Ungdata junior
Årdal kommune

Resultat frå Ungdata junior i Årdal kommune 2021

Barnetrinnet 5.–7. klasse

Rapporten er utarbeidd av Ungdatasenteret i samarbeid med KoRus - Vest Bergen

Foto: Skjalg Bøhmer Vold/Ungdata

Ungdatasenteret
Velferdsforskningsinstituttet NOVA
OsloMet – storbyuniversitetet
Stensberggata 26
Postboks 4, St. Olavs plass
0130 OSLO
67 23 50 00
www.oslomet.no
www.ungdata.no

KoRus - Vest Bergen
Stiftelsen Bergensklinikkene
Vestre Torggt 11
5015 BERGEN
55 90 86 03
www.bergensklinikkene.com/korus
www.bergensklinikkene.no

Innhald

	Om rapporten	2
Kapittel 1	Livskvalitet	4
Kapittel 2	Venner	6
Kapittel 3	Foreldre	8
Kapittel 4	Skule	10
Kapittel 5	Nærområdet	12
Kapittel 6	Fritid	14
Kapittel 7	Helse	18
Kapittel 8	Mobbing	20
	Nøkkeltal	22
	Definisjonar	23

Om rapporten

Ungdata junior er ei spørjeundersøking som er retta mot elevar frå 5. til 7. trinn. Undersøkinga gjev eit breitt bilete av korleis barn i alderen 10–12 år har det og kva dei driv med i fritida.

Undersøkinga blir gjennomført på skular over store delar av landet og nyttar eit standardisert og kvalitetssikra spørjeskjema som gjer det mogleg å samanlikne barn sin situasjon på ulike stader.

Denne rapporten presenterer hovudresultata frå ungdataundersøkinga som blei gjennomført i Årdal kommune våren 2021. Rapporten er delt inn i åtte tematisk inndelte kapittel, som til saman gjev ei oversikt over korleis barna i kommunen har det og kva dei driv med i kvardagen. Innanfor kvart tema blir det opplyst kva gutar og jenter har svart på spørsmåla. Bakarst i rapporten finst det ei oversikt over kva elevar frå ulike klassetrinn har svart på utvalde nøkkelindikatorar. Alle resultata i rapporten er oppgjevne i prosent.

Fleire stader i rapporten blir resultat for kommunen samanlikna med resultata for alle elevane som har gjennomført Ungdata junior i åra frå 2018 til 2020. I rapporten blir desse tala kalla nasjonale tal.

Kva kan Ungdata junior seie noko om?

Målet med Ungdata junior er å kartleggje korleis barn har det og kva dei driv med i fritida. Undersøkinga omfattar tema som er knytte til livskvalitet, familie, vennskap, skule, lokalmiljø, mediebruk, deltaking i fritidsaktivitetar, helse og mobbing. Ved å spørje barn direkte om desse temaa kan Ungdata junior gje ei oversikt over kor mange det er som til dømes trivst der dei bur eller som driv med ulike typar fritidsaktivitetar.

Resultata må tolkast lokalt, og dei kan gje ein peikepinn på kva for område kommunen bør jobbe spesielt med. Kommunen kan bruke resultata som eitt av fleire kunnskapsgrunnlag for å utvikle den lokale oppvekstpolitikken vidare.

Resultata frå Ungdata junior kan òg brukast til å gjere barn medvitne om korleis andre barn har det og kva som er vanlege aktivitetar blant barn i alderen 10–12 år.

> **I Ungdata junior blir barn spurde om korleis dei har det og kva dei driv med i fritida**

Ungdata blir gjennomført ved at skuleelevar over store delar av landet svarer på eit elektronisk spørjeskjema som omfattar ulike sider ved livssituasjonen deira. Undersøkinga blir gjennomført i skuletida med ein vaksen til stades i klasserommet. Det tek dei fleste under 30 minutt å svare på alle spørsmåla.

Undersøkinga er anonym, og det er frivillig for barna om dei ønskjer å vere med eller ikkje. Alle føresette blir informerte om undersøkinga på førehand og kan seie frå til skulen dersom dei ikkje ønskjer at barnet deira skal delta.

Om rapporten

Denne rapporten er ein del av gratistilbodet som blir gjeve til alle kommunar som gjennomfører Ungdata junior. Alle tala er henta frå den lokale undersøkinga, medan tekstane er utforma slik at dei skal passe for alle kommunar. Det er derfor ikkje gjort eigne vurderingar av kva dei konkrete resultata betyr for den enkelte kommunen. Dette er eit arbeid som kommunane sjølve må gjere, gjerne i samarbeid med andre aktørar.

Spørjeskjemaet i Ungdata junior er tilpassa elevar på femte til sjuande trinn. Det finst ei eiga undersøking – Ungdata – for elevar på ungdomstrinnet og i vidaregåande opplæring.

Kva elevane i Årdal kommune synest om å vere med i Ungdata junior. Prosentdelen som meiner at utsegnene stemmer

På nettsida ungdata.no finst det meir informasjon om Ungdata og Ungdata junior. Her kan ein òg få tilgang til forskingsrapportar og nyhendeoppslag som er baserte på Ungdata.

Kven står bak Ungdata junior?

Velferdsforskningsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitetet (tidlegare Høgskolen i Oslo og Akershus) og sju regionale kompetansesenter innanfor rusfeltet (KoRus) står bak Ungdata og Ungdata junior.

Undersøkinga blir gjennomført i samarbeid med kommunane, som står for den praktiske gjennomføringa på skulane.

Data frå alle dei lokale undersøkingane blir samla i den nasjonale Juniordatabasen. Databasen inneheld svar frå meir enn 100 000 barn som har delteke i Ungdata junior sidan undersøkinga blei gjennomført for første gong i 2017.

Helsedirektoratet finansierer Ungdata junior.

Fakta om undersøkinga i Årdal kommune

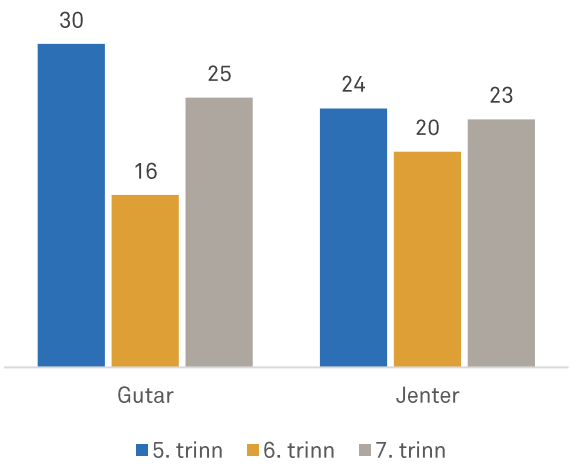
Undersøkinga blei gjennomført i perioden
Februar

Deltakarar i undersøkinga
Elevar frå 5. til 7. trinn

Talet på elevar som deltok
138

Svarprosent
93

Talet på gutar og jenter på ulike klassetrinn som svarte på Ungdata junior i Årdal kommune



Om tolkinga av resultata

Når ein tolkar resultata, bør ein ta omsyn til at det alltid vil vere ei viss statistisk usikkerheit knytt til dei oppgjevne prosenttala. Usikkerheita er størst i dei tilfella der det er relativt få barn som har svart på undersøkinga og minst i dei store kommunane.

KAPITTEL 1

Livskvalitet

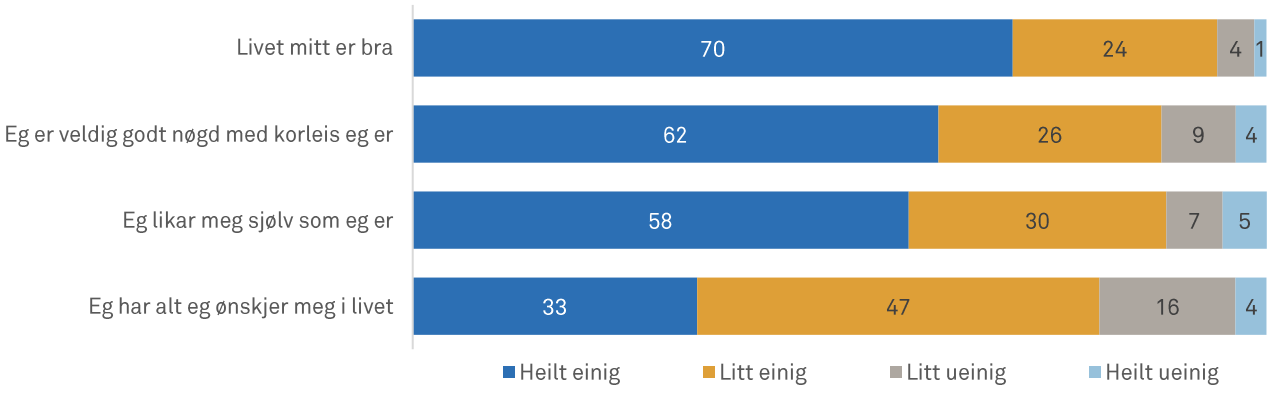
Livskvalitet handlar om det som gjer livet godt å leve. For det enkelte barnet er livskvalitet ei subjektiv oppleving av det livet ein lever – kor godt ein trivst og kor nøgd ein er med livet sitt. Men kjensla av å vere til nytte eller det å oppleve meistring kan òg ha ein positiv verknad på den enkelte sin livskvalitet. Barn som har det bra, har ofte eit positivt sjølvbilete. Livskvalitet blir utvikla i og påverka av samspel med andre. Positive tilbakemeldingar kan bidra til eit positivt sjølvbilete og betre trivsel, medan stadig kritikk kan ha motsett verknad.

Dette kapittelet gjev eit bilete av korleis barn vurderer livet dei lever og korleis dei ser på seg sjølve. Det er eit gjennomgåande funn i Ungdata junior-undersøkingane at dei aller fleste barn vurderer livet sitt som bra. Dei aller fleste er nøgde med korleis dei er og gjev uttrykk for at dei har alt dei ønskjer seg i livet. Mange barn opplever somme tider at livet kan vere stressande, eller at ingen ting er kjekt meir. Samstundes viser undersøkinga at det som regel berre er eit fåtal som opplever dette ofte. Det er fleire gutar enn jenter som er nøgde med seg sjølv og livet sitt.

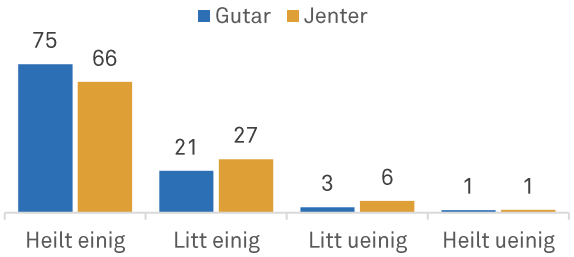
Det vil vere viktig for barn sin livskvalitet å få nok søvn, for søvn påverkar både konsentrasjon og trivsel. Det er tilrådd at barn i alderen 10–12 år får mellom ni og ti timar søvn. I undersøkinga blir barna spurde om kor mange timar dei sov sist natt. Svara viser at dei fleste barna søv innanfor rammene av det som er tilrådd, men at det òg er ein del barn som søv ein god del mindre.

Det er òg ein viktig del av livskvaliteten å ha nokon å snakke med om triste eller vanskelege ting. Ungdata junior viser at dei aller fleste kan snakke med foreldra eller vennene sine om slike ting. Det er mor som oftast blir oppgjeven som støtteperson, men det er òg mange barn som kan snakke med far sin eller vennene sine. Ein god del oppgjev òg at dei kan snakke med læraren sin eller helsesjukepleiaren på skulen om vanskelege ting.

Korleis barn oppfattar seg sjølve og livet sitt. Prosent som er einige og ueinige i ulike utsegner

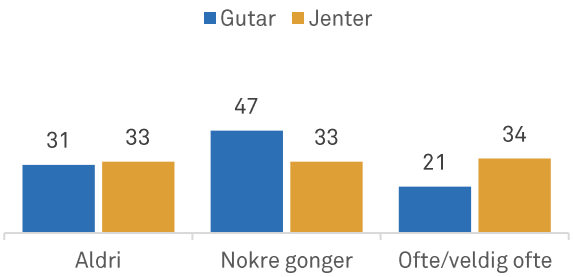


Korleis gutar og jenter vurderer utsegna «Livet mitt er bra». Prosent

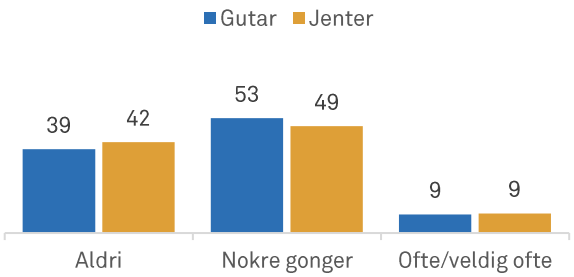


> **Dei aller fleste barn tykkjer sjølve at dei har eit bra liv**

Kor ofte gutar og jenter kjenner seg stressa. Prosent



Kor ofte gutar og jenter opplever at ingen ting er kjekt meir. Prosent

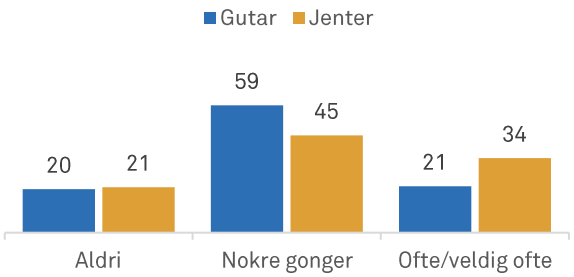


Søvn

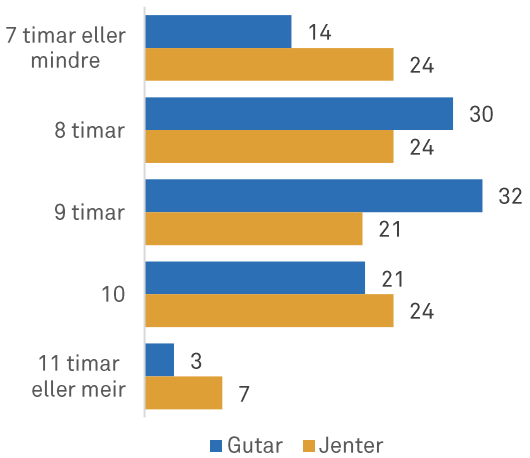
Det er viktig både for konsentrasjon og trivsel å få nok søvn. Det er tilrådd at barn i alderen 10–12 år får mellom ni og ti timar søvn. Ungdata junior kartlegg kor mange timar barna sov sist natt. Ein god del barn rapporterer at dei har sove mindre enn det som er tilrådd.

> **Det varierer ganske mykje kor mykje søvn barn rapporterer**

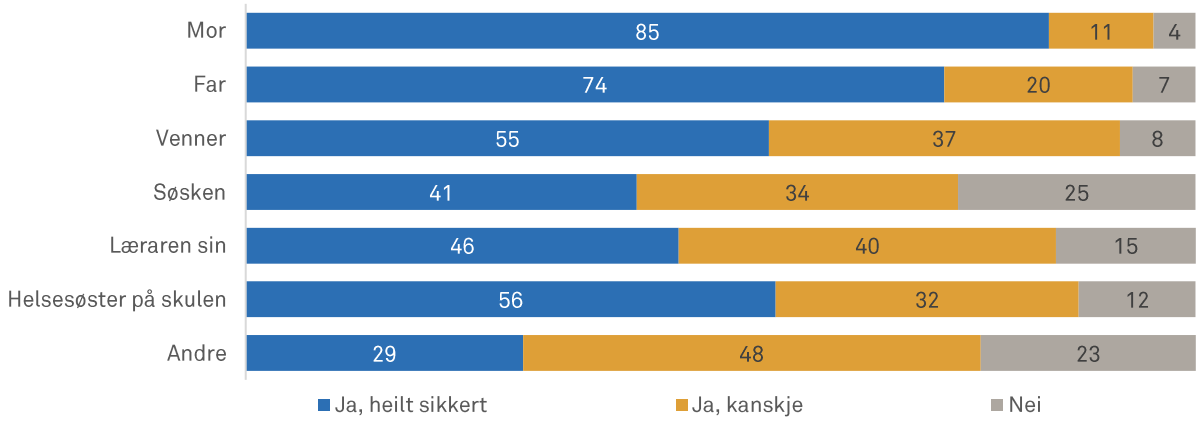
Kor ofte gutar og jenter har problem med å sove. Prosent



Omtrent kor mange timar sov du i natt? Prosent



Kven barna kan snakke med om triste eller vanskelege ting. Prosent



KAPITTEL 2

Venner

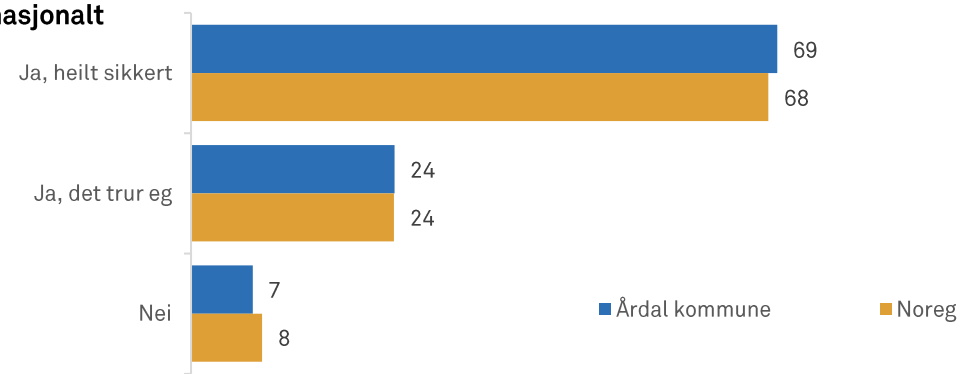
For dei fleste er venner ei kjelde til leik, glede, støtte, samhøyr og stadfesting. Å vere saman med venner er for mange barn den mest sentrale aktiviteten i livet. Ein god vennskap kan fungere som eit sosialt immunforsvar og gjere barn meir robuste overfor ulike utfordringar i oppveksten. På lengre sikt er samspelet med jamaldringar viktig for utviklinga av sjølvbilete og sosial kompetanse. Motsett kan fråvær av nære venner, manglande stabilitet i relasjonar med jamaldringar eller einsemd vere ei påkjenning som gjer barn meir sårbare.

Når barn blir spurde direkte, svarer dei aller fleste at dei har venner. Det store fleirtalet er sikre på at dei har minst éin venn som dei kan stole heilt på og snakke med om alt mogleg. I tillegg er det mange som trur at dei har ein slik venn. Nesten alle som er med i Ungdata junior, oppgjev at dei alltid eller som regel har nokon å vere saman med, anten spørsmålet gjeld friminutta på skulen eller fritida. Men dette gjeld ikkje alle. Ein liten minoritet svarer at dei som regel ikkje har nokon å vere saman med på fritida.

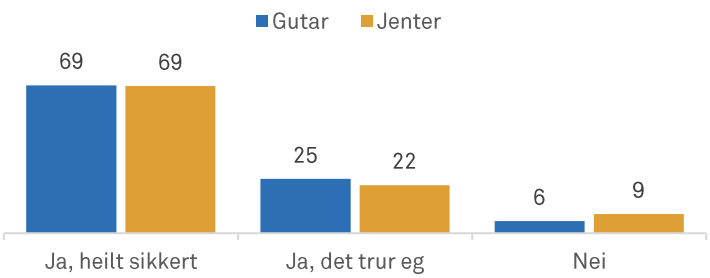
Gutar og jenter har i om lag like stor grad venner dei kan stole på og vere saman med, men fleire gutar enn jenter er sikre på at dei har nokon å vere saman med. Motsett er det fleire jenter enn gutar som ofte opplever at dei er einsame. Generelt er det nokså få barn, uansett kjønn, som ofte kjenner seg einsame. Det er ein god del barn som kjenner at dei kan vere einsame «nokre gonger», men det store fleirtalet av barn i denne alderen opplever aldri å vere einsame.

I undersøkinga blei barna spurde om vennene deira er gutar eller jenter, eller om dei omgåast i kjønnsblanda vennegrupper. Det vanlegaste er at vennene er ei viss blanding av gutar og jenter, men der eit fleirtal av vennene likevel er av eige kjønn. Ein del barn har vennerelasjonar med om lag like mange gutar og jenter. Det er derimot svært uvanleg både for gutar og jenter å berre ha venner av motsett kjønn. Det er heller ikkje særleg vanleg at gutar og jenter berre har venner av same kjønn som seg sjølv.

Har du minst éin venn som du kan stole heilt på og snakke med om alt mogleg? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt

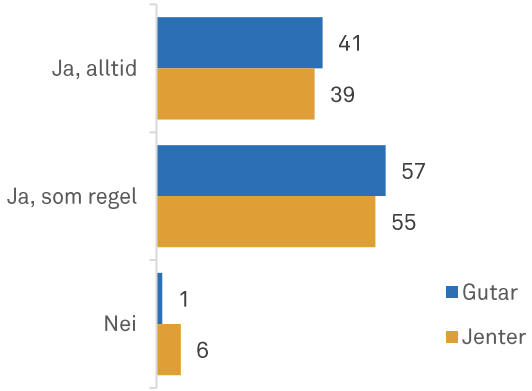


Om gutar og jenter har minst éin venn dei kan stole heilt på og snakke med om alt mogleg. Prosent

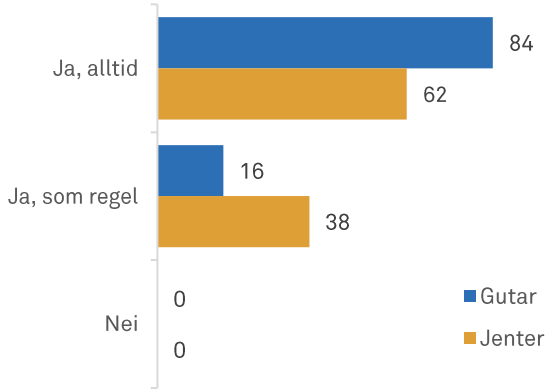


> **Dei fleste barn er sikre på at dei har minst éin god venn som dei stoler heilt på**

Har du nokon å vere saman med på fritida? Prosent



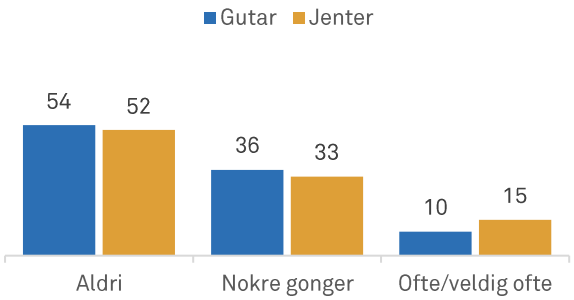
Har du nokon å vere saman med i friminutta på skulen? Prosent



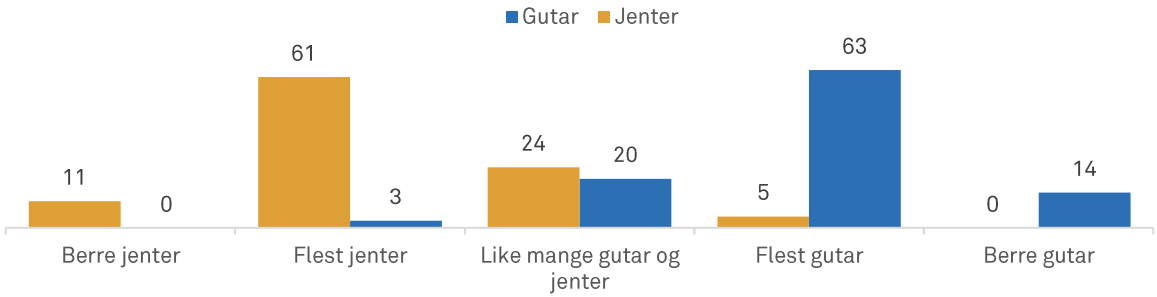
Kjønnsdelt vennskap

Når gutar og jenter blir bedne om å tenkje på vennene sine, oppgjev dei aller fleste at fleirtalet av vennene er av same kjønnet som dei sjølve. Det er likevel ein god del som fortel at dei har omtrent like mange gutar og jenter i vennegruppa. Det er meir uvanleg både for gutar og jenter å ha flest venner av motsett kjønn. Det er heller ikkje mange som berre har venner av same kjønn som seg sjølv.

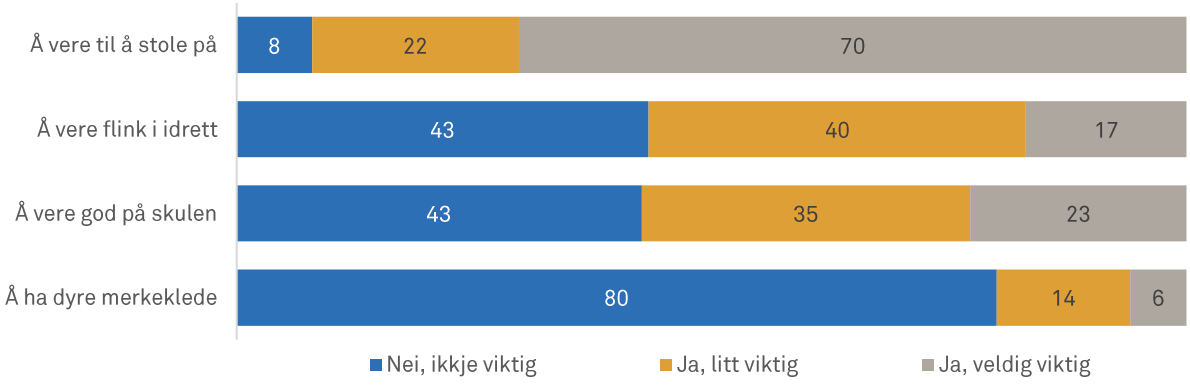
Kor ofte gutar og jenter kjenner seg einsame. Prosent



Tenk på vennene dine. Er dei gutar, jenter eller både gutar og jenter? Prosent



Er noko av dette viktig for å vere populær i vennemiljøet ditt? Prosent



KAPITTEL 3

Foreldre

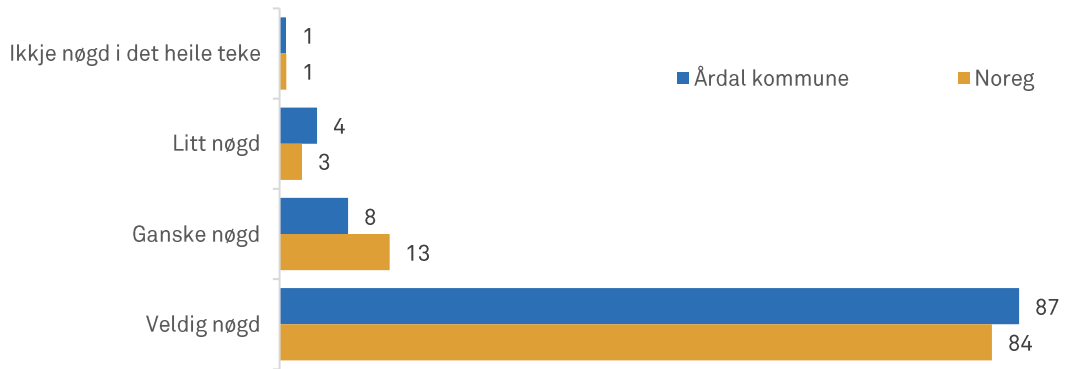
For dei aller fleste barn er foreldra og dei føresette dei aller viktigaste omsorgspersonane i barnet sitt liv. Ressursane heime – økonomisk, kulturelt og sosialt – dannar grunnlaget for levekåra, trivselen og meistringa til barn og unge. Etter barnelova har foreldre plikt til å sørgje for økonomisk underhald og omsorg, og dei skal sikre ei forsvarleg oppseding og at barnet får ei utdanning.

Resultata frå Ungdata junior viser at dei aller fleste barn har svært gode relasjonar til foreldra sine. Det store fleirtalet er svært nøgde med foreldra sine, og dei aller fleste opplever at foreldra har ein grunnleggjande aksept for korleis barna er. Dei aller fleste barn likar å vere saman med foreldra sine, og barna rapporterer gjennomgåande at foreldra er flinke til å gje dei ros. Det at foreldre som regel veit kvar barna er i fritida og kjenner vennene deira, speglar òg dei tette relasjonane dei fleste barn har til foreldra sine.

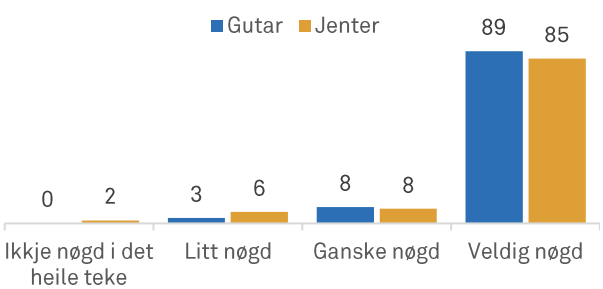
Samstundes finst det ei mindre gruppe barn som ikkje har like gode opplevingar av foreldra sine. Eit mindretal opplever foreldra som lite støttande, er misnøgde med foreldra, eller er ikkje spesielt glade i å vere saman med dei. På landsbasis opplever éin av fem barn at foreldra ofte kjeftar på dei.

Barna blei òg spurde om kor ofte dei gjer noko saman med familien. Dei fleste svarer éin eller to dagar i veka. Det er òg mange, både blant gutar og jenter, som gjer noko saman med familien oftare. Ungdata junior viser at dei fleste barna hjelper til med husarbeidet heime, men òg at det varierer mykje kor ofte barna gjer det. Det vanlegaste er at barna hjelper til éin eller to dagar i veka, både blant gutar og jenter.

Kor nøgd er du med foreldra dine? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt

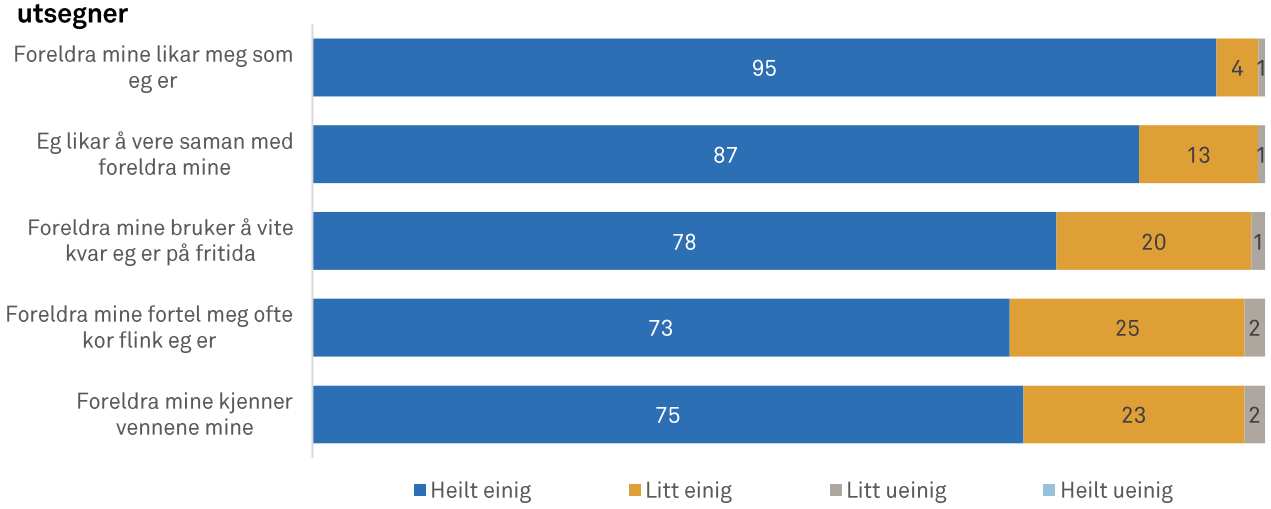


Kor nøgde gutar og jenter er med foreldra sine. Prosent



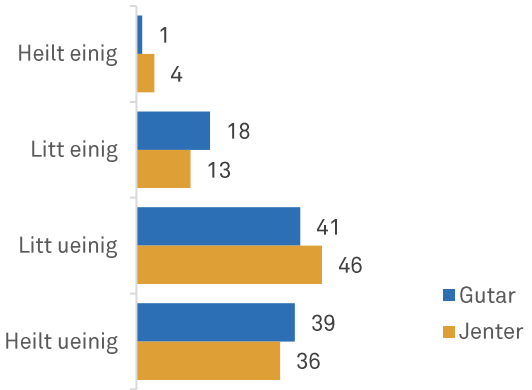
> **Det store fleirtalet av barn er veldig nøgde med foreldra sine**

Korleis barn stiller seg til ulike utsegner om foreldra sine. Prosent som er einige og ueinige i ulike utsegner

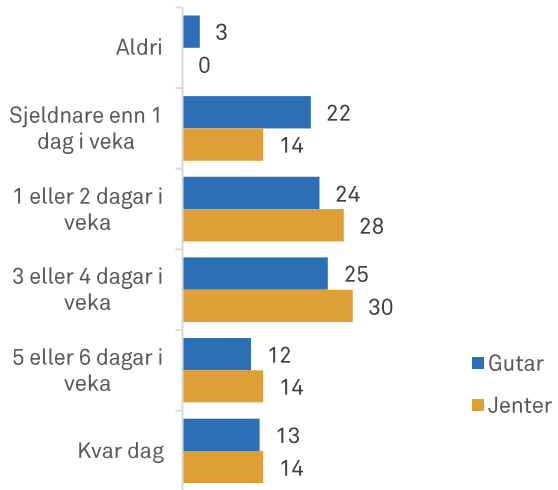


> **Mange foreldre investerer mykje tid og ressursar i barna sine. Kanskje er dette grunnen til at barn flest har ei så positiv oppleving av foreldra sine?**

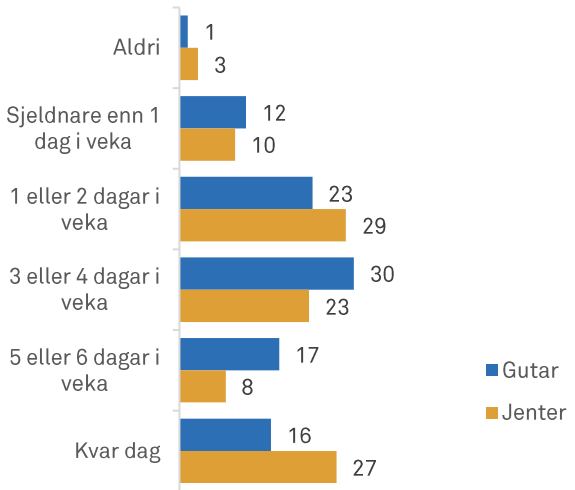
Korleis gutar og jenter stiller seg til utsegna «foreldra mine kjeftar ofte på meg». Prosent



Kor ofte gutar og jenter hjelper til med husarbeidet. Prosent



Kor ofte gutar og jenter gjer noko saman med familien. Prosent



KAPITTEL 4

Skule

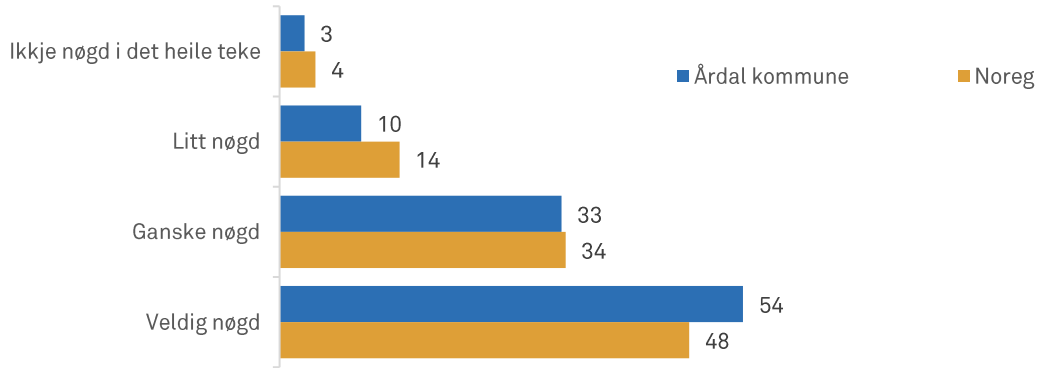
Skulen er ein viktig arena for læring og sosialisering. Den har som føremål å utvikle dei unge slik at alle skal vere godt rusta til å møte utfordringane som barna kjem til å oppleve i samfunnet i framtida. Samstundes er skulen ein stad der barna tek del i tette samspel med lærarar og andre tilsette, og der dei møter andre barn. For mange vil vennskapsrelasjonane på fritida ofte springe ut av vennskapar som oppstår i skulesituasjonen.

Ungdata junior viser at dei aller fleste barna i Noreg trivst godt på skulen. Det store fleirtalet meiner at læraren deira bryr seg om dei, og dei fleste føler at dei passar inn i klassen. Dei aller fleste rapporterer at dei alltid har det bra i friminutta.

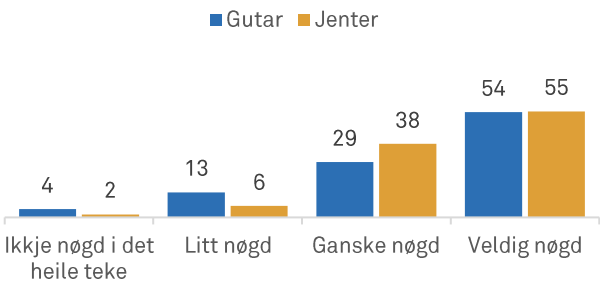
Sjølv om det store fleirtalet av barna trivst godt på skulen, er det ein del barn som gjev uttrykk for at dei ikkje er så nøgde med skulen dei går på. Dette kan skuldast ulike ting, alt frå kvaliteten på bygningane til det sosiale samspelet mellom lærarar og elevar. Nokså mange barn opplever å kjede seg i skuletimane, og det er heller ikkje alle som kjenner at dei passar inn i klassen eller har det bra i friminutta. Eitt av fem barn gruer seg ofte til å gå på skulen, og ein del gjev uttrykk for at dei ofte kjenner seg redde når dei skal snakke framfor klassen. Det er fleire jenter enn gutar som uroar seg for desse tinga, inkludert som gruer seg til å ha prøve.

Barn oppheld seg mykje av tida på skulen, men skuledagen er ikkje alltid slutt når skuleklokka ringjer. Ungdata junior viser at ein god del barn bruker minst éin time etter skulen på lekser kvar dag. Det vanlegaste er likevel å bruke mellom ein halvtime og ein time. Nokre få brukar endå mindre tid.

Kor nøgd er du med skulen du går på? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt

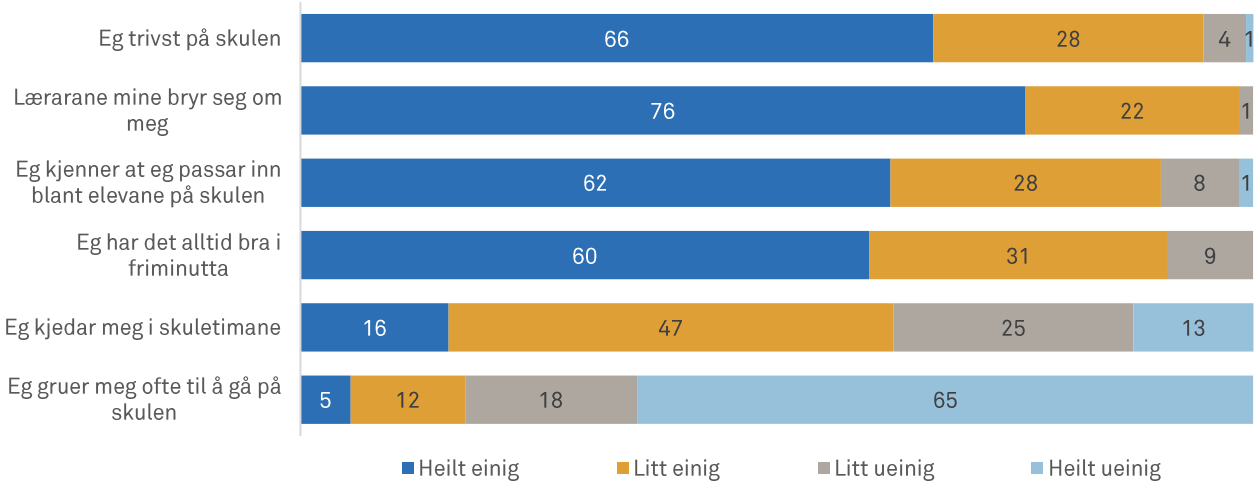


Kor nøgde gutar og jenter er med skulen dei går på. Prosent



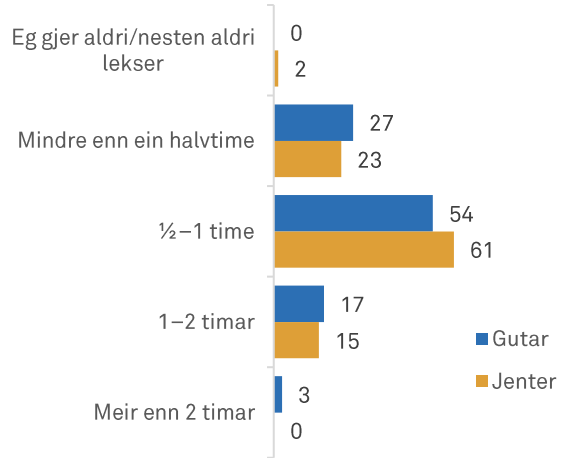
> **Ikkje alle barn er like godt nøgde med skulen dei går på**

Korleis barn stiller seg til ulike utsegner om skulen. Prosent som er einige og ueinige i ulike utsegner

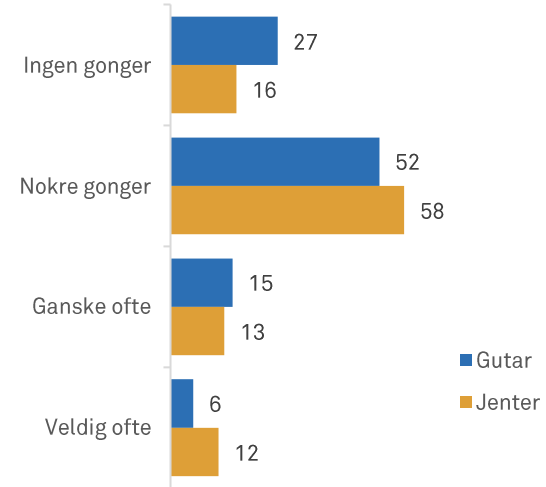


> **Trivselen i norsk skule er god. Dei fleste barn opplever gode relasjonar til lærarar og til dei andre elevane i klassen**

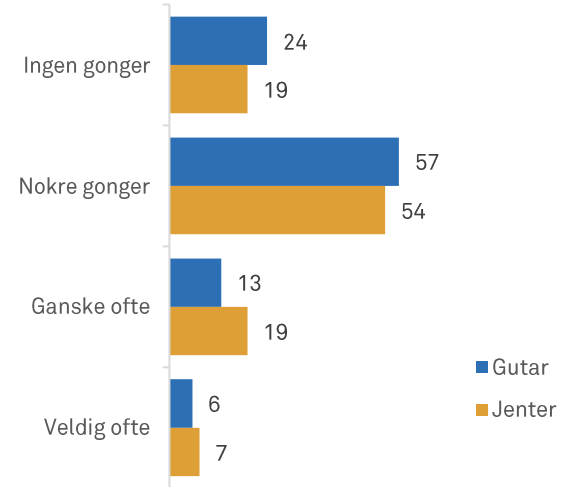
Kor mykje tid gutar og jenter bruker på lekser i løpet av ein vanleg dag. Prosent



Kor ofte gutar og jenter kjenner seg redde når dei skal snakke framfor klassen. Prosent



Kor ofte gutar og jenter gruer seg veldig når dei skal ha prøve. Prosent



KAPITTEL 5

Nærområdet

Å vekse opp tyder å vekse opp på ein bestemd stad. Ulike nærområde gjev ulike moglegheiter for aktivitetar og sosialt samvær. Tilbodet av organisasjonar, fritids- og kulturtilbod påverkar korleis kvar enkelt kan utfalde seg, og bidreg samstundes til å skape identitet og tilhøyrsle i eit nærområde. Det same gjeld tilgangen på opne møteplassar, rekreasjonsområde og urørt natur.

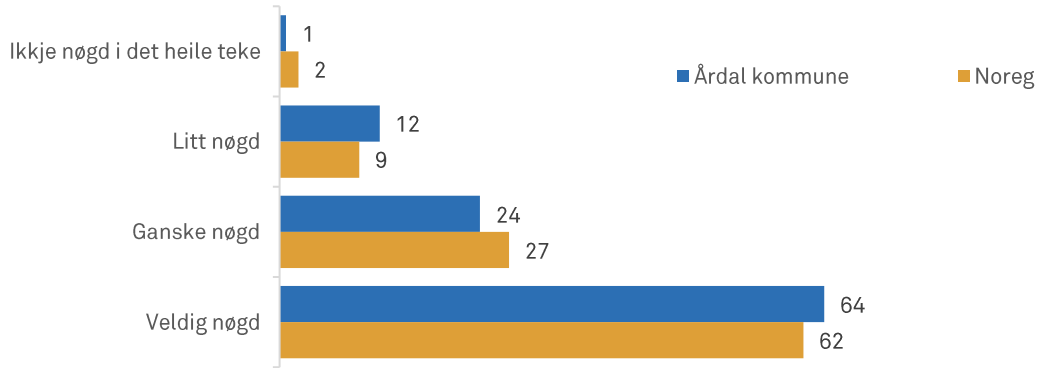
Barn og unge bruker nærområdet i større grad og på ein annan måte enn vaksne. Trygge og sunne nærområde er derfor særleg viktig for velferd og trivsel hos barn. Barn og unge kan òg ha andre meiningar enn vaksne om kva som gjev livskvalitet i nærområdet deira.

I Ungdata junior blei barna spurde om kor nøgde dei er med nærområdet der dei bur. Det store fleirtalet er nøgde. På landsbasis svarte om lag tre av fire at dei er veldig nøgde. Omtrent kvart tiande barn er derimot lite eller ikkje nøgde.

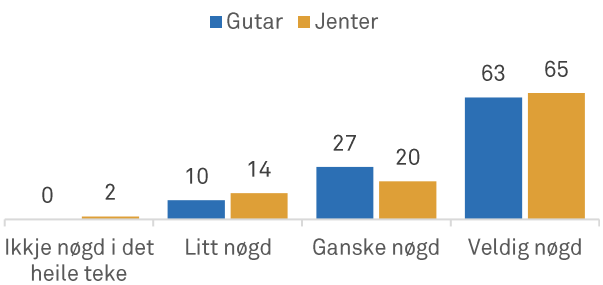
Det vil vere spesielt viktig for barn å kjenne seg trygge når dei ferdast ute. På landsbasis svarer 7 av 10 barn at dei er veldig trygge når dei er ute i området der dei bur. Samstundes er det ei mindre gruppe på 3–4 prosent som ikkje opplever at det er trygt. Situasjonen er mykje lik for spørsmålet om kor trygge barn kjenner seg på veg til og frå skulen. Det er 6 av 10 som opplever skulevegen som veldig trygg, om lag 3 av 10 opplever den som ganske trygg, og 4–5 prosent kjenner ikkje at skulevegen er trygg.

Det er ein del fleire gutar enn jenter som opplever det som veldig trygt å vere ute.

Kor godt nøgd er du med nærområdet der du bur? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt

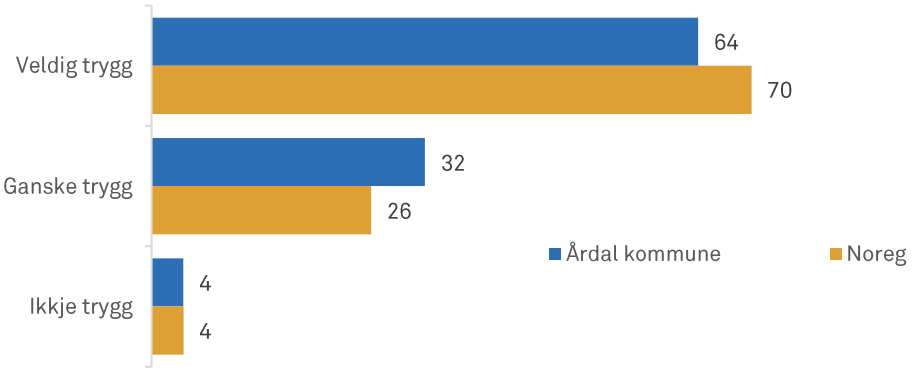


Kor nøgde gutar og jenter er med nærområdet der dei bur. Prosent

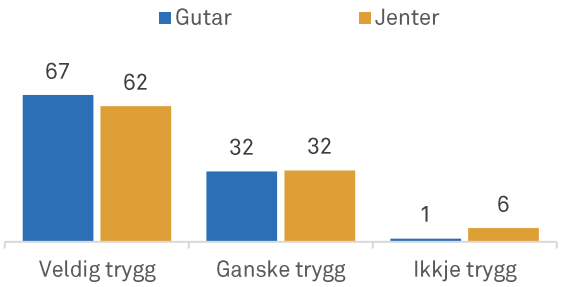


> **Barn i dag veks opp i ei globalisert verd. Det lokale og det å høyre til i nærmiljøet er likevel svært viktig i livet til barna**

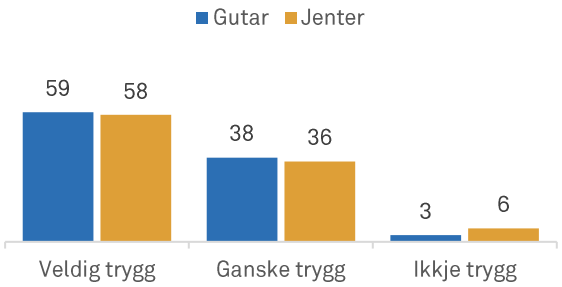
Kor trygg kjenner du deg når du er ute i området der du bur? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt



Kor trygge gutar og jenter kjenner seg når dei er ute i området der dei bur. Prosent

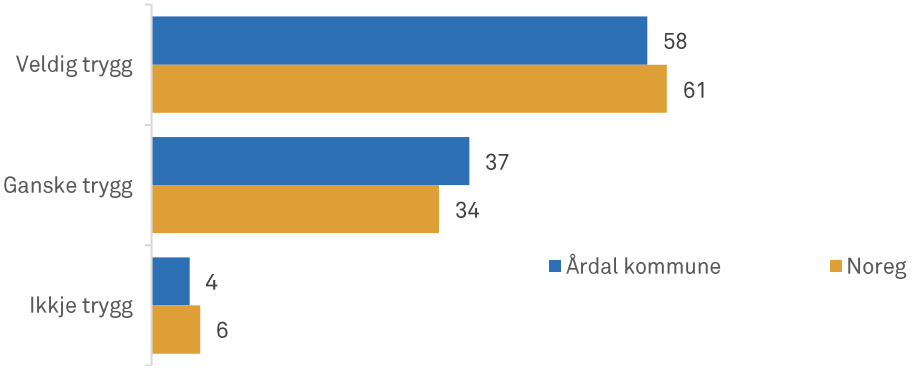


Kor trygge gutar og jenter kjenner seg på veg til og frå skulen. Prosent



> **Dei aller fleste barna opplever det som trygt å ferdast i nærområdet sitt. Dei fleste opplever òg skulevegen som trygg**

Kor trygg kjenner du deg på veg til og frå skulen? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt



KAPITTEL 6

Fritid

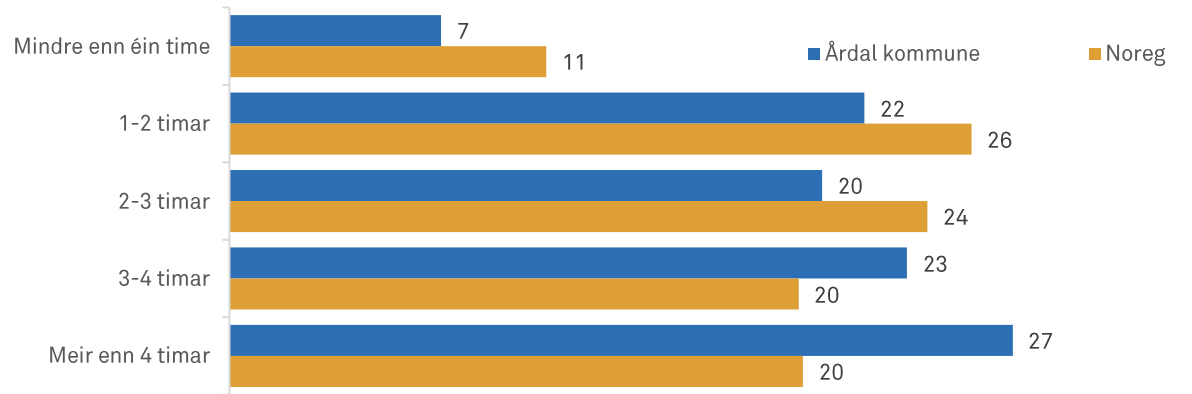
Barn si fritid er mykje meir organisert enn det som var tilfelle då foreldra deira sjølve var unge. Organiserte aktivitetar er ein viktig sosial arena som gjev barna andre erfaringar enn dei opplever på skulen, i uformell leik eller gjennom sosiale medium. Samstundes er deltaking i fritidsaktivitetar avhengig av at foreldra har ressursar, både når det gjeld oppfølging og betalingsevne.

Ungdata junior viser at dei aller fleste er med på faste, organiserte fritidsaktivitetar, gjerne fleire gonger i veka. Idretten står sterkt som den organiserte fritidsaktiviteten aller flest barn driv med.

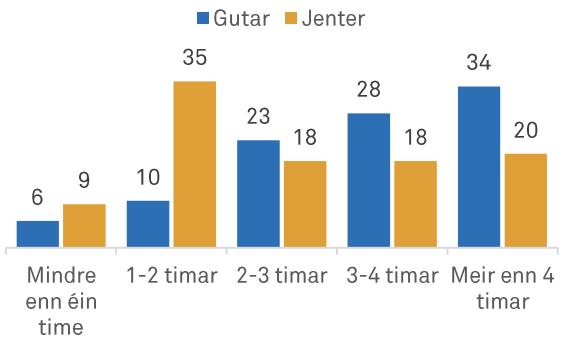
Skjermaktivitetar speler ei viktig rolle i kvardagen til alle barn i dag, og er relevante både i skulearbeidet og i barna sitt sosiale liv. Særleg har tilgangen til smarttelefonar snudd opp-ned på måten barn kommuniserer med kvarandre på. Barn har fått tilgang til store nettverk og all mogleg informasjon. Ungdata junior viser at dei fleste barna bruker ein god del tid framfor ein skjerm etter skuletid. Det er likevel stor variasjon når det gjeld kor mykje tid barna bruker på slike aktivitetar. Generelt bruker gutar i denne alderen meir tid på skjermaktivitetar enn jenter, noko som først og fremst har å gjere med at gutane bruker langt meir tid enn jentene på gaming. Jentene bruker derimot meir tid enn gutane på sosiale medium.

Elles driv barn med eit stort mangfald av fritidsaktivitetar. Nokre speler instrument, medan andre er aktive i stallen. Ein god del bruker kveldane til å slappe av, medan andre heng ute saman med venner. Det er òg vanleg å vere saman med venner heime hos kvarandre. På landsbasis har likevel om lag eitt av tre barn vanlegvis ikkje med seg venner heim.

Omtrent kor mange timar bruker du til saman på aktivitetar framfor ein skjerm utanom skulearbeid? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt

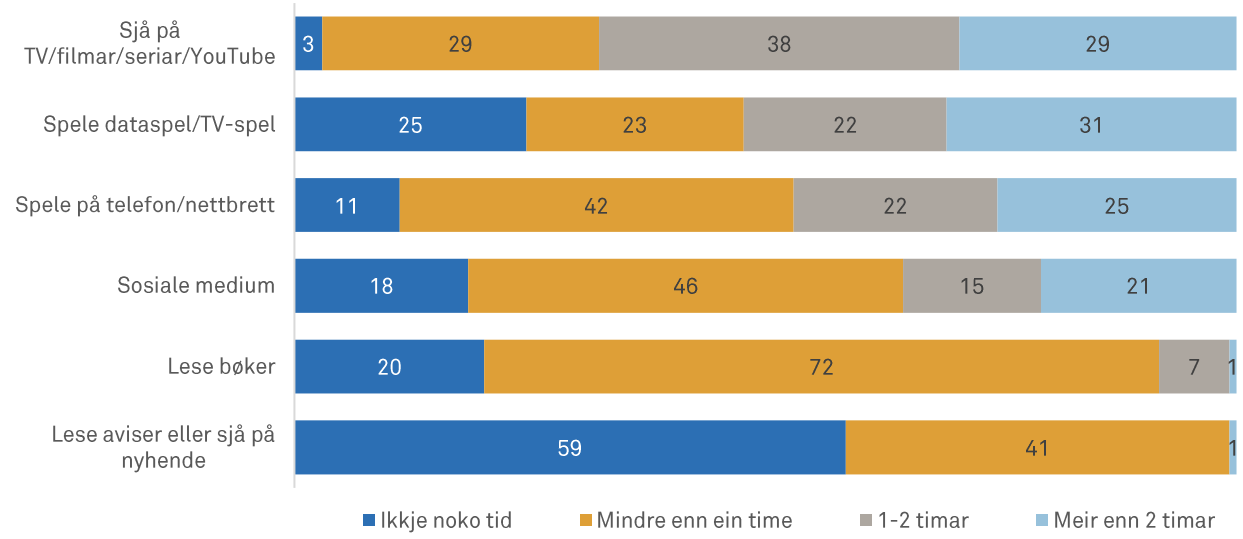


Omtrent kor mange timar gutar og jenter bruker på aktivitetar framfor ein skjerm. Prosent

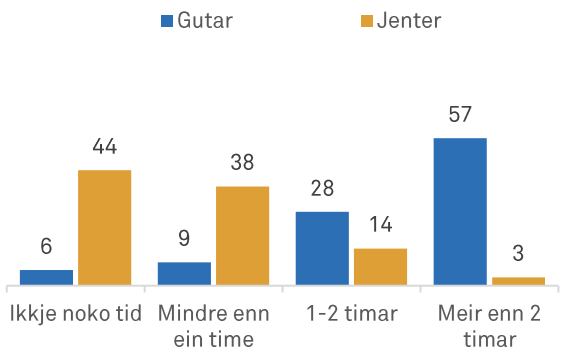


> **Det er stor variasjon mellom barn når det gjeld kor mykje tid dei bruker framfor ein skjerm i løpet av ein vanleg dag**

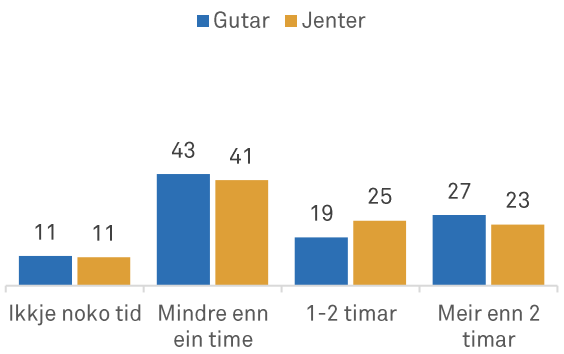
Omtrent kor mykje tid barn bruker på ulike medium ein vanleg dag etter skulen. Prosent



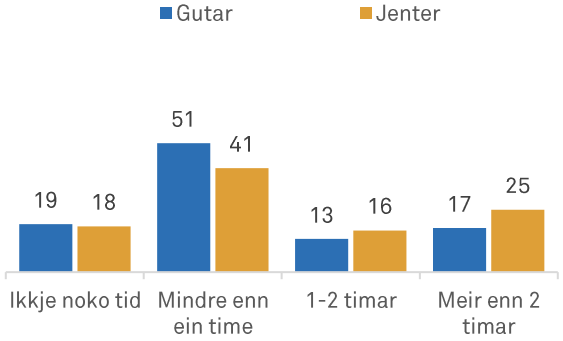
Kor mykje tid gutar og jenter bruker på å spele dataspel/TV-spel ein vanleg dag etter skulen. Prosent



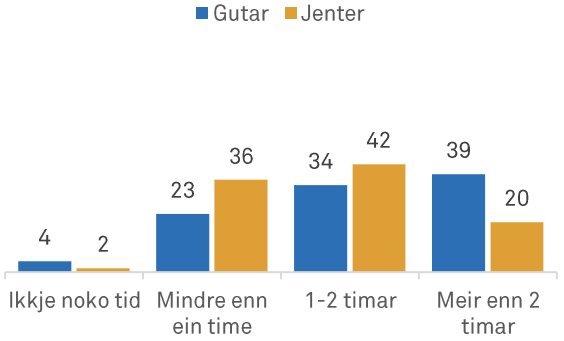
Kor mykje tid gutar og jenter bruker på å spele på telefon/nettbrett ein vanleg dag etter skulen. Prosent



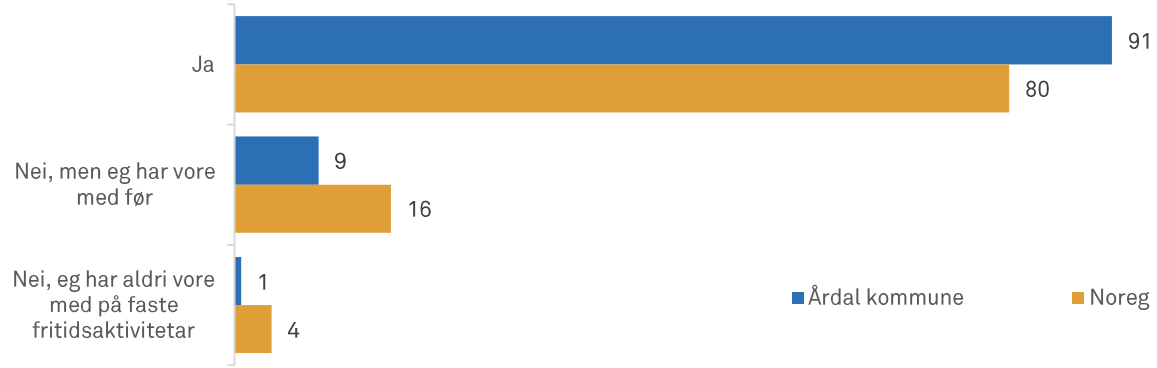
Kor mykje tid gutar og jenter bruker på sosiale medium ein vanleg dag etter skulen. Prosent



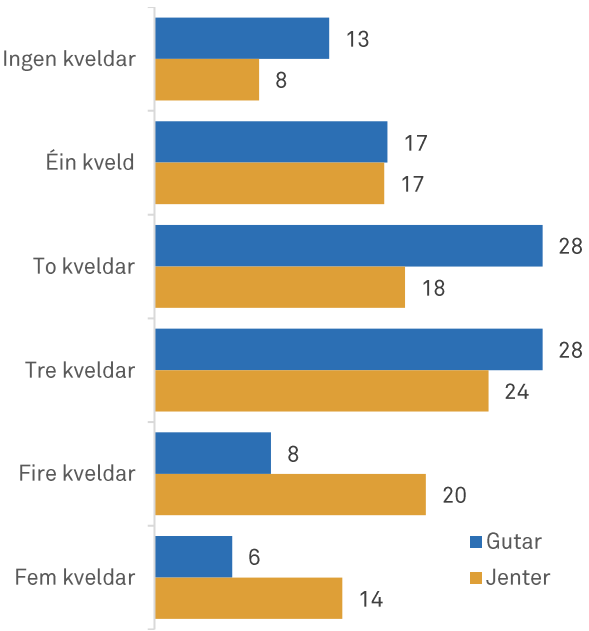
Kor mykje tid gutar og jenter bruker på å sjå på TV/filmar/seriar/YouTube ein vanleg dag etter skulen. Prosent



Er du med på nokre faste fritidsaktivitetar for tida? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt

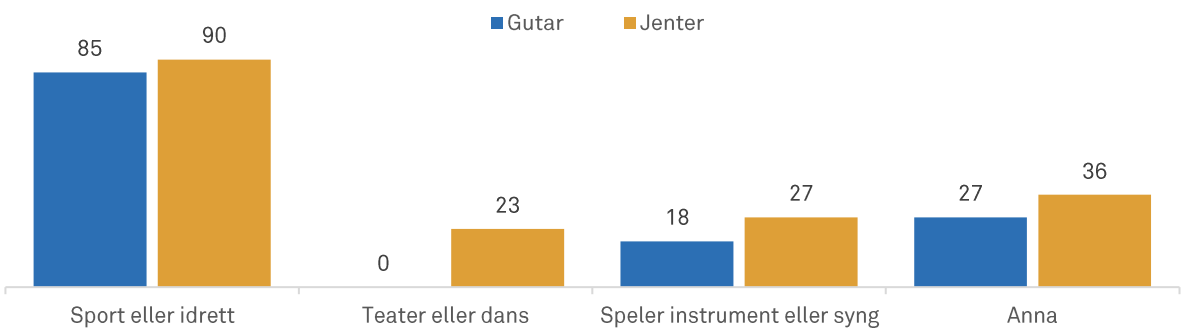


Kor mange kveldar (måndag til fredag) gutar og jenter er med på faste fritidsaktivitetar. Prosent

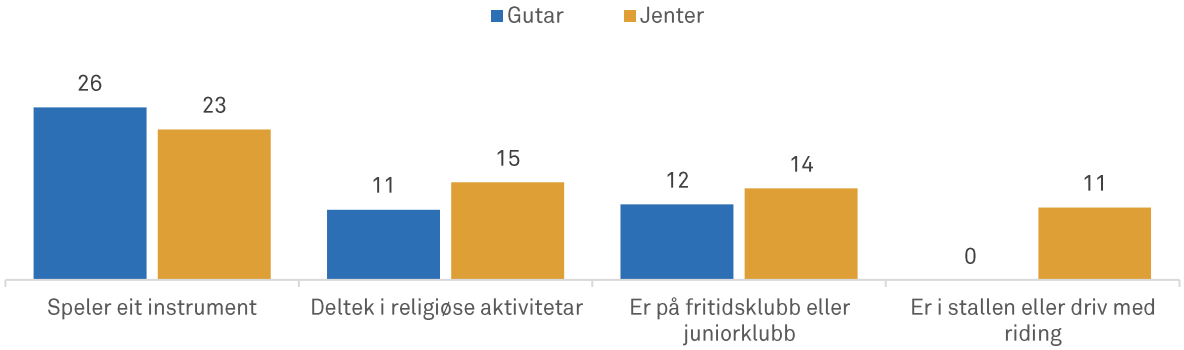


Dei aller fleste barn er med på éin eller fleire faste fritidsaktivitetar, og mange bruker fleire kveldar på slike aktivitetar. Idrett er den fritidsaktiviteten som aller flest er med på

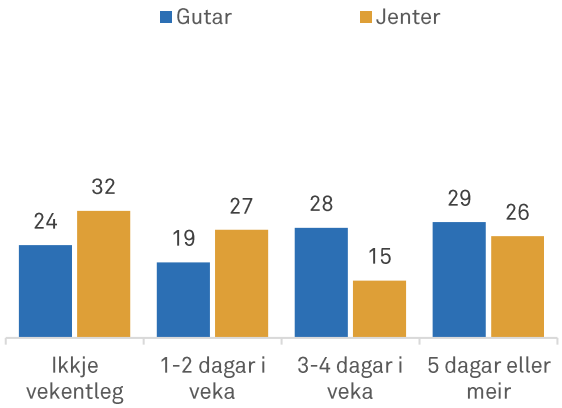
Kor mange gutar og jenter som driv med ulike typar faste fritidsaktivitetar. Prosent



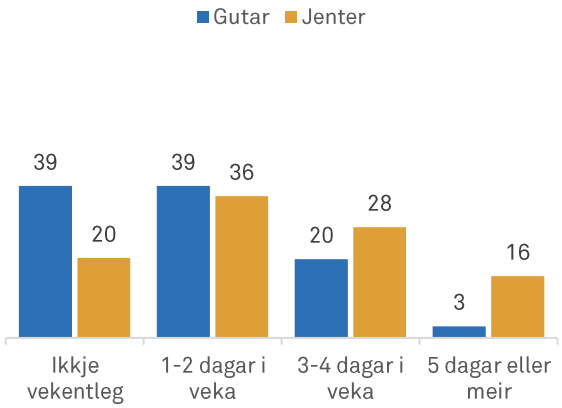
Kor mange gutar og jenter som vanlegvis driv med ulike aktivitetar minst éin dag i veka. Prosent



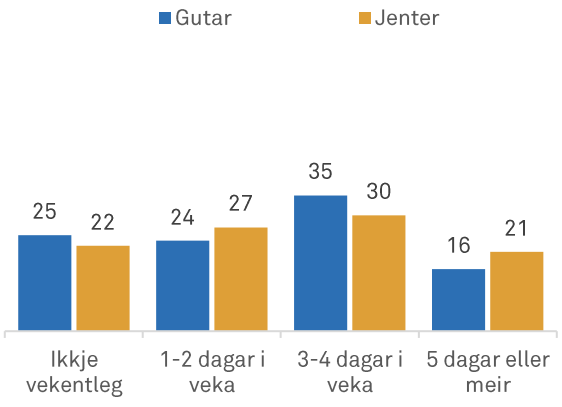
Kor mange dagar i veka gutar og jenter vanlegvis slappar av for seg sjølv mesteparten av kvelden. Prosent



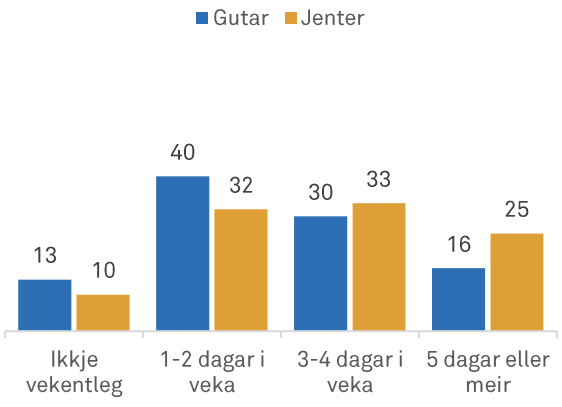
Kor mange dagar i veka gutar og jenter vanlegvis er saman med venner heime hos nokon. Prosent



Kor mange dagar i veka gutar og jenter vanlegvis heng ute saman med venner. Prosent



Kor mange dagar i veka gutar og jenter vanlegvis trenar eller driv med sport. Prosent



KAPITTEL 7

Helse

I dag er vi generelt meir merksame på helse og helserelaterte spørsmål enn tidlegare. Ny og betre kunnskap om risikofaktorar har gjort at vi i dag er meir opptekne av å førebyggje dårleg helse. Samstundes vil sannsynlegvis mange ha blitt flinkare til å kjenne etter korleis ein har det, og dette kan påverke korleis den enkelte vurderer sin eigen helsesituasjon.

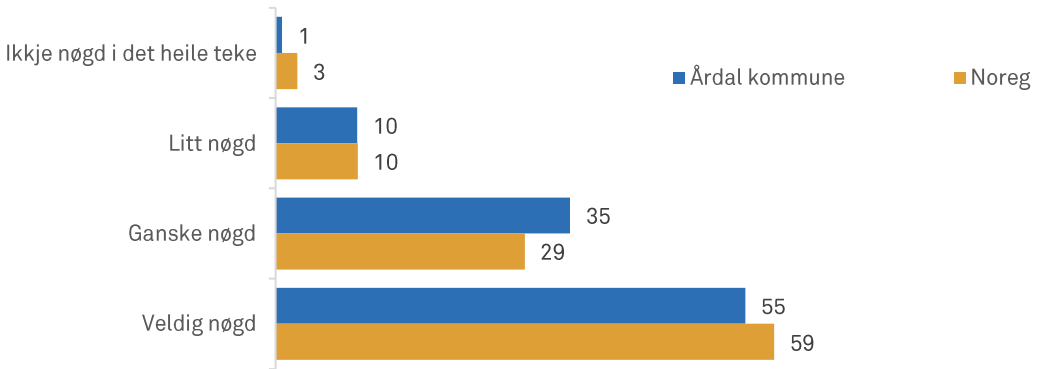
Fordi livsstilsvanar blir etablerte tidleg, er barn og ungdom sentrale målgrupper i det førebyggjande helsearbeidet. Barn har jamt over eit høgt fysisk aktivitetsnivå opp til ein viss alder, men aktivitetsnivået søkk med alderen. Studiar viser at 15-åringar er mykje mindre fysisk aktive enn 9-åringar.

Ungdata junior viser at dei fleste barn er nøgde med si eiga helse. På landsbasis er det litt fleire gutar enn jenter som er nøgde med helsa si.

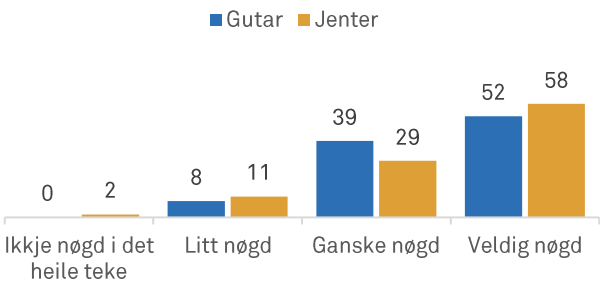
I undersøkinga blei barna òg spurde om kor ofte dei hadde opplevd ulike former for helseplager i løpet av den siste månaden. Dei fleste svarte at dei ikkje er særleg plaga. På landsbasis er det likevel litt over eitt av ti barn som svarer at dei har hatt hovudverk mange gonger eller kvar dag. Endå fleire svarer at dei har hatt vondt i nakken eller skuldrane. Ein del rapporterer òg at dei har hatt vondt i magen eller vore plaga av kvalme. Generelt er det fleire jenter enn gutar som har hatt slike plager, og særleg gjeld dette hovudverk.

Det er ikkje uvanleg at barn i denne aldersgruppa bruker smertestillande tablettar. På landsbasis svarer meir enn kvart femte barn at dei har brukt slike tablettar i løpet av den siste veka før undersøkinga.

Kor nøgd er du med helsa di? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt



Kor nøgde gutar og jenter er med helsa si. Prosent



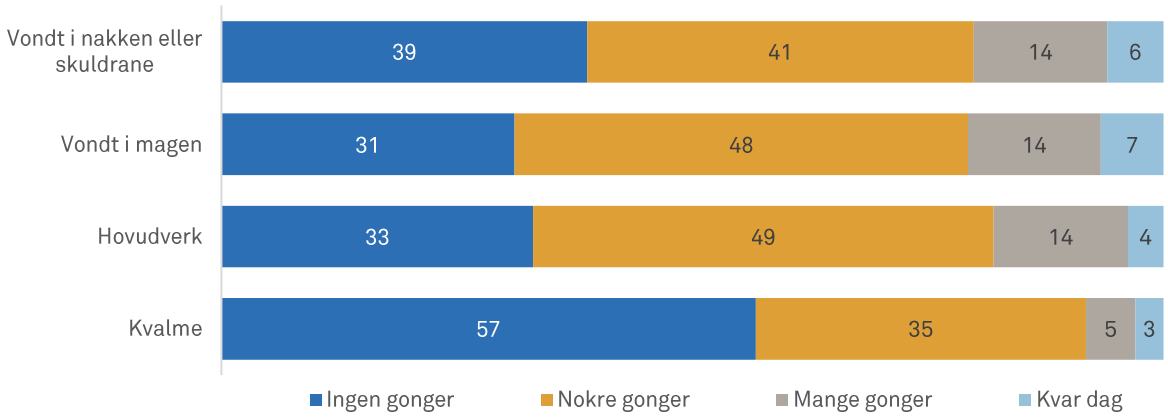
Helse

Eigenvurdert helse er ein viktig indikator for sjukelegheit og bruk av helsetenester og blir brukt til å overvake befolkninga sin helsestatus over tid.

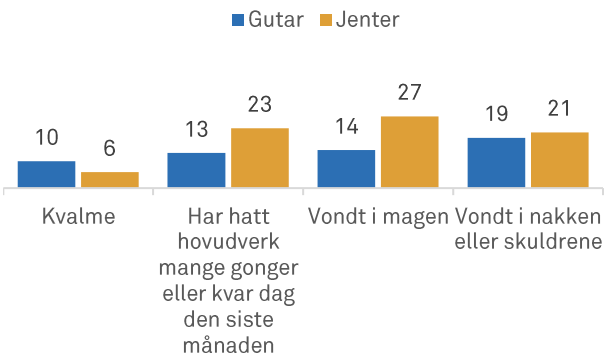
Nasjonalt svarer om lag 9 av 10 barn at dei er nøgde med helsa si, medan 1 av 10 er mindre nøgde.

Gutar er i gjennomsnitt noko meir nøgde med si eiga helse enn jenter.

Kor ofte barn har hatt ulike helseplager i løpet av den siste månaden. Prosent

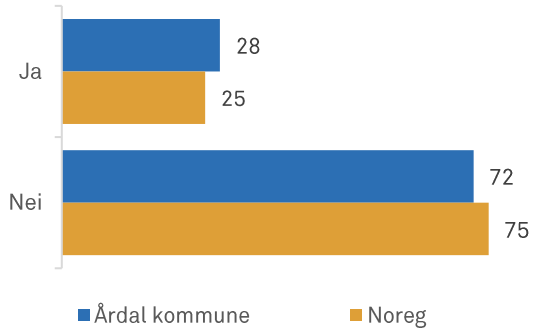


Kor mange gutar og jenter som i løpet av den siste månaden har hatt helseplager mange gonger eller dagleg. Prosent

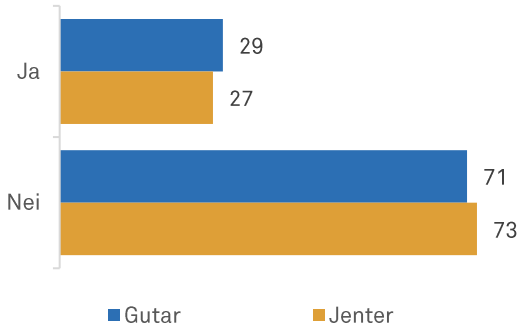


> **Barn er stort sett godt nøgde med si eiga helse. På landsbasis svarer likevel éin av fire at dei har brukt smertestillande tablettar i løpet av den siste veka**

Har du brukt tablettar mot hovudverk eller andre smerter den siste veka? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt



Har du brukt tablettar mot hovudverk eller andre smerter den siste veka? Prosent



KAPITTEL 8

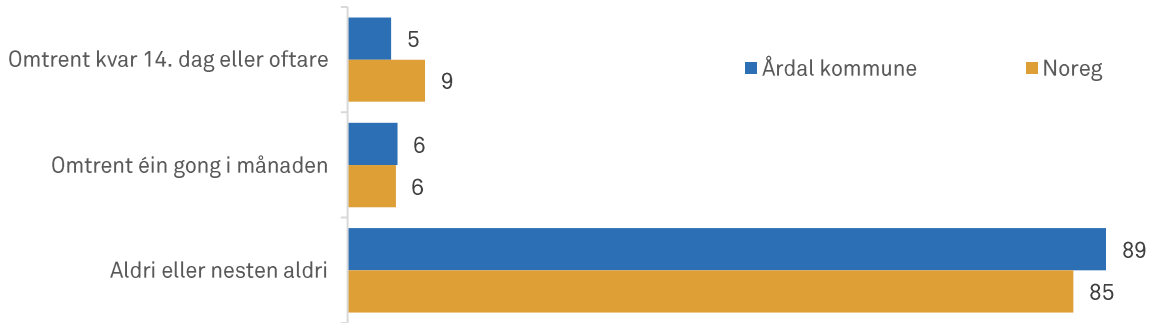
Mobbing

Barn i Noreg rapporterer generelt om høg trivsel og gode levekår. Samstundes blir ein del barn utsette for mobbing og ulike former for krenking. Mobbing blir gjerne definert som gjentekne hendingar der éin eller fleire med vilje skadar nokon eller utset nokon for ubehag. Mobbing kan ta mange former, til dømes utestenging, trugsmål, plaging eller direkte vald. For dei som blir ramma, er mobbing eit alvorleg problem. Det å bli utsett for mobbing kan ha store konsekvensar, både her og no og seinare i livet.

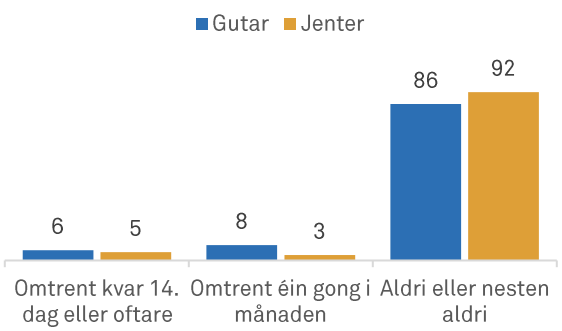
I Ungdata junior blir barna bedne om å tenkje på dei siste månadene og gje opp kor mange gonger dei har blitt utestengde, plaga eller truga av andre barn på skulen eller i fritida. Det store fleirtalet rapporterer at dette aldri eller nesten aldri hender dei, men eit mindretal fortel at dei blir utsette for slike krenkingar nokså ofte. På landsbasis fortel om lag ni prosent at dei blir utsette for dette omtrent kvar fjortande dag eller oftare.

Den aukande bruken av mobiltelefon og internett har ført med seg digitale former for mobbing. I den seinare tida har mykje merksemd blitt retta mot digital mobbing og krenkingar via nettet. Ungdata junior kartlegg kor mange som i løpet av dei siste månadene har blitt utsette for trugsmål og utestenging via nett eller mobil, i tillegg til spreiing av sårande ytringar, bilete eller videoar. Resultata på landsbasis viser at tre av fire barn ikkje har opplevd noko av dette. Blant den firedelen som er utsett for slike ting, er det vanlegast å oppleve at det blir skrive sårande ting til dei eller om dei via nett eller mobil. Det er òg ein del som opplever å bli stengde ute frå sosiale ting på nettet.

Tenk på dei siste månadene. Har du blitt stengd ute, plaga eller truga av andre barn på skulen eller på fritida? Prosent i Årdal kommune og nasjonalt

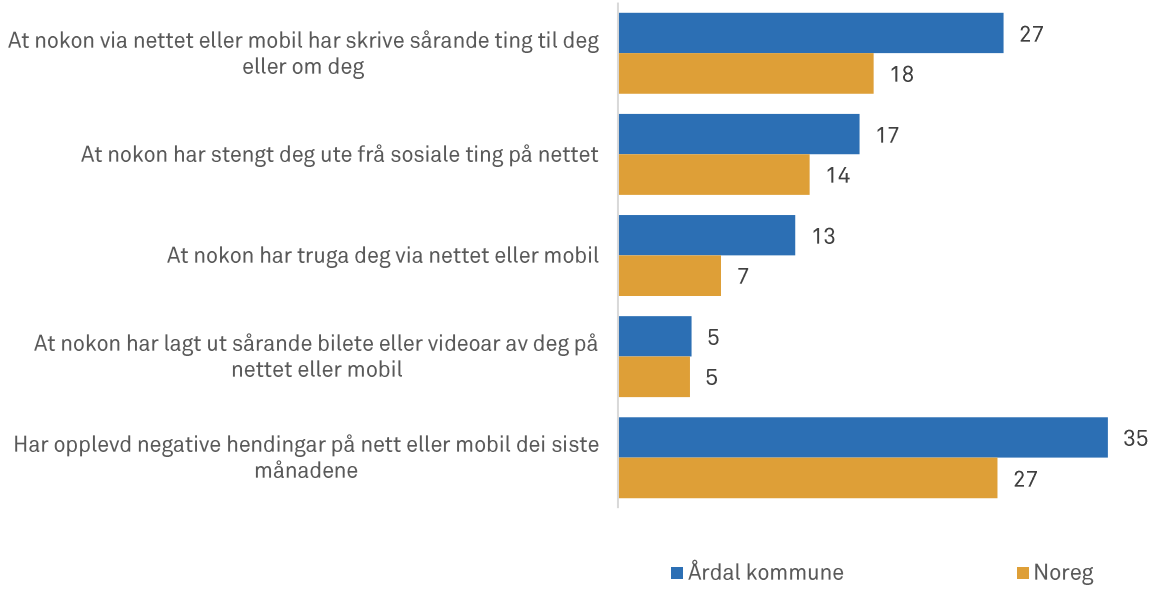


Kor ofte gutar og jenter har blitt stengde ute, plaga eller truga av andre barn på skulen eller på fritida. Prosent

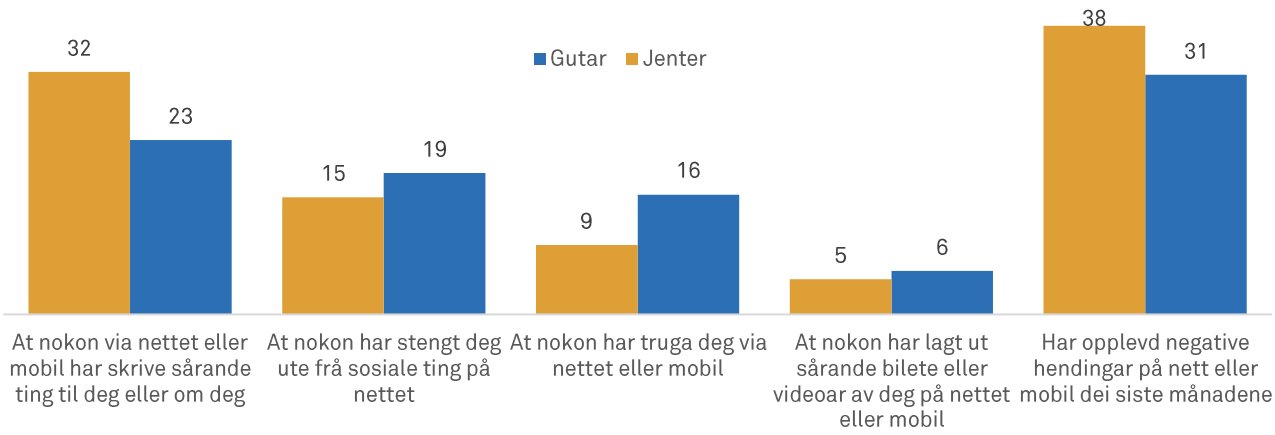


> **Fleirtalet av norske barn blir ikkje utsette for mobbing, men samstundes er mobbing eit alvorleg problem for dei som blir ramma**

Kor mange barn som har opplevd negative hendingar på nett eller mobil i løpet av dei siste månadene. Prosent i Årdal kommune og nasjonalt



Kor mange gutar og jenter som har opplevd negative hendingar på nett eller mobil i løpet av dei siste månadene. Prosent



Definisjonar

Korleis nøkkelindikatorane er målte.

Livet mitt er bra
Indikatoren er målt med eit spørsmål der barna blir bedne om å seie seg einige eller ueinige i ulike utsegner om livet. Indikatoren viser kor mange prosent som var «heilt einig» eller «litt einig» i utsegna «Livet mitt er bra».

Sov minst ni timar sist natt
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Omtrent kor mange timar sov du natt til i dag?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer minst ni timar.

Har minst éin fortruleg venn
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Har du minst éin venn som du kan stole heilt på og tru deg til om alt mogleg?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer «Ja, heilt sikkert» eller «Ja, det trur eg».

Har alltid eller som regel nokon å vere saman med på fritida
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Har du nokon å vere saman med på fritida?» Indikatoren viser kor mange som svarer «Ja, alltid» eller «Ja, som regel».

Er nøgd med foreldra sine
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kor nøgd er du med ulike sider ved livet ditt?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei er «ganske» eller «veldig nøgd» med foreldra sine.

Er nøgd med skulen dei går på
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kor nøgd er du med ulike sider ved livet ditt?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei er «ganske» eller «veldig nøgd» med skulen dei går på.

Trivst på skulen
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Korleis har du det på skulen?» Indikatoren viser kor mange prosent som var «heilt einig» eller «litt einig» i utsegna «Eg trivst på skulen».

Bruker minst éin time på lekser i løpet av ein vanleg dag
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Omtrent kor lang tid bruker du på lekser i løpet av ein vanleg dag?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei bruker minst éin time på lekser.

Gruer seg ofte veldig når dei skal ha ein prøve
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kor ofte har du hatt det slik den siste tida?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei «ganske ofte» eller «veldig ofte» gruer seg veldig når dei skal ha ein prøve.

Er nøgd med nærområdet der du bur
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kor nøgd er du med ulike sider av livet ditt?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei er «ganske» eller «veldig nøgd» med «nærområdet der du bur».

Kjenner seg trygge på veg til og frå skulen
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kor trygg kjenner du deg?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer «ganske trygg» eller «veldig trygg» på spørsmålet om dei kjenner seg trygge på veg til og frå skulen.

Bruker meir enn to timar dagleg framfor ein skjerm
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Tenk på ein vanleg dag etter skulen. Omtrent kor mange timar bruker du til saman på aktivitetar framfor ein skjerm (TV, data, nettbrett, mobil)? Ikkje ta med skulearbeid.» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei bruker meir enn to timar.

Bruker meir enn éin time på dataspel ein vanleg dag etter skulen
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Tenk på ein vanleg dag etter skulen. Omtrent kor mange timar bruker du på dette?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei bruker meir enn éin time på dataspel.

Bruker meir enn éin time på sosiale medium ein vanleg dag etter skulen
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Tenk på ein vanleg dag etter skulen. Omtrent kor mange timar bruker du på dette?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei bruker meir enn éin time på sosiale medium.

Er med på faste fritidsaktivitetar
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Er du med på nokre faste fritidsaktivitetar for tida?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer «ja».

Er nøgd med helsa si
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kor nøgd er du med ulike sider ved livet ditt?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei er «ganske» eller «veldig nøgd» med helsa si.

Har hatt hovudverk mange gonger eller kvar dag den siste månaden
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Har du hatt nokre av desse plagene den siste månaden?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei har hatt hovudverk «mange gonger» eller «kvar dag».

Har brukt smertestillande den siste veka
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Har du brukt tablettar mot hovudverk eller andre smerter den siste veka?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer «ja».

Har blitt stengd ute, plaga eller truga av andre barn omtrent kvar fjortande dag eller oftare
Indikatoren er målt med spørsmålet: «Tenk på dei siste månadene. Har du blitt stengd ute, plaga eller truga av andre barn på skulen eller på fritida?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer «minst kvar fjortande dag» eller oftare.

Har opplevd negative hendingar på nett eller mobil dei siste månadene
Indikatoren er målt med fire spørsmål som fangar opp negative hendingar på nett eller mobil så som trugsmål, utestenging, at nokon har skrive sårande ting og at nokon har delt bilete eller videoar.

Ungdata junior 2021

Årdal kommune

Barnetrinnet 5.–7. klasse

© OsloMet, Velferdsforskningsinstituttet NOVA, 2021

NOVA – Norwegian Social Research
www.oslomet.no/om/nova