

BBABAC – Bacheloroppgave med forskningsmetode

En kvalitativ studie av covid-19 pandemiens påvirkning på ungdoms psykiske helse.



Universitetet
i Stavanger

Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Bachelor i barnevern

UIS / mai 2022

Kandidatnummer: 5126

Antall ord: 11,118

Innholdsfortegnelse

1.0	Innledning.....	3
1.1	Valg av tema.....	3
1.2	Presentasjon av problemstilling.....	3
1.3	Begrepsavklaring.....	4
1.3.1	Covid-19.....	4
2.0	Teoretisk referanseramme	4
2.1	Depresjon.....	5
2.2	Angstlidelser.....	5
2.2.1	Sosial angst.....	6
2.3	Skolevegring.....	7
3.0	Metode.....	7
3.1	Hva er kvalitativ metode?.....	7
3.2	Konsekvenser for valg av kvalitativ metode	8
3.3	Forberedelse til intervju.....	8
3.4	Valg av informanter og gjennomføring av intervju.....	9
3.5	Analyse.....	10
3.6	Etikk	11
4.0	Presentasjon av funn.....	12
4.1	Ensomhet.....	12
4.2	En digitalisert hverdag.....	13
4.2.1	Skoleproblematikk.....	13
4.2.2	Behandling.....	15
4.2.3	Gaming og sosiale medier	15
4.3	Verdien av gruppetilbud og samspill med andre	17
5.0	Diskusjon.....	18
5.1	ungdataundersøkelsen	18
5.1.1	Hva er ungdatabe?.....	19
5.1.2	Ungdata resultater fra 2019	19
5.1.3	Ungdata resultater fra 2021	21
5.1.4	Er det en forskjell i resultatene?	22
5.2	Hva kom fram i intervjuene?.....	24
5.3	Har ungdoms psykiske helse endret seg i løpet av pandemitiden?.....	25
5.4	Hva kunne blitt gjort annerledes? Spørsmål til informantene.	27
6.0	Avslutning og konklusjon	27
7.0	Litteraturliste	29

Vedlegg 1 – samtykkeskjema.....	31
Vedlegg 2 – intervjuguide	33

1.0 Innledning

1.1 Valg av tema

Da jeg i 2019 valgte å studere barnevernspedagogikk var det fordi jeg hadde en stor interesse for hvordan barn og ungdom utvikler seg, og hvordan oppvekstmiljøet kan påvirke dette. Samtidig var det av interesse da min egen familie tidligere har fått hjelp av barnevernet, og jeg ønsket å kunne yte den samme typen hjelp til mennesker i liknende situasjoner.

Gjennom studieløpet har temaene innen psykologi og psykisk helsehjelp vært av stor interesse, og det har vært de forelesningene jeg har sett mest fram til. Jeg bestemte meg dermed ganske fort for at jeg ønsket å skrive om psykisk helse i min bachelor. Likevel har det vært vanskelig å bestemme seg for hvilket tema jeg ønsket å fokusere mest på innen psykisk helse.

I løpet av de siste to årene med nedstengninger av forskjellig grad, usikker skolehverdag og sosial distansering som følge av Covid-19 pandemien har det kommet fram i leserinnlegg, artikler og på sosiale medier at ungdom sliter mye mer med psykisk helse. Dette kommer både fra ungdom selv og bekymrede foresatte.

Etter at jeg hadde lest noen av disse leserinnleggene og utsagn fra sosiale medier bestemte jeg meg for at det var akkurat dette temaet jeg ønsket å ha fokus på i min bacheloroppgave. Etter noen raske søk på internett fant jeg litt forskjellige synspunkter rundt dette temaet, dermed bestemte jeg meg for at dette var absolutt noe jeg ønsket å dykke dypere inn i.

Formålet med denne oppgaven vil dermed være å utforske påvirkningen Covid-19 pandemien har hatt på ungdoms psykiske helse, etter to år med nedstengninger og sosial distansering.

1.2 Presentasjon av problemstilling

I denne oppgaven har jeg dermed valgt følgende problemstilling:

«Hvordan har Covid-19 pandemien påvirket ungdoms psykiske helse?»

Med å bruke begrepet «ungdommer» i denne oppgaven sikter jeg til unge i aldersgruppen 13-18 år.

Forskningsprosjektet avgrenses ved at det er intervjuet fire personer som alle arbeider i både private og offentlige instanser. Jeg har valgt å intervju personer fra forskjellige instanser for

å få et bredere syn på problemstillingen, og hvordan de forskjellige instansene kan ha opplevd Covid-19 pandemien og nedstengningene som fulgte.

1.3 Begrepsavklaring

I dette delkapitlet vil jeg komme med en kort definisjon av begrepene som vil bli brukt mye gjennom teksten. Grunnen til at de defineres er både for å gi leseren en forforståelse av begrepene, samtidig som visse begreper kan ha forskjellige definisjoner basert på konteksten de sees i. her vil jeg da avklare definisjonen i samhold med konteksten den vil bli brukt i.

1.3.1 Covid-19

I januar 2020 ble det identifisert et virus ved navn SARS-Cov-2 dette viruset viste seg å være årsaken for sykdommen Covid-19 (FHI, 2022). Grunnet denne sykdommen fulgte to år med nedstengninger av diverse grad, restriksjoner og sosial distansering.

Covid-19 har flere genetiske likheter med SARS-viruset, som også ligger inn under koronavirusfamilien. SARS-CoV-2 ble mest sannsynlig smittet over til mennesker fra flaggermus i slutten av 2019, om dette kom direkte eller via et annet dyr er uvisst. Covid-19 smitter hovedsakelig mest via dråpesmitte. Covid-19 er mest smittsomt i et par dager før symptomstart (FHI, 2022). Dette er nok mye av grunnen til at Covid-19 smitter så fort, da en ikke er klar over at man har blitt smittet og dermed kan smitte videre før en får isolert seg. Noen av de vanligste symptomene for Covid-19 er blant annet rennende nese, hodepine, slapphet og sår hals, dette gjør at Covid-19 er veldig lik en ordinær forkjølelse, dermed kan det være vanskelig å skille disse uten en Covid-19 test (FHI, 2022).

Etter Covid-19 kom til Norge har viruset mutert seg flere ganger, omikronvarianten er den mest smittsomme av mutasjonene, denne varianten gir dermed en mildere sykdom enn de andre mutasjonene gjør. Samtidig er omikronvarianten mer smittsom, dette gjelder også for mennesker som er fullvaksinerte (FHI, 2022).

2.0 Teoretisk referanseramme

I dette kapitlet i oppgaven vil jeg ta for meg de begrepene og teoriene jeg ser på som mest relevante for denne oppgaven. Dette er temaer som har komnt fram etter samtaler med

informanter, i tillegg til begreper og teorier jeg selv ser på som relevante for oppgaven. Jeg vil blant annet ta for meg diverse psykiske lidelser og skoleproblematikk.

2.1 Depresjon

Depresjon kan lett forklart defineres som en psykisk lidelse som i forskjellig grad vil påvirke en persons humør, følelser og atferd (Helsenorge, U. Å.). Depresjon kan være forskjellig for hvert enkelt individ, for noen følger depresjon med følelsen av å være lei seg og være i dårlig humør. For andre sees det på som en alvorlig sykdom som kan føre til problemer med å kunne arbeide og være sosial med venner eller familie. Enkelte mennesker med depresjon opplever sin depresjon på en mer passiv måte, ved at de ikke nødvendigvis er lei seg ofte, men at de trekker seg unna alt og alle, føler ingen glede og mister rett og slett interessen for livet. For disse individene oppleves dagene grå og tiden går sakte forbi. Perioder med depresjon kan vare i alt fra et par uker og opptil flere år (Shamoo & Patros, 1999).

Når vi ser på depresjon hos barn og unge kan det ofte vise seg på litt andre måter enn det ville gjort hos voksne som utvikler en depresjon. Barn og ungdom som utvikler en depresjonslidelse vil vise mer sinne, irritasjon og tilbaketrekning enn voksne individer. Dermed er det viktig at vi tar hensyn til at slik atferd som er nyoppstått hos barn og unge kanskje kan være en depresjon. Depresjon hos barn og unge har også større sannsynlighet for å være forårsaket av miljøet rundt barnet. Depresjon og angst forekommer ofte sammen, når disse opptrer sammen kan det defineres som en komorbid lidelse (Henriksen, 2022).

2.2 Angstlidelser

Det å engste seg over ting og å være bekymret er helt normalt gjennom hele livet, men dersom disse bekymringene og engsteligheten tar overhånd, og som følge fører til at en blir hindret i å leve som normalt kan dette defineres som en angstlidelse. Personer som sliter med angst kan ofte oppleve irrasjonelle bekymringer over dagligdagse ting, slik konstant bekymring kan føre til at en ikke klarer å utføre vanlige dagligdagse aktiviteter, angstlidelser kan også ofte gi søvnproblemer (Helsenorge, 2021). Angst kan også føre til motorisk spenning, det vil si at en er rastløs, skjelver og kan få spenningshodepine. I tillegg til dette kan en også få en autinim overaktivitet, som vil si at en får økt puls og raskere pust, blir svimmel, svetter og kan oppleve tørr munn. Angst kan sees som en psykisk lidelse som framkommer nokså hyppig,

Statistisk sett vil en eller flere angstlidelser framkomme hos én av fire individer i løpet av livet (Henriksen, 2022).

Barn er naturlig engstelige når de er små, da er alt nytt og potensielt farlig for dem. Barn trenger «*støtte og emosjonsregulering i situasjoner der de blir engstelige*» (Henriksen, 2022, s. 83). Angst hos barn utvikles ofte på grunn av at foreldrene selv er engstelige, overbeskyttende eller ettergivene. Dette kan føre til at foreldrene ikke klarer å gi barnet den emosjonsreguleringen og motivasjonen det trenger for å kunne overkomme det som gjorde det engstelig. Dette kan skyldes at det er ubehagelig for foreldrene å se barnet sitt i en ubehagelig situasjon, og dermed bare tar barnet ut av situasjonen uten å vise at «faren» ikke egentlig er skummel. Ettervirkningen av dette er ofte at barnet er nødt til å regulere sine egne følelser der foreldrene burde hjulpet og beroliget barnet. Dette kan ofte forverre situasjonen, da barnet ikke lærer at opplevelsen de hadde ikke var skummel, men heller forblir redd for den samme opplevelsen (Henriksen, 2022).

2.2.1 Sosial angst

En kan se flere forskjellige varianter av angstlidelser, her har jeg kun valgt å dra inn sosial angst, da dette er et tema som er veldig relevant til min problemstilling. I tillegg er dette et tema som har kommet opp i samtaler med informanter i løpet av gjennomføring av intervjuer.

Sosial angst er en angstlidelse som ofte starter i ungdomsalder. Sosial angst er sentrert rundt en frykt for at en skal bli kritisk analysert og gransket av en mindre gruppe mennesker.

Hovedpunktet innen sosial angst handler da altså om hva andre i en mindre gruppe mener om deg. Sosial angst kan ofte avgrenses til spesifikke situasjoner som for eksempel å prate høyt i klassen eller spise foran andre. Sosial angst kan oppstå fra flere hendelser, mobbing og negative opplevelser har stor mulighet for å spille inn her. «*Mange ungdommer som utvikler sosial angst, har vært engstelig fra barndommen av*» (Henriksen, 2022, s. 87). I overgangen fra barn til ungdom lærer vi hvordan vi skal oppføre oss overfor andre, dette kan føre til at ungdom bruker mye tid på å tenke over hvordan de blir opplevd av andre. Når disse tankene og følelsene tar overhånd kan det utvikle seg til en sosial angst (henriksen, 2022).

2.3 Skolevegning

Når barn eller ungdom ikke vil eller ikke klarer å gå på skolen kalles det for skolevegning. Det er viktig å presisere at skolevegning ikke er det samme som skulking, da eleven ofte gjerne selv vil på skolen, men diverse faktorer spiller inn slik at eleven ikke klarer å gå på skolen. Skolevegning kan kjennetegnes ved blant annet at eleven ofte er hjemme i skoletiden, eleven blir synlig opprørt og lei seg når de snakker om eller tenker på å gå på skolen og at eleven generelt viser motstand for å gå på skolen (Rådet for psykisk helse, 2019). Årsaken til skolevegning kan variere, men ofte er det grunnet i en ubehagelig erfaring barnet har hatt i faglige eller sosiale settinger i skolen (NHI, 2022).

En spørreundersøkelse om skolevegning viser at over halvparten av elevene som sliter med skolevegning også opplever mobbing i skolen. Det kom også fram at de fleste elevene som opplever skolevegning ser skolen som et utrygt sted å oppholde seg. I tillegg viser det seg at elever med utviklingsforstyrrelser og nevrologiske sykdommer har en høyere forekomst av skolevegning. Felles for alle elever som sliter med skolevegning er at det finnes flere underliggende problemer som kan være årsakene til dette (NHI, 2022)

3.0 Metode

I dette kapittelet vil valg av forskningsmetode presenteres og begrunnes. En kan dele forskningsmetoder opp i to kategorier; kvalitative eller kvantitative metoder. En kvalitativ metode baserer seg på tilegning av kunnskap fra enkeltindivider gjennom for eksempel intervjuer (Kruuse, 2007). Kvantitative metoder derimot baserer seg mest på data som kan defineres gjennom tall og analyse av statistikk (Grønmo, 2021). Denne oppgaven blir altså å baseres på en kvalitativ forskningsmetode.

3.1 Hva er kvalitativ metode?

Kvalitativ metode baserer seg på det hermeneutiske vitenskapsideal. Hermeneutikk er en fortolkningsteknikk som brukes for å fortolke tekster som ikke gir en øyeblikkelig forståelse for temaet. Poenget med å ha en hermeneutisk framgang innen kvalitativ metode er at en skal kunne fortolke og skape en sammenheng mellom de forskjellige dataene som samles inn. Et viktig fenomen som skiller kvalitative og kvantitative metoder er det at kvalitative metoder i

større grad er subjektive ut ifra informantene, og at en i liten grad har kontroll over hva informanten ønsker å oppgi (Kruuse, 2007).

Kvalitative metoder kan enten dreie seg om gjenstander eller fenomener. Mest relevant for denne oppgaver er den fenomenorienterte kvalitative metoden. Hensikten blir da å belyse et fenomen, ved hjelp av intervju av flere personer som har relevans for temaet som tas opp. Et kvalitativt intervju har som formål å hente inn informasjon fra informantene, som i etterkant bearbeides og fortolkes av intervjueren (Kruuse, 2007).

3.2 Konsekvenser for valg av kvalitativ metode

Når en benytter seg av kvalitative metoder gjennomføres de ofte ved hjelp av intervjuer. Det kan dukke opp diverse problemstillinger i løpet av gjennomføringen av intervjuene. Jeg mener at forskjellige konsekvenser en kan møte på i et kvalitativt forskningsprosjekt kan være at intervjuobjektene kan være litt tilbaketrukkne og gi korte eller ufullstendige svar. Dette kan igjen føre til at intervjuet kan bli for kort, og ikke gir gode nok resultater til å tas med i undersøkelsen. Andre konsekvenser for bruk av kvalitativ metode er at vi som intervjuer ikke har kontroll på hva informanten svarer, eller hvilke meninger informanten har om temaet. Dette kan påvirke oppgaven på både positive eller negative måter.

3.3 Forberedelse til intervju

I forkant av intervjuet kom jeg i samsvar med min veileder fram til at mitt prosjekt ikke var nødvendig å melde inn til norsk senter for forskningsdata (NSD). Dette er på grunn av at mitt forskningsprosjekt ikke samler inn personopplysninger om verken informanter eller klienter.

I forkant av intervjuene brukte jeg mye tid på å lete etter aktuelle informanter. Da mitt tema omhandler ungdoms psykiske helse som følge av Covid-19 pandemien ønsket jeg å komme i kontakt med behandlere som arbeidet med ungdom i aldersgruppen 13-18. Til slutt fikk jeg kontakt med 4 informanter som kunne tenkt seg å stille på et intervju. Disse fire jobber i en eller annen setting innen psykisk helsevern for ungdom. Jeg ønsket blant annet å høre om hvordan Covid-19 pandemien hadde påvirket deres praksis, hvordan ungdoms psykiske helse har endret seg i løpet av denne perioden og om ungdom tar mer eller mindre kontakt for å motta psykisk helsehjelp nå enn de gjorde før. I løpet av en periode på tre uker fikk jeg gjennomført intervjuene.

I følge Kruuse (2007) Kan en dele kvalitative intervju metoder inn i enten semistrukturert eller ustrukturerte intervjuformer. Den semistrukturerte intervjuformen bygger på at en har forberedt en rekke spørsmål en ønsker å stille, men man er derimot ikke bundet til å holde seg til disse. Da kan en gjerne utdype mer eller komme med oppfølgingsspørsmål. En ustrukturert intervjumetode derimot likner mer på en samtale mellom partene. En har da ikke forberedt spørsmål på forhånd, og intervjuet får preg av en mer åpen samtale (Kruuse, 2007).

I min oppgave har jeg dermed valgt å benytte meg av en semistrukturert intervjuform. Dette er fordi jeg har diverse spørsmål jeg ønsket å ta opp med hver enkelte av informantene, samtidig som at jeg er åpen for å stille oppfølgingsspørsmål og høre mer om deres tanker og utdypninger rundt temaene.

3.4 Valg av informanter og gjennomføring av intervju

Da jeg skulle velge informanter var det viktig for meg at intervjuobjektene var mennesker som jobbet med ungdom og psykisk helse. Hovedsakelig var jeg ute etter psykologspesialister, miljøterapeuter eller sosionomer som på en eller annen måte jobbet innenfor barne- og ungdoms psykiatrien. Med tanke på problemstillingen min var det også viktig for meg at intervjuobjektene hadde opplevd enten nedstengningen etter Covid-19 eller ettervirkningen av dette i sitt arbeid. Jeg ønsket å høre deres tanker rundt temaet, og hvordan de har sett endringen i ungdoms psykiske helse. Etter jeg hadde kommet fram til disse avgrensningene begynte jeg å sende eposter til flere psykologspesialister og psykiatriske avdelinger. Etter noen uker med eposter fram og tilbake fikk jeg avtalt intervjuer med fire intervjuobjekter som jobbet både innen den statlig og den private psykiatrien. Enkelte av intervjuobjektene har tidligere jobbet med voksne, for så å gå over til ungdomspsykiatrien i løpet av pandemien, og noen har jobbet hovedsakelig med ungdom for så å gå over til voksenpsykiatrien i løpet av pandemien.

Gjennomførelsen av intervjuene gikk for seg stort sett problemfritt, med unntak av noen utsatte intervjuet grunnet Corona-sykdom på begge ender. For å tilrettelegge best mulig med informantene ble det gjort intervjuer både fysisk og som videointervju digitalt over Zoom. Der intervjuene foregikk digitalt sendte jeg over samtykkeerklæringen på epost i forveien, og gikk gjennom dem muntlig sammen med informanten før intervjuet startet. Informantene det gjelder sendte enten et bilde av signert skjema tilbake til meg, eller samtykket muntlig i forkant av intervjuet.

Under intervjuene kom det fram at de forskjellige instansene hadde hatt nokså like opplevelser av nedstengningene, og hvilke effekter dette har hatt på ungdom og deres psykiske helse. Samtidig kom det fram flere forskjellige tolkninger av temaet i intervjuene, noe jeg vil gå mer inn på i kapitlet om presentasjon av funn.

3.5 Analyse

I dette delkapitlet som omhandler analyse av data har jeg valgt å fokusere på en tematisk analysemetode. I dette delkapitlet kommer jeg til å ta utgangspunkt i Clarke & Braun sin artikkel om tematisk analyse i psykologi.

En tematisk analysemetode er til for å analysere, identifisere og rapportere mønstre eller temaer som en finner i data. Denne analysemetoden kan sees på som en bra metode for forskere som er nykommere innen det kvalitative forskningsfeltet. Tematisk analyse er en metode som blir mye brukt i forskning, men likevel er det ingen klar enighet over hva tematisk analyse faktisk er. Mye av grunnen til dette kan være fordi en ikke vet hvordan forskerne analyserer dataene, dermed kan det være vanskelig å foreta en evaluering av forskningen. Derfor er det viktig å ha en viss klarhet i prosessen og metoden en bruker (Clarke & Braun, 2006).

Når en benytter seg av en tematisk analysemodell kan forskeren ofte finne temaer i dataene som en ikke hadde tenkt på tidligere. Dette gjør dermed denne analysemodellen litt mer «spennende» ved at forskeren kan oppdage temaer som ligger inni dataene en har samlet inn. Det er også viktig for forskningen at den teoretiske referanserammen stemmer overens med metoden og det forskeren ønsker å få klarhet i (Clarke & Braun, 2006).

Den tematiske analysemodellen kan deles opp i seks forskjellige analysefaser, jeg vil gjøre en kjapp redegjørelse for disse. Det første trinnet går ut på å gjøre seg kjent med dataene en har samlet inn, dette gjøres oftest ved å transkribere dataene en har samlet inn på intervju. Videre går andre fasen ut på å generere innledende koder. Dette vil si at en lager en liste med hvilke temaer en ser i dataene, og trekker frem de som virker mest interessante for forskeren. Her går gjerne prosessen i kodingen ut på at en organiserer dataene i grupper som er relevante for hverandre. Videre i den tredje fasen vil man foreta et søk etter temaer i dataene. Til nå i prosessen vil en ha en liste med temaer som kom fram i de tidligere fasene, her vil en sette disse i grupper og samle de temaene som er relevant for hver gruppe. Den fjerde fasen går ut på gjennomgangen av temaer. Her kan en finne ut av hvilke temaer som har tilstrekkelig data

til å støtte opp temaene. Temaene en finner bør ha en meningsfull sammenheng, men samtidig være forskjellige nok til å kunne skille mellom dem. Den femte fasen går ut på at en navngir og definerer temaene sine. Til nå vil en ha opprettet et tematisk kart over temaene og dataene sine, her skal en da avgrense og definere temaene en vil ta med seg videre i analysen. Til slutt i den sjette fasen vil en utarbeide rapporten. Her drar du inn all informasjonen du har opparbeidet i de tidligere fasene, og presenterer dataene dine på en måte som viser relevans til temaene du ønsker å forske på (Clarke & Braun, 2006).

3.6 Etikk

Etikk beskrives som læren av moral (Sagdahl, 2020). Når det kommer til etikk innen forskning er troverdigheten til forskningsprosjektet avhengig av at forskeren klarer å følge de etiske prinsippene for forskning. Forskningsinstitusjoner og forskere har alle et lovpålagt ansvar for å se til at forskningen skal skje i henhold til de gjeldende forskningsetiske normer. Dermed kan det også være en utfordring å komme *«fram til hvilke metoder, vurderinger og verdier som skal bestemme hvilke begrensninger som skal pålegges forskningen.»* (Regjeringen, 2021, 3. Oktober). I tillegg har forskningsinstitusjoner et ansvar for å sikre at all forskning som skjer i deres regi holdes til de anerkjente etiske forskningsnormer (Regjeringen, 2021).

Et viktig etisk prinsipp innen forskning er at informantene til studien er klar over hva de samtykker til og at de vet at de har en egen autonomi over hva som tas med i studien (Hammersley & Traianou, 2012). I min forskning har jeg tatt hensyn til dette ved å gi alle informantene et samtykkeskjema som kan sees i «Vedlegg 1». Her får de informasjon om hva studien går ut på, samtidig som den informerer om hva slags data som samles inn. I mitt tilfelle er dette at intervjuet tas opp med hensikt for transkribering, og deretter blir slettet. De blir også informert om at de kan trekke tilbake samtykke dersom de skulle ønske dette. Samtidig ble de informert om at intervjuet var anonymt og ikke ville ta med noen personopplysninger om informantene. Selv om informasjonen jeg ville samle inn i intervjuene ikke kan anses som følelsesmessig belastende for informantene mente jeg at det likevel var viktig å informere om dette.

4.0 Presentasjon av funn

I dette kapittelet i teksten min vil jeg presentere og drøfte funn fra samtaler med informanter. Etter å ha fulgt den tematiske analysemodellen som ble presentert i kapitlet om metode, har jeg kommet fram til tre hovedtemaer fra intervjuene jeg syntes var interessante og ønsker å se mer på. Jeg vil presentere temaene og hva som kom fram i intervjuene, samtidig som jeg drøfter temaene ved bruk av teori.

4.1 Ensomhet

Ensomhet er et tema som kommer fram gjennom flere av samtalene med informantene, hovedsakelig kommer dette fram som et tema når vi prater om skoleproblematikk gjennom Covid-19 pandemien. Intervjuobjekt 1 drar fram at etter Covid-19 pandemien har antallet som kommer fram med at de er ensomme økt. Samtidig drar intervjuobjekt 1 også fram at symptomene har blitt sterkere når det kommer til blant annet ensomhet og håpløshet. Intervjuobjekt 4 nevner også at etter-effekten av alle nedstengningene av forskjellige grader har ført til en økt grad av ensomhet og isolering hos ungdom. Intervjuobjekt 3 kommenterer også at vi nå i etterkant ser konsekvensene av alle restriksjonene som har vært, og det er gjerne nå en ser problematikken ensomhet og isolering har skapt hos ungdom.

Tidligere i 2022 kom Stavanger kommune ut med en rapport som tar for seg ungt utenforskap i Stavanger kommune. Selv om denne artikkelen kun tar for seg ungt utenforskap i Stavanger kommune har jeg likevel valgt å ta den med da jeg mener funnene kan gjenspeile hvordan dette temaet har påvirket ungdom i resten av landet også.

Mæstad et. Al (2022) viser til at utenforskap i hovedsak går ut på lite deltakelse i både arbeidslivet og innen utdanning. En ser gjerne på disse temaene når en skal «måle» nivåer av utenforskap da disse er mulige å både måle og sammenlikne med andre resultater. Et annet begrep en kan benytte når en snakker om utenforskap er marginalisering. Marginalisering ses som faktorer som bidrar til at en blir mer utsatt og «på utsiden» av samfunnet. Når Mæstad et. Al. (2022) tar for seg begrepet utenforskap her siktes det til både deltakelse i utdanning og arbeidslivet, men også til andre sosiale arenaer som for eksempel familie, fritidsaktiviteter og sosialt samvær med venner. Samtidig er det viktig å få fram at følelser av utenforskap er subjektive, og dermed oppleves forskjellig fra person til person (Mæstad et. Al., 2022).

Etter intervjuer gjort med ungdommer selv ble det spurt om hva som fører til at unge i dag havner i en risiko for å bli utenfor. Rapporten drar fram blant annet at folk som strever både fysisk eller psykisk i forskjellig grad har en større sjanse for å havne utenfor. I tillegg dras det også fram at folk som mangler sosiale sirkler og initiativ også kan ligge i denne faresonen (Mæstad et. Al. 2022).

En ting som har kommet fram er at ungdom har blitt mer ensomme og marginaliserte i løpet av pandemitiden, dette reflekteres både i samtaler med intervjuobjekter og forskning som har blitt gjort på dette temaet. Det at ungdom sliter med å integreres tilbake i samfunnet vises godt, både når det kommer til skole og arbeidsliv, men også når det kommer til det sosiale aspektet. Jeg tror at mange ungdom har blitt veldig påvirket av alle nedstengningene som har vært de siste årene, og dermed sliter mange av de med å være i en situasjon der en skal møte andre mennesker fysisk. Dette gjelder da særlig hvis ungdommen har en underliggende form for sosial angst, da nedstengningene har ført til at de ikke får utfordret denne angsten, og dermed blir det å være sosiale med andre mye mer skummelt enn det var før. Dette nevnes også i samtalene med intervjuobjektene der det kommer fram at ungdom føler seg mer ensomme som følge av pandemien. Likevel mener jeg at det er viktig at kommunene rundt om i landet setter opp systemer som skal hjelpe mot ungt utenforskap, slik at unge kommer seg tilbake inn i arbeidslivet eller i utdanning.

4.2 En digitalisert hverdag

Gjennom intervjuene kom det fram at som følge av Covid-19 pandemien kom det et økt skjermbruk og en økt digitalisering av ungdom. Over de fire intervjuene jeg gjennomførte ble det nevnt problematikk rundt det å skulle drive behandling digitalt, positive og negative sider ved digital undervisning og økt bruk av sosiale medier og gaming blant ungdom. Jeg vil gå inn på hver av disse underkategoriene og ta for meg hva som kom fram i intervjuene om disse temaene, samtidig som jeg vil drøfte temaene ved bruk av relevant forskning og artikler.

4.2.1 Skoleproblematikk

Særlig i samtalen med intervjuobjekt 3 og intervjuobjekt 4, tas temaet om digital skole opp som noe som flere ungdommer sliter med, særlig når det kommer til å skulle dra tilbake til skolen etter nedstengningene. Intervjuobjekt 4 drar fram at flere ungdommer har hatt såpass dårlig utbytte og oppfølging av den digitale skolehverdagen, noe som har ført til at disse

ungdommene har falt helt av hesten. Videre drar intervjuobjekt 3 inn at det gjerne er de ungdommene som allerede har dårlig fungering i skolen som har falt lengst bak. Samtidig så drar de også inn at enkelte elever også kan ha dratt nytte av digital skole. De nevner at en del av deres pasienter sliter med å være sosiale med andre, så for dem så har det vært nokså ok og faktisk kunne ha fulgt undervisningen digitalt. De drar dermed fram at det kan være både positive og negative effekter av digital skole når det kommer til deres pasientgruppe.

Grande (2021) drar fram at digital undervisning i skolen kan lede til mindre motivasjon. Forskingen som kommer fram i denne artikkelen er at overgangen til digital undervisning har ført til større utfordringer for elever som sliter med å utsette oppgaver og gjøremål. Slik utsettelsesarbeid er allerede noe som preger studiehverdagen til flere studenter, men særlig etter overgangen til digital undervisning har det blitt sett en økning innen dette. Det kommer fram at grunnen til dette er at en er nødt til å strukturere sin egen dag, noe som gjør det vanskelig å holde seg til sin egen strukturering. Mye av dette går på egen motivasjon, det å sitte hjemme med digital skole i flere timer kan gjøre at en fort mister motivasjonen, da særlig hvis en allerede sliter med utsettelsesarbeid. Derimot har det også komt fram at studenter som ikke sliter med utsettelsesarbeid er mer effektive når det kommer til studiearbeid, dette er på grunn av at det ikke nødvendigvis er så mye annet som skjer i hverdagen så de bruker dermed lenger tid på skolearbeid (Grande, 2021).

Det er viktig å presisere at denne artikkelen har en ganske stor avgrensning ved at studien er gjort på ett undervisningssted, med en mindre gruppe studenter som informanter. Dermed er det ikke en selvfølge at dette er gjeldene for andre studiesteder eller aldersgrupper. Likevel kan en si at artikkelen gir et generelt overblikk over hvordan digital undervisning kan påvirke elever uavhengig av studiested og alder.

Jeg mener at artikkelen belyser mye av det som kom fram angående digital undervisning i samtale med informantene. Intervjuene viser at det ofte er ungdom som allerede sliter på skolen som faller lengst bak som følge av digital undervisning. I artikkelen kommer det fram at det er det å skulle strukturere sin egen dag som oftest fører til at en faller litt bak når det kommer til arbeidsmoral og motivasjon. Som det nevnes i intervjuene blir det vanskeligere og vanskeligere for ungdom å komme tilbake i skolehverdagen, særlig om de har falt såpass langt bak resten av aldersgruppen sin. Selv om studien overfor er gjennomført med tanke på studenter innen høyere utdanning ser jeg at dette gjerne kan gjelde for yngre skoleelever, som også har måtte hatt digital undervisning over lengre tid.

4.2.2 Behandling

I samtaler med informantene kom det fram på to av tre intervjuer at de opplevde at ungdom ikke ønsket å ha behandlingssamtaler digitalt. Intervjuobjekt 1 nevner blant annet at da de skulle starte med digitale behandlingssamtaler, hadde de fått beskjed at dette med å være mye digital og på nett var så vanlig for ungdom at det ikke kom til å bli noe problem. Derimot var dette ikke opplevelsen til verken intervjuobjekt 1 eller intervjuobjekt 2, de opplevde at ungdom ikke hadde noe særlig interesse for å motta behandling digitalt, og heller hadde et behov for å møte opp fysisk til samtaler. Dermed ble faktisk terskelen for å motta digital behandling høyere enn en skulle trodd.

En artikkel fra Bekkelund (2021) tar for seg dette temaet. Her tar de fram bruken av digital behandling i et positivt lys. Artikkelen drar fram hvordan digitale behandlingsmuligheter kan hjelpe ved å øke kapasiteten for å få psykisk helsehjelp. Samtidig drar forfatteren også fram at digitale behandlingsmuligheter kan være med på å senke terskelen for å ta kontakt for å motta psykisk helsehjelp (Bekkelund, 2021).

Her kan vi se en komplett motsetning til hva behandlere opplever versus hva forskning rundt temaet sier. Artikkelen virker som den vinkler seg hovedsakelig mot behandling av voksne, samtidig mener jeg at den vil være relevant for ungdom i behandling. Det kommer fram noen klare motsetninger mellom artikkelen og hva som oppleves av behandlere, artikkelen mener at digital behandling kan senke terskelen for å ta initiativ til egen behandling. Derimot mener intervjuobjekt 1 at terskelen har blitt noe høyere når det kommer til digital behandling. Jeg tenker at grunnen til at ungdom heller ønsker fysiske behandlingssamtaler overfor digitale samtaler blant annet kan være grunnet privatliv. Om en skal ha behandlingssamtaler digitalt hjemmefra kan familiemedlemmer eller andre overhøre samtaler de helst ikke vil dele med familien. I tillegg kan det også være grunnet i det at ungdom allerede bruker mye tid digitalt, og at de heller ønsker fysiske behandlingssamtaler for å kunne prate til behandleren uten distraksjoner på telefon eller datamaskin.

4.2.3 Gaming og sosiale medier

Når det kommer til dette med gaming og bruk av sosiale medier kom intervjuobjekt 2 med et utsagn om at ungdommene får et behov dekt hjemmefra når det kommer til gaming og sosiale medier. Før gaming og sosiale medier kom til hadde ikke ungdommene noe annet å gjøre, så

da var det mer gunstig for dem å komme seg gjennom skolehverdagen eller møte venner på fritiden i stedet for å sitte hjemme med foreldrene. Mens nå til dags kan ungdommer få dekt dette sosiale behovet fra soverommet sitt via gaming eller sosiale medier, dermed blir det å gå ut å være med venner et dårligere alternativ. Dette gjelder særlig dersom ungdommen sliter med en form for sosial angst i tillegg, da er det lettere for dem å være sosiale over internett i stede for å faktisk gå ut å utfordre angsten sin. Intervjuobjekt 3 og intervjuobjekt 4 nevner også det at på sosiale medier er det muligheter for å få nye venner og relasjoner, men også en sannsynlighet for at en blir mer utestengt.

Svenningsen & Siqveland (2021) drar fram både positive og negative aspekter ved gaming og skjermbruk hos ungdom i sin masteroppgave. Det kommer fram at ungdom i dag kommuniserer mye mer over internett en det de yngre generasjonene gjør. I en koronapreget hverdag med færre møter med jevnaldrende er det større sannsynlighet for at ungdom tilbringer mer tid på internett og sosiale medier enn normalt for å kunne «*ivareta relasjonene sine*» (Svenningsen & Siqveland, 2021, s. 20). Gaming over nett kan også være med på å bygge positive relasjoner samtidig som det gir en større følelse av tilhørighet, dette gjelder ofte særlig hos gutter, da gaming ofte er en større faktor i deres vennskap enn hos jenter. Samtidig drar Svenningsen & Siqveland (2021) frem at noe tidligere forskning viser til at videospill over nett kan kobles opp mot depressive symptomer hos ungdom. I gjennom forskningen som ble gjort i forhold til denne masteroppgaven viste resultatene at det ikke ble funnet en spesifikk sammenheng mellom gaming over nett og psykiske plager, likevel drar Svenningsen & Siqveland fram at det heller ikke har kommet ut noe forskning som drar frem dette temaet i et positivt lys.

En kan stort sett se en god del likheter mellom artikkelen til Svenningsen & Siqveland (2021) og funnene som har kommet fram i løpet av samtale med intervjuobjektene. Begge nevner dette med at gaming over nett fort kan ha negative påvirkninger på ungdom, særlig om dette gjøres i ukontrollerte mengder. Selv mener jeg at gaming kan være både sosialt og gunstig, samtidig som jeg ser hvordan det kan påvirke ungdoms psykiske helse om gamingen tar overhånd i livet deres. Som det kommer fram i samtale med intervjuobjektene er jeg enig i at dersom det sosiale behovet som vi mennesker har blir dekt over nett, enten det er ved hjelp av gaming eller sosiale medier, blir det mindre gunstig å være sosiale sammen med andre jevnaldrende. Som nevnt av intervjuobjekt 2 kan slike sosiale vansker framkomme særlig dersom ungdommen allerede sliter med diverse psykiske helseplager. Svenningsen & Siqveland drar også fram at «*muligens benytter ungdom med psykiske helseplager i større*

grad skjerm som en distraksjon eller mestringsstrategi, sammenliknet med ungdommer uten slike plager.» (Svenningsen & Siqveland, 2021, s. 20). Selv vil jeg si meg både enig og uenig i dette, jeg mener at ungdom som bruker eksessiv tid på gaming kan slite med psykiske helseplager, men samtidig tror jeg ikke at det er gamingen som har skyld i dette. Derimot tror jeg ungdom bruker gaming som en måte å takle sine psykiske helseplager på en passiv måte, ved å stenge både plagene sine og resten av verden ute.

4.3 Verdien av gruppetilbud og samspill med andre

De aller fleste av informantene nevnte viktigheten av å ha gruppemøter med ungdommen, og at det var kjipt for både behandlere og ungdommen da disse stengte ned. Særlig intervjuobjekt 2 drar fram at det å få med seg ungdommen ut, enten det er en kjøretur, ut i skogen eller rett og slett bare komme seg ut av et kontor hjelper utrolig mye for ungdommen. Intervjuobjekt 2 nevner også at både behandlere og ungdommen syntes at det var utrolig dumt når alt av felles aktiviteter ble stengt ned, da dette var en mulighet for ungdom med lik problematikk å møtes i grupper. Dette var positivt både ved at ungdommen kom seg ut, men også ved at de fikk sosialisert seg med andre jevnaldrende ungdom.

Stavanger kommunes rapport om ungt utenforskap drar også inn viktigheten av å gi tilfredsstillende gruppetilbud for unge. Det kommer fram at unge som sliter med utenforskap i sosiale settinger har et stort behov for trygge arenaer der de kan øve på sosiale ferdigheter og oppleve en tilhørighet sammen med andre i liknende situasjoner og få veiledning av trygge ansatte. Som følge av denne rapporten ble ungdom intervjuet om dette temaet, det kommer fram at for å skape et godt og trygt miljø der alle kan bli inkludert er det viktig at tilbudene legger til rette for gode sosiale muligheter blant deltakerne, samtidig som de erkjenner og kan håndtere eventuell dramatikk som kan oppstå i situasjoner der flere sårbare mennesker samles. Samtidig legges det også vekt på at en skal bli tatt godt imot og bli inkludert i aktiviteter fra begynnelsen, samtidig som det også bør være lov å komme dit uten å delta i aktiviteter. Det er også utrolig viktig for ungdommen at alle aksepteres, at en kan tilrettelegge for ungdom som har behov for ekstra støtte og tilrettelegging i hverdagen (Mæstad, et. Al. 2022).

Som det kommer fram fra både samtaler med informanter og fra rapporten fra Stavanger kommune er det utrolig viktig for ungdom å kunne møtes i en sosial arena, enten dette blir sett fra et behandlingsperspektiv eller fra et sosialt perspektiv. Jeg mener at ungdom har veldig godt av å komme seg ut å møte andre for å være sosiale, særlig hvis ungdommen sliter

psykisk fra før av. Det å være sosial og få gode erfaringer med dette øker sjansen for at ungdommen selv ønsker å gå ut for å møte andre. Det å kunne utvikle seg en sosial sirkel med venner som en trives med tror jeg kan påvirke ungdommen veldig positivt. Likevel er det mange ungdom som sliter med akkurat dette, derfor syns jeg at rapporten fra Stavanger kommune drar fram viktige aspekter ved å skape en møteplass for alle, der en kan komme for å møte andre å gjøre aktiviteter som blir tilrettelagt av de ansatte, dermed får ungdommen et lite «push» inn i den sosiale settingen noe som gjør det enklere å ta kontakt med andre.

5.0 Diskusjon

I dette kapittelet vil jeg diskutere og drøfte problemstillingen min. Her vil jeg benytte meg av funn fra intervjuene og relevant teori til å ta for meg problemstillingen. I dette kapitlet vil jeg hovedsakelig bruke ungdata-undersøkelsene fra 2019 og 2021 for å diskutere min problemstilling, jeg har valgt å ta for meg disse da de gir et overblikk over ungdoms endring når det kommer til psykisk helse før og etter Covid-19 pandemien. I tillegg vil jeg også supplere med andre artikler med relevant info som jeg ser kan være nyttig til min problemstilling.

5.1 ungdataundersøkelsen

I dette delkapitlet ønsker jeg å ta for meg ungdata undersøkelsen. Først vil jeg ta for meg kort hva ungdata undersøkelsen er og hva den går ut på, videre vil jeg ta for meg resultatene for ungdataundersøkelsene fra 2019 og 2021 for å senere diskutere dette opp mot min problemstilling. Jeg har valgt disse spesifikke årstallene da 2019 er året før covid-19 pandemien slo til for fullt, og resultatene fra dette året kan gi en god base for hvordan ungdoms psykiske helse var før pandemitiden. Videre valgte jeg å ta for meg 2021 da dette er den mest nylige av ungdataundersøkelsene som har blitt publisert. Dermed kan jeg da ta for meg resultatene av undersøkelsene fra 2019 og 2021 og se disse opp mot hverandre og se om det finnes store forskjeller på hva ungdommen har svart i løpet av de siste årene. Når jeg drar fram viktig informasjon fra disse resultatene vil jeg hovedsakelig ta for meg temaene skole, fritid, helse og relasjoner, i tillegg vil jeg presisere at når jeg tar for meg ungdoms helse vil jeg fokusere mest på psykiske plager, stress og press i hverdagen.

5.1.1 Hva er ungdata?

Ungdata er en undersøkelse for barne- og ungdomsskoleelever i hele Norge der de får spørsmål om flere viktige temaer som angår livet deres, det kommer fram blant annet hvordan de har det i hverdagen, om de trives på skolen og hva de liker å gjøre på fritiden.

Undersøkelsen tar også for seg spørsmål om rus, seksualitet og vold på ungdomstrinnet og i videregående skole. Undersøkelsen tar for seg såpass mange viktige aspekter ved det å være ungdom så den gir et godt innblikk i hvordan hverdagen til ungdom er i dag (Ungdata, U. Å.).

5.1.2 Ungdata resultater fra 2019

5.1.2.1 Skole

Skolen er en sentral del av ungdoms hverdag, og her tilbringer de store deler av dagene sine. Derfor er det viktig at skolen kan være en arena der ungdommen kan trives og ha det fint. I 2019 svarte 62% på ungdomstrinnet og i videregående opplæring at de trives på skolen. I en annen tabell kommer det også fram at ungdom med lav sosioøkonomisk status har lavere trivsel på skolen enn ungdommer med høy sosioøkonomisk status, dette gjelder for både ungdomstrinnet og videregående opplæring. Felles over alle klassetrinn er jenter generelt mer stresset over skolearbeidet enn det gutter er. Samtidig er antallet elever som skulker generelt lavt, likevel ser vi en økning fra ungdomstrinnet til videregående opplæring på hvor mange elever som dokumenterer å ha skulket mer enn en gang i løpet av det siste året (Bakken, 2019).

5.1.2.2 Fritid

Når vi tar for oss fritid og fritidsaktiviteter som blir presentert i tenkes det da hovedsakelig på organisert fritid, mediebruk, samvær med venner og livet hjemme. Organiserte fritidsaktiviteter er også en viktig arena for sosialisering utenfor skolen og inkluderer ofte mer uformelle situasjoner enn det en undervisningssituasjon gjør. Likevel kommer det fram at elever ved ungdomsskoler har en høyere deltakelse i organiserte fritidstilbud enn det videregående elever har. Det kommer fram at idrettslag er den fritidsorganisasjonen som har flest deltakere i løpet av en måned, det kommer fram at 63 prosent ungdomsskoleelever og 40 prosent videregående elever har deltatt i et idrettslag i den siste måneden. I tillegg kommer det fram at av videregående elever er det en større andel gutter som deltar i diverse fritidsorganisasjoner enn det jenter gjør, derimot er antallet gutter og jenter mer likt i ungdomsskolen (Bakken, 2019).

Når det kommer til fritidsaktiviteter som ikke inngår i organiserte aktiviteter rapporterer over av halvparten av ungdommene ved ungdomstrinnet og videregående opplæring at de var ute med venner store deler av kvelden i løpet av en uke. Likevel bruker ungdom fremdeles mye tid på skjermbruk og ulike medier, det kommer fram at omtrent en tredjedel av ungdom i videregående opplæring og ungdomstrinnet bruker i gjennomsnitt over 4 timer på skjermbruk i løpet av en dag, og omtrent halvparten av ungdommene rapporterer å bruke mellom to og fire timer på skjermbruk i løpet av dagen (Bakken 2019).

5.1.2.3 Helse

Ved spørsmål om stress og press i hverdagen rapporterer flesteparten av ungdom at de føler på press for å gjøre det bra på skolen og press for å ha en fin kropp eller se bra ut. Ut i fra disse resultatene er det et stort flertall av jenter som rapporterer å oppleve press på disse områdene. Dette har derimot ikke veldig mye å si på deres sosioøkonomiske status, da dette er nokså jevnt over resultatene. Det kommer også fram at når det kommer til å oppleve såpass mye stress at en har problemer med å takle det regjerer jenter på dette området også, over halvparten av jenter rapporterer å slite med å takle press. Samtidig rapporterer over halvparten av gutter ikke opplever problemer med dette (Bakken, 2019).

Ungdomstiden kan være en veldig sårbar tid for mange, og psykiske helseplager kan ofte utvikle seg i denne perioden. Det kommer fram at elever ved videregående opplæring er de som rapporterer flest psykiske helseplager i forhold til ungdomstrinnet. Deltakerne fikk spørsmål om de bekymret seg mye, har søvnproblemer, føler seg trist eller deprimert, føler på håpløshet når det kommer til fremtiden, føler seg stive og anspente og om de følte at alt er et slit. Her har en større prosentandel av videregående elever rapportert at de er enige i disse utsagnene. Delt opp i kjønn vises det at det er flest jenter som har rapportert psykiske helseplager over alle trinn. Det kommer også fram at lav sosioøkonomisk status kan ha en effekt på dette, da større prosentandel av elever som har rapportert psykiske plager også kommer fra familier med lav sosioøkonomisk status. Andelen av elever som rapporterer å være plaget av ensomhet har økt fra tidligere år, hos jenter ligger den høyeste prosentandelen på sytten prosent på tiende trinn og vg1. Hos gutter ligger den høyeste prosentandelen på åtte prosent jevnt gjennom vg1, vg2 og vg3. Vi ser altså at jenter opplever mer ensomhet enn det gutter gjør i 2019 (Bakken, 2019).

5.1.2.4 Relasjoner

Relasjonelt sett tenker vi hovedsakelig på forhold med foreldre og venner. På både ungdomstrinnet og i videregående opplæring rapporterer de aller fleste ungdommen at de er

svært fornøyde med foreldrene sine, mens antallet som rapporterer at de er litt misfornøyde eller svært misfornøyde ligger på under 10 prosentpoeng. Samtidig rapporteres det at foreldrenes oversikt over ungdommens venner minker fra ungdomsskolen til videregående opplæring, her rapporterer gutter også lavere prosentandel enn det jenter gjør jevnt over videregående opplæring og ungdomstrinnet (Bakken, 2019).

Vennskap er noe som er utrolig viktig i løpet av ungdomstiden, vi ser at flesteparten rapporterer å ha minst en venn de kan stole fullstendig på. Samtidig rapporterer elleve prosentpoeng på ungdomstrinnet og ti prosentpoeng på videregående at de ikke tror de har en eneste venn eller mener de ikke har noen venner for tiden. Antallet ungdommer som rapporterer at de har en nær venn de kun har kontakt med over nett er nokså høyt i ungdomsskolealder, også minker det utover videregående opplæring, her ser vi også at gutter har høyere prosentpoeng enn det jenter har (Bakken, 2019).

5.1.3 Ungdata resultater fra 2021

5.1.3.1 Skole

Etter at skolene ble stengt ned ble skolehverdagen til ungdom preget av hjemmeskole og digital undervisning. De fleste elevene rapporterte at de er fornøyde med skolen de går på, og dette ligger nokså jevnt når det sammenliknes med tidligere år. Samtidig rapporterer de aller fleste at de trives på skolen. Antallet elever som kjeder seg på skolen er samtidig relativt høy, med 77 prosentpoeng i ungdomsskolen og 67-69 prosentpoeng i videregående opplæring. Samtidig rapporterer tretti prosent av elever at de svært ofte opplever stress som følge av skolearbeidet, av disse er flesteparten jenter (Bakken, 2021).

5.1.3.2 Fritid

Ut i fra ungdataundersøkelsen kommer det fram at antallet som er med eller har tidligere vært med i organiserte fritidstilbud er nokså jevnt med årene før, men vi ser at de aller fleste rapportere å ikke kunne deltatt på disse i den siste måneden som følge av pandemien. Det kommer fram at de som har fått deltatt mest i sin aktivitet er de som er med i et idrettslag, mens fritidsklubber, korps, kulturskole og andre aktiviteter rapporterer færre møter eller øvelser innen sin organisasjon (Bakken, 2021).

5.1.3.3 Helse

Ved spørsmål om deltakerne opplever press i hverdagen svarer mange at de opplever press på å gjøre det bra på skolen og press for å ha en fin kropp eller se bra ut. Av disse er det aller

flest jenter som rapporterer press på disse områdene. Antallet ungdommer som rapporterer å slite med søvnproblemer, føler seg ulykkelige eller deprimerte, følt på håpløshet med tanke på framtiden, bekymret seg mye, følt at alt er et slit eller følt seg stiv og anspente er ganske høyt. Antallet som har rapportert å ikke oppleve noen av disse plagene ligger generelt under 40 prosentpoeng, mens resten har rapportert å være lite plaget, ganske mye plaget eller veldig mye plaget. Av de som har rapportert å ha psykiske plager i løpet av de siste syv dagene er det flest jenter som har rapportert dette (Bakken, 2021).

5.1.3.4 Relasjoner

De aller fleste ungdommer mener at de har minst en venn de kan stole på og kan prate med alt om, samtidig rapporterer elleve prosent av deltakerne at de ikke har noen venner eller at de ikke tror de har en venn de kan stole på eller prate med alt om. Vi ser også at antallet ungdomsskoleelever som rapporterer å være ute med venner på kveldstid minst to ganger i uken har økt, derimot har antallet videregående elever som rapporterer det samme holdt seg på samme nivå. Når det kommer til ensomhet rapporterer en stor andel av ungdommer å ikke være plaget i det hele tatt, samtidig rapporterer 26 prosent av ungdommer være ganske mye eller veldig mye plaget med ensomhet (Bakken, 2021).

Når det kommer til foreldrene kommer det fram at de fleste ungdommer rapporterer å være svært fornøyd med foreldrene sine, mens mindre enn ti prosent rapporterer å være litt eller svært misfornøyd med foreldrene sine. Samtidig ser vi også at gutter ser ut til å være mer fornøyde med foreldrene sine enn det jenter er i løpet av ungdomstrinnet og videregående opplæring. Det kommer også fram at foreldrene har relativt godt innsyn i livet til ungene sine når det kommer til hvem de er med på fritiden og hva de driver med. Det rapporteres også at svært få opplever at foreldrene ikke strekker til økonomisk når det kommer til å betale for fritidsaktiviteter som bursdager, kino eller idrett ungdommen ønsker å delta på (Bakken, 2021).

5.1.4 Er det en forskjell i resultatene?

Videre vil jeg nå se på hvilke forskjeller vi kan se innen de relevante kategoriene i ungdataundersøkelsen. Jeg vil hovedsakelig se på hva som har endret seg på denne tiden, dette vil da si ting som enten har endret seg positivt eller negativt når det kommer til hva ungdommen har svart på spørsmålene som har blitt presentert i ungdataundersøkelsen.

Når det kommer til skolelivet kan en si at dette har endret seg mye med tanke på at mye av undervisningen i de siste årene har gått digitalt ved hjelp av hjemmeskole. Elevene mistet da en viktig arena for sosialisering og vennsbygging (Bakken, 2021). Det kommer fram av resultatene fra 2021 at trivselen på skolen har gått ned et par prosentpoeng fra 2019. Samtidig ser vi også at antallet elever som kjeder seg på skolen har gått opp med kun et par prosentpoeng på både videregående skole og på ungdomstrinnet. Derimot ser vi at antallet elever som svært ofte opplever stress som følge av skolearbeidet (Bakken, 2021). Dette tror jeg kan ha med å gjøre at mye av undervisning og oppgaver skjer digitalt, noe som både kan gjøre det vanskelig å følge med, men også gjøre terskelen for å be om hjelp til skolearbeidet høyere.

Når det kommer til organiserte fritidsaktiviteter ser vi veldig tydelig at muligheten for å møte opp til disse har sunket mye. De aller fleste hadde i løpet av en måned ikke fått møtt opp til sine aktiviteter i det hele tatt. Likevel finnes det alltid unntak, og vi ser at idrettslag er de som har fått muligheten til å møte opp til trening oftest (Bakken, 2021). Dette tror jeg har mye med at idrettstrening ofte kan gjennomføres utendørs, noe som gjør at en kan holde større avstand og at sannsynligheten for å bli smittet med Covid-19 blir mindre.

Når det kommer til psykiske helseproblemer som blir rapportert ser vi at psykiske helseplager hos gutter på ungdomstrinnet og i videregående opplæring er nokså likt i 2021 som det var i 2019. Derimot ser vi at jenter i ungdomsskolealder rapporterer å slite mer med psykisk helse enn det de gjorde i 2019, mens antallet jenter i videregående alder ligger nokså likt i 2021 som det gjorde i 2019. I tillegg ser vi at elevene opplever noe mer press for å gjøre det bra på skolen og for å se bra ut i 2021 enn det de gjorde i 2019, her ser vi fremdeles at hovedgruppen som rapporterer press på disse punktene er jenter (Bakken, 2021).

Relasjoner er en viktig del av ungdomstiden og skolegangen til ungdom. Det å ha venner på ens egen alder vises å være en god kilde til støtte, bekreftelse og tilhørighet. Ut i fra ungdomsundersøkelsen kommer det fram at prosentandelen ungdomsskoleelever som rapporterer å ha minst en fortrolig venn har gått ned med to prosent i 2021, derimot ligger fremdeles tallene på 88 prosent som likevel er en stor andel av elevene. Samtidig ligger rapporten fra elever ved videregående opplæring på de samme prosentene som de lå på i 2019. Vi ser også at antallet ungdomsskoleelever som rapporterer å være ute mesteparten av kvelden minst to kvelder i uken har i 2021 gått opp et par prosent fra det resultatet var i 2019, mens antallet videregående elever som rapporterer det samme har gått ned et par prosent i 2021 i forhold til i 2019. Vi ser også en positiv økning når det kommer til hvor fornøyde

ungdommen er med foreldrene sine, vi ser at antallet fornøyde i både ungdomsskolen og i videregående opplæring har økt med et par poeng (Bakken, 2021).

5.2 Hva kom fram i intervjuene?

I løpet av de tre intervjuene jeg holdt med informantene kom det fram hva de som jobber sammen med ungdom i en behandlingssituasjon mener. Det kommer fram om de mente at ungdoms psykiske helse har endret seg eller ikke, samtidig som de kommer med viktige utsagn angående behandling av ungdom med psykiske helseplager i løpet av de siste årene. Jeg vil nå gå gjennom hva som kom fram som følge av disse intervjuene og hva intervjuobjektene selv mente om temaet.

Alle fire informantene var enige i at nedstengningene som kom som følge av pandemien hadde en stor påvirkning på deres praksis. Noen opplevde at de måtte stenge ned alt av gruppebehandling de hadde over lengre tid, mens andre opplevde at periodene etter den første nedstengningen hadde ungdommen sluttet helt å ta kontakt i en stund. Alle bet seg også merke i at ungdommen selv ikke var særlig interessert i å motta behandling digitalt, det kom altså fram at de aller fleste ønsket å møte opp til behandling fysisk. Selv om det kom fram at antallet henvisninger minket en god del etter den første nedstengningen opplever ikke informantene at ungdom gruer seg mer for å ta kontakt for å motta psykisk helsehjelp. Tvert i mot virker det som om ungdom har blitt mer åpne for å motta behandling, særlig etter dette har vært et stort tema i mediene.

Når informantene fikk spørsmål om de opplevde at ungdom sliter mer psykisk nå enn det de gjorde før pandemien sier de fleste seg nokså enig. Det kommer særlig fram at ungdommen som slet med sosial angst før pandemien gjerne sliter enda mer nå på grunn av all isolasjonen som har vært, som dermed har ført til at ungdommen ikke får utfordret angsten sin regelmessig. Samtidig kommer det fram at ungdom som gjerne har slitt med psykiske plager før pandemien kom gjerne sliter enda mer nå etter pandemitiden.

Når det kommer til dette med digital skole mener enkelte av informantene at ungdommen som gjerne sliter mer psykisk ikke har kunne dratt like god nytte av dette, dermed har mange falt etter når det kommer til undervisningen. Dette fører til at mange har problemer med å integrere seg tilbake inn i skolen, fordi de ikke har fått med seg mye av stoffet de går gjennom.

Likevel sier de alle fleste seg enige i at det å kunne tilby ungdom en tilfredsstillende psykisk helsehjelp har vært utrolig vanskelig de siste årene. De opplever det som både frustrerende og trist, fordi de vet at ungdommen som egentlig hadde stort behov for behandling i denne tiden stort sett kun ble sittende hjemme.

5.3 Har ungdoms psykiske helse endret seg i løpet av pandemitiden?

Så har ungdoms psykiske helse endret seg i løpet av Covid-19 pandemien? Videre vil jeg nå drøfte problemstillingen min «Hvordan har Covid-19 pandemien påvirket ungdoms psykiske helse?». Jeg vil ta for meg resultatene som har kommet fram i ungdataundersøkelsen og se disse opp mot intervjuene med informantene, samtidig som jeg vil dra inn mine egne tanker og meninger rundt temaet.

Etter jeg hadde ferdigstilt alle intervjuene med informantene fikk jeg inntrykk av at flere ungdom sliter psykisk nå enn det de gjorde før, dette er både på grunnlag av svarene de hadde gitt og andre artikler jeg hadde lest. I tillegg hadde jeg sett litt rundt på sosiale medier av folk som også hadde dette synspunktet. Derfor ble jeg nokså overrasket når jeg så at resultatene i ungdataundersøkelsen viste veldig liten forskjell fra 2019 til 2021. Likevel viser artikkelen til Ulset, et. Al (2021) at 49 prosent av ungdom svarte at Covid-19 pandemien har påvirket livet deres delvis eller mye i negativ retning (Ulset, et. Al, 2021). Dette kommer også fram i kapittel 1 av ungdataundersøkelsen fra 2021, her kommer det fram at kun 14 prosent har svart at covid-19 pandemien ikke har påvirket livet deres på en negativ måte, mens resten har svart at covid-19 pandemien har påvirket livet deres negativt alt fra litt til veldig mye.

Overraskende nok svarer også mange at covid-19 pandemien har påvirket livet deres på en positiv måte, her svarer 32 prosent at livet ikke i det hele tatt har blitt påvirket positivt av covid-19 pandemien, mens resten melder at livet har blitt påvirket positivt alt fra litt til veldig mye (Bakken 2021).

Samtidig mener jeg det er viktig å tenke på at antallet ungdom som har vansker for å få venner virker som å ha økt. Jeg tror at mye av grunnen til dette er at pandemien havnet i den perioden der flere ungdommer går over fra barneskolen til ungdomsskolen, eller fra ungdomsskolen til videregående skole. I en hverdag preget av digital hjemmeskole blir det da vanskeligere for ungdommen å bli godt kjent med resten av elevene fra klassen og skolen sin. Når de nå har gått tilbake til fysisk oppmøte til undervisningen tror jeg at mange synes det er vanskelig å skal først nå ta kontakt med elever de har gått i klasse med i opptil to år. Samtidig

tenker jeg på det som informantene dro fram i intervjuene, dette med at elever som har falt langt bak undervisningen sliter mer med å integrere seg i skolehverdagen. Jeg tror at mange sliter med å integrere seg med andre i klassen kan være fordi de er redde for at de skal bli sett på som mindre smarte fordi de ikke har klart å følge undervisningen i løpet av de siste årene. Samtidig vil jeg også dra fram at noen av informantene mente at enkelte ungdom som sliter særlig med sosial angst har hjemme skole og digital undervisning gjort at de klarer å følge bedre med på skolen når de ikke har angst i løpet av skoledagen. Derimot vil dette også være problematisk for disse ungdommene når de skal integreres tilbake i skolen igjen. Som det har blitt nevnt tidligere kan mangelen på sosialt samvær ha forverret den sosiale angsten til mange ungdom, som vil si at de ikke har fått en arena der de kan utfordre angsten sin, dermed er det enda vanskeligere for dem å komme seg tilbake inn i skolehverdagen og samfunnet igjen.

Jeg bet meg veldig merke i det faktum at ungdataundersøkelsen viser lite forskjell i psykisk helse når det kommer til ungdom i 2019 og ungdom i 2021. Samtidig tok jeg til meg det at informantene mente at ungdom som hadde psykiske helseplager før pandemien sliter mer psykisk nå enn det de gjorde før pandemien. Jeg tror at det er stort sett de samme ungdommene som har svart at de sliter psykisk i 2019 som de som svarte det samme i 2021. Derimot vil jeg tro at disse ungdommen sliter mer psykisk nå enn det de gjorde i 2019. Dermed vil ikke andelen ungdom som sliter se veldig annerledes ut i ungdata sine resultater, likevel som det kommer fram at ungdom sliter mer psykisk enn før.

Jeg vil altså si at om vi for oss alle faktorene har ungdoms psykiske helse hatt en noe negativ endring. Hvis vi ser på trivsel på skole, vennskap, og dårlig psykisk helse har alle disse faktorene ha en noe negativ effekt på ungdom. Likevel finnes det alltid unntak, og en god andel av ungdom har rapportert å ikke oppleve noen endring innen psykisk helse i løpet av pandemitiden.

Samtidig er jeg enig i ungdata sin undersøkelse innen dette, og selv om det har vært en minimal økning innen ungdom som har svart at de sliter psykisk ser jeg også på svarene fra informantene at ungdom som tidligere har slitt psykisk sliter enda mer nå. Dermed vil jeg si at ungdoms psykiske helse definitivt har endret seg i løpet av Covid-19 pandemien, dette er både på grunn av at mange har blitt verre enn det de var før pandemien, dermed har alvorlighetsgraden innen de psykiske helseproblemene ungdom allerede hadde økt nok til at behandlerne deres har bitt seg merke i det.

5.4 Hva kunne blitt gjort annerledes? Spørsmål til informantene.

Avslutningsvis i intervjuene ble informantene spurt om de mener nedstengningen av Norge var et fornuftig valg, kun sett ut ifra deres faglige synspunkt, og hva ville de eventuelt gjort annerledes? De aller fleste informantene hadde her nokså like svar, de ville ikke ha stengt ned alt av helsetjenester like strengt som det ble gjort i begynnelsen. I tillegg ville de gitt ut særegne tillatelser for behandlere til å ha behandlingssamtaler med ungdom enten i lik setting som de var vant til eller ved hjelp av hjemmebesøk. Samtidig hadde alle en stor forståelse for grunnen til at det ble stengt ned så strengt til å begynne med, da Covid-19 var mye mer alvorlig for mange før flesteparten av befolkningen ble vaksinerte. Dette drar jo frem et dilemma, da enkelte av informantene jobbet i akuttpsykiatrisk avdeling, så det å slippe løs en smittebølge der hadde potensielt hatt stort skadeomfang.

Samtidig trekker en av informantene også fram at det ble påvist at Covid-19 ikke var like skadelig for den yngre generasjonen, dermed ville informanten unngått å stenge ned ungdomsskolene og videregående skoler like strengt som det ble. Det blir dratt fram at det er viktig for ungdom å føle på en normalitet i hverdagen og det å treffe andre jevnaldrende ungdommer. Da alt ble stengt ned samtidig mener informanten at ungdommen mistet både den normaliteten og det sosiale ved skolen samtidig som de mistet behandlingstilbudene sine.

6.0 Avslutning og konklusjon

Avslutningsvis vil jeg dra fram at i løpet av tiden jeg har brukt og forskningen jeg har gjort for denne oppgaven har vært utrolig lærerikt, og jeg har lært utrolig mye både når det kommer til psykisk helse, men også når det kommer til hvordan et slikt forskningsprosjekt gjennomføres fra start til slutt. Jeg har også fått et godt overblikk over kvalitativ metode, og hvordan et forskningsprosjekt skal gjennomføres med bruk av denne metoden.

Jeg har kommet fram til at psykiske helseplager hos ungdom har hatt en noe økning i løpet av pandemitiden, når vi ser på hvor mange som sliter psykisk samtidig som vi tar for oss hvor mye alvorlighetsgraden av de psykiske plagene har økt. Samtidig som jeg ser hvor viktig det er for ungdom å ha en sosial arena der de kan møte jevnaldrende venner. Videre mener jeg at kommunene og fylkene bør sette et større søkelys på ungdom og møteplasser for ungdom, for å unngå utenforskap og ensomhet hos ungdommen. Samtidig håper jeg skolene kan ha en stor tålmodighet for elever som trenger litt ekstra tid for å integrere seg i skolen igjen, og gi alle som trenger det mulighet til å ta igjen temaer de muligens har gått glipp av uten at disse elevene føler seg som en byrde eller dømmes for å ha falt utenfor læreplanen. Samtidig er det

utrolig viktig at terskelen for å be om psykisk helsehjelp holder seg lav, samtidig som ungdom tas seriøst når de først ber om hjelp.

Til slutt vil jeg bare presisere hvor utrolig lærerikt hele denne prosessen har vært. Jeg føler at jeg har fått en mye bredere forståelse for temaene jeg har tatt for meg, samtidig som det har vært interessant å ha full kontroll på hvilken problemstilling jeg ville ta for meg og hvilke temaer som skal inkluderes i oppgaven og ikke.

7.0 Litteraturliste

- Bakken, A. (2019) Ungdata. Nasjonale resultater 2019. NOVA Rapport 9/19. NOVA, OsloMet. Hentet fra: <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/20.500.12199/2252/Ungdata-2019-Nettversjon.pdf?sequence=3&isAllowed=y> (12.5.2022) * 124 s.
- Bakken, A. (2021) Ungdata 2021. Nasjonale resultater. NOVA Rapport 8/21 NOVA, OsloMet. Hentet fra: <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/11250/2767874> (12.5.2022) * 66 s.
- Bekkelund, A, S, K., (2021, 8. August). Digitale muligheter for psykisk helsehjelp. | Teknologirådet. Hentet fra: <https://teknologiradet.no/wp-content/uploads/sites/105/2021/07/Saken-forklart-Digital-psykisk-helsehjelp-ferdig.pdf> (21.4.2022). * 2 s.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. | *ResearchGate*. Hentet fra: https://www.researchgate.net/publication/235356393_Using_thematic_analysis_in_psychology (17.4.2022) * 45 s.
- Folkehelseinstituttet (2022, 7. Februar). Fakta om koronaviruset SARS-CoV-2 og sykdommen covid-19 | FHI. <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/fakta-om-koronavirus-coronavirus-2019-ncov/?term=&h=1> (05.04.2022). * 4 s.
- Grande, T, R. (2021, 15. Oktober). Digital undervisning gir mindre motivasjon. | *Forskning.no*. Hentet fra: <https://forskning.no/hoyskolen-kristiania-internett-partner/digital-undervisning-gir-mindre-motivasjon/1920298> (24.4.2022). * 3 s.
- Grønmo, S. (2021, 7. November). Kvantitativ metode. | *Store norske leksikon*. Hentet fra: https://snl.no/kvantitativ_metode (24.02.22) * 1 s.
- Hammersley, M. & Traianou, A. (2012). *Ethics in qualitative research*. Sage publications. * 100 s.
- Helsenorge (2021, 31. Januar). Angstlidelse – generalisert. | *Helsenorge*. Hentet fra: <https://www.helsenorge.no/sykdom/psykiske-lidelser/angst/angst-generalisert/> (18.4.2022). * 3 s.
- Helsenorge (U. Å.). Depresjon. | *Helsenorge*. Hentet fra: <https://www.helsenorge.no/sykdom/psykiske-lidelser/depresjon/> (18.4.2022). * 1 s.

Henriksen, P. (2022). *Barne- og ungdomspsykiatri*. Fagbokforlaget. * 90 s.

Kruuse, E. (2007). *Kvalitative forskningsmetoder* (6. utg.). Dansk psykologisk forlag. * 140 s.

Mæstad, I, T., Angell-Olsen, M, L., Haaland, V, F., Mujezinovic, A., Braut, G, S., Livastøl, F., Pettersen, C, U., Ellingsen, I, T., Molland, B., Kahlbom, A., Hoff, T., Sunde, J, K., & Sjursen, K.

(2022). *Ungt utenforskap i Stavanger*. Stavanger kommune. Hentet fra:

https://www.stavanger.kommune.no/siteassets/politikk/utenforskapskommisjonen/delrapport-2_ung-utenforskap_interaktivpdf_sg.pdf (9.5.2022). * 91 s.

NHI (2022, 5. April). Skolevegring/ufrivillig skolefravær. | *Norsk helseinformatikk*. Hentet fra:

<https://nhi.no/sykdommer/psykisk-helse/barnepsykiatri/skolevegring/> (20.4.2022). * 1 s.

Regjeringen (2021, 3. Oktober). Etikk i forskningen. | *Regjeringen*. Hentet fra:

<https://www.regjeringen.no/no/tema/forskning/innsiktsartikler/etikk-i-forskningen/id2000710/> (17.4.2022). * 2 s.

Rådet for psykisk helse (2019, 9. Desember). Skolevegring. | *Rådet for psykisk helse*. Hentet fra:

https://psykiskhelse.no/skolevegring_fakta (18.4.2022) * 1 s.

Sagdahl, M. S. (2020, 30. Juli). Etikk. | *Store norske leksikon*. Hentet fra: <https://snl.no/etikk>

(17.4.2022). * 1 s.

Shamoo, T. K. & Patros, P. G. (1999). *Depresjon og selvmordstanker hos barn og unge*. Tano Aschehoug. * 10 s.

Svenningsen, H., E. & Siqveland, K. (2021). *Sosial distansering og psykisk helse hos ungdom under koronapandemien i Norge*. [Masteroppgave]. Universitetet i Oslo. Hentet fra:

https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/86632/PSYC6100_Kandidatnummer_33.pdf?sequence=1&isAllowed=y (8.5.2022) * 66 s.

Ulset, V, S., Bakken, A, & Von Soest, T. (2021, 27. September). Ungdoms opplevelser av konsekvenser av pandemien etter ett år med covid-19-restriksjoner. | Tidsskriftet den norske legeforening. Hentet fra: <https://tidsskriftet.no/2021/09/originalartikkel/ungdoms-opplevelser-av-konsekvenser-av-pandemien-etter-ett-ar-med-covid-19> (12.5.2022) * 3 s.

Ungdata (U. Å.). Hva er ungdata? | *Ungdata*. Hentet fra: <https://www.ungdata.no/hva-er-ungdata/> (12.5.2022) * 1 s.

* i litteraturliste = selvvalgt pensum / tilsvarer 755 sider.

Vedlegg 1 – samtykkeskjema

Vil du delta i forskningsprosjektet “Hvordan har Covid-19 påvirket ungdoms psykiske helse?”

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt på bachelornivå hvor formålet er å se hvordan Covid-19 har påvirket ungdoms psykiske helse. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Formålet med prosjektet er å få en bredere forståelse for hvordan to år med Covid-19 og nedstengninger i landet har påvirket ungdoms psykiske helse. Dette er et forskningsprosjekt på bachelornivå, og informasjonen som blir innhentet vil kun bli brukt i denne sammenhengen.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Universitetet i Stavanger er ansvarlig for prosjektet.

Hva innebærer det for deg å delta?

Det vil bli benyttet en kvalitativ intervju metode. Opplysningene som blir samlet inn registreres ved lydopptak, og blir slettet etter transkribering.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern - hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Jeg, [redacted] og min veileder [redacted] vil ha tilgang til opplysningene.
- Lydopptak av intervjuet blir lagret i en sikker sky via en opptaks-app. Etter transkribering og anonymisering vil dette opptaket bli slettet.

Det vil kun tas med alder, institusjon og antall år du har jobbet ved institusjonen.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er i mai 2022.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- Innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene.
- Å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende.
- Å få slettet personopplysninger om deg.
- Å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet “Hvordan har Covid-19 påvirket ungdoms psykiske helse?”, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- Å delta i intervju angående ungdoms psykiske helse under Covid-19 pandemien.
- At intervjuet tas opp med lydopptak.

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 2 – intervjuguide

Intervjuguide: intervju om ungdoms psykiske helse gjennom covid-19 pandemien.

- *Hvor lenge har du jobbet i dette fagfeltet?*
- *Hvilken aldersgruppe jobber du mest med?*
- *Hvordan opplevde du nedstengingen, påvirket det praksisen din på noen måter?*
- *Hva er de mest framtreddende psykiske lidelsene hos ungdom i dag, og har du sett noen endringer i tiden før og etter Covid-19 pandemien kom?*
- *Opplever du at ungdom tar mer/mindre kontakt for å få psykisk helsehjelp i løpet av Covid-19 pandemien? Hvorfor?*
- *Tror du ungdom vegrer seg for å ta kontakt for å få psykisk helsehjelp? Hvorfor?*
- *Mener du at flere ungdommer sliter psykisk nå enn det de gjorde før Covid-19 pandemien? Hva kan ha påvirket dette?*
- *Har det vært vanskelig å gi tilfredsstillende psykisk helsehjelp gjennom pandemien? Hvorfor?*
- *var nedstengingen av Norge et fornuftig valg, sett i fra ditt fagfelt? Hva kunne blitt gjort bedre?*
- *er det noe du ønsker å legge til, som vi ikke har tatt opp enda?*