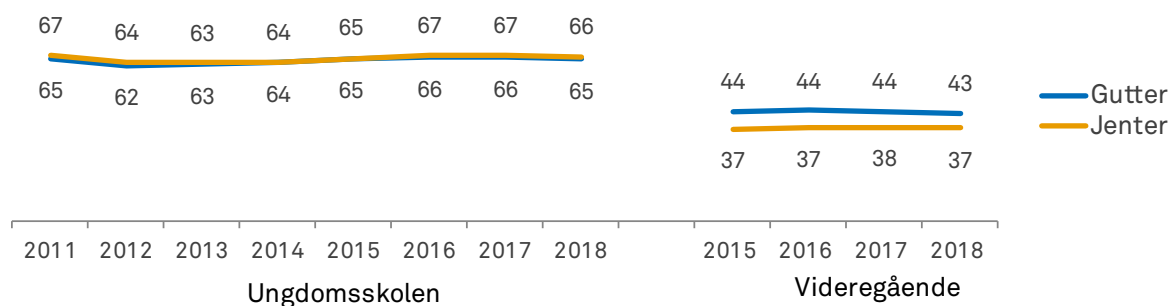
Ungdata viser at de fleste barn og unge deltar i ulike typer organiserte fritidsaktiviteter gjennom oppveksten. Ni av ti har vært med i en organisasjon, klubb eller lag etter at de fylte ti år. Samtidig er det en klar nedgang gjennom tenårene i hvor mange som er aktive, særlig etter 9. trinn. Nedgangen i deltakelse er større for jenter enn for gutter, og for jenter er det en halvering i andelen aktive fra 14- til 17-årsalderen.

Ungdom fra høyere sosiale lag er langt oftere med i organiserte fritidsaktiviteter enn ungdom fra lavere sosiale lag. Det er også noen geografiske forskjeller i deltakelse, med flest som deltar i Trøndelag og færrest i de nordligste fylkene.

Idretten er den enkeltorganisasjonen som organiserer klart flest unge. På ungdomstrinnet er 63 prosent med i et idrettslag, mot 40 prosent på videregående. Mange unge er også aktive i ulike typer ungdomsklubber. Det er også mange som er med i religiøse foreninger. For en del ungdomsskoleelever vil dette være knyttet til konfirmasjonsforberedelsene.

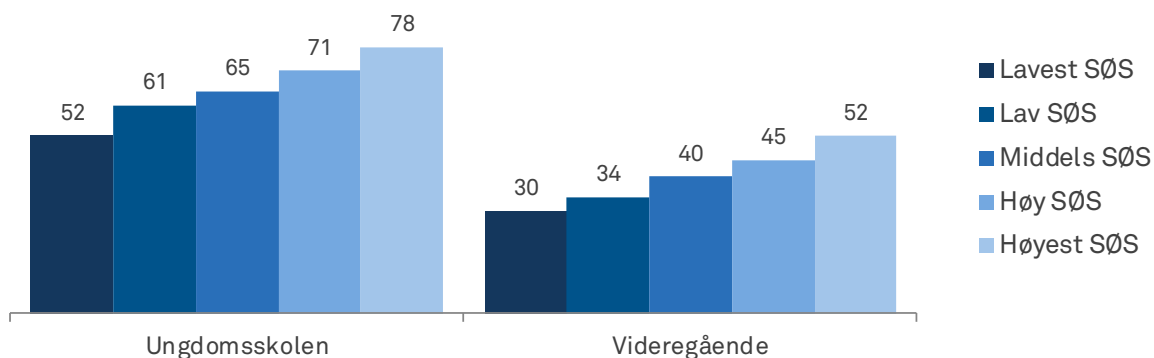
Etter en viss økning i andelen aktive unge i fritidsorganisasjonene fram til 2016, har utviklingen de aller siste årene vært nokså stabil. Årets tall viser en svak nedgang sammenliknet med fjorårets, men ingen endringer i andelen som aldri har vært med i noen form for organisert fritidsaktivitet siden de fylte ti år.

Prosentandel som er aktive i fritidsorganisasjon  
– etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

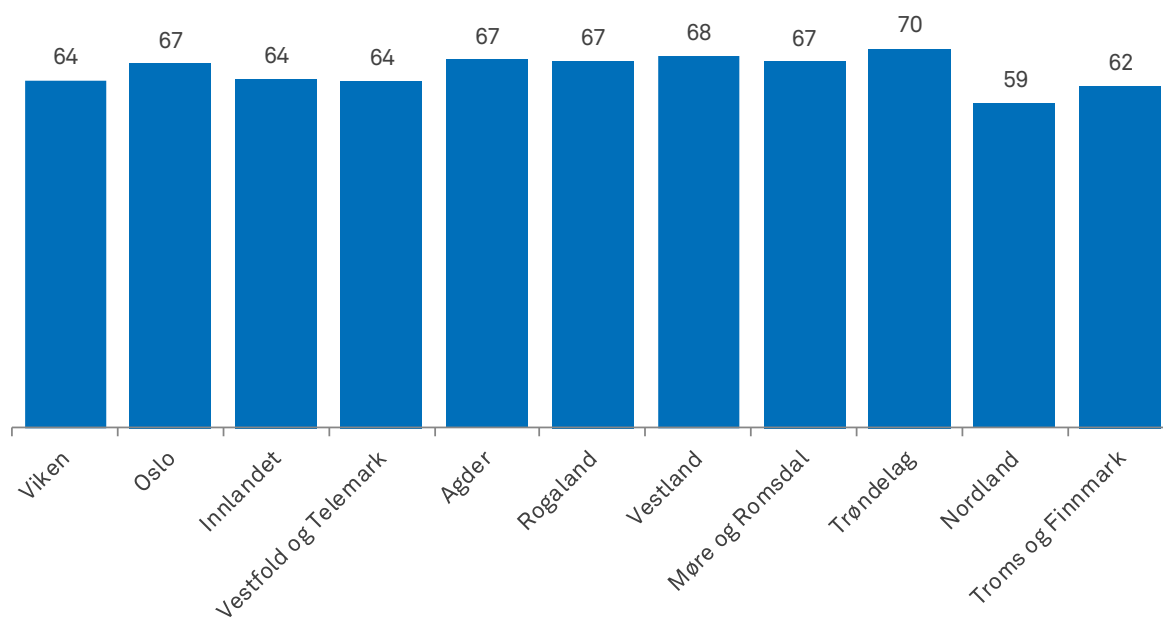


# Organisert fritid

Prosentandel som er aktive i fritidsorganisasjon  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

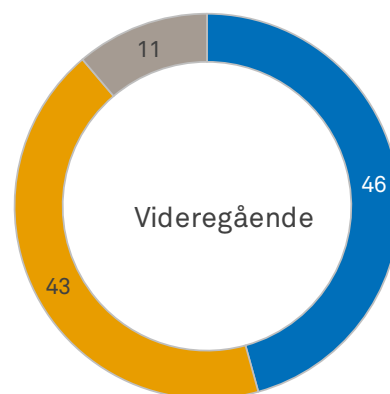
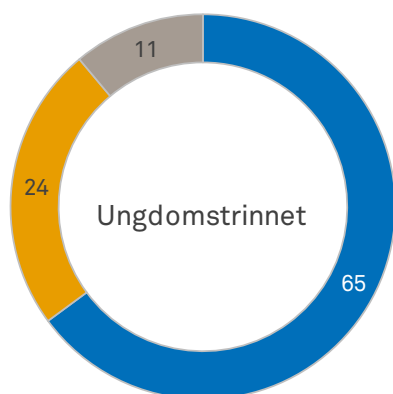


Prosentandel ungdomsskoleelever som er aktive i fritidsorganisasjon  
– etter fylke



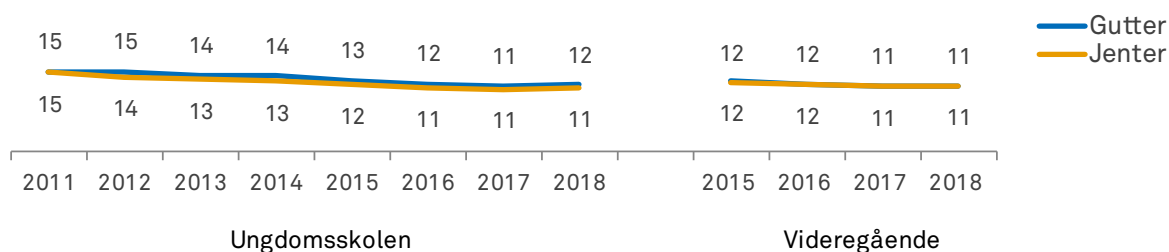
# Organisert fritid

Er du, eller har du tidligere vært, med i noen organisasjoner, klubber eller lag etter at du fylte 10 år?



■ Ja, jeg er med nå   ■ Nei, men jeg har vært med tidligere   ■ Nei, jeg har aldri vært med

Prosentandel som aldri har vært med i noen organisasjoner, klubber eller lag siden de fylte 10 år – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan organisert fritid blir målt i Ungdata

For å fange opp de unges aktiviteter i organisasjoner, lag og foreninger, blir ungdommene bedt om å oppgi hvor mange ganger i løpet av den siste måneden de har vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i følgende organisasjoner, klubber eller lag:

- Idrettslag
- Fritidsklubb/ungdomshus/ungdomsklubb
- Religiøs forening
- Korps, kor, orkester
- Kulturskole/musikkskole
- Annen organisasjon, lag eller forening

Svaralternativene er «ingen ganger», «1–2 ganger», «3–4 ganger» og «5 ganger eller oftere».

I Ungdata omfatter det å være «aktiv i fritidsorganisasjon» de som svarer at de har vært med på aktiviteter minst fem ganger siste måned.

I tillegg får ungdommene spørsmål om de har vært med i noen organisasjoner, klubber eller lag etter at de fylte 10 år. Ungdommenes svar på dette spørsmålet er gjengitt i den øverste figuren. Den nederste figuren viser hvor mange som sier at de «aldri har vært med».

# Hjemme

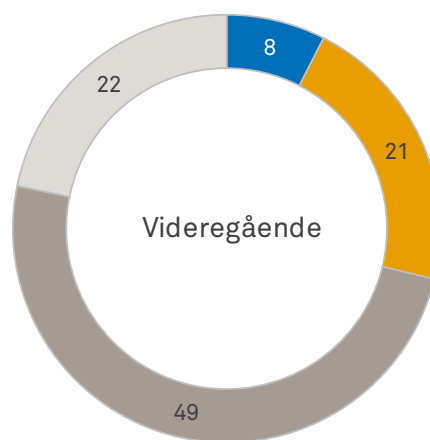
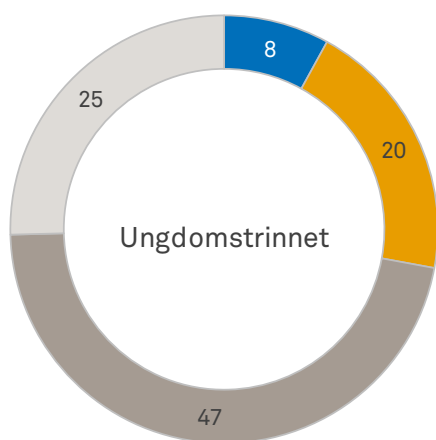
Ungdoms fritid er i forandring, og hjemmet er blitt et stadig viktigere oppholdssted for de unge. En viktig årsak er kommunikasjonsteknologien som gjør det mulig å være hjemme og samtidig ha kontakt med venner. For ungdom har internett og smarttelefoner gjort behovet for å møtes på senteret eller «på løkka» mindre.

Også andre endringer i ungdoms liv kan bidra til at ungdom bruker mye tid hjemme. Flere har argumentert for at generasjonskløften er mindre enn tidligere. Dette gjør det enklere for mange å være i samme hus som sine foreldre. Krav til prestasjoner i skole- og utdanningssammenheng kan også ha ført til at ungdom holder seg hjemme for å gjøre skolearbeid. At også boligene har blitt større,

gjør at de fleste tenåringer har eget rom, og mange disponerer en kjellerstue eller loftstue som de kan bruke til samvær med venner.

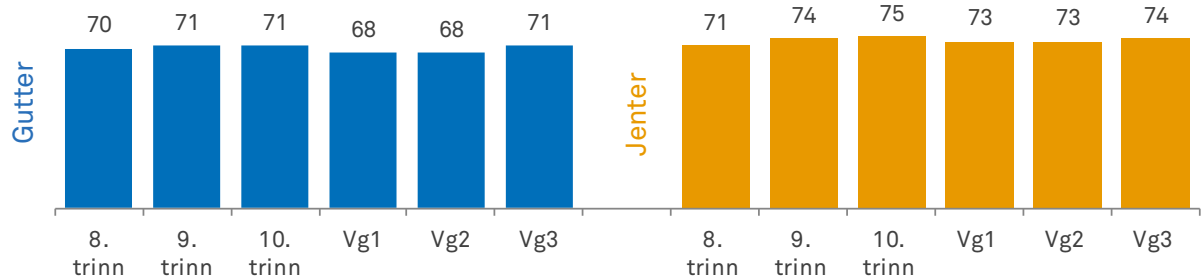
## Hvor mange er hjemme på fritida?

Hvor mange ganger har du vært hjemme hele kvelden i løpet av siste uka?



■ Ingen ganger ■ 1 gang ■ 2-5 ganger ■ 6 ganger eller mer

## Prosentandel som har vært hjemme minst to hele kvelder siste uke – etter kjønn og klassetrinn



## Stadig færre er fysisk sammen med venner hjemme

Ungdata tyder på at dagens ungdommer er nokså hjemmekjære. Dette gjelder både gutter og jenter og på tvers av alder. To av ti holder seg hjemme mesteparten av uka, mens rundt halvparten er hjemme to til fem hele kvelder i uka. Bare en mindre gruppe på åtte prosent har ikke vært hjemme noen hele kvelder i løpet av uka før undersøkelsen ble gjennomført.

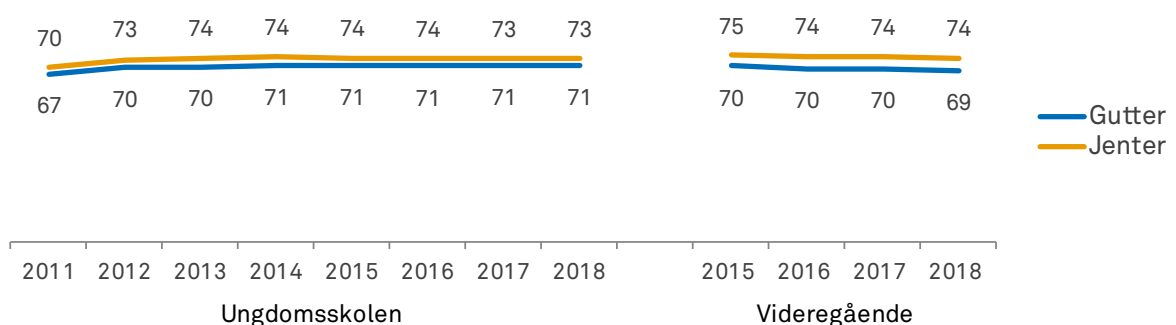
Andelen som er mye hjemme om kveldene varierer lite med ungdommenes sosiale bakgrunn. Det har heller ikke vært større endringer over tid på dette området.

Geografisk er det noe variasjon, med færrest ungdommer som er mye hjemme i Rogaland (68 prosent) og flest i Innlandet (75 prosent).

Undersøkelsen viser at det er forholdsvis vanlig at ungdom tilbringer tid sammen hjemme hos hverandre. Seks av ti har minst to ganger i uka vært sammen med venner enten hjemme hos dem selv eller hos vennene sine.

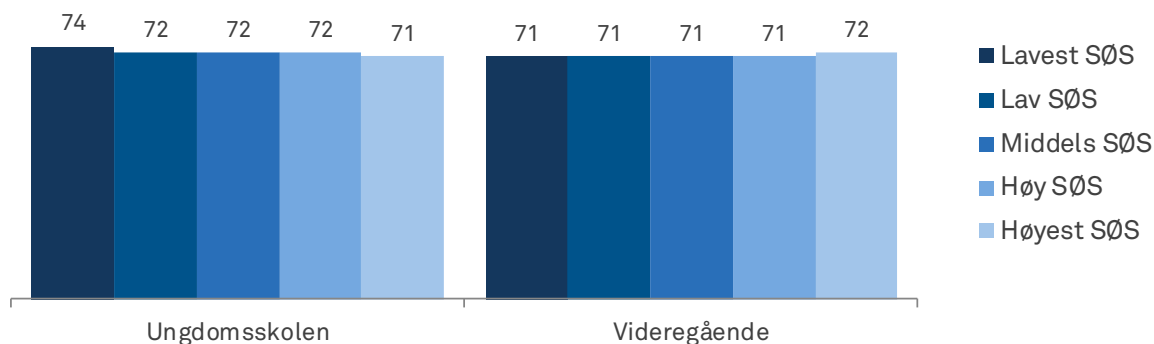
Trendtallene viser derimot at det er stadig mindre vanlig at ungdom er fysisk sammen hjemme hos hverandre. Dette tyder på at hjemmet som arena for fysisk samvær med jevnaldrende har blitt noe svekket de senere årene.

## Prosentandel som har vært hjemme minst to hele kvelder siste uke – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

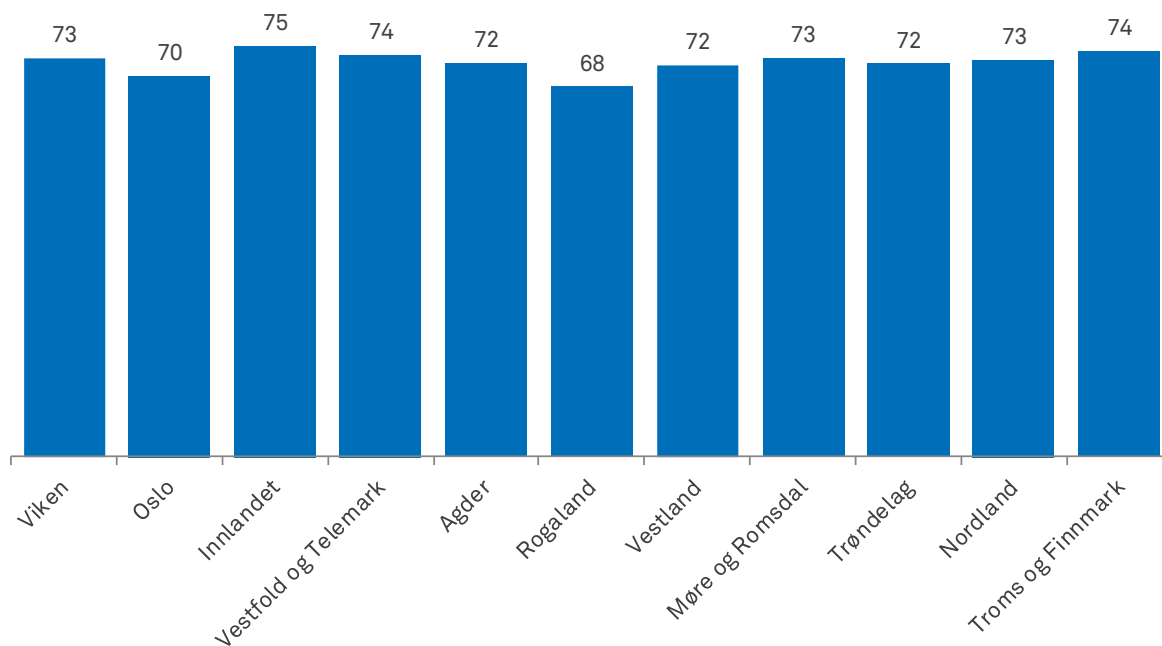


# Hjemme

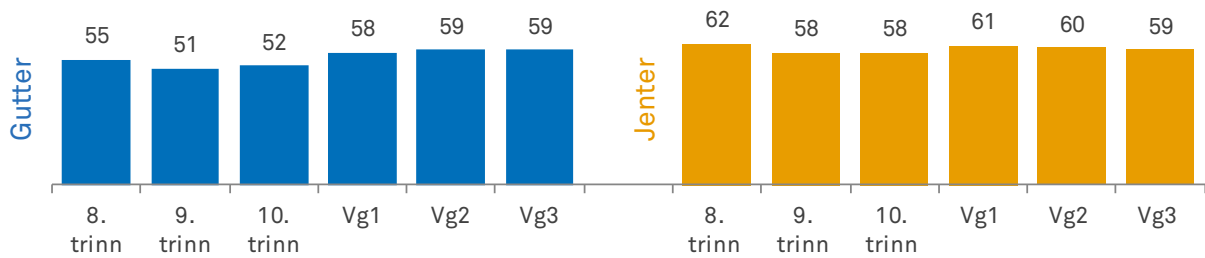
Prosentandel som har vært hjemme minst to hele kvelder siste uke – etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



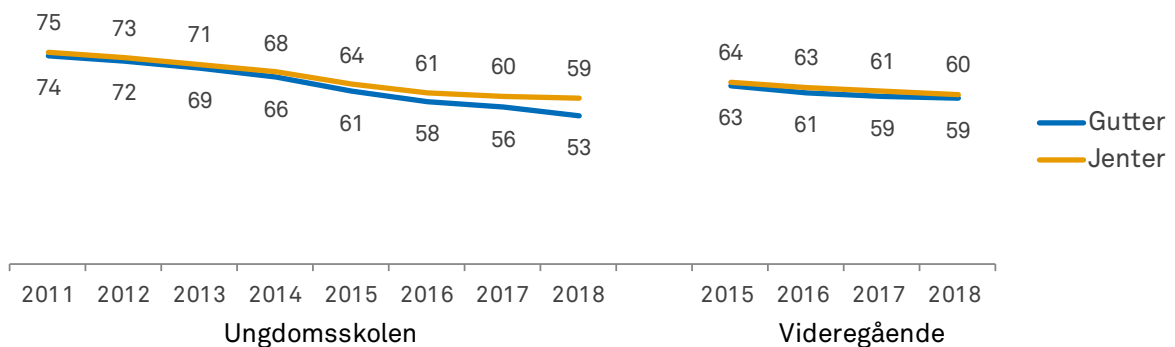
Prosentandel ungdomsskoleelever som har vært hjemme minst to hele kvelder siste uke – etter fylke



## Prosentandel som har vært hjemme med venner minst to ganger siste uke – etter kjønn og klassetrinn



## Prosentandel som har vært hjemme med venner minst to ganger siste uke – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan hjemmeorientert fritid blir målt i Ungdata

I spørreskjemaet får ungdommene listet opp ulike fritidsaktiviteter. De blir bedt om å tenke tilbake på siste sju dager, og om å angi hvor mange ganger de har gjort de ulike aktivitetene. Svaralternativene er «ingen ganger», «1 gang», «2–5 ganger» og «6 ganger eller mer».

Opplysningen om ungdoms bruk av hjemmet som fritidsarena er basert på følgende formulering: «Vært hjemme hele kvelden». I denne rapporten viser vi hvor stor andel som svarer at de har vært hjemme hele kvelden minst to ganger siste uke.

For å måle hvor mange som er hjemme med venner, blir ungdommene i den samme delen av spørreskjemaet spurt om hvor mange ganger de har «vært sammen med venner hjemme hos meg» og «vært sammen med venner hos dem». Indikatoren «hjemme med venner» omfatter de som har vært sammen med venner hjemme hos seg selv og/eller hos venner minst to ganger siste uke.

# Ute med venner

I ungdomsforskningen har det tradisjonelt vært vanlig å skille mellom et uteorientert og hjemmeorientert fritidsmønster. Mens den hjemmeorienterte fritiden gir foreldre muligheter til å kontrollere barnas handlinger, har ungdom større spillerom til å eksperimentere med rusmidler eller prøve ut grenser på andre måter når de oppholder seg utenfor hjemmet.

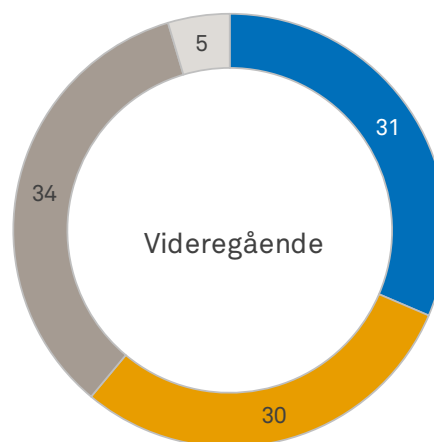
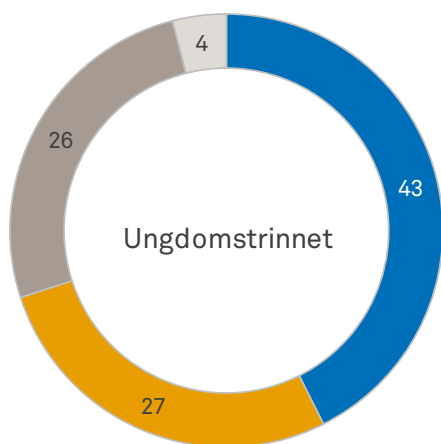
Med et endret fritidsmønster endres gjerne bekymringene rundt ungdoms bruk av fritiden. For mange vekker digitale aktiviteter foran skjermer av ulikt slag mer uro enn det ustrukturerte samværet med jevnaldrende ute på gatehjørnet.

Bekymringene er gjerne knyttet til manglende fysisk aktivitet og kvaliteten

på det sosiale samværet. Statistisk sentralbyrås tidsbruksundersøkelser viser at dagens unge, sammenlignet med de som var unge på 1980- og 1990-tallet, bruker mindre tid på idrett og friluftsliv og er mindre sammen med jevnaldrende.

Hvor mange er ute med venner om kveldene?

Hvor mange ganger har du vært ute med venner størsteparten av kvelden i løpet av siste uka?

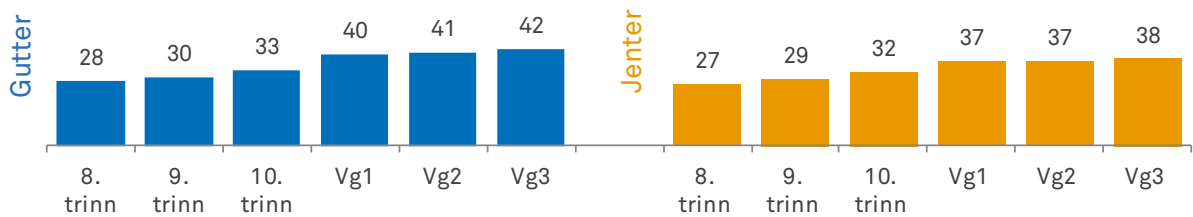


■ Ingen ganger ■ 1 gang ■ 2-5 ganger ■ 6 ganger eller mer



# Ute med venner

Prosentandel som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke – etter kjønn og klassetrinn



## Mindre vanlig enn før å være ute med venner om kvelden

Ungdata viser at det er stor variasjon ungdom imellom i hvor mye av fritiden som brukes ute med venner. Et mindretall er ute med venner omtrent hver eneste dag, mens rundt tre av ti er ute to til fem ganger i uka. På ungdomstrinnet er 43 prosent ikke ute med venner i det hele tatt.

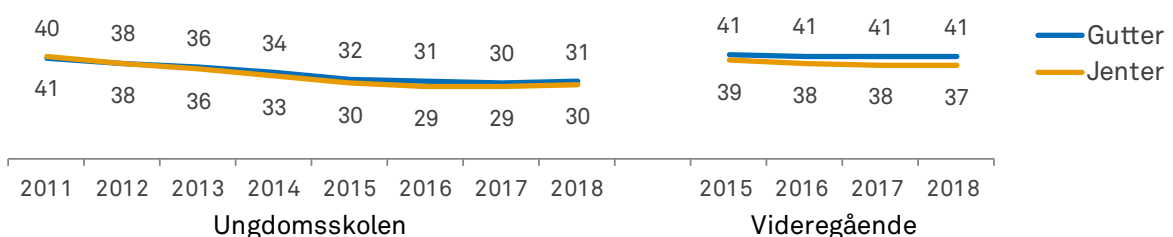
Det er små kjønnsforskjeller i det uteorienterte fritidsmønsteret. Andelen som er ute med venner minst to ganger i uka øker utover i tenårene, og det er relativt små forskjeller mellom ungdom fra ulike sosiale lag. Geografisk er det flest som er ute med venner i Rogaland (39 prosent) og færrest i Innlandet (25 prosent).

I løpet av det siste tiåret har stadig færre brukt mye tid ute med venner. Mens fire av

ti ungdomsskoleelever var ute med venner minst to kvelder i uka på begynnelsen av tiåret, gjelder det tre av ti i 2018. Nedgangen har imidlertid stanset opp og det har bare vært mindre endringer siden 2015.

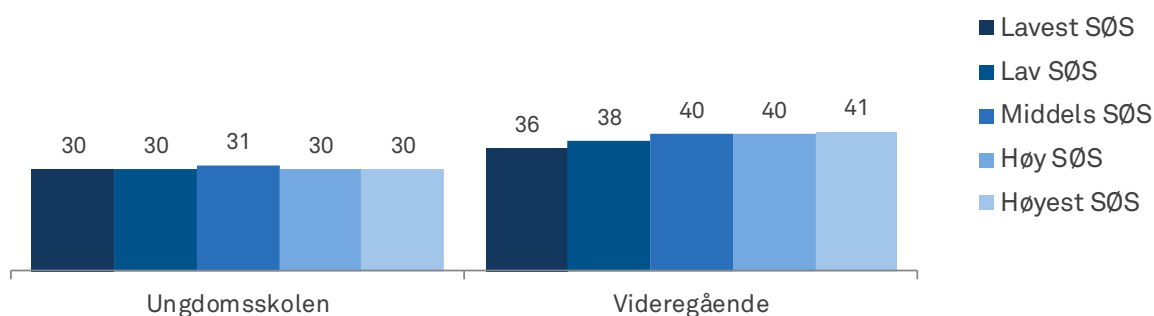
Ungdata kartlegger også hvor ofte ungdom driver med uorganisert fysisk aktivitet, som for eksempel spilt fotball, stått på snowboard eller liknende. Resultatene viser at 56 prosent på ungdomstrinnet og 44 prosent på videregående har drevet med slike aktiviteter minst én gang i uka før undersøkelsen ble gjennomført. Flere gutter enn jenter driver med slike aktiviteter, og det er en nokså tydelig nedgang i aktivitetsnivå gjennom tenårene.

Prosentandel som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

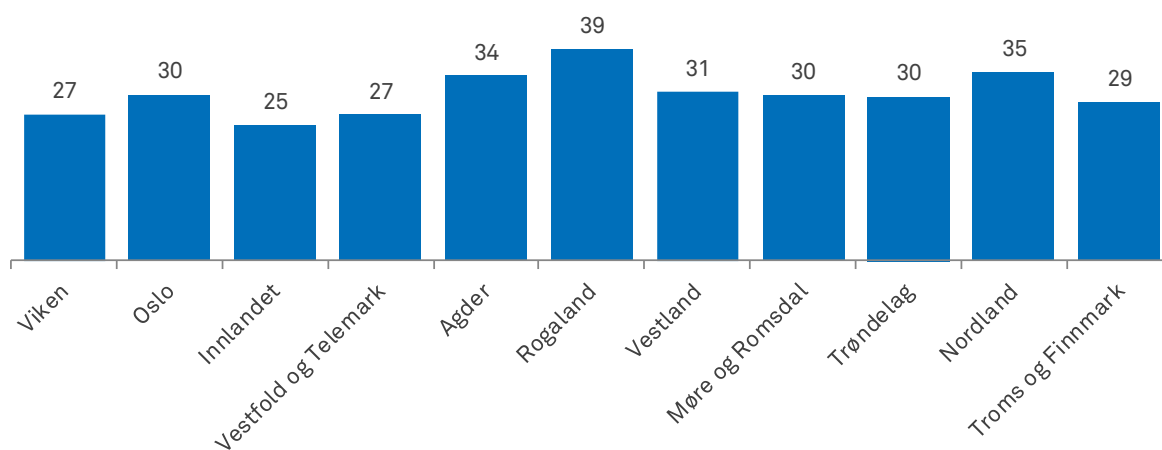


# Ute med venner

Prosentandel som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke – etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

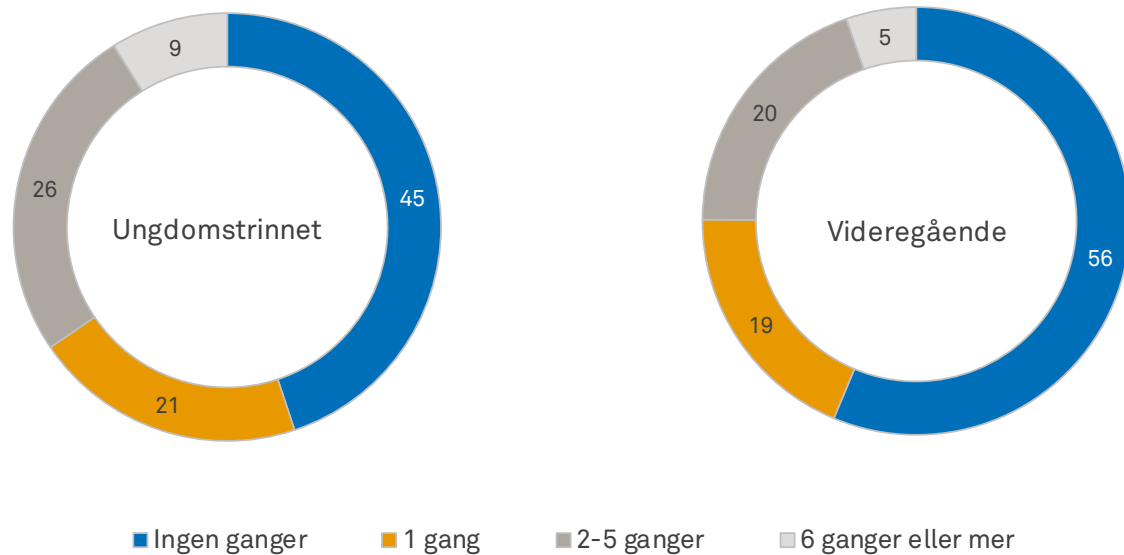


Prosentandel ungdomsskoleelever som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke – etter fylke

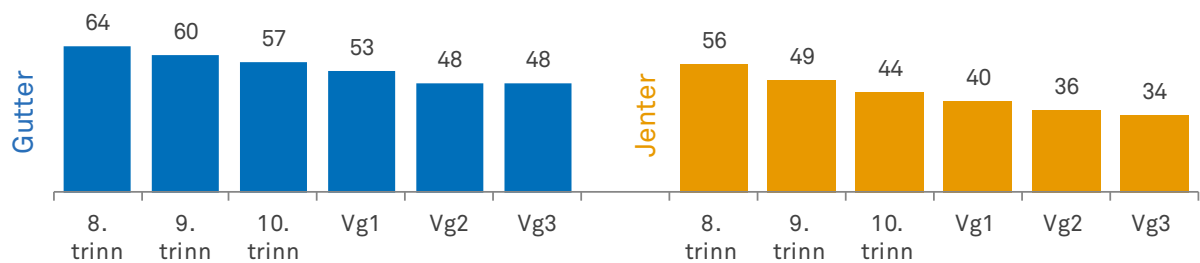


# Ute med venner

Hvor mange ganger siste uke har du spilt fotball, stått på snowboard eller drevet med annen fysisk aktivitet sammen med venner (ikke i idrettslag)?



Prosentandel som siste uke har drevet med fysisk aktivitet med venner – etter kjønn og klassetrinn



## Hvordan uteorientert fritid blir målt i Ungdata

I spørreskjemaet får ungdommene listet opp ulike typer av fritidsaktiviteter. De blir bedt om å tenke tilbake på siste sju dager, og om å angi hvor mange ganger de har gjort de ulike aktivitetene. Svaralternativene er «ingen ganger», «1 gang», «2–5 ganger» og «6 ganger eller mer».

For å måle hvor mye ungdom er sammen med venner ute på kveldstid, blir de bedt om å svare på hvor mange ganger de har «Brukt størstedelen av kvelden ute med venner, kamerater». I denne rapporten bruker vi indikatoren «ute med venner», som omfatter de som svarer at de har ute med venner

størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke.

I den samme delen av spørreskjemaet blir ungdom spurt om hvor mange ganger de har «Spilt fotball, stått på snowboard eller drevet med annen fysisk aktivitet sammen med venner (ikke i idrettslag)». Figurene over viser hvor mange som siste uke har deltatt i slike aktiviteter.

# Mediebruk

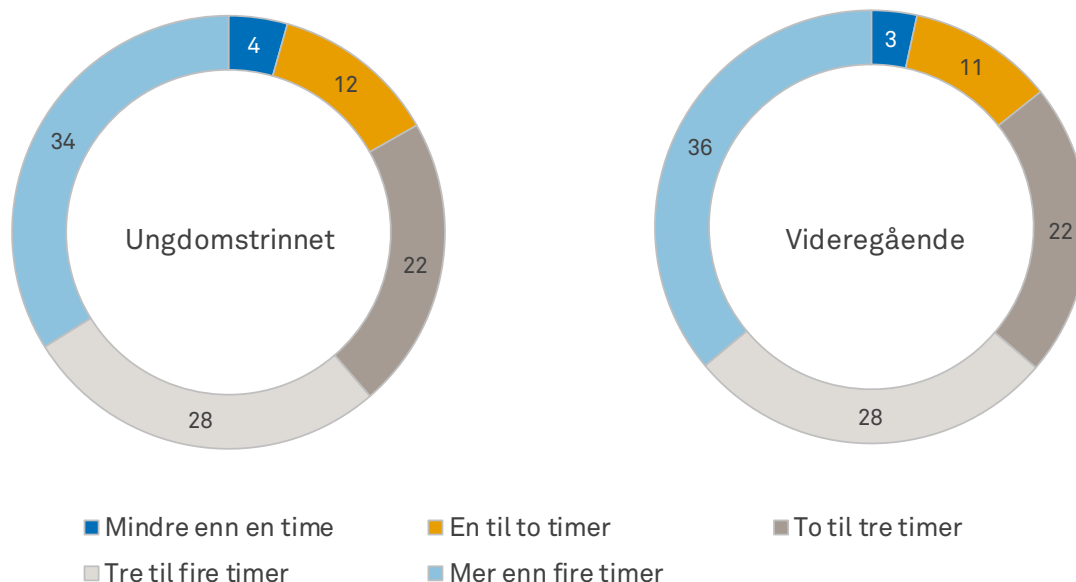
I løpet av kort tid har det skjedd noe i retning av en digital revolusjon. Ungdom er pådrivere og ofte de første til å ta de nye mediene i bruk, enten det handler om PC, internett, smarttelefoner, nettbrett eller ulike spillkonsoller.

Digitale medier spiller i dag en sentral rolle i hverdagen – både for skolearbeid og for ungdoms sosiale liv. Teknologien gjør at barn og unge kommer i kontakt med jevnaldrende på andre måter enn før. Særlig utgjør de sosiale mediene en sentral formidlingskanal for hva som ellers skjer i ungdomskulturene. Det kan handle om alt fra å holde kontakt med venner til å arrangere fester, konserter eller politiske markeringer. Mange bruker mye av sin fritid på internett, og for den enkelte unge kan det ha store sosiale omkostninger å ikke være til stede.

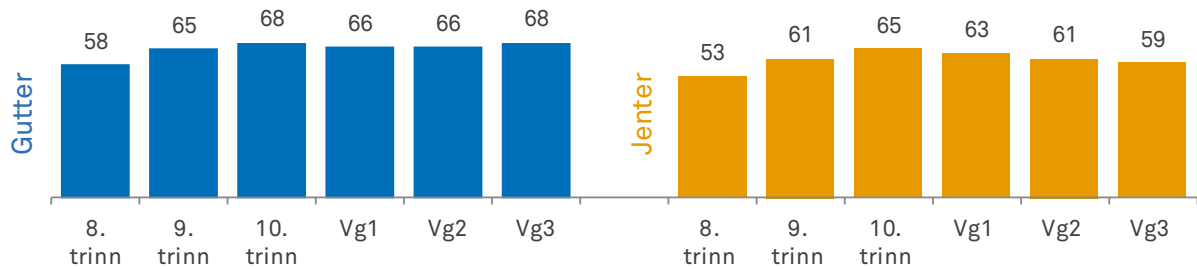
Teknologiske endringer skjer fort, og etter hvert som tilgangen til internett øker og prisene på digitale apparater reduseres, endres også ungdommenes bruksmønster. I de siste årene har bruken av datamaskiner gått ned, mens tiden brukt foran mobiltelefon og nettbrett har økt. I Ungdata har vi derfor begynt å spørre hvor lang tid den enkelte samlet sett bruker foran en skjerm.

## Hvor mye tid bruker ungdom på ulike typer medier?

Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis foran en skjerm i løpet av en dag?



## Prosentandel som bruker minst tre timer daglig foran en skjerm – etter kjønn og klassetrinn



### Økt tidsbruk på digitale skjermaktiviteter

Mange bruker mye av fritiden sin på digitale aktiviteter. Samtidig er det stor variasjon i hvor mye tid ungdom bruker foran en skjerm utenom skoletiden. De fleste bruker mellom to og fire timer, men en av tre bruker mer enn fire timer foran en skjerm. Svært få bruker mindre enn én time.

Tiden som brukes på skjermaktiviteter øker gjennom ungdomstrinnet, og gutter bruker samlet noe mer tid foran en skjerm enn jenter. Jenter bruker mer tid på sosiale medier enn gutter, mens gutter bruker langt mer tid på dataspill enn jenter.

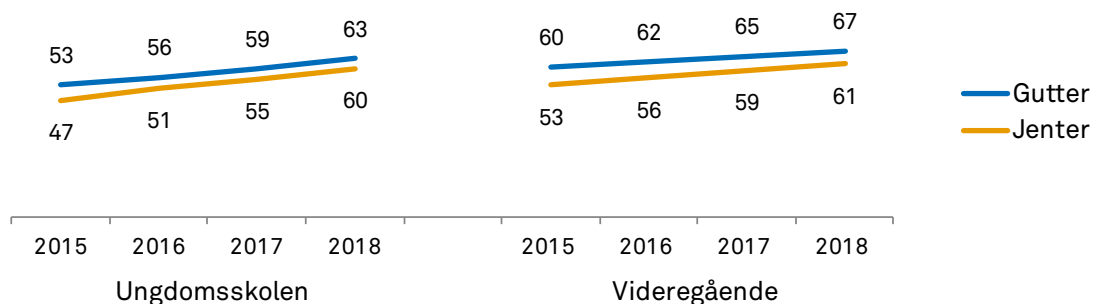
Det er en tendens til at ungdom fra lavere sosiale lag bruker mer tid foran en skjerm enn ungdom fra høyere sosiale lag. Men forskjellene er ikke spesielt store. Det er også

noen geografiske forskjeller, der ungdom fra Nordland bruker mest tid (68 prosent bruker mer enn tre timer daglig) og ungdom fra Oslo bruker minst tid (56 prosent).

Andelen som bruker mye tid på digitale skjermaktiviteter har økt markert over tid. Bare siden 2015 har andelen som bruker minst tre timer foran en skjerm økt med mellom sju og tretten prosentpoeng. Økningen er størst blant jenter på ungdomstrinnet.

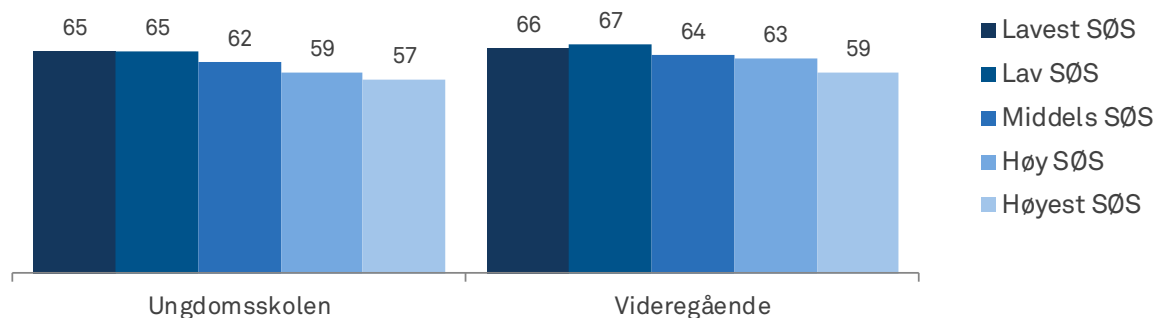
Mye av økningen i skjermbruk skyldes at stadig flere bruker mye tid på sosiale medier. Bruken av sosiale medier øker både blant gutter og jenter. Tiden ungdom bruker til dataspill har derimot vært nokså lik de siste årene blant gutter, med en mindre nedgang blant jentene.

## Prosentandel som bruker minst tre timer daglig foran en skjerm – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

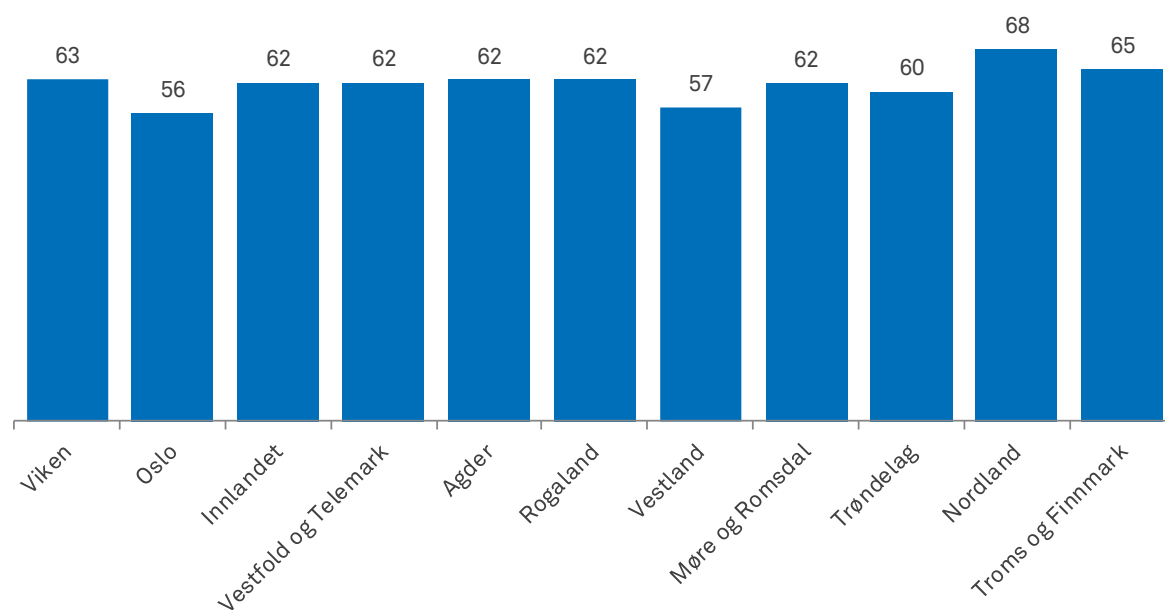


# Mediebruk

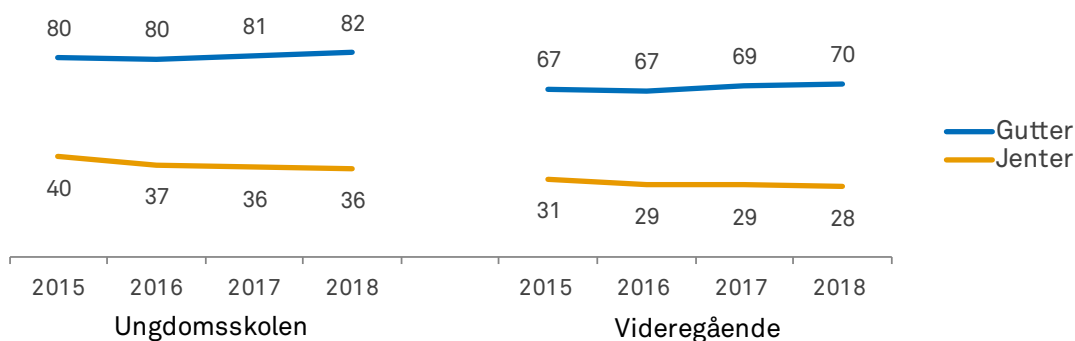
Prosentandel som bruker minst tre timer daglig foran en skjerm  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



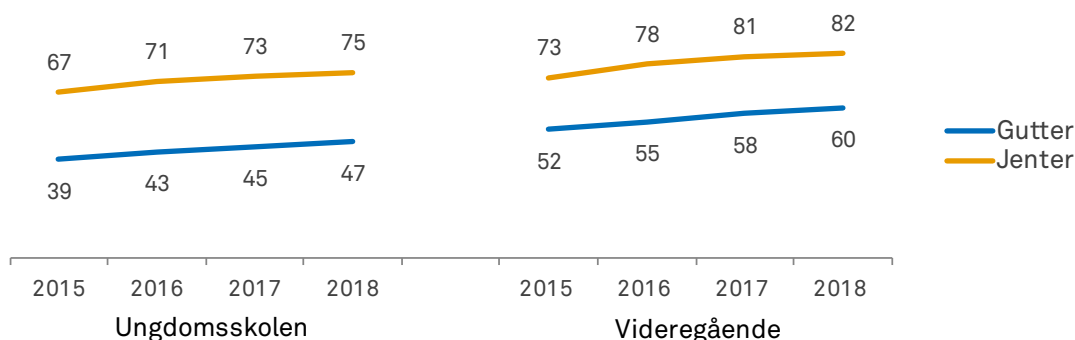
Prosentandel ungdomsskoleelever som bruker minst tre timer daglig  
foran en skjerm – etter fylke



## Prosentandel som bruker minst én time daglig på elektroniske spill – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Prosentandel som bruker minst én time daglig på sosiale medier – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan ungdommenes bruk av medier blir målt i Ungdata

I 2014 ble spørreskjemaet i Ungdata revidert, og det ble foretatt en del endringer i spørsmålene som måler mediebruk. Blant annet ble det laget et nytt spørsmål som fanger opp hvor mye tid ungdom samlet sett bruker foran en skjerm i løpet av en vanlig dag.

Spørsmålet er formulert slik: «Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis på aktiviteter foran en skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) i løpet av en dag?» Ungdommene skal krysse av for ett av sju svaralternativer som varierer fra «ikke noe tid» til «mer enn 6 timer». Ungdom som bruker «mye tid foran en skjerm» er her

definert som de som daglig bruker tre timer eller mer.

Ungdata måler i tillegg tidsbruk på et utvalg medieaktiviteter. I denne rapporten viser vi hvor mange som bruker minst én time på sosiale medier og på elektroniske spill (dataspill, spill på telefon/nettbrett). Også disse spørsmålene er tatt med fra 2014 og framover. Derfor går ikke tidstrenden så langt bak i tid som de fleste andre indikatorene i denne rapporten.





# Helse og trivsel

Helse

Trening

Stress og press

Fysiske plager

Psykiske plager

Seksuell helse

Kosthold

# Helse

Egenvurdert helse er en viktig indikator for sykkelighet og bruk av helsetjenester og anvendes til å overvåke befolkningens helsestatus over tid. Statistisk sentralbyrås levekårsundersøkelser viser at de aller fleste har en positiv innstilling til egen helse, og at litt flere unge enn eldre vurderer sin egen helse som god eller meget god.

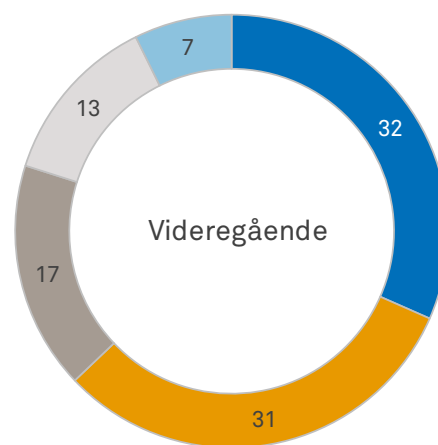
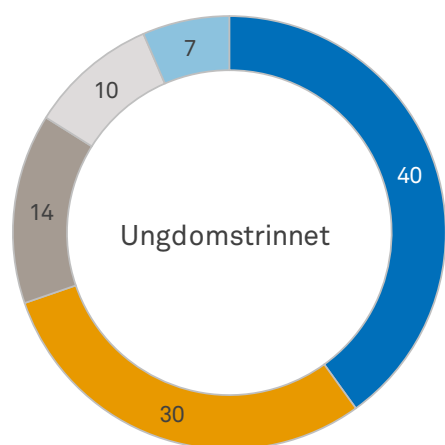
Livsstilsvaner etableres ofte i ungdomsårene og kan ha betydning for helse både i ungdomstiden og senere i livet. Andelen som røyker blant unge i Norge har gått ned, og flere av røykerne, særlig blant gutter, har gått over til snus. Nedgang ser man også i alkoholforbruk. Barn og unge opp til 16-årsalder er jevnt over fysisk aktive. Imidlertid synker aktivitetsnivået med alderen. Jenter er mindre fysisk aktive enn gutter. Tilbudet av underholdning foran ulike typer skjermer har økt med årene, og

fremstår som et bekymringsfullt alternativ til fysisk aktivitet.

Det er generelt større fokus på helse i dag enn tidligere, og i en del ungdomsmiljøer har det å være sunn blitt «in». Større kunnskap om risikofaktorer har gjort at vi i dag er mer opptatt av å forebygge dårlig helse. Samtidig har vi sannsynligvis blitt flinkere til å kjenne etter hvordan vi har det.

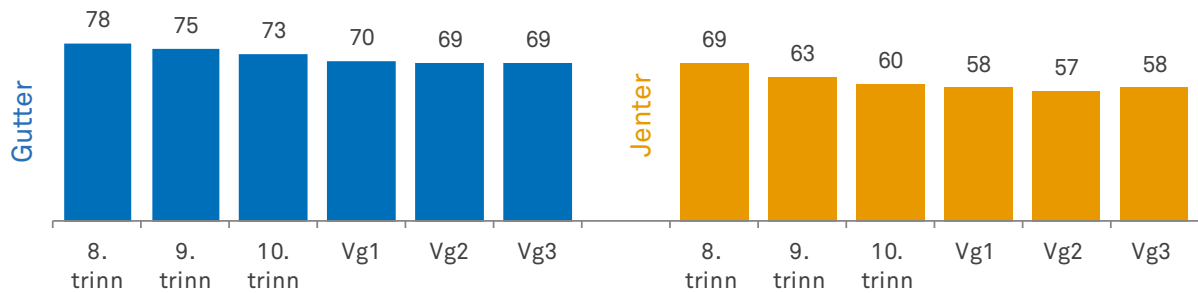
## Hva tenker ungdom om egen helse?

Hvor fornøyd er du med helsa di?



■ Svært fornøyd ■ Litt fornøyd ■ Verken eller ■ Litt misfornøyd ■ Svært misfornøyd

## Prosentandel som er fornøyd med helsa si – etter kjønn og klassetrinn



## Sosiale forskjeller i vurdering av egen helse

Fire av ti på ungdomstrinnet og tre av ti på videregående, er «svært fornøyd» med egen helse. Tre av ti er «litt fornøyd». Samtidig er det en del som mener helsa kunne vært bedre. Om lag to av ti er enten litt eller svært misfornøyd.

Generelt er flere gutter enn jenter fornøyd med egen helse. Andelen som er fornøyd er høyest på 8. trinn. Fram til 10. trinn synker denne andelen en del, for deretter å flate ut i overgangen til videregående.

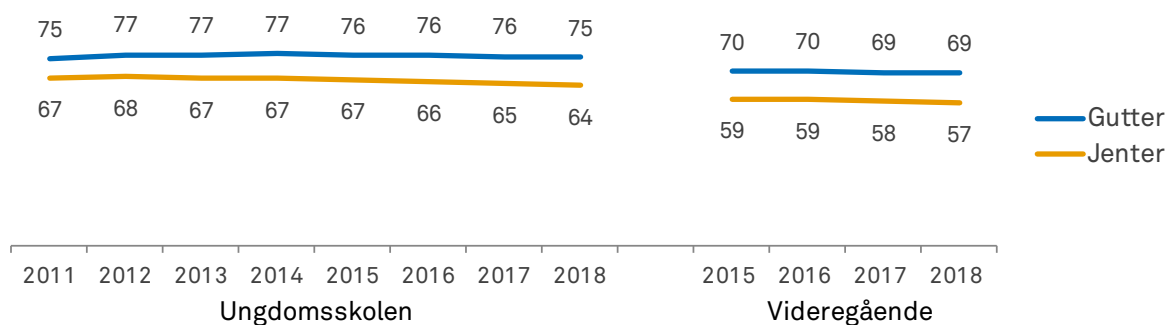
Sosial bakgrunn har mye å si for hvordan ungdom vurderer sin egen helse. Ungdom med høy sosioøkonomisk status er langt mer fornøyd enn ungdom fra lavere sosiale lag. De sosiale forskjellene øker noe gjennom

ungdomsårene. De geografiske forskjellene er derimot forholdsvis små, med flest fornøyd i Oslo (72 prosent) og færrest i Nordland (66 prosent).

Hvor mange som vurderer helsen sin som god, har gått svakt ned de siste årene. Nedgangen er noe større for jenter enn for gutter.

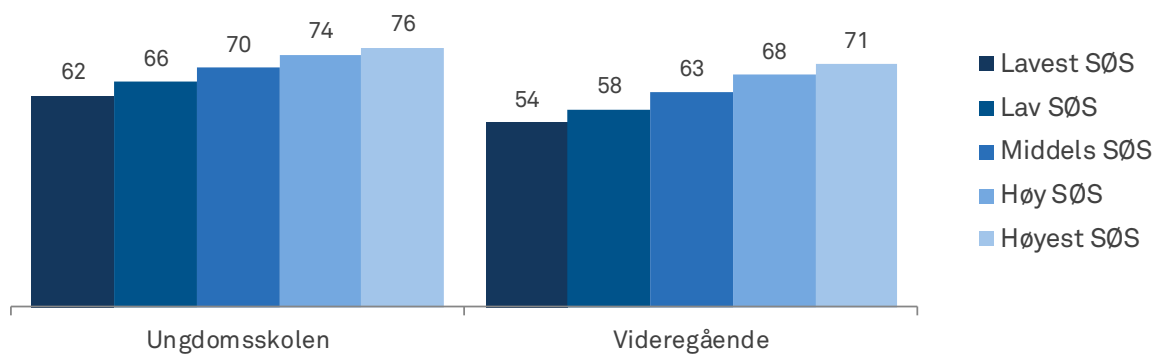
Mange ungdommer benytter seg av ulike helsetjenester. Det er flere på videregående enn på ungdomstrinnet som bruker vanlig lege og som tar i bruk helsestasjon for ungdom. Ungdom på ungdomstrinnet bruker derimot i noe større grad skolehelsetjenesten. Rundt hver tiende ungdom har vært hos psykolog.

## Prosentandel som er fornøyd med helsa si – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

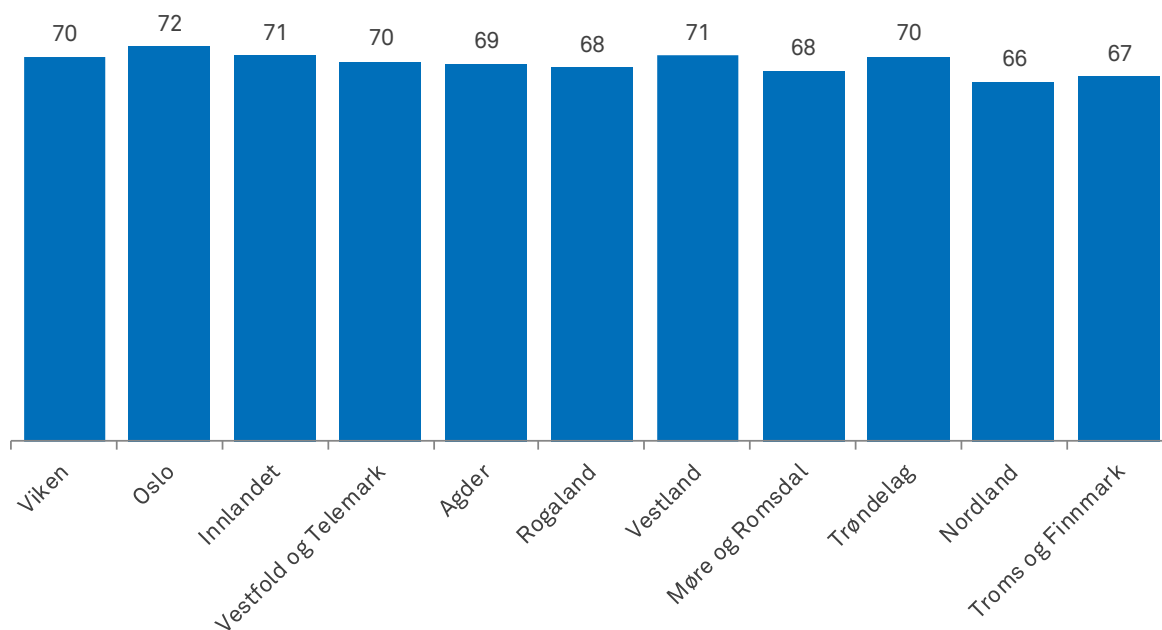


# Helse

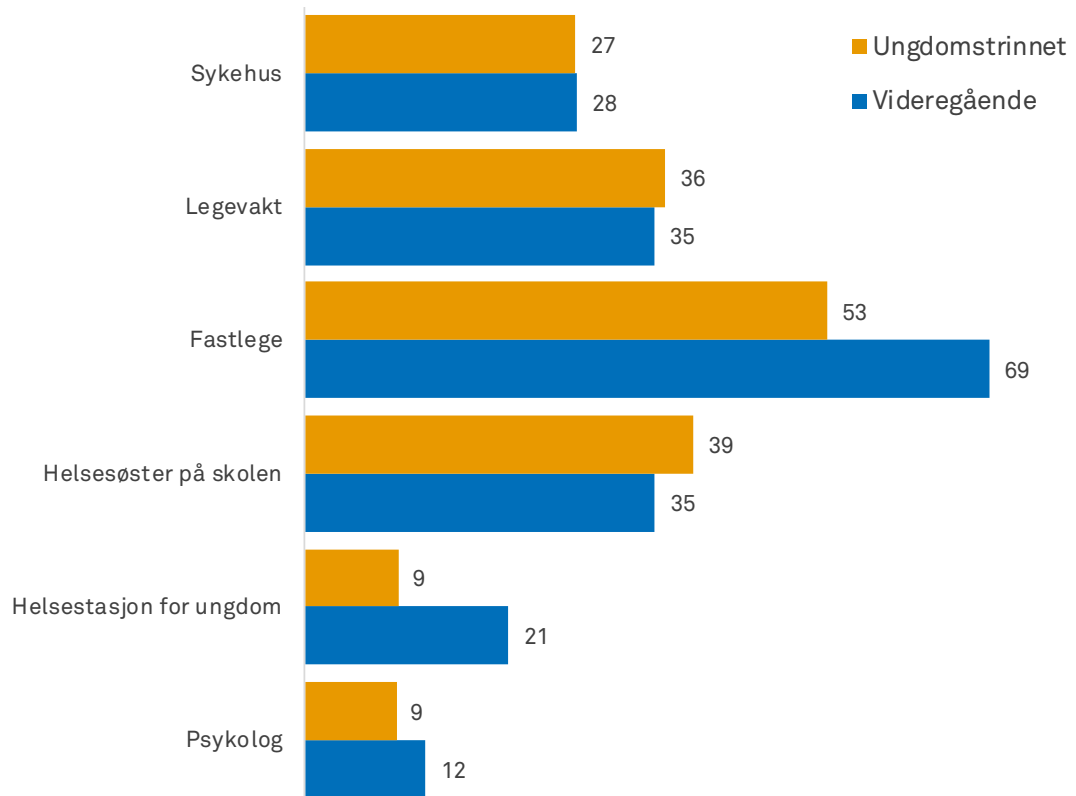
Prosentandel som er fornøyd med helsa si  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



Prosentandel ungdomsskoleelever som er fornøyd med helsa si  
– etter fylke



## Prosentandel som har brukt ulike helsetjenester siste året



### Hvordan egenvurdert helse blir målt i Ungdata

I spørreskjemaet til Ungdata får ungdommene følgende spørsmål: «Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med ulike sider av livet ditt?». Ett av forholdene de skal vurdere er «helsa di», og de blir bedt om å krysse av for om de er «svært fornøyd», «litt fornøyd», «verken fornøyd eller misfornøyd», «litt misfornøyd» eller «svært misfornøyd».

Andel som er fornøyd med helsa, er i rapporten definert som andelen av ungdommene som svarer «svært fornøyd» eller «litt fornøyd».

I Ungdata spørres det også om bruken av ulike typer helsetjenester. Hvor stor andel på henholdsvis ungdomstrinnet og i videregående som har brukt disse i løpet av det siste året, er vist i figuren over.

# Trening

Svært mange unge trener på fritiden. Noen spiller håndball, basket eller fotball gjennom et idrettslag, andre trener på et treningssenter. Det er også mange unge som sykler eller løper seg en tur, enten alene eller sammen med venner.

I ulike sammenhenger kan man få inntrykk av at norsk ungdom er i ferd med å forfalle fysisk. Forskning viser derimot at det er like mange som trener i dag som for 20 år siden. Nye målinger av fysisk aktivitet blant 15-åringene viser heller ikke store endringer. Samtidig er mange lite fysisk aktive ellers i hverdagen, og det tilbringes mye tid foran ulike typer skjermer.

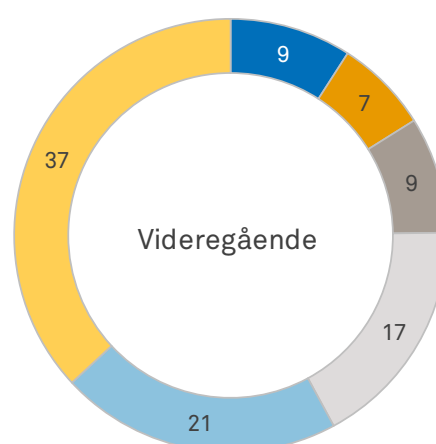
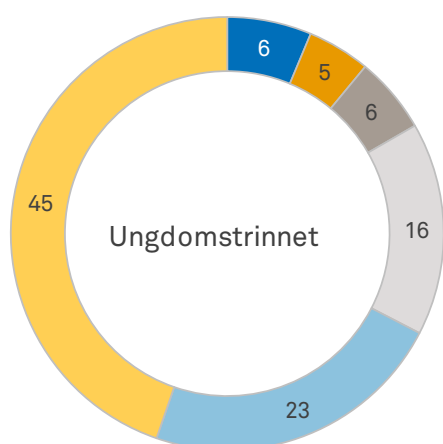
I løpet av ungdomstiden er det mange som slutter i idrettslagene. Samtidig er det flere av de som slutter, som begynner å trene på treningssenter eller for seg selv. Det har tradisjonelt vært klare kjønnsforskjeller i

trening, og særlig har det vært flere gutter enn jenter i idrettslagene. De siste årene har vi sett en tendens til at flere jenter trener på andre arenaer (utenfor idrettslagene), slik at det i dag er små kjønnsforskjeller i trening samlet sett.

I mange idretter stilles det store krav til utstyr og deltakelse, og det kan koste en god del å være med. Dette kan være en utfordring for å nå idrettens mål om «idrettsglede for alle».

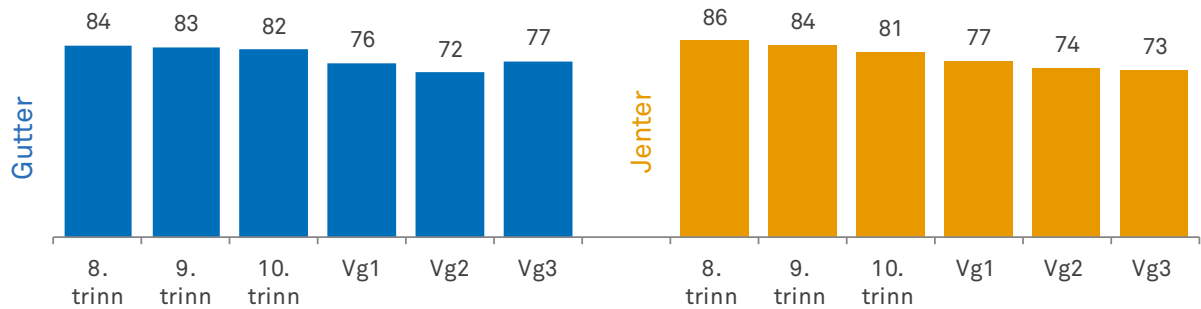
Hvor mange trener?

## Hvor ofte ungdom trener



■ Aldri ■ Sjelden ■ 1-3 ganger i mnd ■ 1-2 ganger i uka ■ 3-4 ganger i uka ■ Minst 5 ganger i uka

## Prosentandel som trener ukentlig – etter kjønn og klassetrinn



## Fortsatt populært å trene – men betydelig sosiale forskjeller

De aller fleste driver med en eller annen form for trening og kjønnsforskjellene er svært små. På ungdomstrinnet trener 83 prosent minst én gang i uka. Det er en viss nedgang i treningsaktivitetene ettersom ungdommene blir eldre, og på videregående er det 75 prosent som trener én eller flere ganger i uka. Rundt fire av ti ungdommer trener minst fem ganger i uka.

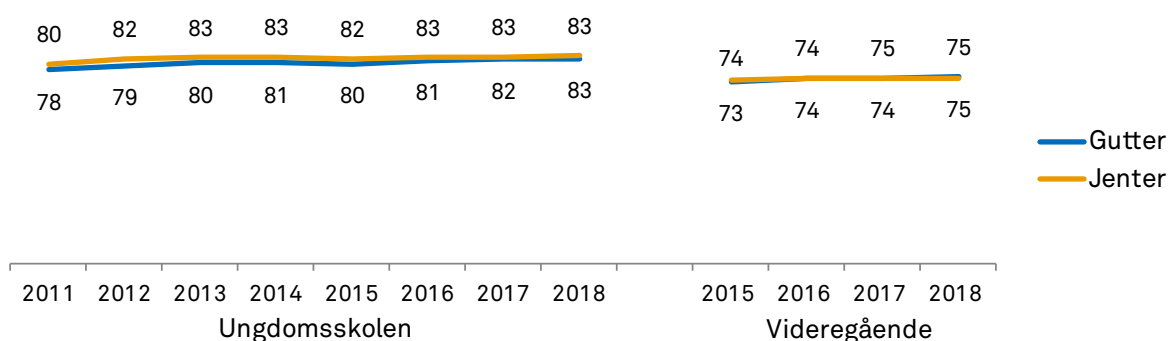
Sosial bakgrunn har mye å si for ungdommers treningsvaner. Mens ni av ti med høy sosioøkonomisk status trener ukentlig når de går på ungdomsskolen gjelder det samme for sju av ti med lav sosial bakgrunn. Selv om færre trener på videregående, er det tilsvarende sosiale forskjeller også blant

de eldste ungdommene. De geografiske forskjellene er derimot svært små.

Det er ingen tegn til at det over tid blir færre ungdommer som trener. Andelen som trener ukentlig har over tid enten vært stabil eller økt noe. Årets tall er nokså identiske som fjorårets.

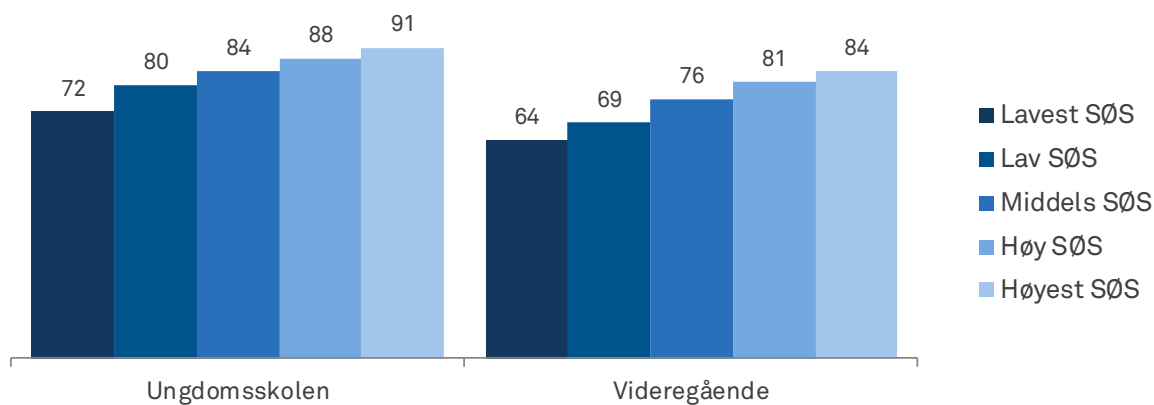
Rundt én av ti er sjelden eller aldri så fysisk aktive at de blir andpusten eller svett. Det er noen flere jenter enn gutter i denne gruppen. Ungdata viser at denne gruppen økte noe i omfang fram til 2015, for deretter å bli redusert i 2016. De siste tre årene har andelen fysisk inaktive ungdommer vært nokså stabile – både blant elever på ungdomstrinnet og i videregående.

## Prosentandel som trener ukentlig – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

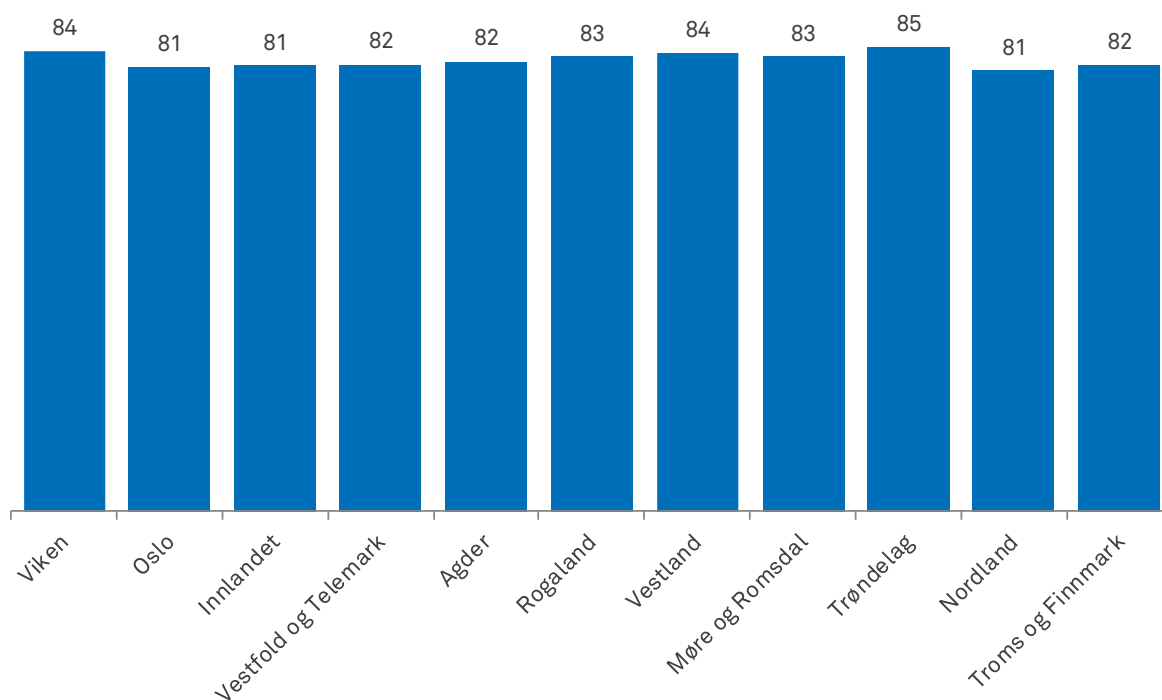


# Trening

Prosentandel som trener ukentlig  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

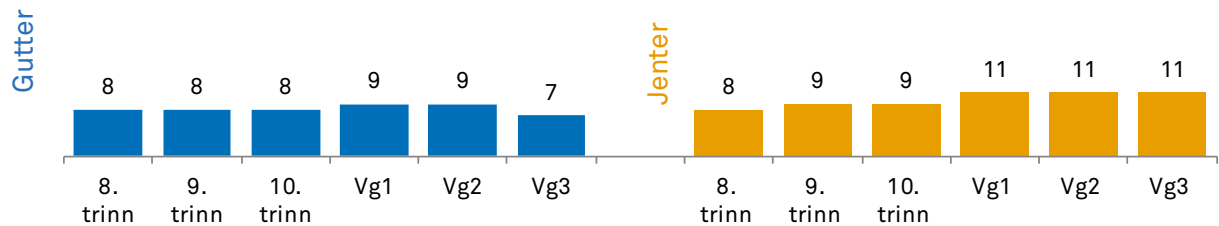


Prosentandel ungdomsskoleelever som trener ukentlig  
– etter fylke

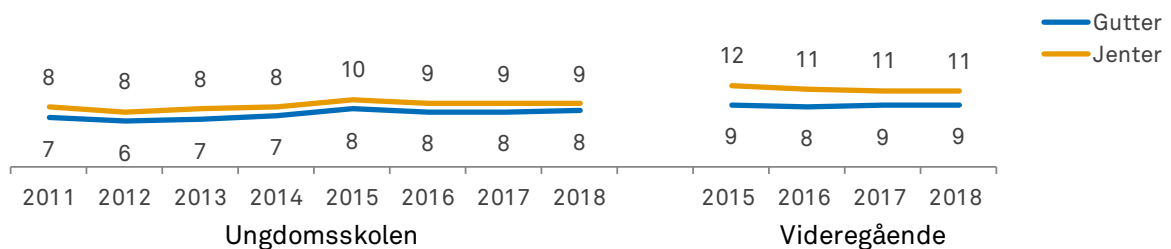




Prosentandel som aldri eller sjelden er så fysisk aktiv at de blir andpusten eller svett – etter kjønn og klassetrinn



Prosentandel som aldri eller sjelden er så fysisk aktiv at de blir andpusten eller svett – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan treningsaktiviteter blir målt i Ungdata

For å fange opp de unges treningsaktiviteter, får ungdommene følgende spørsmål: «Hvor ofte trener du eller driver du med følgende aktiviteter»:

- Trener eller konkurrerer i idrettslag
- Trener på treningsstudio eller helsestudio
- Trener eller trimmer på egenhånd (løper, svømmer, sykler, går tur)
- Driver med annen organisert trening (dans, kampsport eller lignende).

Svaralternativene er «aldri», «sjelden», «et par ganger i måneden», «1–2 ganger i uka», «3–4 ganger i uka» og «minst 5 ganger i uka». I Ungdata omfatter «andel som trener ukentlig» de som svarer at de deltar minst én gang i uka i minst én av de treningsaktivitetene som er nevnt.

Det er også et spørsmål som kartlegger fysisk aktivitet, der de blir spurt om hvor ofte de er så fysisk aktive at de blir andpusten eller svett. Figurene over viser andelen som svarer at dette er noe som sjelden eller aldri skjer.

# Stress og press

I diskusjonene om hvordan det er å være ung i dag hører man ofte at ungdom opplever mye prestasjonspress og at dagens ungdomskulturer inneholder forventninger til den enkelte om å være best, enten det handler om å se bra ut, om å være god på skole og i idrett eller å lykkes gjennom sosiale medier.

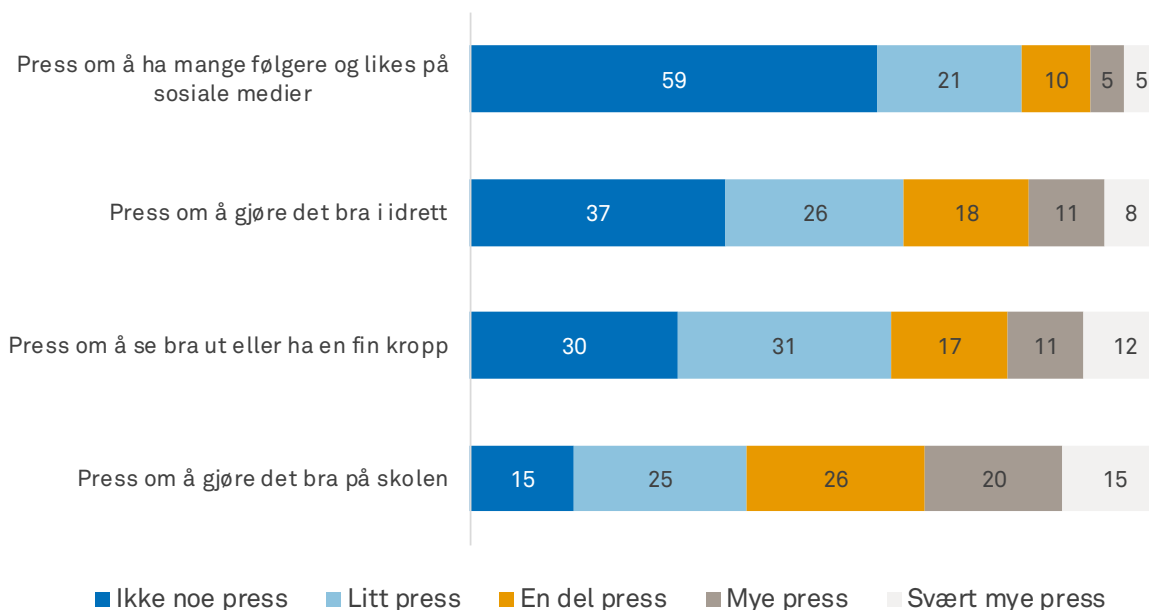
Men hvor mange ungdommer opplever egentlig press i hverdagen – og hvor mange har problemer med å takle presset de står overfor? I Ungdata har ungdom siden 2017 blitt spurt om de opplever press på områder som skole, kropp, idrett og sosiale medier.

Stress kan være positivt, som for eksempel når det gir deg ekstra energi som gjør deg bedre til å fokusere og prestere. Men stress kan også være negativt og i verste fall helsefarlig. Det negative stresset oppstår

gjærne når det over tid oppstår en tydelig ubalanse mellom de utfordringene en står overfor og de ressursene en har til å håndtere situasjonen. I Ungdata er denne typen negativt stress kartlagt gjennom et spørsmål til de unge om de har opplevd så mye press den siste uka at de har hatt problemer med å takle presset.

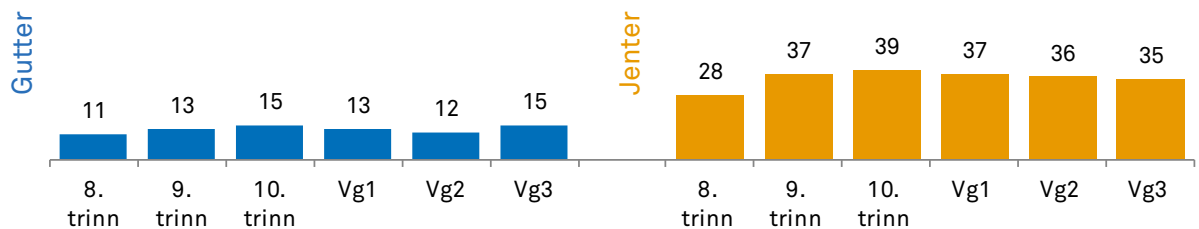
## Hvor mange opplever press i hverdagen?

### Opplever du press i hverdagen din?



# Stress og press

## Prosentandel som opplever mye press på minst to områder – etter kjønn og klassetrinn



### Stor variasjon i hvor mye press ungdom opplever

Det er stor variasjon når det gjelder hvor mye press ungdom opplever og på hvilke områder. Mange ungdommer opplever ikke press i det hele tatt, eller bare litt press, samtidig som en god del opplever mye press.

Skolen er det området som desidert flest unge opplever press på. Nærmere halvparten av alle jentene – og en av fire gutter – opplever mye eller svært mye press på å gjøre det godt på skolen. Minst press opplever ungdom om å få anerkjennelse på sosiale medier.

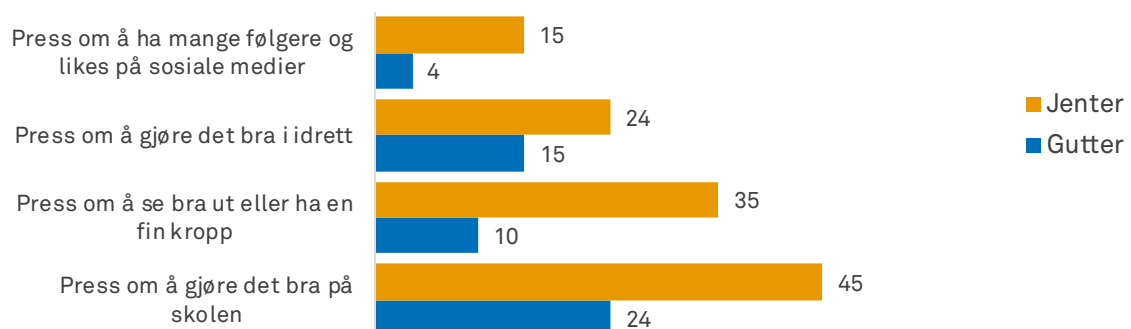
25 prosent av ungdommene opplever mye press på minst to områder. Uansett alder og pressområde, er det langt flere jenter enn gutter som opplever press. Opplevelsen av press øker gjennom årene på

ungdomsskolen, for deretter å gå litt ned på videregående.

Det er litt flere av ungdommene med høy enn med lav sosioøkonomisk status som opplever mye press. De geografiske forskjellene er forholdsvis små, med flest som opplever mye press på minst to områder i Finnmark (26 prosent) og færrest i Innlandet (21 prosent).

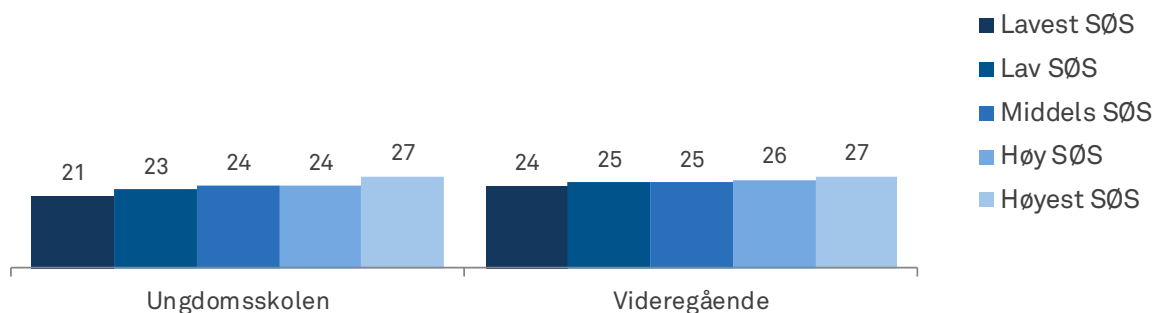
71 prosent av guttene og 45 prosent av jentene har ikke opplevd så mye press at de har hatt problemer med å takle det. Men 6 prosent av guttene og 16 prosent av jentene har ofte hatt problemer med å takle press. Det er grunn til å tro at spesielt den sistnevnte gruppen kan ha en del utfordringer i hverdagen.

### Prosentandel gutter og jenter som opplever mye eller svært mye press på ulike områder

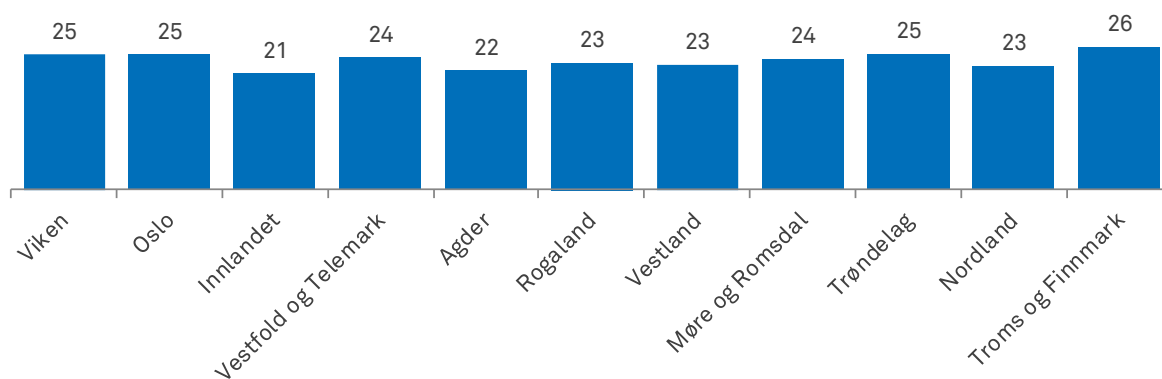


# Stress og press

Prosentandel som opplever mye press på minst to områder  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

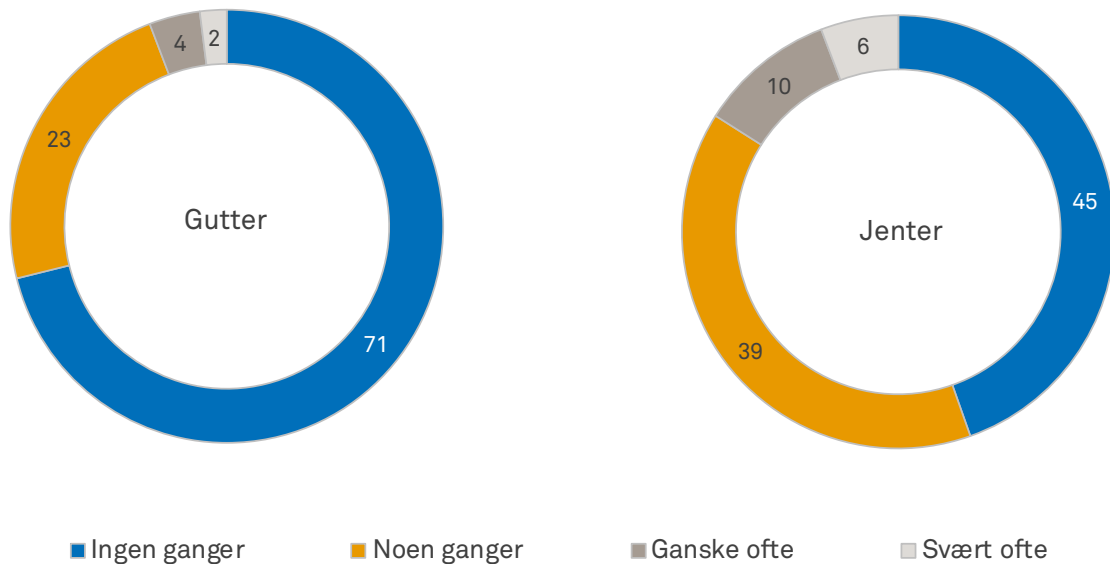


Prosentandel ungdomsskoleelever som opplever mye press på  
minst to områder – etter fylke

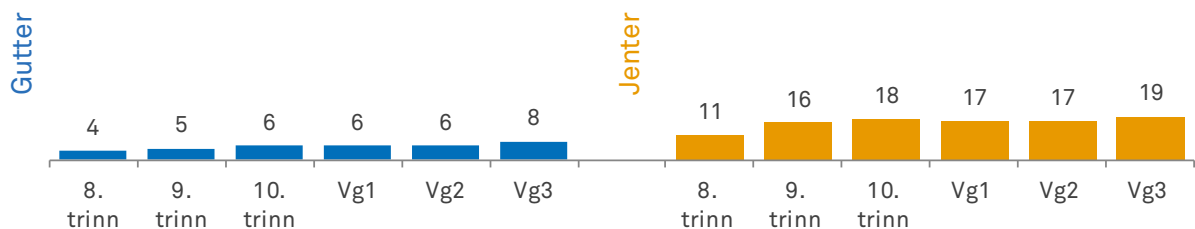


# Stress og press

Har du opplevd så mye press den siste uka at du har hatt problemer med å takle det?



Prosentandel som ofte har opplevd så mye press at de har hatt problemer med å takle det – etter kjønn og klassetrinn



## Hvordan stress og press blir målt i Ungdata

Fra 2017 ble følgende spørsmål inkludert i Ungdatas grunnmodul: «Opplever du press i hverdagen din?» Ungdommene ble bedt om å angi – på en femdelt skala fra «ikke noe press» til «svært mye press» – hvor mye press de opplever på følgende områder:

- Press om å gjøre det bra på skolen
- Press om å se bra ut eller ha en fin kropp
- Press om å gjøre det bra i idrett
- Press om å ha mange følgere og likes på sosiale medier

For å måle negativt stress, det vil si en ubalanse mellom opplevd press og kapasiteten til å håndtere presset, ble følgende spørsmål stilt: «Har du opplevd så mye press den siste uka at du har hatt problemer med å takle det?». Svaralternativene var «ingen ganger», «noen ganger», «ganske ofte» og «svært ofte».

# Fysiske plager

Verdens helseorganisasjon definerer helse som en «tilstand av fullkommen fysisk, psykisk og sosial velvære – ikke bare fravær av sykdom eller svakhet». God fysisk helse innebærer å ha en frisk og sunn kropp, være i fysisk aktivitet, ha god ernæring og å få tilstrekkelig med hvile.

Selv om ungdom generelt har god fysisk helse, er det likevel mange som sliter med ulike typer plager i hverdagen. Forbruket av smertestillende medisiner blant norske 15–16-åringer er høyt, og har steget betydelig siden 2001. En studie av norske ungdommer i 12–15-årsalderen viste at 17 prosent var regelmessig plaget av hodepine, magesmerter, ryggsmertor eller smerter i armer/bein.

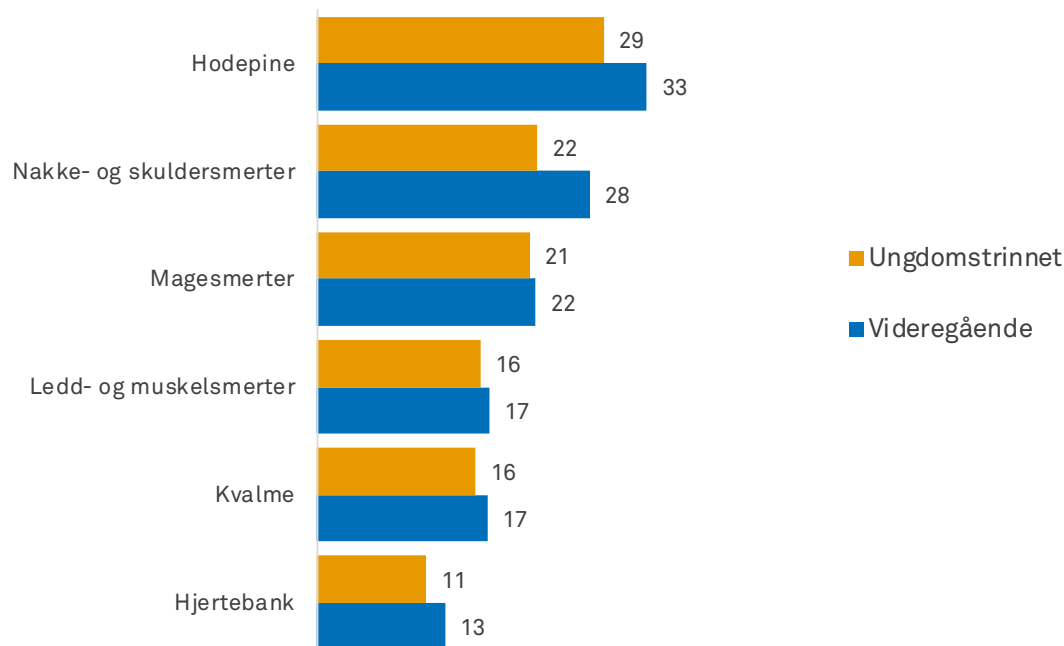
Hodepine er en av de vanligste fysiske plagene blant barn og unge, og en

stressende livsstil med krav og press kan være en av forklaringene på at ungdom rapporterer om hodepineplager.

I Ungdata kartlegges ulike typer av plager som dels kan være rent fysiske, men også være av psykosomatisk karakter.

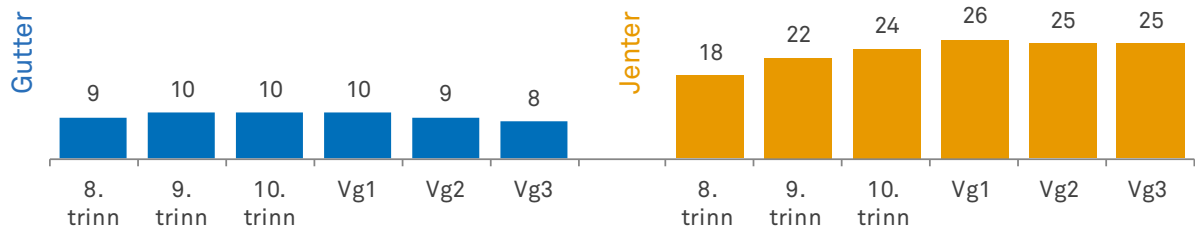
## Hvor mange sliter med ulike typer fysiske helseplager i hverdagen?

Prosentandel som mange ganger eller daglig har hatt ulike fysiske plager i løpet av siste måned



# Fysiske plager

Prosentandel som daglig har fysiske plager  
– etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Omfanget av fysiske helseplager øker over tid

De fleste ungdommer har fra tid til annen ulike former for fysiske helseplager. Ungdata viser at de mest utbredte plagene er hodepine og smerter i nakke og skuldre. Det er også en god del som sliter regelmessig med magesmerter.

Generelt er det betydelige kjønnsforskjeller i omfanget av de kartlagte helseplagene. Mens rundt ti prosent av guttene har hatt daglige plager i løpet av siste måned, er omfanget mer enn dobbelt så høyt blant jentene.

Omfanget av fysiske helseplager blant jenter øker gjennom ungdomsårene. Blant guttene er utbredelsen nokså lik uavhengig av alder.

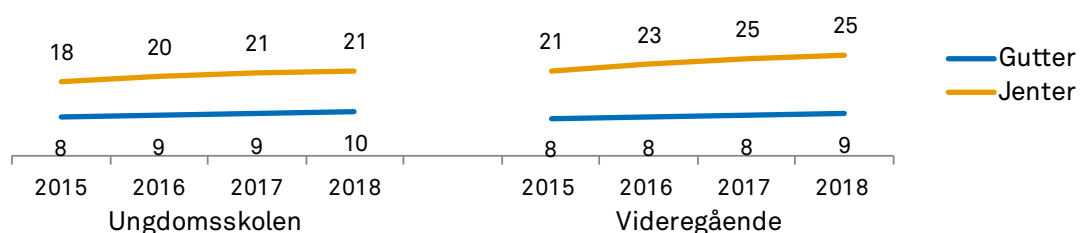
Det er forholdsvis små sosiale forskjeller i selvrapporterte fysiske plager, med en

tendens til at ungdom fra lavere sosiale lag er mest plaget på videregående. Omfanget av fysiske plager er omtrent det samme i de fleste fylkene, men noe høyere i de nordligste fylkene og lavest i Innlandet.

Omfanget av fysiske helseplager har økt i de årene dette er blitt kartlagt i Ungdata, men mest for jenter. Årets tall tyder på ingen endring for jenter og en liten økning blant gutter.

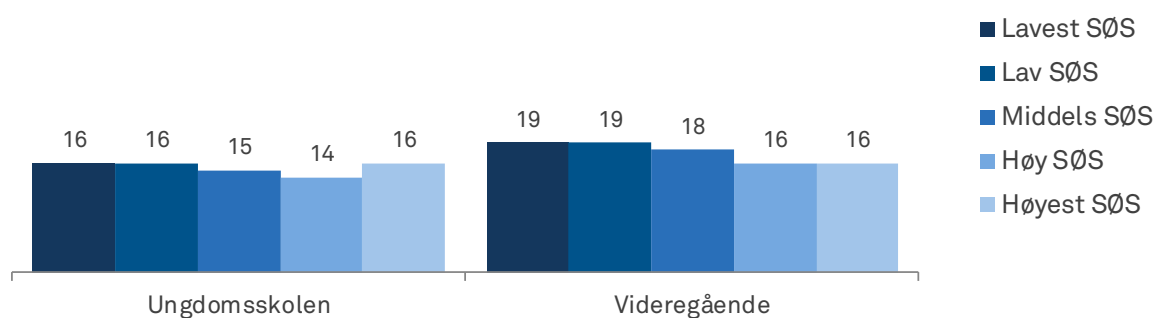
Det er betydelige kjønnsforskjeller i bruken av reseptfrie medikamenter som Paracet etc. Omfanget av medikamentbruk har vært forholdsvis stabil over tid. Årets tall viser en liten økning blant gutter.

Prosentandel som daglig har fysiske plager  
– etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

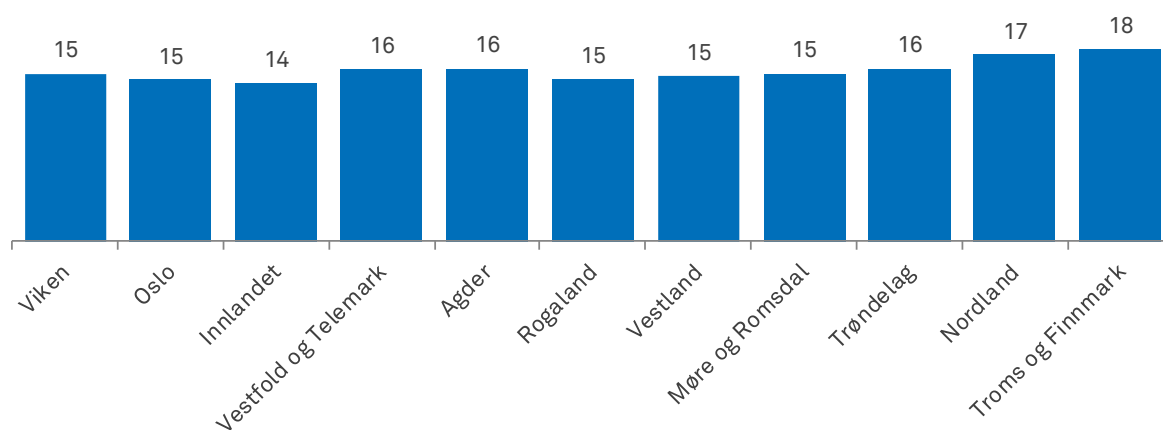


# Fysiske plager

Prosentandel som daglig har fysiske plager  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



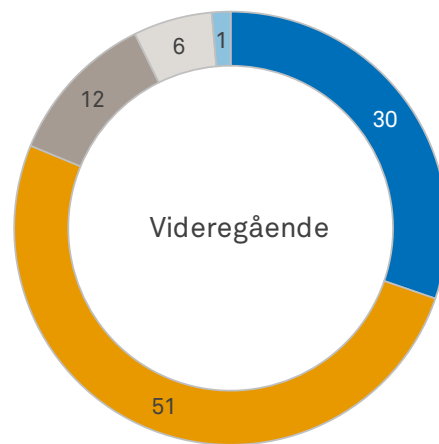
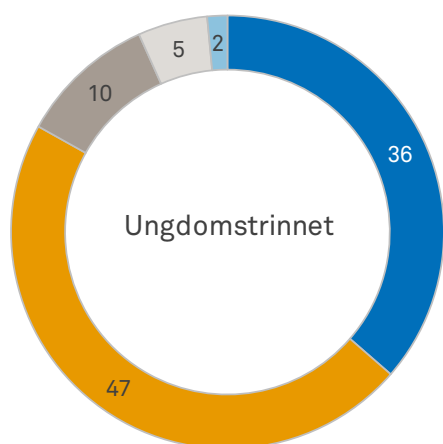
Prosentandel ungdomsskoleelever som daglig har fysiske plager  
– etter fylke





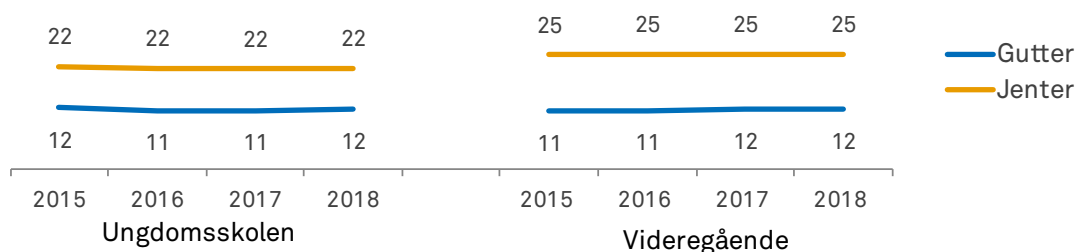
# Fysiske plager

Hvor ofte har du brukt reseptfrie medikamenter i løpet av siste måned?



■ Ingen ganger ■ Sjeldnere enn én gang i uka ■ Minst ukentlig ■ Flere ganger i uka ■ Daglig

Prosentandel som bruker reseptfrie medikamenter minst ukentlig – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan fysiske helseplager blir målt i Ungdata

Fra 2014 har fysiske helseplager blitt kartlagt gjennom Ungdatas grunnmodul. De unge blir spurt om de har hatt noen av følgende plager i løpet av siste måned:

- Hodepine
- Nakke- og skuldersmerter
- Ledd- og muskelsmerter
- Magesmerter
- Kvalme
- Hjertebank

Svaralternativene er «ingen ganger», «noen ganger», «mange ganger» og «daglig».

Ungdom som «daglig har fysiske plager» omfatter de som på minst ett av spørsmålene svarer at de plages daglig.

I Ungdata er det fra 2014 også lagt inn et spørsmål om siste måneds bruk av reseptfrie medikamenter som Paracet, Ibux og lignende.

# Psykiske plager

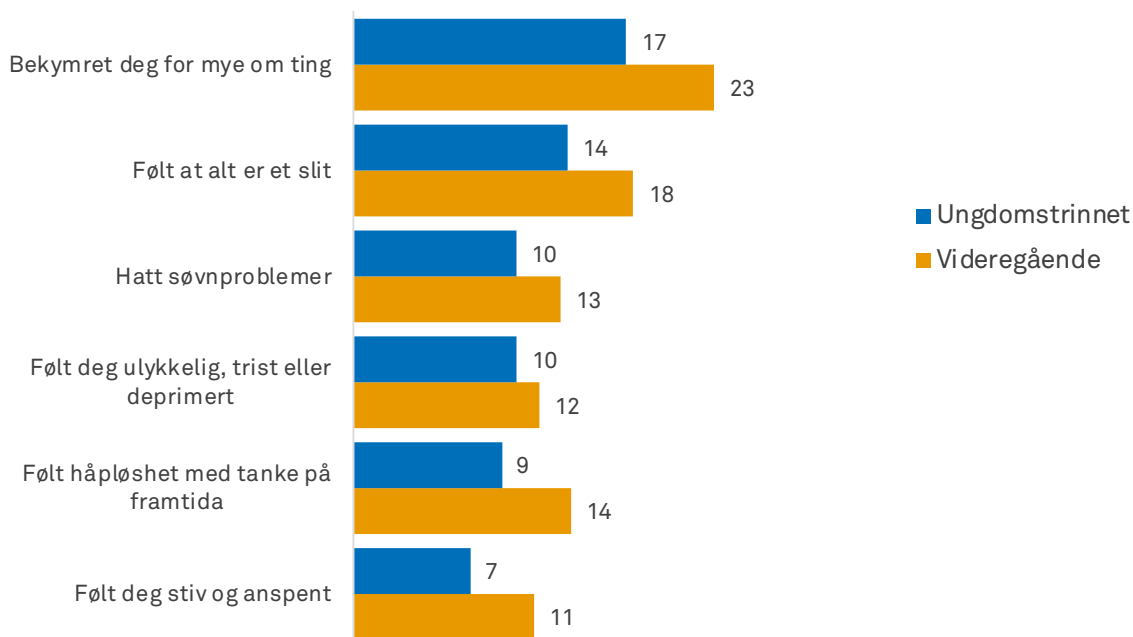
Ungdomstiden er en sårbar periode som byr på store omveltninger – både kroppslig og mentalt. De unge skal finne ut hvem de er og hva de står for, og møter nye krav og forventninger. Mange unge sliter psykisk i perioder. For de fleste er de psykiske plagene forbigående, men for noen blir de varige.

Med økende individualisering i samfunnet og et sterkere press om å lykkes i skolen, har flere vært bekymret for en negativ utvikling i ungdommers psykiske helse. Om psykiske problemer øker blant unge over tid, gir forskningen ingen entydige svar på. Det er likevel flere studier som tyder på at selvrapporterte depressive symptomer øker, og mest blant jenter. Det har dessuten vært en klar økning i angst- og depresjonslidelser som begrunnelse for uføretrygd blant unge.

Generelt er depresjons- og angstsymptomer de vanligste plagene blant ungdom. Jenter er mer plaget og oppsøker oftere hjelp enn gutter. Konfliktfylte forhold i hjemmet og liten grad av sosial støtte, øker risikoen for slike lidelser. Flere undersøkelser viser også en klar sammenheng mellom mobbing og dårlig psykisk helse.

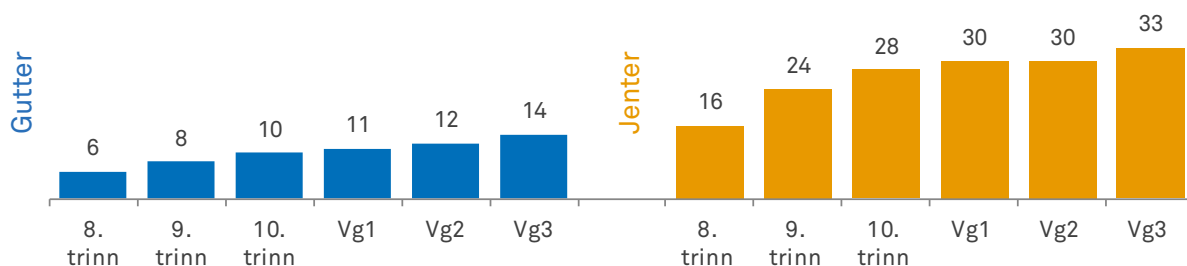
## Hvor mange opplever ulike psykiske plager

Prosentandel som har vært veldig mye plaget i løpet av siste uke



# Psykiske plager

Prosentandel som har mange psykiske plager  
– etter kjønn og klassetrinn



## Fortsatt økning i omfanget av selvrapporterte psykiske helseplager

Andelen som rapporterer om psykiske plager i ungdomsårene, er høy. Mest utbredt er typiske stressymptomer.

Jenter er langt oftere utsatt for alle de ulike psykiske plagene som måles gjennom Ungdata. Det er samtidig en god del gutter, særlig mot slutten av videregående, som er utsatt.

Fra 10. trinn og fram til slutten av videregående, har i overkant av hver fjerde jente mange psykiske plager. Dette innebærer at de er ganske eller svært mye plaget av de fleste symptomene som de blir spurt om i undersøkelsen.

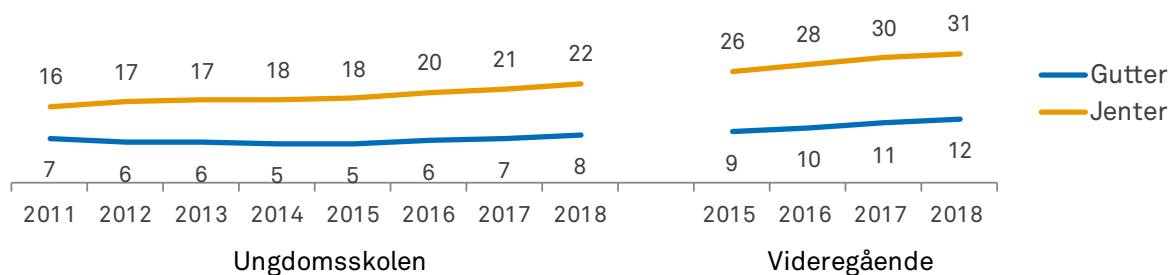
Omfanget av psykiske plager varierer lite med hvor i landet ungdommene bor. Derimot

har dette en viss sosial profil. Ungdom fra lavere sosiale lag er en del mer plaget enn ungdom fra høyere sosiale lag. Forskjellene er størst på videregående, noe som tyder på at de sosiale forskjellene øker gjennom ungdomsårene.

Omfanget av selvrapporterte psykiske plager har gradvis økt blant jenter helt siden begynnelsen av 2010-tallet. Fra 2015 og framover har det også vært en økning blant gutter.

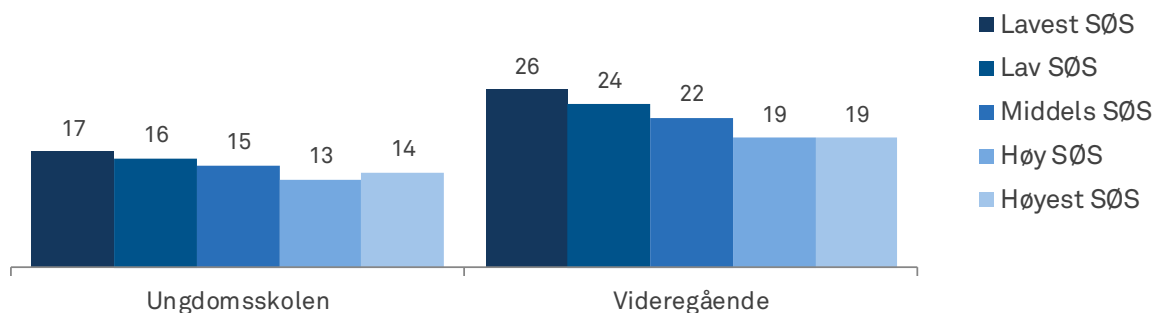
Tilsvarende viser årets undersøkelse at andelen som opplever ensomhet er den høyeste som noen gang er registrert i Ungdata.

Prosentandel som har mange psykiske plager  
– etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

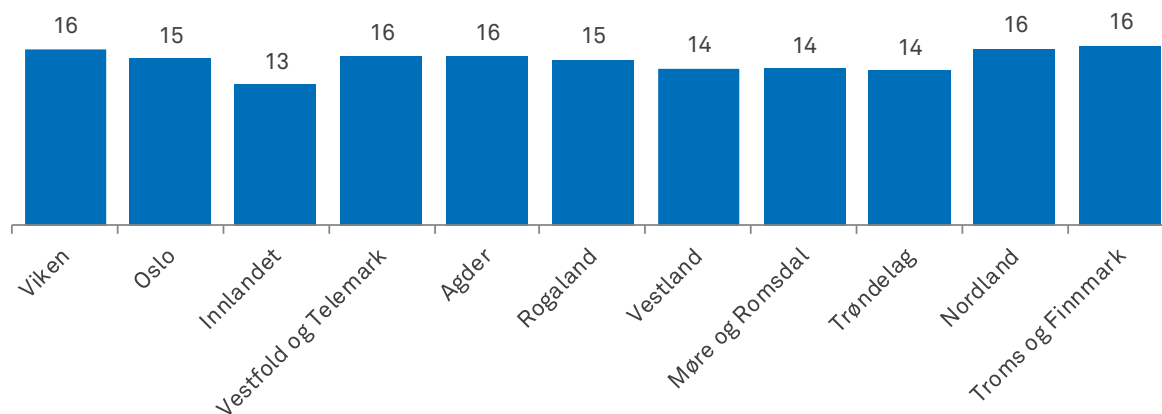


# Psykiske plager

Prosentandel som har mange psykiske plager  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

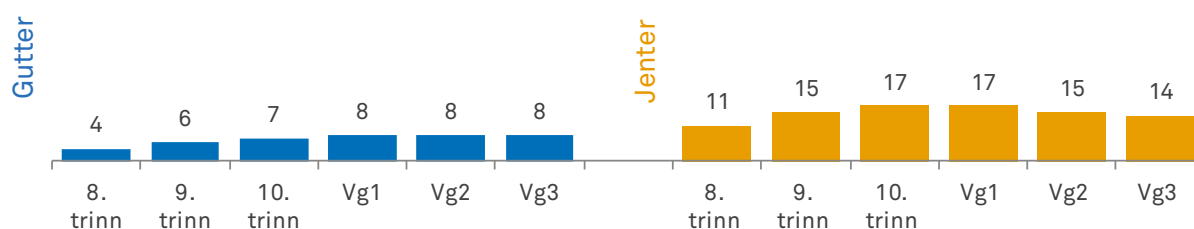


Prosentandel ungdomsskoleelever som har mange psykiske plager  
– etter fylke

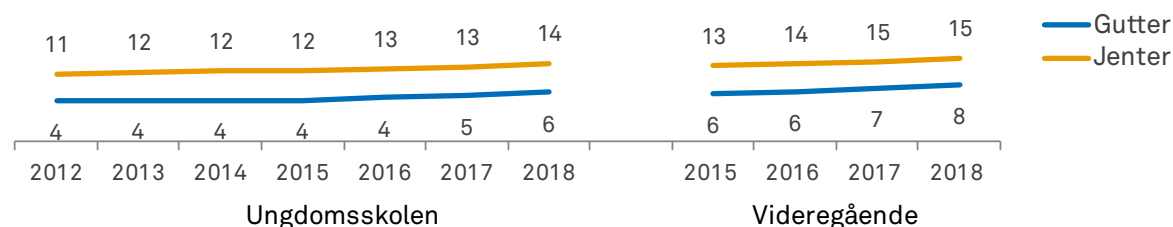


# Psykiske plager

Prosentandel som har vært veldig mye plaget av ensomhet siste uke – etter kjønn og klassetrinn



Prosentandel som har vært veldig mye plaget av ensomhet siste uke – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan psykiske plager blir målt i Ungdata

Psykiske plager omfatter mange ulike forhold. I Ungdata finnes et sett av spørsmål som har vært brukt i mange selvrapporteringsundersøkelser for å fange opp det som psykologer omtaler som depressive symptomer. Ungdommene blir bedt om å oppgi hvor ofte de i løpet av den siste uka har vært plaget av følgende: «Følt at alt er et slit», «hatt søvnproblemer», «følt deg ulykkelig, trist eller deprimeret», «følt håpløshet med tanke på framtida», «følt deg stiv eller anspent», «bekymret deg for mye om ting».

Svaralternativene er: «Ikke plaget i det hele tatt», «lite plaget», «ganske mye plaget» og «veldig mye plaget».

I Ungdata brukes svarene på disse seks spørsmålene for å identifisere en gruppe som er spesielt mye plaget. De som i rapporten omtales som å ha «mange psykiske plager», omfatter de som i «gjennomsnitt» minst krysser av for at de er «ganske mye plaget» når de seks symptomene summeres på en skala.

Det er viktig å presisere at Ungdata ikke fanger opp det som ut fra kliniske kriterier regnes som depresjon eller depressive lidelser. I Ungdata spørres det også om hvor mange som er plaget av ensomhet, med de samme svaralternativene som nevnt over. Andelen som er veldig mye plaget, er vist i figurene over.

# Seksuell helse

De fleste utforsker sin seksualitet og gjør sine første seksuelle erfaringer i løpet av ungdomstiden. For ungdom, som for voksne, har seksuelle erfaringer som regel en positiv side preget av spenning, lyst og glede. Samtidig plasseres ungdoms seksualitet ofte i en risikokontekst. Fordi ungdom er uerfarne seksuelt, kan det være vanskeligere for dem å sette grenser for andres seksuelle tilnærminger. En del unge utsettes også for ulike former for seksuell trakassering og overgrep.

I et helseperspektiv er man bekymret for overføring av kjønnssykdommer og for uønsket graviditet. At tenåringer får barn er imidlertid et svært uvanlig fenomen i Norge, og fra tidlig på 1990-tallet til begynnelsen av 2000-tallet er antall tenåringsfødsler halvert. Abortstatistikken viser også et lavt antall tenåringsaborter. Dette kan forklares med

at ungdom i dag både har mer kunnskap om og bedre tilgang til prevensjonsmidler enn tidligere ungdomsgenerasjoner.

Dette kapitlet viser resultatene fra spørsmål som ble inkludert i Ungdata fra 2017. Spørsmålene gikk til elever på videregående, og tallene er derfor basert på de eldste ungdommene som deltar i Ungdata.

Hvor mange elever på videregående har hatt samleie med noen?

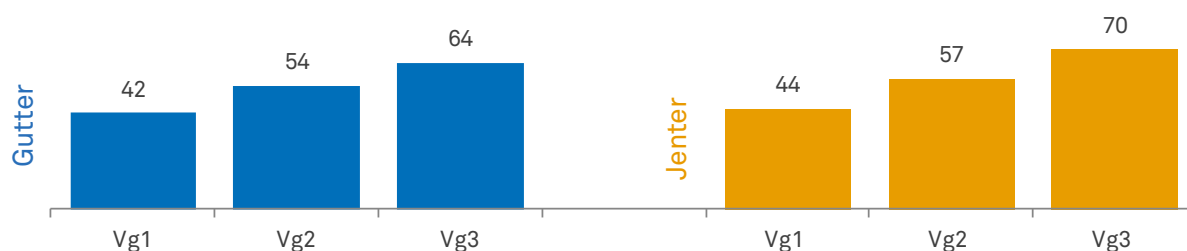
Har du hatt samleie med noen?



■ Ja ■ Nei

# Seksuell helse

## Prosentandel som har hatt samleie – etter kjønn og klassetrinn



### Litt over halvparten hadde samleie før de fylte 18 år

I overkant av halvparten av elevene på videregående har hatt samleie. Andelen er litt høyere blant jenter (56 prosent) enn blant gutter (52 prosent).

Svært få har debutert før de fylte 14 år. Fra 14-årsalderen øker andelen som har debutert, og 24 prosent av jentene og 21 prosent av guttene har debutert før de fylte 16 år. Det er først når vi kommer opp i 17-årsalderen at vi finner at flertallet av de unge har debutert med samleie. Gjennom årene på videregående er det en økende andel som har hatt seksuelle samleieerfaringer.

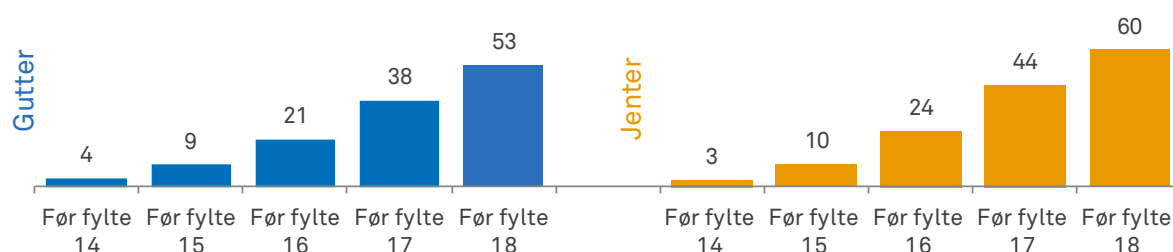
Det er store geografiske variasjoner i hvor mange som har hatt samleie. Oslo skiller seg ut med den desidert laveste andelen (32

prosent på Vg1), mens flest har debutert i Finnmark (52 prosent). Det er bare mindre sosiale forskjeller.

32 prosent av ungdommene på videregående har blitt utsatt for en eller flere av de formene for seksuell trakassering som ble kartlagt i undersøkelsen. 17 prosent har opplevd uønsket seksuell beføling, 17 prosent har opplevd å bli kalt for seksuelt ladete skjellsord, og 18 prosent har opplevd at noen spredte negative seksuelle rykter om dem.

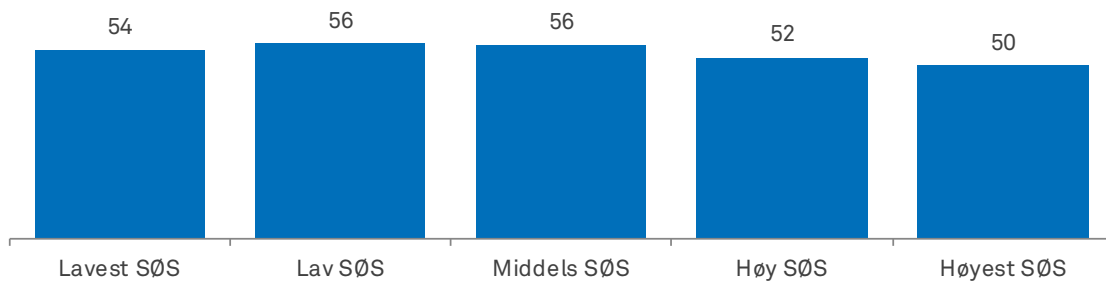
Jenter er generelt mer utsatt for seksuell trakassering enn gutter. Den største kjønnsforskjellen gjelder uønsket beføling som én av fire jenter på videregående har blitt utsatt for.

### Hvor gammel var du da du hadde samleie første gangen? Kumulativ fordeling blant elever på Vg3

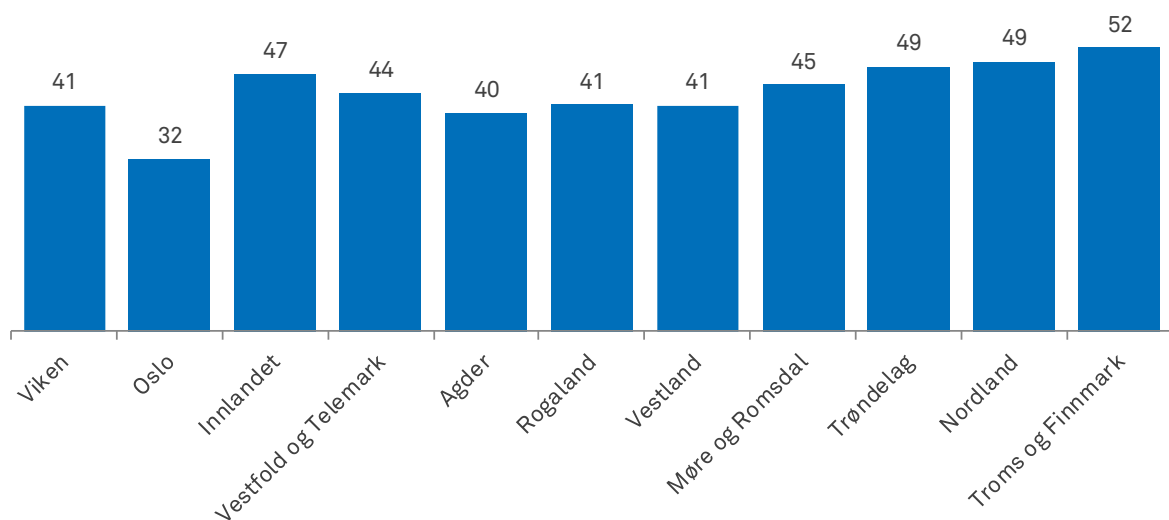


# Seksuell helse

Prosentandel av elever på videregående som har hatt samleie – etter sosioøkonomisk status (SØS)



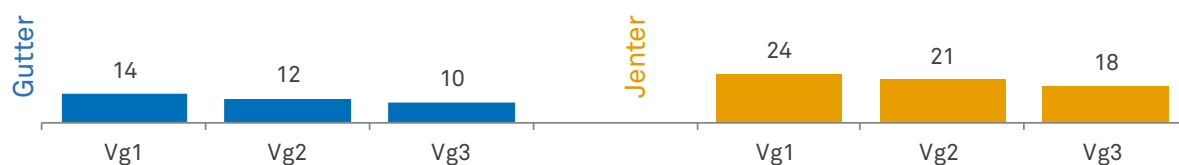
Prosentandel av elever på Vg1 som har hatt samleie – etter fylke



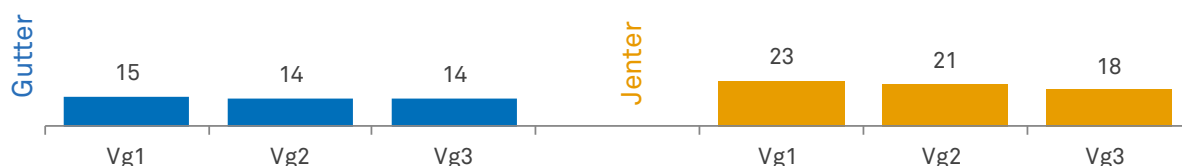


# Seksuell helse

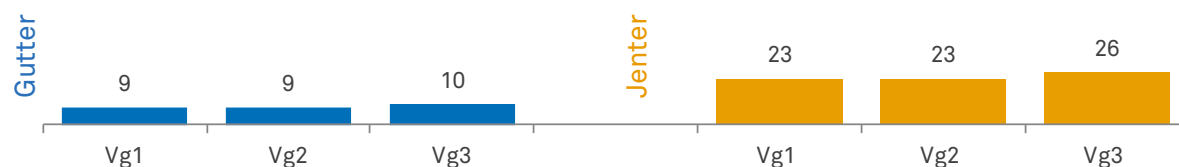
Prosentandel som har opplevd at noen på en sårende måte har kalt deg for hore, homo eller andre ord med seksuelt innhold



Prosentandel som har opplevd at noen har spredt negative seksuelle rykter om deg



Prosentandel som har opplevd at noen mot din vilje befølte deg på en seksuell måte



## Måling av seksuell helse i Ungdata

Spørsmål om seksuelle erfaringer og seksuell trakassering ble inkludert i Ungdatas grunnmodul til elever på videregående fra 2017. Samleiedebut ble målt gjennom følgende spørsmål: «Har du hatt samleie med noen (ligget sammen)?» med svaralternativene «Ja» og «Nei».

De som svarte «ja», fikk et oppfølgingsspørsmål om debutalder: «Hvor gammel var du da du hadde samleie første gangen?».

For å avgrense fenomenet seksuell trakassering fra legitime former for seksuell kontakt, er spørsmålet formulert slik at det fanger opp handlinger som har skjedd mot de unges vilje,

eller at dette har skjedd på en negativ og/ eller sårende måte som de absolutt ikke likte. Spørsmålet ble konkret stilt på følgende måte: «Har du i løpet av de siste 12 månedene blitt utsatt for noe av dette på en måte som du absolutt ikke likte?» De ble bedt om å oppgi antall ganger på følgende: «At noen mot din vilje befølte deg på en seksuell måte», «At noen på en sårende måte kalte deg for hore, homo eller andre ord med seksuelt innhold» og «At noen spredte negative seksuelle rykter om deg».

# Kosthold

Ungdomstiden er preget av at kroppen utvikler seg raskt og behovet for næringsstoffer øker. Det vi spiser og drikker påvirker helsa vår. Et sunt kosthold og god ernæring kan redusere risiko for en rekke sykdommer, og er avgjørende for vekst og utvikling i ungdomstiden. Gode kostholdsvaner etableres også tidlig og tas med videre i livet.

Folkehelseinstituttet anbefaler at et sunt kosthold blant annet bør inneholde grove kornprodukter, grønnsaker, frukt, fisk, fugl og kjøtt. Samtidig bør inntaket av sukker reduseres.

Større autonomi fra foreldre og bedre tilgang til penger, gjør at ungdom har mer kontroll over eget kosthold enn da de var barn. Fristelsene er store, og for mange er det lett å velge usunne drikke- og matvarer.

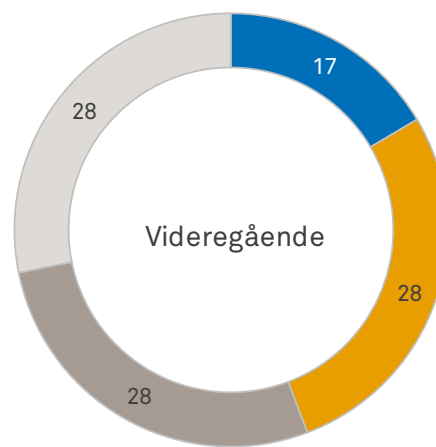
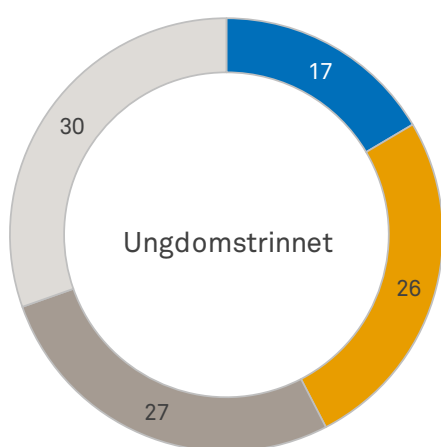
Resultater fra HEVAS-undersøkelsen viser likevel at mange ungdommer har sunne

spisevaner ved at de regelmessig spiser frukt og grønt, og spiser frokost, lunsj og middag de fleste dagene i uka. Samtidig blir ofte spisevanene mindre sunne med økende alder, og jenter har i gjennomsnitt noe sunnere matvaner enn gutter.

Spørsmål om kosthold ble tatt inn i Ungdatas grunnmodul fra og med 2017.

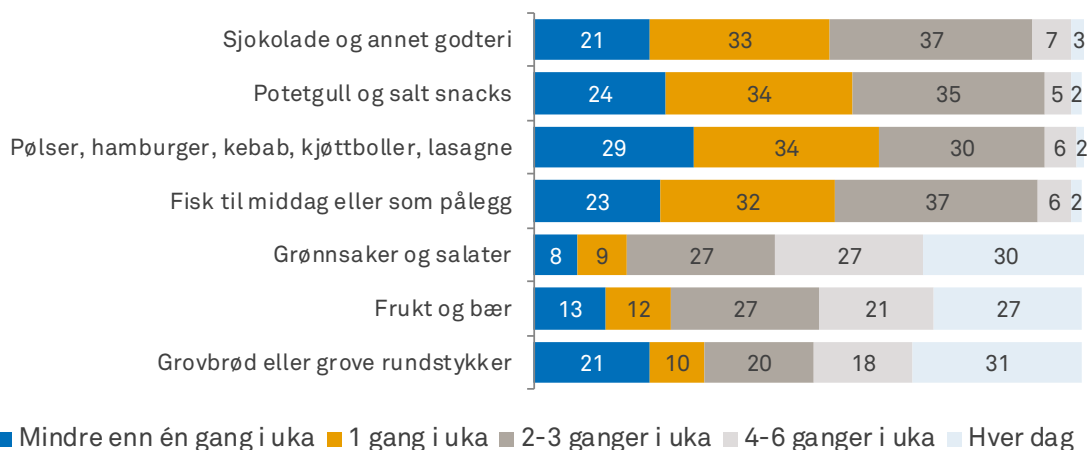
## Hva spiser norske ungdommer?

### Hvor ofte spiser du grønnsaker og salat?



■ Maks én gang i uka ■ 2-3 ganger i uka ■ 4-6 ganger i uka ■ Hver dag

## Hvor ofte ungdom vanligvis spiser...



## Stor variasjon i kostholdsvaner

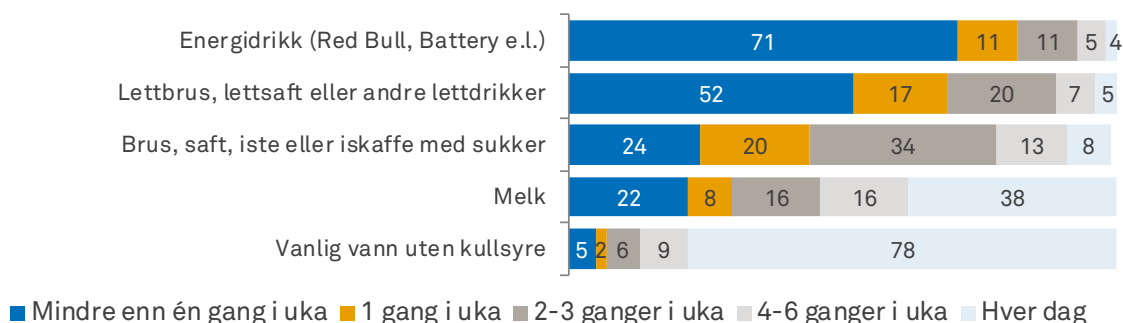
Spørsmål om kostholdsvaner ble inkludert i Ungdata i 2017. Ser vi på de sunne matvanene som det å spise frukt og grønt og bruken av grove brødtyper, er det stor variasjon. Rundt hver tredje spiser slike produkter hver dag, samtidig som en god del sjelden får i seg denne typen mat. Også bruken av melk varierer mye ungdom i mellom. Selv om de aller fleste drikker vanlig vann hver eneste dag, drikker fem prosent vann sjeldnere enn én gang i uka.

Flertallet av ungdom spiser fisk til middag eller som pålegg minst én gang i uka. Det samme gjelder kjøttdeigbaserte produkter som pølser og hamburgere.

De fleste spiser også godteri eller snacks hver uke. Det er noen flere jenter enn gutter som jevnlig spiser godteri. Åtte prosent bruker sukkerholdige drikker hver eneste dag, mens færre bruker lettbrus eller andre lettdrikker. Omfanget av energidrikk er enda lavere. Fire prosent drikker dette hver dag.

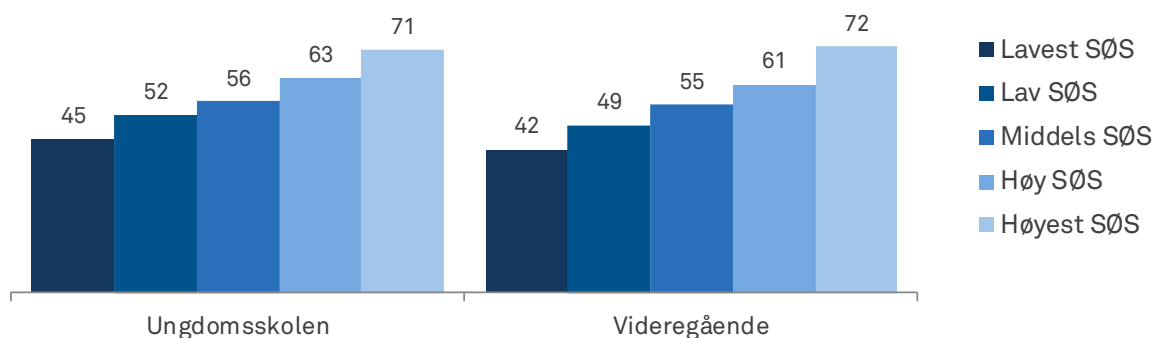
Det er store sosiale forskjeller i kostholdsvaner. Resultatene viser en tydelig profil i retning av at ungdom fra høyere sosiale lag spiser grønnsaker langt oftere enn ungdom fra lavere sosiale lag. Det er også en del geografiske variasjoner i kostholdsvanene.

## Hvor ofte ungdom vanligvis drikker...

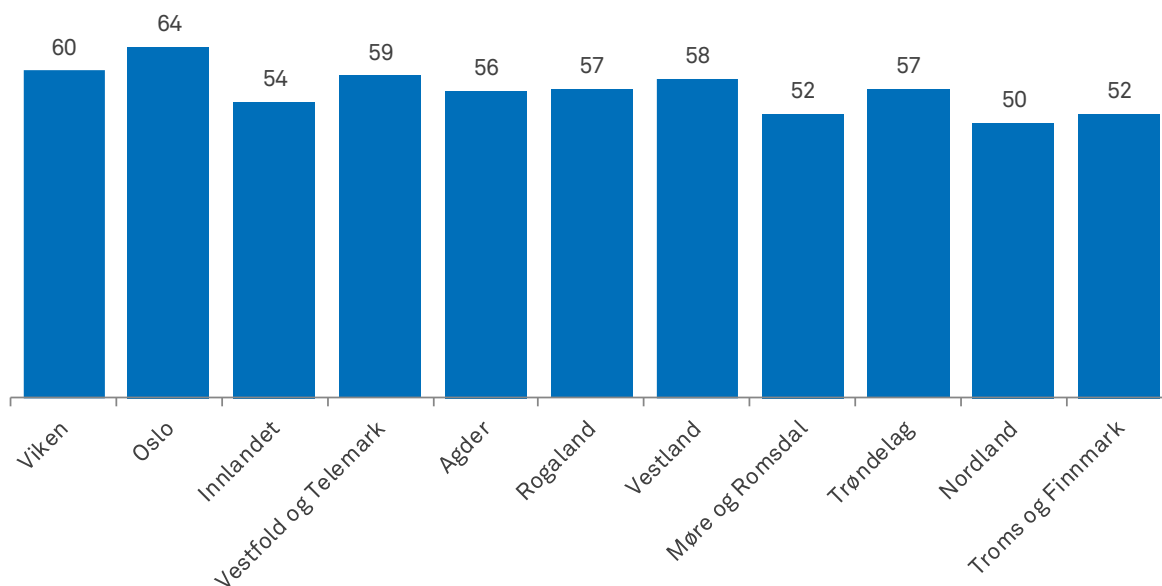


# Kosthold

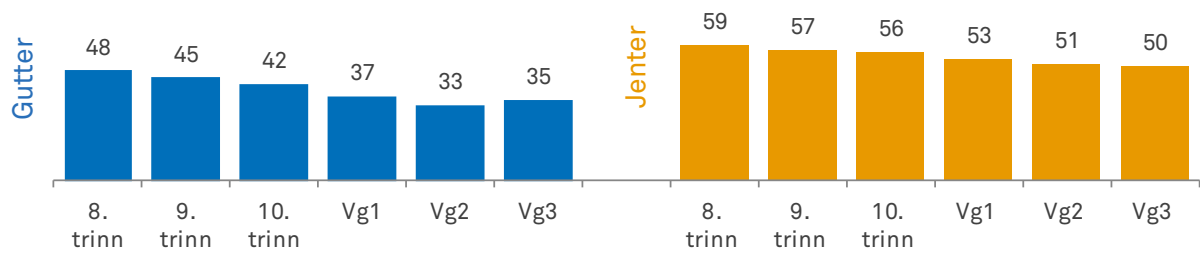
Prosentandel som spiser grønnsaker og salat minst fire ganger i uka – etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



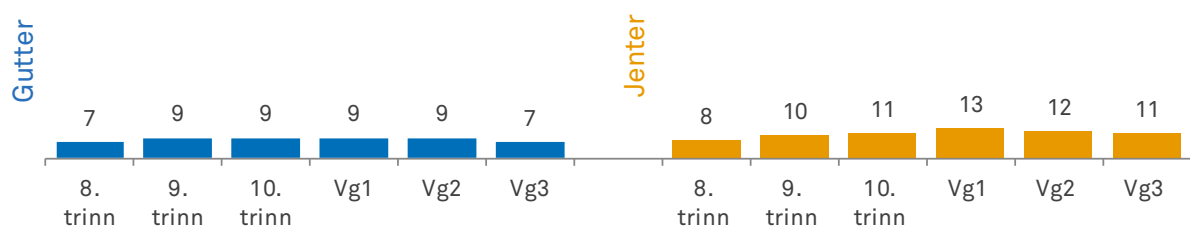
Prosentandel ungdomsskoleelever som spiser grønnsaker og salat minst fire ganger i uka – etter fylke og kjønn



## Prosentandel som spiser frukt og bær minst fire ganger i uka – etter kjønn og klassetrinn



## Prosentandel som spiser sjokolade og godteri minst fire ganger i uka – etter kjønn og klassetrinn



## Hvordan kostholdsvaner blir målt i Ungdata

Spørsmål om kosthold ble inkludert i den obligatoriske grunnmodulen fra og med 2017. Kostholdsvaner ble målt med følgende spørsmål: «Hvor ofte spiser eller drikker du vanligvis noe av det som står under?». Ungdommene ble presentert en liste som inneholdt både mattyper og forskjellige typer drikke. De ble bedt om å krysse av for følgende svaralternativer: «Aldri», «Mindre enn én gang i uka», «1 gang i uka»,

«2–3 ganger i uka», «4–6 ganger i uka», «Hver dag» eller «Flere ganger daglig». I figurene er noen av svaralternativene slått sammen.



# Rusmiddelbruk

Tobakk

Alkohol

Cannabis

# Tobakk

I løpet av de siste tiårene har kampen mot røyking blitt intensivert. I 1996 ble aldersgrensen for kjøp av tobakk hevet fra 16 til 18 år. I 2004 ble det innført forbud mot røyking på serveringssteder, og i 2013 ble Røykeloven ytterligere skjerpet. Tiltakene har ført til en nedgang i andelen dagligrøykere som nærmest er uten sidestykke i norsk sosialhistorie. Andelen røykere både blant ungdom og voksne har gått markant ned fra årtusenskiftet til i dag. Samtidig har andelen unge som snuser, gått opp. Økt snusing oppveier likevel ikke tilbakegangen i røyking, og bruken av tobakk har samlet gått tilbake.

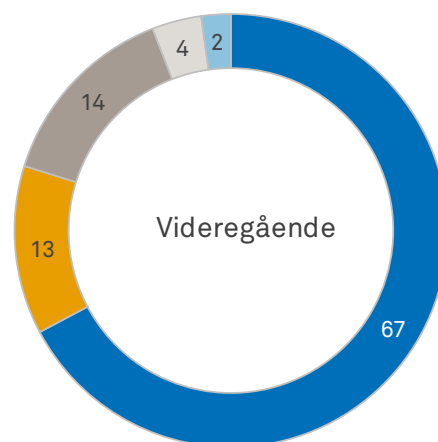
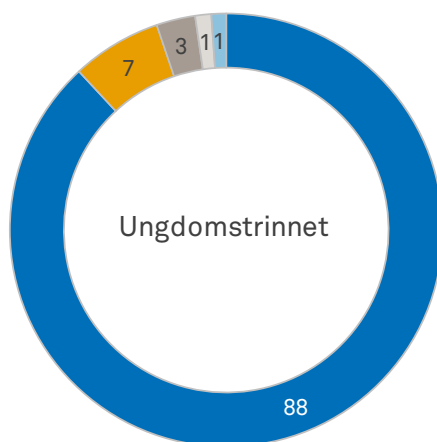
Parallelt har det skjedd nokså dyptgripende endringer i synet på røyking – også blant de unge. Røyking var tidligere en viktig markør for voksenhet og var forbundet med en viss

status. I dag gir røyking derimot liten status og respekt i de fleste ungdomsmiljøer.

Den internasjonale WHO-undersøkelsen «Helsevaner blant skoleelever», viser at tobakksrøyking er langt mindre utbredt blant norske elever enn blant ungdom i de fleste av de 40 landene som deltar i undersøkelsen.

## Hvor mange ungdommer røyker og snuser?

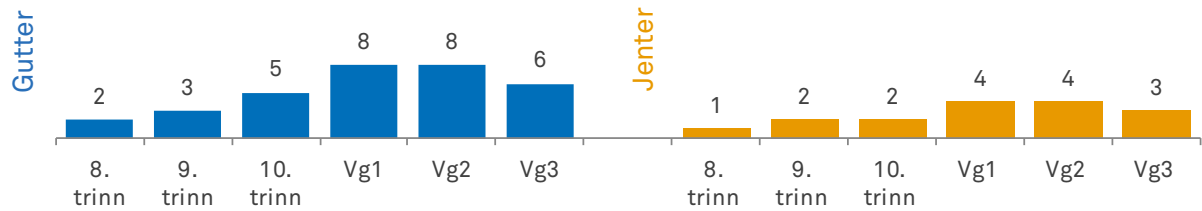
### Røyker du?



- Har aldri røykt
- Har røykt før, men har sluttet helt nå
- Røyker sjeldnere enn én gang i uka
- Røyker ukentlig, men ikke hver dag
- Røyker daglig



## Prosentandel som røyker daglig eller ukentlig – etter kjønn og klassetrinn



### Nedgangen i bruk av tobakk flater ut

Ungdata viser at det store flertallet aldri har prøvd sigaretter. På ungdomstrinnet gjelder dette ni av ti og på videregående sju av ti. Dagligrøykerne utgjør nærmest en ikke-eksisterende del av ungdomsmiljøene. Andelen som røyker ukentlig, er derimot noe høyere og øker en god del gjennom ungdomsårene. På videregående gjelder dette fire prosent av jentene og åtte prosent av guttene.

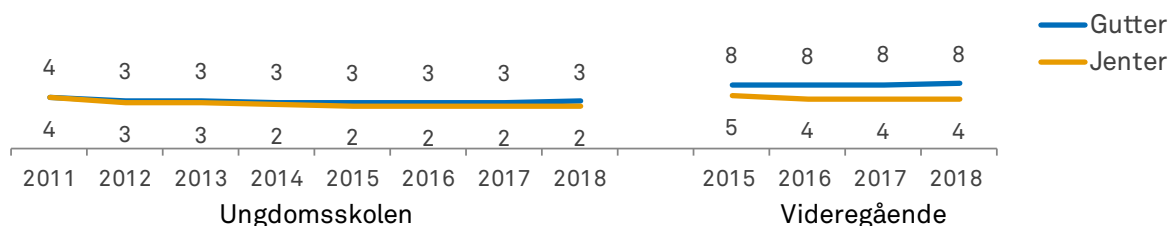
Røyking har en tydelig sosial profil. Selv om det uansett bakgrunn ikke er mange som røyker, er andelen som røyker regelmessig dobbelt så høy blant ungdom med lavest sosioøkonomisk status sammenliknet med de fra høyere sosiale lag. Det er færrest

som røyker i Innlandet og flest i Oslo, Agder, Rogaland og Nordland.

Det er heller ikke så vanlig at ungdom bruker snus. Snusing tiltar imidlertid enda mer gjennom ungdomsårene enn røyking, og på Vg3 er det 23 prosent av guttene og 16 prosent av jentene som snuser daglig eller ukentlig.

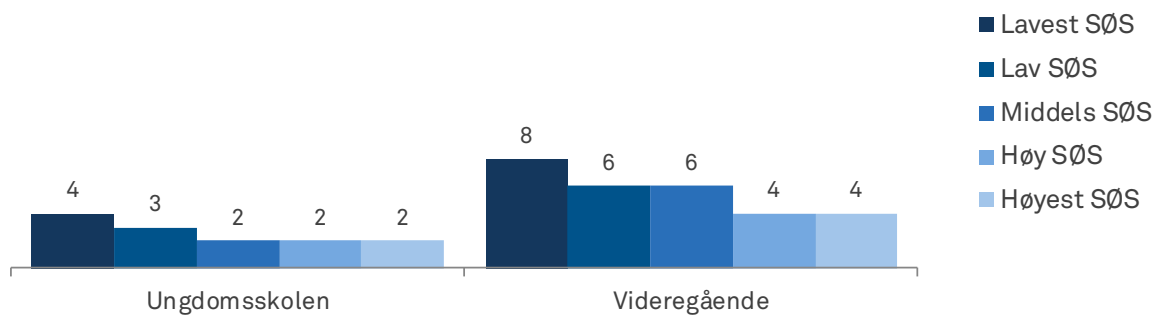
Trenden de senere årene er at færre ungdommer røyker og færre snuser enn tidligere. Røyketallene har i hele perioden ligget lavt, mens snusing har hatt en jevn nedgang. Tallene for de siste to-tre årene tyder på at denne trenden er i ferd med å flate ut.

## Prosentandel som røyker daglig eller ukentlig – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

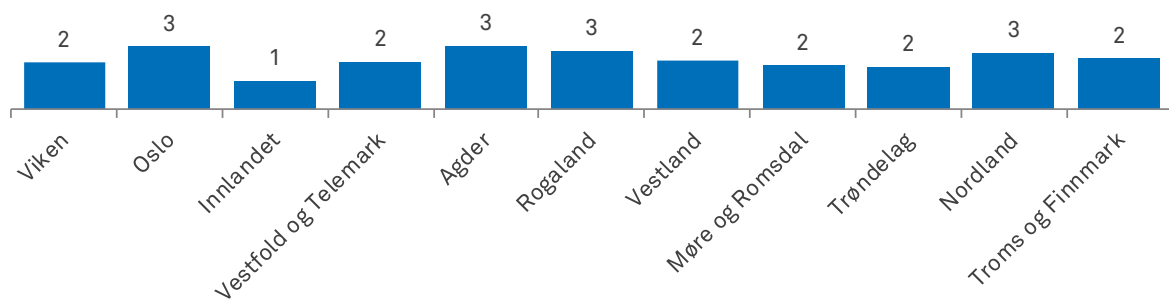


# Tobakk

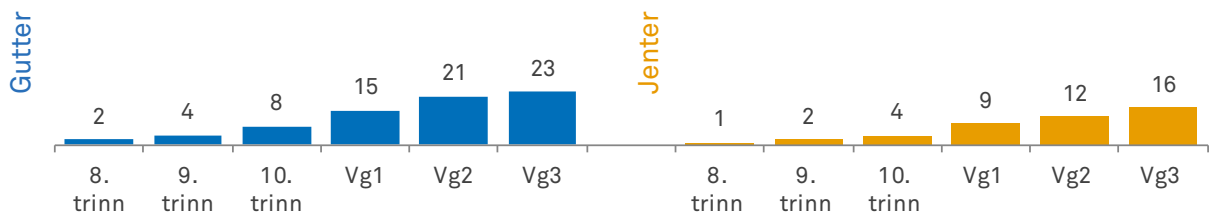
Prosentandel som røyker daglig eller ukentlig  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



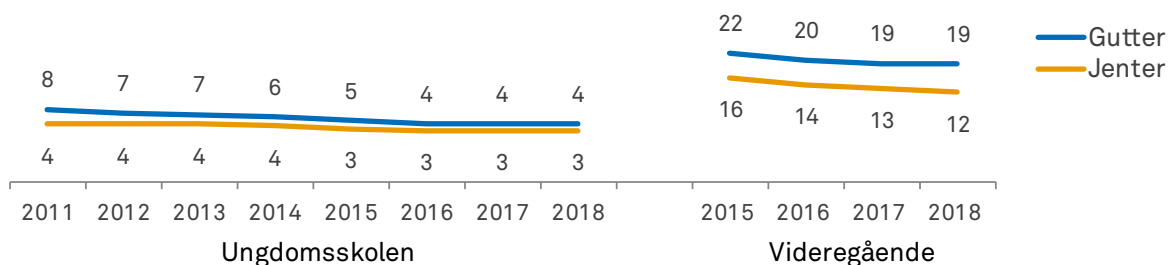
Prosentandel ungdomsskoleelever som røyker daglig eller ukentlig  
– etter fylke



## Prosentandel som bruker snus daglig eller ukentlig – etter kjønn og klassetrinn



## Prosentandel som bruker snus daglig eller ukentlig – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



### Hvordan bruk av tobakk blir målt i Ungdata

For å fange opp de unges røykevaner, blir ungdommene stilt følgende spørsmål: «Røyker du?».

Svaralternativene er: «Har aldri røykt», «har røykt før, men har sluttet helt nå», «røyker sjeldnere enn en gang i uka», «røyker ukentlig, men ikke hver dag» og «røyker daglig».

Tilsvarende spørsmål med tilsvarende svaralternativer er stilt om ungdommenes snusvaner.

# Alkohol

Alkohol som rusmiddel har en lang tradisjon i Norge. Studier viser at de unges bruk av alkohol fra årtusenskiftet og framover har vist en tydelig nedgang. Likevel er det fremdeles mange unge som drikker alkohol, og da særlig i den siste delen av tenårene.

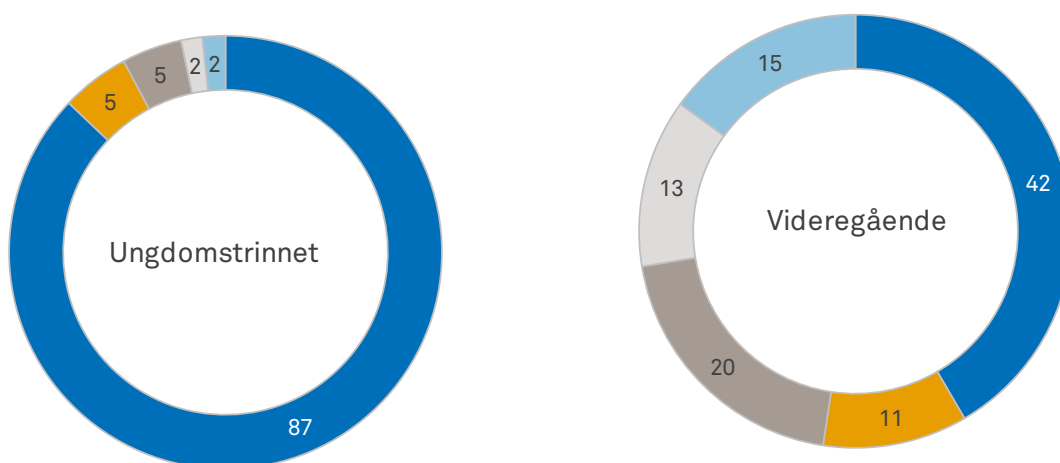
For mange innebærer eksperimentering med og bruk av alkohol en symbolsk markering av overgangen fra barn til ungdom. Å drikke i ungdomsalderen er dessuten sammenvevd med vennskap, flørting og en sosial livsstil. Unge som drikker alkohol midt i tenårene, har som regel mange venner og et aktivt sosialt liv.

Samtidig vet vi at det å drikke alkohol gir risiko for akutte skader, og ungdom som begynner å drikke tidlig, har i mange tilfeller et atferdsmønster der andre typer antisosial

atferd og bruk av andre rusmidler inngår. Ungdom i en slik situasjon har gjerne et mer trøblete forhold til skolen og til foreldrene enn andre. De begår mer kriminalitet, har dårligere psykisk helse og får oftere problemer senere i livet.

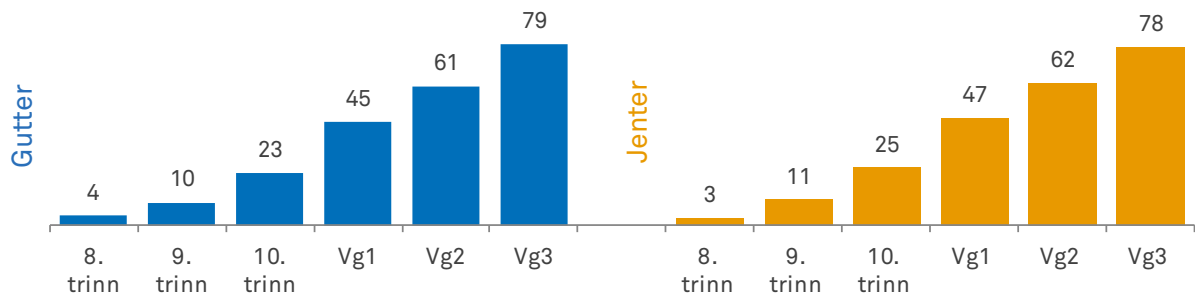
## Hvor mange drikker alkohol?

Hvor mange ganger har du drukket så mye at du har følt deg tydelig beruset i løpet av siste år?



■ Ingen ganger ■ 1 gang ■ 2-5 ganger ■ 6-10 ganger ■ 11 ganger eller mer

## Prosentandel som har vært tydelig beruset siste år – etter kjønn og klassetrinn



### Ingen endringer fra i fjor i andelen som har vært beruset

Det varierer mye hvor gamle ungdom er når de begynner å drikke alkohol, og det er vanskelig å peke på ett særskilt tidspunkt i ungdomstida der spesielt mange debuterer. Mens det helt i begynnelsen av tenårene er tre–fire prosent som har vært beruset, gjelder det nærmere 80 prosent blant avgangselevne i videregående. Blant elever på 8. trinn mener 73 prosent at det minker statusen i vennemiljøet å drikke seg full. På Vg3 er det kun 13 prosent av ungdommene som mener det samme.

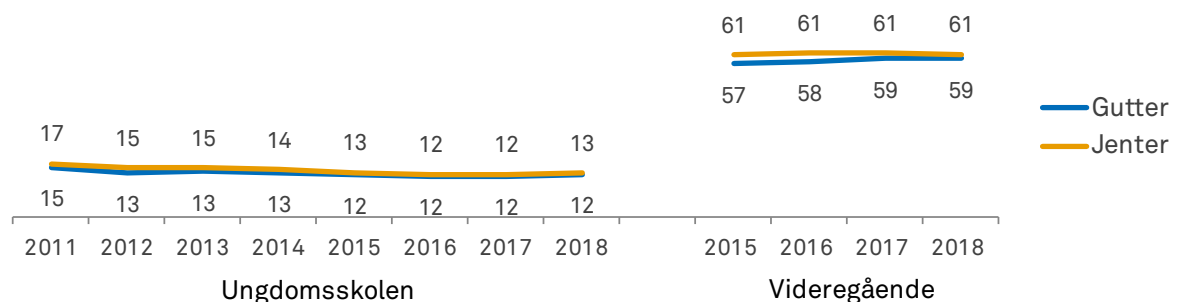
Ungdata har fram til 2015 vist en nedadgående trend i alkoholbruken blant ungdomsskoleelever. Det siste årets tall er nokså identisk med fjorårets, også på

videregående. Resultatene tyder på at utviklingen i ungdoms alkoholbruk har flatet ut.

Samtidig viser Ungdata at det både på ungdomstrinnet og på videregående har vært en økning i andelen av ungdommene som mener at det å drikke seg full er noe som øker statusen i vennemiljøet.

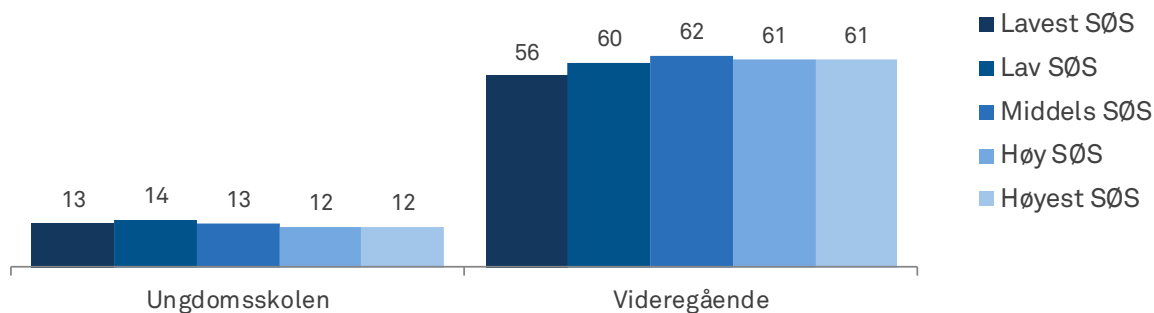
Det er bare mindre sosiale forskjeller i andelen som har vært beruset. Geografisk er det en del variasjoner, med flest ungdomsskoleelever som har vært beruset i Trøndelag og Nordland (17 prosent) og færrest i Vestland (9 prosent).

## Prosentandel som har vært tydelig beruset siste år – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

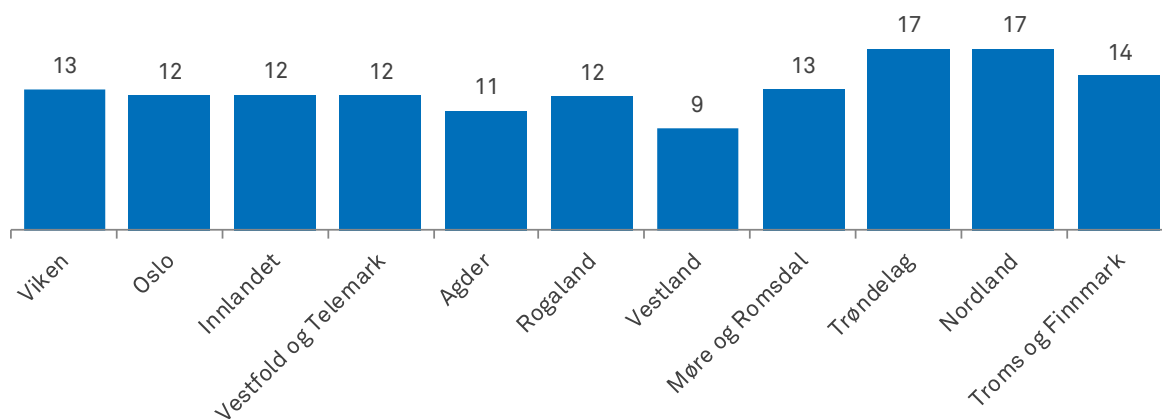


# Alkohol

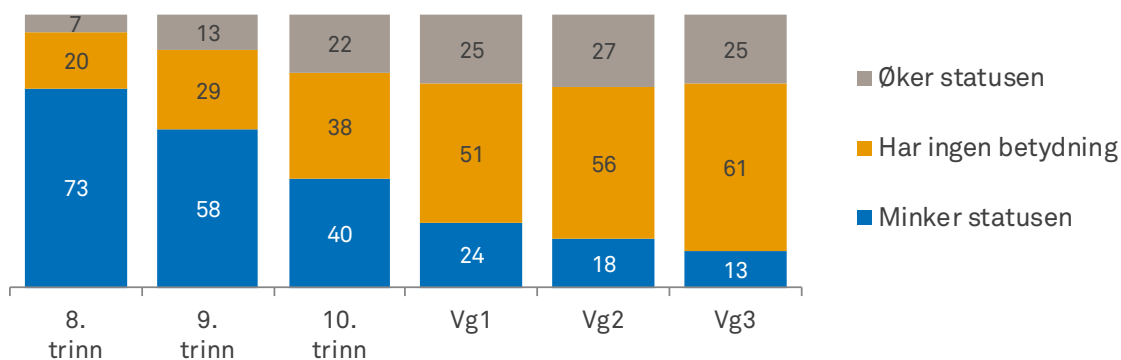
Prosentandel som har vært tydelig beruset siste år  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



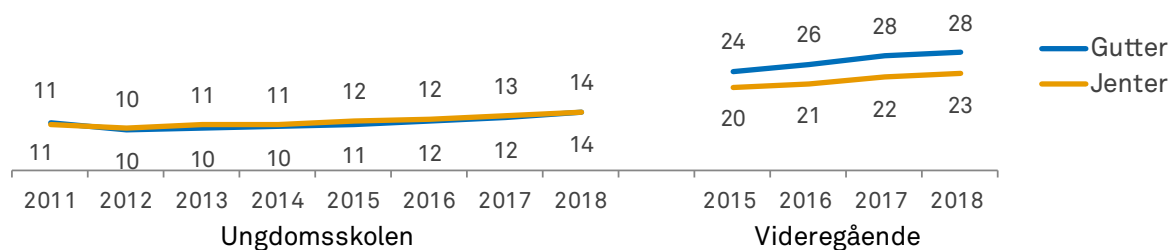
Prosentandel ungdomsskoleelever som har vært tydelig beruset siste år  
– etter fylke



## Hvorvidt det å drikke seg full øker eller minker statusen i vennemiljøet – etter klassetrinn



## Prosentandel som mener at det å drikke seg full er noe som øker statusen i vennemiljøet – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan bruk av alkohol blir målt i Ungdata

I Ungdata er det flere spørsmål som fanger opp de unges erfaringer med alkohol. I denne rapporten trekker vi fram det å være beruset og hvor mange som har etablert et jevnt drikkemønster.

I et batteri av spørsmål om bruk av ulike typer rusmidler blir ungdommene bedt om å svare på hvor mange ganger de i løpet av siste 12 måneder har drukket så mye at de hadde følt seg tydelig beruset.

Svaralternativene er «Ingen ganger», «1 gang», «2–5 ganger», «6–10 ganger» og «11 ganger eller mer».

I Ungdata blir ungdommene spurt om hva som øker eller minker statusen i vennemiljøet. Ett av områdene de blir spurt om, er hva slags betydning det «å drikke seg full» har.

# Cannabis

Bruk av narkotiske stoffer er ulovlig og blir til dels sterkt fordømt. Etter en økning blant tenåringer i bruken av hasj eller marihuana på 1990-tallet, var det en markert nedgang fram til midten av det første tiåret etter årtusenskiftet. Etter det har utviklingen vært mer stabil, men ser altså nå ut til å øke igjen.

Sammenliknet med ungdom i andre land, ligger norske ungdommers bruk av cannabis nokså lavt. Bruken av stoffer som kokain, ecstasy og heroin har ifølge selvrapporteringsundersøkelser nokså liten utbredelse blant norske ungdommer.

Om det å prøve hasj eller marihuana – isolert sett – er farligere enn å debutere tidlig med alkohol, er i dag omdiskutert. Det at alkohol er et legalt og sosialt akseptert rusmiddel, mens hasj og andre narkotiske stoffer er forbudt, utgjør uansett en viktig forskjell. Både rusmiddelbrukerens egen

forståelse og omverdenens fortolkning og reaksjon påvirkes av om stoffet er lovlig eller ikke. Unge som bruker illegale rusmidler, har krysset en ekstra grense.

Sammenliknet med alkohol er eksperimentering med narkotiske stoffer et mer entydig ungdomsfenomen. Likevel blir noen hengende igjen i et misbruksmønster også i voksen alder.

Hvor mange har prøvd hasj eller marihuana?

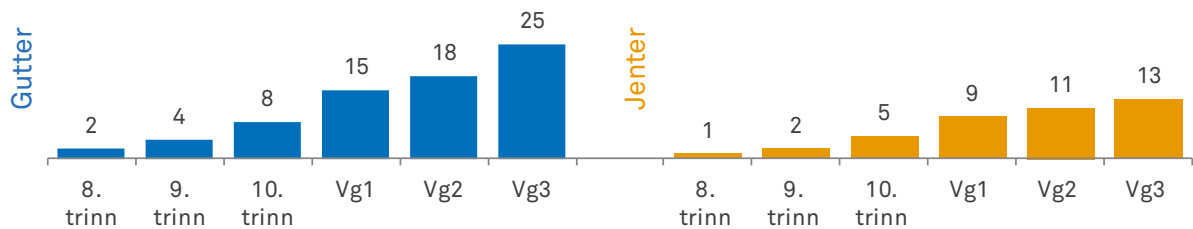
Hvor mange ganger har du brukt hasj eller marihuana i løpet av siste år?



■ Ingen ganger ■ 1 gang ■ 2-5 ganger ■ 6-10 ganger ■ 11 ganger eller mer



## Prosentandel som har brukt hasj eller marihuana siste år – etter kjønn og klassetrinn



### Økning i cannabisbruk

På ungdomstrinnet har relativt få prøvd cannabisstoffene hasj eller marihuana. 96 prosent har ikke brukt slike stoffer, og mindre enn to prosent har prøvd to eller flere ganger. Flere gutter enn jenter har prøvd og på ungdomstrinnet er bruk av cannabis noe mer utbredt blant ungdom i lavere sosiale lag.

På videregående har betydelig flere erfaringer med stoffet, spesielt guttene. På Vg3 har 25 prosent av guttene og 13 prosent av jentene prøvd hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Samtidig ser vi en endring i den sosiale profilen, der ungdom fra høyere sosiale lag skiller seg ut med noe høyere bruk.

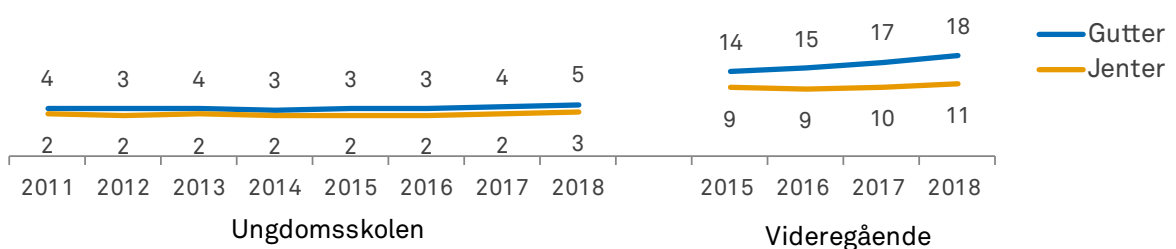
Andelen ungdomsskoleelever som har prøvd cannabis er langt høyere i Oslo (7 prosent)

enn i resten av landet. Lavest er utbredelsen i Innlandet (2 prosent).

Omfanget av hasjrøyking endret seg lite blant elever på ungdomstrinnet fra ungdomstamålingene startet i 2010 og fram til 2016. De siste to årene registrerer vi en økning. Tallene på videregående viser også en økning, fra 14 prosent i 2015 til 18 prosent i 2018 blant gutter og fra 9 til 11 prosent blant jentene. Også andelen som har blitt tilbudt hasj eller marihuana har økt markant.

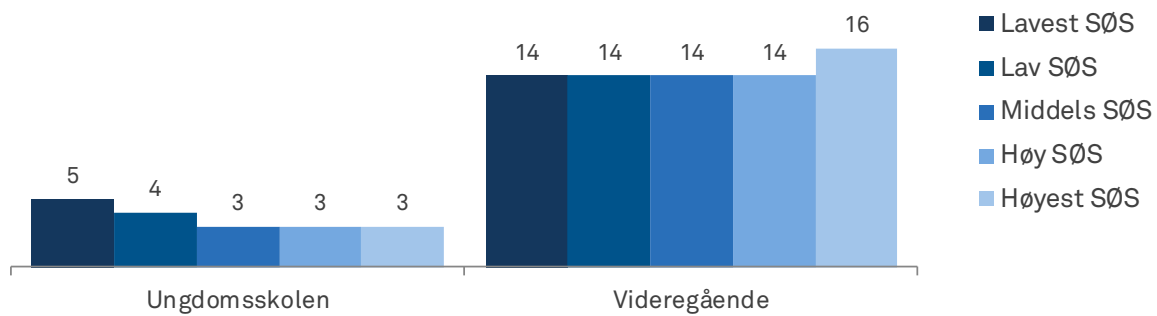
Langt flere har blitt tilbudt stoffet enn de som selv har prøvd. På slutten av videregående har halvparten av guttene og hver tredje jente blitt tilbudt hasj eller marihuana.

## Prosentandel som har brukt hasj eller marihuana siste år – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

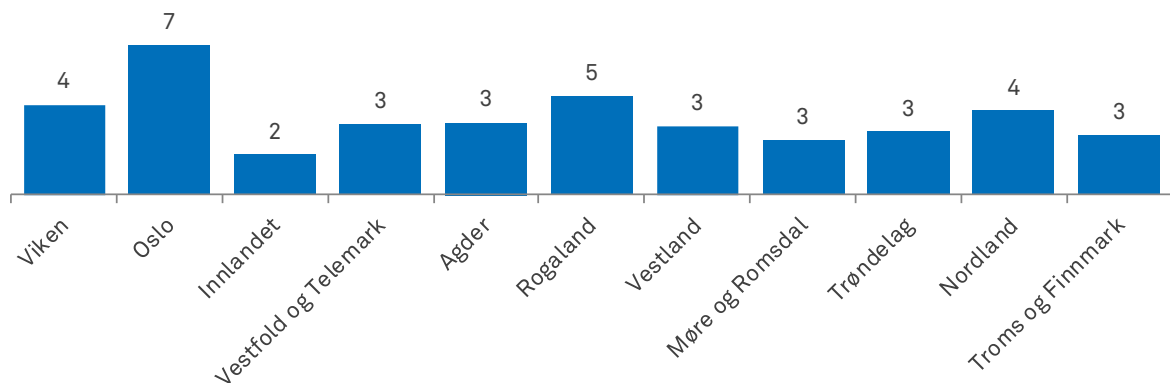


# Cannabis

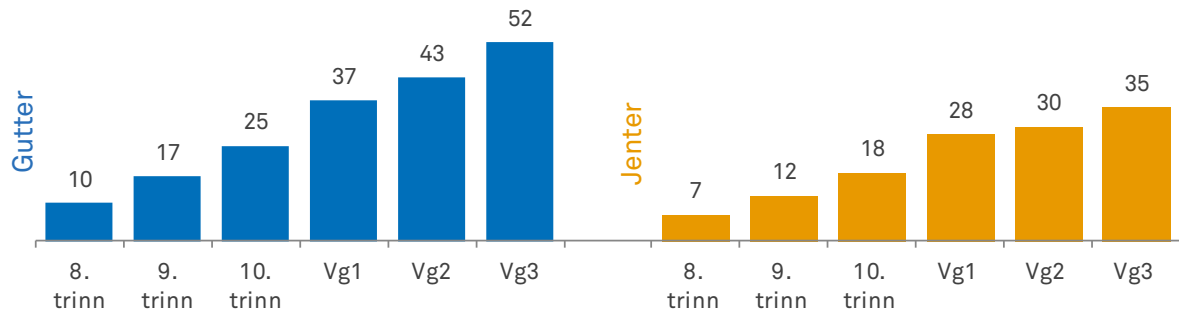
Prosentandel som har brukt hasj eller marihuana siste år  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



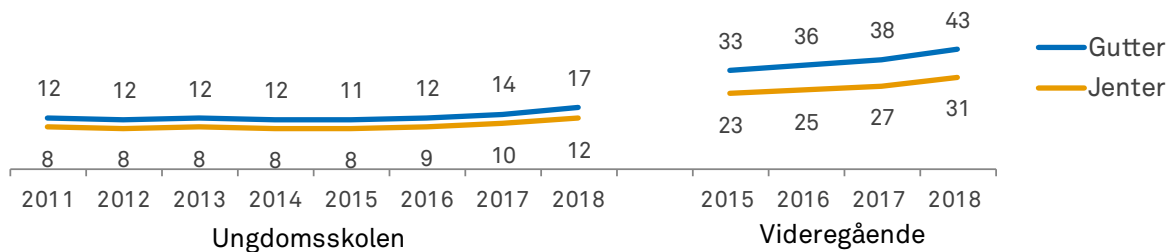
Prosentandel ungdomsskoleelever som har brukt hasj eller marihuana  
siste år – etter fylke



Prosentandel som minst én gang siste år har blitt tilbudt hasj eller marihuana – etter kjønn og klassetrinn



Prosentandel som minst én gang siste år har blitt tilbudt hasj eller marihuana – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan bruk av hasj blir målt i Ungdata

På spørsmål om bruk av ulike typer rusmidler ble ungdommene bedt om å svare på hvor mange ganger de i løpet av siste 12 måneder hadde «brukt hasj eller marihuana».

Svaralternativene var «ingen ganger», «1 gang», «2–5 ganger», «6–10 ganger» og «11 ganger eller mer».

Ungdommene fikk også spørsmål om de har blitt tilbudt hasj eller marihuana i løpet av siste år. Figurene over viser hvor stor andel som svarer «ja» på dette spørsmålet.



# Risikoatferd og vold

Regelbrudd

Mobbing

Vold

# Regelbrudd

Ungdomstida er en periode for utprøving. I denne fasen deltar mange i handlinger som er på kant med det som er alminnelig sosialt akseptert – inkludert på kant med det som er foreskrevet gjennom lovverket. Innen kriminologisk forskning er det et etablert funn at lovbrudd forekommer hyppigst blant ungdom og unge voksne.

Å debutere tidlig med kriminalitet og å begå lovbrudd av alvorlig karakter, øker risikoen for en kriminell løpebane senere i livet. Det er ikke helt tilfeldig hvem som havner i denne gruppa. Ofte har ungdom som begår kriminelle handlinger, tilleggsproblemer som ustabile hjemmeliv, svak psykisk helse, dårlig skoletilpasning, svakt sosialt nettverk og rusproblemer.

Etter en nokså kraftig økning i ungdomskriminaliteten gjennom store deler av

etterkrigstida, har ungdomskriminaliteten gått tilbake de siste 10–15 årene. De aller siste årene har det derimot vært en tendens til økning igjen. I et historisk perspektiv har de unge kriminelle likevel blitt eldre. På slutten av 1950-tallet var kriminaliteten i Norge mest utbredt blant 14-åringene. I dag topper 19-åringene kriminalstatistikken.

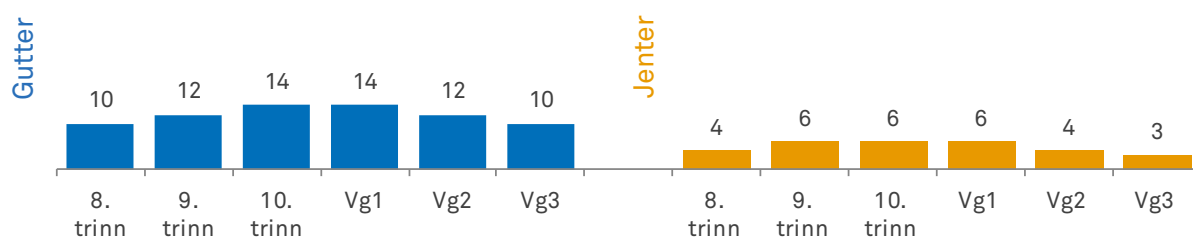
## Hvor mange begår regelbrudd?

### Prosentandel som har gjort noe av det følgende i løpet av det siste året



# Regelbrudd

## Prosentandel som har begått minst ti regelbrudd siste år – etter kjønn og klassetrinn



## Økning over tid i andelen som begår regelbrudd

Ungdata baserer seg på selvrapportering, og gir informasjon om utvalgte former for regelbrudd. Målt på denne måten er de fleste nok så lovlydige, og det er et fåtall som involverer seg i de mest alvorlige handlingene. Mellom fire og ti prosent rapporterer at de har begått hærverk, nasking eller tagging.

På ungdomstrinnet har rundt én av seks vært i slåsskamp og noen flere har sneket seg inn på kino, buss eller ulike arrangementer. På videregående er det færre som har vært i slåsskamp, men flere som har sneket seg inn uten å betale for seg.

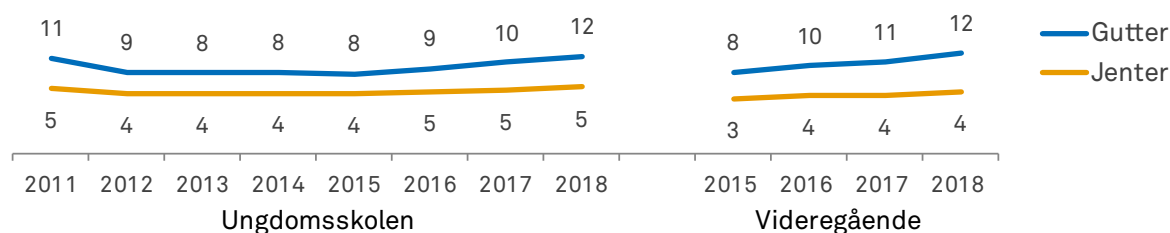
I overkant av ti prosent av guttene og fem prosent av jentene rapporterer at de har begått minst ti slike regel- eller lovbrudd

siste år. Omfanget øker fra 8. trinn og fram til omtrent midtveis i tenårene, for deretter å synke.

Det er små sosiale forskjeller i andelen som har begått mer enn ti regelbrudd. Geografisk skiller Oslo og Rogaland seg ut med de høyeste andelenene som nasker og gjør hærverk.

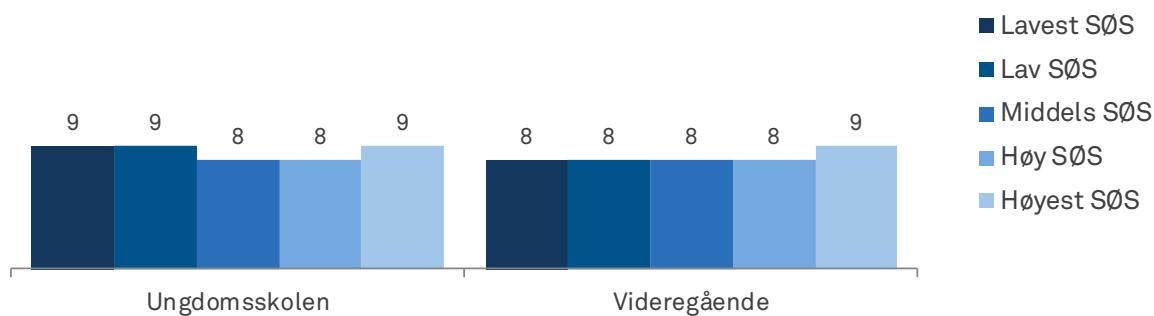
Fram til 2015 har omfanget av regelbrudd enten vært stabil eller nedadgående. Tallene for de tre siste årene tyder på at denne utviklingen har snudd og at vi nå ser en økning, særlig blant guttene. Andelen gutter som har begått minst ti regelbrudd har i løpet av de siste årene økt med fire prosentpoeng – både på ungdomstrinnet og på videregående.

## Prosentandel som har begått minst ti regelbrudd siste år – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

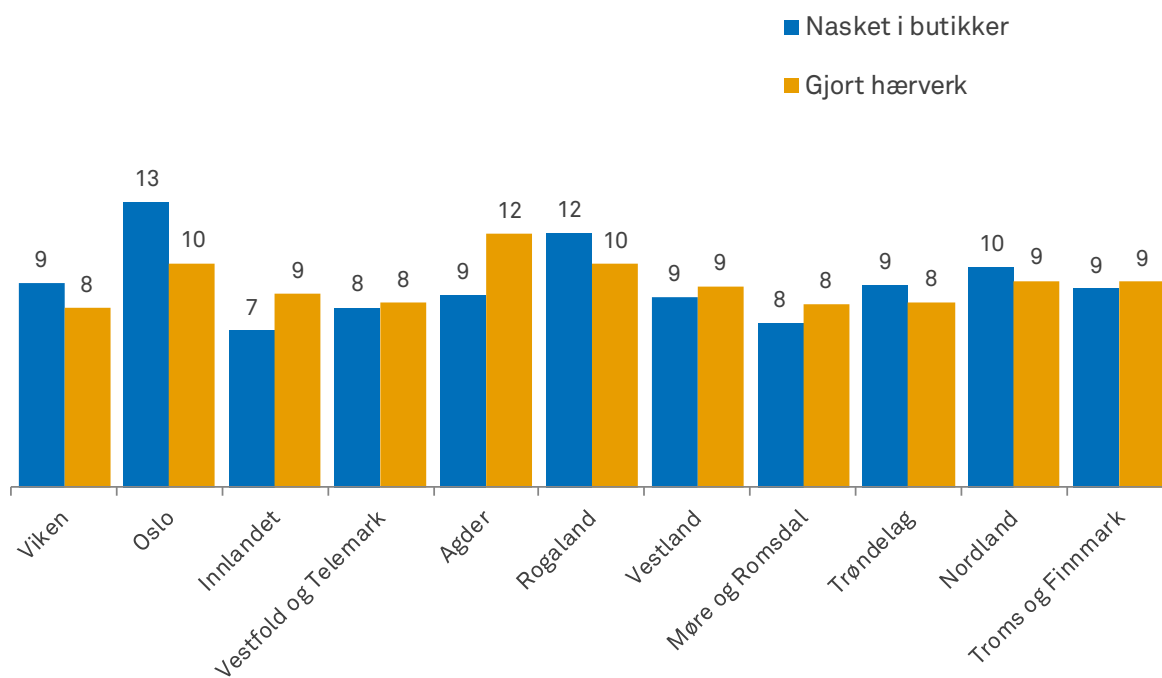


# Regelbrudd

Prosentandel som har begått minst ti regelbrudd siste år  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



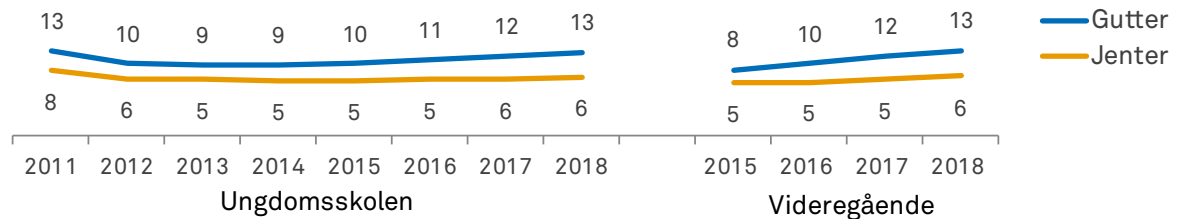
Prosentandel ungdomsskoleelever som har tatt varer i butikken  
uten å betale eller gjort hærverk – etter fylke



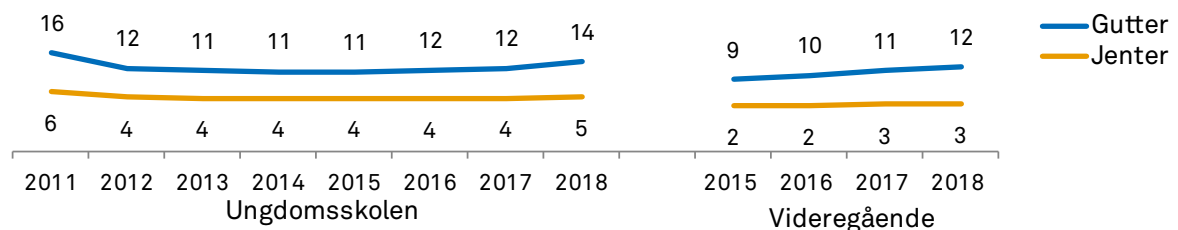


# Regelbrudd

## Prosentandel som har tatt varer i butikken uten å betale – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Prosentandel som med vilje har ødelagt eller knust vindusruter, busseter eller lignende (gjort hærverk) – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan regelbrudd blir målt i Ungdata

Regelbrudd kan måles på ulike måter. Ungdata legger til grunn hva de unge rapporterer selv. Dette kan bidra til å supplere blant annet kriminalstatistikk og lokale erfaringer. I Ungdata blir ungdom bedt om å oppgi hvor mange ganger i løpet av det siste året de har vært med på eller deltatt i ulike former for regelbrudd, der noe av det som det spørres om kan være kriminelle handlinger. Spørsmålene inngår i et batteri som omfatter ulike normbrudd og atferdsproblemer.

Som indikator på regelbrudd har vi brukt fem typer av handlinger: «Med vilje ødelagt eller knust vindusruter, busseter, e.l. (gjort hærverk)», «Tatt med deg varer fra butikk uten å betale», «Sprayet eller tagget ulovlig på vegger, bygninger,

tog, buss e.l.», «Lurt deg fra å betale kino, idrettsstevner, buss, tog eller liknende» og «Vært i slåsskamp».

Figurene viser andelen som har begått minst ti regelbrudd i løpet av det siste året før de svarte på undersøkelsen. Spørsmålene er ikke et uttømmende mål verken på regelbrudd eller på ungdomskriminalitet, men gir et bilde av hvor mange som involverer seg i noen typer aktiviteter som er på kant med det som regnes som akseptabelt.

Figurene over viser utbredelsen av nasking og hærverk og hvordan dette har endret seg over tid for gutter og jenter på ungdomsskolen og i videregående.

# Mobbing

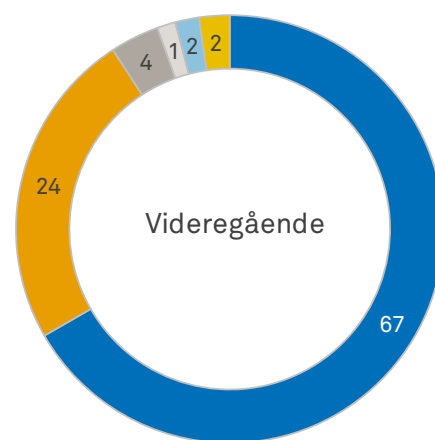
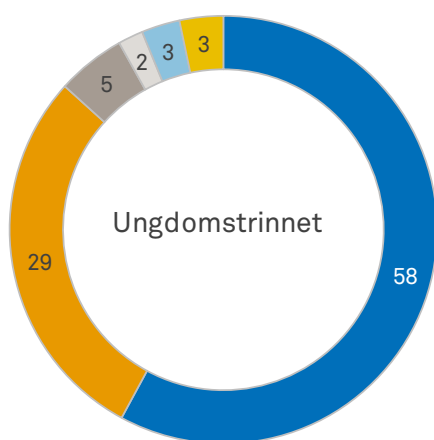
Mobbing er et alvorlig problem som rammer mange unge, og handler om gjentatte negative handlinger der én eller flere personer bevisst og med hensikt skader eller forsøker å skade eller tilføre noen ubehag. Som regel er mobbeofrene ute av stand til å ta igjen. Mobbingen kan være fysisk, ved bruk av vold, eller psykisk, som vedvarende utfrysing fra venneflokken.

En ny type mobbing har blitt mer aktuell de siste årene – digital mobbing. Sosiale medier åpner for sjikane, uthenging og andre former for krenkende omtale i mer eller mindre anonyme former. Mobbing er mest utbredt på barneskolen og avtar i løpet av tenårene. Både de som mobber, og de som utsettes for mobbing i ungdomstiden, er risikoutsatte grupper. Ofrene er særlig utsatt for psykiske og fysiske problemer senere i livet.

Siden 2002 har sentrale aktører i skolen deltatt i et forpliktende samarbeid mot mobbing gjennom Manifest mot mobbing. Likevel har forekomsten av mobbing holdt seg relativt stabil de senere årene.

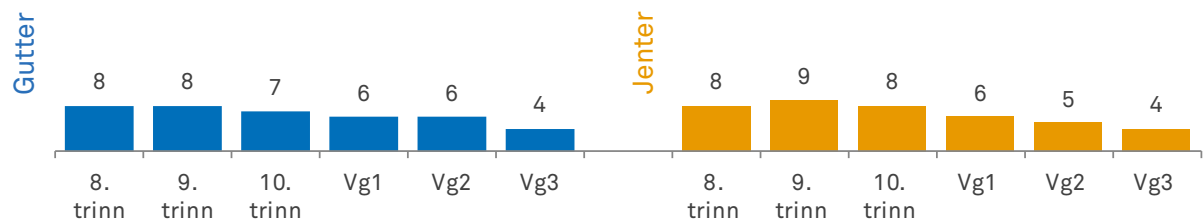
Ungdata spør ikke direkte om mobbing, men om noe som er tett forbundet med det – om plaging, trusler og utfrysing

Blir du selv utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritiden?



- Aldri
- Nesten aldri
- Ja, omtrent en gang i måneden
- Ja, omtrent hver 14. dag
- Ja, omtrent en gang i uka
- Ja, flere ganger i uka

## Prosentandel som blir mobbet minst hver 14. dag – etter kjønn og klassetrinn



### Stabile tall de siste årene

I Ungdata rapporterer 87 prosent av elevene på ungdomstrinnet at de «aldri» eller «nesten aldri» har blitt utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre på skolen eller i fritida. Tallet på videregående er 91 prosent.

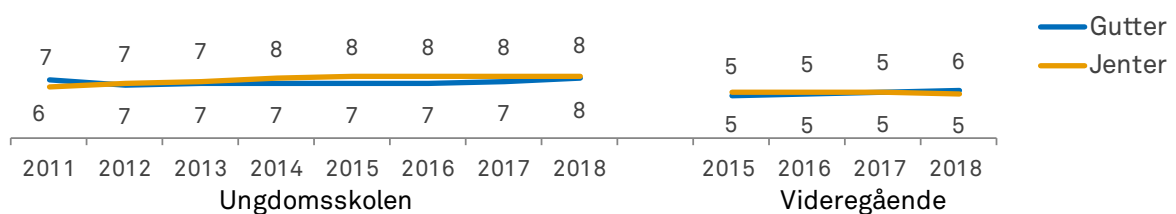
Mobbing er et stort problem for de som rammes. På ungdomstrinnet blir så mange som seks prosent utsatt for slike negative handlinger én eller flere ganger i uka, og ytterligere to prosent minst hver 14. dag. Mange av disse kan nok betraktes som mobbeofre. Å være utsatt for mobbing har en nokså tydelig sosial profil, med ungdom fra lavere sosiale lag som mest utsatt.

Andelen som gjennom Ungdata rapporterer om å være utsatt for denne typen mobbing minst hver 14. dag har ligget nokså stabilt siden 2014.

Omfanget av mobbing er nokså likt i de fleste fylkene. Nordland skiller seg ut med høyest andel (10 prosent), mens Rogaland og Vestland har lavest (7 prosent).

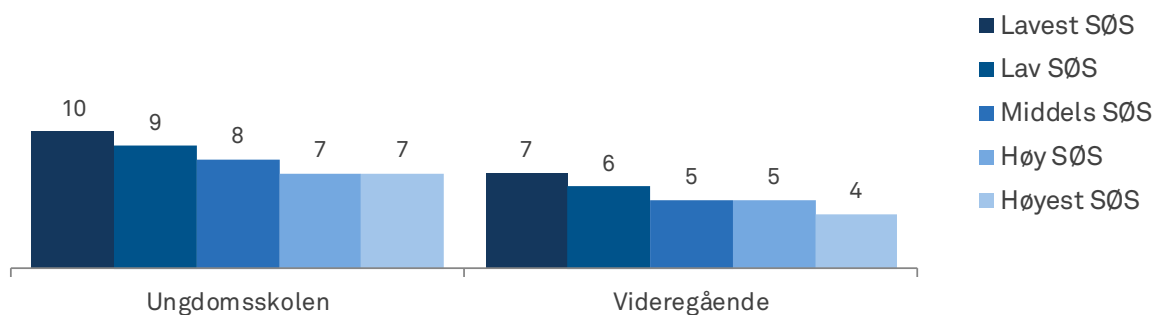
I 2017 ble det i Ungdata inkludert spørsmål om negative opplevelser på nettet. Resultatene viser at flertallet ikke er utsatt for dette, og at mindretallet opplever trusler, utestengelse eller at noen skriver eller legger ut sårende bilder eller videoer av dem på nettet. Samtidig er det en del, og da særlig jenter, som rapporterer om å bli utsatt for slike hendelser. De fleste rapporterer om enkelthendelser, men det er også en god del som gjentatte ganger opplever å være utsatt for negative hendelser på nettet.

## Prosentandel som blir mobbet minst hver 14. dag – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

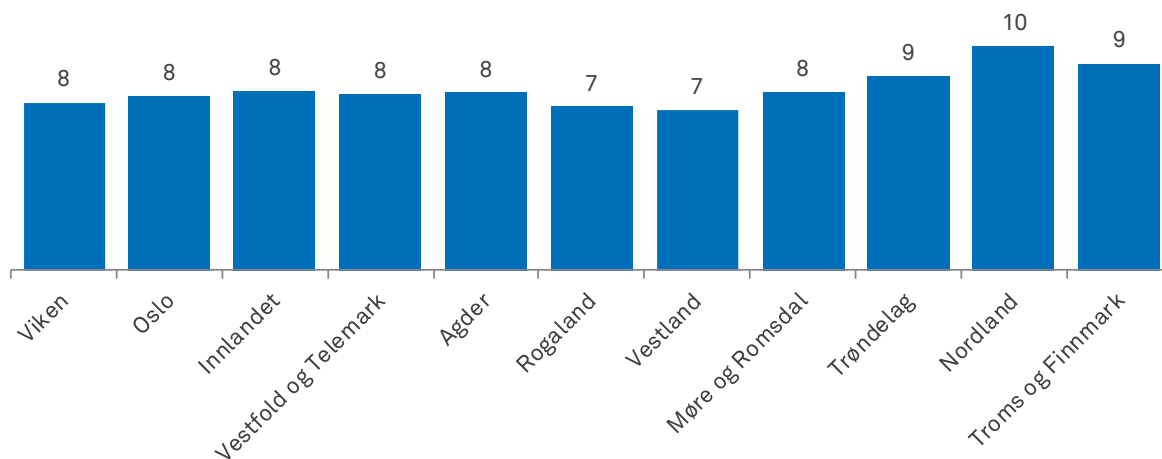


# Mobbing

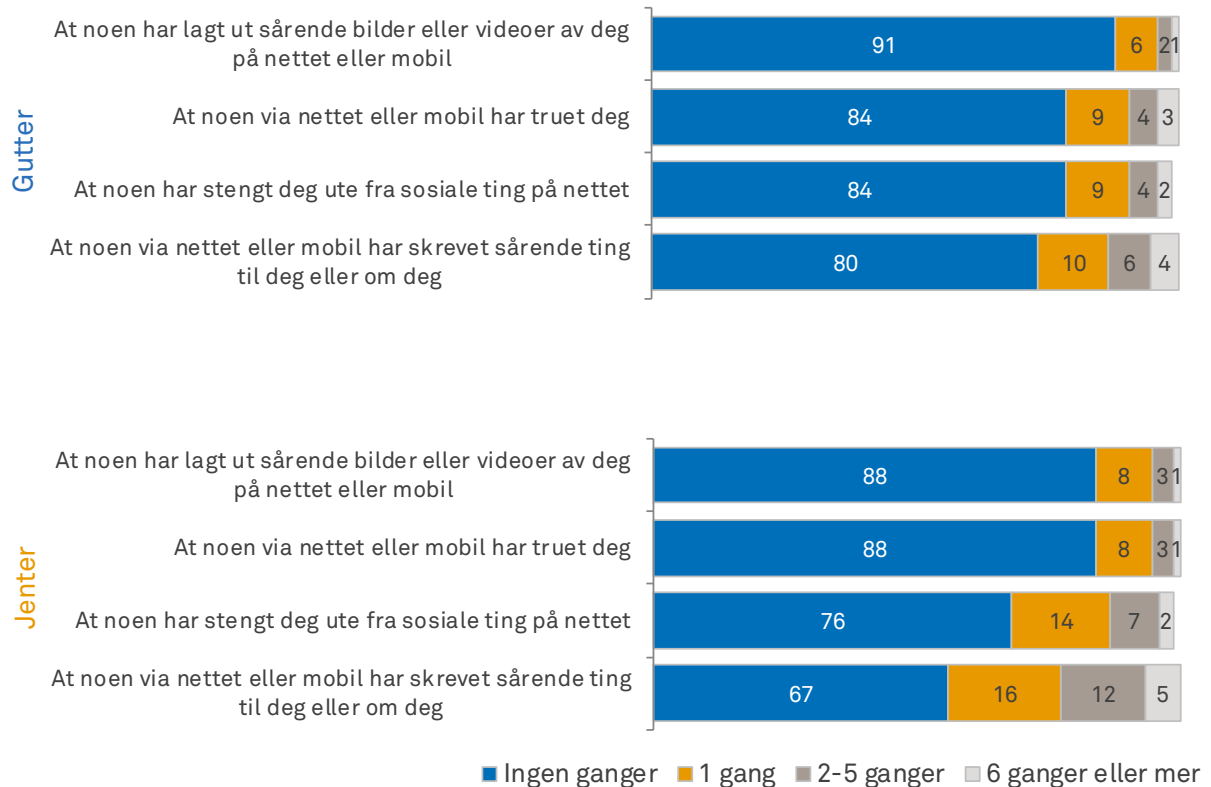
Prosentandel som blir mobbet minst hver 14. dag  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)



Prosentandel ungdomsskoleelever som blir mobbet minst  
hver 14. dag – etter fylke



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



## Hvordan mobbing blir målt i Ungdata

Mobbing kan måles på ulike måter og gi ulike svar på hvor omfattende fenomenet er. I Ungdata brukes ikke mobbebegrepet direkte, men det introduseres med en overskrift i spørreskjemaet før følgende spørsmål blir stilt: «Blir du selv utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre på skolen eller i fritiden?» Svaralternativene er: «Ja, flere ganger i uka», «Ja, omtrent en gang i uka», «Ja, omtrent hver 14. dag», «Ja, omtrent en gang i måneden», «Nesten aldri», «Aldri». «Andel som blir mobbet av andre» omfatter de som svarer at dette skjer omtrent hver 14. dag eller oftere.

I 2017 ble spørreskjemaet revidert og noen spørsmål om digital mobbing ble erstattet med spørsmål som var ment å måle hvor mange som er utsatt for noen konkrete negative hendelser på nett. Hva slags hendelser dette dreier seg om, kan man se i figuren over som viser hvordan gutter og jenter svarer.

# Vold

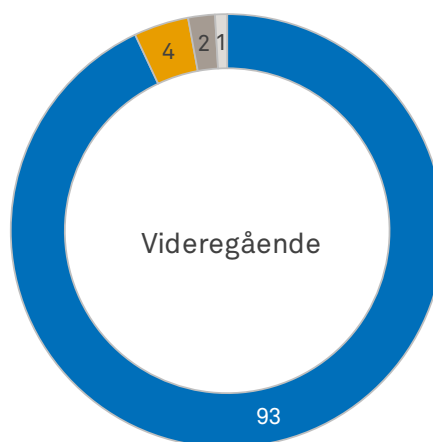
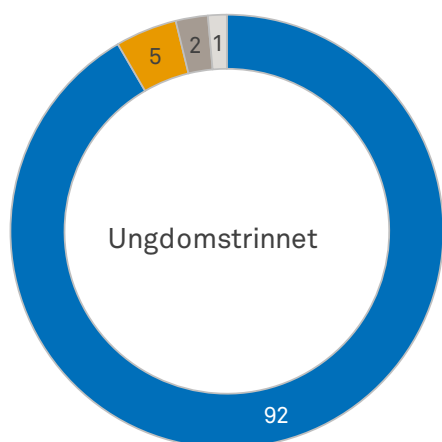
Ungdom er oftere involvert i voldsepisoder enn andre aldersgrupper. Volden kan ta ulik form og kan grovt sett deles inn i fysisk, psykisk og seksuell vold. Gjerningspersonene kan være både voksne og jevnaldrende.

Vold vurderes gjerne ut fra konsekvenser og styrkeforholdet mellom partene. Selv om hoveddelen av den volden som foregår blant ungdom ikke gir varige mén, kan grov vold i ungdomstiden resultere i alvorlige fysiske og/eller psykiske problemer for de det gjelder. Noen ganger er det tydelig hvem som er den aktive parten, mens det andre ganger er vanskelig å skille klart mellom offer og utøver. Guttene er overrepresentert i begge grupper. De utøver i langt større grad ulike former for vold sammenliknet med jentene, og de er klart oftere ofre for vold.

Kriminalstatistikken viser en økning i vold og trusler i alle aldersgrupper fram til midten av 2000-tallet, for deretter å gå ned. Enkelte nyere rapporter tyder på at omfanget av voldslovbrudd har begynt å øke igjen.

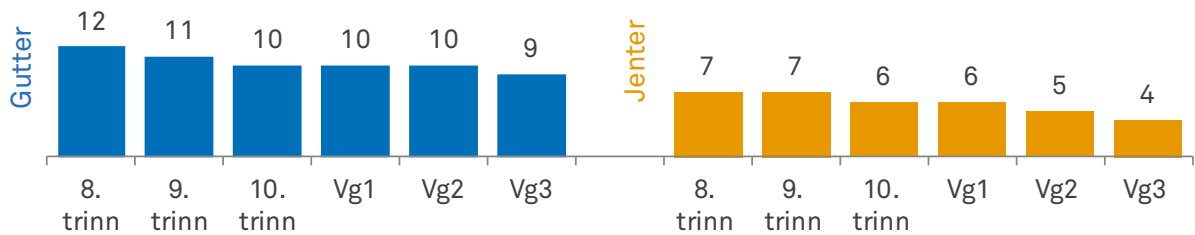
## Hvor mange er utsatt for vold?

Hvor mange ganger har du på grunn av vold fått sår eller skade uten at du trengte legebehandling i løpet av siste året?



■ Ingen ganger ■ 1 gang ■ 2-5 ganger ■ 6 ganger eller mer

## Prosentandel som har fått sår eller skade på grunn av vold – etter kjønn og klassetrinn



### Hver tiende gutt har blitt skadet på grunn av vold

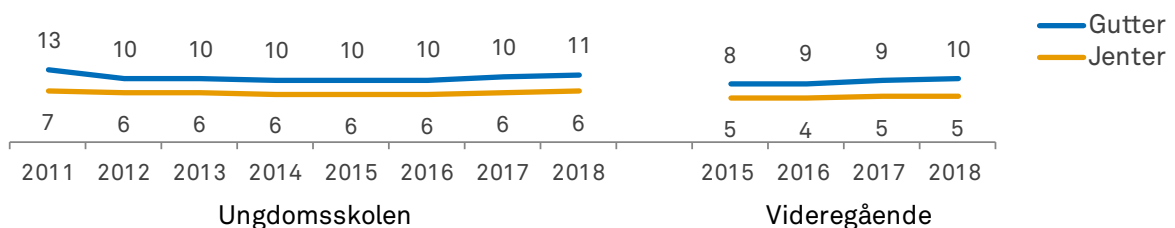
Vold i ulike former rammer ganske mange, men omfanget varierer med alvorlighetsgrad. Trusler og slag er mest utbredt. På ungdomstrinnet har 16 prosent av guttene og 8 prosent av jentene blitt utsatt for trusler om vold. Andelen som har blitt utsatt for voldstrusler, øker noe gjennom ungdomstrinnet, og flater ut eller går noe ned utover i videregående.

Færre opplever å ha fått sår eller skade på grunn av en voldsepisode de har vært utsatt for. Likevel er det så mange som 11 prosent av guttene og 6 prosent av jentene på ungdomstrinnet som har blitt skadet eller såret på grunn av vold. Omfanget på videregående er bare noe lavere.

Å bli utsatt for vold er noe mer vanlig blant ungdom fra lavere enn fra høyere sosiale lag. De sosiale forskjellene er større på videregående enn på ungdomstrinnet. Geografisk er det noe variasjon, med høyest utsatthet for vold med skade blant ungdom i Oslo (11 prosent) og Nordland (10 prosent). I de andre fylkene ligger andelen på 8-9 prosent.

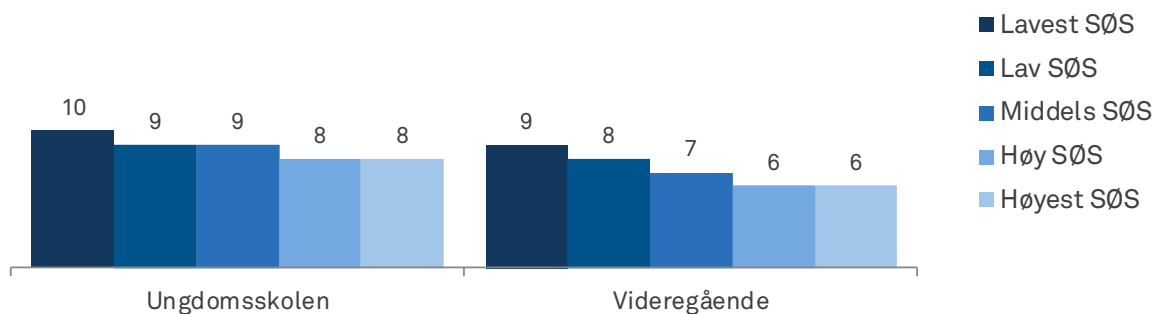
Omfanget av vold som rapporteres gjennom Ungdata, har vært forholdsvis stabil siden målingene startet på begynnelsen av 2010-tallet, med en liten nedgang fra til 2015. De siste årenes tall tyder på en viss økning, først og fremst blant gutter på ungdomstrinnet.

## Prosentandel som har fått sår eller skade på grunn av vold – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt

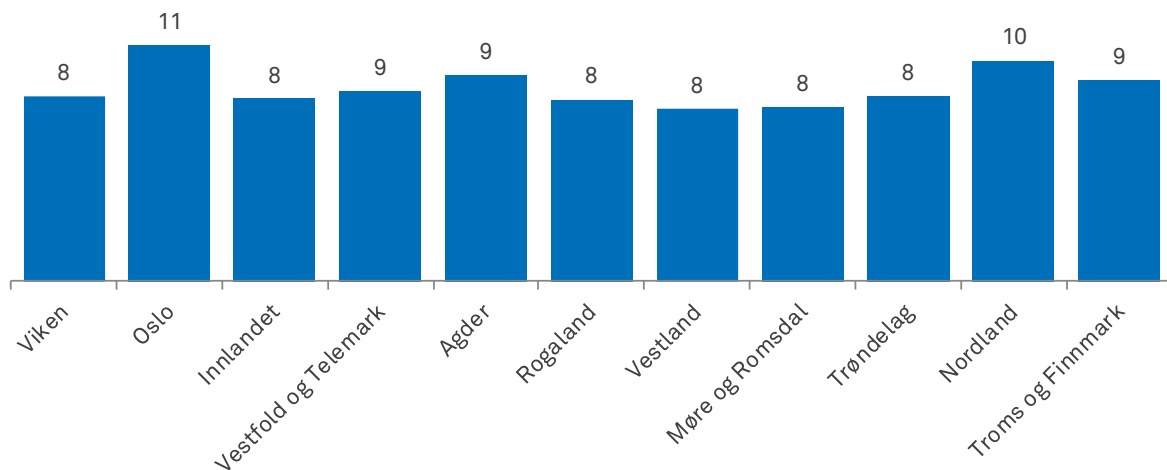


# Vold

Prosentandel som har fått sår eller skade på grunn av vold  
– etter skoleslag og sosioøkonomisk status (SØS)

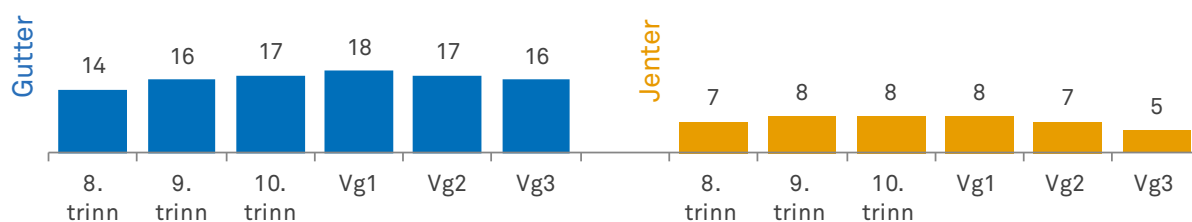


Prosentandel ungdomsskoleelever som har fått sår eller skade på grunn av vold – etter fylke

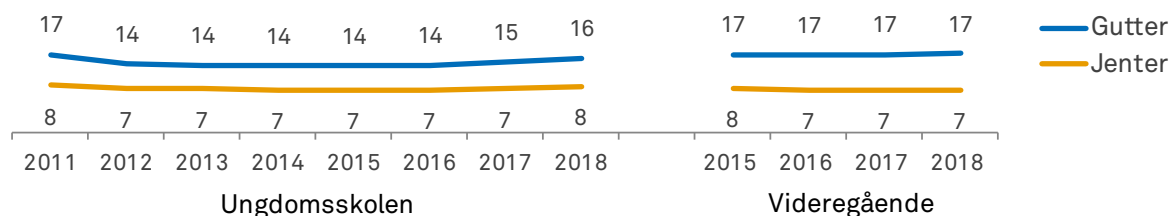




## Prosentandel som har blitt utsatt for trusler om vold – etter kjønn og klassetrinn



## Prosentandel som har blitt utsatt for trusler om vold – etter kjønn, skoleslag og tidspunkt



## Hvordan utsatthet for vold blir målt i Ungdata

For å fange opp hvor mange unge som utsettes for ulike former for vold, fikk ungdommene følgende spørsmål: «Har du i løpet av det siste året blitt utsatt for noe av dette?» Deretter ble følgende voldsformer listet opp:

- Jeg har blitt utsatt for trusler om vold
- Jeg har blitt slått uten synlige merker
- Jeg har fått sår eller skade på grunn av vold uten at jeg trengte legebehandling
- Jeg har blitt skadet så sterkt på grunn av vold at det krevde legebehandling

Svaralternativene var «Ingen ganger», «1 gang», «2–5 ganger» og «6 ganger eller mer».

I gruppen som defineres som å ha blitt skadet av vold, inngår både de som har blitt skadet uten å trenge legebehandling, og de som måtte ha legebehandling for skadene.



**FØLG OSS  
PÅ SOSIALE MEDIER:**



**facebook.no/ungdata**



**twitter.com/ungdata**

**SE TALL FRA ALLE KOMMUNENE:**

**www.ungdata.no**

Rapporten er en oppdatering av de nasjonale ungdomsrapportene som er utgitt årlig siden 2013. Hovedbildet er at norsk ungdom framstår som nokså veltilpasset, aktiv og hjemmekjære. De aller fleste har det bra og trives hjemme, på skolen og med vennene sine. Rapporten viser samtidig sosiale profiler i hvem som ikke har det så godt, der ungdom fra lavere sosiale lag kommer systematisk dårligere ut på mange sentrale levekårsindikatorer.

Rapporten viser også at det har skjedd et brudd i den skikkelighetstrenden som vi har sett prege de norske ungdomsgenerasjonene siden årtusenskiftet. Etter en periode med nedgang i mange typiske ungdomsproblemer, finner vi nå en økning, særlig blant gutter, i andelen som begår ulike former for regelbrudd og som har brukt cannabis.

Også omfanget av selvrapporterte psykiske plager fortsetter å øke, det er tendenser til mindre framtidsoptimisme og lavere skoletrivsel enn for noen år tilbake, og flere ungdommer enn tidligere bruker mye tid på skjermbaserte aktiviteter.

Tallene i årets rapport baserer seg på svar fra 259.700 ungdommer som deltok i Ungdata i 2017, 2018 eller 2019. Undersøkelsene er gjennomført på ungdomsskolen i 412 kommuner pluss Svalbard og på de aller fleste av landets videregående skoler.

Ungdata er et samarbeid mellom de syv regionale kompetansesentrene innen rusfeltet (KoRus) og Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitetet. Helsedirektoratet finansierer en stor del av kostnadene ved Ungdata.

Se [www.ungdata.no](http://www.ungdata.no) for mer informasjon.

STORBYUNIVERSITETET

VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA



KoRus-Øst

Kompetansesenter rus – region øst



Kompetansesenter rus - Midt-Norge

ST. OLAVS HOSPITAL  
UNIVERSITETSSYKEHUSET I TRONDHEIM



Korus Vest  
Stavanger

KoRus Vest Bergen  
Bergensklinikken



KoRus Sør

Blå Kors Borgestadklinikken

NOVA Rapport 9/19

© OsloMet, Velferdsforskningsinstituttet NOVA, 2019

NOVA – Norwegian Social Research

[www.oslomet.no/om/nova](http://www.oslomet.no/om/nova)