

VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA

Fritidsprofiler blant ungdom

Fritid, sosial ulikhet, livskvalitet og endringer over tid

Anders Bakken, Miriam Abildsnes og Mira Aaboen Sletten

STORBYUNIVERSITETET

VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA

NOVA RAPPORT NR. 12/24



Fritidsprofiler blant ungdom

Fritid, sosial ulikhet, livskvalitet
og endringer over tid

ANDERS BAKKEN, MIRIAM ABILDSNES OG
MIRA AABOEN SLETTEN

Velferdsforskningsinstituttet NOVA
Rapport 12/2024

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.

Rapportene som NOVA gir ut, har gjennomgått [våre kvalitetssikringsrutiner](#) som sikrer at de oppfyller NOVAs faglige og etiske krav for forskningsrapporter.

© Velferdsforskningsinstituttet NOVA

OsloMet – storbyuniversitetet 2024

ISBN (online): 978-82-7894-878-1

ISSN (online): 1893-9503

Illustrasjonsfoto: © colourbox.com

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

Denne rapporten tegner et bredt bilde av hva norsk ungdom gjør på fritiden, og hvordan dette har endret seg de siste ti årene. Vi undersøker hvilken betydning kjønn, alder og sosioøkonomisk status har for å forstå variasjoner i ungdoms fritidsvaner, og om utviklingen i løpet av det siste tiåret har gått i retning av større eller mindre sosiale ulikheter i hva ungdom gjør på fritiden. Rapporten ser nærmere på hvordan ungdoms fritidsvaner henger sammen med livskvalitet, og undersøker i hvilken grad slike sammenhenger har endret seg over tid. De empiriske analysene er basert på svar fra mer enn 500 000 ungdomsskoleelever, som har deltatt i Ungdata siden 2014.

Arbeidet er finansiert av Barne- og familiedepartementet, Arbeids- og inkluderingsdepartementet, Helse- og omsorgsdepartementet, Kultur- og likestillingsdepartementet og Kunnskapsdepartementet i forbindelse med utarbeidelse av en stortingsmelding om sosial utjevning og mobilitet. Meldingen skal bygge opp under regjeringens mål om like muligheter for alle barn og unge.

Vi takker departementene for godt samarbeid. Vi vil også takke alle ungdommene som har deltatt i Ungdata, samt alle som har bidratt i forbindelse med datainnsamlingen, skoler, kommuner, fylkeskommuner og ansatte ved KORUS (regionale kompetansesentre innen rusfeltet). Vi vil også takke forskere ved Seksjon for ungdomsforskning ved NOVA, OsloMet for metodisk og teoretisk inspirasjon samt forskningssjef Torvald Tangeland for gode kommentarer og innspill til rapporten.

Oslo, 6. november 2024

Anders Bakken
Miriam Abildsnes
Mira Aaboen Sletten

Ungdatasenteret, NOVA, OsloMet

Innhold

Sammendrag	7
1 Innledning	13
1.1 Ti år med store forandringer	13
1.2 De lange linjene i rammene rundt ungdoms liv	14
1.3 Bekymring for økte forskjeller blant ungdom	17
1.4 Fritidsprofiler – en helhetlig tilnærming i studien av ungdoms fritid	19
1.5 Strukturen på rapporten	20
2 Fritid for ungdom	21
2.1 Hva er fritid?	21
2.2 Sosioøkonomiske forskjeller i fritid	23
2.3 Kjønnets fritid	25
2.4 Fritid som ressurs og risiko	26
2.5 Digital fritid, ny risiko?	27
2.6 Oppsummering	29
3 Datagrunnlag og metode	30
3.1 Om Ungdata	30
3.2 Datamaterialet	31
3.3 Fritidsvariabler	33
3.4 Fritidsprofiler	38
3.5 Livskvalitet	40
3.6 Sosiodemografiske bakgrunnsvariabler	44
4 Fritidsaktiviteter og fritidsprofiler	45
4.1 Et overordnet bilde av fritiden	45
4.2 Fritidsprofiler	49
4.3 De minst digitale	50
4.4 De mest kulturelle	54
4.5 De som oftest er med venner	56
4.6 De mest risikoorienterte	59
4.7 De mest hjemmeorienterte	61
4.8 Oppsummering	64
5 Fritid i endring	68
5.1 Endringer i fritidsaktiviteter	68
5.2 Endringer i fritidsprofiler	70
5.3 Utvikling i fritidsprofilenes sosiodemografiske sammensetning	71
5.4 Oppsummering	75

6 Hvordan har ungdom det?	78
6.1 Tilfredshet med livet	78
6.2 Positive og negative følelser	79
6.3 Stress og press	81
6.4 Skoletrivsel	83
6.5 Framtidsoptimisme	85
6.6 Sosial tilhørighet	87
6.7 Vold, mobbing og seksuell trakassering	89
6.8 Har sammenhenger mellom fritid og livskvalitet endret seg over tid?	91
6.9 Oppsummering	98
7 Oppsummering og diskusjon	101
7.1 Fritidsprofiler	101
7.2 Fritid i endring	106
7.3 Nye sosiale forskjeller i fritiden?	108
7.4 Digitale ungdomsliv – på godt og vondt?	108
7.5 Få spor av «generasjon prestasjon» i ungdoms fritidsmønstre	110
7.6 Risikoorientering kombinert med sårbarhet på flere områder samtidig	111
7.7 Styrker og begrensninger ved studien	112
8 Ny fritid i gamle mønstre?	114
Summary	116
Litteraturreferanser	119
Vedleggstabeller	129

Sammendrag

Målet med denne rapporten er å få en representativ og bred oversikt over hva norsk ungdom gjør på fritiden, og hvordan dette har endret seg de siste ti årene, nærmere bestemt fra 2014 til 2024. Rapporten undersøker hvilken betydning kjønn, alder og sosioøkonomisk status (SØS) har for å forstå variasjoner i ungdoms fritidsvaner, og om utviklingen i løpet av det siste tiåret har gått i retning av større eller mindre sosiale ulikheter i hva ungdom gjør på fritiden. Vi undersøker også hvilke sammenhenger som finnes mellom ungdoms fritidsvaner og livskvalitet, samt hvordan livskvaliteten til ungdom som driver med ulike ting i fritiden, har utviklet seg over tid. Resultatene fra rapporten vil kunne bidra til en diskusjon om det har utviklet seg nye skillelinjer i fritiden, og om fritiden i økende grad er med på å definere hvordan ulike ungdomsgrupper har det.

Rapporten tar i bruk data fra ungdomsundersøkelsen Ungdata og er avgrenset til aldersgruppen som går på ungdomsskolen (13–15 år). De mer enn 500 000 ungdommene som deltok i undersøkelsen, er delt inn i fem grupper avhengig av hvilke fritidsaktiviteter som dominerer fritiden. I rapporten kalles disse gruppene for «de minst digitale», «de mest kulturelle», «de som oftest er med venner», «de mest risikoorienterte» og «de mest hjemmeorienterte». Vi undersøker hvor mange som befinner seg i hver kategori, hvilke sosiodemografiske kjennetegn de har, og hvordan de har det på ulike områder – og hvordan dette har utviklet seg blant ulike kohorter av ungdomsskoleelever gjennom det siste tiåret – fra midten av 2010-tallet, via pandemitiden og inn i årene etter pandemien.

Rapporten viser at det i løpet av denne forholdsvis korte tiden har skjedd store endringer i hva ungdom driver med på fritiden. Digitale aktiviteter har fått en mye mer dominerende rolle i ungdoms hverdagsliv. Parallelt har tiden ungdom bruker på skolearbeid, gått betydelig ned, færre leser bøker, samtidig som det er blitt mer vanlig å trene på treningsstudio. Det har også vært en viss økning i andelen ungdom som er involvert i regelbrudd. Selv om endringene har bidratt til store forskjellinger i fritidsvanene til ungdom, er det lite som tyder på at fritiden i økende grad er med på å definere hvordan ulike ungdomsgrupper har det. Resultatene viser at både de sosiodemografiske mønstrene og sammenhengene mellom fritidsvaner og livskvalitet er mer preget av kontinuitet enn forandring. Funnene i rapporten understreker hvordan fritidsvaner og sosiale bakgrunnsfaktorer fortsetter å spille en sentral rolle i hvordan ungdom konstruerer sin identitet og finner sosial tilhørighet, men også er kilder til stress, press og risiko, både i «nye» og «gamle» former.

Ungdom med ulike fritidsprofiler

Et utgangspunkt for denne rapporten er at ungdom fyller fritiden sin med svært forskjellige aktiviteter. Gjennom bruk av latent klasseanalyse har vi identifisert

fem grupper av ungdom, som ikke bare skiller seg fra hverandre i hvor mye tid de bruker på ulike aktiviteter, men også kvalitativt gjennom hvilke typer aktiviteter som dominerer i hverdagslivet.

«De som oftest er med venner» er den største av gruppene og utgjør 33 prosent av alle i årene 2022 til 2024. Dette er en gruppe sosiale ungdommer, som er kjennetegnet ved å være spesielt aktive på sosiale medier, men som også tilbringer mye tid fysisk sammen med venner. Mange deltar i organisert idrett, og for mange utgjør treningssentrene en viktig treningsarena. Dette er den av gruppene som samlet sett bruker mest tid på trening, og som sammenliknet med andre er mye ute om kveldene med venner, de bruker mer tid på fritidsklubb og er oftere med i andre typer organiserte aktiviteter. De er mindre hjemme, de spiller noe mindre dataspill, men bruker omtrent like mye tid på skjermbasert underholdning, som TV-titting, serier og YouTube. Tid brukt på skolearbeid og til lesing er også på gjennomsnittet. Det samme gjelder regelbrudd, men færre bruker rusmidler.

«De mest hjemmeorienterte» er den nest største gruppen, som utgjør 27 prosent. Mens andre ungdommer har en balanse mellom aktiviteter i og utenfor hjemmet, tilbringer de fleste av disse ungdommene stort sett hver kveld hjemme, og mange har bare begrenset fysisk kontakt med venner i fritiden. De deltar sjelden i organiserte fritidsaktiviteter og trener mye mindre enn andre. De tilbringer derimot betydelig mer tid foran skjermene, og det er særlig på dataspill at denne gruppen skiller seg ut med et langt høyere aktivitetsnivå enn andre. De bruker også mye tid på skjermbasert underholdning, som å se på TV, serier eller YouTube, og like mye tid som andre på sosiale medier. Når det gjelder skolearbeid og lesing, skårer denne gruppen likt med eller litt under gjennomsnittet for alle norske ungdommer. Det samme gjelder for rusmiddelbruk og regelbrudd.

Den tredje gruppen er «de minst digitale», som utgjør 19 prosent. De er den av gruppene som i størst grad deltar i organisert idrett. I tillegg bruker mange fritiden sin til å jogge eller drive med andre former for egen trening. De er ikke så ofte sammen med venner fysisk utenom trening og skole, og er den av gruppene som bruker desidert minst tid foran skjerm. Dette betyr ikke at de er digitalt frakoblet, de er bare ikke storforbrukere av digitale medier på samme måte som ungdom flest. De bruker forholdsvis mye tid på skolearbeid og lesing. Gruppen er sjelden involvert i regelbrudd og bruker nesten ikke rusmidler. Oppsummert er dette en forholdsvis veltilpasset gruppe ungdommer, som utgjør en særlig «skikkelig» del av ungdomsbefolkningen.

«De mest risikoorienterte» er en av de minste gruppene og utgjorde 13 prosent av ungdommene i årene 2022–2024. Gruppen skiller seg ut med betydelig høyere skår på regelbrudd og rusmiddelbruk enn de andre gruppene. «De mest risikoorienterte» er tidlig ute med å eksperimentere med rusmidler og er oftere involvert i regelbrudd. Samtidig er de svært sosiale og tilbringer mye tid med venner, både fysisk og på sosiale medier. Ungdom i denne gruppen bruker mer

tid på gaming og på skjermbasert underholdning (TV, serier, YouTube) enn gjennomsnittet, noe som gjør at de samlet sett tilbringer betydelig mer tid foran skjermen enn andre. De deltar i mindre grad enn gjennomsnittet i kulturorienterte fritidsaktiviteter og organisert idrett, men trener mer på treningsstudio og er oftere på fritidsklubben. De tilbringer mindre tid hjemme om kveldene enn gjennomsnittet blant ungdom, og de er blant de minst «akademisk» orienterte, som bruker minst tid på skolearbeid.

Den minste gruppen er «de mest kulturelle». De utgjør 9 prosent av ungdommene og er de som bruker mest tid av alle på kulturorienterte fritidsaktiviteter. Mange går på musikkskole eller kulturskole, spiller instrument, synger i kor eller driver med andre kreative aktiviteter. Denne gruppen deltar også oftere i andre organiserte aktiviteter som fritidsklubber, men færre er med i idrett. Selv om de er svært aktive i organiserte fritidsaktiviteter, tilbringer de også mer tid hjemme om kveldene enn andre ungdommer. De har mindre uformelt samvær med venner, men bruker mer tid på lesing og skolearbeid. De tilbringer mindre tid foran skjermen enn gjennomsnittet, og få av dem bruker rusmidler eller er involvert i regelbrudd. Dette viser at de har mange likhetstrekk med «de minst digitale», men hovedforskjellen knytter seg til at «de minst digitale» er aktive innen idrett, mens «de mest kulturelle» er med på kulturaktiviteter. «De mest kulturelle» bruker også noe mer tid på skjermbaserte aktiviteter.

Fritid i endring

Det har vært store endringer i hvilke aktiviteter ungdom fyller fritiden sin med, i løpet av det tiåret som er studert her. Rapporten viser at endringene først og fremst handler om at digitale aktiviteter har fått en mye mer dominerende rolle i ungdoms hverdagsliv. Ungdom bruker betydelig mer tid enn for ti år siden foran skjerm, spesielt på sosiale medier. De bruker også mer tid på å se på TV, serier eller YouTube og til å spille dataspill. Parallelt har tiden ungdom bruker på skolearbeid, gått betydelig ned, ungdom bruker mindre tid på å lese bøker, og færre er med på kulturorienterte fritidsaktiviteter. Ungdom tilbringer mer av fritiden sin hjemme om kveldene enn for ti år siden og er sjeldnere på besøk hos venner. Samtidig henger de i noe større grad ute om kveldene med venner, noe som innebærer at indikatorene for venneorientert fritid samlet sett ikke har endret seg særlig mye.

Økt skjermtid ser ikke ut til å ha gått på bekostning av trening. Bruken av treningssentrene har økt betydelig, samtidig som deltakelsen i idrettslag har holdt seg relativt konstant. Egentrening har derimot hatt en viss nedgang i denne perioden. Mens rusmiddelbruken har holdt seg relativt konstant, har andelen som har vært involvert i regelbrudd, økt på flere områder. Bruken av fritidsklubber har vært nokså stabil når vi ser hele perioden under ett.

Endringene i ungdoms fritidsvaner reflekteres i utviklingen av størrelsen på gruppene med ulike fritidsprofiler. Den største nedgangen har skjedd i gruppen

«de minst digitale», som har blitt redusert fra 35 prosent til 19 prosent når vi ser hele perioden under ett. Den andre gruppen med nedgang er «de mest kulturelle», som har gått fra å utgjøre 12 til 9 prosent. Til sammen utgjorde disse to gruppene nesten halvparten av ungdommene i 2014–2016. I dag utgjør de i overkant av én av fire.

Gruppen med størst økning er «de mest hjemmeorienterte». De utgjorde 18 prosent av alle ungdommer i den første perioden, mens de nå utgjør 26 prosent. Under pandemien var denne gruppen enda større. «De som oftest er med venner» har økt nesten like mye, fra 25 til 33 prosent. Begge disse gruppene er kjennetegnet ved at de bruker relativt mye tid på digitale aktiviteter, men utover det har de svært ulike fritidsprofiler.

Den siste gruppen, «de mest risikoorienterte», har også økt i omfang. Økningen skjedde i perioden etter pandemien, da de utgjorde 13 prosent. Før det var andelen 11 prosent.

Sosiale forskjeller i fritiden

I rapporten har vi undersøkt hvilken betydning kjønn, alder og sosioøkonomisk status har for å forstå variasjoner i ungdoms fritidsvaner, og om utviklingen i løpet av det siste tiåret har gått i retning av større eller mindre sosiale ulikheter i hva ungdom gjør på fritiden. Et hovedfunn er at det er markante sosiale forskjeller mellom de ulike profilene, men at disse forskjellene over tid har vært mer preget av kontinuitet enn forandring.

De tydeligste sosiodemografiske forskjellene finner vi mellom «de mest kulturelle» og «de mest hjemmeorienterte». Mens «de mest kulturelle» har en klar overvekt av jenter med høyere sosioøkonomisk status, er gutter med lavere sosioøkonomisk status overrepresentert i gruppen «de mest hjemmeorienterte». Disse to gruppene er de klart mest «kjønnede», men aldersmessig er de nokså gjennomsnittlige. I de andre gruppene er kjønnsforskjellene forholdsvis små.

«De mest risikoorienterte» har derimot en klar overvekt av eldre ungdommer, noe som må sees i lys av at disse ungdommene i langt større grad enn andre rapporterer blant annet om bruk av rusmidler. Denne gruppen har en viss overvekt av ungdom med lav sosioøkonomisk status.

Den yngste av gruppene er «de minst digitale». «De som oftest er med venner» er også yngre enn gjennomsnittet, men avviker ikke fullt så mye. I begge disse gruppene er det en viss overvekt av ungdom med høy sosioøkonomisk status, men i langt mindre grad enn for «de mest kulturelle».

Til tross for store endringer i ungdommers fritidsvaner tyder analysene på at den sosiodemografiske sammensetningen av de ulike gruppene har holdt seg relativt stabil, og at de sosiale forskjellene mellom dem ikke har endret seg vesentlig. For eksempel holder kontrastene mellom «de mest kulturelle» og «de mest hjemmeorienterte» seg omtrent på samme nivå i hele perioden. Samtidig

ser vi noen nyanser i utviklingen, der det har vært noen mindre justeringer i den sosiodemografiske sammensetningen, og der endringene peker mer i retning av reduserte sosiale forskjeller enn økte. For eksempel har kjønnsfordelingen i de to mest kjønnsdelte gruppene blitt noe jevnere i løpet av tiårsperioden. Det er også dokumentert en viss utjevning i de to gruppene der ungdom med lav sosioøkonomisk status er mest overrepresentert, mens det ikke har vært store endringer i de gruppene der ungdom med høy SØS dominerer. Den eneste gruppen hvor vi har sett en økning i sosioøkonomiske skjevheter over tid, er «de som oftest er med venner», som har gått fra å være jevnt fordelt til å ha en viss overvekt av ungdom med høyere SØS.

Fritidsvaner og livskvalitet

I rapporten finner vi tydelige sammenhenger mellom ungdoms fritidsvaner og hvordan ungdom har det. Vi har undersøkt en rekke aspekter ved ungdommers livskvalitet – tilfredshet med livet, positive og negative følelser, stress og press, framtidstanker, vennskap, ensomhet og krenkelser som mobbing, vold og seksuell trakassering – og sett dette i sammenheng med de ulike fritidsprofilene.

Analysene viser at det er store kontraster i hvordan ungdommene har det og hva de opplever å ha vært utsatt for av krenkelser. «De minst digitale» og «de som oftest er med venner» er gruppene som kommer aller best ut. Begge trives generelt bedre enn gjennomsnittet, de opplever færre krenkelser og skårer høyt på sosial tilhørighet og lavt på ensomhet. I tillegg trives de bedre på skolen og er mer optimistiske om framtiden enn de andre gruppene. Forskjellen mellom disse to ligger i at «de som oftest er med venner» har enda høyere skår på sosial tilhørighet enn «de minst digitale», mens «de minst digitale» opplever mindre stress og press i hverdagen enn «de som oftest er med venner».

Gruppen som kommer ut med klart lavest livskvalitet, er «de mest risiko-orienterte». De skårer lavere på alle positive mål og høyere på alle negative mål, noe som tyder på at livssituasjonen til denne gruppen er mer problematisk enn i de andre gruppene. Ungdom i denne gruppen er mindre fornøyde med livet enn andre, de opplever relativt mye stress og press, og de skiller seg spesielt ut ved at de i langt større grad enn andre rapporterer om å være utsatt for mobbing, vold og seksuell trakassering. De skårer også lavt på sosial tilhørighet, men forskjellene mellom dem og de andre gruppene er minst på dette området.

«De mest hjemmeorienterte» rapporterer også om lavere livskvalitet enn gjennomsnittet, men de skiller seg ikke fullt så negativt ut. De områdene de kommer dårligst ut på, handler om tilfredshet, sosial tilhørighet og ensomhet. De opplever noe mindre press enn andre ungdommer, men er like ofte utsatt for krenkelser som gjennomsnittet.

«De mest kulturelle» er den gruppen som skiller seg minst fra gjennomsnittet. På de fleste indikatorene plasserer de seg et sted mellom gruppene med best og dårligst livskvalitet.

I hvilken grad har sammenhengene mellom ungdoms fritidsvaner og livskvalitet endret seg i løpet av det siste tiåret? Rapporten viser at det generelt har vært en nedgang i ungdoms livskvalitet i løpet av denne tidsperioden, en nedgang som imidlertid flatet ut etter pandemitiden. Denne nedadgående trenden i livskvalitet gjelder i alle gruppene vi har studert. Samtidig viser analysene at omfanget og tempoet i denne nedgangen varierer noe. Resultatene viser at «de mest kulturelle» har hatt en noe dårligere utvikling enn de andre gruppene, noe som gjelder for alle indikatorene vi har analysert. Motsatt har nedgangen vært minst blant «de som oftest er med venner». Utviklingen i de tre siste gruppene skiller seg ikke nevneverdig fra den generelle nedgangen.

Selv om det finnes noen nyanseforskjeller mellom gruppene, har utviklingstrekkene generelt vært ganske like. Til tross for store endringer i ungdoms fritidsvaner i løpet av det siste tiåret har sammenhengene mellom ungdoms fritidsvaner og livskvalitet vært langt mer preget av stabilitet enn endringer.

1 Innledning

For å forstå hva det vil si å være ungdom i dag, er det viktig å ha oppdatert kunnskap om hva ungdom gjør i fritiden, hvordan fritidsvanene til ungdom har utviklet seg over tid, og hvilke skillelinjer som finnes mellom grupper av ungdom som driver med ulike ting på fritiden.

Målet med denne rapporten er å få en representativ og bred oversikt over hva norsk ungdom gjør på fritiden, og hvordan dette har endret seg de siste ti årene, nærmere bestemt fra 2014 til 2024. Rapporten undersøker hvilken betydning kjønn, alder og sosioøkonomisk status har for å forstå variasjoner i ungdoms fritidsvaner, og om utviklingen i løpet av det siste tiåret har gått i retning av større eller mindre sosiale ulikheter i hva ungdom gjør på fritiden. Vi undersøker også hvilke sammenhenger som finnes mellom ungdoms fritidsvaner og livskvalitet, samt hvordan livskvaliteten til ungdom som driver med ulike ting i fritiden, har utviklet seg over tid.

Rapporten tar for seg aldersgruppen 13 til 15 år, det vil si ungdomsgruppen som går på ungdomsskolen. For å svare på problemstillingene bruker vi data fra over 500 000 ungdomsskoleelever, som har deltatt i Ungdata siden 2014. Ungdata er en stor ungdomsundersøkelse, som over mange år har kartlagt hva ungdom gjør på fritiden – om alt fra hvor mye lekser de gjør, hvor ofte de er på sosiale medier, hvor mye de trener, hvor ofte de treffer venner, til hvor mange som bruker ulike rusmidler. Vi bruker disse opplysningene til å identifisere grupper av ungdom med ulike *fritidsprofiler*. I rapporten finner vi fem slike grupper, der hver av gruppene har det til felles at de har nokså like fritidsvaner. Vi omtaler gruppene som «de minst digitale», «de mest kulturelle», «de som oftest er med venner», «de mest risikoorienterte» og «de mest hjemmeorienterte». Vi undersøker hvor vanlig det er å tilhøre disse fem gruppene i ulike ungdomskohorter, gjennom det siste tiåret – fra midten av 2010-tallet, via pandemitiden og inn i årene etter pandemien. Målet med denne rapporten er å tegne de store linjene, snarere enn å gå spesifikt inn i hvordan pandemien påvirket ungdoms fritidsvaner på lengre sikt.

1.1 Ti år med store forandringer

I løpet av de ti årene som denne rapporten dekker, har det skjedd store samfunnsmessige forandringer med direkte konsekvenser for ungdoms hverdag. Den hendelsen som påvirket ungdoms liv mest dramatisk, var utvilsomt pandemien, med perioder med stengte skoler og restriksjoner på hva ungdom fikk lov å gjøre i fritiden. Samtidig markerer starten av denne perioden en annen milepæl. Det var rundt dette tidspunktet at smarttelefonen ble allemannseie blant norske ungdommer (Vaage, 2014). Dette innledet en ny epoke der smarttelefonen for alvor ble en integrert del av alle ungdommers liv.

Gjennom tiåret har den digitale utviklingen akselerert kraftig. Ikke bare har smarttelefoner stadig fått flere apper og blitt mer kraftfulle, men hele det digitale universet med PC-er, nettbrett, gamingkonsoller og smartklokker har blitt mer sammenkoblet og «intelligent» (Bakken et al., 2021). Med smarttelefonenes gjennombrudd har det i løpet av de siste ti årene utviklet seg nye innovasjoner, der apper som Snapchat og TikTok har lagt grunnlaget for en ungdomskultur hvor deling av bilder, videoer, memes og andre former for selvpresentasjon har blitt en naturlig del av hverdagen. Funksjoner som «liker»-knappen, frontkamera og algorit mestyrte nyhetsstrømmer har endret måten innhold kommuniseres på, og har sammen med push-varsler bidratt til å forsterke brukerengasjementet (Haidt, 2024, s. 117).

Samtidig har strømmetjenester endret medievanene, og digitalisering har fått en sterk innvirkning på skolehverdagen. Digitale læringsplattformer gjør det mulig å utføre skolearbeid online, og ungdom bruker nå digitale plattformer til alt fra skolearbeid og sosial kommunikasjon til underholdning og personlig organisering. Smarttelefonen har blitt den dominerende enheten, og med apper som måler treningsvaner, varsler om fritidsaktiviteter og registrerer søvn og andre helse relaterte forhold, har den fått en mer inngripende og aktiv rolle i fritiden til ungdom – på måter som ikke eksisterte for bare ti år siden.

Selv om noe av denne teknologien også fantes før 2014, har den digitale utviklingen eskalert i løpet av det siste tiåret, på måter få kunne forutse. Tiden norsk ungdom bruker foran skjerm, har økt betydelig (Bakken, 2024). At digitaliseringen har blitt langt mer intensiv og hatt en så gjennomgripende innvirkning på unges daglige liv, gjør det særlig relevant å undersøke hvordan unges fritidsvaner har endret seg i denne perioden.

Dette reiser mange spørsmål, som vi forsøker å svare på i rapporten – for eksempel om den økte skjermtiden har bidratt til å «fortrenge» visse typer fritidsaktiviteter. Vi undersøker om det er hold i bekymringer som ofte løftes fram i den offentlige debatten, om at ungdom i mindre grad enn før treffer hverandre fysisk, at de er mindre fysisk aktive, og at de bruker mindre tid på «oppbyggelige» aktiviteter som skolearbeid og lesing av bøker. Et annet sentralt spørsmål er om utviklingen har ført til nye sosiale ulikheter i ungdoms fritidsvaner, og om nye former for risiko kan knyttes til disse mønstrene. Har ulikhetene i fritidsvaner blitt forsterket i løpet av dette tiåret? Kan vi se tegn til nye former for polarisering?

1.2 De lange linjene i rammene rundt ungdoms liv

I rapporten sammenlikner vi ulike ungdomskohorter, der de eldste er født rundt årtusenskiftet og de yngste rundt 2010. Selv om disse kohortene «trådte inn» i dette tiåret på ulike stadier av den teknologiske utviklingen, deler de mange fellestrekk i oppvekstvilkår og rammer rundt ungdomstiden – der kontrastene til foreldregenerasjonen på mange områder er større enn forskjellene mellom

kohortene. De langsiktige trendene som har preget ungdomstiden de siste tiårene, utgjør således en viktig kontekst for å forstå fritidsmønstrene det siste tiåret. Som et bakteppe for rapporten ser vi derfor i denne innledningen nærmere på noen sentrale utviklingstrekk som har preget ungdommens hverdagsliv de siste 30–40 årene.

Mens det på 1990-tallet var vanlig for ungdom å bruke mye tid ute sammen med venner på kveldene, har det i løpet av de siste tiårene blitt mer vanlig å ha et mer hjemmeorientert fritidsmønster (Bakken et al., 2021). En del av forklaringen på denne endringen finnes på gutte- og jenterommene, som særlig det første tiåret etter årtusenskiftet gjennomgikk store forandringer. Mens ungdommer på 1980-tallet ofte hadde et stereotyper med radio og kassett- eller platespiller, ble ungdomsrommene på 2000-tallet fylt med TV-er, DVD-spillere, PC-er og ulike spillkonsoller (Bakken et al., 2021). Den kanskje viktigste endringen i løpet av det første tiåret etter årtusenskiftet var at ungdomsrommet ble koblet til internett. Onlinespill og chattekanaler ga ungdom tilgang til verden utenfor på en helt annen måte enn før og gjorde gutte- og jenterommene til et stadig mer attraktivt sted å tilbringe fritiden for nærmest en hel ungdomsgenerasjon.

Parallelt med denne utviklingen ble ungdom som gruppe på mange måter «skikkeligere». I løpet av 1990-tallet økte de tradisjonelle ungdomsproblemene (Pape & Falck, 2003; Frøyland & Sletten, 2012), men i årene etter årtusenskiftet falt ungdomskriminaliteten, ungdom startet å drikke senere enn før, og bruken av narkotika gikk kraftig tilbake (Pape et al., 2018; Statistisk sentralbyrå, 2021; Bilgrei et al., 2021). Samtidig økte trivselen i skolen, og mye av den uroen som preget mange norske klasserom på 1990-tallet, ble gradvis redusert (Øia, 2011; Sørli & Ogden, 2014). Ungdom fikk bedre karakterer (Bakken & Elstad, 2012), og ungdomsforskere begynte å snakke om at vi hadde fått en ny generasjon preget av konformitet, alvor og framtidsdisiplinering (Hegna et al., 2013). Gjennom begrepet «grunnopplæringen», som ble lansert med skolereformen Kunnskapsløftet i 2006, signaliserte myndighetene at videregående opplæring nærmest var blitt obligatorisk. Og selv om siste del av opplæringsløpet fortsatt er frivillig, har utviklingen gått i retning av stadig færre alternative veier til voksenlivet enn de som går gjennom skole og utdanning.

En annen viktig ramme for å forstå ungdoms fritid handler om endringer i relasjonene mellom ungdom og foreldre. På 1980-tallet snakket man ofte om en generasjonsskløft mellom ungdom og foreldre (Øia & Vestel, 2014). I dag ser vi en ny nærhet mellom generasjonene. Foreldre er mer til stede i barnas og ungdommenes liv enn før og investerer i større grad i emosjonell nærhet, blant annet gjennom å delta i barn og unges aktiviteter i fritiden (Aarseth, 2018). Mange foreldre legger betydelig innsats i å dyrke barnas «talenter», samtidig som de sørger for å «koste vekk» farer og utfordringer underveis i oppveksten. Dette kan tolkes som et forsøk på å optimalisere barnas utviklingsmuligheter – både for å beskytte dem mot farer og for å sørge for at de får mulighet til å

utvikle seg og «bli den beste versjonen av seg selv». Denne tendensen til å være tett på og tilrettelegge og samtidig ha en vennsksapsrelasjon til barna har vært omtalt som en type intensiverte foreldrepraksiser (Vasbø & Hegna, 2023; Lee et al., 2014). Idéen om intensivert foreldreskap var opprinnelig knyttet til middelklassefamilier (Lareau, 2011), men i dag inngår nære emosjonelle bånd og tett oppfølging som en del av bredere forestillinger om hva det vil si å være gode ungdomsforeldre (Born et al., 2024).

Den amerikanske forskeren Jean Twenge (2019, 2017) har argumentert for at ungdom vokser opp *langsommere enn før*. Amerikanske studier viser en utvikling der ungdom ikke bare sjeldnere enn før oppholder seg utenfor huset på egen hånd, men også at de i større grad enn tidligere har med seg foreldrene sine når de for eksempel handler klær. Dessuten debutterer amerikansk ungdom senere med aktiviteter som typisk forbindes med voksenhet, som sex og rusmidler. Færre tar lappen på bil i tenårene, og færre tjener egne penger. Selv om ikke alle disse trendene nødvendigvis er like framtreddende i Norge, uttrykkes det også her bekymringer for at barn og unge blir mindre robuste, at de ikke lærer å takle utfordringer selv, og at de går glipp av viktig sosial læring med jevnaldrende uten voksne til stede.

Samlet innebærer disse utviklingstrekkene at ungdomstiden i dag i større grad skjer innenfor kontrollerte rammer, der voksne styrer aktivitetene, mens det brukes mindre tid på frilek utendørs (Wold et al., 2024). Samtidig har økningen i digitale aktiviteter åpnet nye arenaer for autonomi, der barn og unge kan møtes utenfor foreldres kontroll og innblanding. Haidt (2024) påpeker paradokset i denne utviklingen, der barn og unge «overbeskyttes» i den fysiske verdenen, samtidig som det er en tendens til at de «underbeskyttes» i den digitale, uten tilstrekkelig veiledning eller beskyttelse mot de mulige farene den digitale sfæren rommer.

Et annet sentralt utviklingstrekk som påvirker ungdoms hverdagsliv, handler om farten på samfunnsutviklingen. Den tyske sosiologen Hartmut Rosa (2013) har brukt begrepet «akselerasjon» på en utviklingstrend der det meste i samfunnet skjer i et stadig raskere tempo. I første omgang handler det om teknologiske framskritt som øker effektiviteten i produksjons- og informasjonsutveksling. Den teknologiske utviklingen fører videre til at sosiale strukturer og relasjoner endrer seg raskere enn før, og at livstempoet preges av en høyere hastighet, tidspress og strengere krav til framdrift. For ungdom er bekymringen for akselerasjon av livstempoet tett knyttet til individualisering, en langsiktig samfunnstrend, der kollektive identiteter som familie, klasse og lokalsamfunn får mindre betydning, og hvor individuelle valg og livsbiografier blir viktigere for hvor man ender opp i livet (Furlong & Cartmel, 2009). Med økt individualisering blir rommet for å skape sin egen tilværelse og identitet større, i hvert fall tilsynelatende. Samtidig kan ansvaret for «å skape seg selv» gjennom individuelle prestasjoner bli mer tyngende (Beck & Beck-Gernsheim, 2002; Meier & Nielsen, 2023).

Over tid har norske og internasjonale spørreskjemaundersøkelser vist en økning både i selvrapporterte helseplager blant ungdom (Potrebny et al., 2024) og i andelen barn og unge som er diagnostisert med en psykisk lidelse (Bang et al., 2024). Selv om det er vanlig å finne at psykisk uhelse er forbundet med tradisjonelle risikofaktorer som det å vokse opp i fattigdom (Bøe, 2015; Benjaminsen et al., 2015), blir økningen i denne typen plager ofte forklart med tiltagende prestasjonspress på stadig flere områder – på skolen, i fritiden, blant jevnaldrende og i sosiale medier (Madsen, 2018; Bakken et al., 2018). Særlig har bekymring for skolestress og karakterpress i kampen om de mest prestisjefylte studieplassene preget mye av fortellingen om «generasjon prestasjon» – en flink og ambisiøs ungdomsgenerasjon som har vansker med å håndtere og mestre totaliteten av forventninger de står overfor (Bakken et al., 2018; Eriksen et al., 2017). Bekymringen omfatter også fritiden, i form av økt prestasjonspress i organiserte fritidsaktiviteter eller nye krav om å stadig være pålogget og å framstå populær og vellykket i sosiale medier.

Samlet får vi inntrykk av at ungdomstiden på sett og vis er preget av et større alvor, samtidig som den – med unntak av den digitale fritiden – oftere utspiller seg i regulerte rammer og med foreldre tettere på. Et interessant spørsmål er i hvilken grad empiriske analyser av ungdoms fritidsmønstre kan gjenspeile et slikt senario. Har det utviklet seg nye mønstre i ungdoms hverdagsliv, der stadig mer av fritiden foregår i hjemmet? Hvor mye av fritiden rommes av aktiviteter som kan være særlig viktige for prestasjoner i skolen, som boklesing og lekser, og hvilken betydning har de organiserte fritidsaktivitetene?

Mange av de trendene som er skissert, skaper på den ene siden nye muligheter for ungdom, men kan også bidra med nye utfordringer – i form av overbeskyttelse og prestasjonspress. Hvordan passer ungdoms fritid inn i et slikt senario? Er noen fritidsvaner tettere forbundet med trivsel i hverdagen, mens andre i større grad henger sammen med stress og press? Eller er dette opplevelser som i stor grad opptrer samtidig? Særlig interessant er det å undersøke hvordan digitale aktiviteter opptrer sammen med andre ikke-digitale fritidsaktiviteter, og hva ulike aktivitetskombinasjoner betyr for hvordan ungdom har det i hverdagen.

1.3 Bekymring for økte forskjeller blant ungdom

I et samfunn som Norge, der likhetsverdiene står sterkt, er mye oppmerksomhet knyttet til økonomiske forskjeller. Analyser av inntekts- og formuesfordelingen viser at forskjellene har økt siden tusenårsskiftet (Aaberge et al., 2021). Andelen barn i hushold med vedvarende lavinntekt har blitt større siden år 2000 og nådde et toppunkt i perioden 2018 til 2020. De siste årene har andelen riktignok gått noe tilbake, men er fremdeles doblet sammenliknet med situasjonen for 20 år siden (Normann, 2024).

Økte økonomiske forskjeller kan få betydning for ungdoms fritid. Det mest åpenbare gjelder økonomiske barrierer for deltakelse i form av medlemskontingenter, deltakelsesavgifter, inngangsbilletter til kultur- og underholdningsarrangement samt kostnader til utstyr og klær. Når noen familier får mer å rutte med økonomisk, kan det også være en fare for at aktivitets- og kostnadsnivået drives opp. Økt økonomisk ulikhet gir grunnlag for å teste ut hypoteser om at sosial bakgrunn har fått større betydning for hva ungdom driver med i fritiden sin. I rapporten vil vi undersøke dette nærmere og spør: Er det tendenser til økende sosial ulikhet i fritidsvanene til ungdom?

Kjønn er et annet område der det har vært en bekymring for økende forskjeller i ungdomsgruppen. Siden 1990-tallet har det pågått en debatt om at gutter håndterer moderniteten dårligere enn jenter, og at de sakker akterut både i utdanningssammenheng og i samfunnslivet ellers (Pedersen, 1996, s. 80; Frønes, 2005). Jenter får i dag bedre karakterer enn gutter i de fleste skolefagene, og de dominerer på prestisjefylte utdanninger (NOU 2019: 3). Samtidig er guttene overrepresentert i spesialundervisning, og færre gutter enn jenter fullfører videregående opplæring.

Bekymringene knyttet til unge jenter skiller seg fra det som gjelder gutter. Mens guttebekymringen ofte handler om dataspilling, stillesitting og et begrenset sosialt liv, dreier bekymringen for jenter seg mer om prestasjonspress og jakten på det perfekte liv. Her brukes gjerne merkelapper som «flink pike» og «generasjon prestasjon» til å beskrive en situasjon der jenter utkonkurrerer guttene, men samtidig stresser seg syke i jakten på det perfekte (Sletten et al., 2021, s. 97). På den digitale fritidsarenaen representerer dataspillingen en bekymring for guttene, mens jenters digitale liv knyttes mer til sosiale medier, der kroppspress, utestenging og digital mobbing blir sentrale utfordringer. Bekymringene knyttes videre opp mot den digitale virkeligheten der algoritmene styrer informasjon og påvirkning, slik at jenter og gutter til dels forholder seg til ulike virkeligheter og utsettes for ulike typer risiko (Steinnes et al., 2019; Prestgård, 2024).

Poenget i denne sammenheng er å illustrere hvordan noen gjøremål i fritiden både er kjønnnet og utløser det vi kan kalle for kjønnete bekymringer. Samtidig finnes det en mer overordnet bekymring i samfunnet for at gutter og jenters oppvekst, framtidsutsikter og holdninger er på vei til å bli mer og mer ulike. Overført til denne rapportens siktemål blir det relevant å undersøke i hvor stor grad ungdoms fritidsmønstre er kjønnnet, og om vi ser en utvikling over tid i retning av økende polarisering i gutter og jenters fritidsvaner. Ser vi en tendens der jenter i større grad enn gutter bruker fritiden på aktiviteter som antas å være nyttige for skole og framtid, og at dette i tillegg er forbundet med et høyt stressnivå og bekymring for framtiden? Stemmer det at høyt forbruk av digitale aktiviteter og lite sosial omgang med jevnaldrende er særlig utbredt blant gutter? Og hvordan henger disse fritidsmønstrene sammen med hvordan ungdom har det i hverdagen?

1.4 Fritidsprofiler – en helhetlig tilnærming i studien av ungdoms fritid

Tradisjonelt har studier av ungdoms fritid hatt en tematisk inngang, der forskere studerer utvalgte sider av ungdomstiden, for eksempel deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter, skjermbruk eller erfaringer med rusmidler. I denne rapporten har vi en bredere inngang, der målet er å se ulike fritidsaktiviteter i sammenheng. Dette er i tråd med en definisjon av fritidsbegrepet som omfatter alle former for aktiviteter som foregår utenom skolen. Vi gjør dette gjennom å identifisere grupper av ungdom som har det vi i rapporten kaller for ulike «fritidsprofiler». Med dette mener vi knipper av aktiviteter som det er mer vanlig at noen grupper av ungdom holder på med enn andre. Bakgrunnen for dette valget er en antakelse om at det finnes et sett av fritidsaktiviteter, som er dominerende i noen ungdommers liv, mens andre fritidsaktiviteter er mer typiske i andres – og at disse knippene av aktiviteter og gjøremål har betydning for hvordan ungdomstiden utspiller seg.

En viktig begrunnelse for å identifisere grupper av ungdom med ulike fritidsprofiler er at denne tilnærmingen gir en mer helhetlig forståelse av ungdoms hverdagsliv enn det som fanges opp gjennom en mer aktivitetsorientert tilnærming, der ett og ett fritidsområde studeres hver for seg. Hvis vi skal forstå ungdoms fritidsvaner i den digitale tidsalderen, er dette et sentralt poeng, fordi digitale aktiviteter ofte foregår parallelt med andre aktiviteter.

At det kan være viktig å se nærmere på mønstre knyttet til hvordan kombinasjoner av fritidsaktiviteter henger sammen, underbygges av tidligere forskning, der man har avdekket sammenhenger mellom klynger av fritidsvaner og velvære blant ungdom (Ferrar et al., 2013; Linver et al., 2009; Metzger et al., 2009; Bartko & Eccles, 2003). I en norsk kontekst har det vært begrenset søkelys på hva slike kombinasjoner av aktiviteter har å si for ungdom. Vår ambisjon er å forsøke å dekke noe av dette kunnskapshullet gjennom å undersøke et bredere spekter av fritidsaktiviteter og hvordan de overlapper i ungdommens hverdag, basert på latent klasseanalyse (LCA) av hva ungdom svarer gjennom Ungdata.

LCA er en statistisk metode som egner seg til å analysere mange ulike fritidsaktiviteter samtidig. Analysen innebærer å identifisere eller samle respondenter som svarer på nokså like måter i et spørreskjema i samme gruppe. Metoden brukes til å skille mellom grupper og til å finne ut hvor mange grupper det er mest rimelig å skille mellom. Vi har valgt å bruke denne metoden basert på svar fra de over 500 000 ungdomsskoleelevene som deltok i Ungdata i årene 2014 til 2024. Disse ungdommene ble spurt om hva de driver med i fritiden på en rekke områder, alt fra hjemmeorientert fritid, venneorientert fritid, akademisk fritid, digital fritid, fysisk aktiv fritid, organisert fritid til mer risikoorienterte fritidsaktiviteter knyttet til rusmiddelbruk og regelbrudd.

Alle temaene har vært dekket med identiske spørsmål i Ungdata siden 2014. Det er også en del spørsmål om livskvalitet, skoletrivsel, mobbing osv. som er stilt på identiske måter, og vi bruker disse til å undersøke sammenhenger over tid. I løpet av den tidsperioden denne undersøkelsen dekker, er Ungdata gjennomført i nesten samtlige norske kommuner, med høy svarprosent stort sett alle steder.

1.5 Strukturen på rapporten

I det neste kapittelet vil vi gå nærmere inn i forskningsfeltet ungdom og fritid. Her setter vi ungdoms fritid i kontekst ved først å utbrodere hva som ligger i selve fritidsbegrepet. Vi går deretter gjennom hva forskningen sier om betydningen av kjønn og sosioøkonomisk status for ungdoms fritidsvaner. Videre diskuterer vi fritidens betydning for livskvaliteten til ungdom, og vi ser nærmere på hvordan fritiden representerer ressurs og risiko.

Kapittel 3 gir en oversikt over rapportens datamateriale og metode. Det redegjøres for datagrunnlaget og operasjonaliseringen av variablene som brukes i rapporten. Det gjøres også rede for den latente klasseanalysen og hvordan vi har kommet fram til gruppene av ungdom med de ulike fritidsprofilene.

Kapittel 4 er det første analysekapittelet. Der gir vi et overordnet bilde av de dominerende og de mer perifere aktivitetene ungdom driver med i fritiden. Analysene gir et «stillbilde» av situasjonen i den siste delen av tidsperioden, det vil si årene 2022 til 2024. I dette kapittelet presenteres gruppene med ulike fritidsprofiler. Vi viser hvor mange som befinner seg i hver av gruppene, og gir en detaljert beskrivelse av hva som kjennetegner de mest typiske fritidsaktivitetene hver av gruppene holder på med. I dette kapittelet undersøker vi også hvorvidt kjønn, alder og sosioøkonomisk status har betydning for å tilhøre de ulike gruppene.

Kapittel 5 handler om endringer i fritidsvaner i perioden 2014 til 2024. Vi undersøker først hvilke grupper med ulike fritidsprofiler som har økt i omfang, hvilke som har gått tilbake, og hvilke som eventuelt ikke har endret seg over tid. Deretter undersøker vi om det har vært noen endringer i sosisodemografiske kjennetegn (kjønn, alder og sosioøkonomisk status) over tid i de ulike gruppene.

I kapittel 6 undersøker vi sammenhengen mellom fritid og ungdoms livskvalitet. Dette gjør vi ved å sammenlikne hvor tilfredse gruppene med ulike fritidsprofiler er med livet, hvor ofte de har negative og positive følelser, om de opplever stress og press i hverdagen, hvordan de trives på skolen, hvordan de ser på framtiden, om de har venner, om de føler seg ensomme, og om de har vært utsatt for krenkelser som vold, mobbing og seksuell trakassering. Til slutt undersøker vi hvordan livskvaliteten har utviklet seg i de ulike gruppene.

Rapporten avsluttes med en oppsummering og diskusjon av hovedfunn i kapittel 7 og konkluderende bemerkninger i kapittel 8.

2 Fritid for ungdom

Ungdomstiden er en periode av livet hvor vi former identiteten vår, utvikler sosiale relasjoner og utforsker ulike interesser. En stor del av denne tiden er fritid, og fritidsfeltet er et bredt og sammensatt forskningsfelt. Fritid kan defineres som den tiden ungdom har til rådighet utenfor skole og arbeid. Det er en tid for avkobling, men også for aktivitet, sosialt samvær og personlig utvikling. Fritiden gir mulighet for å utforske interesser, utvikle ferdigheter og bygge sosiale nettverk, men kan også innebære farer og risiko.

Ungdoms fritidsaktiviteter er mangfoldige og dreier seg om alt fra organiserte aktiviteter i idrettslag og andre klubber og foreninger til mindre strukturerte aktiviteter som å henge med venner, game, være på sosiale medier, begå kriminalitet eller å ruse seg. Hva ungdom gjør i fritiden, er ofte et resultat av egne valg, drevet av lyst og uten ytre press, men det kan også dreie seg om mindre lystbetonte aktiviteter som man gjør av nødvendighet eller fordi man føler et press. Kjønn, alder og sosial bakgrunn har betydning for hvordan ungdom bruker fritiden. Noen aktiviteter er mer kjønnsdelte enn andre, og tilgangen på og deltakelsen i fritidsaktiviteter kan variere basert på preferanser, ressurser eller tradisjoner i familien.

Dette er temaer vi skal se nærmere på i dette kapittelet. Vi starter gjennomgangen med å diskutere hva fritid er for ungdom.

2.1 Hva er fritid?

I Statistisk sentralbyrå (SSB) sine tidsbruksundersøkelser regnes fritid som all tid til rådighet utover tiden ungdom bruker på skole, søvn, husarbeid, måltider og personlig pleie (Vaage, 2013). Fritid kan slik defineres som tiden for fri utfoldelse, for å gjøre det man selv ønsker (Seland et al., 2019). Den nyeste tidsbruksundersøkelsen fra SSB viser at barn og ungdom i alderen 9 til 15 år har om lag 7,5 timer fritid hver dag (Rønning, 2024). Dette er over én time mer fritid enn befolkningen generelt og én time mer fritid enn barn og unge hadde i 1971 (Vaage, 2013, s. 6).

Denne rapporten handler om hverdagslivet til ungdom, og vi legger et bredt fritidsbegrep til grunn, som inkluderer både selvvalgte aktiviteter og andre mer nødvendige og pliktorienterte oppgaver (som skolearbeid). Vår hensikt er å utforske ulike mønstre i mangfoldet av ungdoms fritidsaktiviteter, uten at det nødvendigvis betyr at vi forsøker å gi en nøyaktig beskrivelse av alt ungdom driver med i fritiden. Selv om vårt fritidsbegrep dekker det meste av tiden ungdom ikke er på skolen, ser vi ikke spesifikt på aktiviteter som skjer i ferier eller helger, men utelukker dem heller ikke.

I forskningslitteraturen er det vanlig å skille mellom organiserte og uorganiserte aktiviteter. Organiserte fritidsaktiviteter er en samlebetegnelse på aktiviteter som har til felles at de er ledet eller initiert av voksne, at de samler en gruppe ungdommer som møtes regelmessig, og at aktivitetene ofte er regelstyrte (Mahoney et al., 2004). Slike aktiviteter foregår gjerne i lag, klubber og foreninger, hvor formålet er å tilby aktiviteter og positive opplevelser knyttet til lek, glede, samhold og mestring. Mange unge knytter vennskap i barne- og ungdomsorganisasjonene som blir nyttige senere livet (Øia & Fauske, 2010). I tillegg kan deltakelsen gi viktige erfaringer og lærdom som de unge tar med seg på veien til voksenlivet. Her får de unge verdifulle erfaringer med organisasjonsarbeid, samtidig som de lærer å ta ansvar og å finne sin plass i fellesskapet (Øia & Fauske, 2010, s. 199).

Uorganiserte fritidsaktiviteter har derimot ingen tilsvarende formell ramme, de er ofte ungdomsinitierte og mer tilfeldige. Det kan for eksempel handle om å være sammen med venner ute eller hjemme, trene på egen hånd, drive med ulike skjermbaserte aktiviteter eller ulike andre hobbyaktiviteter på egen hånd eller å gjøre ting sammen med familien. I den grad ungdommene selv organiserer aktivitetene innenfor mer uformelle grupper, vil de kunne ha karakter av å være selvorganiserte eller egenorganiserte (Säfvenbom et al., 2018). Eksempler er grupper av ungdom som skater sammen, spiller fotball på løkka eller gamer, eller som har dannet et band. Både den uorganiserte og selvorganiserte fritiden er mindre utforsket og omtalt i forskningslitteraturen enn den organiserte. Det betyr imidlertid ikke at denne typen aktiviteter er mindre viktige for barn og unges livskvalitet, utvikling og sosialisering.

Et viktig poeng er videre at det i løpet av ungdomsårene ofte foregår en forskyvning fra den formelt organiserte fritiden til uorganisert, selvorganisert eller mer kommersiell fritid. Mange som tidligere har vært med i organiserte fritidsaktiviteter, slutter i løpet av ungdomsskolen eller i overgangen til videregående skole (Arnesen & Hansen, 2024, s. 16). En årsak kan være at aktivitetene blir mer seriøse, og at aktiv deltakelse i større grad krever betydelige investeringer – både tidsmessig og økonomisk – fra ungdommene selv og fra familiene (Bakken et al., 2016). I tillegg kommer høyere forventninger til prestasjoner og at skolearbeidet i denne fasen krever mer av de unge. Samtidig flyttes det sosiale samværet med jevnaldrende i større grad ut av organisasjonene. Gradvis blir «festen» og det å «å henge» på mer uformelle steder der ungdom møtes, viktigere.

Fritiden er en tid der mange unge gjør seg sine første erfaringer med rusmidler eller involverer seg i andre former for regelbrudd. Særlig bruken av rusmidler øker betydelig gjennom ungdomsårene. I starten av tenårene er det bare et mindretall som har brukt alkohol, mens det mot slutten av videregående er et klart majoritetsfenomen (Bakken, 2024). Også omfanget av røyking, snusing og erfaring med ulike narkotiske stoffer tiltar gjennom ungdomsårene. Det samme gjelder norm- og regelbrudd generelt. Selv om svært få ungdommer har erfaring

med alvorlig kriminalitet, har mildere lov- og normbrudd, som nasking, sniking på bussen eller hærverk, fortsatt en viss utbredelse blant ungdom (Bakken, 2024). På linje med andre sider av ungdoms fritid spiller slike aktiviteter en rolle i utviklingen mot voksenlivet og for ungdoms sosiale relasjoner til jevnaldrende. På den ene siden er dette aktiviteter som kan innebære risiko, og som kan få alvorlige følger både i ungdomstiden og senere i livet. På den andre siden kan eksperimentering med rus og normbrudd gi ungdom verdifulle læringserfaringer, knyttet til håndtering av grenser og ansvar, som kan være nyttige senere i livet (Steinberg, 2007).

2.2 Sosioøkonomiske forskjeller i fritid

Ifølge FNs barnekonvensjon har alle barn «rett til lek, fritid og hvile, og til å delta i kunst- og kulturliv» (FNs barnekonvensjon, art. 31, 1989). Selv om de aller fleste norske ungdommer, uansett sosial bakgrunn, lever aktive og meningsfulle liv, er det en del forskjeller mellom hva ungdom med ulik sosial bakgrunn driver med på fritiden (Bakken et al., 2016; Sletten, 2010). Familiens ressursituasjon kan påvirke muligheten til å delta, både i organiserte og uorganiserte fritidsaktiviteter, direkte og indirekte (Bakken et al., 2016; Hyggen et al., 2018). En direkte årsak kan være økonomiske barrierer i form av medlemskontingenter, inngangsbilletter og utgifter til utstyr. En mer indirekte sammenheng kan være at familiens ressursituasjon påvirker overskudd, stress og konfliktnivået i familien, som igjen svekker foreldres evne til å følge opp barnas fritidsaktiviteter. Sosiale forskjeller i ungdoms fritid kan også handle om valg og verdier. Foreldre fra høyere sosiale lag kan for eksempel oftere selv ha interesse for og kjennskap til fritidsorganisasjoner og vil kanskje av den grunn motivere barna til å delta.

I 2022 signerte regjeringen, KS og en rekke frivillige organisasjoner *Fritidserklæringen*, med mål om at alle barn skal ha mulighet til å delta i minst én organisert fritidsaktivitet sammen med andre – uavhengig av foreldrenes sosiale og økonomiske situasjon.¹ Forskning viser imidlertid at ungdom fra lavere sosiale lag sjeldnere er med i organiserte fritidsaktiviteter enn sine jevnaldrende fra mer ressursrike hjem, og at de slutter tidligere hvis de har vært medlem (Jacobsen et al., 2021; Arnesen & Hansen, 2024). Fritidsorganisasjonene har ulike profiler, og de største sosiale forskjellene i deltakelse finner vi for musikkskoler, kor, korps og orkester, hvor ungdom fra midlere eller høyere sosiale lag er overrepresentert (Bakken et al., 2016). Også i den organiserte idretten er rekrutteringen skjev, der ungdom med bakgrunn fra midlere eller høyere sosiale lag og ungdom med majoritetsbakgrunn oftere er medlemmer enn ungdom med arbeiderklassebakgrunn og ungdom med minoritetsbakgrunn. Særlig er jentene med minoritetsbakgrunn underrepresentert i den organiserte idretten (Bakken & Strandbu, 2023). Dette er skjevheter som utfordrer verdier som rettferdighet og likestilling, og som går på tvers av idrettens målsetting om at idrett skal være for alle.

1 Fritidserklæringen, 2022: <https://www.bufdir.no/prosjekter/fritidserklaringen/>

I motsetning til andre organiserte eller semiorganiserte aktiviteter er fritidsklubben en arena der ungdom fra lavere sosiale lag og ungdom med minoritetsbakgrunn er overrepresentert (Seland & Andersen, 2020; Bakken, 2023). Dette mønsteret er tydeligst i de store byene og særlig i levekårsutsatte områder (Jacobsen et al., 2021). At ungdom i levekårsutsatte områder oftere deltar i fritidsklubb, kan skyldes at aktivitetstilbudet er bedre, men også at de har færre alternativer når det gjelder organisert aktivitet og færre muligheter for samvær med venner hjemme. Undersøkelser viser at barn og unge fra utsatte byområder sjeldnere er sammen med venner hjemme, men tilbringer mer tid utendørs med venner, sammenliknet med jevnaldrende fra ikke utsatte byområder (Andersen & Bakken, 2020).

Når det gjelder deler av ungdoms fritid som ofte skaper bekymring blant voksne, viser Ungdata-undersøkelsen i Oslo at ungdom med bakgrunn fra lavere sosiale lag er overrepresentert blant de som begår ulike former for regelbrudd, som skulking, deltakelse i slåsskamper og nasking (Bakken, 2023). Det er også vanlig å finne at rusmiddelbruk er mer utbredt blant ungdom fra familier med lav sosioøkonomisk status (SØS) (Pedersen et al., 2024; Myhr et al., 2024; Daniel et al., 2009; Pape et al., 2017). Forholdet mellom sosial bakgrunn og rusmiddelbruk er imidlertid sammensatt og kan variere avhengig av type rusmiddel og bruk. Alkoholbruk ansees for eksempel som bekymringsverdig særlig når bruken starter tidlig, når bruken er hyppig, eller når den kombineres med andre rusmidler (Pedersen, 2015, s. 55–94). Det å studere bruk av rusmidler kan derfor gi litt annen informasjon enn å se på omfanget av problemer knyttet til bruken. Forskning basert på data fra Oslo – en by som har markerte levekårsforskjeller mellom østlige og vestlige bydeler – viser blant annet at erfaringer med alkoholberuselse blant ungdom er mest utbredt i områder der mange av familiene har høy SØS, samtidig som sannsynligheten for at ungdom rapporterer om problemer med rusbruken er størst i områder der mange har lav SØS (Pedersen et al., 2024; Pedersen, 2017). I denne sammenheng er det viktig å understreke at mye av forskningen om ungdoms bruk av rusmidler omhandler eldre ungdommer (fra 10. trinn og oppover), mens vi i denne rapporten ser på fritidsmønstre blant ungdom i alderen 13 til 15 år.

Det er videre sosiale forskjeller i tid brukt på lekser og annet skolearbeid. Ungdom fra høyere sosiale lag bruker noe mer tid på skolearbeid, men forskjellen er mindre enn man skulle tro ut fra dokumenterte karakterforskjeller mellom ungdom med ulik sosial bakgrunn (Bakken et al., 2016). Barn fra høyere sosiale lag leser også mer på fritiden (Roe, 2020), noe som kan ha sammenheng med at de har tilgang på flere bøker hjemme eller i større grad oppmuntres til å lese.

Til slutt har det vært vanlig å finne en sosial gradient i skjermaktiviteter – jo høyere sosioøkonomisk bakgrunn, jo færre brukte minst én time på de ulike digitale mediene (dataspill, telefonspill, datamaskin og sosiale medier) etter skoletid (Bakken et al., 2016, s. 73). Nyere data fra Ung i Oslo-undersøkelsen

viser imidlertid beskjedne sosioøkonomiske forskjeller i skjermtid, noe som kan peke mot at dette er i endring (Bakken, 2023, s. 30).

2.3 Kjønnnet fritid

Fritidsfeltet er et område i ungdoms liv som er tydelig kjønnsdelt. Statistisk sentralbyrå sine tidsbruksstudier av aldersgruppen 9–15 år viser at jenter bruker mer tid enn gutter på personlig pleie, sosialt samvær og TV-titting, mens guttene bruker vesentlig mer tid enn jenter på dataspill og idrett (Rønning, 2024).

Ungdomsundersøkelsene viser også at flere gutter enn jenter spiller dataspill, mens jentene bruker mer tid på sosiale medier (Bakken, 2024). Det er omtrent like mange gutter og jenter som går på fritidsklubb (Seland & Andersen, 2020), mens jenter oftere enn gutter er med i religiøse foreninger, korps og kulturskole (Bakken, 2024). Videre er det flere gutter som bruker mye tid på å trene, det er flere gutter som er med i idrettslag, og guttene trener i gjennomsnitt oftere enn jentene på treningsstudio (Bakken, 2024).

For noen typer aktiviteter er kjønn også tett koblet opp mot hvordan aktiviteten er strukturert. Kjønnss segregering er for eksempel normen i store deler av ungdomsidretten (Seland et al., 2019). I andre tilfeller kan kjønnsforskjeller i fritiden reflektere tradisjonelle kjønnsroller, der maskulinitet ofte knyttes til fysiske aktiviteter og konkurranse, mens feminitet assosieres med «mykere» aktiviteter, som er kunstneriske og omsorgsrelaterte. Selv om likestillingspolitikken i Norge legger til rette for like rettigheter til deltakelse uavhengig av kjønn, kan uformelle normer fortsatt føre til forskjeller i gutters og jenters opplevelse av hvorvidt ulike typer fritidsaktiviteter passer for dem (Seland et al., 2019). Når det gjelder digitale fritidsaktiviteter, bruker jenter mer tid på sosiale medier enn gutter, mens gutter er mer aktive innenfor onlinespill og e-sport (Overå et al., 2024; Bakken, 2024, s. 27). Disse forskjellene kan også reflektere kjønnsnormer, med jenter som i større grad bruker nettet til kommunikasjon.

Når det gjelder det å ha venner eller være sammen med venner fysisk i fritiden, er det små eller ingen forskjeller på det jenter og gutter rapporterer (Bakken, 2024, s. 12–15). Selv om forskningen også tyder på at jenter og gutter har omtrent like mye erfaring med festing og bruk av alkohol i ungdomstiden, er det generelt flere gutter som bruker illegale rusmidler og deltar i lovbrudd eller slåsskamper (Bakken, 2024, s. 49).

Jenter bruker derimot mer tid på lekser enn gutter, og de leser mer for fornøynsens skyld (Bakken, 2024, s. 27; Roe, 2020, s. 112). Samtidig er det viktig å huske at det også er mange gutter blant bokleserne og blant de som bruker mye tid på skolearbeid i fritiden, og at det finnes jenter som eksperimenterer med illegale rusmidler eller begår lovbrudd. Forskjellene innad i hver kjønnskategori er som regel større enn forskjellene mellom jenter og gutter. Dessuten er kjønnsnormer i endring, og med et bredere spekter av

kjønnsidentiteter som blir stadig mer akseptert og anerkjent, ser vi tegn på at hva det vil si å være gutt eller jente, er i ferd med å endre seg.

2.4 Fritid som ressurs og risiko

Gjennomgangen så langt har vist at fritiden både er en arena for personlig utvikling og livsutfoldelse og en arena som det kan knytte seg risiko og farer til. Denne tvetydigheten har preget både ungdomspolitikken og mye av det forebyggende arbeidet (Askheim et al., 1997). Fra et forebyggingsperspektiv er det åpenbart at noen aktiviteter som ungdom driver med i fritiden, vurderes som en ressurs eller et udelt gode, mens andre aktiviteter har en mer blandet betydning. Politikk for å forebygge ungdomsproblemer har ofte handlet om å styrke den første typen aktiviteter på bekostning av den andre. Tanken er at fritiden kan bli et problem både for ungdom selv og for samfunnet hvis den ikke forvaltes på rett måte.

Tradisjonelt har det vært et særlig søkelys på å forebygge rus og kriminalitet. De første fritidsklubbene ble for eksempel etablert for å forebygge ungdomskriminalitet og for å gi uorganisert ungdom en konstruktiv måte å bruke fritiden sin på. En liknende begrunnelse ligger bak den offentlige støtten til organiserte fritidsaktiviteter (Askheim et al., 1997). Tanken er at slike aktiviteter fungerer som en buffer mellom hjemmet og gata (Øia & Fauske, 2010). Voksne og ungdom kan imidlertid ha litt ulike oppfatninger om hva som utgjør en god fritid. Rus og normbrudd kan for eksempel gi ungdom en følelse av spenning, glede og sosial tilhørighet, mens foreldre og andre voksne fokuserer mer på de akutte farene og den langsiktige risikoen ved slike aktiviteter.

For ungdom selv er et viktig aspekt ved fritidsaktiviteter hva som skaper positive opplevelser og en god hverdag. I rapporten undersøker vi hvordan fritidsaktiviteter henger sammen med livskvalitet i ungdomstiden. Livskvalitet handler om det å ha gode opplevelser og følelser og et positivt syn på eget liv (Næss, 2001). Fra tidligere forskning vet vi en del om hva som fremmer livskvalitet. For eksempel er gode sosiale relasjoner viktige for psykisk velvære (Rueger et al., 2010). Å ha venner gir en følelse av fellesskap og aksept, noe som er spesielt viktig i ungdomsårene (Baumeister et al., 2007). Studier har også dokumentert positive sammenhenger mellom fysisk aktivitet og trivsel, psykisk helse og livskvalitet hos ungdom. Regelmessig trening kan redusere symptomer på angst og depresjon, gi bedre humør og øke selvfølelsen (Schuch et al., 2018; Oberste et al., 2020; Rodriguez-Ayllon et al., 2019).

Det finnes også studier som underbygger at kulturaktiviteter som å være med i kor, korps eller uttrykke seg med musikk på andre måter kan ha potensial til å fremme livskvalitet blant ungdom, ved å tilby arenaer for fellesskap, kreativ utfoldelse og emosjonell utforskning (Laiho, 2004, s. 51). Flere studier dokumenterer musikkens potensial til å forbedre fysisk og mental helse

(Theorell & Ullén, 2018; Bonde & Theorell, 2018) og som sentralt i ungdommens sosialisering og identitetsdannelse (Beckmann, 2014).

Når det gjelder tid brukt på lekser, gir forskning et mer blandet bilde. Positive utfall kan være økt selvfølelse og selvtillit som følge av akademisk suksess (Birkeland et al., 2012), læring og mestringsfølelse (Holfve-Sabel, 2014). Mer negative utfall kan være stress og press relatert til skolearbeid og mindre tid til sosialt samvær og avkobling (Fernández-Alonso et al., 2015).

På liknende måte har det vært argumentert for at deltakelse i organiserte fritidsaktiviteter på den ene siden bidrar til læring og mestring og på den andre siden øker risikoen for prestasjonspress og utbrenthet i ung alder. Det siste scenarioet er omtalt i forskningslitteraturen som «the over-scheduling hypothesis» (Mahoney & Vest, 2012). Her handler det om at høye krav til prestasjoner, kombinert med betydelig tid og innsats lagt ned i organiserte fritidsaktiviteter, kan hemme naturlig utvikling og føre til stress.

Mens bruk av rusmidler og ulike typer norm- og regelbrudd kan forstås som klassisk risikoatferd i ungdomstiden, beskrives mistrivsel, press og stress ofte som en «ny utsatthet» eller «ny risiko» (Katznelson et al., 2021; Katznelson et al., 2022). Denne typen risiko oppstår særlig når ungdommer presterer godt på mange områder, men likevel bukker under i totaliteten av kravene som stilles til dem. I Norge har dette fenomenet ofte blitt knyttet til «generasjon prestasjon» (se kapittel 1).

Mens de klassiske risikoindikatorene – som tidlig debut med rusmidler og høy involvering i problematferd – ofte står i kontrast til voksensamfunnets idealer for en sunn ungdomstid, er det motsatte tilfellet aktiviteter som kan bidra til økt stress og press blant ungdom i dag. Det forebyggende arbeidet handler i dette tilfellet ikke primært om å sluse ungdom bort fra potensielt skadelige aktiviteter og inn i mer «oppbyggelige» aktiviteter. Tiltak for å redusere stress og press fokuserer i større grad på å lære ungdom å bedre balansere sin egen innsats eller også å tilegne seg ulike teknikker for avkobling og stressmestring. Dette viser at grensene mellom «den gode og oppbyggelige fritiden» og den potensielt skadelige er langt mer utydelig for den «nye utsattheten» enn for den klassiske risikoatferden.

2.5 Digital fritid, ny risiko?

De siste tiårene har den digitale utviklingen tilført fritiden en ny dimensjon, som har eskalert spesielt etter at smarttelefonene ble allemannseie rundt midten av det forrige tiåret. Sosiale medier og onlinespill har gitt ungdom muligheter for sosialt samvær, kommunikasjon, lek, kreativitet og personlig utvikling og har skapt et rom der ungdomslivet kan utspille seg til dels uten behov for fysisk tilstedeværelse. Samtidig møter barn og unge nye former for risiko. Forskningslitteraturen understreker dette doble potensialet – at digital teknologi både åpner for livsutfoldelse og kan utgjøre en trussel (Buckingham & Willett, 2013;

Livingstone, 2011). I samfunnsdebatten er det imidlertid ofte det siste aspektet som får mest oppmerksomhet.

Mens man tidligere var bekymret for at utviklingen skulle skape digitale skiller gjennom ulik tilgang til teknologi, dreier bekymringene i dag seg særlig om tre hovedområder. For det første er det en uro rundt innholdet og opplevelsene ungdom eksponeres for gjennom digitale plattformer. Dette kan omfatte potensielt skadelig innhold som reklame, kroppspress, urealistiske idealer, eksponering for ekstreme holdninger, vold og overgrep samt utestenging, digital mobbing og trakassering blant jevnaldrende i sosiale kanaler. For det andre handler bekymringene om at skjermbruk kan stjele tid og oppmerksomhet fra andre viktige aktiviteter, noe som kan påvirke fysisk aktivitet, søvn, konsentrasjon og læring negativt (Meld. St. 34 (2024–2025)). En tredje og mer generell bekymring handler om at når hverdagslivet i økende grad utspiller seg i hjemmet foran en skjerm, bidrar det til færre fysiske opplevelser og ansikt-til-ansikt-interaksjon med jevnaldrende, som i neste omgang gjør at ungdom går glipp av sentral sosial læring på veien til voksenlivet (Haidt, 2024).

Kunnskap om hvordan det står til med norske ungdommer, kan se ut til å underbygge noen av disse bekymringene. Ifølge Helsedirektoratet bør barn og unge være fysisk aktive minst én time daglig, men objektive målinger viser at 15-åringer er lite aktive og tilbringer mesteparten av sin våkne tid enten stillesittende, stillestående eller liggende (såkalt sedat) (Steene-Johannessen et al., 2018). Økt skjermbruk har videre vært koblet til svakere lesekunnskap blant ungdom. Norske elever rangerer blant de minst leseinteresserte, ifølge PISA-undersøkelser, og flere elever uttrykker nå at de leser bare når de må (Roe, 2020). De siste tiårene har vi, som nevnt tidligere, også sett en markant økning i omfanget av psykiske helseplager blant ungdom, og særlig gjelder dette unge jenter (Bang et al., 2024).

Forskere som har gått systematisk gjennom den internasjonale litteraturen som omhandler konsekvenser (både positive og negative) av skjermaaktiviteter for barn og unge, maner imidlertid til forsiktighet i konklusjonene (Sanders et al., 2024; Skogen & Hjetland, 2022; Løvgren & Hyggen, 2023). Slike sammenhenger vil dessuten påvirkes av hvilke plattformer det er snakk om, og hvordan de brukes. Noen unge bruker sosiale medier mest for å holde kontakt med venner eller følge med på det andre legger ut, mens andre eksponerer seg selv mer aktivt og deler eget innhold, som filmer og statusoppdateringer. I tillegg vil påvirkningen fra sosiale medier sannsynligvis spille sammen med egenskaper ved brukerne, deres erfaringer gjennom livsløpet, familien de tilhører, og konteksten de vokser opp i generelt (Hjetland et al., 2022).

I forskning som undersøker konsekvenser av dataspilling, er det vanlig å skille mellom gaming som aktivitet og mer problematisk spillatferd, inkludert dataspillavhengighet. Det er særlig de siste formene for spill som er assosiert med negative helseutfall og dårligere sosial fungering (Przybylski et al., 2017; Männikkö et al., 2020; King et al., 2018; Skogen & Hjetland, 2022). Selv om

flere studier indikerer at tidsbruk i seg selv ikke korrelerer med negative utfall, kan gaming bli problematisk hvis aktiviteten blir altoppslukende og går på bekostning av andre livsområder. Dette utelukker imidlertid ikke at gaming også kan ha positive effekter og for eksempel bidra til bedre kognisjon, motivasjon, psykisk helse og sosiale relasjoner (Jones et al., 2014) eller fungere som en arena for å stifte nye bekjentskaper og fremme intimitet og nærhet (Trepte et al., 2012).

2.6 Oppsummering

I dette kapittelet har vi trukket opp noen hovedlinjer i forskningen som omhandler ungdoms fritid. Gjennomgangen er ikke uttømmende, men den illustrerer at ungdoms fritid er sammensatt og består av ulike typer aktiviteter med forskjellig meningsinnhold og potensial for å bidra til gode liv. Vi har omfattende kunnskap om enkeltaktiviteter og om ulik deltakelse basert på alder, kjønn og sosialbakgrunn. Forskjeller knyttet til kjønn og sosial bakgrunn er særlig tydelig innen organiserte fritidsaktiviteter, mens alder er en avgjørende faktor når det gjelder sannsynligheten for å være involvert i aktiviteter relatert til rus og normbrudd. Vi forventer å finne dette også i våre data, og det er noe vi må ta hensyn til i analysene. Det vi vet mindre om, er sammensetningen av fritidsaktiviteter hos den enkelte ungdom, hvilke kombinasjoner av aktiviteter som er mest vanlige, og hvordan disse henger sammen med bakgrunnsvariabler som alder, kjønn og sosioøkonomisk status.

I gjennomgangen har vi videre gjort rede for fritidens doble potensial – fritiden gir et rom for opplevelser som utgjør en ressurs for ungdom, og kan samtidig være en mulig kilde til risiko. Fysisk aktivitet, erfaringer fra organiserte fritidsaktiviteter, skolearbeid og lesing er eksempler på aktiviteter som ofte plasseres i den første kategorien. Mer uformell sosialisering med jevnaldrende faller også innenfor denne rammen, så lenge aktivitetene har en mer «oppbyggelig» karakter og ikke involverer rusmiddelbruk eller ulike typer normbrudd. Tradisjonelt har det vært særlig bekymring knyttet til denne siste typen aktiviteter i forebyggende arbeid rettet mot ungdom. De siste tiårene har imidlertid nye typer bekymringer fått økt oppmerksomhet. For det første handler dette om at ungdom i dag utsettes for et særlig prestasjonspress som også påvirker fritidsarenaen. For det andre gjelder de nye bekymringene skjermaktiviteter. Gjennomgangen viser at den digitale fritidsarenaen – som for fritiden generelt – både kan være en ressurs og en risiko for ungdoms livskvalitet. Derfor vil det også i de empiriske analysene være særlig interessant å utforske typiske variasjoner i hvordan skjermaktiviteter kombineres med andre fritidsaktiviteter, og i hvilken grad disse kombinasjonene henger sammen med hvordan ungdom har det i hverdagen sin.

3 Datagrunnlag og metode

Datamaterialet som brukes i denne rapporten, er hentet fra Ungdata. I dette kapittelet beskriver vi hva Ungdata er, og hvilke deler av datamaterialet som brukes i analysene. Vi beskriver også hvordan variablene i rapporten er operasjonalisert, og redegjør for hvordan vi har gått fram for å dele ungdom inn i grupper med ulike fritidsprofiler.

3.1 Om Ungdata

Ungdata er standardiserte, lokale ungdomsundersøkelser som tilbys gratis til alle landets kommuner og fylkeskommuner. Målet med undersøkelsen er å få en lokal, regional og nasjonal oversikt over hvordan ungdom har det, og hva de driver med i fritiden. Den dekker bredden av ungdoms hverdagsliv og gir et helhetlig bilde av ungdoms livskvalitet og hva slags fritidsaktiviteter de holder på med.

Undersøkelsen gjennomføres ved at elevene i skoletiden besvarer et elektronisk spørreskjema, med en lærer eller annen voksen til stede. Kommunene og fylkeskommunene står for den lokale gjennomføringen, i samarbeid kompetansesentrene innen rusfeltet (KORUS). Alle undersøkelsene utføres i løpet av vårhalvåret.

Ungdommene og deres foresatte blir informert om undersøkelsen i forkant. De blir opplyst om at deltakelse er frivillig, og at ungdommene selv kan velge om de vil delta. Deltakere blir også informert om at de kan trekke seg fra undersøkelsen underveis, samt hoppe over spørsmål de ikke ønsker å svare på. Undersøkelsene gjennomføres anonymt på ungdomstrinnet. Foresatte gir passivt samtykke til deltakelse og kan reservere barnet sitt fra å delta.

Kommunene og fylkeskommunene velger selv når de vil gjennomføre sin lokale undersøkelse. De fleste gjennomfører dette fylkesvis, ettersom kommunene i fylket ofte samordner seg for å gjennomføre undersøkelsen samtidig. Undersøkelsene gjøres vanligvis med tre års mellomrom, og i løpet av en treårsperiode har de fleste kommunene i Norge gjennomført Ungdata. Resultatene brukes av kommunene til å forbedre situasjonen for barn og unge.

Spørreskjemaet har en obligatorisk del som brukes i alle kommunene. Denne «grunnmodulen» inneholder omtrent 160 spørsmål. Kommunene kan i tillegg legge til noen ferdig definerte spørsmål og supplere med egne spørsmål innenfor temaer de selv prioriterer. I denne rapporten bruker vi kun spørsmål som er med i fellesdelen av spørreskjemaet.

For mer informasjon om undersøkelsen, se www.ungdata.no.

3.2 Datamaterialet

I analysene bruker vi svar fra elever i ungdomsskolen. Undersøkelsene gjennomføres fra januar til mai, så de fleste deltakerne er mellom 13 og 15 år, selv om noen kan ha fylt 16. Tidsrommet for analysene er avgrenset til perioden 2014 til 2024. Dette valget er basert på at det i 2014 ble gjennomført en omfattende revisjon av spørreskjemaet, særlig på områdene digitale aktiviteter, fysisk aktivitet og trening. Selv om det har vært noen revisjoner etter 2014, har disse ikke i særlig grad påvirket temaene knyttet til fritid. Fra og med 2014 har de fleste kommunene deltatt i Ungdata flere ganger, noe som gjør det mulig å følge utviklingen i løpet av dette tiåret.

Vi har valgt å dele denne tidsperioden inn i fire kortere tidsperioder. Siden de fleste kommunene gjennomfører undersøkelsen med tre års mellomrom, har vi slått sammen data fra tre og tre år. Dette sikrer at hver tidsperiode inneholder nasjonalt representative data. Covid-19 førte imidlertid til at mange av Ungdata-undersøkelsene ikke kunne gjennomføres i 2020, noe som resulterte i at ekstra mange kommuner gjennomførte i 2021. Dataene som ble samlet inn i 2021, regnes derfor som nasjonalt representative data (se Bakken, 2021). I analysene utelater vi datainnsamlingen fra 2020 og sitter igjen med følgende fire tidsperioder: 2014–2016, 2017–2019, 2021 og 2022–2024. Dette betyr at vi har to perioder før covid-19-pandemien, en tidsperiode som dekker pandemiåret 2021, og en tidsperiode etter pandemien.

Alle Ungdata-undersøkelsene som er gjennomført siden 2010, er samlet i en felles database. Fra «Ungdatabasen» har vi hentet ut dataene som brukes i analysene. I tillegg til å avgrense uttrekket til de som gikk på ungdomsskolen og deltok i årene nevnt over, har vi kun inkludert de deltakerne som svarte på minimum 6 av de 17 fritidsindikatorene vi bruker i analysene (se mer om dette nedenfor). Dette kriteriet gjør at 97,8 prosent av det opprinnelige utvalget inkluderes i analysene.

Tabell 3.1 gir en oversikt over datamaterialet som er brukt i rapportens analyser, både antallet ungdommer og antallet kommuner som har deltatt, og svarprosent.

Tabell 3.1 Oversikt over datamaterialet fra Ungdata brukt i rapportens analyser.

	Antall ungdommer som har deltatt	Antall kommuner som har deltatt	Svarprosent
2014	30 654	82	86
2015	43 270	118	82
2016	43 819	132	87
2017	63 686	170	86
2018	39 912	109	86
2019	62 490	149	88
2020	-	-	-
2021	80 949	205	83
2022	63 779	124	85
2023	16 632	6	79
2024	65 346	209	83
Totalt	510 537	344*	84

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

Kilde: Ungdata 2014–2024

Dataene fra Ungdata er godt egnet til å gi landsrepresentative beskrivelser innenfor de områdene som inngår i fellesdelen av spørreskjemaet. Kjønnssfordelingen i datamaterialet er 50,2 prosent gutter og 49,8 prosent jenter. Siden det er en svak overvekt av gutter i denne aldersgruppen i befolkningen (51,6 prosent er gutter), er gutter noe underrepresentert i våre data. En del av dette kan knyttes til avgrensningen vi foretok, der vi satte krav om at deltakerne måtte ha svart på et minimum av fritidsspørsmålene. I gruppen som ble ekskludert, var to av tre gutter.² Dette tyder på at gutter er noe mindre villige til å delta i denne typen undersøkelser enn jenter.

Det er også en mulig begrensning at undersøkelsen utelukkende går til elever i skolen. Elever som er syke, eller som av andre grunner ikke er til stede på skolen når undersøkelsen gjennomføres, er underrepresentert. Imidlertid går de aller fleste ungdommer på ungdomsskolen, og et lite mindretall er fraværende, så vi har ingen grunn til å tro at dette skaper store skjevheter i representativiteten for elevene på ungdomstrinnet. Den høye svarprosenten i denne aldersgruppen gir også et solid grunnlag for å generalisere funnene. Det er likevel verdt å merke seg at svarprosenten generelt var noe lavere under og etter pandemien enn i årene før.

2 Gruppen som ekskluderes, består av de som logget seg inn og bare svarte på noen få spørsmål, og av de som av ulike grunner ikke ønsket å svare på flertallet av fritidsspørsmålene. Gutter er altså overrepresentert blant de som forholder seg til spørreundersøkelsen på denne måten.

3.3 Fritidsvariabler

Hovedtemaet i denne rapporten er hva ungdom gjør på fritiden, og hvordan dette har endret seg over tid. De sentrale variablene handler om ulike former for fritidsaktiviteter. Som nevnt innledningsvis har vi en bred inngang til fritidsbegrepet, noe som samsvarer med et viktig premiss som lå til grunn da spørreskjemaet til Ungdata opprinnelig ble utformet, samt ved senere revideringer. Selv om enkelte spørsmål har blitt endret eller fjernet i de ulike versjonene av spørreskjemaet siden det første ble laget i 2010, har det vært med en kjerne av spørsmål om hva ungdom driver med på fritiden, i alle versjoner av spørreskjemaet siden 2014. Det er 30 slike kjernespørsmål, der både spørsmål og svaralternativer har vært uendret i hele denne perioden.³

Samlet sett dekker de 30 spørsmålene følgende områder i unges fritid:

- «hjemmeorientert fritid»: hvor ofte ungdom er hjemme hele kvelden
- «venneorientert fritid»: hvor ofte ungdom er fysisk sammen med venner, enten hjemme hos hverandre eller utenfor hjemmet
- «akademisk fritid»: hvor mye tid ungdom bruker på lekser og å lese bøker
- «digital fritid»: hvor mye tid ungdom samlet sett bruker foran skjerm en «vanlig dag» og mer konkret tid brukt på sosiale medier, dataspill og underholdning (filmer, serier, TV, videosnutter)
- «fysisk aktiv fritid»: trening i idrettslag, på egen hånd og på treningsstudio
- «organisert fritid (utenom idrett)»: å være på fritidsklubb, drive med en kulturorientert fritidsaktivitet eller en annen, uspesifisert organisert fritidsaktivitet
- «risikoorientert fritid»: involvering i ulike former for regelbrudd (som nasking, skulking, slåsskamp) og bruk av rusmidler (røyking, snusing, alkohol, cannabis)

For å svare på rapportens problemstillinger har vi valgt å konstruere et sett med fritidsindikatorer som dekker alle disse områdene av ungdoms fritid som vil brukes i analysene. Til sammen har vi laget 17 indikatorer, der hver indikator består av ett eller flere spørsmål fra spørreskjemaet. Indikatorene er laget ved hjelp av den såkalte POMP-metoden («Proportion of Maximum Possible»). Dette er en metode som omregner skårer fra en hvilken som helst skala til en prosentandel av den maksimale mulige skåren. Hver skala varierer fra 0 til 100, der 0 representerer lavest mulig skår – det vil si at man ikke er involvert i noen av de aktivitetene som inngår i fritidsindikatoren, mens 100 betyr at man har oppnådd den høyest mulige skåren. Skårer mellom disse ytterpunktene er kodet slik at de reflekterer prosent av «full skår».

3 Det er to unntak. I 2020 ble spørsmålene «Vært sammen med venner hjemme hos meg» og «Vært sammen med venner hjemme hos dem» erstattet med ett spørsmål: «Vært sammen med venner hos meg eller hos dem». I 2017 ble spørsmålet «Se på filmer/TV-serier» erstattet med «Se på filmer/serier/YouTube».

Hva som er «full skår», varierer fra indikator til indikator og er nærmere beskrevet i tabell 3.2. For eksempel vil full skår på indikatoren «tid foran skjerm» innebære at man bruker minst seks timer hver dag foran en skjerm, mens full skår på «deltakelse i idrettslag» betyr at man trener eller konkurrerer i idrettslag mer enn fem dager i uka. I analysene beregner vi gjennomsnittsskårer på de ulike fritidsindikatorne. For en bestemt gruppe kan tallene tolkes som hvor stor prosent av full skår gruppen har som sitt tyngdepunkt.

Selv om hva det vil si å ha «full skår», varierer mellom fritidsindikatorne, gjør en omregning til POMP-skårer det lettere å sammenlikne resultater som opprinnelig kommer fra ulike skalaer. Alle fritidsindikatorne har det til felles at høye gjennomsnittsverdier viser til aktiviteter som mange driver med, og/eller som opptar mye av fritiden til ungdommene. Lave skårer gir tilsvarende en indikasjon på at det er få som holder på med dette, eller at det brukes generelt lite tid på de angitte aktivitetene.

Tabell 3.2 Operasjonalisering av fritidsindikatorer som brukes i analysene. Deskriptiv statistikk.

Fritids-indikator	Spørsmålsformulering	Svaralternativer	Skala	Gjen-nom-snitt	Stan-dard-avvik	N=
Hjemmeorientert fritid						
Hjemme om kvelden	Tenk tilbake på siste sju dager, hvor mange ganger har du... – Vært hjemme hele kvelden	Ingen ganger (0); 1 gang (25); 2–3 ganger (50); 4–5 ganger (75), 6 ganger eller mer (100)	0–100	67,5	28,3	140 565
Venneorientert fritid						
Med venner hjemme hos hverandre	Tenk tilbake på siste sju dager, hvor mange ganger har du... – Vært sammen med venner hos meg eller hos dem [2020–2024] – Vært sammen med venner hjemme hos meg [2014–2019] – Vært sammen med venner hos dem [2014–2019]	Ingen ganger (0); 1 gang (25); 2–3 ganger (50); 4–5 ganger (75), 6 ganger eller mer (100) Maksverdi av de to spørsmålene ble brukt som mål for perioden 2014–2019	0–100	42,2	32,5	142 267
Ute med venner	Tenk tilbake på siste sju dager, hvor mange ganger har du... – Brukt størsteparten av kvelden ute sammen med venner	Ingen ganger (0); 1 gang (25); 2–3 ganger (50); 4–5 ganger (75), 6 ganger eller mer (100)	0–100	34,6	32,1	140 646

Fritids-indikator	Spørsmålsformulering	Svaralternativer	Skala	Gjen-nom-snitt	Stan-dard-avvik	N=
«Akademisk» fritid						
Lekser	Hvor lang tid bruker du gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid (utenom skoletida)?	Gjør aldri/nesten aldri lekser (0); Mindre enn en halvtime (17); ½–1 time (33.3); 1–2 timer (50); 2–3 timer (66.7); 3–4 timer (83); Mer enn 4 timer (100)	0–100	32,5	22,8	143 796
Bøker	Tenk på en gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på følgende: – Lese bøker (ikke skolebøker)	Ikke noe tid (0); Under 30 minutter (20), 30 minutter – 1 time (40); 1–2 timer (60); 2–3 timer (80); Mer enn 3 timer (100)	0–100	12,9	21,0	139 323
Digital fritid						
Skjermtid	Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis på aktiviteter foran en skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) i løpet av en dag?	Ikke noe tid (0); Mindre enn 1 time (17); 1–2 timer (33.3); 2–3 timer (50); 3–4 timer (66.7); 4–6 timer (83); Mer enn 6 timer (100)	0–100	69,9	21,9	139 429
Sosiale medier	Tenk på en gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på følgende: – Sosiale medier	Ikke noe tid (0); Under 30 minutter (20), 30 minutter – 1 time (40); 1–2 timer (60); 2–3 timer (80); Mer enn 3 timer (100)	0–100	70,2	29,6	140 165
TV, Serier etc	Tenk på en gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på følgende: – Se på TV – Se på filmer/serier/ Youtube [2017–2024] – Se på filmer/TVserier [2014–2026]	Ikke noe tid (0); Under 30 minutter (20), 30 minutter – 1 time (40); 1–2 timer (60); 2–3 timer (80); Mer enn 3 timer (100) Maksverdi av spørsmålene ble brukt som mål	0–100	60,2	25,6	140 008
Dataspill	Tenk på en gjennomsnittsdag. Hvor lang tid bruker du på følgende: – Dataspill/TV-spill	Ikke noe tid (0); Under 30 minutter (20), 30 minutter – 1 time (40); 1–2 timer (60); 2–3 timer (80); Mer enn 3 timer (100)	0–100	42,6	38,3	139 011

Fritids-indikator	Spørsmålsformulering	Svaralternativer	Skala	Gjen-nom-snitt	Stan-dard-avvik	N=
Fysisk aktiv fritid						
Idrettslag	Hvor ofte trener du eller driver du med følgende aktiviteter? – Trener eller konkurrerer i et idrettslag	Aldri (0); Sjelden (20); 1–2 ganger i måneden (40); 1–2 ganger i uka (60); 3–4 ganger i uka (80); Minst 5 ganger i uka (100)	0–100	42,4	39,9	138 146
Egen-trening	Hvor ofte trener du eller driver du med følgende aktiviteter? – Trener på egen hånd (løper, svømmer, sykler, går tur)	Aldri (0); Sjelden (20); 1–2 ganger i måneden (40); 1–2 ganger i uka (60); 3–4 ganger i uka (80); Minst 5 ganger i uka (100)	0–100	42,4	31,8	137 035
Trenings-studio	Hvor ofte trener du eller driver du med følgende aktiviteter? – Trener på treningsstudio eller helsestudio	Aldri (0); Sjelden (20); 1–2 ganger i måneden (40); 1–2 ganger i uka (60); 3–4 ganger i uka (80); Minst 5 ganger i uka (100)	0–100	30,4	34,8	137 158
Organisert fritid (utenom idrett)						
Fritids-klubb	Hvor mange ganger den siste måneden har du vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i følgende organisasjoner, klubber eller lag? – Fritidsklubb/ungdomshus/ ungdomsklubb	Ingen ganger (0), 1–2 ganger (33,3), 3–4 ganger (66,7), 5 ganger eller oftere (100)	0–100	16,2	29,6	142 084
Kultur-aktiviteter	Hvor mange ganger den siste måneden har du vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i følgende organisasjoner, klubber eller lag? – Korps, kor, orkester – Kulturskole/musikkskole	Ingen ganger (0), 1–2 ganger (33,3), 3–4 ganger (66,7), 5 ganger eller oftere (100) Maksverdi av spørsmålene ble brukt som mål.	0–100	10,0	26,4	142 084
Andre organi-serte aktiviteter	Hvor mange ganger den siste måneden har du vært med på aktiviteter, møter eller øvelser i følgende organisasjoner, klubber eller lag? – Religiøse foreninger – Annen organisasjon, lag eller forening	Ingen ganger (0), 1–2 ganger (33,3), 3–4 ganger (66,7), 5 ganger eller oftere (100) Maksverdi av spørsmålene ble brukt som mål	0–100	23,5	34,8	142 084

Fritids-indikator	Spørsmålsformulering	Svaralternativer	Skala	Gjen-nom-snitt	Stan-dard-avvik	N=
Risikoorientert fritid						
Regel-brudd	Hvor mange ganger har du gjort noe av dette det siste året (de siste 12 månedene)? A. Tatt med deg varer fra butikk uten å betale B. Vært i slåsskamp C. Med vilje ødelagt eller knust vindusruter, busseter, postkasser eller liknende (gjort hæververk) D. Sprayet eller tagget ulovlig på vegger, bygninger, tog, buss eller liknende E. Lurt deg fra å betale på kino, idrettsstevner, buss, tog eller liknende F. Vært borte en hel natt uten at dine foreldre/foresatte visste hvor du var G. Skulket skolen	Ingen ganger (0), 1 gang (25), 2–5 ganger (50), 6–10 ganger (75), 11 ganger eller mer (100) Samlemål kodet som gjennomsnittsnitt av sju ledd. Alle med full skår ble kodet til «missing», grunnet antakelse om useriøs besvarelse.	0–100	7,6	12,0	144 207
Rus-middel- bruk	A. Røyker du? B. Snuser du? C. Hender det at du drikker noen form for alkohol? Hvor mange ganger har du gjort noe av dette det siste året (de siste 12 månedene)? D. Drukket så mye at du har følt deg tydelig beruset E. Brukt hasj eller marihuana	A & B: Har aldri røykt / brukt snus (0), Har brukt før, men har sluttet helt nå (25), Røyker/snuser sjeldnere enn én gang i uka (50), Røyker/snuser ukentlig, men ikke hver dag (75), Røyker/snuser daglig (100) C: Aldri (0), Har bare smakt noen få ganger (25), Av og til, men ikke så ofte som månedlig (50), Nokså jevnt 1–3 ganger i måneden (75), Hver uke (100) D & E: Ingen ganger (0), 1 gang (25), 2–5 ganger (50), 6–10 ganger (75), 11 ganger eller mer (100) Samlemål kodet som gjennomsnitt av fem ledd. Alle med full skår ble kodet til «missing», grunnet antatt useriøse besvarelser.	0–100	7,2	14,6	143 208

Kilde: Ungdata 2022–2024

3.4 Fritidsprofiler

I rapporten har vi valgt en tilnærming der vi søker å gruppere ungdom som driver med nokså like fritidsaktiviteter, i samme gruppe, for deretter å analysere hva som skiller grupper som har ulike fritidsprofiler, fra hverandre. For å få til dette har vi tatt i bruk en metode som kalles for latent klasseanalyse (LCA). Dette er en statistisk metode for å identifisere grupper i en populasjon (Nylund-Gibson & Choi, 2018) og regnes som en form for klyngeanalyse, som samler individer i kvalitativt forskjellige undergrupper basert på svarlikheter på ulike spørsmål. Grunntanken bak LCA er at det kan finnes underliggende grupper eller klasser i en populasjon, hvor hvert individ tilhører en bestemt gruppe. Siden gruppene ikke er direkte observerbare, blir de estimert basert på mønstre i dataene. I vårt tilfelle identifiserte vi grupper av ungdom som er nokså like i måten de svarer på på spørsmål om fritidsaktiviteter. Gjennom latent klasseanalyse blir ungdom med likt svarmønstre gruppert i samme gruppe basert på den av gruppene den har størst sannsynlighet for å tilhøre.

For å avgjøre antallet grupper som best gjengir dataene, kan man bruke ulike kriterier eller testparametere (Nylund-Gibson & Choi, 2018). Disse parameterne ble funnet gjennom at vi foretok et sett med latente klasseanalyser, hvor respondentene først ble inndelt i to grupper, deretter i tre grupper og så videre opp til ni ulike grupper. For å vurdere de statistiske modellenes tilpasninger til datamaterialet ble det for hver modell estimert følgende testparametere: BIC (Bayesian Information Criteria) og AIC (Akaike Information Criteria). Antakelsen er at modeller med de laveste BIC- og AIC-verdiene gir best tilpasning.

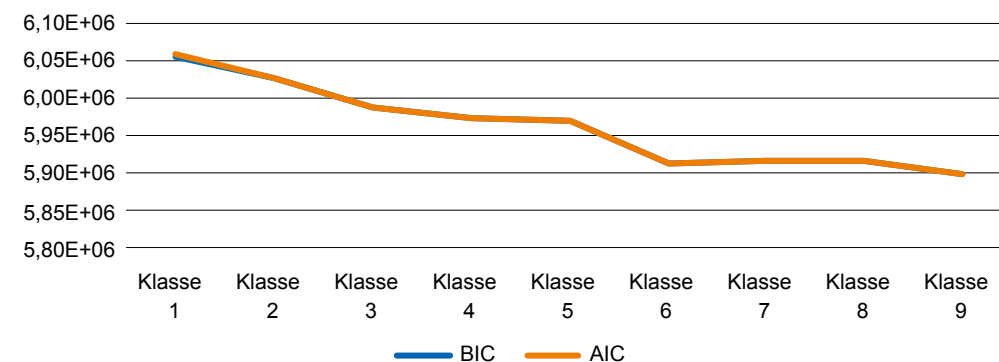
En teknisk utfordring er at LCA-analyse krever betydelig prosesseringskapasitet. På grunn av det store utvalget opplevde vi at analysene låste seg da vi forsøkte å analysere hele utvalget som altså besto av over en halv million respondenter. Vi kjørte en rekke analyser på mindre utvalg, der vi testet ut hvor grensen gikk før det låste seg. Det viste seg at analysene fungerte opp til et utvalg på maksimalt 40 000 respondenter. Siden vårt utvalg besto av 14 ganger så mange ungdommer, løste vi utfordringen gjennom å dele hele datafilen i 14 tilfeldige utvalg, der hvert utvalg besto av maks $N = 40\,000$. Vi brukte ett av delutvalgene til å kjøre de ulike klassemodellene og estimere BIC- og AIC-verdiene. Etter at antallet klasser var bestemt, kjørte vi LCA-analyser med det vi vurderte som optimalt antall klasser på de resterende 13 utvalgene og koblet til slutt alle filene sammen. Det viste seg at fordelingen av fritidsprofiler var nokså lik i alle 14 delutvalg. På denne måten sikret vi å få med alle respondentene i hovedanalysene.

Tabell 3.3 viser parameterne for de ulike latente klassemodellene. Resultatene viser at verdiene synker for begge parametere til og med den sjette modellen, for deretter å flate ut og så gå noe ned igjen i den niende modellen. Vi valgte modellen med seks grupper av to grunner, for det første fordi BIC- og AIC-verdiene kun endret seg marginalt i de påfølgende modellene, og for det andre ble valget støttet av at modellen med seks grupper ga en rimelig substansiell

tolkning av hvordan fritidsprofiler kan tenkes å se ut. Dette vil vi komme tilbake til i kapittel 4, når vi presenterer innholdet i fritidsprofilene.

Tabell 3.3 Latent klasseanalyse. BIC- og AIC-verdier for ni modeller.

Antall klasser	BIC	AIC
LCA 1	6,055E+06	6,056E+06
LCA 2	6,025E+06	6,026E+06
LCA 3	5,986E+06	5,986E+06
LCA 4	5,973E+06	5,974E+06
LCA 5	5,968E+06	5,969E+06
LCA 6	5,912E+06	5,913E+06
LCA 7	5,916E+06	5,917E+06
LCA 8	5,915E+06	5,916E+06
LCA 9	5,897E+06	5,899E+06



Kilde: Ungdata 2014–2024

Verdiene i tabellen indikerer at seks grupper gir den beste modellen for dataene. En nærmere analyse viste imidlertid at én av de seks gruppene var svært liten, og at denne hadde mange likhetstrekk med en annen av de mindre gruppene. Konkret viste det seg at den lille gruppen utgjorde 3 prosent av hele utvalget, og at de skilte seg ut gjennom å skåre spesielt høyt på rusmiddelbruk og regelbrudd. Denne lille gruppen liknet ganske mye på en av de andre mindre gruppene, som utgjør 8 prosent, og som riktignok ikke skårer fullt så høyt på disse to parameterne, men de skårer langt høyere enn alle de andre gruppene og er for øvrig nokså lik den lille gruppen på de andre fritidsindikatorerne. Forskjellen mellom disse to kan være interessante, men vår vurdering er at forskjellene mellom dem først og fremst reflekterer kvantitative forskjeller innen det vi oppfatter som en nokså lik fritidsprofil knyttet til risikoorientert fritid.

Vi har derfor valgt å slå disse to gruppene sammen. Som Burnham og Anderson (2004) peker på, bør man finne en balanse mellom kompleksitet og mulighetene til å forklare dataene på en rimelig god måte. Dette følger prinsippet om enkelhet og parsimoni, som sier at man bør foretrekke den enkleste modellen som fortsatt gir god nok forklaring. Ved å slå sammen disse to gruppene fanger vi opp de viktige forskjellene i ungdoms fritidsmønstre, samtidig som vi unngår

unødvendig kompleksitet. Dette gir en mer robust og pragmatisk modell for å fange opp de overordnede tendensene blant ungdom. I de videre analysene bruker vi derfor fem grupper.

3.5 Livskvalitet

Ett av målene med rapporten er å undersøke sammenhenger mellom fritidsvaner og livskvalitet. I Ungdata finnes det en rekke spørsmål som er inkludert for å belyse hvordan ungdom har det i hverdagen. I rapporten har vi valgt å gi en bred beskrivelse av ungdoms livskvalitet. Vi ser nærmere på hvor fornøyde de er med livet sitt for tiden, samt hvor ofte ulike typer følelser framtrer i livene deres. Vi undersøker hvor ofte ungdom opplever positive følelser som glede, mestring og engasjement, men også hvor ofte de føler seg lei seg, bekymret og utenfor. I tillegg ser vi på opplevd stress og press i hverdagen. Vi ser også nærmere på opplevd stress og press i hverdagen.

Fordi sosial tilhørighet sier mye om hvordan ungdom har det, undersøker vi hva ungdom rapporterer om nære vennskapsrelasjoner samt om ensomhet. Siden ungdom tilbringer mye av hverdagen sin på skolen, vil skoletrivsel være en viktig indikator på hvordan ungdom har det totalt sett i livet. Vi tar også for oss temaet framtidsoptimisme, fordi det peker framover mot håp, muligheter og forventninger til egen framtid, noe som er en viktig side ved den enkeltes livskvalitet. Å være utsatt for krenkelser kan derimot indikere det motsatte. Vi undersøker derfor hvor mange som opplever å være utsatt for mobbing, vold og seksuell trakassering.

Tabell 3.4 gir en oversikt over hvordan variablene knyttet til livskvalitet er målt. På samme måte som fritidsindikatorene er disse variablene laget som POMP-skårer. Et unntak er målet på tilfredshet med livet, der vi beholder den opprinnelige skalaen fra 0 til 10, da dette gir intuitiv mening. Vi vil komme nærmere tilbake til disse målene når vi presenterer analysene av dem i kapittel 6.

Tabell 3.4 Operasjonalisering av variabler som måler livskvalitet. Deskriptiv statistikk.

Variabel	Spørsmålsformulering	Svaralternativer (koding)	Skala	Gjen-nom-snitt	Stan-dard-avvik	N=
Tilfreds-het med livet	Tenk deg en skala som går fra 0 til 10. Toppen av skalaen (10) står for det best mulige livet for deg og nederst (0) er det verst mulig livet for deg. Generelt sett, hvordan står du på denne skalaen for tiden?	10 (Best mulig liv, øverst på skalaen) 9,8,7,6,5,4,3,2,1 0 (Dårlig mulig liv, nederst på skalaen).	0–10	7,19	1,95	148 245
Positive følelser	Tenk på hvordan du har hatt det den siste uka. Hvor ofte har du... A. Vært glad; B. Vært engasjert; C. Hatt masse energi; D. Følt deg nyttig; E. Følt at du mestrer ting	Hele tiden (100); Ofte (75); En del av tiden (50); Sjelden (25); Ikke i det hele tatt (0) Kodet som gjennomsnittsnitt av fem ledd	0–100	61,2	20,1	134 350
Negative følelser	Har du i løpet av den siste uka vært plaget av noe av dette: A. Følt at alt er et slit; B. Hatt søvnproblemer; C. Følt deg ulykkelig, trist eller deprimert; D. Følt deg stiv eller anspent; E. Bekymret deg for mye om ting	Ikke plaget i det hele tatt (0); Lite plaget (33,3); Ganske mye plaget (66,7); Veldig mye plaget (100) Kodet som gjennomsnittsnitt av fem ledd	0–100	36,3	26,7	141 307
Press	Opplever du press i hverdagen din? A. Press om å se bra ut eller ha en fin kropp B. Press om å gjøre det bra på skolen C. Press om å gjøre det bra i idrett D. Press om å ha mange følgere og likes på sosiale medier	Ikke noe press (0); Litt press (25); En del press (50); Mye press (75); Svært mye press (100) Samlemål er kodet som gjennomsnittsnitt av A, B, C og D.	0–100	32,6	23,1	139 236
Stress	Har du opplevd så mye press den siste uka at du har hatt problemer med å takle det?	Ikke i det hele tatt (0), I liten grad (33,3), I stor grad (66,7); I svært stor grad (100)	0–100	23,2	27,9	139 108

Variabel	Spørsmålsformulering	Svaralternativer (koding)	Skala	Gjennomsnitt	Standardavvik	N=
Skole-trivsel	Er du enig eller uenig i utsagn om hvordan du har det på skolen? A. Jeg trives på skolen; B. Lærerne mine bryr seg om meg; C. Jeg passer inn blant elevene på skolen; D. Jeg kjeder meg på skolen; E. Jeg gruer meg ofte til å gå på skolen	A, B og C: Helt uenig (0); Litt uenig (33,3); Litt enig (66,7); Helt enig (100) D og E: Helt enig (0); Litt enig (33,3); Litt uenig (66,7); Helt uenig (100) Samlemål er kodet som gjennomsnittsnitt av A, B, C, D og E.	0–100	61,9	20,2	147 585
Framtids-opti-misme	A. Tror du at du kommer til å få et godt og lykkelig liv? B. Tenk på hvordan du har hatt det den siste uka. Hvor ofte har du... – Vært optimistisk med tanke på framtiden? C. Har du i løpet av den siste uka vært plaget av noe av dette: - Følt håpløshet med tanke på framtida	A. Nei (0), Vet ikke (50) *; Ja (100) B. Hele tiden (100); Ofte (75); En del av tiden (50); Sjelden (25); Ikke i det hele tatt (0) C. Ikke plaget i det hele tatt (100); Lite plaget (66,7); Ganske mye plaget (33,3); Veldig mye plaget (0)	0–100	70,2	24,5	147 715
Sosial tilhørighet	A. Har du minst én venn som du kan stole fullstendig på og kan betro deg til om alt mulig? B. Har du noen å være sammen med på fritiden? C. Dersom du føler deg utafør eller trist og trenger en å snakke med, har du noen du kan prate med? D. Har du i løpet av den siste uka vært plaget av noe av dette: -- Følt deg ensom	A. Ja, helt sikkert (100), Ja, det tror jeg (66,7), Det tror jeg ikke (33,3), Har ingen jeg ville kalle venner, nå for tida (0) B. Ja, alltid (100), Ja, som regel (66,7), Nei, som regel ikke (33,3), Nei, aldri (0) C. Ja (100), Nei (0), Vet ikke (50) * D. Ikke plaget i det hele tatt (100); Lite plaget (66,7); Ganske mye plaget (33,3); Veldig mye plaget (0). Samlemål er kodet som gjennomsnittsnitt av A, B, C og D.	0–100	78,8	20,8	148 242

Variabel	Spørsmålsformulering	Svaralternativer (koding)	Skala	Gjennomsnitt	Standardavvik	N=
Utsatthet for krenkelser	A. Blir du selv utsatt for plaging, trusler eller utfrysing av andre unge på skolen eller i fritiden? Sett kryss der det passer best. B. Tenk på de siste 12 månedene – Har en ungdom slått deg, sparket deg, ristet deg hardt, lugget deg eller lignende? – Har en ungdom med gjenstander eller våpen truet, angrepet eller ranet deg? C. Har du i løpet av de siste 12 månedene blitt utsatt for noe av dette på en måte som du ikke likte? – At noen mot din vilje befølte deg på en seksuell måte – At noen på en sårende måte kalte deg for hore, homo eller andre ord med seksuelt innhold – At noen spredte negative seksuelle rykter om deg – At noen mot din vilje delte bilder eller filmer av deg der du er naken eller deltar i seksuelle handlinger	A. Aldri (0); Nesten aldri (20); Ja, omtrent én gang i måneden (40); Ja, omtrent hver 14. dag (60); Ja, omtrent én gang i uka (80); Ja, flere ganger i uka (100) B. Ingen ganger (0), 1 gang (33,3), 2–5 ganger (66,7), 6 ganger eller mer (100) C. Ingen ganger (0), 1 gang (33,3), 2–5 ganger (66,7), 6 ganger eller mer (100) Samlemål er kodet som gjennomsnittsnitt av A, B, C og D.	0–100	10,4	15,3	147 189

Note: (*) For å beholde respondenter som har svart «vet ikke», har vi gitt dem en tilfeldig kode. Siden vi ikke vet noe som helst om hva som ligger bak svaret «vet ikke», valgte vi en kode som representerer midtpunktet på skalaen (50). På den måten unngår vi at de gis vekt til noen av ytterpunktene på skalaen. 27 prosent svarer «vet ikke» på spørsmålet om lykkelig liv og 18 prosent på spørsmålet om de har noen å snakke med. Kodingen bidrar til noe statistisk støy, uten at vi har grunnlag for å tro at det påvirker resultatene i nevneverdig grad.

Kilde: Ungdata 2022–2024

3.6 Sosiodemografiske bakgrunnsvariabler

En viktig problemstilling handler om hva slags betydning kjønn, alder og sosioøkonomisk status har for ungdommers fritid – og om dette har endret seg over tid. I analysene bruker vi klassetrinn som en målestokk på hvor gamle ungdommer er, og skiller mellom elever som går på 8., 9. og 10. trinn. Kjønn behandles som en dikotom variabel, der vi skiller mellom gutter og jenter. Fra 2020 har det vært med en tredje kjønnskategori, noe 2,4 prosent av ungdommene i denne perioden krysset av for. I analyser der vi ser på forskjeller mellom gutter og jenter, er disse ikke inkludert i analysene. I alle andre analyser er alle med uavhengig av hva de har svart på spørsmålet om kjønn.

Sosioøkonomisk status er målt gjennom et samlemål som fanger opp ulike kulturelle og økonomiske ressurser som ungdom har tilgang til gjennom foreldrene sine. Målet er basert på opplysninger om foresattes utdanningsnivå, antall bøker og datamaskiner hjemme, hvor mange biler familien har, om de har eget soverom, og om de har reist på ferie med familien sin det siste året. I spørreskjemaet ble det presisert at dersom de bor forskjellige steder, skal de svare ut fra det stedet de bor mest. Basert på summen av svarene er det laget en indeks som varierer fra 0, som er den laveste skåren, til 3, som er den høyeste (Bakken et al., 2016). Denne indeksen er normert for hvert år, noe som betyr at hver enkelt ungdom får en skår som sier noe om hvor mye de avviker fra det årlige gjennomsnittet på variabelen. Målet på sosioøkonomisk status viser seg å henge sammen med mange forhold i ungdommers liv og er validert mot blant annet ungdommers skolerresultater (se Bakken et al., 2016).

I enkelte analyser behandler vi sosioøkonomisk status som en kontinuerlig variabel. I de tilfellene har vi standardisert skalaen til z-skårer, slik at gjennomsnittet er null og standardavviket er lik 1. I andre analyser skiller vi mellom tre sosioøkonomiske grupper. De med lav og høy SØS utgjør her de 20 prosentene med henholdsvis lavest og høyest skår på den sosioøkonomiske skalaen. Middels SØS er da de 60 prosentene midt i fordelingen.

4 Fritidsaktiviteter og fritidsprofiler

I dette kapittelet gir vi en oversikt over fritidsaktiviteter blant ungdom som gikk på ungdomsskolen i årene 2022 til 2024. Vi beskriver de ulike typene fritidsaktiviteter de deltar i, og ser nærmere på fem ulike grupper av ungdom med ulike fritidsprofiler. Vi har valgt å kalle gruppene for «de minst digitale», «de mest kulturelle», «de som oftest er med venner», «de mest risikoorienterte» og «de mest hjemmeorienterte». Hver gruppe består av ungdom med relativt like fritidsmønstre, basert på 17 ulike typer fritidsaktiviteter. Gruppene er gjensidig utelukkende, der hver ungdom er plassert i den gruppen som best beskriver deres fritidsvaner.

Vi starter kapittelet med å gi en oversikt over hvor utbredt ulike fritidsaktiviteter er blant ungdom. Deretter presenterer vi de fem gruppene og analyserer hvilke aktiviteter som er felles innenfor gruppene, og hvor de tydeligste skillelinjene går mellom dem. I dette kapittelet vil vi også undersøke hvor mange som tilhører de ulike gruppene, og om kjønn, alder og sosioøkonomisk status påvirker sannsynligheten for å tilhøre en gruppe med en bestemt fritidsprofil.

4.1 Et overordnet bilde av fritiden

Vi starter analysen med å beskrive hvilke typer fritidsaktiviteter som er mest utbredt blant ungdom, og hvilke som er mindre vanlige. Vi har valgt å presentere dette gjennom å undersøke hvor gjennomsnittet ligger på de 17 fritidsindikatorene som vi bygger analysene på. Som beskrevet i kapittel 3, er alle indikatorene konstruert for å variere fra 0 til 100. Gjennomsnittsverdiene reflekterer hvor på denne skalaen tyngdepunktet av ungdoms besvarelser ligger. Høye tall indikerer at den aktuelle fritidsaktiviteten er dominerende i ungdoms hverdagsliv, mens lave gjennomsnittstall reflekterer aktiviteter som er mindre vanlige.⁴ Gjennom disse analysene får vi et bilde av et gjennomsnittlig, dominerende fritidsmønster blant norske ungdomsskoleelever i årene 2022 til 2024.

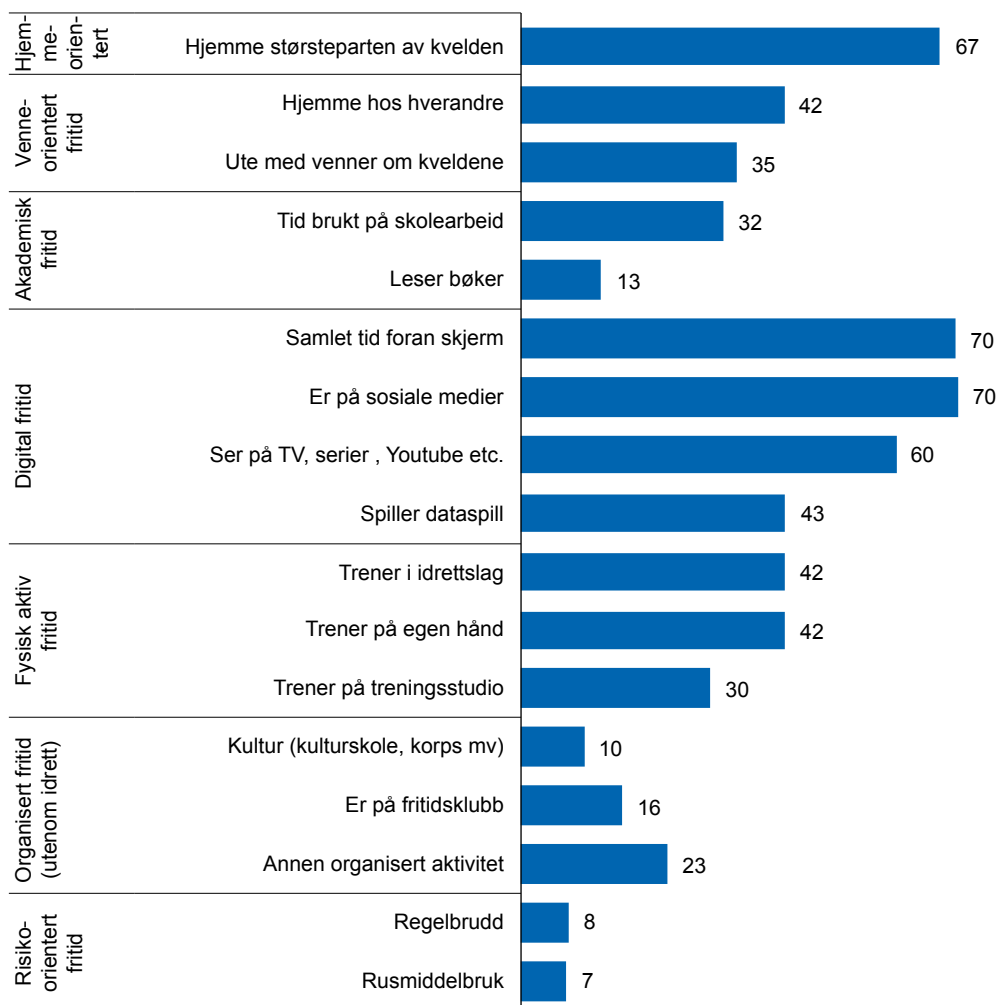
Resultatene er vist i figur 4.1 og viser at enkelte fritidsaktiviteter skiller seg ut med spesielt høye gjennomsnittsverdier. Det gjelder hvor ofte ungdommene er hjemme om kveldene, samt de fleste fritidsaktiviteter som innebærer skjermbruk. Ungdom tilbringer særlig mye tid på sosiale medier og på å se på TV, YouTube, serier og liknende. De høye tallene viser at i årene 2022 til 2024 representerer det å være hjemme om kveldene og være koblet på skjerm fritidsaktiviteter som er dominerende i veldig mange ungdommers liv.

4 Verdiene på skalaen varierer fra indikator til indikator. For eksempel viser noen indikatorer til daglig tidsbruk, noen viser til siste ukes eller siste års hyppighet, mens noen viser til hvor hyppig man vanligvis driver med aktiviteten. Dette er nærmere beskrevet i tabell 3-2.

Eksempelvis oppgir 77 prosent av ungdommene at de minst to kvelder i uka er hjemme hele kvelden, og 72 prosent at de bruker minst tre timer hver dag foran en skjerm utenom skolen (se vedleggstabell 1)⁵.

Videre er aktiviteter som å være med venner hjemme, delta i organisert idrett, trene på egen hånd og spille dataspill også utbredte aktiviteter. Selv om disse aktivitetene ikke er like framtrædende i ungdoms hverdagsliv som de førstnevnte, er det likevel så mange som 50 prosent som en eller flere ganger i uka trener i et idrettslag, og 45 prosent som bruker minst en time hver dag til å spille dataspill (se vedleggstabell 1).

Figur 4.1 Fritidsindikatorer. Gjennomsnitt (skala 0–100).



Note: Tallene viser gjennomsnittlig skår på fritidsindikatorene. Se tabell 3-2 for en oversikt over hvordan fritidsindikatorene er operasjonalisert.

Kilde: Ungdata 2022–2024

5 Vedleggstabell 1 gir en detaljert frekvensoversikt over hvordan ungdom har svart på alle enkeltspørsmål som inngår i analysene som er presentert. Se også tabell 3-2 for beskrivende statistikk.

Etter disse igjen sorteres aktiviteter som å være ute med venner på kveldene, bruke tid på skolearbeid og å trene på treningsstudio. Det er også en del som er på fritidsklubben, men mange er innom én til to ganger i måneden (se vedleggstabell 1). Færre driver med kulturorienterte fritidsaktiviteter, og generelt bruker ungdom lite tid på å lese bøker. De aller fleste i denne aldersgruppen rapporterer at de *ikke* bruker rusmidler, og et mindretall av ungdommene svarer at de er involvert i de formene for regelbrudd som er kartlagt.

Tabell 4.1 viser hvordan fritidsindikatorene varierer med ungdommenes kjønn, klassetrinn og sosioøkonomiske status. Resultatene viser at den største kjønnsforskjellen knytter seg til dataspill, som, ikke uventet, er langt mer dominerende i guttenes fritid enn i jentenes. Jentene bruker derimot mer tid enn guttene på sosiale medier, men forskjellen på dette området er mye mindre enn for dataspill. Når det gjelder den samlede tiden ungdom tilbringer foran skjerm, er det små forskjeller mellom gutter og jenter. Begge kjønn bruker omtrent like mye tid på underholdningsaktiviteter som å se på TV, serier, YouTube og liknende.

Det er markerte kjønnsforskjeller også på andre områder. Gutter trener mer enn jenter, spesielt når det gjelder trening på treningsstudio, og de bruker mer tid i idrettslag. Jenter er derimot overrepresentert i organiserte kulturaktiviteter, og de bruker mer tid på skolearbeid og lesing og tilbringer mer tid sammen med venner hjemme enn gutter. Gutter og jenter er imidlertid like mye hjemme om kveldene og tilbringer omtrent like mye tid ute sammen med venner. Det er ingen forskjell i rusmiddelbruk basert på dette målet, men guttene rapporterer i noe større grad om de regelbruddene som er inkludert i undersøkelsen.

Når det gjelder alder, er den største forskjellen knyttet til trening på treningsstudio. Dette er langt mer populært blant de eldste enn de yngste på ungdomsskolen. Motsatt er det å trene i idrettslag og det å trene på egen hånd langt mer vanlig blant de yngste.

Rusmiddelbruk øker markant i løpet av ungdomstrinnet, og det er også en viss økning i rapporterte regelbrudd. På det digitale området viser det seg at flere ungdommer bruker tid på sosiale medier etter hvert som de blir eldre, mens færre spiller dataspill. Samlet sett øker skjermtiden noe utover i ungdomsskolealderen, samtidig som færre benytter fritidsklubb, og deltakelse i organiserte kulturaktiviteter går ned. Det er imidlertid små forskjeller mellom aldersgruppene når det gjelder hvor mye tid de tilbringer hjemme om kveldene eller henger ute med venner. Sammenliknet med de yngste på ungdomsskolen er det litt færre av de eldste som er sammen med venner hjemme hos hverandre, og de bruker mindre tid på skolearbeid og lesing.

Tabell 4.1 Fritidsindikatorer etter kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status (SØS). Gjennomsnitt.

	Kjønn			Klassetrinn				Sosioøkonomisk status (SØS)			
	Gutter	Jenter	Differanse (jente – gutt)	8. trinn	9. trinn	10. trinn	Differanse (10. – 8. trinn)	Lav SØS	Middels SØS	Høy SØS	Differanse (Høy – lav SØS)
Hjemmeorientert fritid											
Hjemme største-parten av kvelden	67	68	1	67	68	67	0	69	67	66	-3
Venneorientert fritid											
Hjemme hos hverandre	39	46	7	44	41	42	-2	40	42	45	5
Ute med venner om kveldene	34	35	1	34	34	36	1	33	35	36	3
Akademisk fritid											
Tid brukt på skole-arbeid	29	36	7	34	32	32	-2	32	32	34	2
Leser bøker	10	15	5	14	13	12	-2	12	12	16	3
Digital fritid											
Samlet tid foran skjerm	69	70	1	67	70	72	5	71	70	68	-3
Er på sosiale medier	61	79	18	68	71	72	4	73	70	67	-5
Ser på TV, serier, Youtube etc.	61	59	-1	60	60	61	1	64	60	57	-7
Spiller dataspill	65	19	-47	46	42	39	-7	46	43	37	-9
Fysisk aktiv fritid											
Trener i idrettslag	46	39	-7	48	42	37	-11	32	43	51	19
Trener på egen hånd	43	42	-1	44	43	40	-4	37	42	47	10
Trener på trenings-studio	36	25	-11	20	30	42	22	28	31	32	4

Kjønn				Klassetrinn				Sosioøkonomisk status (SØS)			
Gutter	Jenter	Differanse (jente – gutt)		8. trinn	9. trinn	10. trinn	Differanse (10. – 8. trinn)	Lav SØS	Middels SØS	Høy SØS	Differanse (Høy – lav SØS)
Organisert fritid (utenom idrett)											
Kultur (kultur-skole, korps mv)	7	12	5	11	10	9	-3	8	10	13	6
Er på fritidsklubb	16	16	0	20	17	12	-8	18	16	15	-3
Annen organisert aktivitet	23	23	0	21	29	20	-1	22	23	26	4
Risikoorientert fritid											
Regelbrudd	8	7	-2	7	8	9	2	9	7	7	-2
Rusmiddelbruk	7	7	0	3	7	12	9	9	7	7	-2
N (2022–2024)	71 306	70 540		48 354	51 354	46 049		28 272	88 004	28 820	

Note: Tallene viser gjennomsnittlig skår på fritidsindikatorne brutt ned etter kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status. Se tabell 3-1 for en oversikt over hvordan fritidsindikatorne er operasjonalisert. Lav og høy SØS viser til de 20 % med henholdsvis færrest og flest av de ressursene som inngår i målet. Middels SØS er de 60 % i midten av SØS-skalaen.

Kilde: Ungdata 2022–2024

De største forskjellene mellom ungdom med ulik sosioøkonomisk status (SØS) knytter seg til idrett og trening. Ungdom med høy SØS bruker betydelig mer tid på dette enn ungdom med lav SØS, spesielt på den organiserte treningen i idrettslag. Det er også flere med høy SØS som trener på egen hånd, og som trener på treningsstudio, selv om forskjellene her er mindre. Bruken av fritidsklubb er mer utbredt blant ungdom med lav SØS, mens deltakelse i kulturaktiviteter og andre organiserte aktiviteter er mer vanlig blant de med høy SØS.

Skjermaktiviteter er derimot mer utbredt blant ungdom med lav SØS, med størst forskjell knyttet til dataspill. Ungdom fra familier med høy SØS er noe oftere hjemme hos hverandre og tilbringer mer tid ute med venner om kveldene, men de er sjeldnere hjemme hele kvelden. De bruker også i gjennomsnitt mer tid på skolearbeid og lesing. Når det gjelder rusmiddelbruk og regelbrudd, er det en viss overvekt av ungdom med lav SØS som rapporterer om dette.

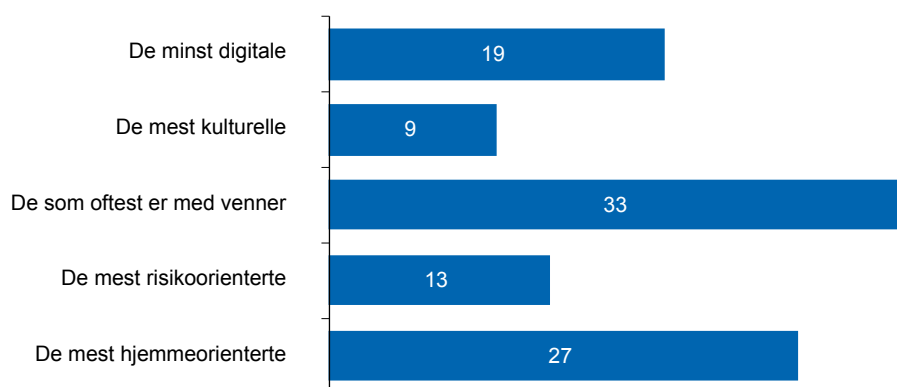
4.2 Fritidsprofiler

I kapittel 3.4 redegjorde vi for den latente klasseanalysen, som vi har brukt for å identifisere grupper av ungdom med ulike fritidsprofiler. Analysene er basert på de 17 fritidsindikatorne som vi nettopp har sett på, og viste at det statistisk sett

finnes et mønster i dataene som gir grunnlag for å skille mellom fem grupper av ungdom som driver med ulike ting i fritiden sin.

Figur 4.2 gir en oversikt over hvor mange som inngår i hver av gruppene. Den største er «de som oftest er med venner». Disse utgjør 33 prosent av ungdommene. Like bak følger «de mest hjemmeorienterte», med en andel på 27 prosent. «De minst digitale» representerer 19 prosent av ungdommene, mens de to minste gruppene, «de mest risikoorienterte» og «de mest kulturelle», utgjør henholdsvis 13 og 9 prosent.

Figur 4.2 Utbredelse av fem grupper med ulike fritidsprofiler. Prosent.



Kilde: Ungdata 2022–2024

I fortsettelsen vil vi ta for oss én gruppe av gangen for å utforske hvilke aktiviteter som karakteriserer hver gruppe. Vi vil også undersøke sammensetningen av de ulike gruppene med tanke på kjønn, alder og sosioøkonomisk status.

4.3 De minst digitale

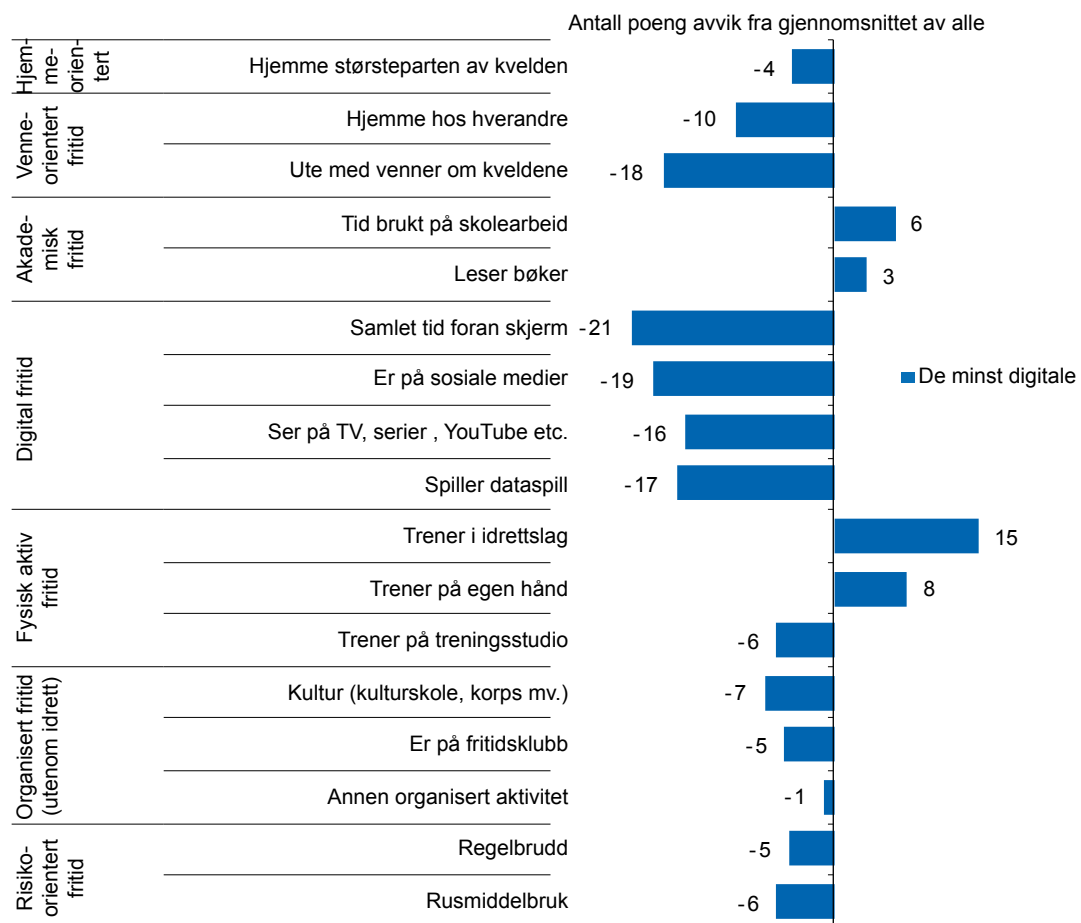
Vi starter gjennomgangen med gruppen vi omtaler som «de minst digitale». Som navnet antyder, er dette den gruppen som har minst skjermtid. Samtidig er dette den gruppen som i størst grad holder på med organisert idrett. De bruker også mer tid på lekser og har lavere involvering i rusmiddelbruk og regelbrudd enn andre ungdommer. Omtrent én av fem av alle ungdommer har en fritidsprofil som plasserer dem i denne gruppen.

Detaljene i fritidsprofilen til «de minst digitale» er framstilt grafisk i figur 4.3. Figuren viser på hvilke fritidsområder denne gruppen *avviker* fra det som er vanlig blant ungdom i ungdomsskolealderen. For hver av de 17 fritidsindikatorene har vi beregnet avstanden fra gjennomsnittlig skår i denne gruppen og det nasjonale gjennomsnittet. Positive tall indikerer fritidsaktiviteter som «de minst digitale» driver med i *større* grad enn andre, mens negative tall viser til

aktiviteter hvor «de minst digitale» er *mindre* aktive sammenliknet med gjennomsnittet av norske ungdommer.

Det som skiller «de minst digitale» mest fra andre grupper, er at de bruker betydelig mindre tid på skjermaktiviteter. Dette betyr ikke at de er digitalt frakoblet, men de er i langt mindre grad enn det som er vanlig, *storforbrukere* av digitale medier. For eksempel har vi beregnet median skjermtid i denne gruppen til to timer daglig (utenom skolen) (se vedleggstabell 2). Dette er vesentlig lavere enn mediantiden for alle ungdommer, som er fire timer. «De minst digitale» er mindre aktive på alle former for digitale fritidsaktiviteter, både på sosiale medier, dataspill og TV-titting, serier og YouTube.

Figur 4.3 Fritidsprofilen til «de minst digitale». Gjennomsnittlige skårer på fritidsindikatorer målt som avvik fra hele ungdomsbefolkningen.



Note: Tallene viser for hver av fritidsindikatorerne differansen mellom denne profilens gjennomsnittsskår og det nasjonale gjennomsnittet. Tallene i figuren må derfor tolkes som relative, noe som betyr at de må sees i sammenheng med hvor vanlig det er at ungdom driver med ulike aktiviteter. For en oversikt over skårene for landsgjennomsnittet, se den første figuren i dette kapitlet.

Kilde: Ungdata 2022–2024

«De minst digitale» skiller seg også ut ved at de sjeldnere enn andre tilbringer tid utenfor hjemmet sammen med andre ungdommer på kveldene. For eksempel er bare 7 prosent ute med venner minst to ganger i uka (se vedleggstabell 2), mot 36 prosent blant alle ungdommer. De er også i mindre grad sammen med venner hjemme hos hverandre. Svært få rapporterer om regelbrudd, og det er bare noen få i denne gruppen som har erfaringer med ulike typer rusmidler. Søylene for risikoorientert fritid viser negative tall, noe som betyr at denne gruppen er enda mindre involvert i rusmiddelbruk og regelbrudd enn gjennomsnittet.

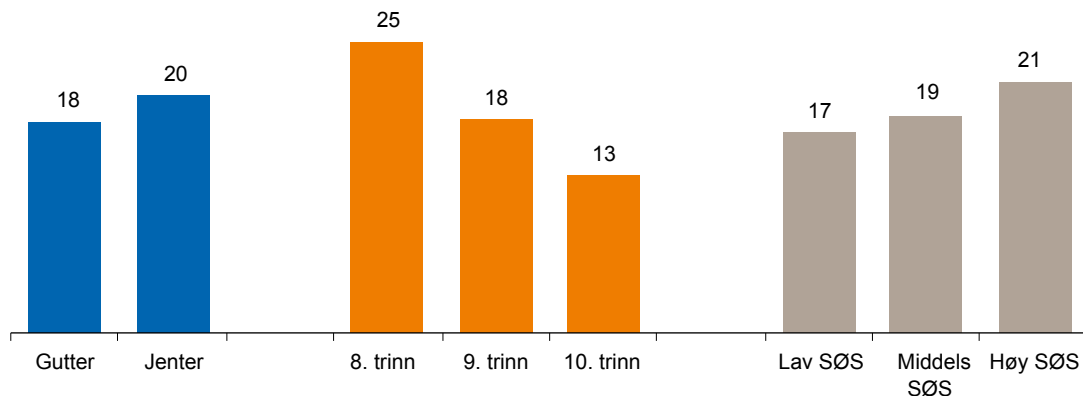
Organisert idrett utgjør en viktig del av fritidsprofilen til «de minst digitale» ungdommene. Ser vi nærmere på tall som er gjengitt i vedleggstabell 2, viser det seg at 67 prosent av de som tilhører denne gruppen, trener eller konkurrerer i et idrettslag en eller flere ganger i uka, mot 50 prosent av ungdom totalt. Dette er den gruppen der idretten står aller sterkest, og det kan være grunn til å anta at mange av disse ungdommene oppfatter seg selv som «idrettsaktive». De er ikke blant de som benytter treningsstudio mest, men mange bruker fritiden sin til å jogge eller drive med annen form for egentrening.

«De minst digitale» tilbringer litt mindre av fritiden sin hjemme om kveldene sammenliknet med gjennomsnittet av ungdom. De er samtidig den gruppen som bruker mest tid på skolearbeid. For eksempel bruker 41 prosent av dem mer enn én time på skolearbeid en vanlig dag etter skolen (se vedleggstabell 2), sammenliknet med 31 prosent av ungdom generelt. I tillegg er det flere av «de minst digitale» som bruker tid på å lese bøker sammenliknet med andre ungdommer.

Sosiodemografisk profil

Figur 4.4 viser den sosiodemografiske profilen til «de minst digitale». Resultatene viser at 20 prosent av jentene tilhører denne gruppen, sammenliknet med 18 prosent av guttene. Forskjellen mellom guttene og jentene er altså liten, med en svak overrepresentasjon av jenter. Aldersmessig har denne gruppen en tydeligere forankring blant de yngste enn blant de eldste ungdommene på ungdomsskolen. Sjansen for å tilhøre kategorien «de minst digitale» er omtrent dobbelt så stor blant elevene på 8. trinn (25 prosent) som blant elevene på 10. trinn (13 prosent), mens 9.-klassingene ligger omtrent midt imellom med 18 prosent.

Figur 4.4 Andel som tilhører gruppen «de minst digitale» – etter kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status (SØS). Prosent.



Kilde: Ungdata 2022–2024

Ungdommenes sosioøkonomiske status har også betydning for å tilhøre «de minst digitale», men spiller en mindre rolle enn alder. Blant ungdom med høy sosioøkonomisk status tilhører 21 prosent kategorien «de minst digitale», mens andelen er 17 prosent blant ungdom med lav sosioøkonomisk status. Ungdom med middels sosioøkonomisk status plasserer seg midt imellom.

Tabell 4.2 gir et mer detaljert bilde av hva som kjennetegner familiebakgrunnen til «de minst digitale» sammenliknet med andre ungdommer. Forskjellene er ikke spesielt store, men det er en tendens til at «de minst digitale» skiller seg fra resten av ungdomsbefolkningen ved at flere av dem har foreldre med høyere utdanning og et større antall bøker hjemme. Når det gjelder tilgang til materielle ressurser, skiller ikke denne gruppen seg nevneverdig fra de andre.

Tabell 4.2 Indikatorer på sosial bakgrunn blant «de minst digitale» sammenliknet med andre ungdommer.

	De minst digitale	Andre ungdommer	Totalt
Har to foreldre med høyere utdanning (%)	58	51	52
Har mer enn 100 bøker hjemme (%)	51	45	46
Familien har to eller flere biler (%)	69	70	70
Ungdommen har eget soverom (%)	95	96	96
Har vært på to eller flere ferier med familien siste år (%)	56	54	54
Familien har tre eller flere PC-er/nettbrett (%)	87	89	88
N =	27 580	123 093	150 673

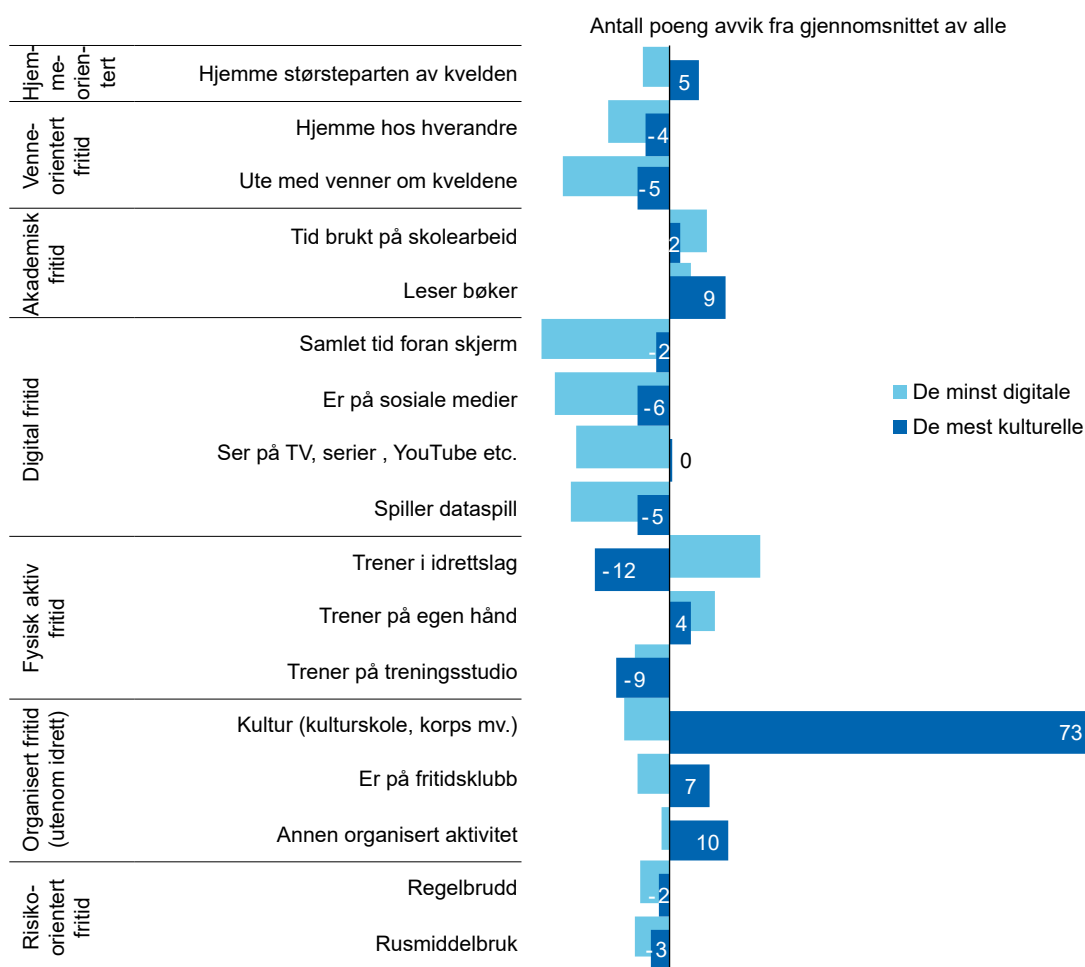
Kilde: Ungdata 2022–2024

4.4 De mest kulturelle

Den andre gruppen har vi valgt å kalle for «de mest kulturelle». Navnet reflekterer en gruppe ungdom som er spesielt aktive innen kulturorienterte fritidsaktiviteter. Mange deltar på musikkskole, spiller i korps, synger i kor eller er involvert i andre kunstneriske eller kreative fritidsaktiviteter.

«De mest kulturelle» utgjør 9 prosent av ungdommene, noe som gjør den til den minste gruppen. Selv om de er halvparten så store som «de minst digitale», er det flere likhetstrekk mellom disse to gruppene, men også noen klare forskjeller. For å tydeliggjøre forskjeller viser figur 4.5 resultatene for både «de mest kulturelle» (gule søyler) og «de minst digitale» (grå søyler).

Figur 4.5 Fritidsprofilen til «de mest kulturelle». Gjennomsnittlige skårer på fritidsindikatorer målt som avvik fra hele ungdomsbefolkningen – og sammenliknet med «de minst digitale».



Kilde: Ungdata 2022–2024

Likhetstrekkene mellom gruppene er at begge er mindre digitalt orienterte enn gjennomsnittet, og de har mindre uformelt og fysisk sosialt samvær med venner. Ungdommene i begge grupper bruker også noe mer tid på skolearbeid enn

andre ungdommer, de leser flere bøker og går sjeldnere på treningsstudio. «De minst digitale» er samtidig langt mer avvikende fra gjennomsnittet på disse områdene enn «de mest kulturelle», med unntak av lesing, som er mer utbredt blant «de mest kulturelle».

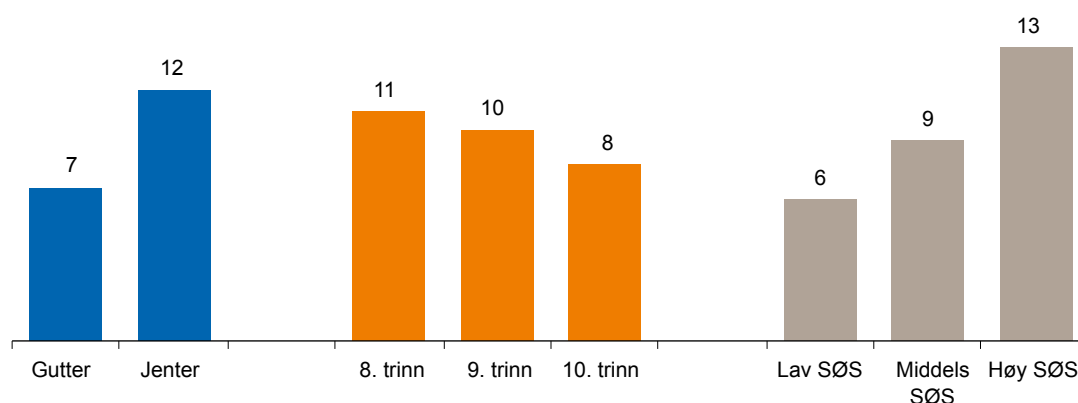
Den store forskjellen mellom disse to gruppene ligger imidlertid i deres deltakelse i kulturorienterte aktiviteter. Blant «de mest kulturelle» har 82 prosent vært på musikk- eller kulturskole, hvorav de fleste mange ganger i løpet av siste måned (se vedleggstabell 2). 43 prosent har vært med i et korps, kor eller orkester. Hele 98 prosent av «de mest kulturelle» har deltatt i én eller flere slike aktiviteter, noe som står i sterk kontrast til annen ungdom, hvor rundt 6 prosent deltar i denne typen organiserte kulturaktiviteter.

«De mest kulturelle» er også oftere enn andre i fritidsklubber og i «annen type organisert aktivitet» (ikke spesifisert i undersøkelsen). Sammenliknet med gjennomsnittet er de mindre aktive på treningsstudio og i organisert idrett. Derimot trener de noe mer på egen hånd enn gjennomsnittet av ungdommene.

Sosiodemografisk profil

Figur 4.6 viser hvordan andelen som tilhører «de mest kulturelle», varierer med kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status. Resultatene viser at både kjønn og sosioøkonomisk status er skjevare fordelt i denne gruppen enn hva som er tilfellet for «de minst digitale». Jenter er klart overrepresentert, med 12 prosent mot 7 prosent blant guttene. Blant ungdom med høy sosioøkonomisk status tilhører 13 prosent «de mest kulturelle», sammenliknet med 6 prosent blant de med lav sosioøkonomisk status.

Figur 4.6 Andel som tilhører gruppen «de mest kulturelle» – etter kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status (SØS). Prosent.



Kilde: Ungdata 2022–2024

Alder spiller også en viss rolle, men forskjellene her er ikke så store. De yngste ungdommene på ungdomsskolen er noe oftere representert (11 prosent) enn de eldste (8 prosent).

Tabell 4.3 gir et dypere innblikk i hvordan «de mest kulturelle» skiller seg fra andre på sosioøkonomiske indikatorer. Tabellen viser at en betydelig høyere andel av foreldrene til «de mest kulturelle» har høyere utdanning enn det som er vanlig. I tillegg rapporterer disse ungdommene om flere bøker hjemme enn andre ungdommer. Når det gjelder materielle ressurser, rapporterer «de mest kulturelle» noe sjeldnere at familien har to biler. På de andre områdene skiller de seg ikke nevneverdig ut.

Tabell 4.3 Indikatorer på sosioøkonomisk status blant «de mest kulturelle» sammenliknet med andre ungdommer.

	De mest kulturelle	Andre ungdommer	Totalt
Har to foreldre med høyere utdanning (%)	61	51	52
Har mer enn 100 bøker hjemme (%)	64	45	46
Familien har to eller flere biler (%)	66	70	70
Ungdommen har eget soverom (%)	96	96	96
Har vært på to eller flere ferier med familien siste år (%)	55	54	54
Familien har tre eller flere PC-er/nettbrett (%)	88	88	88
N =	13 685	136 988	150 673

Kilde: Ungdata 2022–2024

4.5 De som oftest er med venner

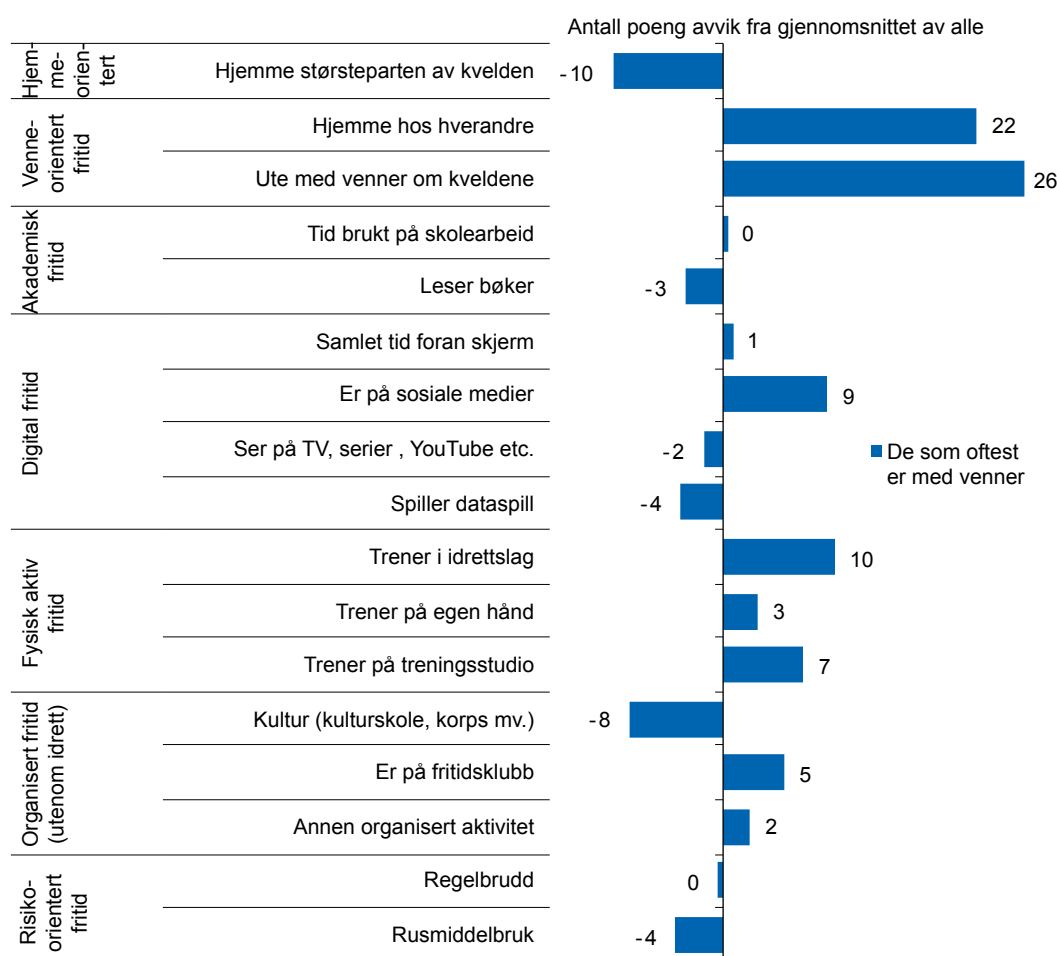
Den tredje gruppen har vi valgt å kalle for «de som oftest er med venner». Disse utgjør 33 prosent av alle ungdommene og er den største av de fem gruppene i tidsperioden 2022 til 2024. Navnet er valgt fordi ungdommene skiller seg ut ved å være spesielt mye sammen med venner, både hjemme hos hverandre og ute om kveldene. På det venneorienterte fritidsområdet skiller de seg markant fra de to første gruppene. I tillegg til å tilbringe mer tid med venner er de sjeldnere hjemme om kveldene enn det som er vanlig blant ungdom generelt.

Denne gruppen har, i likhet med «de minst digitale», en tydelig forankring i den organiserte idretten. Hele 61 prosent av disse ungdommene trener eller konkurrerer i et idrettslag minst én gang i uka (se vedleggstabell 2), noe som er over 10 prosentpoeng mer enn gjennomsnittet. Mange av «de som oftest er med venner» bruker også treningssentrene, og de trener noe oftere enn andre på egen hånd. Dette er den av gruppene som bruker aller mest tid på trening, men forskjellen til «de minst digitale» er ikke så stor.

Videre er denne gruppen oftere på fritidsklubb enn gjennomsnittet av norsk ungdom, og de deltar oftere i andre organiserte aktiviteter – med unntak av kulturorienterte aktiviteter.

Når det gjelder digitale aktiviteter, er «de som oftest er med venner» langt mer aktive på sosiale medier enn gjennomsnittet, noe som forsterker inntrykket av at dette er en spesielt sosial gruppe. De er imidlertid litt mindre aktive på gaming og bruker omtrent like mye tid som andre på å se TV, serier eller YouTube. De er også nokså gjennomsnittlige når det gjelder tid brukt på skolearbeid og boklesing. Når det gjelder regelbrudd, ligger denne gruppen også på gjennomsnittet, og de ligger under gjennomsnittet for rusmiddelbruk.

Figur 4.7 Fritidsprofilen til «de som oftest er med venner». Gjennomsnittlige skårer på fritidsindikatorer målt som avvik fra hele ungdomsbefolkningen.



Kilde: Ungdata 2022–2024

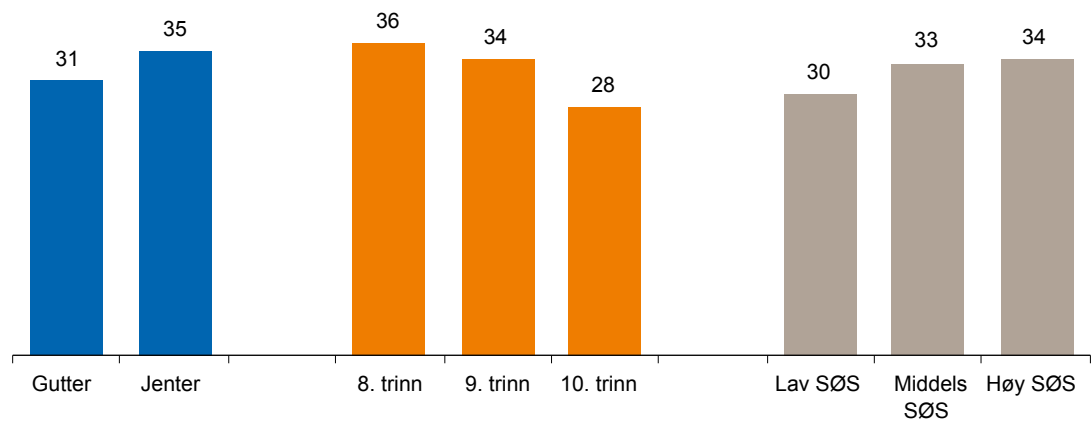
Sosiodemografisk profil

Figur 4.6 viser hvordan andelen som tilhører «de som oftest er med venner», varierer brutt ned etter kjønn, alder og sosioøkonomisk status. Resultatene viser at også denne gruppen har en viss overrepresentasjon av jenter, elever på 8. trinn og ungdom med høy sosioøkonomisk status.

Den største forskjellen finner vi med hensyn til alder. Her er det en forskjell på 8 prosentpoeng mellom elever på 8. trinn og 10. trinn, mens det er en forskjell på bare 2 prosentpoeng mellom 8. og 9. trinn. Når det gjelder kjønn, tilhører 35

prosent av jentene denne gruppen, sammenliknet med 31 prosent av guttene. Forskjellen mellom ungdommer med høy og lav sosioøkonomisk status er også på 4 prosentpoeng, men det er omtrent ikke forskjell mellom de med middels og de med høy sosioøkonomisk status.

Figur 4.8 Andel som tilhører gruppen «de som oftest er med venner» – etter kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status (SØS). Prosent.



Kilde: Ungdata 2022–2024

Tabell 4.4 viser hvordan «de som oftest er med venner» skiller seg fra andre når det gjelder indikatorene som ligger til grunn for målet på sosioøkonomisk status. Resultatene indikerer at litt flere i denne gruppen har foreldre med høyere utdanning, men samtidig er det færre som rapporterer å ha mange bøker hjemme. Gruppen skiller seg ut ved at de i noe større grad enn gjennomsnittet har tilgang til ulike materielle goder.

Tabell 4.4 Indikator på sosioøkonomisk status blant «de som oftest er med venner» sammenliknet med andre ungdommer.

	De som oftest er med venner	Andre ungdommer	Totalt
Har to foreldre med høyere utdanning (%)	56	51	52
Har mer enn 100 bøker hjemme (%)	44	47	46
Familien har to eller flere biler (%)	73	69	70
Ungdommen har eget soverom (%)	97	95	96
Har vært på to eller flere ferier med familien siste år (%)	61	51	54
Familien har tre eller flere PC-er/nettbrett (%)	90	87	88
N =	47 724	102 949	150 673

Kilde: Ungdata 2022–2024

4.6 De mest risikoorienterte

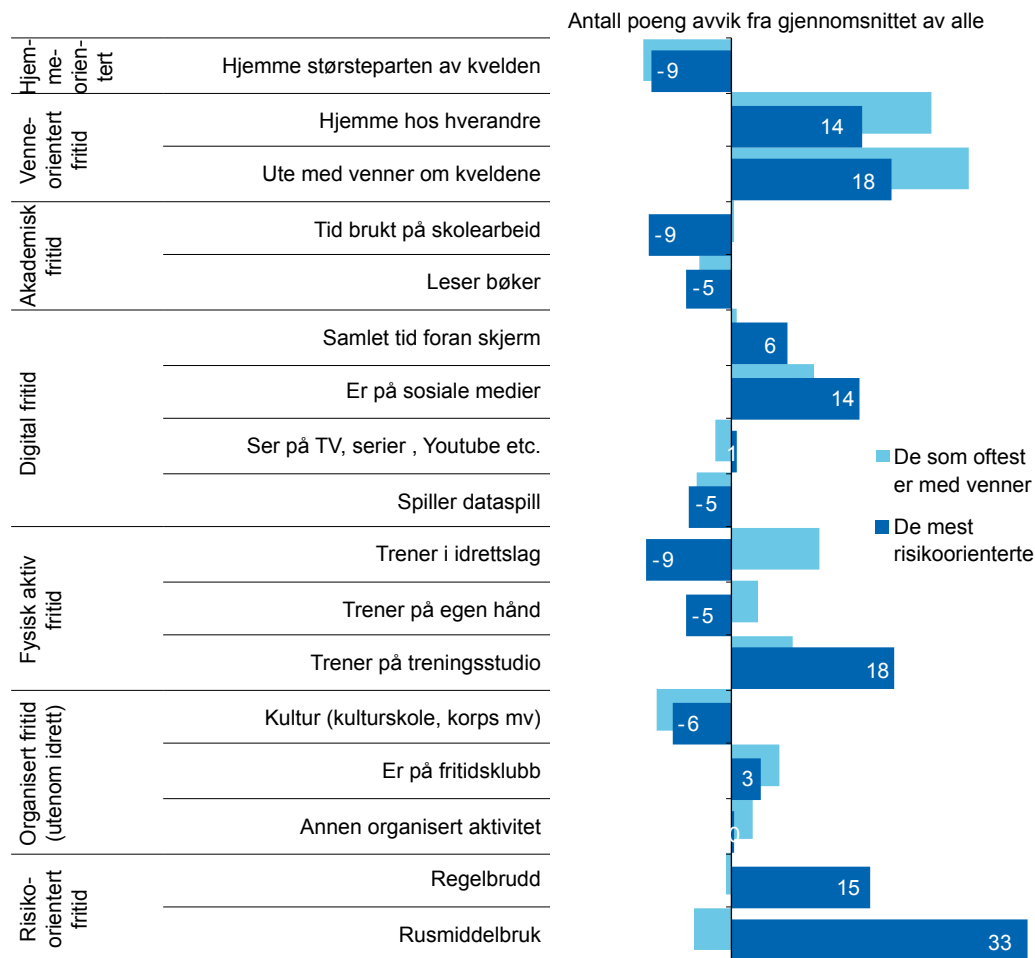
Den fjerde gruppen har vi valgt å kalle for «de mest risikoorienterte». De utgjør 13 prosent av ungdommene og skiller seg markant ut gjennom å rapportere om rusmiddelbruk og regelbrudd i langt større grad enn andre. For eksempel har hele 82 prosent av ungdommene i denne gruppen vært beruset på alkohol i løpet av det siste året (se vedleggstabell 2). Blant andre ungdommer gjelder det kun 4 prosent. Videre har 69 prosent av «de mest risikoorienterte» skulket skolen, mot under 25 prosent blant ungdom generelt. Dette viser hvor markant denne gruppen avviker på områdene rusmiddelbruk og regelbrudd.

«De mest risikoorienterte» bruker i gjennomsnitt fritidsklubben oftere enn andre. De trener også en god del oftere enn andre på treningsstudio, men trener sjeldnere enn andre i idrettslag og på egen hånd. De er sjelden med på kulturorienterte fritidsaktiviteter, men like ofte som andre ungdommer med i (uspesifiserte) andre typer organisasjoner.

Når det gjelder venneorientert fritid, er «de mest risikoorienterte» svært sosiale, og de har på dette området mange likhetstrekk med «de som oftest er med venner». «De mest risikoorienterte» tilbringer mye tid ute med venner, og de er oftere enn andre sammen med venner hjemme hos hverandre. Samtidig er de minst hjemme om kveldene og bruker minst tid på skolearbeid og boklesing.

Ungdom i denne gruppen bruker derimot mer tid på sosiale medier enn gjennomsnittet. 61 prosent rapporterer om minst tre timer om dagen (se vedleggstabell 2), mot 37 prosent blant ungdom generelt. De bruker også noe mer tid enn andre på gaming og på TV-titting, serier eller YouTube. Samlet bruker de en god del mer tid foran skjerm enn andre.

Figur 4.9 «De mest risikoorienterte». Gjennomsnittlige skårer på fritidsindikatorer målt som avvik fra hele ungdomsbefolkningen – og sammenliknet med «de som oftest er med venner».

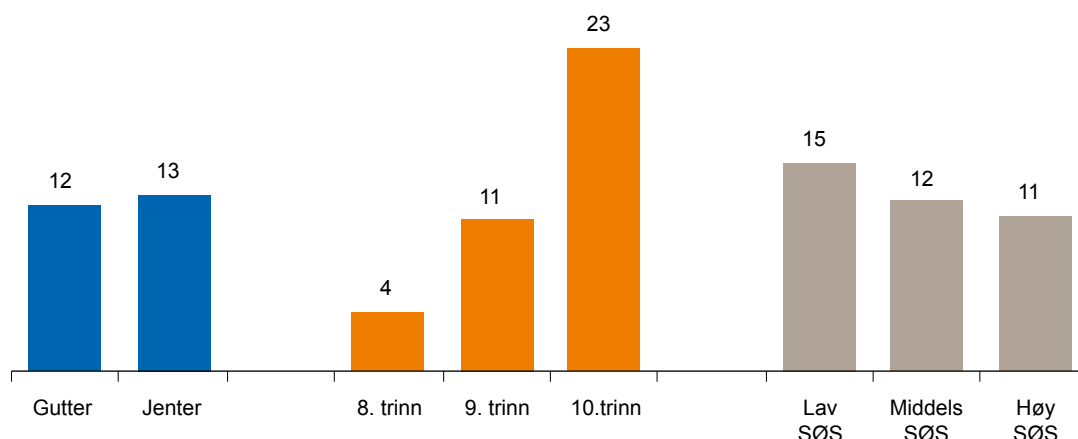


Kilde: Ungdata 2022–2024

Sosiodemografisk profil

Mens det er omtrent like mange gutter og jenter blant «de mest risikoorienterte», er dette gruppen med den tydeligste aldersprofilen. Som vist i figur 4.10, tilhører 4 prosent av 8.-klassingene «de mest risikoorienterte», mens andelen stiger til 11 prosent blant 9.-klassingene og hele 23 prosent blant 10.-klassingene. Den sterke sammenhengen med alder må sees i lys av at bruken av rusmidler og flere av regelbruddene som inngår i kartleggingen, øker betydelig i løpet av årene på ungdomsskolen.

Figur 4.10 Andel som tilhører gruppen «de mest risikoorienterte» – etter kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status (SØS). Prosent.



Kilde: Ungdata 2022–2024

Det er en viss overrepresentasjon av ungdom med lav sosioøkonomisk status (15 prosent), men små forskjeller mellom middels (12 prosent) og høy sosioøkonomisk status (11 prosent).

Som vist i tabell 4.5 er det litt færre i denne gruppen som har foreldre med høyere utdanning sammenliknet med andre ungdommer, og de rapporterer også om færre bøker hjemme. På de andre indikatorene for sosioøkonomisk status er det ikke store forskjeller.

Tabell 4.5 Indikator på sosioøkonomisk status blant «de mest risikoorienterte» sammenliknet med andre ungdommer.

	De mest risikoorienterte	Andre ungdommer	Totalt
Har to foreldre med høyere utdanning (%)	47	53	52
Har mer enn 100 bøker hjemme (%)	42	47	46
Familien har to eller flere biler (%)	73	69	70
Ungdommen har eget soverom (%)	96	95	96
Har vært på to eller flere ferier med familien siste år (%)	54	54	54
Familien har tre eller flere PC-er/nettbrett (%)	87	89	88
N =	18 172	132 501	150 673

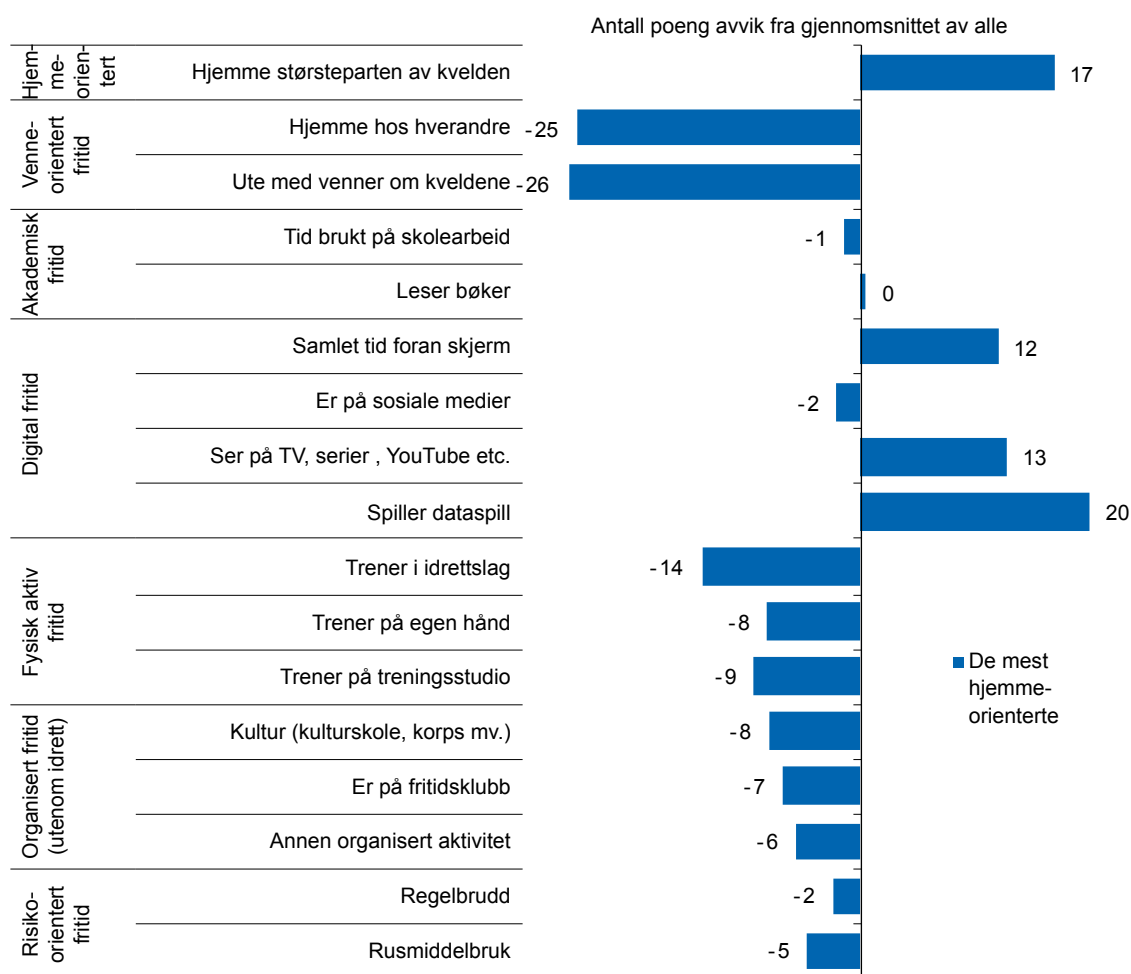
Kilde: Ungdata 2022–2024

4.7 De mest hjemmeorienterte

Den siste gruppen skiller seg ut på aller flest fritidsområder. Den har fått navnet «de mest hjemmeorienterte», fordi hjemmet representerer en særlig dominerende arena for disse ungdommene. I motsetning til de fire andre gruppene, som har en viss balanse mellom hjemmet og aktiviteter utenfor,

tilbringer disse ungdommene mesteparten av fritiden sin hjemme. For eksempel svarer 62 prosent at de er hjemme hele kvelden minst seks dager i uka (vedleggstabell 2). I kontrast oppgir bare 13 prosent av «de som oftest er med venner» det samme. «De mest hjemmeorienterte» utgjør 27 prosent av alle ungdommer og er den nest største av gruppene i perioden 2022 til 2024.

Figur 4.11 Fritidsprofilen til «de mest hjemmeorienterte». Gjennomsnittlige skårer på fritidsindikatorer målt som avvik fra hele ungdomsbefolkningen.



Kilde: Ungdata 2022–2024

«De mest hjemmeorienterte» utgjør en gruppe av ungdom som i langt mindre grad enn andre er fysisk sammen med venner på fritiden. For eksempel er kun 3 prosent ute med venner minst to kvelder i uka (se vedleggstabell 2), mens dette generelt gjelder 37 prosent av alle ungdommer. «De mest hjemmeorienterte» tilbringer derimot betydelig mer tid foran skjermene sammenliknet med andre, spesielt når det gjelder gaming. De bruker også mye tid på skjermbasert underholdning som det å se på TV, serier eller YouTube, og selv om de bruker mye tid på sosiale medier, avviker de ikke nevneverdig fra lands-

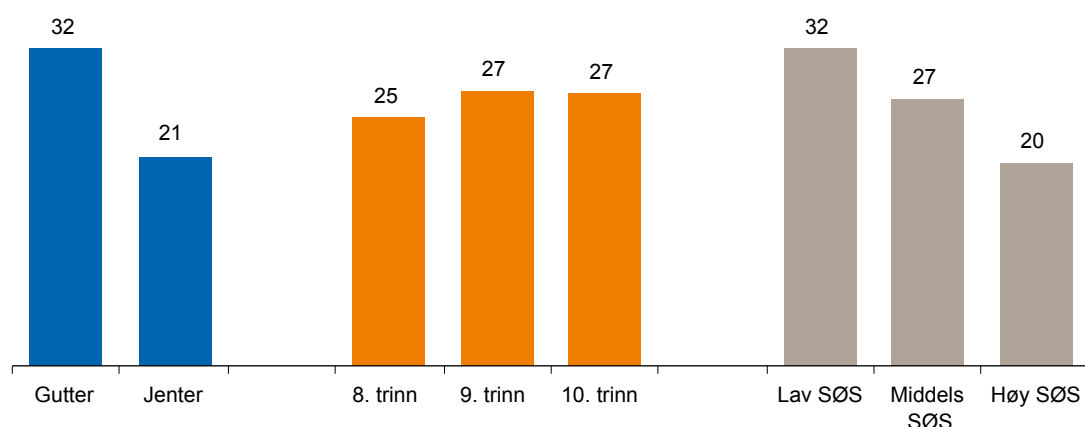
gjennomsnittet. De har generelt en mindre fysisk aktiv fritid enn andre grupper og deltar sjelden i organiserte fritidsaktiviteter.⁶

Når det gjelder skolearbeid og lesing, skårer denne gruppen likt med eller litt under gjennomsnittet for norsk ungdom. Det samme gjelder for rusmiddelbruk og regelbrudd.

Sosiodemografisk profil

Figur 4.12 viser at gutter i langt større grad enn jenter tilhører denne gruppen. Mens 32 prosent av guttene er å finne blant «de mest hjemmeorienterte», gjelder det 21 prosent av jentene. Dette indikerer at omtrent én av tre i denne gruppen er jenter, mens to av tre er gutter.

Figur 4.12 Andel som tilhører gruppen «de mest hjemmeorienterte» – etter kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status (SØS). Prosent.



Kilde: Ungdata 2022–2024

Generelt har alder relativt lite å si for sjansen til å tilhøre «de mest hjemmeorienterte», men det er en viss overvekt av 9.- og 10.-klassinger. En tydeligere sammenheng finnes mellom denne gruppen og sosioøkonomisk status. Her ser vi en gradient, der sjansen for å tilhøre «de mest hjemmeorienterte» synker i takt med at familiens sosioøkonomiske status øker. Forskjellen mellom ytterkantene av den sosioøkonomiske skalaen er på 12 prosentpoeng, omtrent den samme forskjellen som mellom gutter og jenter.

Tabell 4.6 viser at det i denne gruppen er litt færre som har foreldre med høyere utdanning, og litt færre som har mange bøker i hjemmet, enn blant de øvrige. De er særlig underrepresentert når det gjelder å reise på ferie med familien.

⁶ I Ungdata finnes det spørsmål om hvor mange ganger i løpet av den siste uka ungdommene spilte onlinespill med andre størsteparten av kvelden. Analyser av dette spørsmålet viser at 58 prosent av «de mest hjemmeorienterte» gjør dette minst to kvelder i uka. Tallet er en god del høyere enn blant andre ungdommer, hvor 34 prosent svarer det samme. Et annet spørsmål fanger opp hvor mange som er «sosial på nett eller mobil størsteparten av kvelden». Blant «de mest hjemmeorienterte» oppgir 74 prosent at dette skjer minst to kvelder i uka, mot 63 prosent blant andre ungdommer.

Tabell 4.6 Indikator på sosioøkonomisk status blant «de mest hjemmeorienterte» sammenliknet med andre ungdommer.

	De mest hjemmeorienterte	Andre ungdommer	Totalt
Har to foreldre med høyere utdanning (%)	47	54	52
Har mer enn 100 bøker hjemme (%)	43	48	46
Familien har to eller flere biler (%)	68	71	70
Ungdommen har eget soverom (%)	95	96	96
Har vært på to eller flere ferier med familien siste år (%)	46	57	54
Familien har tre eller flere PC-er/nettbrett (%)	88	88	88
N =	38 596	112 077	150 673

Kilde: Ungdata 2022–2024

4.8 Oppsummering

I dette kapittelet har vi beskrevet fem grupper av ungdom, som skiller seg fra hverandre gjennom at noen typer av fritidsaktiviteter dominerer hverdagen i større grad enn andre. I tidsperioden analysene dekker, 2022 til 2024, er det tre større grupper: «de som oftest er med venner», «de mest hjemmeorienterte» og «de minst digitale». Disse utgjør til sammen rundt åtte av ti ungdommer. De resterende fordeler seg på to mindre grupper, hvor «de mest risikoorienterte» er litt større enn «de mest kulturelle».

Vi har sammenstilt analysene i tabell 4.7, som gir en samlet oversikt over på hvilke fritidsområder de ulike gruppene skiller seg fra gjennomsnittet av alle ungdommer. Tabellen viser at de forskjellige gruppene har såpass forskjellige fritidsprofiler at det er rimelig å si at de representerer grupper av ungdom som har kvalitativt ulike måter å tilbringe ungdomstiden sin på.

Tabell 4.7 Oppsummering av hvordan grupper med ulike fritidsprofiler skiller seg fra gjennomsnittet av alle ungdommer på ulike fritidsområder.

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Størrelsen på gruppen	19 %	9 %	33 %	13 %	27 %
Fritidsområder	Gruppens skår på ulike fritidsområder sammenliknet med gjennomsnittet av all ungdom				
Hjemmeorientert fritid	Litt lavere	Høyere	Mye lavere	Mye lavere	Svært mye høyere
Venneorientert fritid	Svært mye lavere	Lavere	Svært mye høyere	Svært mye høyere	Svært mye lavere
Akademisk fritid	Høyere	Litt høyere	Som gjennomsnittet	Mye lavere	Som gjennomsnittet
Digital fritid (generelt)	Svært mye lavere	Litt lavere	Litt høyere	Litt høyere	Mye høyere
Sosiale medier	Svært mye lavere	Lavere	Mye høyere	Svært mye høyere	Som gjennomsnittet
Dataspill	Svært mye lavere	Litt lavere	Litt lavere	Litt lavere	Svært mye høyere
Fysisk aktiv fritid (generelt)	Litt høyere	Lavere	Mye høyere	Som gjennomsnittet	Svært mye lavere
Idrettslag	Mye høyere	Mye lavere	Høyere	Lavere	Mye lavere
Treningsstudio	Lavere	Mye lavere	Høyere	Svært mye høyere	Mye lavere
Organisert fritid (generelt)	Litt lavere	Svært mye høyere	Litt høyere	Som gjennomsnittet	Mye lavere
Kultur	Lavere	Svært mye høyere	Mye lavere	Lavere	Mye lavere
Fritidsklubb	Litt lavere	Høyere	Litt høyere	Litt høyere	Lavere
Risikoorientert fritid	Svært mye lavere	Lavere	Lavere	Svært mye høyere	Mye lavere

Note: Tabellen er basert på analyser der vi først beregnet hvor mye hver gruppe avviker fra det nasjonale gjennomsnittet på hver av de 17 fritidsindikatorerne, målt i prosent av standardavviket for hele populasjonen. Vi laget deretter et gjennomsnitt av disse tallene for hvert fritidsområde og oversatte disse verdiene til tekstene som finnes i tabellen. (Absolutte) tall mellom 0,1 og 0,2 er omtalt som «litt lavere» / «litt høyere», tall mellom 0,2 og 0,3 som «lavere»/«høyere», tall mellom 0,3 og 0,4 som «mye lavere» / «mye høyere» og tall over 0,4 som «svært mye lavere» / «svært mye høyere». Enkelte fritidsområder viser et utvalg av fritidsindikatorerne.

Kilde: Ungdata 2022–2024

Fritidsprofilene

Den største gruppen er den vi har kalt for «de som oftest er med venner», som utgjør 33 prosent av ungdommene. Denne gruppen består av spesielt sosiale ungdommer, som er svært aktive på sosiale medier og ofte tilbringer tid fysisk

med venner. De har et tydeligere uteorientert fritidsmønster, og de er sjeldnere enn andre hjemme om kveldene. Mange deltar i organisert idrett, og for mange utgjør treningssentrene en viktig treningsarena. Dette er den av gruppene som samlet sett bruker mest tid på trening.

Kontrasten er stor til den nest største gruppen, «de mest hjemmeorienterte», som utgjør 27 prosent av ungdommene. De fleste av disse ungdommene tilbringer stort sett hver kveld hjemme, og mange har bare begrenset fysisk kontakt med venner i fritiden. De deltar sjelden i organiserte fritidsaktiviteter og trener mye mindre enn andre. Den dominerende fritidsaktiviteten er skjerm-basert, og det er særlig på dataspill at denne gruppen skiller seg ut med et langt høyere aktivitetsnivå enn andre.

Den tredje største gruppen, «de minst digitale», utgjør 19 prosent av ungdommene. Dette er den gruppen med høyest deltakelse i organisert idrett, og mange bruker fritiden sin til å jogge eller drive med andre former for egentrening. De bruker vesentlig mindre tid på skjerm enn andre ungdommer, uten at det betyr at de er digitalt frakoblet. De har et mer variert fritidsmønster, blant annet bruker de mer tid på skolearbeid og leser oftere bøker enn andre.

Den fjerde største gruppen, «de mest risikoorienterte», utgjør 13 prosent av ungdommene. Denne gruppen kjennetegnes ved at de er tidlig ute med å teste ulike former for rusmidler og er oftere involvert i regelbrudd. De er en svært sosial gruppe, som tilbringer mye sammen med venner, både fysisk og på sosiale medier. Selv om de deltar mindre i organiserte fritidsaktiviteter, trener de mer enn andre på treningsstudio. I tillegg er de mindre hjemme om kveldene enn det som er vanlig, og de er blant de minst «akademisk» orienterte.

Til slutt har vi «de mest kulturelle», som utgjør 9 prosent. Dette er gruppen som bruker mest tid på kulturorienterte fritidsaktiviteter. De deltar på musikkskole eller kulturskole, spiller instrument, synger i kor eller driver med andre former for kreative eller kunstneriske aktiviteter. De tilbringer imidlertid mer tid hjemme om kveldene og har mindre uformelt fysisk samvær med venner enn andre ungdommer. Denne gruppen bruker mer tid på lesing og skolearbeid enn andre og noe mindre tid på skjerm.

Sosiodemografiske forskjeller

I kapittelet undersøkte vi hvorvidt kjønn, alder og sosioøkonomisk status har sammenheng med hvilke av gruppene ungdommene tilhører. Tabell 4.8 oppsummerer funnene. Resultatene viser at sosiodemografiske bakgrunnsfaktorer har ulik betydning for de ulike gruppene.

Tabell 4.8 Oppsummering av hvordan grupper med ulike fritidsprofiler skiller seg fra gjennomsnittet av alle ungdommer på sosiodemografiske kjennetegn (kjønn, alder og sosioøkonomisk status).

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Hvordan profilenes sosiodemografiske fordeling skiller seg ut					
Kjønn	Liten overvekt jenter	Stor overvekt jenter	Liten overvekt jenter	Nokså jevnt gutter og jenter	Stor overvekt gutter
Alder	Stor overvekt yngre	Liten overvekt yngre	Liten overvekt yngre	Stor overvekt eldre	Jevn fordeling
Sosioøkonomisk status	Liten overvekt høy SØS	Stor overvekt høy SØS	Liten overvekt høy SØS	Liten overvekt lav SØS	Stor overvekt lav SØS

Kilde: Ungdata 2022–2024

De to mest kjønnede kategoriene er «de hjemmeorienterte», hvor gutter utgjør et klart flertall, og «de mest kulturelle», hvor jenter er klart overrepresentert. I de andre gruppene er gutter og jenter nokså jevnt fordelt.

Når det gjelder alder, utgjør de eldste ungdommene på ungdomstrinnet det store flertallet i gruppen «de mest risikoorienterte». Motsatt er «de minst digitale» den gruppen som i gjennomsnitt er yngst. «De mest kulturelle» og «de som oftest er med venner» har en viss overvekt av yngre ungdomsskoleelever, men aldersforskjellene mellom gruppene er ikke betydelige. Alder har derimot lite å si for sjansen til å tilhøre «de mest hjemmeorienterte».

Det er en tydelig overvekt av ungdom med høy sosioøkonomisk status blant «de mest kulturelle». Denne gruppen har betydelig flere bøker hjemme enn de andre, og de har oftere foreldre med høyere utdanning. På den andre siden er ungdom med lav sosioøkonomisk status overrepresentert blant «de mest risikoorienterte» og «de mest hjemmeorienterte». De to siste gruppene, «de minst digitale» og «de som oftest er med venner», har en viss overvekt av ungdom med høy SØS.

Oppsummert viser analysene av sosiodemografiske forhold at kontrastene er mest markante mellom «de mest kulturelle» og «de mest hjemmeorienterte». Mens «de mest kulturelle» har en klar overvekt av yngre jenter med høyere sosioøkonomisk status, er gutter med lavere sosioøkonomisk status betydelig overrepresentert blant «de mest hjemmeorienterte».

5 Fritid i endring

I dette kapittelet gir vi en oversikt over hvordan fritidsvanene til ungdom har utviklet seg de siste ti årene, og i hvilken grad endringer varierer på tvers av kjønn, alder og sosioøkonomisk status. Vi starter med å analysere på hvilke fritidsområder det har skjedd endringer. Vi forventer en tydelig økning innen digitale fritidsaktiviteter, men finnes det andre områder som også har vokst? Og hvilke områder har eventuelt hatt en nedgang? Analysene danner et viktig bakteppe når vi videre i kapittelet ser nærmere på gruppene, som ble presentert i forrige kapittel. Vi undersøker om det har vært noen forskyvninger mellom grupper med ulike fritidsprofiler, og hvor omfattende disse endringene eventuelt har vært.

Til slutt undersøker vi om de sosiodemografiske kjennetegnene ved ungdom som tilhører de ulike gruppene, har endret seg i løpet av de siste ti årene. Har forskjellene mellom gruppene når det gjelder kjønn, alder og sosioøkonomisk status, økt, blitt mindre eller forblitt på samme nivå? På denne måten vil vi kunne fastslå om utviklingen i perioden har ført til større (eller mindre) sosiale ulikheter i hvordan ungdom tilbringer fritiden.

5.1 Endringer i fritidsaktiviteter

Tabell 5.1 gir en oversikt over hvilke områder fritiden har endret seg på, og hvor det har vært større grad av stabilitet. I analysene skiller vi mellom fire tidsperioder: to før pandemien (2014–2016 og 2017–2019), én under pandemiåret 2021 og én etter pandemien (2022–2024). For hver tidsperiode har vi beregnet gjennomsnittsskåren for hver fritidsindikator. Kolonnen til høyre viser differansen mellom den siste og den første tidsperioden. Positive differanser indikerer en økning, mens negative tall viser en nedgang i den aktuelle fritidsaktiviteten. Jo høyere differanse målt i absolutte tall, desto større har endringene vært.

Resultatene viser at det er spesielt på tre områder at det har skjedd betydelige endringer i ungdoms fritidsvaner. For det første har tiden ungdom bruker foran skjerm, økt markant, med den største økningen innen bruken av sosiale medier. Eksempelvis har andelen av ungdommene som generelt bruker minst fire timer foran skjem i fritiden, økt fra 26 prosent i 2014–2016 til 44 prosent i 2022–2024 (se vedleggstabell 1). Ungdom bruker også mer tid på å se på «TV, serier, YouTube osv.» samt på å spille dataspill. Når vi ser nærmere på tidsperiodene for disse endringene, finner vi at økningen i tid brukt på digitale fritidsaktiviteter skjedde fram til og med pandemiåret 2021. Etter pandemitiden har ikke tallene endret seg mye.

For det andre har det vært en merkbar økning i tiden ungdom tilbringer på treningsstudio. Dette indikerer en endring i ungdoms fysiske aktivitetsvaner.

Bruken av treningsstudio har økt jevnt, men under pandemien var det en tydelig nedgang, noe som må sees i lys av at mange treningssentre måtte stenge ned i perioder. Etter pandemien har tallene økt betraktelig, og ungdom bruker treningssentrene langt mer enn for ti år siden. Andel som bruker treningsstudio minst en gang i uka, har økt fra 21 prosent i 2014–2016 til 34 prosent i 2022–2024 (vedleggstabell 1). Økningen ser ikke ut til å ha gått på bekostning av andre treningsformer. For eksempel viser tallene for deltakelse i idrettslag en stabil utvikling, mens trening på egen hånd har gått noe ned i denne tiårsperioden.

Tabell 5.1 Fritidsindikatorer fordelt på tidsperioder. Gjennomsnitt (skala 0–100).

	2014– 2016	2027– 2019	2021	2022– 2024	Endring over hele tidsperioden
Hjemmeorientert fritid					
Hjemme størsteparten av kvelden	62	63	71	67	+5,7
Venneorientert fritid					
Hjemme hos hverandre	45	41	41	42	–3,2
Ute med venner om kvelden	31	30	32	35	+3,2
Akademisk fritid					
Tid brukt på skolearbeid	43	38	36	32	–11,0
Leser bøker	15	13	13	13	–2,6
Digital fritid					
Samlet tid foran skjerm	58	64	72	70	+11,4
Er på sosiale medier	55	61	68	70	+14,5
Ser på TV, serier, YouTube etc.	55	65	66	60	+5,2
Spiller dataspill	34	37	44	43	+8,3
Fysisk aktiv fritid					
Trener i idrettslag	43	45	40	42	–1,1
Trener på egen hånd	45	44	46	42	–2,1
Trener på treningsstudio	21	25	21	30	+9,8
Organisert fritid (utenom idrett)					
Kultur (kulturskole, korps mv.)	12	11	10	10	–2,3
Er på fritidsklubb	17	16	11	16	–0,6
Annen organisert aktivitet	26	25	19	23	–2,6
Risikoorientert fritid					
Regelbrudd	5	7	7	8	+2,4
Rusmiddelbruk	7	7	7	7	+0,3

Kilde: Ungdata 2014–2024

Den tredje store endringen finner vi på området akademisk fritid. Tiden ungdom bruker på lekser og annet skolearbeid, har gått betydelig ned i løpet av tiårsperioden. Andel som bruker minst en time daglig, har gått ned fra 52 prosent

i 2014–2016 til 31 prosent i 2022–2024 (vedleggstabell 1). Nedgangen har vært jevn, med en gradvis reduksjon gjennom hele perioden. Samtidig ser vi at ungdom i enda mindre grad enn før leser bøker. Lesingen har gått fra et lavt nivå i 2014–2016 (20 prosent leser minst 30 minutter daglig) til et enda lavere nivå i 2022–2024 (15 prosent). Etter pandemien har det ikke vært noen ytterligere nedgang, noe som kan tyde på at utviklingen har stabilisert seg.

Også på andre områder har det skjedd endringer, men ikke i like stor grad. I løpet av tiårsperioden har det for eksempel vært en økning i det å tilbringe kveldene hjemme (fra 22 til 31 prosent i andelen som er hjemme minst seks kvelder i uka). Samtidig har det vært liten nedgang i uformelt vennsamvær hjemme hos hverandre, mens det uformelle samværet ute med venner om kveldene har økt noe. Ser vi disse formene for fysisk vennsamvær under ett, har den venneorienterte fritiden holdt seg relativt stabil når vi ser hele denne perioden under ett.

Når det gjelder deltakelse i andre organiserte fritidsaktiviteter enn idrett, har det vært nedgang. Noen færre enn før deltar i kulturorienterte aktiviteter, og det samme gjelder andre, uspesifiserte organiserte aktiviteter. Fritidsklubber har hatt minst nedgang, med relativt stabile tall over tid.

På området risikoorientert fritid viser indikatoren for rusmiddelbruk en flat utvikling, mens indikatoren for regelbrudd viser en viss økning. Går vi nærmere inn i tallene for regelbrudd (vedleggstabell 1), viser det seg at andelen som har skulket skolen i løpet av denne tiårsperioden, økte fra 20 til 31 prosent, mens andelen som har sneket seg inn på ulike steder der det koster penger, økte fra 19 til 29 prosent. Andelen som har nasket i butikken, økte fra 8 til 12 prosent, andelen som har drevet hærverk, fra 8 til 10 prosent, andelen som har tagget, økte fra 4 til 5 prosent, og andelen som har vært borte en hel natt uten at foreldrene visste hvor de var, økte fra 8 til 12 prosent. Andelen som har vært i slåsskamp, har vært forholdsvis stabil.

5.2 Endringer i fritidsprofiler

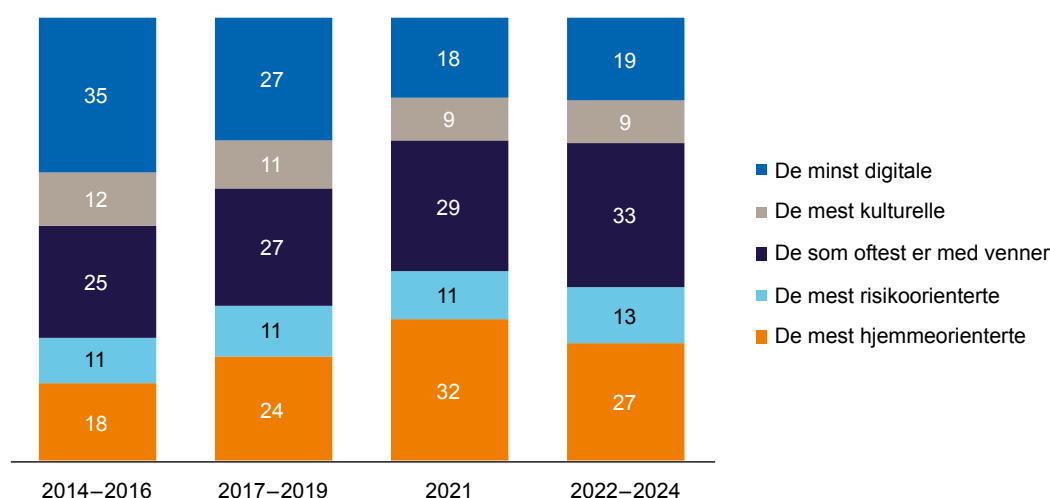
Resultatene presentert ovenfor gir et viktig bakteppe når vi nå undersøker hvordan størrelsene på gruppene av ungdom med ulike fritidsprofiler har endret seg i løpet av det siste tiåret. Figur 5.1 viser hvor stor andel hver gruppe utgjør i de fire tidsperiodene. Som forventet viser resultatene store forskyvninger over tid, der noen grupper har gått tilbake, mens andre har økt i omfang. Den største tilbakegangen har vært i gruppen «de minst digitale». Disse utgjorde 35 prosent i starten av perioden, mot 19 prosent mot slutten. «De mest kulturelle» har også gått ned, fra 12 til 9 prosent. Felles for begge disse gruppene er at nedgangen skjedde fram til og med pandemiåret 2021. Etter pandemien har det vært svært små endringer i disse gruppenes utbredelse.

Gruppene «de som er mest med venner» og «de mest hjemmeorienterte» har økt betydelig over tid. Målt i prosentpoeng har begge gruppene økt omtrent like mye,

men den relative økningen er noe høyere for «de mest hjemmeorienterte», som utgjorde 18 prosent i starten av perioden og 27 prosent mot slutten. Under pandemien var denne gruppen enda større, da de utgjorde 32 prosent, men andelen gikk ned igjen etterpå. For gruppen «de som oftest er med venner» har økningen foregått mer gradvis, og over hele tiårsperioden har andelen økt fra 25 til 33 prosent.

Den siste gruppen, «de mest risikoorienterte», har også vokst i løpet av denne perioden. Målt i prosentpoeng har gruppen økt med 2 poeng, fra 11 til 13 prosent. Både før og under pandemien var tallene stabile, men gruppen økte først etter at pandemien var over.

Figur 5.1 Utbredelse av grupper med ulike fritidsprofiler i forskjellige tidsperioder. Prosent.



Kilde: Ungdata 2014–2024

5.3 Utvikling i fritidsprofilenes sosiodemografiske sammensetning

I forrige kapittel viste vi hvordan kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status hang sammen med sannsynligheten for å tilhøre de ulike gruppene. Resultatene baserte seg på analyser av perioden fra 2022 til 2024. I hvilken grad er dette sammenhenger som har endret seg i løpet av det siste tiåret? I denne delen undersøker vi nærmere om den sosiodemografiske sammensetningen av gruppene har endret seg. Resultatene kan gi svar på om de generelle forskyvningene fra gruppene «de minst digitale» og «de mest kulturelle» over mot de tre andre gruppene har vært «drevet» av noen bestemte sosiodemografiske grupper, eller om forskyvningene i større grad reflekterer en mer generell trend der gruppene på ulike tidspunkter stort sett har de samme sosiodemografiske kjennetegnene.⁷

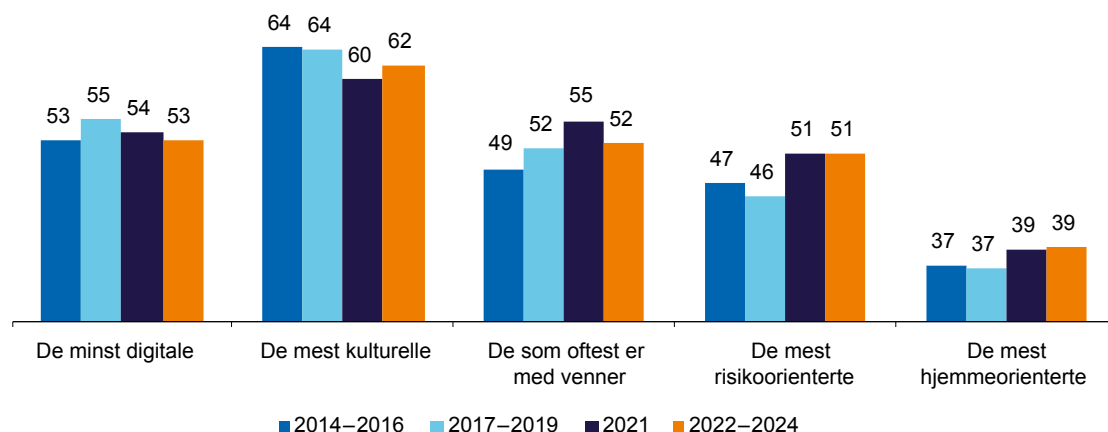
⁷ Vi har valgt en tilnærming der vi undersøker om de sosiodemografiske kjennetegnene i hver av gruppene med ulike fritidsprofiler har endret seg over tid. I vedleggstabell 3 finnes det dokumentasjon der «prosentueringen» går motsatt vei.

Har betydningen av kjønn endret seg?

Vi starter med å undersøke hvordan kjønns sammensetningen i de ulike gruppene utviklet seg i løpet av tiårsperioden. Dette er gjort ved å beregne hvor stor andel jenter utgjør i hver av gruppene i de forskjellige tidsperiodene. Siden gutter og jenter totalt sett utgjør omtrent 50/50, vil en andel over 50 prosent indikere at jenter er overrepresentert i gruppen, mens en andel under 50 betyr at jenter er underrepresentert. Jo større avvik fra 50, desto større over-/underrepresentasjonen av det aktuelle kjønn.

Resultatene, som er vist i figur 5.2, tyder på at kjønnsforskjellene er blitt noe mindre i den siste tidsperioden sammenliknet med den første.⁸ Rent visuelt kan vi se dette ved at de fleste tallene i den siste tidsperioden ligger litt nærmere 50 enn i den første.⁹ Dette tyder på en utvikling mot en jevnere kjønnsbalanse. Ser vi hele tiåret under ett, har det blitt noe flere jenter i de to gruppene der jenter tidligere var mest underrepresentert, det vil si blant «de mest risikoorienterte» og «de mest hjemmeorienterte». Samtidig har andelen jenter i gruppen «de mest kulturelle», der jenter er mest overrepresentert, gått noe ned. Blant «de minst digitale» har jenteandelen vært lik i den første og siste perioden. I gruppen «de som oftest er med venner» var det en svak overvekt av jenter i den siste perioden, mens det var motsatt i den første. Under pandemitiden var jenteandelen i denne gruppen på sitt høyeste.

Figur 5.2 Prosentandel jenter i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Prosent.



Kilde: Ungdata 2014–2024

Har betydningen av alder endret seg?

Figur 5.3 viser gjennomsnittsalderen, målt i klassetrinn, for ungdom i de ulike gruppene i forskjellige tidsperioder. Ettersom ungdom er nokså jevnt fordelt over

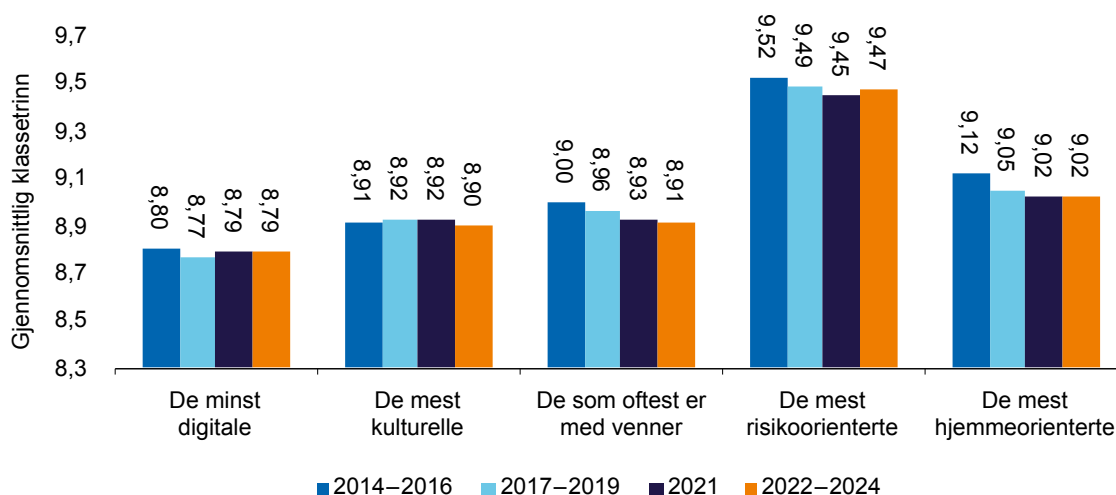
8 ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og kjønn viser eta = 0,15 (2014–2016), eta = 0,17 (2017–2019), eta = 0,15 (2021), eta = 0,14 (2022–2024).

9 Summerer vi hver gruppes (absolutte) avvik fra 50 i en tabell, får vi 33,4 i den første perioden og 28,8 i den siste perioden.

klassetrinnene på ungdomsskolen, vil gjennomsnittet for alle ungdommer ligge rundt 9. Tall over 9 indikerer at gruppen er eldre enn gjennomsnittet, mens tall under 9 indikerer at gruppen er yngre. Hvis utviklingen over tid går i retning av å nærme seg 9,0, betyr det at fordelingen av aldersgruppene vil bli likere.

Bevegelser bort fra 9,0 – enten lavere eller høyere – innebærer at aldersfordelingen blir skjevare.

Figur 5.3 Gjennomsnittlig klasstrinn i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Prosent.



Note: Klasstrinn er målt slik at elevene er gitt en verdi tilsvarende det klasstrinnet de går på. Gjennomsnittet for hele populasjonen er 9,0 i hver periode. Tall over 9,0 indikerer at de eldste ungdommene er overrepresentert, mens tall under 9,0 indikerer at yngre ungdommer er overrepresentert i profilen.

Kilde: Ungdata 2014–2024

Resultatene viser at alderssammensetningen har vært stabil både blant «de minst digitale» og «de mest kulturelle». I den gruppen der eldre ungdommer er overrepresentert – «de mest risikoorienterte» – har utviklingen gått i retning av en lavere gjennomsnittsalder. Det samme gjelder for «de mest hjemmeorienterte». For disse to gruppene betyr aldersnedgangen en jevnere fordeling etter alder. I gruppen «de som oftest er med venner» har gjennomsnittsalderen også sunket noe. Siden denne gruppen startet med et aldersgjennomsnitt på 9,0, innebærer nedgangen at de yngre er blitt noe overrepresentert i den siste perioden.

Samlet sett har det altså vært noen aldersforskyvninger, men stabiliteten er mer framtrædende enn endringene. Hovedbildet er at endringene ikke har vært store, og at alder i stor grad har hatt den samme betydningen for å tilhøre grupper med ulike fritidsprofiler gjennom hele perioden.¹⁰

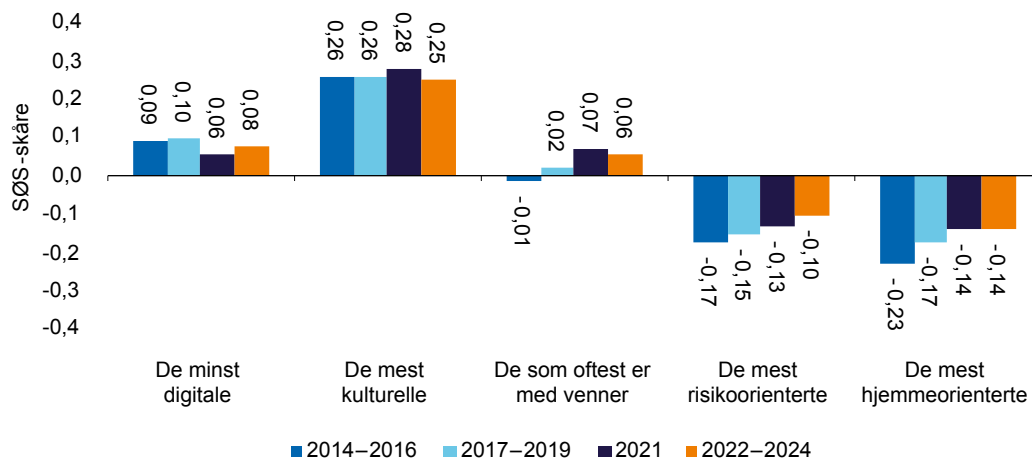
10 ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og klasstrinn viser $\eta^2 = 0,26$ (2014–2016), $\eta^2 = 0,25$ (2017–2019), $\eta^2 = 0,22$ (2021), $\eta^2 = 0,25$ (2022–2024).

Har betydningen av sosioøkonomisk status endret seg?

Hvordan har sammensetningen av sosioøkonomisk status utviklet seg i gruppene med ulike fritidsprofiler over tid? Figur 5.4 gir et svar. I disse analysene betrakter vi sosioøkonomisk status langs en skala der gjennomsnittet er satt til null.¹¹ Tall rundt null indikerer at gruppens gjennomsnittlige sosioøkonomiske status er lik gjennomsnittet blant alle ungdommer. Tall over null viser høyere gjennomsnittlig SØS, mens lavere tall indikerer lavere SØS. En utvikling over tid som nærmer seg null, kan tolkes som en tendens mot en jevnere sosioøkonomisk fordeling innad i gruppen over tid. En motsatt utvikling, der kurvene beveger seg bort fra null, innebærer at fordelingen blir skjevare.

Resultatene viser at i de to gruppene hvor ungdom med høyere sosioøkonomisk status er overrepresentert – «de minst digitale» og «de mest kulturelle» – har det ikke vært noen endringer i den sosioøkonomiske sammensetningen over tid. I de to gruppene hvor ungdom med *lavere* sosioøkonomisk status er overrepresentert – «de mest risikoorienterte» og «de mest hjemmeorienterte» – har utviklingen derimot gått i retning av en jevnere sosioøkonomisk fordeling. Det er fortsatt slik at sosioøkonomisk status har en betydning, i den forstand at de laveste sosioøkonomiske gruppene er overrepresentert i disse gruppene. Men overrepresentasjonen har blitt mindre over tid.

Figur 5.4 Sosioøkonomisk status i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Prosent.



Note: Sosioøkonomisk status er målt slik at gjennomsnittet for hele utvalget i hver tidsperiode er null. Positive tall indikerer dermed sosioøkonomisk status høyere enn gjennomsnittet, mens negative tall indikerer lavere sosioøkonomisk status enn gjennomsnittet.

Kilde: Ungdata 2014–2024

I den siste gruppen, «de som oftest er med venner», var gjennomsnittlig sosioøkonomisk status i den første perioden omtrent lik null, noe som indikerer

¹¹ Dette er gjort ved å standardisere den opprinnelige sosioøkonomiske skalaen som går fra 0 til 3. Det vil si at vi har laget z-scorer, som innebærer at gjennomsnittet blir null, og der en enhet på skalaen tilsvarer ett standardavvik i den opprinnelige fordelingen. Standardiseringen er foretatt separat for hver periode.

en jevn fordeling av ungdom med ulike sosioøkonomisk status. I de to siste periodene har dette tallet endret seg i positiv retning, noe som betyr at det mot slutten av perioden er en viss overrepresentasjon av ungdom med høyere sosioøkonomisk status, slik vi så i kapittel 4.

Alt i alt tilsier analysene at ungdommers sosioøkonomiske status har fått noe mindre betydning for hvilke fritidsvaner som er dominerende i ungdommenes liv i løpet av det siste tiåret.¹² Det vil si at ungdommens sosioøkonomiske status ikke spiller en like stor rolle for hvilke typer fritidsaktiviteter de driver med i dag, sammenliknet med for ti år siden.

5.4 Oppsummering

I dette kapitlet har vi dokumentert hvordan utviklingen i ungdoms fritidsvaner har vært gjennom det siste tiåret. Endringene har vært store, og de handler først og fremst om at digitale aktiviteter har fått en mye mer dominerende rolle i ungdoms hverdagsliv enn tidligere. Parallelt har tiden ungdom bruker på skolearbeid, gått betydelig ned, ungdom bruker mindre tid på å lese bøker, og færre er med på kulturorienterte fritidsaktiviteter. Ungdom tilbringer mer av fritiden sin hjemme om kveldene enn for ti år siden og er sjeldnere på besøk hos venner. Samtidig henger de i noe større grad ute om kveldene med venner.

Økt skjermtid ser ikke ut til å ha gått på bekostning av trening. Bruken av treningssentrene har økt betydelig, samtidig som deltakelsen i idrettslag har holdt seg relativt konstant. Egentrening har derimot hatt en viss nedgang i denne perioden. Mens rusmiddelbruken har holdt seg relativt konstant, har andelen som har vært involvert i regelbrudd, økt på flere områder. Bruken av fritidsklubber har vært nokså stabil når vi ser hele perioden under ett.

Endringene i ungdoms fritidsvaner reflekteres i utviklingen av størrelsen på gruppene med ulike fritidsprofiler. Den største nedgangen har skjedd i gruppen «de minst digitale», som har blitt redusert fra 35 prosent til 19 prosent når vi ser hele perioden under ett. Den andre gruppen med nedgang er «de mest kulturelle», som har gått fra å utgjøre 12 til 9 prosent. Til sammen utgjorde disse to gruppene nesten halvparten av ungdommene i 2014–2016. I dag utgjør de i overkant av én av fire.

Gruppen med størst økning er «de mest hjemmeorienterte». De utgjorde 18 prosent av alle ungdommer i den første perioden, mens de nå utgjør 26 prosent. Under pandemien var denne gruppen enda større. «De som oftest er med venner» har økt nesten like mye, fra 25 til 33 prosent. Begge disse gruppene er kjennetegnet ved at de bruker relativt mye tid på digitale aktiviteter, men utover det har de svært ulike fritidsprofiler.

12 ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og sosioøkonomisk status viser $\eta^2 = 0,17$ (2014–2016), $\eta^2 = 0,16$ (2017–2019), $\eta^2 = 0,14$ (2021), $\eta^2 = 0,13$ (2022–2024).

Den siste gruppen, «de mest risikoorienterte», har også økt i omfang. Økningen skjedde i perioden etter pandemien, da de utgjorde 13 prosent. Før det var andelen 11 prosent.

Utviklingen for de ulike gruppene er oppsummert i tabell 5.2.

Tabell 5.2 Endringer i størrelsen på grupper med ulike fritidsprofiler – kort oppsummert.

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Endringer over tid i størrelsen på gruppene					
2014–2016	35 %	12 %	25 %	11 %	18 %
2022–2024	19 %	9 %	33 %	13 %	26 %
Utvikling	Svært stor nedgang	Nedgang	Stor økning	Økning	Stor økning

Kilde: Ungdata 2014–2024

Sosiodemografiske endringer i sammensetningen av fritidsprofilene

Det andre hovedfunnet i dette kapittelet er at den sosiodemografiske sammensetningen i alle de fem gruppene har holdt seg relativt stabil over tid. Til tross for betydelige endringer i ungdoms fritidsvaner har altså de sosiale forskjellene mellom gruppene vært mer preget av kontinuitet enn av endring.

I den grad det har vært noen endringer, peker de oftere i retning av reduserte enn økte sosiale forskjeller. For eksempel har den sosioøkonomiske fordelingen i de to gruppene med flest ungdommer med lav sosioøkonomisk status – det vil si «de mest hjemmeorienterte» og «de mest risikoorienterte» – blitt noe jevnere over tid. Begge disse gruppene har noen flere med høy SØS mot slutten av perioden enn i begynnelsen. I gruppene der ungdom med høy sosioøkonomisk status (SØS) er overrepresentert – det vil si «de minst digitale» og «de kulturelle» – har det imidlertid ikke vært noen endringer i sammensetningen over tid. I gruppen «de som oftest er med venner» har det derimot blitt noe mer skjevfordelt på den måten at ungdom med høy SØS har blitt noe overrepresentert i den siste perioden, mens de var jevnt fordelt i den første perioden.

Andelen gutter og jenter har blitt noe jevnere i tre av gruppene, noe skjevere i en av gruppene og uendret i den siste gruppen. Når det gjelder aldersfordelingen, har det vært mindre endringer i enkelte grupper, mens andre har holdt seg stabile. Hovedmønsteret viser imidlertid at alder i stor grad har hatt en relativt konstant betydning for tilhørigheten til gruppene med ulike fritidsprofiler gjennom hele perioden.

Alt i alt viser analysene at den sosiodemografiske fordelingen blant «de mest risikoorienterte» og «de mest hjemmeorienterte» har blitt noe jevnere fordelt over tid, mens den stort sett har vært uendret blant «de minst digitale» og «de mest kulturelle». «De som oftest er med venner» har imidlertid fått en noe skjevere alders- og sosioøkonomisk fordeling. Uansett er det snakk om små forskyvninger, og hovedbildet er at de ulike gruppene stort sett har hatt den samme fordelingen av gutter og jenter, av elever på ulike klassetrinn og elever i forskjellige sosioøkonomiske grupper gjennom hele tiårsperioden. Resultatene er oppsummert i tabell 5.3.

Tabell 5.3 Endringer over tid i den sosiodemografiske sammensetningen i grupper med ulike fritidsprofiler – kort oppsummert.

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Endringer over tid i sosiodemografisk sammensetning					
Kjønnsbalanse	Uendret	Noe jevnere	Noe skjevere	Noe jevnere	Noe jevnere
Aldersfordeling	Uendret	Uendret	Skjevere	Jevnere	Jevnere
SØS-sammensetning	Uendret	Uendret	Skjevere	Jevnere	Jevnere

Kilde: Ungdata 2014–2024

6 Hvordan har ungdom det?

I dette kapittelet skal vi se nærmere på sammenhenger mellom fritidsvaner og hvordan ungdom opplever hverdagen sin. Målet er å gi et *bredt bilde* av forskjeller og likheter i livskvalitet blant grupper av ungdom med ulike fritidsprofiler. Vi vil se nærmere på flere aspekter av livskvalitet: tilfredshet med livet, positive og negative følelser, stress, press og framtidstanker. Vi tar også for oss noen indirekte mål på livskvalitet, hvor vi undersøker i hvilken grad ungdom har venner og personer de kan snakke med når de trenger støtte. Vi vil også se nærmere på i hvilken grad ungdom er utsatt for ulike former for krenkelser, som mobbing, vold og seksuell trakassering.

Vi starter kapittelet med å gi et bilde av sammenhengen mellom fritidsvaner og livskvalitet i perioden 2022 til 2024. Mot slutten av kapittelet vil vi undersøke om sammenhengene har endret seg i løpet av det siste tiåret.

For å sikre at resultatene er så sammenliknbare som mulig, har vi justert for forskjeller i kjønn og alder mellom gruppene med ulike fritidsprofiler. Dette har vi gjort ved å vekte materialet, slik at gutter og jenter på hvert klassetrinn er likt representert i hver fritidsprofil. På denne måten kan vi sammenlikne gruppene mer direkte, ettersom både kjønn og alder påvirker ungdoms livskvalitet og de krenkelsene de utsettes for.

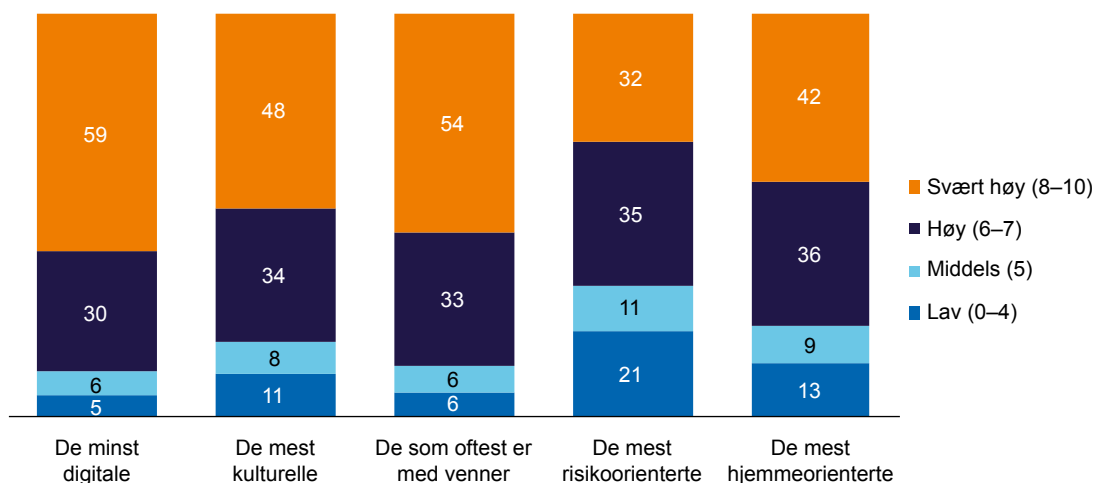
6.1 Tilfredshet med livet

Vi starter med å se nærmere på hvor tilfredse ungdommer er med livet sitt. Et mål som ofte brukes for å måle dette, er Cantrils stige. Målet ble opprinnelig utviklet på 1960-tallet av Hadley Cantril (1965) og er i nyere tid benyttet som en av hovedindikatorerne for subjektivt velvære i *World Happiness Report 2024* (Helliwell et al., 2024). I Ungdata er spørsmålet formulert slik: «Tenk deg en skala som går fra 0 til 10. Toppen av skalaen (10) står for det best mulige livet for deg, og nederst (0) er det verst mulig livet for deg. Generelt sett, hvordan står du på denne skalaen for tiden?»

Figur 6.1 viser hvordan svarene fordeler seg mellom gruppene av ungdom med ulike fritidsprofiler, når vi skiller mellom lav tilfredshet (0–4 poeng), middels tilfredshet (5 poeng), høy tilfredshet (6–7 poeng) og svært høy tilfredshet (8–10 poeng). Resultatene viser at et klart flertall rapporterer at de opplever å ha et godt liv. Selv om dette gjelder for alle gruppene, er det likevel betydelige forskjeller mellom dem. «De minst digitale» og «de som oftest er med venner» skiller seg ut som de mest fornøyde. I disse to gruppene rapporterer nesten 90 prosent om høy eller svært høy tilfredshet. «De mest kulturelle» følger etter med 82 prosent, mens «de mest hjemmeorienterte» ligger noe lavere, med 78 prosent. Gruppen «de mest risikoutsatte» er de som rapporterer å være

minst tilfredse med livet sitt, med kun 67 prosent som skårer over midtpunktet på skalaen.

Figur 6.1 Livstilfredshet i grupper med ulike fritidsprofiler. Skår på skala 0–10. Prosent.



Note: Målet er basert på hva ungdommene har svart på følgende spørsmål: «Tenk deg en skala som går fra 0 til 10. Toppen av skalaen (10) står for det best mulige livet for deg, og nederst (0) er det verst mulig livet for deg. Generelt sett, hvordan står du på denne skalaen for tiden?» Gjennomsnittet på skalaen er 7,2 (standardavvik = 1,96) for hele utvalget. Gjennomsnittet for de ulike gruppene er «de minst digitale» (7,7), «de mest kulturelle» (7,1), «de som oftest er med venner» (7,5), «de mest risikoorienterte» (6,3) og «de mest hjemmeorienterte» (6,9). Tallene er korrigert for ulike kjønns- og aldersfordelinger i gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

6.2 Positive og negative følelser

I livskvalitetsforskningen er det vanlig å kartlegge hvordan folk har det gjennom å spørre direkte om hvor ofte bestemte typer følelser opptrer i livet deres.

I Ungdata finnes det flere spørsmål som fanger opp spesifikke følelser, både positive og negative. Positive følelser ble kartlagt gjennom spørsmål om hvor ofte ungdom den siste uka hadde opplevd å ha vært glade, engasjerte, hatt masse energi og følt seg nyttige og at de mestrer ting. Spørsmålsbatteriet er utviklet spesielt for Ungdata, basert på et større arbeid som er gjort for å kartlegge livskvalitet i den voksne befolkningen, der man har vært opptatt av å måle både det som kalles for den hedonistiske og den eudaimoniske siden av livskvalitetsbegrepet (Barstad, 2016). I dette batteriet er hedonistisk livskvalitet fanget opp gjennom spørsmål om glede og energi, mens eudaimonisk livskvalitet er fanget opp gjennom spørsmål om engasjement og følelsen av å føle seg nyttig og mestre ting.

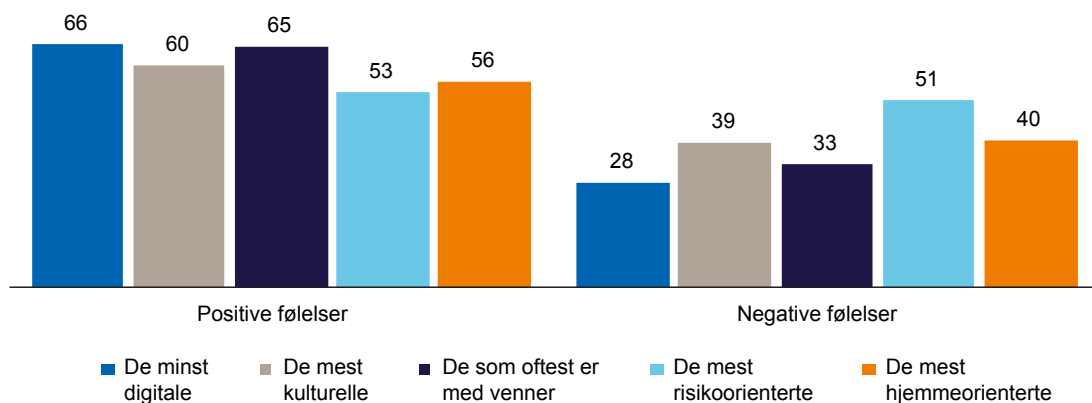
Negative følelser ble tilsvarende kartlagt med spørsmål om hvor ofte i løpet av den siste uka de hadde vært plaget av at alt er et slit, søvnproblemer, følelsen av å være ulykkelig, trist eller deprimert, følt seg stiv eller anspent og bekymret

seg for mye om ting. Disse negative følelsene blir ofte sett på som symptomer på psykiske helseplager. Instrumentet er hentet fra to velbrukte skalaer, Hopkins Symptom Checklist (Derogatis, 1992; Derogatis et al., 1974) og Depressive Mood Inventory (Kandel & Davies, 1982). En kortversjon av skalaene har vært validert for bruk i undersøkelser med ungdom som respondenter (Strand et al., 2003; Tambs & Moum, 1993) og har tidligere vært med blant annet i Ung i Norge-undersøkelsene (Wichstrøm, 1995).

Vi laget to samlemål, ett for de positive følelsene og ett for de negative. Begge går fra 0 til 100 og er basert på gjennomsnittet av de spørsmålene som inngår i samlemålet. Høy verdi innebærer at den enkelte ungdom har rapportert svært mange av de følelsene som inngår i hvert av de to målene.¹³

Figur 6.2 viser hvordan ungdom med ulike fritidsprofiler skårer på disse to målene. Resultatene tilsvarer funnene fra analysene av tilfredshet. «De minst digitale» kommer aller best ut, tett etterfulgt av «de som oftest er med venner». «De mest kulturelle» kommer noe bedre ut enn «de mest hjemmeorienterte», men for de negative følelsene er forskjellene ganske små mellom disse to gruppene. «De mest risikoorienterte» kommer klart dårligst ut også på dette målet.

Figur 6.2 Positive og negative følelser i grupper med ulike fritidsprofiler. Gjennomsnitt skala 0–100.



Note: Variablene er kodet fra 0 til 100 på denne måten: Positive følelser: ikke i det hele tatt (0), sjelden (25), en del av tiden (50), ofte (75) og hele tiden (100). Negative følelser: ikke plaget i det hele tatt (0), lite plaget (33), ganske mye plaget (67) og svært mye plaget (100). Gjennomsnittet for positive følelser er 60,9 (standardavvik = 20,2) og for negative følelser 36,8 (standardavvik = 27,0). Tallene er korrigert for ulike kjønns- og aldersfordelinger i gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

Resultatene viser generelt større forskjeller mellom fritidsprofilene i rapporteringen av negative følelser enn for de positive.

¹³ Se kapittel 3.5 for hvordan målene er operasjonalisert.

6.3 Stress og press

Som vi allerede har diskutert i kapittel 2, er det en utbredt oppfatning om at dagens ungdom opplever betydelig prestasjonspress. Stress i seg selv er imidlertid ikke nødvendigvis noe negativt. I mange tilfeller kan stress være positivt ved å gi økt energi, bedre fokus og styrket prestasjonsevne. Den negative siden av stress kan derimot i verste fall gå ut over helsen. Denne formen for stress oppstår ofte når det over tid er en markant ubalanse mellom utfordringene man står overfor, og de tilgjengelige ressursene for å håndtere dem.

Den sistnevnte formen for stress knyttes ofte til begrepet «generasjon prestasjon» – en forestilling om at dagens unge, særlig unge jenter, møter høye forventninger på alle områder av livet. De forventes å mestre skole, kropp, idrett og å framstå som vellykket på digitale flater. Slike krav kan bidra til en stressende hverdag. Det er i denne konteksten begrepene mistrivsel, press og stress har blitt omtalt som en «ny utsatthet» eller «ny risiko» (Katznelson et al., 2022; Katznelson et al., 2021).

I Ungdata er det kartlagt både hvor mye press ungdom opplever i hverdagen, og i hvilken grad de klarer å håndtere dette presset. Opplevd press er kartlagt gjennom fire spørsmål, som handler om hvor ofte de opplever press om å være god på skolen, om å se bra ut eller ha en bra kropp, om å være god i idrett og om å ha mange følgere og likes på sosiale medier. De negative konsekvensene av press er undersøkt gjennom et spørsmål om hvor ofte de har opplevd så mye press at de har hatt problemer med å takle det.

Tabell 6.1 viser hvor stor andel som opplever mye eller svært mye press på ulike områder. Nederst i tabellen finner vi et samlemaal som dekker alle pressområdene samlet, og som varierer fra 0 til 100. Resultatene viser at «de minst digitale» opplever minst press av alle. De skårer under gjennomsnittet på alle pressområdene, med unntak av idrettsrelatert press, hvor de ligger rundt gjennomsnittsnivået. Det er spesielt interessant at ikke flere i denne gruppen opplever idrettsrelatert press, gitt at deltakelsen i organisert idrett er høyest i denne gruppen. «De minst digitale» skiller seg dessuten ut med spesielt lave skårer på press om utseende og kropp sammenliknet med de andre gruppene.

«De mest hjemmeorienterte» opplever nest minst press av alle gruppene, med en skår litt under gjennomsnittet. Det som særlig trekker ned gjennomsnittet for denne gruppen, er det lave nivået av idrettsrelatert press. På de andre pressområdene ligger de omtrent på linje med gjennomsnittet.

Tabell 6.1 Opplevelse av press og stress i grupper med ulike fritidsprofiler. Prosent som svarer at de opplever mye eller svært mye press.

% som opplever mye eller svært mye press	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte	Totalt
Å se bra ut eller ha en fin kropp	16	25	25	43	26	26
Å gjøre det bra på skolen	28	38	33	46	37	35
Å gjøre det bra i idrett	24	18	27	28	18	23
Å ha mange følgere eller likes på sosiale medier	3	5	5	13	4	5
Gjennomsnitt skala for opplevd press på ulike områder (0–100)	28,7	32,2	33,5	42,0	31,2	32,9
Standardavvik	22,6	23,9	24,0	27,2	23,4	24,3

Note: Alle tallene over streken er i prosent. Tallene er korrigert for ulike kjønns- og aldersfordelinger i gruppene med ulike fritidsprofiler.

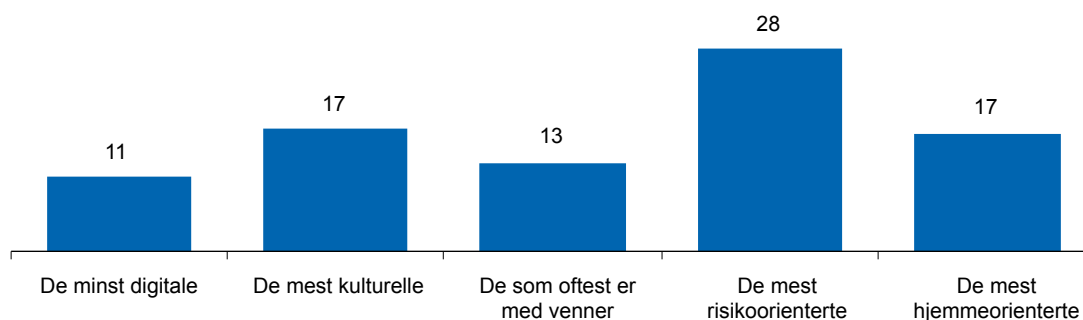
Kilde: Ungdata 2022–2024

«De mest kulturelle» kommer på tredjeplass når det gjelder opplevd press. Også for denne gruppen er det lavt idrettsrelatert press som trekker ned skåren, mens de ligger rundt gjennomsnittet på de andre pressområdene. Nest mest press opplever «de som oftest er med venner». For dem er det det idrettsrelaterte presset som trekker gjennomsnittet opp, men de føler noe mindre press enn andre når presset handler om å gjøre det bra på skolen.

«De mest risikoorienterte» kommer dårligst ut også når det gjelder opplevd press, og dette gjelder på nesten alle pressområder. Sammenliknet med de andre gruppene skiller de seg spesielt ut ved å oppleve mye kroppsrelatert press. Flere i denne gruppen opplever også press fra sosiale medier. Selv om de i liten grad deltar i organisert idrett, er dette likevel gruppen der flest føler press til å prestere godt i idrett.

Selv om en god del opplever press i hverdagen, oppgir et mindretall (16 prosent) at de i løpet av den siste uka i stor grad eller i svært stor grad har opplevd så mye press at de har hatt problemer med å takle det. Figur 6.3 viser hvor stor andel i gruppene med ulike fritidsprofiler som har slike opplevelser. Resultatene viser at i alle grupper opplever et klart mindretall stress knyttet til håndtering av press. Samtidig er det store forskjeller mellom gruppene. Kontrasten er spesielt stor mellom «de mest risikoorienterte», der 28 prosent svarer at de ikke har klart å takle presset de står overfor, mot 10 prosent blant «de minst digitale». Dette er altså de to gruppene som henholdsvis opplever minst og mest press og stress.

Figur 6.3 Andel som rapporterer stort press den siste uka og har hatt problemer med å takle det, fordelt på grupper med ulike fritidsprofiler.



Note: Tallene er korrigert for ulike kjønns- og aldersfordelinger i gruppene med ulike fritidsprofiler.

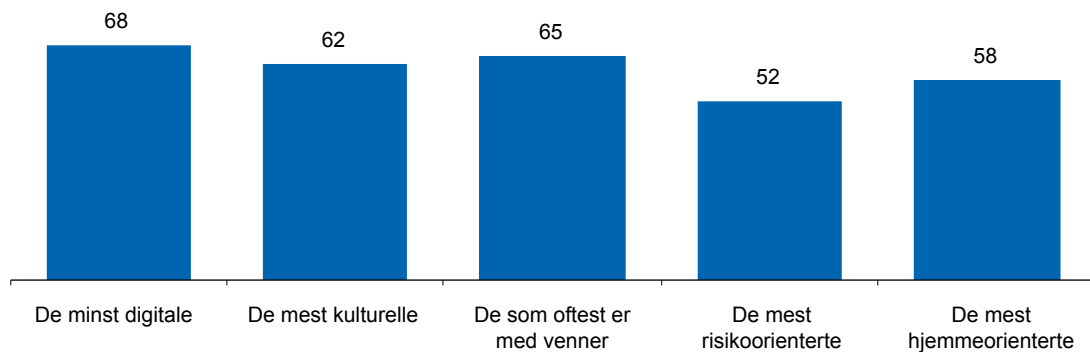
Kilde: Ungdata 2022–2024

6.4 Skoletrivsel

Ungdom tilbringer en vesentlig del av sin våkne tid på skolen. I en slik situasjon vil det å trives på skolen ha stor betydning for ungdommers samlede psykiske helse og livskvalitet (Markowitz, 2017). Skoletrivsel har også vist seg å være viktig for livskvalitet og skoleresultater senere i ungdomsårene og for sjansen for å fullføre utdanning (Bond et al., 2007; Kiuru et al., 2020). I Ungdata er det flere spørsmål om hvordan de unge har det på skolen. Blant annet blir ungdom spurt direkte om de trives på skolen, om de føler at de hører til blant elevene, om lærerne deres bryr seg, om kjedsomhet og om de gruer seg til å gå på skolen. Konkret blir de bedt om å ta stilling til fem utsagn om skoletrivsel, med fire svaralternativer som går fra «helt enig» til «helt uenig».

Figur 6.4 viser gjennomsnittsskåren på et samlemål, der negative utsagn er snudd slik at de kan sammenliknes med de positive. Resultatene viser tydelige forskjeller i hvordan de ulike gruppene opplever skolehverdagen. Forskjellene er spesielt markante når vi ser på ytterpunktene. Sammenlikner vi de to gruppene som kommer henholdsvis best («de minst digitale») og dårligst ut («de mest risikoorienterte»), er det en forskjell på 16 poeng i skoletrivsel, noe som er betydelig. «De minst digitale», «de mest kulturelle» og «de som oftest er med venner» skårer relativt likt, med de to sistnevnte gruppene bare litt dårligere. «De mest hjemmeorienterte» plasserer seg igjen midt mellom ytterpunktene.

Figur 6.4 Skoletrivsel i grupper med ulike fritidsprofiler. Gjennomsnitt på samlemål (skala 0–100).



Note: Målet er basert på hva ungdommene samlet rapporterer på fem utsagn om hvordan de har det i skolen. Tre av utsagnene er positivt formulert: «Jeg trives på skolen», «Lærerne mine bryr seg om meg» og «Jeg føler at jeg passer inn blant elevene på skolen», mens to av utsagnene er negativt formulert: «Jeg kjeder meg på skolen» og «Jeg gruer meg ofte til å gå på skolen». Samlemålet for skoletrivsel varierer fra 0 til 100 og er et «positivt» samlemål, som fanger opp svarene på de fem utsagnene om hvordan ungdom har det på skolen, der negative utsagn er snudd. Gjennomsnittet for hele utvalget er 61,5 (standardavvik = 20,4). Tallene er korrigert for ulike kjønns- og aldersfordelinger i gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

Tabell 6.2 viser hvor mange i de ulike gruppene som er enige i de ulike utsagnene som inngår i samlemålet. Resultatene viser at «de mest risikoorienterte» opplever mer mistrivsel enn gjennomsnittet på alle indikatorene. De skiller seg tydeligst negativt ut på spørsmålet om lærerne bryr seg. «De mest hjemmeorienterte» skårer også under gjennomsnittet på alle indikatorer, men avviker betydelig mindre enn «de mest risikoorienterte». Et unntak er spørsmålet om man passer inn blant elevene på skolen, hvor «de mest hjemmeorienterte» skårer lavest av alle gruppene.

«De minst digitale» kommer best ut på omtrent alle indikatorer. Forskjellen til «de mest kulturelle» er ikke stor, men det er litt færre i denne gruppen som føler at de passer inn blant elevene. Det er heller ikke store forskjeller til «de som oftest er med venner». I denne gruppen er det litt flere som kjeder seg på skolen, og noen færre som opplever at lærerne bryr seg, enn i de to andre profilene. «De som oftest er med venner» er derimot den av alle profilene der flest opplever at de passer inn blant elevene på skolen.

Tabell 6.2 Skoletrivsel i grupper med ulike fritidsprofiler. Prosentandel som er helt eller litt enige.

Skoletrivsel	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte	Totalt
Trives på skolen	90	83	88	69	80	83
Lærerne mine bryr seg om meg	87	84	81	62	83	81
Jeg føler at jeg passer inn blant elevene på skolen	83	71	86	70	69	78
Jeg kjeder meg på skolen	72	76	82	88	84	81
Jeg gruer meg ofte til å gå på skolen	24	29	26	42	36	31
Samlemål skoletrivsel (0–100)	67,6	62,2	64,6	51,5	58,0	61,5
Standardavvik	18,9	20,6	18,6	21,3	20,5	20,4

Note: Tallene over streken viser prosentandel som er helt eller litt enige i de ulike utsagnene. Samlemålet for skoletrivsel varierer fra 0 til 100 og er et «positivt» samlemål, som fanger opp svarene på de fem utsagnene om hvordan ungdom har det på skolen, der negative utsagn er snudd. Høye skårer innebærer høy skoletrivsel, mens lave skårer innebærer lav skoletrivsel. Alle tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

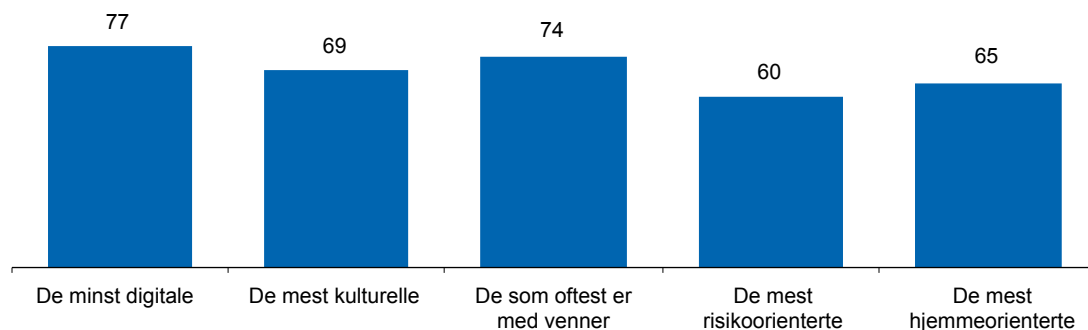
6.5 Framtidsoptimisme

Hva ungdom tenker om framtiden, kan også si noe om deres livskvalitet. Selv om ungdomstiden tradisjonelt beskrives som en periode preget av utforskning her og nå, er det også en tid hvor unge mennesker former sine tanker om framtiden. Hva ungdom tror om egen framtid, kan variere betydelig fra person til person, og forventninger kan både reflektere personlige ambisjoner og samfunnsmessige bekymringer. Mens noen ser lyst på framtiden, er preget av optimisme og har sterk tro på egne muligheter, er andre mer pessimistiske og tyngt av usikkerhet om økonomi, klimakrise eller politisk uro.

I Ungdata er det flere spørsmål om hva ungdom tenker om framtiden. I analysene bruker vi tre slike spørsmål. Det ene handler om hvorvidt ungdommene tror de kommer til å få et godt og lykkelig liv. Det andre fanger opp hvor ofte ungdom den siste uka har «vært optimistisk med tanke på framtiden». Det tredje er negativt formulert og fanger opp om den enkelte den siste uka har vært plaget av at de «har følt håpløshet med tanke på framtiden». Gjennom å snu det siste spørsmålet og lage et gjennomsnitt av alle svarene har vi laget et samlemål som i likhet med de andre varierer fra 0 til 100. Gjennomsnittsskåren for hele utvalget er 69, noe som viser at tyngdepunktet av ungdommene heller mot det å se lyst på framtiden.

Figur 6.5 viser hvordan ungdom med ulike fritidsprofiler skårer på samlemålet på framtidsoptimisme. Resultatet underbygger mange av funnene tidligere i kapittelet, der «de minst digitale» framstår som de mest optimistiske og «de mest risikoutsatte» som de minst optimistiske. Forskjellen mellom disse to gruppene er 17 poeng på skalaen, noe som kan tolkes som en ganske stor forskjell. De andre gruppene plasserer seg gradvis mellom de to ytterpunktene, der «de som oftest er med venner» kommer ut som nummer to, «de mest kulturelle» som nummer tre og «de mest hjemmeorienterte» som nummer fire.

Figur 6.5 Framtidsoptimisme i grupper med ulike fritidsprofiler. Gjennomsnitt på samlemål (skala 0–100).



Note: Målet er basert på hva ungdommene samlet rapporterer på spørsmål om de er optimistiske med tanke på framtiden, om de tror de vil få et godt og lykkelig liv, og følt håpløshet med tanke på framtiden (snudd). Alle variablene er kodet fra 0 til 100. Gjennomsnittet for hele utvalget er 69,9 (standardavvik = 24,6). Alle tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

Tabell 6.3 viser mer detaljert hva som ligger bak samlemålet. Resultatene underbygger at flertallet av ungdom framstår som framtidsoptimistiske. Sett under ett viser resultatene at tre av fire stort sett kan sies å være optimistiske med tanke på framtiden, mens én av fire føler håpløshet. 68 prosent tror de vil få et godt og lykkelig liv.

På alle indikatorer gir «de minst digitale» uttrykk for størst grad av optimisme og «de mest risikoorienterte» størst grad av pessimisme. Rangeringen mellom gruppene er den samme for alle indikatorer.

Tabell 6.3 Framtidsoptimisme i grupper med ulike fritidsprofiler. Prosent.

Framtidsoptimisme	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte	Totalt
Vært optimistisk med tanke på framtiden (% en del av tiden eller oftere)	83	75	80	63	68	75
Tror de vil få et godt og lykkelig liv (% ja)	77	65	75	57	57	68
Følt håpløshet med tanke på framtiden (% ganske mye eller svært mye plaget)	16	28	20	42	31	26
Samlemål framtidsoptimisme (0–100)	77,2	68,9	74,2	59,7	64,9	69,9
Standardavvik	21,4	25,4	21,7	27,4	25,5	24,6

Note: Tallene er korrigerert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

6.6 Sosial tilhørighet

Sosial tilhørighet og sosiale relasjoner er en viktig faktor for ungdoms utvikling og livskvalitet (Rueger et al., 2010; Baumeister et al., 2007). Det handler om hvordan unge mennesker finner sin plass i sosiale nettverk, som familie, venner og skolemiljø, samt hvordan disse relasjonene påvirker deres trivsel og velvære. I ungdomsårene er vennskap spesielt viktig, da det gir trygghet, sosial støtte og en følelse av tilhørighet. Gode vennskap kan fungere som en beskyttende faktor i møte med livets utfordringer, mens mangel på nære relasjoner kan føre til ensomhet og isolasjon.

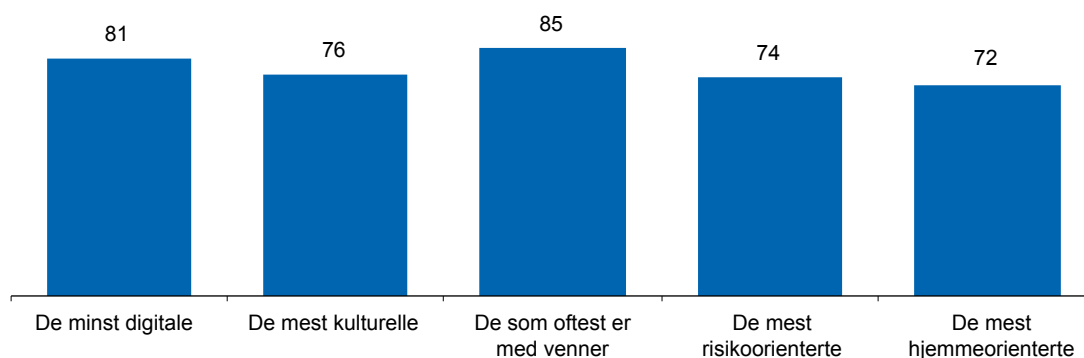
Vi skal konkret se nærmere på hvor mange som har fortrolige venner og noen de kan snakke med når de trenger det. Samtidig vil vi belyse ensomhet. I Ungdata er det flere spørsmål som belyser denne tematikken. Vi bruker fire av disse. Det første handler om hvorvidt man har minst én venn man kan stole fullstendig på og betro seg til om alt mulig. Det andre spørsmålet er om den enkelte har noen å være sammen med på fritiden. Det tredje fanger opp om de har noen å snakke med ved behov. Spørsmålet er formulert slik: «Dersom du føler deg utafør eller trist og trenger en å snakke med, har du noen du kan prate med?» Det siste spørsmålet fanger opp ensomhet, der de blir spurt om de i løpet av den siste uka har vært plaget av at de har følt seg ensomme.

Vi starter analysen med å undersøke et samlemål basert på de fire spørsmålene. Også dette målet varierer fra 0 til 100. Verdiene på skalaen kan tolkes i retning av at jo høyere skår, desto større grad av sosial tilhørighet. Den

konkrete måten samlemålet er operasjonalisert på, er beskrevet i mer detalj i kapittel 3.

Figur 6.6 viser at gjennomsnittsskåren ligger relativt høyt i alle grupper. Dette indikerer at de aller fleste har venner og noen de kan snakke med, mens et mindretall opplever ensomhet. Samtidig er det tydelige forskjeller mellom gruppene. «De som oftest er med venner» har den høyeste skåren, med «de minst digitale» noen poeng bak. Deretter følger «de mest kulturelle», mens «de mest risikoorienterte» skårer litt lavere. «De mest hjemmeorienterte» har den laveste poengsummen. Selv om mønstrene er klare, er forskjellene på dette området ikke like store som på de andre livskvalitetsindikatorene vi har analysert i dette kapittelet.

Figur 6.6 Skår på samlemål for sosial integrasjon blant grupper med ulike fritidsprofiler. Gjennomsnitt (skala 0–100).



Note: Målet er basert på hva ungdommene samlet rapporterer på spørsmål om de har fortrolige venner, noen å snakke med dersom de har behov for det, og ensomhet. Alle variablene er kodet fra 0 til 100. Ensomhet er snudd. Gjennomsnittet for hele utvalget er 78,4 (standardavvik = 20,9). Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

Tabell 6.4 gir mer detaljert informasjon om hva som ligger bak samlemålet. Tabellen understreker at uansett hva slags fritidsprofil ungdommene har, har de aller fleste venner og noen å snakke med, og det er et mindretall som opplever å være plaget av ensomhet. I alle gruppene er det svært få som svarer at de for tiden ikke har noen de vil kalle venner, eller at de aldri har noen å være sammen med i fritiden.

Når det er sagt, er forskjellene mellom flere av gruppene betydelige. «De som oftest er med venner» skårer svært høyt på omtrent alle indikatorer. Også «de minst digitale» skiller seg ut med høyere skår enn gjennomsnittet. Kontrasten er stor til «de mest hjemmeorienterte», som kommer ut med den laveste skåren.

Det kan samtidig være verdt å merke seg at det ikke er spesielt store forskjeller mellom «de mest risikoorienterte» og «de mest hjemmeorienterte». «De risikoorienterte» har riktignok i større grad noen å være sammen med på fritiden, men det er små eller ingen forskjeller på ensomhet, om man har en

fortrolig venn eller noen å snakke med dersom de har behov for det. Sett i lys av hvor ulike fritidsmønstre disse to gruppene har – der «de hjemmeorienterte» nesten ikke er fysisk sammen med venner, og der «de risikoorienterte» er blant de mest sosiale, er likheten i hvordan de skårer på målene på sosial integrasjon, verdt å merke seg. Dette kan tyde på at begge gruppene har en mer sårbar posisjon i jevnaldersmiljøet enn de tre andre gruppene.

Tabell 6.4 Ulike mål på sosial integrasjon i grupper med ulike fritidsprofiler.

Venner, noen å snakke med, ensomhet	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte	Totalt
Har minst én fortrolig venn	86	85	92	85	82	87
Har noen å være sammen med på fritiden	93	89	99	92	86	92
Har noen å prate med dersom jeg føler meg utafor og trenger noen å snakke med	76	71	79	64	65	72
Har ingen jeg vil kalle venner for tiden	2	3	1	4	3	2
Har aldri noen å være sammen med på fritiden	1	3	0	3	2	2
Er ganske mye eller svært mye plaget av ensomhet	17	27	15	34	32	23
Samlemål vennskap, ensomhet (0–100)	80,9	75,6	84,5	74,2	72,2	78,4
Standardavvik	19,5	21,9	16,6	23,2	22,6	20,9

Note: Alle tallene over streken er i prosent. Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

6.7 Vold, mobbing og seksuell trakassering

Vold, mobbing og seksuell trakassering er alvorlige utfordringer som mange ungdommer blir utsatt for, og som kan ha alvorlige og langvarige konsekvenser for deres livskvalitet (Moore et al., 2017; Reijntjes et al., 2011). Selv om disse fenomenene kan ha ulike uttrykk, har de fellestrekk i form av maktmisbruk, krenkelser og en grunnleggende påvirkning på ungdommens psykiske og fysiske helse. Disse krenkelsene kan lede til en følelse av isolasjon, frykt og redusert tiltro til omgivelsene, noe som igjen påvirker deres evne til å knytte sosiale bånd og oppleve glede og trygghet i hverdagen. Ungdom som utsettes for vold, mobbing eller seksuell trakassering, står i større risiko for å utvikle psykiske helseproblemer som angst, depresjon og lav selvfølelse, og mange sliter også med dårlige skoleprestasjoner og utfordringer med sosial integrasjon.

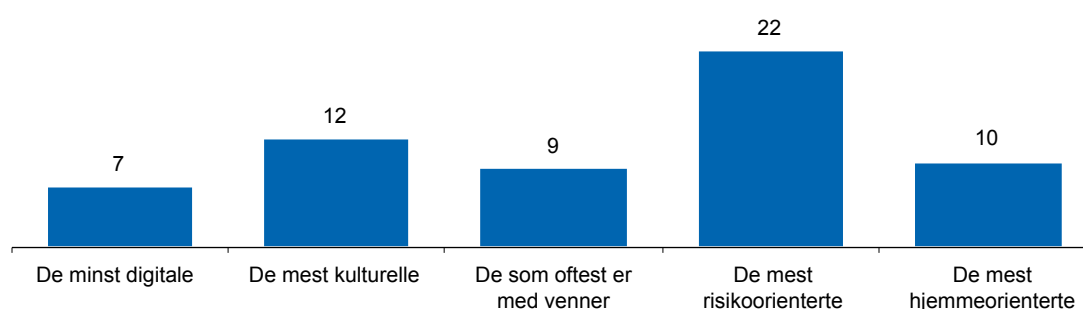
Ved å se disse fenomenene i sammenheng kan vi bedre forstå deres felles påvirkning på ungdommens livskvalitet og behovet for forebygging og støtte.

Flere spørsmål i Ungdata kartlegger krenkelser som ungdom opplever å være utsatt for. Mobbing undersøkes gjennom spørsmål om de har blitt utsatt for plaging, trusler eller utfrysing fra andre unge, enten på skolen eller i fritiden. Nettmobbing måles med spørsmål om de blir mobbet, truet eller utestengt på nettet. Vold fra jevnaldrende undersøkes gjennom spørsmål om fysisk vold, som slag og spark, samt om de har opplevd trusler, angrep eller ran fra ungdom med gjenstander eller våpen. Seksuell trakassering kartlegges gjennom spørsmål om ufrivillig beføling, verbal seksuell trakassering, spredning av negative seksuelle rykter og motvillig deling av nakenbilder eller -filmer.

Spørsmålene er brukt til å lage et samlemål som viser hvor ofte ungdom opplever å ha vært utsatt for krenkelser. Samlemålet varierer fra 0 til 100, der høyere verdier indikerer at ungdom har rapportert om oftere og flere av disse krenkelsene. I kapittel 3 er det beskrevet nærmere hvordan samlemålet er konstruert.

Figur 6.7 viser hvor ofte ungdom med ulike fritidsprofiler rapporterer om mobbing, vold og seksuell trakassering. «De mest risikoorienterte» skiller seg tydelig ut ved å rapportere om langt flere krenkelser enn alle de andre gruppene. Kontrasten er spesielt stor når vi sammenlikner dem med «de minst digitale», som rapporterer om færrest krenkelser av denne typen. Forskjellen mellom disse to gruppene er betydelig. «De mest hjemmeorienterte» og «de som oftest er med venner» rapporterer om noe flere krenkelser enn «de minst digitale», mens «de mest kulturelle» oppgir et enda høyere nivå.

Figur 6.7 Skår på samlemål for opplevde krenkelser i grupper med ulike fritidsprofiler. Gjennomsnitt (skala 0–100).



Note: Målet er basert på hva ungdommene samlet rapporterer på spørsmål om mobbing i skolen og fritiden, mobbing på nett, om man har vært utsatt for vold fra jevnaldrende og for seksuell trakassering. Alle variablene er kodet fra 0 til 100. Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler. Gjennomsnittet for hele utvalget er 10,6 (standardavvik = 15,5).

Kilde: Ungdata 2022–2024

Tabell 6.5 gir mer detaljert oversikt over hva gjennomsnittstallene reflekterer. «De mest risikoorienterte» skiller seg negativt ut på alle områder, men spesielt

når det gjelder vold og seksuell trakassering. «De mest hjemmeorienterte» ligger nær gjennomsnittet på alle områder. At dette også gjelder for nettmobbing, kan virke noe overraskende, ettersom dette er den av gruppene som bruker aller mest tid på skjermaktiviteter. Også «de som oftest er med venner» bruker mye tid på skjerm, særlig på sosiale medier, men de er derimot den gruppen som i minst grad opplever å være utsatt for nettmobbing.

Tabell 6.5 Opplevde krenkelser i grupper med ulike fritidsprofiler. Skår på delindikatorer.

Mobbing, Vold, Seksuell trakassering	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte	Totalt
Blir jevnlig mobbet av jevnaldrende (%)	7	13	7	17	11	10
Blir jevnlig mobbet på nett (%)	3	6	3	12	5	5
Utsatt for vold fra jevnaldrende (%)	20	31	29	53	26	30
Utsatt for seksuell trakassering (%)	21	36	32	64	19	33
Samlemål vold, mobbing, trakassering (0–100)	6,7	12,2	8,8	22,3	9,6	10,6
Standardavvik	11,9	17,6	12,7	21,7	14,0	15,5

Note: Alle tallene over streken er i prosent. Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2022–2024

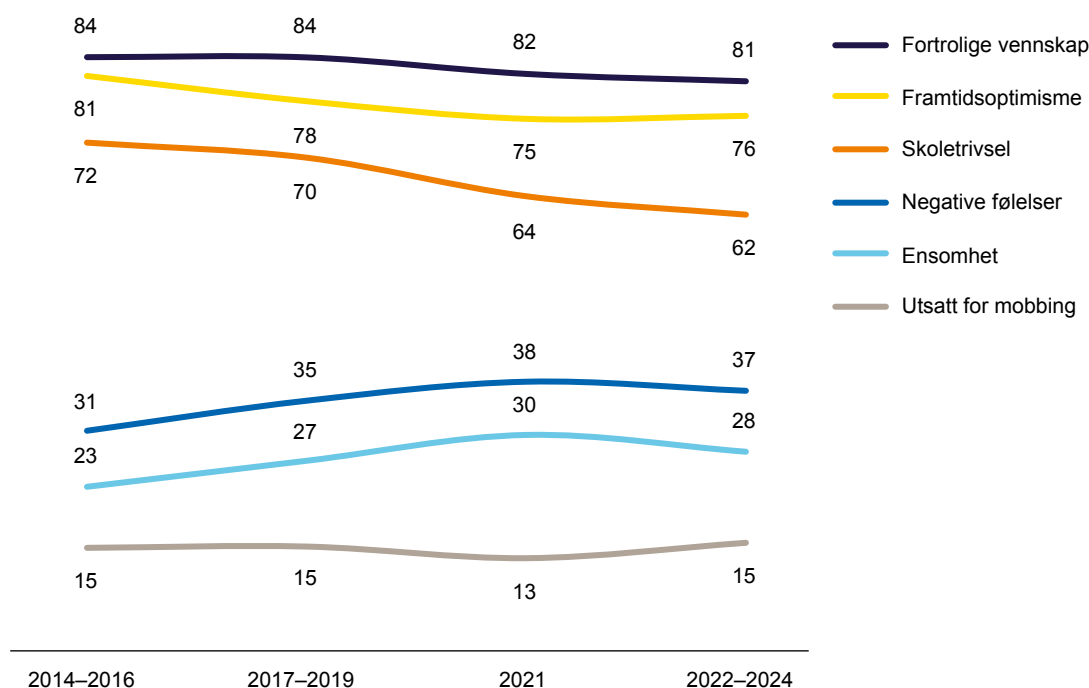
6.8 Har sammenhenger mellom fritid og livskvalitet endret seg over tid?

I fortsettelsen skal vi undersøke om sammenhenger mellom fritidsvaner og ulike mål på livskvalitet har endret seg i løpet av det siste tiåret. Fordi ikke alle variablene vi har brukt tidligere, har vært med i Ungdata i hele den aktuelle perioden, vil analysene avgrenses til variabler som har vært inkludert i hele perioden. Dette gjelder temaene negative følelser, skoletrivsel, framtidsoptimisme, vennskap, ensomhet og mobbing.

Vi starter analysen med å se nærmere på hvordan den generelle utviklingen innenfor hvert av disse områdene har vært gjennom det siste tiåret. Figur 6.8 viser at utviklingen har gått i en mer negativ retning på de fleste områder. I løpet av det siste tiåret har færre rapportert om fortrolige venner, og både framtidsoptimismen og skoletrivselen har gått ned. Samtidig har andelen som har rapportert om ensomhet og negative følelser økt. Mobbetallene har vært forholdsvis stabile i løpet av dette tidsrommet, med unntak av en liten nedgang under pandemien, som virker å være midlertidig.

Målingen etter pandemien viser en forbedring på enkelte områder, ved at færre rapporterer om ensomhet og negative følelser. Likevel fortsetter skoletrivselen å synke, og mobbing har steget tilbake til nivåene før pandemien. Når det gjelder fortrolige venner og framtidsoptimisme, har det vært små endringer i perioden etter pandemien.

Figur 6.8 Utvikling av ulike livskvalitetsmål over tid. Gjennomsnitt på skalaer fra 0 til 100.



Kilde: Ungdata 2014–2024

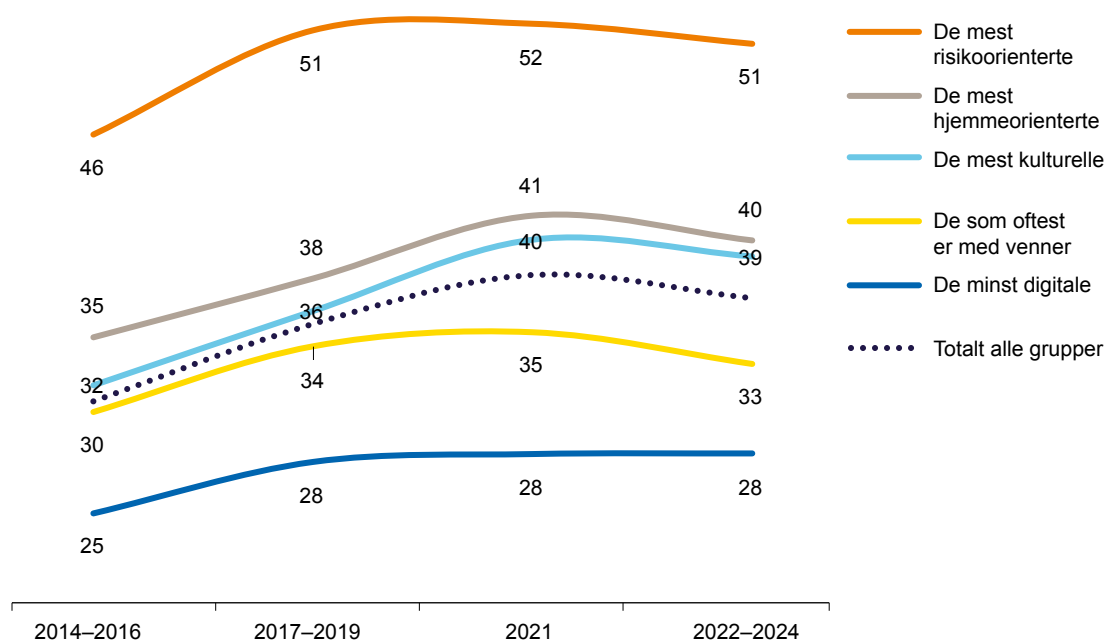
Negative følelser

I de neste analysene skal vi undersøke hvordan utviklingen har vært innenfor alle de fem gruppene som vi følger i denne rapporten. Vi begynner med å vise resultatene for negative følelser, hvor den generelle trenden har vært en økning, med en mindre forbedring i den siste delen av perioden. Figur 6.9 viser at utviklingen har vært nokså lik som hovedtrenden i alle de fem gruppene. Samtidig er det verdt å framheve noen nyanser. Når vi ser hele tiåret under ett, har den største økningen i negative følelser vært blant «de mest kulturelle», etterfulgt av «de mest hjemmeorienterte» og «de mest risikoorienterte». Også «de minst digitale» og «de som oftest er med venner» har rapportert en økning i negative følelser, men mindre enn i de andre gruppene.

Totalt sett tyder dette på at det har blitt større forskjeller mellom gruppene over tid, særlig mellom «de mest kulturelle» på den ene siden og «de minst digitale» og «de som oftest er med venner» på den andre. Forskjellene mellom gruppene har først og fremst økt i perioden fram til og med pandemien. Sammenlikner vi

perioden etter pandemien med tiden under pandemien, finner vi at forskjellene har blitt noe mindre.

Figur 6.9 Negative følelser i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Gjennomsnitt på skala 0–100.



Note: ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og negative følelser viser $\eta^2 = 0,24$ (2014–2016), $\eta^2 = 0,25$ (2017–2019), $\eta^2 = 0,24$ (2021), $\eta^2 = 0,25$ (2022–2024). Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

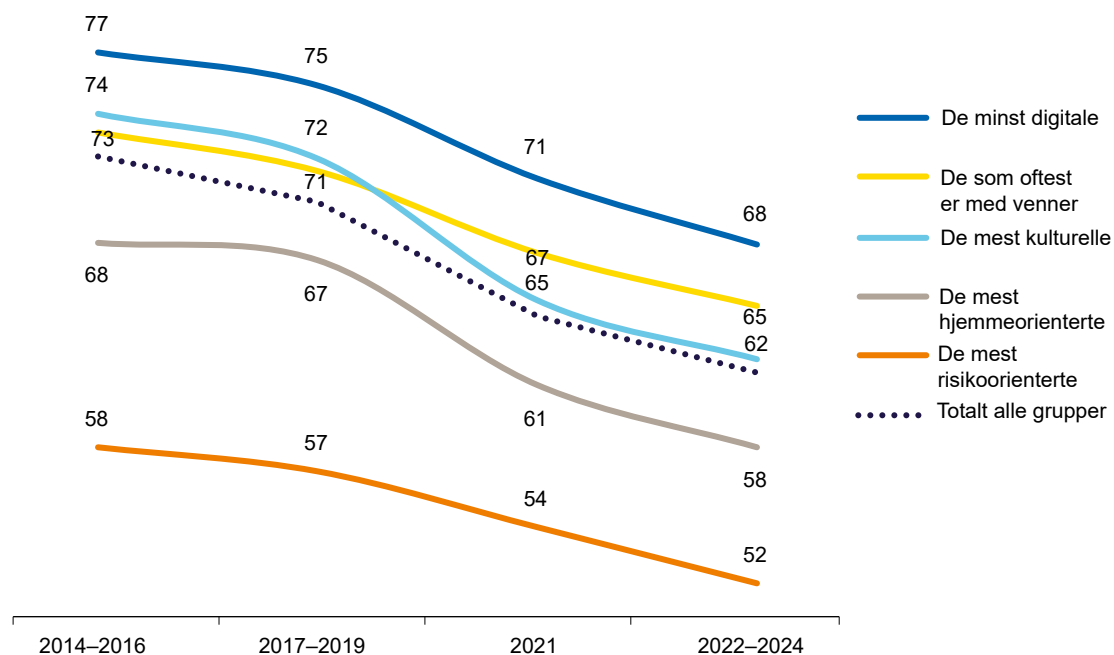
Kilde: Ungdata 2014–2024

Skoletrivsel

Skoletrivsel er et område der vi har sett en kontinuerlig nedgang gjennom hele perioden. Figur 6.10 viser at nedgangen gjelder for alle fritidsprofiler, men i litt ulik takt. Det største fallet har vært blant «de mest kulturelle», som har hatt en nedgang på 11 poeng på skalaen. I denne gruppen lå skoletrivselen over gjennomsnittet i den første perioden. Nå ligger de akkurat på gjennomsnittet. Nedgangen har vært litt mindre blant «de mest hjemmeorienterte» (10 poeng) og blant «de minst digitale» og «de som oftest er med venner» (9 poeng). Den gruppen som startet med lavest skoletrivsel, «de mest risikoorienterte», har hatt den minste nedgangen, med 6 poeng. Dette utgjør nesten halvparten av nedgangen til «de mest kulturelle».

Alt i alt viser analysene at forskjellene i skoletrivsel mellom profilene er blitt noe mindre på slutten av tiårsperioden sammenliknet med starten. Denne utviklingen har hovedsakelig skjedd fram til og med pandemiåret.

Figur 6.10 Skoletrivsel i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Skala 0–100.



Note: ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og skoletrivsel viser $\eta^2 = 0,30$ (2014–2016), $\eta^2 = 0,28$ (2017–2019), $\eta^2 = 0,25$ (2021), $\eta^2 = 0,25$ (2022–2024). Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

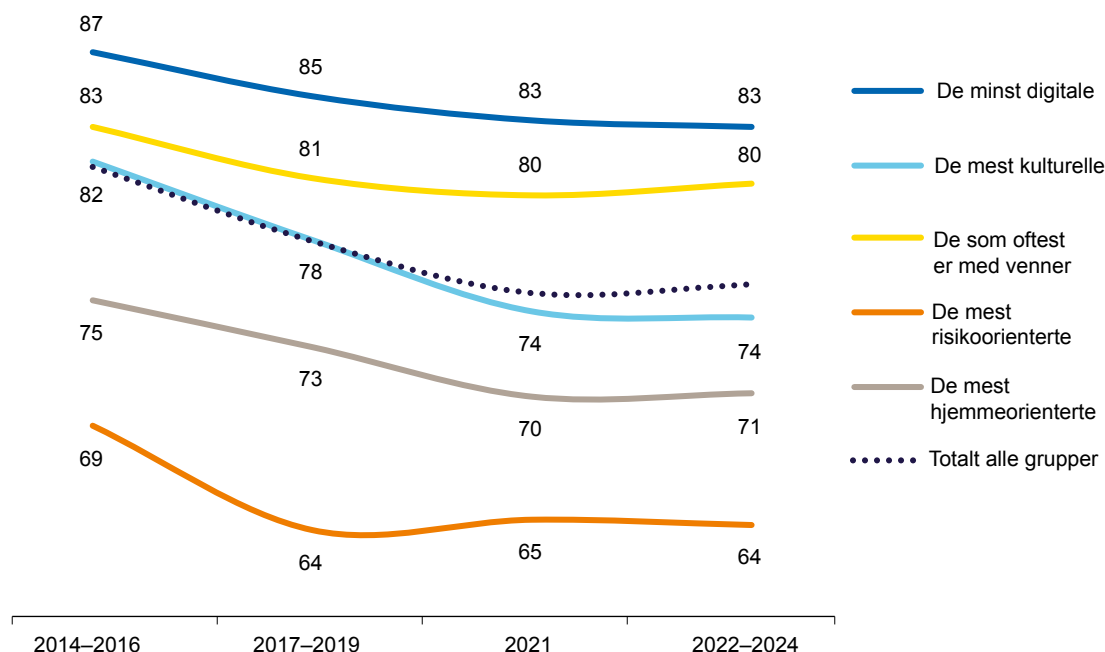
Kilde: Ungdata 2014–2024

Framtidsoptimisme

I løpet av det siste tiåret har framtidsoptimismen blant ungdom gått noe tilbake. Den samlede nedgangen på indikatoren for framtidsoptimisme, som brukes i analysene her, har vært på 6 poeng. Figur 6.11 viser at den største nedgangen har vært blant «de mest kulturelle», som har hatt en reduksjon på 8 poeng. I de andre gruppene har nedgangen vært mellom 3 og 5 poeng.

Denne utviklingen har ført til at framtidsoptimismen blant «de mest kulturelle» nå ligger nærmere «de mest hjemmeorienterte», i stedet for å være på nivå med de to mest optimistiske fritidsprofilene.

Figur 6.11 Framtidsoptimisme i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Skala 0–100.



Note: Målet er basert på hva ungdommene i gjennomsnitt svarer på spørsmål om de tror de vil få et godt og lykkelig liv, og om de i løpet av den siste uka har følt håpløshet med tanke på framtiden (snudd). Begge variablene er kodet fra 0 til 100.

ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og framtidsoptimisme viser $\eta^2 = 0,24$ (2014–2016), $\eta^2 = 0,25$ (2017–2019), $\eta^2 = 0,23$ (2021), $\eta^2 = 0,24$ (2022–2024). Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

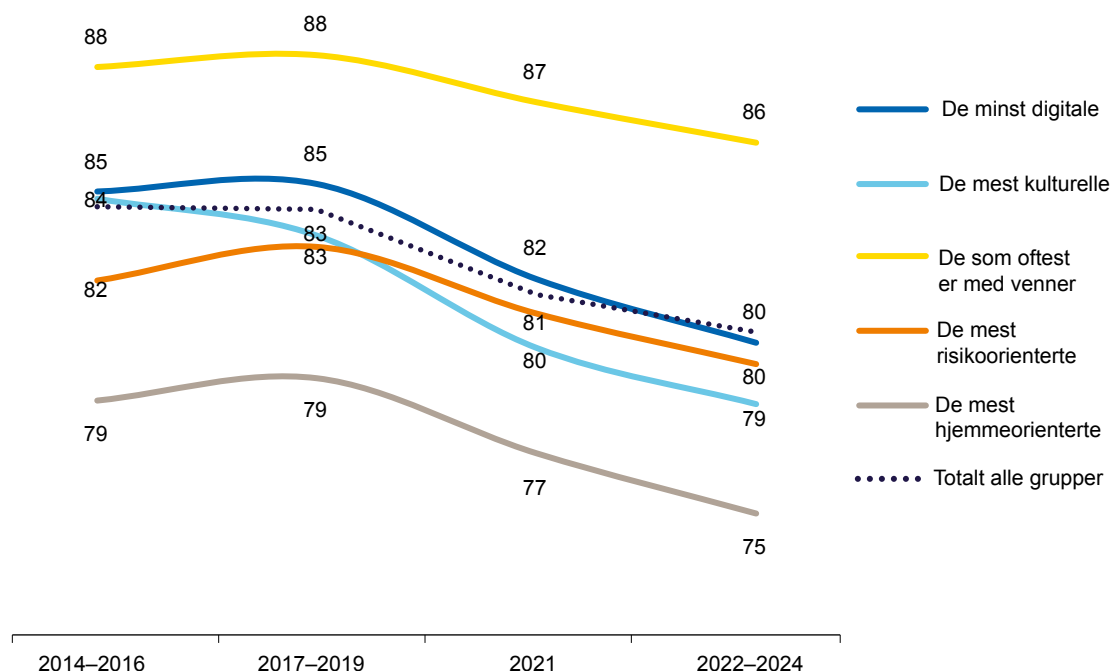
Kilde: Ungdata 2014–2024

Sosial tilhørighet

Figur 6.12 viser utviklingen for variabelen som måler graden av fortrolige venner. Det er verdt å merke seg at denne variabelen har vist stor grad av stabilitet gjennom det siste tiåret, men det var en liten nedgang under pandemien. Etter pandemien fortsatte nedgangen i en mer moderat form.

Denne «dippen» gjelder for alle grupper, men i litt ulik grad. Når vi ser hele tiårsperioden under ett, har det vært minst nedgang blant «de som oftest er med venner» og «de mest risikoorienterte». Disse to gruppene skiller seg ut ved at de tilbringer mest tid fysisk sammen med venner i fritiden. På den andre siden har det vært størst nedgang blant «de mest kulturelle», som i motsetning til de andre gruppene opplevde en mindre nedgang mellom de to tidsperiodene før pandemien. Nedgangen har vært omtrent lik for «de minst digitale» og «de mest hjemmeorienterte». Samlet sett viser analysene at forskjellene i graden av fortrolige vennskap mellom de ulike gruppene er noe større i den siste perioden enn i den første.

Figur 6.12 Fortrolig vennskap i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Skala 0–100.



Note: ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og fortrolige venner viser $\eta^2 = 0,13$ (2014–2016), $\eta^2 = 0,14$ (2017–2019), $\eta^2 = 0,15$ (2021), $\eta^2 = 0,16$ (2022–2024). Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2014–2024

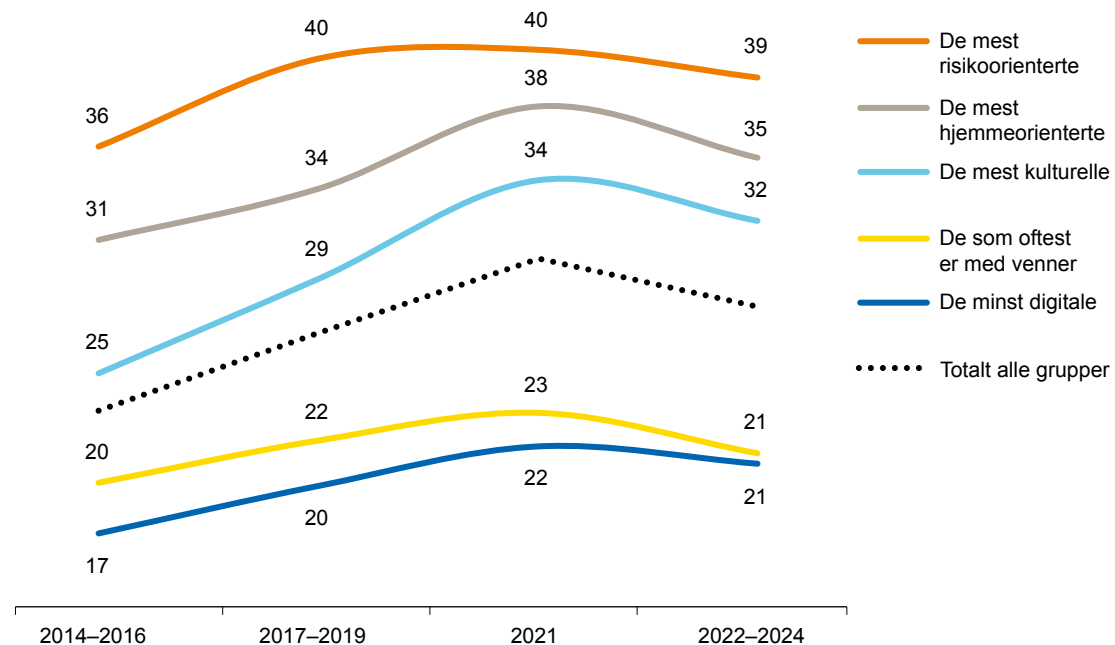
Figur 6.13 viser hvordan ungdom med ulike fritidsprofiler skårer på indikatoren for ensomhet på forskjellige tidspunkter. I alle gruppene har det vært en økning i hvor mange som rapporterer om ensomhet, gjennom hele tiårsperioden. Den største økningen er observert blant «de mest kulturelle», som har hatt en økning på 7 poeng på skalaen. Over tid har forskjellen mellom «de mest kulturelle» og både «de mest hjemmeorienterte» og «de mest risikoorienterte» blitt noe mindre.

Minst økning i ensomhet har det vært blant «de som oftest er med venner», hvor det kun har vært en økning på 1 poeng. Det har vært noe større økning blant «de minst digitale», en gruppe som i den første perioden skåret lavere på ensomhet enn «de som oftest er med venner». Dette gapet har blitt mindre igjen i løpet av denne tiårsperioden.

Oppsummert viser analysene at forskjellene i opplevd ensomhet mellom de tre gruppene som rapporterer høyest nivå av ensomhet, har blitt litt mindre over tid. Dette betyr at ungdom fra disse gruppene nå er mer like med tanke på ensomhet enn tidligere. I tillegg har forskjellene mellom de to gruppene som opplever lavest nivå av ensomhet, blitt mindre. Samtidig er det viktig å merke seg at kontrasten mellom de tre gruppene med høyest ensomhet og de to gruppene med lavest ensomhet har blitt større. Dette tyder på at mens de som

opplever mest ensomhet nærmer seg hverandre, har avstanden til de som føler seg mindre ensomme, økt.

Figur 6.13 Ensomhet i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Skala 0–100.



Note: ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og ensomhet viser $\eta^2 = 0,20$ (2014–2016), $\eta^2 = 0,21$ (2017–2019), $\eta^2 = 0,22$ (2021), $\eta^2 = 0,22$ (2022–2024). Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2014–2024

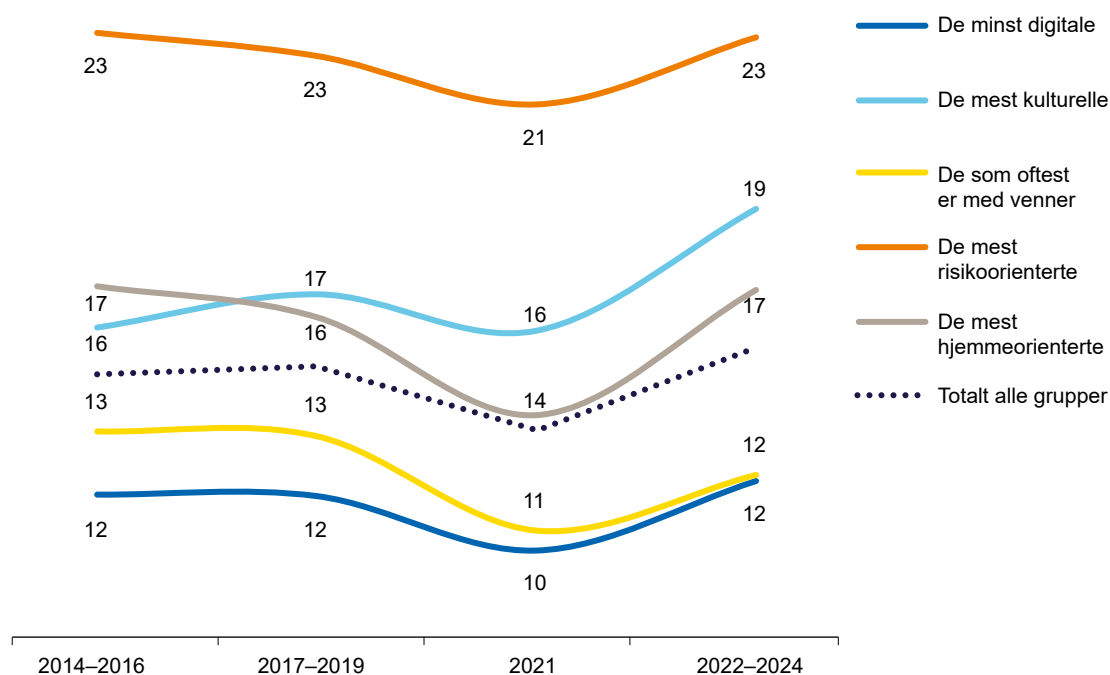
Mobbing

Til slutt skal vi se nærmere på mobbing, hvor utviklingen over det siste tiåret vært forholdsvis stabil, med unntak av en mindre nedgang under pandemien. Figur 6.14 viser at dette mønsteret gjelder for alle fritidsprofilene, bortsett fra «de mest kulturelle». For denne gruppen er mobbetallet 3 poeng høyere i den siste perioden sammenliknet med den første. I alle de andre gruppene er tallene enten uendret eller noe lavere.

Etter pandemien har økningen vært noe større for «de mest kulturelle» og for «de mest hjemmeorienterte» enn i de andre gruppene.

Oppsummert viser analysene at sammenhengen mellom fritidsprofilene og mobbing ikke har endret seg mye i løpet av det tiåret som er undersøkt.

Figur 6.14 Mobbing i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder.
Skala 0–100.



Note: ANOVA-test av sammenhengen mellom fritidsprofiler og mobbing viser $\eta^2 = 0,15$ (2014–2016), $\eta^2 = 0,14$ (2017–2019), $\eta^2 = 0,15$ (2021), $\eta^2 = 0,15$ (2022–2024). Tallene er korrigert for kjønns- og aldersforskjeller mellom gruppene med ulike fritidsprofiler.

Kilde: Ungdata 2014–2024

6.9 Oppsummering

I dette kapittelet har vi undersøkt hvordan ungdom har det i hverdagen, hva de tenker om fremtiden og sosial tilhørighet, og opplevelsen av å ha vært utsatt for krenkelser – og sett dette i sammenheng med fritidsprofilene til ulike grupper av ungdom. Resultatene er oppsummert i tabell 6.6, som viser hvordan de ulike gruppene skårer i forhold til et nasjonalt gjennomsnitt. Positive indikatorer er gjengitt øverst og negative nederst.

«De minst digitale» og «de som oftest er med venner» er de to gruppene som rapporterer om best livskvalitet. Begge grupper trives generelt bedre enn gjennomsnittet, opplever færre krenkelser og skårer generelt høyt på sosial tilhørighet og lavt på ensomhet. I tillegg trives de bedre på skolen og er mer optimistiske om fremtiden enn andre ungdommer. Forskjellen mellom disse to ligger i at «de som oftest er med venner» har enda høyere skår på sosial tilhørighet enn «de minst digitale», mens «de minst digitale» opplever mindre stress og press i hverdagen enn «de som oftest er med venner».

I kontrast rapporterer «de mest hjemmeorienterte» om lavere tilfredshet med livet, lavere sosial tilhørighet og mer ensomhet enn gjennomsnittet. Selv om de opplever noe mindre press enn andre ungdommer, er de like ofte utsatt for krenkelser som gjennomsnittet.

Gruppen som rapporterer om lavest livskvalitet, er «de mest risikoorienterte». På alle positive mål gir de lavere skår og høyere skår på alle negative mål. Denne gruppen er mindre fornøyd med livet enn andre, de opplever mye stress og press og skiller seg spesielt ut ved å oppleve å være utsatt for flere krenkelser som mobbing, vold og seksuell trakassering enn andre. De skårer også lavt på sosial tilhørighet, men forskjellene mellom dem og de andre gruppene er minst på dette området. Alt dette tyder på at livssituasjonen til denne gruppen er mer problematisk enn i de andre gruppene.

«De mest kulturelle» er gruppen som skiller seg minst fra gjennomsnittet av alle. På de fleste indikatorene plasserer de seg et sted imellom gruppene som rapporterer om henholdsvis best og dårligst livskvalitet.

Tabell 6.6 Hvordan ungdom i ulike fritidsprofiler har det sammenliknet med gjennomsnittet – oppsummert.

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Hvordan gruppen skiller seg fra gjennomsnittet					
Positive indikatorer					
Tilfredshet med livet (+)	Mye høyere	Som gjennomsnittet	Litt høyere	Svært mye lavere	Litt lavere
Positive følelser (+)	Mye høyere	Som gjennomsnittet	Mye høyere	Svært mye lavere	Mye lavere
Skoletrivsel (+)	Mye høyere	Som gjennomsnittet	Litt høyere	Svært mye lavere	Litt lavere
Sosial tilhørighet (+)	Litt høyere	Litt lavere	Mye høyere	Litt lavere	Mye lavere
Framtidsoptimisme (+)	Mye høyere	Som gjennomsnittet	Litt høyere	Svært mye lavere	Mye lavere
Negative indikatorer					
Negative følelser (-)	Mye lavere	Som gjennomsnittet	Litt lavere	Svært mye lavere	Litt høyere
Ensomhet (-)	Mye lavere	Litt høyere	Mye lavere	Svært mye lavere	Mye høyere
Press (-)	Litt lavere	Som gjennomsnittet	Som gjennomsnittet	Svært mye lavere	Litt lavere
Stress (-)	Litt lavere	Som gjennomsnittet	Litt lavere	Svært mye lavere	Som gjennomsnittet
Utsatt for krenkelser (-)	Mye lavere	Litt høyere	Litt lavere	Ekstra mye høyere	Litt lavere

Kilde: Ungdata 2022–2024

Endringer i sammenhengene mellom fritid og hvordan ungdom har det

I dette kapittelet har vi undersøkt om sammenhengene mellom ungdoms fritidsvaner og livskvalitet har endret seg i løpet av det siste tiåret. En viktig kontekst for å forstå resultatene fra disse analysene er at den generelle utviklingen viser en negativ trend i ungdoms livskvalitet. Det er imidlertid verdt å merke seg at denne nedgangen flatet ut mot slutten av perioden, og etter pandemien har det ikke vært noen betydelige endringer.

Den nedadgående trenden i livskvalitet gjelder i alle gruppene. Samtidig viser analysene at omfanget og tempoet i denne nedgangen varierer noe. For å forenkle tolkningen har vi i tabell 6.7 sammenfattet resultatene på tvers av de seks livskvalitetsmålene som ble benyttet i den siste delen av kapittelet. Vi har laget et samlet mål på livskvalitet, der vi har tatt hensyn til at noen mål er positive, mens andre er negative.¹⁴

Resultatene viser at «de mest kulturelle» har hatt en noe dårligere utvikling enn de andre gruppene, noe som gjelder for alle indikatorene vi har analysert. Motsatt har nedgangen vært minst blant «de som oftest er med venner». Utviklingen i de tre siste gruppene skiller seg ikke nevneverdig fra den generelle nedgangen.

Selv om det finnes noen nyanseforskjeller mellom gruppene, har utviklings-trekkene generelt vært ganske like. Sammenhengene mellom ungdoms fritidsvaner og livskvalitet har altså vært langt mer preget av stabilitet enn endringer i løpet av det siste tiåret.

Tabell 6.7 Skår på samlemål på livskvalitet i grupper med ulike fritidsprofiler – fordelt på tidsperioder. Gjennomsnitt (0–100).

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte	Totalt alle grupper
Samlemål på livskvalitet						
2014–2016	82,6	78,2	80,5	68,1	73,5	78,4
2017–2019	80,9	75,1	78,5	65,2	71,9	75,7
2021	79,4	71,6	77,6	64,6	69,4	73,3
2022–2024	78,3	70,7	77,4	63,9	68,7	72,9
Endring over hele perioden	–4,3	–7,4	–3,1	–4,2	–4,8	–5,5

Kilde: Ungdata 2022–2024

¹⁴ Først snudde vi de tre negative målene gjennom å ta 100 og trekke fra verdien på variabelen. Samlemålet ble deretter laget gjennom å lage et gjennomsnitt av de seks målene. Vi minner om at alle målene går fra 0 til 100, noe også samlemålet gjør.

7 Oppsummering og diskusjon

Målet med rapporten har vært å gi en bred oversikt hva norsk ungdom gjør på fritiden, og hvordan dette har endret seg fra 2014 til 2024. I rapporten har vi belyst hvilken betydning kjønn, alder og sosioøkonomisk status har for å forstå variasjoner i ungdoms fritidsvaner, og om utviklingen i løpet av det siste tiåret har gått i retning av større eller mindre sosiale ulikheter i hva ungdom gjør på fritiden. Vi har også undersøkt sammenhenger mellom fritid og livskvalitet samt hvordan livskvaliteten til ungdom som driver med ulike ting i fritiden, har utviklet seg over tid.

I dette avslutningskapittelet vil vi oppsummere de empiriske analysene. Vi starter med en gjennomgang av de fem gruppene med ulike fritidsprofiler. Deretter tar vi opp spørsmål som ble reist innledningsvis i rapporten. Et hovedspørsmål er i hvilken grad de empiriske resultatene peker mot nye skillelinjer i fritiden, og om fritiden i økende grad kan sies å definere hvordan ulike ungdomsgrupper har det.

7.1 Fritidsprofiler

Vårt metodiske utgangspunkt har vært å identifisere grupper av ungdom, som fyller fritiden sin med svært forskjellige aktiviteter i fritiden. Gjennom bruk av latent klasseanalyse (LCA) har vi avdekket mønstre i ungdommens fritidsvaner som ellers ikke ville vært åpenbare. Vi har identifisert fem grupper av ungdom, som ikke bare skiller seg fra hverandre i hvor mye tid de bruker på ulike aktiviteter, men også kvalitativt gjennom hvilke typer aktiviteter som dominerer i hverdagen. Disse aktivitetene gir ikke bare ulik struktur i hverdagen og ulike muligheter for sosial interaksjon og utvikling, men også ulike forutsetninger for å være utsatt for farer og risiko. På denne måten har vi identifisert grupper av ungdom som kan sies å ha kvalitativt ulike måter å tilbringe ungdomstiden sin på.

Vi starter oppsummeringen med en gjennomgang av hvilke fritidsaktiviteter som er mest karakteristiske for hver av de fem gruppene, det vil si at vi legger vekten på hva som skiller gruppene fra hverandre. Vi oppsummerer hvor store gruppene er, hvordan kjønn, alder og sosioøkonomisk status påvirker sjansen for å tilhøre de ulike gruppene, og hvordan ungdommene i de ulike gruppene opplever hverdagen sin – og i tillegg hvordan disse mønstrene har utviklet seg over tid. Gruppene presenteres i rekkefølge etter hvor mange de utgjør i den siste perioden (2022 til 2024).

«De som oftest er med venner»

Den største av alle gruppene i denne tidsperioden er «de som oftest er med venner». Dette er en gruppe spesielt sosiale ungdommer, som utgjør 33 prosent

av alle. Gruppen er kjennetegnet ved å være svært aktive på sosiale medier, men også av at de tilbringer mye tid fysisk sammen med venner. De er sjeldnere enn andre hjemme om kveldene og har i større grad et uteorientert fritidsmønster. De henger oftere ute med andre ungdommer om kveldene, de bruker mer tid på fritidsklubben, og de deltar mer enn andre ungdommer i organiserte fritidsaktiviteter, med unntak av kulturorienterte aktiviteter. Dette er den av gruppene som bruker aller mest tid på trening. Mange deltar i organisert idrett, og en god del bruker treningssentrene som sin treningsarena. Gruppen spiller noe mindre dataspill enn andre, og de bruker omtrent like mye tid på skjermbasert underholdning (TV-titting, serier og YouTube). Tid brukt på skolearbeid og til lesing er også på gjennomsnittet. Det samme gjelder regelbrudd, men de har lavere rusmiddelbruk enn snittet.

«De som oftest er med venner» har over tid blitt en større gruppe og er blant de gruppene som har vokst aller mest. I den første tidsperioden utgjorde de 24 prosent. Økningen gjennom tiårsperioden har vært på 8 prosentpoeng.

Sosiodemografisk er dette en forholdsvis gjennomsnittlig gruppe. Det vil si at det er omtrent like mange gutter og jenter i denne gruppen, og at de er ganske jevnt fordelt etter alder og sosioøkonomisk bakgrunn. Over tid har det imidlertid vært en viss økning i andelen jenter. Det har også blitt noen flere yngre ungdommer og noen flere med høy sosioøkonomisk status. Sånn sett har denne gruppen over tid beveget seg fra å ha en helt jevn fordeling av ungdom med ulike sosiodemografiske kjennetegn i årene 2014 til 2016 til en viss overvekt av yngre jenter med høy sosioøkonomisk status i årene 2022 til 2024.

Når det gjelder livskvalitet, viser analysene at de aller fleste ungdommer har det nokså bra. Dette gjelder i alle grupper. «De som oftest er med venner» skårer imidlertid over gjennomsnittet og framstår som den nest beste av gruppene med tanke på hvordan de selv opplever at de har det. Ikke overraskende skårer gruppen høyt på ulike mål på sosial tilhørighet, som det å ha nære venner. De opplever mindre ensomhet enn andre og trives generelt bedre enn gjennomsnittet, inkludert på skolen. De opplever færre krenkelser enn andre ungdommer og er mer optimistiske om framtiden.

I hele perioden vi har studert her, rapporterer de fleste om god livskvalitet. Samtidig har det vært en gradvis forverring uten at det rokker ved at flertallet har det bra. Nedgangen har vært gradvis gjennom hele perioden, men etter pandemien har det ikke vært noen ytterligere forverring. I likhet med de andre gruppene har livskvaliteten blant «de som oftest er med venner» også blitt forverret. Imidlertid skiller de seg ut med den minste nedgangen av alle gruppene.

«De mest hjemmeorienterte»

Den nest største gruppen er «de mest hjemmeorienterte». De utgjør 27 prosent av ungdommene i årene 2022 til 2024. I disse ungdommenes hverdagsliv

representerer hjemmet en særlig dominerende fritidsarena. Mens de andre gruppene har en tydelig balanse mellom aktiviteter i og utenfor hjemmet, tilbringer de fleste av disse ungdommene stort sett hver kveld hjemme, og mange har bare begrenset fysisk kontakt med venner i fritiden. De deltar sjelden i organiserte fritidsaktiviteter og trener mye mindre enn andre. De tilbringer derimot betydelig mer tid foran skjermene, og det er særlig på dataspill at denne gruppen skiller seg ut med et langt høyere aktivitetsnivå enn andre. De bruker også mye tid på skjermbasert underholdning, som å se på TV, serier eller YouTube, og like mye tid som andre på sosiale medier. Når det gjelder skolearbeid og lesing, skårer denne gruppen likt med eller litt under gjennomsnittet for alle norske ungdommer. Det samme gjelder for rusmiddelbruk og regelbrudd.

«De mest hjemmeorienterte» er en gruppe som også har vokst betydelig i omfang. I den første perioden utgjorde gruppen 18 prosent, mot 27 prosent på slutten. Under pandemien var denne gruppen enda større, de utgjorde da 32 prosent. Etter pandemien ble denne gruppen altså noe mindre. Ser vi hele perioden under ett, har økningen vært på 9 prosentpoeng.

Av alle gruppene er dette gruppen med den tydeligste «gutteprofilen». Det er også den av gruppene som i størst grad rekrutterer ungdom fra lavere sosiale lag. Andelen gutter har vært nokså stabil i hele tidsperioden, med en liten nedgang fra 63 til 61 prosent. Selv om det i hele perioden har vært en overrepresentasjon av ungdom med lav sosioøkonomisk status, har utviklingen gått i retning av en jevnere fordeling etter sosioøkonomisk status. I den første perioden var det en viss overvekt av eldre ungdomsskoleelever i denne gruppen. Mot slutten av perioden er de tre aldersgruppene på ungdomsskolen nokså jevnt fordelt. Dette betyr at i denne gruppen har gjennomsnittsalderen gått noe ned over tid.

Et flertall også blant «de mest hjemmeorienterte» rapporterer å ha det relativt bra. Samtidig er det stor variasjon innad i gruppen, og sammenliknet med de andre kommer gruppen dårligere ut enn gjennomsnittet på mange av indikatorene på livskvalitet. De skårer mye lavere enn andre på positive følelser, for eksempel det å være glad, mestring og engasjement. De har også lavere sosial tilhørighet, flere opplever ensomhet, og færre ser optimistisk på framtiden. De trives noe dårligere enn gjennomsnittet på skolen. De opplever på den andre siden mindre press, og de opplever i mindre grad enn andre å være utsatt for krenkelser, inkludert nettmobbing.

Over tid har livskvaliteten til denne gruppen gått gradvis nedover. Forverringen har imidlertid ikke vært noe større enn det gjennomsnittet av ungdom har opplevd. Det er likevel fortsatt slik at de fleste ungdommer også i denne gruppen rapporterer om relativt høy livskvalitet.

«De minst digitale»

Over tid er det blitt langt færre av ungdommene som har en fritidsprofil som er typisk for «de minst digitale». I den første perioden utgjorde denne gruppen 35 prosent av ungdommene, mot 19 prosent i den siste. Med en tilbakegang på 16 prosentpoeng representerer denne gruppens fritidsprofil den gruppen som har vært minst i «takt» med den generelle utviklingen på fritidsområdet.

«De minst digitale» er de som i størst grad deltar i organisert idrett. I tillegg bruker mange fritiden sin til å jogge eller drive med andre former for egentrening. De er ikke så ofte sammen med venner fysisk utenom trening og skole og er den av gruppene som bruker desidert minst tid foran skjerm. Dette betyr ikke at de er digitalt frakoblet, de er bare ikke storforbrukere av digitale medier på samme måte som ungdom flest. De bruker forholdsvis mye tid på skolearbeid og lesing. Gruppen er sjelden involvert i regelbrudd og bruker nesten ikke rusmidler. Oppsummert er dette en forholdsvis veltilpasset gruppe ungdommer, som utgjør en særlig «skikkelig» del av ungdomsbefolkningen.

Når det gjelder sosiodemografiske kjennetegn, er det litt flere jenter enn gutter blant «de minst digitale», litt flere yngre enn eldre ungdomsskoleelever og litt flere med høy enn med lav sosioøkonomisk status. Forskjellene til gjennomsnittet av all ungdom er imidlertid ikke spesielt store. De sosiodemografiske ulikhetene i denne gruppen har verken blitt større eller mindre i løpet av den tiårsperioden som er studert her.

«De minst digitale» er de som rapporterer å ha høyest livskvalitet av alle gruppene. De har den høyeste andelen som er fornøyd med livet, de skårer en god del høyere enn gjennomsnittet på positive følelser og lavere på negative følelser. De er den av gruppene som trives best på skolen og i minst grad opplever å være utsatt for mobbing, vold eller seksuell trakassering. De skårer litt lavere enn andre på press og stress og noe høyere på forhold som har med vennskap og sosial tilhørighet å gjøre.

Selv om livskvaliteten har vært høy i hele perioden, rapporterer også denne gruppen om gradvis lavere livskvalitet. Samtidig har nedgangen vært litt mindre enn den generelle utviklingen vi har sett blant ungdom de siste ti årene.

«De mest risikoorienterte»

«De mest risikoorienterte» er blant de minste gruppene. De utgjorde 13 prosent av ungdommene i den siste perioden, en økning fra 11 prosent i starten av perioden. Hele økningen fant sted etter pandemien.

Gruppen skiller seg ut med betydelig høyere skår på regelbrudd og rusmiddelbruk enn de andre gruppene. «De mest risikoorienterte» er tidlig ute med å eksperimentere med rusmidler og er oftere involvert i regelbrudd. Samtidig er de svært sosiale og tilbringer mye tid med venner, både fysisk og på sosiale medier. Ungdom i denne gruppen bruker mer tid på gaming og på skjermbasert

underholdning (TV, serier, YouTube) enn gjennomsnittet, noe som gjør at de samlet sett tilbringer betydelig mer tid foran skjermen enn andre. De deltar i mindre grad enn gjennomsnittet i kulturorienterte fritidsaktiviteter og organisert idrett, men trener mer på treningsstudio og er oftere på fritidsklubben. De tilbringer mindre tid hjemme om kveldene enn gjennomsnittet blant ungdom, og de er blant de minst «akademisk» orienterte, som bruker minst tid på skolearbeid.

«De mest risikoorienterte» har den tydeligste aldersprofilen. Det er en klar overvekt av de eldste ungdommene på ungdomsskolen. Det er omtrent like mange gutter og jenter i denne gruppen, og sammen med «de mest hjemmeorienterte» er dette gruppen som har størst overrepresentasjon av ungdom med lav sosioøkonomisk status. Over tid har det blitt litt flere jenter i denne gruppen, og gjennomsnittsalderen har gått noe ned. Det har vært en viss økning over tid i den gjennomsnittlige sosioøkonomiske statusen, noe som betyr at det over tid relativt sett har blitt noen flere i denne gruppen med høy SØS og dermed en noe jevnere fordeling av ungdom med ulike SØS.

Dette er den av gruppene som kommer aller dårligst ut på livskvalitet. De skårer lavere enn gjennomsnittet på alle målene, og særlig på det som handler om å være utsatt for krenkelser som mobbing, vold og seksuell trakassering. De er mindre fornøyde med livet enn ungdom generelt og opplever betydelig stress og press i hverdagen. Dette tyder på en mer problematisk livssituasjon enn for de andre gruppene. Selv om de også skårer lavt på sosial tilhørighet og generell livstilfredshet, er forskjellene her mindre markante. Livskvaliteten har gradvis gått ned for denne gruppen, men ikke mer enn for gjennomsnittet av norsk ungdom.

«De mest kulturelle»

Til slutt har vi «de mest kulturelle», som har en nedgang fra å utgjøre 12 prosent i starten til 9 prosent ved slutten av tidsperioden. Den største nedgangen for denne gruppen skjedde i forbindelse med pandemien, noe som kan ha sammenheng med at mange av de fritidsaktivitetene som er typiske for denne gruppen, var nedstengt i perioder.

«De mest kulturelle» bruker mest tid av alle på kulturorienterte fritidsaktiviteter. Mange går på musikkskole eller kulturskole, spiller instrument, synger i kor eller driver med andre kreative aktiviteter. Denne gruppen deltar også oftere i andre organiserte aktiviteter som fritidsklubber, men færre er med i idrett. Selv om de er svært aktive i organiserte fritidsaktiviteter, tilbringer de også mer tid hjemme om kveldene enn andre ungdommer. De har mindre uformelt samvær med venner, men bruker mer tid på lesing og skolearbeid. De tilbringer mindre tid foran skjermen enn gjennomsnittet, og få av dem bruker rusmidler eller er involvert i regelbrudd. Dette viser at de har mange likhetstrekk med «de minst digitale», men hovedforskjellen knytter seg til at «de minst digitale» er aktive

innen idrett, mens «de mest kulturelle» er med på kulturaktiviteter. «De mest kulturelle» bruker også noe mer tid på skjermbaserte aktiviteter.

Gruppen har en tydelig sosiodemografisk profil, med en overvekt av jenter og ungdom med høy sosioøkonomisk status. Dette er gruppen med aller flest jenter og den høyeste andelen som har foreldre med høyere utdanning og med mange bøker hjemme. Det er en liten overvekt av yngre ungdommer i denne gruppen. Sammensetningen etter alder og sosioøkonomisk status har vært svært lik gjennom hele tidsperioden. Sammensetningen av gutter og jenter har heller ikke endret seg mye, men det har vært en liten nedgang i andelen jenter fra 64 til 62 prosent.

Når det gjelder livskvalitet, kommer denne gruppen nokså gjennomsnittlig ut, noe som betyr at de fleste har det bra. De skårer som gjennomsnittet på livstilfredshet, positive og negative følelser, skoletrivsel, press og stress og på framtidsoptimisme. Når det gjelder sosial tilhørighet og ensomhet, kommer de litt dårligere ut enn andre ungdommer. Det samme gjelder krenkelser, som denne gruppen opplever mer av enn gjennomsnittet av norsk ungdom. Over tid har livskvaliteten til denne gruppen forverret seg noe mer enn i alle de andre gruppene.

7.2 Fritid i endring

Analysene viser store endringer i ungdoms fritidsvaner. Den største endringen handler om at ungdomstiden i økende grad har blitt fylt opp av digitale aktiviteter. Ungdom bruker betydelig mer tid foran skjerm enn for ti år siden, og særlig gjelder det sosiale medier, men også andre digitale aktiviteter, som gaming, har fått økt betydning i fritiden. I rapporten har vi dokumentert store forskyvninger mellom grupper med ulike fritidsprofiler. Det er grunn til å tolke disse endringene på det digitale området som «drivkraften» bak den store nedgangen i gruppen klassifisert som «de minst digitale» og den tilsvarende økningen i gruppene «de som oftest er med venner» og «de mest hjemmeorienterte».

Vi var innledningsvis i rapporten inne på bekymringer som ofte er framme i den offentlige debatten knyttet til ungdoms bruk av skjerm, blant annet at ungdom i mindre grad enn før treffer hverandre fysisk, at de er mindre fysisk aktive, og at de bruker mindre tid på «oppbyggelige» aktiviteter som skolearbeid og lesing av bøker. Uten at vi kan si noe direkte om hva som har blitt erstattet av hva,¹⁵ viser analysene at det parallelt med økte skjermaktiviteter har vært en tydelig nedgang i hvor mye tid ungdom bruker på skolearbeid. I tillegg har det vært en

15 Med de metodene vi har brukt, er det vanskelig å gi helt entydige svar på om digitale fritidsaktiviteter kan sies å ha «fortrengt» fritidsaktiviteter som det var vanligere at ungdom drev med før, dels fordi skjermaktiviteter ofte skjer parallelt med andre fritidsaktiviteter, og dels fordi vi først og fremst har beskrevet hva som har skjedd, og ikke forsket på hva ungdom ville valgt å gjøre i en tenkt situasjon med en annen utvikling på digitale området.

nedgang i boklesing og deltakelse i kulturorienterte fritidsaktiviteter – en type gjøremål som ofte oppfattes som en ressurs både for ungdoms utvikling og for deres livskvalitet her og nå.

De to gruppene som i størst grad representerer fritidsprofiler der skolearbeid og lesing av bøker har en plass i hverdagen, er de «de minst digitale» og «de mest kulturelle». Begge disse gruppene har blitt vesentlig mindre i løpet av tiårsperioden. Mens de til sammen utgjorde nesten halvparten av alle ungdommer (47 prosent) i 2014–2016, utgjør de i overkant av én av fire (28 prosent) i den siste perioden (2022–2024).

På aggregert nivå støtter imidlertid ikke funnene bekymringer om at økt skjermtid fører til mindre fysisk aktivitet blant ungdom.¹⁶ Samlet sett har aktivitetsnivået på trening holdt seg på et relativt høyt nivå og økt noe i løpet av denne perioden (se også Bakken, 2024). En faktor i denne utviklingen er at treningssentrene har blitt en stadig viktigere fritidsarena for stadig flere ungdomsskoleelever. Dette kan imidlertid ha skjedd på bekostning av andre former for egentrening, som har vist en liten nedgang i samme periode. Deltakelsen i organisert idrett har derimot vært forholdsvis stabil gjennom tiåret.

Det er heller ikke slik at vi på aggregert nivå finner støtte for at ungdom treffes fysisk i mindre grad enn før. Selv om andelen som tilbringer hele kvelden hjemme, har økt noe i løpet av denne perioden, og det har blitt mindre vanlig å være sammen med venner hjemme hos hverandre, ser vi samtidig at det har blitt noe mer vanlig å tilbringe tid ute med venner på kveldstid. Våre funn tyder derfor på at indikatorene for det vi kaller venneorientert fritid, samlet sett ikke har endret seg nevneverdig i løpet av tiårsperioden.

Ser vi nærmere på de to gruppene som har vokst mest i denne perioden, får vi en mer nyansert tolkning. Felles for både «de som oftest er med venner» og «de mest hjemmeorienterte» er at de bruker mye tid på digitale aktiviteter, men de skiller seg klart fra hverandre når det gjelder hvordan de balanserer skjermtid med det å møte venner fysisk, samt hvor ofte de er fysisk aktive. Den første gruppen, «de som oftest er med venner», tilbringer mye tid foran skjermen, men er samtidig den mest sosiale av alle gruppene og bruker mest tid på trening. Denne gruppen har økt med 8 prosentpoeng i perioden. Den andre gruppen, «de mest hjemmeorienterte», består av ungdom som stort sett er hjemme hver eneste kveld, sjelden treffer andre ungdommer fysisk utenom skolen og er svært lite fysisk aktive. Denne gruppen har økt enda mer, med 9 prosentpoeng.

Utviklingen tyder på en tydelig differensiering mellom to svært ulike typer digitalt påkoblede ungdommer, og som på aggregert nivå tilsynelatende ser ut til å

¹⁶ Det må understrekes at målene vi har brukt, representerer grove mål på fysisk aktivitet. Selv om trening utgjør en viktig del av den intensive fysiske aktiviteten som ungdom driver med, vet vi fra annen forskning at dette bare utgjør en begrenset del av tiden ungdom er fysisk aktive (se for eksempel Steene-Johannessen et al., 2018).

nulle hverandre ut. Dette understreker viktigheten av å gruppere ungdom i ulike fritidsprofiler for å fange opp disse forskjellene.

7.3 Nye sosiale forskjeller i fritiden?

I hvilken grad har endringene i ungdoms fritidsmønster bidratt til å endre betydningen av kjønn, alder og sosioøkonomi for å forstå variasjoner i ungdoms fritidsvaner? Har utviklingen det siste tiåret ført til større eller mindre sosiale ulikheter i ungdoms fritidsvaner? Våre analyser tyder på at den sosio-demografiske sammensetningen av de ulike gruppene har holdt seg relativt stabil, og at de sosiale forskjellene mellom dem ikke har endret seg vesentlig. Gjennom hele perioden ser vi tydelige kontraster, spesielt mellom «de mest kulturelle», som har en overvekt av yngre jenter med høyere sosioøkonomisk status, og «de mest hjemmeorienterte», der gutter med lavere sosioøkonomisk status er overrepresentert.

Samtidig ser vi noen nyanser der mindre endringer i den sosiodemografiske sammensetningen av gruppene over tid peker mer i retning av reduserte forskjeller enn økte. For eksempel har kjønnsfordelingen i de to mest kjønnsdelte gruppene, «de mest kulturelle» og «de mest hjemmeorienterte», blitt noe jevnere i løpet av tiårsperioden. Vi har også dokumentert at det har foregått en viss utjevning i de to gruppene der ungdom med lav sosioøkonomisk status er mest overrepresentert, mens det ikke har vært store endringer i de gruppene der ungdom med høy SØS dominerer. Den eneste gruppen hvor vi har sett en økning i sosioøkonomiske skjevheter over tid, er «de som oftest er med venner», som har gått fra å være jevnt fordelt til å ha en viss overvekt av ungdom med høyere SØS.

Hovedbildet viser altså små endringer i sammenhengen mellom fritidsvaner og de sosiodemografiske variablene vi har analysert. Der vi finner endringer, peker de mot noe mindre ulikhet. Funnene står i kontrast til bekymringer vi var inne på innledningsvis, om at økte sosiale forskjeller i samfunnet gjør at ungdoms fritidsvaner og fritidsvalg i økende grad blir avhengige av hva slags ressurser som finnes i familien.

7.4 Digitale ungdomsliv – på godt og vondt?

Resultatene tyder på ungdom flest opplever å ha det bra, at de trives, har gode sosiale relasjoner, opplever få krenkelser og ser lyst på framtiden. Samtidig har denne rapporten vist tydelig variasjon i ungdoms livskvalitet, både på tvers av fritidsmønstre og over tid. I tiårsperioden vi har undersøkt, har utviklingen gått i negativ retning på de fleste av livskvalitetsindikatorne. Et hovedfunn er at tendensen til synkende livskvalitet gjenfinnes på tvers av alle de fem gruppene. Samtidig er det noen nyanser også i dette bildet.

Den første av disse nyanseringene gjelder sammenhengen mellom digital fritid, sosialt samvær med jevnaldrende og livskvalitet i ungdomstiden. Som diskutert

tidligere har endringene i omfanget av ungdoms digitale fritid det siste tiåret skapt bekymring for mindre fysisk samvær med jevnaldrende. Selv om vi ikke kan gi et direkte svar på om det er hold i en slik bekymring, viser analysene et komplekst bilde. Begge de to gruppene som har økt mest i løpet av tiårsperioden, bruker relativt mye tid på skjermaktiviteter. Likevel befinner de seg i hver sin ende av skalaen når det gjelder livskvalitet: «De som oftest er sammen med venner» tilhører gruppene med høyest livskvalitet, mens «de hjemmeorienterte» rapporterer om livskvalitet under gjennomsnittet.

Det ene utelukker altså ikke nødvendigvis det andre, og både innretningen på ungdoms digitale fritid og mønstrene av andre aktiviteter som den digitale fritiden er en del av, ser ut til å spille en rolle. «De som oftest er sammen med venner» bruker relativt mye tid på sosiale medier. Samtidig driver mange med trening (både i idrettslag og på egen hånd), og de er klart oftest fysisk sammen med andre på samme alder, både ute og hjemme. Analysene av livskvalitet gir inntrykk av at dette er en gruppe ungdom som er særlig trygge sosialt, og som har et godt grunnlag for å håndtere ulike utfordringer og press som de møter i hverdagen – uavhengig av om dette foregår ansikt til ansikt eller digitalt.

«De mest hjemmeorienterte» er overrepresentert både når det gjelder data-spilling, digital underholdning og samlet tid foran skjerm, samtidig som de omgås lite med jevnaldrende fysisk. Analysene gir ikke inntrykk av at denne gruppen har flere negative opplevelser på nett enn andre unge, eller at de opplever mer press knyttet til sosiale medier, kropp og utseende enn det som er tilfelle for ungdom flest. Dette gir en pekepinn om at innholdet de eksponeres for på nett, ikke er hovedforklaringen på lavere opplevd livskvalitet i denne gruppen. Derimot kommer «de hjemmeorienterte» særlig dårlig ut når det gjelder sosial tilhørighet og ensomhet. Dette er til tross for at vi i en fotnote viste til at mange av disse ungdommene har en god del sosial kontakt via nettet og mobil. En mulig tolkning er at en del av de ungdommene som har en fritidsprofil typisk for «de hjemmeorienterte», går glipp av opplevelser og sosiale møter i hverdagen, som kan bidra til gode følelser og legge grunnlag for et positivt syn på seg selv og eget liv.

En mulig tolkning er at et høyt omfang av digitale aktiviteter ikke står i motstrid til en forestilling av det *gode* ungdomsliv i dag, særlig når de digitale aktivitetene har en tydelig sosial profil og inngår i et mønster av sosialt samvær med jevnaldrende ellers, gjerne i kombinasjon med idrett og trening. Og motsatt: Det kan være grunn til bekymring når et høyt forbruk av digital underholdning foregår i en kontekst av lite fysisk aktivitet, svake vennerelasjoner, begrenset fysisk omgang med jevnaldrende og en ujevn balanse mellom fritid i og utenfor hjemmet. Samspill mellom disse faktorene kan forsterke hverandre og potensielt ha en negativ innvirkning på ungdoms livskvalitet.

Vi understreker at vi ikke har undersøkt kausale sammenhenger, og at hva som påvirker hva, som oftest vil være resultat av komplekse sosiale og individuelle forhold. Vi kan for eksempel ikke se bort fra at ungdom som i utgangspunktet

trives dårlig i hverdagen eller har opplevd utestenging eller mobbing tidligere, i større grad enn andre ungdommer søker seg mot digitale aktiviteter og alternative sosiale miljøer på nett uten at det er tidsbruken på digitale aktiviteter i seg selv som reduserer livskvaliteten.

Vi kan heller ikke se bort fra at disse ungdommenes vurdering av hvordan de har det, påvirkes av hvordan et slikt fritidsmønster vurderes av foreldrene og i samfunnet ellers. Når ungdom bruker mye tid på dataspilling, er dette noe som ofte skaper bekymring hos foreldrene og bidrar til konflikter i relasjonen mellom foreldre og barn (se f. eks Moberg, 2023). En slik eventuell diskrepans i hva de selv og foreldrene oppfatter som meningsfull fritid, er noe ungdommene må håndtere i hverdagen, og som kan tenkes å spille inn på selvbildet og deres egen vurdering av hverdagen sin. I takt med at tidsbruken på digitale aktiviteter øker, normaliseres imidlertid også denne måten å tilbringe fritiden på. Våre analyser viser ingen tegn til at livskvaliteten er blitt relativt sett mer svekket over tid blant «de mest hjemmeorienterte» sammenliknet med de øvrige gruppene, snarere tvert imot.

7.5 Få spor av «generasjon prestasjon» i ungdoms fritidsmønstre

Blant de fem gruppene med ulike fritidsprofiler er det «de minst digitale» som rapporterer om høyest livskvalitet. Dette er den av gruppene som har gått klart mest tilbake i størrelse. Fritidsprofilen til denne gruppen er kjennetegnet av idrett og trening, og de framstår som mer «skikkelige» og mer prestasjons- og framtidsorienterte enn andre ungdomsgrupper. Mange bruker mye tid på idrett og trening, og de bruker mer tid på skolearbeid enn andre jevnaldrende, samtidig som gruppen ikke har høy prioritet på å sosialisere seg med jevnaldrende i uformelle settinger.

Sammenliknet med den andre gruppen som også driver mye med idrett («de som oftest er med venner»), er «de minst digitale» lite sosiale, men likevel er fritidsprofilen forbundet med høy livskvalitet. Dette understreker at det finnes grupper med høy livskvalitet, der sosialisering med jevnaldrende og digitale aktiviteter spiller en mindre sentral rolle. Det er også slik at selv om denne fritidsprofilen har fått klart lavere utbredelse over tid, er nedgangen i livskvalitet noe mindre enn for de andre gruppene. Dette tyder på at livskvaliteten til «de minst digitale» i liten grad er påvirket av at deres måte å tilbringe fritiden på har blitt mer atypisk.

Den fritidsprofilen som likner mest på «de minst digitale», er «de mest kulturelle». Også disse ungdommene bruker mindre tid enn gjennomsnittet på uformell sosialisering med jevnaldrende og på digitale aktiviteter. Utviklingen over tid for de to profilene har imidlertid vært ulik. Det er blant «de mest kulturelle» vi finner den mest markante nedgangen i livskvalitet. Dette er en gruppe som ble redusert under pandemien, men som totalt bare har gått ned

med 3 prosentpoeng i løpet av perioden. Selv om disse ungdommene ikke er blant de mest utsatte sosialt, gjelder reduksjonen i livskvalitet særlig indikatorer som fortrolige vennskap, ensomhet og mobbing. En mulig tolkning av funnene er at aktiviteter som denne fritidsprofilen kjennetegnes av, har fått svekket status blant jevnaldrende over tid. Dette er ungdom som er mest orientert mot organiserte kulturaktiviteter, som gjør mer lekser, og som leser mest bøker.

Det som særlig skiller «de minst digitale» fra «de mest kulturelle», er at kulturaktivitetene er byttet ut med idrett. Det å være god i idrett er i mange miljøer assosiert med høy status både blant voksne og jevnaldrende, samtidig som dette er en aktivitet som i seg selv er assosiert med god helse og trivsel. På den andre siden har profilen «de minst digitale» også trekk som kunne passet med fortellingene om «generasjon prestasjon» og «the over-scheduling hypothesis» (redegjort for i kapittel 1). Likevel ser vi at disse ungdommene opplever minst press i hverdagen på alle områdene vi har undersøkt, og at svært få oppgir at de har problemer med å håndtere det presset de utsettes for. Dermed tegnes bildet av en ungdomsgruppe som legger inn mye innsats (relativt sett) for å lykkes både i skolen og på idrettsarenaen, men som ikke opplever dette som en særlig stor belastning i hverdagen. Verken når det gjelder «de minst digitale», eller når det gjelder «de mest kulturelle», finner vi tydelige spor av den type bekymringer som har vært knyttet til fortellingen om «generasjon prestasjon» – altså et forhøyet nivå av stress og press i hverdagen.

7.6 Risikoorientering kombinert med sårbarhet på flere områder samtidig

Mens både det å være mye involvert i digitale aktiviteter og det å bruke relativt lite tid sammen med jevnaldrende fysisk forekommer i ulike kombinasjoner i flere av gruppene, er det bare én av gruppene som kjennetegnes av et høyt nivå av klassisk risikoatferd, som rus og regelbrudd. Det er blant «de mest risikoorienterte» vi finner flest som rapporterer lav livskvalitet. Dette gjelder på de fleste livskvalitetsmålene vi har undersøkt, inkludert de som ofte forbindes med nyere typer utsatthet og begreper som «generasjon prestasjon».

Selv om prestasjonspress ofte kobles til adjektiver som «skikkelig» og «framtdsdisiplinert» i litteraturen, viser våre analyser at det er blant ungdom med en risikoorientert fritid vi finner høyest forekomst av både opplevelse av press og vansker med å håndtere det. Dette tyder på at det fortsatt er særlig grunn til bekymring for ungdom med en fritidsprofil preget av klassisk risikoatferd. Avstanden til de andre profilene er spesielt stor når det gjelder press knyttet til å se bra ut eller ha en fin kropp og det å ha mange følgere eller «likes» på sosiale medier. Dette vitner om at posisjonering og status i jevnaldermiljøet, også på digitale plattformer, er viktig for denne gruppen.

Selv om de bruker relativt mye tid på uformelt samvær med jevnaldrende, viser det seg at de også opplever en betydelig grad av sosial utrygghet. Dette kommer til uttrykk gjennom lave nivåer av sosial tilhørighet, i kombinasjon med høyere forekomst av ensomhet og utsatthet for krenkelser som mobbing, vold og sosial trakassering enn andre ungdommer. Sammen med lav skoletrivsel og et pessimistisk syn på framtiden tyder dette på en fritidsprofil preget av sårbarhet på flere områder i ungdomslivet samtidig – de trives oftere dårlig på skolen samtidig som mange har et litt trøblete forhold til jevnaldrende.

Til tross for at gruppen har økt noe i størrelse over tid, er ikke denne tilveksten stor nok til å forklare den generelle nedgangen i ungdoms livskvalitet. Det er heller ingen indikasjoner på at denne gruppens relative posisjon har blitt forverret sammenliknet med de øvrige fritidsprofilene i løpet av tiårsperioden.

7.7 Styrker og begrensninger ved studien

Styrken ved denne studien ligger i muligheten til å følge store kull av norske ungdomsskoleelever over en tiårsperiode, der de samme spørsmålene er gjentatt og stilt på identiske måter. Denne typen nasjonale data med god svarprosent gir et viktig bidrag til en systematisk forståelse av hva det innebærer å være ungdom i dag, og hvordan fritidsvaner har utviklet seg over tid. Selv om representativiteten i undersøkelsen er høy, fanger den ikke opp alle grupper av ungdom. De som er syke eller av andre årsaker er fraværende fra skolen når undersøkelsen gjennomføres, fanges ikke opp. At det er en frivillig undersøkelse, gjør at man heller ikke fanger opp de som ikke ønsker å delta i undersøkelsen. Det er også slik at ikke alle svarer på alle spørsmålene. I hvilken grad – og i hvilken retning – denne typen frafall påvirker resultatene, er vanskelig å si helt nøyaktig.

En annen styrke som framgår av resultatene i rapporten, er nytten av å bruke metoder som identifiserer ungdom i ulike grupper basert på hvilke fritidsaktiviteter de typisk deltar i. Den latente klasseanalysen avdekker underliggende fritidsmønstre, som ikke lar seg fange når man analyserer enkeltaspekter ved fritiden hver for seg. Metoden gir et ungdomssentrert perspektiv på fritid, noe vi mener gir et mer helhetlig bilde av hvordan det faktisk er å være ungdom, enn mer aktivitetssentrerte tilnærminger.

Samtidig må det understrekes at vi ikke har laget noen endelig fasit for hvilke og hvor mange fritidsprofiler som finnes blant norsk ungdom. Resultatene av analysene er avhengige av hvordan grensene settes for å bestemme antallet grupper, og av hvilke fritidsaktiviteter som inkluderes. Selv om vi har tatt med et bredt utvalg av aktiviteter som ungdom driver med på fritiden, er det mange aktiviteter som ikke er tatt med, som for eksempel friluftsliv, selvorganiserte fritidsaktiviteter, shopping, husarbeid eller det å ikke gjøre noen ting.

En annen begrensning er at selv om de gruppene vi har identifisert, er svært forskjellige, representerer de grove kategorier. Dypere analyser innenfor

gruppene vil sannsynligvis avdekke stor variasjon, både når det gjelder tyngdepunktet av fritidsaktivitetene, intensiteten og hva slags innhold aktivitetene har. Det kan også være at de ulike kategoriene gir ulik mening avhengig av hvor gamle ungdommene er, om de er gutt eller jente, eller hva slags sosioøkonomisk status ungdommene har. Å få mer kunnskap om dette anser vi som et viktig spørsmål for framtidig forskning.

At studien inneholder gode mål på sosioøkonomisk status, som kan sammenliknes over tid, er en styrke med studien. Samtidig er det en begrensning at målet vi har brukt, kun fanger opp utvalgte ressurser ungdom har tilgang til gjennom sin familiebakgrunn. I lys av diskusjoner om økonomisk ulikhet i samfunnet ville det for eksempel vært ønskelig med data som kan belyse familiens økonomiske situasjon på en bedre måte. Også forskjeller i familiestruktur eller ungdommers innvandringsbakgrunn ville vært interessant å belyse nærmere. Slike data finnes ikke på nasjonalt nivå i ungdomsskoledelen av Ungdata.

En annen begrensning ved studien er, som vi allerede har vært inne på, at vi ikke uten videre kan trekke konklusjoner om årsakssammenhenger mellom fritidsvaner og livskvalitet. Selv når vi finner at grupper av ungdom med bestemte fritidsvaner har bedre livskvalitet enn andre, er det ikke nødvendigvis aktivitetsmønstrene i seg selv som fører til god livskvalitet. Statistiske sammenhenger kan også reflektere en seleksjon av hvilke typer ungdom som tiltrekkes av ulike fritidsaktiviteter eller ungdomsmiljøer, påvirket av faktorer som personlighet, sosiale bakgrunnsforhold, interesser eller tidligere erfaringer. Komplekse vekselvirkninger mellom årsak og virkning gjennom den enkeltes livsløp gjør bildet enda mer nyansert og har konsekvenser for hvilke slutninger vi kan trekke om hvor bekymret man bør være for de sammenhengene som presenteres. For å bli sikrere på hva slike sammenhenger faktisk reflekterer, vil det være viktig å bruke longitudinelle data der man følger ungdommer gjennom deres ungdomstid.

8 Ny fritid i gamle mønstre?

Ved å kartlegge ungdoms fritidsvaner gjennom latent klasseanalyse, slik vi har gjort det i denne rapporten, har vi fått innsikt i hvordan ulike mønstre av fritidsaktiviteter preger ulike grupper av ungdom. De store kontrastene mellom fritidsvanene i de fem identifiserte profilene gjør det rimelig å forstå dette som kvalitativt ulike måter å tilbringe ungdomstiden på, og selv om vi ikke har grunnlag for å konkludere med årsakssammenhenger, viser rapporten tydelig hvordan fritidsvaner i ungdomstiden er tett forbundet med hvordan ungdom har det i hverdagen, både på skolen og med venner, og opplevelsen av å være utsatt for mobbing, vold og seksuell trakassering.

Historisk sett er ikke ti år en lang periode, men i løpet av dette tiåret har samfunnet, spesielt på det digitale området, gjennomgått store forandringer. Analysene tyder på at selv om ungdom tilbringer mer tid foran skjerm enn før, handler ikke de sentrale skillelinjene i ungdommenes fritidsvaner nødvendigvis om omfanget av digitale aktiviteter, men heller om hvordan den digitale fritiden er sammensatt, og hvordan den kombineres med det sosiale livet utenfor hjemmet. Analysene viser at særlig to fritidsprofiler har økt i omfang. Den ene er preget av en hjemmeorientert, skjermbasert fritid med lite fysisk aktivitet og lite fysisk samvær med andre ungdommer. Den andre er mer variert, hvor skjermbruk kombineres med fysisk aktivitet og mye sosialt samvær med jevnaldrende. Utviklingen tyder på en differensiert utvikling med to svært ulike typer digitalt påkoblede ungdomsgrupper, som på aggregert nivå tilsynelatende nuller hverandre ut på områder som handler om fysisk sosial kontakt med jevnaldrende og om fysisk aktivitet og trening.

Ungdom som gruppe kan altså tolkes som både å ha blitt mindre fysisk sosiale og mer fysisk sosiale i løpet av tiårsperioden, og det er grunn til å tro at begge utviklingstrekk henger sammen med økt skjermaktivitet blant ungdom. Slik understøtter analysene tidligere forskning som har framhevet de digitale verktøyenes doble potensial – de kan utgjøre en risiko eller være et sted å trekke seg tilbake for ungdom som sliter på andre områder i livet, men de kan også skape et mulighetsrom for kreativ utfoldelse og fungere som en slags «katalysator» for ungdoms sosiale omgang med jevnaldrende. Ikke overraskende er det først og fremst det første scenarioet som er preget av lav livskvalitet i hverdagen.

Samtidig viser de empiriske analysene at det til tross for markante forskyvninger i ungdoms fritidsvaner, er en betydelig grad av stabilitet i forskjellene mellom hvordan ungdom med ulike fritidsmønstre har det. I hele perioden har særlig to fritidsprofiler skilt seg ut med lavere livskvalitet enn andre: «de mest hjemmeorienterte» og «de mest risikoorienterte». Begge grupper viser tegn til sosial sårbarhet i relasjon til jevnaldrende, men denne sårbarheten arter seg på

ganske ulike måter. For en del av «de mest hjemmeorienterte» kan den manifestere seg som sosial tilbaketrekning. «De mest risikoorienterte» deltar sosialt, men strever med posisjonering og opplever i større grad enn andre å være utsatt for krenkelser fra jevnaldrende, både analogt og digitalt.

Selv om mye er nytt når det gjelder innholdet i ungdoms fritid, er det noe kjent med disse ulike typene av sårbarhet: det sosialt isolerte, litt tilbaketrukne fritidsmønsteret mot en mer utagerende ungdomstid der risiko opptrer på flere områder samtidig. Selv om begge grupper er utsatt, er det tydelig at ungdom med disse to fritidsprofilene tar med seg ganske ulike erfaringer gjennom ungdomstiden, og sannsynligvis utvikler de ulike ungdomsidentiteter. Gruppene har imidlertid det til felles at de preges av en overvekt av ungdom med lav sosioøkonomisk status, noe som tyder på at ungdoms fritidsvaner spiller en sentral rolle i hvordan ulikhet i ressurser kommer til uttrykk i ungdomstiden. Denne typen ulikhet vil kunne påvirke livssjanser, ikke bare på lang sikt, men også for opplevelser og sosiale relasjoner til jevnaldrende i ungdomsårene.

Rapporten framhever viktigheten av å se ungdoms fritid i en helhetlig sammenheng. Ulike fritidsprofiler skaper ikke bare forskjellige rammer for hverdagen, men gir også ulike muligheter for sosial interaksjon og personlig utvikling. Et viktig spørsmål i rapporten har vært om utviklingen det siste tiåret har brakt med seg nye skillelinjer i fritiden, og om fritiden i økende grad bidrar til å definere hvordan ulike ungdomsgrupper har det. Selv om enkeltanalysene i rapporten peker i litt ulike retninger, er hovedsvaret at det er lite som tyder på at fritiden i økende grad er med på å definere hvordan ulike ungdomsgrupper har det. Til tross for store forandringer i ungdoms fritidsvaner har vi vist at forskjellene i livskvalitet mellom grupper av ungdom med ulike fritidsprofiler har vært relativt stabile gjennom den siste tiårsperioden. Også de sosio-demografiske mønstrene knyttet til ungdoms fritidsvaner har vært mer preget av kontinuitet enn av forandring. Dette viser hvordan fritidsvaner og sosiale bakgrunnsfaktorer fortsetter å spille en sentral rolle i hvordan ungdom konstruerer sin identitet og finner sosial tilhørighet, men også som kilder til stress, press og risiko, både i «nye» og «gamle» former.

Summary

This research report provides a broad, representative overview of what Norwegian young people do in their free time, and how this has changed in the last ten years, i.e. from 2014 to 2024. It explores the significance of gender, age, and socioeconomic status when it comes to variations in leisure time activities for young people, and whether the development in the last decade has gone in the direction of greater or less social inequality in leisure time activities. Additionally, the report investigates how young people's leisure activities are related to measures of quality of life, as well as how the quality of life of young people engaging in different activities has evolved over time. The findings will contribute to a discussion on emerging distinctions in youth leisure patterns during the digital age.

The report utilises data from lower secondary students (aged 13 to 15) who participated in the youth survey Ungdata. Using latent class analysis, the more than 500,000 participants were grouped into five categories based on activities dominating their leisure time. These groups are labelled “the least digital,” “the most cultural,” “those who are most often with friends,” “the most risk-oriented,” and “the most home-oriented.” The report examines the size of each group, their sociodemographic characteristics, various aspects of their well-being, and how these factors have changed across cohorts over the past decade— from the mid-2010s, through the pandemic period, and into the post-pandemic years.

The report reveals that significant changes have occurred in youth leisure activities over this relatively short period, with digital activities playing an increasingly dominant role in daily life. Meanwhile, time spent on schoolwork has significantly decreased, fewer young people read books, and the use of fitness centres has become more common. There has also been a slight increase in the percentage of young people involved in rule-breaking behaviour.

Although these shifts have substantially transformed youth leisure patterns, results show that both sociodemographic patterns and the links between leisure activities and quality of life have remained rather consistent across time. The findings highlight that leisure habits and social background significantly influence how young people shape their identities and build social connections, but are also sources of stress, pressure and risk.

Five Leisure Profiles

Young people engage in a wide variety of leisure activities. Using latent class analysis, we identified five groups of youth who differ not only in the amount of time they spend on various activities but also qualitatively in the types of activities that dominate their daily lives.

“Those who are most often with friends” are highly social, active on social media, and spend considerable time with friends both in person and at venues like gyms, sports clubs, and youth clubs. They engage more than others in physical activities, have average involvement in schoolwork and low substance use. This group’s size has significantly increased from 25% to 33% in the recent decade.

“The most home-oriented” group spends most of their time at home, with limited physical social interaction with peers during their leisure time, and minimal participation in organized activities. They are the most active gamers and spend substantial time on screens, with average time spent on schoolwork and low involvement in rule-breaking or substance use. This group has grown from 18% to 26% of youth, with even higher numbers during the pandemic.

“The least digital” group is the most active in organised sport, with less screen time and digital engagement than others. They spend more time on schoolwork and reading than others and have low levels of rule breaking behaviour and substance use, representing a well-adjusted group. This group has seen a notable decline during the last decade, dropping from 35% to 19%.

“The most risk-oriented” group has the highest levels of substance use and rule-breaking behaviour, spending significant time with friends both physically and on screens. They use social media more than average, are less academically oriented, and show a preference for gym-based activities and youth clubs over cultural or sporting activities. This group’s size increased from 11% to 13% after the pandemic.

“The most cultural” youth dedicate the most time to cultural activities like music and creative arts. They participate in organised activities other than sports, spend more evenings at home and have less informal time with friends. Their screen time is slightly below average, and they have minimal engagement in substance use or rule breaking. This group has declined from 12% to 9%.

Social Differences in Leisure Time Activities

We examined the significance of gender, age, and socioeconomic status in understanding variations in youth leisure activities and whether developments over the past decade have led to greater or lesser social inequalities in how young people spend their free time. A key finding is that there are marked social differences between the various leisure time profiles, particularly between “the most cultural” and “the most home-oriented”. While “the most cultural” group consists predominantly of girls from higher socioeconomic backgrounds, “the most home-oriented” is overrepresented by boys from lower socioeconomic backgrounds.

Although these two groups are distinctly gendered, the age distribution is average across the profiles. In contrast, the “most risk-oriented” has a clear overrepresentation of older adolescents. Meanwhile, “the least digital” and

“those who are most often with friends” are younger than average and have a slight overrepresentation of youth from higher socioeconomic statuses.

Despite substantial changes in youth leisure habits, our analyses suggest that the sociodemographic composition of the various groups has remained relatively stable across time. For instance, the contrasts between “the most cultural” and “the most home-oriented” groups have remained consistent throughout the studied period. However, there are some nuances indicating a trend towards reduced social differences, such as a slight balancing of the gender distribution in the two most gendered groups. Additionally, evidence shows a gradual levelling in the two groups with the highest representation of youth from lower socioeconomic backgrounds, while no significant changes have occurred in the groups dominated by those with higher socioeconomic status. The only group to experience an increase in socioeconomic disparities over time is “those who are most often with friends”, which has shifted from a more even distribution to a slight overrepresentation of youth with higher socioeconomic status.

Leisure Activities and Quality of Life

The report reveals significant relations between youth leisure habits and their overall well-being. By examining various aspects of quality of life—such as life satisfaction, emotional experiences, stress, future optimism, friendships, loneliness, and exposure to bullying and harassment—we see distinct contrasts across different leisure profiles. “The least digital” and “those who are most often with friends” report the highest quality of life, experiencing fewer negative encounters and enjoying a strong sense of social belonging. The former group faces less daily stress, while the latter has a slightly greater sense of connection with peers. In contrast, “the most risk-oriented” group exhibits the lowest quality of life, marked by higher stress levels and a significant prevalence of bullying and harassment, alongside a general dissatisfaction with life.

While “the most home-oriented” group also reports lower quality of life, their negative indicators are not as pronounced as those of “the most risk-oriented”. They experience lower satisfaction and social belonging, along with higher feelings of loneliness, yet they face similar levels of bullying as the average young person. “The most cultural” group tends to fall close to the average across most indicators.

Over the past decade, youth quality of life has generally declined, with “the most cultural” group experiencing a more noticeable drop than others. Conversely, the decline has been least pronounced among “those who are most often with friends”. Despite some nuanced differences, the overarching trends in leisure habits and quality of life have remained stable over the last ten years, indicating a continuity in these social dynamics rather than significant change.

Litteraturreferanser

- Andersen, P. L. & Bakken, A. (2020). *Oppvekstmiljø i utsatte byområder. Resultater fra Ungdata-undersøkelser i seks utvalgte kommuner* (NOVA-notat 1/20). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Arnesen, D. & Hansen, V. W. (2024). *Kunnskapsoppsummering om barn og unges deltakelse i fritidsaktiviteter. Dimensjoner i deltakelse, barrierer, behov og tiltak* (Rapport). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Askheim, O. P., Fauske, H. & Mathisen, V. (1997). Fritidas plass i det forebyggende ungdomsarbeidet. *Barn. Forskning om barn og barndom i Norden*, 15(2).
- Bakken, A. (2021). *Ungdata 2021. Nasjonale resultater* (NOVA-rapport 8/21). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Bakken, A. (2023). *Ung i Oslo 2023. Ungdomsskole og videregående skole* (NOVA-rapport 6/23). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Bakken, A. (2024). *Ungdata 2024. Nasjonale resultater* (NOVA-rapport 6/24). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Bakken, A. & Elstad, J. I. (2012). *For store forventninger? Kunnskapsløftet og ulikhetene i grunnskolekarakterer* (NOVA-rapport 7/12). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Bakken, A., Frøyland, L. R. & Sletten, M. A. (2016). *Sosiale forskjeller i unges liv. Hva sier Ungdata-undersøkelsene?* (NOVA-rapport 3/16). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Bakken, A., Hegna, K. & Sletten, M. A. (2021). Offline, online. Digitale ungdomsliv gjennom tre tiår. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *UNGDOMMEN*: 29–61. Cappelen Damm Akademisk.
- Bakken, A., Sletten, M. A. & Eriksen, I. M. (2018). Generasjon prestasjon? Ungdoms opplevelse av press og stress. *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 2018 (2), 46–76.
- Bakken, A. & Strandbu, Å. (2023). *Idrettsdeltakelse blant ungdom – før, under og etter koronapandemien* (NOVA-rapport 4/23). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.

- Bang, L., Furu, K., Handal, M., Torgersen, L., Støle, H. S., Surén, P., Odsbu, I. & Harz, I. (2024, 11. mars). *Psykiske plager og lidelser hos barn og unge*. Folkehelseinstituttet. <https://www.fhi.no/he/folkehelse rapporten/psykisk-helse/psykisk-helse-hos-barn-og-unge/?term>
- Barstad, A. (2016). *Gode liv i Norge. Utredning om måling av befolkningens livskvalitet* (Rapport IS-2479). Helsedirektoratet. <https://www.helsedirektoratet.no/tema/livskvalitet-trivsel-og-folkehelsearbeid>
- Bartko, W. T. & Eccles, J. S. (2003). Adolescent Participation in Structured and Unstructured Activities: A Person-Oriented Analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 32 (4), 233–241.
- Baumeister, R. F., Brewer, L. E., Tice, D. M. & Twenge, J. M. (2007). Thwarting the need to belong: Understanding the interpersonal and inner effects of social exclusion. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 506–520.
- Beck, U. & Beck-Gernsheim, E. (2002). Individualisering i moderne samfund – en subjektorientert sociologisk perspektiver og kontroverser. *Slagmark. Tidsskrift for idéhistorie*, (34), 13–39.
- Beckmann, H. B. (2014). *Den livsviktige musikken. En kvalitativ undersøkelse om musikk, ungdom og helse* [Doktorgradsavhandling, Norges musikkhøgskole]. NMH-publiksjoner. <http://hdl.handle.net/11250/226629>
- Benjaminsen, L., Andrade, S., Andersen, D., Enemark, M. & Birkelund, J. (2015). *Familiebaggrund og social marginalisering i Danmark. En registerbaseret kortlægning* (Rapport). Det nationale forsknings- og analysecenter for velfærd.
- Bilgrei, O. R., Bakken, A. & Pedersen, W. (2021). Når ungdom ruser seg. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *UNGDOMMEN* (SIDETALL). Cappelen Damm Akademisk.
- Birkeland, M. S., Melkevik, O., Holsen, I. & Wold, B. (2012). Trajectories of global self-esteem development during adolescence. *Journal of Adolescence*, 35(1), 43–54.
- Bond, L., Butler, H., Thomas, L., Carlin, J., Glover, S., Bowes, G. & Patton, G. (2007). Social and School Connectedness in Early Secondary School as Predictors of Late Teenage Substance Use, Mental Health, and Academic Outcomes. *Journal of Adolescent Health*, 40(4), 357.e9–357.e18.
- Bonde, L. O. & Theorell, T. (2018). *Music and public health. A Nordic Perspective*. Springer.

- Born, V. d. L., Hegna, K. & Vasbø, K. B. (2024). Reconciling Ideals of Autonomy and Parental Influence. Young People's Stories of Educational Choice. *British Journal of Sociology of Education*, 45(6), 991–1009.
- Buckingham, D. & Willett, R. (2013). *Digital generations: Children, Young people, and New Media*. Routledge.
- Burnham, K. P. & Anderson, D. R. (2004). Multimodel Inference: Understanding AIC and BIC in Model Selection. *Sociological Methods & Research*, 33(2), 261–304.
- Bøe, T. (2015). *Sosioøkonomisk status og barn og unges psykologiske utvikling: Familiestressmodellen og familieinvesteringsperspektivet* (Rapport IS-2412). Helsedirektoratet.
- Cantril, H. (1965). *The Pattern of Human Concerns*. Rutgers University Press.
- Daniel, J. Z., Hickman, M., Macleod, J., Wiles, N., Lingford-Hughes, A., Farrell, M., Araya, R., Skapinakis, P., Haynes, J. & Lewis, G. (2009). Is socioeconomic status in early life associated with drug use? A systematic review of the evidence. *Drug and Alcohol Review*, 28(2), 142–153.
- Derogatis, L. R. (1992). *SCL-90-R: Administration, scoring & procedures manual-II for the R(evised) version and other instruments of the psychopathology rating scale series*. Clinical Psychometric Research.
- Derogatis, L. R., Lipman, R. S., Rickels, K., Uhlenhuth, E. H. & Covi, L. (1974). The Hopkins Symptom Checklist (HSCL): a self-report symptom inventory. *Behavioral Science*, 19(1), 1–15.
- Eriksen, I. M., Sletten, M. A., Bakken, A. & Von Soest, T. (2017). *Stress og press blant ungdom. Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager* (NOVA-rapport 6/17). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Fernández-Alonso, R., Suárez-Álvarez, J. & Muñiz, J. (2015). Adolescents' homework performance in mathematics and science: Personal factors and teaching practices. *Journal of Educational Psychology*, 107(4), 1075–1085.
- Ferrar, K., Chang, C., Li, M. & Olds, T. S. (2013). Adolescent time use clusters: a systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 52(3), 259–270.
- FN. (1989). *Barnekonvensjonen* (31). Forente Nasjoner. <https://fn.no/assets/images/FN-kunnskap/Avtaler/FN-konvensjoner-filer/FNs-konvensjon-om-barnets-rettigheter.pdf>
- Frønes, I. (2005). *Annerledeslandet: om framtid og utviklingstrekk i Norge*. Gyldendal akademisk.

- Frøyland, L. R. & Sletten, M. A. (2012). Mindre problematferd for de fleste, større problemer for de få? En studie av tidstrender i problematferd: 1992, 2002 og 2010. *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 12(2).
- Furlong, A. & Cartmel, F. (2009). Mass Higher Education. I A. Furlong (Red.), *Handbook of Youth and Young Adulthood* (s. 137–142). Routledge.
- Haidt, J. (2024). *The Anxious Generation: How the Great Rewiring of Childhood Is Causing an Epidemic of Mental Illness*. Penguin Press.
- Hegna, K., Ødegård, G. & Strandbu, Å. (2013). En «sykt seriøs» ungdomsgenerasjon. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 50(4), 374–377.
- Helliwell, J., Layard, R., Sachs, J., De Neve, J., Aknin, L. & Wang, S. (Red.) (2024). *World Happiness Report 2024* (Rapport). University of Oxford, Wellbeing Research Centre.
- Hjetland, G. J., Finserås, T. R. & Skogen, J. C. (2022). *Hele verden er et tastetrykk unna—Ungdommers bruk og opplevelser med sosiale medier og online gaming* (Rapport). Folkehelseinstituttet.
- Holfve-Sabel, M.-A. (2014). Learning, Interaction and Relationships as Components of Student Well-being: Differences Between Classes from Student and Teacher Perspective. *Social Indicators Research*, 119(3), 1535–1555.
- Hyggen, C., Brattbakk, I. & Borgeraas, E. (2018). *Muligheter og hindringer for barn i lavinntektsfamilier* (NOVA-rapport 11/18). En kunnskapsoppsummering. Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- 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). Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor.
- Jones, C., Scholes, L., Johnson, D., Katsikitis, M. & Carras, M. C. (2014). Gaming well: links between videogames and flourishing mental health. *Frontiers in Psychology*, 5, 1–8.
- Kandel, D. B. & Davies, M. (1982). Epidemiology of depressive mood in adolescents: an empirical study. *Archives of General Psychiatry*, 39(10), 1205–1212.
- Katznelson, N., Pless, M. & Görlich, A. (2022). *Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering*. Aalborg Universitetsforlag.

- Katznelson, N., Pless, M., Görlich, A., Graversen, L. & Sørensen, N. B. (2021). Ny udsathed: nuancer i forståelser af psykisk mistrivsel. *Norsk tidsskrift for ungdomsforskning*, 2(2), 83–103.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., Potenza, M. N., Demetrovics, Z., Billieux, J. & Brand, M. (2018). Internet gaming disorder should qualify as a mental disorder. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 52(7), 615–617.
- Kiuru, N., Wang, M.-T., Salmela-Aro, K., Kannas, L., Ahonen, T. & Hirvonen, R. (2020). Associations between Adolescents' Interpersonal Relationships, School Well-being, and Academic Achievement during Educational Transitions. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(5), 1057–1072.
- Laiho, S. (2004). The Psychological Functions of Music in Adolescence. *Nordic Journal of Music Therapy*, 13(1), 47–63.
- Lareau, A. (2011). *Unequal Childhoods: Class, Race, and Family Life* (2. utg.). University of California Press.
- Lee, E., Bristow, J., Faircloth, C. & Macvarish, J. (2014). *Parenting Culture Studies*. Palgrave Macmillan UK.
- Linver, M. R., Roth, J. L. & Brooks-Gunn, J. (2009). Patterns of adolescents' participation in organized activities: are sports best when combined with other activities? *Developmental Psychology*, 45(2), 354–367.
- Livingstone, S. (2011). Internet, children, and youth. I M. Consalvo & C. Ess (Red.), *The Handbook of Internet Studies* (s. 348–368). Blackwell Publishing Ltd.
- Løvgren, M. & Hyggen, C. (2023). Barns bruk av sosiale medier: Om ensomhet, samvær med venner og livskvalitet blant jenter og gutter. *Norsk sosiologisk tidsskrift*, 7(6), 1–22.
- Madsen, O. J. (2018). *Generasjon prestasjon: Hva er det som feiler oss?* Universitetsforlaget.
- Mahoney, J. L., Eccles, J. S. & Larson, R. W. (2004). Processes of adjustment in organized out-of-school activities: Opportunities and risks. *New Directions for Youth Development*, 2004(101), 115–144.
- Mahoney, J. L. & Vest, A. E. (2012). The Over-Scheduling Hypothesis Revisited: Intensity of Organized Activity Participation During Adolescence and Young Adult Outcomes. *Journal of Research on Adolescence*, 22(3), 409–418.
- Markowitz, A. J. (2017). Associations Between Emotional Engagement With School and Behavioral and Psychological Outcomes Across Adolescence. *AERA Open*, 3(3).

- Meier, J. & Nielsen, K. (2023). Individualiseringens janushoved – Unges liv mellom blød og hård individualisering. *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning*, 4(1), 1–15.
- Meld. St. 34 (2024–2025). *En mer praktisk skole: Bedre læring, motivasjon og trivsel på 5.–10. trinn*. Kunnskapsdepartementet.
- Metzger, A., Crean, H. F. & Forbes-Jones, E. L. (2009). Patterns of Organized Activity Participation in Urban, Early Adolescents: Associations With Academic Achievement, Problem Behaviors, and Perceived Adult Support. *The Journal of Early Adolescence*, 29(3), 426–442.
- Moberg, K. (2023). *Foreldreskap og dataspill. Foreldres håndtering av dataspill i hverdagen* (NOVA-notat 1/23). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Moore SE, Norman RE, Suetani S, Thomas HJ, Sly PD, Scott JG. Consequences of bullying victimization in childhood and adolescence: A systematic review and meta-analysis. *World J Psychiatr* 2017; 7(1): 60-76.
- Myhr, A., Vesterbekkmo, R. K., Samarawickrema, I. & Sund, E. R. (2024). Trends in Norwegian adolescents' substance use between 2014 and 2022: socioeconomic and gender differences. *BMC Public Health*, 24(2482), 2–12.
- Männikkö, N., Ruotsalainen, H., Miettunen, J., Pontes, H. M. & Kääriäinen, M. (2020). Problematic gaming behaviour and health-related outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Health Psychology*, 25(1), 67–81.
- Normann, T. M. (2024, 18. januar). *Færre barn lever i familier med lavinntekt*. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/inntekt-og-forbruk/inntekt-og-formue/artikler/faerre-barn-lever-i-familier-med-lavinntekt>
- NOU 2019: 3. (2019). *Nye sjanser–bedre læring. Kjønnforskjeller i skoleprestasjoner og utdanningsløp*. Kunnskapsdepartementet. <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2019-3/id2627718/>
- Nylund-Gibson, K. & Choi, A. Y. (2018). Ten frequently asked questions about latent class analysis. *Translational Issues in Psychological Science*, 4(4), 440–461.
- Næss, S. (2001). Livskvalitet som psykisk velvære. *Tidsskrift for den norske legeforening*, 16(121), 1940–1944.

- Oberste, M., Medele, M., Javelle, F., Lioba Wunram, H., Walter, D., Bloch, W., Bender, S., Fricke, O., Joisten, N. & Walzik, D. (2020). Physical Activity for the Treatment of Adolescent Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Physiology*, 11, 1–17.
- Overå, S., Bakken, A. & Hyggen, C. (2024). Prevalence and Characteristics of Female and Male Esports Players among Norwegian Youth: A General Population Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(1136), 1–15.
- Pape, H. & Falck, S. (2003). Ungdomskriminalitet. Et fenomen i endring? *Tidsskrift for ungdomsforskning*, 3(2), 99–111.
- Pape, H., Norström, T. & Rossow, I. (2017). Adolescent drinking—a touch of social class? *Addiction*, 112(5), 792–800.
- Pape, H., Rossow, I. & Brunborg, G. S. (2018). Adolescents drink less: How, who and why? A review of the recent research literature. *Drug and Alcohol Review*, 37(S1), 98–114.
- Pedersen, W. (1996). Marginalitet – arbeiderklassens sårbare sønner. I T. Øia (Red.), *Ung på 90-tallet* (s. 75–87). Cappelen Damm Akademisk.
- Pedersen, W. (2015). *Bittersøt. Nye perspektiv på rus og rusmidler* (3. utg.). Universitetsforlaget.
- Pedersen, W. (2017). Ungdommens rusdelte Oslo. I J. Ljunggren (Red.), *Oslo. Ulikhetens by*. Cappelen Damm Akademisk.
- Pedersen, W., Frøyland, L. R., Enstad, F. & von Soest, T. (2024). Oslo – den delte byen: ungdom, rus og sosioøkonomisk status. *Tidsskriftet forebygging.no*, 6. <https://doi.org/10.21340/pe70-hr10>
- Potrebny, T., Nilsen, S. A., Bakken, A., von Soest, T., Kvaløy, K., Samdal, O., Sivertsen, B., Aase, H. & Bang, L. (2024). Secular trends in mental health problems among young people in Norway: a review and meta-analysis. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 1–13. <https://doi.org/10.1007/s00787-024-02371-4>
- Prestgård, S. (2024, 22. februar). Norges «gutfordringer» – Det er en farlig utvikling. TV 2. <https://www.tv2.no/nyheter/innenriks/det-er-en-farlig-utvikling/16473100/#:~:text=TV%20%20har%20spurt%20ungdomspolitikere%20hva%20de%20mener,en%20skremmende%20utvikling%2C%20sier%20Hoem%20til%20TV%20>
- Przybylski, A. K., Weinstein, N. & Murayama, K. (2017). Internet gaming disorder: Investigating the clinical relevance of a new phenomenon. *American Journal of Psychiatry*, 174(3), 230–236.

- Reijntjes, A., Kamphuis, J.H., Prinzie, P., Boelen, P.A., van der Schoot, M. and Telch, M.J. (2011), Prospective linkages between peer victimization and externalizing problems in children: a meta-analysis. *Aggr. Behav.*, 37: 215-222. <https://doi.org/10.1002/ab.20374>
- Rodriguez-Ayllon, M., Cadenas-Sánchez, C., Estévez-López, F., Muñoz, N. E., Mora-Gonzalez, J., Migueles, J. H., Molina-García, P., Henriksson, H., Mena-Molina, A. & Martínez-Vizcaíno, V. (2019). Role of Physical Activity and Sedentary Behavior in the Mental Health of Preschoolers, Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine*, 49(9), 1383–1410.
- Roe, A. (2020). Elevenes lesevaner og holdninger til lesing. I T. S. Frønes & F. Jensen (Red.), *Like muligheter til god leseforståelse? 20 år med lesing i PISA* (s. 107–134). Universitetsforlaget.
- Rosa, H. (2013). *Social Acceleration: A New Theory of Modernity*. Columbia University Press.
- Rueger, S. Y., Malecki, C. K. & Demaray, M. K. (2010). Relationship between multiple sources of perceived social support and psychological and academic adjustment in early adolescence: comparisons across gender. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 47–61.
- Rønning, E. (2024, 5. september). *Hva bruker vi tiden vår på?* Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/kultur-og-fritid/tids-og-mediebruk/statistikk/tidsbruksundersokelsen/artikler/hva-bruker-vi-tiden-var-pa>
- Sanders, T., Noetel, M., Parker, P., Del Pozo Cruz, B., Biddle, S., Ronto, R., Hulteen, R., Parker, R., Thomas, G. & De Cocker, K. (2024). An umbrella review of the benefits and risks associated with youths' interactions with electronic screens. *Nature Human Behaviour*, 8(1), 82–99.
- Schuch, F. B., Vancampfort, D., Firth, J., Rosenbaum, S., Ward, P. B., Silva, E. S., Hallgren, M., Ponce De Leon, A., Dunn, A. L. & Deslandes, A. C. (2018). Physical activity and incident depression: a meta-analysis of prospective cohort studies. *American Journal of Psychiatry*, 175(7), 631–648.
- Seland, I. & Andersen, P. L. (2020). Hva kjennetegner ungdom som går på norske fritidsklubber og ungdomshus? *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning*, 1(1), 6–26.
- Seland, I., Persson, M. & Eriksen, I. M. (2019). *Barn og unges fritid i et kjønns- og likestillingsperspektiv* (NOVA-rapport 5/19). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.

- Skogen, J. C. & Hjetland, G. J. (2022). *Blir ungdoms psykiske helse påvirket av sosiale medier?* Rådet for psykisk helse. <https://psykiskhelse.no/psykiskoppvekst/felleskap/blir-ungdoms-psykiske-helse-pavirket-av-sosiale-medier/>
- Sletten, M. A. (2010). Social costs of poverty; leisure time socializing and the subjective experience of social isolation among 13–16-year-old Norwegians. *Journal of Youth Studies*, 13(3), 291–315.
- Sletten, M. A., Rosten, M. G. & Vogt, K. C. (2021). Svartmaling av gutter og sykeliggjøring av jenter. I G. Ødegård & W. Pedersen (Red.), *UNGDOMMEN* (s. 87–110). Cappelen Damm Akademisk.
- Statistisk sentralbyrå. (2021). *Siktelsler mot personer, etter lovbruddsgruppe, type lovbrudd og alder* [Statistikk]. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/statbank/table/09410/>
- Steene-Johannessen, J., Anderssen, S. A., Bratteteig, M., Dalhaug, E. M., Andersen, I. D., Andersen, O. K., Kolle, E., Ekelund, U. & Dalene, K. E. (2018). *Nasjonalt overvåkingssystem for fysisk aktivitet og fysisk form. Kartlegging av fysisk aktivitet, sedat tid og fysisk form blant barn og unge 2018 (ungKan 3)* (Rapport). Norges idrettshøgskole.
- Steinberg, L. (2007). Risk Taking in Adolescence: New Perspectives From Brain and Behavioral Science. *Current Directions in Psychological Science*, 16(2), 55–59.
- Steinnes, K. K., Teigen, H. F. & Bugge, A. B. (2019). *Photophop, fillers og falske glansbilder? En studie blant ungdom om kjønn, kropp og markedsføring i sosiale medier* (SIFO-rapport 3/19). Forbruksforskningsinstituttet SIFO.
- Strand, B. H., Dalgard, O. S., Tambs, K. & Rognerud, M. (2003). Measuring the mental health status of the Norwegian population: a comparison of the instruments SCL-25, SCL-10, SCL-5 and MHI-5 (SF-36). *Nordic Journal of Psychiatry*, 57(2), 113–118.
- Säfvenbom, R., Wheaton, B. & Agans, J. P. (2018). 'How can you enjoy sports if you are under control by others?' Self-organized lifestyle sports and youth development. *Sport in Society*, 21(12), 1990–2009.
- Sørli, M.-A. & Ogden, T. (2014). Mindre problematferd i grunnskolen? - Lærervurderinger i et 10-års perspektiv. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 98(3), 190–202.
- Tambs, K. & Moum, T. (1993). How well can a few questionnaire items indicate anxiety and depression? *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 87(5), 364–367.

- Theorell, T. & Ullén, F. (2018). Music practice and emotion handling. I T. Theorell & L. O. Bonde (Red.), *Music and Public Health: A Nordic Perspective* (s. 55–67). Springer.
- Trepte, S., Reinecke, L. & Juechems, K. (2012). The social side of gaming: How playing online computer games creates online and offline social support. *Computers in Human behavior*, 28(3), 832–839.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood and What That Means for the Rest of Us*. Atria Books.
- Twenge, J. M. (2019). More Time on Technology, Less Happiness? Associations Between Digital-Media Use and Psychological Well-Being. *Current Directions in Psychological Science*, 28(4), 372–379.
- Vasbø, K. B. & Hegna, K. (2023). Feeling close, disclosing feelings—family practices and practices of intimacy in youth—parent relations across three generations in Norway. *Journal of Youth Studies*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/13676261.2023.2267481>
- Vaage, O. F. (2013). Unge har mer fritid – men savner samvær. *Samfunnsspeilet*, 2/2013(2), 2–8.
- Vaage, O. F. (2014). *Norsk mediebarometer 2013* [Statistikk]. Statistisk sentralbyrå.
- Wichstrøm, L. (1995). Social, psychological and physical correlates of eating problems. A study of the general adolescent population in Norway. *Psychological Medicine*, 25(3), 567–579.
- Wold, L. C., Gundersen, V. & Vistad, O. I. (2024). Bli med ut og lek! Hva skjedde under koronaperioden? (NINA, temahefte 91). Norsk institutt for naturforskning (NINA).
- Øia, T. (2011). *Ungdomsskoleelever. Motivasjon, mestring og resultater* (NOVA-rapport 9/11). Velferdsforskningsinstituttet NOVA.
- Øia, T. & Fauske, H. (2010). *Oppvekst i Norge* (2. utg.). Abstrakt forlag.
- Øia, T. & Vestel, V. (2014). *Generasjonskløfta som forsvant: Et ungdomsbilde i endring. Tidsskrift for ungdomsforskning*, 14(1), 99–133. http://www.hioa.no/Mediabiblioteket/node_31750/node_42453/2014/Tfu-1-2014-OEia-Vestel
- Aarseth, H. (2018). Familie og intimitet i endring – sosiologiske perspektiver. *Fokus på familien*, 46(2), 84–102.

Vedleggstabeller

Vedleggstabell 1 Fritidsaktiviteter brutt ned i ulike tidsperioder. Detaljert fordeling. Prosent.

	2014–2016	2017–2019	2021	2022–2024
Vært hjemme hele kvelden				
Ingen ganger	8	8	5	6
1 gang	20	20	14	16
2–5 ganger	51	47	44	46
6 ganger eller mer	22	25	37	31
Totalt	100	100	100	100
Vært sammen med venner hjemme hos meg eller hos dem				
Ingen ganger	22	26	32	29
1 gang	28	30	23	24
2–5 ganger	43	39	37	38
6 ganger eller mer	8	5	8	9
Totalt	100	100	100	100
Brukt størstedelen av kvelden ute sammen med venner				
Ingen ganger	42	43	42	38
1 gang	27	27	25	26
2–5 ganger	26	26	27	29
6 ganger eller mer	5	4	6	6
Totalt	100	100	100	100
Hvor lang tid bruker du gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid (utenom skoletiden)?				
Gjør aldri / nesten aldri lekser	7	11	13	17
Mindre enn en halvtime	11	16	18	20
½–1 time	30	33	32	32
1–2 timer	29	24	23	20
2–3 timer	14	10	9	7
3–4 timer	5	3	3	2
Mer enn 4 timer	4	2	2	2
Totalt	100	100	100	100
Lese bøker (ikke skolebøker)				
Ikke noe tid	55	59	61	62
Under 30 minutter	25	26	24	23
30 minutter–1 time	12	10	9	9
1–2 timer	5	3	3	3
2–3 timer	2	1	1	1
Mer enn 3 timer	2	1	2	2
Totalt	100	100	100	100

	2014–2016	2017–2019	2021	2022–2024
Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis på aktiviteter foran en skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) i løpet av en dag?				
Ikke noe tid	1	1	1	1
Mindre enn 1 time	6	3	2	2
1–2 timer	19	13	7	7
2–3 timer	24	22	16	18
3–4 timer	24	27	26	28
4–6 timer	15	21	28	27
Mer enn 6 timer	11	13	21	17
Totalt	100	100	100	100
Sosiale medier				
Ikke noe tid	21	16	12	10
Under 30 minutter	21	19	15	13
30 minutter–1 time	19	20	18	18
1–2 timer	13	16	17	19
2–3 timer	21	25	35	37
Mer enn 3 timer	21	16	12	10
Totalt	100	100	100	100
Ser på TV				
Ikke noe tid	17	28	25	22
Under 30 minutter	25	30	31	28
30 minutter–1 time	27	23	22	24
1–2 timer	19	12	13	15
2–3 timer	7	4	5	6
Mer enn 3 timer	5	3	4	5
Totalt	100	100	100	100
Se på filmer/serier/YouTube				
Ikke noe tid	15	3	2	5
Under 30 minutter	15	8	8	12
30 minutter–1 time	24	21	20	24
1–2 timer	25	29	29	28
2–3 timer	11	19	20	16
Mer enn 3 timer	9	19	22	15
Totalt	100	100	100	100
Dataspill/TV-spill				
Ikke noe tid	45	42	35	34
Under 30 minutter	11	10	10	11
30 minutter–1 time	10	9	9	10
1–2 timer	12	13	13	15
2–3 timer	9	11	13	12
Mer enn 3 timer	14	15	21	18
Totalt	100	100	100	100

	2014–2016	2017–2019	2021	2022–2024
Trener eller konkurrerer i et idrettslag				
Aldri	39	38	43	41
Sjelden	7	7	6	6
1–2 ganger i måneden	3	3	2	3
1–2 ganger i uka	15	14	15	14
3–4 ganger i uka	22	23	22	22
Minst 5 ganger i uka	15	15	12	14
Totalt	100	100	100	100
Trener eller trimmer på egen hånd (løper, svømmer, sykler, går tur)				
Aldri	18	18	20	22
Sjelden	17	18	14	17
1–2 ganger i måneden	18	18	15	16
1–2 ganger i uka	26	26	26	24
3–4 ganger i uka	12	12	15	12
Minst 5 ganger i uka	9	8	10	8
Totalt	100	100	100	100
Trener på treningsstudio eller helsestudio				
Aldri	57	51	61	47
Sjelden	17	17	13	14
1–2 ganger i måneden	6	6	4	6
1–2 ganger i uka	11	14	10	14
3–4 ganger i uka	7	9	8	13
Minst 5 ganger i uka	3	3	4	7
Totalt	100	100	100	100
Fritidsklubb/ungdomshus/ungdomsklubb				
Ingen ganger	69	71	81	71
1–2 ganger	18	17	11	16
3–4 ganger	6	6	4	6
5 ganger eller mer	7	7	5	7
Totalt	100	100	100	100
Korps, kor, orkester				
Ingen ganger	93	93	94	94
1–2 ganger	2	2	2	2
3–4 ganger	2	2	2	2
5 ganger eller mer	3	3	2	3
Totalt	100	100	100	100
Kulturskole/musikkskole				
Ingen ganger	86	87	89	88
1–2 ganger	4	4	3	4
3–4 ganger	5	5	4	4
5 ganger eller mer	5	4	4	4
Totalt	100	100	100	100

	2014–2016	2017–2019	2021	2022–2024
Religiøse foreninger				
Ingen ganger	77	79	85	80
1–2 ganger	14	13	10	12
3–4 ganger	5	5	3	4
5 ganger eller mer	4	4	2	4
Totalt	100	100	100	100
Annen organisasjon, lag eller forening				
Ingen ganger	72	73	79	76
1–2 ganger	13	12	9	10
3–4 ganger	6	6	5	6
5 ganger eller mer	9	9	7	9
Totalt	100	100	100	100
Røyker du?				
Har aldri røykt	89	88	88	87
Har røykt før, men har sluttet helt nå	7	7	7	7
Røyker sjeldnere enn én gang i uka	3	3	3	3
Røyker ukentlig, men ikke hver dag	1	1	1	1
Røyker daglig	1	1	1	2
Totalt	100	100	100	100
Bruker du snus?				
Har aldri brukt snus	87	88	88	87
Har brukt før, men har sluttet helt nå	7	6	6	6
Snuser sjeldnere enn én gang i uka	2	2	2	2
Snuser ukentlig, men ikke hver dag	1	1	1	1
Snuser daglig	3	3	2	3
Totalt	100	100	100	100
Hender det at du drikker noen form for alkohol?				
Aldri	57	60	60	60
Har bare smakt noen få ganger	27	24	25	23
Av og til, men ikke så ofte som månedlig	11	10	10	10
Nokså jevnt 1–3 ganger i måneden	4	4	4	5
Hver uke	1	1	2	2
Totalt	100	100	100	100
Drukket så mye at du har følt deg tydelig beruset				
Ingen ganger	87	87	87	86
1 gang	5	5	5	5
2–5 ganger	4	5	5	5
6–10 ganger	2	2	2	2
11 ganger eller mer	2	2	2	3
Totalt	100	100	100	100

	2014–2016	2017–2019	2021	2022–2024
Brukt hasj/marihuana/cannabis				
Ingen ganger	97	96	97	95
1 gang	1	1	1	1
2–5 ganger	1	1	1	1
6–10 ganger	0	0	0	0
11 ganger eller mer	1	1	1	2
Totalt	100	100	100	100
Tatt varer i butikken uten å betale				
Ingen ganger	93	91	91	89
1 gang	4	5	4	5
2–5 ganger	2	3	2	3
6–10 ganger	0	1	1	1
11 ganger eller mer	1	1	1	2
Totalt	100	100	100	100
Vært i slåsskamp				
Ingen ganger	83	79	82	82
1 gang	10	11	10	10
2–5 ganger	6	7	6	5
6–10 ganger	1	1	1	1
11 ganger eller mer	1	2	1	2
Totalt	100	100	100	100
Med vilje ødelagt eller knust vindusruter, busseter e.l. (gjort hæverk)				
Ingen ganger	92	91	91	90
1 gang	5	5	5	5
2–5 ganger	2	3	3	3
6–10 ganger	0	1	1	1
11 ganger eller mer	0	1	1	1
Totalt	100	100	100	100
Sprayet eller tagget ulovlig på vegger, bygninger, tog, buss eller liknende				
Ingen ganger	96	96	96	95
1 gang	2	2	2	3
2–5 ganger	1	1	1	1
6–10 ganger	0	0	0	0
11 ganger eller mer	0	0	1	1
Totalt	100	100	100	100
Lurt deg fra å betale på kino, idrettsstevner, buss, tog eller liknende				
Ingen ganger	81	74	70	71
1 gang	8	10	9	9
2–5 ganger	6	8	9	9
6–10 ganger	2	3	3	3
11 ganger eller mer	3	5	9	8
Totalt	100	100	100	100

	2014–2016	2017–2019	2021	2022–2024
Vært borte en hel natt uten at foreldrene dine visste hvor du var				
Ingen ganger	93	91	88	89
1 gang	4	5	6	5
2–5 ganger	2	3	4	3
6–10 ganger	0	1	1	1
11 ganger eller mer	0	1	1	2
Totalt	100	100	100	100
Skulket skolen				
Ingen ganger	80	76	73	70
1 gang	9	12	12	13
2–5 ganger	7	8	10	11
6–10 ganger	2	2	2	3
11 ganger eller mer	2	2	3	4
Totalt	100	100	100	100

Kilde: Ungdata 2014–2024

Vedleggstabell 2 Fritidsaktiviteter blant grupper av ungdom som har ulike fritidsprofiler. Detaljert fordeling. Justert for alder og kjønn.

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Vært hjemme hele kvelden					
Ingen ganger	11	5	6	9	3
1 gang	13	11	27	27	3
2–5 ganger	52	45	54	43	32
6 ganger eller mer	24	39	13	21	63
Totalt	100	100	100	100	100
Vært sammen med venner hjemme hos meg eller hos dem					
Ingen ganger	36	35	5	15	59
1 gang	36	26	15	18	29
2–5 ganger	26	31	64	48	11
6 ganger eller mer	2	9	16	20	1
Totalt	100	100	100	100	100
Brukt størstedelen av kvelden ute sammen med venner					
Ingen ganger	58	46	2	17	77
1 gang	35	26	26	22	21
2–5 ganger	7	22	60	43	2
6 ganger eller mer	0	6	12	18	0
Totalt	100	100	100	100	100
Hvor lang tid bruker du gjennomsnittlig per dag på lekser og annet skolearbeid (utenom skoletiden)?					
Gjør aldri / nesten aldri lekser	7	15	14	39	18
Mindre enn en halvtime	17	21	21	20	20
½–1 time	35	32	34	22	31
1–2 timer	26	20	21	11	20
2–3 timer	10	8	7	4	7
3–4 timer	3	3	2	2	2
Mer enn 4 timer	3	3	2	3	2
Totalt	100	100	100	100	100
Lese bøker (ikke skolebøker)					
Ikke noe tid	50	44	68	77	61
Under 30 minutter	31	28	21	13	21
30 minutter–1 time	13	14	7	5	9
1–2 timer	4	7	2	2	4
2–3 timer	2	3	1	1	2
Mer enn 3 timer	1	4	1	2	2
Totalt	100	100	100	100	100

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Utenom skolen, hvor lang tid bruker du vanligvis på aktiviteter foran en skjerm (TV, data, nettbrett, mobil) i løpet av en dag?					
Ikke noe tid	3	1	1	1	0
Mindre enn 1 time	6	2	1	2	0
1–2 timer	22	9	5	5	1
2–3 timer	39	19	17	12	5
3–4 timer	26	28	34	22	25
4–6 timer	4	26	29	28	39
Mer enn 6 timer	0	15	13	31	30
Totalt	100	100	100	100	100
Sosiale medier					
Ikke noe tid	6	5	1	2	4
Under 30 minutter	19	14	4	3	12
30 minutter–1 time	23	15	9	6	12
1–2 timer	27	20	18	12	16
2–3 timer	17	18	24	17	17
Mer enn 3 timer	8	28	45	61	41
Totalt	100	100	100	100	100
Ser på TV					
Ikke noe tid	22	25	20	23	24
Under 30 minutter	33	28	28	26	24
30 minutter–1 time	29	23	26	21	20
1–2 timer	13	14	17	15	16
2–3 timer	2	5	6	7	8
Mer enn 3 timer	1	5	4	8	8
Totalt	100	100	100	100	100
Se på filmer/serier/YouTube					
Ikke noe tid	10	5	4	6	2
Under 30 minutter	21	11	12	11	5
30 minutter–1 time	36	24	26	22	14
1–2 timer	25	27	30	26	26
2–3 timer	6	17	16	17	23
Mer enn 3 timer	1	17	11	18	30
Totalt	100	100	100	100	100
Dataspill/TV-spill					
Ikke noe tid	46	34	35	36	22
Under 30 minutter	15	13	12	12	9
30 minutter–1 time	14	10	11	11	7
1–2 timer	17	14	16	13	13
2–3 timer	7	12	13	11	16
Mer enn 3 timer	2	17	13	19	33
Totalt	100	100	100	100	100

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Trener eller konkurrerer i et idrettslag					
Aldri	25	53	31	49	59
Sjelden	5	7	6	8	6
1–2 ganger i måneden	3	3	3	3	2
1–2 ganger i uka	15	15	14	13	13
3–4 ganger i uka	29	14	28	17	15
Minst 5 ganger i uka	23	8	19	11	6
Totalt	100	100	100	100	100
Trener eller trimmer på egen hånd (løper, svømmer, sykler, går tur)					
Aldri	14	18	18	29	32
Sjelden	14	16	16	16	21
1–2 ganger i måneden	17	16	17	15	14
1–2 ganger i uka	29	25	27	20	18
3–4 ganger i uka	16	13	14	12	9
Minst 5 ganger i uka	11	11	8	9	6
Totalt	100	100	100	100	100
Trener på treningsstudio eller helsestudio					
Aldri	50	58	35	29	63
Sjelden	15	12	15	14	11
1–2 ganger i måneden	6	5	7	8	4
1–2 ganger i uka	15	11	18	17	10
3–4 ganger i uka	10	9	17	20	8
Minst 5 ganger i uka	5	5	9	13	3
Totalt	100	100	100	100	100
Fritidsklubb/ungdomshus/ungdomsklubb					
Ingen ganger	78	63	63	68	82
1–2 ganger	79	63	64	62	82
3–4 ganger	15	16	19	17	12
5 ganger eller mer	4	8	8	8	4
Totalt	100	100	100	100	100
Korps, kor, orkester					
Ingen ganger	98	57	98	96	98
1–2 ganger	2	4	2	2	2
3–4 ganger	0	15	0	1	0
5 ganger eller mer	0	25	0	1	0
Totalt	100	100	100	100	100
Kulturskole/musikkskole					
Ingen ganger	95	18	96	94	96
1–2 ganger	5	3	3	4	4
3–4 ganger	0	39	0	1	0
5 ganger eller mer	0	40	0	1	0
Totalt	100	100	100	100	100

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Religiøse foreninger					
Ingen ganger	79	71	78	82	85
1–2 ganger	13	13	13	10	10
3–4 ganger	4	7	4	4	3
5 ganger eller mer	3	10	4	4	2
Totalt	100	100	100	100	100
Annen organisasjon, lag eller forening					
Ingen ganger	77	67	74	73	81
1–2 ganger	10	10	10	10	9
3–4 ganger	5	8	6	6	5
5 ganger eller mer	8	15	10	12	6
Totalt	100	100	100	100	100
Røyker du?					
Har aldri røykt	98	90	95	23	96
Har røykt før, men har sluttet helt nå	1	5	4	34	4
Røyker sjeldnere enn én gang i uka	0	2	0	23	0
Røyker ukentlig, men ikke hver dag	0	0	0	10	0
Røyker daglig	1	2	0	10	1
Totalt	100	100	100	100	100
Bruker du snus?					
Har aldri brukt snus	98	91	95	23	96
Har brukt før, men har sluttet helt nå	1	5	4	29	3
Snuser sjeldnere enn én gang i uka	0	1	0	18	0
Snuser ukentlig, men ikke hver dag	0	0	0	10	0
Snuser daglig	1	3	0	21	1
Totalt	100	100	100	100	100
Hender det at du drikker noen form for alkohol?					
Aldri	81	64	61	4	68
Har bare smakt noen få ganger	16	24	31	13	27
Av og til, men ikke så ofte som månedlig	2	8	7	41	5
Nokså jevnt 1–3 ganger i måneden	0	2	1	30	0
Hver uke	1	2	0	13	1
Totalt	100	100	100	100	100

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Drukke så mye at du har følt deg tydelig beruset					
Ingen ganger	98	90	94	22	96
1 gang	1	4	5	23	3
2–5 ganger	0	3	1	31	1
6–10 ganger	0	1	0	11	0
11 ganger eller mer	1	2	0	13	1
Totalt	100	100	100	100	100
Brukt hasj/marihuana/cannabis					
Ingen ganger	99	96	99	71	99
1 gang	0	1	0	10	0
2–5 ganger	0	1	0	8	0
6–10 ganger	0	0	0	3	0
11 ganger eller mer	1	2	0	9	1
Totalt	100	100	100	100	100
Tatt varer i butikken uten å betale					
Ingen ganger	96	90	90	57	94
1 gang	2	4	6	14	4
2–5 ganger	1	2	3	13	2
6–10 ganger	0	1	1	5	0
11 ganger eller mer	1	3	1	11	1
Totalt	100	100	100	100	100
Vært i slåsskamp					
Ingen ganger	90	84	82	57	86
1 gang	6	9	10	17	8
2–5 ganger	3	4	5	15	4
6–10 ganger	0	1	1	4	1
11 ganger eller mer	1	3	1	7	1
Totalt	100	100	100	100	100
Med vilje ødelagt eller knust vindusruter, busseter e.l. (gjort hæverk)					
Ingen ganger	97	92	91	61	95
1 gang	2	4	6	15	3
2–5 ganger	1	2	2	14	1
6–10 ganger	0	0	0	4	0
11 ganger eller mer	1	2	1	6	1
Totalt	100	100	100	100	100

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte
Sprayet eller tagget ulovlig på vegger, bygninger, tog, buss eller liknende					
Ingen ganger	98	94	96	76	98
1 gang	1	3	2	10	1
2–5 ganger	0	1	1	7	1
6–10 ganger	0	0	0	3	0
11 ganger eller mer	1	2	1	5	1
Totalt	100	100	100	100	100
Lurt deg fra å betale på kino, idrettsstevner, buss, tog eller liknende					
Ingen ganger	83	74	68	38	79
1 gang	8	9	11	11	8
2–5 ganger	6	8	10	17	7
6–10 ganger	1	3	4	9	2
11 ganger eller mer	3	6	7	25	4
Totalt	100	100	100	100	100
Vært borte en hel natt uten at foreldrene dine visste hvor du var					
Ingen ganger	97	92	91	55	96
1 gang	2	4	6	17	2
2–5 ganger	1	2	2	16	1
6–10 ganger	0	1	0	5	0
11 ganger eller mer	1	2	1	7	1
Totalt	100	100	100	100	100
Skulket skolen					
Ingen ganger	86	76	70	31	73
1 gang	9	11	15	16	12
2–5 ganger	4	8	11	24	10
6–10 ganger	1	2	2	10	3
11 ganger eller mer	1	4	2	18	3
Totalt	100	100	100	100	100

Kilde: Ungdata 2022–2024

Vedleggstabell 3 Prosentandel av ungdommene som tilhører grupper med ulike fritidsprofiler, brutt ned etter tidsperiode og kjønn, klassetrinn og sosioøkonomisk status.

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte	Totalt
Gutter						
2014–2016	33	9	25	11	22	100
2017–2019	24	8	26	12	30	100
2021	17	7	27	11	39	100
2022–2024	18	7	31	12	32	100
Jenter						
2014–2016	37	15	25	10	13	100
2017–2019	30	14	28	10	18	100
2021	20	11	33	11	25	100
2022–2024	20	12	35	13	21	100
8. trinn						
2014–2016	45	13	24	3	14	100
2017–2019	37	12	27	4	21	100
2021	24	10	32	4	30	100
2022–2024	25	11	36	4	25	100
9. trinn						
2014–2016	34	12	26	9	18	100
2017–2019	26	11	28	10	25	100
2021	18	10	31	10	32	100
2022–2024	18	10	34	11	27	100
10. trinn						
2014–2016	25	10	25	20	21	100
2017–2019	19	10	25	21	26	100
2021	13	8	26	20	33	100
2022–2024	13	8	28	23	27	100
Lav SØS (laveste sosioøkonomiske desil)						
2014–2016	30	8	25	14	24	100
2017–2019	23	7	26	14	30	100
2021	17	6	26	13	38	100
2022–2024	17	7	30	15	32	100
Middels SØS (tre midterste sosioøkonomiske desiler)						
2014–2016	35	12	26	10	17	100
2017–2019	28	11	27	10	24	100
2021	18	9	30	11	33	100
2022–2024	19	9	33	12	27	100

	De minst digitale	De mest kulturelle	De som oftest er med venner	De mest risiko-orienterte	De mest hjemme-orienterte	Totalt
Høy SØS (høyeste sosioøkonomiske desil)						
2014–2016	38	17	24	9	12	100
2017–2019	30	15	27	10	18	100
2021	21	14	31	10	24	100
2022–2024	21	13	34	11	20	100
Totalt						100
2014–2016	35	12	25	11	18	100
2017–2019	27	11	27	11	24	100
2021	18	9	30	11	32	100
2022–2024	19	9	33	13	27	100

Kilde: Ungdata 2014–2024