

Ungdata 2020

Nasjonale resultater

Anders Bakken



ungdata

OSLOMET

STORBYUNIVERSITETET
VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA

Innhold

Forord	1
Sammendrag	2
1. Livskvalitet	8
2. Venner	10
3. Foreldre	14
4. Skole	16
5. Lokalmiljøet	20
6. Framtid	22
7. Medier	24
8. Organisert fritid	26
9. Fysisk aktivitet	28
10. Helse	30
11. Rusmidler	36
12. Regelbrudd	40
13. Vold og trakassering	42
Om Ungdata og datamaterialet	46
Definisjoner	50

NOVA Rapport 16/20

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

ISBN (trykt utgave): 978-82-7894-754-8
ISBN (elektronisk utgave): 978-82-7894-755-5
ISSN 1893-9503 (online)

Forfattere: Anders Bakken

Illustrasjonsfoto: © Skjalg B. Vold / Ungdata

*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.
(2020). Ungdata 2020. Nasjonale resultater.
NOVA Rapport 16/20. Oslo: NOVA, OsloMet

Forord

Ungdata er lokale ungdomsundersøkelser gjennomført over hele landet. Gjennom Ungdata får ungdom tilbud om å være med i en spørreundersøkelse om hvordan det er å være ung i dag. Målet er å få en oversikt – lokalt, regionalt og nasjonalt – over hvordan dagens ungdom har det, og hva de driver med i fritiden. Undersøkelsene foregår i skoletiden, og er siden 2010 blitt gjennomført på de aller fleste ungdomsskoler og videregående skoler – de fleste steder flere ganger, gjerne med tre års mellomrom.

Dette er den åttende nasjonale rapporten utarbeidet av Ungdatasenteret ved NOVA, OsloMet. Rapporten bygger på og oppdaterer resultater fra de tidligere utgavene, som er utgitt årlig siden 2013.

Målet med rapporten er å gi et bredt bilde av norske ungdommers fritidsaktiviteter og hvordan de hardet, basert på ungdataundersøkelser gjennomført i nesten alle norske kommuner i årene 2018 til 2020.

Årets rapport har fått et nytt design, og man vil finne noen nye temaer som ikke har vært med tidligere. Rapporten tar for seg trender og utviklingstrekk gjennom å oppdatere med nye tall. I rapporten legges det også fram analyser på områder der det tidligere ikke er publisert tidsanalyser.

På grunn av koronasituasjonen ble 2020 et spesielt år også for Ungdata. Ungdata var planlagt gjennomført i 118 kommuner. Datainnsamlingen ble imidlertid stanset etter at skolene stengte i midten av mars. Fram til dette tidspunktet var omtrent halvparten av årets data samlet inn. Siden denne rapporten også baserer seg på undersøkelser som ble gjennomført i 2018 og 2019, gir datamaterialet et godt statistisk grunnlag for å si noe om situasjonen for ungdom på nasjonalt nivå. Bakerst i rapporten kan du lese mer om datagrunnlaget.

For kommuner og fylkeskommuner er Ungdata gratis. Resultatene er relevant som kunnskapsgrunnlag for politikkutforming innen oppvekst- og folkehelseområdene, også nasjonalt. Kommunene og fylkeskommunene gjennomfører undersøkelsene på ulike tidspunkter, som regel med tre års mellomrom. Ungdata startet opp i 2010. Fram til våren 2020 har 666.000 ungdommer deltatt i undersøkelsen.

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 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, fortjener en stor takk. Takk til Helsedirektoratet som finansierer en stor del av kostnadene ved Ungdata.

I forbindelse med lanseringen av rapporten lanseres også en ny og oppdatert nettside med flere muligheter til å finne lokale resultater fra alle de kommunene som har vært med i Ungdata.

Rapporten er utarbeidet av Anders Bakken i samarbeid med de ansatte på Ungdatasenteret ved NOVA, OsloMet.

Oslo, september 2020

Anders Bakken, leder for Ungdatasenteret

Seksjon for ungdomsforskning

NOVA, OsloMet - storbyuniversitetet

Sammendrag

Ungdata er en nettbasert spørreundersøkelse som blir gjennomført hvert tredje år i de aller fleste norske kommuner. Undersøkelsen gjennomføres i skolen og omfatter elever på ungdomstrinnet og i videregående. I denne rapporten oppsummeres de siste nasjonale resultatene. Siktemålet er å gi et bredt og oppdatert bilde av norske ungdommers fritidsaktiviteter og hvordan ungdom har det. Rapporten analyserer hvordan situasjonen for ungdom har utviklet seg det siste tiåret.

Rapporten er strukturert gjennom 13 kapitler og tar for seg følgende områder: livskvalitet, venner, foreldre, skole, lokalmiljø, framtid, medier, organisert fritid, fysisk aktivitet, helse, rusmiddelbruk, regelbrudd og vold og trakassering. Hvert kapittel trekker fram noen nøkkellindikatorer, og viser hvordan gutter og jenter samt ungdom på ulike klassetrinn har svart på spørsmålene i undersøkelsen.

Rapporten oppdaterer de tidligere nasjonalrapportene som siden 2013 er gitt ut årlig av Ungdatasenteret (se ungdata.no).

Hovedfunn

Undersøkelsen viser at det står bra til med norsk ungdom. 85 % av ungdommen er tilfreds med livet sitt, og 80 % mener at de har alt de ønsker seg. De aller fleste er godt fornøyd med foreldrene sine, med skolen og lærerne sine og med lokalmiljøet der de bor. Ni av ti har nære og fortrolige venner – og nesten alle har venner å være sammen med både på skolen og i fritiden. De fleste lever 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. Framtidsoptimismen blant norsk ungdom er stor.

Alt i alt viser dette at det store flertallet av ungdom har gode oppvekstvilkår og et liv preget av god livskvalitet.

Samtidig avdekker rapporten noen områder som gir grunn til bekymring, og som det er viktig å rette et spesielt søkelys mot. 7 % rapporterer at de systematisk er utsatt for mobbing fra jevnaldrende. Dobbelt så mange har opplevd ulike former for seksuell trakassering. En av fem ungdommer har blitt utsatt for trusler eller direkte vold fra jevnaldrende, og 4 % har opplevd å bli slått av en voksen i familien.

Ungdata inneholder spørsmål som kartlegger hvor mange som har opplevd å ha mildere psykiske helseplager. 15 % av elevene på ungdomsskolen og 21 % av elevene på videregående har den siste uka hatt mange slike psykiske helseplager. Rapporten dokumenterer også at 7 % har daglig vondt i hodet. På de fleste av disse områdene er det flere jenter enn gutter som opplever problemer. På andre områder kommer guttene dårligst ut. Flere gutter enn jenter har begått regelbrudd, og det er flere gutter som har brukt cannabis.

Et annet viktig funn er at årets tall i all hovedsak skiller seg lite fra fjorårets. Dette er verdt å merke seg, fordi Ungdata de siste fem årene har dokumentert en utvikling som på flere områder har

Oppdaterte tall

Rapporten baserer seg på ungdataundersøkelser gjennomført i 321 kommuner og på Svalbard i årene 2018 til 2020. Datamaterialet omfatter svar fra 211.500 elever fra 8. trinn til Vg3 ved de aller fleste ungdomsskoler og videregående skoler i landet. Den nasjonale svarprosenten i denne treårsperioden var 79 på ungdomstrinnet og 65 på videregående.

Alle målingene er foretatt før covid-19-pandemien slo til med full kraft i Norge. Halvparten av den planlagte datainnsamlingen i 2020 ble stoppet på grunn av pandemien. Det er tatt høyde for dette i analysene (se mer om dette bakerst i rapporten).

” Ungdata viser at det store flertallet av ungdom har gode oppvekstvilkår og lever gode liv med høy livskvalitet

gått i negativ retning. Siden midten av 2010-tallet har andelen som har vært involvert i regelbrudd, som nasking, hærverk eller skulking økt. Det samme gjelder andelen som har brukt cannabis.

De siste årene har det også vært økt rapportering av psykiske plager og ensomhet, og stadig flere har opplevd mistriksel i skolen. I tillegg har vi de siste årene sett tendenser til at ungdom er blitt noe mindre optimistiske med tanke på framtida, og at færre opplever å være trygge når de er ute om kvelden.

På de aller fleste av disse områdene er tallene fra i år nokså like som tallene fra i fjor. Dette kan bety at den negative utviklingen har flatet ut. Det er samtidig for tidlig å konkludere med om årets tall er et uttrykk for en varig endring – eller om det er uttrykk for tilfeldigheter. Vi kan heller ikke utelukke at funnene har sammenheng med at undersøkelsen i 2020 ble mer begrenset på grunn av korona-situasjonen som gjorde at kun halvparten av den planlagte datainnsamlingen ble ferdigstilt. Hvorvidt vi nå ser starten på en ny utvikling eller ikke, vil vi få sikrere svar på når neste års tall foreligger.

Fortsatt negative utviklingstall på skoleområdet

På ett område viser årets rapport fortsatt en negativ utvikling. Dette gjelder ungdoms forhold til skolen. Andelen som har skulket skolen, fortsetter å øke sammenliknet med i fjor. Det samme gjelder andelen som trives dårlig, som kjeder seg, eller som gruer seg til å gå på skolen. Selv om de aller fleste opplever at de passer inn blant elevene på skolen, er årets tall også på dette område lavere enn fjorårets. Det samme gjelder andelen som opplever at lærerne deres bryr seg om dem. Det har samlet sett vært en nedgang i andelen som bruker mye tid lekser og annet skolearbeid etter skoletid.

En veltilpasset ungdomsgenerasjon

Hovedbildet fra Ungdata er at de aller fleste unge stort sett oppfører seg bra, og at det er en mindre del av ungdomsgruppa som står for mesteparten av ungdomskriminaliteten. De færreste involverer seg i lovbrudd som nasking eller hærverk. Det er nesten ingen som røyker sigaretter lenger og først mot slutten av videregående er rusmidler noe som flertallet av ungdom begynner å eksperimentere med eller begynner å bruke jevnlig. Oppsummert er dagens unge trolig en god del skikkeligere og på mange måter mer veltilpasset enn mange tidligere ungdomsgenerasjoner.

Ungdata viser stor variasjon i hvor gamle ungdom er når de begynner å drikke. Svært få begynner i 8. trinn. Blant ungdom i 10. trinn har omtrent én av fire vært beruset. På Vg1 er andelen dobbelt så høy, og tallene øker utover på videregående. Det er generelt små forskjeller i alkoholvaner mellom gutter og jenter.

Foreldre er viktige rollemodeller for ungdoms alkoholvaner. På ungdomsskolen er det rundt 5 % som opplever at de får lov å drikke alkohol av foreldrene sine. Denne andelen har vært stabil det siste tiåret.

Når det gjelder cannabis, har bruken økt noe de senere årene. Det er likevel ikke slik at flertallet av ungdom har erfaring med hasj. Dette gjelder også mot slutten av tenårene. De fleste tenåringer som har erfaring med cannabis, har prøvd en eller noen få ganger. Samtidig ser vi at andelen unge som opplever å ha blitt tilbudt slike stoffer er langt høyere enn andelen som selv har prøvd.

En hjemmekjær ungdomsgenerasjon

Resultatene viser at bare 10 % er misfornøyde med foreldre sine, mens 84 % er fornøyde. Så mange som 92 % opplever at foreldrene er «svært interessert i livet deres». Dette tyder på at de aller fleste opplever de voksne hjemme som viktige støttespillere i hverdagen, og at foreldre har god oversikt over hva barna gjør i fritiden, og hvem de er sammen med. Ut fra resultatene i Ungdata er det lite som tyder på at det har vært noen særlige endringer på dette området det siste tiåret.

” 84 prosent er godt fornøyd med foreldrene sine

For ungdom som ikke selv tjener penger, er foreldrene den viktigste kilden til å dekke utgifter slik at de kan delta på fritidsaktiviteter som koster penger, som for eksempel kino, idrett, bursdager eller reiser. De fleste vokser opp i familier med god nok råd til at dette ikke er et problem. Samtidig viser Ungdata at 4 % av ungdommene ofte opplever at foreldrene mangler penger til at de kan være med på slike fritidsaktiviteter. 16 % opplever at dette skjer av og til.

En utdanningsorientert ungdomsgenerasjon

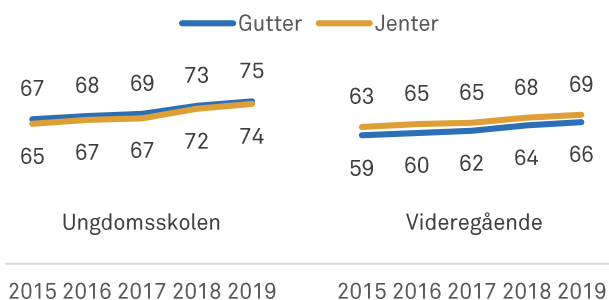
Skolen er ikke bare et sted for å tilegne seg faglig kunnskap, men også en viktig arena for sosiale fellesskap. Den generelle trivselen i norsk skole er høy. Ni av ti sier eksplisitt at de trives på skolen. De aller fleste oppfatter at de passer inn blant elevene på skolen. Det er også svært positivt at 86 % oppfatter at lærerne deres bryr seg om dem. De høye tallene reflekterer at ungdom flest setter pris på den sosiale arenaen som skolen utgjør, der man treffer venner og hyggelige lærere.

Samtidig har ikke alle like gode erfaringer med å være elev. En av tre er ikke spesielt godt fornøyd med skolen de går på, og så mange som 70 % sier at de kjeder seg på skolen. Mer enn 20 % gruer seg ofte til å gå på skolen.

Det siste tiåret har andelen som trives på skolen blitt noe lavere for nesten 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 fem prosentpoeng færre som trives på skolen – fra 95 til 90 %.

Parallelt med denne utviklingen har det blitt flere unge som kjeder seg på skolen. Økningen i kjedsomhet har vært nokså markant, særlig på ungdomstrinnet. Det er også flere som gruer seg til å gå på skolen enn for noen år siden, og færre som oppfatter at lærerne bryr seg eller at de passer inn blant elevene. Alle disse endringene gjelder for begge kjønn, og vi gjenfinner tendensen blant elevene på både ungdomstrinnet og i videregående.

Prosentandel gutter og jenter som kjeder seg på skolen



Til tross for at mange kjeder seg på skolen, er det også mange som opplever skolehverdagen som stressende. Seks av ti jenter og tre av ti gutter sier at de ofte eller svært ofte blir stresset av skolearbeidet. Hva slags konsekvenser skolestress kan ha for ungdommene, sier ikke undersøkelsen noe direkte om. Å oppleve stress kan gi elever energi, men samtidig kan stress bli problematisk dersom det vedvarer og blir for stort og u håndterbart. Opplevelsen av skolestress er høyest på slutten av hvert skolenivå – det vil si blant elevene i 10. trinn og på Vg3.

Det er stor variasjon i hvor mye tid ungdom bruker på lekser og annet skolearbeid i fritiden sin. 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 fortsetter. På videregående har det også de siste årene vært en økning i andelen som skulket skolen – til tross for fraværsgrensen som ble innført i 2016.

Selv om mange ungdommer har et ambivalent forhold til skolen, viser Ungdata at 91 % tror de kommer til å fullføre videregående opplæring – og det er bare noen svært få som tror at de ikke vil fullføre. Det er ellers et klart flertall (to av tre) som antar at de vil ta utdanning på et universitet eller høyskole.

De høye tallene viser at vi har med en svært så utdanningsorientert ungdomsgenerasjon å gjøre, der de aller fleste ser for seg at de vil fortsette i rollen som elev eller som student i mange år framover.

En sosial ungdomsgenerasjon

Ungdomstiden beskrives gjerne som en fase av livet der jevnaldrende framstår som spesielt viktige, og der det å stå utenfor det sosiale fellesskapet oppleves som særlig sårt.

Ungdata viser at de aller fleste norske tenåringer har venner å være sammen med. Mange treffer vennene sine på skolen, i organiserte fritidsaktiviteter eller gjennom sosiale medier og dataspill. De aller fleste bruker også en god del tid fysisk sammen med vennene sine i fritiden, enten hjemme hos hverandre eller bare «ute».

På starten av 2010-tallet ble det stadig mindre vanlig å være ute med venner om kvelden. Denne trenden har stoppet opp. Ungdom er omtrent like ofte ute sammen med venner i dag som for fem år siden.

Så mange som 9 av 10 har en fortrolig venn som de kan stole på og snakke med om alt mulig. Tallet har vært stabilt det siste tiåret, og er like høyt for gutter og jenter. Også uansett alder er det omtrent 9 av 10 som har en fortrolig venn. Samtidig er det bekymringsfullt at noen mangler venner. 2 % forteller at de ikke har noen de vil kalle for venner nå for tida. 3 % har ikke noen å være sammen med i friminuttene på skolen. 7 % mangler noen å være sammen med på fritiden.

Treårige tall

Kommunene gjennomfører Ungdata normalt hvert tredje år. Undersøkelsene gjennomføres ikke samtidig. Når vi ser alle undersøkelser over en treårsperiode under ett, får vi representative data på nasjonalt nivå.

I rapporten er tre og tre år slått sammen, og av hensyn til framstillingen er det i figurene som viser utviklingen over tid markert midtåret for hver treårsperiode. Dette betyr for eksempel at tallene for 2019 i figurene gjelder for treårsperioden fra 2018 til 2020.

Ungdata viser at en mindre del av ungdommene er plaget av ensomhet. Halvparten er ikke plaget i det hele tatt – og ytterligere en av fire er lite plaget. Men 11% av ungdommene er veldig mye plaget, og følelsen av å være ensom er mer utbredt blant jenter enn blant gutter. For begge kjønn øker ensomheten noe fra starten av ungdomstrinnet til de begynner på videregående. Ensomhetstallene i Ungdata har økt noe gjennom hele 2010-tallet. De aller siste tallene viser ingen ytterligere stigning.

Den digitale og aktive fritiden

Ungdata viser at ungdom flest bruker mye av fritiden sin på digitale aktiviteter – men også at tidsbruken varierer mye mellom ungdom. To av tre bruker minst tre timer daglig foran en skjerm – og 15 % bruker mer enn seks timer. Tidsbruken øker noe gjennom årene på ungdomstrinnet, og er høyere blant gutter enn jenter.

En av de tydelige trendene i Ungdata er at skjermbruken har økt. Mens litt i overkant av 50 % brukte minst tre timer daglig foran en skjerm i 2015, er årets tall 65 %. En viktig forklaring er at unge bruker stadig mer tid på sosiale medier. Tiden på onlinespill har også økt, men andelen som ser på TV har gått kraftig nedover. Trolig skyldes det siste at ungdom i økende grad ser på serier og filmer på andre måter enn gjennom TV-apparatet.

Andelen unge som jevnlig leser bøker, har også gått ned de siste fem årene. Dette gjelder i særlig grad blant jentene. De siste ungdatatallene viser at det nå bare er marginalt flere jenter enn gutter som bruker tid i hverdagen på å lese bøker.

Selv om mange bruker mye tid på skjermbaserte aktiviteter, driver de aller fleste med en eller annen form for trening. Andelen som trener ukentlig, har vært nokså stabil de siste fem til ti årene. På ungdomstrinnet trener 83 % minst én gang i uka. På videregående gjelder det 75 %. Hvor og hvordan ungdom trener endrer seg svært mye i løpet av tenårene. Mens det er en tydelig nedgang i andelen som trener gjennom et idrettslag fra ungdomstrinnet til videregående, er det stadig flere som trener på treningsstudio etter hvert som de blir eldre. Over tid har det også vært en økning i andelen unge som trener på treningsstudio. Økningen har vært spesielt tydelig blant ungdomsskoleelever.

Når det gjelder hvor mange som deltar i organiserte fritidsaktiviteter har utviklingen de siste årene vært nokså stabil. Idretten organiserer uansett alder klart flest, og på ungdomstrinnet er 63 % med i et idrettslag, mot 40 % 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.

Stress og press

I diskusjoner om hvordan det er å være ung i dag, hører man ofte at dagens ungdom opplever mye prestasjonspress, og at mange opplever sterke forventninger hele tiden om å være best, gjerne på flere områder samtidig. Slike forventninger kan legge grunnlaget for en stressende hverdag, og kan være spesielt utfordrende dersom det over tid oppstår ubalanse mellom de utfordringene den enkelte står overfor, og de ressursene hun eller han har til å håndtere situasjonene.

Men hvor mange unge opplever press i hverdagen – og hvor mange har problemer med å takle presset de står overfor? Ungdata viser at 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. I Ungdata blir ungdom spurt om press på skolen, i idretten, press om å se bra ut og om å ha mange følgere på sosiale medier. Skolen er det området som desidert flest unge opplever press på. Minst press opplever ungdom om å få anerkjennelse på sosiale medier.

De aller fleste ungdommer opplever ikke større problemer med å takle presset. 14 % mener at de har opplevd så mye press den siste uka at de i stor grad har hatt problemer med å takle det, men halvparten av ungdommene opplevde ikke problemer med å takle press i det hele tatt.

Helse og trivsel

Ungdom flest rapporterer at de er fornøyd med egen helse. Det er noen flere gutter enn jenter som er fornøyd med helsa si. Årets tall viser litt økning i andelen som er fornøyd med helsa si, etter noen år med en mindre nedgang i andelen fornøyd.

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. 7 % sliter daglig med hodepine. Også andre symptomer som magevondt eller smerter i nakke, skulder, ledd og muskulatur er det en god del som er plaget av. En god del unge, særlig jenter, bruker også smertestillende tabletter jevnlig.

Ungdata kartlegger hvor mange som den siste uka har vært plaget av forskjellige symptomer på psykisk uhelse. Funnene viser at det er stor variasjon i hvor utbredt slike helseplager er. De aller fleste er nokså lite plaget. Mest utbredt er typiske stresssymptomer som bekymringer eller følelsen av at alt er et slit. En del sliter også med søvnproblemer eller føler seg triste eller nedstemte.

Jenter er generelt mer plaget enn gutter, og andelen som er mye plaget, øker gjennom ungdomsårene for begge kjønn. Den største økningen finner vi fra 8. til 10. trinn blant jenter i ungdomsskolen.

Studier viser at andelen som rapporterer om mange psykiske plager har økt en god del de siste to-tre tiårene, særlig blant jenter. Sammenliknet med fjoråret viser årets tall imidlertid ingen økning i omfanget av selvrapporterte psykiske plager, verken for jenter eller gutter. Dette er første gang siden Ungdata startet målingene på begynnelsen av 2010-tallet at andelen med mange psykiske plager ikke øker.

” For første gang på mange år er det ingen økning i omfanget av selvrapporterte psykiske plager

Selv om dette skjer etter en periode med nokså markerte endringer, er det likevel for tidlig å konkludere med om resultatene reflekterer en ny trend med en utflating av psykiske helseplager blant norske tenåringer – eller om det er litt tilfeldig at resultatene ble som de ble i år. Uansett er det positivt at norsk ungdom ikke nok en gang rapporterer om ytterligere økninger i psykiske helseplager. Hvorvidt dette er starten på en ny utvikling eller ikke, vil vi få sikrere svar på når neste års tall foreligger.

Ungdata viser at i løpet av de siste fem årene har stadig flere unge brukt helsesykepleier på skolen. Det samme gjelder helsestasjon for ungdom. Om denne økningen skyldes at disse tjenestene har blitt mer tilgjengelige, eller om det er andre årsaker som ligger bak, kan ikke Ungdata gi noe svar på. Andelen som har vært hos psykolog siste år, har derimot vært på stabilt nivå. Det er langt flere jenter enn gutter som benytter seg av disse helsetjenestene.

I 2020 ble nye spørsmål om ungdoms matvaner med i Ungdata. Resultatene viser at 56 % vanligvis spiser frokost før de begynner på skolen, mens 21 % normalt ikke spiser frokost i det hele tatt før de går på skolen. Det er flere som normalt spiser matpakke eller lunsj på skolen (69 %) enn frokost. En mindre gruppe på 8 % spiser vanligvis ikke mat på skolen midt på dagen. Spørsmål om matvaner baserer seg på et utvalg av kommuner. Det er usikkert hvorvidt disse tallene er generalisbare til generelt å gjelde ungdom i Norge.

Mobbing, vold og trakassering

Selv om livskvaliteten til norsk ungdom generelt er god, rammes en del unge av ulike former for trakassering. Mobbing har lenge stått høyt på dagsorden, og til tross for nasjonale kampanjer og skolebaserte tiltak har omfanget av selvrapportert mobbing ikke endret seg særlig mye. Dette ser vi også i Ungdata. Samlet opplever rundt sju prosent at de jevnlig blir utsatt for plaging, trusler og utfrysing fra jevnaldrende på skolen og i fritida. Det er små kjønnsforskjeller, men omfanget av mobbing reduseres utover i tenårene.

I 2020 ble et nytt spørsmål tatt med i spørreskjemaet for å fange opp hvor mange som opplever nettmobbing. Resultatene viser at flertallet ikke utsettes for dette, men at 4 % opplever nettmobbing minst hver 14. dag.

Ungdata viser at seksuell trakassering rammer mange unge. 16 % av elevene i videregående har opplevd verbal trakassering, 17 % har opplevd negativ seksuell ryktespredning, og 17 % at noen har befølt dem seksuelt uten at de ville det. Jenter er generelt mer utsatt for seksuell trakassering enn gutter, men det finnes også gutter som blir utsatt for dette.

Forskning viser at mesteparten av volden mot ungdom skjer i møte med andre ungdommer, ofte mellom unge mennesker som kjenner hverandre fra før, eller som kjenner til hverandre. I Ungdata blir ungdom spurt om hvor mange som har opplevd direkte fysisk vold fra andre ungdommer. Resultatene viser at 22 % har opplevd dette. 4 % har opplevd å bli ranet eller truet med våpen eller gjenstander.

4 % har opplevd å bli slått med vilje av en voksen i familien, mens 3 % har vært vitne til at voksne i familien har blitt utsatt for vold. Spørsmål om vold i nære relasjoner er nye i 2020, og det er usikkert om resultatene gjelder generelt for norsk ungdom på nasjonalt nivå.

Kunnskap for forebygging

Gjennom Ungdata kan kommunene og fylkeskommunene kartlegge omfang og utviklingstrekk av både positive og negative forhold som er viktige i ungdomstiden.

En begrunnelse for kartleggingen handler om forebygging. Ofte vil det være vanskelig å måle effekten av ulike forebyggende tiltak direkte. Kunnskap om forekomst i ulike grupper og eventuelle endringer over tid, er likevel viktig både som grunnlag for planlegging av tiltak, for å kunne si noe om tiltakene treffer den aktuelle målgruppen, og om mulige effekter.



Geografiske variasjoner

Ungdata er gjennomført i nesten alle kommuner i Norge. På ungdata.no finner man resultater fra alle de enkeltundersøkelsene som denne nasjonale rapporten bygger på. Her finner du et kart der du kan klikke deg inn på hver av kommunene og få nærmere informasjon om hvordan ungdom har det ulike steder i landet. På nettsiden finner du også lokale, regionale og nasjonale ungdatarapporter som gir mer detaljerte analyser av undersøkelsene.

Om datagrunnlaget

Siden 2010 har 666.000 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 og oppdatert bilde på nasjonalt nivå, er det brukt data fra alle de lokale undersøkelsene som ble gjennomført i årene 2018, 2019 og 2020. I denne treårsperioden er det gjennomført ungdatabaserundersøkelser i 321 kommuner og på Svalbard. 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 gir de lokale undersøkelsene samlet sett et godt bilde av situasjonen nasjonalt.

Rapporten gir også et bilde av hvordan situasjonen for ungdom har endret seg tilbake i tid. Tidstrendanalysene dekker det siste tiåret på de fleste områdene og de siste fem årene på noen områder. Den tiårige utviklingen får vi kun dokument på ungdomstrinnet, siden det var ungdomstrinnet som kom først i gang i stor skala. 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.

Mer informasjon om datainnsamlingen og Ungdata finner du bakerst i denne rapporten. Du finner også mer informasjon på ungdata.no.

Livskvalitet

Livskvalitet handler om det som gjør livet godt å leve. For den enkelte er livskvalitet en subjektiv opplevelse av det livet man lever, og vil være påvirket av hvor godt man trives og hvor fornøyd man er med livet sitt. Livskvalitet vil også være knyttet til følelsen av å være nyttig og til opplevelsen av mestring og mening. Også de materielle omgivelsene vil være viktig for den enkeltes livskvalitet. Ungdom som har det bra, har ofte et positivt selvbilde. En viktig del av livskvaliteten dreier seg derfor om hvordan vi ser på oss selv – på godt og på vondt.

Livskvalitet utvikles i og påvirkes av samspill med andre. Positive tilbakemeldinger kan bidra til et godt selvbilde og økt tilfredshet med det livet man lever. Stadig kritikk kan derimot føre til det motsatte. Det å bli kjent med seg selv og å finne ut av hvem man er og hva man står for er viktig i ungdomstiden. Derfor er denne fasen en periode i livet der mange kan være spesielt sårbare for andres kommentarer.

Ungdata viser at den generelle livskvaliteten blant norske ungdommer er høy. På en tilfredshetsskala fra 0 til 10, plasserer 85 % seg fra seks poeng og oppover. Tyngdepunktet av svarene er sentrert rundt 8. Andre spørsmål går i samme retning: For eksempel er mer enn 9 av 10 enig i utsagnet «livet mitt er bra» og rundt 8 av 10 mener de har alt de ønsker seg i livet. De fleste ungdommer gir uttrykk for en hverdag preget av glede og energi, og mange opplever mestringsfølelse og føler seg nyttig og framtidsoptimistiske. Generelt gir gutter uttrykk for høyere grad av livskvalitet enn jenter. Livskvaliteten i ungdomstiden skiller imidlertid lite etter alder.

Samtidig finnes det en god del ungdommer som ikke har det like greit. 8 % mener de selv befinner seg for tiden under midtpunktet på tilfredshetsskalaen. 15 % har sjelden eller aldri masse energi, og enda flere føler seg sjelden eller aldri nyttig eller optimistisk med tanke på framtiden.

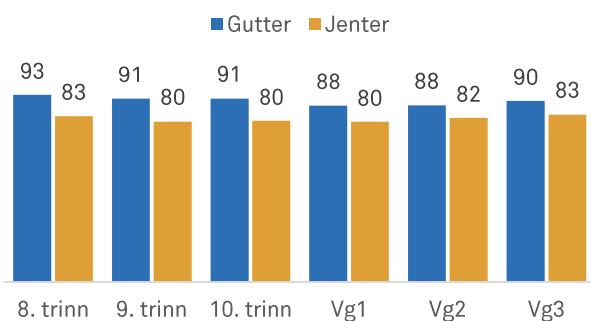
Spørsmålene i dette kapittelet er med i Ungdata for første gang i 2020, og baserer seg på et utvalg av kommuner. Det knytter seg dermed noe usikkerhet til hvorvidt tallene er generalisbare til å gjelde ungdom på nasjonalt nivå.

Tilfredshet med livet

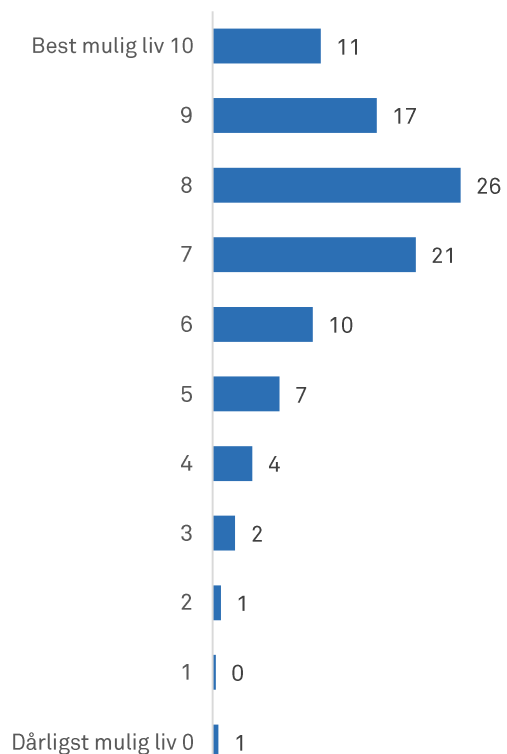
Hvor tilfreds ungdom er med det livet de lever ble målt ved at ungdommene fikk følgende spørsmål: «Nedenfor er det en skala fra 0 til 10. Øverst på skalaen (10) står for det best mulige livet for deg og nederst (0) er det verst mulige livet for deg. Hvor synes du at du står på denne skalaen nå for tiden?».

Å krysse av 6 eller høyere på skalaen regnes som å være tilfreds med livet sitt. Under 5 på skalaen tilsier det motsatte.

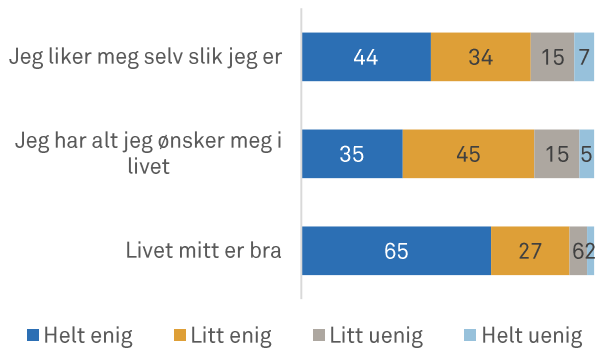
Prosentandel av gutter og jenter på ulike klassetrinn som er tilfreds med livet sitt (seks eller flere poeng på skalaen fra 0-10)



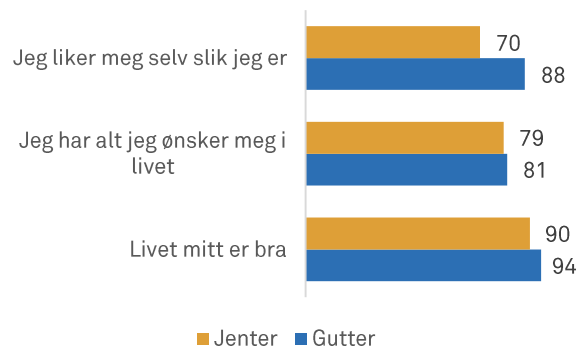
Hvordan ungdom plasserer seg på en skala fra 0 til 10, der 0 er det verst mulige livet de kan tenke seg og 10 det best mulige livet. Prosent



Hvordan ungdom oppfatter seg selv og livet sitt. Prosent som er enig og uenig



Prosentandel gutter og jenter som er enige i ulike utsagn om seg selv og livet sitt



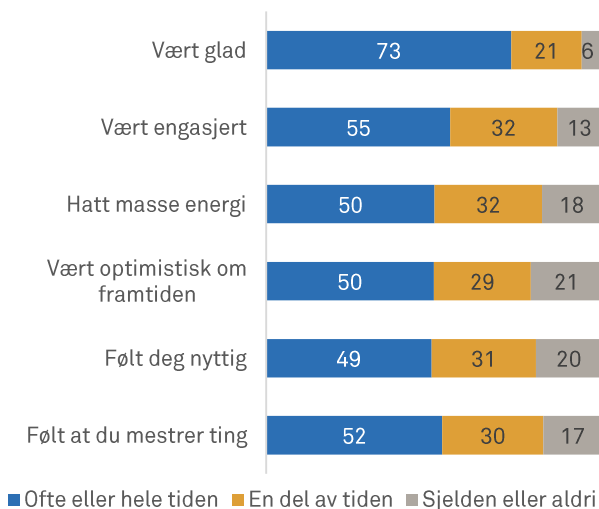
Livskvalitet

Ungdata kartlegger flere aspekter ved det vi kan kalle de følelsesmessige sidene ved unges livskvalitet, som for eksempel glede, energi og engasjement. De siste årene har såkalte eudaimoniske aspekter ved folks livskvalitet fått økt oppmerksomhet. Dette innebærer blant annet å føle seg nyttig, oppleve mestring eller opplevelser av å få utnyttet sitt potensiale. I Ungdata får ungdommene også spørsmål om slike forhold.

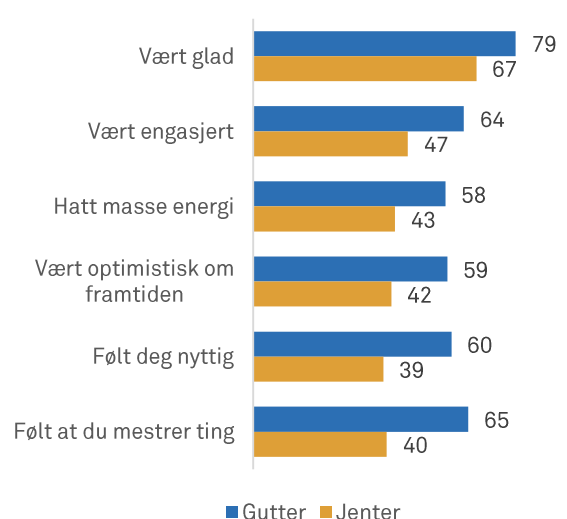
Resultatene viser at noen flere gutter enn jenter er tilfreds med livet sitt. Kjønnsforskjellene er større for det som har med mestring, nytte og framtidsoptimisme å gjøre, enn det som er knyttet til glede, engasjement og energi.

” 9 av 10 mener de har alt de ønsker seg i livet

Tenk på hvordan du har hatt det den siste uka, hvor ofte har du...



Prosentandel gutter og jenter som den siste uka ofte eller hele tiden har...



Venner

Ungdomstiden beskrives gjerne som en fase av livet der jevnaldrende framstår som spesielt viktige. Venner på egen alder vil for de fleste være en kilde til lek, glede, støtte, samhørighet og bekreftelse. Hvilken rolle 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, eller av å ha mange kontakter på sosiale medier. Med sosiale medier har ungdom fått en ekstra arena å være sammen på. Ungdom deler informasjon og opplysninger om sine liv, hva de gjør og hvem de er sammen med, på en annen måte enn foreldrene deres gjorde. Dermed er betingelsene for og formen på ungdoms samvær med venner endret. For mange vil kvaliteten på vennskapene likevel fremdeles bety mer enn antallet og hvordan man er sammen.

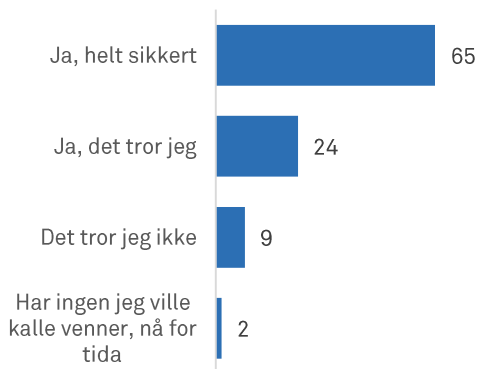
På lengre sikt har samspillet med de jevnaldrende betydning for utvikling av selvbilde og sosial kompetanse. Mange knytter også vennskap i ungdomstiden som varer livet ut. Å ha venner er viktig fordi det gir en opplevelse av at man er godtatt. Hvilke venner man har markerer tilhørighet og sier også noe om hvem man er.

Ungdata viser at de aller fleste norske tenåringer har venner å være sammen med. De fleste bruker en god del tid sammen med vennene sine, enten hjemme hos hverandre eller ute. Så mange som ni av ti har en fortrolig venn som de kan stole på og snakke med om alt mulig. Dette tallet har vært stabilt det siste tiåret, og gjelder gutter i like stor grad som jenter og de yngste tenåringene i like stor grad som de eldste.

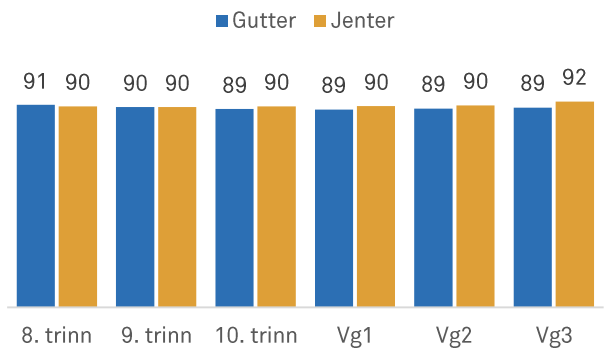
Det er samtidig bekymringsfullt at noen mangler venner. 2 % forteller at de ikke har noen de vil kalle for venner nå for tida. 3 % har ikke noen å være sammen med i friminuttene på skolen. 7 % mangler noen å være sammen med på fritiden.

De aller fleste er lite plaget av ensomhet. Men 11 % er veldig mye plaget, og jenter mer enn gutter. Andelen som opplever ensomhet, har steget noe de siste årene. De aller siste tallene viser ingen ytterligere økning, men det er for tidlig å konkludere med at dette er starten på en utflating.

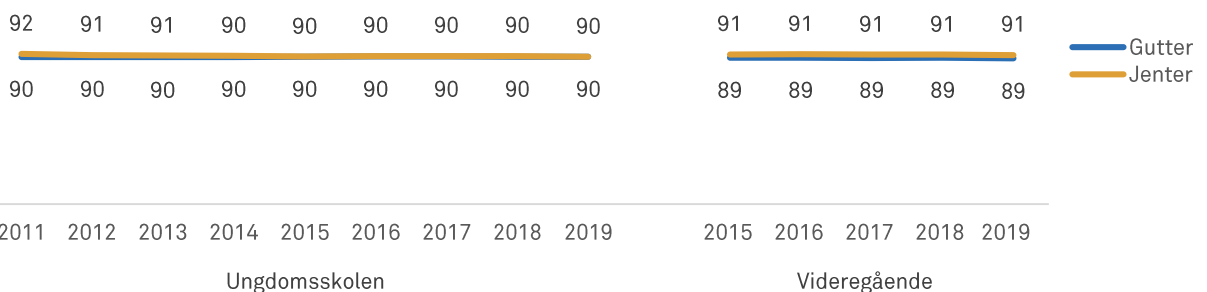
Har du minst én venn som du kan stole på og betro deg til om alt mulig?



Prosentandel som har en fortrolig venn. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



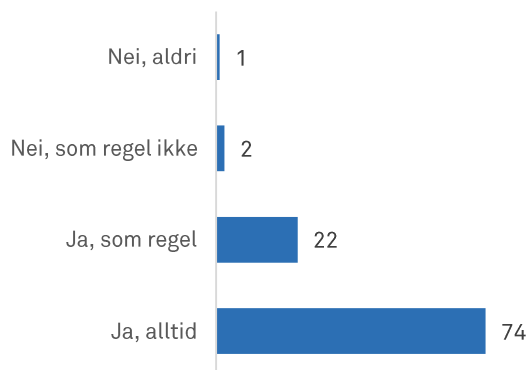
Prosentandel som har en fortrolig venn. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



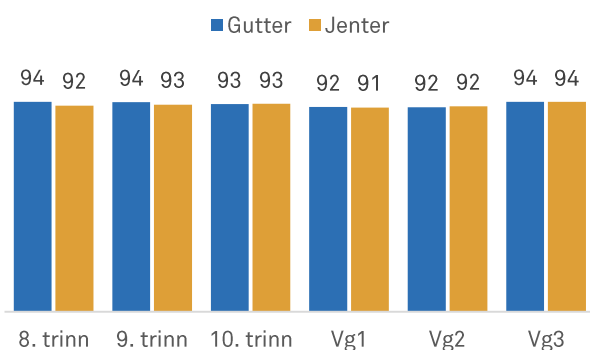
Har du noen å være sammen med på fritiden?



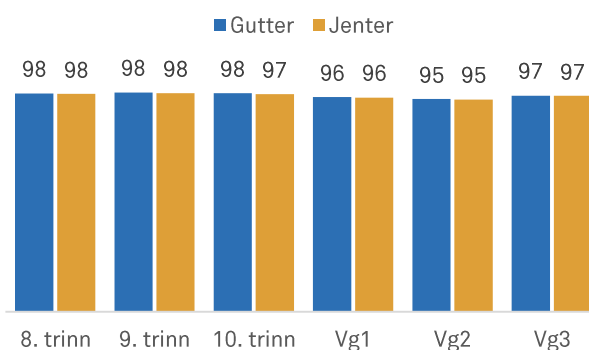
Har du noen å være sammen med i friminuttene på skolen?



Prosentandel som har noen å være sammen med på fritiden. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som har noen å være sammen med i friminuttene på skolen. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



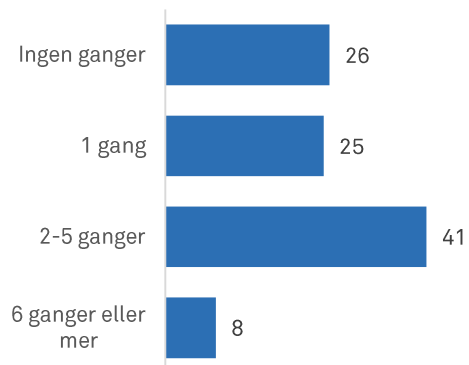
Å ha noen å være sammen med

De aller fleste ønsker å være sosiale. Resultatene fra Ungdata viser at nesten alle ungdommer – både gutter og jenter og ungdom i ulike aldre – har noen å være sammen med. 97 % har noen å være sammen med i friminuttene på skolen og 93% har noen å være sammen med på fritida.

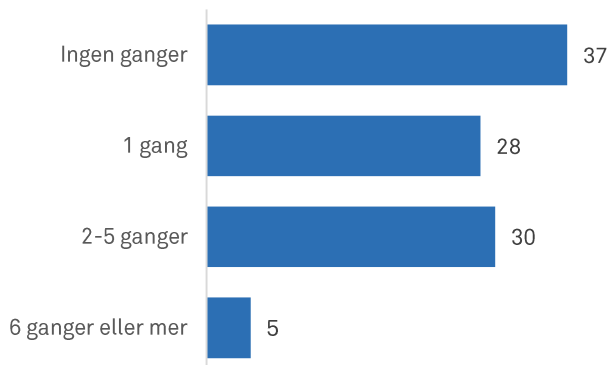
Resultatene på denne siden er basert på spørsmål som var med i Ungdata for første gang i 2020. De baserer seg på et utvalg av kommuner. Det er dermed usikkert hvorvidt tallene er generalisbare til generelt å gjelde ungdom i Norge.

” Nesten alle har noen å være sammen med i friminuttene på skolen. Sju prosent har derimot ingen å være sammen med på fritiden

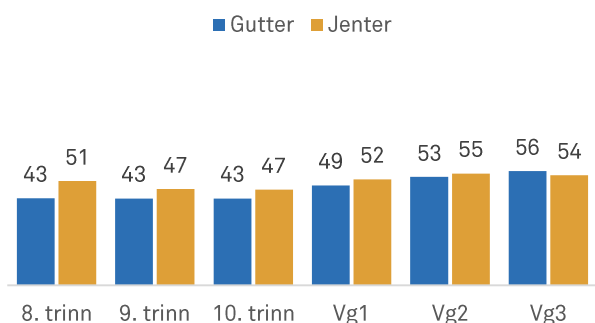
Hvor mange ganger har du vært sammen med venner hos deg eller hos dem i løpet av den siste uka?



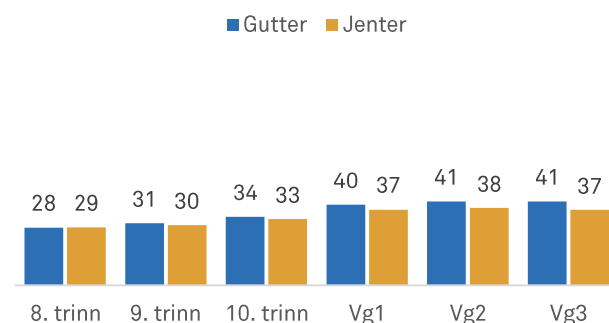
Hvor mange ganger har du brukt størsteparten av kvelden ute sammen med venner?



Prosentandel som har vært sammen med venner hjemme hos hverandre minst to ganger siste uke. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

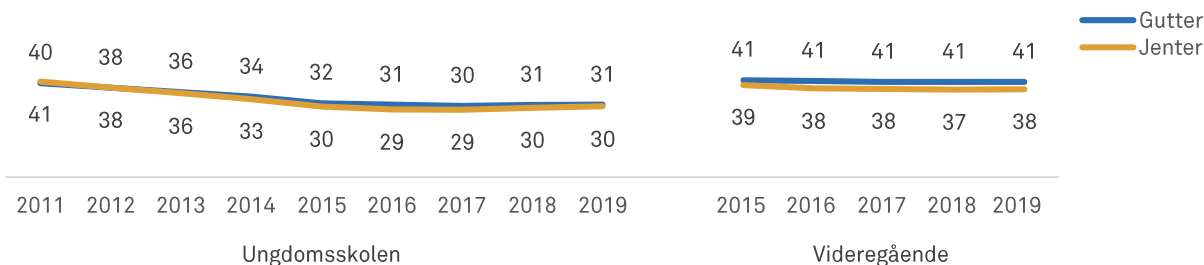


Prosentandel som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



” På starten av 2010-tallet ble det stadig mindre vanlig å være ute med venner om kvelden. Denne trenden har stoppet opp

Prosentandel som har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Ensomhet

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

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

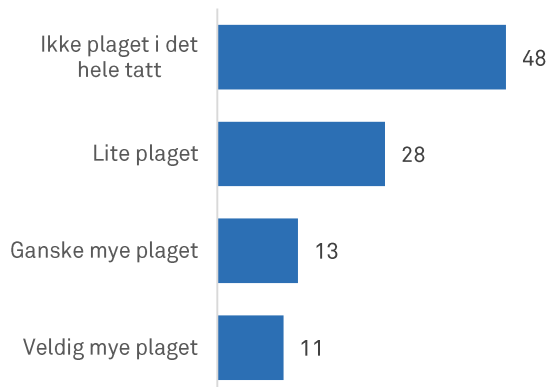
Ungdata viser at de aller fleste ikke er særlig plaget av ensomhet. Halvparten er ikke plaget i det hele tatt. Ytterligere en av fire er lite plaget.

Men 11% av ungdommene er veldig mye plaget av ensomhet. Ensomhet er mer utbredt blant jenter enn blant gutter. For begge kjønn øker omfanget av ensomhet noe fra starten av ungdomstrinnet til de begynner på videregående.

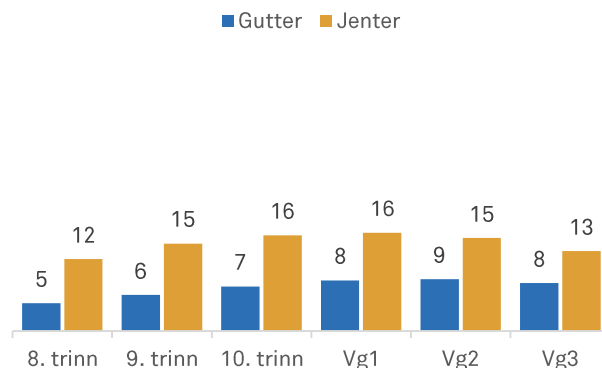
Ensomhetstallene i Ungdata har økt noe gjennom hele 2010-tallet. De aller siste tallene viser ingen ytterligere økning. Om dette er starten på en utflating er for tidlig å konkludere med.

” Ensomhet er noe de fleste kan kjenne på. Men det store flertallet av unge er lite plaget av det

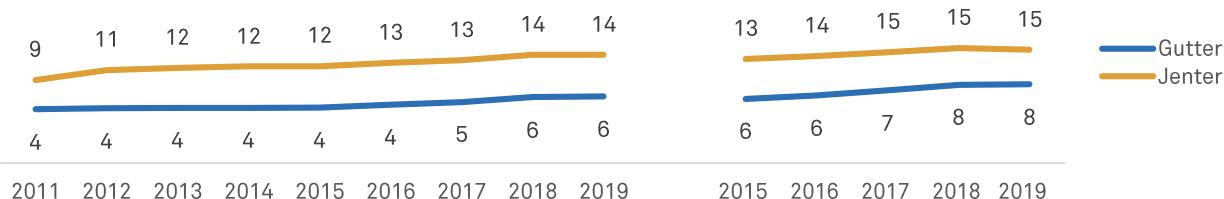
Har du i løpet av siste uke vært plaget av at du har følt deg ensom?



Prosentandel som har vært veldig mye plaget av å være ensom siste uke. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som har vært veldig mye plaget av følelsen av å være ensom siste uke. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Foreldre

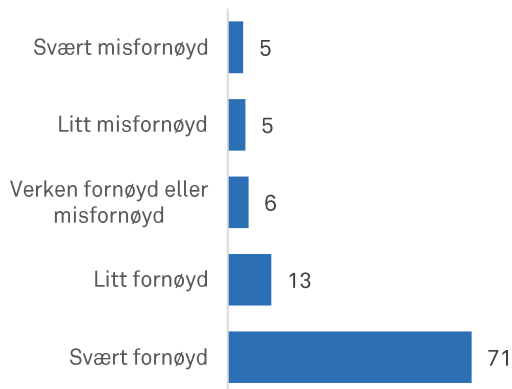
Foreldrene og de nærmeste foresatte er de viktigste omsorgspersonene i oppveksten. Foreldre har plikt til å sørge for økonomisk underhold og omsorg, de skal sikre en forsvarlig oppdragelse og at barnet får en utdanning. De økonomiske, kulturelle og sosiale ressursene som finnes hjemme legger grunnlaget for de unges levkår og livskvalitet. Studier tyder på at foreldre betyr mye både for unges utdanningsvalg, og for unges fritidsinteresser.

Samtidig handler det å være ung om å gradvis løsrive seg fra foreldrene og om å bli en selvstendig person. Etter hvert som barn blir eldre, blir deres egne meninger og interesser viktigere. For de fleste vedvarer likevel den emosjonelle nærheten til foreldrene utover i ungdomstiden. Selv om det også kan være mange uenigheter mellom ungdom og foreldre, har de fleste tenåringer i dag et tillitsfullt og nært forhold til de voksne hjemme.

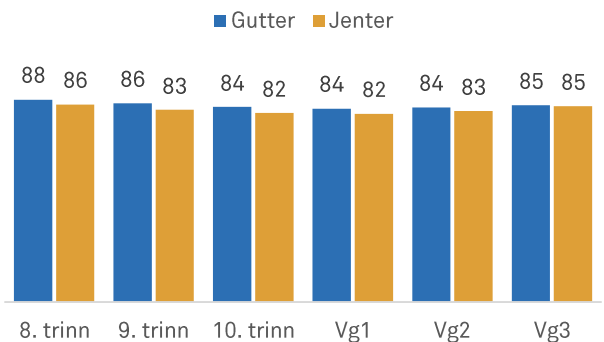
Mye tyder på at avstanden – eller generasjonskløften – vi har vært vant til å snakke om mellom ungdom og foreldregenerasjonen er mindre i dag enn da dagens foreldre selv var ungdom. Dette understrekes av at 84 % av dagens ungdom sier at de er fornøyd med foreldrene sine. Kun 10 % er direkte misfornøyd. Mer enn 9 av 10 ungdommer opplever at foreldrene deres er svært interessert i livet deres. Normen i dag er et foreldreskap der ungdom står i sentrum, og der foreldre har god oversikt over hva ungdommene gjør i fritiden og hvem de er sammen med. Det er lite som tyder på at det har noen særlige endringer på dette området det siste tiåret. Det er heller ikke store forskjeller mellom gutter og jenter og ungdom i ulike aldre når det gjelder hvor fornøyd de er med foreldrene sine.

For ungdom som ikke selv tjener penger, er foreldrene den viktigste kilden til å dekke utgifter slik at de kan delta på fritidsaktiviteter som koster penger, som for eksempel kino, idrett, bursdager eller reiser. Ungdata viser at de fleste vokser opp i familier med god nok råd til at dette ikke er et problem. Samtidig viser undersøkelsen at 4 % av ungdommene ofte opplever at foreldrene mangler penger til at de kan være med på slike fritidsaktiviteter. 16 % opplever at dette skjer av og til.

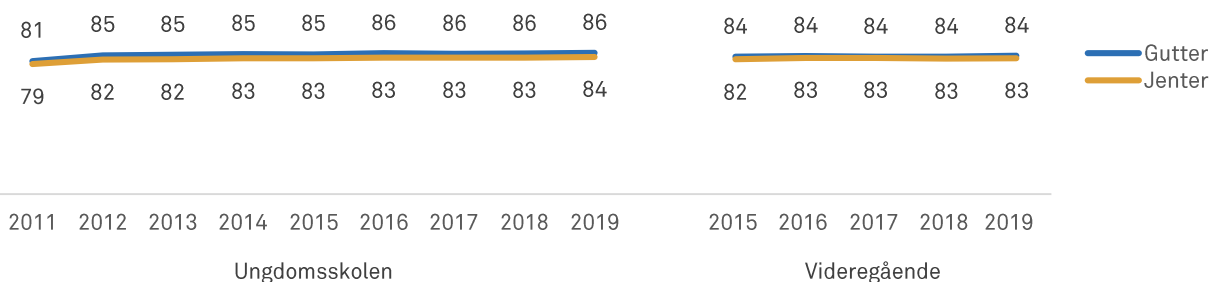
Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med foreldrene dine?



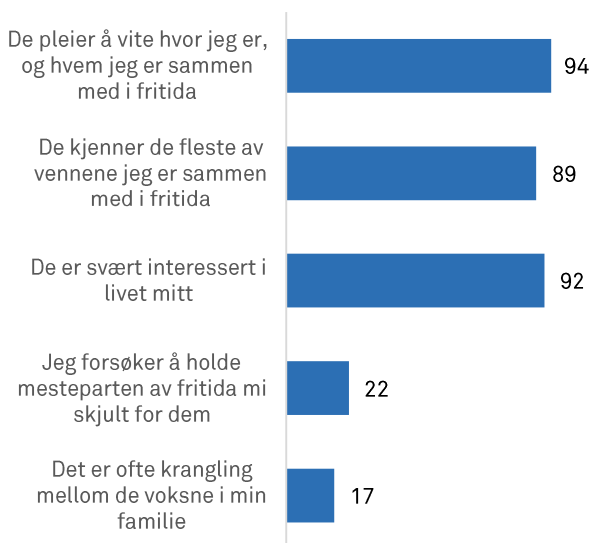
Prosentandel som er fornøyd med foreldrene sine. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



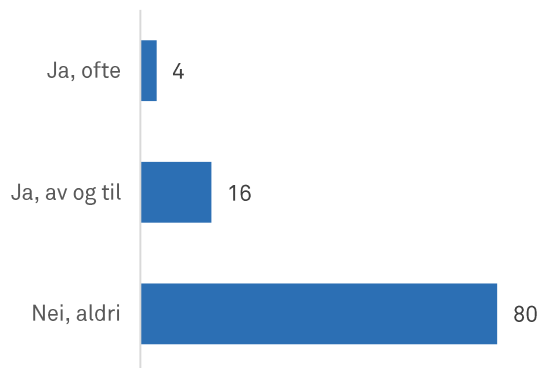
Prosentandel som er fornøyd med foreldrene. Utvikling over tid – kjønn og skoleslag



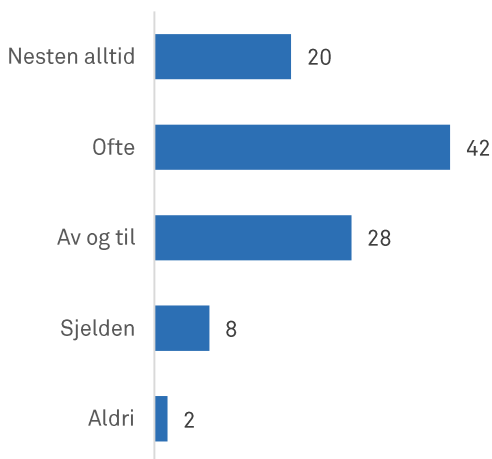
Prosentandel som mener at utsagnene under passer for sine foreldre/foresatte



Hender det at dine foreldre eller foresatte mangler penger til å betale for fritidsaktiviteter du ønsker å delta i (idrett, kino, bursdager, reiser etc.)?



I hverdagen, hvor ofte er du sammen med dine foreldre/foresatte?

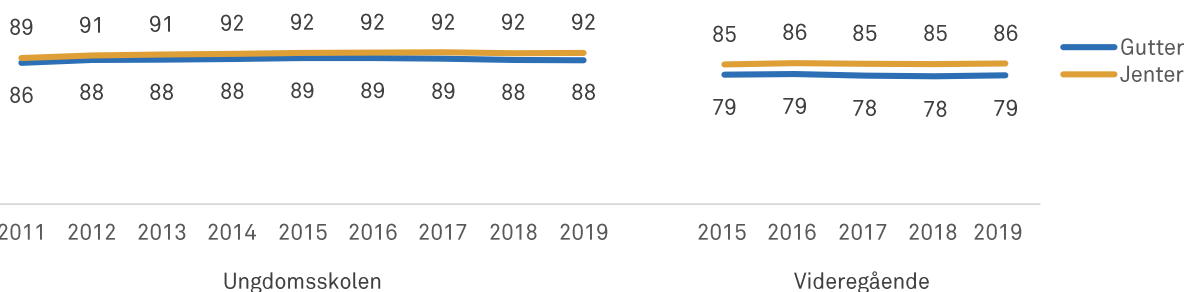


Foreldrerelasjoner

Mye tyder på at forholdet mellom ungdom og foreldre har endret seg mye siden dagens foreldre selv var ungdommer. Nesten all ungdom i dag opplever at foreldrene deres som regel har oversikt over hvor de er og hvem de er sammen med i fritiden. 9 av 10 opplever at foreldrene kjenner de fleste av de vennene de er sammen med i fritida. Så mange som 92 % opplever eksplisitt at foreldrene deres er svært interessert i livet deres.

Figuren under viser hvor mange gutter og jenter på ungdomsskolen og i videregående som både opplever at foreldrene kjenner vennene deres og at de som regel vet hvor de er i fritiden. Resultatene viser stor stabilitet i løpet av det siste tiåret. Kjønnforskjellene er nokså små, men det er noen flere jenter enn gutter på videregående som opplever at foreldrene har oversikt over vennene og fritidsvanene deres.

Prosentandel som opplever at foreldrene har god oversikt over ungdommenes venner og fritid. Utvikling over tid – kjønn og skoleslag



Skole

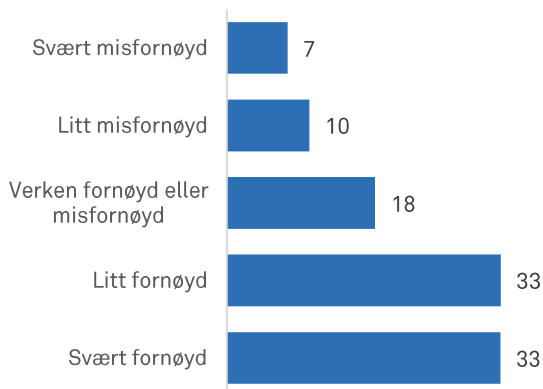
Skolen er ikke bare et sted for læring og fag, men også en viktig arena for sosialt samvær. Skolen er en arena hvor vennskap utvikles – i timene og i friminuttene, men også på skoleveien. I en tid der digitale kommunikasjonsformer preger mye av ungdoms fritid, utgjør skolehverdagen – og det fysiske samværet som finner sted der – trolig en enda viktigere faktor i ungdoms sosiale liv enn tidligere. Dette ble nok spesielt synlig for mange da skolene stengte under koronatiden og den digitale hjemmeundervisningen overtok.

Ungdata viser at de aller fleste ungdommer (to av tre) er godt fornøyd med skolen sin, og at så mange som 90 % trives på skolen. De aller fleste oppfatter at de passer inn blant elevene på skolen. Det er også svært positivt at 86 % oppfatter at lærerne deres bryr seg om dem. De høye tallene reflekterer nok at ungdom flest setter pris på den sosiale arenaen som skolen utgjør, der man treffer venner og hyggelige lærere. Samtidig er det mange som gir uttrykk for at skolen er kjedelig, og nokså mange ungdommer opplever skolerelatert stress. Ungdata viser også at mange unge gruer seg til å gå på skolen.

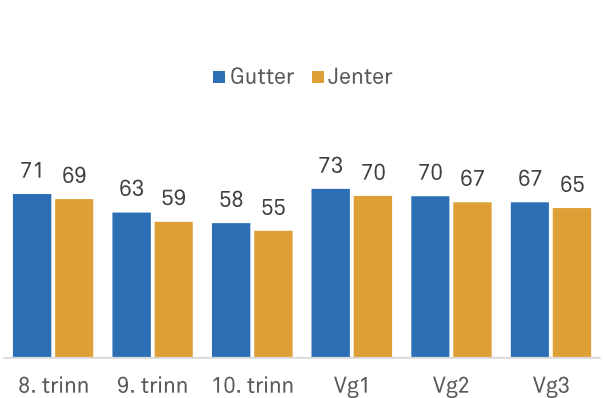
For elevene er som regel ikke skolehverdagen over når skoleklokka ringer. Ungdata viser at ungdom flest bruker en del tid på skolearbeid også etter skoletid. Samtidig er det stor variasjon i hvor mye tid hver og en bruker. Mens noen ikke gjør lekser eller øver til prøver i det hele tatt, bruker andre flere timer hver dag. Jenter bruker i gjennomsnitt mer tid på skolearbeid i fritiden enn gutter.

Resultatene fra Ungdata viser at utviklingen på flere av skoleindikatorene peker i feil retning: stadig færre trives på skolen, færre enn før er fornøyd med skolen de går på, flere synes skolen er kjedelig og det er flere gruer seg til å gå på skolen enn for noen år tilbake. Andelen som har skulket skolen har også gått opp, særlig på ungdomstrinnet. Det har også vært en markant nedgang i andelen som bruker mye tid på lekser. Om det siste skyldes endringer i hva slags praksis skoler har med å gi lekser, eller om det sier noe om endringer i ungdoms skolemotivasjon er vanskelig å avgjøre. Uansett, selv om størsteparten av ungdom fortsatt trives i skolen, gir tallene samlet sett signaler om en utvikling som går i feil retning. Det er viktig å finne mer ut av hva som ligger bak denne endringen i norsk skole.

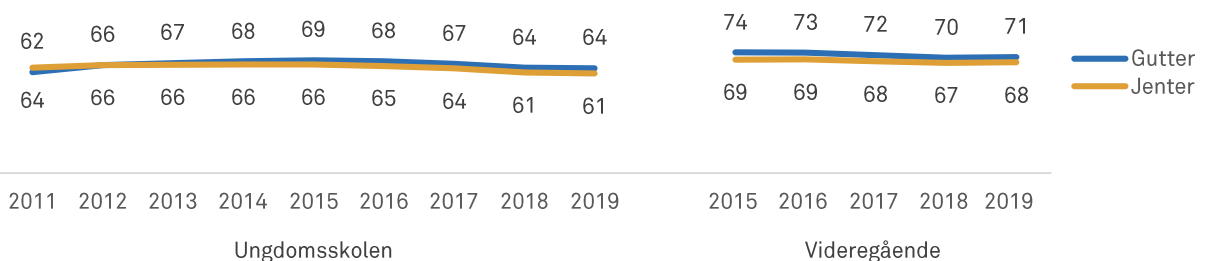
Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med skolen du går på?



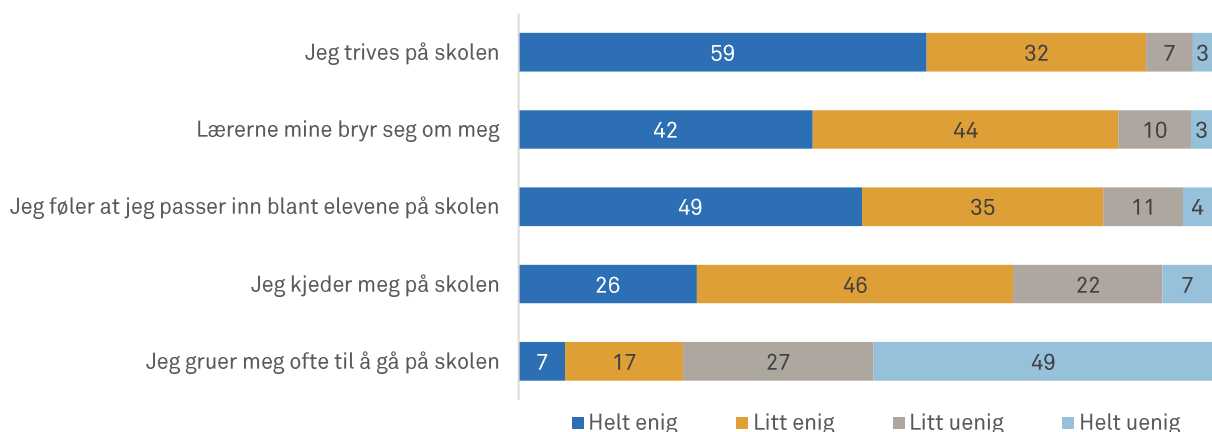
Prosentandel som er fornøyd med skolen de går på. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



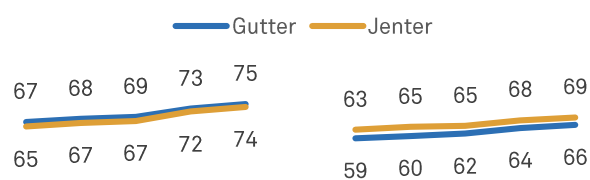
Prosentandel som er fornøyd med skolen de går på. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



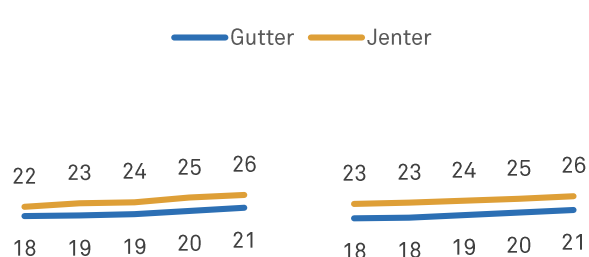
Hvor mange som er enige og uenige i ulike utsagn om hvordan de har det på skolen



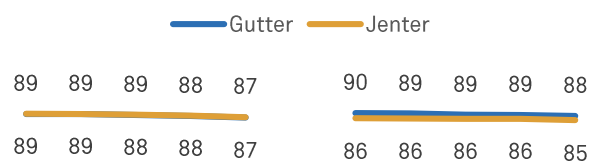
Prosentandel som kjeder seg på skolen



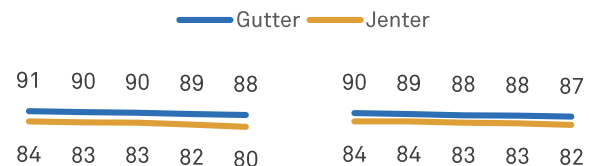
Prosentandel som ofte gruer seg til å gå på skolen



Prosentandel som synes lærerne bryr seg om dem



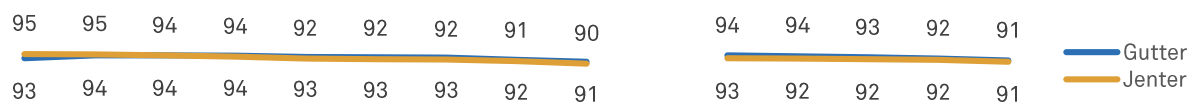
Prosentandel som synes de passer inn blant elevene på skolen



2015 2016 2017 2018 2019
Ungdomsskolen Videregående

2015 2016 2017 2018 2019
Ungdomsskolen Videregående

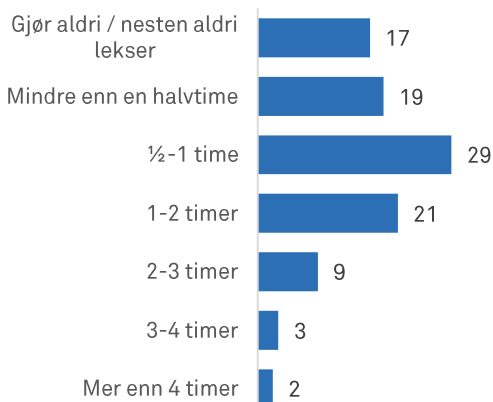
Prosentandel som trives på skolen. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



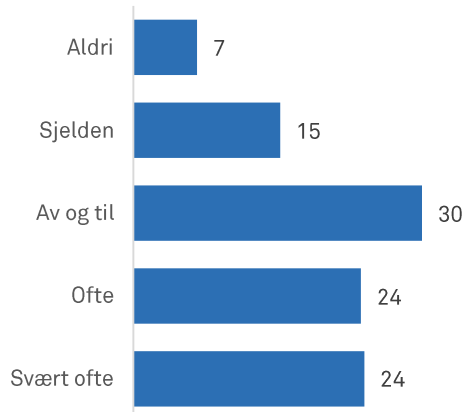
2011 2012 2013 2014 2015 2016 2017 2018 2019
Ungdomsskolen

2015 2016 2017 2018 2019
Videregående

Hvor lang tid bruker du gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid utenom skolen?



Hvor ofte blir du stresset av skolearbeidet?



Lekser

I Ungdata kartlegges tiden ungdom bruker på lekser gjennom et spørsmål der de blir bedt om å oppgi hvor lang tid de vanligvis bruker på lekser og annet skolearbeid utenom skoletiden en gjennomsnittsdag.

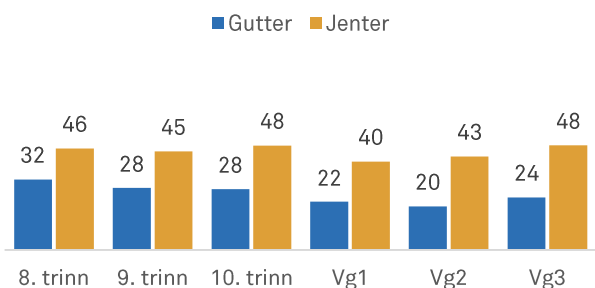
Svarene viser at det er stor variasjon i hvor mye tid ungdom bruker på lekser.

Skolestress

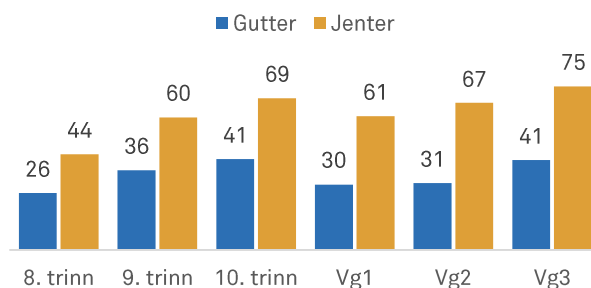
En god del unge opplever skolearbeidet som stressende. Positivt stress kan være bra og bidra til at ungdom fokuserer på læringsoppgavene.

Stress kan også være negativt, særlig for de som opplever vedvarende stress over tid og hvor gapet mellom egne ambisjoner og det man får til blir for stort.

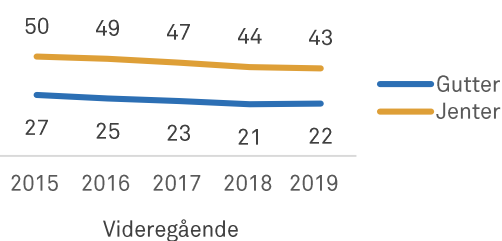
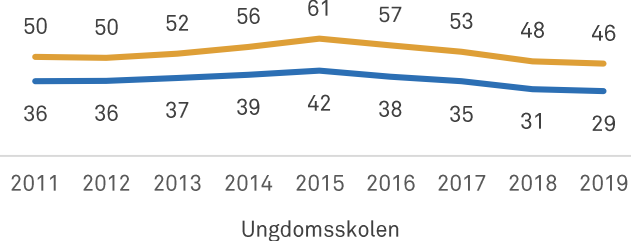
Prosentandel som bruker minst én time hver dag på lekser og annet skolearbeid utenom skolen. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



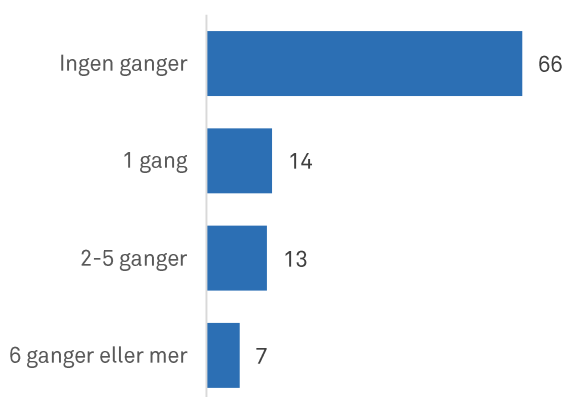
Prosentandel som ofte eller svært ofte blir stresset av skolearbeidet. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som bruker minst én time hver dag på lekser og annet skolearbeid utenom skolen. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag

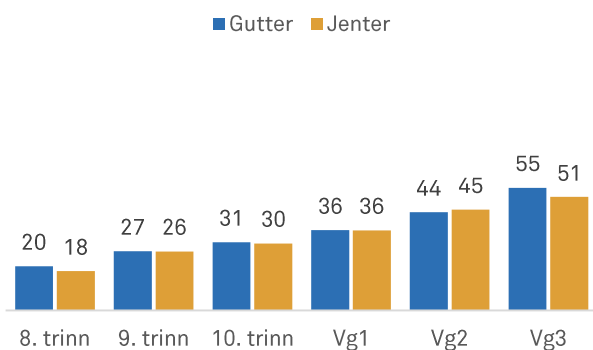


Hvor mange ganger har du skulket skolen siste år?



” Å skulke skolen er en risikofaktor i ungdomstiden

Prosentandel som har skulket skolen minst én gang siste år. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



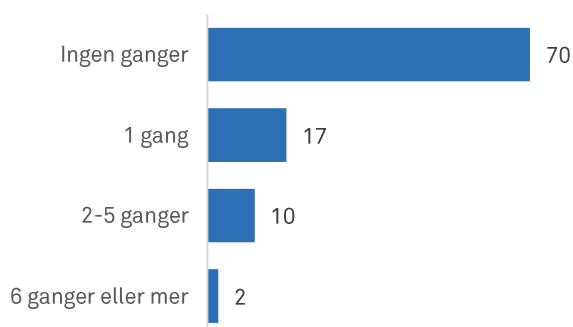
Skulking

Å være motivert for skolen er et godt utgangspunkt for elever som ønsker å gjennomføre utdanningen sin. Skolemotivasjon kommer til syne på ulike måter, gjennom arbeidsinnsats, elevenes utdanningsvalg og hvorvidt de slutter opp om skolens formål og regler. Å skulke skolen – særlig når dette skjer gjentatte ganger – signaliserer det motsatte. Årsakene bak skoleskulk kan være mange, og handler i mange tilfeller om forhold som ikke direkte har med skolen å gjøre.

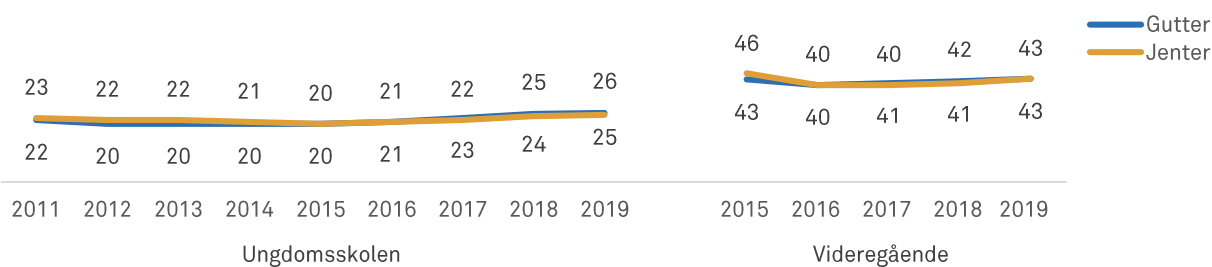
Skulk regnes ofte som tydelig risikofaktor som gir økt sannsynlighet for en negativ utvikling i ungdomsårene. Særlig alvorlig er det når skoleskulk opptrer sammen med andre risikofaktorer og der ungdommen har få beskyttende faktorer i det miljøet han eller hun befinner seg i.

Et mindretall velger å skulke, men tilbøyeligheten til å gjøre det øker med alder. Omfanget av skoleskulk har blitt mer utbredt i løpet av de siste fem årene, spesielt blant elevene på ungdomstrinnet.

I løpet av det siste året, hvor mange ganger har du bevisst jukset på en prøve eller innlevering du skulle få karakter på?



Prosentandel som har skulket skolen minst én gang siste år. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Lokalmiljøet

Å vokse opp betyr som regel å vokse opp i et bestemt lokalmiljø. Forskjellige steder gir ulike muligheter for utfoldelse og sosialt samvær. Tilbudet av fritidstilbud påvirker hvordan den enkelte kan utfolde seg, og bidrar til å skape lokal identitet og tilhørighet. 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. For mange vil et godt kollektivtilbud være avgjørende for å ha en god ungdomstid.

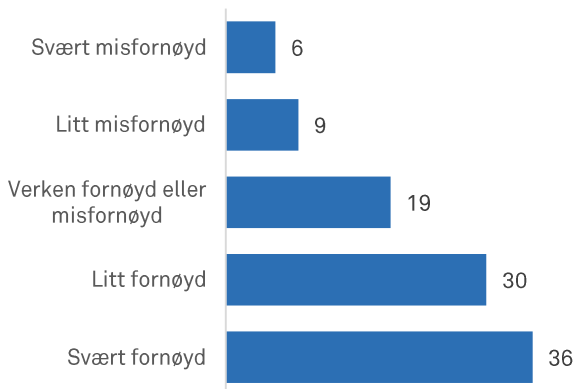
Trygge og sunne lokalmiljøer er særlig viktig for barn og unges velferd, fordi de som regel bruker lokalmiljøet i større grad enn foreldrene og andre voksne. Barn og unge kan også ha andre meninger enn voksne om hva som gir livskvalitet på hjemstedet. Derfor er det viktig å spørre dem om hvordan de opplever stedet der de bor.

Ungdata viser at de fleste er godt fornøyd med lokalmiljøet sitt. Men det er også en del som ikke er så fornøyd, og 15 % gir uttrykk for at de er direkte misfornøyd. I løpet av årene på ungdomsskolen synker andelen som er fornøyd med stedet der de bor fra rundt 75 % til i overkant av 60 %. Nedgangen gjelder jenter i større grad enn gutter. Dessuten er guttene generelt mer fornøyd med lokalmiljøet sitt enn jentene.

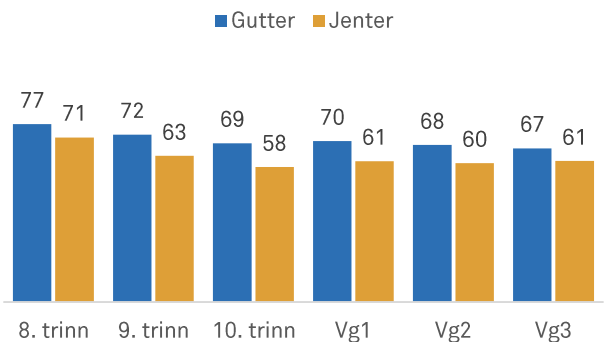
Hva ungdom er fornøyd med og misfornøyd med, varierer mye fra kommune til kommune. De fleste er fornøyd med idrettsanleggene i nærområdet. Og mange steder er ungdom svært fornøyd med at det finnes lokaler der unge kan møtes, som for eksempel fritidsklubber. Andre steder mangler slike tilbud. Likevel er ungdommens fornøydhet med kollektivtilbudet noe av det som varierer aller mest mellom steder i Ungdata. Dette viser at kommunene og fylkeskommunene kan gjøre mye for å tilrettelegge for ungdommers trivsel.

Å kunne føle seg trygg i nærområdet er en sentral kvalitet. De aller fleste (86 %) opplever at det er trygt å bevege seg ute om kvelden i nærmiljøet der de bor. Bare 3 % er direkte utrygge. Samtidig viser Ungdata en negativ utvikling, der andelen som mener det er trygt å være ute om kvelden har blitt noe mindre de siste fem årene.

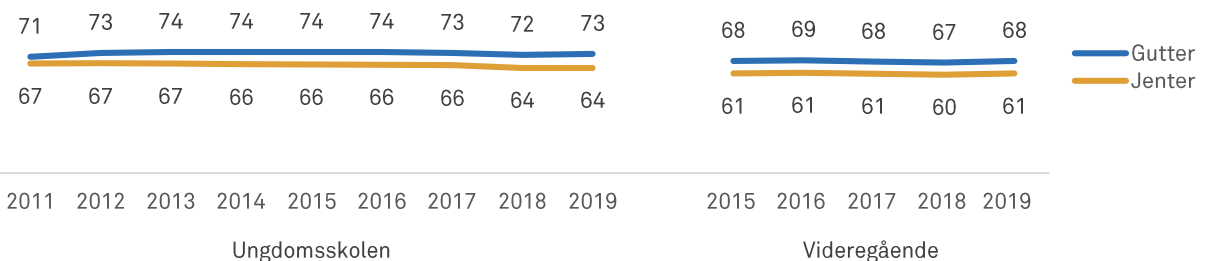
Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med lokalmiljøet der du bor?



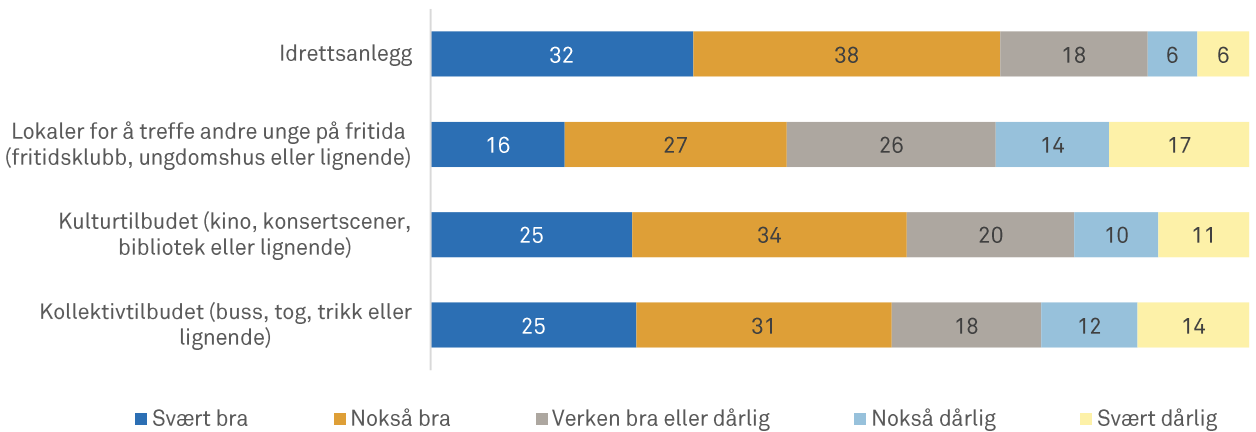
Prosentandel som er fornøyd med lokalmiljøet. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



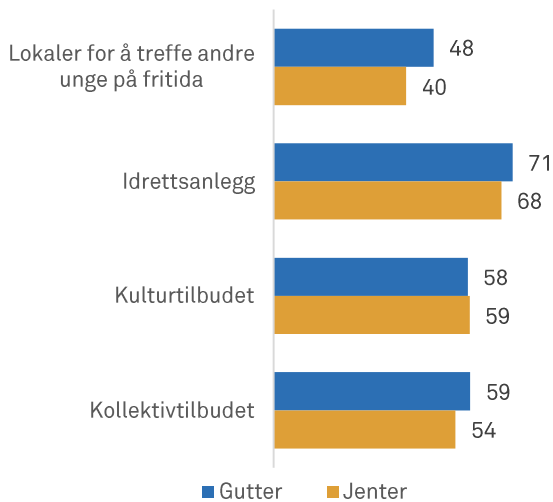
Prosentandel som er fornøyd med lokalmiljøet. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Tenk på områdene rundt der du bor. Hvordan opplever du at tilbudet til ungdom er når det gjelder ...



Andel gutter og jenter som opplever ulike tilbud til ungdom i nærmiljøet som svært eller nokså bra

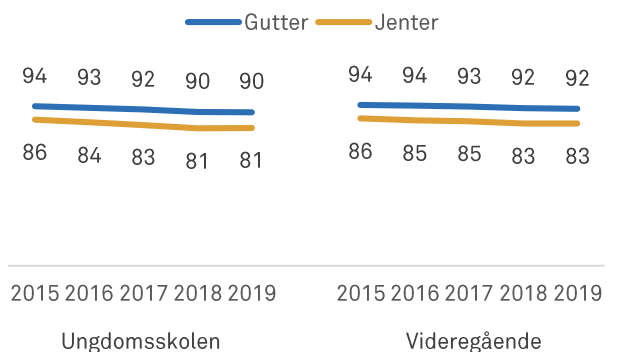


Når du er ute om kvelden, opplever du det som trygt å være i nærområdet der du bor



” Dagens ungdom vokser opp i en globalisert verden. Det lokale og tilhørigheten til nærmiljøet har likevel stor betydning i ungdoms liv

Prosentandel som opplever det som trygt å være ute om kvelden i nærmiljøet. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Framtid

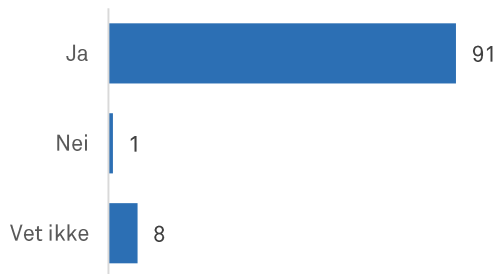
Hvordan fremtiden kommer til se ut er det ingen som med sikkerhet kan si noe om. Da ungdomsundersøkelsene ble gjennomført i februar og tidlig mars i 2020, var det for eksempel ingen som så for seg at skolene skulle bli stengt i nesten to måneder. Selv om ingen vet hva fremtiden vil bringe, er det likevel vanlig å ha noen forestillinger om hvordan egen framtid vil bli. I Ungdata svarer for eksempel 91 % at de tror de vil fullføre videregående. Kun 1 av 100 svarer nei, mens 8 % er usikre. Det er naturlig nok flere og flere som blir sikre på at de kommer til å fullføre desto nærmere de kommer avslutningen på videregående. Det er for øvrig små kjønnsforskjeller i andelen som tror de kommer til å fullføre, dette til tross for at langt flere jenter enn gutter faktisk fullfører videregående i Norge.

På spørsmål om man tror man vil komme til å ta høyere utdanning, er usikkerheten større. 27 % svarer at de usikre, men det er ikke flere enn 10 % som eksplisitt svarer nei. Tallene viser at to av tre av dagens tenåringer tror de kommer til å fortsette å utdanne seg etter at de er ferdig med den nærmest «obligatoriske» videregående opplæringen. Tallene innebærer en ungdomsgenerasjon som er svært utdanningsorientert, der flertallet altså ser for seg at deres hovedtilknytning i samfunnet vil være som elev og student i mange år framover.

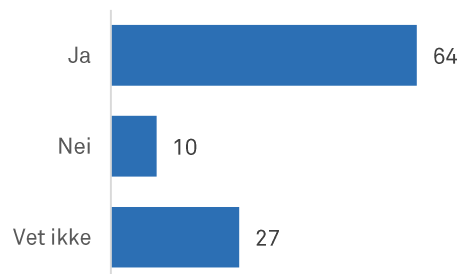
Ungdata viser at vi også har med en framtidsoptimistisk generasjon å gjøre. Nokså få tenåringer – bare 16 % – tror at de noen gang kommer til å bli arbeidsledige. Guttene er på dette området noe mer pessimistiske enn jentene. 69 % av ungdommen tror de kommer til å få et godt og lykkelig liv. Her går kjønnsforskjellene i motsatt retning, hvor jentene er de mest pessimistiske. Mange er riktignok også usikre på hva de tenker om arbeidslivet og hva slags liv de kommer til å få, men det er verdt å merke seg at det kun er 3 % av ungdommen som ikke tror de vil få et bra liv.

Trenden de siste fem årene har vært at framtidsoptimismen blant norsk ungdom har gått noe ned – og det etter en periode hvor flere av tallene beveget seg oppover. De siste tallene viser ingen endring fra forrige måling. At dette er starten på et brudd i den negative utviklingen, er det derimot for tidlig å konkludere med.

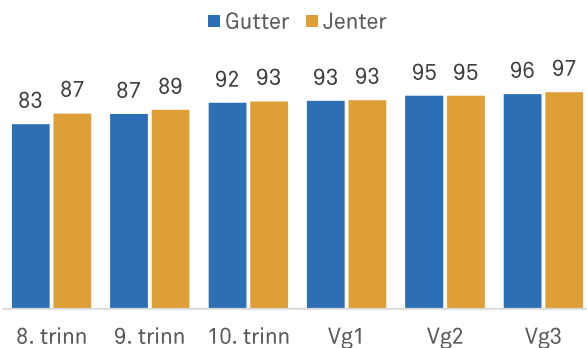
Tror du at du vil komme til å fullføre videregående skole?



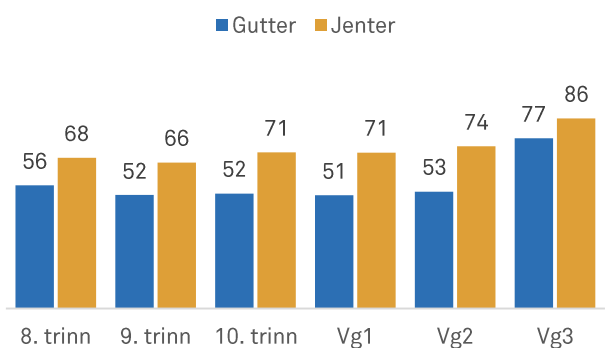
Tror du at du vil komme til å ta utdanning på universitet eller høgskole?



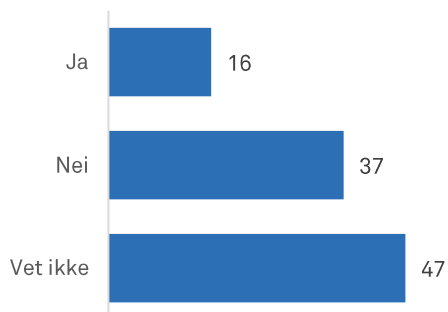
Prosentandel som tror de vil fullføre videregående skole. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



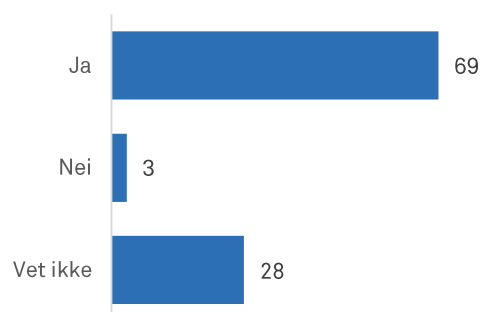
Prosentandel som tror de vil ta utdanning på universitet eller høgskole. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



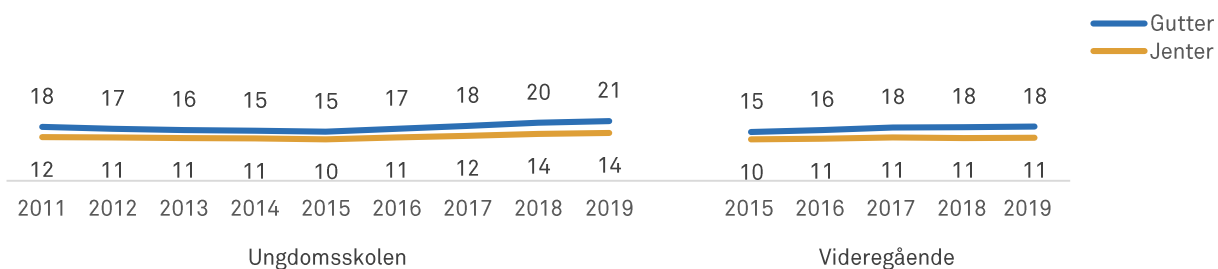
Tror du at du noen gang vil bli arbeidsledig?



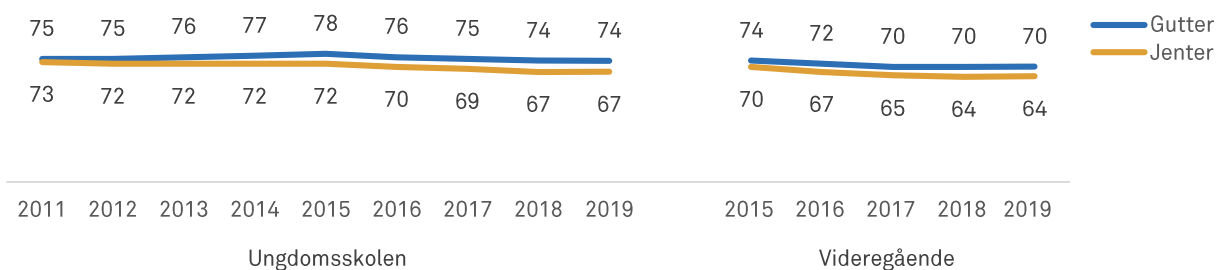
Tror du at du vil komme til å få et godt og lykkelig liv?



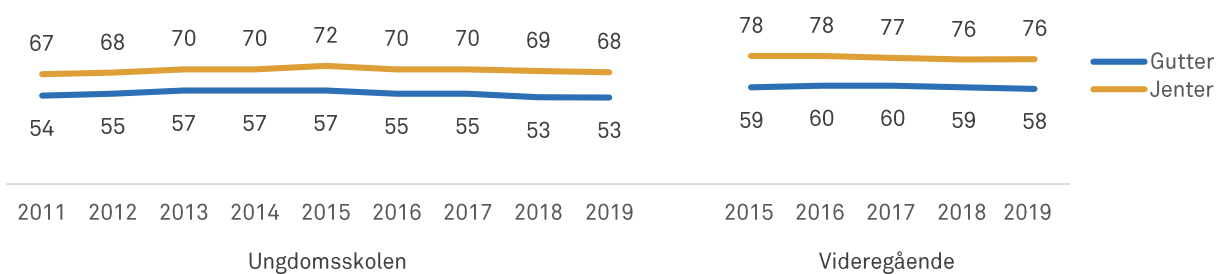
Prosentandel som tror de vil bli arbeidsledig. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Prosentandel som tror de vil komme til å få et godt og lykkelig liv. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Prosentandel som tror de kommer til å ta høyere utdanning. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Medier

I løpet av relativt kort tid har det skjedd noe i retning av det vi kan for en digital revolusjon. For de fleste – og ikke minst for de unge som har vokst opp med smarttelefoner og tilgang til internett over alt – er det nok vanskelig å forestille seg et liv uten å kunne ha direkte kontakt med alle de kjenner (og ikke kjenner), samt tilgang til all verdens musikk, videoer, filmer og informasjon, gjennom smarttelefoner som ikke er større enn at de får plass i en bukselomme. Den digitale teknologien har gjort ungdoms verden større, den gjør at ungdom kan ha kontakt og samvær med andre uten å være fysisk sammen. Onlinespill og sosiale medier spiller en helt avgjørende rolle for ungdoms hverdagsliv, og bidrar til å strukturere det sosiale livet på andre måter enn tidligere. Utviklingen betyr samtidig store sosiale omkostninger for den enkelte ungdom som ikke er til stede – eller blir utestengt – fra det nettbaserte sosiale fellesskapet.

Ungdata viser at ungdom flest bruker mye av sin fritid på digitale aktiviteter – og at tidsbruken er økende. Mye av aktivitetene foregår naturlig nok foran en skjerm. Kun 4 % av ungdom i Norge bruker mindre enn én time daglig på skjermbaserte aktiviteter utenom skolen.

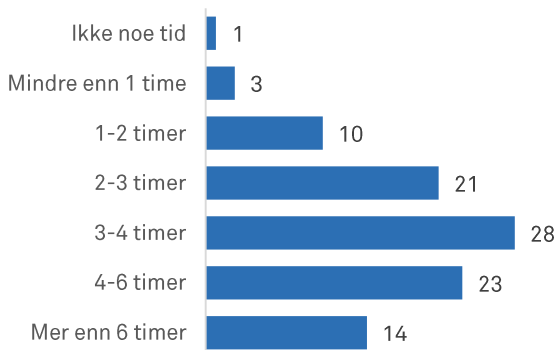
Samtidig er variasjonen ungdom imellom svært stor. To av tre bruker mer enn tre timer, og 14 % bruker minst seks timer av den daglige fritiden sin foran en skjerm. Tidsbruken øker noe gjennom årene på ungdomstrinnet. Gutter bruker samlet sett mer tid foran en skjerm enn jenter, men kjønnsforskjellene er ikke spesielt store.

Det er derimot store forskjeller i hvilke aktiviteter gutter og jenter driver med. Jenter generelt bruker langt mer tid på sosiale medier enn gutter. De fleste gutter er derimot mer opptatt av å spille dataspill enn de fleste jenter.

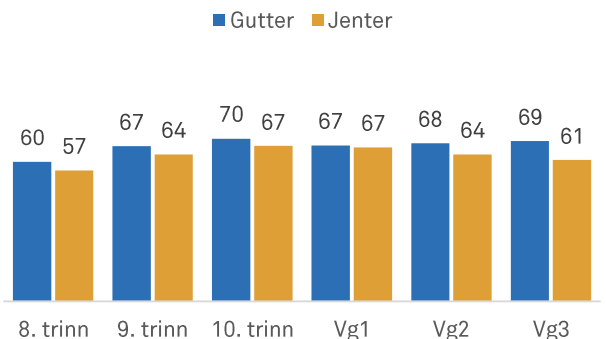
Andelen unge som bruker minst tre timer foran en skjerm har økt siden 2015. En viktig forklaring er at både gutter og jenter bruker stadig mer tid på sosiale medier. Tiden på onlinespill har også økt noe. Andelen unge som ser på TV har derimot gått kraftig nedover. Trolig skyldes dette at ungdom i økende grad ser på serier og filmer gjennom andre medier enn TV-apparatet.

Andelen unge som jevnlig leser bøker har gått ned, noe som særlig gjelder jentene. De siste ungdatatallene viser at det nå bare er marginalt flere jenter enn gutter som bruker en del tid på å lese bøker.

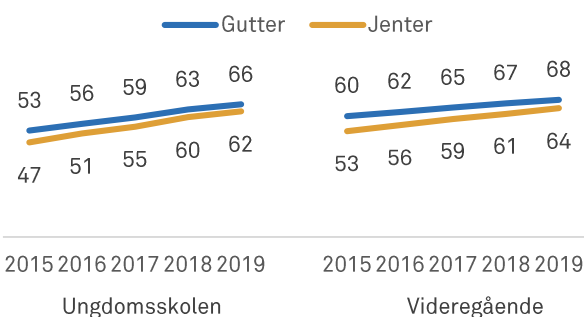
Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis foran en skjerm i løpet av en dag?



Prosentandel som bruker minst tre timer daglig foran en skjerm. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

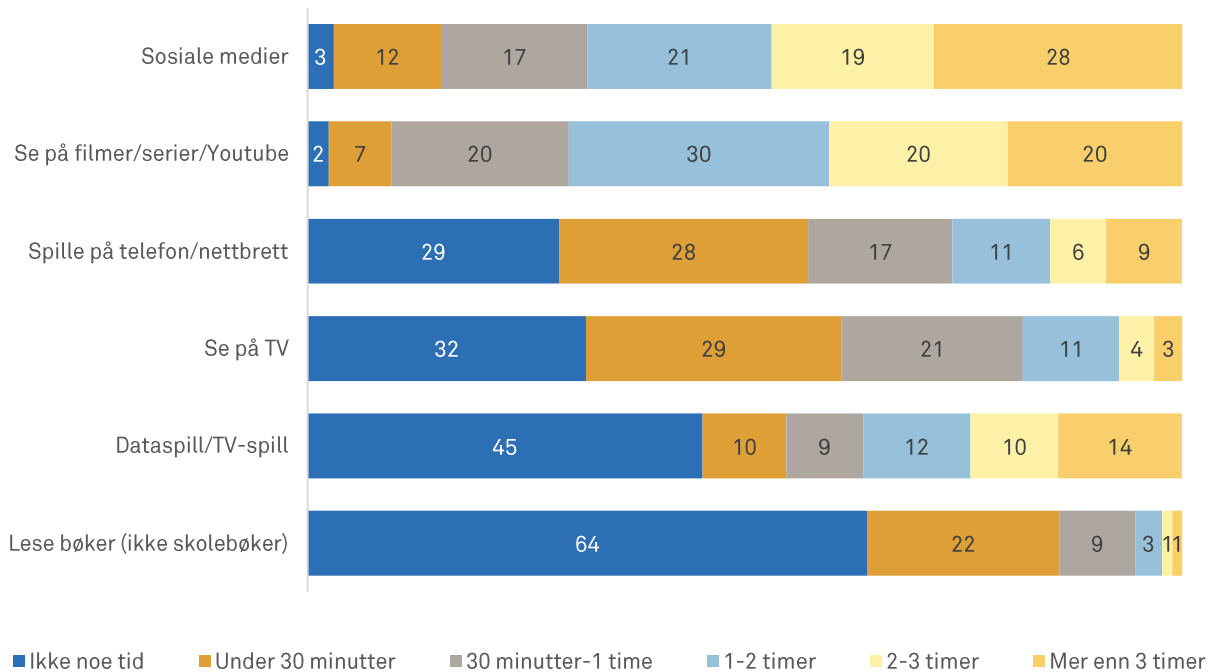


Prosentandel som bruker minst tre timer daglig foran en skjerm. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag

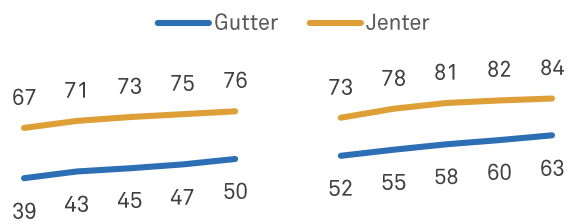


” Skjermbaserte aktiviteter opptar stadig mer av unges fritid

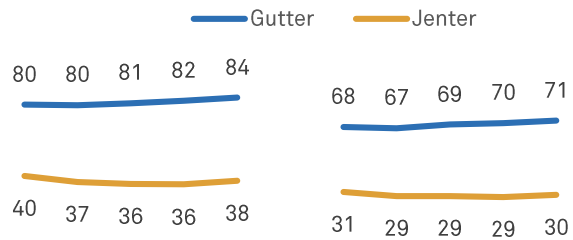
Hvor mye tid bruker du på følgende en gjennomsnittsdag?



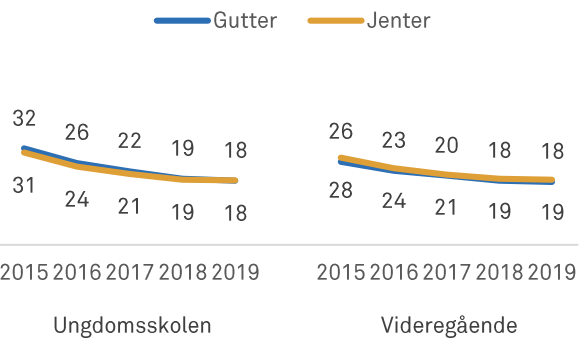
Prosentandel som bruker minst én time daglig på sosiale medier. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



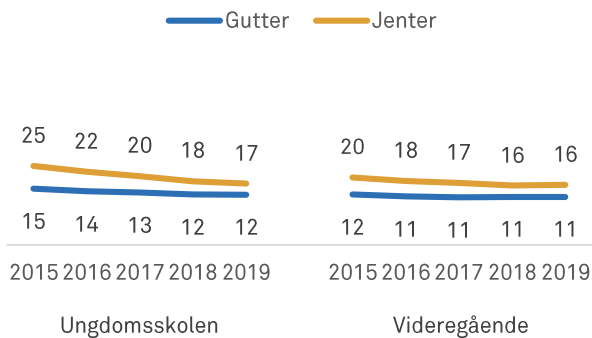
Prosentandel som bruker minst én time daglig på elektroniske spill. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Prosentandel som bruker minst én time daglig på å se på TV. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Prosentandel som bruker minst en halv time daglig på å lese bøker (ikke skolebøker). Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Organisert fritid

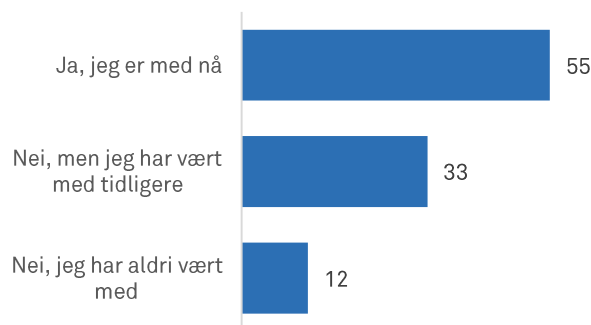
De aller fleste barn og unge deltar i organiserte fritidsaktiviteter. I Norge er mangfoldet av aktiviteter stort, og det varierer hvilken tilknytning ungdom har til de ulike organisasjonene. Noen er innom i kort tid, kanskje bare for å prøve seg. Andre velger i ungdomsårene å slutte med noe de har holdt på med fra de var små. Andre holder på med de samme aktivitetene langt inn i tenårene og noen også inn i voksenlivet.

Ungdataundersøkelsene viser at 88 % av dagens ungdom har vært med i en organisasjon, en klubb, et lag eller en forening etter at de fylte 10 år. 7 av 10 deltar i starten av tenårene og 4 av 10 i slutten av tenårene. Hva slags organiserte fritidsaktiviteter ungdom deltar i, avhenger blant annet av hvilket tilbud som finnes lokalt. Idretten står spesielt sterkt, og man finner idrettslag over hele landet. Selv om en god del slutter i barneårene, er det å drive med organisert idrett den desidert vanligste organiserte fritidsaktiviteten også blant ungdom. Fritidsklubbene står også sterkt. Hver fjerde tenåring har i løpet av siste måned vært med på en aktivitet i en klubb eller i ungdomshus. I Norge varierer dette tallet nokså mye mellom ulike geografiske områder.

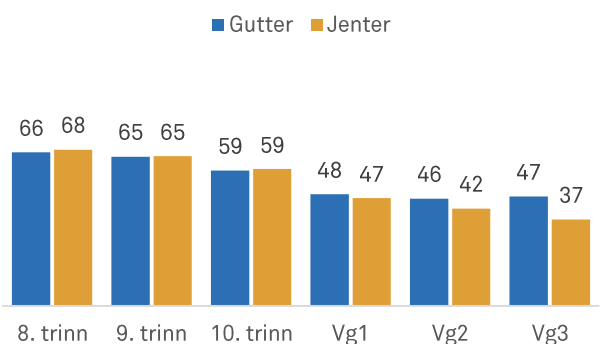
Organiserte fritidsaktiviteter utgjør viktige arenaer for samvær med andre unge, og de gir ofte andre erfaringer og læringsbetingelser enn for eksempel i skolen eller gjennom det uformelle samværet med venner. På sitt beste gir de tilgang på gode og varierte opplevelser, de gir ungdom mulighet til å utvikle sine evner og dyrke sine interesser, de gir trening i å fungere i et fellesskap, ytre egne meninger og å jobbe målrettet. Samtidig tillegges barne- og ungdomsorganisasjonene ofte en forebyggende rolle. Forskning viser likevel at mange av organisasjonene har en tendens til å rekruttere ungdom som i utgangspunktet er blant de mest «veltilpassede» eller ressurssterke, noe som ikke minst gjelder idretten. Det er derimot påvist at fritidsklubbene har en langt bredere rekruttering, særlig på mindre steder.

Ungdata viser at andelen unge som er med i organiserte aktiviteter har vært nokså stabil det siste tiåret. Tallene viser imidlertid en liten nedgang de siste 3-4 årene, en nedgang som vi gjenfinner i flere typer av organisasjoner og foreninger. I en tid der de skjermbaserte digitale aktivitetene har så stor tiltrekningskraft, kan det kanskje virke overraskende at endringene i andelen unge som deltar i organiserte fritidsaktiviteter ikke er større.

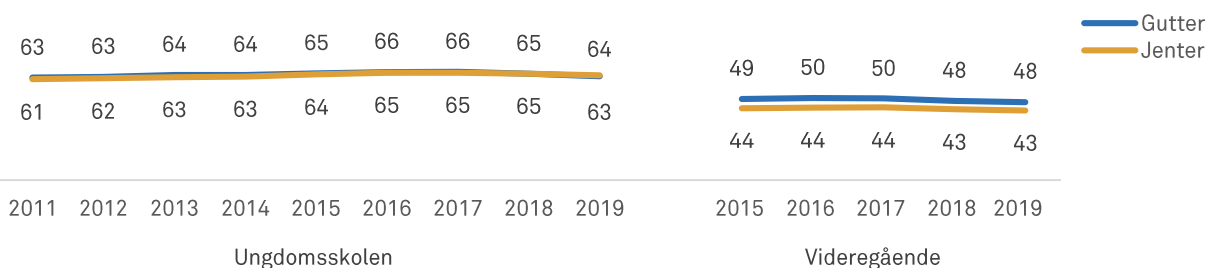
Er du, eller har du tidligere vært, med i noen organisasjoner, klubber, lag eller foreninger etter at du fylte 10 år?



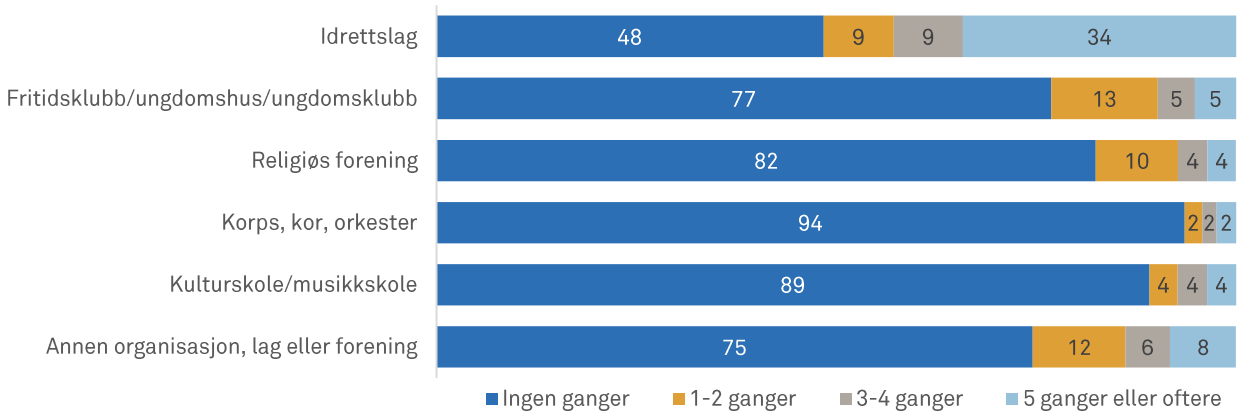
Prosentandel som er med i en organisasjon, klubb eller et lag. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som er med i en organisasjon, klubb eller et lag. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag

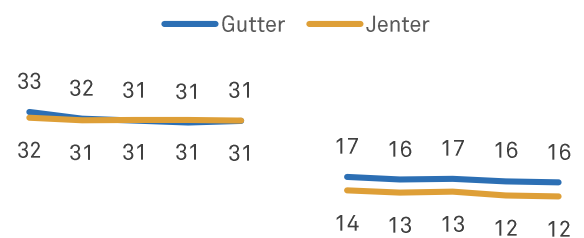


Hvor mange ganger har du vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i følgende organisasjoner, klubber eller lag den siste måneden?

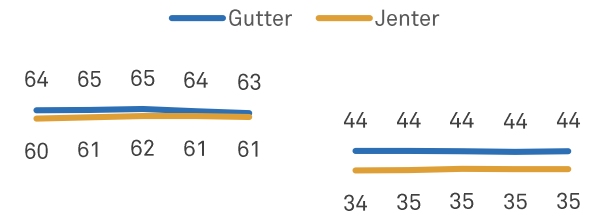


” De fleste er med på en eller annen form for organisert fritidsaktivitet

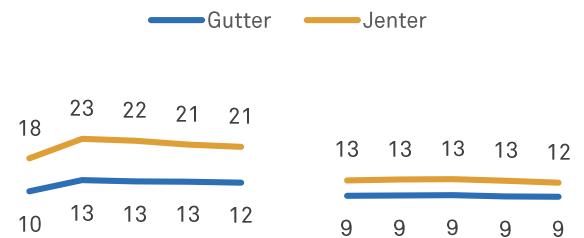
Prosentandel som siste måned har vært med på en aktivitet i en fritidsklubb/ungdomsklubb



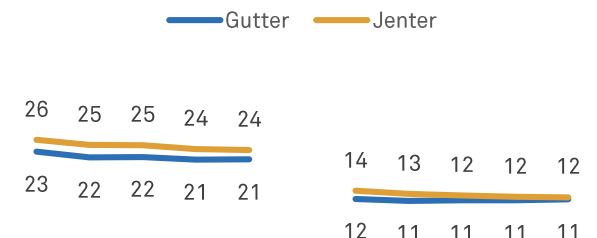
Prosentandel som siste måned har vært med på en aktivitet i et idrettslag



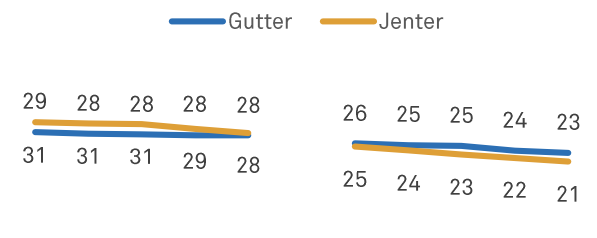
Prosentandel som siste måned har vært med på en aktivitet i korps, kor, orkester, musikk-/kulturskole



Prosentandel som siste måned har vært med på en aktivitet i en religiøs forening



Prosentandel som siste måned har vært med på en annen organisert aktivitet



2015 2016 2017 2018 2019
Ungdomsskolen Videregående

2015 2016 2017 2018 2019
Ungdomsskolen Videregående

Fysisk aktivitet

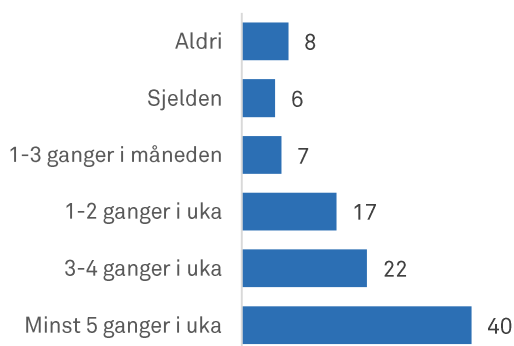
I en tid der de aller fleste bruker mye tid på skjermbaserte aktiviteter, er flere bekymret for ungdoms fysiske forfall. Objektive målinger av hvor fysisk ungdom er, viser at de aller fleste bruker nesten all sin våkne tid (92 %) enten til stillesittende aktiviteter eller til fysisk aktivitet der man verken blir svett eller andpusten. Mindre enn halvparten av norsk ungdom tilfredsstillter helsemyndighetenes anbefalinger om 60 minutters fysisk aktivitet hver dag. Den samme forskningen viser imidlertid at ungdom i 2018 var like fysisk aktive som ungdom i 2005.

Ungdomsforskning fra de siste tiårene tyder heller ikke på at det er færre i dag enn for eksempel for 30 år siden som trener. Tallene fra Ungdata viser at andelen som trener på ukentlig basis har holdt seg stabil gjennom hele det siste tiåret. Selv om mange til daglig er lite fysisk aktive, har trening som aktivitet en sterk posisjon blant ungdom. Rundt 8 av 10 trener fast minst én gang i uka – men 14 % trener sjelden eller aldri. Det er like mange gutter som jenter som trener fast. Andelen som trener er imidlertid noe høyere blant ungdomsskoleelever enn blant elever i videregående.

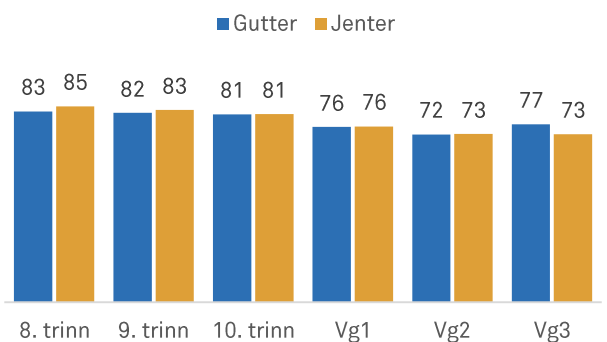
Det er stor variasjon i hvilke treningsaktiviteter ungdom driver med. Mens mange spiller håndball, basket, fotball eller annen idrett gjennom et idrettslag, har andre treningssenteret som sin faste treningsarena. Mange unge trener også på egen hånd, enten helt alene eller sammen med venner. Gjennom ungdomsårene skjer det ofte store endringer i treningsvanene. Mens andelen som trener i idrettslag synker etter hvert som de blir eldre, er det flere som bruker treningsstudioene som sin treningsarena.

Frafallet fra organisert ungdomsidrett skjer nokså jevnt utover i ungdomsalderen, men er størst i overgangen mellom ungdomsskolen og videregående. Frafallet er større for jentene enn for guttene. Samtidig har frafallet i ungdomsidretten en tydelig sosial profil. Langt flere av de som vokser opp i familier med relativt få ressurser hjemme, slutter i ungdomsidrett, og en god del slutter nokså tidlig i tenårene. Ungdom fra høyere sosiale lag blir værende lengre i ungdomsidretten. I mange idretter stilles det store krav til utstyr og deltakelse, og det kan koste en god del å være med, men også kreve mye innsats fra foreldre med tanke på kjøring og annen oppfølging. Dette kan være en utfordring for å nå overordnede målsettinger om «idrettsglede for alle».

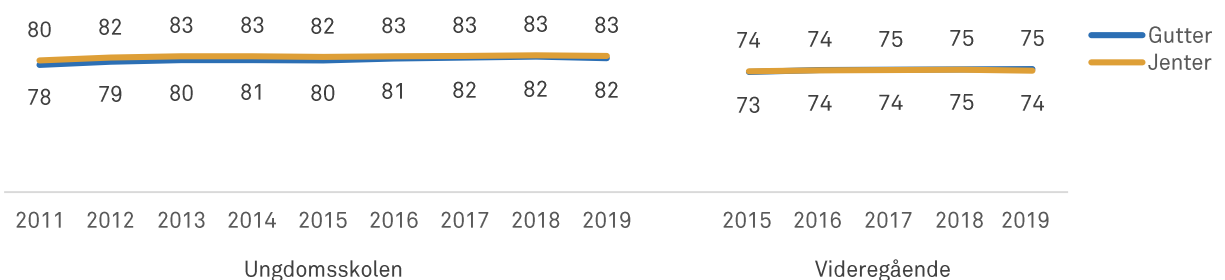
Hvor ofte trener du?



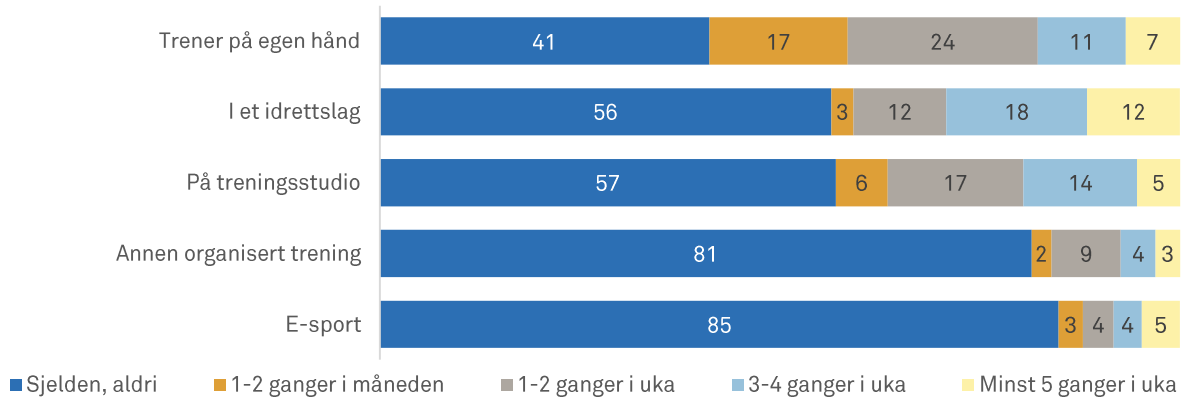
Prosentandel som trener jevnlig minst én gang i uka. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



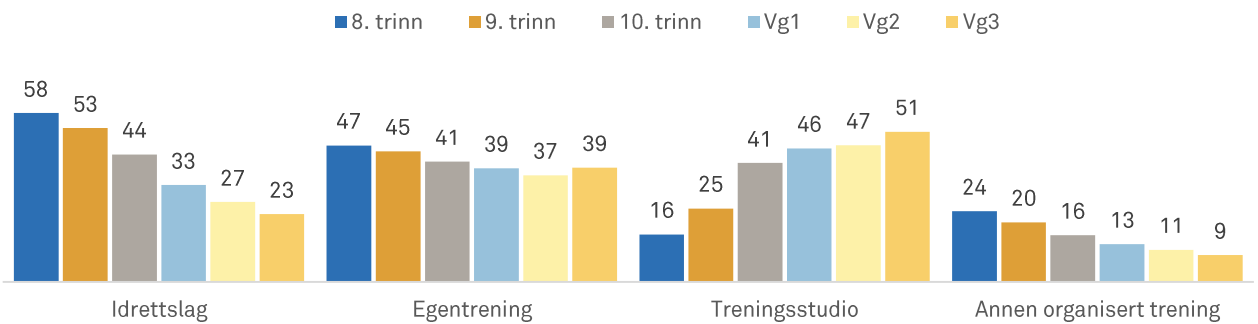
Prosentandel som trener minst én gang i uka. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



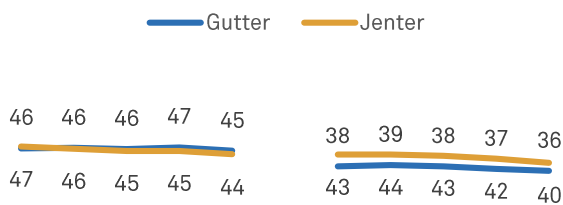
Hvor ofte ungdom trener på ulike måter



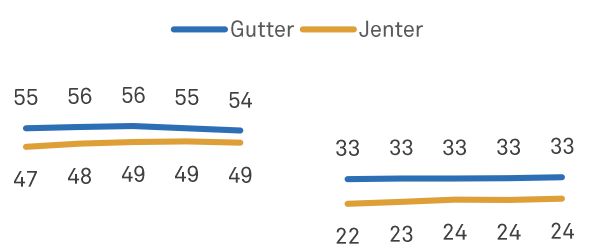
Endringer i ungdoms treningsvaner gjennom tenårene. Prosentandel som trener ukentlig på ulike måter



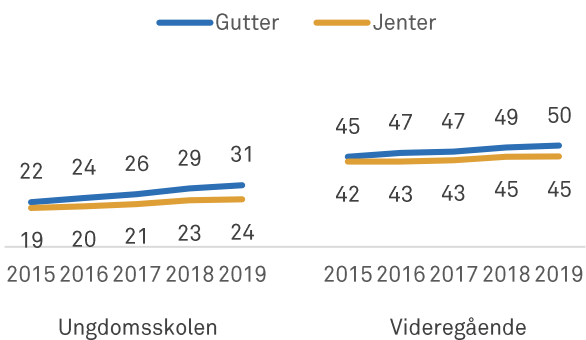
Prosentandel som trener ukentlig på egen hånd



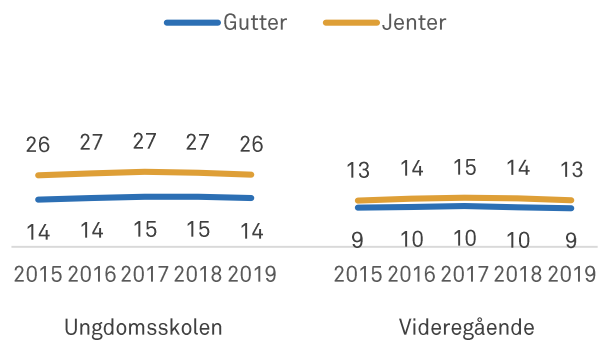
Prosentandel som trener ukentlig i et idrettslag



Prosentandel som trener ukentlig på treningsstudio



Prosentandel som ukentlig driver med annen organisert trening (dans, kampsport)



Helse

Ungdomstiden er en periode der det skjer store forandringer både kroppslig og mentalt. De fleste har kommet langt i puberteten, og mange begynner å kjenne på følelser overfor seg selv og andre som de ikke hadde som barn. Mange opplever tenårene som en spennende tid – med nye erfaringer og der de utvikler seg sosialt og prøver ut ting de aldri har gjort før. Samtidig er tenårene en periode der prestasjonspress og andre former for psykiske utfordringer kan prege hverdagen for mange. For en del vil vonde tanker og følelser legge store begrensninger på hva slags liv de kan leve.

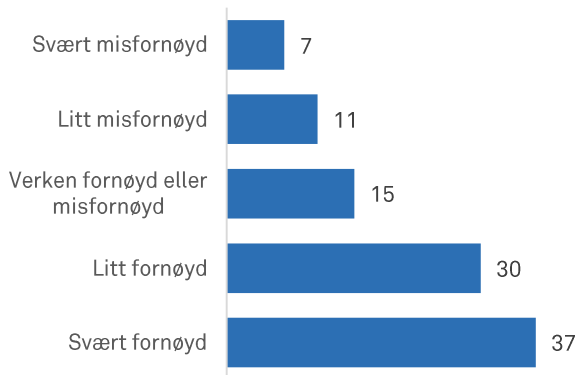
Det er større fokus på helse i dag enn tidligere, og mer kunnskap om risikofaktorer har gjort at vi i dag er mer opptatt av å forebygge dårlig helse. Samtidig har vi sannsynligvis også blitt flinkere til å kjenne etter hvordan vi har det, noe som igjen kan påvirke hvordan man vurderer egen helsesituasjon. Hovedbildet i Ungdata er likevel at de fleste (67 %) er fornøyd med egen helse. Det store flertallet har heller ikke større psykiske utfordringer enn at de bare er «litt plaget». Et viktig funn er at selv om en god del unge opplever press på ulike områder, har de aller fleste få eller ingen problemer med å takle presset til daglig. Det er betydelig variasjon i hvor mye press ungdom opplever. Noen opplever ikke noe press, mens andre opplever mye. Presset om å gjøre det godt på skolen er sterkest. Resultatene understreker at livskvaliteten til norsk ungdom gjennomgående er høy.

Det er samtidig mange som sliter med ulike former for helseplager. Jenter er generelt mer rammet enn gutter. Langt flere jenter enn gutter er plaget av hodepine og andre fysiske plager. Det er også flere jenter som plages av ulike former for psykiske helseutfordringer, som for eksempel bekymrer seg for mye, som er triste og lei seg eller som synes at alt i hverdagen er et slit. Jenter opplever mer press enn gutter, og flere jenter enn gutter opplever at de ikke klarer å takle presset de står overfor.

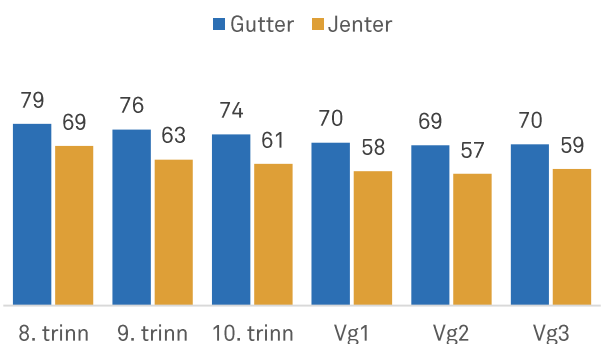
Det har over lengre tid vært registrert en økning i forekomsten av selvrapporterte fysiske og psykiske plager blant ungdom. Årets tall viser for første gang på flere år ingen økning i disse plagene. Hvorvidt dette representerer starten på et brudd i de senere årenes negative utvikling, er for tidlig å konkludere med.

I løpet av de siste fem årene har det vært en viss økning i andelen som har brukt helsesykepleier på skolen og helsestasjon for ungdom. Andelen som har brukt psykolog har vært stabile.

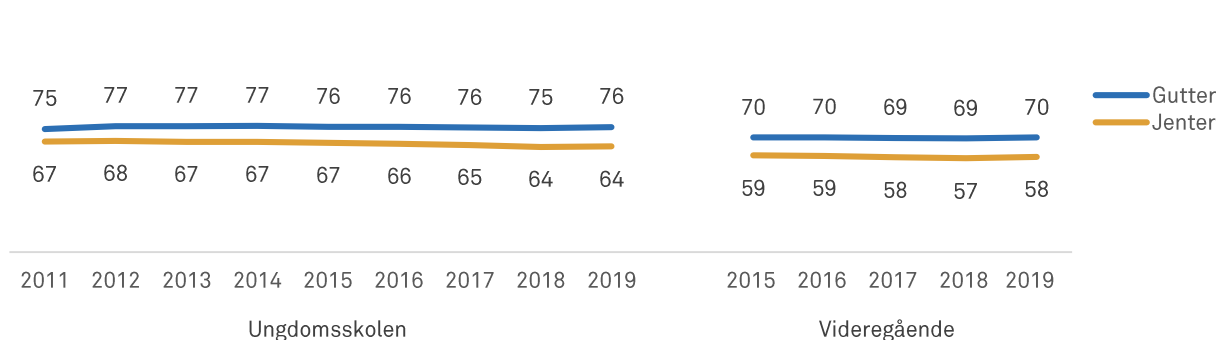
Hvor fornøyd er du med helsa di?



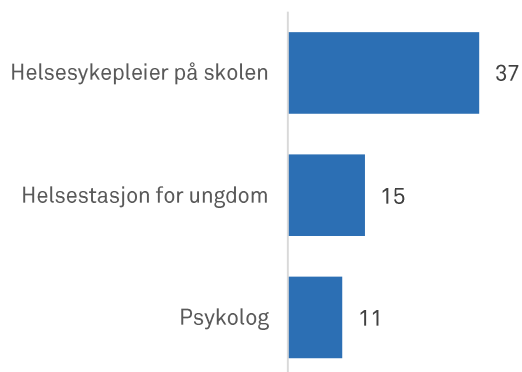
Prosentandel som er fornøyd med helsa si. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



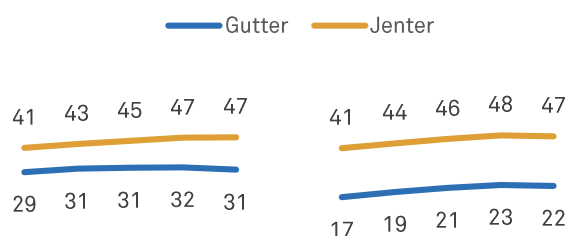
Prosentandel som er fornøyd med helsa si. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



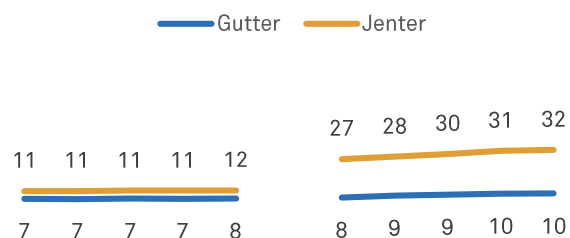
Prosentandel som har brukt følgende helsetjenester i løpet av det siste året.



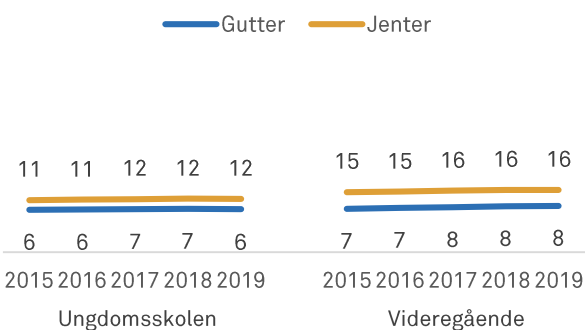
Prosentandel som siste år har brukt helsesykepleier på skolen



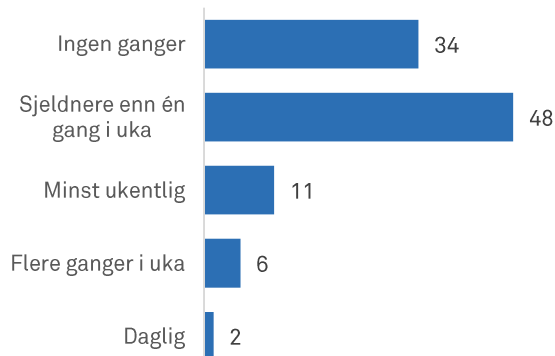
Prosentandel som siste år har brukt helsestasjon for ungdom



Prosentandel som siste år har brukt psykolog



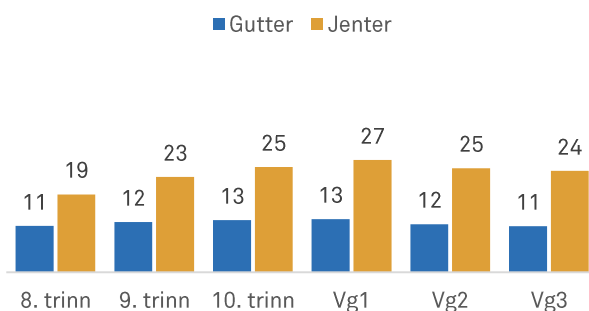
Hvor ofte har du brukt smertestillende tabletter (Paracet, Ibux og lignende) i løpet av siste måned?



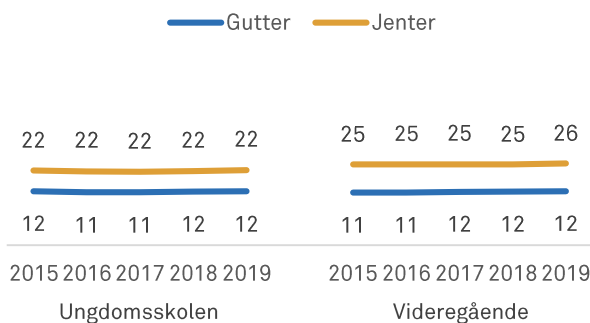
Smertestillende tabletter

Det store flertallet bruker i ulike sammenhenger smertestillende tabletter. For de fleste skjer dette ikke så ofte. Nærmere 20 % bruker derimot smertestillende tabletter på ukentlig basis. Dette er mer utbredt blant jenter enn blant gutter. Andelen som bruker smertestillende tabletter ukentlig eller daglig har vært stabil de siste fem årene.

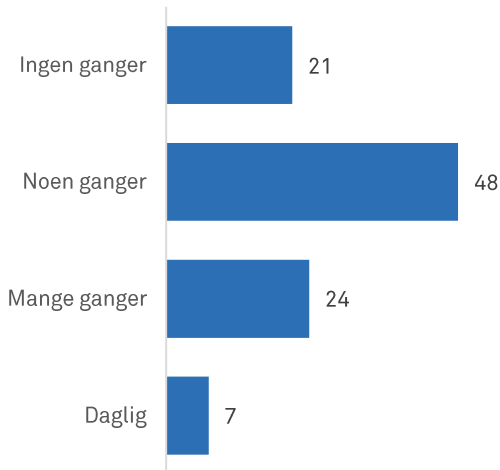
Prosentandel som bruker reseptfrie smertestillende ukentlig eller daglig. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



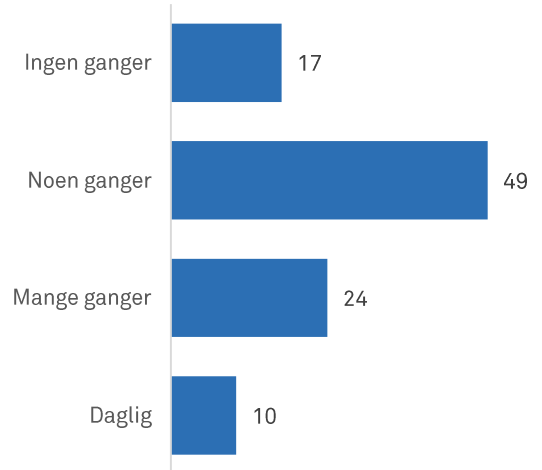
Prosentandel som bruker smertestillende tabletter ukentlig eller daglig



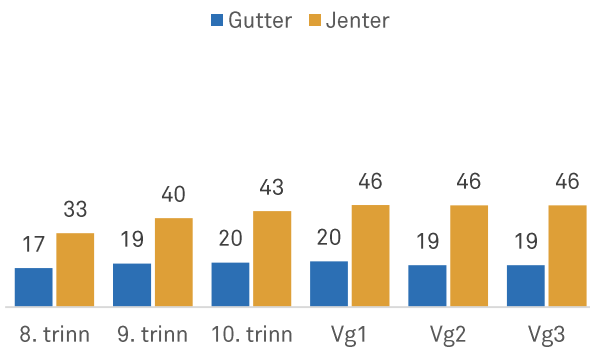
Har du vært plaget av hodepine siste måned?



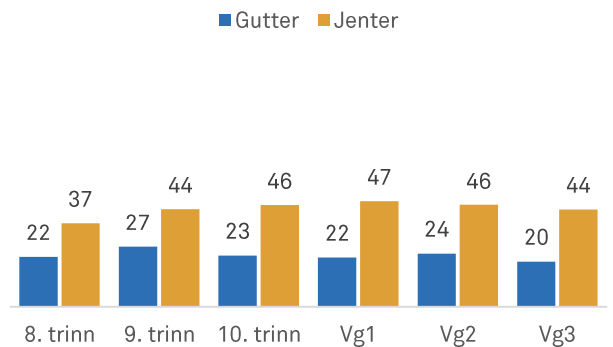
Har du hatt andre fysiske plager (for eksempel kvalme, vondt i magen, smerter i ledd, nakke eller muskler) siste måned?



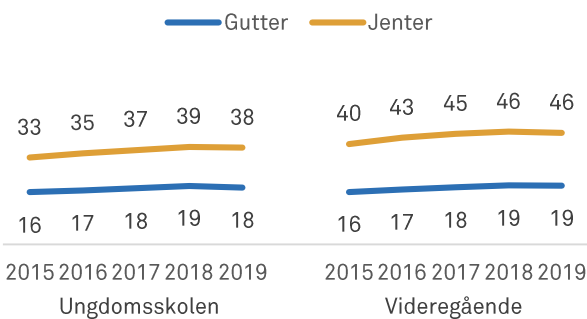
Prosentandel som siste måned har hatt hodepine mange ganger eller daglig. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som siste måned har hatt andre fysiske plager (enn hodepine) mange ganger eller daglig. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som siste måned har hatt hodepine mange ganger eller daglig. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag

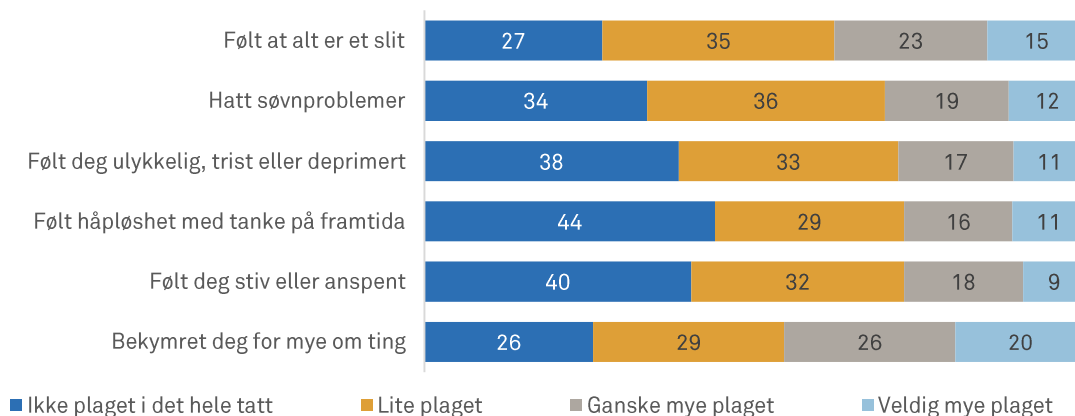


Fysiske plager

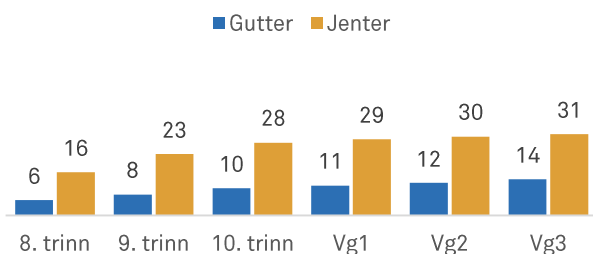
Selv om ungdom generelt har god fysisk helse, er det mange som sliter med ulike typer plager i hverdagen. Ungdata viser at nokså mange er plaget av hodepine, og at det er flere jenter enn gutter som er rammet. Det samme gjelder for andre former for fysiske plager.

De siste fem årene har det vært en økning i andelen plaget av hodepine. De siste tallene viser ingen ytterligere økning. Hvorvidt dette er starten på et brudd i de siste årenes utvikling, er for tidlig å konkludere med.

Har du i løpet av den siste uka vært plaget av noe av dette?



Prosentandel som har hatt mange psykiske plager de siste sju dagene. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



” For første gang på mange år er det ingen økning i omfanget av selvrapporterte psykiske plager

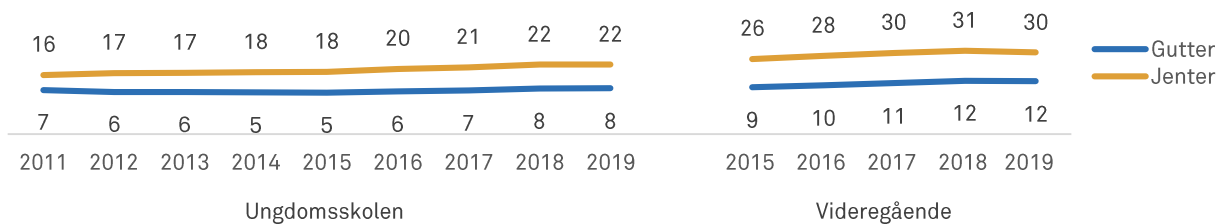
Psykiske helseplager

I rapporten brukes «mange psykiske plager» om de som i gjennomsnitt krysset av for at de var «ganske mye plaget» av de seks plagene i figuren over. Med dette gir vi et bilde av hvor mange som for tiden har en del psykiske utfordringer, uten at det nødvendigvis betyr at de ut fra kliniske kriterier har en psykisk lidelse. Mange av spørsmålene i Ungdata er hverdagsplager som rammer en del unge, og som kan være utfordrende nok for de som opplever dem – særlig for de som har et vedvarende høyt nivå av slike helseplager.

Funnene viser at det er stor variasjon i hvor utbredt disse helseplagene er. De aller fleste er nokså lite plaget. Mest utbredt er typiske stresssymptomer, som bekymringer eller følelsen av at alt er et slit. En del sliter også med søvnproblemer eller at de er triste og nedstemte.

Jenter er generelt mer plaget enn gutter, og andelen som er mye plaget øker for begge kjønn gjennom ungdomsårene. Tallene viser ingen økning i omfanget av selvrapporterte psykiske plager det siste året. Hvorvidt dette er starten på et brudd i en utvikling i retning av økt forekomst som har pågått over lengre tid, er for tidlig å konkludere med.

Prosentandel som har hatt mange psykiske plager de siste sju dagene. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Stress og press

I diskusjoner om hvordan det er å være ung i dag hører man ofte at dagens ungdom opplever mye prestasjonspress, og at det er sterke forventninger til den enkelte om å være best – enten det handler om å ha et bra utseende, om å være god på skolen eller i idrett, eller å lykkes gjennom sosiale medier.

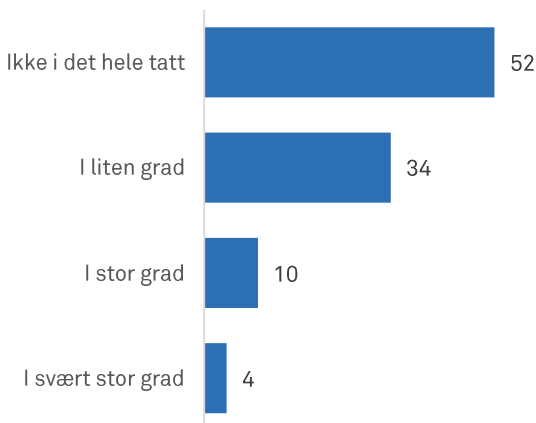
Dette er forventninger som kan legge grunnlaget for en stressende hverdag. Men stress trenger ikke bare være negativt. Stress kan for eksempel være positivt når det gir deg ekstra energi og gjør deg bedre i stand til å fokusere og prestere. Stressets negative sider derimot, kan i verste fall være helsefarlig. Den negative formen for stress oppstår gjerne når det over tid er en tydelig ubalanse mellom de utfordringene en står overfor, og de ressursene en har til å håndtere situasjonen.

Men hvor mange unge opplever egentlig press i hverdagen – og hvor mange har problemer med å takle presset de står overfor? Ungdata viser at 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.

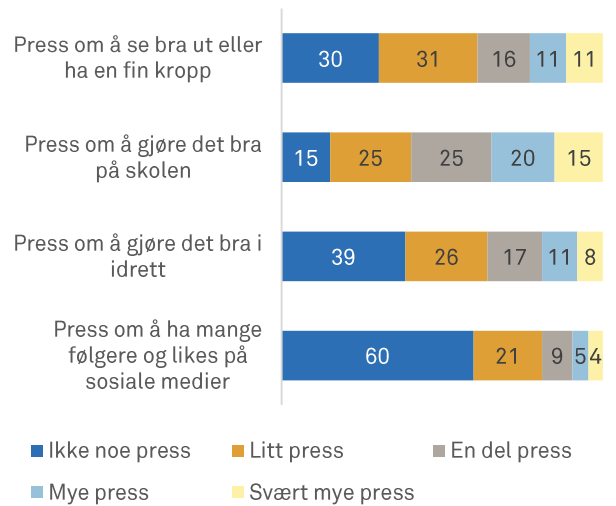
Skolen er det området som desidert flest unge opplever press på. Minst press opplever ungdom om å få anerkjennelse på sosiale medier.

De aller fleste ungdommer opplever ikke større problemer med å takle presset. 14 % mener at de har opplevd så mye press den siste uka at de i stor grad har hatt problemer med å takle det. Halvparten av ungdommene opplevde ikke problemer med å takle press i det hele tatt.

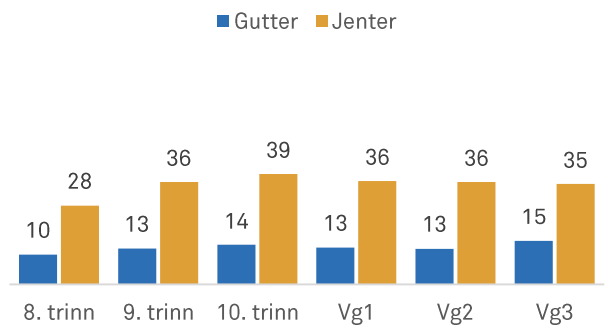
Har du opplevd så mye press den siste uka at du har hatt problemer med å takle det?



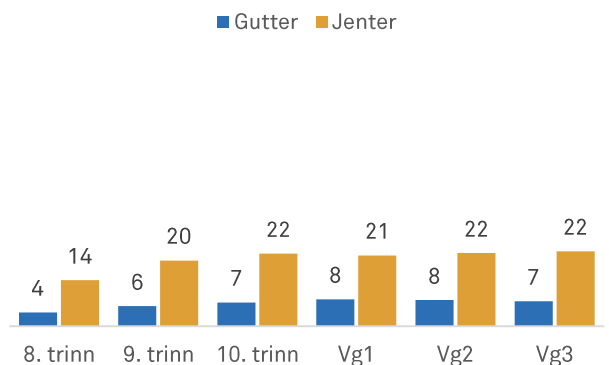
Opplever du press i hverdagen din?



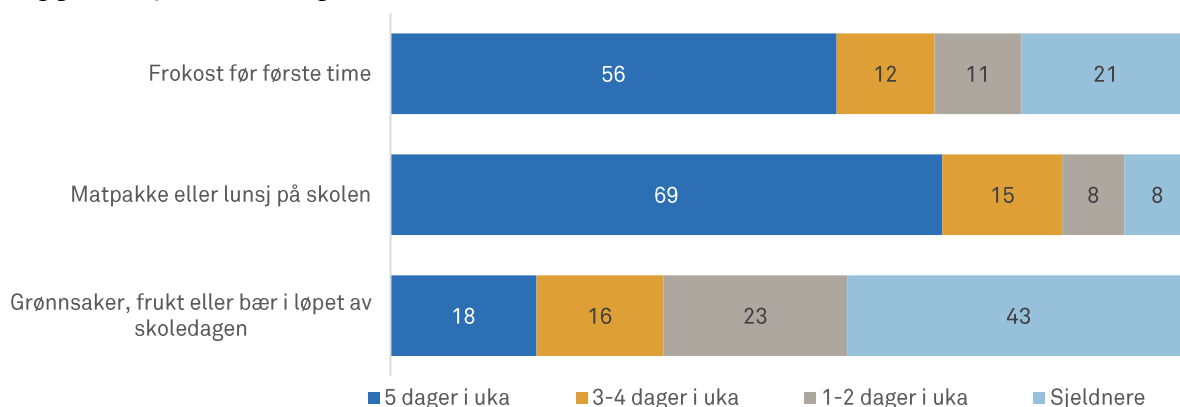
Prosentandel som opplever mye press på minst to områder. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som i løpet av siste uke i stor eller svært stor grad har opplevd så mye press at de har hatt problemer med å takle det. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Hvor ofte ungdom i løpet av en vanlig skoleuke pleier å spise frokost før skolen, og hvor ofte de spiser lunsj, frukt og grønt i løpet av skoledagen



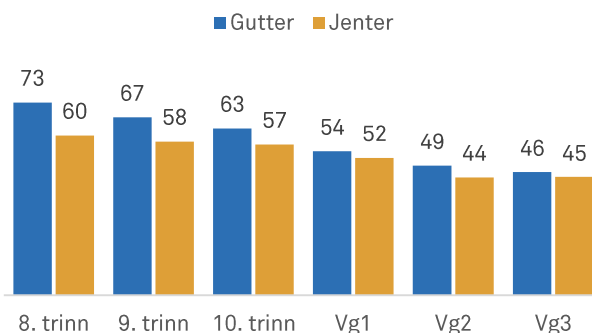
Matvaner i skoleuka

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

I 2020 ble nye spørsmål om matvaner i skoleuka med i Ungdata. Resultatene viser at litt over halvparten av ungdommene vanligvis spiser frokost før de begynner på skolen. Hver femte ungdom spiser vanligvis ikke frokost før skolen. 7 av 10 spiser matpakke eller lunsj på skolen hver dag, mens 8 % vanligvis ikke gjør det. En del ungdommer spiser grønnsaker, frukt eller bær på skolen.

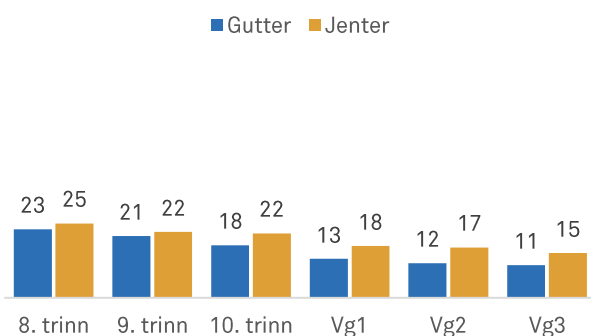
Spørsmål om matvaner baserer seg på et utvalg av kommuner. Det er usikkert hvorvidt tallene er generalisbare til generelt å gjelde ungdom i Norge.

Prosentandel som spiser frokost før første time fem ganger i uka. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn

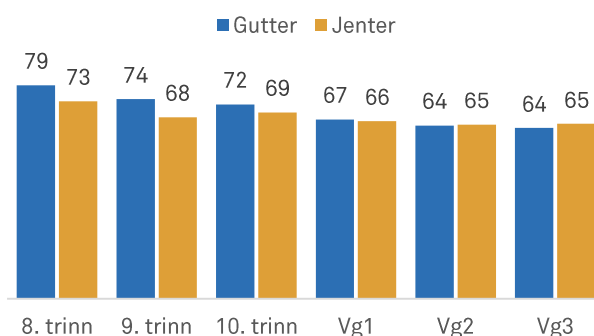


” Etter hvert som ungdom blir eldre er det færre som daglig spiser frokost og lunsj

Prosentandel som spiser grønnsaker, frukt eller bær i løpet av skoledagen fem ganger i uka. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som spiser matpakke eller lunsj på skolen fem ganger i uka. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Rusmidler

Ungdomstiden er en periode der mange gjør sine første erfaringer med rusmidler. Bruk av rusmidler i ungdomsalderen skjer ofte i sosiale fellesskap, og for mange innebærer bruken en symbolsk markering av overgangen fra barn til ungdom. Samtidig vet vi at det å debutere tidlig både øker sannsynligheten for skader eller andre negative opplevelser i ungdomstiden, og for et problematisk forhold til rusmidler senere i livet.

Siden årtusenskiftet har det vært en markert nedgang i ungdoms bruk av alkohol, i Norge så vel som i mange andre land. Nedgangen har vært størst blant de yngre tenåringene. Utviklingen det siste tiåret har vært stabil, og alkohol er fortsatt det rusmiddel med størst utbredelse blant ungdom. Særlig mot slutten av tenårene er det mange som drikker. Ungdata viser stor variasjon i hvor gamle ungdom er når de begynner å drikke. Svært få begynner i 8. trinn, og blant ungdom i 10. trinn har omtrent én av fire vært beruset. Blant elevene på Vg1 er andelen dobbelt så høy, og tallene øker utover på videregående. Det er generelt små forskjeller i alkoholvaner mellom gutter og jenter.

Foreldre er viktige rollemodeller for ungdoms alkoholvaner. På ungdomsskolen er det noen – rundt 5 % – som opplever at de får lov å drikke alkohol av foreldrene sine. Denne andelen har vært stabil det siste tiåret.

Kampen mot røyking har vært intensivert i lengre tid. Tiltakene har ført til en nedgang i andelen dagligrøykere som nærmest er uten sidestykke i norsk sosialhistorie. De siste ti årene har utviklingen i ungdoms røykevaner vært nokså stabil og ligget på omtrent samme lave nivå hele tiden. Andelen som snuser har gått en del tilbake.

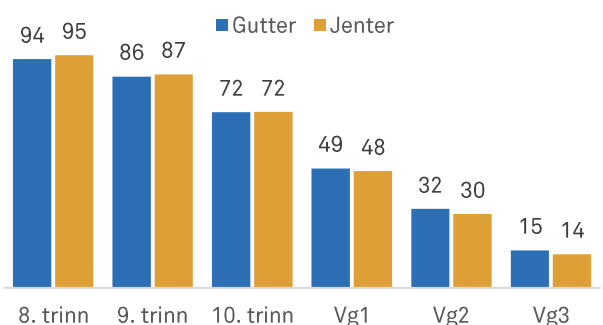
Cannabisstoffene hasj og marihuana er de vanligste narkotiske stoffene blant ungdom. Det er likevel et mindretall som har prøvd. De fleste tenåring som har erfaring med cannabis har prøvd en eller noen få ganger. Som andre rusmidler, øker andelen som har prøvd cannabis markant i løpet av tenårene. Cannabis er mer vanlig blant gutter enn blant jenter. Blant gutter på Vg3 har 26 % brukt cannabis i løpet av det siste året.

Andelen som blir tilbudt disse stoffene er mye høyere enn andelen som har prøvd. Det viser at tilgjengeligheten er stor, men også at mange unge sier nei. Det har vært en økning de siste 4-5 årene både i bruk og i tilbud av cannabis. Tallene for det siste året viser en viss utflating, uten at det er mulig å si om dette representerer et brudd i utviklingen.

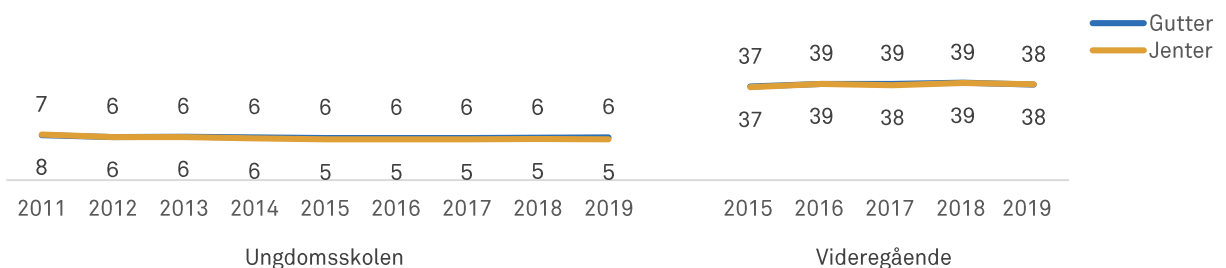
Hender det at du drikker noen form for alkohol?



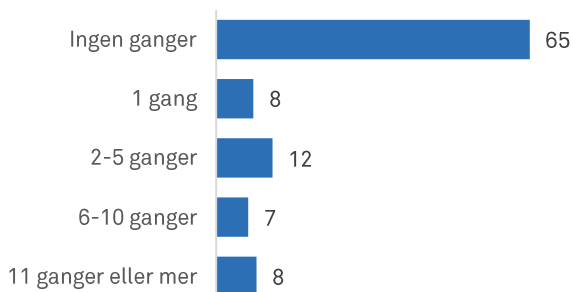
Prosentandel som aldri har smakt alkohol eller bare har smakt noen få ganger. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



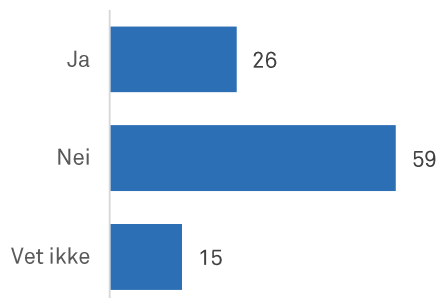
Prosentandel som drikker alkohol jevnlig minst én gang i måneden. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



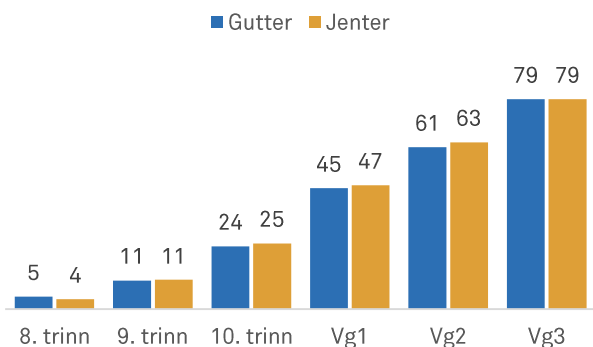
Hvor mange ganger i løpet av det siste året har du vært beruset på alkohol?



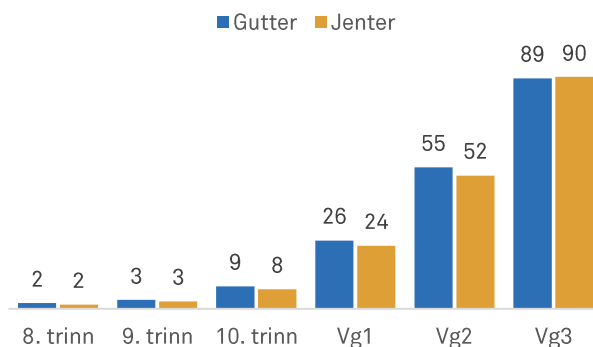
Får du lov til å drikke alkohol av dine foreldre/foresatte?



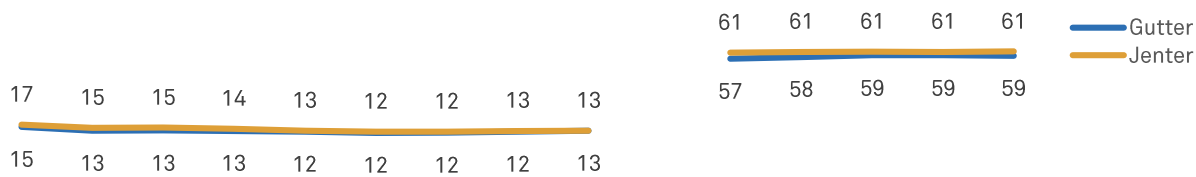
Prosentandel som har vært beruset i løpet av det siste året. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



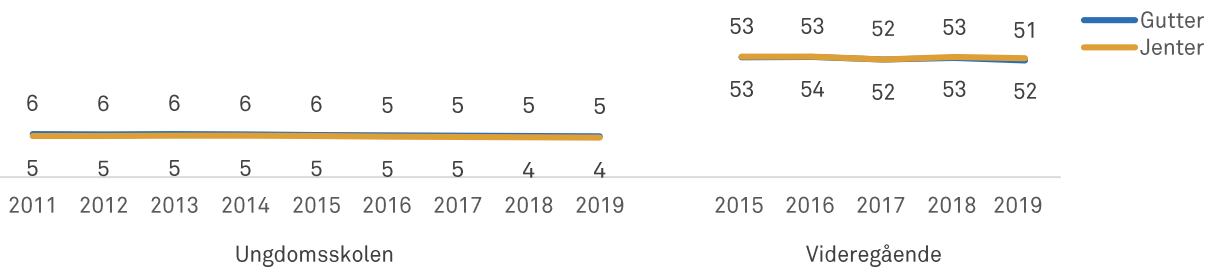
Prosentandel som får lov av foreldre/foresatte å drikke alkohol. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som har vært beruset i løpet av det siste året. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Prosentandel som får lov av foreldre/foresatte å drikke alkohol. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



RUSMIDLER

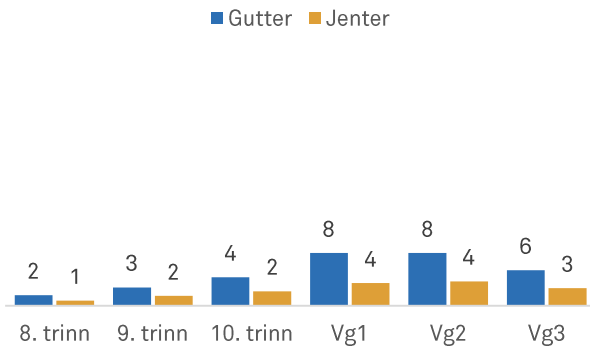
Røyker du?



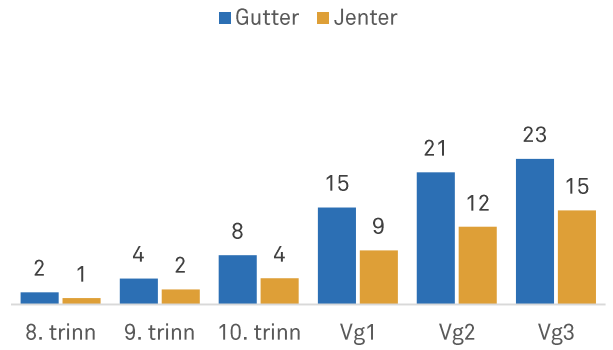
Snuser du?



Prosentandel som røyker ukentlig eller daglig. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



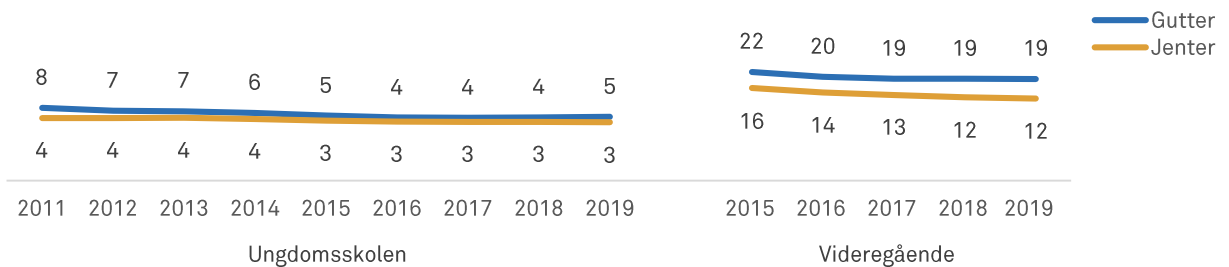
Prosentandel som snuser ukentlig eller daglig. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



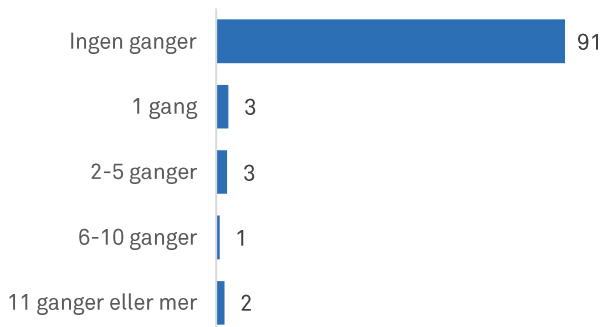
Prosentandel som røyker ukentlig eller daglig. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



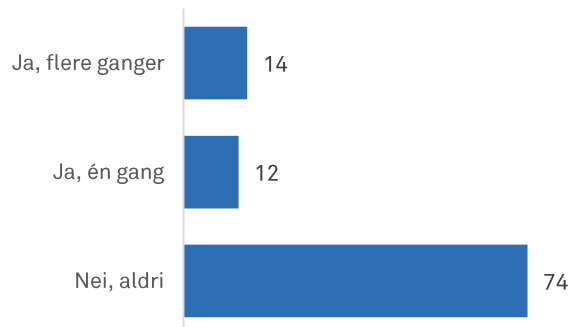
Prosentandel som snuser ukentlig eller daglig. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



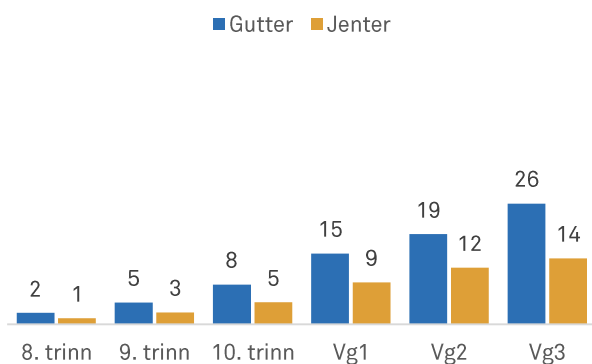
Hvor mange ganger i løpet av det siste året har du brukt hasj eller marihuana?



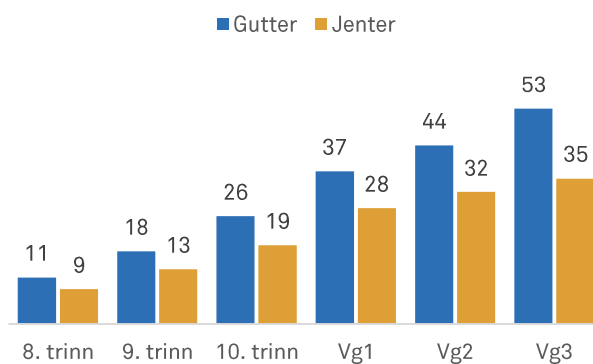
Har du i løpet av det siste året blitt tilbudt hasj eller marihuana?



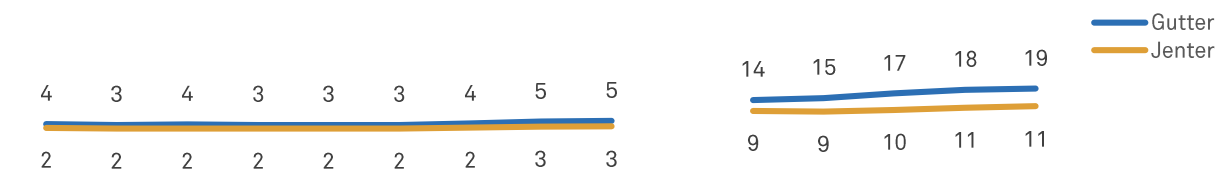
Prosentandel som har brukt hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



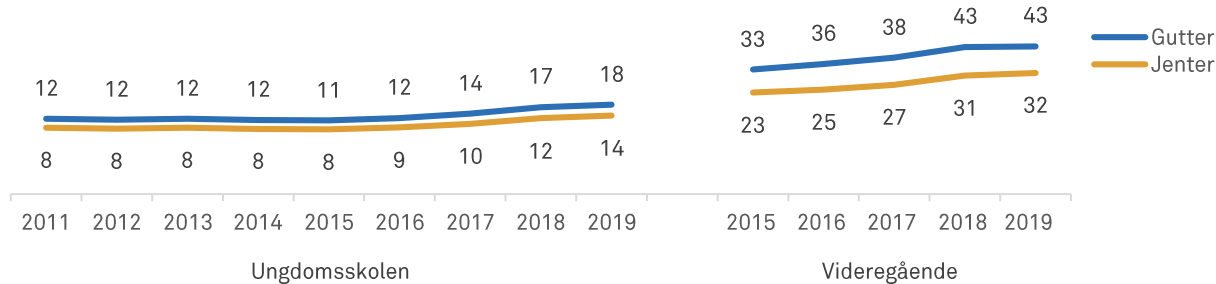
Prosentandel som har blitt tilbudt hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som har brukt hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Prosentandel som har blitt tilbudt hasj eller marihuana i løpet av det siste året. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Regelbrudd

Etter en nokså kraftig økning i ungdomskriminaliteten gjennom store deler av etterkrigstiden, har omfanget av lovbrudd gått ned blant ungdom etter årtusenskiftet. Ungdata viser at dagens ungdom generelt er veltilpasset og at de fleste ikke er spesielt opptatt av å gjøre alvorlige regelbrudd. Ungdomstiden er likevel en periode av livet der mange prøver seg ut på nye arenaer, og der det ikke er helt uvanlig å være med på aktiviteter som er på kant med det som er alminnelig sosialt akseptert – inkludert å bryte lover og regler foreskrevet gjennom lovverket.

Innen kriminologisk forskning er det et etablert funn at lovbrudd forekommer hyppigst blant ungdom og unge voksne. I et historisk perspektiv blir de unge kriminelle likevel stadig eldre. På slutten av 1950-tallet var kriminaliteten i Norge mest utbredt blant 14-åringene. I dag toppe 19-åringene kriminalstatistikken.

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 gruppen. Ofte har ungdom som begår kriminelle handlinger, tilleggsproblemer som ustabile hjemmeliv, svak psykisk helse, dårlig skoletilpassning, svakt sosialt nettverk og rusproblemer.

Det er ikke gitt hvordan man skal måle omfanget av regelbrudd. I Ungdata fanges dette opp gjennom selvrapportert deltakelse i ulike former for lov- og regelbrudd, som for eksempel nasking og hærverk, med også det å være borte om natta uten at foreldrene vet om det. Det er en god del vanligere at gutter involverer seg i de handlingene som er kartlagt sammenliknet med jenter.

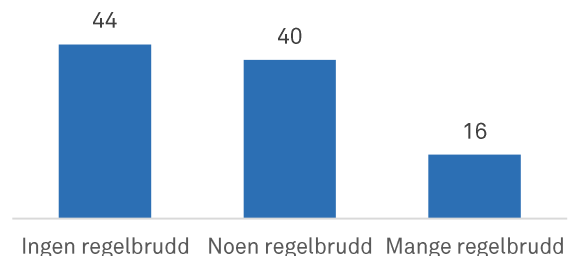
Sju spørsmål om regelbrudd har vært med i Ungdata siden 2010, noe som gir grunnlag for å følge utviklingen over tid. Resultatene viser at det siden 2015 har vært en økning i andelen unge som begår mange av disse regelbruddene. Og motsatt, det er blitt færre av ungdommene som ikke gjør noe galt. Endringene har generelt vært noe større for guttene enn for jentene. De siste tallene viser derimot ingen endring fra fjoråret. Om årets resultater representerer et brudd i utviklingen, er for tidlig å konkludere med.

Prosentandel involvert i ulike former for regelbrudd.



” De fleste unge er lovlydige. Ofte står en mindre andel av de unge for mesteparten av lovbruddene

Prosentandel som i ulik grad er involvert i regelbrudd



Regelbrudd

I Ungdata er ungdom kategorisert etter hvor få eller mange regelbrudd de rapporterer om i undersøkelsen.

Kategoriseringen er basert på sju spørsmål om hvor mange ganger i løpet av det siste året den enkelte har vært med på handlinger som enten kan regnes som lovbrudd (nasking, hæverk og tagging) eller andre former for regelbrudd (som å snike seg inn på steder uten å betale, snike seg ut hjemmefra om natten, slåssing og skulking).

Spørsmålene har vært med i Ungdata siden 2010, og gir dermed et godt bilde av hvordan dette har utviklet seg over tid.

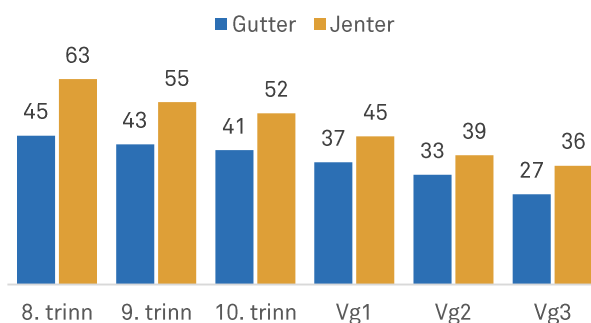
Kategorisering – ingen – noen – mange

Gruppen av ungdom som havner i kategorien «Ingen regelbrudd», er de som svarer at de i løpet av det siste året ikke har begått noen av regelbruddene de ble spurt om.

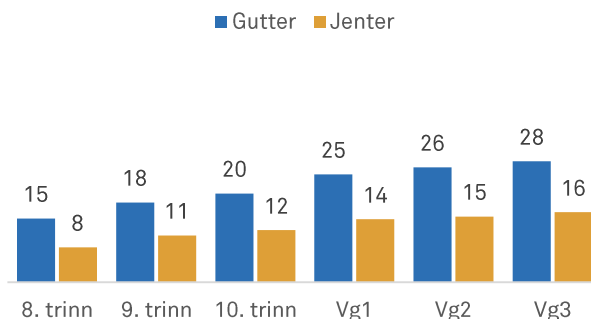
Ungdom som er plassert i kategorien «Noen regelbrudd» er de som har vært med på noen handlinger noen få ganger.

Ungdom klassifisert i gruppen «Mange regelbrudd» er de som rapporterer om at de har vært med på alle, eller de fleste av disse handlingene, og da gjerne flere ganger.

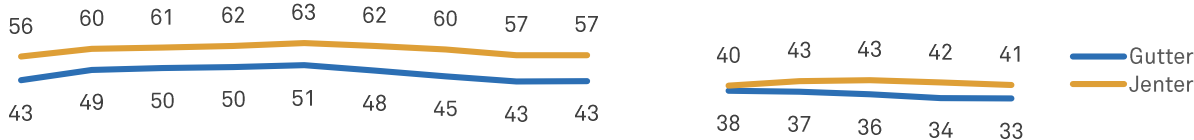
Prosentandel som ikke har begått regelbrudd i løpet av det siste året. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



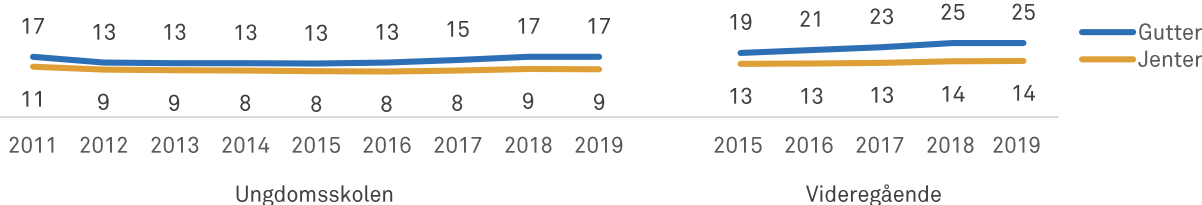
Prosentandel som har begått mange regelbrudd siste år. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som ikke har begått regelbrudd i løpet av det siste året. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Prosentandel som har begått mange regelbrudd i løpet av det siste året. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Vold og trakassering

Selv om livskvaliteten til norsk ungdom generelt er høy, er det en del unge som får utfordringer på grunn av at de blir utsatt for mobbing, vold eller andre former for trakassering. Mobbing har lenge stått høyt på dagsorden, og til tross for store, nasjonale kampanjer og skolebaserte tiltak har omfanget av unge som rapporterer om mobbing ikke endret seg særlig mye. I Ungdata blir ungdom spurt om de blir utsatt for plaging, trusler og utfrysing fra jevnaldrende på skolen og i fritida. Samlet opplever rundt sju prosent at de blir utsatt for dette jevnlig hver 14. dag eller oftere. Det er små kjønnsforskjeller, men omfanget reduseres utover i tenårene.

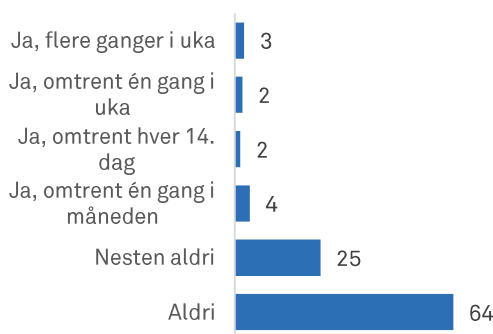
Gjennom hele det tiåret Ungdata har kartlagt mobbing på denne måten, har de årlige tallene så å si vært identiske. Det gjelder også andelen som sier at de selv plager og mobber andre. I 2020 ble det tatt med et nytt spørsmål om nettmobbing. 4 % opplever at dette er noe de blir utsatt for minst hver 14. dag.

Seksuell trakassering har fått stor oppmerksomhet i forbindelse med #metoo-kampanjen. Resultatene fra Ungdata viser at en god del unge opplever uønsket seksuell beføling, ryktespredning og verbal trakassering. Jenter opplever mer av dette en gutter, men det finnes også en del gutter som blir utsatt for disse formene for trakassering.

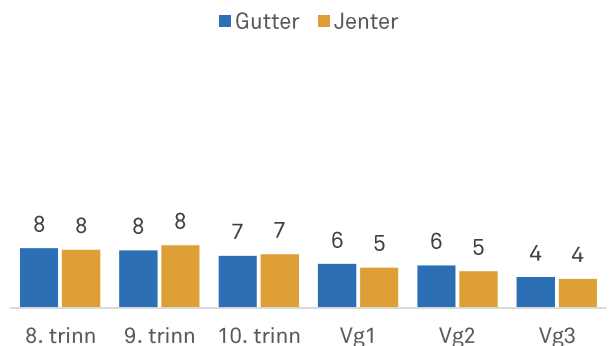
Den senere tiden har også oppmerksomheten om vold fra foreldre økt. Å ha god kunnskap og oversikt over disse fenomenene er ansett som viktig for å kunne utvikle en bedre politikk på området. Fra 2020 bidrar Ungdata med oppdaterte lokale tall om unges utsatthet for vold hjemme. Tallene underbygger studier ved forskningsinstituttene NOVA og NKVTS, som har forsket på unges utsatthet for vold i familien. Studiene viser at majoriteten av ungdom ikke har opplevd familiebasert vold. Samtidig har ganske mange unge vært utsatt for en eller annen form for fysisk vold fra en forelder, men den alvorlige volden er det langt færre som har opplevd.

Forebygging er en viktig begrunnelse for å kartlegge omfang og utviklingstrekk av ulike former for vold og trakassering. Ofte vil det være vanskelig å måle effekten av forebyggende tiltak direkte. Kunnskap om forekomst i ulike grupper og eventuelle endringer over tid, er likevel viktig både som grunnlag for planlegging av tiltak, for å kunne si noe om tiltakene treffer den aktuelle målgruppen og om mulige effekter.

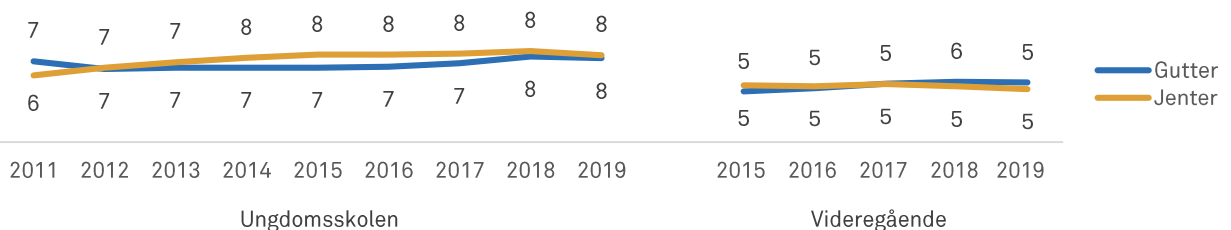
Blir du selv utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritiden?



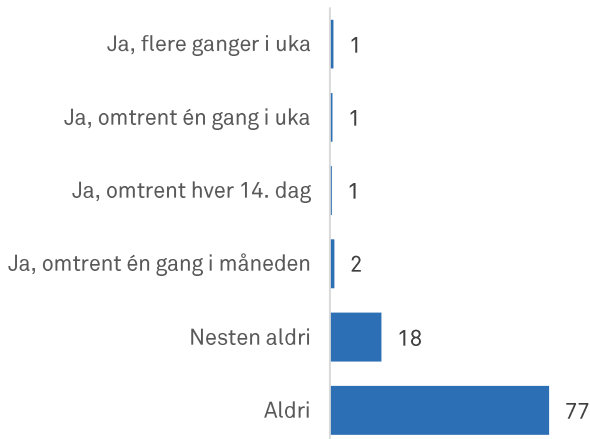
Prosentandel som blir mobbet minst hver 14. dag. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



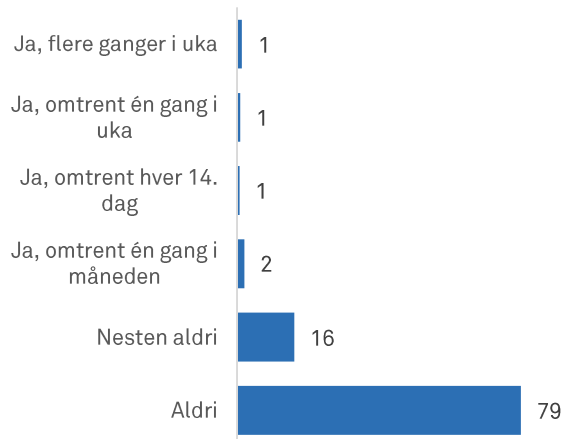
Prosentandel som blir mobbet minst hver 14. dag. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



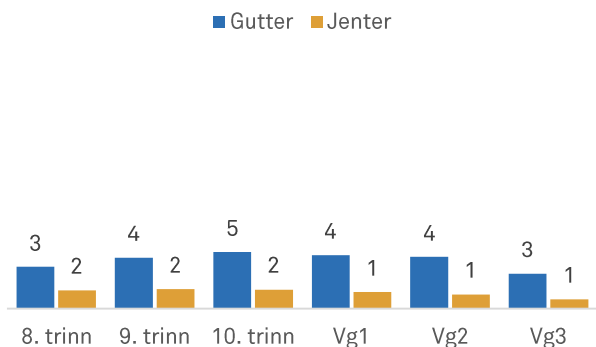
Hender det at du er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritiden?



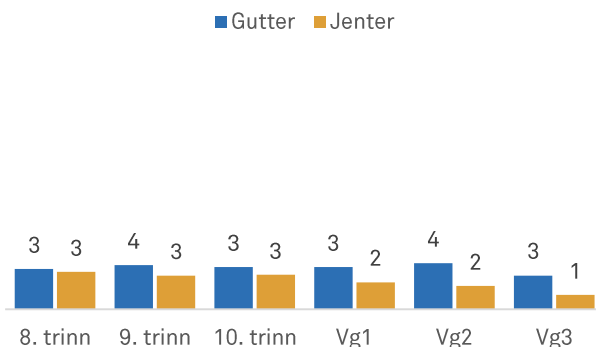
Blir du mobbet, truet eller utestengt på nett?



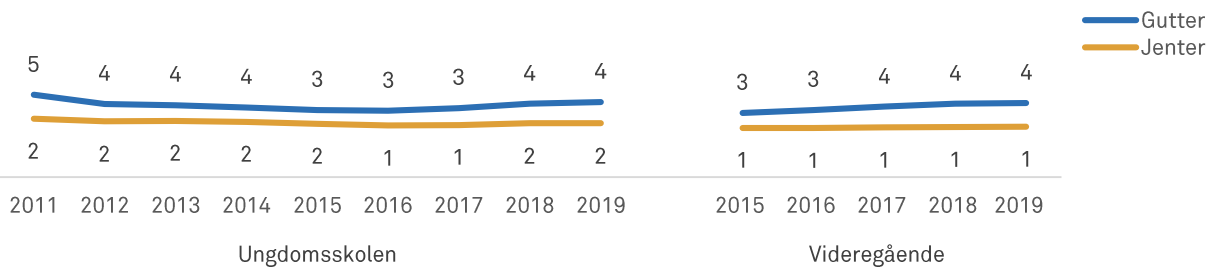
Prosentandel som mobber andre minst hver 14. dag. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



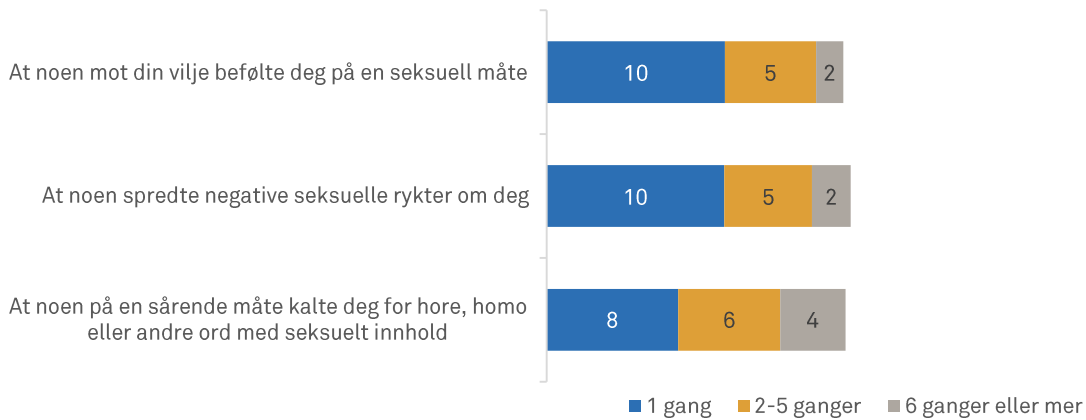
Prosentandel som blir mobbet, truet eller utestengt på nett minst hver 14. dag. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som mobber andre minst hver 14. dag. Utvikling over tid – etter kjønn og skoleslag



Prosentandel som har blitt utsatt for ulike former for seksuell trakassering i løpet av siste år. Ungdom på videregående



Seksuell trakassering

#metoo-kampanjen har bidratt til økt oppmerksomhet om seksuell trakassering. Seksuell trakassering defineres gjerne som uønsket seksuell oppmerksomhet, og handler om oppførsel og handlinger som spiller på kjønn, kropp og seksualitet, og der den ene parten opplever det som ubehagelig eller truende.

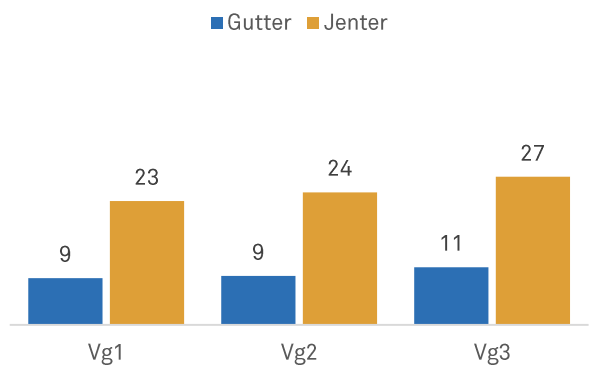
Seksuell trakassering kan skje på ulike måter. Ungdata kartlegger verbale former for trakassering, negativ seksuell ryktespredning og uønsket beføling.

For å avgrense fenomenet fra legitime former for seksuell kontakt, er spørsmålene formulert slik at de fanger opp handlinger som har skjedd mot de unges vilje eller at det har skjedd på en negativ og/eller sårende måte, som de ikke likte.

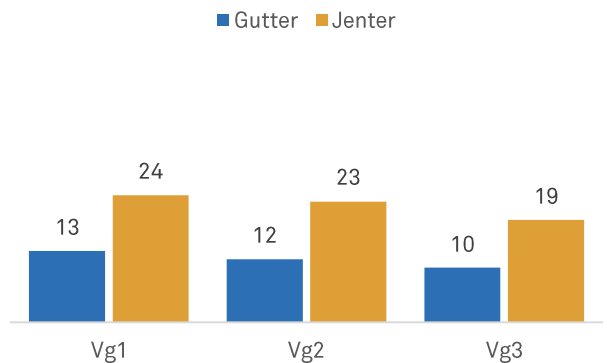
Å bli utsatt for seksuell trakassering gjelder ganske mange unge. Omtrent en av tre på videregående har opplevd minst én av de kartlagte formene for seksuell trakassering siste år. 16 % har opplevd verbal trakassering, 17 % negativ seksuell ryktespredning og 17 % at noen har befølt dem seksuelt uten at de ville det. 40 % av jentene har blitt utsatt for en av disse handlingene, mot 24 % av guttene.

På denne siden vises resultater for elever i videregående. Grunnen er at det fram til 2019 kun ble stilt i undersøkelsene til de eldste. Fra 2020 har også elever på ungdomstrinnet fått spørsmål om seksuell trakassering. I tillegg er det lagt inn spørsmål om uønsket deling av blant annet nakenbilder. Etter hvert som datagrunnlaget på nasjonalt nivå blir enda bedre, vil det bli publisert mer om dette temaet fra Ungdata.

Prosentandel som siste år har opplevd at noen mot sin vilje befølte dem på en seksuell måte. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Prosentandel som siste år har opplevd at på en sårende måte har kalt dem for hore, homo eller andre ord med seksuelt innhold. Blant gutter og jenter på ulike klassetrinn



Vold fra jevnaldrende

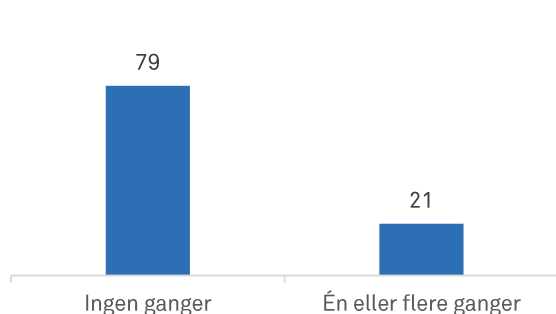
Forskning viser at mesteparten av volden ungdom som blir utsatt for skjer i møte med andre ungdommer. I mange tilfeller skjer volden mellom unge mennesker som kjenner hverandre eller som kjenner til hverandre.

Voldserfaringene oppstår under ulike omstendigheter og har ulik alvorlighetsgrad. Noen handlinger skjer i affekt, mens andre er planlagt. Noen handlinger er mindre alvorlige, mens det andre ganger gjelder svært alvorlige kriminelle hendelser, som for eksempel ran.

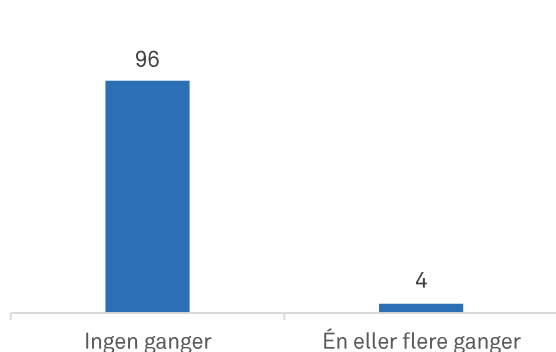
To nye spørsmål i Ungdata handler om vold fra jevnaldrende. Det første dekker handlinger som er relativt utbredt blant ungdom, som slag, spark, lugging eller lignende. Resultatene viser at 21 % har opplevd dette. Det andre spørsmålet kartlegger erfaringer med å ha blitt truet, angrepet eller ranet med gjenstander eller våpen. 4 % har opplevd dette.

Begge spørsmålene er først med fra 2020, og det er usikkert om resultatene er dekkende for norsk ungdom generelt.

Har en ungdom slått deg, sparket deg, ristet deg hardt, lugget deg eller lignende?



Har en ungdom med gjenstander eller våpen, truet, angrepet eller ranet deg?



Vold i familien

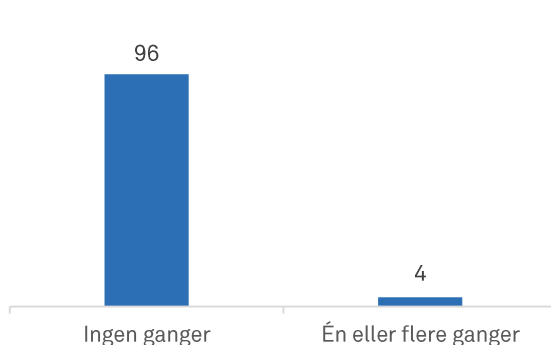
Vold i familien er en samlebetegnelse som dekker ganske ulike fenomener. Foreldre kan både utøve fysisk og psykisk vold mot barna sine. I dag sier vi at barn og unge utsettes for vold også dersom de lever med vold i familien. Det siste omtales ofte som vitneerfaringer.

Bak betegnelsen fysisk vold fra foreldre kan det skjule seg ulike fenomener – volden kan være en enkeltstående hendelse, eller den kan være systematisk, og den kan være mer eller mindre grov.

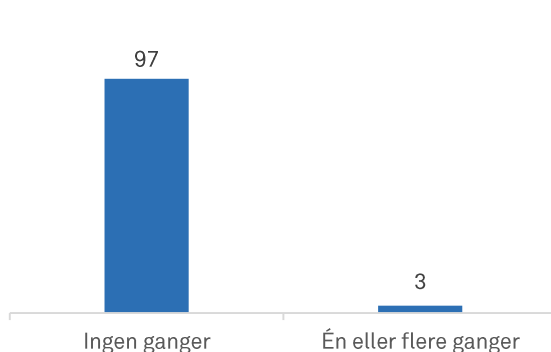
I Ungdata kartlegges vold i familien med to spørsmål. Vi spør om ungdom i løpet av det siste året har opplevd å bli slått med vilje av en voksen i familien og om de har vært vitne til at voksne i familien har blitt utsatt for vold. Resultatene viser at dette er en realitet for 3-4 % av ungdommene.

Begge spørsmålene er nye i 2020, og det er usikkert om resultatene er dekkende for norsk ungdom generelt.

Har en voksen i familien din slått deg med vilje?



Har du sett eller hørt at en voksen i din familie har blitt slått, sparket, ristet hardt eller lugget av en annen voksen i familien?



Om Ungdata og datamaterialet

Om Ungdata

Datamaterialet som er brukt i denne rapporten er basert på svar fra de som siden 2010 har deltatt i Ungdata. Ungdata er lokale ungdomsundersøkelser som forskningsinstituttet NOVA og sju regionale kompetansesentre innen rusfeltet (Korus) tilbyr alle landets kommuner og fylkeskommuner. Undersøkelsen gjennomføres ved at elever på ungdomstrinnet og i videregående opplæring fyller ut et elektronisk spørreskjema i skoletiden med en voksen til stede. Spørreskjemaet dekker helheten i ungdoms liv og omfatter temaområder som venner, foreldre, skole, lokalmiljø, framtid, fritidsaktiviteter, helse og livskvalitet, rusmiddelbruk, regelbrudd og utsatthet for vold og trakassering. Det finnes også en egen undersøkelse – Ungdata junior – som er rettet mot barneskoleelever i 5. til 7. trinn. Resultatene fra den undersøkelsen er ikke med i denne rapporten.

Kommunene og fylkeskommunene bestemmer selv når de vil gjennomføre sin ungdataundersøkelse. Fylkene har i de fleste tilfeller samordnet slike undersøkelser, slik at de gjennomføres samtidig i alle kommunene i fylket. Undersøkelsene foregår fra januar til juni, men de fleste avsluttes før påske. Siden 2010 har undersøkelsen blitt gjennomført på de aller fleste ungdomsskoler og på de aller fleste videregående skolene i landet. Undersøkelsen er blitt gjennomført flere ganger de aller fleste steder, og da gjerne med treårs mellomrom.

Spørreskjemaet inneholder en obligatorisk del som brukes i alle undersøkelser. Fra 2020 består denne delen av 145 spørsmål til elever på ungdomstrinnet og 160 spørsmål til elever på videregående. Mange kommuner og fylkeskommuner velger å utvide sin lokale undersøkelse med valgfrie tilleggsspørsmål. På ungdomstrinnet gjennomføres undersøkelsen anonymt. På videregående er det noen flere bakgrunnsspørsmål, som gjør at undersøkelsen vanligvis inneholder indirekte personopplysninger.

Det er frivillig for ungdommene å delta i Ungdata. Foresatte og ungdom blir informert om undersøkelsen i forkant, og ungdommene står fritt til å trekke seg fra undersøkelsen underveis. Deltakerne i Ungdata kan også hoppe over spørsmål de ikke har lyst til å svare på.

Se ungdata.no for mer informasjon om undersøkelsen.

Ungdatabasen

Svarene fra alle som har deltatt i Ungdata er samlet i en felles nasjonal database – Ungdatabasen. NOVA/OsloMet har ansvar for å forvalte disse dataene, som består av svar fra totalt 660.000 elever. Databasen inneholder opplysninger som gjør det mulig å undersøke endringer over tid, på nasjonalt, regionalt og lokalt nivå.

Siden Ungdata de aller fleste steder gjennomføres hvert tredje år, varierer det fra år til år hvilke kommuner og fylkeskommuner som deltar. Over en treårsperiode har de aller fleste kommuner gjennomført undersøkelsen. Når vi i denne rapporten viser oppdaterte resultater på nasjonalt nivå, har vi inkludert alle de lokale undersøkelsene som er blitt gjennomført i løpet av de siste tre årene, det vil si fra 2018 til 2020.

Enkelte kommuner har gjennomført undersøkelsen to ganger i løpet av denne treårsperioden. Fra disse kommunene bruker vi kun data fra den av de to undersøkelsene som ble gjennomført.

Hvem står bak Ungdata?

Ungdata er et samarbeid mellom Velferds- og forskningsinstituttet NOVA ved OsloMet og de sju regionale kompetansesentrene innen rusfeltet (KoRus Vest Bergen, KoRus Vest Stavanger, KoRus Midt-Norge, KoRus Øst, KoRus Sør, KoRus Nord, KoRus Oslo).

NOVA har det overordnede faglige og tekniske ansvaret for undersøkelsene, og for å sikre at datainnsamlingen foregår i tråd med lover, regler og forskningsetiske retningslinjer. NOVA har ansvaret for at kommunene og fylkeskommunene får resultater fra undersøkelsen og for å utgi den nasjonale rapporten her. NOVA bruker dataene inn i sine forskningsprosjekter.

KoRus bistår kommunene i sin region med planlegging av undersøkelsen, utforming av spørreskjema, og veiledning om gjennomføringen. KoRus deltar også i drøftingen av resultatene fra de lokale undersøkelsene.

Helsedirektoratet finansierer Ungdata gjennom et årlig tilskudd via statsbudsjettet. Tilskuddet dekker gratistilbudet til kommuner og fylkeskommuner og sekretariatet ved Ungdatasenteret.

2020 et spesielt år også for Ungdata

I 2020 var det planlagt gjennomført undersøkelser på ungdomstrinnet i 118 kommuner og på videregående skoler i 62 kommuner. På grunn av koronaepidemien ble ikke alle undersøkelsene gjennomført som planlagt, og Ungdata ble avbrutt etter at skolene stengte ned i midten av mars.

28 kommuner hadde på dette tidspunktet ennå ikke startet undersøkelsen på ungdomsskolen og 12 kommuner hadde ikke startet på videregående. Mange av disse kommunene var forholdsvis små, og i antall utgjorde ikke ungdommene i disse kommunene mer enn om lag 10 prosent av alle ungdommer i samtlige kommuner som planla å gjennomføre Ungdata i 2020.

Det ble i 2020 samlet inn data på ungdomsskolen i totalt 89 kommuner. Flertallet av undersøkelsene var ferdig eller de hadde samlet inn nok data til at de ga et godt bilde av situasjonen i kommunen før undersøkelsen ble avbrutt. Den samlede svarprosenten på ungdomstrinnet ble 56 i 2020.

Dette er en god del lavere enn det vanlige de siste årene, der svarprosenten nasjonalt har vært på 87 prosent. Svarprosenten mellom kommunene varierte mye mer i 2020 enn vanlig (fra noen få prosent til 97), noe som henger sammen med at kommunene startet undersøkelsen på ulike tidspunkter.

På videregående ble datainnsamlingen igangsatt i 50 av 62 kommuner. Også her var det variasjoner i hvor langt datainnsamlingen hadde kommet. Samlet ble det samlet inn svar fra 43 prosent av det planlagte utvalget, noe som ligger godt under de siste årenes svarprosent på videregående, som har vært 73.

” I 2020 gjorde korona at halvparten av datainnsamlingen ikke ble fullført

Sett under ett, deltok om lag halvparten av det planlagte bruttoutvalget. For analysene på nasjonalt nivå, betyr det at 2020-utvalget er en del underrepresentert når vi ser årene 2018 til 2020 under ett. I rapporten er denne skjevheten håndtert ved at svarene til alle de ungdommene som deltok i 2020 har blitt vektet opp.

Vektingen er foretatt på kommunenivå, og er basert på svarprosenten i hver undersøkelse. I kommuner som hadde en «normal» svarprosent, det vil si svarprosent tilsvarende den nasjonale

svarprosenten i de foregående årene, har elevene blitt vektet med 1. Det vil si at hver deltaker i Ungdata teller som 1 person i datasettet, slik de vanligvis gjør.

I kommuner der svarprosenten var halvparten av forventet, har elevene blitt vektet med 2. Det vil si at de teller som 2 personer i datasettet. Vektingen er foretatt på tilsvarende måte i alle kommuner, basert på hvor høy svarprosenten til slutt ble. På denne måten blir antallet elever som inngår i analysene i 2020 «blåst opp» i selve analysene.

Et treårig representativt bilde

Tallgrunnlaget i rapporten baserer seg på ungdomsundersøkelser gjennomført på ungdomstrinnet og i videregående fra 2018 til 2020. Undersøkelsen er gjennomført i 321 kommuner og på Svalbard. De fleste lokale undersøkelsene har med elever fra samtlige ungdomsskoler i kommunen, og eventuelle videregående skoler. Dette betyr at datamaterialet omfatter elever ved de fleste skolene med ungdomstrinn og videregående trinn i hele landet.

Totalt omfatter datasettet som brukes for å oppdatere tallene for perioden 2018 til 2020 211.400 ungdommer, hvorav 114.900 elever på ungdomstrinnet og 96.600 elever i videregående opplæring.

Siden Ungdata startet opp i 2010, finnes det totalt ni treårsperioder som kan brukes for å studere trender. Datagrunnlaget tilbake i tid er best på ungdomstrinnet, der dataene er nasjonalt representative i alle treårsperiodene. På videregående er det først fra 2014–2016 at dataene er nasjonalt representative. Tidstrender for videregående er derfor kortere enn for ungdomstrinnet.

Når vi i denne rapporten har laget figurer som viser hvordan utviklingen har vært over tid, er hver treårsperiode i rapporten angitt med «midtåret». Dette betyr for eksempel at resultatene for perioden 2018 til 2020 i trendfigurene er angitt med «2019». På tilsvarende måte er resultatene fra 2010–2012 markert med «2011».

Hver av disse treårsperiodene inkluderer så mange ungdommer fra så mange kommuner spredt rundt omkring i Norge at dataene gir et nasjonalt representativt bilde av oppvekstsituasjon for de unge innenfor hver treårsperiode. 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.

Ungdata gjennomføres på ungdomstrinnet og i videregående skole

Figuren under viser hvor mange som årlig har deltatt i Ungdata. Samlet har flest deltatt fra ungdomstrinnet. De siste årene har det nesten vært like mange med også fra videregående.

Blant deltakerne i Ungdata er det samlet sett omtrent like mange gutter som jenter. Dette gjelder alle klassetrinn, med unntak av Vg3 hvor 56 prosent av deltakerne er jenter. Denne andelen stemmer imidlertid godt overens med den faktiske kjønnsfordelingen blant Vg3-elever i Norge, noe som dels skyldes at flere gutter enn jenter faller utenfor undersøkelsen fordi de er lærlinger eller ikke lenger er deltakere i videregående opplæring.

På ungdomsskolen er hvert trinn representert i Ungdata med rundt en tredel hver. På videregående er elever fra Vg1 noe overrepresentert (de utgjør 42 prosent av deltakerne, mens de i elevgrunnet utgjør 39 prosent). Elever på Vg3 er derimot noe underrepresentert (de utgjør 23 prosent av deltakerne i Ungdata, mot 27 prosent av elevgrunnet). I rapporten er svarene blitt vektet slik at de tre klassetrinnene gjenspeiler den faktiske fordelingen av elever i videregående. (Dette kommer i tillegg til den vektingen som ble beskrevet over på grunn av avlyst datainnsamling).

En tilsvarende vekting er også gjort i figurene som viser endringer over tid for elever på videregående. Dette er gjort for å sikre at vi over tid sammenlikner ungdomsgrupper som har mer eller mindre den samme aldersfordelingen. At det generelt er flere elever på Vg1 enn på Vg3 som deltar i Ungdata skyldes dels at det er mer krevende organisatorisk 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.

Revisjon av spørreskjema

For å sikre kvalitet og at spørreskjemaet inneholder spørsmål som er relevante, revideres spørreskjemaet som brukes i Ungdata hvert tredje år. Revisjonen innebærer at noen spørsmål har gått ut, mens nye spørsmål har kommet til. For å kunne sammenlikne resultater over tid, har likevel de fleste spørsmålene vært med i den obligatoriske delen av Ungdata helt siden 2010.

I 2014 ble det foretatt en større revisjon. Dette vil man se i rapporten ved at en del av trendfigurene først starter i «2015» (altså årene 2014–16) også på ungdomstrinnet.

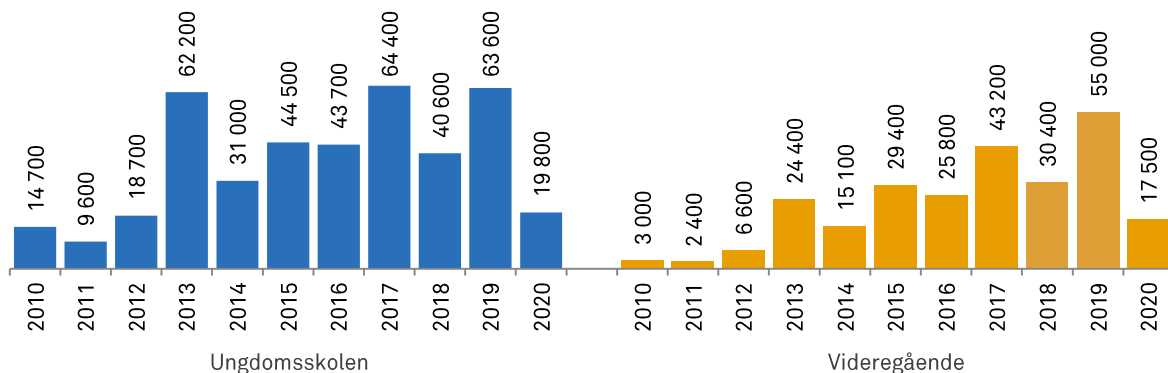
I 2020 ble det foretatt ytterligere endringer i spørreskjemaet. I rapporten har vi tatt med noen av disse temaene, selv om de altså utelukkende baserer seg på data fra 2020. Dette gjelder hele kapitlet om livskvalitet, og deler av kapitlene om venner, helse og vold og trakassering.

For disse temaene finnes det ikke data tilbake i tid. Dessuten knytter det seg noe usikkerhet til hvorvidt dataene som er samlet inn i 2020 kan sies å være representative for Norge som helhet. Dette får vi bedre svar på når nye data samles inn i 2021 og 2022. Tallene for de nye temaene bør derfor tolkes med en viss varsomhet med tanke på hvor generaliserbare de er på nasjonalt nivå.

660.000 har vært med i Ungdata siden 2010

I analysene av utviklingen over tid inngår 412.900 ungdomsskoleelever og 253.100 elever i videregående.

Antall som har deltatt i Ungdata på ungdomsskolen og i videregående – 2010–2020



Høy svarprosent i Ungdata

Svarprosenten i Ungdata beregnes gjennom å undersøke hvor stor andel av den totale elevmassen ved de skolene som er med i undersøkelsen som svarer på spørreskjemaet. Beregnet på denne måten har svarprosenten i årene 2018–2020 vært 79 prosent på ungdomstrinnet og 65 prosent på videregående. Svarprosentene i denne treårsperioden er åtte prosentpoeng lavere enn i tidligere treårsperioder. Årsaken er koronapandemien, som førte til at undersøkelsen mange steder måtte avbrytes i midten av mars 2020.

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 deltar alle eller nesten alle ungdommene. De fleste kommunene har en svarprosent på ungdomstrinnet mellom 80 og 95 prosent og mellom 65 og 80 prosent på videregående. I 2020 har dette variert en god del mer.

Analyser tyder på at svarprosenten i Ungdata har begrenset betydning for selve resultatene i undersøkelsen. 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 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. Erfaringer tilsier at den viktigste grunnen til at ungdom ikke har deltatt, er at skolene av ulike årsaker ikke har fått lagt til rette for at alle elevene får deltatt i undersøkelsen.

Selvrapporterte data

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. Erfaringene fra 10 år med Ungdata er at de aller fleste ungdommer tar undersøkelsen på alvor, og at den gir et dekkende bilde av situasjonen til ungdom flest.

For å få mer systematisk kunnskap om hvordan ungdom opplever å delta i ungdataundersøkelsen, er det spørsmål på slutten av spørreskjemaet der ungdom blir bedt om å ta stilling til ulike påstander om ungdataundersøkelsen. Analyser av svarene 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.

Hva deltakerne i Ungdata synes om å være med i undersøkelsen. Andelen som mener utsagnene stemmer. Nasjonale tall 2018–2020



Også når vi ser mer detaljert på hvordan ungdom har besvart undersøkelsen, har vi grunn å ta tro at få av elevene 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 mindre enn én av hundre ungdommer besvarer undersøkelsen systematisk på en useriøs måte. Disse ungdommene vil i liten grad påvirke resultatene.

For mer informasjon om disse prosedyrene og andre metoderelaterte spørsmål, se Ungdatas nettsider under området «Metodedokumentasjon».

Definisjoner

Hvordan nøkkelindikatorene er målt.

Livskvalitet

Er tilfreds med livet sitt

Indikatoren viser andelen som gir minst 6 poeng på en tilfredshetsskala fra 0-10, der 0 er det verst tenkelige livet de kan tenke seg og 10 er det beste livet.

Venner

Har en fortrolig venn

Indikatoren viser andelen som svarer «Ja, helt sikkert» eller «Ja, det tror jeg» på spørsmålet: «Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?».

Har en fortrolig venn

Indikatoren viser andelen som svarer «Ja, helt sikkert» eller «Ja, det tror jeg» på spørsmålet: «Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?».

Har venner å være sammen med på fritiden

Indikatoren viser andelen som svarer «Ja» på spørsmålet: «Har du noen å være sammen med på fritiden?».

Har venner å være sammen med på skolen

Indikatoren viser andelen som svarer «Ja» på spørsmålet: «Har du noen å være sammen med på skolen?».

Har vært sammen med venner hjemme hos hverandre minst to ganger siste uke

Indikatoren viser andelen som minst to ganger siste uke har: «Vært sammen med venner hos meg eller hos dem?».

Har vært ute med venner størsteparten av kvelden minst to ganger siste uke

Indikatoren viser andelen som minst to ganger siste uke har: «Brukt størstedelen av kvelden ute sammen med venner?».

Veldig mye plaget av ensomhet

Indikatoren viser andelen som svarer at de var «veldig mye plaget» siste uke av: «Følt deg ensom?».

Foreldre

Er fornøyd med foreldrene sine

Indikatoren viser andelen som svarer «Svært fornøyd» eller «Litt fornøyd» på spørsmålet: «Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med foreldrene dine?» Indikatoren viser hvor mange prosent av ungdommene som svarer «svært fornøyd» eller «litt fornøyd».

Opplever at foreldrene har god oversikt over ungdommenes venner og fritid

Indikatoren viser andelen som mener at begge disse to utsagnene er riktig: «Foreldrene mine pleier å vite hvor jeg er, og hvem jeg er sammen med i fritiden» og «Foreldrene mine kjenner de fleste av vennene jeg er sammen med i fritiden».

Skole

Er fornøyd med skolen de går på

Indikatoren viser andelen som svarer «Svært fornøyd» eller «Litt fornøyd» på spørsmålet: «Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med skolen du går på?».

Kjeder seg på skolen

Indikatoren viser andelen som er enig i utsagnet: «Jeg kjeder meg på skolen».

Gruer seg ofte til å gå på skolen

Indikatoren viser andelen som er enig i utsagnet: «Jeg gruer meg ofte til å gå på skolen».

Synes lærerne sine bryr seg om seg

Indikatoren viser andelen som er enig i utsagnet: «Lærerne mine bryr seg om meg».

Passer inn blant elevene på skolen

Indikatoren viser andelen som er enig i utsagnet: «Jeg føler at jeg passer inn blant elevene på skolen».

Trives på skolen

Indikatoren viser andelen som er enig i utsagnet: «Jeg trives på skolen».

Blir ofte stresset av skolearbeidet

Indikatoren viser andelen som svarer «Ofte» eller «Svært ofte» på spørsmålet: «Hvor ofte blir du stresset av skolearbeidet?».

Bruker minst én time hver dag på lekser og annet skolearbeid utenom skolen

Indikatoren viser andelen som svarer minst én time på spørsmålet: «Hvor lang tid bruker du gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid (utenom skoletiden)?».

Har skulket skolen

Indikatoren viser andelen som svarer «En gang» eller oftere på spørsmålet: «Har du skulket skolen det siste året?».

Lokalmiljøet

Er fornøyd med lokalmiljøet

Indikatoren viser andelen som svarer «Svært fornøyd» eller «Litt fornøyd» på spørsmålet: «Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med lokalmiljøet der du bor?».

Opplever det som trygt å være ute om kvelden i nærmiljøet

Indikatoren viser andelen som svarer «Ja» på spørsmålet: «Når du er ute om kvelden, opplever du det som trygt å være i nærområdet der du bor?».

Framtid

Tror de vil fullføre videregående

Indikatoren viser andelen som svarer «ja» på spørsmålet: «Tror du at du vil komme til å fullføre videregående?» De andre svaralternativene var «nei» og «vet ikke».

Framtid

Tror de vil ta høyere utdanning

Indikatoren viser andelen som svarer «ja» på spørsmålet: «Tror du at du vil komme til å ta utdanning på universitet eller høyskole?» De andre svaralternativene var «nei» og «vet ikke».

Tror de vil bli arbeidsledig

Indikatoren viser andelen som svarer «nei» på spørsmålet: «Tror du at du noen gang vil bli arbeidsledig?» De andre svaralternativene var «ja» og «vet ikke».

Tror de vil få et godt og lykkelig liv

Indikatoren viser andelen som svarer «ja» på spørsmålet: «Tror du at du vil komme til å få et godt og lykkelig liv?» De andre svaralternativene var «nei» og «vet ikke».

Medier

Bruker daglig minst tre timer foran en skjerm

Indikatoren er målt gjennom spørsmålet: «Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis på aktiviteter foran en skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) i løpet av en dag?». Indikatoren viser hvor mange prosent som svarer to timer eller mer.

Bruker daglig minst én time på sosiale medier

Indikatoren viser hvor mange prosent som svarer én time eller mer på spørsmålet: «Tenk på en vanlig gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på sosiale medier?».

Bruker daglig minst én time på elektroniske spill

Indikatoren hvor mange prosent som tilsammen bruker mer enn én time på «...dataspill/TV-spill» og «spille på telefon/nettbrett».

Bruker daglig minst én time daglig på å se på TV

Indikatoren viser hvor mange prosent som svarer én time eller mer på spørsmålet: «Tenk på en vanlig gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på å se på TV?».

Bruker daglig minst en halvtime på å lese bøker (ikke skolebok)

Indikatoren viser hvor mange prosent som svarer en halvtime eller mer på spørsmålet: «Tenk på en vanlig gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på å lese bøker?».

Organisert fritid

Prosentandel som er med i en organisasjon, klubb eller lag

Indikatoren viser andelen som svarer «Ja» på spørsmålet: «Er du, eller har du tidligere vært, med i noen organisasjoner, klubber, lag eller foreninger etter at du fylte 10 år?».

Har vært med i et idrettslag

Indikatoren viser andelen som svarer at de minst én gang i løpet av de siste 30 dagene har «...vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i et idrettslag».

Har vært på fritidsklubb

Indikatoren viser andelen som svarer at de minst én gang i løpet av de siste 30 dagene har «...vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i en ungdomsklubb/fritidsklubb/ungdomshus».

Har vært med i en religiøs forening

Indikatoren viser andelen som svarer at de minst én gang i løpet av de siste 30 dagene har «...vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i et kor, korps, orkester eller musikkskole/kulturskole».

Har vært med i korps, kor, orkester, musikkskole, kulturskole

Indikatoren viser andelen som svarer at de minst én gang i løpet av de siste 30 dagene har «...vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i et kor, korps, orkester eller musikkskole/kulturskole».

Har vært med i annen organisert aktivitet

Indikatoren viser andelen som svarer at de minst én gang i løpet av de siste 30 dagene har «...vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i en annen organisasjon, lag eller forening».

Fysisk aktivitet

Trener jevnlig minst én gang i uka

Indikatoren viser andelen som trener minst én gang i uka på egen hånd, i et idrettslag, i treningsstudio og/eller andre former for organisert trening.

Trener på egenhånd

Indikatoren viser andelen som svarer minst «1-2 ganger i uka» på spørsmålet: «Hvor ofte trener du på egen hånd (løper, svømmer, sykler, går tur)?».

Trener i idrettslag

Indikatoren viser andelen som svarer minst «1-2 ganger i uka» på spørsmålet: «Hvor ofte trener eller konkurrerer du i et idrettslag?».

Trener i treningsstudio

Indikatoren viser andelen som svarer minst «1-2 ganger i uka» på spørsmålet: «Hvor ofte trener du på treningsstudio?».

Driver med annen organisert trening

Indikatoren viser andelen som svarer minst «1-2 ganger i uka» på spørsmålet: «Hvor ofte driver du med annen organisert trening (dans, kampsport eller lignende)?».

Helse

Prosentandel som er fornøyd med helsa si

Indikatoren viser andelen som svarer «Svært fornøyd» eller «Litt fornøyd» på spørsmålet: «Hvor fornøyd eller misfornøyd er du med helsa di?»

Bruker smertestillende tabletter

Indikatoren er målt gjennom spørsmålet «Hvor ofte har du brukt smertestillende tabletter (Paracet, Ibux og lignende) i løpet av siste måned?». Indikatoren viser hvor mange prosent som svarer at de bruker slike medikamenter ukentlig eller oftere.

Har brukt helsesykepleier på skolen

Indikatoren viser andelen som minst én gang i løpet av det siste året har brukt følgende helsetjeneste: «Helsesøster eller helsesykepleier på skolen».

Har brukt helsestasjon for ungdom

Indikatoren viser andelen som minst én gang i løpet av det siste året har brukt følgende helsetjeneste: «Helsestasjon for ungdom».

Har brukt psykolog

Indikatoren viser andelen som minst én gang i løpet av det siste året har brukt følgende helsetjeneste: «Psykolog».

Helse

Har hatt hodepine mange ganger eller daglig

Indikatoren viser andelen som svarer «Daglig» eller «Mange ganger» på spørsmålet: «Hvor ofte har du hatt hodepine i løpet av siste måned?».

Har hatt andre fysiske plager (enn hodepine) mange ganger eller daglig

Indikatoren viser andelen som svarer «Daglig» eller «Mange ganger» på spørsmålet: «Hvor ofte har du hatt andre fysiske plager (enn hodepine) (for eksempel kvalme, vondt i magen, smerter i ledd, nakke eller muskler) i løpet av siste måned?».

Har hatt mange psykiske plager de siste sju dagene

Indikatoren er målt gjennom et spørsmål om man siste uka har vært plaget av noe av det følgende: «Følt at alt er et slit», «Hatt søvnproblemer», «Følt deg uheldig, trist eller deprimerert», «Følt håpløshet med tanke på framtida», «Følt deg stiv eller anspent» og «Bekymret deg for mye om ting». Indikatoren viser hvor mange prosent som i gjennomsnitt svarer at de minst er ganske mye plaget av disse symptomene.

Opplever mye press på minst to områder

Indikatoren viser andelen som opplever «Mye press» eller «Svært mye press» på to av følgende områder: Press om å ... «...se bra ut eller ha en fin kropp», «...gjøre det bra på skolen», «...gjøre det bra i idrett», «ha mange følgere og likes på sosiale medier».

Har problemer med å takle stresset

Indikatoren viser andelen som «I stor grad» eller «I svært stor grad» har opplevd så mye press den siste uka at de har hatt problemer med å takle det.

Spiser frokost hver dag før skolen

Indikatoren viser andelen som svarer «5 dager i uka» på spørsmål om hvor ofte du pleier å spise frokost før du går på skolen.

Spiser matpakke eller lunsj hver dag på skolen

Indikatoren viser andelen som svarer «5 dager i uka» på spørsmål om hvor ofte du pleier å spise matpakke eller lunsj på skolen.

Spiser grønnsaker, frukt eller bær hver dag på skolen

Indikatoren viser andelen som svarer «5 dager i uka» på spørsmål om hvor ofte du pleier å spise grønnsaker, frukt eller bær på skolen.

Rusmidler

Drikker alkohol jevnlig minst én gang i måneden

Indikatoren viser andelen som svarer «Hver uke» eller «Nokså jevnt 1-3 ganger i måneden» på spørsmålet: «Hender det at du drikker noen form for alkohol?».

Har aldri smakt alkohol eller bare har smakt noen få ganger

Indikatoren viser andelen som svarer «Aldri» eller «Har bare smakt noen få ganger» på spørsmålet: «Hender det at du drikker noen form for alkohol?».

Har vært beruset på alkohol

Indikatoren viser andelen som i løpet av det siste året har drukket så mye at de følte seg tydelig beruset.

Får lov av foreldre/foresatte å drikke alkohol

Indikatoren viser andelen som svarer «Ja» på spørsmålet: «Får du lov til å drikke alkohol av dine foreldre/foresatte?».

Rusmidler

Røyker daglig eller ukentlig

Indikatoren viser andelen som svarer «Røyker daglig» eller «Røyker ukentlig, men ikke hver dag» på spørsmålet: «Røyker du?».

Snuser daglig eller ukentlig

Indikatoren viser andelen som svarer «Snuser daglig» eller «Snuser ukentlig, men ikke hver dag» på spørsmålet: «Bruker du snus?».

Har brukt hasj eller marihuana

Indikatoren viser andelen som i løpet av det siste året har brukt hasj eller marihuana.

Har blitt tilbudt hasj eller marihuana i løpet av det siste året

Indikatoren viser andelen som i løpet av det siste året har blitt tilbudt hasj eller marihuana.

Regelbrudd

Har ikke begått regelbrudd

Indikatoren viser andelen som har svart «null ganger» på om de i løpet av det siste året har 1) tatt med seg varer fra butikk uten å betale, 2) vært i slåsskamp, 3) med vilje har ødelagt eller knust vindusruter, busseter, postkasser eller lignende (gjort hærverk), 4) sprayet eller tagget ulovlig på vegger, bygninger, tog, buss eller lignende, 5) lurt seg fra å betale på kino, idrettsstevner, buss, tog eller lignende, 6) har vært borte en hel natt uten at dine foreldre/foresatte visste hvor de var, 7) skulket skolen.

Har begått mange regelbrudd

Indikatoren baserer seg på samme sju spørsmål som i indikatoren over. Indikatoren viser andelen som rapporterer om at de har vært med på alle, eller de fleste av disse regelbruddene, gjerne flere ganger.

Vold og trakassering

Blir mobbet minst hver 14. dag

Indikatoren viser andelen som svarer «Omtrent hver 14. dag» eller oftere på spørsmålet: «Blir du selv utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritiden?».

Mobber andre minst hver 14. dag

Indikatoren viser andelen som svarer «Omtrent hver 14. dag» eller oftere på spørsmålet: «Hender det at du er med på plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritiden?».

Blir mobbet, truet eller utestengt på nett minst hver 14. dag

Indikatoren viser andelen som svarer «Omtrent hver 14. dag» eller oftere på spørsmålet: «Blir du mobbet, truet eller utestengt på nett?».

Har opplevd at noen mot sin vilje befølte dem på en seksuell måte

Indikatorer viser andelen som i løpet av siste året har opplevd at «At noen mot din vilje befølte deg på en seksuell måte».

Har opplevd at noen har delt bilder/filmer av dem der de er naken eller delt i seksuelle handlinger

Indikatorer viser andelen som i løpet av siste året har opplevd at «At noen mot din vilje at noen delte bilder eller filmer av deg der du er naken eller deltar i seksuelle handlinger».

Vold og trakassering

Har opplevd å bli utsatt for vold fra andre ungdommer

Indikatorer viser andelen som i løpet av siste året har opplevd at «En ungdom har slått deg, sparket deg, ristet deg hardt, lugget deg eller lignende».

Har opplevd å bli truet/angrepet med våpen

Indikatorer viser andelen som i løpet av siste året har opplevd at «En ungdom med gjenstander eller våpen har truet, angrepet eller ranet deg».

Har opplevd å bli slått med vilje av en voksen i familien

Indikatorer viser andelen som i løpet av siste året har opplevd at «En voksen i familien din har slått deg med vilje».

Har vært vitne til vold i familien

Indikatorer viser andelen som i løpet av siste året har opplevd at «En voksen i familien din har blitt slåss, sparket, ristet hardt eller lugget av en annen voksen i familien».

Litteratur

Liste over forskningslitteratur som berører temaene i denne rapporten.

Livskvalitet

Haug, E. mfl. (2020). *Barn og unges helse og trivsel. Forekomst og sosial ulikhet i Norge og Norden*. Hemil-rapport 2020. Bergen: Institutt for helse, miljø og likeverd – HEMIL, Universitetet i Bergen.

Helsedirektoratet (2018). *Livskvalitet. Anbefalinger for et bedre målesystem*. Oslo: Helsedirektoratet.

Helsedirektoratet (2016). *Gode liv i Norge. Utredning om måling av befolkningens livskvalitet*. Oslo: Helsedirektoratet.

Unicef (2020). *Worlds of Influence. Understanding What Shapes Child Well-being in Rich Countries* Firenze: UNICEF Office of Research

Folkehelseinstituttet (2019). *Fakta om livskvalitet og trivsel*. Hentet fra www.fhi.no

Venner

Frøyland, L.R. & C. Gjerustad (2012). *Vennskap, utdanning og framtidsplaner. Forskjeller og likheter blant ungdom med og uten innvandrerbakgrunn i Oslo*. NOVA rapport 5/2012. Oslo: NOVA.

Sletten, M. Aa. (2013). «Betydningen av å lykkes sosialt i ungdomstiden - er dårlige venner bedre enn ingen venner?» I T. Hammer og C. Hyggen (red.): *Ung voksen og utenfor. Mestring og marginalitet på vei til voksenlivet*. Oslo: Gyldendal Akademiske.

Foreldre

Elstad, J.I. & K. Stefansen (2014). «Social Variations in Perceived Parenting Styles Among Norwegian Adolescents». *Child Indicators Research*, 7(3): 649–70.

Øia, T. & V. Vestel (2014). «Generasjonskløfta som forsvant. Et ungdomsbilde i endring». *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 14(1): 99–133.

Bakken, A., L.R. Frøyland & M. Aa. Sletten (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv. Hva sier ungdomsundersøkelsene?* NOVA Rapport 3/2016. Oslo: NOVA, Høgskolen i Oslo og Akershus.

Andersen, P.L., & M. Dæhlen (2017). *Sosiale relasjoner i ungdomstida: identifisering og beskrivelse av ungdom med svake relasjoner til foreldre, skole og venner*. NOVA rapport 8/2017. Oslo: NOVA.

Stefansen, K., I. Smette & Å. Strandbu (2016). «Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports». *Sport, Education and Society*. <http://dx.doi.org/10.1080/13573322.2016.1150834>

Strandbu, Å., K. Stefansen, I. Smette & M. Renslo Sandvik (2017). «Young people's experiences of parental involvement in youth sport». *Sport, Education and Society*.

Skole

Birkelund, G.E. & A. Mastekaasa (2009). *Integrert? Innvandrere og barn av innvandrere i utdanning og arbeidsliv*. Oslo: Abstrakt forlag.

Øia, T. (2011). *Ungdomsskoleelever. Motivasjon, mestring og resultater*. NOVA rapport 9/2011. Oslo: NOVA.

Borg, E. (2013). «Does Working Hard in School Explain Performance Differences between Girls and Boys? A Questionnaire-based Study Comparing Pakistani Students with Majority Group Students in the City of Oslo». *YOUNG*, 21(2): 133–154.

Skaalvik, E. & R. Andre Federici (2015). Prestasjonspresset i skolen. *Bedre skole*, (3): 11–15.

Elstad, J.I. og A. Bakken (2015). «The effects of parental income on Norwegian adolescents' school grades: A sibling analysis». *Acta Sociologica*, (58): 265–282.

Bakken, A. (2016). «Endringer i skoleengasjement og utdanningsplaner blant unge med og uten innvandringsbakgrunn. Trender over en 18-årsperiode». *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 16(1): 40–62.

Grøgaard, J.B. & C.Å. Arnesen (2016). «Kjønnforskjeller i skoleprestasjoner: Ulik modning?». *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 16(2): 42–68.

Bunting M., G. H. Moshuus (2017). *Skolesamfunnet: Kompetansekrav og ungdomsfellesskap*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.

Erstad, O. & I. Smette (2017). *Ungdomsskole og ungdomsliv. Læring i skole, hjem og fritid*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.

Nielsen, H. B. & I. Henningsen (2018). «Guttepanikk og jentepress – paradokser og kunnskapskrise». *Tidsskrift for kjønnsforskning*, 42(01-02): 6-28.

Vogt, K.C. (2018). «Svartmaling av gutter». *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 2(02): 177–193.

Lokalmiljøet

Sandlie, H.C. & P. L. Andersen (2016). «'Rotløs ungdom' – ungdom, flytting og livssjanser». *Sosiologi i dag*, 46(3-4): 130-158.

Brattbakk, I. & T. Wessel (2013). «Long-term Neighbourhood Effects on Education, Income and Employment among Adolescents in Oslo». *Urban Studies*, 50(2): 391-406.

Pettersen, O.M. & M. Aa. Sletten (2019). «Å ha lite der de fleste har mye». *Tidsskrift for Ungdomsforskning*, 18(2): 139-170.

Rye, J.F. (2019). 'Å være ung i distrikts-Norge'. Kunnskaps oversikt med utgangspunkt i nyere norsk forskning om distriktsungdommer. NTNU: Trondheim.

Bakken, A. (2020). *Ungdata – Ung i Distrikts-Norge*. NOVA Rapport 3/20. Oslo: NOVA/OsloMet.

Framtid

Sletten, M. Aa. (2011). «Limited Expectations? How 14-16-Year-Old Norwegians in Poor Families Look at Their Future». *YOUNG*, 19(2): 181-218.

Gjerustad, C. & T. von Soest (2012) «Socio-economic status and mental health – the importance of achieving occupational aspirations». *Journal of Youth Studies*, 15(7): 890-908.

Hyggen, C. & C. Gjerustad (2013). «Knuste drømmer? Aspirasjoner, yrkeskarriere og mental helse fra ung til voksen». I T. Hammer & C. Hyggen (red.): *Ung voksen og utenfor. Mestring og marginalitet på vei til voksenlivet*. Oslo: Gyldendal Akademiske.

Hegna, K. (2014). «Changing educational aspirations in the choice of and transition to post-compulsory schooling – a three-wave longitudinal study of Oslo youth». *Journal of Youth Studies*, 17(5): 592-613.

Medier

Medietilsynet (2020). *Barn og medier 2020*. Hentet fra www.medietilsynet.no

Frøyland, L.R., M.B. Hansen, M. Aa. Sletten, L. Torgersen & T. von Soest (2010). *Uskyldig moro? Pengespill og dataspill blant norsk ungdom*. NOVA rapport 18/2010. Oslo: NOVA.

Sletten, M. Aa., Å. Strandbu & Ø. Gilje (2015). «Idrett, dataspilling og skole – konkurrerende eller 'på lag'?». *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 99(05): 334-350.

Arvola, A. K. & A. Clancy (2014). «World of Warcraft – til ungdommers begjær og foreldres besvær - Unge online-spillende menns opplevelse av spillet med foreldre og medspillere». *Fokus på familien*, 42(03): 184-203.

Eklund, L. & S. Roman (2018). «Digital Gaming and Young People's Friendships: A Mixed Methods Study of Time Use and Gaming in School». *YOUNG*, 27(1): 32-47.

Overå, S. & H-J. Weihe Wallin (2016). *Spillavhengighet. Gaming og gambling*. Stavanger: Hertzervig Akademisk.

Overå, S. (2016). «Moderne oppvekst på boks: om dataspill, unge, identitet og læring». *Rusfag*, 1(2016): 19-29.

Décieux, J.P., A. Heinen & H. Willems (2019). «Social media and its role in friendship-driven interactions among young people: A mixed methods study». *YOUNG*, 27(1): 18-31.

Wichstrøm, L., F. Stenseng, J. Belsky, T. von Soest & B.W. Hygen (2019). «Symptoms of Internet gaming disorder in youth: Predictors and comorbidity». *Journal of abnormal child psychology*, 47(1): 71-83.

Organisert fritid

Ødegård, G. (2007). «Troløs ungdom. Endringer i ungdoms deltagelse i frivillige organisasjoner fra 1992 til 2002». I Å. Strandbu & T. Øia (red): *Ung i Norge. Skole, fritid og ungdomskultur*. Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.

Ødegård, G., K. Steen-Johnsen & B. Ravneberg (2012). «Rekruttering av barn og unge til frivillige organisasjoner – Barrierer, tiltak og institusjonelt samarbeid». I B. Enjolras, K. Steen-Johnsen & G. Ødegård (red.): *Deltagelse i frivillige organisasjoner. Forutsetninger og effekter*. Bergen/Oslo: Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.

Ødegård, G. & A. Fladmoe (2017). *Samfunnsengasjert ungdom: Deltakelse i politikk og organisasjonsliv blant unge i Oslo*. Rapport fra Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor. Hentet fra <http://hdl.handle.net/11250/2442826>.

Eriksen, I.M. & I. Seland (2019). *Ungdom, kjønn og fritid*. NOVA Notat 6/19.

Seland, I. & P.L. Andersen (2019). *Fritidsklubber i et folkehelseperspektiv. Analyser av statlige dokumenter 2007–2017 og Ungdata 2015–2017*. NOVA Notat 1/19.

Seland, I. & P.L. Andersen (2020). «Hva kjennetegner ungdom som går på norske fritidsklubber og ungdomshus?». *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning*, 1(1): 6-26.

Fysisk aktivitet

Broch, T.B. (2016). «Trening til samfunnsdeltakelse. Hvordan idrettsungdom leker med og etablerer solidaritet til hierarkier». *Sosiologi i dag*, 46 (3-4): 64-86.

Seippel, Ø., M.K. Sisjord & Å. Strandbu (2016). *Ungdom og idrett*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Andersen, P.L. & A. Bakken (2018). «Social class differences in youths' participation in organized sports: What are the mechanisms?». *International Review for the Sociology of Sport*, 54(8): 921-937.

Bakken, A. (2019). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten?* NOVA rapport 2/2019.

Strandbu, A., A. Bakken & M. Aa. Sletten (2019). «Exploring the minority-majority gap in sport participation: different patterns for boys and girls?». *Sport in Society*, 22(4): 606-624.

Stenee-Johansen, J. mfl (2019). *Nasjonalt overvåkingssystem for fysisk aktivitet og fysisk form. Kartlegging av fysisk aktivitet, sedat tid og fysisk form blant barn og unge 2018 (ungKan3)*. Oslo: Norges idrettshøgskole.

Fysisk aktivitet

Logstein, B., A. Blekesaune & R. Almås (2013). «Physical activity among Norwegian adolescents – a multilevel analysis of how place of residence is associated with health behavior: the Young-HUNT study». *International Journal for Equity in Health* 2013, 12(1): 56.

Ødegård, G., A. Bakken & Å. Strandbu (2016). *Idrettsdeltakelse og trening blant ungdom i Oslo. Barrierer, frafall og endringer over tid*. Rapport 7/2016. Oslo/Bergen: Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.

Lillejord, S., A. Vågan, L. Johansson, K. Børte & E. Ruud (2016). *Hvordan fysisk aktivitet i skolen kan fremme elevers helse, læringsmiljø og læringsutbytte. En systematisk kunnskapsoversikt*. Oslo. Kunnskapssenter for utdanning. Hentet fra www.kunnskapssenter.no

Torstveit, M.K., B.T. Johansen, S.H. Haugland & T.H. Stea (2018). «Participation in organized sports is associated with decreased likelihood of unhealthy lifestyle habits in adolescents». *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(11): 2384-2396.

Helse

Wichstrøm, L. (2006). «Internaliserende vansker». I L.L. Kvalem & L. Wichstrøm (red): *Ung i Norge – psykososiale utfordringer*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

von Soest, T. & C. Hyggen (2013). «Psykiske plager blant ungdom og unge voksne - hva vet vi om utviklingen de siste årtiene?». I T. Hammer & C. Hyggen (red): *Ung voksen og utenfor. Mestring og marginalisering på vei til voksenlivet*. Oslo: Gyldendal akademiske.

von Soest, T. & L. Wichstrøm (2014). «Secular Trends in Depressive Symptoms Among Norwegian Adolescents from 1992 to 2010». *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42(3): 403-415.

Sletten, M. Aa. (2015). «Psykiske plager blant ungdom. Sosiale forskjeller og historien om de flinke pikene». *Barn i Norge*. Hentet fra <http://hdl.handle.net/10642/2997>

Sletten, M. Aa. & A. Bakken (2016). *Psykiske helseplager blant ungdom – tidstrender og samfunnsmessige forklaringer. En kunnskapsoversikt og en empirisk analyse*. NOVA notat 4/16. Oslo: NOVA.

Eriksen, I.M., M. Aa. Sletten, A. Bakken & T. von Soest (2017). *Stress og press blant ungdom: Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager*. NOVA rapport 6/2017 Oslo: NOVA.

Gammelsrud, T. F., L. G. Kvarme & N. Misvær (2017). «Hvem går til helsesøster?». *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 17(1): 54-77.

Helse

Bakken, A., M. Aa. Sletten & I.M. Eriksen (2018). «Generasjon prestasjon? Ungdoms opplevelse av press og stress». *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 18(2): 45-75.

Pedersen, W. & I.M. Eriksen (2019). «Hva de snakker om når de snakker om stress». *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 2(3): 101-118.

Eriksen, I.M. (2020). «Class, parenting and academic stress in Norway: middle-class youth on parental pressure and mental health». *Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*.

Rusmidler

Abebe, D.S., G.S. Hafstad, G.S. Brunborg, B.N. Kumar & L. Lien (2015). «Binge drinking, cannabis and tobacco use among ethnic Norwegian and ethnic minority adolescents in Oslo, Norway». *Journal of immigrant and minority health* 17(4): 992-1001.

Pape, H., I. Rossow & G.S. Brunborg (2018). «Adolescents drink less: How, who and why? A review of the recent research literature». *Drug and Alcohol Review*, 37(1): 98-S114.

Pape, H. & I. Rossow (2020). Less adolescent alcohol and cannabis use: More deviant user groups? *Drug and Alcohol Review*, DOI: 10.1111/dar.13146.

Pedersen, W. (2015). *Bittersøtt*. Oslo: Universitetsforlaget.

Pedersen, W., A. Bakken & T. von Soest (2015). «Adolescents from affluent city districts drink more alcohol than others». *Addiction*, 110(10): 1595-1604.

Pedersen, W. & T. von Soest (2015). «Adolescent alcohol use and binge drinking: An 18-year trend study of prevalence and correlates». *Alcohol and Alcoholism*, 50(2), 219-225.

Pedersen, W. & A. Bakken (2016). «Urban landscapes of adolescent substance use». *Acta Sociologica*, 59(2): 131-150.

Pedersen, W., A. Bakken & T. Soest (2018). «Neighborhood or School? Influences on Alcohol Consumption and Heavy Episodic Drinking Among Urban Adolescents». A Multidisciplinary Research Publication 47(10): 2073-2087.

Pedersen, W., A. Bakken & T. von Soest (2019). «Mer bruk av cannabis blant Oslo-ungdom: Hvem er i risikozonen?». *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 3(6): 457-471.

Øia, T. (2013). *Ungdom, rus og marginalisering*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Regelbrudd

Frøyland, L.R. & M. Aa. (2012). «Mindre problematferd for de fleste, større problemer for de få? En studie av tidstrender i problematferd: 1992, 2002 og 2010». *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 12(2): 43-66.

Arnett, J.J. (2018). Getting better all the time: Trends in risk behavior among American adolescents since 1990. *Archives of Scientific Psychology*, 6(1): 87.

Oslo Kommune, SALTO (2018). *Barne- og ungdomskriminaliteten i Oslo: Rapport basert på data fra 2018*. Hentet fra www.politiet.no

Vold og trakassering

Barbovschi, M. & E. Staksrud (2020). *The experiences of Norwegian adolescents with online sexual message*. EU Kids Online and the Department of Media and Communication, Universitetet i Oslo. Hentet fra <https://www.hf.uio.no/imk/english/research/projects/eu-Kids-onlineIV/publications/2020/>

Breivik, K., E. Bru, C. Hancock, T. Idsøe, E. Cosmovici Idsøe & M.E. Solberg (2018). *Å bli utsatt for mobbing. En kunnskapsoppsummering om konsekvenser og tiltak*. Stavanger: Læringsmiljøsentret.

Eriksen, I.M. & S. Therese Lyng (2015). *Skolers arbeid med elevenes psykososiale miljø. Gode strategier, harde nøtter og blinde flekker*. NOVA rapport 14/2015. Oslo: NOVA/AFI Høgskolen i Oslo og Akershus.

Eriksen, I.M. & S. Therese Lyng (2016). «Relational aggression among boys: blind spots and hidden dramas». *Gender and Education*, 30(3): 396-409.

Mossige, S. & K. Stefansen (2016). *Vold og overgrep mot barn og unge. Omfang og utviklingstrekk 2007-2015*. NOVA rapport 5/2016. Oslo: NOVA.

Stefansen, K., I. Smette og D. Bossy (2014). «Angrep mot kjønnsfriheten: Unge jenters erfaringer med uønsket beføling». *Tidsskrift for kjønnsforskning*, 38(1): 3-19.

Frøyland, L.R. & T. von Soest (2020). «Adolescent boys' physical fighting and adult life outcomes: Examining the interplay with intelligence». *Aggressive Behavior*, 46(1): 72-83.

Frøyland, L.R. & T. von Soest (2018). «Trends in the perpetration of physical aggression among Norwegian adolescents 2007-2015». *Journal of Youth and Adolescence*, 47(9): 1938-1951.

Hafstad, G.S. & E.M. Augusti (2019). *Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten. En nasjonal undersøkelse av ungdom i alderen 12 til 16 år*. Rapport 4/2019. Oslo: NKVTS.

Harder, S.K., K.E. Jørgensen, J.P. Gårdshus & J. Demant (2019). «Digital sexual violence: Image-based sexual abuse among Danish youth». I M. Heinskou, M.L. Skilbrei & K. Stefansen (red.): *Rape in the Nordic countries. Continuity and change*. London: Routledge.

Vold og trakassering

Stefansen, K., M. Løvgren & L.R. Frøyland (2019): «Making the case for 'good enough' rape prevalence estimates. Insights from a school-based survey experiment among Norwegian youths». I M. Heinskou, M.L. Skilbrei & K. Stefansen (red.): *Rape in the Nordic countries. Continuity and change*. London: Routledge.

Överlien, C. (2015). *Ungdom, vold og overgrep: skolen som forebygger og hjelper*. Oslo: Universitetsforlaget.

Överlien, C. (2015). «Våldsforskning om och med barn och ungdom». *Socialvetenskaplig tidskrift*, 22(3-4): 231-243.

Se ungdata.no for mer informasjon.