

UNG i Indre Fosen

Presentasjon av Ungdataresultatene 2020
gjennomført uke 10 og 11, før covid-19

Ungdomsskole og Videregående skole

Presentasjonen er laget i samarbeid med Kompetansesenter rus – Midt-Norge
v/ Jo Arild Salthammer

Arbeidsgruppe:

Siri Nordtvedt – kommunepsykolog, Anne Berit Sundseth – helsesykepleier,
Siri Størseth – ungdomskonsulent, Torun Sneeggen – repr. videregående skole og
Eva Støbakk – folkehelsekoordinator

Ungdataundersøkelsene

Ungdata er lokale barn- og ungdomsundersøkelser der skoleelever over hele landet svarer på spørsmål om hvordan de har det, og hva de driver med på fritiden. Undersøkelsene er tilpasset barn og ungdom på mellomtrinnet (5.-7.-trinn), ungdomstrinnet og i videregående opplæring.

Ungdataundersøkelsene omfatter et bredt spekter av temaområder. De som svarer på undersøkelsen får spørsmål om foreldre, venner, skole, lokalmiljø, fritidsaktiviteter, helse og trivsel. På ungdomstrinnet og i videregående opplæring er det også med spørsmål om rusmiddelbruk, seksualitet, risikoatferd og vold. Spørsmålene i Ungdata dekker helheten i barn og ungdomsliv. [Les mer om spørreskjemaet her.](#)

De ansvarlige for ungdata

Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitetet er ansvarlig for gjennomføringen av ungdataundersøkelsene i samarbeid med landets sju regionale kompetansesentre innen rusfeltet. Samarbeidet er knyttet til gjennomføringen av de lokale ungdataundersøkelsene, og utviklingen av Ungdata som et verktøy for kommuner og fylkeskommuner. Ungdata finansieres gjennom statsbudsjettet og er et gratis tilbud til kommuner og fylkeskommuner. Les mer om ungdata på www.ungdata.no.

Ungdata i Indre Fosen

I Indre Fosen brukes Ungdata til å oversikt på hvordan barn og unge har det på ulike områder i livet som en ressurs inn i arbeidet med å gi alle barn og unge i Indre Fosen et godt oppvekstmiljø, like muligheter og en god fremtid.

Ungdomsskolen

DATAGRUNNLAGET

Ungdataundersøkelsen er gjennomført i tre omganger for Indre Fosen.

I 2013 og 2017 ble den gjennomført for ungdomsskole og videregående skole i Leksvik og Rissa. Disse dataene er siden kombinert til Indre Fosen 2013 og 2017 slik at det er mulig å se på endringer over tid.

* Ved gjennomføring i 2020 ble undersøkelsen avbrutt midtveis på grunn av Covid-19. Som følge har Indre Fosen en lavere svarprosent i 2020. Dette gir noe større feilmarginer, men resultatene kan helt fint anvendes så lenge det tas hensyn til større usikkerhet.

Gjennomføringer (antall gutter og jenter)

År	2013	2017	2020
Gutter	196 (52%)	156 (46%)	153 (55%)
Jenter	179 (48%)	186 54%)	125 (45%)
Totalt	375 (100%)	341 (100%)	278 (100%)

Svarprosent

År	2013	2017	2020
Svarprosent	92%	89%	74%*
Feilmarginer (95%)	+/-1,4%	+/-1,7%	+/-2,9%

Feilmargin: Dersom alle elevene hadde deltatt, kan vi med 95% sikkerhet si at resultatet ville vært innenfor de resultater som presenteres her +/- feilmarginen. Dette er et viktig perspektiv eks. når man studerer endring over tid.

Videregående skole

DATAGRUNNLAGET

Ungdataundersøkelsen er gjennomført i tre omganger for Indre Fosen.

I 2013 og 2017 ble den gjennomført for ungdomsskole og videregående skole i Leksvik og Rissa. Disse dataene er siden kombinert til Indre Fosen 2013 og 2017 slik at det er mulig å se på endringer over tid.

* Ved gjennomføring i 2020 ble undersøkelsen avbrutt midtveis på grunn av Covid-19. Som følge har Indre Fosen en lavere svarprosent i 2020. Dette gir noe større feilmarginer, men resultatene kan helt fint anvendes så lenge det tas hensyn til større usikkerhet.

Gjennomføringer (antall gutter og jenter)

År	2013	2017	2020
Gutter	64 (47%)	96 (49%)	61 (51%)
Jenter	71 (53%)	101 (51%)	58 (49%)
Totalt	135 (100%)	197 (100%)	119 (100%)

Svarprosent

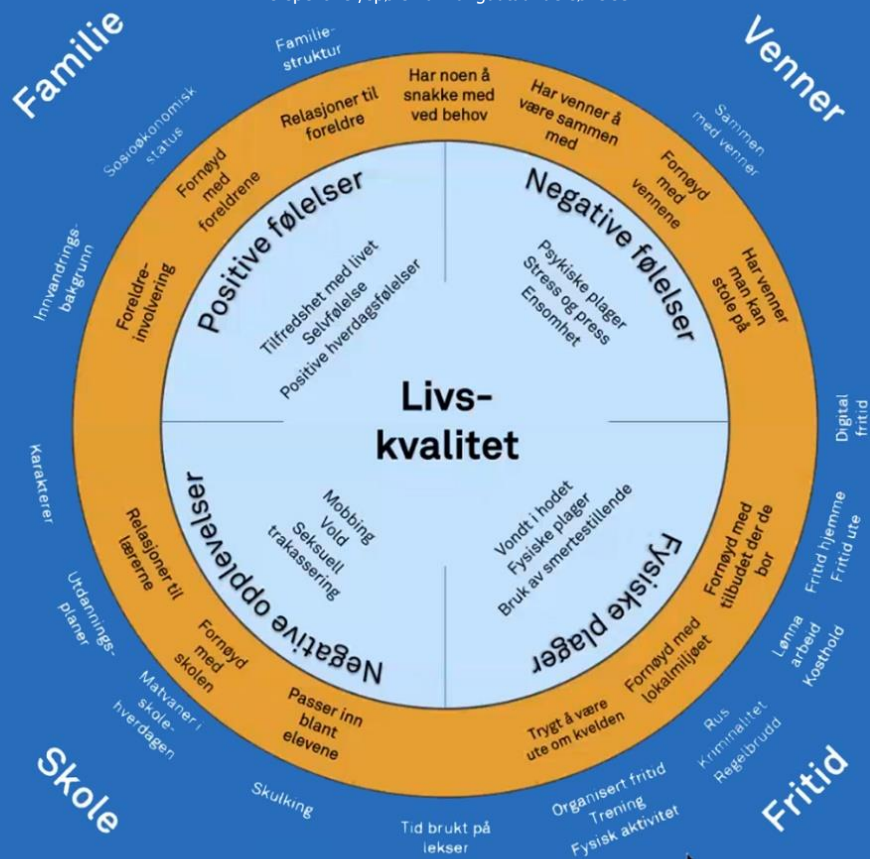
År	2013	2017	2020
Svarprosent	82%	83%	47%
Feilmarginer (95%)	+/-3,6%	+/-2,8%	+/-6,4%

Feilmargin: Dersom alle elevene hadde deltatt, kan vi med 95% sikkerhet si at resultatet ville vært innenfor de resultater som presenteres her +/- feilmarginen. Dette er et viktig perspektiv eks. når man studerer endring over tid.

Barna trenger foreldre som viser varme, involverer seg, men som også setter grenser; foreldre som er gode forbilder og som bidrar til en forutsigelig og trygg familiesituasjon i godt samspill. Familien trenger økonomi og/eller tilgang på ressurser som gir barna muligheter.

En trygg læringsarena hvor ungdom føler at lærerne bryr seg om dem. Et sted å utvikle kompetanse, oppleve mestring og positive fysiske og mentale aktiviteter.

Figur laget av Velferdsforskningsinstituttet NOVA, OsloMet
Perspektiver/spørsmål i unqdataundersøkelsen



A ha en venn å stole på og betro seg til, noen å være sammen med i fritiden og på skolen, en nettvenn, noen å snakke med, klare normer og regler i flokken bestående av prososiale venner.

Samfunnsstrukturer som legger til rette for deltakelse og utfoldelse gjennom eksempelvis tilbud, utstyr og transport, og trygge voksne på fritidsarenaen med fokus på mestring og positive opplevelser.

Ungdata i Indre Fosen

Flott ungdom i Indre Fosen hvor de fleste har det bra!

De aller fleste er **fornøyd med foreldrene og vennene sine**, sier de har en **venn de kan stole på** og betro seg til om alt mulig, og **at livet deres er bra**. Nokså få **utsettes for mobbing**.

De aller fleste sier de har **lærere som bryr seg** om dem, opplever at de **passer inn blant elevene, og trives i skolen**. Nært alle **opplever nærområdet sitt som trygt**.

En **aktiv ungdom**, hvor de aller fleste **trener** ukentlig, godt over halvparten er med på **organiserte fritids-aktiviteter**, og det er **vanlig å bruke mye tid på sosiale medier, spill** og andre skjermaktiviteter.

De aller fleste er **optimistiske** med tanke på fremtiden, og mener til eksempel at de **vil fullføre videregående skole, vil få et godt og lykkelig liv**, og **de færreste tror de noen gang vil bli arbeidsledig**, og de fleste **har noen å prate med** dersom de føler seg utafor eller trist.

De færreste røyker, snuser, eller har brukt hasj.





Men, ungdomstida kan ha sine skyggesider

Nokså mange ungdommer **forsøker å skjule mesteparten av fritida sin fra foreldrene**, og for mange er det **ofte krancling i familien**.

Det er ganske vanlig blant ungdom at de ofte, eller svært ofte, **blir stresset av skolearbeidet**, at de **ofte gruer seg til å gå på skolen**, og et klart flertall sier **de kjeder seg på skolen**.

Mange ungdommer sier de har **blitt sparket, ristet hardt, eller lugget av en ungdom**, og ganske **mange har blitt utsatt for seksuell trakassering**. Noen ungdommer svarer også at de **har blitt slått av en voksen i familien med vilje**.

Nokså mange ungdommer sliter med **fysiske og psykiske plager**, hvor for eksempel det **å plages av søvnproblemer er nokså utbredt**. **Nokså mange ungdommer har vært beruset** siste år, og en del drikker også alkohol minst månedlig



De aller fleste ungdommer er tilfreds med livet sitt

Jevnt over svarer nært 9 av 10 ungdommer at de er tilfreds med livet sitt både i ungdomsskolen og videregående skole, men guttene er alt i alt mer tilfreds enn jentene.

Flertallet er fornøyd med helsa si

Rundt 7 av 10 ungdommer er fornøyd med helsa si både i ungdomsskolen og videregående skole, men guttene er jevnt over mer fornøyd enn jentene, særlig etter hvert som ungdom blir eldre.

En del ungdommer har daglige fysiske plager

Siden 2017 har det vært en signifikant økning i andel ungdom som rapporterer om daglige fysiske plager i videregående skole. Det har også vært økning i ungdomsskolen, men dette kan skyldes tilfeldigheter. Det er gjennomgående slik at jenter i mye større grad rapporterer om daglige fysiske plager i 2020.

Bruk av reseptfrie legemidler

Siden 2017 har det vært en signifikant nedgang i andel ungdommer som sier de minst ukentlig bruker reseptfrie legemidler både i ungdomsskolen og videregående skole. Det er helt klart jenter som i mye større grad bruker reseptfrie legemidler ukentlig.

Kosthold

Nært 8 av 10 ungdommer i ungdomsskolen og 6 av 10 i videregående skole spiser matpakke/lunsj på skolen 5 dager i uka.

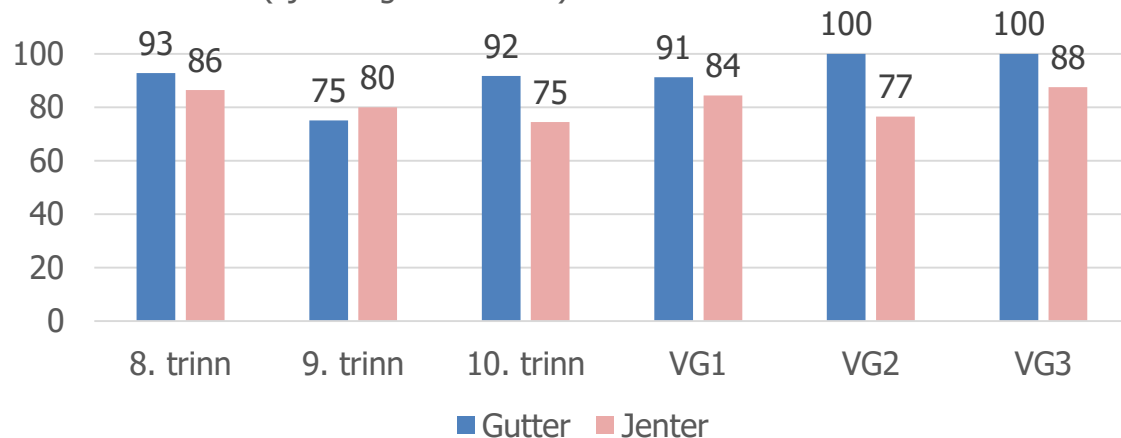
Tilfredshet med livet

Hvor tilfreds ungdom er med det livet de lever ble målt ved at elevene 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?».

De som krysser 6 eller høyere på skalaen regnes som tilfreds med livet sitt.

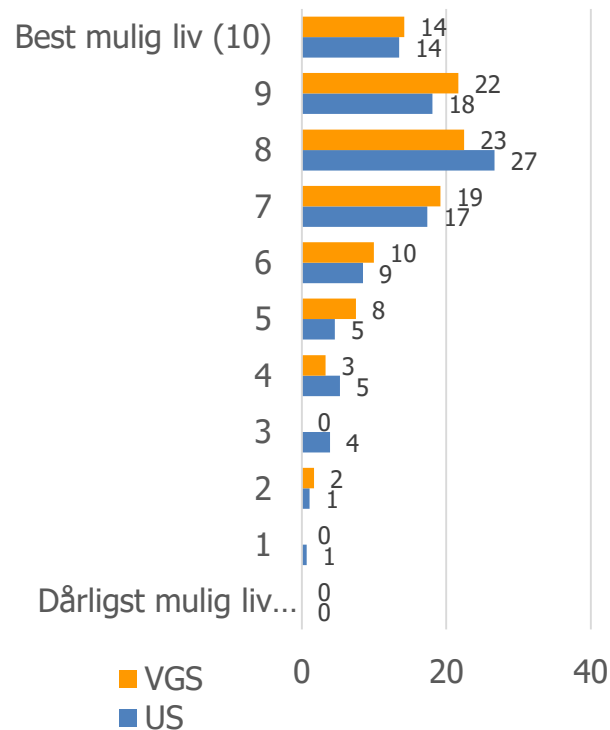
Tilfredshet med livet (seks+ poeng på en skala fra 0-10)

Indre Fosen 2020 (kjønn og klassetrinn)



Tilfredshet med livet på en skala fra 0-10

Indre Fosen 2020, prosent

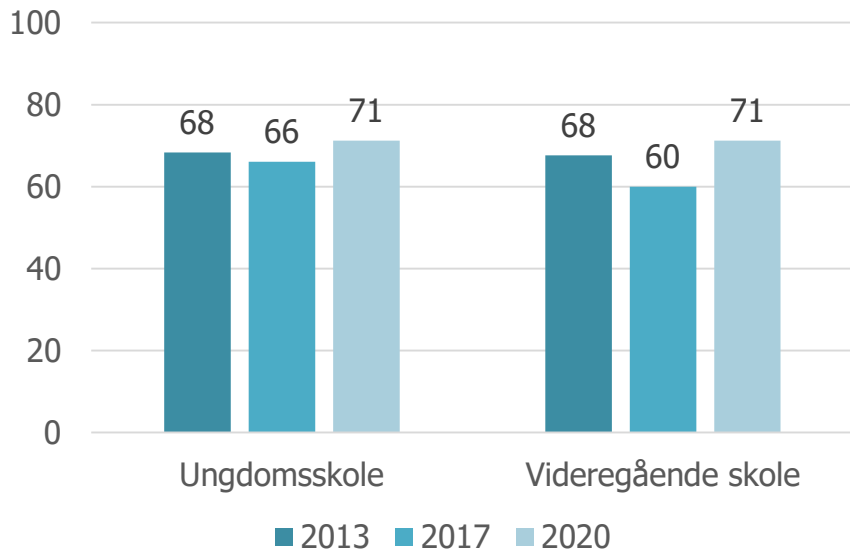


Helse

En tilstand av fysisk, mentalt og sosial velvære, og ikke bare fravær av sykdom og lyte. Omfatter ikke kun fysisk sykdom, men også hvordan man har det psykisk og i relasjon til andre. WHO.

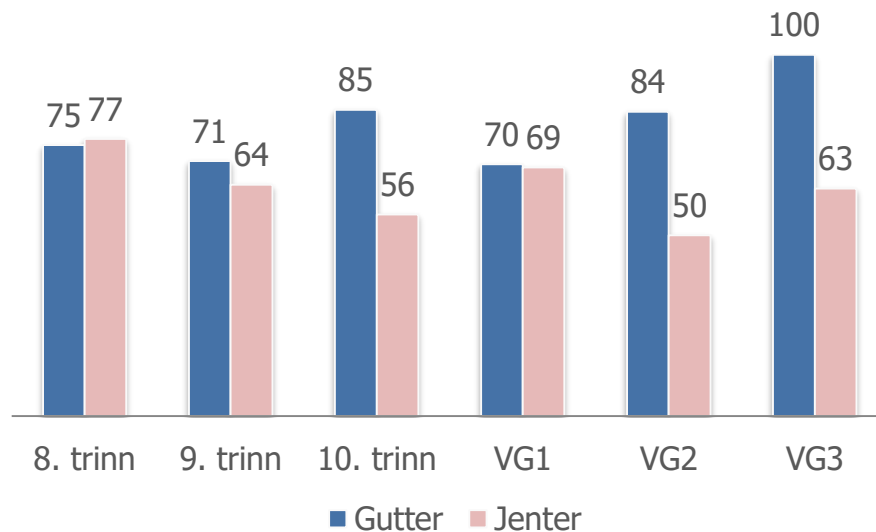
Er fornøyd med egen helse

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, prosent)



Er fornøyd med egen helse

Indre Fosen 2020 (Kjønn og klassetrinn, prosent)

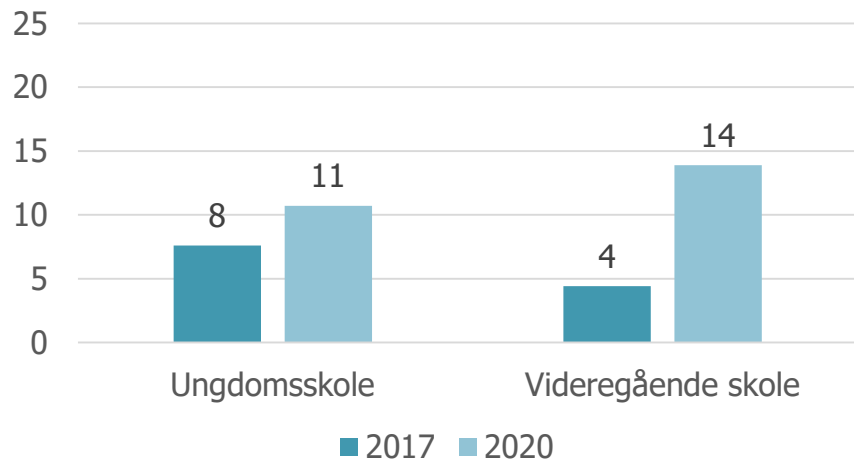


Fysiske plager

De fysiske plagene ungdommene rapporterer om kan være en sammensetning av lite fysisk aktivitet, lite søvn og dårlig kosthold. Ungdommer ønsker og har behov for opplysning og informasjon om egen kropp og helse spørsmål. Formidling av kunnskap må danne grunnlag slik at hver enkelt kan ta gode valg for seg selv uavhengig av sosioøkonomisk bakgrunn. Barn og unge blir formet av de voksnes holdninger og egenskaper. Det er viktig at familier får kunnskap om viktigheten av å dekke grunnleggende behov i forhold til søvn, aktivitet og kosthold. Kunnskapen handler også om å innarbeide gode holdninger og rutiner i hverdagen. Aktuelle aktører i dette arbeidet er eksempelvis helsestasjon, barnehage, skole, NAV osv.

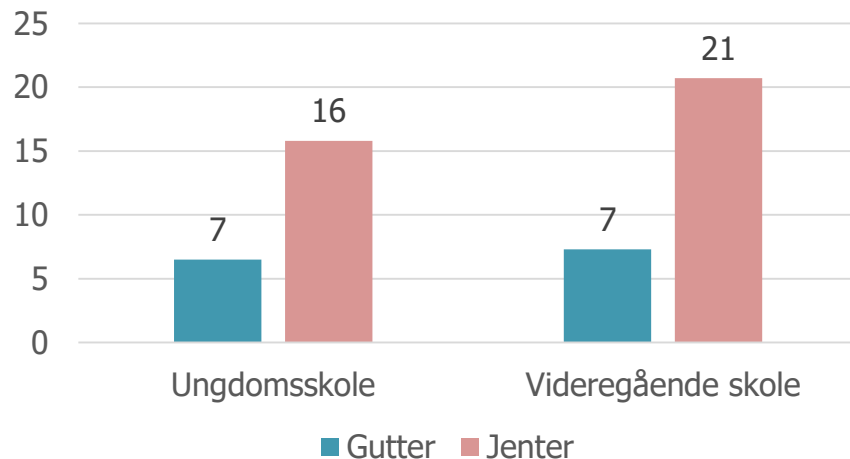
Har minst én daglig fysisk plage

Indre Fosen 2017-2020 (Skolenivå, prosent)



Har minst én daglig fysisk plage

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

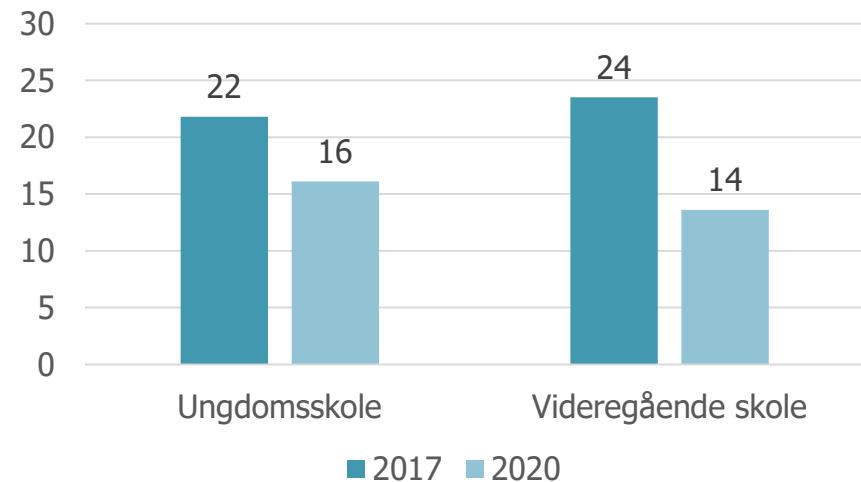


Bruk av reseptfrie legemidler

Når det gjelder bruk av reseptfrie legemidler er det viktig å øke forståelsen av at medikamenter av alle slag kan gi bivirkninger og alvorlige konsekvenser over tid. Det er mer hensiktsmessig å kartlegge mulig årsak til plagene og gjøre noe med disse enn å innta legemidler. Tilgangen på reseptfrie legemidler bør også begrenses. Det oppleves en nedgang i etterspørsel etter at det ble bestemt at skolene ikke lenger deler ut smertestillende.

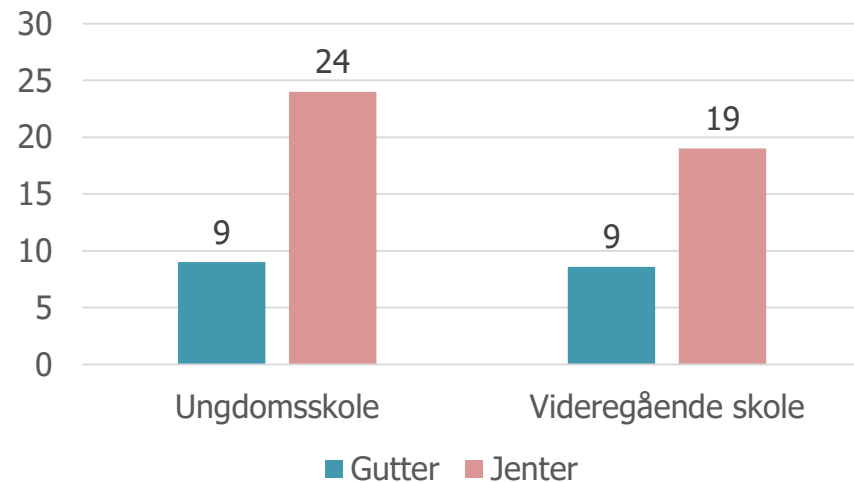
Bruker reseptfrie medikamenter (paracet, ibux, o.l) ukentlig eller daglig

Indre Fosen 2017-2020 (Skolenivå, prosent)



Bruker reseptfrie medikamenter (paracet, ibux, o.l) ukentlig eller daglig

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

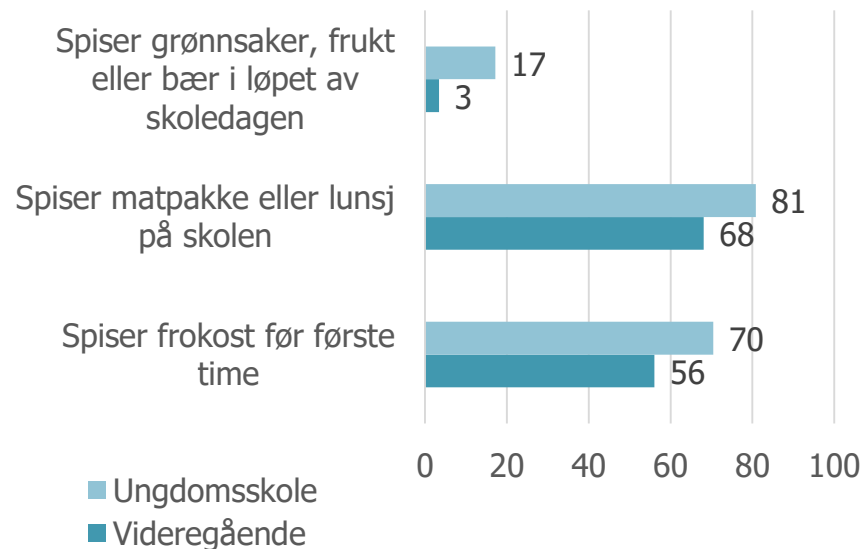


Kosthold

Regelmessige måltider og et variert kosthold er nødvendig for at kroppen skal holde seg frisk og utvikle seg normalt. Kosthold påvirker konsentrasjon, humør og energinivå. Eks kantinedrift på skolene, som alle kan ha mulighet til å benytte seg av, kan være med på å utjevne sosiale ulikheter og sikre matinntak. Det er større sannsynlighet for at elevene spiser sunt om de får lage mat og har tilgang på sunn mat i skoletiden, enn om de bare får informasjon.

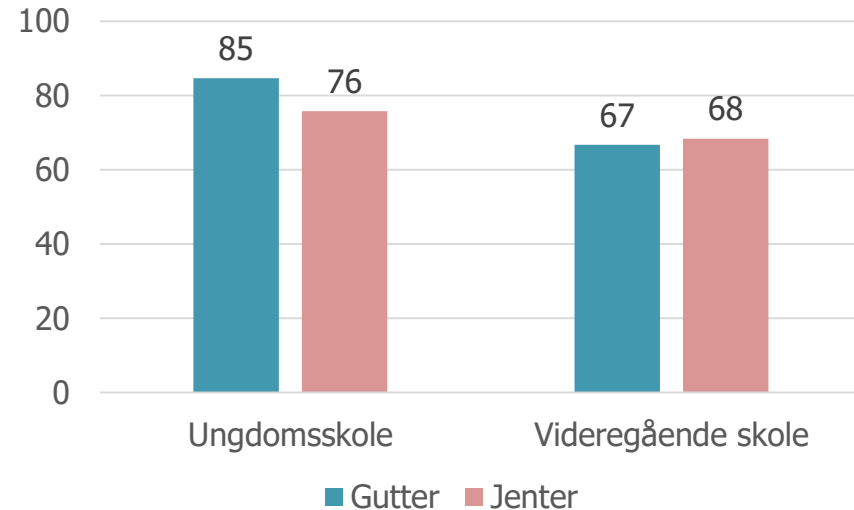
Kosthold (gjør dette 5 dager i uken)

Indre Fosen 2020 (Skolenivå, prosent)



Spiser matpakke eller lunsj på skolen 5 dager i uken

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)





Jenter kjenner i mye større grad på så mye press at de har problemer med å takle det

Det er mest vanlig å kjenne på mye press knyttet til skole, kropp og utseende. Ved spørsmål om de den siste uka har opplevd så mye press at de har hatt problemer med å takle det, er dette noe jenter i mye større grad rapporterer om.

De fleste kjenner ofte på positive opplevelser eller følelser gjennom uka

Jevnt over svarer over halvparten av ungdom at de den siste uken ofte, eller hele tiden, har følt seg elsket av sine foreldre eller foresatte, følt at de mestrer ting, følt seg nyttig, hatt masse energi, vært engasjert, vært glad og vært optimistisk om framtida. Det betyr ikke at de gjenværende ikke i det hele tatt har følt på dette, eller at de sjelden gjør det, da mange svarer at de har følt på dette en del av tiden.

Fremdeles rapporterer en høy andel ungdom om mange psykiske plager

«Mange psykiske plager» er et gjennomsnitt for de som er mye plaget av seks ulike symptomer knyttet til bekymring, opplevelse av å være stiv eller anspent, følelse av håpløshet, følelse av å være ulykkelig, trist eller deprimert, hatt søvnproblem og det å ha kjent på at alt er et slit. Det er et betydelig skille mellom gutter og jenter. I ungdomsskolen, 2020, har 19% av jentene og 6% av guttene mange psykiske helseplager. I videregående skole øker andelen til 28% av jenter og 10% hos gutter.

Å være mye plaget av søvnproblemer er nokså vanlig, særlig for jenter

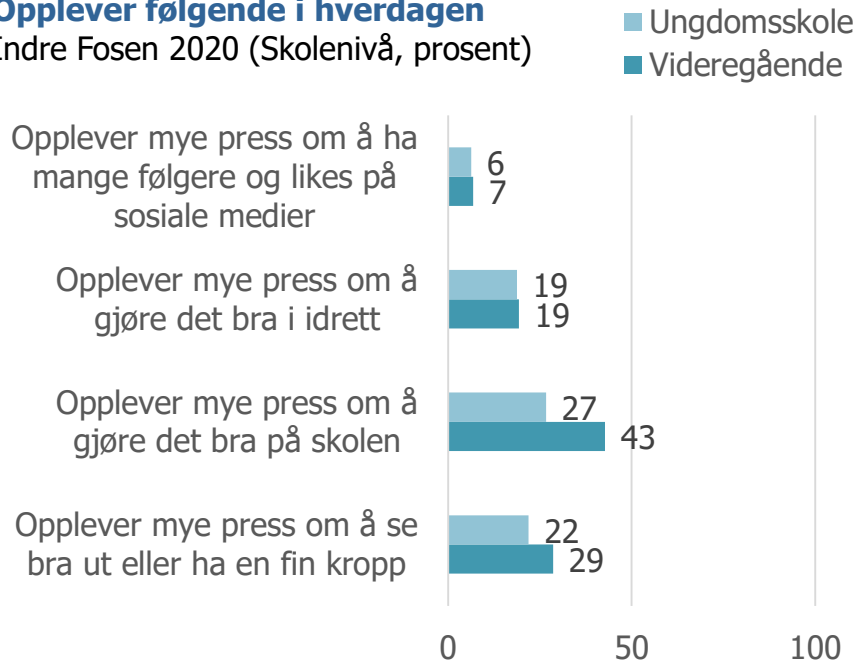
Nært 3 av 10 ungdommer er mye plaget av søvnproblemer. Det er langt mer vanlig blant jenter å være plaget av søvnproblemer. I ungdomsskolen har det siden 2017 vært en signifikant nedgang i andel som rapporterer om søvnproblemer.

Press og mestring

Ungdommer ønsker å mestre på høyt nivå og innenfor mange områder. Det er ofte å høre om at ungdommer opplever press og høye forventninger både fra de rundt seg og av seg selv. De har mange arenaer de skal «lykkes» innenfor. Press og forventninger over tid kan gi både fysiske og psykiske helseplager. Tiltak som bedrer skolemiljø og trivsel generelt er med på å bidra til bedre psykisk og fysisk helse.

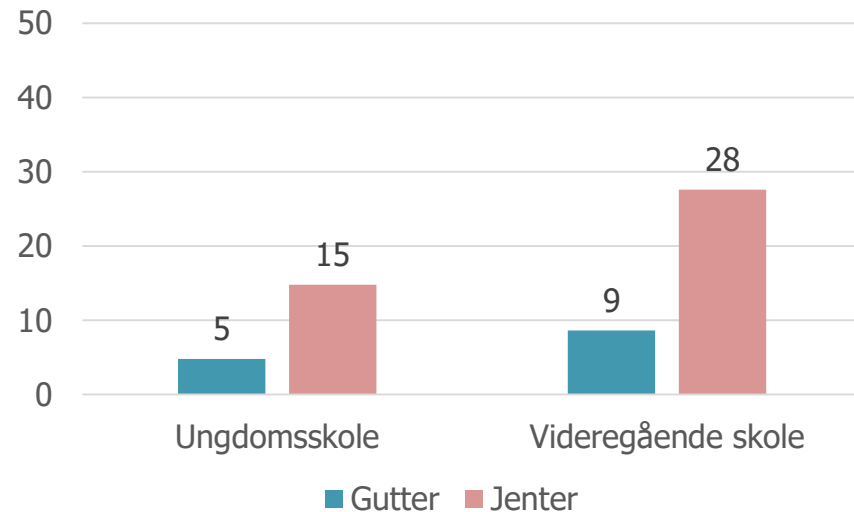
Opplever følgende i hverdagen

Indre Fosen 2020 (Skolenivå, prosent)



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

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

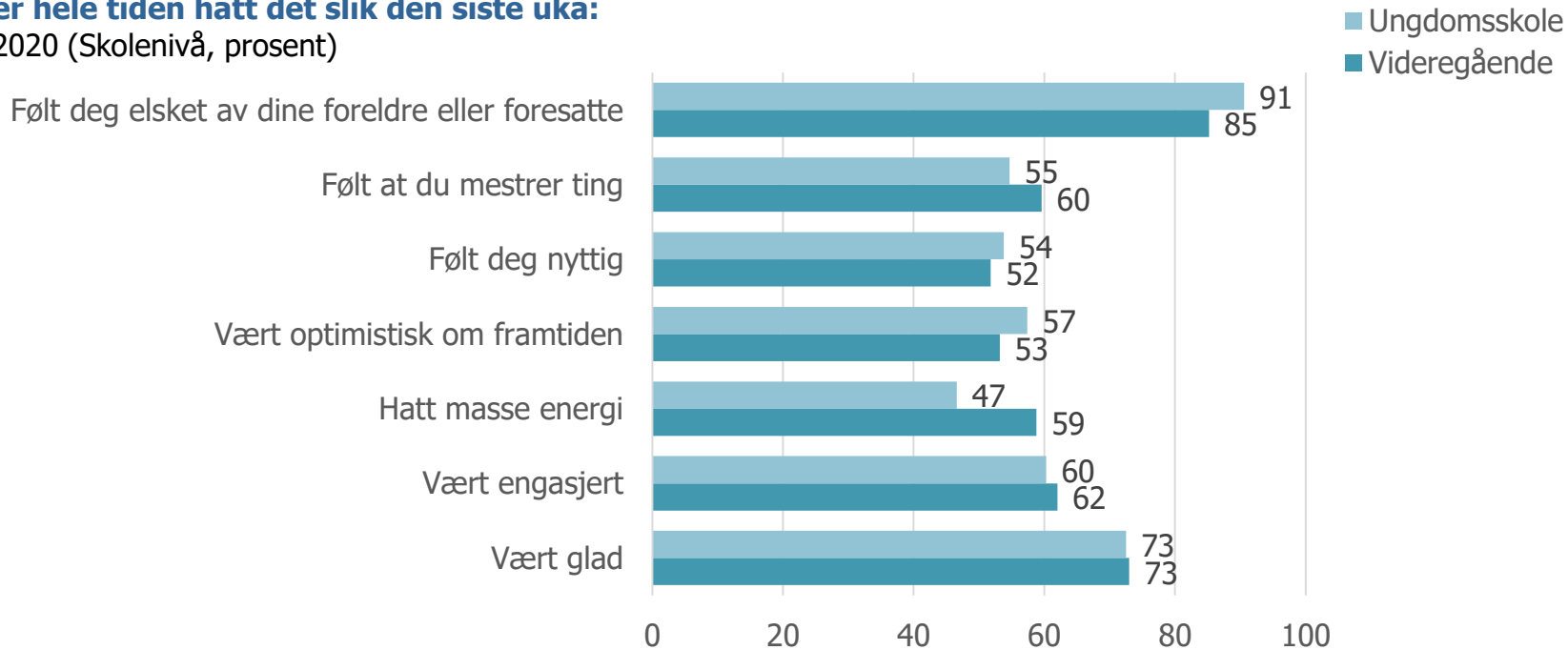


Psykisk helse

Psykisk helse innebærer fravær av alvorlig sykdom, men også at vi kjenner på trygghet, ro og overskudd til å mestre hverdagens utfordringer og fungere godt i samfunnet. Psykisk helse sier noe om vår evne til å mestre tanker, følelser og atferd, tilpasse oss endringer og håndtere motgang.

Har ofte eller hele tiden hatt det slik den siste uka:

Indre Fosen 2020 (Skolenivå, prosent)

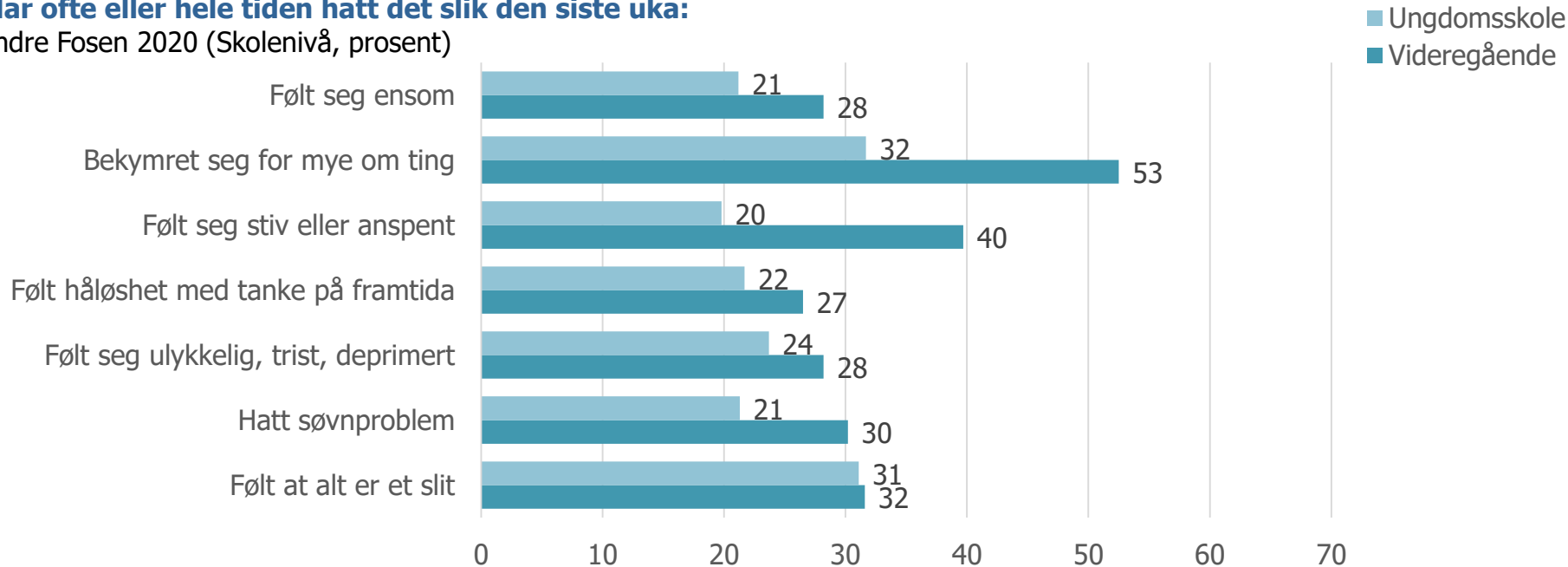


Det er normalt å ha det vanskelig med tanker og følelser i perioder

Det er viktig å vite at alle følelser er «lov»; at ingen følelser er feil. Vi kan være triste, sinte eller oppstemte, men så lenge det ikke går utover det vanlige livet vårt over lengre tid kaller vi det ikke et problem eller en lidelse. Ved tapsopplevelser trenger vi at andre ser hvordan vi har det; at våre følelser blir møtt og forstått; at vi får trøst når vi er triste, eller at vi får sette grenser når vi er sinte.

Har ofte eller hele tiden hatt det slik den siste uka:

Indre Fosen 2020 (Skolenivå, prosent)

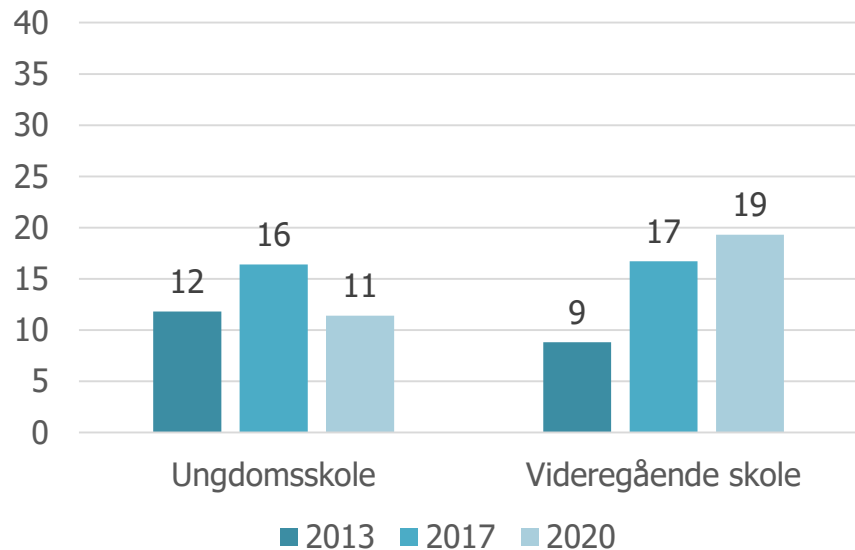


Mange psykiske plager den siste uka

Hvis den psykiske helsa er redusert over lengre tid slik at det går utover hverdagen din og hindrer deg i å leve et godt liv hjemme, på skolen, med venner og fritidsaktiviteter, kan man begynne å snakke om psykiske plager eller vansker. Da er det viktig å søke hjelp, og det finnes god hjelp for psykiske vansker.

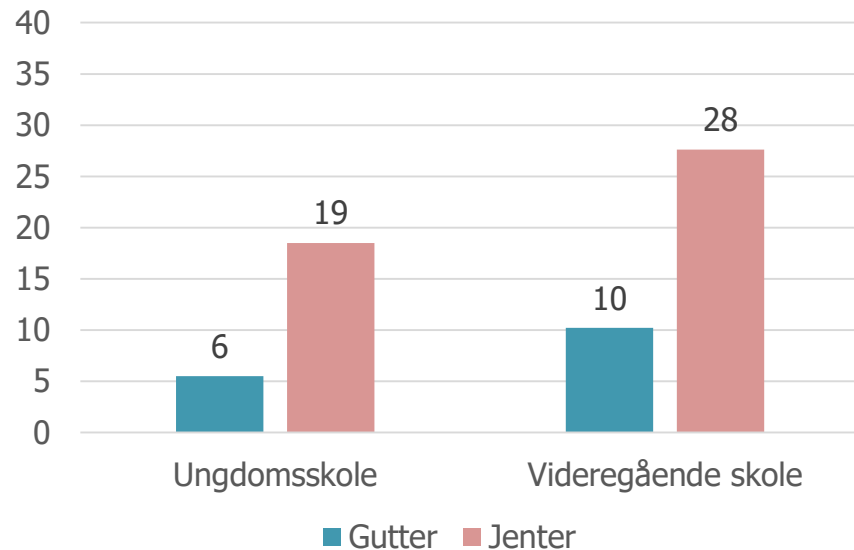
Mange psykiske plager den siste uka

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå)



Mange psykiske plager den siste uka

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

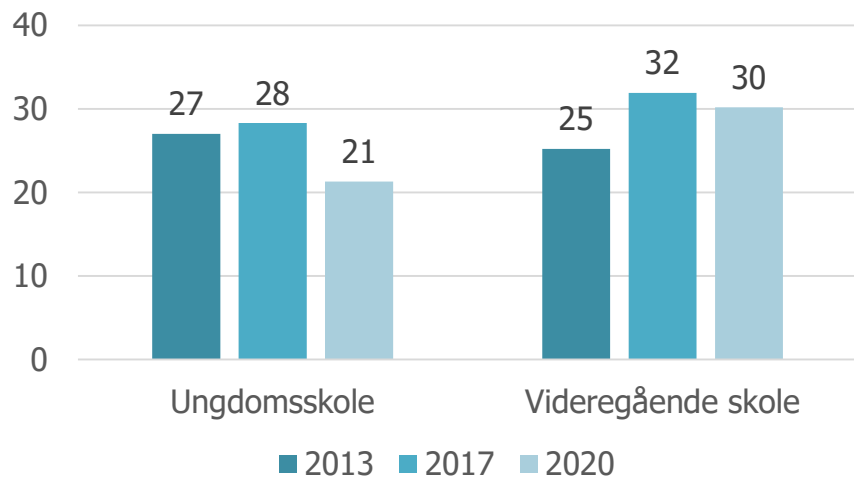


Søvnproblemer

Tilstrekkelig søvn er viktig både når det gjelder helse, læring og livskvalitet. Mange ungdommer har et søvnmonster som hemmer skolearbeid og funksjon på dagtid. Noen ungdommer får søvnvansker på grunn av kroppslige sykdommer, psykiske vansker, skjermbruk eller fordi de opplever belastninger i omgivelsene. For lite søvn kan ha sammenheng med en rekke sykdommer, blant annet angst og depresjon. Kroppen trenger tilstrekkelig søvn blant annet for å vedlikeholde seg selv, styrke immunforsvaret, tenke kreativt og være konsentrert. Elever og foresatte må få kunnskap om søvnbehov, søvnhygiene og søvnforstyrrelser. Det er viktig at alle får en opplevelse av at søvn er noe de selv i stor grad kan påvirke.

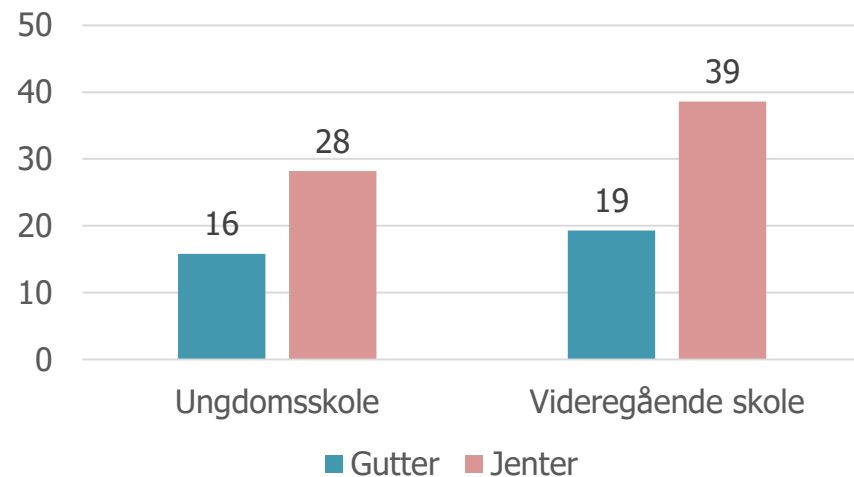
Mye plaget av søvnproblemer siste uke

Indre Fosen 2017-2020 (Skolenivå, prosent)



Mye plaget av søvnproblemer siste uke

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)





Seksuell trakassering er nokså vanlig og økende i omfang

Siden 2017 ses det for videregående skole en signifikant økning i andel ungdom som har opplevd at noen har spredd negative seksuelle rykter om dem; blitt kalt hore, homse eller andre ord med negativt seksuelt innhold, eller blitt befølt på en seksuell måte mot sin vilje. Opplevelsene er mer utbredt blant jenter.

De fleste opplever ikke å bli mobbet, men for de som gjør det er det alvorlig

Mobbing er mer utbredt i ungdomsskolen (7%) enn i videregående skole (4%). I ungdomsskolen er mobbing noe som forekommer oftere blant jenter enn gutter, mens i videregående skole er det motsatt.

De fleste har noen å snakke med når de føler seg utafor eller trist

I ungdomsskolen svarer 76% av elevene at når de føler seg utenfor eller trist så har de noen å snakke med. For videregående skole er andelen 78%.

Bruk av tjenester er noe redusert i ungdomsskolen og noe jenter oftere benytter seg av

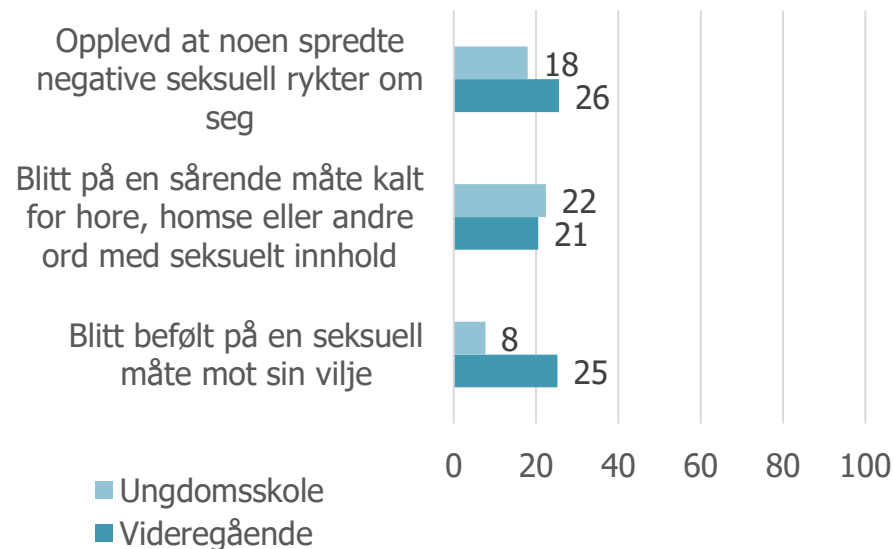
Det er en signifikant reduksjon i andel ungdom som svarer at de har vært hos helsesykepleier på skolen (fra 46% i 2017 til 36% i 2020). Samme tendens gjelder også for det å ha benyttet helsestasjon for ungdom, hvor 11% svarte at de hadde benyttet den i 2017 mot 6% i 2020. I videregående skole er bruk av helsesykepleier på skolen nokså stabilt, hvor nært 4 av 10 ungdommer har benyttet tjenesten siste 12 måneder. 18% av ungdom i videregående skole svarer at de har brukt helsestasjon for ungdom i 2020. I ungdomsskolen svarer 10% av ungdom at de har vært hos psykolog de siste 12 månedene, og i videregående skole er prosentandelen 17%. Dette har ikke endret seg signifikant fra 2017.

Seksuell trakassering

Målet må være at samfunnet signaliserer nulltoleranse i forhold til seksuell trakassering. Gjensidig respekt er svært viktig i alle sammenhenger. Barn og unge må få kunnskap om hva som er greit og ikke på generelt grunnlag. Hver og en må lære sine egne grenser å kjenne og varsle fra direkte dersom noen overskrider disse. Det kan være nyttig å øve på strategier, slik at de har en «verktøykasse» å plukke ut fra når de kommer i ulike situasjoner (dette gjelder også innenfor andre områder).

Har opplevd følgende det siste året

Indre Fosen 2020 (Skolenivå, prosent)



Dette er nokså nye spørsmål i ungdata. I VGS har det vært to målinger (2017 og 2020), hvor det nå ses en signifikant økning i andel som har opplevd alle disse tingene:

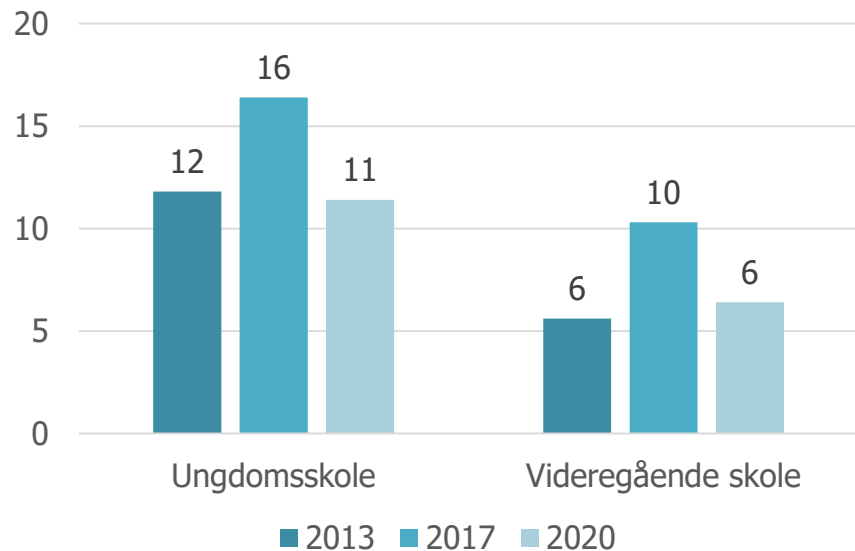
- Negative seksuelle rykter har økt fra 14% til 26%
- Å blitt kalt sårende ting med seksuelt innhold har økt fra 8% til 21%.
- Å ha blitt befølt på en seksuell måte mot sin vilje har økt fra 14% til 25%

Mobbing

De fleste opplever ikke å bli mobbet eller utsatt for vold, men for de som gjør det er det alvorlig. I Ungdata blir ungdom spurt om hvor ofte de opplever trusler, utfrysing eller plaging. For de som svarer at dette skjer minst hver 14. dag, defineres det som mobbing.

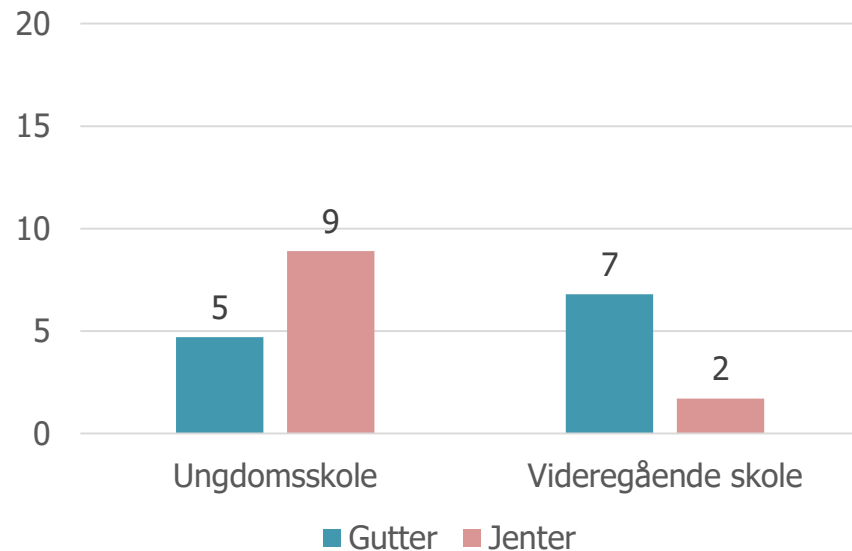
Utsatt for mobbing

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå)



Utsatt for mobbing

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

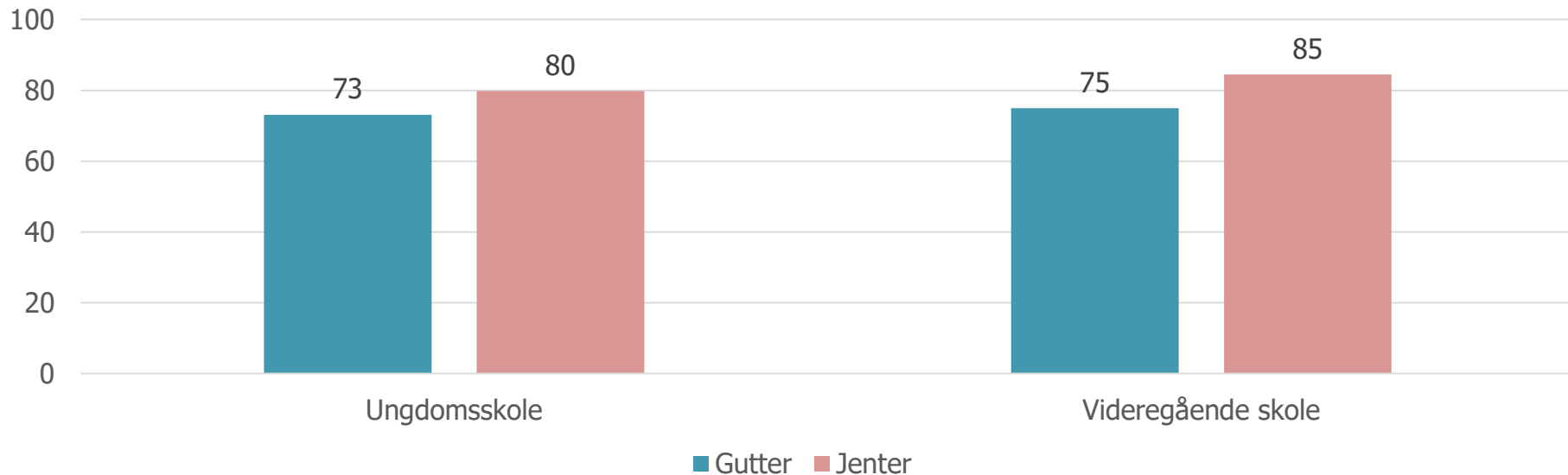


Noen å snakke med dersom de føler seg utenfor eller trist

Mange ting i ungdoms liv kan være vanskelige å håndtere alene. Noen ting handler om helt vanlige følelser, mens noen opplevelser er mer alvorlig. De fleste ungdommer har noen å snakke med når de føler seg utenfor eller trist. Ungdom har rett til å streve og de har krav på å få hjelp. Det er de voksnes oppgave å gjøre seg tilgjengelige slik at ungdom opplever at de kan søke trøst og støtte når livet er vanskelig.

Har noen å snakke med når de føler seg utafor eller trist

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

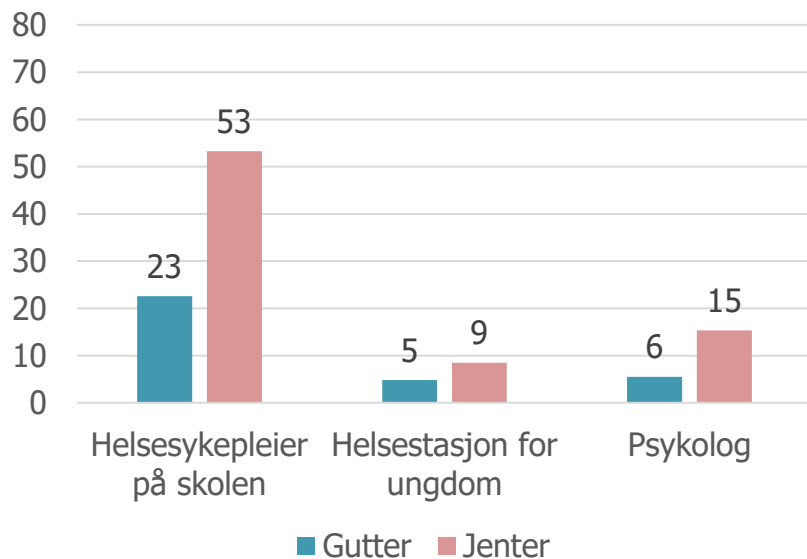


Bruk av tjenester og tilbud

Ungdom har flere tilbud de kan benytte seg av. Enten det gjelder å gå til helsesykepleier, helsestasjon for ungdom eller å gå til psykolog, er dette langt mer utbredt blant jenter. I Indre Fosen er «Helsestasjon for ungdom» organisert inn i ordinær skolehelsetjeneste og helsestasjonsvirksomhet.

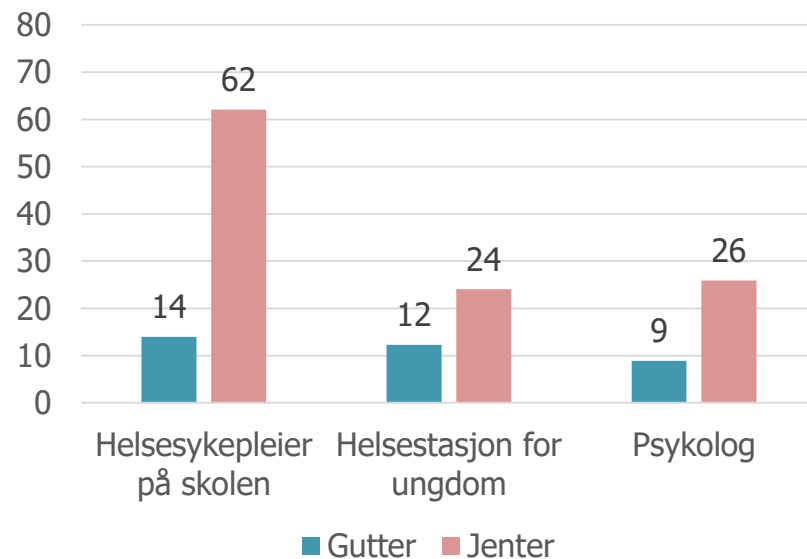
Har benyttet følgende tjenester minst én gang siste år (Ungdomsskolen)

Indre Fosen 2020 (kjønn, Prosent)



Har benyttet følgende tjenester minst én gang siste år (Videregående skole)

Indre Fosen 2020 (kjønn, Prosent)





Å ha vært beruset siste år er utbredt etter konfirmasjon

Rundt 1 av 4 ungdommer i ungdomsskolen har vært beruset siste år. Andelen som har vært beruset stiger svært fort fra 9. trinn (20%) til 10. trinn (53%). Med alder er beruselse naturlig nok mer vanlig og i VG3 svarer 87% å ha vært beruset siste år.

Mange ungdommer har opplevd negative sosiale eller helsemessige problemer

Resultater fra Trønderske kommuner gir et innblikk i hvor vanlig ulike negative konsekvenser er for ungdom som følge av alkoholbruk. Rundt 6 av 10 har gjort ting de angret veldig på, 4 av 10 har opplevd å miste hukommelsen, 2 av 10 har opplevd å bli skadet og like mange har hatt uønskede seksuelle opplevelser. Rundt 1 av 10 har fått problemer med politiet, skulka skolen eller kommet opp i slagsmål.

Bruk av cannabis øker og jenter er de som i størst grad har brukt det ulovlige rusmiddelet

Det er en økning i andel som sier de har brukt hasj/marihuana siste år i videregående skole siden 2017, men økningen kan komme av tilfeldigheter da det er snakk om nokså få elever totalt sett og at en av de videregående skolene ikke deltok i 2020 (ikke signifikant). Det sagt, så kan dette likevel i praksis antyde at det kan være en økning nå slik det er nasjonalt. Det er interessant derimot at det i Indre Fosen er en større andel av jenter som rapporterer å ha brukt cannabis enn gutter, da det normalt er klart motsatt.

Ungdom og rusmiddelbruk – Perspektiver og problemstillinger

Langing - Ungdom får tak i alkohol primært gjennom venner og foreldre

Når er det greit at ungdom drikker alkohol? 14? 16? 18? Hvordan tar vi tak i uro/bekymring?

Negative helsemessige og sosiale konsekvenser

Ungdom kan bli utsatt for eller utsette andre for alvorlige konsekvenser. Hva kan vi gjøre for å forebygge?

Alkohol som meningsbærende fenomen

Tradisjon, kultur, livsoverganger, og feiring. Må alkohol involveres i feiring?

Debut, konsum, og betydning for forbruk i voksenlivet

De som debutterer tidlig har større sjanse for å utvikle rusproblemer senere. Hva tenker vi om folk med problemer, og hvordan hjelper vi folk med problemer? Hva kan kommunen gjøre for å redusere konsum og øke debutalder?

Foreldre som forbilder og grensesettere – foreldrenes mening er viktigere enn vennenes

Hvor ofte og hvor mye kan foreldre drikke? Bør foreldre gi alkohol til barna, og i så tilfelle når? Bør foreldre drikke alkohol foran barna? Hvilke meninger har foreldre om rusmidler og snakker de med sin ungdom om rusmidler? Hva tenker foreldre om det at de er forbilder for sine barn?

Større risiko for bruk av andre rusmidler

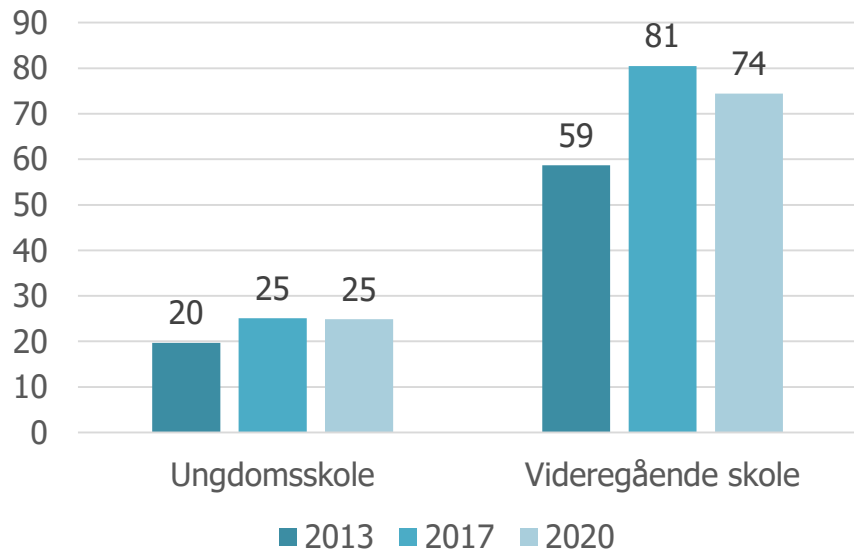
Ungdom som ofte drikker alkohol, har også i større grad brukt cannabis (eller omvendt). Hasj kommer ikke i stedet for, det kommer i tillegg til.

Vært beruset siste år

Ofte er det en direkte eller indirekte forventning til at ungdom skal drikke alkohol etter konfirmasjon. Det kan være en feiring av overgang eller tradisjon som ligger i bunn, hvor også en del voksne kan ha en forventning om eller ufarliggjøre alkoholbruk. Resultatet av dette er veldig tydelig i denne figuren, hvor andel ungdom som har drukket seg beruset etter konfirmasjon skyter i været.

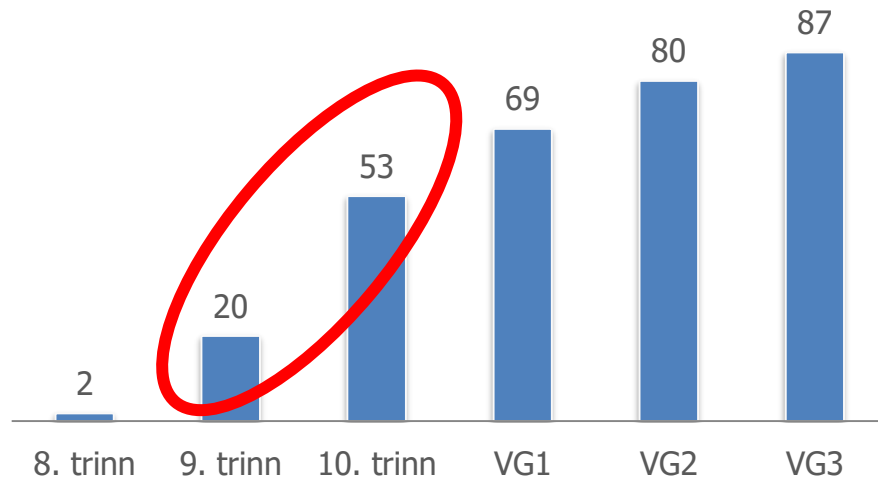
Vært beruset minst én gang siste år

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Vært beruset minst én gang siste år

Indre Fosen 2020 (klassetrinn, prosent)

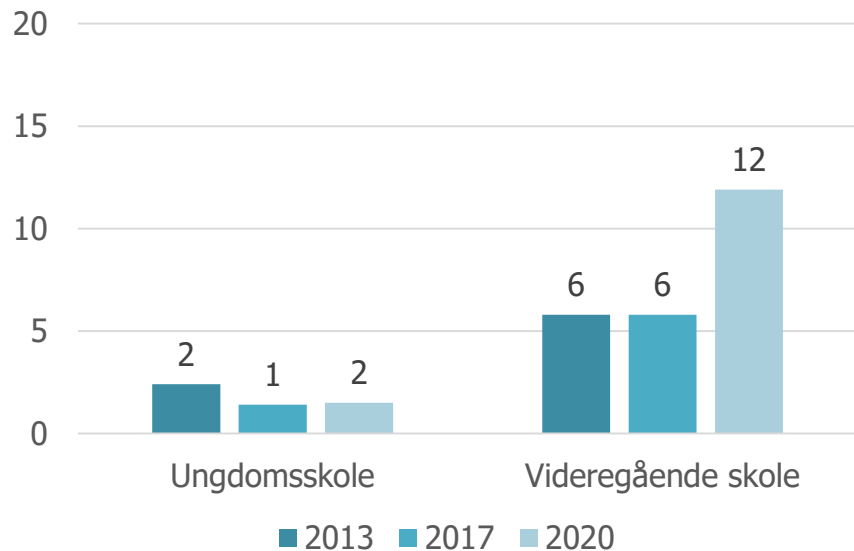


Hasj og marihuana

Det kan synes som at ungdom i større grad tenker at cannabis er mer vanlig og utbredt. Det er forbudt å bruke cannabis. Det er ikke foreslått å legalisere cannabis. Det diskuteres i foreslått rusreform (per 2020) om besittelse av små mengder narkotika for eget bruk (herunder cannabis) skal avkriminaliseres. Selv om alkohol kan være et farligere rusmiddel betyr ikke det at cannabis er ufarlig. De to rusmidlene brukes også av ulike grunner (har ulik effekt) og brukes gjerne samtidig.

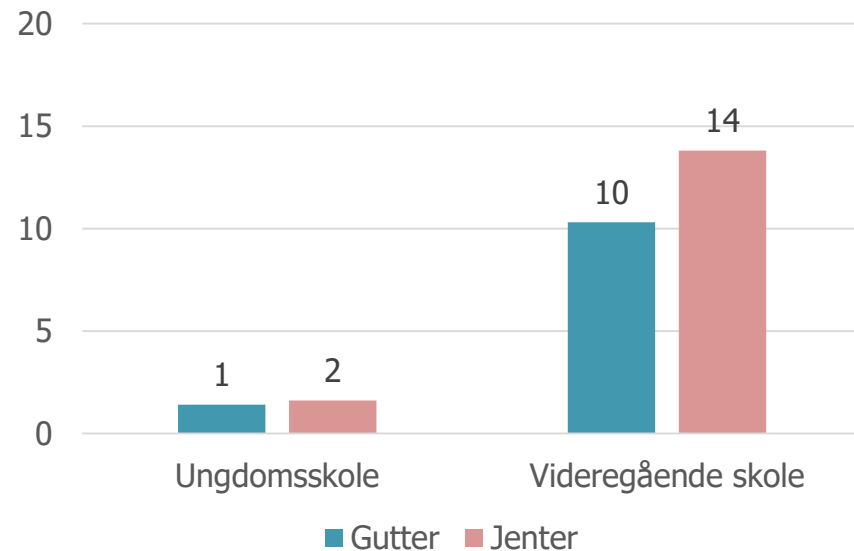
Bruk av cannabis

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Bruk av cannabis

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)



Individuelle faktorer

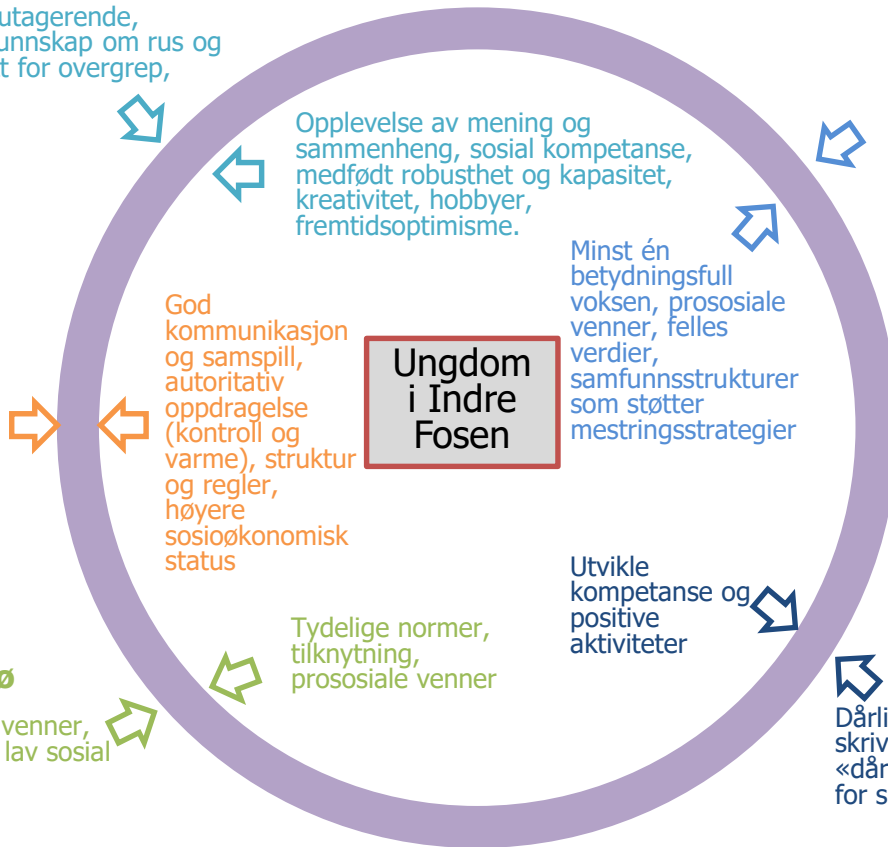
Positiv til rusmidler, tidlig debut, utagerende, sensasjonssøkende, mangelfull kunnskap om rus og risiko, individuell sårbarhet, utsatt for overgrep, framtidspessimisme.

Familiære faktorer

Manglende tilsyn og/eller interesse for den unge, tilknytningsproblem, dårlig samspill i familien og mye konflikter, tillatende oppdragerstil, rusmiddelbruk, overgrep, stor fattigdom

Faktorer i vennemiljø

Rusbruk og kriminalitet hos venner, venners antisosiale normer, lav sosial status hos venner



Faktorer i nærmiljø

Få ressurser til forebyggende arbeid, kriminalitet, normer som aksepterer konsum, tilgang på rusmidler, dårlig bomiljø, fattigdom.

Figuren er laget av Kompetansesenter rus – Midt-Norge og baserer seg på «Fra bekymring til handling», Bäcklund mfl. 2010. Den ser særlig på risikofaktorer og beskyttelsesfaktorer relatert til rus, men ofte vil de samme faktorene være tegn eller risiko for annen problemutvikling.

Faktorer i skolen

Dårlig skolemiljø/klima, mobbing, lese- og skrivevansker, dårlig likt, manglende eller «dårlige» venner, skulking, manglende interesse for skolen.



De fleste er fornøyde med foreldrene sine

Nært 9 av 10 ungdommer, både i ungdomsskolen og i videregående skole sier at de er «litt fornøyd» eller «svært fornøyd» med foreldrene sine. Det er få som svarer de er svært misfornøyd, da de fleste gjenværende er litt misfornøyd eller verken fornøyd eller misfornøyd.

De fleste opplever at familien har god råd

Selv om endringen ikke er signifikant i perioden 2013-2020, antyder resultater fra ungdomsskolen at ungdom i større grad, over tid, opplever at familien har god råd. I 2020 svarer 73% at dette er tilfelle for dem. I videregående skole er det klart større endringer, hvor 64% av ungdom svarte at familien hadde god råd i 2013, og 82% svarer det samme i 2020.

Mange ungdommer opplever at familiens økonomi hindrer dem fra å delta på fritidsaktiviteter

I 2020 oppgir 19% av ungdom at familien ofte, eller av og til, mangler penger til å betale for fritidsaktiviteter. Det er verdt å understreke at de som opplever dette ofte er 3%.

Mange ungdommer forsøker å holde mesteparten av fritida skjult for foreldrene

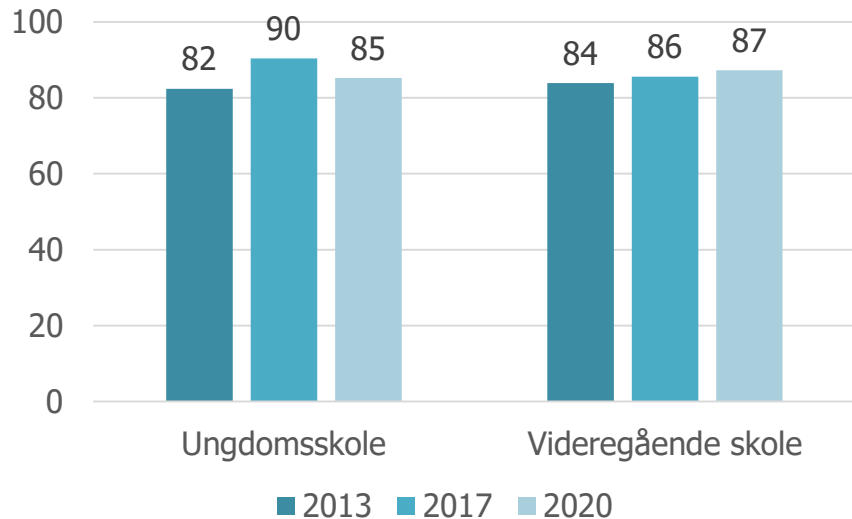
Stadig flere ungdommer rapporterer at de forsøker å holde fritida si skjult for foreldrene. Selv om også mange jenter svarer at de forsøker å holde mesteparten av fritida si skjult for foreldrene, er det helt klart mer utbredt blant gutter. I 2020, i ungdomsskolen og videregående skole, svarer henholdsvis 37% og 32% av guttene at de forsøker å holde mesteparten av fritiden skjult for foreldrene. Blant jentene er andelene 21% og 16%.

Barn og unge trenger voksne som ser deres behov og evner å gi dem en trygg tilknytning

Barn trenger voksne som evner å gi dem et godt sosialt nettverk og gode fritidsaktiviteter med en følelse av samhold, glede og mestring. Livsmestring erverves først og fremst gjennom relasjonene barn er i, - i hjemmet, i skolen, og på fritiden. Familiære faktorer kan være en risiko, eller de kan være beskyttende, og er viktig for tilknytning, samspill, følelsesregulering, varme og trygge grenser, og det emosjonelle klimaet i familien.

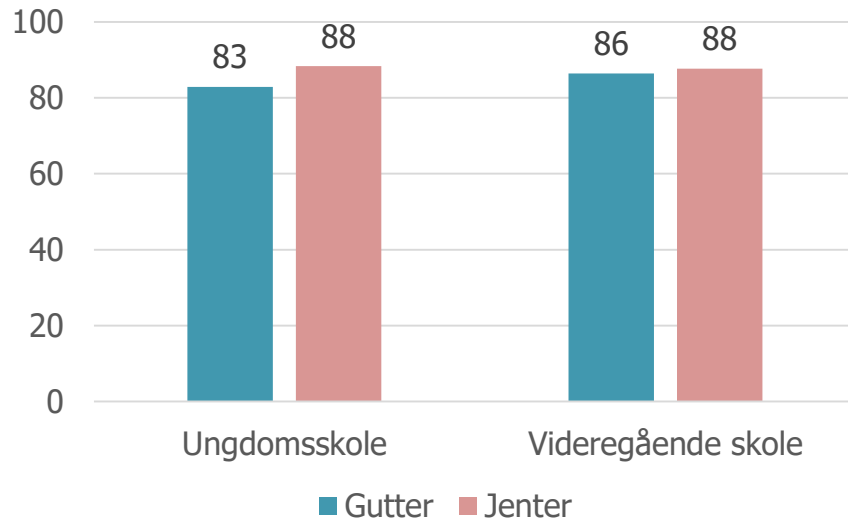
Fornøyd med foreldrene

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Fornøyd med foreldrene

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)



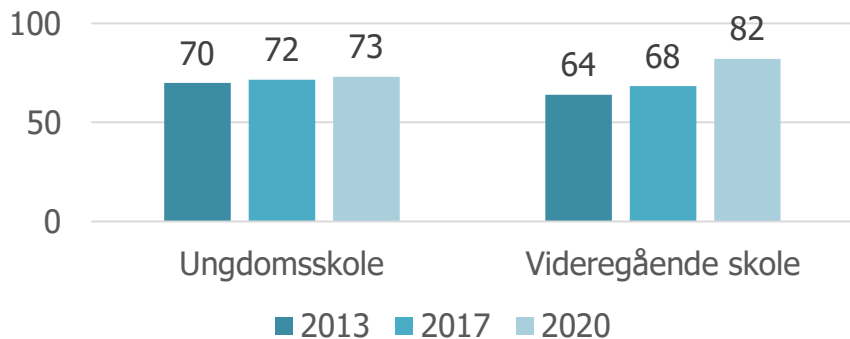
Barn og unge er «fanget» av foreldrenes økonomi

Fra folkehelseoversikten 2020 i Indre Fosen vet vi at 10,9% av innbyggerne bor i husholdninger med lav inntekt. Dette er en høyere andel enn snittet for Trøndelag. Indre Fosen har også en lavere andel med høyere utdanning sammenlignet med Trøndelag og hele landet, og et høyere antall uføre enn snittet for Trøndelag. Folkehelseoversikten tegner også utfordringer knyttet til høy arbeidsledighet og stor utpendling. Oversikten viser ellers at antall barn (0-17 år) som bor trangt, er lavere enn for Trøndelag og hele landet.

Ungdom som sier de opplever at deres familie har dårlig råd i ungdata rapporterer generelt om mer utfordringer og problemer på de fleste områder. I 2020 blir ungdom som deltar i ungdata også spurt direkte om hvordan dette påvirker deres mulighet til å delta på fritidsaktiviteter.

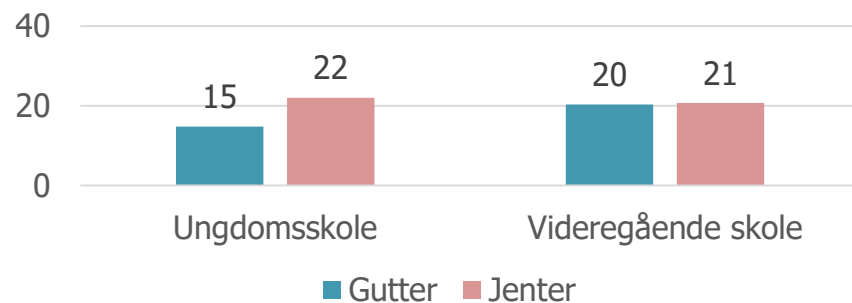
Mener at familien har god råd

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Mangler ofte, eller av og til, penger til å kunne betale for fritidsaktiviteter

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

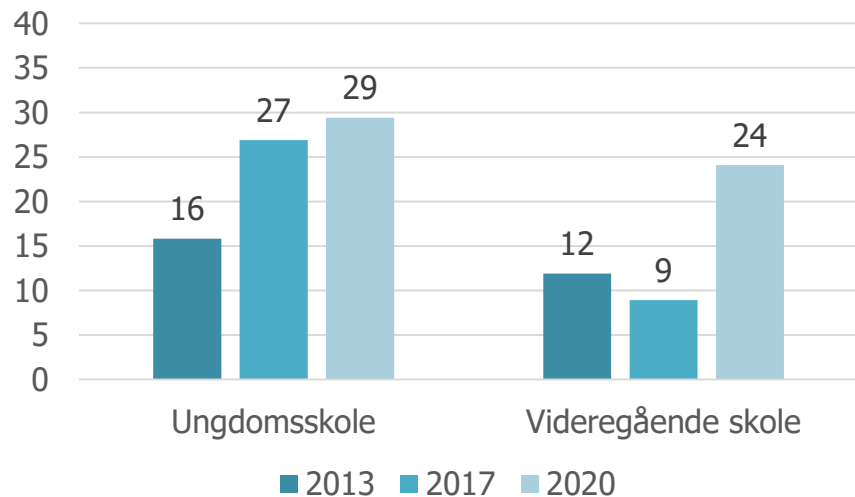


Mange ungdommer forsøker å holde mesteparten av fritida skjult for foreldrene

Stadig flere ungdommer rapporterer at de forsøker å holde fritida si skjult for foreldrene. Selv om også mange jenter svarer at de forsøker å holde mesteparten av fritida si skjult for foreldrene er det helt klart mer utbredt blant gutter. Hva er det jenter (og en større andel) gutter holder på med som de ikke vil at foreldrene skal vite? Handler det om privatliv og opposisjon, eller er generasjonskløften blitt så stor at disse ungdommene ikke tror foreldre vil forstå eller godta det de bruker tid på?

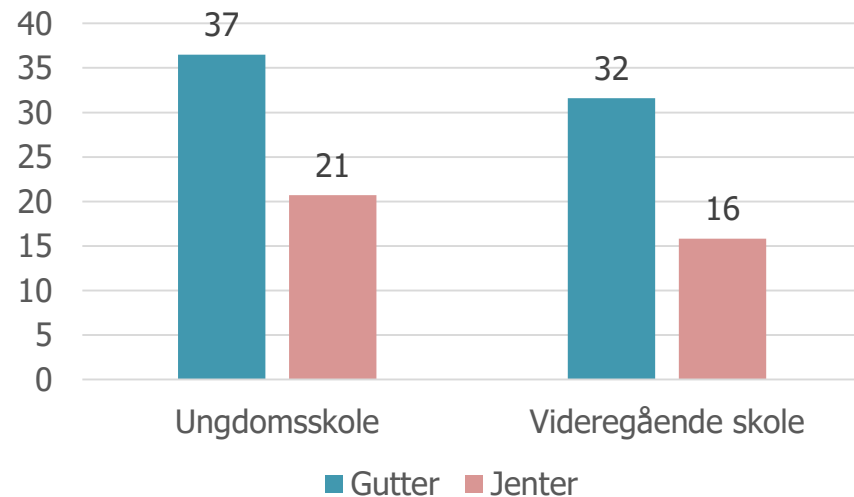
Forsøker å holde mesteparten av fritida skjult for foreldrene

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Forsøker å holde mesteparten av fritida skjult for foreldrene

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)





De aller fleste ungdommer er fornøyd med vennene

Hvor fornøyd ungdom er med vennene sine er stabilt høyt over tid og på tvers av kjønn. Ingen signifikante endringer. Dette er tilfelle både i ungdomsskolen og i videregående skole. Jevnt over svarer rundt 9/10 ungdommer at de er fornøyd med vennene.

De aller fleste har minst én venn som de kan stole på

Både i ungdomsskolen og i videregående skole svarer 88% at de har minst én venn som de kan stole fullstendig på og betro seg til om alt mulig.

De aller fleste har noen å være sammen med på fritida og i friminuttene på skolen

I ungdomsskolen svarer 91% at de har noen å være sammen med på fritida, og 98% sier de har noen å være sammen med i friminuttene på skolen. For videregående skole er resultatene henholdsvis 87% og 93%.

Mindre vanlig å tilbringe tid ute sammen med venner enn før

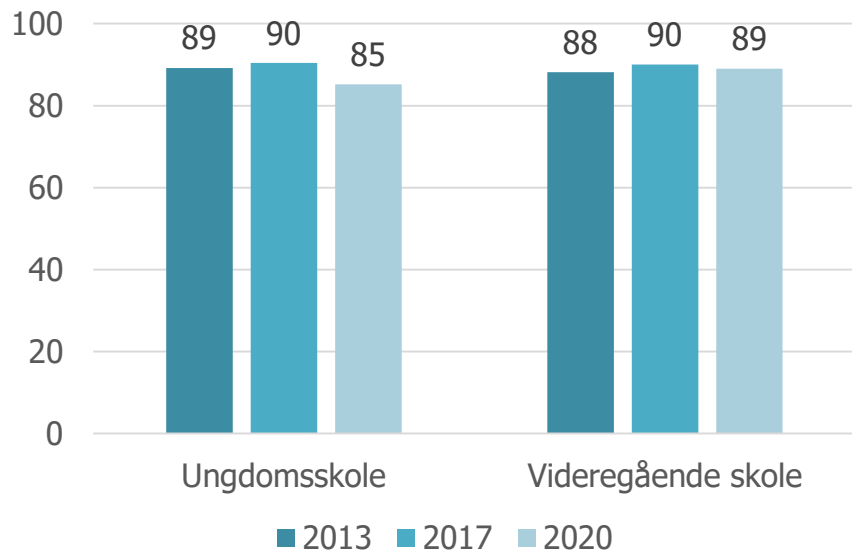
For både ungdomsskolen og videregående skole er det en stor og signifikant reduksjon i andel ungdommer som svarer at de minste én gang den siste uka har vært ute størstedelen av kvelden sammen med venner. Fra 67% (2013) til 63% (2017) til 54% (2020) for ungdomsskoleelever, og fra 75% (2013) til 79% (2017) til 50% (2020) for elever i videregående skole. Det er nå klart mer vanlig å være hjemme og å bruke mer tid på ulike skjermaktiviteter.

Vennskap

Ingen ville vel ønske å leve uten venner, selv om han hadde alle andre goder. – Aristoteles.

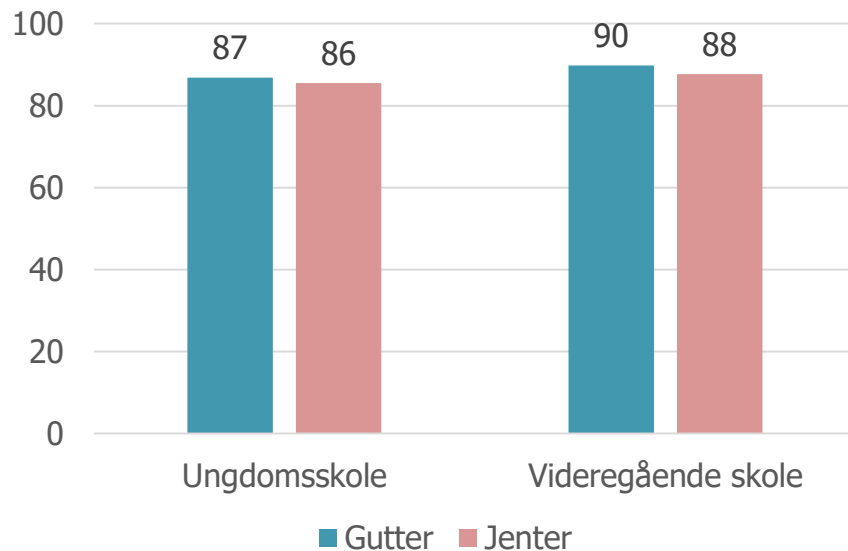
Fornøyd med vennene

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Fornøyd med vennene

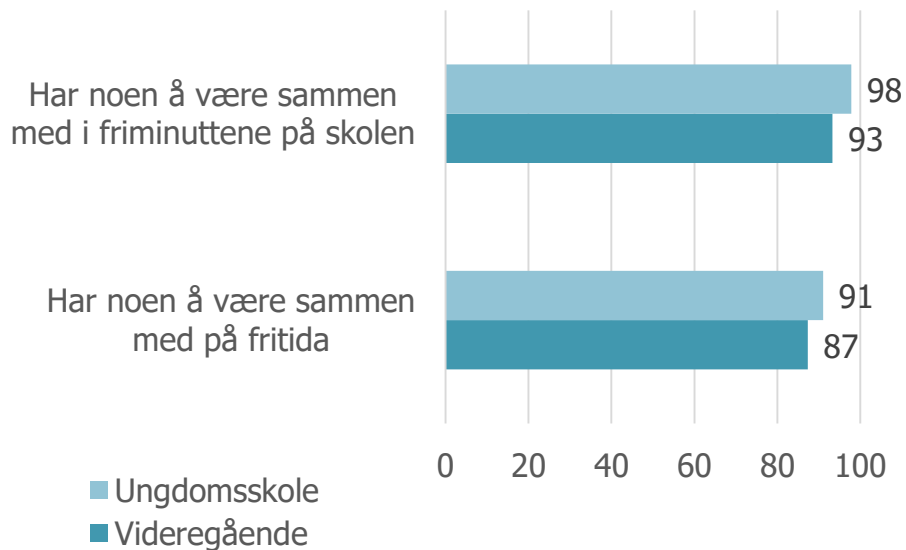
Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)



Noen å være sammen med

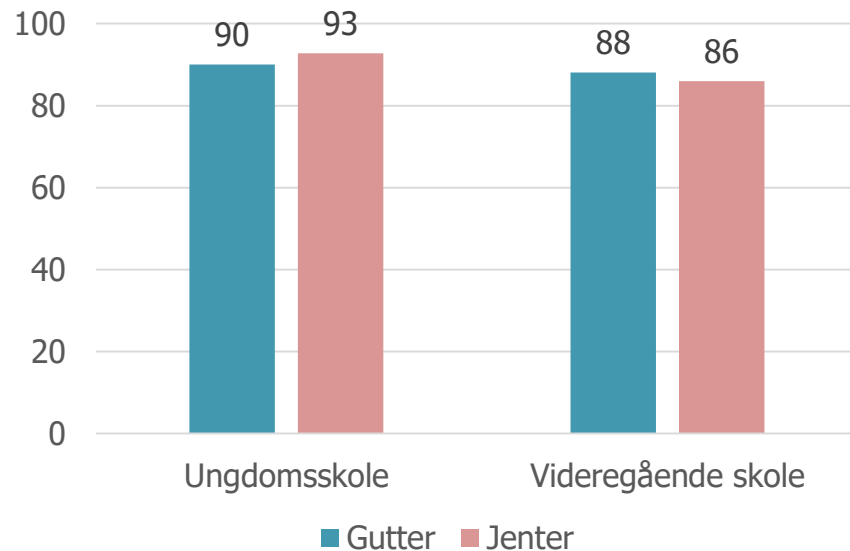
Noen å være sammen med

Indre Fosen 2020 (Skolenivå, prosent)



Noen å være sammen med på fritida

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

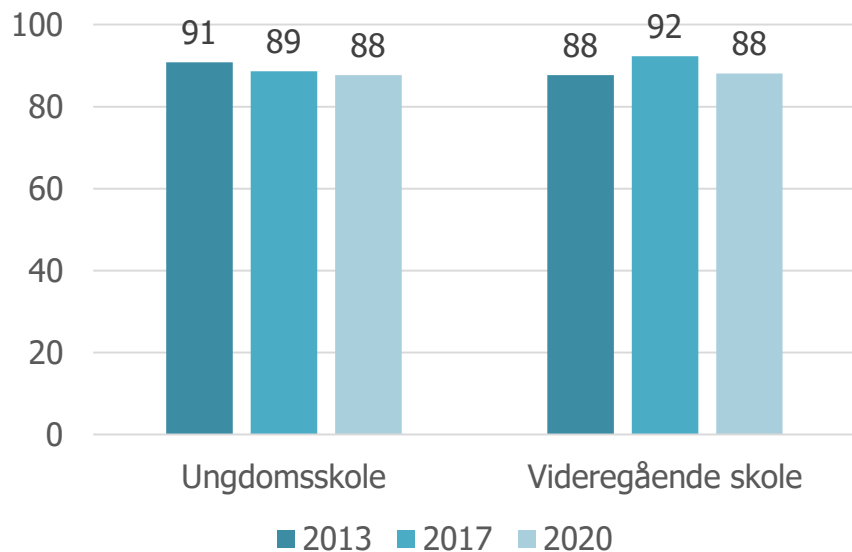


En venn å stole på og betro seg til om alt mulig

Alle barn bør ha minst én venn som de kan stole på og betro seg til om alt mulig. Ungdom kan ha mange rundt seg, til og med være populær, men kanskje likevel føle seg alene om sine tanker og følelser. I slike tilfeller kan en nær venn som de kan stole på være godt å ha når man trenger noen å snakke med. På en annen side kan det å være den personen som noen stoler på by på vanskelige lojalitetskonflikter dersom det de får høre er veldig vanskelige og såre opplysninger.

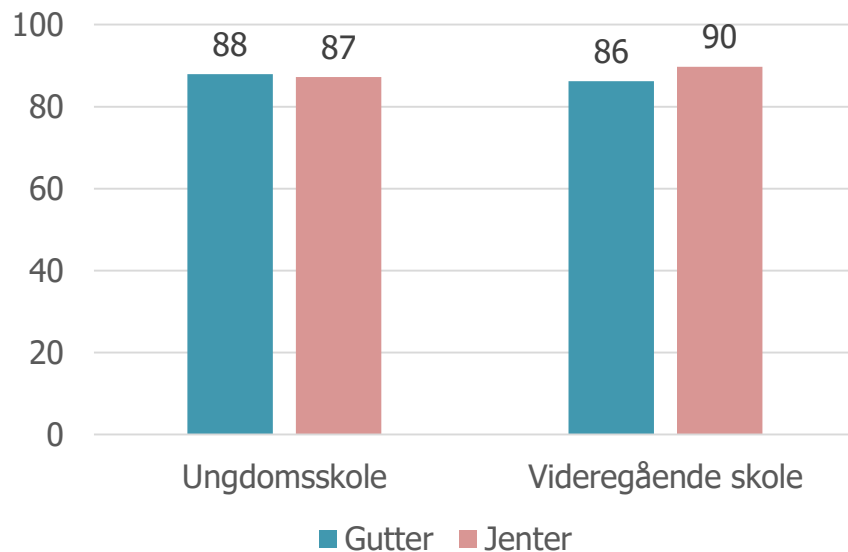
En nær venn å betro seg til

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



En nær venn å betro seg til

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)



Fornøydhet med ungdomsskolen er over tid blitt signifikant lavere

Det kan ha vært (eller være) strukturelle eller miljømessige endringer i ungdomsskolen de siste 7 årene som påvirker ungdom negativt. Ungdom blir stadig mindre fornøyd med skolen sin. I 2020 svarer kun 49% av elevene at de er fornøyd med skolen sin. Hva enn dette er, påvirker det også i langt større grad jentene (43%) enn guttene (56%). For Videregående skole er fornøydhet med skolene jevnt høyt. Ved alle målinger siden 2013 har rundt 7/10 ungdommer i VGS svart at de er fornøyd med skolen sin.

Trivsel i skolen er høy

De aller fleste trives i skolen: 85% av ungdomsskoleelevene og 87% av de i videregående skole. Jentene trives i noe mindre grad i ungdomsskolen, men i høyere grad i videregående skole.

De fleste opplever å passe inn og at lærerne bryr seg

De aller fleste elever, enten det gjelder ungdomsskole (85%) eller videregående skole (92%), svarer at de opplever at lærerne bryr seg om dem. Jentene opplever dette i noe mindre grad.

Vanlig å kjede seg på skolen, å grue seg til å gå på skolen, og å ofte bli stresset

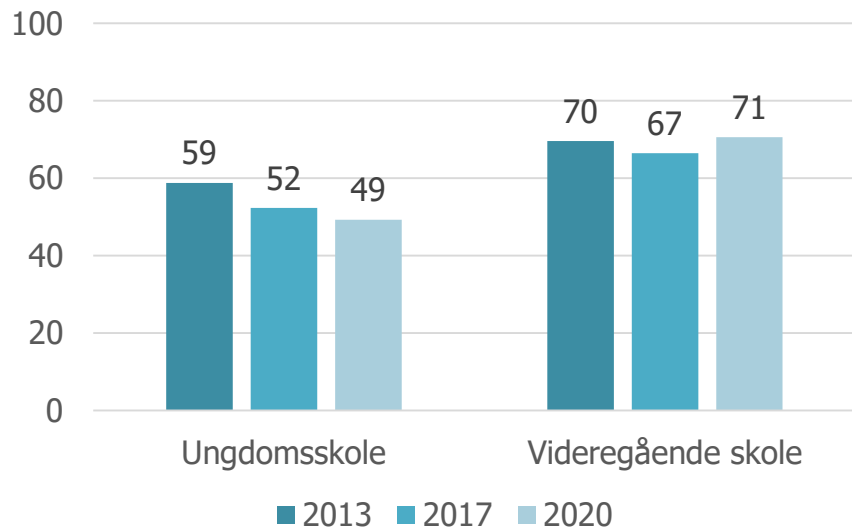
Både i ungdomsskolen (80%) og i videregående skole (67%) er det vanlig å kjede seg. Det er en signifikant økning for ungdomsskolen siden 2017. Det er 27% i ungdomsskolen og 25% i videregående skole som ofte gruer seg til å gå på skolen. 45% av elevene i ungdomsskolen, og 50% av elevene i videregående skole, svarte at de ofte blir stresset av skolearbeid. For US er dette en signifikant nedgang.

Fornøyd med skolen

De voksne i skolen har en viktig rolle med tanke på relasjonsbygging med barn og unge. De ansatte i skolen skal bidra til å sikre et godt læringsmiljø, hvilket også betyr å se og bistå barn/ungdom når de sliter, enten det er forhold i skolen eller hjemme. Fornøydhet med skolen er over tid blitt signifikant lavere i ungdomsskolen.

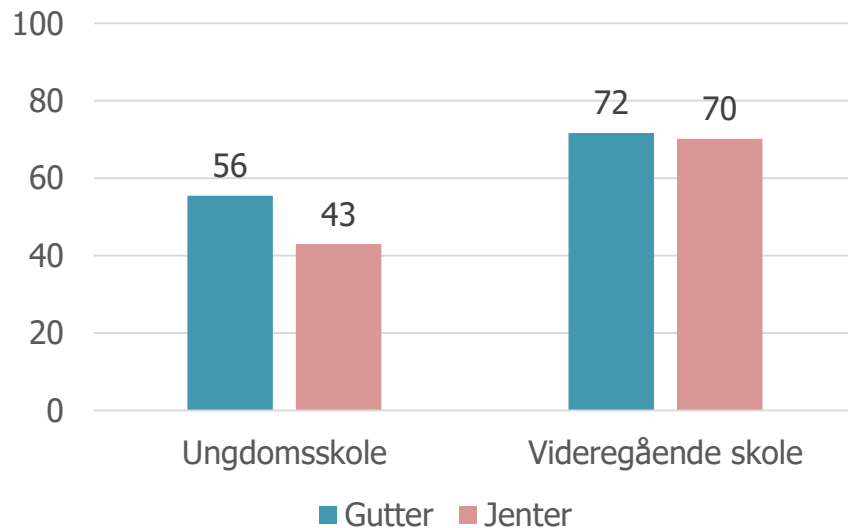
Fornøyd med skolen

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Fornøyd med skolen

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

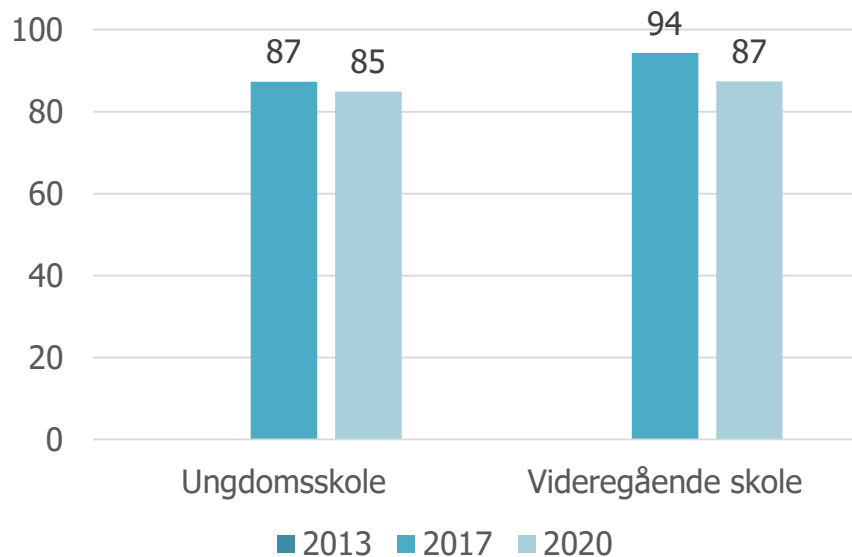


Trivsel i skolen

Stortingsmelding 19 (2014-2015), Mestring og muligheter, peker på skolens rolle i å fremme barn og unges trivsel i skolen, både som en del av en god oppvekst og for deres fremtidig mestring og livskvalitet. Trivsel vil handle om opplevelsen av å være inkludert i det psykososiale miljøet på skolen, tilpasning i skolemiljøet, opplevelse av glede og erfaringer barna gjør seg på skolen. Resultater tyder på at skolene lykkes godt med å skape trivsel for de aller fleste.

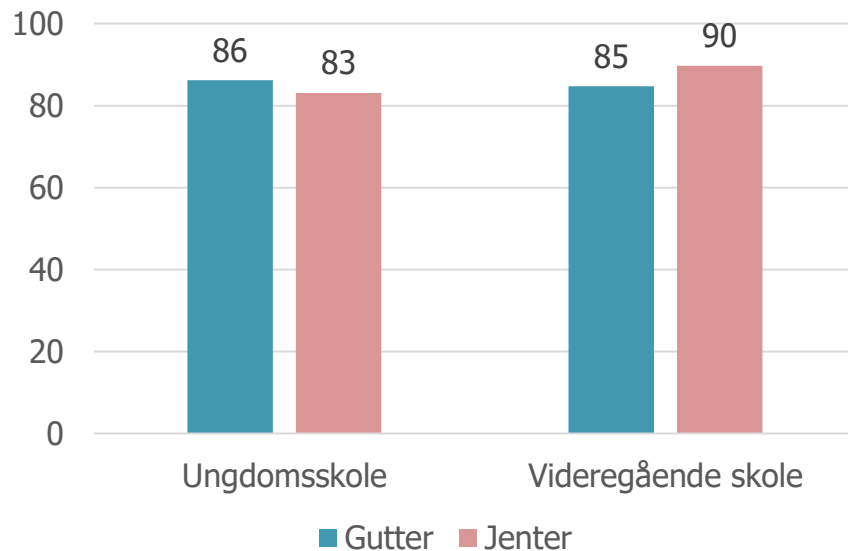
Trivsel i skolen

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Trivsel i skolen

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)



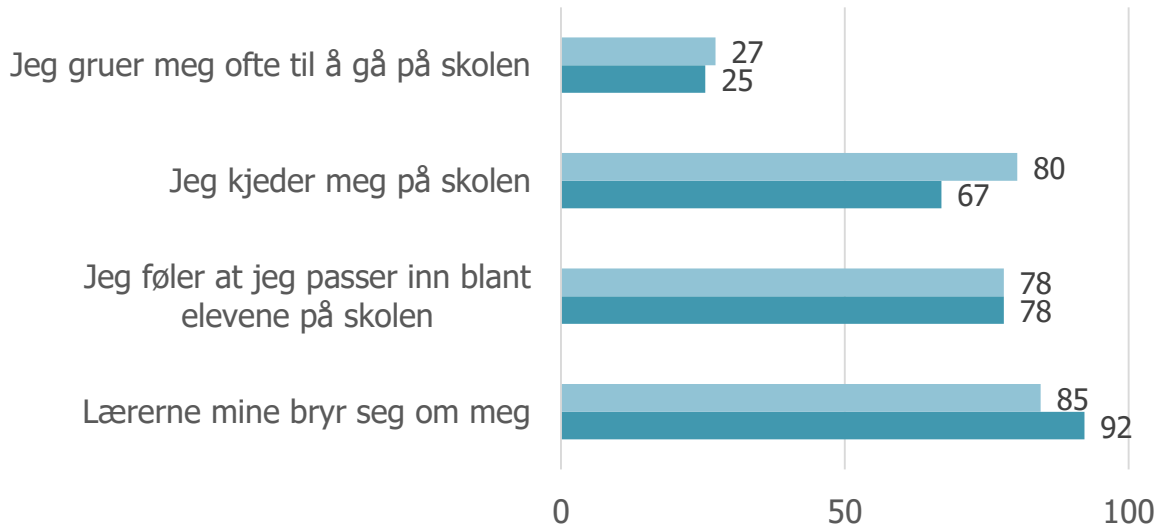
På skolen

Skolen er et sted hvor ungdom kan realisere seg selv, hvor de får hjelp i sin utvikling, oppmuntring og aktiv støtte fra sine lærere i samspill med andre. De fleste opplever å ha lærere som bryr seg om dem, og de fleste opplever å passe inn, men det er samtidig mange som gruer seg og mange kjeder seg.

På skolen

Indre Fosen 2020 (Skolenivå, prosent)

■ Ungdomsskole
■ Videregående





Deltakelse i organisasjon, lag, klubb eller forening

Overordnet er 66% av ungdom i ungdomsskolen med i en organisasjon, klubb, lag, eller forening. I videregående skole er andelen 52%. Det var en signifikant økning i videregående skole fra 2013 til 2017. Selv om andelen er redusert i 2020 for VGS, er ikke denne stor nok til å være signifikant. I videregående skole er det stor forskjell på deltagelse etter kjønn, da kun 43% av jentene sier de har deltatt i en organisasjon (e.l.) siste måned, mot 60% av guttene.

Deltakelse i idrettslag øker i ungdomsskolen

Det er signifikant større andel ungdommer som deltar i idrettslag i 2020. 66% av ungdomsskoleelever sier de har deltatt den siste måneden. Deltagelse i idrettslag er klart mindre utbredt i videregående skole, hvor 43% sier de har deltatt den siste måneden. I videregående skole er det stor forskjell på deltagelse etter kjønn, da kun 31% av jentene sier de har deltatt i idrettslag den siste måneden, mot 56% av guttene. Jentene deltar altså i mindre grad i idrettslag, men trener de kanskje like mye, bare på egen hånd? I ungdomsskolen svarer 92% av guttene og 86% av jentene at de minst ukentlig er så fysisk aktiv at de blir andpusten eller svett. I videregående skole er forskjellen 88% for gutter og 76% for jenter.

Bruk av fritidsklubb/ungdomshus/ungdomsklubb er betydelig svekket

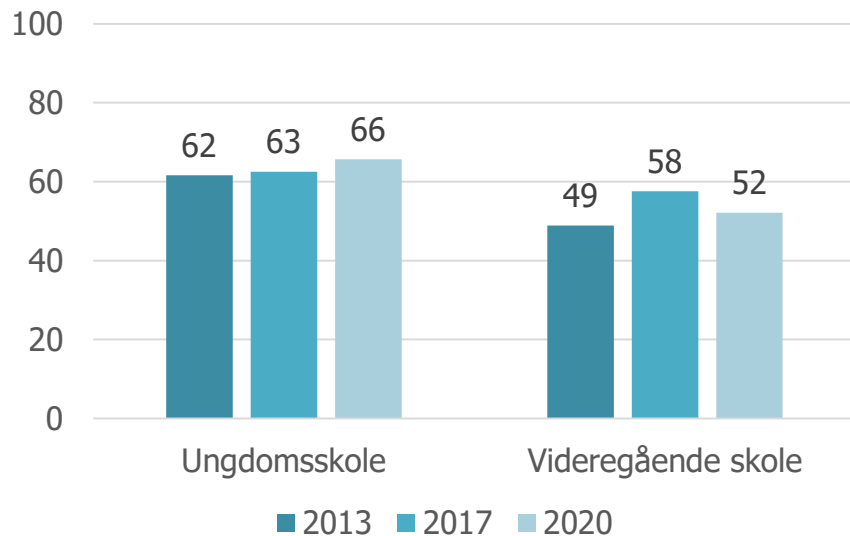
Det er en stor og signifikant reduksjon i andel ungdommer som sier de den siste måneden har benyttet seg av en fritidsklubb (e.l.) i ungdomsskolen. Kun 23% sier de har gjort dette i 2020, mot 39% i 2017. Det er ikke spesielt vanlig for elever i videregående skole å benytte seg av dette tilbudet, hvor rundt 1/10 sier de har deltatt den siste måneden.

Fritidsaktiviteter

Forhold som skolevei og transporttilbud er viktige faktorer i samfunnet som kan påvirke ungdommenes helse i forhold til hverdagsaktivitet. Samarbeid med lag og organisasjoner om å gi tilbud til flest mulig, lengst mulig. Dersom det kan organiseres aktiviteter som er rettet mot hele familier er dette med på å bygge nettverk og muligheter for at det blir et trygt og godt miljø i bygdene rundt omkring.

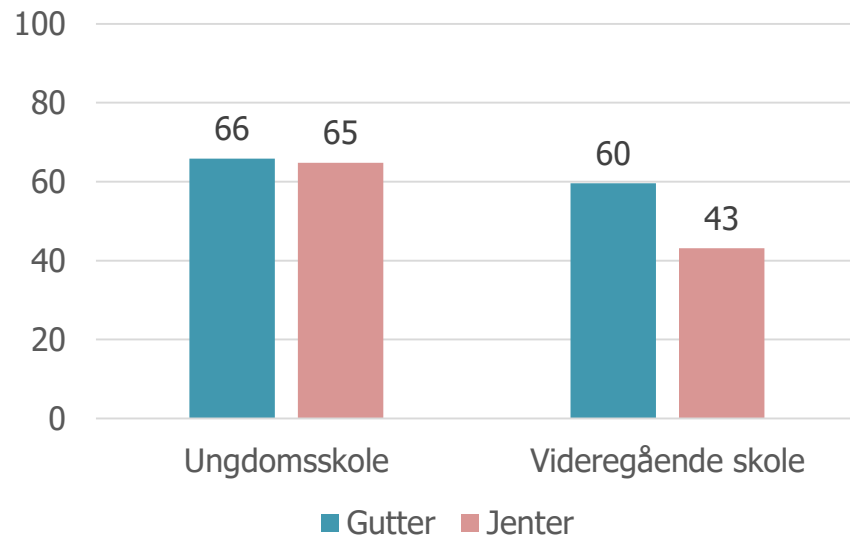
Organisasjonsdeltakelse

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Organisasjonsdeltakelse

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

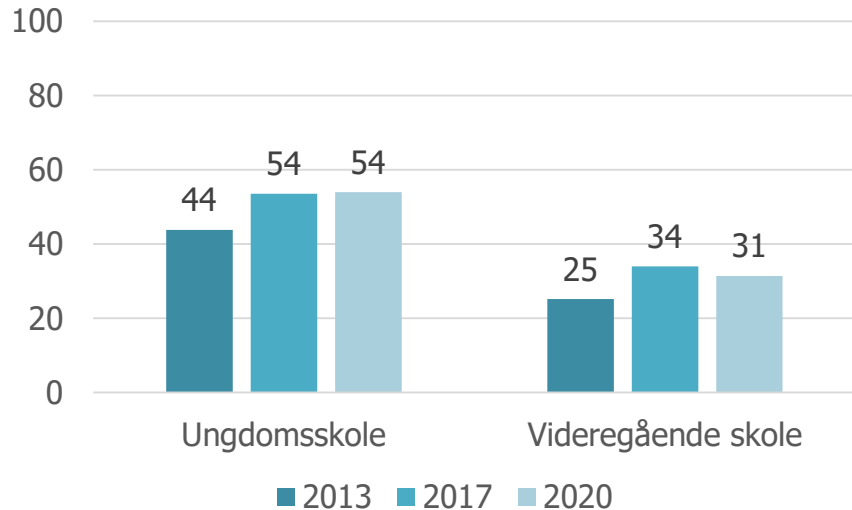


Idrettslag

Idrettslag er en arena for trening og mestring, hvor det er viktig med trygge voksne som støttespillere. For noen ungdommer kan treneren være en viktig støttespiller i en hverdag som kan være vanskelig. Målet må være at barn og unge opplever at fysisk aktivitet er lystbetont og god egenomsorg.

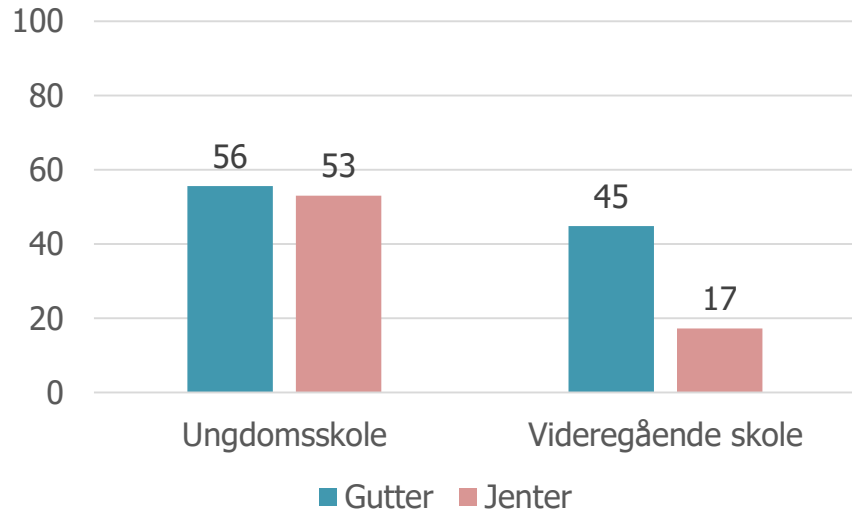
Trener eller konkurrerer minst ukentlig i et idrettslag

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Trener eller konkurrerer minst ukentlig i et idrettslag

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)



Fysisk aktivitet

Mens inaktivitet over tid kan ha sammenheng med en rekke sykdommer, fremmer regelmessig fysisk aktivitet helse og livskvalitet. Fysisk aktivitet bidrar til normal vekst og utvikling, og god fysisk og psykisk helse. Fysisk aktivitet fremmer også læring, gode skoleprestasjoner og trivsel. Aktivitet som barn kan lede til en aktiv livsstil som voksen som igjen er med på å forebygge tilstander som hjerte – og karsykdommer, overvekt og benskjørhet. Her kan skolen også legge til rette for at det er mulig å drive med ulike aktiviteter ute i friminuttene, samt fysisk aktivitet hver dag. Opplevelse av å mestre og ha glede av aktivitet i skoletiden kan også bidra til at elevene velger fysisk aktivitet i fritiden og fremtiden.

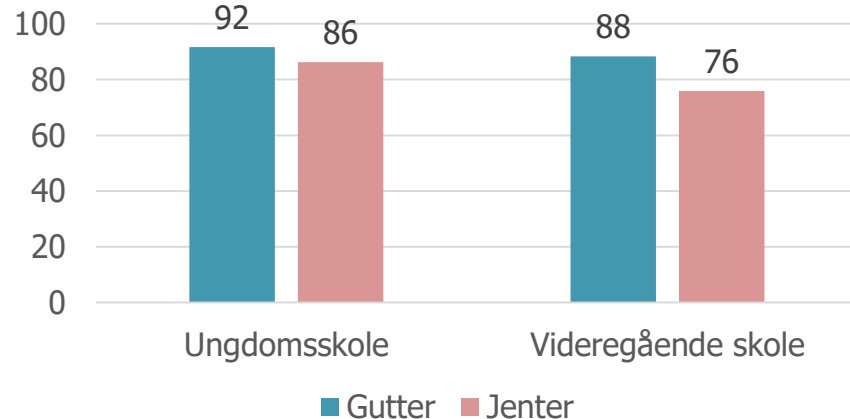
Er minst ukentlig så fysisk aktiv at de blir andpusten eller svett

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Er minst ukentlig så fysisk aktiv at de blir andpusten eller svett

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)





Mest tid bruker ungdom på sosiale medier og film/serier/Youtube

9 av 10 ungdommer bruker minst to timer daglig på ulike skjermaktiviteter utenom skolen. Noe over halvparten bruker minst to timer på sosiale medier, og rett under halvparten minst to timer på film/serier/youtube. Svært få bruker mer enn to timer på å lese bøker eller se på TV. Spilling er i stor grad noe gutter bruker mest tid på.

Gutter bruker i mye større grad mye tid på spill

Nært halvparten av guttene bruker minst to timer daglig på spill. Andel som bruker så mye tid har økt signifikant fra 2017 til 2020 for ungdom på ungdomsskolen, men er på samme nivå i VGS som tidligere år. Det er betydelig flere gutter som bruker minst to timer daglig på spill; 52% av guttene i ungdomsskolen og 45% av guttene i VGS. Blant jenter er det henholdsvis kun 7% og 5%.

Jenter bruker i mye større grad mye tid på sosiale medier

Det er fremdeles en betydelig forskjell mellom gutter og jenter når det gjelder å bruke minst to timer daglig på sosiale medier. Både i ungdomsskolen og videregående skole svarer 2/3 jenter at de bruker minst to timer daglig på sosiale medier. Dette er også nokså utbredt blant gutter, hvor henholdsvis 37% og 42% og 49% sier de bruker minst to timer daglig på sosiale medier. Kan det derimot være forskjeller på hvilke type sosiale medier gutter og jenter bruker og hvordan disse fungerer?

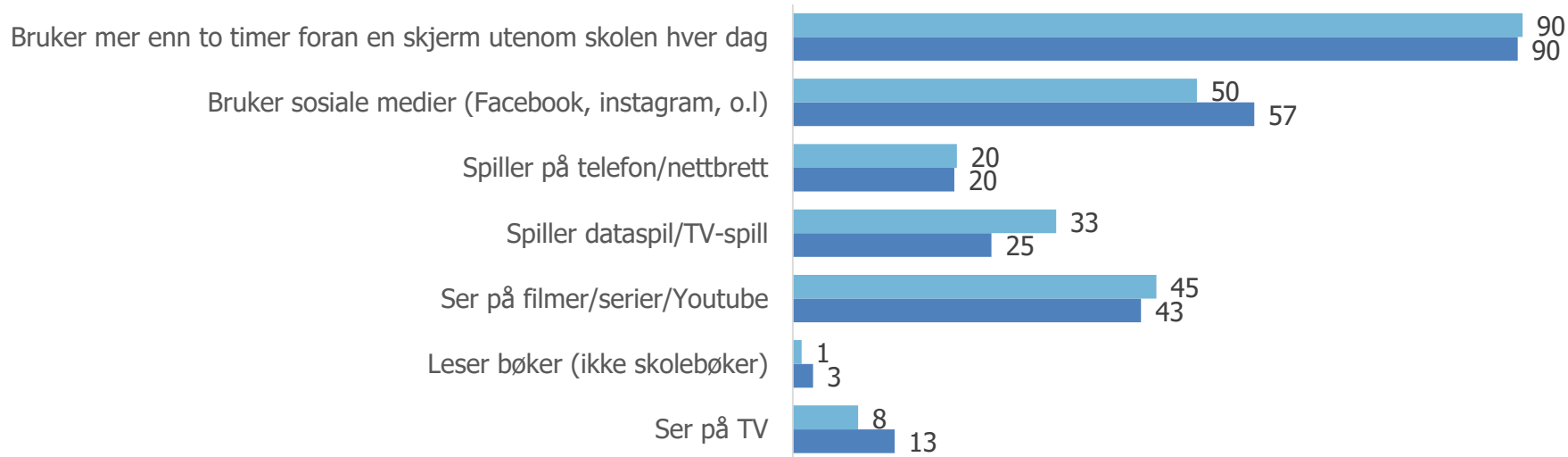
Skjermaktiviteter

Tidsbruk på ulike skjermaktiviteter er stor for folk flest, ikke minst ungdom. Generelt bruker de færreste mye tid på å lese bøker, det er nokså uendret andel som bruker mye tid på dataspill, mens jevnt over øker andel som bruker mye tid på spill på telefon og sosiale medier.

Tidsbruk, mediebruk, spill og sosiale medier (minst to timer daglig)

Indre Fosen 2020 (Skolenivå, prosent)

■ US 2020
■ VGS 2020

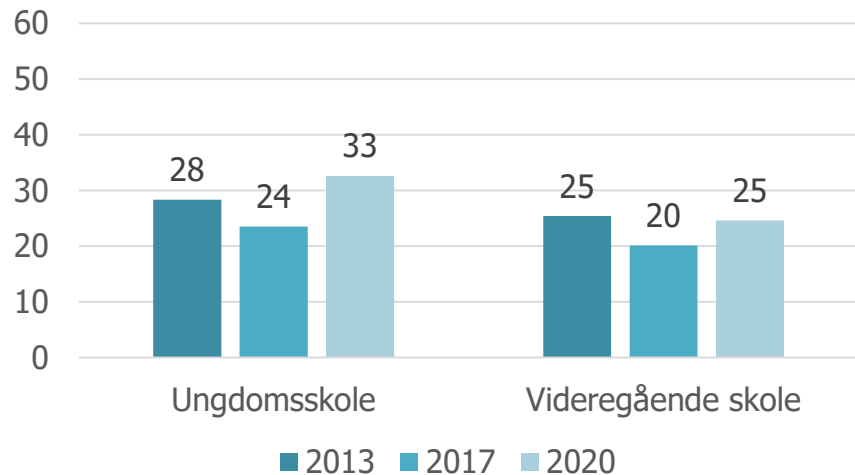


Dataspill

Interessen for dataspill er høy blant guttene. Om jenter bruker tid på spill, er det de færreste som bruker mye tid. Dataspill kan være voldsomt engasjerende og det kan være tidkrevende. Det kan bidra til ro og avslapning, eller fart og konkurranse, alt etter interessefelt. Uansett er det en distraksjon, en måte å koble fra og stenge ute den virkelige verden for en stund. Det er viktig for foreldre å forstå lidenskapen som ligger i det, men også gjennom forståelsen sette grenser slik at ikke interessen får uønskede negative konsekvenser. Hvorfor er ikke jenter mer engasjert i spill? Forstår mødre interessen dårligere enn fedre? Kan dette lede til konflikter i hjemmet?

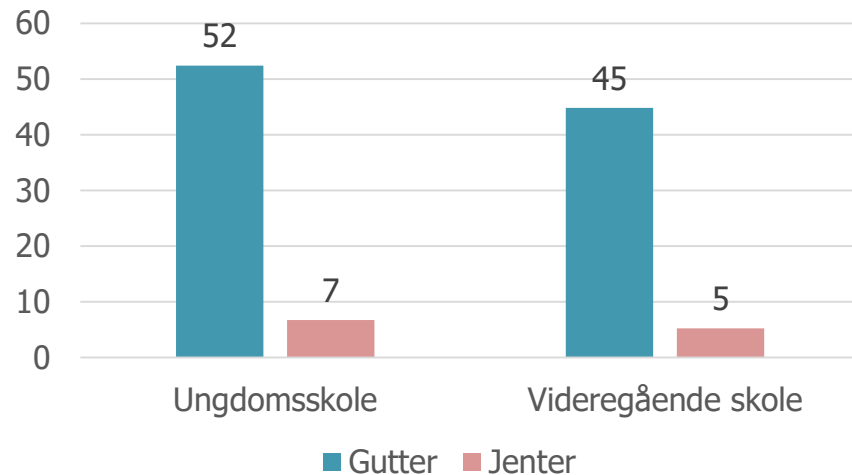
Dataspill (minst to timer daglig)

Indre Fosen 2013-2020 (Skolenivå, Prosent)



Dataspill (minst to timer daglig)

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

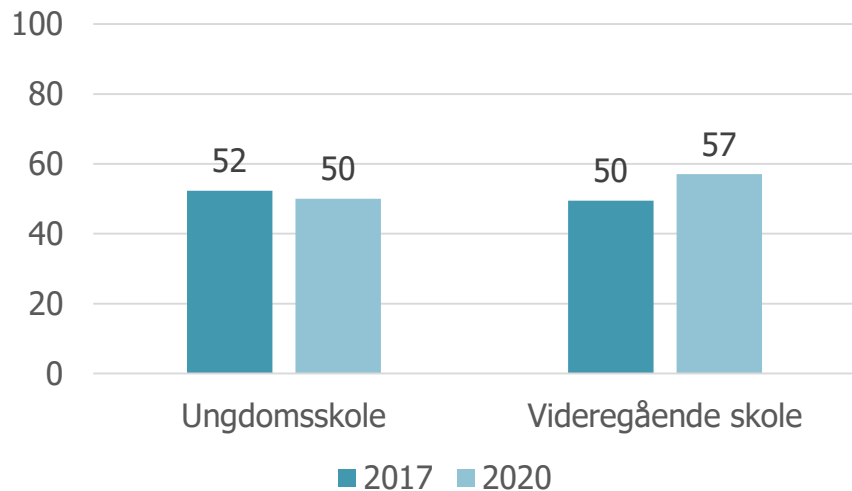


Sosiale Medier

Ungdom blir spurt om sosiale medier slik som Facebook, instagram, og lignende. For mange (trolig særlig gutter) kan også youtube eller discord og twitch (mer brukt blant spillere) vurderes som sosiale medier. Ungdom vil best vite hva de legger i sosiale medier. Uansett er det en vesentlig større andel av jenter som bruker minst to timer daglig på sosiale medier. Sosiale medier er neppe en måte å koble fra på, men heller en måte å være påkoblet til stadighet. Hvordan kan gutter og jenter få fred fra verdens mas? Hvor mange store spørsmål må de ta stilling til fordi de eksponeres for det på nettet? Det er på tide å stille spørsmål om elementer av sosiale medier påvirker psykisk helse negativt for ungdom.

Sosiale medier (minst to timer daglig)

Indre Fosen 2017-2020 (Skolenivå, Prosent)



Sosiale medier (minst to timer daglig)

Indre Fosen 2020 (Skolenivå og kjønn, Prosent)

