

Kartlegging av psykisk helse for barn og unge som følge av pandemien

Oversiktsdokument til kommuneplanens samfunnsdel (2022 – 2034)



Fotograf: Børge Solem/godtsagt på vegne av Ørland kommune



Innhold

1.0 Bakgrunn.....	4
1.1 Arbeidet med oversiktsdokumentet	4
1.2 Avgrensninger	4
2.0 Barn og unges psykiske helse nasjonalt og internasjonalt	5
2.1 Konsekvenser av covid-19 på barn og unges liv og helse.....	5
2.2 Psykisk helse og velvære blant trøndersk ungdom under koronatiden	5
3.0 Status i Ørland kommune	6
3.1 Ungdata.....	6
3.1.1 Psykisk helseplager	6
3.1.2 Hvordan pandemien påvirket livet til ungdom	7
3.1.3 Ensomhet	8
Kilder	9

1.0 Bakgrunn

Gjennom halvannet år har covid-19-pandemien og påfølgende smitteverntiltak og samfunnsnedstengning vært en del av livet for befolkningen over hele verden. Mye forskning har vært foretatt om barn og unge under pandemien, men det er fremdeles et stort behov for mer kunnskap om i hvilken grad og på hvilken måte pandemien har rammet barn og unges liv, læring og psykiske helse. I en situasjon med pågående gjenåpning av samfunnet, og i planlegging for senere pandemier, er det viktig at man kan basere beredskap og tiltak for ivaretagelse av barn og unge på best mulig oppdatert kunnskap.

1.1 Arbeidet med oversiktsdokumentet

Oversiktsdokumenter viser en oversikt over studier gjort nasjonalt og internasjonalt på barn og unges psykiske helse under pandemien. For å se på konsekvensen på pandemien i Ørland, har vi brukt ungdomdata tall for 2018 og 2021 (før pandemi og ett år etter pandemien startet).

I 2022 er vi fortsatt preget av covid-19-pandemien. I årene fremover vil det derfor komme flere studier både nasjonalt og internasjonalt. Oversiktsdokumentet vil oppdateres ved behov.

1.2 Avgrensninger

Dette oversiktsdokumentet gjelder kun en oversikt over barn og unges psykiske helse under og som følge av pandemien.



Aktuelle studier i rapporten

2.0 Barn og unges psykiske helse nasjonalt og internasjonalt

2.1 Konsekvenser av covid-19 på barn og unges liv og helse

Folkehelseinstituttet (FHI) har gjennomført en systematisk kartlegging av forskning på konsekvenser av covid-19 på barn og unges liv og helse (Nøkleby et al, 2021). Oversikten inkluderer 93 empiriske studier med ulike studiedesign fra 21 land, inkludert 11 fra Norge og Danmark.

Oversikten viser at når det gjelder pandemiens konsekvenser for barn og unges psykiske helse er resultatene variert. Longitudinelle studier viser i gjennomsnitt få endringer fra tiden før pandemien. Dette gjelder både for endringer målt i atferdsproblemer og endringer målt i symptomer på angst. For symptomer på depresjon ga de longitudinelle studiene i oversikten et mer variert bilde. Noen studier viste forverring, mens andre ikke gjorde det. Studier av endring i opplevd livskvalitet og rusmiddelbruk ga også varierte resultater. Flere tverrsnittstudier rapporterte at mange barn og unge savn etter venner og det sosiale miljøet på skolen, men noen opplevde også en lettelse ved mindre stress og mindre sosialt press.

Flere av studiene viste samtidig at endringer i psykisk helse var korrelert med foreldrenes stress knyttet til pandemien (økte belastninger). I mange av studiene fant forskerne også at opplevelse av ensomhet var utbredt. Oversikten trekker videre fram noen grupper barn og unge som særlig sårbare. Dette gjelder barn som er utsatt for mishandling, barn med lærevansker og funksjonshemminger, unge med psykiske vansker og barn og unge fra hjem med svak økonomi og foreldrebelastninger som tap av arbeid, sykdom, økonomisk usikkerhet, økte omsorgsoppgaver, stress og psykiske lidelser. Studiene i oversikten tyder slik på at pandemien forsterket eksisterende økonomiske og sosiale forskjeller.

Fremdeles bygger de fleste studiene på data fra våren og sommeren 2020, og vi vet dermed lite om langtidskonsekvenser av covid-19-pandemien på barn og unges liv og psykiske helse.

2.2 Psykisk helse og velvære blant trøndersk ungdom under koronatiden

En studie gjennomført av Myhr og kollegaer (2021) så på potensielle endringer i selvrapportert psykisk helse på tvers av sosioøkonomiske grupper blant ungdom i Norge, under den første bølgen av pandemien. Det ble benyttet et spørreskjema til ungdomsskoleelever i Trøndelag i mai 2020 (N = 2 443), resultatene blir sammenlignet med årlige undersøkelser helt tilbake til 2014.

Resultatene viser at livskvalitet blant gutter og jenter var redusert under nedstengingen, sammenlignet med før pandemien. Det var videre en sammenheng mellom nedstengningen og høye nivåer av depressive symptomplager kun hos jenter. Som forventet, viste ungdom i gruppene med lavest sosioøkonomisk status de største psykiske plagene. Men analysen ga imidlertid ingen bevis for at de sosioøkonomiske ulikhetene i psykiske plager endret seg vesentlig i noen retning i løpet av den første bølgen av pandemien.

3.0 Status i Ørland kommune

For å se på effekten av pandemien på barn og unges psykiske helse i Ørland er det benyttet ungdomstatall for 2015, 2018 (før pandemi) og 2021 (ett år med pandemi).

3.1 Ungdata

Ungdata er et spørreskjemabasert verktøy, som gir et bredt bilde av hvordan ungdom har det og hva de driver med i fritiden. Undersøkelsen gjennomføres på skoler over hele landet og baserer seg på et standardisert og kvalitetssikret spørreskjema som gjør det mulig å sammenlikne ungdomssituasjon på tvers av sted og over tid.

Ungdataundersøkelsen ble gjennomført på barneskoler, ungdomskoler og videregående skole i Ørland i mars 2021.

	2015	2018	2021
Barneskole (5. – 7. trinn)	-	-	315 elever (87%)
Ungdomsskole (8. – 10. trinn)	296 elever (80%)	276 elever (83%)	286 elever (84%)
Videregående skole (Vg1 – Vg3)	246 elever (70%)	217 elever (66%)	208 elever (71%)

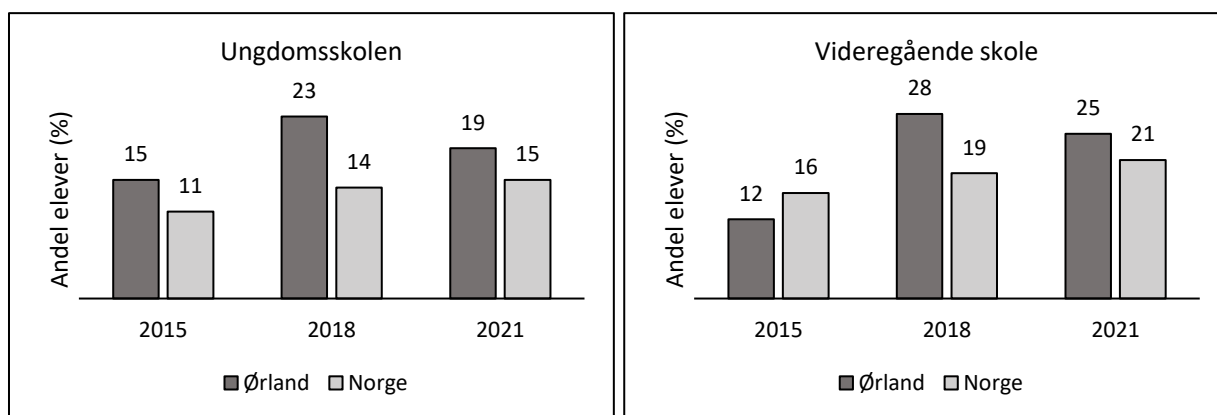
Tabell 1. Svarprosent ungdata i Ørland kommune (tidligere Ørland og Bjugn kommuner før 1.1.20).

3.1.1 Psykisk helseplager

I Ungdatarapporten omtaler man det å ha «mange psykiske plager» dersom en ungdom i gjennomsnitt har krysset av for at de – i løpet av en uke – er «ganske mye plaget» av alle de seks plagene omtalt her:

- Føler at alt er et slikt
- Hatt søvnproblemer
- Følt seg ulykkelig, trist eller deprimert
- Følt håpløshet med tanke på framtida
- Følt seg stiv eller anspent
- Bekymret deg for mye om ting

Det er viktig å presisere at Ungdata ikke fanger opp det som ut fra kliniske kriterier regnes som depresjon eller depressive lidelser. Mange av de plagene som blir spurt i Ungdataundersøkelsen er hverdagsplager som mange har, men som kan være utfordrende nok for mange av de som opplever dem. Særlig for de som har et vedvarende høyt nivå av slike helseplager.



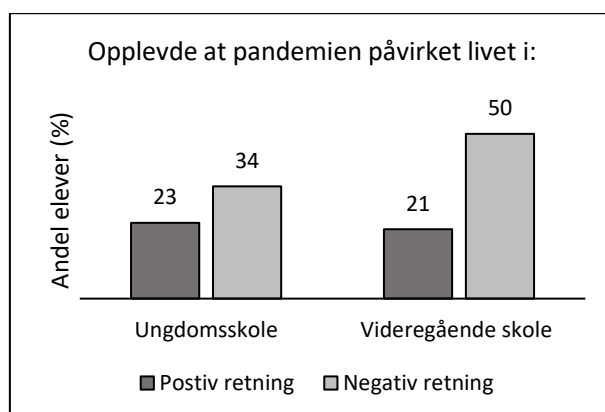
Figur 1 og 2: Andel elever på ungdomsskole og videregående skole i Ørland kommune og Norge som rapporterer om psykiske helseplager. Kilde: Ungdata

Figur 1 og 2 viser andelen elever som rapporterer at de har psykiske helseplager. For elever på ungdomsskolen og videregående skole i Ørland kommune ser vi en nedgang fra 2018 til 2021. Dette er noe høyere enn landsgjennomsnittet. Basert på ungdata ser man en nedgang eller ingen endring i elever som er plaget med depressive symptomer i Ørland.

3.1.2 Hvordan pandemien påvirket livet til ungdom

Generelt har norsk ungdom taklet pandemien bra (Eriksen, 2021). Det betyr likevel ikke at pandemien har hatt innvirkning på ungdoms liv. På et direkte spørsmål hvorvidt pandemien har påvirket livet deres i negativ retning svarte 34% av elever på ungdomsskolen i Ørland og 50% av elever på videregående skole i Ørland «en del», «mye» eller «veldig mye» (figur 3).

Generelt er det flere jenter enn gutter som opplevde pandemitiden negativt, og den har vært mer tyngende for de eldste enn for de yngste tenåringene (Eriksen, 2021). Vi ser også at 23% av elever på ungdomsskolen og 21% av elever på videregående skole mener at pandemien har påvirket livet deres i positiv retning.

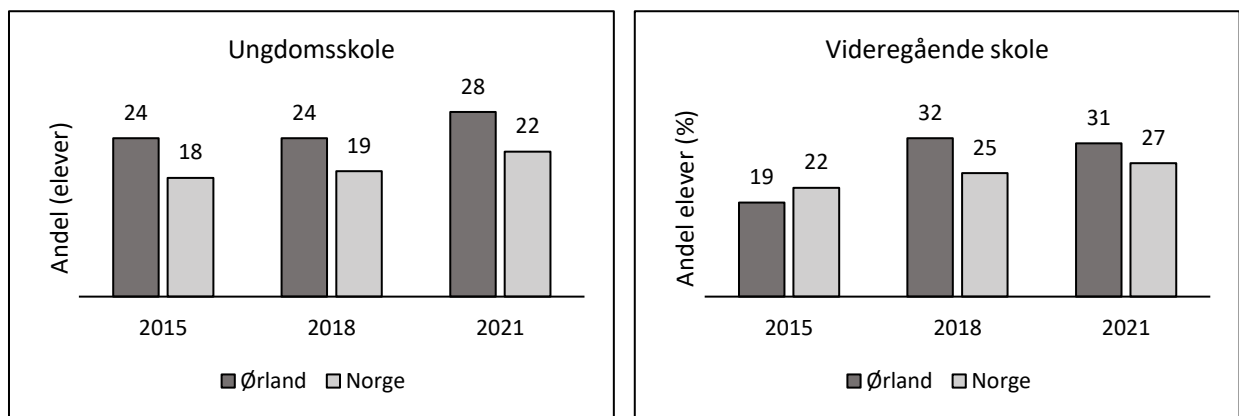


Figur 3. Andel av elever ved ungdomsskolen og videregående skole i Ørland kommune som opplevde at pandemien påvirket livet i positiv eller negativ retning. Kilde: Ungdata (2021)

3.1.3 Ensomhet

Ensomhet er ikke lett å definere. I Ungdata 2020 er ensomhet beskrevet som «(...) en subjektiv følelse, som kan oppstå når man opplever å ha mindre sosial kontakt med andre enn man ønsker, eller kontakten ikke er av tilstrekkelig kvalitet». Videre presiseres det at ensomhet ikke er det samme som sosial isolasjon, men at personer med lite sosialt nettverk eller som ofte er alene gjerne har større sjanse for å føle seg ensomme. Resultatene er basert på elever som har svart på «ganske mye plaget» og «veldig mye plaget» på spørsmålet «har du i løpet av siste uke vært plaget av at du har følt deg ensom?».

I Ørland kan man se en liten økning i andel elever på ungdomsskolen som er plaget med ensomhet. For videregående skole er det en nedgang eller ingen endring. For gjennomsnittet i Norge ser vi en liten økning i 2021 sammenlignet med før pandemien i 2015 og 2018. Ørland har likevel en høyere andel elever som er plaget med ensomhet, sammenlignet med landsgjennomsnittet.



Figur 4 og 5. Andel elever på ungdomsskole og videregående skole i Ørland kommune og Norge som rapporterer at de er plaget med ensomhet. Kilde: Ungdata

Kilder

Eriksen, N. (publisert 16.08.2021). Norsk ungdom har taklet pandemien bra. Nettpublikasjon

Hentet fra: <https://www.ungdata.no/norsk-ungdom-har-taklet-pandemien-bra/>

(03.11.2021)

Myhr, A., Naper, L. R., Samarawickrema, I., & Vesterbekkmo, R. K. (2021). Impact of COVID-19 Pandemic Lockdown on Mental Well-Being of Norwegian Adolescents During the First Wave—Socioeconomic Position and Gender Differences. *Frontiers in public health, 9*.

Nøkleby, H., Berg, R., Muller, A. & Ames, H. (2021). Konsekvenser av covid-19 på barn og unges liv og helse: en hurtigoversikt, Oslo: Folkehelseinstituttet

