

VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA

Ungdoms fritidsvaner, livskvalitet og sosiale relasjoner før, under og etter pandemien

Anders Bakken, Sigurd Eid Jacobsen, Vibeke Wøien Hansen og Daniel Stoltenberg

STORBYUNIVERSITETET
VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA

NOVA NOTAT NR. 4/25



Ungdoms fritidsvaner, livskvalitet og sosiale relasjoner før, under og etter pandemien

ANDERS BAKKEN, SIGURD EID JACOBSEN,
VIBEKE WØIEN HANSEN OG DANIEL STOLTENBERG

Velferdsforskningsinstituttet NOVA er et forskningsinstitutt ved Senter for velferds- og arbeidslivsforskning (SVA) på OsloMet – storbyuniversitetet.

Instituttet har som formål å drive forskning og utviklingsarbeid som kan bidra til økt kunnskap om sosiale forhold og endringsprosesser. Instituttet skal fokusere på problemstillinger om livsløp, levekår og livskvalitet, samt velferdssamfunnets tiltak og tjenester.

© Velferdsforskningsinstituttet NOVA

OsloMet – storbyuniversitetet 2025

ISBN (online): 978-82-7894-891-0

ISSN (online): 1893-9511

Layout: Aksell AS

Henvendelser vedrørende publikasjoner kan rettes til:

NOVA, OsloMet

Stensberggata 26 · Postboks 4, St. Olavs plass, 0130 Oslo

Telefon: 67 23 50 00

Nettadresse: www.oslomet.no/om/nova

Forord

Dette notatet er utarbeidet som en del av prosjektet «Langtidskonsekvenser av koronapandemien for oppvekst og likestilling» finansiert av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet (Bufdir). Formålet med prosjektet er å gi ny kunnskap om pandemiens betydning og komme med anbefalinger om tiltak som kan dempe eller snu negative virkninger av pandemien. Prosjektet er ledet av forsker Elisabeth Ugreninov og er et samarbeid mellom Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet, Institutt for samfunnsforskning, Folkehelseinstituttet, Arbeidslivsforskningsinstituttet AFI, Helseutvalget og Forbruksforskningsinstituttet SIFO.

I dette notatet presenteres funn fra delprosjektet «Ungdoms fritid, erfaring med skole og livskvalitet». Her har vi undersøkt hvorvidt pandemien har hatt varige konsekvenser for ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, livskvalitet og relasjoner til foreldre, venner og skole. Analysene er basert på Ungdata i perioden 2014–2024.

Notatet er forfattet av forskerne Anders Bakken og Sigurd Eid Jacobsen ved Velferdsforskningsinstituttet NOVA, OsloMet, og Vibeke Wøien Hansen og Daniel Stoltenberg ved Institutt for samfunnsforskning. Alle har skrevet på ulike deler av notatet, mens Bakken har hatt særskilt ansvar for de empiriske analysene.

Vi ønsker å takke alle ungdommene som har vært med i Ungdata, og alle som har bistått i forbindelse med datainnsamlingen: ansatte ved skoler, kommuner og fylkeskommuner. En særskilt takk går til alle våre samarbeidspartnere ved de regionale kompetansesentrene innen rusfeltet (KORUS). Ungdata er finansiert av Helsedirektoratet.

Vi vil også takke forskningsleder Torvald Tangeland ved NOVA, som har lest og gitt kommentarer til notatet.

Oslo, 16. juni 2025

Anders Bakken, NOVA/OsloMet

Sigurd Eid Jacobsen, NOVA/OsloMet

Vibeke Wøien Hansen, Institutt for samfunnsforskning

Daniel Stoltenberg, Institutt for samfunnsforskning

Innhold

Forord	4
Sammendrag	6
1 Innledning	11
1.1 Organiserte fritidsaktiviteter under pandemien	13
1.2 Sosiale relasjoner og livskvalitet under pandemien	16
1.3 Forskningsspørsmål og forskningsdesign	19
1.4 Strukturen på notatet	21
2 Metode og data	22
2.1 Analysestrategi	22
2.2 Om Ungdata	25
2.3 Datamaterialet	26
2.4 Operasjonalisering av variabler	28
3 Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter	30
3.1 Et overordnet bilde	31
3.2 Organisert idrett	37
3.3 Fritidsklubb	39
3.4 Kulturaktiviteter	41
3.5 Deltakelse i andre fritidsaktiviteter	43
3.6 Oppsummering	45
4 Sosiale relasjoner og livskvalitet	48
4.1 Foreldre, venner og skole	48
4.2 Framtidstro, psykiske plager og ensomhet	54
4.3 Oppsummering	59
5 Oppsummering	61
5.1 Et overordnet bilde	62
5.2 Utvikling for ulike grupper av ungdom	65
6 Avsluttende diskusjon	69
Litteraturreferanser	73
Vedleggstabeller	79

Sammendrag

Pandemien endret barn og ungdoms hverdagsliv på dramatisk vis. Restriksjoner og smitteverntiltak satte sitt preg på både fritidsvanene, livskvaliteten og den sosiale utviklingen til barn og unge. Målet med dette forskningsnotatet er å bidra til forskningen om pandemiens varige konsekvenser for barn og ungdom. Gjennom empiriske analyser av Ungdata i perioden 2014–2024 undersøkes det om pandemien etterlot seg noen «arr» i ungdomsbefolkningen – på områder som deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, selvopplevd livskvalitet og relasjoner til foreldre, venner og skole. I hvilken grad ble ulike deler av ungdomsbefolkningen rammet forskjellig? Og har utviklingen i etterkant av pandemien vært særlig utfordrende for ungdom i geografiske områder som ble spesielt hardt rammet av pandemien? Analysene er basert på data fra 840 000 ungdommer i alderen 13–18 år og bygger på et forskningsdesign som sammenlikner utviklingen på ulike områder i årene før pandemien med situasjonen under pandemien våren 2021 og etter pandemien fram til 2024.

Hovedfunnet er at pandemien på befolkningsnivå ikke har ført til større, varige negative endringer verken i ungdoms fritidsdeltakelse, sosiale relasjoner eller livskvalitet. På flere områder har utviklingen gått tilbake til nivået før pandemien eller videreført trender som startet før pandemien. Dette gjelder både i kommuner som ble hardt rammet av pandemien, og i de som var mindre berørt. Vi finner heller ikke tegn på at pandemien har bidratt til større varige ulikheter i ungdoms hverdagsliv knyttet til kjønn, alder eller sosioøkonomisk status. Stort sett er ulikhetene de samme i 2024 som de var før pandemien.

Vi har også sett nærmere på en særlig sårbar gruppe – ungdom med svake relasjoner til både foreldre, venner og skole. Disse ungdommene rapporterer lav livskvalitet og høy grad av psykiske plager og ensomhet. Ulikhetene mellom denne gruppen og andre ungdommer økte under pandemien, og selv om forskjellene har blitt noe redusert i 2024, er de fortsatt større enn før pandemien. Dette tyder på at ungdom med svake sosiale bånd ble særlig hardt rammet, og at konsekvensene kan ha vært mer varige for noen av dem.

Under utdyper vi trender i ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, sosiale forskjeller på fritidsområdet og sosiale relasjoner og livskvalitet.

Organiserte fritidsaktiviteter

Et flertall av norsk ungdom oppgir at de er med i et lag, en klubb eller en forening. I årene før pandemien (2014–2020) var det imidlertid en tendens til en viss nedgang i deltakelsen, fra 58 til 55 prosent. I 2021 – under pandemien – sank andelen til 51 prosent og videre til 49 prosent like etter at pandemien var over i 2022. Fram til 2024 har imidlertid tallet økt noe, og i 2024 deltok 52 prosent av ungdommene – det vil si 3 prosentpoeng lavere enn det som ble

registrert i 2020 rett før pandemien inntraff. Tilsynelatende kan det se ut som om pandemien har bidratt til at færre ungdommer deltar i organiserte fritidsaktiviteter enn før. Samtidig er det ikke rett fram hvordan vi skal tolke en slik utvikling. Sett i lys av at det i årene før pandemien også var en nedgang på 3 prosentpoeng i deltakelsen, er det mer rimelig å tolke resultatene som del av en mer langsiktig trend der ungdom i mindre grad enn før er med i ulike foreninger, lag eller klubber. Dette indikerer at nedgangen under pandemien ikke nødvendigvis bidro til å skape en varig endring alene, men at den føyde seg inn i en mer langsiktig nedadgående trend i deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter.

Samtidig finner vi ulike utviklingstrekk for forskjellige typer fritidsaktiviteter. Vi har sammenliknet idrett, fritidsklubb og kulturorienterte fritidsaktiviteter. I tillegg har vi sett nærmere på en restkategori som består av andre fritidsaktiviteter som ikke dekkes av de tre førstnevnte. Den største nedgangen under pandemien skjedde i deltakelsen i fritidsklubbene, noe som kan ha sammenheng med at mye av aktivitetene her stengte ned i perioder. Langt på vei ble imidlertid denne nedgangen tatt igjen i årene etter pandemien, og når vi måler deltakelse i fritidsklubb i 2024, er deltakelsen på samme nivå som før pandemien. Før pandemien var trenden svakt nedadgående – og sett i det lyset viser tallene for 2024 et visst brudd med denne trenden. Det er derfor lite som tyder på at nedstengingen av fritidsklubbene under pandemien har hatt varige negative konsekvenser for hvor mange som bruker eller er innom fritidsklubbene.

Idretten organiserer svært mange, og i forkant av pandemien lå deltakelsen relativt stabilt på 43 prosent. Under pandemien og i 2022 var tallet redusert til 40 prosent. I 2024 er tallet igjen oppe i 43 prosent. Dette viser at deltakelsen i den organiserte idretten ikke ble spesielt mye rammet under pandemien, og at det heller ikke her er mye som tyder på varige negative konsekvenser for deltakelsen.

For kulturorienterte aktiviteter og andre organiserte tilbud viser resultatene derimot en jevn nedgang gjennom hele perioden – også i tiden før pandemien. Deltakelse i disse aktivitetene gikk ytterligere ned under pandemien, og selv om de gikk noe opp igjen da pandemien var over, ligger nivåene i 2024 noe lavere enn før pandemien. Resultatene tyder imidlertid på at nedgangen først og fremst kan forstås som en videreføring av eksisterende trender, snarere enn som en direkte konsekvens av pandemien.

Sosiale forskjeller på fritidsområdet

På fritidsområdet er de sosiodemografiske forskjellene betydelige. Deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter synker markant gjennom tenårene, og ungdommer fra familier med høy sosioøkonomisk status deltar i større grad enn ungdommer med lav sosioøkonomisk bakgrunn. I tillegg deltar noe flere gutter enn jenter i organiserte fritidsaktiviteter. Våre analyser tyder ikke på at pandemien i

vesentlig grad endret disse mønstrene. Nedgangen under pandemien var riktignok størst blant jenter og ungdom med lav sosioøkonomisk status, men disse gruppene har også hatt en økning i etterkant slik at forskjellene ikke avviker så mye fra hvordan de var før pandemien. I den grad det er snakk om endringer, er kjønnsforskjellene blitt noe større, mens forskjellene mellom ungdom med høy og lav sosioøkonomisk status har blitt noe mindre.

Når det gjelder utviklingen i deltakelsen i organisert idrett, ble kjønns- og aldersforskjellene noe mindre under pandemien, mens forskjellene etter sosioøkonomisk status økte. I 2024 har dette bildet endret seg: Kjønnsforskjellene har blitt noe større igjen, aldersforskjellene har i stor grad vendt tilbake til nivåene fra før pandemien, og forskjellene etter sosioøkonomisk status har blitt noe mindre enn de var før pandemien.

Innenfor fritidsklubbfeltet er kjønnsforskjellene små og har vært relativt stabile både før, under og etter pandemien. Derimot er det betydelige forskjeller etter alder – yngre ungdom benytter klubbtilbud i langt større grad enn eldre. Disse aldersforskjellene ble noe redusert under nedstengingen, men har økt igjen etter pandemien. Når det gjelder sosioøkonomisk status, er det flere ungdommer med lav sosioøkonomisk status enn høy sosioøkonomisk status som bruker klubbene. Under pandemien var denne forskjellen omtrent på samme nivå som tidligere, men etter pandemien har forskjellen økt noe.

Nedgangen i kulturorienterte fritidsaktiviteter etter pandemien henger i stor grad sammen med kjønn. Under pandemien falt deltakelsen betydelig mer blant jenter enn blant gutter, og denne forskjellen har vedvart fram til 2024. De sosioøkonomiske forskjellene har imidlertid blitt mindre over tid, ettersom nedgangen i deltakelse har vært størst blant ungdom med høy sosioøkonomisk status. Aldersforskjellene – hvor de yngste er mer aktive enn de eldste – har derimot vært nokså stabile gjennom hele tiårsperioden.

Hovedfunnet om at pandemien ikke har hatt avgjørende betydning for ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, styrkes av at vi finner få systematiske forskjeller i utviklingen over tid mellom kommuner med høyt og lavt smittenivå. Selv om tiltakene var mer inngripende enkelte steder, ser det ut til at både deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter under pandemien og utviklingen i årene etter har fulgt relativt like mønstre på tvers av landet.

Sosiale relasjoner og livskvalitet

I forskningsnotatet har vi undersøkt ulike aspekter ved ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet, både før, under og etter pandemien. Dette har vi gjort gjennom ungdommenes egne vurderinger av sin livssituasjon og forholdet til foreldre, venner og skole. Hovedfunnet er også her at pandemien ser ut til å ha hatt noen midlertidige, men ikke varige, negative konsekvenser for ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet. Samtidig er det vanskeligere å trekke like klare

konklusjoner som på fritidsfeltet, siden resultatene varierer mye mer mellom de ulike målene.

Forholdet til foreldre har holdt seg relativt stabilt gjennom hele perioden, med en svak positiv utvikling i årene før pandemien. Den mest markante endringen finner vi imidlertid i ungdoms forhold til skolen. Her har vi undersøkt ulike sider ved skoletrivsel og registrerer en forholdsvis jevn nedgang gjennom hele den tiårsperioden vi har studert her, dog med noe større nedgang under selve pandemien enn ellers. Når det gjelder vennskap, ser vi en reduksjon i andelen ungdom som oppgir at de har fortrolige venner – fra 90 til 88 prosent – men denne utviklingen har vært stabil siden 2022. For både skoletrivsel og venns-kapsrelasjoner ser vi altså en nedgang som delvis sammenfaller med pandemien, men som også inngår i en lengre utviklingstrend som startet før. Dette gjør det vanskelig å si noe sikkert om pandemiens spesifikke betydning.

Analysene viser videre at utviklingen i ungdoms framtidstro, psykiske helse og opplevelse av ensomhet har fulgt ulike, men delvis overlappende mønstre i perioden 2014–2024. Under pandemien var det en viss økning i psykiske plager og ensomhet, og det ble noe færre som hadde positiv tro på egen framtid. Etter pandemien har utviklingen gått i en mer positiv retning, og nivåene i 2024 er tilbake på – eller noe bedre enn – nivåene rett før pandemien og de tidligere trendene. Både ensomhet og psykiske plager hadde en jevn økning i flere år før pandemien, nådde et toppunkt under pandemien og har deretter gått noe ned.

Oppsummert tyder funnene på at endringene i ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet i stor grad følger utviklingstrender som ikke ble vesentlig endret av pandemien. Vi finner også kun små forskjeller i utviklingen etter pandemien når vi sammenlikner kommuner med høyt og lavt smittenivå. Dette tyder på at utviklingen i ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet i stor grad har vært nasjonal og ikke først og fremst drevet av lokale variasjoner i smittenivå.

Kompleksiteten forsterkes imidlertid av at utviklingen også varierer noe mellom ulike grupper. Jenter rapporterer oftere enn gutter om psykiske plager og ensomhet, mens gutter i større grad trives på skolen og har tro på et godt liv. Kjønnsforskjellene økte under pandemien på enkelte områder, som forholdet til foreldre og skoletrivsel, men ble redusert etter pandemien når det gjelder psykisk helse og framtidsoptimisme – særlig fordi jentene opplevde en mer positiv utvikling på disse områdene.

Aldersforskjeller har også blitt mer tydelige. Før pandemien var det liten forskjell mellom yngre og eldre tenåringer i tilfredshet med foreldre og venner. I 2024 ser vi at de eldste i noe større grad har fortrolige venner og trives på skolen. Samtidig er forskjellene i psykisk helse og framtidstro mellom yngre og eldre blitt mindre etter pandemien, noe som tyder på en mer positiv utvikling for de yngste.

Før pandemien var ungdom med høy sosioøkonomisk status jevnt over bedre stilt på indikatorene for livskvalitet og relasjoner. Etter pandemien ser vi at forskjellene har økt noe når det gjelder vennskap og skoletrivsel, mens de har blitt mindre for ensomhet og vært stabile for psykisk helse og framtidsoptimisme.

1 Innledning

Pandemien endret barn og ungdoms hverdagsliv på dramatisk vis. Restriksjoner og smitteverntiltak satte sitt preg på både fritidsvaner, livskvaliteten og den sosiale utviklingen til barn og unge. Målet med dette forskningsnotatet er å bidra til forskningen om pandemiens varige konsekvenser for barn og ungdom. Et hovedspørsmål er hvorvidt pandemien etterlot seg noen «arr» i ungdomsbefolkningen som også kan observeres noen år etter pandemien var over – på områder som deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, selvopplevd livskvalitet og relasjoner til foreldre, venner og skole. Vi spør også om ulike deler av ungdomsbefolkningen ble rammet forskjellig. Har utviklingen i etterkant av pandemien vært særlig utfordrende for ungdom i geografiske områder som ble spesielt hardt rammet av pandemien? Analysene er basert på data fra Ungdata, en spørreundersøkelse som 840 000 ungdommer i alderen 13–18 år deltok på i årene 2014 til 2024. Studien bygger på et forskningsdesign som sammenlikner utviklingen på ulike områder i årene før pandemien med situasjonen under pandemien våren 2021 og etter pandemien fram til 2024.

Bakgrunnen for prosjektet er at Norge – i likhet med resten av verden – i 2020 ble rammet av en omfattende pandemi, som medførte nesten to år med smitteverntiltak. De første tiltakene mot covid-19-viruset ble varslet av regjeringen 12. mars 2020. Fra den dagen ble de mest inngripende tiltakene siden krigen innført over hele Norge. Landet ble i praksis nedstengt i mange uker. Nye tiltak og restriksjoner ble innført, og i perioder også lempet på, etter hvert som pandemien utviklet seg. Først 12. februar 2022 opphevet regjeringen alle smitteverntiltakene, og pandemien ble erklært for over.

Tiltakene fikk store konsekvenser for nesten alle barn og ungdom. De viktigste var at skolene i perioder ble stengt, med tilbud om digital hjemmeundervisning. Samtidig førte strenge sosiale begrensninger til at fritidsaktiviteter enten ble avlyst eller måtte organiseres på helt nye måter. I perioder var det heller ikke tillatt å være sammen med andre utenfor sin egen «kohort». Arbeidsplasser ble stengt, og foreldre mistet jobben eller ble permittert, mens andre måtte ha hjemmekontor. Innenfor de to årene som pandemien varte, varierte smitteverntiltakene i styrke – fra full nedstenging til perioder hvor samfunnet fungerte tilnærmet normalt. Tiltakene varierte også etter hvor i landet folk bodde, med strengere restriksjoner i områder med smittespredning. De mest sentrale geografiske områdene ble rammet i størst grad, men også enkelte mindre sentrale kommuner der smitten var spesielt høy.

I det dette notatet skrives, har det gått mer enn fem år siden Norge først stengte ned, og tre år siden smitteverntiltakene ble avsluttet. Selv om hverdagen for mange har normalisert seg og pandemien kan oppleves som en fjern hendelse, har det både under og etter pandemien blitt uttrykt engstelse for pandemiens

langsiktige konsekvenser for ungdom. Én sentral bekymring har vært at stengte fritidstilbud under pandemien svekket mulighetene for å delta i organiserte fritidsaktiviteter. For noen kan pandemien ha ført til at de sluttet – uten at de senere kom tilbake. I tillegg har mange vært bekymret for at den sosiale isolasjonen under pandemien bidro til redusert livskvalitet og økt forekomst av psykiske helseplager blant ungdom, men også negative påvirkninger på sosiale relasjoner, skoletrivsel og læringsresultater. Generelt har det vært stor uro for hvordan smitteverntiltakene kan ha påvirket ungdommens livssituasjon, selv om aldersgruppen i liten grad ble rammet av de helsemessige følgene av pandemien (NOU 2022: 5).

Det finnes en del forskning som viser hvordan ungdom hadde det under pandemien (se blant annet Bekkhus et al., 2020; Eriksen & Davan, 2020; von Soest et al., 2020), og litt om hvordan pandemien påvirket deltakelse i fritidsaktiviteter (Bakken et al., 2020; Bakken, 2022; Arnesen et al., 2022). Dette skal vi se nærmere på senere i dette kapittelet. Det er også noe forskning som viser hvordan situasjonen for ungdom var like i etterkant av pandemien (se for eksempel Kozák et al., 2023; Ljunggren et al., 2023; Nøkleby et al., 2023). Så langt er det imidlertid begrenset med studier som kan si noe mer systematisk om hvordan det har gått med ungdomsbefolkningen noen år etter at pandemien var over. Dette forskningsnotatet er et forsøk på å fylle noe av dette kunnskapshullet.

Med utgangspunkt i Ungdata-undersøkelsene gjennomført blant mange hundre tusen ungdommer det siste tiåret vil vi i dette forskningsnotatet gi et bredt bilde av ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter og hvordan ungdom som gruppe har hatt det i tiden under og etter pandemien. I tillegg ønsker vi å se nærmere på om utviklingen over tid har variert mellom ulike grupper av ungdom, med spesielt søkelys på forskjeller etter kjønn, alder og sosioøkonomisk status. Vi vil også sammenlikne utviklingen i geografiske områder med høyt og lavt smittenivå under pandemien. Vi er altså særlig opptatt av å undersøke om endringer som kan observeres under selve pandemien, har vært midlertidige, eller om det fortsatt kan spores konsekvenser to år etter at smitteverntiltakene ble opphevet.

Dersom man skal forstå mulige varige konsekvenser av pandemien for ungdom, er det etter vår vurdering avgjørende å se på de endringene som fant sted under pandemien – og utviklingen i etterkant – i lys av trender og utviklingstrekk før selve pandemien inntraff. Pandemien inntraff i en spesiell historisk tidsperiode, med store endringer i ungdoms hverdagsliv, særlig på det digitale området. Tiåret før pandemien var et tiår hvor samfunnet i økende grad ble digitalisert, og der ungdomslivet ble særlig påvirket av smarttelefoner, nye apper og økt tilgjengelighet til mobilt internett (Bakken et al., 2021). I denne tidsperioden økte skjermtiden og da spesielt hvor mye tid ungdom brukte på sosiale medier (Bakken, 2024). Konsekvensene av denne utviklingen har vi per i dag ikke full oversikt over – men mye tyder på at det påvirket hverdagen til ungdom

på mange av de områdene, som man også var bekymret for under pandemien, som for eksempel psykisk helse, vennskapsrelasjoner og ungdommenes skolemotivasjon og skoletrivsel (Haidt, 2024; Bakken & Ljunggren, 2025).

Når vi skal vurdere mulige varige konsekvenser av pandemien, vil vi altså undersøke utviklingstrekk i lys av de endringer som var på gang allerede før pandemien. Konkret vil vi bruke Ungdata, som har samlet inn data om norske tenåringer regelmessig i nesten alle norske kommuner siden 2014 og fram til og med 2024. Vi vil bruke ungdommers egen rapportering til å se nærmere på noen sentrale områder i deres hverdagsliv, avgrenset til det som har med deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter å gjøre, samt hvordan de unge selv opplever sin egen livskvalitet – deres subjektive opplevelse av eget liv målt gjennom framtidstro, psykiske plager og ensomhet – og hvordan de unge opplever relasjoner til foreldre, skole og venner. Analysene vil kunne gi svar på om det allerede var tegn til nedgang i deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, livskvalitet eller sosiale relasjoner før pandemien inntraff, og hvordan disse trendene utviklet seg under pandemien og i årene som fulgte – både for ungdomsbefolkningen som helhet, for ulike grupper av ungdom og for ungdom med tilhørighet i kommuner som ble ulikt rammet av smitte under pandemien.

Samtidig er det viktig å nevne at selv om det i dag har gått tre år siden ulike smitteverntiltak opphørte, er det tidlig å trekke endelige konklusjoner om de langsiktige konsekvensene for ungdoms liv. Mange av de effektene som eventuelt kan oppstå på lengre sikt, for eksempel når det gjelder utdanning, arbeidsliv og psykisk helse, kan tenkes å ta lengre tid før de blir tydelige. Dette forskningsnotatet gir derfor et viktig bilde av utviklingen de første årene etter pandemien, men det vil være nødvendig med videre oppfølging og forskning i årene framover for å få en mer fullstendig forståelse av pandemiens mulige langtidskonsekvenser for ungdom i Norge.

1.1 Organiserte fritidsaktiviteter under pandemien

For å forstå bekymringen for at pandemien og tilhørende smitteverntiltak kan ha hatt negative konsekvenser for ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, sosiale relasjoner og livskvalitet, vil vi se nærmere på hvordan ungdom ble påvirket under selve pandemien – på måter som kan ha preget hverdagen deres også i ettertid. Vi begynner med fritidsfeltet.

Smitteverntiltakene som norske myndigheter innførte under koronapandemien, hadde store, direkte følger for fritidstilbudet til barn og ungdom. I mars 2020 ble det som del av nedstengingen av samfunnet lagt ned forbud mot idretts-, kultur- og fritidsaktiviteter. Restriksjonene innebar blant annet at man bare kunne være fem personer sammen, det var ikke lov med fysisk kontakt, og man stengte blant annet ned idrettshaller, svømmehaller og treningssentre. Mange organisasjoner så seg nødt til å sette sin aktivitet i bero, noe som også rammet barne- og ungdomsaktiviteten. Først før sommeren 2020 gjorde en endret

smittesituasjon at det kom lettelse, men med begrensninger på deltakere og krav til fysisk avstand. Man kunne på dette tidspunktet samles i grupper på 20 personer innendørs og 50 personer utendørs, så sant man holdt avstand til hverandre. For idretten laget Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet en egen smittevernveileder. I realiteten opplevde mange organisasjoner at det var vanskelig å gjennomføre aktivitet i noe meningsfylt omfang i denne første perioden. Når aktiviteten først var stilt i bero, gjorde usikkerheten ved situasjonen og kostnadene ved å starte opp igjen at mange trolig holdt igjen. Lettelsene i smitteverntiltakene kom dessuten på et tidspunkt da mye av aktiviteten typisk ville ha blitt trappet ned i forkant av sommerferien. Undersøkelser bekrefter at frivillige organisasjoner innen idrett, kultur og fritid i stor grad valgte å avlyse de fleste medlemsaktiviteter i denne perioden (Arnesen & Sivesind, 2021).

Etter sommeren åpnet man opp for blant annet ungdomsidrett uten krav til fysisk avstand mellom deltakerne hvis de bodde i samme kommune. Det ble også gjort lettelse i antallet som kunne delta, slik at man nå kunne ha større aktiviteter. Dette ble imidlertid kortvarig, da det neste halvannet året ble preget av smittebølger der man stengte ned og så åpnet opp igjen. Spesielt rammet dette innendørs aktiviteter. I Oslo valgte man for eksempel å stenge ned innendørs fritidsaktiviteter fra november 2020 til mai 2021. I den trinnvise gjenåpningen av samfunnet fra våren 2021 ble barn og unge særlig prioritert. Det omfattet også fritidsaktiviteter, blant annet ved at man lettet på noen restriksjoner på innendørs idrettsarrangementer for barn. Først i september gjenåpnet man samfunnet for fullt, men dette ble fulgt av en ny, siste nedstenging fra desember 2021 til februar 2022.

Selv om smitteverntiltak satte begrensninger på barne- og ungdomsaktiviteter på ulike tidspunkter gjennom pandemien, var mange organiserte aktiviteter i gang igjen – men med tilpasninger. Organisasjoner forsøkte eksempelvis å drive aktiviteter utendørs, i mindre grupper eller på digitale flater, avhengig av hva som til enhver tid var tillatt (se Arnesen & Bollestad, 2021). Samtidig viser funn at en slik omstilling av aktiviteten kunne være krevende for både ansatte og frivillige. Det var en bekymring i en del organisasjoner for at det kunne påvirke rekrutteringen generelt, men også deltakelsen blant sårbare grupper av unge spesielt, fordi terskelen for å være med ble høyere (Arnesen, 2020).

Myndighetene satte inn flere økonomiske tiltak for å verne om idrett, kultur og frivillighet under pandemien. De gikk tidlig ut og fastslo at organisasjoner, klubber og foreninger ville få beholde statlige tilskudd selv om aktiviteten var satt på vent. Det ble dessuten etablert egne kompensasjonsordninger for bortfall av inntekter og merkostnader som følge av pandemien som særlig rettet seg mot organisasjoner som også favnet barn og unge, herunder idretts-, kultur- og fritidsaktiviteter. Hensikten var både å kompensere inntektstap som følge av avlyste aktiviteter og arrangementer, særlig tidlig i pandemien, og å muliggjøre aktivitet innenfor de begrensningene som smitteverntiltakene medførte

(Arnesen et al., 2020). I slutfasen av pandemien etablerte man derfor en stimuleringsordning som skulle bidra til å få fart på aktiviteten igjen. Tiltakene var motivert av at det også fra myndighetshold var en bekymring for at pandemien kunne føre til en grunnleggende svekkelse av aktiviteten og rekrutteringen til frivilligheten. Det var ikke uten grunn. Undersøkelser viser at under pandemien i 2021 var mye av kjerneaktiviteten i frivilligheten blitt redusert i forhold til normalnivået før pandemien, mange organisasjoner rapporterte om bortfall av både medlemmer og frivillige, og inntektene – men også kostnadene – gikk tilbake (Arnesen & Fladmoe, 2021).

Det var videre særlige bekymringer knyttet til følgene av smitteverntiltakene for utsatte grupper, deriblant barn og unge. Som del av egne tiltakspakker for sårbare barn og unge ble det gitt midler til områder som skole, helse og fritid (se Hoelt-Holt & Einarsdottir, 2023). Det ble blant annet satt av midler til ferie- og fritidsaktiviteter, aktivitetstilbud for barn i mottak og oppfølgings- og losfunksjoner for ungdom. Tilskudd ble kanalisert gjennom organisasjoner som Blå Kors, Norges Røde Kors, KFUK-KFUM og Den Norske Turistforening. I 2022 ble også tilskuddsordningene for inkludering av barn og unge reformert til en stor tilskuddsordning, «Tilskudd til inkludering av barn og unge», administrert av Bufdir. Ordningen forvalter midler i størrelsesordenen 500–750 millioner kroner. Selv om grunnene til reformeringen av ordningene var sammensatte og ikke skyldes pandemien spesifikt, retter den nye ordningen seg mot den målgruppen blant barn og unge som ble spesielt påvirket av pandemien, sårbare barn og unge. Målgruppen for ordningen er barn og unge fra 0 til og med 24 år som av ulike grunner står i fare for å havne i utenforskap.¹ Forsøksordningen med fritidskort i noen pilotkommuner ble også iverksatt under pandemien, og følgeforskning på dette tiltaket viser at kommuner med fritidskort hadde mindre nedgang i deltakelse sammenliknet med kommuner uten fritidskort (Arnesen et al., 2022). I sum har det dermed skjedd en rekke ting på tiltakssiden som kan bidra til å redusere synlige negative konsekvenser av pandemien på barn og unges fritidsdeltakelse.

Ungdata-undersøkelsene viser at unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter gikk litt ned under pandemien. Andelen som var med i organisasjoner, klubber, lag eller foreninger, gikk tilbake fra 55 prosent i perioden før pandemien (2018 til 2020) til 52 prosent under pandemien (i 2021). Det var små forskjeller etter skoletrinn og kjønn. Når det gjaldt andelen som hadde deltatt i en aktivitet siste måned, var det en mindre uttalt nedgang innen idrettslag og korps, kor og orkestre og musikk-/kulturskole, og større innen fritidsklubber, religiøse foreninger og annen organisert aktivitet (Bakken, 2022). Bakken et al. (2020) fant imidlertid at mange unge opplevde det som veldig negativt at de ikke kunne drive med idrett og andre faste fritidsaktiviteter i den første perioden av pandemien, i 2020.

1 For mer informasjon, se: <https://www.bufdir.no/tilskudd/inkludering-av-barn-og-unge/>.

Også i andre land finner man at pandemien hadde betydning for unges fritidsdeltakelse, men merk at det ikke finnes mye forskning på dette området direkte. Vi nevner her noen eksempler fra den internasjonale forskningen. En britisk kvalitativ studie av foreldre og unge (11–16 år) viste at barn følte de gikk glipp av muligheter og opplevde hverdagen som monoton uten fritidsaktiviteter (Gennings et al., 2023). Reduserte muligheter for å delta i fritidsaktiviteter førte imidlertid til en større verdsettelse av tidligere vanlige aktiviteter. Britiske ungdommer vurderte også manglende deltakelse i idrett som negativt for sin mentale helse (Sharp et al., 2022). En dansk studie viste at mange barn og unge ikke kunne delta i idrett og trening i foreninger, treningssentre og kveldsundervisning, men flere fikk samtidig mer tid til selvorganiserte aktiviteter i naturen og hjemme. Nedstengingen påvirket spesielt deltakelsen i organisert idrett. Selv om noen aktiviteter ble flyttet til digitale kommunikasjonsplattformer som Zoom, var det utfordrende å opprettholde engasjementet over tid (Ibsen & Jensen, 2022).

Selv om pandemien reduserte deltakelsen noe i pandemiårene både i Norge og i andre land, er det også flere mønstre i unges fritidsdeltakelse som holder seg stabile over tid. For det første er det ofte forskjeller mellom gutter og jenter. Noen aktiviteter er dominert av gutter, andre av jenter, mens noen har mindre kjønnsforskjeller (Seland et al., 2019). Ungdata-undersøkelsene viser at gutter deltar mer enn jenter i idrettslag, spesielt blant elever på videregående skole. Jenter på ungdomsskolen deltar derimot mer enn gutter i korps, kor og orkester samt på kultur- og musikkskole, mens forskjellen ikke er like markant på videregående nivå. Over tid har kjønnsforskjellene innen korps, kor og orkester og kultur- og musikkskole blitt mindre, mens de innen idrettslagene har holdt seg stabile (Bakken, 2022). En forklaring på kjønnsforskjellene i idrett, spesielt at de øker på videregående nivå, er at jentene har større frafall enn guttene (Bakken, 2019). Kjønnsmonstre i deltakelse går generelt på tvers av sosioøkonomisk status (Leversen et al., 2012).

For det andre avtar unges organiserte fritidsdeltakelse innen idrett, kultur og friluftsliv med økende alder (Arnesen & Hansen, 2024). Frafallet er mest markant innen organisert idrett, hvor mange typisk slutter tidlig i tenårene. Dette er blitt knyttet til eskalering av aktiviteten, hvor det stilles større krav etter hvert som barna blir eldre. Frafallet fra organiserte fritidsaktiviteter er imidlertid større både i absolutt og relativ forstand blant unge fra familier med lav sosioøkonomisk status (Jacobsen et al., 2021). Pandemien kan derfor tenkes å ha truffet unge i disse familiene spesielt.

1.2 Sosiale relasjoner og livskvalitet under pandemien

Utover stengte fritidsaktiviteter hadde smitteverntiltak også stor betydning for ungdoms hverdagsliv under pandemien. Det overordnede målet med tiltakene var å begrense fysisk sosial kontakt og antallet nærkontakter den enkelte hadde. I flere perioder var det restriksjoner på hvor mange som kunne møtes,

krav om fysisk avstand, bruk av kohorter og omfattende bruk av hjemmeundervisning (NOU 2022: 5). Samlet sett førte dette til at ungdoms fysiske kontakt med andre i perioder ble sterkt begrenset, særlig gjaldt det personer utenfor nærmeste familie. Den begrensede fysiske kontakten med andre påvirket på ulike måter ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet.

Videre var det i enkelte perioder regler og anbefalinger for hvor mange venner man kunne møte, noe som førte til at ungdom som tidligere var sosiale i større grupper, i større grad møttes i mindre grupper eller én-til-én. Dette førte til at mange måtte prioritere hvem de ønsket å tilbringe tid med. I tillegg ble det innført smittekarantene for personer som hadde vært i nærkontakt med noen som var smittet, eller som hadde oppholdt seg i områder med høyt smittenivå (NOU 2022: 5). De som fikk påvist smitte, måtte i isolasjon til de ble friske. Reiserestriksjoner, begrenset bruk av kollektivtransport og anbefalinger om å holde seg i egen kommune førte til mindre mobilitet blant unge (NOU 2022: 5). Samtidig varierte både smittesituasjonen og bruk av tiltak geografisk. Norske kommuner hadde en sentral rolle i pandemihåndteringen, og nasjonale smitteverntiltak ble tilpasset lokalt på grunn av variasjoner i smittesituasjon (Baldersheim et al., 2024). Kommunene hadde et relativt stort mulighetsrom til å implementere tiltak som gikk utover de nasjonale retningslinjene. Kommuner med høy grad av sentralitet innførte ofte strengere lokale tiltak enn mindre sentrale kommuner på grunn av høyere smittenivå (Baldersheim et al., 2024).

Det mest inngripende tiltaket for ungdom var likevel skolestengingen og lengre perioder med hjemmeundervisning. I Norge var skolene først helt stengt fra midten av mars 2020, med gradvis gjenåpning gjennom våren. Deretter fulgte nye perioder med delvis eller full stenging, særlig under smittebølgene høsten 2020 og vinteren 2021. Mange ungdommer opplevde lange perioder med hjemmeskole, redusert kontakt med lærere og medelever og begrensede muligheter for faglig og sosial støtte. Samlet sett førte ulike tiltak til at ungdom var mindre fysisk sammen med jevnaldrende.

Allerede tidlig i pandemien ble det uttrykt bekymring for hvordan tiltakene ville påvirke ungdoms livskvalitet, læring og sosiale relasjoner. Fraværet av fysisk skolegang og andre smitteverntiltak endret kontakten ungdom hadde med både venner, familie og lærere. Mange fryktet at dette kunne bidra til en økning i ungdoms psykiske helseplager og lavere skolemotivasjon. Stengte skoler og restriksjoner på sosial kontakt kunne gjøre det vanskelig å opprettholde vennskap og utvikle sosiale ferdigheter. En annen sentral bekymring var at pandemien skulle forsterke sosiale forskjeller. I den offentlige debatten var man særlig opptatt av at ungdom fra ressurssterke familier hadde bedre forutsetninger for å håndtere hjemmeskole og sosial isolasjon, blant annet på grunn av større plass hjemme, bedre digital tilgang og støtte fra foreldre.

Folkehelseinstituttet har oppsummert forskning på konsekvensene av pandemien for barn og unge, særlig knyttet til livskvalitet og psykisk helse. De fant at tendensen under pandemien var redusert trivsel og økt forekomst av

angst- og depresjonssymptomer blant barn og unge over 10 år. Videre varierte erfaringene med hjemmeskole og digital undervisning, men det ble pekt på læringstap under nedstengingene. I tillegg rapporterte mange barn og unge et stort savn etter venner i begynnelsen av pandemien, men det er usikkert om ensomheten faktisk økte (Nøkleby et al., 2023).

I Norge ble det gjennomført flere spørreundersøker for ungdom under selve pandemien. En studie som ble gjennomført under den første nedstengingen våren 2020, fant en klar nedgang i livstilfredshet og subjektiv livskvalitet blant ungdom i Oslo (von Soest et al., 2020). Bekkhus et al. (2020) viste også at norsk ungdom i starten av pandemien savnet fysisk kontakt med venner, og at mangelen på fysisk kontakt med jevnaldrende var assosiert med både ensomhet og dårligere psykisk helse. Bakken et al. (2020) fant at mange opplevde ensomhet under den første nedstengingen, men at tallene ikke var mye høyere enn ellers. Videre fant Bakken et al. (2020) at pandemien medførte flere bekymringer for de unge, blant annet om familiens økonomiske situasjon og frykt for at noen i familien skulle bli syke. Samtidig brukte godt over halvparten mer tid enn vanlig på å gjøre hyggelige ting med familien, og hver femte Oslo-ungdom opplevde i starten av pandemien at den alt i alt hadde flere positive enn negative konsekvenser (Bakken et al., 2020). En undersøkelse fra Norsk Friluftsliv (2021) fant også at mange unge flyttet sosiale aktiviteter utendørs i periodene med restriksjoner.

En kvalitativ studie av Eriksen og Davan (2020) undersøkte hvordan norske ungdommer erfarte og håndterte perioden med de strengeste smitteverntiltakene. De fant opplevelser av savn og tap, men også eksempler på mobilisering og tilpasning. Eriksen og Davan (2020) deler ungdommenes erfaringer inn i fire kategorier. Omtrent halvparten mente nedstengingen stort sett gikk greit – de satte pris på mer tid med familien, men savnet venner. Skolearbeidet ble imidlertid mer krevende og var preget av manglende motivasjon. En annen gruppe opplevde nedstengingen som en lettelse fordi de fant det sosiale på skolen utfordrende, mens en tredje gruppe så nedstengingen som en mulighet til å fokusere på skolearbeidet. For en siste gruppe var nedstengingen først og fremst en vanskelig tid, preget av tap og utfordringer.

Et funn fra internasjonale forskningsgjennomganger er at unge som allerede var marginaliserte eller sårbare på ulike måter, ser ut til å ha vært særlig utsatt for de negative konsekvensene av smitteverntiltakene (Panda et al., 2021; Gibson et al., 2021). Dette gjelder spesielt innenfor områder som ensomhet og psykiske helseplager (Panda et al., 2021; Gibson et al., 2021). Flere norske studier samt Parr-rapporten (Parr et al. 2021) og Koronakommisjonens andre rapport (NOU 2022: 5) fant at ungdom i sårbare situasjoner ble særlig rammet av pandemiens negative konsekvenser. Dette gjaldt spesielt unge med utfordrende hjemmeforhold (Augusti et al., 2021; Eriksen & Davan, 2020; Hafstad & Augusti, 2020; Holt et al., 2020; Øverli & Gundersen, 2020) og elever med behov for særskilt tilrettelegging i skolen (Gilje et al., 2020).

Selv om flere studier peker på at majoriteten av skolelever ikke ble sterkt negativt påvirket (Caspersen et al., 2021), er det tydelig at enkelte grupper var mer utsatt. En nederlandsk studie viste også at elever med spesialundervisning ble spesielt påvirket av pandemien (Hornstra et al., 2022). Norske kvalitative studier peker også på at tilbudet til barn og unge med funksjonsnedsettelse ble svekket under pandemien (Jacobsen & Böhler, 2023; Østerud, 2024).

Når det gjelder forskjeller etter familiens sosioøkonomiske status, spriker litteraturen mer. Lehmann et al. (2020) fant at ungdoms bekymringer under pandemien var større blant ungdom med lavere sosial status og ungdom med innvandrerbakgrunn. Samtidig fant Bakken et al. (2020) at de sosioøkonomiske forskjellene i livskvalitet og tilfredshet var mindre under den første fasen av pandemien enn før.

Mye av forskningen på ungdoms sosiale relasjoner, skoletrivsel og livskvalitet er gjort i pandemiens første fase. Imidlertid er det viktig å huske på at smittevern-tiltakene – i varierende form og intensitet – varte i nesten to år. Enkelte geografiske områder ble mer rammet enn andre. Konsekvensene av gjentatte nedstenginger og restriksjoner kan derfor ha vært annerledes enn de umiddelbare effektene som ble dokumentert i begynnelsen av pandemien. Over tid kan perioder med usikkerhet, sosial distansering og endringer i hverdagen ha forsterket enkelte utfordringer, som psykiske helseplager eller svekkede sosiale relasjoner. Derfor er det avgjørende å undersøke om ungdom også ble påvirket på lengre sikt, og om noen av disse endringene har skapt varige spor.

1.3 Forskningsspørsmål og forskningsdesign

I dette notatet vil vi undersøke hvordan utviklingen i ungdoms deltakelse i fritidsaktiviteter og opplevelser av sosiale relasjoner og livskvalitet har vært i tiden før pandemien, under pandemien og opptil to år etter at pandemien var over. Et viktig spørsmål er om ulike deler av ungdomsbefolkningen ble rammet på samme måte, eller om det kan spores forskjellige utviklingstrekk for ulike grupper. Har utviklingen i etterkant av pandemien vært særlig utfordrende for ungdom i geografiske områder som ble spesielt hardt rammet av pandemien? I notatet gir vi altså både et bilde av ungdomsbefolkningen som helhet og av ulike grupper av ungdom, der vi skiller mellom ungdom etter kjønn, alder og sosioøkonomisk status. Vi vil også se nærmere på om utviklingen over tid har variert mellom ungdom fra kommuner med lavt versus høyt smittenivå. Problemstillingene er viktige, fordi svarene på dem vil kunne si noe om mulige varige konsekvenser av de inngripende smitteverntiltakene og de negative effektene av disse på ungdom under pandemien.

Teoretisk kan langtidskonsekvenser av pandemien tenkes å slå ut på ulike måter. Pandemien representerte en ekstraordinær hendelse i barn og unges liv, og de erfaringene de gjorde seg, kan ha satt varige spor og dermed fått langsiktige effekter på deres fritidsmønstre, sosiale relasjoner og livskvalitet

senere i ungdomstiden. Når det gjelder forskning på dette, viser Kozák et al. (2023) at i den første perioden etter at Norge opphevet alle pandemirelaterte restriksjoner, rapporterte ungdommer lavere tilfredshet med vennskapsforhold og mindre optimistiske framtidsutsikter, men mindre følelse av ensomhet sammenliknet med langsiktige nasjonale trendestimater. Kozák et al. (2023) finner også at ungdommer fra familier med lav sosioøkonomisk status opplevde mer negative endringer på flere områder, både under og rett etter pandemien. Resultatene ga en indikasjon på at økende sosial ulikhet blant ungdom under pandemien kan være av en mer varig karakter. Samtidig er studien gjennomført kort tid etter pandemien, og det trengs mer forskning før man kan si noe sikkert om dette er en situasjon som har vedvart.

En annen mekanisme som kan gi langtidskonsekvenser av pandemien, handler om endringer på institusjonelt nivå. Pandemien tvang både skolene og fritidsorganisasjonene til å tilpasse seg nye, mer fleksible løsninger. Skolene har for eksempel økt bruken av digitale verktøy. En kunnskapsoppsummering av forskningen om pandemiens innvirkning på opplæringen og dens organisering (Ljunggren et al., 2023) viste at elever og lærere i ungdomsskolen generelt synes å ha mestret nedstengingen på grunn av koronapandemien på en god måte, med minimale langtidskonsekvenser. Likevel ser de at for elever med spesielle utfordringer var stengte skoler assosiert med negative læringsutfall og negative emosjonelle utfall (Hammerstein et al., 2021). Når det gjelder organiseringen av fritidsaktiviteter, tyder mye på at de frivillige lagene og foreningene som driver fritidsaktiviteter for barn og unge i Norge, har fått tilbake sitt tidligere aktivitetsnivå i stort. Flertallet av lokale lag og foreninger opplevde ikke endringer i antallet medlemmer eller frivillige under pandemien. De organisasjonene som rapporterte om bortfall av medlemmer og frivillige, var imidlertid særlig organisasjoner innenfor idrett, kultur og samfunn – blant dem de som organiserer fritidsaktiviteter for barn og unge (Fladmoe & Arnesen, 2022). Men i 2023 var også disse organisasjonene, i stort, tilbake til 2019-nivå. Dette gjelder også for Oslo-området som hadde de strengeste smittevern-tiltakene. I en analyse av unges åpne svar på spørsmål i Ung i Oslo-undersøkelsen i 2023 om årsaker til at de sluttet i fritidsaktiviteter, er det kun 1,6 prosent av 2430 unge som oppgir «covid» som en (av) grunn(ene) til at de sluttet (Hansen et al., 2024).

Det er fortsatt behov for mer kunnskap om pandemiens mulige langtidskonsekvenser for ungdoms hverdagsliv. Tidligere forskning har i stor grad fokusert på perioden forholdsvis tett opp mot pandemiens slutt. Vårt bidrag er å undersøke hvordan situasjonen ser ut to år etter at pandemien var over. Med utgangspunkt i Ungdata-undersøkelsene vil vi analysere utviklingen i ungdoms sosiale relasjoner, livskvalitet og deltakelse i fritidsaktiviteter i perioden fra 2014 og fram til 2024.

For å vurdere om det som skjedde under pandemien, har hatt varige konsekvenser, er det nødvendig å se utviklingen i et lengre tidsperspektiv – både i

årene etter og før pandemien. Det er imidlertid ikke tilstrekkelig å sammenlikne med situasjonen rett før pandemien brøt ut. For å få et mer presist bilde må vi også ta hensyn til eventuelle trender og utviklingstrekk som fant sted i tiden før pandemien: Var det allerede tegn til nedgang i deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, livskvalitet eller sosiale relasjoner? Var utviklingen over tid positiv – eller var den mer preget av stabilitet? Og hvordan var situasjonen to år etter pandemien? Skiller den seg tydelig fra situasjonen under pandemien og fra de trendene som preget tiden i forkant av pandemien? Slike spørsmål er avgjørende, fordi endringer under – og etter – pandemien må tolkes i lys av den utviklingen de kom i forlengelsen av. En negativ utvikling som føyer seg inn i en allerede nedadgående trend, gir for eksempel et annet bilde enn et fall som oppstår etter en periode med stabilitet eller forbedring.

For å si noe om nivåene på ulike variabler bruker vi Ungdata fra våren 2021 som uttrykk for situasjonen under pandemien. En styrke ved dette er at vi får fanget opp ungdommenes erfaringer på et tidspunkt hvor smitteverntiltak fortsatt preget hverdagen, men hvor mange hadde tilpasset seg en ny normalsituasjon med kohorter, avstandskrav og til dels reduserte fritidstilbud. Samtidig innebærer det noen svakheter. Datainnsamlingen ble gjennomført i skoletiden, og skolene var åpne i store deler av landet på dette tidspunktet. Dette betyr at vi ikke fanger ungdommenes erfaringer fra periodene med de strengeste tiltakene, som under den første nedstengingen våren 2020 eller under smittebølgene med delvis stengte skoler vinteren 2021. Undersøkelsen gir derfor et bilde av pandemien slik den artet seg i en fase med moderate restriksjoner, og kan undervurdere i hvor stor grad de mest inngripende tiltakene faktisk påvirket ungdoms liv. Kommunene gjennomførte heller ikke undersøkelsen på samme tidspunkt, slik at smittenivå under selve datainnsamlingen vil kunne variere mellom ulike kommuner.

1.4 Strukturen på notatet

I kapittel 2 går vi nærmere inn på metodiske spørsmål. Her redegjør vi for datagrunnlaget, hvordan sentrale variabler er operasjonalisert, samt analysestrategien som er benyttet for å kartlegge mulige varige konsekvenser av pandemien. Forskningsdesignet er inspirert av von Soest et al. (2022) og Kozák et al. (2023) som også har undersøkt hvordan pandemien har påvirket ungdom i Norge ved å bruke Ungdata. Kapittel 3 omhandler deltakelse i ulike organiserte fritidsaktiviteter, mens kapittel 4 tar for seg utviklingen i ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet. I kapittel 5 oppsummer vi de viktigste funnene og diskuterer implikasjonen av dem i det avsluttende kapittel 6.

2 Metode og data

I dette kapittelet redegjør vi for metode og data. Vi starter med å beskrive analysestrategien som er valgt for å svare på forskningsnotatets problemstillinger. Deretter redegjør vi for datamaterialet som er brukt i de statistiske analysene, det vil si Ungdata-undersøkelser gjennomført i 349 kommuner i perioden 2014 til 2024. Til slutt i kapittelet redegjør vi for hvordan variablene i notatet er operasjonalisert.

2.1 Analysestrategi

Målet med dette forskningsnotatet er å bidra til forskningen om koronapandemiens varige konsekvenser for ungdoms hverdagsliv, basert på målinger to år etter at pandemien var over. Problemstillingene handler om å avdekke hvorvidt pandemiens restriksjoner og konsekvensene av disse har ført til varige endringer i ungdoms hverdagsliv – sammenliknet med en hypotetisk situasjon uten pandemi. Å gi et eksakt svar på slike hypotetiske spørsmål er imidlertid svært vanskelig, om ikke umulig, fordi vi aldri fullt ut kan vite hva som ville skjedd i fravær av pandemien. Likevel finnes det samfunnsvitenskapelige metoder som kan gi sannsynlige svar, noe som forutsetter tilgang til repeterte data som fanger opp utviklingen over tid med identiske måleinstrumenter og sammenliknbare utvalg.

Slike data finnes i Ungdata, der elever i ungdomsskolen og videregående opplæring over hele landet har svart på identiske spørsmål om ulike sider ved hverdagslivet sitt. I dette prosjektet avgrensner vi analysene til data fra perioden 2014 til 2024. Denne tidsperioden gir et godt grunnlag for å beskrive situasjonen i årene før pandemien, samtidig som den gjør det mulig å følge ungdomsbefolkningen i opptil to år etter at pandemien var over. Avgrensningen er også begrunnet med at undersøkelsen fra og med 2014 og framover har hatt med et stort antall identisk stilte spørsmål, og fra dette tidspunktet har undersøkelsen blitt gjennomført gjentatte ganger i de aller fleste kommuner i Norge – både på ungdomstrinnet og i videregående opplæring.

Mulig analysestrategi

Opprinnelig var planen i dette prosjektet å bruke disse dataene til å sammenlikne en bestemt kohort som opplevde pandemien som tenåringer, med en eldre kohort som var tenåringer før pandemien. Selv om Ungdata ikke følger de samme ungdommene over tid, var ideen å bruke et såkalt kvasilongitudinelt design der elever i første klasse på videregående skole (vg1) som deltok i Ungdata i 2024, ble sammenliknet med 8.-trinns elever som deltok i Ungdata i 2021. Planen var å undersøke hvordan utviklingen for denne kohorten (eksperimentgruppe) skilte seg fra en kontrollgruppe av eldre kohorter som ikke

opplevde pandemien som tenåringer. Hvis pandemien for eksempel hadde en varig effekt på ungdoms fritidsdeltakelse, ville vi forvente å observere større endringer fra 8. trinn til vg1 i gruppen som var tenåringer under pandemien, sammenliknet med gruppen som var tenåringer før pandemien.

En utfordring med dette designet er at det ikke fanger opp eventuelle trender som har skjedd i forkant av pandemien. Siden kontrollgruppen består av eldre kohorter undersøkt i tidligere år, kan eventuelle endringer i for eksempel fritidsvaner mellom 8. trinn og vg1 skyldes andre samfunnsmessige trender enn pandemien. Generelle utviklingstrekk i ungdoms fritidsbruk eller selvrapporterte psykiske helseutfordringer, uavhengig av pandemien, kan ha påvirket også disse kohortene. Dersom slike fenomener gradvis har endret seg over tid – for eksempel som følge av digitalisering, økt skolepress eller andre faktorer – kan det være vanskelig å isolere pandemiens effekt uten metoder som også fanger opp trendene i forkant av pandemien, og ikke bare i etterkant.

Vår analysestrategi: samfunnsmessige vekstkurver

I stedet for det kvasilongitudinelle designet valgte vi å bruke en metode kjent som «societal growth curves», som kan oversettes til «samfunnsmessige vekstkurver». Denne metoden gjør det mulig å studere endringer over tid ved å utnytte gjentatte tverrsnittsdata fra ulike geografiske områder og ungdomskohorter. Prinsippet er at man kan identifisere utviklingstrender i en populasjon ved å sammenlikne flere kohorter på ulike tidspunkter og analysere hvordan ulike indikatorer endrer seg over tid. Målet er å forstå hvordan trendene utviklet seg i forkant av pandemien, sammenlikne dette med situasjonen under pandemien basert på data fra 2021 og analysere utviklingen i årene etter pandemien med data fram til 2024.

I vårt tilfelle innebærer dette at vi følger utviklingen i ungdoms hverdagsliv på befolkningsnivå før, under og etter pandemien ved å analysere data fra årlige Ungdata-undersøkelser i ulike kommuner. Selv om Ungdata ikke gir mulighet til å følge enkeltindivider over tid, kan vi gjennom samfunnsmessige vekstkurvemodeller analysere hvordan mønstre i ungdoms hverdagsliv utvikler seg på kommunenivå. Dette gir oss et grunnlag for å vurdere hvorvidt pandemien har hatt mulige varige konsekvenser for ungdoms hverdagsliv, sett i lys av generelle samfunnsendringer i forkant av pandemien.

Samfunnsmessige vekstkurvemodeller estimeres ved hjelp av regresjonsmodeller med tre hierarkiske nivåer: Individer (laveste nivå) er gruppert innen kommune-år (andre nivå), som igjen befinner seg innenfor kommune (øverste nivå). Metoden gjør det mulig å undersøke hvordan en aggregert individuell egenskap (for eksempel deltagelse i organiserte fritidsaktiviteter) utvikler seg over tid i gjentatte utvalg fra ulike kommuner, og gir robuste estimer for endringer på tvers av lokale undersøkelser.

En fordel med denne metoden er at den utnytter den komplekse datastrukturen i Ungdata, hvor kommuner typisk gjennomfører undersøkelsen med tre års mellomrom, ofte sammen med andre kommuner i sitt fylke. De fylkesvise undersøkelsene gjennomføres i ulike år, men de fleste kommuner har hatt minst én måling innenfor en treårsperiode. Unntak finnes: Noen kommuner har gjennomført oftere, andre sjeldnere, og mange av undersøkelsene som opprinnelig var planlagt for 2020, ble utsatt eller gjentatt i 2021 grunnet nedstengingen i mars 2020. Undersøkelsen i Oslo, som er den største Ungdata-undersøkelsen, ble for eksempel gjennomført i 2015, 2018, 2021 og 2023.

For å måle endringer over tid estimerte vi den underliggende trenden i forkant av pandemien. Dette ble gjort ved å inkludere en variabel som angir antall år siden første måling i 2014. Siden det ikke er gitt at utviklingen har gått i en rett linje, estimerte vi en kurvelineær trend ved hjelp av kvadratiske tidsledd. I tillegg inkluderte vi dummyvariabler for målingene under pandemien (2021) og for årene etter pandemien. For perioden etter pandemien ble 2022 analysert separat, mens data fra 2023 og 2024 ble slått sammen. Bakgrunnen for dette var at 2023-målingen består av data fra seks kommuner, hvorav én var Oslo kommune, mens 2024-målingen inkluderte over 200 kommuner. I framstillingen har vi for enkelthets skyld valgt å presentere tallene som 2024, da 80 prosent av dataene som ble samlet inn disse to årene, var i 2024. Ved å slå sammen disse tidspunktene fikk vi mer robuste estimater. Dummyvariablene fanget dermed opp hvorvidt estimatene under pandemien og i etterkant avvek fra den generelle tidstrenden.

En annen fordel med denne metoden er at den gjør det mulig å estimere forskjeller i utvikling over tid for ulike grupper av ungdom samt sammenlikne utviklingstrender mellom geografiske områder. Vi har utnyttet dette i prosjektet ved å undersøke hvorvidt utviklingen har vært forskjellig for gutter og jenter, for ulike aldersgrupper, for ungdom med ulik sosioøkonomisk bakgrunn samt for kommuner med ulik smittebelastning under pandemien. Rent praktisk ble dette analysert ved å inkludere interaksjonsvariabler mellom de aktuelle bakgrunnsvariablene og tidsvariablene som fanger opp situasjonen under og etter pandemien.

Metoden vi har valgt, innebærer at en gitt avhengig variabel (f.eks. deltakelse i organisert idrett) ble modellert som en funksjon av gjennomsnittsnivået (konstantleddet) på kommunenivå, tidstrenden i forkant av pandemien samt dummy-koeffisientene for pandemiåret 2021, 2022 og 2024. Disse koeffisientene angir avvik i den avhengige variabelen utover den generelle trenden uttrykt av vekstkurven for de respektive tidspunktene. Tilfeldige konstantledd ble inkludert både på kommunenivå og for kommune-årnivå, og disse ble, sammen med feilleddet på individnivå, antatt å være normalfordelt med et gjennomsnitt på 0. For å kontrollere for individuelle sammensetningsforskjeller som kunne påvirke de samfunnsmessige vekstkurvene eller estimatene for pandemiens og post-

pandemiens effekter, ble kjønn, alder og sosioøkonomisk status inkludert som kontrollvariabler i alle modeller.

Alle avhengige variabler ble operasjonalisert som dummyvariabler kodet 0 eller 100, noe som innebærer at de estimerte regresjonskoeffisientene kan tolkes som endringer i prosentpoeng.

Alle prediktorer og kontrollvariabler ble sentrert etter gjennomsnittet for hele utvalget. Dette ble gjort for å lette modellkonvergens og for å gjøre det enklere å tolke estimatene. Analysene ble gjennomført ved hjelp av regresjonsmodellen MIXED i Stata versjon 17. For mer detaljer rundt det metodiske designet, se von Soest et al. (2022) og Kozák et al. (2023).

2.2 Om Ungdata

Ungdata er standardiserte ungdomsundersøkelser som tilbys gratis til alle landets kommuner og fylkeskommuner. Målet er å gi en lokal, regional og nasjonal oversikt over hvordan ungdom har det, og hva de driver med i fritiden. Undersøkelsen dekker bredden av ungdoms hverdagsliv og gir et helhetlig bilde av deres livskvalitet og fritidsvaner.

Elevene besvarer et elektronisk spørreskjema i skoletiden, med en lærer eller annen voksen til stede. Den lokale gjennomføringen skjer i regi av kommuner og fylkeskommuner, i samarbeid med de regionale kompetansesentrene innen rusfeltet (KORUS). Alle undersøkelsene gjennomføres i løpet av vårhalvåret, de fleste i januar, februar eller mars, men også noen i april og mai.

Kommuner og fylkeskommuner velger selv når de vil gjennomføre undersøkelsen, men de fleste samordner seg fylkesvis for å gjennomføre den samtidig. Vanligvis gjennomføres undersøkelsen hvert tredje år, og i løpet av en treårsperiode har de fleste kommunene i Norge deltatt. Resultatene brukes av kommunene til å forbedre situasjonen for barn og unge.

Spørreskjemaet har en obligatorisk del som benyttes i alle kommuner. Denne «grunnmodulen» inneholder rundt 160 spørsmål, hvorav mange har vært med siden minst 2014. Modulen revideres med jevne mellomrom. Kommunene kan også supplere med ferdig definerte tilleggsmoduler eller egne spørsmål innenfor temaer de ønsker å prioritere. I dette forskningsnotatet benytter vi kun spørsmål fra fellesdelen av spørreskjemaet.

Ungdata gjennomføres i henhold til forskningsetiske retningslinjer innen samfunnsfag og humaniora. All deltakelse er basert på frivillighet, der ungdom som har samtykke fra foresatte, selv velger om de vil delta. De kan også hoppe over spørsmål eller trekke seg underveis.

Både ungdommene og deres foresatte informeres om undersøkelsen i forkant. Foresatte til elever på barne- og ungdomsskolen må samtykke til at barnet deres kan delta. De som samtykker, trenger ikke foreta seg noe, mens foresatte

som ikke ønsker at barnet deres skal delta i undersøkelsen, må si fra til skolen/kontaktlærer før undersøkelsen gjennomføres.² Foresatte til elever i alderen 16–17 år på videregående gis også mulighet til å reservere sitt barn fra å være med i undersøkelsen og må i så fall si ifra til skolen.

På ungdomstrinnet er undersøkelsen anonym, mens det samles inn noen flere bakgrunnsvariabler på videregående. Undersøkelsen for videregående innebærer behandling av indirekte personopplysninger. NOVA har sammen med Sikt – Kunnskapsektorens tjenesteleverandør foretatt en personvernkonsekvensvurdering, som er vurdert av personvernombudet ved OsloMet og godkjent av instituttdirektøren ved NOVA.

Dataene lagres i den nasjonale Ungdatabasen, som forvaltes av NOVA. De brukes i forskningsprosjekter, i spesialanalyser for kommuner og fylkeskommuner samt av studenter og statlige myndigheter. For mer informasjon, se www.ungdata.no.

2.3 Datamaterialet

Datamaterialet som brukes i analysene, er trukket fra Ungdatabasen og omfatter alle Ungdata-undersøkelser gjennomført i perioden 2014 til 2024. Siden 2014 har de fleste kommuner deltatt i Ungdata flere ganger – både på ungdomstrinnet og videregående – noe som gjør det mulig å følge utviklingen over tid. Fra dette datasettet har vi utelatt de eldste ungdommene i Ungdata, det vil si elever som går på vg3. Dette skyldes at svarprosenten på dette trinnet generelt er lavere, blant annet fordi mange av de ungdommene som har valgt yrkesfag, ikke lenger går på skole. Datasettet er dermed avgrenset til elever fra 8. trinn til og med vg2. Siden undersøkelsene gjennomføres fra januar til mai, betyr det at de fleste deltakerne er i alderen 13–17 år, men noen har fylt 18.

Tabell 2.1 gir en oversikt over datamaterialet som er brukt i analysene, både antallet ungdommer og antallet kommuner som har deltatt hvert år. Tabellen viser at den samlede svarprosenten har vært svært høy, og at det er noe variasjoner over tid. Svarprosenten er lavest i 2020, noe som skyldes at en god del av undersøkelsene ble avbrutt av skolestengingen som ble innført i mars det året. Noter imidlertid at svarprosenten i 2020 fortsatt er høy og dermed ikke skal ha noen særskilt innvirkning på analysene som er gjort.

2 Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsfag og humaniora (NESH) har gitt en uttalelse om bruk av passivt samtykke fra foresatte i Ungdata-undersøkelsene. NESH finner at det er forsvarlig å basere seg på passivt samtykke fra foresatte i gjennomføringen av Ungdata når kravene til informasjon og reservasjon er ivaretatt. [Les NESHs uttalelse her \(forskningsetikk.no\)](https://forskningsetikk.no).

Tabell 2.1 Oversikt over datamaterialet brukt i analysene

		Antall ungdommer	Antall kommuner	Svarprosent
Før pandemien	2014	42 487	89	82
	2015	66 657	112	77
	2016	67 616	133	81
	2017	98 375	148	81
	2018	63 047	111	80
	2019	107 125	142	83
	2020	32 732	97	61
Under pandemien	2021	126 415	209	77
Etter pandemien	2022	101 187	124	79
	2023	27 029	6	73
	2024	107 597	209	79
	Totalt	840 267	349 [#]	79

Note: Ungdata 8. trinn–vg2.

Antallet kommuner viser her til kommunestrukturen slik denne var etter regionsreformen som ble innført i 2020.

At antallet kommuner ble spesielt høyt i 2021, skyldes at mange av kommunene som gjennomførte eller planla gjennomføring i 2020, fikk tilbud om å delta på nytt i 2021, noe svært mange kommuner valgte å gjøre.

Undersøkelsen i 2022 ble i all hovedsak gjennomført etter at alle restriksjonene var over. Men det var også kommuner som gjennomførte Ungdata i januar og starten av februar det året.

Kolonnen i tabellen over som viser antall kommuner, er beregnet ut fra kommunestrukturen som gjelder fra 2020. Det betyr at kommuner som ble slått sammen i forbindelse med regionsreformen i 2020, er omkodet tilbake i tid. Dette er gjort for å sikre at analysene følger kommunene over tid. Mange av de sammenslåtte kommunene gjennomførte Ungdata samtidig også før reformen. I noen tilfeller skjedde undersøkelsen på ulike tidspunkter, mens i andre tilfeller var det bare enkelte av de tidligere kommunene som deltok. Likevel har vi valgt å omkode alle de gamle kommunene til den nye strukturen for å bevare mest mulig informasjon. For å få med mest mulig informasjon om situasjonen i 2020, det året datainnsamlingen ble avbrutt på grunn av pandemien, er alle påbegynte, men ikke fullførte undersøkelser fra dette året inkludert.

Dataene fra Ungdata egner seg godt til landsrepresentative beskrivelser av temaene i fellesdelen av spørreskjemaet. En mulig begrensning er at undersøkelsen kun omfatter elever som er til stede på skolen. Elever som er syke eller av andre grunner fraværende på undersøkelsestidspunktet, er underrepresentert, og på videregående vil ungdom som har sluttet på skolen, ikke være med. Likevel går de aller fleste i denne aldersgruppen på skole, og

fraværet er begrenset. Vi har derfor ikke grunn til å tro at dette medfører store skjevheter i representativiteten. Den høye svarprosenten gir et solid grunnlag for å generalisere funnene.

2.4 Operasjonalisering av variabler

I analysene undersøker vi deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, relasjoner til foreldre, venner og skole samt følgende mål på livskvalitet: framtidstro, psykiske plager og ensomhet. Alle variablene er basert på selvrapportering og er hentet fra Ungdata sin fellesdel i spørreskjemaet. De er stilt på samme måte i alle undersøkelsene som er gjennomført innenfor det tidsrommet denne studien omfatter. De konkrete spørsmålsformuleringene og hvordan vi har kodet disse variablene, presenteres i forbindelse med presentasjonen av analysene.

I tillegg har vi brukt noen sosiodemografiske bakgrunnsvariabler. Kjønn er målt gjennom spørsmålet: «Er du gutt eller jente?» Siden alle variabler er kodet slik at de er sentrert rundt det totale gjennomsnittet i hele datasettet (forklart i 2.1 Analysestrategi), er gutter kodet $-0,49$ og jenter $0,49$. Dette er fordi det er 49 prosent jenter og 51 prosent gutter i hele datasettet. Fra 2020 har det i tillegg til gutt/jente vært muligheter for å svare «annet» eller «annen kjønnsidentitet». Denne gruppen, sammen med de som ikke har svart på spørsmålet om kjønn, er i analysene kodet til 0. På denne måten sikrer vi at de ikke faller utenfor analysene.

Variabelen alder er basert på en omkoding av elevenes svar på spørsmål om hvilket klassetrinn de går på. Siden 10. trinn utgjør det midterste trinnet i denne undersøkelsen, er alle som går på dette trinnet, kodet til 0. Elever på 9. trinn er kodet -1 , og elever på 8. trinn er kodet -2 . Elever på vg1 er kodet 1, og elever på vg2 er kodet 2. For å inkludere flest mulig i analysene er alle med ugyldige svar (trinn ikke oppgitt av eleven) på spørsmålet om klassetrinn kodet til -1 dersom de går på ungdomstrinnet, og til 1,5 dersom de går på videregående. Vi har her valgt midtkategorien, gitt det skoleslaget de går på.

Sosioøkonomisk status (SØS) er målt ved hjelp av et samlemål basert på spørsmål om hvor mange av foreldrene som har høyere utdanning, antallet bøker i hjemmet samt fire ledd fra Family Affluence Scale II (Currie et al., 2008): antallet datamaskiner og biler i familien, om ungdommen har eget soverom, og om feriereiser med familien det siste året. Det ble først konstruert en sumskår på en skala fra 0 til 3 basert på prosedyrer utviklet av Bakken et al. (2016). Siden skårene på SØS-variabelen varierer noe med hvilket år datainnsamlingen ble gjennomført, er skårene standardisert til z-skårer separat i ulike perioder. Standardiseringen innebærer at en ungdom som har gjennomsnittlig skår på denne variabelen, har verdien 0. Standardavviket i fordelingen er 1. I analysene vil vi sammenlikne ungdom som ligger henholdsvis ett standardavvik under og over gjennomsnittet. Dette tilsvarer 18. versus 86. persentil.

For å undersøke hvorvidt utviklingen under og etter pandemien varierer med hvor intenst smittenivået var i ulike kommuner, har vi brukt tall som viser bekreftede smittetilfeller på kommunenivå.³ Andelen bekreftede smittede brukes som en indikator på hvor sterkt pandemien rammet (Heggebø & Pedersen, 2024). Kommunale smittetall kan brukes som et mål på i hvilken grad en kommune ble rammet av smitte. Selv om testregimet varierte mellom ulike kommuner, er det ifølge Heggebø og Pedersen (2024) et mål som kan brukes til å måle variasjoner innad i Norge. Likevel er det viktig å nevne at smittetall ikke fanger opp bruk av ulike tiltak som kan tenkes å spesielt ramme ungdom, men brukes som en indikator på grad av ulike tiltak. Kommuner med høy smitteandel vil også være kommuner med flere smitteverntiltak. I analysene bruker vi smittetall målt i prosent av befolkningen. For å få fram mer oversiktlige koeffisienter fra regresjonsanalysene har vi delt variabelen på 10. Dette betyr at regresjonskoeffisienten for smittetall viser hvor mye den avhengige variabelen endrer seg når smittetallene øker med 10 prosentpoeng.

3 Tallene på bekreftede covid-19-smittetilfeller på kommunenivå er sammenstilt av Folkehelseinstituttet, som del av POLYGOV-prosjektet, finansiert av Norges forskningsråd (kode: 326136). For mer informasjon, se Heggebø og Pedersen (2024).

3 Deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter

I dette kapittelet undersøker vi hvorvidt pandemien har hatt varige konsekvenser for ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter. Et utgangspunkt for analysene er at dersom restriksjonene som ble innført under pandemien, førte til varige endringer, vil vi forvente å se både en nedgang i deltakelsen under selve pandemien, og at denne nedgangen har vedvart i årene etterpå. For å vurdere dette er det imidlertid ikke tilstrekkelig å kun sammenlikne med deltakelsesnivået rett før pandemien. Det er også viktig å ta høyde for utviklingstrekk i forkant: Var deltakelsen allerede på vei ned? Var den stigende? Eller lå den stabilt over tid? Slike spørsmål er avgjørende, fordi en nedgang under pandemien må tolkes ulikt avhengig av hva slags utvikling den kom i forlengelsen av. En nedgang etter en allerede negativ trend peker i en annen retning enn en nedgang som kommer etter en stabil eller økende periode.

Vi har tilgang til data fra og med 2014 til og med 2024, der mange kommuner har deltatt i Ungdata på flere tidspunkter. Dette gjør det mulig å følge utviklingen gjennom sjuårsperioden før pandemien og sammenlikne med situasjonen under pandemien og i årene etterpå. En tidsserie på sju år i forkant gir et godt grunnlag for å si noe meningsfullt om utviklingen før pandemien. Samtidig er det viktig å være klar over at utviklingen i denne perioden ikke nødvendigvis har vært jevn – verken jevnt stigende, synkende eller stabil. Det kan for eksempel ha vært perioder med stabilitet etterfulgt av økning. Målet er å gi et mest mulig presist bilde av hvordan deltakelsen har utviklet seg, og i analysene har vi derfor tatt høyde for at utviklingen i forkant av pandemien kan ha vært kurvlineær.

Først gir vi et overordnet bilde av hvor mange ungdommer som er med i organiserte fritidsaktiviteter. Deretter ser vi nærmere på deltakelse i følgende typer organisasjoner: idrettslag, fritidsklubber og kulturorienterte fritidsaktiviteter. Til slutt analyserer vi en restkategori, som inneholder andre typer fritidsaktiviteter.

I alle analysene ser vi først på den generelle trenden i ungdomsbefolkningen som helhet. Deretter undersøker vi forskjeller mellom gutter og jenter, mellom ulike aldersgrupper og mellom ungdom med ulik sosioøkonomisk bakgrunn. Vi gjør også en sammenlikning av utviklingen i kommuner som hadde ulike smittenivåer under pandemien. Hypotesen er at dersom pandemien hadde vedvarende konsekvenser for ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, bør vi se sterkere utslag i de kommunene hvor smittenivået var størst, fordi det var i disse kommunene at restriksjonene var mest omfattende.

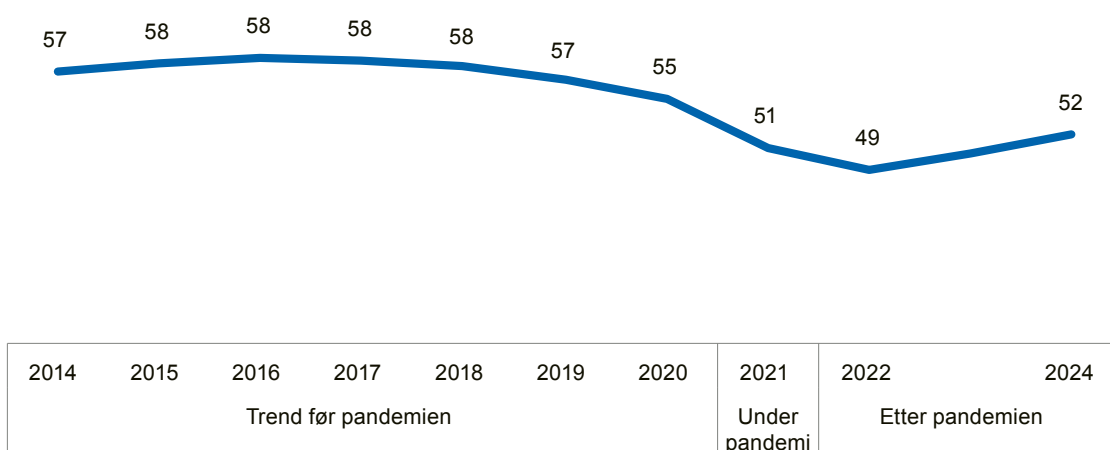
3.1 Et overordnet bilde

Vi starter med å se nærmere på hvordan utviklingen har vært i andelen av ungdommene som var med i en eller annen form for organisert fritidsaktivitet. I Ungdata brukes følgende spørsmål for å fange opp dette: «Er du, eller har du tidligere vært, med i noen organisasjoner, klubber, lag eller foreninger etter at du fylte 10 år?» I analysene bruker vi svaralternativet «Ja, jeg er med nå» for å identifisere de som deltar i organiserte fritidsaktiviteter og sammenlikner med de som svarer «Nei, men jeg har vært med tidligere» eller «Nei, jeg har aldri vært med».

Ser vi hele perioden 2014 til 2024 under ett, oppgir 57 prosent av ungdom i alderen 13–18 år at de deltar i en organisert fritidsaktivitet. Det betyr at rundt seks av ti i denne aldersgruppen er med i en eller annen form for organisasjon, lag eller forening. Det er viktig å merke seg at spørsmålet fanger opp en subjektiv opplevelse av å «være med», og at tidsperspektivet ligger i nåtiden – altså hvordan ungdom opplever situasjonen her og nå. Spørsmålet sier lite om hvor aktive de faktisk er, eller hva slags type aktivitet det dreier seg om. Det kommer vi tilbake til nedenfor.

Figur 3.1 viser hvordan andelen som er med i organiserte fritidsaktiviteter, har utviklet seg gjennom perioden 2014–2024. Tallene er estimert ut fra en regresjonsanalyse, som er gjengitt i vedleggstabell 1, der vi har tatt høyde for en mulig kurvlineær utvikling i forkant av pandemien. Vi har også estimert nivået under pandemien (2021), like etter at pandemien var over (2022) og i 2024 – to år etter at alle restriksjonene ble opphevet.⁴

Figur 3.1 Andel av ungdomsbefolkningen (13–18 år) som var med i organiserte fritidsaktiviteter. Estimerte prosentandeler 2014–2024



Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

⁴ Estimetet for 2024 er basert på kommuner som gjennomførte Ungdata i 2023 og 2024. Grunnen er at mesteparten av datainnsamlingen disse to årene foregikk i 2024. Det var i all hovedsak Oslo som gjennomførte i 2023, mens over 200 kommuner gjennomførte i 2024. Siden 2023 og 2024 er slått sammen, har vi ikke foretatt egne beregninger for 2023. Derfor er dette året ikke vist i tidslinjen.

Resultatene viser en svak økning i deltakelsen helt i starten av den tidsperioden vi undersøker her, og fram til rundt 2017. Deretter følger en nedgang på om lag 3 prosentpoeng i årene fram til pandemien. Under selve pandemien sank deltakelsen med ytterligere 4 prosentpoeng, og med 2 prosentpoeng til i 2022. Deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter gikk altså tydelig ned i forbindelse med pandemien, og det er rimelig å tolke nedgangen som en viss pandemieffekt. Samtidig viser resultatene betydningen av å vurdere mulige pandemieffekter i lys av trenden i forkant – som allerede var nedadgående. I denne konteksten framstår ikke utslagene under og etter pandemien som spesielt dramatiske, men en tolkning kan være at pandemien forsterket en allerede pågående utvikling.

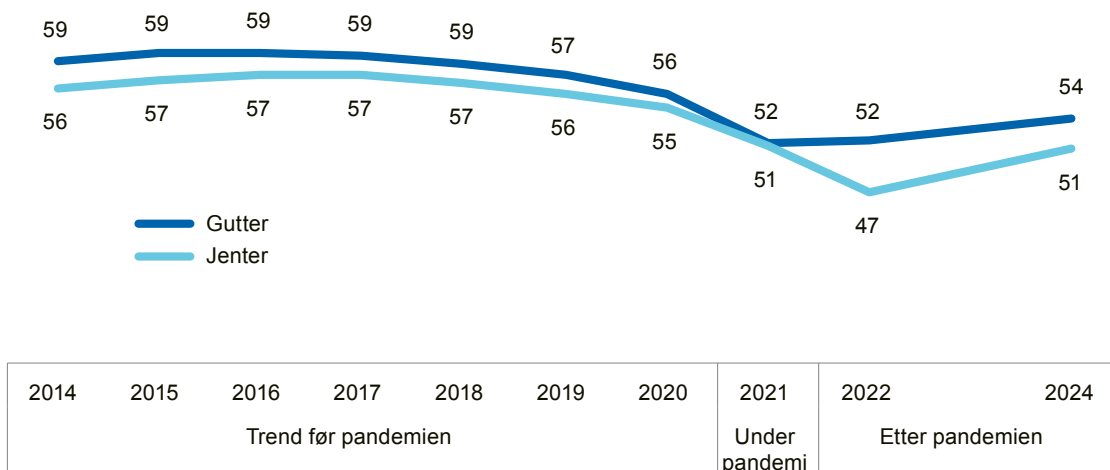
Videre ser vi at deltakelsen tok seg noe opp igjen i perioden 2022 til 2024. Økningen på 3 prosentpoeng i denne perioden har likevel ikke kompensert for hele nedgangen i forbindelse med pandemien, og sammenliknet med nivået rett før pandemien er det fortsatt 3 prosentpoeng færre som deltar i 2024. Det er likevel ikke gitt at denne nedgangen først og fremst bør tolkes som en varig pandemieffekt. Forskjellen mellom deltakelsen i 2024 og 2020 er på 3 prosentpoeng, og dersom vi sammenlikner utviklingen disse fire årene med tilsvarende periode før pandemien, fra 2017 til 2020, finner vi at nedgangen var like stor i perioden før pandemien.

Kjønn

Neste skritt i analysen er å undersøke om utviklingen i deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter har variert mellom ulike sosiodemografiske grupper. Figur 3.2 viser først utviklingen fordelt på kjønn. I hele perioden er det gjennomgående noe flere gutter enn jenter som oppgir å delta i organiserte fritidsaktiviteter, men forskjellene er stort sett i størrelsesorden 1 til 2 prosentpoeng. Utviklingen fram til pandemien var tilnærmet lik for begge kjønn, med en gradvis nedgang både blant gutter og jenter i årene før pandemien. Også under selve pandemien var utviklingen i deltakelsen lik for begge kjønn. Det ser likevel ut til at pandemien fikk noe sterkere konsekvenser for jentenes deltakelse. Dette kommer særlig til uttrykk i tallene for 2022, da jentenes deltakelse sank betydelig sammenliknet med 2021, mens guttenes deltakelsesnivå var omtrent uendret fra pandemiperioden.

Fra 2022 til 2024 har deltakelsen økt for begge kjønn. Økningen var imidlertid større blant jenter, noe som bidro til å utlikne deler av forskjellen som oppsto i overgangen mellom 2021 og 2022 – men ikke hele. Sammenlikner vi tiden i forkant av pandemien med 2024, har det vært noe større nedgang blant jentene enn blant guttene.

Figur 3.2 Andel som var med i organiserte fritidsaktiviteter – blant gutter og jenter. Estimerte prosentandeler 2014–2024

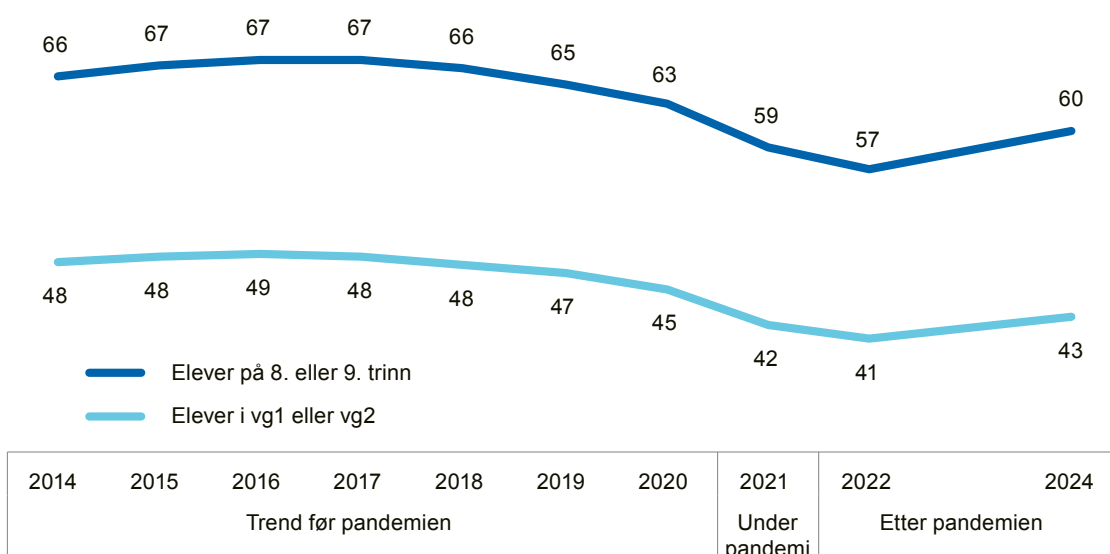


Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

Alder

Vi undersøkte videre hvordan deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter utviklet seg for ulike aldersgrupper. Vi gjennomførte separate regresjonsanalyser av to aldersgrupper, først med de yngste – avgrenset til elever på 8. og 9. trinn (13–15 år), deretter de på første og andre trinn på videregående (16–18 år). Figur 3.3 viser markante forskjeller i deltakelse etter alder, der yngre tenåringer deltar i organiserte fritidsaktiviteter i langt større grad enn de eldre. Likevel viser det seg at utviklingen over tid ikke varierer spesielt mye mellom disse to aldersgruppene. Det er riktignok litt større utslag blant de yngste – det vil si at det går litt mer ned for de yngste i perioden 2020 til 2022 enn blant de eldste, men også litt mer opp i perioden fram til 2024.

Figur 3.3 Andel som var med i organiserte fritidsaktiviteter – blant ungdom i ulike aldersgrupper. Estimerte prosentandeler 2014–2024



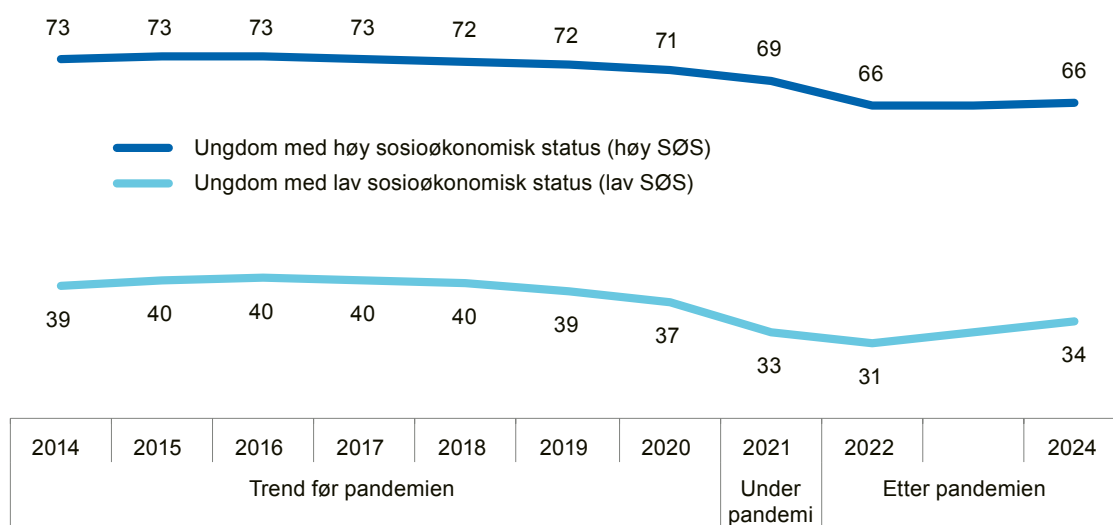
Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

Sosioøkonomisk status

Figur 3.4 viser tilsvarende resultater når vi sammenlikner ungdom med lav og høy sosioøkonomisk status (SØS). Her er lav SØS definert som de som ligger minst ett standardavvik under gjennomsnittet på den sosioøkonomiske skalaen, mens de med høy SØS er alle som skårer minst ett standardavvik over gjennomsnittet. Hvis man ser for seg den sosioøkonomiske skalaen som en stige med 100 trinn, befinner de med lav SØS seg på ett av de 18 nederste trinnene, mens de med høy SØS befinner seg på de 14 øverste trinnene. Skillet er altså satt mellom henholdsvis den 18. og 86. persentilen i fordelingen.

Resultatene viser at det er store forskjeller i deltakelse når vi sammenlikner ungdom på toppen og bunnen av den sosioøkonomiske stigen. Forskjellene er også større enn det som har med alder å gjøre. Når det gjelder utviklingen over tid, er det imidlertid flere likheter enn forskjeller. Samtidig er det noen nyanser som tilsier at nedgangen under selve pandemien, i 2021, var noe større blant ungdom med lav enn med høy SØS, mens situasjonen var motsatt i 2022. Sammenlikner vi tallene for 2022 med perioden i forkant av pandemien, var det samlet sett ikke så store forskjeller, med 5 prosentpoeng nedgang blant ungdom med høy SØS og 6 prosentpoeng nedgang blant dem med lav SØS.

Figur 3.4 Andel som var med i organiserte fritidsaktiviteter – blant ungdom med høy og lav sosioøkonomisk status (SØS). Estimerte prosentandeler 2014–2024



Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

I perioden etter pandemien og fram til 2024 har det imidlertid kun vært en økning blant ungdom med lav SØS. I denne gruppen økte deltakelsen med 3 prosentpoeng, mens det var ingen endring blant ungdom med høy SØS. Dette betyr at når vi sammenlikner perioden fra før pandemien til 2024, har det vært noe større nedgang blant dem med høy enn med lav SØS, målt i antall prosentpoeng.

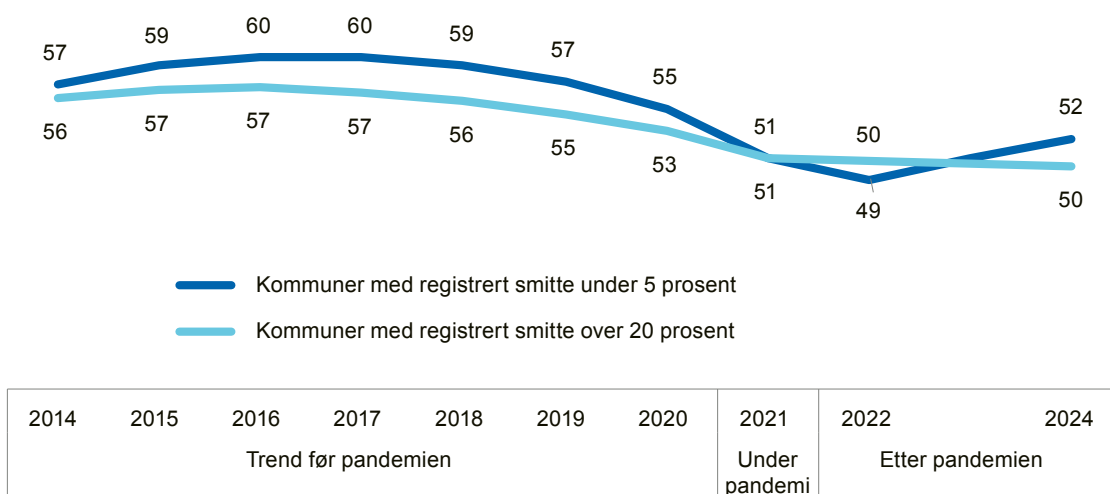
Smittesituasjon i kommunen

En mulig test på hvorvidt pandemien hadde varige konsekvenser på ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, er å sammenlikne geografiske områder der pandemien rammet befolkningen i stor grad, med områder hvor pandemien hadde færre konsekvenser. Dersom pandemien har hatt slike konsekvenser lokalt, vil vi forvente å finne en tydeligere nedgang i organiserte aktiviteter i de geografiske områdene av landet hvor smitten var høyest, sammenliknet med områder hvor smitten var mer begrenset. Vi testet dette gjennom først å gjennomføre separate analyser av tidstrender i de kommunene hvor smitten var lavest. Vi satte litt ulike grenser – først avgrenset vi analysene til kommuner hvor det ikke var registrert smitte i det hele tatt. Deretter avgrenset vi til kommuner hvor maks 5 prosent av befolkningen var smittet. Disse analysene viste stort sett de samme resultatene, og vi valgte å presentere resultater i de kommunene som maksimalt hadde en registrert smitte på 5 prosent av befolkningen. Vi kontrasterte disse resultatene med resultatene fra alle de ungdommene som hadde en tilhørighet i kommuner hvor smittetallene var over 20 prosent.

Figur 3.5 viser utviklingen over tid i ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter i disse to gruppene av kommuner. Resultatene viser at deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter generelt var noe høyere i kommuner med lave smittetall enn i kommuner som ble hardere rammet av pandemien. Dette henger sammen med at mange av kommunene med lav smitte ligger i mindre sentrale deler av Norge, hvor deltakelsen i fritidsaktiviteter generelt er noe høyere enn i flere av de mest sentrale områdene (Eriksen & Andersen, 2021).

Sett i lys av hva man skulle forvente, viser resultatene noe overraskende at nedgangen i deltakelse var sterkere i kommuner med lavt smittenivå enn i kommuner med høyt smittenivå. I 2022 fortsatte nedgangen, og igjen var det størst nedgang i de minst smitterammede områdene. Sammenliknet med situasjonen før pandemien var nedgangen fra 2020 til 2022 på 4 prosentpoeng i de mest smitterammede områdene, mot 6 prosentpoeng i de minst smitterammede områdene.

Figur 3.5 Andel som var med i organiserte fritidsaktiviteter – blant ungdom fra kommuner med henholdsvis høyt og lavt smittenivå i befolkningen. Estimerte prosentandeler 2014 til 2024



Note: Lavt smittenivå: Maks 5 prosent av befolkningen registrert smittet. Høyt smittenivå: minimum 20 prosent av befolkningen registrert smittet.

Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

Mellom 2022 og 2024 økte deltakelsen i kommunene med lavest smittetall med 3 prosentpoeng. I kommunene med høyest smittetall var tallene stabile. Dette betyr at kommunene med lavest smittetall tok igjen noe av det tapte.

Som en oppsummering av analysene av betydningen av sosiodemografiske kjennetegn og smittetallene i kommunen gjennomførte vi en mer formell test, der vi undersøkte hvorvidt styrken i sammenhengene mellom kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status på den ene siden og organisasjonsdeltakelse på den andre hadde endret seg over tid – når vi sammenlikner situasjonen før pandemien, med situasjonen under pandemien (2021), like etter pandemien (2022) og noen år etter pandemien (2024). Dette gjorde vi gjennom å gjennomføre en regresjonsanalyse der vi la inn interaksjonsledd mellom disse tre variablene og tidsvariablene, for å kunne undersøke hvorvidt den generelle tidstrenden gjaldt for ungdom med ulike sosiodemografiske kjennetegn. Vi analyserte også betydningen av smittesituasjonen i kommunen.

Resultatene fra regresjonsanalysen er gjengitt i vedleggstabell 2, mens tabell 3.1 oppsummerer de viktigste funnene fra denne analysen. Ser vi først på kjønn, viser resultatene at den gjennomsnittlige differansen mellom gutter og jenter i årene før pandemien var på rundt 2 prosentpoeng i gutters favør. Under pandemien var denne forskjellen redusert til 1 prosentpoeng, mens den økte til 4 prosentpoeng rett etter pandemien. I 2024 var kjønnsforskjellen noe mindre, 3 prosentpoeng. Sammenlikner vi 2024 med perioden før pandemien, var det altså noe større kjønnsforskjeller etter pandemien enn før.

Tabell 3.1 Sammenhenger mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen og andelen som er med i organiserte fritidsaktiviteter – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021), like etter pandemien (2022) og etter pandemien (2024)

	Kjønn (0 = gutt, 1 = jente)		Klassetrinn (8. trinn–vg2)		Sosio- økonomisk status (z-skår)		Smittetall i kommunen (x10)	
	b	sig	b	sig	b	sig	b	sig
Før pandemien (2014–2020)	-1,9	***	-5,2	***	10,8	***	-2,2	***
Under pandemien (2021)	-1,0	**	-4,5	***	11,5	***	-1,0	NS
Like etter pandemien (2022)	-4,0	***	-4,8	**	10,7	NS	-1,3	NS
Etter pandemien (2024)	-3,3	***	-5,5	**	9,8	***	-1,9	NS

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger i ulike tidsrom mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen på den ene siden og andelen som er med i organiserte fritidsaktiviteter, på den andre. Signifikansnivå før pandemien viser til hvorvidt sammenhengene er statistisk signifikante i denne perioden. Signifikansnivåene som er vist i linjene fra 2021 og framover, viser til hvorvidt sammenhengene i disse tidsrommene er statistisk signifikant forskjellige fra sammenhengene før pandemien. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$, NS: $p > 0,05$

Resultatene viser videre at aldersforskjellene i organisasjonsdeltakelse også var noe større etter pandemien enn før, mens de var minst under selve pandemien. Utslagene er imidlertid ikke spesielt store, og det er større likheter mellom de ulike tidspunktene enn forskjeller. De sosioøkonomiske forskjellene var derimot størst under pandemien, og noe større før pandemien enn to år etter at den var over. Når det gjelder forskjeller mellom kommuner med høy og lav smitte, var deltakelsen omtrent lik før pandemien og to år etter. Under selve pandemien var forskjellene minst – noe som står i motstrid til en hypotese om størst nedgang i deltakelse i kommuner med høyest smitte.

3.2 Organisert idrett

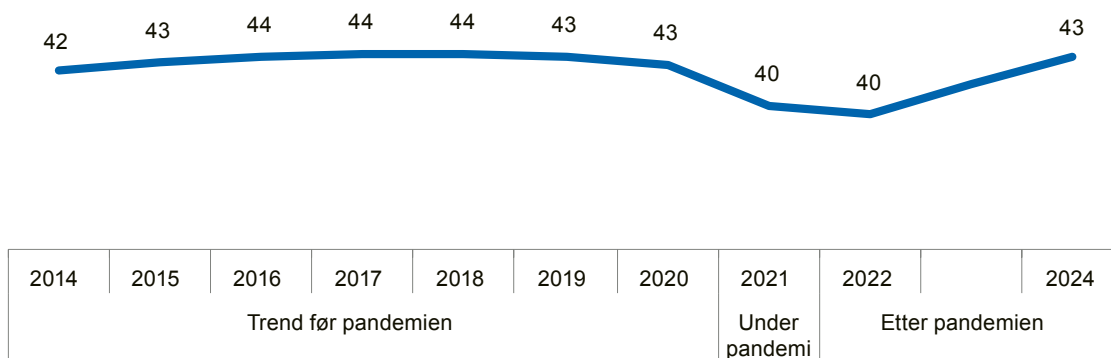
I fortsettelsen ser vi nærmere på deltakelse i ulike typer fritidsaktiviteter. Vi starter med aktiviteten som er mest utbredt: organisert idrett. Deltakelse i organisert idrett ble målt gjennom et spørsmål som fanger opp hvor ofte ungdom trener eller konkurrerer i et idrettslag. Spørsmålet inngår i et større sett av spørsmål som dekker forskjellige måter å trene på, med svaralternativer som varierer fra «aldri» til «minst 5 ganger i uka». Spørsmålet angir ikke noe spesifikt tidspunkt for deltakelse, men indikerer hvor ofte de vanligvis driver med organisert idrett.

I analysene ser vi nærmere på andelen som trener eller konkurrerer i et idrettslag minst én gang i uka. Ser vi hele perioden 2014–2024 under ett, driver 43 prosent av ungdommene i denne aldersgruppen aktivt med organisert idrett. Vi gjennomførte tilsvarende analyser som i avsnittet over, men erstattet den avhengige variabelen med idrettsdeltakelse.⁵ Figur 3.6 viser at deltakelsen i

5 Se vedleggstabell 2 for detaljerte resultater fra regresjonsanalysen.

organisert idrett var relativt stabil i årene før pandemien. I perioden fra 2014 til 2020 varierte andelen som deltok, mellom 42 og 44 prosent. Det var en viss økning i starten av perioden, etterfulgt av en svak nedgang i årene rett før pandemien – men ikke større enn 1 prosentpoeng mellom 2018 og 2020.

Figur 3.6 Andel som trener eller konkurrerer i idrettslag minst en gang i uka. Estimerte prosentandeler 2014 til 2024



Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

Under pandemien var det derimot en mer markant nedgang på 3 prosentpoeng.⁶ Selv om endringen ikke er spesielt stor, antyder denne tydelige «knekk» i tidstrenden at det var en viss pandemieffekt på deltakelsen i organisert idrett, en effekt som ser ut til å vedvare inn i starten av 2022. Samtidig viser tallene en økning på 3 prosentpoeng fram til 2024. At denne økningen er på samme nivå som nedgangen under pandemien, tyder på at pandemien først og fremst hadde en midlertidig effekt på idrettsdeltakelsen. Dette gjelder til tross for at den organiserte idretten allerede før pandemien viste en svak nedadgående tendens.

Vi undersøkte videre hvorvidt sammenhengene mellom sosiodemografiske variabler og idrettsdeltakelse har endret seg fra tiden før pandemien og til perioden under og etter pandemien. Tabell 3.2 viser resultatene, som også inkluderer betydningen av smittetall i kommunen for idrettsdeltakelse. Ser vi først på kjønn, er det generelt flere gutter enn jenter som deltar i ungdomsidrett. Før pandemien var forskjellen rundt 8 prosentpoeng. Under pandemien ble denne forskjellen redusert til 5 prosentpoeng. Etter pandemien økte kjønnsforskjellene igjen og var både i 2022 og 2024 noe større enn før pandemien.

⁶ Siden organiseringen av idrettsaktiviteter under pandemien varierte i takt med smittesituasjonen og ulike tiltak, kan det være at målingen i 2021 ikke nødvendigvis er fullt ut sammenliknbar med målingene fra andre år. Det er for eksempel mulig at enkelte respondenter under pandemien besvarte spørsmålet med utgangspunkt i en «normalsituasjon», snarere enn den midlertidige situasjonen som faktisk gjaldt. I så fall kan tallene være noe overvurdert. Det er imidlertid vanskelig å fastslå hvor stor denne eventuelle feilkilden kan være.

Tabell 3.2 Sammenhenger mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen og andelen som deltar i organisert idrett – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021), like etter pandemien (2022) og etter pandemien (2024)

	Kjønn (0 = gutt, 1 = jente)		Klassetrinn (8. trinn– vg2)		Sosio- økonomisk status (z-skår)		Smittetall i kommunen (x10)	
	B	sig	b	sig	b	sig	b	sig
Før pandemien (2014–2020)	-7,5	***	-7,6	***	8,0	***	0,07	NS
Under pandemien (2021)	-5,4	***	-6,2	***	8,7	***	0,19	NS
Like etter pandemien (2022)	-8,9	***	-6,5	***	7,7	*	0,05	NS
Etter pandemien (2024)	-8,4	**	-7,6	NS	7,4	***	0,05	NS

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger i ulike tidsrom mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen på den ene siden og andelen som regelmessig deltar i organisert idrett, på den andre. Signifikansnivå før pandemien viser til hvorvidt sammenhengene er statistisk signifikante i denne perioden. Signifikansnivåene som er vist i linjene fra 2021 og framover, viser til hvorvidt sammenhengene i disse tidsrommene er statistisk signifikant forskjellige fra sammenhengene før pandemien. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$, NS: $p > 0,05$. Resultatene er basert på vedleggstabell 2.

Tabellen viser videre tydelige forskjeller i idrettsdeltakelse etter alder. I gjennomsnitt synker andelen som deltar i organisert idrett, med nærmere 8 prosentpoeng for hvert år ungdommene blir eldre. Denne aldersforskjellen ble noe mindre under pandemien og like etter, men i 2024 er forskjellene igjen like store som før pandemien. Dette tyder på at utviklingen i idrettsdeltakelse har vært tilnærmet lik blant de yngste og eldste ungdommene.

Også sosioøkonomisk status har stor betydning for deltakelse i organisert idrett. Forskjellen mellom ungdom med ulik bakgrunn økte noe under pandemien. Etter pandemien har denne forskjellen blitt noe mindre, og i 2024 ser vi at sosioøkonomisk bakgrunn har noe mindre betydning for idrettsdeltakelse enn før pandemien.

Smittesituasjonen i kommunen ser derimot ut til å ha hatt liten betydning for ungdoms deltakelse i organisert idrett. Selv i kommuner med høyt smittenivå var deltakelsen under pandemien tilnærmet lik som i kommuner med lav smitte. Det samme mønsteret finner vi i årene etter pandemien – men også før. Dette tyder på at smittenivået lokalt ikke hadde noen vesentlig innvirkning på hvor mange ungdommer som deltok regelmessig i organisert idrett – verken under pandemien eller i etterkant.

3.3 Fritidsklubb

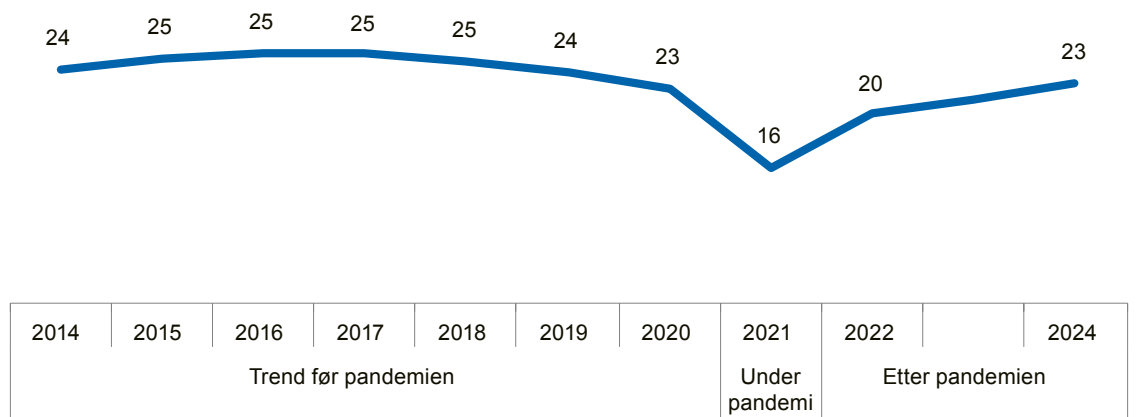
Deltakelse i fritidsklubb ble målt gjennom et spørsmål som inngår i et større sett med spørsmål om hvor mange ganger ungdom i løpet av den siste måneden hadde deltatt på et arrangement, møte eller en aktivitet innenfor ulike organiserte fritidstilbud. Totalt oppgir 23 prosent at de har vært med på en slik aktivitet i en fritidsklubb, ungdomshus eller ungdomsklubb. I tråd med analysene over gjennomførte vi også her en regresjonsanalyse for å beregne utviklingen i

deltakelse før pandemien samt estimere nivåene under pandemien i 2021 og i årene etter.

Resultatene er gjengitt i figur 3.7, som viser at deltakelsen i årene før pandemien var relativt stabil, men med en svak nedadgående tendens. Fra 2018 til 2020 falt andelen med 2 prosentpoeng. Under pandemien var det imidlertid et markant fall i deltakelsen, med en nedgang på 7 prosentpoeng. Dette er en betydelig større reduksjon enn den vi så for idrettsdeltakelse, og siden deltakelsesnivået før pandemien lå på 23 prosent, representerer dette en stor tilbakegang.

En del av nedgangen ble hentet inn allerede året etter at pandemien var over, men i 2022 lå deltakelsen fortsatt 3 prosentpoeng under nivået rett før pandemien. Fram til 2024 har andelen økt ytterligere med 3 prosentpoeng, noe som betyr at deltakelsen nå er tilbake på samme nivå som før pandemien. Det er derfor lite som tyder på at pandemien har hatt varige negative konsekvenser for deltakelse i fritidsklubb. Tvert imot kan det se ut som om utviklingen de seneste årene har snudd en svak nedgangstrend som var på vei allerede før pandemien.

Figur 3.7 Andel som siste måned hadde vært med på en aktivitet i en fritidsklubb. Estimerte prosentandeler 2014 til 2024



Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

Vi gjennomførte regresjonsanalyser for å undersøke om sammenhengen mellom ulike sosiodemografiske kjennetegn og deltakelse i fritidsklubb endret seg i forbindelse med pandemien og i årene etter. Resultatene, som er presentert i tabell 3.3, tyder på at den markante nedgangen i deltakelse under pandemien rammet ungdom på tvers av kjønn og sosioøkonomisk status i omtrent like stor grad.

Sammenhengen mellom alder og fritidsklubb ble imidlertid noe svakere under pandemien sammenliknet med perioden før. Dette indikerer at nedgangen var større blant de yngste ungdommene enn blant de eldste. Etter pandemien har aldersforskjellen derimot blitt tydeligere igjen – og i 2024 er sammenhengen litt

sterkere enn før pandemien. Dette tyder på at deltakelsen har økt mer blant de yngste enn blant de eldste ungdommene i årene etter pandemien.

Tabell 3.3 Sammenhenger mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen og andelen som har vært i fritidsklubb siste måned – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021), like etter pandemien (2022) og etter pandemien (2024)

	Kjønn (0 = gutt, 1=jente)		Klassetrinn (8. trinn– vg2)		Sosio- økonomisk status (z-skår)		Smittetall i kommunen (x10)	
	B	sig	b	sig	b	sig	b	sig
Før pandemien (2014–2020)	-1,2	***	-5,1	***	-1,5	***	-1,1	***
Under pandemien (2021)	-1,1	NS	-3,5	***	-1,5	NS	-0,9	NS
Like etter pandemien (2022)	-0,9	NS	-6,7	***	-0,2	***	-0,8	*
Etter pandemien (2024)	-0,9	NS	-5,5	***	-1,9	*	-1,2	NS

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger i ulike tidsrom mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen på den ene siden og andelen som vært i fritidsklubb siste måned, på den andre. Signifikansnivå før pandemien viser til hvorvidt sammenhengene er statistisk signifikante i denne perioden. Signifikansnivåene som er vist i linjene fra 2021 og framover, viser til hvorvidt sammenhengene i disse tidsrommene er statistisk signifikant forskjellige fra sammenhengene før pandemien. * p < 0,05, ** p < 0,01, *** p < 0,001, NS: p > = 0,05. Resultatene er basert på vedleggstabell 2.

Det er en viss tendens til at flere gutter enn jenter deltar i fritidsklubb. Denne kjønnsforskjellen har imidlertid vært relativt stabil gjennom hele perioden – både før, under og etter pandemien.

Når det gjelder sosioøkonomisk status, ser vi at ungdom med lav SØS i større grad benytter seg av fritidsklubbtilbud enn ungdom med høy SØS. Denne forskjellen har blitt noe tydeligere i 2024 sammenliknet med perioden før pandemien.

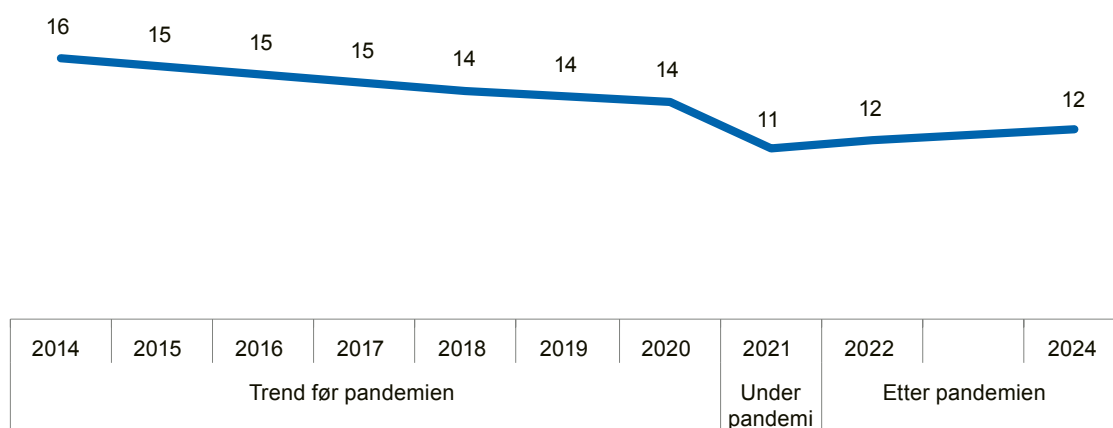
Det er også en svak tendens til at ungdom i kommuner som ble mindre rammet av pandemien, i større grad bruker fritidsklubb. Dette mønsteret har holdt seg relativt stabilt over tid. Det vil si at forskjellene i klubb-deltakelse mellom kommuner med høy og lav smitte i 2024 er omtrent like store som før pandemien.

3.4 Kulturaktiviteter

I Ungdata kartlegges deltakelse i kulturorienterte fritidsaktiviteter gjennom spørsmål som fanger opp om ungdom den siste måneden har vært med på aktiviteter i «kor, korps eller orkester» og «musikkskole/kulturskole». 6 prosent oppgir å ha vært med i kor, korps eller orkester og 11 prosent at de har vært på musikk- eller kulturskole. I analysene har vi slått disse sammen og ser nærmere på de som har vært med på minst én av disse kulturorienterte fritidsaktivitetene i løpet av siste måned. Totalt gjelder dette 14 prosent.

Figur 3.8 viser hvordan denne andelen har vært i perioden 2014–2024. Resultatene viser en nedadgående trend i perioden før pandemien – fra 16 prosent til 14 like før pandemien. Under pandemien var det en nedgang på 3 prosentpoeng til 11 prosent. Og selv om dette økte noe i etterkant av pandemien, har andelen som er med på kulturorienterte aktiviteter, ikke oversteget 12 prosent. Det vil si 2 prosentpoeng lavere enn nivået før pandemien. Resultatene antyder at det har vært en viss pandemieffekt, som har vedvart. Utslagene er imidlertid ikke spesielt sterke, særlig ikke sett i lys av at trenden i forkant av pandemien var nedadgående. I en tenkt situasjon, uten pandemi og der trenden bare hadde fortsatt, ligger tallene for 2024 i underkant av 1 prosentpoeng under en slik framskrevet kurve basert på utviklingen i forkant av pandemien (se vedleggstabell 1). Siden denne effekten ikke er statistisk signifikant, er konklusjonen at vi ikke kan dokumentere noen varige negative konsekvenser av pandemien utover det man kunne forventet ut fra den underliggende nedadgående trenden.

Figur 3.8 Andel som siste måned hadde vært med på en aktivitet i en kulturorientert fritidsaktivitet. Estimerte prosentandeler 2014 til 2024



Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

Også for kulturorienterte aktiviteter gjennomførte vi regresjonsanalyser for å undersøke om sammenhengen til kjønn, alder, sosioøkonomisk status og smittesituasjonen i kommunen endret seg i forbindelse med pandemien og i årene etter. Resultatene er vist i tabell 3.4. Generelt er flere jenter enn gutter med i kulturorienterte fritidsaktiviteter. Før pandemien var forskjellen på 7 prosentpoeng. Denne forskjellen ble redusert til 5 prosentpoeng i forbindelse med pandemien og har vedvart etter at pandemien var over, og inn i 2024. Dette tyder på at nedgangen i deltakelse har vært større blant jenter enn gutter.

Et tilsvarende mønster ser vi for sosioøkonomisk status. Ungdom med høy SØS deltar i større grad enn ungdom med lav SØS, men forskjellen har blitt noe mindre etter pandemien enn i forkant av pandemien. Går vi nærmere inn i tallene, viser det seg at først var nedgangen i deltakelsen under pandemien større blant ungdom med høy sosioøkonomisk status enn blant dem med lav.

Deretter var økningen etter pandemien noe større blant ungdom med lav sosio-økonomisk status enn blant dem med høy. Samlet betyr det at den nedgangen i deltakelse som vi har sett fra før pandemien og fram til 2024, har vært noe større blant ungdom med høy enn med lav SØS. Selv om disse endringene er statistisk signifikante, peker de mer på en tendens til at sosioøkonomiske forskjeller er blitt mindre, snarere enn at de har blitt helt borte.

Tabell 3.4 Sammenhenger mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen og andelen som har vært med på en kulturorientert fritidsaktivitet siste måned – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021), like etter pandemien (2022) og etter pandemien (2024)

	Kjønn (0 = gutt, 1 = jente)		Klassetrinn (8. trinn– vg2)		Sosio- økonomisk status (z-skår)		Smittetall i kommunen (x10)	
	b	sig	b	sig	b	sig	b	sig
Før pandemien (2014–2020)	7,2	***	–1,8	***	2,9	***	–3,7	***
Under pandemien (2021)	4,6	***	–1,5	*	2,7	*	–2,8	*
Like etter pandemien (2022)	4,9	***	–1,7	NS	2,6	**	–2,9	*
Etter pandemien (2024)	4,7	***	–1,6	NS	2,2	***	–3,5	NS

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger i ulike tidsrom mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen på den ene siden og andelen som har vært med på en kulturorientert fritidsaktivitet siste måned, på den andre. Signifikansnivå før pandemien viser til hvorvidt sammenhengene er statistisk signifikante i denne perioden. Signifikansnivåene som er vist i linjene fra 2021 og framover, viser til hvorvidt sammenhengene i disse tidsrommene er statistisk signifikant forskjellige fra sammenhengene før pandemien. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$, NS: $p > 0,05$. Resultatene er basert på vedleggstabell 2.

Alder har også en betydning for hvorvidt ungdom deltar i kulturorienterte fritidsaktiviteter, på den måten at de yngste deltar i større grad enn de eldste. Dette endret seg lite i forbindelse med pandemien og i årene etterpå.

Sammenlikninger av kommuner med lavt versus høyt smittenivå viser at det generelt er flere som deltar i kulturorienterte fritidsaktiviteter i de kommunene som var minst rammet av smitte. Under pandemien og like etter pandemien var det imidlertid størst nedgang i kommuner med lite smitte, noe som gjorde at forskjellene mellom kommunene ble noe mindre. Dette gjelder også rett etter pandemien. I 2024 er imidlertid forskjellen mellom kommuner med ulikt smittenivå like stor som i årene før pandemien. Dette funnet underbygger at pandemien trolig ikke har hatt noen større varige konsekvenser for ungdoms deltakelse i denne typen organiserte fritidsaktiviteter.

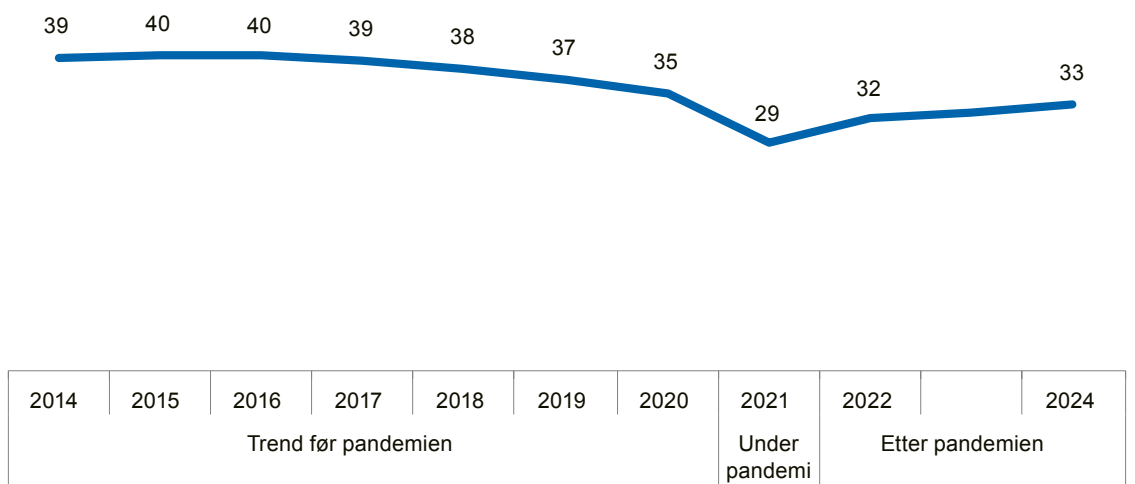
3.5 Deltakelse i andre fritidsaktiviteter

Til slutt ser vi nærmere på en restkategori av fritidsaktiviteter, som omfatter alle andre organiserte aktiviteter enn de som eksplisitt er nevnt tidligere i dette kapittelet. Konkret er dette målt gjennom de som krysset av for at de har vært med på aktiviteter i «religiøse foreninger» eller «andre foreninger, lag og

klubber» enn de som var nevnt i spørsmålsbatteriet. 35 prosent av alle ungdommer som har svart at de deltar i organiserte fritidsaktiviteter, inngår i denne restkategorien.

Figur 3.9 viser at det også for denne restkategorien var en nedadgående trend før pandemien – fra 40 prosent i 2016 til 35 prosent i 2020. Under pandemien i 2021 skjedde det imidlertid en markert nedgang på 6 prosentpoeng, noe som tyder på en tydelig pandemieffekt, sterkere enn den forutgående trenden. I 2022 økte andelen med 3 prosentpoeng og steg ytterligere 1 prosentpoeng fram til 2024. Samlet innebærer dette at andelen i 2024 ligger noe under nivået før pandemien. Samtidig er det lite som tyder på at dette utelukkende kan tilskrives en langsiktig pandemieffekt, ettersom utviklingen allerede før pandemien var tydelig nedadgående. Tallene for 2024 synes snarere å følge en mer overordnet trend, der stadig færre ungdommer deltar i denne typen uspesifiserte former for organiserte fritidsaktiviteter.

Figur 3.9 Andel som siste måned hadde vært med på andre organiserte fritidsaktiviteter. Estimerte prosentandeler 2014 til 2024



Kilde: Ungdata 2014–2024 (8. trinn–vg2)

Tabell 3.5 viser sammenhengene mellom deltakelse i restkategorien av fritidsaktiviteter og kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen. I forkant av pandemien var det generelt noen flere jenter enn gutter som var med på denne typen aktiviteter. Det var også flere yngre enn eldre og noen flere med høy enn med lav sosioøkonomisk status. I 2024 var kjønnsforskjellen motsatt. Samtidig var forskjellene etter sosioøkonomisk status blitt mindre, mens aldersforskjellene var blitt større.

Tabell 3.5 Sammenhenger mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen og andelen som har vært med på andre organiserte fritidsaktiviteter siste måned – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021), like etter pandemien (2022) og etter pandemien (2024)

	Kjønn (0 = gutt, 1 = jente)		Klassetrinn (8. trinn– vg2)		Sosio- økonomisk status (z-skår)		Smittetall i kommunen (x10)	
	b	sig	b	sig	b	sig	b	sig
Før pandemien (2014–2020)	2,1	***	–2,9	***	2,1	***	–1,3	*
Under pandemien (2021)	0,2	***	–3,2	**	1,6	***	–1,3	NS
Like etter pandemien (2022)	0,1	***	–3,6	***	2,5	*	–0,3	*
Etter pandemien (2024)	–0,7	***	–4,0	***	0,6	***	–0,8	NS

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger i ulike tidsrom mellom kjønn, alder, SØS og smittetall i kommunen på den ene siden og andelen som har vært med på andre organiserte fritidsaktiviteter siste måned, på den andre. Signifikansnivå før pandemien viser til hvorvidt sammenhengene er statistisk signifikante i denne perioden. Signifikansnivåene som er vist i linjene fra 2021 og framover, viser til hvorvidt sammenhengene i disse tidsrommene er statistisk signifikant forskjellige fra sammenhengene før pandemien. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$, NS: $p > 0,05$. Resultatene er basert på vedleggstabell 2.

Sammenlikninger mellom kommuner med lavt og høyt smittenivå viser at det generelt er flere som deltar på denne typen uspesifiserte aktiviteter i kommuner som ble minst rammet av smitte. Samtidig er det lite som tyder på at nedgangen i deltakelsen under pandemien var forskjellig i kommuner med varierende smittenivå. Økningen rett etter pandemien var noe sterkere i kommuner med høyere smitte. Likevel viser resultatene i 2024 at forskjellene mellom kommuner med ulikt smittenivå er på samme nivå som før pandemien.

3.6 Oppsummering

I dette kapittelet har vi sett på endringer i ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter over tid, med særlig vekt på pandemiens betydning for utviklingen på tvers av ulike grupper og aktivitetstyper. Overordnet var deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter generelt noe på vei ned før pandemien, men fallet ble forsterket under pandemien og videre i 2022 like etter at pandemien var over. Etter dette ser vi en viss oppgang, men nivåene i 2024 er fortsatt 3 prosentpoeng lavere enn før pandemien. Sett i lys av at det i årene før pandemien også var en nedgang på 3 prosentpoeng i deltakelsen, er det rimelig å tolke resultatene som del av en mer langsiktig trend der ungdom i mindre grad enn før er med i ulike foreninger, lag eller klubber. Dette indikerer at nedgangen under pandemien ikke nødvendigvis bidro til å skape en varig endring alene, men at den føyde seg inn i en mer langsiktig nedadgående trend i deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter.

Samtidig finner vi ulike utviklingstrekk for forskjellige typer fritidsaktiviteter. Vi har sammenliknet idrett, fritidsklubb og kulturorienterte fritidsaktiviteter. I tillegg

har vi sett nærmere på en restkategori som består av andre fritidsaktiviteter som ikke dekkes av de tre førstnevnte. Den største nedgangen under pandemien skjedde for fritidsklubbene. Også deltakelse i organisert idrett hadde en nedgang, men mindre enn for fritidsklubbene. Felles for begge disse typene organisert aktivitet er at nedgangen ble tatt igjen av en tilsvarende økning i årene etter pandemien. Dette er i motsetning til deltakelsen i kulturorienterte aktiviteter og restkategorien av andre organiserte tilbud. Her viser resultatene en viss nedgang i andelen som deltar i 2024, sammenliknet med før pandemien. Samtidig må det understrekes at denne nedgangen følger etter en periode i forkant av pandemien der deltakelsen generelt gikk ned.

På fritidsområdet er de sosiodemografiske forskjellene betydelige. Deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter synker markant gjennom tenårene, og ungdommer fra familier med høy sosioøkonomisk status deltar i større grad enn ungdommer med lav sosioøkonomisk bakgrunn. I tillegg deltar noe flere gutter enn jenter i organiserte fritidsaktiviteter. Våre analyser tyder ikke på at pandemien i vesentlig grad endret disse mønstrene. Nedgangen under pandemien var riktignok størst blant jenter og ungdom med lav sosioøkonomisk status, men disse gruppene har også hatt en økning i etterkant slik at forskjellene ikke avviker så mye fra hvordan de var før pandemien. I den grad det er snakk om endringer, er kjønnsforskjellene blitt noe større, mens forskjellene mellom ungdom med høy og lav sosioøkonomisk status har blitt noe mindre.

Når det gjelder utviklingen i deltakelsen i organisert idrett, ble kjønns- og aldersforskjellene noe mindre under pandemien, mens forskjellene etter sosioøkonomisk status økte. I 2024 har dette bildet endret seg: Kjønnsforskjellene har blitt noe større igjen, aldersforskjellene har i stor grad vendt tilbake til nivåene fra før pandemien, og forskjellene etter sosioøkonomisk status har blitt noe mindre enn de var før pandemien.

Innenfor klubbfeltet er kjønnsforskjellene små og relativt stabile både før, under og etter pandemien. Derimot er det betydelige forskjeller etter alder – yngre ungdom benytter klubbtilbud i langt større grad enn eldre. Disse aldersforskjellene ble noe redusert under nedstengingen, men har økt igjen etter pandemien. Når det gjelder sosioøkonomisk status, er det flere ungdommer med lav SØS enn høy SØS som bruker klubbene. Under pandemien var denne forskjellen omtrent på samme nivå som tidligere, men etter pandemien har forskjellen økt noe.

Nedgangen i kulturorienterte fritidsaktiviteter etter pandemien henger i stor grad sammen med kjønn. Under pandemien falt deltakelsen betydelig mer blant jenter enn blant gutter, og denne forskjellen har vedvart fram til 2024. De sosioøkonomiske forskjellene har imidlertid blitt mindre over tid, ettersom nedgangen i deltakelse har vært størst blant ungdom med høy SØS. Aldersforskjellene – hvor de yngste er mer aktive enn de eldste – har derimot vært nokså stabile gjennom hele tiårsperioden.

Hovedfunnet om at pandemien ikke har hatt avgjørende betydning for ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, styrkes av at vi finner få systematiske forskjeller i utviklingen over tid mellom kommuner med høyt og lavt smittenivå. Selv om tiltakene var mer inngripende enkelte steder, ser det ut til at både deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter under pandemien og utviklingen i årene etter har fulgt relativt like mønstre på tvers av landet.

4 Sosiale relasjoner og livskvalitet

I dette kapittelet skal vi undersøke om ungdoms opplevelser av sosiale relasjoner og livskvalitet endret seg under og etter pandemien. Tidligere forskning har vist at mange unge opplevde mindre sosial kontakt og lavere livskvalitet under selve pandemien (Bekkehus et al., 2020). Samtidig har flere pekt på at mange ungdommer tilpasset seg situasjonen og fikk mer tid sammen med familien (Bakken et al., 2020; Eriksen & Davan, 2020). Her vil vi undersøke hvordan noen indikatorer på livskvalitet og sosiale relasjoner har endret seg etter pandemien. Vi har på samme måte som i forrige kapittel sett på om utviklingen er forskjellig fra hva man skulle forvente ut fra hvordan utviklings-trekkene var i årene før pandemien. For å undersøke sosiale relasjoner bruker vi spørsmål som dekker ungdoms forhold til foreldrene, relasjoner til venner og skoletrivsel. Videre bruker vi spørsmål om framtidstro, psykiske plager og ensomhet for å undersøke ungdoms livskvalitet. Under undersøker vi også om endringene som har skjedd siden pandemien, er ulike etter kjønn, alder og sosioøkonomisk status, samt om endringene har vært ulike for ungdom som deltar i organiserte fritidsaktiviteter, eller ikke.

4.1 Foreldre, venner og skole

Vi brukte spørsmål om ungdom har fortrolige venner, hvor fornøyd de er med foreldrene sine, og hvordan de opplever ulike sider ved skoletrivselen, som mål på sosiale relasjoner. **Relasjoner til foreldrene** ble målt gjennom ett ledd fra et større spørsmålsbatteri som fanger opp hvor fornøyd ungdom er med ulike sider ved livet sitt, blant annet sine foreldre/foresatte. De som oppga at de var «svært fornøyd» eller «litt fornøyd» med foreldrene, ble slått sammen og kontrastert til de som oppga at de var «svært misfornøyd», «litt misfornøyd» eller «verken fornøyd eller misfornøyd». Andelen som var fornøyd med foreldrene sine, utgjorde 84 prosent i hele utvalget over hele perioden.

Relasjoner til venner ble målt gjennom følgende spørsmål: «Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig?» De som svarte «Ja, helt sikkert» eller «Ja, det tror jeg», ble slått sammen og kontrastert til de som svarte «Det tror jeg ikke» eller «Har ingen jeg vil kalle venner, nå for tida». Andelen med fortrolige venner over hele perioden utgjorde 89 prosent av samtlige ungdommer.

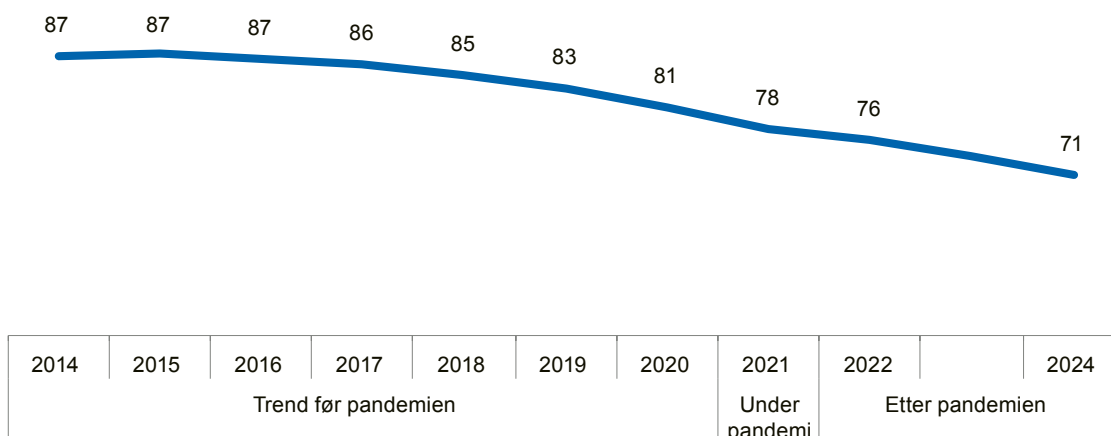
Relasjoner til skolen ble målt gjennom et batteri som skal fange opp hvor godt elevene trives i skolen. Det er et sammensatt mål, som er basert på følgende fem utsagn: «Jeg trives på skolen», «Lærerne mine bryr seg om meg», «Jeg føler at jeg passer inn blant elevene på skolen», «Jeg kjeder meg på skolen», og «Jeg gruer meg ofte til å gå på skolen». For hvert utsagn ble ungdommene bedt om å si seg enig eller uenig på en firepunktskala med svaralternativer som

går fra «helt enig» til «helt uenig». I analysene brukte vi alle svarene til først å lage et samlemål, der negative utsagn ble snudd slik at de kunne sammenliknes med de positive. Alle som fikk en skår over midtpunktet på skalaen, ble definert som å trives godt på skolen. Vi skilte mellom den gruppen og alle med en skår under midtpunktet. Målt på denne måten var det 83 prosent av samtlige ungdommer over hele perioden som trives godt på skolen.

I hvilken grad påvirket pandemien hvordan ungdom svarte på disse spørsmålene? Og hvordan har utviklingen vært etter pandemien? På samme måte som i forrige kapittel benyttet vi oss av regresjonsanalyser for å undersøke hvordan trenden på hver av disse tre områdene hadde vært i forkant av pandemien. Vi tok høyde for at utviklingen ikke nødvendigvis har vært rettlinjert. Samtidig estimerte vi hvordan resultatene var under selve pandemien (i 2021), og hvordan utviklingen var i tiden etter pandemien. I regresjonsanalysen kontrollerte vi for kjønn, alder og sosioøkonomisk status. Resultatene er gjengitt i vedleggstabell 3.

Vi brukte regresjonskoeffisientene til å gi et overordnet bilde av utviklingen innenfor de tre målene for sosiale relasjoner. Resultatene viser at utviklingstrekkene i forkant av pandemien var forskjellig for disse tre sidene ved sosiale relasjoner. Den tydeligste endringen handler om at skoletrivselen har gått ned. På dette området har det vært nokså markante endringer. Figur 4.1 illustrerer dette gjennom å vise hvor mange som trives godt på skolen. Når vi ser hele tiåret under ett, er det ganske store endringer – fra 87 prosent med høy skoletrivsel i midten av det forrige tiåret til 71 prosent i 2024. Nedgangen startet en god del år før pandemien. Det var også en tydelig nedgang under pandemien, men ikke spesielt mye sterkere enn det som var trenden like i forkant av pandemien. Etter pandemien har tallene fortsatt nedover, i samme takt som nedgangen før pandemien. Ser vi på de siste 5–6 årene, har det vært en nedgang på 2–3 prosentpoeng hvert år. Oppsummert kan vi si at pandemien ser ut til å ha forsterket en trend som startet før pandemien, og at trenden før pandemien bare fortsatte etter at pandemien var over.

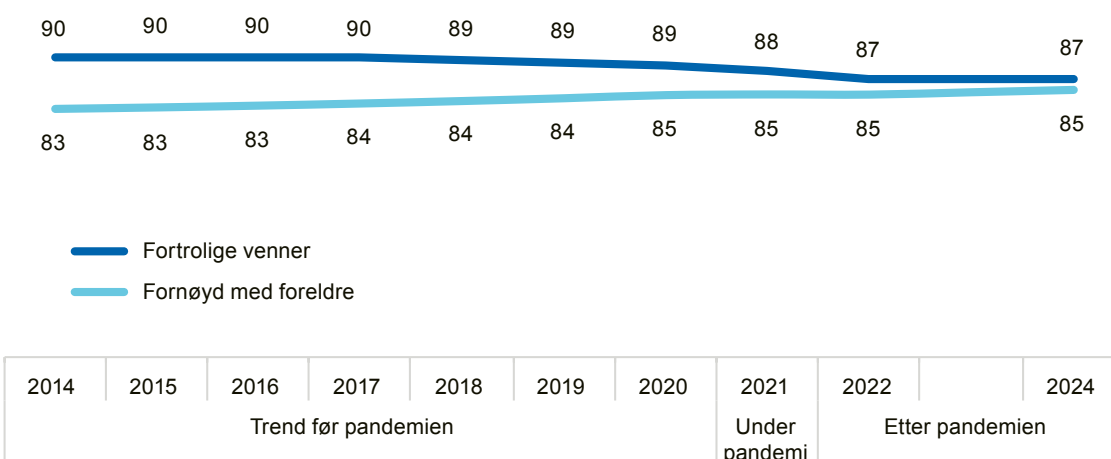
Figur 4.1 Prosentandel som trives godt på skolen – utvikling over tid i perioden 2014 til 2024



Note: Resultatene er basert på estimater gjengitt i vedleggstabell 3.

Figur 4.2 viser at det også var en nedgang i forkant av pandemien i andelen som hadde fortrolige venner, men endringene var langt mindre enn for det som har med skoletrivsel å gjøre: fra 90 prosent i starten av perioden til 89 prosent like i forkant av pandemien. Denne andelen gikk ned med 1 prosentpoeng til under pandemien og fortsatte med ytterligere en nedgang på 1 prosentpoeng inn i 2022. Fra 2022 til 2024 har det ikke vært noen endringer. Resultatene kan tyde på at det har vært en viss pandemieffekt på dette området, som har vedvart i årene etter pandemien.

Figur 4.2 Prosentandel som har fortrolige venner, og prosentandel som er fornøyd med foreldrene sine – utvikling over tid i perioden 2014 til 2024



Note: Resultatene er basert på estimater gjengitt i vedleggstabell 3.

Når det gjelder andelen som var fornøyd med foreldrene sine, var det en mindre økning i forkant av pandemien, fra 83 til 85 prosent. Dette endret seg lite under pandemien og heller ikke noe særlig i årene i etterkant.

Vi undersøkte videre gjennom regresjonsanalyser hvorvidt utviklingstrekkene over også gjaldt for ulike sosiodemografiske grupper, eller om det var spesielle endringer over tid blant ungdom avhengig av deres kjønn, alder og sosioøkonomiske status. I analysen undersøkte vi også om utviklingstrekkene var annerledes i kommuner med varierende andel som var registrert smittet av covid-19-viruset. I tillegg testet vi hvorvidt utviklingstrekkene varierte med ungdommenes deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter. For å undersøke dette brukte vi det målet som ble presentert i forrige kapittel, som fanger opp om ungdommene selv opplever at de «er med» i en organisasjon, klubb eller lag. Resultatene fra regresjonsanalysene er gjengitt i vedleggstabell 4.

I tabell 4.1 har vi brukt resultatene fra vedleggstabellen og trukket ut regresjonskoeffisientene som viser sammenhenger henholdsvis før pandemien, under pandemien og etter pandemien. For å gjøre framstillingen mer oversiktlig har vi ikke tatt med tallene for 2022, da vi konsentrerer oss om hvordan situasjonen var under pandemien og noen år etter at pandemien var ferdig.⁷ Koeffisienter som er statistisk signifikant forskjellige ($p < 0,001$) fra tiden før pandemien, er markert med uthevet skrift.

Den første kolonnen viser hvor store forskjeller det var mellom gutter og jenter i andelen som var fornøyd med foreldrene sine. Den første linjen viser hvordan dette var før pandemien. Her var koeffisienten $-2,4$, noe som betyr at det før pandemien var 2 prosentpoeng færre jenter enn gutter som var fornøyd med foreldrene sine. Under pandemien var dette gapet økt til $-5,7$ poeng. I 2024 var kjønnsforskjellen omtrent på samme nivå. Dette viser at kjønnsforskjellene ble større under og etter pandemien enn de var før pandemien. I praksis var det flere gutter som ble fornøyd med foreldrene under pandemien. Denne endringen ble ikke observert blant jentene. Dette «nye» kjønnsgapet har altså vedvart fram til 2024.

Resultatene viser videre bare en svak sammenheng mellom alder og foreldrevurdering. Dette gjelder før pandemien, under pandemien og i tiden etter pandemien. Før pandemien var den svake sammenhengen negativ, men altså ikke større enn at det var 1 prosentpoeng flere av de yngste (8. trinn) enn de eldste (vg2) som var fornøyd med foreldrene sine. Under pandemien skiftet denne sammenhengen retning, noe som kan tolkes som at det var en mindre nedgang blant de yngste. Denne sammenhengen ble imidlertid enda svakere to år etter pandemien var ferdig.

Sammenhengen mellom ungdommenes sosioøkonomiske status og foreldrevurdering er imidlertid tydeligere gjennom hele perioden. Samtidig viser analysene at denne sammenhengen ikke endret seg noe særlig verken i forbindelse med pandemien eller i etterkant. Dette betyr at den generelle utviklingen har vært nokså lik uavhengig av hva slags sosioøkonomisk status ungdommene har.

⁷ Koeffisientene for 2022 finnes i vedleggstabell 4.

Tabell 4.1 Sammenhenger mellom kjønn, alder og SØS og relasjoner til foreldre, venner og skole – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021) og etter pandemien (2024)

	Fornøyd med foreldrene			Har fortrolige venner			Trives godt på skolen		
	Kjønn	Alder	SØS	Kjønn	Alder	SØS	Kjønn	Alder	SØS
Før pandemien (2014–2020)	-2,4	-0,2	4,1	0,6	0,2	1,8	-4,0	0,1	2,2
Under pandemien (2021)	-5,7	0,2	3,8	0,4	0,8	2,1	-7,6	1,4	2,5
Etter pandemien (2024)	-5,5	0,1	4,0	1,1	0,6	2,4	-7,0	2,3	2,9

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger mellom sosiodemografiske variabler (kjønn, alder, SØS) og sosiale relasjoner (foreldre, venner, skole) i ulike tidsrom. Tall som er uthevet, viser til sammenhenger som er statistisk signifikant forskjellige ($p < 0,001$) fra sammenhengene før pandemien.

Den midterste delen av tabellen over viser hvordan de sosiodemografiske variablene henger sammen med sjansen for å ha minst én fortrolig venn. Resultatene viser at andelen som har fortrolige venner, er omtrent like utbredt blant gutter og jenter, og at dette var tilfelle både før, under og etter pandemien. Før pandemien spilte heller ikke alder en særlig stor rolle for sjansen til å ha fortrolige venner. Under pandemien var det imidlertid en viss aldersforskjell, der det ble større sjanse for å ha fortrolige venner desto eldre ungdommene var. I praksis betyr dette at den nedgangen vi så i andelen som har fortrolige venner, under pandemien i hovedsak gjaldt de yngste ungdommene, mens de eldste var mer upåvirket av pandemien. Tendensen til økte aldersforskjeller ser ut til å ha vedvart også etter pandemien, selv om koeffisienten ble svakt svekket fra 0,8 under pandemien til 0,6 i 2024. Sjansen for å ha fortrolige venner er høyest blant ungdom med høy sosioøkonomisk status. Dette var tilfelle både før, under og etter pandemien. I 2024 er imidlertid denne sammenhengen blitt noe sterkere enn tidligere.

Helt til høyre i tabell 4.1 ser vi nærmere på skoletrivsel. Før pandemien var det en tendens til at jenter i noe mindre grad enn gutter trives på skolen – en forskjell på 4 prosentpoeng, slik dette er målt her. Under pandemien var forskjellen omtrent doblet, til rundt 8 prosentpoeng. Selv om denne forskjellen ble noe mindre etter pandemien (7 prosentpoengs forskjell i 2024), er kjønnsforskjellene i skoletrivsel en god del høyere i 2024 enn tilfellet var før pandemien. Det har både under og etter pandemien også blitt større forskjeller i skoletrivsel etter elevenes alder. Mens sammenhengen var omtrent null før pandemien, var den 1,4 under pandemien og 2,3 i 2024. Tilsvarende har det etter pandemien blitt noe større forskjeller mellom ungdom med ulik sosioøkonomisk status. Også før pandemien hadde SØS betydning, men den økte noe under pandemien og økte ytterligere noe fram til 2024. Alt i alt viser dette at nedgangen i skoletrivsel har vært enda større for jenter enn for gutter, større for

de yngste enn for de eldste elevene og større for ungdom med lav enn for ungdom med høy sosioøkonomisk status. Dette gjelder både i overgangen til selve pandemien og i årene etterpå.

Tabell 4.2 viser hvordan sammenhengen mellom smittetall på kommunenivå og hvordan ungdom opplever relasjonene til foreldre, venner og skole, har endret seg i tiden fra før pandemien til tiden under pandemien og til 2024. Tallene viser prosentpoengs økning i de avhengige variablene når smittetallene i kommunene øker med 10 prosentpoeng. Resultatene viser at de endringene som skjedde under pandemien, i all hovedsak foregikk uavhengig av hvor mange som var smittet i kommunen. Før pandemien var det i kommunene som i størst grad ble rammet av pandemien (mest smitte), generelt litt færre ungdommer som var fornøyd med foreldrene. Dette gjaldt også under pandemien og i perioden fram til 2024. Når det gjelder andelen som har fortrolige venner, og andelen som trives godt på skolen, var det lite som skilte kommuner med mye versus lite smitte før pandemien. Dette gjelder også under pandemien, noe som tyder på at den nedgangen vi generelt så, traff kommuner på tvers av hvor mye de var rammet. I 2024 er det imidlertid en viss tendens til at både andelen som har fortrolige venner, og andelen som trives godt på skolen, gikk mer ned i kommuner som ble mest rammet av pandemien, enn i kommuner som ble mindre rammet. Denne effekten er imidlertid kun statistisk signifikant for det som har med venner å gjøre. Men den antyder altså at det kan ha vært noen varige konsekvenser av pandemien knyttet til etablering av eller vedlikehold av vennsksrelasjoner.

Tabell 4.2 Sammenhenger mellom smittetall i kommunen (% smittet x 10) og relasjoner til foreldre, venner og skole – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021) og etter pandemien (2024)

	Fornøyd med foreldrene	Har fortrolige venner	Trives godt på skolen
Før pandemien (2014–2020)	–0,9	0,2	0,2
Under pandemien (2021)	–1,0	0,1	–0,3
Etter pandemien (2024)	–1,0	–0,7	–0,8

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger mellom smittetall i kommunen (målt gjennom prosent som ble registrert smittet i 2020 og 2021) og sosiale relasjoner i ulike tidsrom. Variabelen for smitte er kodet slik at en enhet på skalaen representerer en økning i smittetall på 10 prosentpoeng. Tall som er uthevet, viser til sammenhenger som er statistisk signifikant forskjellige ($p < 0,001$) fra sammenhengene før pandemien.

Til slutt har vi sett nærmere på hvorvidt utviklingen under og etter pandemien i ungdommenes relasjoner til foreldre, venner og skole har variert avhengig av om ungdommene selv er med i organiserte fritidsaktiviteter. Igjen har vi hentet ut tallene fra regresjonsresultatene fra vedleggstabell 4 og markert med uthevet skrift der koeffisientene under og etter pandemien er statistisk signifikant forskjellige fra koeffisientene i forkant av pandemien. Resultatene viser at ungdom som er med i organiserte fritidsaktiviteter, generelt er mer fornøyd med

foreldrene sine, de har i større grad fortrolige venner, og flere trives godt på skolen enn ungdom som ikke er med på denne typen fritidsaktiviteter. Dette gjaldt både før pandemien, under pandemien og etter pandemien. Samtidig er det en tendens på skoleområdet til at forskjellene mellom de som er med og de som ikke er med på organiserte fritidsaktiviteter, ble større under pandemien. Denne økte forskjellen vedvarer fram til 2024, noe som kan tyde på at den nedgangen i skoletrivsel som skjedde i forbindelse med pandemien, traff ungdom som ikke var med i organiserte fritidsaktiviteter, i større grad enn ungdom som er aktive i denne typen fritidsaktiviteter. At denne forskjellen holder seg fram til 2024, antyder at denne differensierte pandemieffekten har vedvart også en stund etter at pandemien var over.

Tabell 4.3 Sammenhenger mellom organisasjonsdeltakelse (om ungdom er med i en organisasjon, lag eller forening) og relasjoner til foreldre, venner og skole – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021) og etter pandemien (2024)

	Fornøyd med foreldrene	Har fortrolige venner	Trives godt på skolen
Før pandemien (2014–2020)	4,0	2,8	4,3
Under pandemien (2021)	4,4	2,8	7,3
Etter pandemien (2024)	3,9	2,4	7,1

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger mellom organisasjonsdeltakelse i kommunen og sosiale relasjoner i ulike tidsrom. Tall som er uthevet, viser til sammenhenger som er statistisk signifikant forskjellige ($p < 0,001$) fra sammenhengene før pandemien.

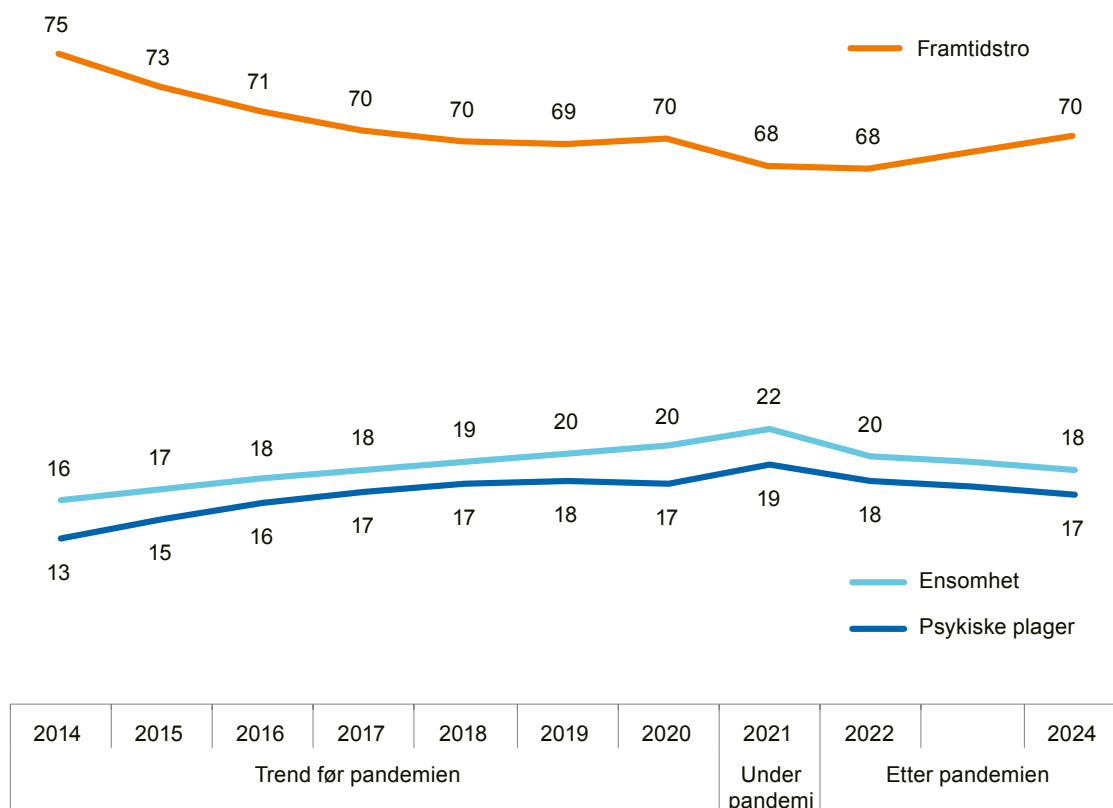
4.2 Framtidstro, psykiske plager og ensomhet

I hvilken grad kan vi spore mulige varige konsekvenser av ungdoms opplevelse av egen framtid, psykiske helse og grad av ensomhet? **Framtidstro** ble målt gjennom et spørsmål der ungdom ble spurt om de trodde de kommer til å få et godt og lykkelig liv. 69 prosent svarer ja. Disse er kontrastert til de som svarer «vet ikke» (28 prosent), og de som svarer «nei» (3 prosent). **Psykiske plager** ble målt gjennom seks ledd (Cronbachs $\alpha = 0,89$) fra Depressive Mood Inventory (Kandel & Davies, 1982), hentet fra Hopkins Symptom Checklist (Derogatis et al., 1974). Ungdommene ble bedt om å oppgi hvor mye de hadde vært plaget den siste uka, på en firedelt skala fra «ikke plaget i det hele tatt» til «veldig mye plaget». Verdiene ble kodet fra 0 til 3, og det ble laget en gjennomsnittsskår basert på de seks spørsmålene. Vi skiller mellom de som har mange plager, definert som en skår på 2,0 eller høyere, og de som ikke har mange plager ($< 2,0$). Totalt faller 18 prosent av ungdommene innenfor dette kriteriet. **Ensomhet** er målt gjennom et ledd i det samme batteriet som psykiske plager, der ungdom ble bedt om å oppgi hvor ofte de hadde vært plaget av ensomhet siste uke. Vi sammenlikner de som opplever å være «ganske mye plaget» eller «svært mye plaget», med de som er lite eller ikke plaget i det hele tatt. Totalt rapporterer 20 prosent av alle ungdommer at de har vært plaget av ensomhet siste uke.

Gjennom regresjonsanalyser undersøkte vi hvordan trenden på hver av disse tre områdene hadde vært i forkant av pandemien, under pandemien og i etterkant. Resultatene er gjengitt i vedleggstabell 5. Basert på disse har vi i figur 4.3 beregnet andelen som har tro på at de vil få et godt og lykkelig liv, andelen som siste uke hadde en god del psykiske plager, og andelen som var plaget av ensomhet – i perioden 2014 til 2024. Ser vi årene fra 2014 og fram til før pandemien inntraff, var den generelle utviklingen at det var færre ungdommer som hadde tro på et godt og lykkelig liv, og økende trender for psykiske plager og ensomhet. Trendene for framtidstro og psykiske plager flatet noe ut rett i forkant av pandemien, mens trenden for ensomhet var nokså rettlinjert i perioden 2014 til 2020. Resultatene viser en generell negativ pandemieffekt, med flere som rapporterte om ensomhet og psykiske plager og færre om at de hadde tro på et lykkelig liv, i 2021. Samtidig er det verdt å understreke at utslagene ikke var spesielt store, der endringer stort sett er i størrelsesordenen 2 prosentpoeng.

Ser vi på tiden etter pandemien, har tallene gått i en mer positiv retning, og tallene i 2024 for både framtidstro, psykiske plager og ensomhet ligger på samme nivå eller bedre enn situasjonen like før pandemien.

Figur 4.3 Framtidstro, psykiske plager og ensomhet – utvikling over tid i perioden 2014 til 2024



Vi undersøkte videre hvorvidt disse trendene varierte med ungdommenes sosiodemografiske kjennetegn, smittesituasjonen i kommunen og hvorvidt ungdommene var med i organiserte fritidsaktiviteter eller ikke. Dette ble gjort på tilsvarende måte som i de tidligere analysene, gjennom å legge inn interaksjonsledd i regresjonsmodellen. I denne analysen inkluderte vi også et interaksjonsledd mellom sosiale relasjoner og tid.⁸ Resultatene fra regresjonsanalysene er gjengitt i vedleggstabell 6.

Tabell 4.4 viser sammenhenger mellom kjønn, alder og sosioøkonomisk status på den ene siden og framtidstro, psykiske plager og ensomhet på den andre – henholdsvis før pandemien, under pandemien og etter pandemien. Koeffisienter som er statistisk signifikant forskjellige fra tiden før pandemien, er markert med uthevet skrift i tabellen.

Den første kolonnen viser hvor store forskjeller det er mellom gutters og jenters framtidstro. Før pandemien skilte det 5,7 prosentpoeng i gutters favør. Under pandemien ble denne forskjellen redusert til 4,0 prosentpoeng, en forskjell som holdt seg omtrent på samme nivå fram til 2024. Dette viser at kjønnsforskjellene ble mindre under pandemien enn de var før. I praksis betyr dette at jentene ikke opplevde en nedgang i framtidstro under pandemien.

Resultatene viser videre at det før pandemien var en svak negativ sammenheng mellom alder og framtidstro. Under pandemien og i 2024 har denne forskjellen blitt borte. Dette viser at nedgangen i framtidstro var større blant de yngste enn blant de eldste ungdommene. Videre viser analysene at pandemien ikke i noe særlig grad rokket på sammenhengen mellom sosioøkonomisk status og framtidstro.

Tabell 4.4 Sammenhenger mellom kjønn, alder og SØS og framtidstro, psykiske plager og ensomhet – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021) og etter pandemien (2024)

	Tror på et godt og lykkelig liv			Har hatt mange psykiske plager siste uke			Har vært mye plaget av ensomhet siste uke		
	Kjønn	Alder	SØS	Kjønn	Alder	SØS	Kjønn	Alder	SØS
Før pandemien (2014–2020)	-5,7	-0,8	1,7	14,6	2,3	-0,2	12,4	1,5	-0,4
Under pandemien (2021)	-4,0	0,0	1,5	14,7	1,5	-0,2	10,2	1,0	-0,1
Etter pandemien (2024)	-3,5	-0,1	1,3	12,4	1,7	-0,2	7,4	0,8	0,0

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger mellom sosiodemografiske variabler (kjønn, alder, SØS) og framtidstro, psykiske plager og ensomhet i ulike tidsrom. Tall som er uthevet, viser til sammenhenger som er statistisk signifikant forskjellige ($p < 0,001$) fra sammenhengene før pandemien.

⁸ Vi laget et samlemål for sosiale relasjoner, der vi brukte variablene som ble brukt tidligere i kapittelet, og summerte dem.

Den midterste delen av tabell 4.4 viser sammenhengene mellom sosio-demografiske variabler og sjansen for å rapportere om psykiske plager på ulike tidspunkter. Resultatene viser at sammenhengen til kjønn og alder var noe svakere i 2024 enn før pandemien. Alderseffekten gikk ned under pandemien, men det gjaldt ikke kjønn. Sammenhengen mellom sosioøkonomisk status og psykiske plager ble i liten grad påvirket av pandemien. Også i 2024 er sammenhengen den samme som den var før pandemien.

Til slutt ser vi nærmere på ensomhet. Det generelle bildet er at sammenhengene til både kjønn, alder og sosioøkonomisk status er svakere i 2024 enn før pandemien. Dette tyder på at nedgangen i ensomhet var større i de sosiodemografiske gruppene som før pandemien rapporterte om mest ensomhet – det vil si blant jenter, de eldste ungdommene og ungdom med lav sosioøkonomisk status.

Tabell 4.5 viser hvordan sammenhengen mellom smittetall på kommunenivå og ungdoms framtidstro, psykiske plager og ensomhet har endret seg i tiden fra før pandemien til tiden under pandemien og til 2024. Resultatene viser at de endringene som skjedde under og etter pandemien, foregikk uavhengig av hvor mange som var smittet i kommunen.

Tabell 4.5 Sammenhenger mellom smittetall i kommunen (% smittet x 10) og framtidstro, psykiske plager og ensomhet – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021) og etter pandemien (2024)

	Tror på et godt og lykkelig liv	Har hatt mange psykiske plager siste uke	Har vært mye plaget av ensomhet siste uke
Før pandemien (2014–2020)	–0,5	1,9	1,0
Under pandemien (2021)	–0,7	2,1	1,3
Etter pandemien (2024)	–0,5	1,8	0,8

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger mellom smittetall i kommunen (målt gjennom prosent som ble registrert smittet i 2020 og 2021) og framtidstro, psykiske plager og ensomhet i ulike tidsrom. Variabelen for smitte er kodet slik at en enhet på skalaen representerer en økning i smittetall på 10 prosentpoeng. Verken under eller etter pandemien er sammenhengene statistisk signifikant forskjellige ($p < 0,001$) fra sammenhengene før pandemien.

Utviklingen i framtidstro, psykiske plager og ensomhet har også vært nokså lik blant de ungdommene som er med i organiserte fritidsaktiviteter, og de som ikke er med. Tabell 4.6 viser at ungdom som er med i organiserte fritidsaktiviteter, har større tro på egen framtid, har færre psykiske plager og er mindre plaget av ensomhet enn de som ikke er med. Men disse forskjellene fantes både før pandemien, under pandemien og etter pandemien i 2024.

Tabell 4.6 Sammenhenger mellom organisasjonsdeltakelse (om ungdom er med i en organisasjon, lag eller forening) og framtidstro, psykiske plager og ensomhet – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021) og etter pandemien (2024)

	Tror på et godt og lykkelig liv	Har hatt mange psykiske plager siste uke	Har vært mye plaget av ensomhet siste uke
Før pandemien (2014–2020)	6,3	–1,8	–2,1
Under pandemien (2021)	6,1	–2,7	–2,1
Etter pandemien (2024)	5,9	–2,2	–2,2

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger mellom organisasjonsdeltakelse i kommunen og framtidstro, psykiske plager og ensomhet i ulike tidsrom. Tall som er uthevet, viser til sammenhenger som er statistisk signifikant forskjellige ($p < 0,001$) fra sammenhengene før pandemien.

Til slutt undersøkte vi om utviklingen over tid varierte avhengig av hvordan ungdom opplever foreldre, venner og skole. Vi laget et samlemål for disse tre variablene, der vi summerte hvordan ungdom svarte på alle spørsmålene. Som det framgår av tabell 4.7, er dette samlemålet tett forbundet med både framtidstro, psykiske plager og ensomhet. Desto sterkere relasjoner til andre, desto flere har tro på et godt liv, og færre sliter med ensomhet og negative følelser. Resultatene fra regresjonsanalysene viser at denne sammenheng ble sterkere under pandemien, og selv om den ble noe svakere i 2024, er sammenhengene fortsatt sterkere enn før pandemien. Dette tyder på at de ungdommene som ikke har de beste relasjonene til foreldre, skole og venner, ble noe mer rammet av pandemien enn andre – og at denne effekten til en viss grad vedvarte også et par år etter at pandemien var over.

Tabell 4.7 Sammenhenger mellom sosiale relasjoner (hvordan ungdom opplever foreldre, venner og skole) og framtidstro, psykiske plager og ensomhet – i tiden før pandemien (2014–2020), under pandemien (2021) og etter pandemien (2024)

	Tror på et godt og lykkelig liv	Har hatt mange psykiske plager siste uke	Har vært mye plaget av ensomhet siste uke
Før pandemien (2014–2020)	15,0	–11,9	–13,5
Under pandemien (2021)	16,7	–14,0	–15,5
Etter pandemien (2024)	16,1	–13,1	–14,2

Note: Tallene viser estimerte sammenhenger mellom sosiale relasjoner (hvordan ungdom opplever foreldre, venner og skole) og framtidstro, psykiske plager og ensomhet i ulike tidsrom. Tall som er uthevet, viser til sammenhenger som er statistisk signifikant forskjellige ($p < 0,001$) fra sammenhengene før pandemien.

4.3 Oppsummering

I denne delen har vi sett nærmere på hvordan ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet har utviklet seg før, under og etter pandemien. Hovedfunnet er at pandemien ser ut til å ha hatt noen midlertidige, men ikke varige, negative konsekvenser på disse områdene. Funnene tyder på at endringene i ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet i stor grad følger utviklingstrender som ikke ble vesentlig endret av pandemien. Vi finner også kun små forskjeller i utviklingen etter pandemien når vi sammenlikner kommuner med høyt og lavt smittenivå. Dette tyder på at utviklingen i ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet i stor grad har vært nasjonal, og ikke først og fremst drevet av lokale variasjoner i smittenivå.

Samtidig er det vanskeligere å trekke like klare konklusjoner som på fritidsfeltet, siden resultatene varierer mye mer mellom de ulike målene. Forholdet til foreldre har holdt seg relativt stabilt gjennom hele perioden, med en svak positiv utvikling før pandemien. Den mest markante og vedvarende endringen over tid ser vi i skoletrivsel, som har hatt en forholdsvis jevn nedgang gjennom hele den tiårsperioden vi har studert her, dog med noe større nedgang under selve pandemien enn i andre perioder. Venns-kapsrelasjoner har også blitt noe svekket i overgangen til pandemien, men nedgangen er mindre enn for skoletrivsel – fra 90 til 88 prosent som har fortrolige venner. I motsetning til skoletrivsel holdt andelen som har fortrolige venner, seg stabil i perioden etter pandemien og fram til 2024. Disse funnene tyder på at endringene ikke utelukkende kan knyttes til pandemien, men også inngår i en lengre utviklingstrend som startet før. Dette gjør det derfor vanskelig å si noe sikkert om pandemiens spesifikke betydning.

Analysene viser videre at utviklingen i ungdoms framtidstro, psykiske helse og opplevelse av ensomhet har fulgt ulike, men delvis overlappende mønstre i perioden 2014–2024. Under pandemien var det en viss økning i psykiske plager og ensomhet, og det ble noe færre som hadde positiv tro på egen framtid. Etter pandemien har utviklingen gått i en mer positiv retning, og nivåene i 2024 er tilbake på – eller noe bedre enn – nivåene rett før pandemien og de tidligere trendene. Både ensomhet og psykiske plager hadde en jevn økning i flere år før pandemien, nådde et toppunkt under pandemien og har deretter gått noe ned.

Kompleksiteten forsterkes av at utviklingen også varierer noe mellom ulike grupper. Jenter rapporterer oftere enn gutter om psykiske plager og ensomhet, mens gutter i større grad trives på skolen og har tro på et godt liv. Kjønnsforskjellene økte under pandemien på enkelte områder, som forholdet til foreldre og skoletrivsel, men ble redusert etter pandemien når det gjelder psykisk helse og framtidsoptimisme – særlig fordi jentene opplevde en mer positiv utvikling på disse områdene.

Aldersforskjeller har også blitt mer tydelige. Før pandemien var det liten forskjell mellom yngre og eldre tenåringer i tilfredshet med foreldre og venner. I 2024 ser

vi at de eldste i noe større grad har fortrolige venner og trives på skolen. Samtidig er forskjellene i psykisk helse og framtidstro mellom yngre og eldre blitt mindre etter pandemien, noe som tyder på en mer positiv utvikling for de yngste.

Før pandemien var ungdom med høy sosioøkonomisk status jevnt over bedre stilt på indikatorene for livskvalitet og relasjoner. Etter pandemien ser vi at forskjellene har økt noe når det gjelder vennskap og skoletrivsel, mens de har blitt mindre for ensomhet og vært stabile for psykisk helse og framtidsoptimisme.

Vi har også sett nærmere på en særlig sårbar gruppe – ungdom med svake relasjoner til både foreldre, venner og skole. Disse ungdommene rapporterer lav livskvalitet og høy grad av psykiske plager og ensomhet. Ulikhetene mellom denne gruppen og andre ungdommer økte under pandemien, og selv om forskjellene har blitt noe redusert i 2024, er de fortsatt større enn før pandemien. Dette tyder på at ungdom med svake sosiale bånd ble særlig hardt rammet, og at konsekvensene kan ha vært mer varige for noen av dem.

5 Oppsummering

Pandemien endret ungdoms hverdagsliv på dramatisk vis. Restriksjoner og smitteverntiltak satte sitt preg på både fritidsvaner, livskvaliteten og den sosiale utviklingen til barn og unge. Et sentralt spørsmål er om pandemien etterlot seg noen varige «arr» i ungdomsbefolkningen – på områder som deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, selvopplevd livskvalitet og relasjoner til foreldre, venner og skole. I hvilken grad ble ulike deler av ungdomsbefolkningen rammet forskjellig? Og har utviklingen i etterkant av pandemien vært særlig utfordrende for ungdom i geografiske områder som ble spesielt hardt rammet av pandemien?

I dette forskningsnotatet har vi undersøkt disse spørsmålene empirisk ved hjelp av unike forskningsdata fra Ungdata-undersøkelsene. Vi har fulgt ungdomsbefolkningen i Norge gjennom hele perioden fra før pandemien, via pandemien og fram til 2024 – godt og vel to år etter at pandemien var over. Mange hundre tusen ungdommer i alderen 13–18 år fra nesten alle norske kommuner har deltatt i studien. Vi har benyttet en metode som kalles for samfunnsmessige vekstkurver, der vi har fulgt utviklingen i ungdoms livssituasjon over tid i 349 kommuner. Ved å analysere perioden fra 2014 til 2024 har vi undersøkt hvordan situasjonen under pandemien skilte seg fra både nivået og utviklingen i forkant – og hvordan ungdoms hverdagsliv har utviklet seg i årene etterpå, sammenliknet med både pandemitiden og med tidsperioden før pandemien inntraff. På denne måten tar vi høyde for at pandemien ikke oppsto i et samfunnsmessig vakuum, men i en tid der ungdoms hverdagsliv allerede var i endring.

Hovedfunnet i dette notatet er at pandemien på befolkningsnivå ikke ser ut til å ha ført til større, varige endringer i ungdoms fritidsdeltakelse, sosiale relasjoner eller livskvalitet. På flere områder har utviklingen enten gått tilbake til sånn det var før pandemien, eller den har føyd seg inn i langsiktige trender som startet allerede før pandemien. Det siste viser viktigheten av å tolke endringer under og etter pandemien i lys av generelle utviklingstrender i samfunnet. Hovedfunnet understrekes av at vi stort sett finner samme utvikling over tid i kommuner som ble hardt rammet av pandemien, og i kommuner som i liten grad ble berørt.

Samtidig er det noen viktige nyanser til dette hovedbildet. På den ene siden rapporterer flere enn tidligere at de ikke trives så godt i skolen, og 2 prosentpoeng flere oppgir at de mangler fortrolige venner, i dag enn før pandemien. Dette er også utviklingstrekk som begynte før pandemien, men som pandemien kan ha vært med på å forsterke. Endringene har vært størst for de yngste tenåringene. På den annen siden finner vi noen positive endringer i tiden etter pandemien, der andelen ungdommer som opplever ensomhet og psykiske plager, er lavere i 2024 enn før pandemien. I tillegg ser den nedadgående

trenden i framtidsoptimisme – som startet i årene før pandemien – nå ut til å ha flatet ut. På disse områdene har det i etterkant av pandemien vært et mer positivt brudd i en negativ utvikling som fant sted i forkant av pandemien. Funnene er interessante ikke bare sett i lys av pandemien, men også i lys av at perioden etter pandemien har vært preget av krig ulike steder i verden – også i Europa – og av økonomisk uro.

Et annet sentralt funn er at når vi sammenlikner utviklingen for ulike deler av ungdomsbefolkningen, finner vi flere likhetstrekk enn forskjeller. Det vil si at den generelle utviklingen i all hovedsak har vært nokså lik for gutter og jenter, for ulike aldersgrupper og for ungdom med forskjellig sosioøkonomisk status. Det betyr ikke at alt har vært likt, men det er lite som tyder på at det har blitt systematisk betydelig større forskjeller mellom grupper etter pandemien enn før pandemien. På noen områder finner vi at ulikheter som ble større under pandemien, gikk tilbake igjen etter pandemien. På andre områder finner vi at forskjeller som ble mindre under pandemien, er mer eller mindre tilbake på nivå med tiden før pandemien. Et viktig unntak gjelder ungdom med svake relasjoner til foreldre, venner og skole. Dette er en særskilt utsatt gruppe. Det kan se ut som at denne gruppen har blitt særlig hardt rammet av pandemien, og at konsekvensene kan ha vært mer varige for noen av dem.

Før vi utdyper undersøkelsens hovedfunn, vil vi understreke betydningen av at analysene bygger på en bred befolkningsstudie der ungdom selv rapporterer om hva de gjør i fritiden, og hvordan de har det på ulike områder. Dette gir et godt grunnlag for å si noe om utviklingstrekk i hvordan ungdom selv opplever sin egen hverdag – både i ungdomsbefolkningen som helhet og i enkelte undergrupper. Samtidig er det begrensninger for eksempel knyttet til at vi gir et så grovt og overordnet bilde av situasjonen som vi gjør i dette forskningsnotatet, både når det gjelder de indikatorene vi har valgt å studere, og de gruppene vi sammenlikner. Mer detaljerte data og analyser kunne ha gitt et dypere innblikk og mer nyanserte bilder av pandemiens varige konsekvenser. Siden vi følger ungdomsbefolkningen over tid, men ikke de samme individene, kan vi heller ikke si noe sikkert om hvordan det konkret har gått med de ungdommene som ble aller hardest rammet av pandemien.

5.1 Et overordnet bilde

Organiserte fritidsaktiviteter

Et flertall av norsk ungdom oppgir at de er med i et lag, klubb eller forening. I årene før pandemien var det imidlertid en tendens til en viss nedgang i deltakelsen, fra 58 til 55 prosent. I 2021 – under pandemien – sank andelen til 51 prosent og videre til 49 prosent like etter at pandemien var over i 2022. Fram til 2024 har imidlertid tallet økt noe, og i 2024 deltok 52 prosent av ungdommene – det vil si 3 prosentpoeng lavere enn det som ble registrert i 2020 rett før pandemien inntraff. Tilsynelatende kan det se ut som om pandemien har bidratt til at færre ungdommer deltar i organiserte fritidsaktiviteter enn før. Samtidig er

det ikke rett fram hvordan vi skal tolke en slik utvikling. Sett i lys av at det i årene før pandemien også var en nedgang på 3 prosentpoeng i deltakelsen, kan resultatene tolkes som del av en mer langsiktig trend der ungdom i mindre grad enn før er med i ulike foreninger, lag eller klubber. Dette indikerer at nedgangen under pandemien ikke nødvendigvis bidro til å skape en varig endring alene, men at den føyde seg inn i en mer langsiktig nedadgående trend i deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter.

Nedgangen i deltakelse under pandemien henger dermed ikke bare sammen med at tilbudene falt bort grunnet restriksjoner, som igjen innebar at unge aktivt måtte velge å gjenoppta aktivitet da disse ble startet opp igjen. Nedgangen kan også ha sammenheng med andre faktorer og tidstrender, for eksempel den økte digitaliseringen som har skjedd i løpet av de siste ti–femten årene.

Samtidig finner vi ulike utviklingstrekk for forskjellige typer fritidsaktiviteter. Vi har sammenliknet idrett, fritidsklubb og kulturorienterte fritidsaktiviteter. I tillegg har vi sett nærmere på en restkategori som består av andre fritidsaktiviteter som ikke dekkes av de tre førstnevnte. Den største nedgangen under pandemien skjedde i deltakelsen i fritidsklubbene, noe som kan ha sammenheng med at mye av aktivitetene her stengte helt ned i perioder. Langt på vei ble imidlertid denne nedgangen tatt igjen i årene etter pandemien, og når vi måler deltakelse i fritidsklubb i 2024, er den på samme nivå som før pandemien. Før pandemien var trenden svakt nedadgående – og sett i det lyset viser tallene for 2024 et visst brudd med denne trenden. Det er derfor lite som tyder på at nedstengingen av fritidsklubbene under pandemien har hatt varige negative konsekvenser for hvor mange som er innom dem. Samtidig må det understrekes at vi her har brukt et nokså grovt mål på deltakelse, der vi ikke spesifikt har sett nærmere på de mest aktive brukerne. Om også denne gruppen har blitt opprettholdt i omfang etter pandemien, kan være aktuelt å undersøke i videre forskning.

Idretten organiserer svært mange, og i forkant av pandemien lå deltakelsen relativt stabilt på 43 prosent. Under pandemien og i 2022 var tallet redusert til 40 prosent. I 2024 er tallet igjen oppe i 43 prosent. Dette tyder på at deltakelsen i den organiserte idretten ikke ble spesielt mye rammet under pandemien, og at det heller ikke her er mye som tyder på varige negative konsekvenser for deltakelsen.

For kulturorienterte aktiviteter og andre organiserte tilbud viser resultatene derimot en jevn nedgang gjennom hele perioden – også i tiden før pandemien. Deltakelse i disse aktivitetene gikk ytterligere ned under pandemien, og selv om de gikk noe opp igjen da pandemien var over, ligger nivåene i 2024 noe lavere enn før pandemien. Resultatene tyder imidlertid på at nedgangen først og fremst kan forstås som en videreføring av eksisterende trender, snarere enn som en direkte konsekvens av pandemien.

At pandemien ikke har hatt avgjørende betydning for hvor stor andel av ungdomsbefolkningen som deltar i organiserte fritidsaktiviteter, styrkes av at vi finner få systematiske forskjeller mellom kommuner med høyt og lavt smittenivå. Selv om tiltakene var mer inngripende enkelte steder enn andre, ser det ut til at både erfaringene under pandemien og utviklingen i årene etter har fulgt relativt like mønstre på tvers av landet. Dette gir økt troverdighet til de nasjonale trendene vi observerer i materialet.

Sosiale relasjoner og livskvalitet

Videre har vi undersøkt ulike aspekter ved ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet, både før, under og etter pandemien. Dette har vi gjort gjennom ungdommenes egne vurderinger av sin livssituasjon og forholdet til foreldre, venner og skole. Hovedfunnet er også her at pandemien først og fremst ser ut til å ha hatt noen midlertidige, men ikke varige, negative konsekvenser. Samtidig er det vanskeligere å trekke like klare konklusjoner som på fritidsfeltet, siden resultatene varierer mye mer mellom de ulike målene.

Forholdet til foreldre har holdt seg relativt stabilt gjennom hele perioden, med en svak positiv utvikling i årene før pandemien. Den mest markante endringen finner vi imidlertid i ungdoms forhold til skolen. Her har vi undersøkt ulike sider ved skoletrivsel og registrerer en forholdsvis jevn nedgang i andelen som trives godt på skolen, gjennom hele den tiårsperioden vi har studert her, dog med noe større nedgang under selve pandemien enn ellers. Når det gjelder vennskap, ser vi en reduksjon i andelen ungdom som oppgir at de har fortrolige venner – fra 90 til 88 prosent – men denne utviklingen har vært stabil siden 2022. For både skoletrivsel og vennsksrelasjoner ser vi altså en nedgang som delvis sammenfaller med pandemien, men som også inngår i en lengre utviklingstrend som startet før. Dette gjør det vanskelig å si noe sikkert om pandemiens spesifikke betydning.

Analysene viser videre at utviklingen i ungdoms framtidstro, psykiske helse og opplevelse av ensomhet har fulgt ulike, men delvis overlappende mønstre i perioden 2014–2024. Under pandemien var det en viss økning i psykiske plager og ensomhet, og det ble noe færre som hadde positiv tro på egen framtid. Endringene er estimert til rundt 2 prosentpoeng, det vil si ikke spesielt store. Etter pandemien har utviklingen gått i en mer positiv retning, og nivåene i 2024 er tilbake på – eller noe bedre enn – nivåene rett før pandemien og de tidligere trendene. Både ensomhet og psykiske plager hadde en jevn økning i flere år før pandemien, nådde et toppunkt under pandemien og har deretter gått noe ned.

Oppsummert tyder funnene på at endringene i ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet i stor grad følger utviklingstrender som ikke ble vesentlig endret av pandemien. Vi finner også kun små forskjeller i utviklingen etter pandemien når vi sammenlikner kommuner med høyt og lavt smittenivå. Dette tyder på at utviklingen i ungdoms sosiale relasjoner og livskvalitet i stor grad har vært nasjonal og ikke først og fremst drevet av lokale variasjoner i smittenivå.

Samtidig har analysene sine begrensninger, blant annet at målingene under pandemien er foretatt i en periode der skolene var åpne og tiltakene var generelt mindre omfattende enn i de mest krevende periodene. Samtidig har vi ikke hatt muligheter til å fange opp i datagrunnlaget særskilte belastninger ved pandemien – som hyppige karantener. Tidligere studier har vist at ungdom som ofte satt i karantene, i større grad var utsatt for mentalt stress og press (Pettersen et al., 2024), noe våre analyser ikke fullt ut kan belyse. Likevel kan også små forskjeller være betydningsfulle når analysene bygger på store og representative datamengder.

5.2 Utvikling for ulike grupper av ungdom

En viktig målsetting med dette forskningsprosjektet har vært å beskrive hvordan utviklingen har vært for ulike grupper av ungdom – på områdene fritid, livskvalitet og sosiale relasjoner. I analysene har vi systematisk undersøkt hvordan utviklingen på alle disse områdene har vært for gutter og jenter, for ungdom i ulike aldre og for ungdom med ulik sosioøkonomisk status.

Sosiodemografiske forskjeller i fritidsdeltakelse – før, under og etter pandemien

På fritidsområdet er de sosiodemografiske forskjellene betydelige. Deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter synker markant gjennom tenårene, og ungdommer fra familier med høy sosioøkonomisk status deltar i større grad enn ungdom med lav sosioøkonomisk bakgrunn. I tillegg viser tallene at noe flere gutter enn jenter deltar i organiserte fritidsaktiviteter.

Våre analyser tyder ikke på at pandemien i vesentlig grad endret disse mønstrene. Når vi sammenlikner sosiale forskjeller i fritidsdeltakelse i 2024 med situasjonen før pandemien, er nivåene i hovedsak de samme. Det er likevel verdt å merke seg at nedgangen i deltakelse under selve pandemien var noe større for noen grupper, men at dette langt på vei ble utjevnet etter pandemien. For eksempel sank deltakelsen noe mer under pandemien blant jenter enn gutter, mer blant yngre enn eldre ungdom og mer blant ungdom med lav sosioøkonomisk status enn blant dem med høy. Dette førte til at kjønns- og aldersforskjellene i deltakelse ble noe mindre under pandemien enn før, mens de sosioøkonomiske forskjellene økte.

Fra pandemien og fram til 2024 har deltakelsen økt igjen i alle grupper, men i ulikt tempo. Den generelle trenden er at økningen har vært størst i de gruppene som hadde størst nedgang under pandemien. Blant guttene har deltakelsen økt etter pandemien, mens andelen jenter som deltar i organiserte fritidsaktiviteter i 2024, er omtrent på samme nivå som under pandemien. Dette innebærer at kjønnsforskjellene i 2024 er blitt noe større enn før pandemien – fra rundt 2 til 3 prosentpoeng. En del av forklaringen er at guttene kom raskt tilbake etter pandemien, mens jentene opplevde en nedgang i 2022 før deltakelsen tok seg noe opp igjen senere.

Et tilsvarende mønster ser vi for alder: Deltakelsen økte mest blant de yngste tenåringene etter pandemien, noe som førte til at aldersforskjellene i deltakelse i 2024 var noe større enn før pandemien.

Når det gjelder sosioøkonomisk status, ser vi at ungdom med høy SØS opplevde en mindre nedgang under pandemien enn ungdom med lav SØS. Etter pandemien har deltakelsen fortsatt å falle noe blant ungdom med høy SØS, mens den har økt blant dem med lav SØS. Ser vi hele perioden under ett, var de sosioøkonomiske forskjellene størst under pandemien, men i 2024 har de blitt mindre enn både før og under pandemien. Dette tyder på at pandemien ikke har bidratt til varige økninger i sosioøkonomiske forskjeller i deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter.

Ulike organiserte fritidsaktiviteter – likheter og forskjeller i utviklingen

Vi har også sett nærmere på utviklingen i tre ulike typer organiserte fritidsaktiviteter: idrettslag, fritidsklubb, ungdomshus eller liknende møteplasser samt kulturorienterte aktiviteter som kor, korps og kulturskole. I tillegg har vi analysert en restkategori som omfatter alle andre organiserte aktiviteter.

Når det gjelder idretten, ser vi i hovedsak det samme mønsteret som beskrevet over. Under pandemien ble kjønns- og aldersforskjellene noe mindre, mens forskjellene etter sosioøkonomisk status økte. I 2024 har dette bildet endret seg: Kjønnsforskjellene har blitt noe større igjen, aldersforskjellene har i stor grad vendt tilbake til nivåene fra før pandemien, og forskjellene etter sosioøkonomisk status har blitt noe mindre enn de var før pandemien.

Innenfor klubbfeltet er kjønnsforskjellene små og relativt stabile både før, under og etter pandemien. Derimot er det betydelige forskjeller etter alder – yngre ungdommer benytter klubbtilbud i langt større grad enn eldre. Disse aldersforskjellene ble noe redusert under nedstengingen, men har økt igjen etter pandemien. Når det gjelder sosioøkonomisk status, er det flere ungdommer med lav SØS enn høy SØS som bruker klubbene. Under pandemien var denne forskjellen omtrent på samme nivå som tidligere, men etter pandemien har forskjellen økt noe.

Det er innenfor de kulturorienterte fritidsaktivitetene vi har sett den største nedgangen i deltakelse etter pandemien – en utvikling som i stor grad henger sammen med kjønn. Under pandemien falt deltakelsen betydelig mer blant jenter enn blant gutter, og denne forskjellen har vedvart fram til 2024. De sosioøkonomiske forskjellene har imidlertid blitt mindre over tid, ettersom nedgangen i deltakelse har vært størst blant ungdom med høy SØS. Aldersforskjellene – hvor de yngste er mer aktive enn de eldste – har derimot vært nokså stabile gjennom hele tiårsperioden.

Ulikheter i utviklingen i sosiale relasjoner og livskvalitet

Utviklingen i hvordan ungdom opplever relasjoner til foreldre, venner og skole, og hvordan de vurderer sitt eget liv har, som tidligere nevnt, vært mer sammensatt enn utviklingen på fritidsområdet. Ser vi først på kjønnsforskjeller, er det generelt flere gutter enn jenter som er fornøyd med foreldrene sine, som trives godt på skolen, og som har tro på at de vil få et godt og lykkelig liv. Jenter er samtidig overrepresentert blant de som rapporterer om ensomhet og psykiske plager.

På enkelte områder, som forholdet til foreldre og skoletrivsel, økte kjønnsforskjellene under pandemien. Guttene rapporterte i større grad enn tidligere at de var fornøyde med foreldrene, mens dette ikke var tilfelle for jentene. I tillegg var nedgangen i skoletrivsel tydeligere blant jenter enn gutter. Disse økte forskjellene vedvarte fram til 2024. Samtidig ser vi en motsatt tendens når det gjelder ungdommenes generelle livskvalitet: Etter pandemien har det blitt mindre forskjeller mellom kjønnene i framtidsoptimisme, psykiske plager og ensomhet. Dette henger sammen med at utviklingen på disse områdene har vært mer positiv blant jenter enn gutter. Samlet sett viser dette et sammensatt bilde, der pandemiens konsekvenser har vært ulike på tvers av indikatorer og kjønn.

Aldersforskjeller har også utviklet seg ulikt over tid. Før pandemien var det liten forskjell mellom de yngste og eldste tenåringene når det gjaldt tilfredshet med foreldre, hvor mange som har fortrolige venner, og skoletrivsel. I 2024 ser vi fortsatt liten forskjell i foreldrerelasjoner, men en viss tendens til at alder har fått større betydning for vennskap og trivsel i skolen. Det betyr at de eldste i noe større grad enn de yngste har fortrolige venner og trives på skolen. Nedgangen på disse områdene har med andre ord vært større blant de yngste tenåringene. Når det gjelder framtidsoptimisme, psykiske plager og ensomhet, ser vi imidlertid en motsatt utvikling: Før pandemien var disse utfordringene mer utbredt blant de eldste, men i 2024 er forskjellene blitt mindre. Dette tyder på at utviklingen etter pandemien har vært noe mer positiv for de yngste. Også her ser vi altså en sammensatt utvikling, som vanskeliggjør entydige konklusjoner om at pandemien førte med seg vedvarende ulikheter.

Et viktig bakteppe for å undersøke mulige varige konsekvenser av pandemien er tidligere forskning som har vist at selv om de fleste barn og unge taklet pandemien relativt godt, ble de i sårbare situasjoner rammet på mer negative måter (se for eksempel Eriksen & Davan, 2020; Kozák et al., 2023; Ljunggren et al., 2023; von Soest et al., 2022). Våre analyser inkluderer ikke direkte mål på sårbarhet, men lav sosioøkonomisk status (SØS) kan gi en viss indikasjon. Før pandemien var det et tydelig mønster: Ungdom med høy SØS kom generelt bedre ut på alle indikatorer for sosiale relasjoner og livskvalitet enn ungdom med lav SØS. I 2024 ser vi en mer nyansert utvikling: Forskjellene har økt noe når det gjelder vennskap og skoletrivsel, blitt mindre når det gjelder ensomhet, og har holdt seg stabile for tilfredshet med foreldre, framtidsoptimisme og

psykiske plager. Dette tyder på at endringene i ungdoms livskvalitet og relasjoner etter pandemien har utviklet seg i litt ulike retninger avhengig av sosioøkonomisk bakgrunn.

I tillegg har vi analysert en gruppe ungdom som på flere måter kan regnes som særlig sårbare – de som rapporterer lav skår på relasjoner til foreldre, venner og skole. Vi har laget et samlet mål basert på disse tre dimensjonene. Ungdom som havner lavt her, har i langt mindre grad tro på at de vil få et godt liv, og de rapporterer i større grad om ensomhet og psykiske plager. Dette er en særskilt utsatt gruppe, og det viser seg at forskjellene mellom denne gruppen og ungdom med sterke relasjoner økte under pandemien. Selv om ulikhetene ble noe redusert i 2024, er de fortsatt tydeligere enn før pandemien. Dette tyder på at ungdom med svake relasjoner til nærmiljøet ble spesielt hardt rammet av pandemien, og at effektene delvis har vedvart også etter at pandemien tok slutt.

6 Avsluttende diskusjon

Hovedfunnet i dette forskningsnotatet er at vi i liten grad finner belegg for at pandemien i seg selv har hatt noen større varige negative konsekvenser for ungdoms deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, sosiale relasjoner og livskvalitet. Ved hjelp av et forskningsdesign som avdekker tidstrender i utviklingen langs disse tre sidene ved ungdoms hverdagsliv, viser analysene at forskjellene etter pandemien og før pandemien enten er små eller føyer seg i trender og utviklingstrekk som startet allerede før pandemien. For eksempel var det en nedadgående trend i både fritidsdeltakelse og skoletrivsel allerede før pandemien, som fortsetter etter pandemien. På noen områder ser vi også en positiv utvikling etter pandemien: Økningen i selvrapportert ensomhet og psykiske plager før pandemien har snudd til en mer positiv trend i årene etterpå. Inntrykket av at pandemien i begrenset grad påvirket ungdomsbefolkningen som helhet, styrkes av at vi ser de samme utviklingstrekkene både i kommuner som var hardt rammet av pandemien, og i kommuner som i liten grad ble berørt.

Siden pandemien åpenbart utfordret ungdoms hverdagsliv i de nær to årene den varte, kan disse funnene virke overraskende. Et sentralt spørsmål er derfor hvordan vi skal forstå at utviklingen ikke har gått i en mer negativ retning i etterkant. I denne avsluttende diskusjonen drøfter vi noen mulige forklaringer.

Det at deltakelsen i organiserte fritidsaktiviteter ikke ble mer påvirket av pandemien enn den gjorde, kan trolig sees i sammenheng med innsatsen som ble gjort fra politisk hold og fra organisasjonssiden innen fritidsfeltet. Myndighetene var raskt ute med å etablere tilskuddsordninger for å støtte frivillige organisasjoner, inkludert de som direkte tilbyr og organiserer fritidsaktiviteter for barn og unge (Arnesen et al., 2023). Mange lag og foreninger tilrettela dessuten for aktiviteter som var tilpasset smitteverntiltak, gjennom utendørsaktiviteter, mindre grupper og digitale tilbud (Arnesen & Sivesind, 2021). Etter pandemien har både lokale lag og foreninger og nasjonale aktører vært spesielt opptatt av å få ungdommene tilbake i aktivitet, gjennom politiske tiltak og målrettede tilskuddsordninger. Fra myndighetshold har det vært lagt særlig vekt på utsatte barn og unge, som det også var størst bekymringer for at skulle falle fra under pandemien. Dette innbar at myndighetene økte støtten til lavinntektsfamilier og iverksatte målrettede tiltak for sårbare barn og unge. Blant annet ble det bevilget midler til ferie- og fritidstiltak, oppfølgingstjenester og oppsøkende ungdomsarbeid.

Innsatsen fra organisasjoner og myndigheter på feltet kan være en av årsakene til at fritidsdeltakelsen ser ut til å være lite påvirket av pandemien. Det kan også være en del av forklaringen på at forskjellene mellom unge med hjem fra lav og høy SØS har gått litt ned. De enkelte tiltakene, som støtteordningen *Tilskudd til inkludering av barn og unge*, kan ha vært viktige for å motvirke frafall, men

felles innsats kan i tillegg ha bidratt til økt bevisstgjøring i kommuner og organisasjoner om barrierer for unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter. Det speiler blant annet erfaringene fra forsøk med fritidskortordninger, der mye kan tyde på at koordinering av felles innsats på tvers i kommunene og ikke bare ordningen i seg selv hadde betydning (Arnesen et al., 2022).

Samtidig er det på organisasjonssiden forskjeller i organisasjonsstrukturer og rammevilkår, som kan ha hatt betydning for rekrutteringen og aktivitetsnivå i etterkant av pandemien. Det kan være en del av forklaringen på at nedgangen i deltakelse var noe større innen kulturorienterte aktiviteter enn innen idrett og andre aktivitetstyper. Tilskuddsordninger som søker å legge til rette for økt deltakelse blant utsatte barn og unge, vil kunne være viktige også framover for å motvirke sosiale forskjeller i organiserte fritidsaktiviteter. Driftsstøtte til idrett, kultur og andre organisasjoner har stor betydning for å understøtte barne- og ungdomsaktiviteter. Samtidig finner vi noen mindre forskjeller i utviklingen i deltakelsen i de aktivitetene vi har sett på her, særlig etter pandemien. Spesielt kulturorienterte aktiviteter og restkategorien «andre fritidsaktiviteter» skiller seg noe ut i forhold til idrett og fritidsklubb. Det kan peke på at det er behov for å vurdere hvor godt støtteordninger treffer på ulike områder, når det gjelder å motvirke frafall – også uavhengig av pandemien.

Tilsvarende ble det også satt inn tiltak på skoleområdet. Selv om pandemien innebar lange perioder med hjemmeskole og redusert fysisk kontakt med lærere og medelever, viser forskning at skolene raskt tok i bruk digitale løsninger, og at mange elever og lærere håndterte overgangen relativt godt (Ljunggren et al., 2023). Digitale undervisningsplattformer ble raskt implementert, og mange skoler fant dermed nye måter å opprettholde undervisning og kontakt på. Det har også i etterkant av pandemien vært satt inn ekstra støtte på skolene for oppfølging av barn og unge (Regjeringen, 2022).⁹ Overordnet ble det i tillegg gjort grep for å styrke psykisk helse og tilgjengelighet til hjelpetjenester gjennom digitale lavterskeltilbud som chattetjenester og andre digitale tilbud.

I dette notatet har vi videre funnet små forskjeller mellom kommuner med ulikt smittenivå og konkluderer med at smittenivået under pandemien ikke har hatt noe å si for langtidskonsekvensene vi observerer. Imidlertid er et viktig poeng i vurderingen av lokale forskjeller at ulike tiltak ofte var en respons på smittesituasjonen. De mest inngripende tiltakene ble satt inn i kommuner og regioner med høyt smittenivå, mens områder med lite smitte ofte hadde færre eller mildere restriksjoner. Det innebærer at graden av belastning og graden av støtte ofte fulgte hverandre. Når vi i analysene ikke finner klare systematiske forskjeller i utviklingen over tid i ungdoms livskvalitet og sosiale relasjoner mellom kommuner med høy og lav smitte, kan man ikke se bort fra at det er et uttrykk for at tiltakene faktisk har virket, selv om vi empirisk ikke har hatt muligheter til å undersøke de direkte effektene av tiltakene.

9 <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/75-millioner-til-pandemioppfolging-for-barn-og-unge/id2924092/>

Et annet viktig poeng er at ungdom i liten grad var i helsefare under pandemien. Risikoen for alvorlig sykdom var lav, og selv om pandemien påvirket deres hverdag, var de ikke en del av den gruppen som sto i sentrum for det medisinske alvoret. Det kan ha bidratt til at pandemien ikke skapte varige frykt- eller traumeopplevelser, men ble erfart som en midlertidig, om enn frustrerende, unntakstilstand.

I tillegg har annen pandemiforskning pekt på at pandemien opplevdes av mange som kollektivt samlende (Eriksen & Davan, 2020). I motsetning til individuelle kriser, som personlig sykdom eller økonomisk krise, var pandemien i større grad noe alle gjennomlevde samtidig. Det skapte en felles erfaring av unntak og begrensning. På mange måter kan dette ha gjort det lettere å akseptere begrensningene, fordi alle var i samme situasjon. Denne kollektive dimensjonen kan også ha hatt en dempende effekt på følelsen av utenforskap eller frustrasjon knyttet til ulike tiltak. Som beskrevet i kapittel 1.2 var det tidlig i pandemien tegn til både savn og stress blant unge, men også til økt samhold, mer tid med familie og lavere sosialt press i hverdagen (Eriksen & Davan, 2020; Bakken et al., 2020). Det felles narrative om å «stå sammen» i en dugnad for å beskytte de eldre og sårbare kan ha gitt mening og struktur for mange.

Som nevnt var det imidlertid slik at pandemien ikke rammet alle likt. Våre analyser viser at en gruppe som kan framstå som særlig sårbare – de som rapporterer lav skår på relasjoner til foreldre, venner og skole – i mindre grad har tro på at de vil få et godt liv, og oppgir i større grad ensomhet og psykiske plager enn andre unge også etter pandemien. Tidligere studier viser at ungdom med psykososiale belastninger, svake relasjoner hjemme eller behov for spesialundervisning kunne være særlig utsatt under pandemien. Våre analyser fanger ikke opp alle slike aspekter direkte og kan skjule at enkelte ungdommer har hatt mer langvarige negative erfaringer som ikke speiles i nasjonale gjennomsnitt. Det samme gjelder ungdom som ofte satt i karantene eller hadde mange brudd i skolegang og sosialt liv – også her kan det ha oppstått erfaringer som ikke nødvendigvis slår ut i de brede indikatorene vi har brukt.

Metodisk sett er det også viktig å erkjenne begrensninger. For det første gir ikke Ungdata mulighet til å følge enkeltindivider over tid. For det andre måler vår studie bredde – og ikke nødvendigvis dybde. Ungdata gir et godt bilde av nasjonale utviklingstrekk, men fanger ikke opp den følelsesmessige eller erfaringsmessige kompleksiteten i hvordan ungdom og enkeltindivider har opplevd pandemien. Det er mulig at enkelte langsiktige konsekvenser – for eksempel knyttet til motivasjon, mestring eller tillit – først blir synlige over tid eller rett og slett ikke lar seg fange gjennom kvantitative indikatorer. Likevel finner vi ikke belegg for å si at pandemien har gått mer ut over noen spesifikke ungdomskohorter enn andre slik det offentlige ordskiftet har vært spesielt bekymret for, med unntak av en mindre gruppe av ungdom med svake relasjoner til foreldre, venner og skole.

Til slutt er det viktig å huske på at ungdom har en høy grad av tilpasningsevne. Ungdom er ikke bare en sårbar gruppe eller i en sårbar fase av livet. De utgjør også mennesker med stor grad av motstandskraft og robusthet i seg. Ungdom er ofte vant til endringer og kan raskt vende tilbake til rutiner, relasjoner og fritidsaktiviteter. For mange var pandemien en intens og altoppslukende periode, men som etter at tiden har gått, gradvis har blitt forvandlet til et minne eller en livserfaring blant mange, som en periode de har vært gjennom mer enn som et varig vendepunkt. En mulig metafor kan være at pandemien for de fleste kan sammenliknes med det å sitte på en pute og så reise seg opp, som en periode som innebar et trykk på tilværelsen, men der tilværelsen sakte, men sikkert har funnet sin opprinnelige form etter at pandemien var over og trykket opphører.

Litteraturreferanser

- Arnesen, D. (2020). *Frivillighet i en storby: Kommune og frivillig sektor i Oslo* (Rapport 2020:8). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Arnesen, D., Bjørnara, H. B. & Myksvoll, T. M. (2022). *Følgforskning og evaluering av forsøk med fritidskortordninger: Sluttrapport* (Rapport 2022:13). Institutt for samfunnsforskning.
- Arnesen, D., Enjolras, B., Fladmoe, A., Hansen, V. W. & Sivesind, K. H. (2023). *Frivillighet før og etter pandemiens tid: Koronapandemiens betydning for frivillig innsats og lokale og nasjonale frivillige organisasjoner* (Rapport 2023: 7). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Arnesen, D. & Hansen, V. W. (2024). *Kunnskapsoppsummering om barn og unges deltakelse i fritidsaktiviteter. Dimensjoner i deltakelse, barrierer, behov og tiltak* (Rapport 2024: 4). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Arnesen, D. & Jøsok, A. B. (2021). *Nordnorsk frivillighet etter ett år i koronakrise: Resultater fra undersøkelse blant lag og foreninger i Nord-Norge* (Rapport 2021:4). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Arnesen, D. & Sivesind, K. H. (2021). *Frivillighet og koronakrisen: Befolkningens frivillige innsats og frivillige organisasjoners rolle, aktiviteter og økonomi under koronakrisen i Norge* (Rapport 2021:2). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Arnesen, D., Sivesind, K. H. & Enjolras, B. (2020). *Kompensasjonsordningen for idrett og frivillighet i forbindelse med covid-19* (Notat 2020: 1). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Augusti, E. M., Sætren, S. S. & Hafstad, G. S. (2021). Violence and abuse experiences and associated risk factors during the COVID-19 outbreak in a population-based sample of Norwegian adolescents. *International Journal of Child Abuse & Neglect*, 118. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.105156>
- Bakken, A. (2019). *Idrettens posisjon i ungdomstida. Hvem deltar og hvem slutter i ungdomsidretten?* (NOVA-rapport 2/19). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.
- Bakken, A. (2022). *Ungdata 2022. Nasjonale resultater* (NOVA-rapport 5/22). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.

- Bakken, A., Frøyland, L. R. & Sletten, M. A. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv: Hva sier Ungdataundersøkelsene?* (NOVA-rapport 3/2016). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.
- Bakken, A., Hegna, K. & Sletten, M. A. (2021). Offline, online. Digitale ungdomsliv gjennom tre tiår. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *UNGDOMMEN* (s. 29–61). Cappelen Damm Akademisk.
- Bakken, A. & Ljunggren, J. (2025). Trivselsprofiler i ungdomsskolen. Endringer i elevers skoletrivsel i perioden 2014–2025. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 9(2), 1–17.
- Bakken, A., Pedersen, W., von Soest, T. & Sletten, M. Aa. (2020). *Oslo-ungdom i koronatiden. En studie av ungdom under covid-19-pandemien* (NOVA-rapport 12/20). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.
- Baldersheim, H., Haug, A. V., Hye, L. & Øgård, M. (2024). Norway: decentralised crisis management. I A. V. Haug (Red.), *Crisis Management, Governance and COVID-19* (s. 86–96). Edward Elgar Publishing.
- Bekkehus, M., von Soest, T. & Fredriksen, E. (2020). Psykisk helse hos ungdom under covid-19: Ensomhet, venner og sosiale medier. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 57(7). www.psykologtidsskriftet.no/artikkel/2020as06ae-Psykisk-helse-hos-ungdom-under-covid-19
- Caspersen, J., Hermstad, I. H., Hybertsen, I. D., Lynnebakke, B., Vika, K. S., Smedsrud, J., Wendelborg, C. & Federici, R. A. (2021). *Koronapandemien i grunnskolen – håndtering og konsekvenser* (Rapport). NTNU Samfunnsforskning og NIFU.
- Currie, C., Molcho, M., Boyce, W., Holstein, B. E., Torsheim, T. & Richter, M. (2008). Researching health inequalities in adolescents: the development of the Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Family Affluence Scale. *Social Science & Medicine*, 66(6), 1429–1436.
- Derogatis, L. R., Lipman, R. S., Rickels, K., Uhlenhuth, E. H. & Covi, L. (1974). The Hopkins Symptom Checklist (HSCL): A self-report symptom inventory. *Behav. Sci.* 19, 1–15.
- Eriksen, I. M. & Andersen, P. L. (2021). *Ungdoms tilhørighet, trivsel og framtidsplaner i Distrikts-Norge: En flermetodisk analyse av betydningen av bosted, kjønn og sosioøkonomiske ressurser* (NOVA-rapport 2/21). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.
- Eriksen, I. M. & Davan, L. B. (2020). *Tap og tillit: Ungdoms livstilfredshet og samfunnsdeltagelse under pandemien* (NOVA-rapport 13/20). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.

- Fladmoe, A. & Arnesen, D. (2022). *Frivillighet i pandemiens tid. Koronapandemiens betydning for frivillig innsats og lokale organisasjoner* (Rapport 2022:8). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Gennings, E., Brown, H. J., Hewlett, D. & Batten, J. (2023). Children and young people's perspectives from UK lockdown: leisure-less experiences. I [J. A. L. Ludvigsen](#), [K. Harrison](#), [P. Millward](#) & [C. A. Ogden](#) (Red.), *Lockdown Leisure* (s. 9). Routledge.
- Gibson, B., Schneider, J., Talamonti, D. & Forshaw, M. (2021). The impact of inequality on mental health outcomes during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *Canadian Psychology/Psychologie canadienne*, 62(1), 101.
- Gilje, Ø., Thuen, F. & Bolstad, B. (2020). Hjemmeskolen under koronapandemien – hva forskningen kan fortelle. *Bedre skole*, 3/2020, 13–19.
- Hafstad, G. S. & Augusti, E.-M. (2020). *Barn, ungdom og koronakrisen. En landsomfattende undersøkelse av vold, overgrep og psykisk helse blant ungdom i Norge våren 2020: Delrapport 1 av 3*. NKVTS.
- Haidt, J. (2024). *The Anxious Generation: How the Great Rewiring of Childhood Is Causing an Epidemic of Mental Illness*. Penguin Press.
- Hammerstein, S., König, C., Dreisörner, T. & Frey, A. (2021). Effects of COVID-19-Related School Closures on Student Achievement-A Systematic Review. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.746289>
- Hansen, V. W., Stoltenberg, D., Solheim, Ø. B. & Thau, M. (2024). Økonomiske barrierer for barn og unges deltakelse i kulturfrivilligheten (Rapport 2024:7). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Heggebø, K. & Pedersen, A. W. (2024). How severe was the COVID-19 pandemic in the Nordic countries? I A. V. Haug (Red.), *Crisis Management, Governance and COVID-19* (s. 17–27). Edward Elgar Publishing.
- Hoel-Holt, A. S. & Einarsdottir, A. (2023). *Økonomiske støttetiltak under koronapandemien* (Rapport 2). Vista Analyse.
- Holt, T., Helland, M. S. & Larsen, L. (2020). Behov for velferdstjenester under Covid-19- pandemien. Familiens behov for og bruk av hjelpetjenester under nedstengingen av Norge. *Tidsskrift for velferdsforskning*, 2, 1–18.

- Hornstra, L., van den Bergh, L., Denissen, J. J., Diepstraten, I. & Bakx, A. (2022). Parents' perceptions of secondary school students' motivation and well-being before and during the COVID-19 lockdown: the moderating role of student characteristics. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 22(3), 209–220.
- Ibsen, B. & Jensen, J.-O. (2022). Temanummer om Corona og idræt. *Forum for Idræt*, 37(1). <https://doi.org/10.7146/ffi.v37i1.132491>
- Jacobsen, S. E., Andersen, P. L., Nordø, Å. D., Sletten, M. A. & Arnesen, D. (2021). *Sosial ulikhet i barn og unges deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter* (Rapport 2021:01). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Jacobsen, S. E. & Klette-Bøhler, K. (2023). Affective citizenship: Social exclusion of families with disabled children during the COVID-19 pandemic. I *Citizenship and Social Exclusion at the Margins of the Welfare State* (s. 123–133). Routledge.
- Kandel, D. B. & Davies, M. (1982). Epidemiology of depressive mood in adolescents. An empirical study. *Arch. Gen. Psychiatr.* 39, 1205–1212.
- Kozák M., Bakken, A. & von Soest, T (2023). Psychosocial well-being before, during and after the COVID-19 pandemic: a nationwide study of more than half a million Norwegian adolescents. *Nature Mental Health*, 1, 501–513
- Lehmann, S., Skogen, J. C., Haug, E., Mæland, S., Fadnes, L. T., Sandal, G. M., Hysing, M. & Bjørknes, R. (2021). Perceived consequences and worries among youth in Norway during the COVID-19 pandemic lockdown. *Scandinavian Journal of Public Health*, 49(7), 755–765.
- Leveresen, I., Torsheim, T. & Samdal, O. (2012). Gendered leisure activity behavior among Norwegian adolescents across different socio-economic status groups. *International Journal of Child, Youth and Family Studies*, 3(4), 355–375.
- Ljunggren, J., Wollscheid, S., Andersen, P. L. & Vennerød-Diesen, F. F. (2023). *Koronapandemiens langsiktige konsekvenser for elever på ungdomstrinnet. Delrapport 1: Kunnskapsoppsummering og konstruksjon av elevers erfaringskontekst* (NOVA-notat 3/23). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.
- Norsk Friluftsliv (2021, 26. februar). *Nær 2 av 3 møter venner og familie ute i naturen i koronatid* [Pressemelding]. <https://kommunikasjon.ntb.no/pressemelding/17902149/naer-2-av-3-moter-venner-og-familie-ute-i-naturen-i-koronatid?publisherId=9934295>

- NOU 2022: 5. (2022). *Myndighetenes håndtering av koronapandemien – del 2. Rapport fra Koronakommisjonen*. [Statsministerens kontor](#).
- Nøkleby, H., Borge T. C., Lidal I. B., Johansen T. B. & Langøien, L. J. (2023). *Konsekvenser av covid-19-pandemien for barn og unges liv og psykiske helse: Andre oppdatering av en hurtigoversikt* (Rapport). Folkehelseinstituttet.
- Panda, P. K., Gupta, J., Chowdhury, S. R., Kumar, R., Meena, A. K., Madaan, P., Sharawat, I. K. & Gulati, S. (2021). Psychological and Behavioral Impact of Lockdown and Quarantine Measures for COVID-19 Pandemic on Children, Adolescents and Caregivers: A Systematic Review and Meta-Analysis. *J Trop Pediatr*, 67(1). <https://doi.org/10.1093/tropej/fmaa122>
- Parr, G. H., Hovde, K. E. et al. (2021). *Skolen etter koronapandemien: Et løft for trivsel og læring* (Rapport). Kunnskapsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/skolen-etterkoronapandemien/id2861088/>
- Pettersen, J. H., Hannigan, L. J., Gustavson, K., Lund, I. O., Pearson, R. M., Jensen, P., Nesvåg, R., Brandlistuen, R. E., Ask, H. (2024). COVID-19 Pandemic Quarantines and Mental Health Among Adolescents in Norway. *JAMA Netw Open*, 7(7). <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2024.22189>.
- Seland, I., Persson, M. & Eriksen, I. M. (2019). *Barn og unges fritid i et kjønns- og likestillingsperspektiv* (NOVA-rapport 5/19). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.
- Sharp, C., McNarry, M., Hurter, L., Hill, D., Stratton, G. & Mackintosh, K. (2022). I miss a normal life. It's gone on so long: A qualitative interpretation of youth's perceptions of a third national COVID-19 lockdown on their well-being and physical activity. *European Journal of Public Health*, 32 (Supplement_2). <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckac095.046>.
- von Soest, T., Bakken, A., Pedersen, W. & Sletten, M. A. (2020). Livstilfredshet blant ungdom før og under covid-19-pandemien. *Tidsskrift for Den norske legeforening*. <https://doi.org/10.4045/tidsskr.20.0437>
- von Soest, T., Kozák, M., Rodríguez-Cano, R., Fluit, S., Cortés-García, L., Ulset, V. S., Haghighi, E. F. & Bakken, A. (2022). Adolescents' psychosocial well-being one year after the outbreak of the COVID-19 pandemic in Norway. *Nature Human Behaviour*, 6(2), 217–228. <https://doi.org/10.1038/s41562-021-01255-w>

Østerud, K. L. (2024). *Opplevelser av velferdstilbudet for barn og unge med funksjonsnedsettelse. Før, under og etter pandemien* (NOVA-notat 2/24). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet. <https://hdl.handle.net/11250/3152043>

Øverli, I. T. & Gunderssen, T. (2020). *Familievern under covid-19. Erfaringer og læring under nedstengning og i en ny hverdag* (NOVA-notat 3/20). NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet.

Vedleggstabeller

Vedleggstabell 1 Resultater fra regresjonsanalyser av sjansen for å delta i organiserte fritidsaktiviteter

	Er med i et lag, forening, klubb			Organisert idrett			Fritidsklubb			Kulturorienterte fritidsaktiviteter			Andre fritidsaktiviteter		
	B	se	B sig. p	B	se	B sig. p	B	se	B sig. p	B	se	B sig. p	B	se	B sig. p
Tid															
År (lineær trend 2014–2020)	-1,3	0,21	***	-0,3	0,22	NS	-1,2	0,51	*	-0,3	0,16	NS	-1,6	0,20	***
År ² (kurvlineær 2014–2020)	-0,24	0,04	***	-0,11	0,05	*	-0,22	0,10	*	0,02	0,03	NS	-0,21	0,04	***
År = 2021	-2,0	0,67	**	-2,3	0,72	**	-4,7	1,66	NS	-2,2	0,51	***	-4,1	0,66	***
År = 2022	-1,3	1,04	NS	-1,8	1,11	NS	2,0	2,58	NS	-1,5	0,78	*	1,6	1,01	NS
År = 2024	7,4	1,88	***	4,2	2,01	*	9,9	4,65	NS	-0,8	1,42	NS	9,2	1,83	***
Kjønn (gutt = 0, jente = 1)	-2,2	0,11	***	-7,5	0,11	***	-1,1	0,09	***	6,2	0,08	***	1,1	0,11	***
Klassestrinn (8. trinn–vg2)	-5,1	0,04	***	-7,3	0,04	***	-5,1	0,03	***	-1,7	0,03	***	-3,2	0,04	***
SØS (z-skår)	10,7	0,05	***	8,0	0,06	***	-1,4	0,05	***	2,7	0,04	***	1,8	0,05	***
Konstant	58,8	0,36	***	42,2	0,40	***	33,8	0,99	***	16,9	0,40	***	37,4	0,39	***

Vedleggstabell 2 Resultater fra regresjonsanalyser av sjansen for å delta i organiserte fritidsaktiviteter – interaksjon med tid

	Er med i et lag, forening, klubb			Organisert idrett			Fritidsklubb			Kulturorienterte fritidsaktiviteter			Andre fritidsaktiviteter		
	B	se B	sig. p	B	se B	sig. p	B	se B	sig. p	B	se B	sig. p	B	se B	sig. p
Tid															
År (lineær trend 2014–2020)	-1,3	0,21	***	-0,3	0,22	NS	-1,1	0,51	*	-0,3	0,16	NS	-1,6	0,20	***
År ² (kurvlineær 2014–2020)	-0,2	0,04	***	-0,11	0,04	*	-0,22	0,10	*	0,0	0,03	NS	-0,2	0,04	***
År = 2021	-1,5	0,72	*	-1,7	0,77	*	-3,6	1,91	NS	-1,8	0,54	***	-4,1	0,71	***
År = 2022	-1,2	1,03	NS	-1,9	1,11	NS	3,0	2,64	NS	-1,4	0,78	NS	1,8	1,02	NS
År = 2024	7,1	1,90	***	3,7	2,03	NS	8,7	4,76	NS	-0,9	1,43	NS	9,3	1,87	***
Kjønn (gutt = 0, jente = 1)															
Kjønn * 2021	-1,9	0,14	***	-7,5	0,14	***	-1,2	0,12	***	7,2	0,10	***	2,1	0,14	***
Kjønn * 2022	0,8	0,31	**	2,1	0,32	***	0,0	0,26	NS	-2,6	0,22	***	-1,9	0,31	***
Kjønn * 2024	-2,2	0,34	***	-1,4	0,35	***	0,3	0,29	NS	-2,3	0,25	***	-2,0	0,34	***
Klassetrinn (8. trinn–vg2)															
Klasse * 2021	-1,4	0,31	***	-0,8	0,31	**	0,3	0,26	NS	-2,5	0,22	***	-2,8	0,31	***
Klasse * 2022	-5,2	0,05	***	-7,6	0,06	***	-5,1	0,05	***	-1,8	0,04	***	-2,9	0,05	***
Klasse * 2024	0,7	0,12	***	1,4	0,12	***	1,6	0,10	***	0,2	0,08	*	-0,4	0,12	**
Sosioøkonomisk status (z-skår)															
SØS * 2021	0,3	0,13	**	1,1	0,13	***	-1,6	0,11	***	0,1	0,09	NS	-0,8	0,13	***
SØS * 2022	-0,3	0,11	**	0,0	0,11	NS	-0,4	0,10	***	0,1	0,08	NS	-1,1	0,11	***
SØS * 2024	10,8	0,07	***	8,0	0,07	***	-1,5	0,06	***	2,9	0,05	***	2,1	0,07	***
Smitte i kommunen (% smittet x 10)															
Smitte * 2021	0,7	0,16	***	0,7	0,16	***	0,1	0,13	NS	-0,3	0,11	*	-0,6	0,16	***
Smitte * 2022	-0,1	0,17	NS	-0,4	0,18	*	1,3	0,15	***	-0,4	0,13	**	0,4	0,17	*
Smitte * 2024	-1,0	0,15	***	-0,6	0,16	***	-0,3	0,13	*	-0,8	0,11	***	-1,5	0,15	***
Smittet i kommunen (% smittet x 10)															
Smittet * 2021	-2,2	0,54	***	0,1	0,06	NS	-1,1	0,15	***	-3,7	0,64	***	-1,3	0,62	*
Smittet * 2022	1,2	0,61	NS	0,1	0,07	NS	0,2	0,17	NS	0,9	0,46	*	0,0	0,60	NS
Smittet * 2024	0,8	0,51	NS	0,0	0,06	NS	0,3	0,14	*	0,8	0,39	*	1,0	0,50	*
Konstant	0,2	0,64	NS	0,0	0,07	NS	-0,1	0,17	NS	0,3	0,49	NS	0,5	0,63	NS
	57,7	0,45	***	42,7	0,52	***	27,6	1,26	***	14,9	0,52	***	36,8	0,51	***

Vedleggstabell 3 Resultater fra regresjonsanalyser av relasjoner til foreldre, venner og skole – interaksjon med tid

	Fornøyd med foreldrene			Har fortrolige venner			Trives godt på skolen		
	B	se B	sig. p	B	se B	sig. P	B	se B	sig. P
Tid									
År (lineær årlig trend 2014–2020)	0,5	0,12	***	-0,3	0,09	***	-2,1	0,17	***
År ² (kurvlineær 2014–2020)	0,03	0,02	NS	-0,05	0,02	**	-0,25	0,03	***
År = 2021	0,0	0,25	NS	-0,5	0,29	NS	-0,6	0,60	NS
År = 2022	-0,2	0,27	NS	-1,1	0,45	*	1,7	0,86	*
År = 2024	-0,5	0,34	NS	0,7	0,82	NS	4,3	1,58	**
Kjønn (gutt = 0, jente = 1)	-2,4	0,11	***	0,6	0,09	***	-4,0	0,11	***
Klassetrinn (8. trinn–vg2)	-0,2	0,04	***	0,2	0,03	***	0,1	0,04	NS
Sosioøkonomisk status (z-skår)	4,1	0,06	***	1,8	0,05	***	2,2	0,06	***
Konstant	83,9	0,14	***	89,5	0,11	***	82,9	0,29	***

Vedleggstabell 4 Resultater fra regresjonsanalyser av relasjoner til foreldre, venner og skole – interaksjon mellom tid og sosiodemografiske kjennetegn, smittetegn, smittetegn i kommunen og deltakelse i organisert fritid

	Fornøyd med foreldrene				Har fortrolige venner				Trives godt på skolen			
	B	se B	sig. p		B	se B	sig. P		B	se B	sig. P	
Tid												
År (lineær årlig trend 2014–2020)	0,5	0,12	***		-0,3	0,09	***		-2,1	0,17	***	
År ² (kurvlineær 2014–2020)	0,03	0,02	NS		-0,05	0,02	**		-0,25	0,03	***	
År = 2021	0,0	0,25	NS		-0,5	0,29	NS		-0,6	0,60	NS	
År = 2022	-0,2	0,27	NS		-1,1	0,45	*		1,7	0,86	*	
År = 2024	-0,5	0,34	NS		0,7	0,82	NS		4,3	1,58	**	
Kjønn (gutt = 0, jente = 1)												
Kjønn * 2021	-2,4	0,11	***		0,6	0,09	***		-4,0	0,11	***	
Kjønn * 2022	-3,2	0,24	***		-0,2	0,20	NS		-3,6	0,24	***	
Kjønn * 2024	-3,4	0,27	***		-0,3	0,22	NS		-3,8	0,27	***	
Kjønn * 2024	-3,1	0,24	***		0,4	0,20	*		-3,0	0,24	***	
Klassetrinn (8. trinn–vg2)												
Klasse * 2021	-0,2	0,04	***		0,2	0,03	***		0,1	0,04	NS	
Klasse * 2022	0,4	0,09	***		0,5	0,08	***		1,3	0,09	***	
Klasse * 2024	0,3	0,10	***		0,5	0,08	***		1,3	0,10	***	
Klasse * 2024	0,3	0,09	***		0,4	0,07	***		2,2	0,09	***	
Sosioøkonomisk status (z-skår)												
SØS * 2021	4,1	0,06	***		1,8	0,05	***		2,2	0,06	***	
SØS * 2022	-0,3	0,13	**		0,3	0,11	*		0,4	0,13	**	
SØS * 2024	0,1	0,14	NS		0,6	0,12	***		0,7	0,14	***	
SØS * 2024	-0,1	0,12	NS		0,6	0,10	***		0,7	0,12	***	
Smitte i kommunen (% smittet x 10)												
Smitte * 2021	-0,9	0,16	***		0,2	0,12	NS		0,2	0,34	NS	
Smitte * 2022	-0,1	0,29	NS		-0,1	0,22	NS		-0,5	0,53	NS	
Smitte * 2024	-0,1	0,26	NS		-0,6	0,20	**		0,2	0,45	NS	
Smitte * 2024	0,0	0,31	NS		-1,0	0,23	***		-1,0	0,56	NS	
Deltakelse i organisert fritid												
Org. fritid * 2021	4,0	0,12	***		2,8	0,10	***		4,3	0,12	***	
Org. fritid * 2022	0,4	0,25	NS		0,0	0,21	NS		3,0	0,25	***	
Org. fritid * 2024	0,6	0,27	*		-0,6	0,23	*		2,3	0,27	***	
Org. fritid * 2024	-0,1	0,25	NS		-0,3	0,21	NS		2,8	0,25	***	
Konstant	83,9	0,14	***		89,5	0,11	***		82,9	0,29	***	

Vedleggstabell 5 Resultater fra regresjonsanalyser av framtidstro, psykiske plager og ensomhet – interaksjon med tid

	Tror på et godt og lykkelig liv			Har hatt mange psykiske plager siste uke			Har vært mye plaget av ensomhet siste uke		
	B	se B	sig. p	B	se B	sig. P	B	se B	sig. P
Tid									
År (lineær årlig trend 2014–2020)	0,1	0,16	NS	0,1	0,12	NS	0,6	0,13	***
År ² (kurvlineær 2014–2020)	0,2	0,03	***	-0,2	0,02	***	0,0	0,03	NS
År = 2021	-2,2	0,52	***	1,9	0,40	***	0,9	0,42	*
År = 2022	-3,6	0,80	***	1,4	0,61	*	-1,6	0,64	*
År = 2024	-5,3	1,46	***	2,8	1,11	*	-3,4	1,17	**
Kjønn (gutt = 0, jente = 1)	-6,6	0,11	***	15,5	0,08	***	12,4	0,08	***
Klassetrinn (8. trinn–vg2)	-0,6	0,04	***	2,0	0,03	***	1,2	0,03	***
Sosioøkonomisk status (z-skår)	4,6	0,05	***	-2,4	0,04	***	-2,7	0,04	***
Konstant	69,5	0,25	***	16,1	0,19	***	19,2	0,19	***

Vedleggstabell 6 Resultater fra regresjonsanalyser av relasjoner til foreldre, venner og skole – interaksjon mellom tid og sosiodemografiske kjennetegn, smittenivå i kommunen og deltakelse i organisert fritid

	Tror på et godt og lykkelig liv				Har hatt mange psykiske plager siste uke				Har vært mye plaget av ensomhet siste uke			
	B	se B	sig. p		B	se B	sig. P		B	se B	sig. P	
Tid												
År (lineær årlig trend 2014–2020)	0,7	0,15	***		-0,4	0,11	***		0,0	0,12	NS	
År ² (kurvlineær 2014–2020)	0,30	0,03	***		-0,23	0,02	***		-0,11	0,02	***	
År = 2021	-1,9	0,50	***		1,9	0,38	***		0,9	0,39	*	
År = 2022	-3,3	0,73	***		1,4	0,55	*		-1,5	0,57	**	
År = 2024	-6,9	1,34	***		4,2	1,02	***		-1,5	1,05	NS	
Kjønn (gutt = 0, jente = 1)	-5,7	0,13	***		14,6	0,10	***		12,4	0,10	***	
Kjønn * 2021	1,6	0,29	***		0,2	0,23	NS		-2,2	0,21	***	
Kjønn * 2022	2,1	0,32	***		-0,7	0,25	**		-3,0	0,23	***	
Kjønn * 2024	2,1	0,29	***		-2,2	0,22	***		-5,0	0,21	***	
Klassetrinn (8. trinn–vg2)	-0,8	0,05	***		2,3	0,04	***		1,5	0,04	***	
Klasse * 2021	0,8	0,11	***		-0,8	0,09	***		-0,5	0,08	***	
Klasse * 2022	0,9	0,12	***		-0,5	0,09	***		-0,5	0,09	***	
Klasse * 2024	0,7	0,11	***		-0,6	0,08	***		-0,7	0,08	***	
Sosioøkonomisk status (z-skår)	1,7	0,07	***		-0,2	0,06	***		-0,4	0,05	***	
SØS * 2021	-0,2	0,15	NS		0,1	0,12	NS		0,2	0,11	*	
SØS * 2022	-0,3	0,17	NS		0,1	0,13	NS		0,0	0,12	NS	
SØS * 2024	-0,4	0,15	**		0,0	0,12	NS		0,3	0,11	***	
Smitte i kommunen (% smittet x 10)	-0,5	0,26	*		1,9	0,18	***		1,0	0,18	***	
Smitte * 2021	-0,2	0,38	NS		0,2	0,29	NS		0,3	0,31	NS	
Smitte * 2022	0,2	0,34	NS		-0,9	0,25	***		-0,5	0,27	*	
Smitte * 2024	0,0	0,41	NS		-0,1	0,30	NS		-0,2	0,33	NS	
Deltakelse i organisert fritid	6,3	0,14	***		-1,8	0,11	***		-2,1	0,10	***	
Org. fritid * 2021	-0,3	0,30	NS		-1,0	0,24	***		0,0	0,22	NS	
Org. fritid * 2022	-0,3	0,33	NS		-0,6	0,26	*		0,3	0,24	NS	
Org. fritid * 2024	-0,4	0,30	NS		-0,4	0,23	NS		-0,1	0,22	NS	
Sosiale relasjoner	15,0	0,07	***		-11,9	0,05	***		-13,5	0,05	***	
Relasjoner * 2021	1,6	0,15	***		-2,1	0,12	***		-2,0	0,11	***	
Relasjoner * 2022	1,5	0,16	***		-1,6	0,13	***		-1,1	0,12	***	
Relasjoner * 2024	1,0	0,15	***		-1,2	0,11	***		-0,7	0,11	***	
Konstant	67,6	0,23	***		17,7	0,16	***		20,5	0,16	***	