# Ungdata junior 2024
## Voss kommune

## Resultat

Mellomtrinnet 5. - 7. klasse

**Rapporten er utarbeidd av Ungdatasenteret i samarbeid med KORUS Bergen**

Foto: Maskot / NTB Scanpix

**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 Bergen**
Helse Bergen HF
Kanalveien 5
5068 BERGEN
55 97 01 00
www.korus.no

# Innhald


| | | |
|---|---|---|
| | Om rapporten | 2 |
| Kapittel 1 | Livskvalitet | 4 |
| Kapittel 2 | Venner | 6 |
| Kapittel 3 | Foreldre | 10 |
| Kapittel 4 | Skule | 12 |
| Kapittel 5 | Lokalmiljøet | 16 |
| Kapittel 6 | Fritid | 18 |
| Kapittel 7 | Helse | 24 |
| Kapittel 8 | Mobbing | 30 |
| | Nøkkeltal | 32 |
| | Definisjonar | 34 |
| | Litteratur | 36 |

# Om rapporten

Ungdata junior er eit spørjeskjemabasert kartleggingsverktøy som blir brukt av kommunar over heile landet, der målet er å få ei oversikt over korleis barn på 5. til 7. trinn (10 til 12 år) har det, og kva dei driv med på fritida.

Undersøkinga blir gjennomført på skular og nyttar eit standardisert og kvalitetssikra spørjeskjema som gjer det mogleg å samanlikne barna sin situasjon på ulike stader og over tid.

Denne rapporten presenterer hovudresultata frå undersøkinga som blei gjennomført i Voss kommune våren 2024. Rapporten tek føre seg ulike område knytte til barna si fritid og trivsel. Innanfor kvart tema vil ein få svar på korleis gutar og jenter og barn på ulike klassetrinn har det. Nokre av indikatorane viser også endring over tid.

Alle resultata i rapporten er oppgjevne i prosent.

Fleire stader i rapporten blir resultata for kommunen samanlikna med nasjonale tal (Noreg). Desse er baserte på kommunar som gjennomførte Ungdata junior i 2022–2023. Dersom det er gjennomført Ungdata junior tidlegare i kommunen, blir det vist resultat som kan seie noko om utviklinga over tid.

**Kva kan Ungdata junior seie noko om?**

Målet med Ungdata junior er å kartleggje korleis barn har det og kva dei driv med på fritida. Undersøkinga har spørsmål om livskvalitet, venner, familie, skule, nærområdet, mediebruk, deltaking i fritidsaktivitetar, helse og mobbing. Ved å spørje barn direkte om dette 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 folkehelsearbeid og lokal oppvekstpolitikk.

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.

## Meir informasjon

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

**Om undersøkinga**

Ungdata junior blir gjennomført ved at skuleelevar over heile landet svarer på eit elektronisk spørjeskjema.

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.

Spørjeskjemaet i Ungdata junior er tilpassa elevar på 5. til 7. trinn. Det finst ei eiga undersøking – Ungdata – for elevar på ungdomstrinnet og i vidaregåande opplæring.

## 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 tyder for den enkelte kommunen. Dette er eit arbeid som kommunane sjølve må gjere, gjerne i samarbeid med andre aktørar.

**Kva elevane i Voss kommune synest om å vere med i Ungdata junior. Prosentdel som meiner at utsegnene stemmer**

## Kven står bak Ungdata junior?

Velferdsforskingsinstituttet NOVA ved OsloMet – storbyuniversitetet 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 alle som har delteke i Ungdata junior sidan undersøkinga blei gjennomført for første gong i 2017.

Helsedirektoratet finansierer Ungdata junior.

## Fakta om undersøkinga i Voss

**Undersøkinga blei gjennomført i perioden**

Januar til februar

**Deltakarar i undersøkinga**

Elevar frå 5. til 7. trinn

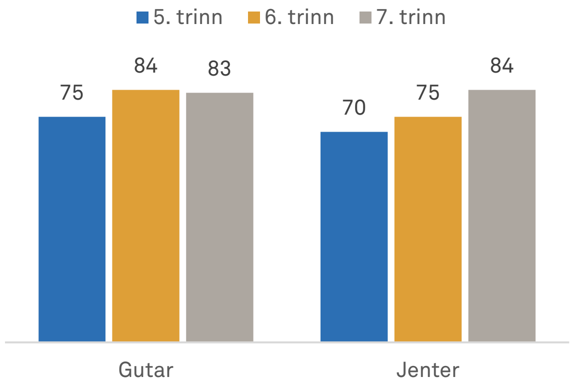
**Talet på elevar som deltok**

474

**Svarprosent**

78

**Talet på gutar og jenter på ulike klassetrinn som svarte på Ungdata junior i Voss 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 undersøkingar der det er relativt få barn som har svart på undersøkinga og minst i dei store kommunane.

KAPITTEL 1

# Livskvalitet

Livskvaliteten har nokre objektive sider, som helsetilstand og materiell velferd, og nokre subjektive sider, som oppleving av trivsel, meistring og meining. Det er ikkje nødvendigvis noko ein-til-ein-forhold mellom dei objektive og subjektive sidene av livskvalitet. Det er derfor viktig å kartleggje både objektive forhold, men også å spørje om opplevingar og vurderingar barna sjølve har hatt.

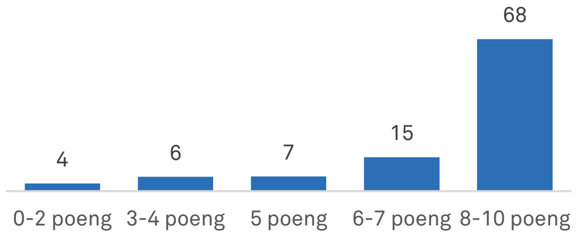
Livskvaliteten blir utvikla og påverka mellom anna av eigne opplevingar av meistring og meining og i samspel med andre menneske, livshendingar og objektive samfunnsforhold. Barn som har det bra, har ofte eit positivt sjølvbilete. Positive tilbakemeldingar kan bidra til eit positivt sjølvbilete og betre trivsel, medan stadig kritikk kan ha motsett verknad.

I dette kapittelet viser vi korleis barn vurderer livet sitt og kor nøgde dei er med livet sitt for tida – som er eit mål på det vi kallar subjektiv livskvalitet. Eit gjennomgåande funn i Ungdata junior-undersøkingane, er at dei aller fleste barn vurderer livet sitt som bra, og at dei er nøgde med livet. Fleirtalet er også einige i utsegna om at dei har alt dei ønskjer seg i livet. Samtidig viser undersøkinga at det er ein del barn som ikkje meiner at livet er bra.

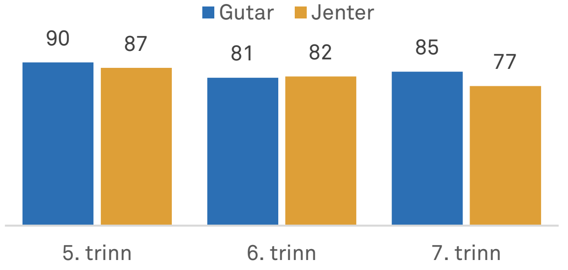
Kva vi tenkjer og kjenner om oss sjølve er også nært forbunde med livskvalitet. Resultata frå Ungdata junior viser at dei fleste gjev uttrykk for eit positivt sjølvbilete. Det store fleirtalet er einige i utsegna om at dei likar seg sjølve slik dei er.

På nasjonalt nivå er det fleire gutar enn jenter som rapporterer om eit positivt sjølvbilete, og at dei er tilfredse med livet dei lever. Dette er også område der kjønnsforskjellane aukar noko gjennom barneåra.

**Kor nøgde barna er med livet sitt for tida. Svar frå ein skala frå 0 til 10**




**Prosentdel som er nøgde med livet (6 poeng eller meir). Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



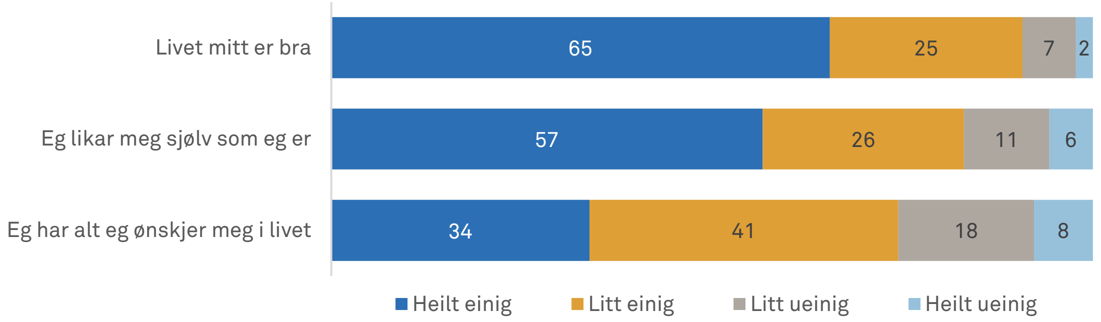

### Kor nøgde barna er med livet

Barna som deltok i Ungdata junior, fekk spørsmål om kor nøgde dei er med livet sitt for tida på ein skala frå 0 til 10, der 0 tyder at dei ikkje er nøgde i det heile tatt, og der 10 betyr at dei er svært nøgde.

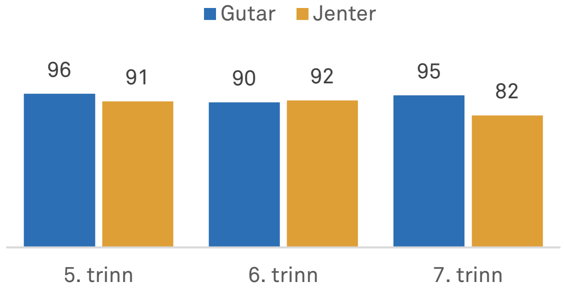
Dei som svarer seks eller meir blir rekna som å vere nøgde med livet.

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

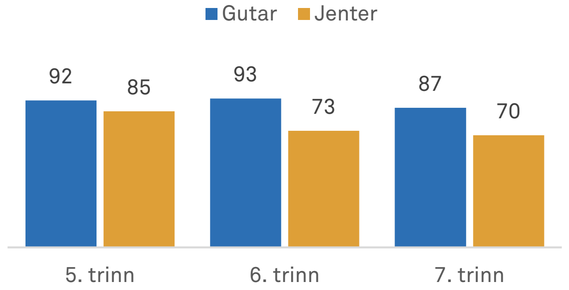
## Korleis barn oppfattar seg sjølve og livet sitt. Prosent som er einige og ueinige i ulike utsegner



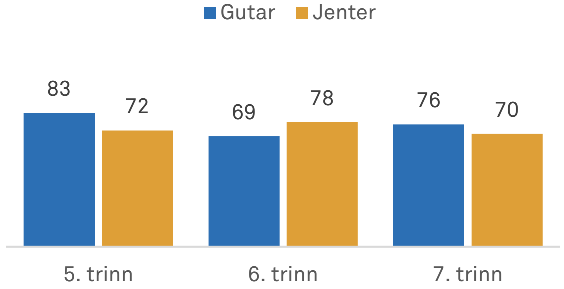

## Prosentdel som er einig i at livet mitt er bra. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn




## Prosentdel som er einige i at dei likar seg sjølve slik dei er. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn

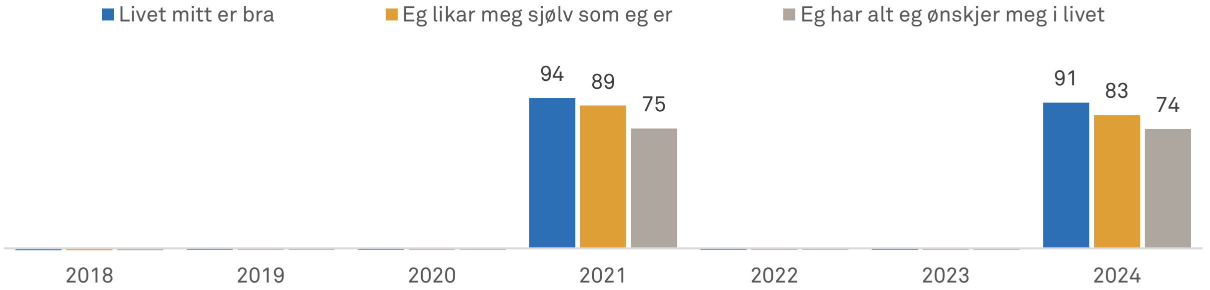



## Prosentdel som er einige i at dei har alt dei ønskjer seg i livet. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn




> **Dei aller fleste barn gir uttrykk for eit positivt sjølvbilete**

## Prosentdel som er einige i spørsmål om korleis barna oppfattar seg sjølve og livet sitt. I Voss kommune på ulike tidspunkt



# Venner

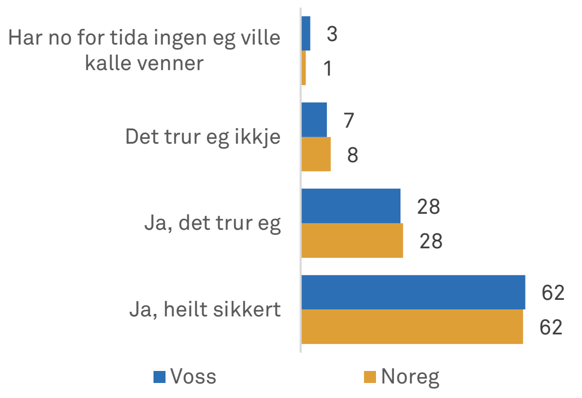
For dei fleste er venner ei kjelde til leik, glede, støtte, samhøyr og stadfesting. Å vere saman med venner er for mange barn den mest sentrale aktiviteten. Ein god vennskap kan fungere som eit sosialt immunforsvar som kan gjere barn meir robuste overfor ulike utfordringar i oppveksten og såleis fremje helse og trivsel. 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. Nokre svarer også 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. Dei fleste barna er ikkje ramma av einsemd. Men det er vanleg at barna kjenner seg einsame av og til, og eit mindretal opplever einsemd ofte eller ganske ofte.

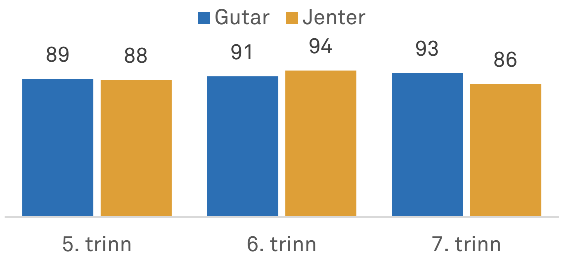
Det å oppleve tilhøyrsle er eit djupt og grunnleggjande behov for dei fleste. Det å ikkje oppleve tilhøyrsle kan føre til isolasjon og psykiske vanskar. I Ungdata junior spør vi om barna kjenner at dei passar inn blant andre dei bruker å vere saman med. Vi spør også om korleis dei opplever tilhøyrsle til skulen, noko som blir presentert seinare i rapporten.

**Har du minst éin venn som du kan stole heilt på og snakke med om alt mogleg?**

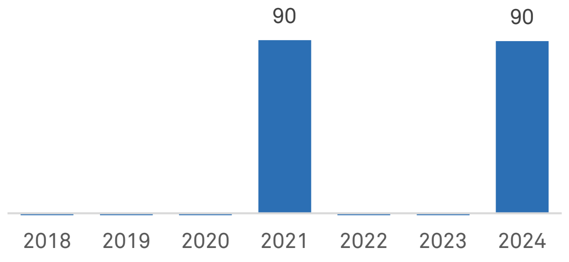



**Dei fleste barn er sikre på at dei har minst éin god venn som dei stoler heilt på**

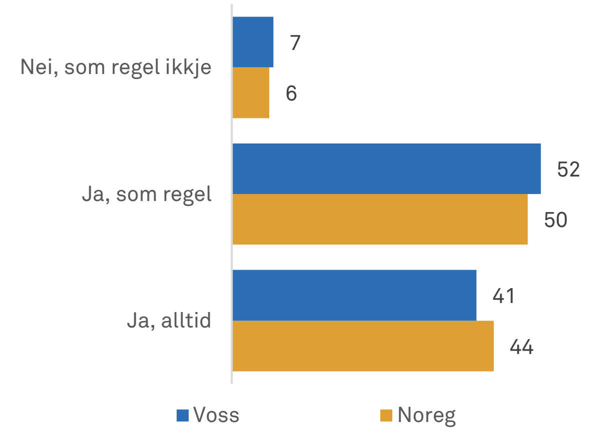
**Prosentdel som har ein fortruleg venn. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



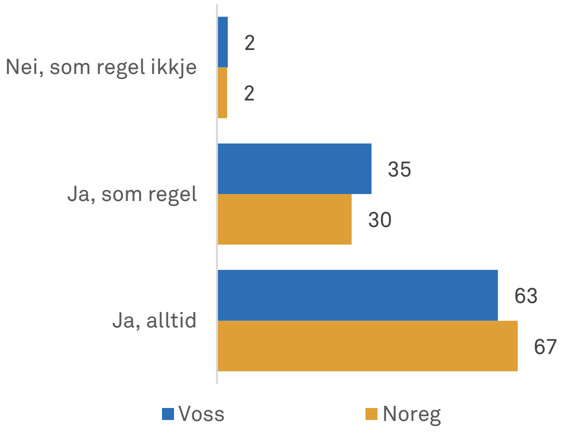

**Prosentdel som har ein fortruleg venn. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



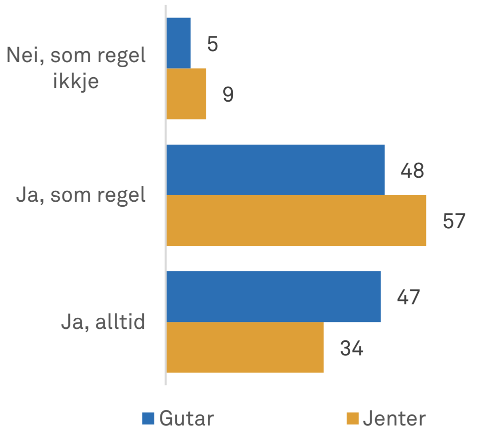
### Har du nokon å vere saman med på fritida?



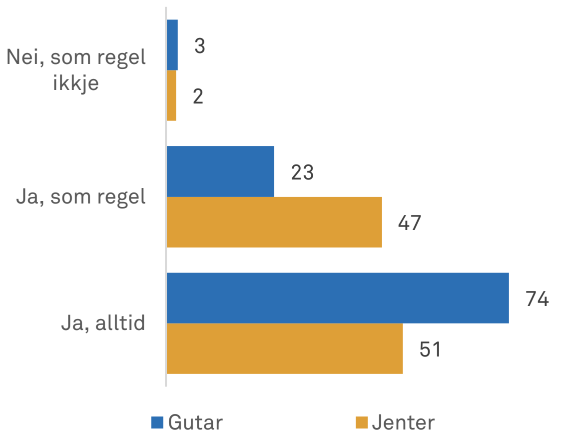

### Har du nokon å vere saman med i friminutta på skulen?



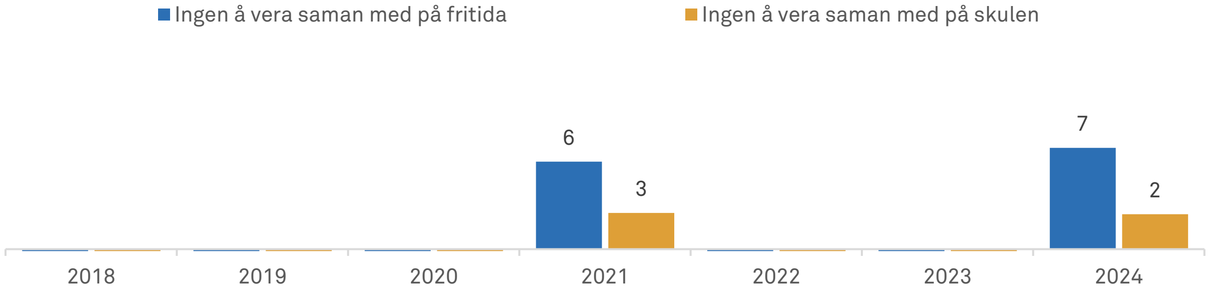

### Har du nokon å vere saman med på fritida? Blant gutar og jenter



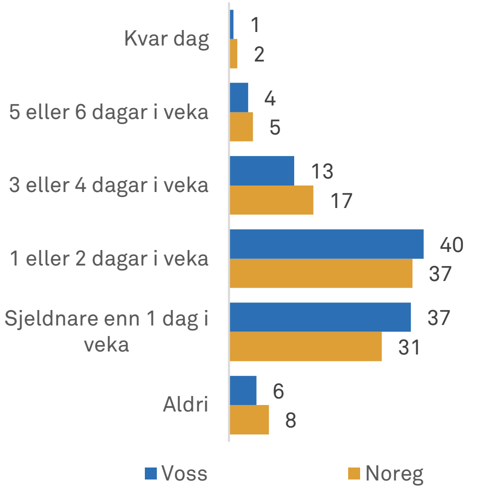

### Har du nokon å vere saman med i friminutta på skulen? Blant gutar og jenter



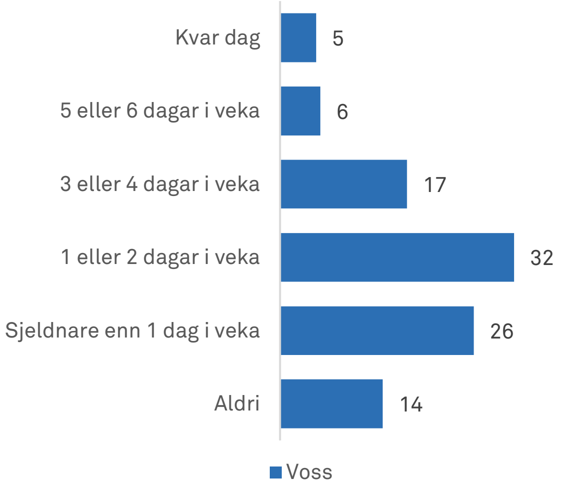

### Prosentdel som ikkje har venner å vere saman med på fritida og på skulen. I Voss kommune på ulike tidspunkt



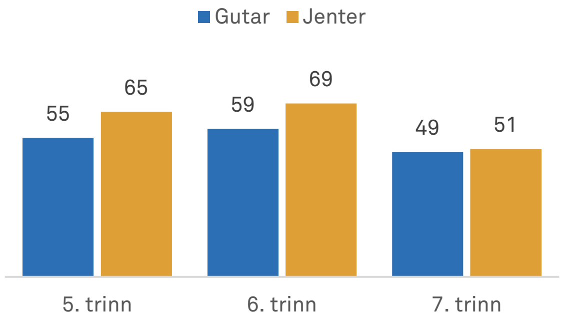
### Kor ofte er du vanlegvis saman med venner heime hos deg eller hos dei?



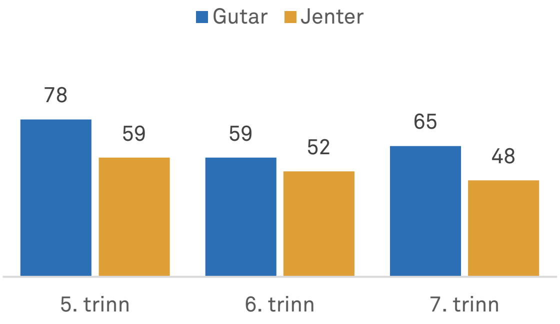

### Kor ofte er du vanlegvis ute aleine eller saman med venner og syklar, står på skateboard, sparkar ball eller liknande?



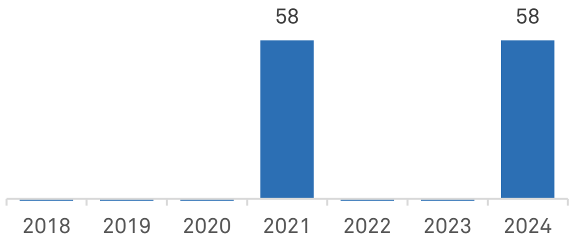

### Prosentdel som vanlegvis er saman med venner heime minst ein gong i løpet av ei veke Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn




### Prosentdel som vanlegvis er ute aleine eller saman med venner og syklar, står på skateboard, sparkar ball eller liknande minst ein gang i veka. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



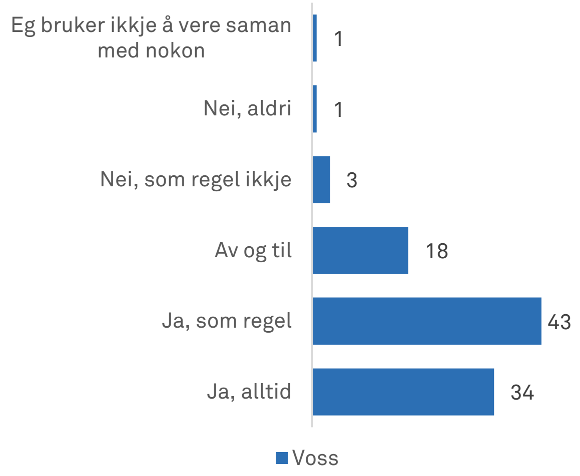

### Prosentdel som vanlegvis er saman med venner heime hos kvarandre minst ein gong i veka . I Voss kommune på ulike tidspunkt



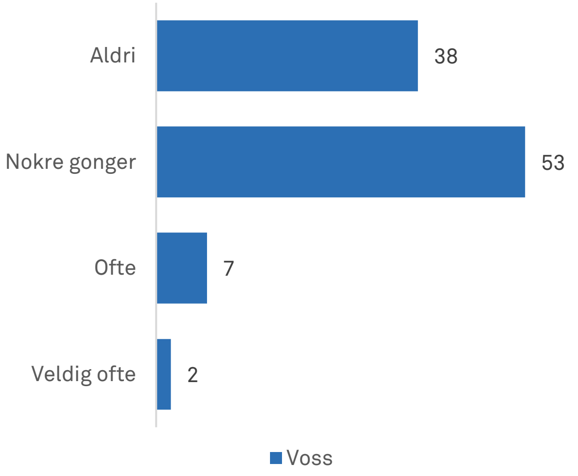

## Å vere saman med venner på fritida

Dei aller fleste barn er saman med venner på fritida – anten heime hos kvarandre eller ute ein stad. Det er likevel stor variasjon mellom barna når det gjeld kor ofte dei er fysisk saman med vennene sine.

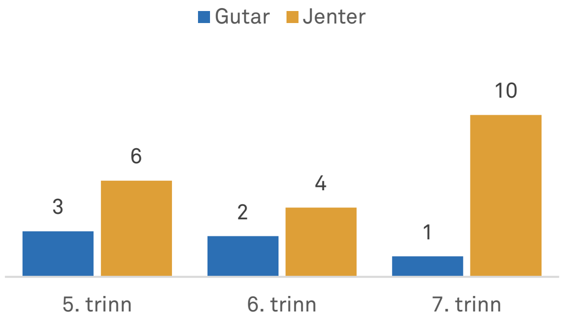
### Tenk på dei du bruker å vere saman med. Kjenner du at du passar inn blant dei?



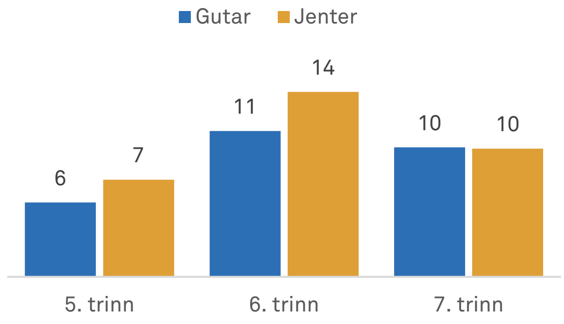

### Kor ofte kjenner du deg einsam? Prosent




### Prosentdel som ikkje kjenner at dei passar inn blant andre dei bruker å vere saman med. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn




### Prosentdel som ofte eller veldig ofte kjenner seg einsame. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn

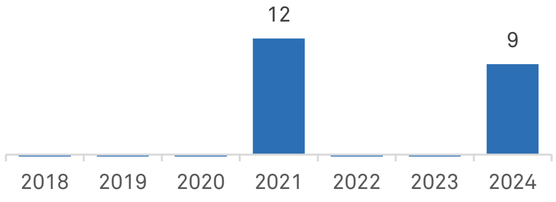



## Einsemd

Einsemd er ei subjektiv kjensle som kan oppstå når ein opplever å ha mindre sosial kontakt enn det ein ønskjer, eller at kontakten ikkje er av tilstrekkeleg kvalitet.

Einsemd er ikkje nødvendigvis det same som sosial isolasjon, men personar med eit lite sosialt nettverk eller som ofte er aleine, har gjerne større sjanse for å kjenne seg einsame.

### Prosentdel som ofte eller veldig ofte kjenner seg einsame. I Voss kommune på ulike tidspunkt



# 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 utviklinga til barn og unge.

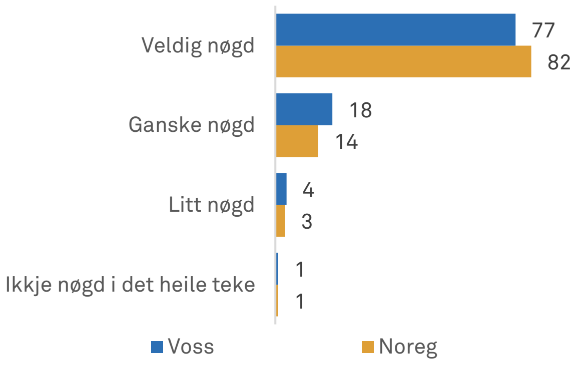
Resultata frå Ungdata junior viser at dei aller fleste barn har svært gode og tette relasjonar til foreldra sine. Det store fleirtalet er nøgd med eigne foreldre, og barna oppgjev at dei likar å vere saman med dei.

Barna rapporterer også gjennomgåande at dei opplever at foreldra er svært interesserte i liva deira. Det at foreldre som regel veit kvar barna er på 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 mindre interessert, 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.

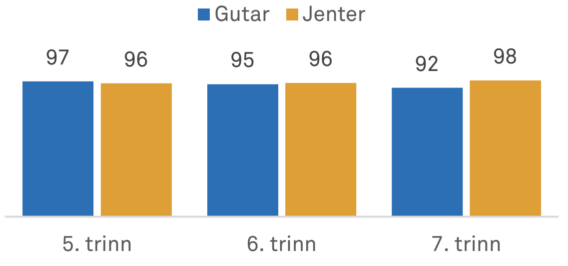
Barna blei også spurt om kor ofte dei gjer noko kjekt saman med vaksne i familien, og kor ofte dei hjelper til med husarbeid. Dei fleste hjelper til, men det er stor variasjon barna i mellom kor ofte det skjer.

**Kor nøgd er du med eigne foreldre/føresette? Prosent i Voss kommune og nasjonalt**

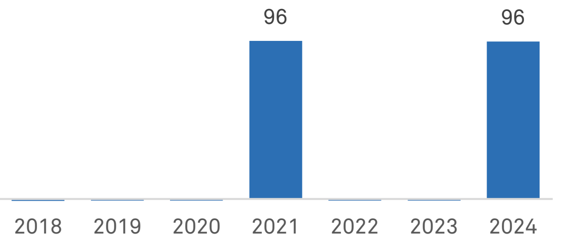



## Det store fleirtalet av barn er svært nøgde med foreldra sine

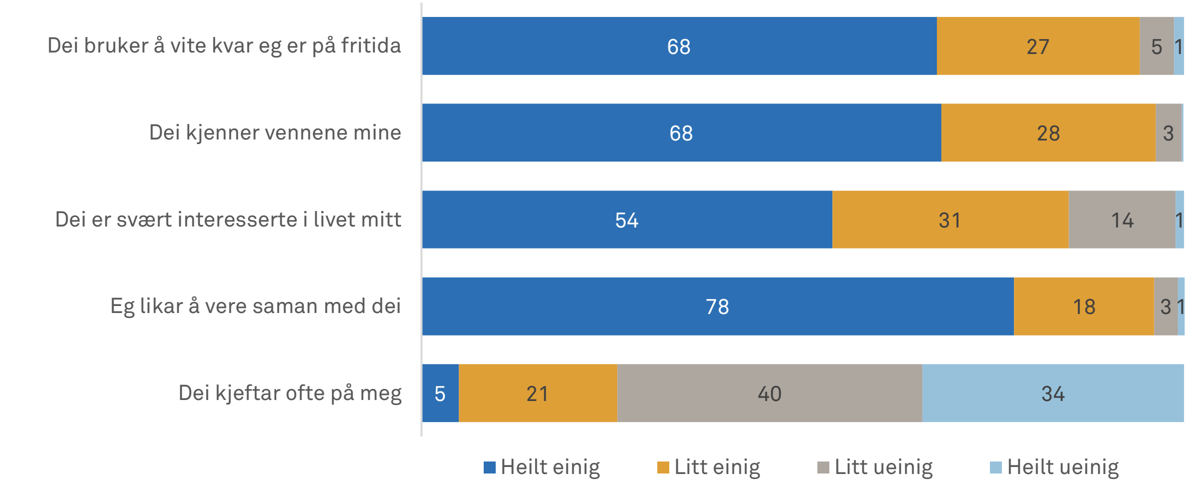
**Prosentdel som er nøgde med eigne foreldre/føresette. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



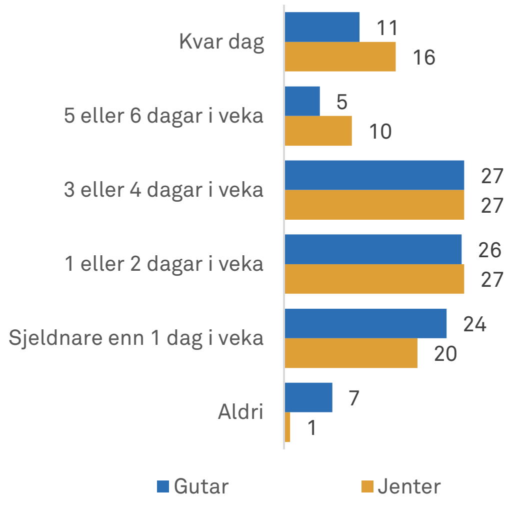

**Prosentdel som er nøgde med eigne foreldre/føresette. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



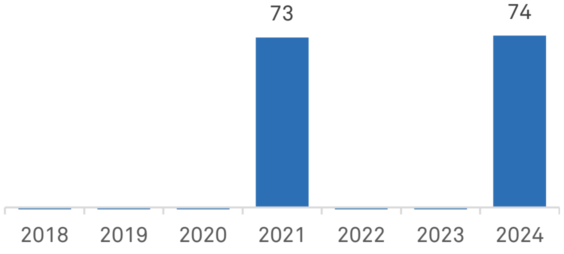
**Prosentdel som er einige eller ueinige i ulike utsegn om eigne foreldre/føresette**



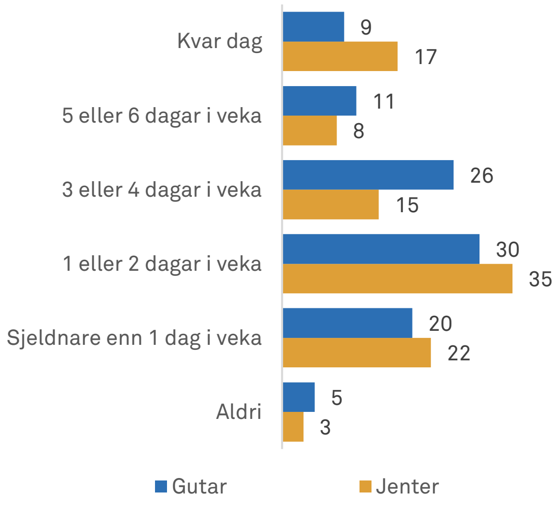

**Kor ofte gutar og jenter hjelper til med husarbeidet. Prosent**




**Prosentdel som minst ein dag i veka hjelper til med husarbeid. I Voss kommune på ulike tidspunkt**




**Kor ofte gutar og jenter gjer noko kjekt saman med vaksne i familien. Prosent**




> **Dei fleste barna hjelper til med husarbeidet. Det er likevel stor variasjon barna imellom kor ofte dei gjer dette**

KAPITTEL 4

# Skule

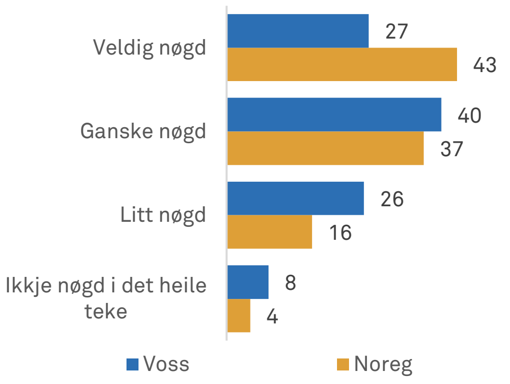
Skulen er ikkje berre ein stad for læring, men òg ein viktig arena for sosialt samvær med andre barn, lærarar og andre tilsette på skulen. Skulen er ein stad der vennskap blir utvikla – i timane, i friminutta, men også på skulevegen.

Det er derfor eit viktig funn at dei aller fleste barn på mellomtrinnet trivst godt på skulen. Det store fleirtalet meiner at læraren deira bryr seg om dei, og dei fleste barna kjenner at dei passar inn blant dei andre elevane i klassen. Dette er viktige element for opplevinga av trivsel og tilhøyrsle til skulen.

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 at dei kjedar seg i skuletimane. På nasjonalt nivå oppgjev eitt av fem barn at dei 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.

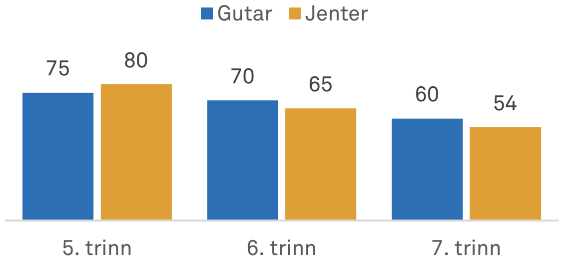
Skuledagen er ikkje alltid slutt når skuleklokka ringjer. Ungdata junior viser at ein god del barn bruker ein del tid etter skulen på lekser og anna skulearbeid.

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

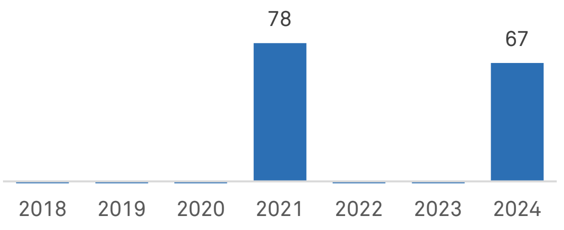



**Trivselen i norsk skule er god. Dei fleste barn opplever gode relasjonar til lærarar og til dei andre elevane i klassen**

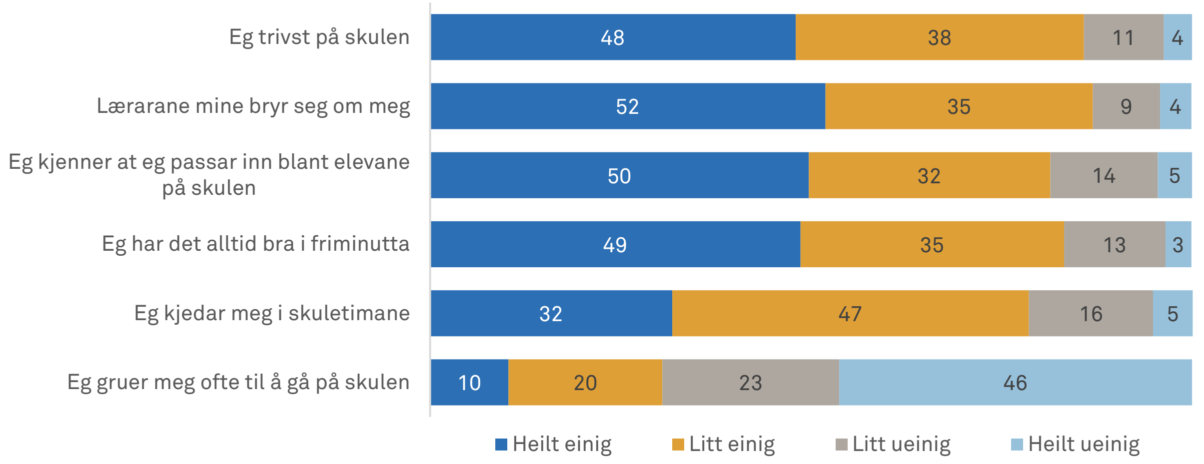
**Prosentdel som er nøgde med skulen dei går på. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



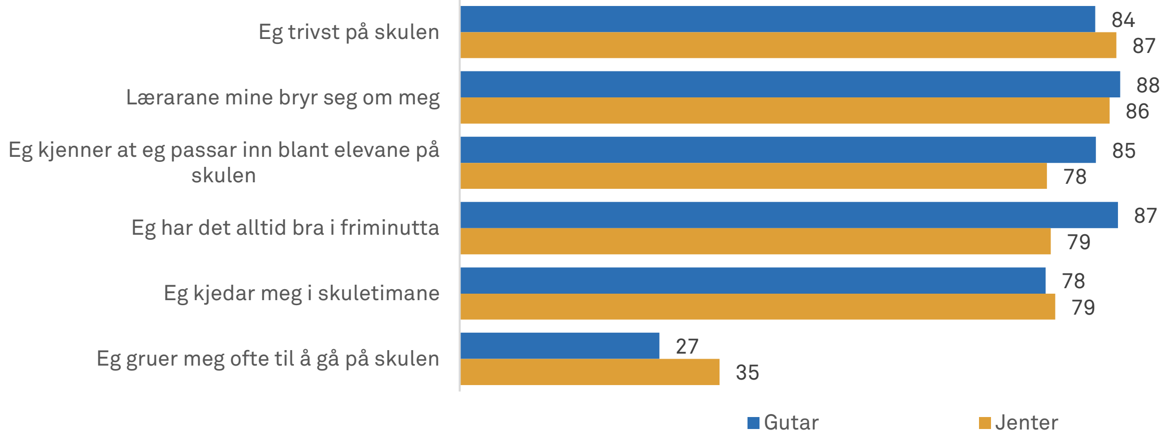

**Prosentdel som er nøgde med skulen dei går på. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



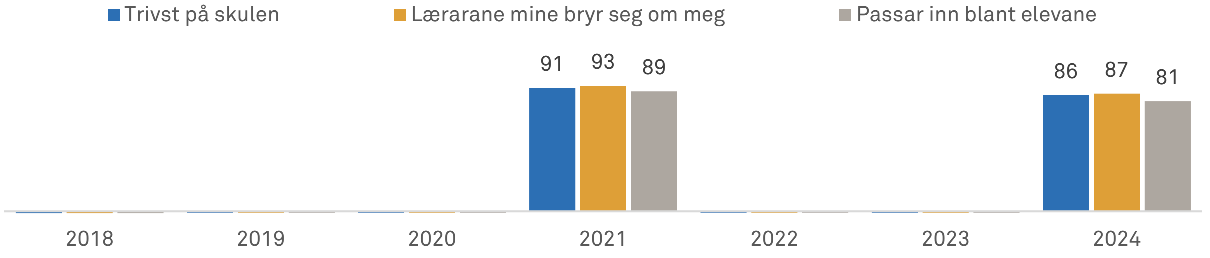
## Prosentdel som er einige eller ueinige i ulike utsegner om skulen

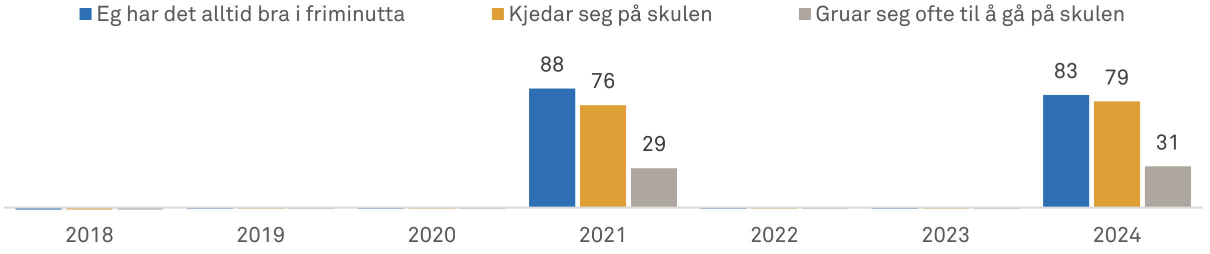



## Prosentdel gutar og jenter som er einige i ulike utsegner om korleis dei har det på skulen

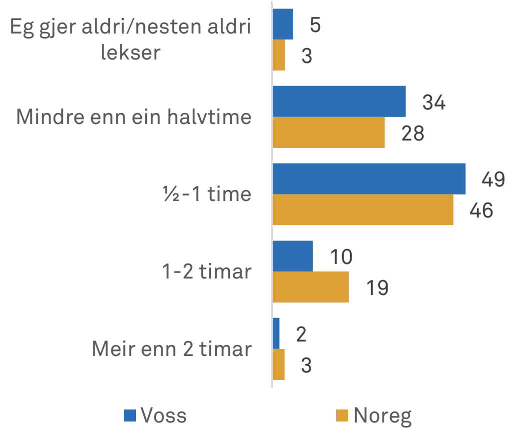



## Kor mange som er einige i utsegner om korleis dei har det på skulen. I Voss kommune på ulike tidspunkt



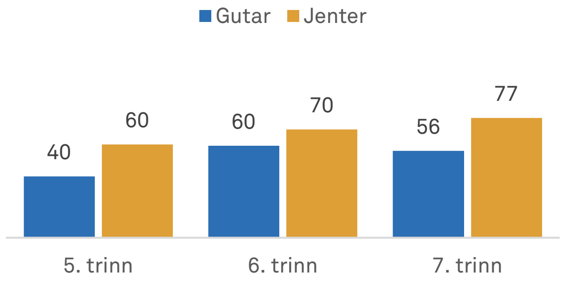



**Omtrent kor lang tid bruker du på lekser og anna skulearbeid i løpet av ein vanleg dag?**

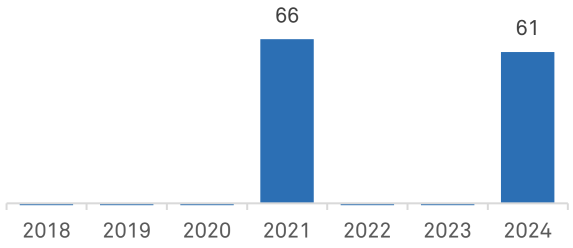



> **Det er stor variasjon i kor mykje tid barn bruker på skulearbeid på fritida**

**Prosentdel som bruker ein halv time eller meir på lekser og anna skulearbeid ein vanleg dag. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**




**Prosentdel som bruker ein halv time eller meir på lekser og anna skulearbeid ein vanleg dag. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



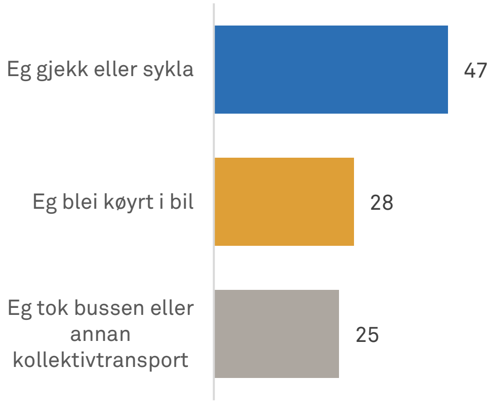

## Lekser og anna skulearbeid

Ungdata junior kartlegg kor lang tid barna bruker på lekser og anna skulearbeid. Barna blei bedne om å oppgje kor lang tid dei vanlegvis bruker på dette ein vanleg dag utanom skuletida. Spørsmålet kan vere vanskeleg å svare heilt presist på. Mange vil bruke noko tid enkelte dagar og mykje tid andre dagar. Det er likevel eit spørsmål som nesten alle barna har svart på.

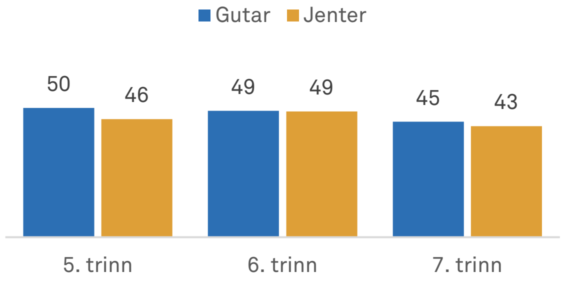
## Slik kjem barna seg til skulen

Frå nasjonalt hald er det eit mål at 80 prosent av barn og unge skal gå eller sykle til skulen. Ungdata junior kartlegg kor mange som går eller syklar, blir køyrde i bil eller bruker kollektivtransport til skulen.

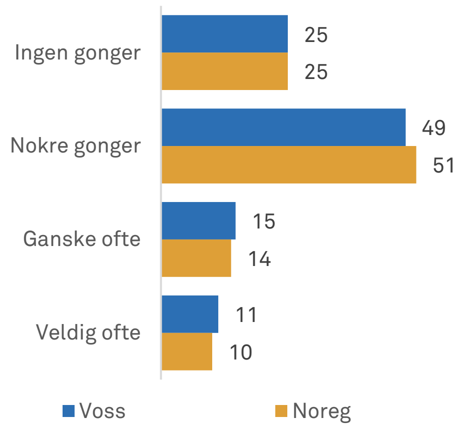
**Korleis kom du deg til skulen i dag?**



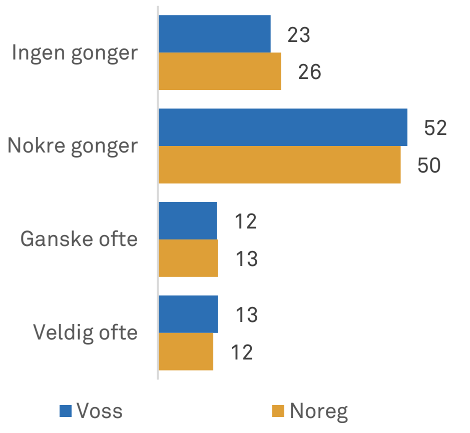

**Prosentdel som gjekk eller sykla til skulen den dagen undersøkinga blei gjennomført. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



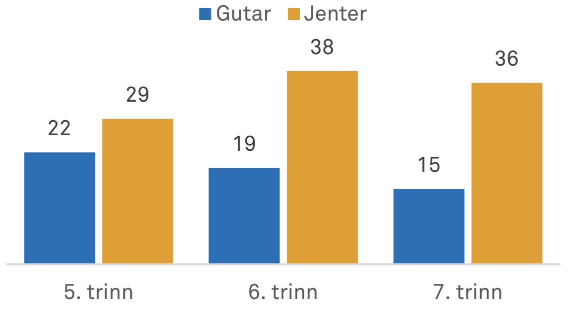
### Gruer du deg veldig når du skal ha ein prøve?



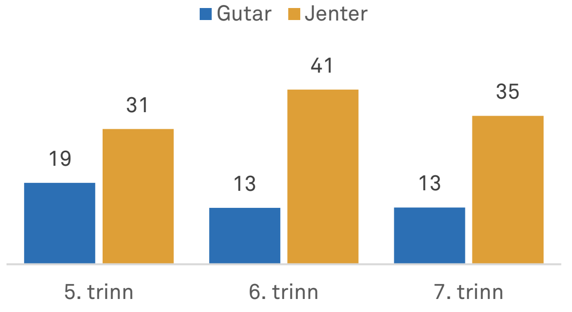

### Kjenner du deg redd dersom du må snakke framfor klassen?



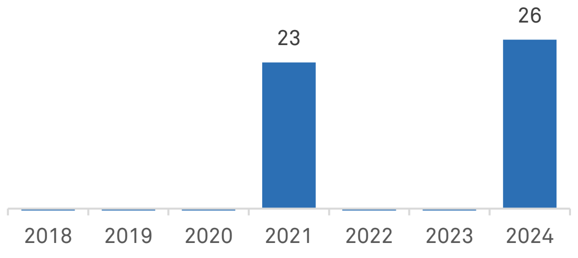

### Prosentdel som ganske eller veldig ofte gruer seg veldig når dei skal ha ein prøve. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



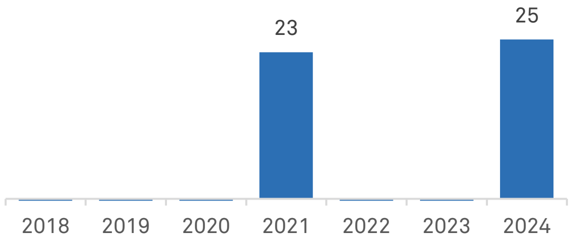

### Prosentdel som ganske eller veldig ofte kjenner seg redde dersom dei må snakke framfor klassen. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn




### Prosentdel som ganske eller veldig ofte gruer seg veldig når dei skal ha prøve. I Voss kommune på ulike tidspunkt




### Prosentdel som ganske eller veldig ofte kjenner seg redde dersom dei må snakke framfor klassen. I Voss kommune på ulike tidspunkt



KAPITTEL 5

# Lokalmiljøet

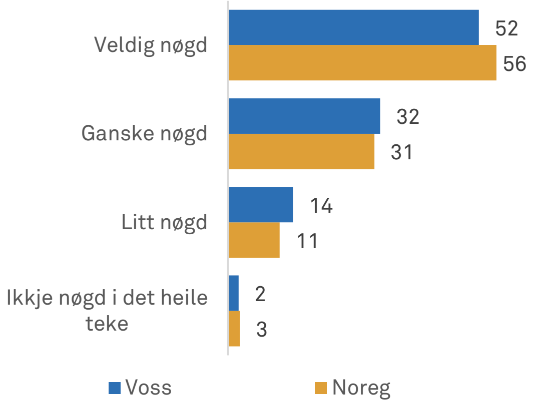
Å vekse opp tyder å vekse opp på ein bestemd stad. Ulike nærområde og lokalmiljø gjev ulike moglegheiter for aktivitetar og sosialt samvær. Tilgangen til organisasjonar, fritids- og kulturtilbod påverkar korleis kvar enkelt kan utfalde seg, og bidreg samstundes til å skape identitet og tilhøyrsle i eit 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 nærområde med god tilgang til ulike møteplassar er derfor spesielt viktig for velferd og trivsel hos barn. Barn og unge kan òg ha andre meiningar enn vaksne om kva som gjev livskvalitet i nærområdet. Det er derfor viktig å spørje barna sjølve om korleis dei opplever nærområdet.

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 svært nøgde. Omtrent kvart tiande barn er derimot lite eller ikkje nøgde.

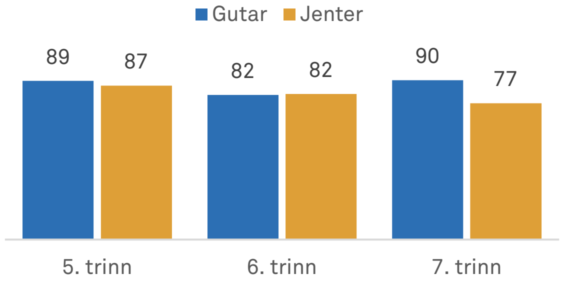
Det vil vere spesielt viktig for barn å kjenne seg trygge når dei ferdast ute. På landsbasis svarer 7 av 10 barn at dei er veldig trygge når dei er ute i området der dei bur. Samstundes er det ei mindre gruppe som ikkje opplever at det er trygt. Situasjonen er mykje lik for spørsmålet om kor trygge barn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

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

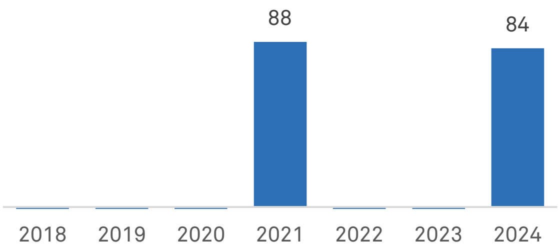



> **Eit trygt og godt lokalmiljø som legg til rette for aktivitet og sosialt samvær, betyr mykje for barna sine liv**

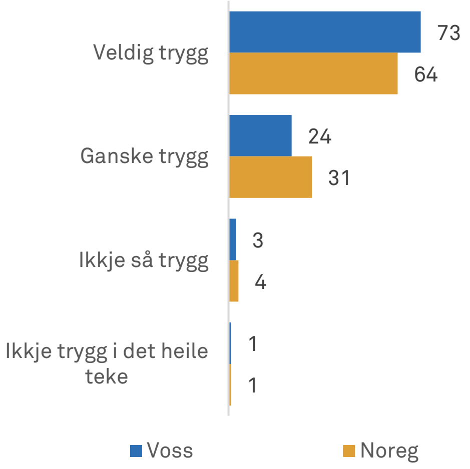
**Prosentdel som er nøgde med nærområdet der dei bur. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



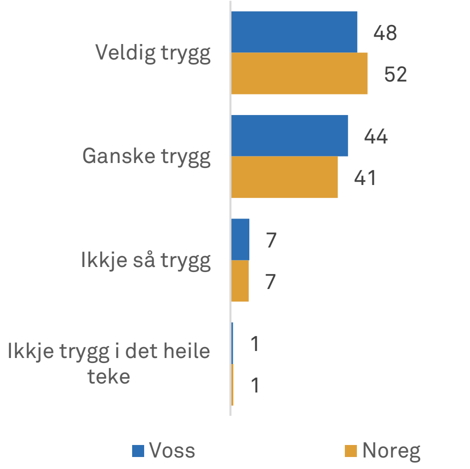

**Prosentdel som er nøgde med nærområdet der dei bur. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



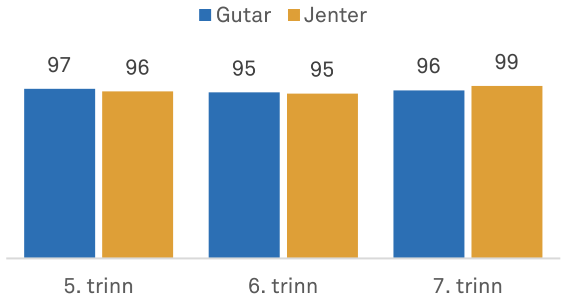
**Kor trygg kjenner du deg når du er ute i området der du bur?**



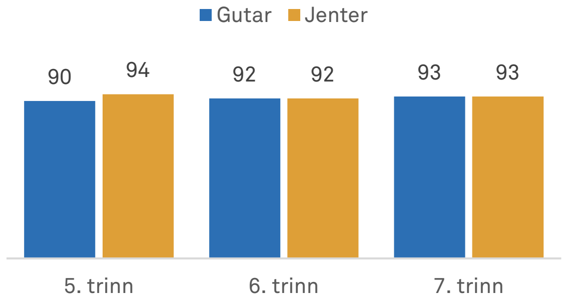

**Kor trygg kjenner du deg på veg til og frå skulen?**



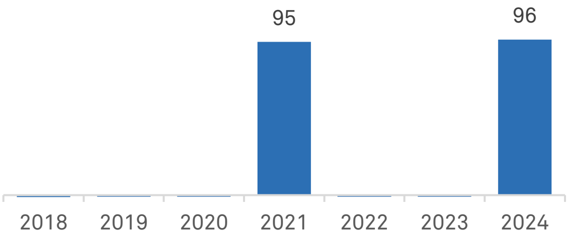

**Prosentdel som kjenner seg ganske eller svært trygge når dei er ute i området der dei bur. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



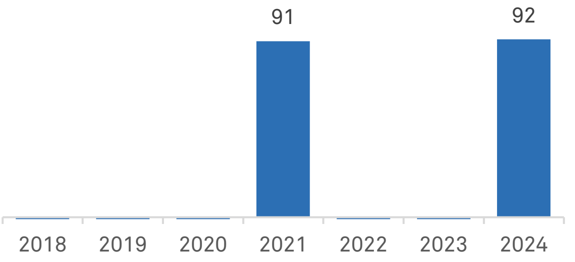

**Prosentdel som kjenner seg ganske eller svært trygge på veg til og frå skulen. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**




**Prosentdel som kjenner seg ganske eller svært trygge når dei er ute i området der dei bur. I Voss kommune på ulike tidspunkt**




**Prosentdel som kjenner seg ganske eller svært trygge på veg til og frå skulen. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



# Fritid

Barn har rett til fritid og like moglegheiter til å vere med på ting. Organiserte aktivitetar med vaksne til stades utgjer ein viktig arena som tilbyr barn andre erfaringar enn det dei vanlegvis opplever i skulen, i uformell leik, gjennom sosiale medium eller gaming. Samstundes er deltaking i faste fritidsaktivitetar avhengig av at foreldra har ressursar, både når det gjeld oppfølging og betalingsevne.

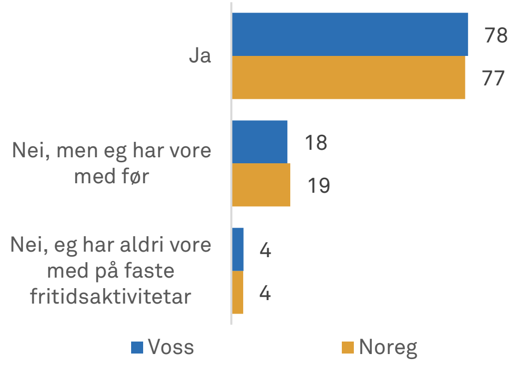
Ungdata junior viser at dei aller fleste barna er med på faste, organiserte fritidsaktivitetar, gjerne fleire gonger i veka. Idretten står sterkt som den organiserte fritidsaktiviteten aller flest barn driv med. Det er også ein del som speler eit instrument eller syng, eller som går på teater eller dans.

Skjermaktivitetar speler ei viktig rolle i kvardagen til alle barn i dag, og er relevante både i skulearbeidet og i barna sitt sosiale liv. Smarttelefonar, nettbrett og online gaming gjer at barn og unge kjem i kontakt med andre på nye måtar.

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.

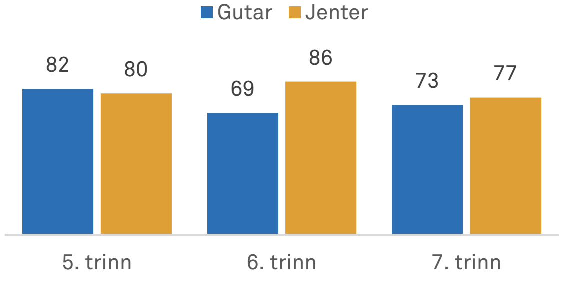
Elles driv barn med eit stort mangfald av aktivitetar på fritida. Ein god del bruker kveldane til å slappe av for seg sjølv. Pass eller stell av dyr, religiøse aktivitetar og fritidsklubb eller juniorklubb er også aktivitetar som har ein sentral plass i fritida til barna.

**Er du med på nokre faste fritidsaktivitetar for tida?**

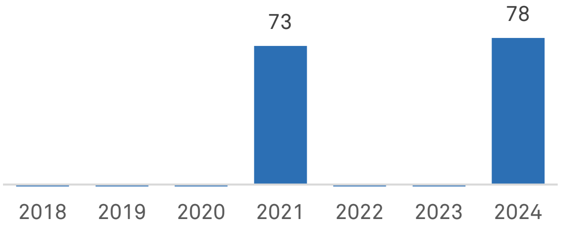



**Dei aller fleste barn er med på éin eller fleire faste fritidsaktivitetar, og mange bruker fleire kveldar i veka på slike aktivitetar**

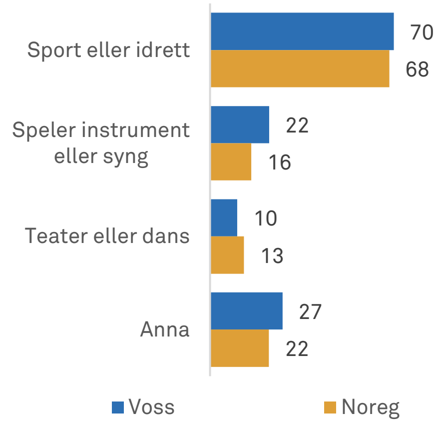
**Prosentdel som er med på faste fritidsaktivitetar. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



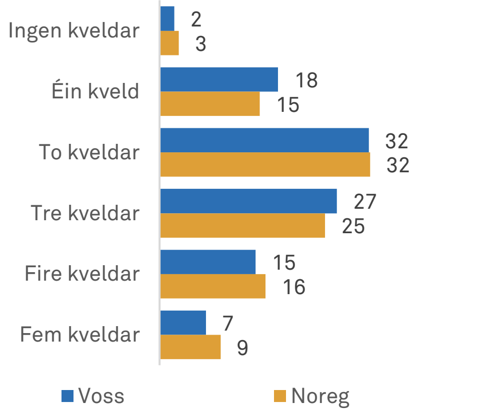

**Prosentdel som er med på faste fritidsaktivitetar. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



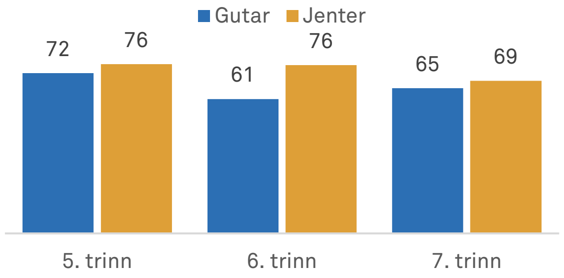
### Prosentdel som driv med ulike typar faste fritidsaktivitetar



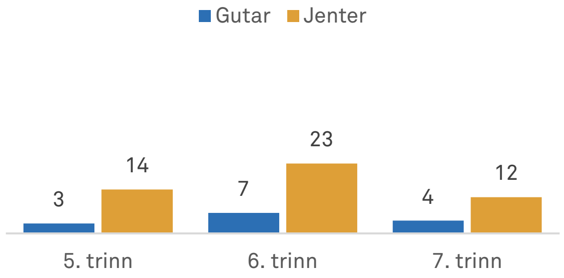

### Kor mange kveldar (måndag til fredag) barn er med på faste fritidsaktivitetar. Blant dei som er aktive



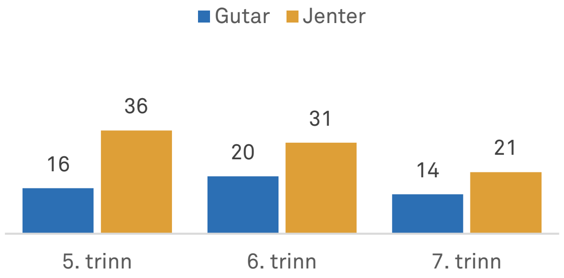

### Prosentdel som driv fast med idrett eller sport. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



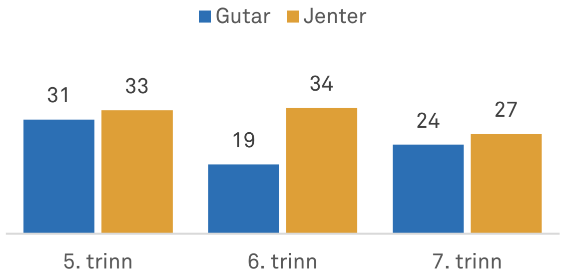

### Prosentdel som er med på teater eller dans. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



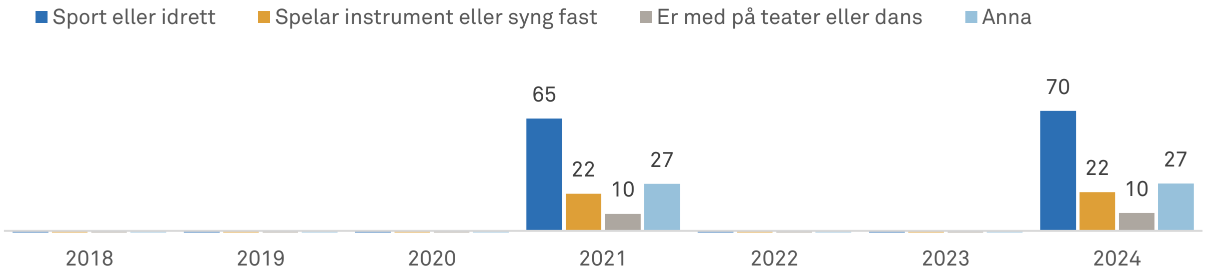

### Prosentdel som speler instrument eller syng. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



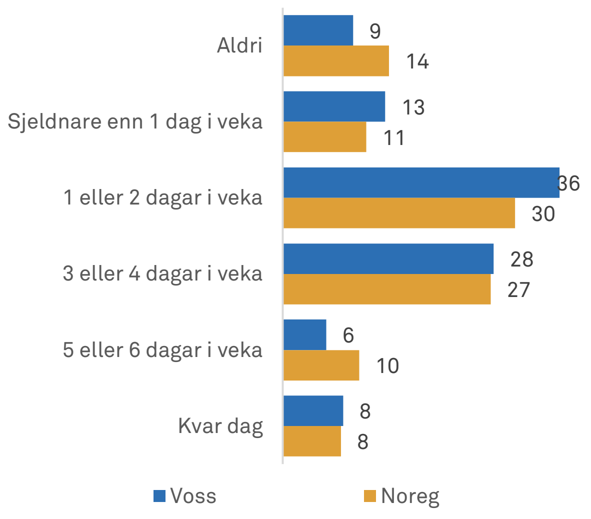

### Prosentdel som driv med ein annan fast fritidsaktivitet. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



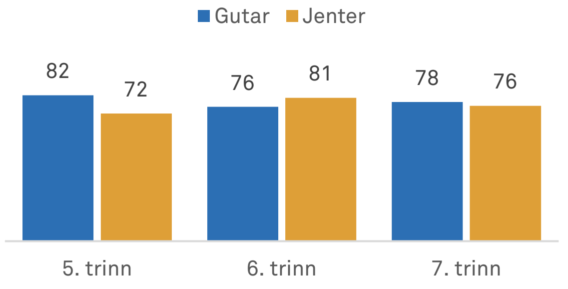

### Prosentdel som driv med ulike typar faste fritidsaktivitetar. I Voss kommune på ulike tidspunkt



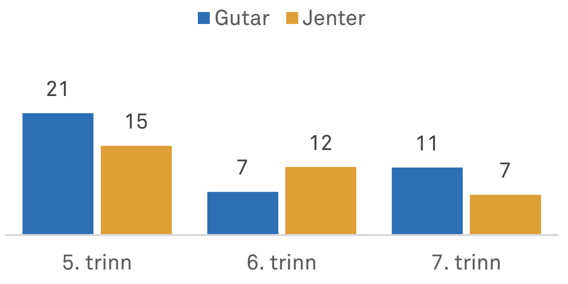
**Tenk på fritida di utanfor skulen. Kor ofte trenar du eller driv med sport?**




**Prosentdel som trenar eller driv med sport minst ein dag i veka. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**




**Prosentdel som er på fritidsklubb eller juniorklubb minst ein gong i løpet av ei veke Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



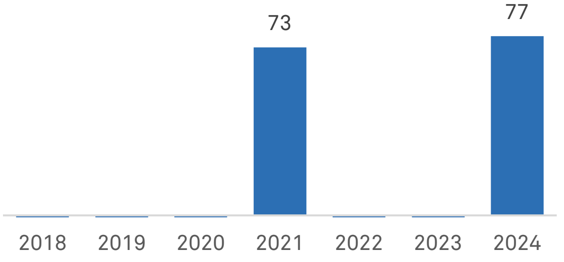

## Trening og sport

Dei aller fleste barn i Noreg driv med ein eller annan form for trening eller sport. På landsbasis seier berre 14 % av barna at dette er noko dei aldri driv med. Dei fleste barna trener eller driv med sport 1–4 dagar i veka. Mange gjer også dette 5 dagar i veka eller meir.

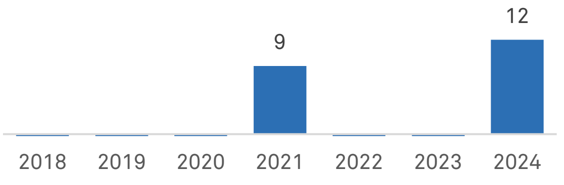
Det er som oftast litt fleire gutar enn jenter som driv med sport eller idrett. Kjønnsforskjellane er størst blant dei mest aktive. Talet på gutar og jenter som aldri trenar eller driv med sport, er omtrent like stor.

På landsbasis er det store sosioøkonomiske forskjellar når det gjeld kor mange som trenar eller er aktive i sport. Blant barn med høg sosioøkonomisk bakgrunn er delen som trenar eller driv med sport minst ein dag i veka 83 %, mens den tilsvarande delen blant barn i lågare sosiale lag er 63 %.

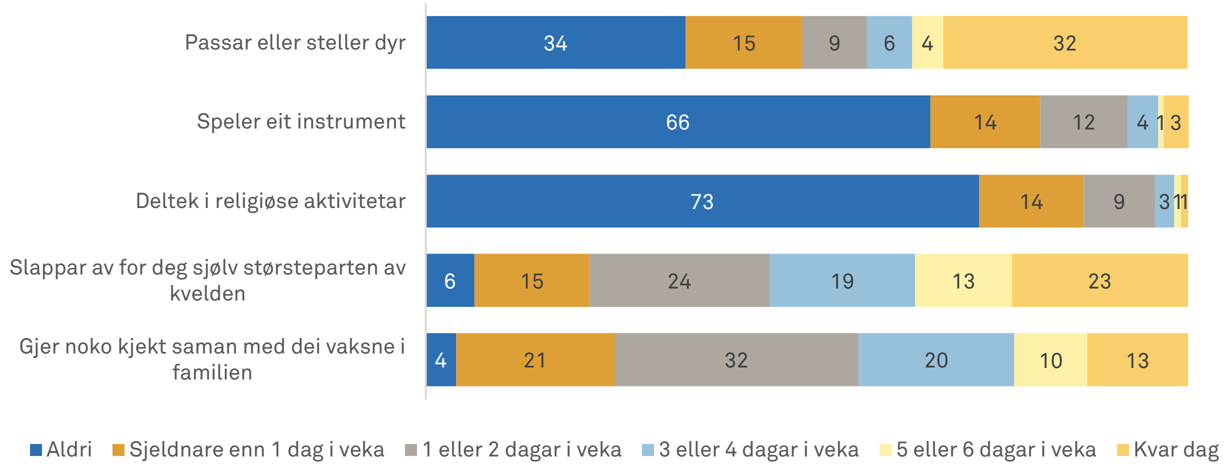
**Prosentdel som trenar eller driv med sport minst ein dag i veka. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



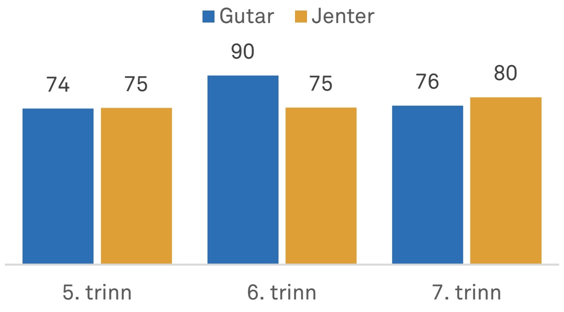

**Prosentdel som er på fritidsklubb eller juniorklubb minst ein gong i løpet av ei veke I Voss kommune på ulike tidspunkt**



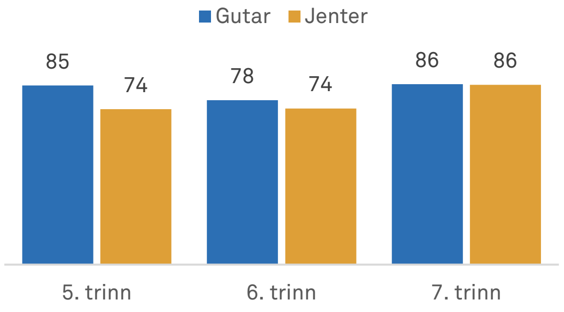
**Omtrent kor ofte barn vanlegvis gjer ulike ting på fritida. Prosent**



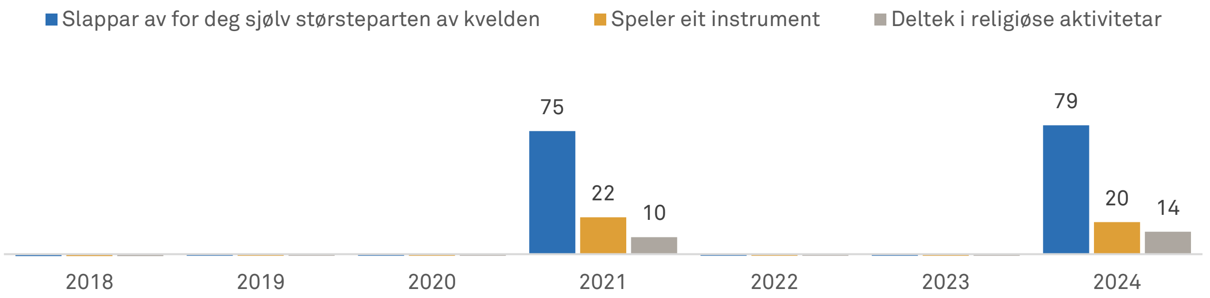

**Prosentdel som vanlegvis minst ein kveld i veka slappar av for seg sjølve størsteparten av kvelden. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



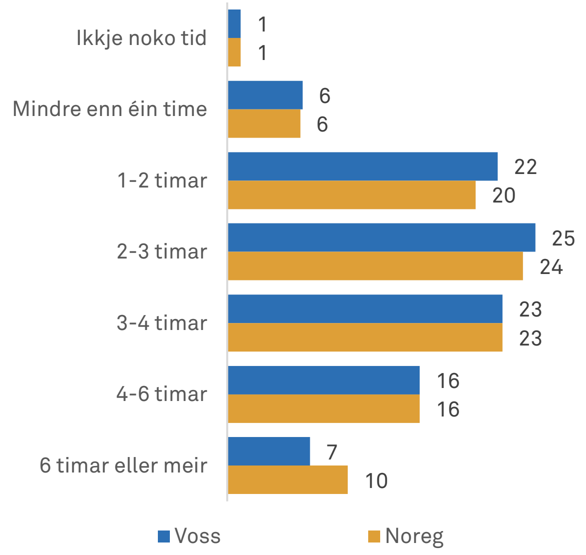

**Prosentdel som vanlegvis minst ein kveld i veka er sosiale på nett eller mobil størsteparten av kvelden. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**




**Prosentdel som vanlegvis minst ein dag i veka driv med følgjande aktivitetar. I Voss kommune på ulike tidspunkt**

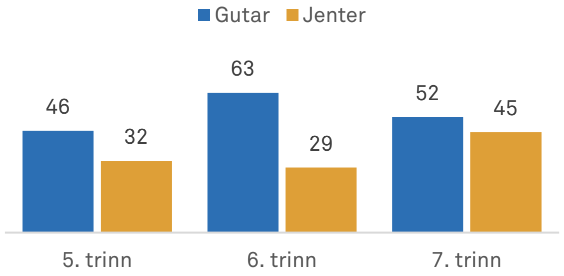


**Tenk på ein vanleg dag etter skulen. Omtrent kor mange timar bruker du til saman på aktivitetar framfor ein skjerm? Ikkje ta med skulearbeid.**

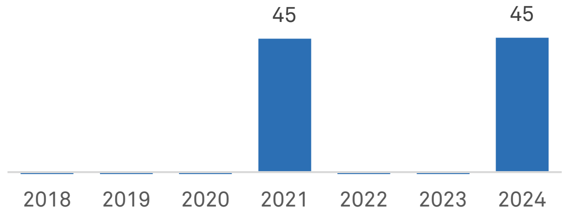



**Det er stor variasjon mellom barn når det gjeld kor mykje tid dei bruker framfor ein skjerm i løpet av ein vanleg dag**

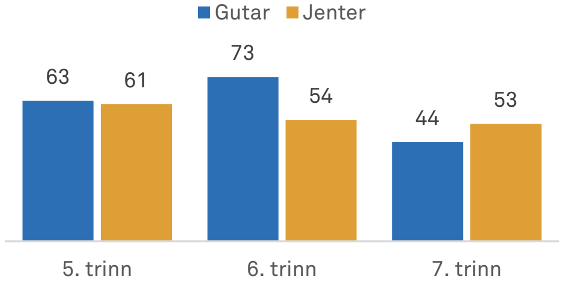
**Prosentdel som bruker tre timar eller meir framfor ein skjerm ein vanleg dag etter skulen. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



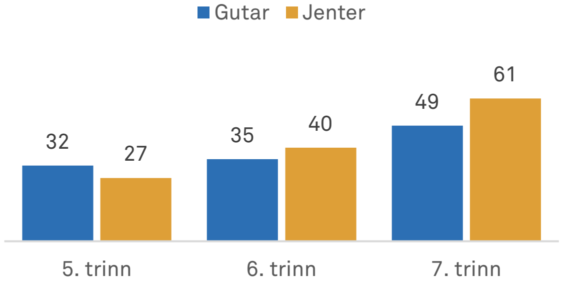

**Prosentdel som bruker tre timar eller meir framfor ein skjerm ein vanleg dag etter skulen. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



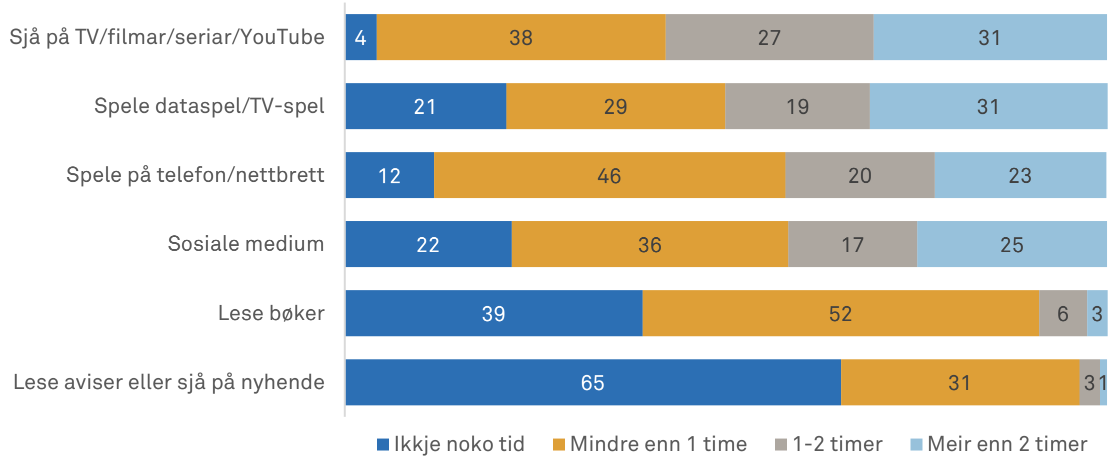

**Prosentdel som ser på TV/filmar/seriar/YouTube ein time eller meir ein vanleg dag etter skulen. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



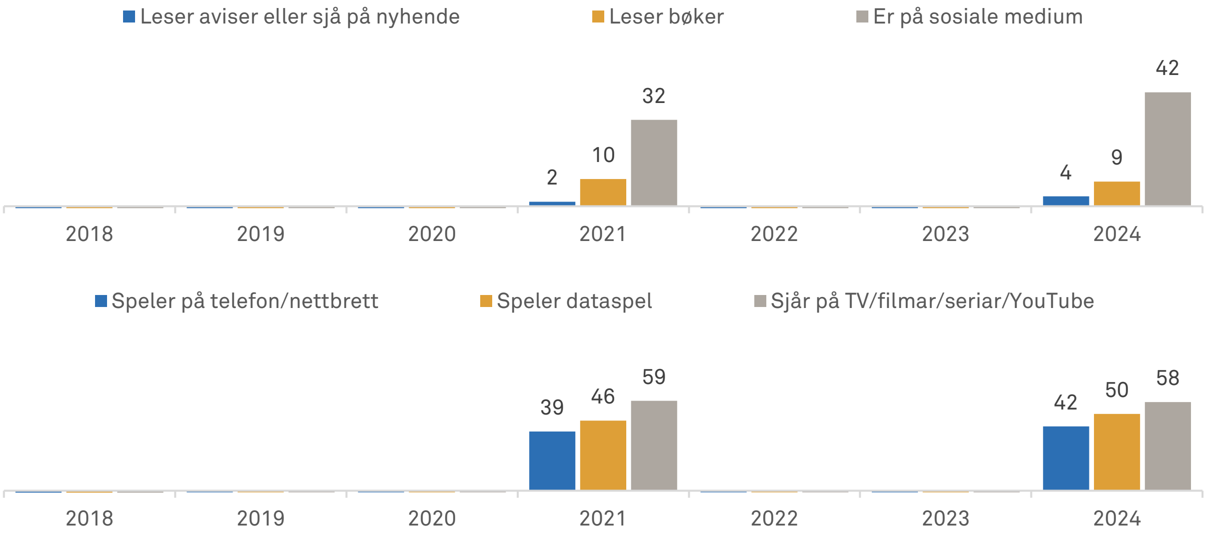

**Prosentdel som er på sosiale medium ein time eller meir ein vanleg dag etter skulen. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



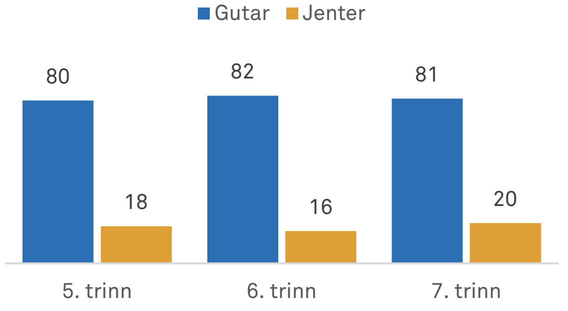
**Omtrent kor mykje tid barn bruker på ulike medium ein vanleg dag etter skulen. Prosent**



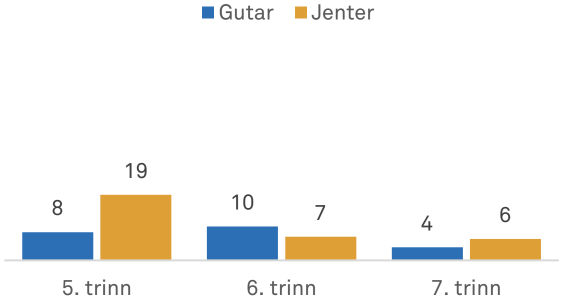

**Prosentdel som bruker ein time eller meir på følgjande aktivitetar ein vanleg dag etter skulen. I Voss kommune på ulike tidspunkt**




**Prosentdel som speler dataspel/TV-spel ein time eller meir ein vanleg dag etter skulen. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**




**Prosentdel som les bøker ein time eller meir ein vanleg dag etter skulen. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



# Helse

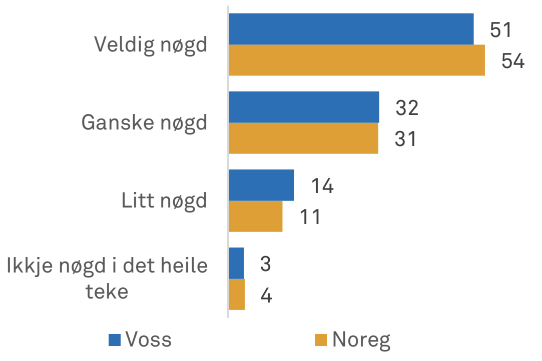
Kor nøgde barna er med eiga helse, opplevingar av helseplager og vonde eller vanskelege tankar og kjensler, er viktige indikatorar for fysisk og psykisk helse. Ungdata junior viser at dei fleste barn er nøgde med si eiga helse. Samtidig er det ein god del som oppgjev at dei ofte har hovudverk, vondt i magen eller kvalme. Ein del oppgjev også at dei ofte er lei seg, nedfor eller på gråten, og ein del blir ofte sinte. Å ha nokon å snakke med om triste eller vanskelege ting er viktig for å meistre dei utfordringane livet gjev. Ungdata junior viser at dei aller fleste opplever å ha nokon å snakke med.

Eit sunt og variert kosthald er ein viktig føresetnad for god helse og trivsel. Det vi et og drikk påverkar også korleis ein fungerer i det daglege. Svoltne barn kan til dømes ha vanskar med å konsentrere seg på skulen. Sidan kosthaldsvanar blir etablerte tidleg i livet, er det viktig å vite noko om kosthaldsvanane hos barn og ungdom. Ungdata junior kartlegg kor ofte barna et frukost og lunsj eller nistepakke i løpet av ei vanleg skuleveke. Det blir vidare kartlagt kor ofte dei et grønsaker, salatar, frukt og bær.

Nok søvn påverkar korleis ein fungerer i det daglege. Problem med å sovne og søvnmengde påverkar konsentrasjon og generelt velvære. Over tid kan for lite søvn påverke den fysiske og psykiske helsa negativt. Resultata frå Ungdata junior viser at dei fleste barna søv innanfor rammene av det som er anbefalt, som i denne aldersgruppa er 9–10 timar. Men undersøkinga viser også at ein god del får for lite søvn, og at fleire har problem med å sovne.

Det er ikkje uvanleg at barn i denne aldersgruppa bruker smertestillande tablettar. På landsbasis svarer om lag eitt av fire barn at dei har brukt slike tablettar i løpet av den siste veka før undersøkinga.

### Kor nøgd er du med helsa di?

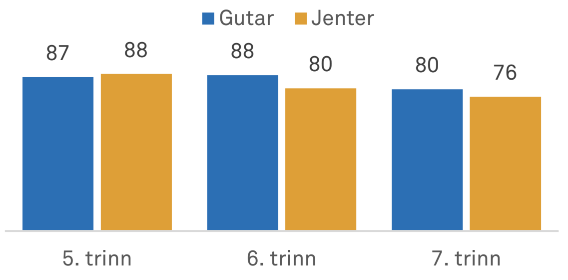



### Eigenvurdert helse

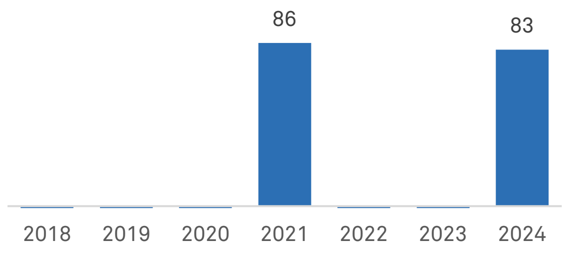
Eigenvurdert helse er ein viktig indikator for sjukelegheit og bruk av helsetenester og blir brukt til å overvake befolkninga sin helsestatus over tid.

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

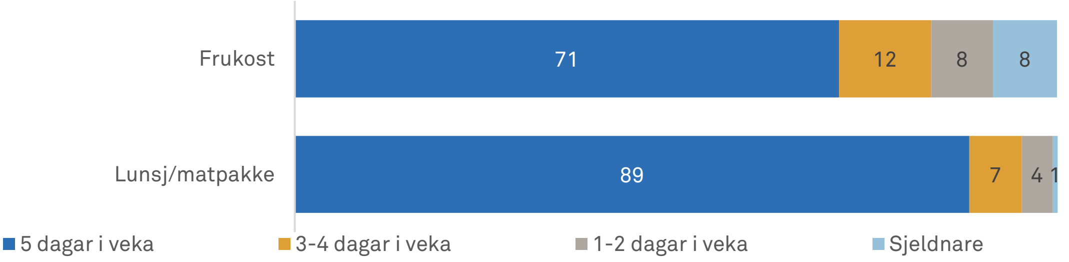
### Prosentdel som er nøgde med helsa si. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



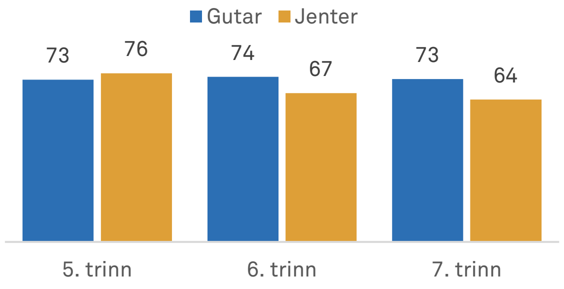

### Prosentdel som er nøgde med helsa si. I Voss kommune på ulike tidspunkt



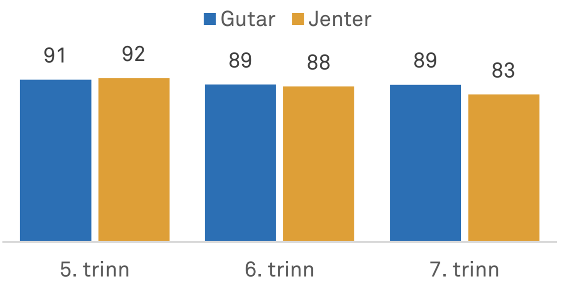
**Kor ofte barn i løpet av ei vanleg skuleveke bruker å ete frukost og lunsj**




**Prosentdel som et frukost før første time fem gonger i veka. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



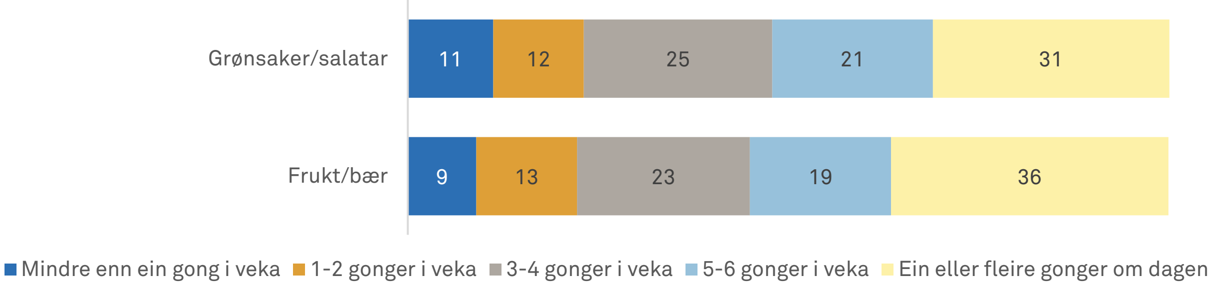

**Prosentdel som et matpakke eller lunsj på skulen fem gonger i veka. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



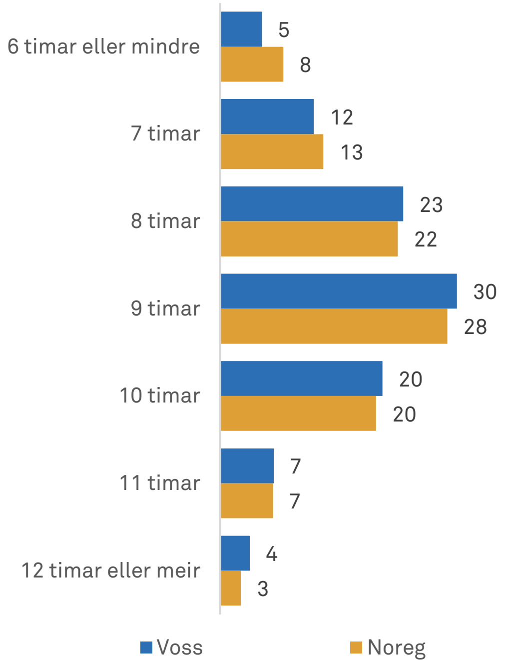

## Matvanar

For barna utviklar kroppen seg raskt, og behovet for næringsstoff aukar. Gode kosthaldsvanar blir etablerte tidleg og tekne med vidare i livet. Det vi et og drikk påverkar helsa vår. Eit sunt kosthald og god ernæring kan redusere risikoen for ei rekkje sjukdomar og er avgjerande for vekst og utvikling i barndomstida. Dei nasjonale kosthaldsråda seier at kosthaldet vårt bør vere variert og innehalde mykje grønsaker, frukt og bær, grove kornprodukt og fisk. Vi bør dessutan avgrense mengda av bearbeidd kjøt og raudt kjøt og redusere inntaket av sukker og salt.

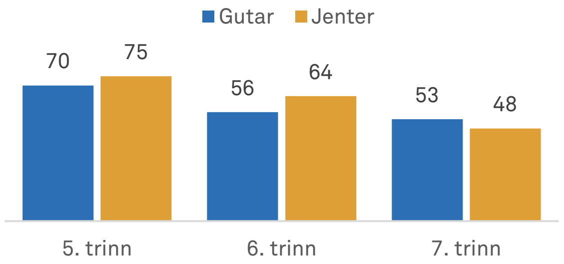
**Kor ofte barn vanlegvis et grønsaker/salatar og frukt/bær**



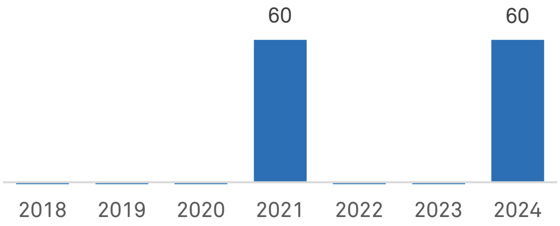
## Omtrent kor mange timar sov du natt til i går?



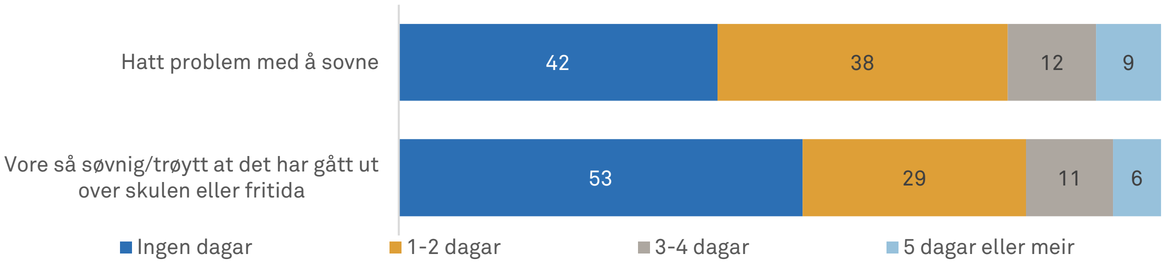

## Prosentdel som sov 9 timar eller meir natt til i går. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



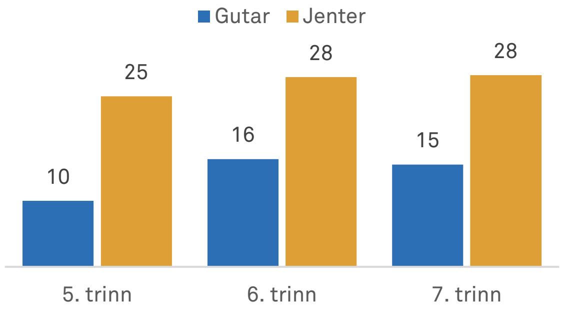

## Prosentdel som sov 9 timar eller meir natt til i går. I Voss kommune på ulike tidspunkt



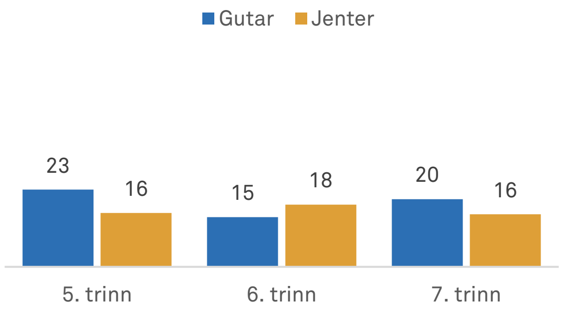

## I løpet av den siste veka, kor mange dagar har du ...



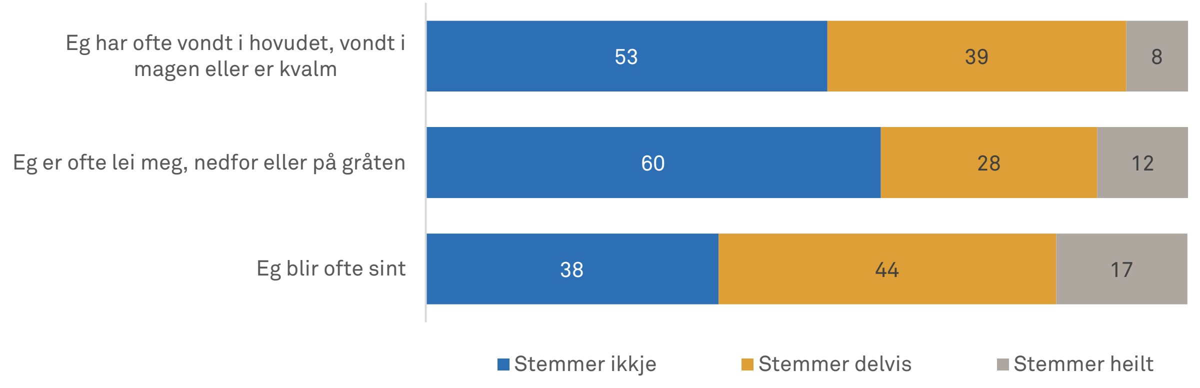

## Prosentdel som i løpet av den siste veka har hatt problem med å sovne minst tre dagar. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



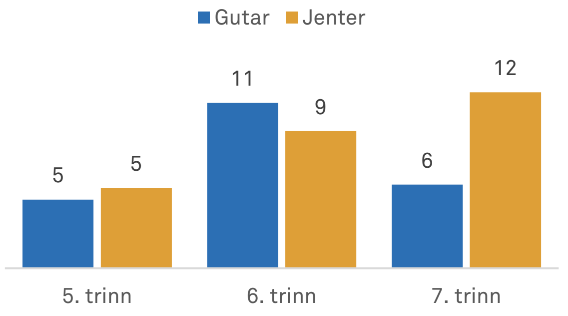

## Prosentdel som i løpet av den siste veka har vore så søvnige at det har gått ut over skule eller fritid minst tre dagar. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn



**Kva barna svarer om ulike plager, tankar og kjensler. Prosent**

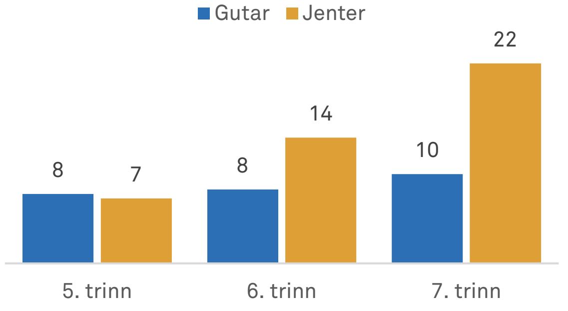



**Prosentdel som meiner det stemmer heilt at dei ofte har hovudverk, vondt i magen eller er kvalme. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**

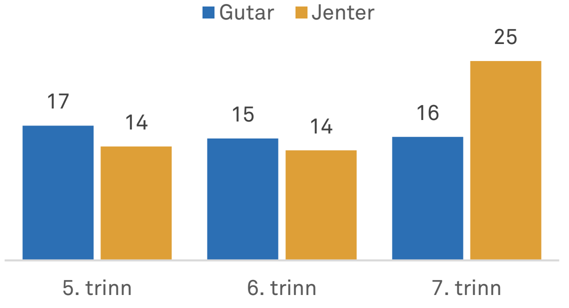



> **Opplevde helseplager, vanskelege og vonde tankar og kjensler er viktige indikatorar for fysisk og psykisk helse**

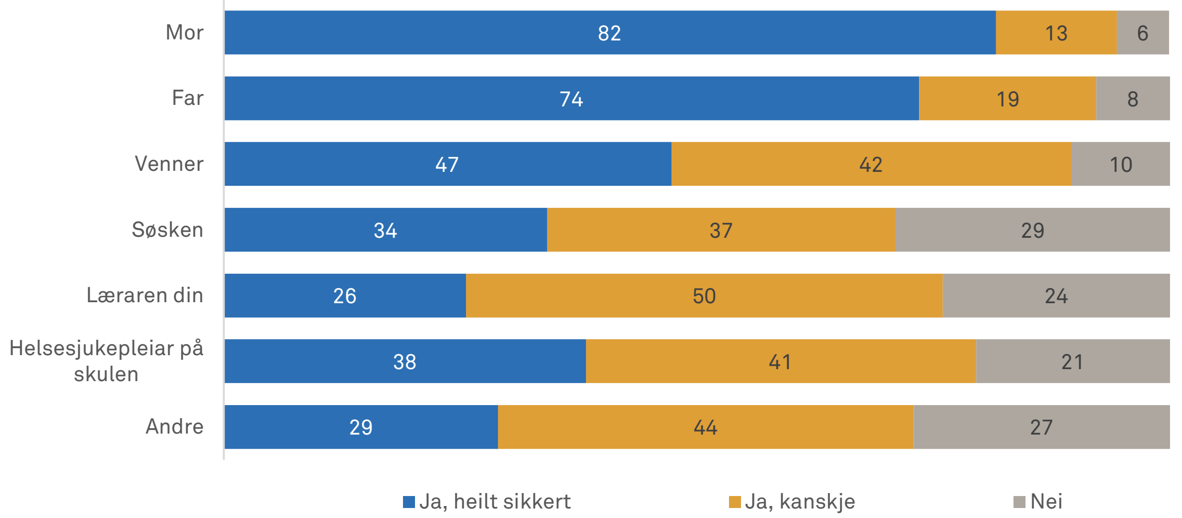
**Prosentdel som meiner det stemmer heilt at dei ofte er lei seg, nedfor eller på gråten. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



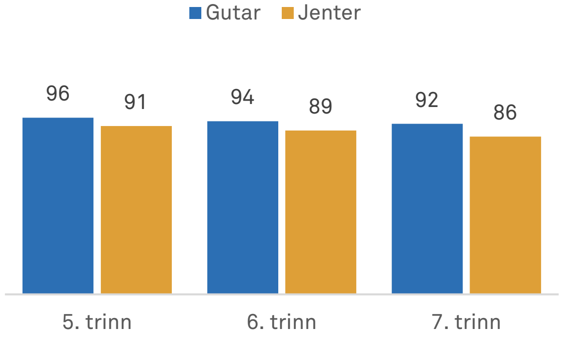

**Prosentdel som meiner det stemmer heilt at dei ofte blir sinte. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



**Kan du snakke med nokon av desse om triste eller vanskelege ting?**




**Prosentdel som heilt sikkert har minst ein person dei kan snakke med om triste eller vanskelege ting. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



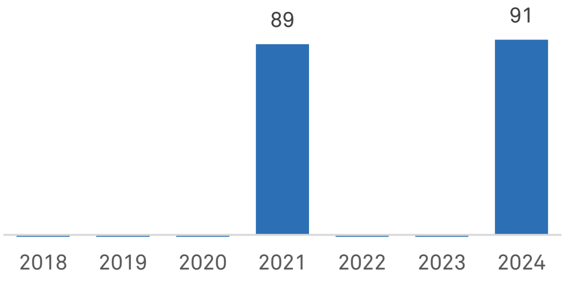

## Å ha nokon å snakke med

Det å få støtte sosialt kan bidra til at ein meistrar utfordringane livet gir, og det er derfor viktig for fysisk og psykisk helse og livskvalitet. Eit eksempel på ei slik støtte er å ha nokon å snakke med om vanskelege eller triste ting.

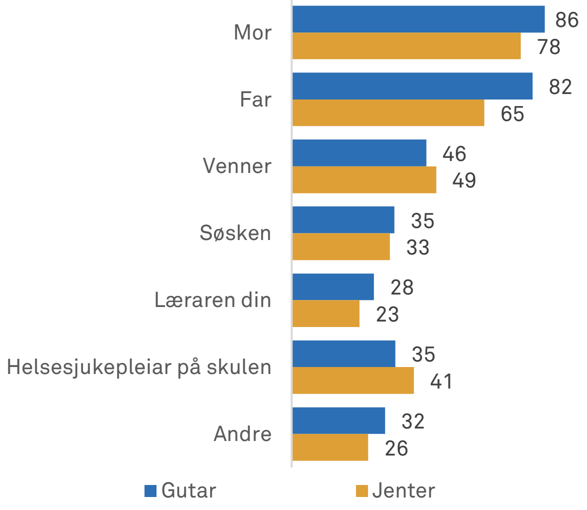
Ungdata junior viser at dei aller fleste opplever å ha nokon å snakke med. Det er mor som oftast blir oppgjeven som støtteperson, men det er òg mange som opplever at dei kan snakke med far sin eller vennene sine.

Tidlegare i rapporten er det vist i kva for grad barna opplever å ha nære og fortrulege venner, og korleis dei opplever einsemd, som også er viktige indikatorar for sosial støtte eller mangel på dette.

**Prosentdel som heilt sikkert har minst ein person dei kan snakke med om triste eller vanskelege ting. I Voss kommune på ulike tidspunkt**

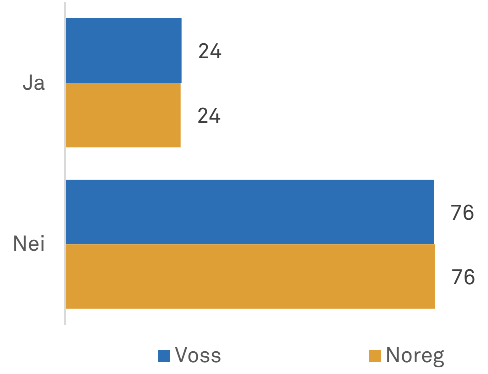



**Prosentdel gutar og jenter som heilt sikkert kan snakke med nokon av desse om triste eller vanskelege ting**

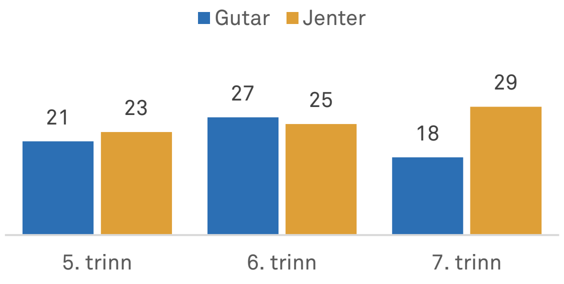


> **Om lag eitt av fire barn i Noreg har brukt smertestillande tablettar i løpet av den siste veka**

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




**Prosentdel som har brukt smertestillande den siste veka. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**




## Bruk av smertestillande tablettar

Det er ikkje uvanleg at barn i denne aldersgruppa bruker smertestillande tablettar. På landsbasis svarer om lag eitt av fire barn at dei har brukt slike tablettar i løpet av den siste veka før undersøkinga.

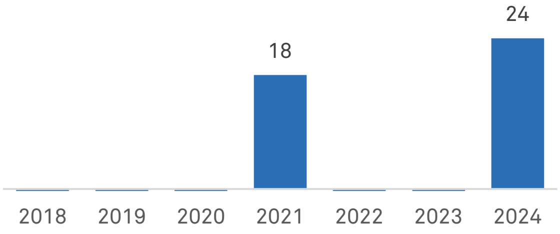
Korrekt bruk av smertestillande tablettar, til dømes Paracet, er forbunde med få biverknader. Men overforbruk og feilbruk er forbunde med fleire negative konsekvensar.

Forsking på bruk av reseptfrie smertestillande tablettar blant eldre ungdom har vist at bruken er assosiert med hovudverk og smerter i ulike delar av kroppen, men også generelle påkjenningar i livet, psykiske og psykososiale vanskar.

Det er viktig at smertestillande tablettar ikkje blir brukte mot andre plager enn det dei er bestemte for.

> **Fleire jenter enn gutar rapporterer at dei har brukt smertestillande tablettar den siste veka**

**Prosentdel som har brukt smertestillande den siste veka. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



KAPITTEL 8

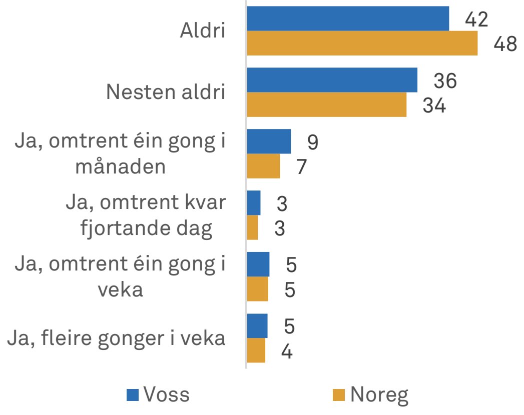
# Mobbing

Alle barn har rett til å ha ein trygg og god oppvekst og eit trygt og godt skulemiljø som fremjar helse, trivsel og læring. 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 skjer dei. Men ein stor del fortel at dei blir utsette for slike krenkingar nokså ofte. På landsbasis er det om lag 11 % som seier at dei blir utsette for dette omtrent kvar 14. dag eller oftare.

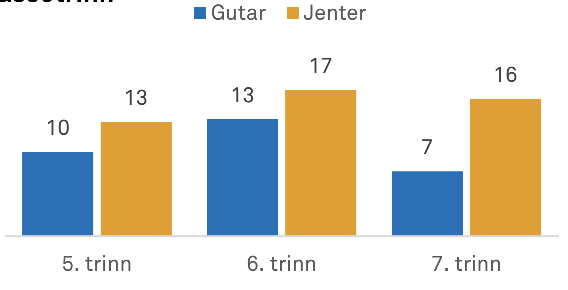
Ungdata junior har også kartlagt kor mange som har opplevd ulike negative hendingar på nett eller mobil. Nokre av desse hendingane vil kunne opplevast som nettmobbing, mens andre hendingar er enkeltepisodar som enkelte likevel vil kunne oppleve som krenkande.

**Tenk på dei siste månadene. Har du blitt stengd ute, plaga eller truga av andre barn på skulen eller på fritida?**

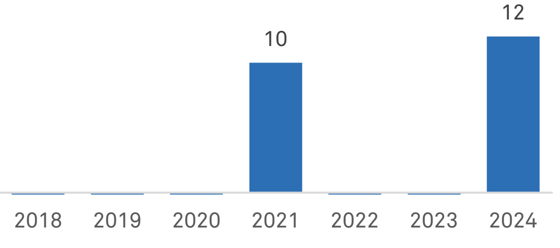



**”Mobbing er eit alvorleg problem for dei som blir ramma**

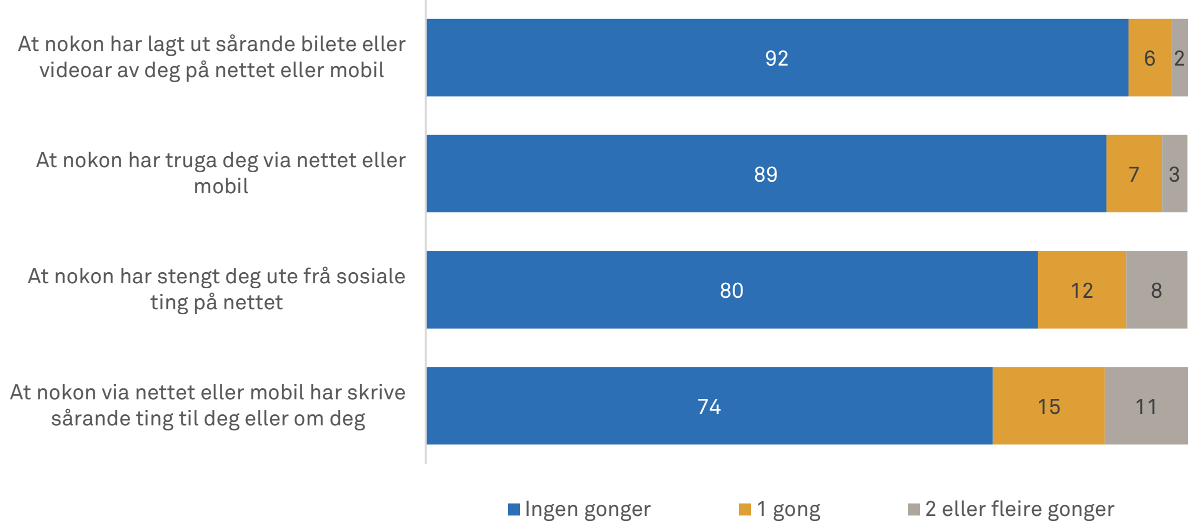
**Prosentdel som har blitt stengde ute, plaga eller truga av andre barn omtrent kvar 14. dag eller oftare. Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**



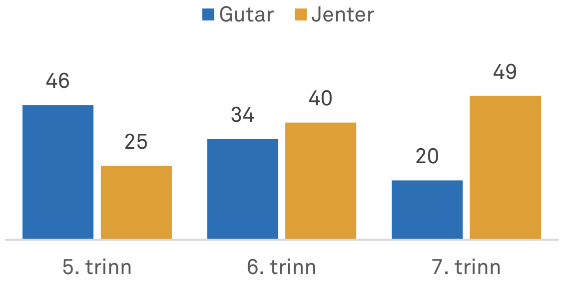

**Prosentdel som har blitt stengde ute, plaga eller truga av andre barn omtrent kvar 14. dag eller oftare. I Voss kommune på ulike tidspunkt**



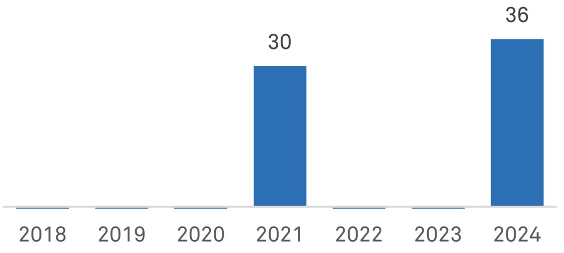
**Kor mange barn som har opplevd negative hendingar på nett eller mobil i løpet av dei siste månadene**




**Prosentdel som har opplevd ei eller fleire negative hendingar på nett eller mobil dei siste månadene Blant gutar og jenter på ulike klassetrinn**




**Prosentdel som har opplevd ei eller fleire negative hendingar på nett eller mobil dei siste månadene I Voss kommune på ulike tidspunkt**



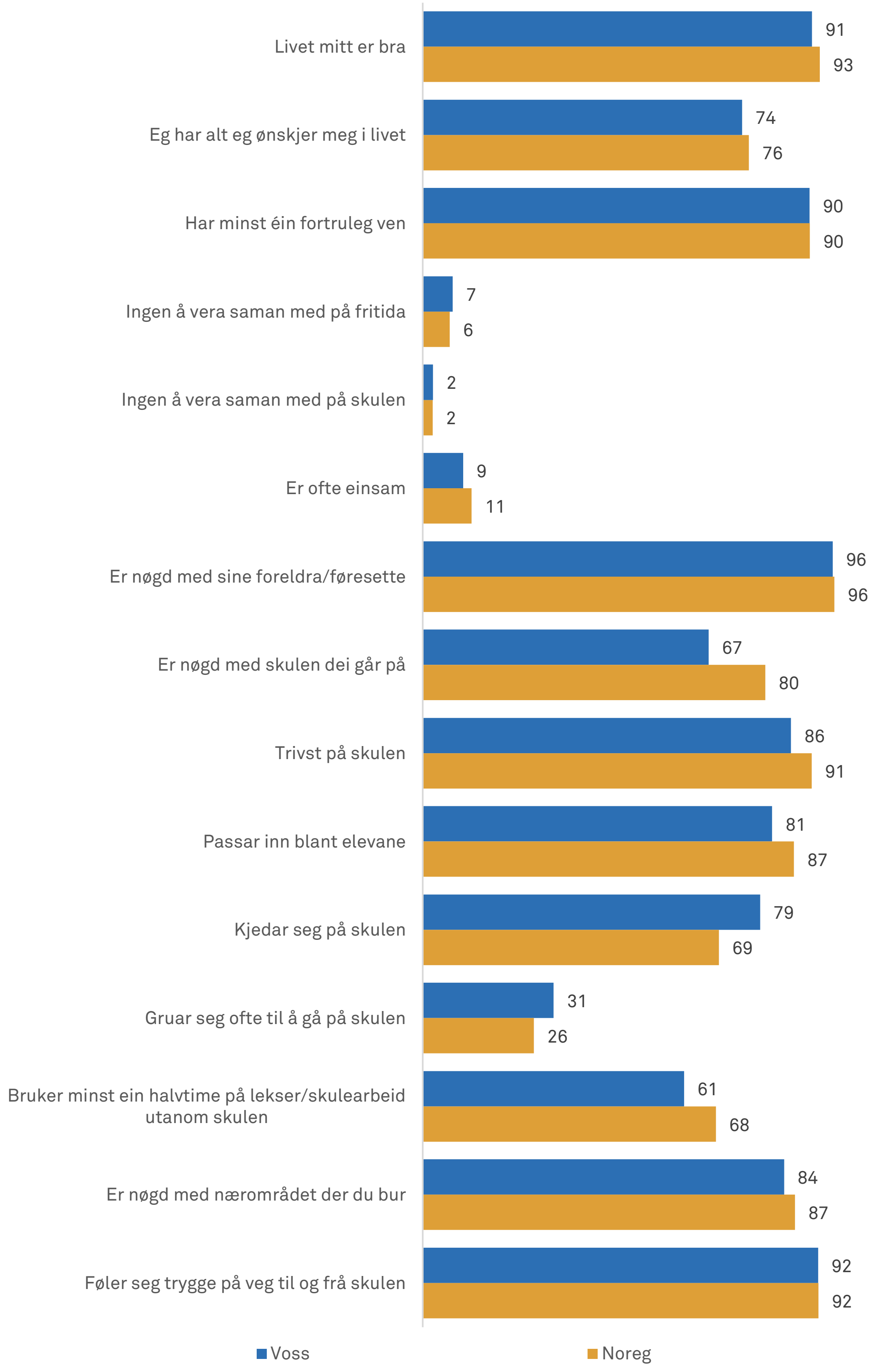

## Negative hendingar på nett

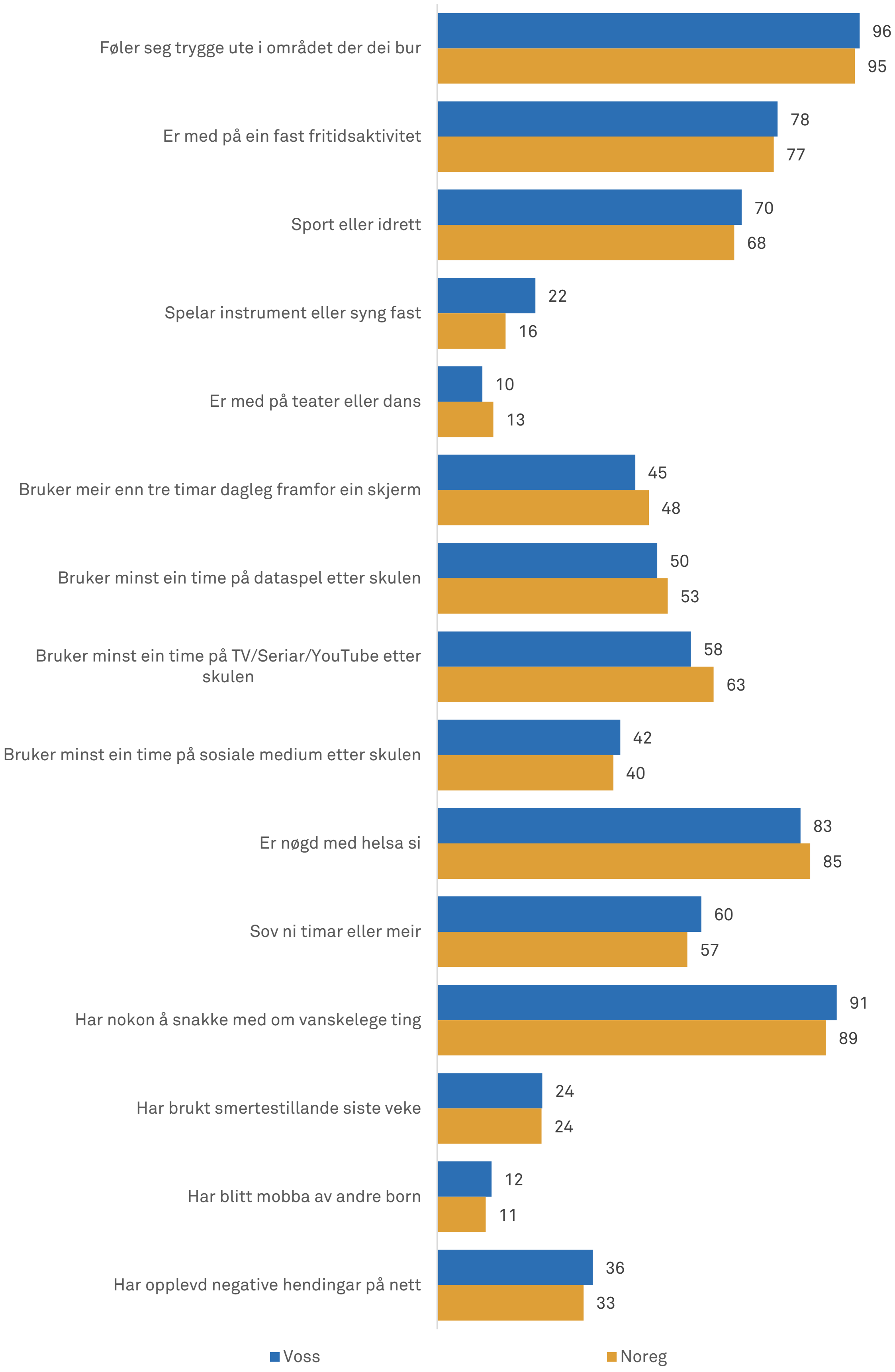
Ungdata junior har kartlagt kor mange som har opplevd ulike negative hendingar på nett eller mobil, til dømes utestenging eller trugslar, eller at nokon har skrive eller delt sårande tekstar, bilete eller videoar om dei. Nokre av desse hendingane vil kunne opplevast som nettmobbing, mens andre hendingar er enkeltepisodar som enkelte likevel vil kunne oppleve som krenkande.

Resultat på landsbasis viser at to av tre ikkje har opplevd noko av dette dei siste månadene. Blant den tredjedelen som er utsette 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 også ein del som opplever å bli stengde ute frå sosiale ting på nettet.

NØKKELTAL

# Noreg versus kommune




Føler seg trygge ute i området der dei bur
96
95
Er med på ein fast fritidsaktivitet
78
77
Sport eller idrett
70
68
Spelar instrument eller syng fast
22
16
Er med på teater eller dans
10
13
Bruker meir enn tre timar dagleg framfor ein skjerm
45
48
Bruker minst ein time på dataspel etter skulen
50
53
Bruker minst ein time på TV/Seriar/YouTube etter skulen
58
63
Bruker minst ein time på sosiale medium etter skulen
42
40
Er nøgd med helsa si
83
85
Sov ni timar eller meir
60
57
Har nokon å snakke med om vanskelege ting
91
89
Har brukt smertestillande siste veke
24
24
Har blitt mobba av andre born
12
11
Har opplevd negative hendingar på nett
36
33
Voss
Noreg

# 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».

**Eg har alt eg ønskjer meg i livet**

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 «Eg har alt eg ønskjer meg i livet».

**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 ingen 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 «nei, som regel ikkje» eller «nei, aldri».

**Har ingen å vere saman med på skulen**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Har du nokon å vere saman med i friminutta på skulen?» Indikatoren viser kor mange som svarer «nei, som regel ikkje» eller «nei, aldri».

**Er ofte einsam**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kor ofte kjenner du deg einsam?». Indikatoren viser kor mange som svarer «ofte» eller «veldig ofte».

**Er nøgd med eigne foreldre/føresette**

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 nøgd» eller «svært nøgd» med eigne foreldre/føresette.

**Er nøgd med skulen**

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 nøgd» eller «svært 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».

**Passar inn blant elevane**

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 kjenner at eg passar inn blant elevane i klassen».

**Kjedar seg 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 kjedar meg i skuletimane».

**Gruer seg ofte til å gå 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 gruer meg ofte til å gå på skulen».

**Bruker minst ein halvtime på lekser/skulearbeid utanom skulen**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Omtrent kor lang tid bruker du på lekser og anna skulearbeid i løpet av ein vanleg dag (utanom skuletida)?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer at dei bruker minst ein halvtime.

**Er nøgd med nærområdet**

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 nøgd» eller «svært nøgd» med «nærområdet der du bur».

**Kjenner seg trygg 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».

**Kjenner seg trygg i nærområdet**

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 «når du er ute i området der du bur».

**Er med på ein fast fritidsaktivitet**

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

**Driv med idrett**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kva slags faste fritidsaktivitetar er du med på?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer «idrett eller sport».

**Speler instrument eller syng fast**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kva slags faste fritidsaktivitetar er du med på?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer «speler instrument eller syng».

**Er med på teater eller dans**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Kva slags faste fritidsaktivitetar er du med på?» Indikatoren viser kor mange prosent som svarer «teater eller dans».

**Bruker meir enn tre 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 tre timar eller meir.

**Bruker minst éin time på dataspel etter skulen**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Tenk på ein vanleg dag etter skulen. Omtrent kor mange timar bruker du på dette: Spele dataspel/TV-spel». Indikatoren viser kor mange prosent som svarer ein time eller meir.

**Bruker minst éin time på TV/seriar/YouTube etter skulen**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Tenk på ein vanleg dag etter skulen. Omtrent kor mange timar bruker du på dette: Ser på TV/filmar/seriar/YouTube». Indikatoren viser kor mange prosent som svarer ein time eller meir.

**Bruker meir enn éin time på sosiale medium etter skulen**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Tenk på ein vanleg dag etter skulen. Omtrent kor mange timar bruker du på dette: Er på sosiale medium». Indikatoren viser kor mange prosent som svarer ein time eller meir.

**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 nøgd» eller «svært nøgd» med helsa si.

**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 nokon å snakke med om vanskelege ting**

Indikatoren er målt med spørsmålet «Kan du snakke med nokon av desse om triste eller vanskelege ting? Barna blei bedne om å svare for venner, søsken, mor, far, lærar, helsesjukepleiar på skulen, andre. Indikatoren viser kor mange prosent som kryssa av for «ja, heilt sikkert» at dei kan gå til minst ein av desse på lista.

**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 svarte «ja».

**Har blitt mobba av andre barn**

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 svarte «ja, omtrent kvar 14. dag» eller oftare.

**Opplevd negative hendingar på nett**

Indikatoren er målt med spørsmålet: «Har du i løpet av dei siste månadene blitt utsett for noko av dette?» Indikatoren viser kor stor prosentdel av barna som svarte at dei minst ein gong eller fleire gonger har opplevd: «At nokon har truga deg via nettet eller mobil», «At nokon via nettet eller mobil har skrive sårande ting til deg eller om deg», «At nokon har lagt ut sårande bilete eller videoar av deg på nettet eller mobil» eller «At nokon har stengt deg ute frå sosiale ting på nettet».

# Litteratur

Forsking og litteratur som gjeld tema i denne rapporten.


### Livskvalitet

Røysamb, A. E., & Nes, R. B. (2022). «Livskvalitet og gode liv». Charlotte Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

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

Folkehelseinstituttet (2019). Fakta om livskvalitet og trivsel. Henta frå www.fhi.no

Evensen, M., & Løvgren, M. (2018). Studier av velferd og livskvalitet hos barn. NOVA Notat 5/2018. Oslo: NOVA.

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

Samdal, O., F. K.S. Mathisen, T. Torsheim, Å. R. Diseth, A-S. Fismen, T. Larsen, B. Wold & E. Årdal (2016). Helse og trivsel blant barn og unge. Hemil-rapport 1/2015. Bergen: Hemil-senteret, Universitetet i Bergen.

### Venner

Løvgren, M., & Hyggen, C. (2023). «Barns bruk av sosiale medier: Om ensomhet, samvær med venner og livskvalitet blant jenter og gutter». Norsk Sosiologisk Tidsskrift, (6), 1-22.

Ulset, V., & Bekkhus, M. (2022). «Familie, vennskap, skole og barnehage kan bidra til resiliens og positiv utvikling hos barn og unge». I Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Koch K., B., Aagesen U., C. (2021). «Psykt ensom. Om ensomhet blant barn og unge». Oslo: Røde Kors.

Hyggen, C., Brattbakk, I., & Borgeraas, E. (2018). Muligheter og hindringer for barn i lavinntektsfamilier. En kunnskapsoppsummering. NOVA rapport 11/2018. Oslo: NOVA.

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

### Foreldre

Tømmerås, T., & Kjøbli, J. (2022). «Samspill i familien og psykiske vansker hos barn». Charlotte Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Tveit, O. B., & Morbech, M. (2022).«Det er gøy å være barn, men kjedelig når foreldrene krangler». Charlotte Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Bakken, A. mfl. (2016). Sosiale forskjeller i unges liv. Hva sier Ungdata-undersøkelsene? NOVA Rapport 3/2016. Oslo: NOVA, Høgskolen i Oslo og Akershus.

Stefansen, K., I. Smette & Å. Strandbu (2016). «Understanding the increase in parents' involvement in organized youth sports». Sport, Education and Society.

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

### Skule

Wendelborg, C., Caspersen, J. (2023). Fysisk tilrettelegging i skolen sin betydning for inkludering i skole og fritid. I: Wilhelmsen (m.fl) (Red.), Bevegelsesfellesskap i oppveksten. Fagbokforlaget.

Bølstad, E., Ferstad, F. F., Skoe, E. F. (2022). «Emosjonell kompetanse: en grunnleggende ferdighet i skolen» Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Brandlistuen, R., (2022). «Viktige utviklingspsykologiske overganger i skolealder». Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Havik, T., (2022). «Barn og unge som ikke makter eller vil gå på skolen» Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

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

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

### Lokalmiljøet

Fløtten, A. T. (2022). «Å være som de andre-om fattigdom og ulikhet i oppveksten». Charlotte Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Mouratidis, K. (2021). Urban planning and quality of life: A review of pathways linking the built environment to subjective well-being. Cities, 115, 103229.

Eriksen, I. M., & Andersen, P. L. (2021). Ungdoms tilhørighet, trivsel og framtidsplaner i Distrikts-Norge. En flermetodisk analyse av betydningen av bosted, kjønn og sosioøkonomiske ressurser. NOVA Rapport 2/21. Oslo: NOVA/OsloMet.

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

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

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

### Fritid

Strandbu, Å & Bakken, A. (2024). «Barna og idretten. Organisering, verdier og sosial ulikhet». Oslo: Norges idrettshøgskole.

Løvgren, M., & Hyggen, C. (2023). «Barns bruk av sosiale medier: Om ensomhet, samvær med venner og livskvalitet blant jenter og gutter». Norsk Sosiologisk Tidsskrift, (6), 1-22.

Sandvik, M.R. & Solstad, G.M. (2023). Hva har Hartmut Rosa å si til idrettsforskningen? Betraktninger om inkludering i en eskalerende idrett. I: Wilhelmsen (m.fl) (Red.), Bevegelsesfellesskap i oppveksten. Fagbokforlaget.

### Fritid

Bauger L. mfl. (2023). «Sammenhenger mellom digital fritid og livskvalitet». Vardheim, I. (mfl) (red). Ungdata pluss i Vestfold og Telemark. Resultater fra første datainnsamling 2023.

Hjetland, G. J. & Skogen J., C. (2022). «Blir ungdoms psykiske helse påvirket av sosiale medier?» I Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Overå S. (2022). «Gaming, digitale plattformer og identitetsbygging i ulike utviklingsfaser». I Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Eriksen I., & Seland I. (2022). «Fritidsklubben som beskyttelse for sårbare ungdommer». I Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Solstad, G. M. mfl. (2022). Deltakelse, trivsel og inkludering i barne- og ungdomsidretten. Delrapport fra forskningen om Idrett for alle i Oslo. NOVA Rapport 1/22. Oslo: NOVA/OsloMet.

Bakken, A. (mfl.) (2021). «Fra offline til online. Digitale ungdomsliv gjennom tre tiår». I Ødegård og Pedersen (red.): Ungdommen. Oslo: Cappelen Akademisk.

Medietilsynet (2020). Barn og medier 2020. En kartlegging av 9-18-åringers digitale medievaner. Henta frå www.medietilsynet.no/

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

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

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

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

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

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

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

Lillejord, S. (mfl.) (2016). Hvordan fysisk aktivitet i skolen kan fremme elevers helse, læringsmiljø og læringsutbytte. En systematisk kunnskapsoversikt. Oslo. Kunnskapssenter for utdanning. Henta frå www.kunnskapssenter.no

### Helse

Surén, P. mfl. (2022). Barn og unges fysiske helse. I Folkehelserapporten. Oslo: Nasjonalt folkehelseinstitutt.

Aase, H., Holt, T., Helland, M. S., (2022). Barn og unges helse: Oppvekst og levekår. I Folkehelserapporten. Oslo: Nasjonalt folkehelseinstitutt.

Hysing, A. M., & Sivertsen, B. (2022). «Søvnens betydning for psykisk helse i oppvekstløpet». Charlotte Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Mathisen, A. T. F., & Sundgot-Borgen, J. (2022). Psykens byggesteiner: kosthold og fysisk aktivitet. I Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Helland, S. S., Rognstad, K., Kjøbli, J., Mellblom, A., & Backer-Grøndahl, A. (2021). Psykologer i kommunen: En kartlegging av tjenester for barn og unge med psykiske vansker. Psykologi, 58, 484-491.

Nieswand, V., Richter, M., & Gossrau, G. (2020). Epidemiology of headache in children and adolescents—another type of pandemia. Current Pain and Headache Reports, 24, 1-10.

Skogen, J. C., Smith, O. R. F., Aarø, L. E., Siqveland, J., & Øverland, S. N. (2018). Barn og unges psykiske helse: Forebyggende og helsefremmende folkehelsetiltak. En kunnskapsoversikt.

### Mobbing

Sjursø, I., R. (2022). «Barn og unge som blir utsatt for tradisjonell og digital mobbing». Charlotte Lundgren (red.): Psykisk oppvekst. Oslo: Rådet for psykisk helse.

Halliday, S., Gregory, T., Taylor, A., Digenis, C., & Turnbull, D. (2021). The impact of bullying victimization in early adolescence on subsequent psychosocial and academic outcomes across the adolescent period: A systematic review. Journal of school violence, 20(3), 351-373.

Salmivalli, C., Laninga-Wijnen, L., Malamut, S. T., & Garandeau, C. F. (2021). Bullying prevention in adolescence: Solutions and new challenges from the past decade. Journal of Research on Adolescence, 31(4), 1023-1046.

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

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

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

# Ungdata junior 2024

## Voss kommune

Mellomtrinnet 5. - 7. klasse

OSLOMET
STORBYUNIVERSITETET
VELFERDSFORSKNINGSINSTITUTTET NOVA

KORUS

© OsloMet, velferdsforskingsinstituttet NOVA, 2024
NOVA – Norwegian Social Research
www.oslomet.no/om/nova