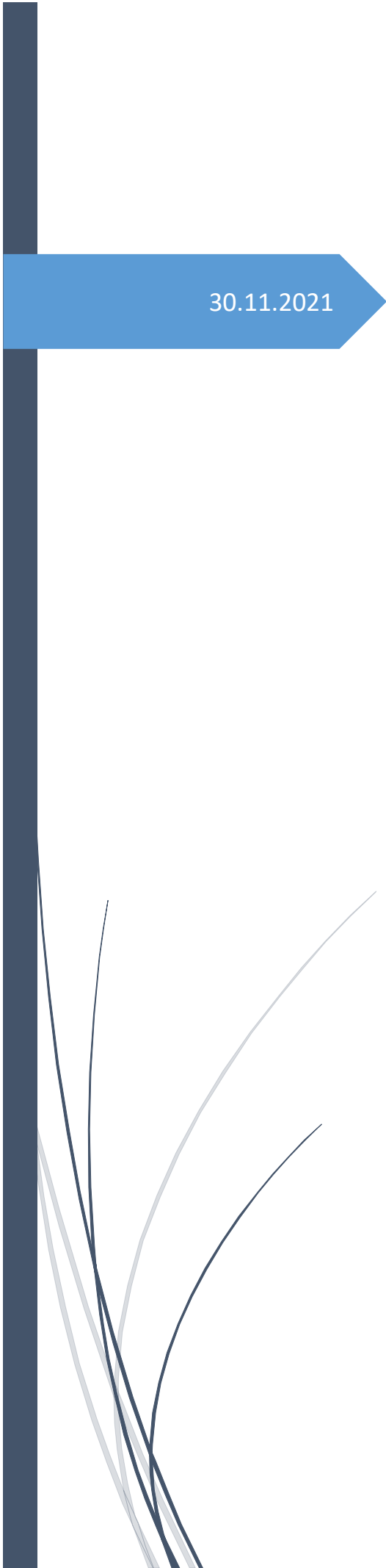




30.11.2021

Ungdom med kort botid i Norge

Erfaringer fra den første Covid-19
nedstengningen

Brit Oppedal, Folkehelseinstituttet

Amar Welde, Helseetaten, Oslo kommune

Referanse:

Oppedal, B. & Welde, A. (2021). Ungdom med kort botid i Norge. Erfaringer fra den første covid-19-nedstengningen. Rapport. Folkehelseinstituttet i samarbeid med Helseetaten og Byrådsavdeling for arbeid, integrering og sosiale tjenester, Oslo kommune

Forord

Høsten 2019 gjennomførte Helseetaten i Oslo kommune i samarbeid med Folkehelseinstituttet en studie blant elever med kort botid «Helseprosjekt elever 16-19 år med kort botid» (HEL-KOBO). Da skolene stengte ned i forbindelse med covid-19-pandemien i mars 2020, ble det besluttet å følge opp den undersøkelsen med spørsmål om elevenes ressurser og behov mens skolen var stengt. Det er stort behov for kunnskap om hvilke erfaringer barn og unge i sårbare situasjoner har med korona-pandemien. Elever i alderen 16 – 19 år med kort botid regnes å være i en sårbar situasjon, ettersom de har kommet til Norge som ungdommer og er i en etableringsfase, har lite kunnskap om det norske samfunnet og svake norskferdigheter. Denne gruppen er ikke inkludert i andre undersøkelser om ungdommers erfaringer med Covid-19 pandemien. HEL-KOBO's Covid-19-tillegg vil derfor bidra med verdifull komplementær kunnskap om ungdom som befinner seg i en særskilt sårbar situasjon.

Den overordnede målsettingen med Covid-19 undersøkelsen var å få informasjon om hvilke erfaringer elever med kort botid i Norge har med korona-pandemien og tiltakene som er knyttet til denne under nedstengningen i mars – mai 2020. Mer spesifikt undersøkte prosjektet hvordan elevene opplevde følgende under nedstengningen:

- ✓ Tilgang til informasjon om Covid-19
- ✓ Sine relasjoner til familie, venner, klassen og lærerne
- ✓ Sin psykiske helse
- ✓ Sine erfaringer med læring og undervisningen under nedstengningen

Helseetaten, under ledelse av daværende fagkonsulent Aida Kreso, hadde ansvaret for den praktiske gjennomføringen av undersøkelsen, mens Folkehelseinstituttet, ved seniorforsker Brit Oppedal hadde det faglige ansvaret.

Denne rapporten er utarbeidet etter oppdrag fra Helseetaten i Oslo kommune og Byrådsavdeling for arbeid, integrering og sosiale tjenester.

Vi retter en stor takk til Prosjektskolens ledelse og alle ansatte som på kort varsel klarte å legge til rette for at vi kunne gjennomføre undersøkelsen. Takk også til alle elevene som har fortalt om erfaringene sine ved å besvare spørreskjema og delta i intervjuer. Opplevelsene deres er viktige for at vi skal få innsikt i hvilke ressurser elever med kort botid har til å mestre et så omfattende samfunnstiltak som en nedstengning av skolene representerer. Vi ønsker dere alle lykke til med videre skolegang og et godt liv i Norge.

Oslo, november 2021

Brit Oppedal, Folkehelseinstituttet

Amar Welde, Helseetaten, Oslo kommune

Innhold

Referanse:.....	1
Forord	2
Sammendrag	5
Bakgrunn	7
Metode	8
Fremgangsmåte	8
Utvalget	8
Måleinstrumenter	9
Dybdeintervjuene	9
DEL 1. RESULTATER FRA SPØRRESKJEMAENE	11
Informasjon om Covid-19	11
Elevenes erfaringer med covid-19	12
Skolesituasjonen	13
Arbeidsforhold på hjemmeskolen	13
Endringer i elevenes aktiviteter	14
Kontakt med klassekameratene	15
Kontakt med lærer	17
Psykisk helse	19
Ensomhet	19
Resultater fra Helseundersøkelsen og C-19-tillegget	20
Forekomst depressive plager	20
Kjønnsforskjeller	21
Endring i psykiske plager fra før til under koronapandemien	22
Bekymringer	23
Andre bekymringer	24
Endringer i Familieøkonomien	26
Sammenheng mellom depressive plager, ensomhet, økonomi og livssituasjon	27
Kontakt med helsetjenestene under nedstengningen	27
Kontakt med skolens helsesykepleier	28
Elever i sårbare situasjoner	28
Kontakt med øvrige helsetjenester	29
Erfaringene til lærere og helsepersonell	31
Skolens Ansatte	31
Skolehelsetjenesten	32

Arbeidssituasjon og kommunikasjon med skolens ansatte og elevene	32
Oppfølging av elever som hadde kontakt med helsetjenestene før nedstengningen	33
Oppsummering av resultatene fra spørreskjemaene	33
DEL 2. RESULTATER FRA DYBDEINTERVJUENE	35
Mestring	35
Informasjon om Covid-19	35
Skolen: en viktig kilde til informasjon	35
Språklige utfordringer og bruk av media	36
Smittestatistikk i innvandrerbefolkningen	36
Smittevern	37
Rutiner	37
Læring	38
Relasjoner	39
Familie	39
Venner	40
Lærerne	40
Livskvalitet	41
Stress og savn	41
Helse	42
Økonomi	44
Etter gjenåpning	44
Oppsummering av intervjuene	45
Transnasjonale liv	45
Mestring	45
Relasjoner	45
Livskvalitet	45
Konklusjon	46
Anbefalinger	47
Tilpasset språk og informasjon	47
Fremme kunnskap om psykisk helse	47
Helsetjenester: samarbeid og samordning	47
Fremme samhandling mellom elevene i klassen	48
Tilbud om undervisning på skolen	48
REFERANSER	49

Sammendrag

Bakgrunn. Covid-19 undersøkelsen, C-19-tillegget, er en utvidelse av Helseprosjekt blant elever 16 – 19 år med kort botid, HEL-KOBO. Hensikten er å få kunnskap om hvilke erfaringer elever mellom 16 og 19 år med kort botid i Norge har med korona-epidemien og tiltakene som er knyttet til denne på følgende områder:

1. *hvordan elevene får oppdatert informasjon om korona*
2. *hvordan pandemien påvirker livssituasjonen til elevene (skolearbeidet, dagligliv, familiefungering, kontakt med familie i utlandet, familiens økonomiske situasjon og arbeid)*
3. *hvordan elevene reagerer emosjonelt (bekymringer, mestring og psykisk helse)*
4. *hvilke kilder elevene har til sosial støtte; herunder skolens rolle for elevenes mestring*
5. *hvordan pandemien påvirker elevenes behov for helsetjenester og hvorvidt disse blir dekket*

Metode. Undersøkelsen ble gjennomført like etter gjenåpningen av samfunnet våren 2020. De 135 elevene som hadde samtykket i å delta, besvarte elektroniske spørreskjemaer i klassen. I tillegg gjennomførte vi dybdeintervjuer med underutvalg på 16 elever. Skolens ansatte og helsesykepleier besvarte også elektroniske spørreskjemaer om sine erfaringer med oppfølging av elevene under nedstengingen.

Resultater. Informasjonen fra dybdeintervjuene utfyller resultatene fra spørreskjemaene. Den gir en dypere forståelse for hvordan elevene forsto nyhetene om covid og smittevernreglene. Vi får også en bedre forståelse for omfanget av bekymringene for familie og venner både i Norge og i utlandet.

Ingen av deltakerne hadde selv vært smittet av korona, men ca. 7 % hadde opplevd at noen i familien deres var smittet. Elevenes transnasjonale hverdag og erfaringer kommer tydelig til uttrykk både gjennom spørreskjemaene og i intervjuene. Elevene var opptatt av å skaffe informasjon om covid-19, og oppsøkte både norske og utenlandske medier for å oppdatere seg om forekomst av smitte og om smittespredning i Norge og utlandet. Mange elever og familiene deres overholdt smittevernregler i overdreven grad, noe som tyder på at informasjon om dette kunne være utfordrende å forstå.

Rammevilkårene for en effektiv hjemmeundervisning, i form av tilgang til PC og et sted å jobbe i fred, var dårligere for elevene med kort botid, enn for andre elever med og uten innvandrerbakgrunn i Oslo. En stor andel av elevene manglet en eller flere ressurser, som f.eks. internett og et rolig sted å jobbe med skolearbeidet, som er nødvendige for å følge den digitale undervisningen.

Flertallet av elevene hadde og kontakt med lærerne sine, og opplevde dem som støttende og hjelpsomme, og lærerne synes å ha vært en viktig ressurs for elevene i denne perioden. Derimot hadde de lite sosial kontakt med medelevene i klassen, og elevene kontaktet hverandre i liten grad for å få hjelp med skolearbeidet.

Selv om de fleste elevene på Prosjektskolen klarte seg bra under den første nedstengningen, var det en betydelig andel som hadde lite kontakt med andre ungdommer fra skolen, bekymret seg for mange ting, var urolige for familiemedlemmer i utlandet, og var mye plaget av ensomhet og depresjon. Tretti-sju elever (27 % av alle deltakerne) var i en særlig sårbar situasjon, ettersom de enten var mye plaget av depresjon eller av ensomhet, eller av begge deler. Halvparten av dem hadde ikke hatt kontakt med noen relevante helsetjenester. Til vanlig ville den viktigste kontaktpersonen til helsevesenet for disse ungdommene vært skolens helsesykepleier. Men hun var omplassert til koronatelefonen, og hadde få muligheter til å følge opp elevene som trengte det.

Anbefalinger.

- Informasjon som gis til elevene må være godt tilpasset til deres norskspråklige kompetanse. Vanskelig ord og begreper må forklares grundig, og lærerne og helsesykepleier må sjekke at elevene har en god forståelse av innholdet i informasjonen.
- Det er viktig å fremme kunnskap om psykisk helse og helsetjenester blant elevene. Undervisningsmateriellet Sunn Start – Psykisk helse for ungdom bør inngå i pensum, fulgt av en systematisk evaluering for å tilpasse materialet godt til elevgruppens behov og forutsetninger
- Skolen, skolehelsetjenesten og kommunens kriseteam bør samarbeide og samordne tjenestene for å nå elever med kort botid i særlig sårbare situasjoner, med en god forståelse for betydningen deres transnasjonale liv og erfaringer har for deres psykiske helse og mestring
- Det bør legges mye vekt på å fremme samhandling og samarbeid mellom elevene i klassen
- Tilbudet om undervisning på skolen bør omfatte en større gruppe elever med kort botid i alderen 16 – 19 år, med særlig søkelys på de som mangler nødvendige ressurser for læring på hjemmeskolen, eller sliter med mye psykiske plager og ensomhet

Ungdom med kort botid i Norge

Erfaringer fra den første Covid-19 nedstengningen

Bakgrunn

I 2019 - 2020 gjennomførte Helseetaten i Oslo kommune i samarbeid med Folkehelseinstituttet et prosjekt på en skole (her kalt Prosjektskolen) som tilbyr opplæring i norsk for elever 16 -19 år med kort botid. Prosjektet ble kalt Helseprosjekt blant elever 16 – 19 år med kort botid, HEL-KOBO. Det inkluderte tre moduler: én undersøkelse av psykososial tilpasning og psykisk og fysisk helse, én kartlegging av elevenes deltakelse i ulike fritidsaktiviteter, samt tilpasning av et undervisningsopplegg i psykisk helse for denne elevgruppen (Sunn Start) (1).

To forskningsassistenter med helsefaglig bakgrunn gjennomførte helseundersøkelsen høsten 2020, med hjelp av et standardisert spørreskjema og tolk. 100 av de 150 elevene som gikk på Prosjektskolen hadde samtykket til å delta i prosjektet.

Resultatene viste blant annet:

1. 54 % av elevene rapporterte at de hadde vært utsett for minst en krigs- eller katastrofe-relatert traumatisk opplevelse
2. Av elevene som rapporterte at de hadde vært utsatt for én eller flere traumatiske hendelser, hadde 34.5 % klinisk relevante symptomer på post-traumatisk stresslidelse (PTSD-symptomer). De representerte 19 % av de 100 elevene som deltok i helseundersøkelsen.
3. Til tross for dette, var forekomsten av depressive plager innenfor normalområdet blant elevene på skolen, og livskvaliteten høy. For eksempel var det 8 % av elevene på Prosjektskolen som rapporterte klinisk relevante depressive plager, mens 88 % rapporterte god eller meget god livskvalitet.

Da skolene ble stengt ned under første bølge av covid-19 pandemien i mars 2020, ble det vedtatt å gjennomføre en ny undersøkelse blant elevene, for å få informasjon om **hvilke erfaringer elever mellom 16 og 19 år med kort botid i Norge har med korona-epidemien og tiltakene som er knyttet til denne (covid-19-tillegget eller C-19-tillegget)**. Elever 16 – 19 år med kort botid er i en sårbar fase av livet, hvor det er risiko for at psykiske plager, som f.eks. angst, depresjon, eller en del atferdsforstyrrelser, oppstår

Mer spesifikt ønsket vi å få kunnskap om:

1. *hvordan elevene får oppdatert informasjon om korona*
2. *hvordan pandemien påvirker livssituasjonen til elevene; (skolearbeidet, dagligliv, familiefungering, kontakt med familie i utlandet, familiens økonomiske situasjon og arbeid)*
3. *hvordan elevene reagerer emosjonelt (bekymringer, mestring og psykisk helse)*
4. *hvilke kilder elevene har til sosial støtte; herunder skolens rolle for elevenes mestring*
5. *hvordan pandemien påvirker elevenes behov for helsetjenester og hvorvidt disse blir dekket*

Dette tilleggsprosjektet til HEL-KOBO ble godkjent av den regionale komiteen for medisinsk og helsefaglig forskning (REK sør-øst) 22.05.2020.

Metode

C-19-tillegget ble gjennomført på Prosjektskolen i løpet av årets to siste skoleuker. Prosjektgruppen informerte elevene om tilleggsundersøkelsen til HEL-KOBO gjennom informasjon i klassene og på skolens nettsider. To elever spilte også inn en video med informasjon om C-19 undersøkelsen.

Fremgangsmåte

E-post med informasjon og samtykke-erklæring ble sendt til alle de 218 elevene på skolen to dager før undersøkelsene startet. Elevene som samtykket i å delta, besvarte et elektroniske spørreskjema i skoletiden. Klassens lærere, prosjektlederne, samt to andre ansatte i Helseetaten var til stede i klassene, og assisterte elever som trengte hjelp med vanskelige ord. Det var også flere tolker til stede i klassene, hovedsakelig for de største språkgruppene (arabisk, spansk, polsk, somalisk, tigrinja, engelsk, dari og pashto). Disse ble fordelt etter behov og flere tolker gikk mellom flere klasser og forklarte spørsmål for elevene.

På slutten av spørreskjemaet ble elevene spurt om de var villige til å delta i et dybdeintervju om korona-tiden, og i tilfellet hvilken dag det passet for dem.

Intervjuene fant sted i skolens lokaler, og ble gjennomført med tolk, dersom elevene hadde krysset av for at de ønsket dette. Temaene i intervjuguiden var de samme som i spørreskjemaet, hensikten var å få dypere informasjon om dem.

I tillegg til de to prosjektlederne fra Helseetaten og FHI, deltok to andre ansatte fra Helseetaten i gjennomføringen av intervjuene. På grunn av tidspresset, var det ikke mulig å foreta nødvendig kvalitetssikring av måten intervjuene ble gjennomført på, og det var til dels store variasjoner i oppfølgingsspørsmålene. Dette må tas hensyn til i tolkingen av resultatene fra intervjuene.

Skolens lærere og skolehelsetjenesten ble også invitert til å delta i undersøkelsen, for å informere om sine erfaringer under nedstengningen. De besvarte også elektroniske spørreskjemaer.

Utvalget

- Til sammen 135 elever (62.4 %) samtykket i å delta i C-19-tillegget, og fylte ut spørreskjemaet. Flere av disse elevene hadde kommet til Norge og startet på Prosjektskolen etter at Helseundersøkelsen var avsluttet.
- Fem deltakere hadde kommet til Norge i 2020, altså like før skolen ble stengt ned. Flertallet av deltakerne, 67.9 %, hadde kommet til Norge i 2019, og hadde altså vært i landet 6 – 18 måneder da undersøkelsen fant sted.
- 24 elever (12.5 %) oppga at de var født i Norge. Erfaringene fra Helseundersøkelsen tilsier at de har flyttet ut av Norge som små barn, og tilbrakt livet sitt utenlands, som regel i hjemlandet til en av foreldrene.
- De øvrige var født i 39 forskjellige land; 11 europeiske, 14 asiatiske, 9 afrikanske og 5 latin-amerikanske.
- De største gruppene var fra Eritrea (n = 14), Nepal (n = 9) og Somalia (n = 9).
- 41 elever var født i land som sender flyktninger og asylsøkere, som f.eks. Afghanistan, Eritrea, Etiopia, Somalia.
- Sju elever oppga at de kom til Norge som enslige mindreårige asylsøkere, mens 64 (47.4 %) kom for å gjenforenes med familie, resten kom sammen med familie eller andre voksne (n = 63, 46.6 %).

Av de 135 deltakerne i C-19-tillegget, hadde 58 (43 %) deltatt i helseundersøkelsen høsten 2019.

Det var ikke forskjeller i kjønnsfordeling, alder, oppholdstid i Norge, eller i nivå av depressive plager og livskvalitet, mellom deltakere som hadde gjennomført Helseundersøkelsen og de som bare deltok i C-19. Dette gjør det i prinsippet mulig å sammenlikne for eksempel nivå i psykiske plager før og etter nedstengningen i denne gruppen. Men Helseundersøkelsen ble gjennomført individuelt ved hjelp av strukturerte intervjuer, og C-19-tillegget gjennomført ved hjelp av et elektronisk spørreskjema som elevene besvarte klassevis. Forskning har vist at informanter gir uttrykk for mer positiv helsestatus i intervjuer enn når de besvarer spørreskjema (15). Dette gjør det vanskelig å trekke konklusjoner om eventuelle endringer i nivå i psykiske plager fra Helseundersøkelsen med nivået i forbindelse med nedstengningen.

Tabell 1. Oversikt over elevene som deltok i C-19, fordelt på de ulike modulene i HEL-KOBO

	Antall	Andel gutter (%)	Gjennomsnitt alder (Standardavvik)
Helseundersøkelsen + C-19	58	58.6	17.02 (.89)
Bare C-19	77	53.2	17.26 (.99)
Totalt	135	55.6	17.16 (.95)
Deltatt i dybdeintervju	16	50.0	17.13 (1.09)

Tretti elever krysset av for at de var villige til å delta i intervju, og disse ble kontaktet på telefon eller e-post, med informasjon om tidspunkt for intervjuet som skulle gjennomføres på skolen. Femten av disse kom på skolen på intervjutidspunktet. En av grunnene var at undervisningen og skoleåret var over, noen klasser var på tur, noen hadde avslutnings-sammenkomster, andre drev med rydding og innsamling av bøker, og mange elever var ikke på skolen i det hele tatt.

En skolehelsesykepleier og 12 av skolens lærere og øvrige ansatte besvarte også elektroniske spørreskjemaer.

Måleinstrumenter

I Helseundersøkelsen benyttet vi mange av de samme spørsmålene som inngår i NOVA sin Ung i Oslo-studie (2), f.eks. om livskvalitet, trivsel og psykiske plager. De samme spørsmålene ble gjentatt i C-19-tillegget. Vi hentet også spørsmål fra NOVA sin studie «Oslo-ungdom i koronatiden» (3), (heretter kalt koronastudien) f.eks. om erfaringer med C-19-nedstengningene, slik at vi kan bruke resultatene derfra som en referanse. Pga. lavere norskspråklig kompetanse blant de fleste elevene med kort botid enn i den generelle ungdomsbefolkningen, hadde C-19-tillegget langt færre spørsmål.

NOVA sine undersøkelser er kjent for å ha mange deltakere. I koronastudien deltok 12 686 elever, som riktignok er en svarprosent på 37, betydelig lavere enn i Ungdata-undersøkelsene. NOVA gjorde sin undersøkelse mens skolen fremdeles var stengt, mens elevene på Prosjektskolen var helt eller delvis tilbake da C-19-tillegget fant sted. Det er også andre metodiske forskjeller på de to undersøkelsene, så man må være forsiktig med å gjøre en direkte sammenlikning av resultatene.

Dybdeintervjuene

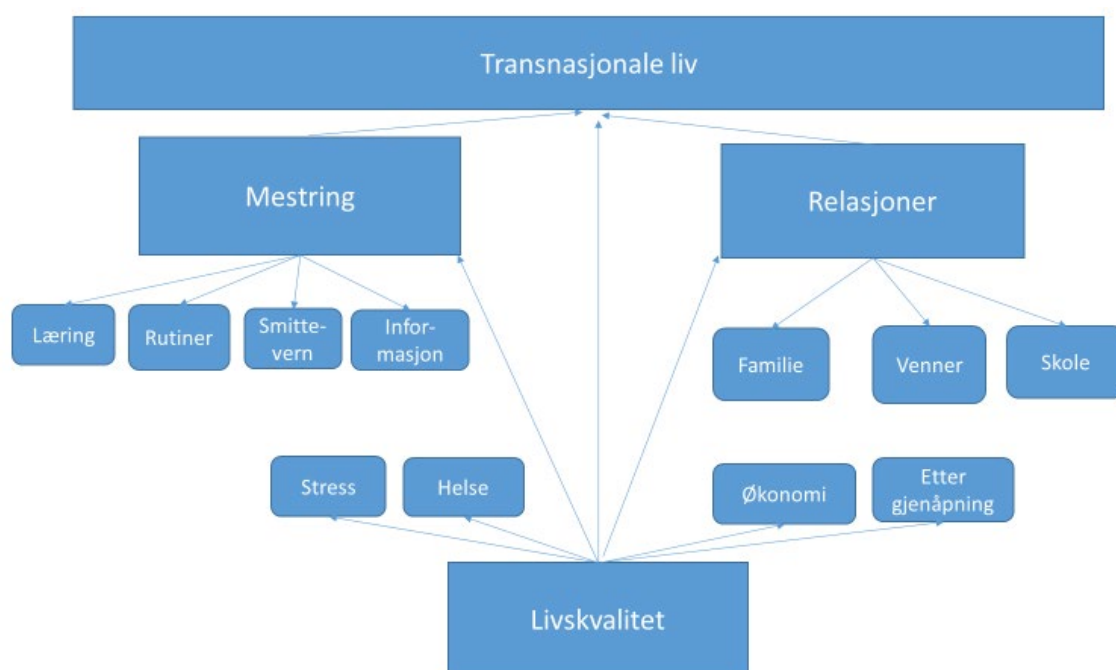
Manualen som ble benyttet til dybdeintervjuene, stilte utfyllende spørsmål om fire av temaene i spørreskjemaet:

1. Hvordan oppdaterer elever med kort botid seg om pandemien?
2. Hvordan har koronaepidemien påvirket hverdagen til elever med kort botid?
3. Hvordan reagerer elever med kort botid følelsesmessig under nedstengningen?

4. Hvilke forventninger har elever med kort botid til fremtiden?

Analysene av dybdeintervjuene viste at elevenes transnasjonale virkelighet var sterkt til stede gjennom hele intervjuet. Det at de har tilknytning til et annet land, med familie og venner som står dem nær, er en grunnstein i måten de forholder seg til omverdenen på. Det kan ikke skilles ut som et eget tema som elevene tar opp, eller som en overordnet kategori på linje med andre slike. Deres transnasjonale virkelighet er i stedet et gjennomgående aspekt ved tankene og atferden deres, som en følgesvenn som alltid er med dem. Dette er viktig bakgrunnsinformasjon også for tolkningen av elevenes svar på spørreskjemaene. I Figur 1 har vi illustrert dette ved at «Transnasjonale liv» er en supra-kategori med forgreininger til alle de tre overordnede kategoriene elevenes svar kunne grupperes under: Mestring, Relasjoner og Livskvalitet, og derigjennom til hver av underkategoriene.

Figur1. Resultater fra kodingen av dybdeintervjuene.



Vi presenterer en mer detaljert gjennomgang av intervjuene i andre del av rapporten.

Først skal vi gjengi resultater fra spørreskjemaundersøkelsen. Flere temaer som behandles i denne delen, blir utdypet av intervjuene. Svarene fra skolens ansatte blir gjengitt på slutten av denne delen.

I kjølvannet av nedstengningen av samfunnet i mars 2020, var det mange forskere, både nasjonalt og internasjonalt som initierte forskningsprosjekter rettet mot ulike grupper barn og unge på rekord-tid, for oppsummeringer, se (4, 5). NOVA sin Ungdomsundersøkelse fra 2021, (6), sammenlikner flere resultater med resultater på samme spørsmål fra undersøkelsene i 2018. I tillegg gjennomførte NOVA en egen korona-undersøkelse blant elever i ungdoms- og videregående skoler i Oslo (3), som vi mange steder i dette notatet bruker som en referanse, selv om utvalgene i de to studiene ikke er sammenliknbare, bla. fordi NOVA har en betydelig gruppe yngre deltakere.

DEL 1. RESULTATER FRA SPØRRESKJEMAENE

Vi har valgt å beskrive funnene uten å inkludere de statistiske parameterne som tydeliggjør effektstørrelser og signifikansnivå i de fleste tilfellene. Når vi skriver at et funn er signifikant eller betydelig, er dette et uttrykk for at resultatene fra analysene viser at $p \leq .05$.

Det var jevnt over få ubesvarte enkeltspørsmål, bare mellom 6 – 10 %.

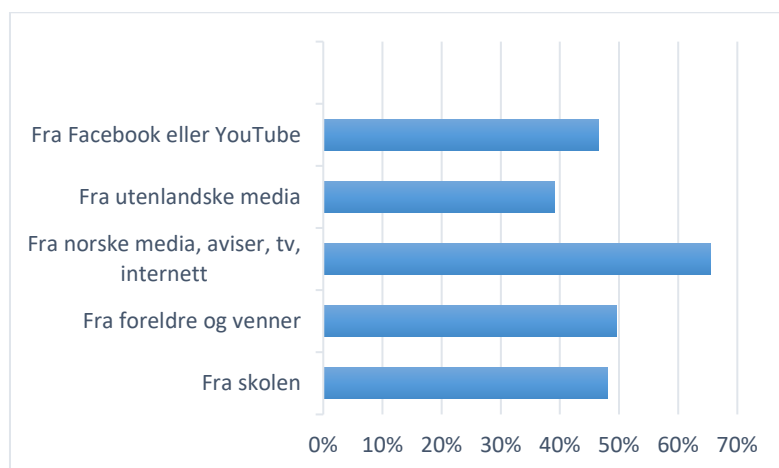
Vi undersøkte om det var sammenheng mellom elevenes oppholdstid i Norge, og svarene på alle relevante spørsmål (f.eks økonomi, nivå av depressive plager, hvem elevene hadde kontakt med under nedstengningen, tekniske hjelpemidler osv). Ingen av disse sammenhengene var signifikante. Det spilte m.a.o. ingen rolle hvor lenge elevene hadde bodd i Norge, for hvordan de opplevde situasjonen sin på disse parameterne under nedstengningen.

Informasjon om Covid-19

Etter som korona-pandemien utviklet seg, og det var stadig nyheter om tiltak og spredning i alle medier, ble det etter hvert klart at det var utfordringer knyttet til å nå ut med informasjon om covid-19 til deler av innvandrerbefolkningen. Derfor spurte vi ungdommene om de fulgte med på nyheter om pandemien mens skolen var stengt. Nesten 10 % sier at de «ikke i det hele tatt» fulgte med. Flertallet av elevene oppgir at de enten fulgte med «i liten grad» (32.8 %), eller «i ganske stor grad» (32.1 %), mens 26 % sier at de fulgte nyhetene «i veldig stor grad». Gutter og jenter fulgte like mye med på nyhetene.

Figur 2. Hvordan fikk du informasjon om korona-epidemien?

(Flere valg er mulig). Prosent



Den største andelen av elevene, 65 %, oppgir at de brukte norske media, aviser, tv, eller internett til å orientere seg om utviklingen av pandemien. På bakgrunn av dybdeintervjuene (se Del 2) antar vi at elever som har krysset av på dette spørsmålet, ikke skiller mellom norsk og utenlandsk tv og internett.

Elevene benyttet både utenlandske og norske media til å skaffe seg informasjon om pandemien. Nesten halvparten av elevene svarte at de fikk informasjon fra foreldre og venner, og nesten like mange oppga skolen som en viktig kilde til informasjon i denne tiden.

Halvparten av elevene benyttet tre eller flere informasjonskilder for å holde seg oppdatert på nyheter om pandemien.

Elevene som oppga at de «i liten grad» eller «ikke i det hele tatt» fulgte med på nyheter om covid-19, har også krysset av for at de fikk informasjon om korona-epidemien fra flere ulike kilder. Så selv om de ikke fulgte så mye med på nyhetene om pandemien, synes de likevel å ha vært informert.

Det store flertallet av elevene (89 %) hadde fått informasjon om pandemien på sitt eget språk. De viktigste kildene elevene benyttet for å få informasjon om pandemien på morsmålet, var internett (63.6 %) og foreldre eller venner (47 %). Nære relasjoner var altså en viktig arena for å utveksle informasjon om covid-19 på ens eget språk i denne tiden. Selv om skolen var en viktig kilde til informasjon, forsynte den i liten grad elevene med opplysninger på deres eget språk. Bare 20.5 % av elevene bekreftet at skolen ga dem informasjon på morsmålet. Det kan enten ha vært fra lærere som pratet morsmålet til elevene, eller ved at lærerne forsynte dem med lenker til nettsider som hadde informasjon på mange ulike språk.

Resultatene fra C-19 tillegget tyder på at de nyankomne elevene på Prosjektskolen fulgte mye med på nyheter om utviklingen av pandemien, og at de benyttet mange ulike kilder både på norsk og på morsmålet sitt, for å holde seg oppdatert.

Elevenes erfaringer med covid-19

Ingen av elevene hadde selv hatt covid på tidspunktet for undersøkelsen, men fem av dem (6.75 %) oppga at andre i familien hadde vært smittet. I tillegg hadde ti elever opplevd alvoret ved pandemien ved selv å være i karantene, og 12 andre hadde familiemedlemmer som hadde vært i karantene.

Tatt i betraktning at undersøkelsen ble gjennomført etter første nedstengning, kan dette virke som et høyt tall i forhold til befolkningen som helhet. Andelen smittede i Oslo i løpet av den første nedstengningen var under 1 % (7). Vi vet at det var høyere forekomst av korona-smitte i enkelte innvandrergupper, og det kan være én forklaring på at en relativt stor andel av elevene hadde familiemedlemmer som hadde vært smittet. Men det er lite sannsynlig at elevene bare hadde familie i Norge i tankene da de besvarte dette spørsmålet. Vi antar at enkelte elever har opplevd at familien deres i utlandet hadde vært smittet. Som vi skal se senere, var de fleste av dem også bekymret for familiene sine i utlandet under pandemien.

Tretti seks elever (26.7 %) oppga at én eller begge foreldrene hadde hjemmekontor, da de hadde hjemmeskole. NOVA påpeker i sin rapport at det var færre elever med innvandrerbakgrunn enn etnisk norske, som hadde foreldre med hjemmekontor, 36 % mot 86 % blant elever med norskfødte foreldre (3) (side 12).

Det var store variasjoner i hvordan elevene på Prosjektskolen opplevde at pandemien og nedstengningen av skolen påvirket livet deres. I likhet med ungdommene i Ungdata sin undersøkelse (6), var det mange elever som opplevde at pandemien hadde påvirket dem i positiv retning, 87 av dem (65 %) svarte positivt på dette, og av disse var det 13 (9.7 %) som opplevde at pandemien hadde påvirket dem mye eller veldig mye i positiv retning.

Av de 107 elevene (79 %) som bekreftet at covid-restriksjonene hadde påvirket livet deres i negativ retning, oppga 81 (86.6 %) at det hadde påvirket dem «litt» negativt, mens 18 (19.3 %) sa at den hadde påvirket dem «mye» eller «veldig mye» i negativ retning. Til tross for de store forskjellene i deltakelse i Ungdata og HEL-KOBO undersøkelsene, er disse resultatene nokså like hverandre.

Det var ikke signifikant sammenheng mellom opplevelser av at covid hadde positiv eller negativ virkning på livene til elevene. Tolv elever oppga at covid ikke i det hele tatt hadde hatt noen hverken positiv eller negativ virkning på livet deres. Sju elever rapporterte at covid hadde påvirket dem «mye» i positiv retning, men også «litt» eller «en del» i negativ retning. Pandemien kunne altså oppleves å ha både noen positive og noen negative sider for mange elever.

Skolesituasjonen

Resultater fra Helseundersøkelsen på Prosjektskolen (i oktober 2019) viste at skolen var en svært viktig arena for elevene med kort botid. Sammenliknet med deltakerne både med og uten innvandrerbakgrunn i NOVA sin Ung i Oslo undersøkelse (2), var de signifikant mer fornøyd med skolen de gikk på, 91 % svarte at de var «litt» eller «svært» fornøyd. Til sammenlikning var det bare 57 % av elevene med innvandrerbakgrunn og kort botid i Ung i Oslo som var tilsvarende fornøyd med skolen sin (Oppedal, august 2020, ikke publiserte data). Elevene på Prosjektskolen rapporterte også svært god trivsel og sosial støtte fra klassekameratene sine, hele 90 % oppga at «elevene i klassen hjelper meg med skolearbeidet når jeg trenger det». I det følgende gjengir vi resultater om elevenes arbeidssituasjon, endringer i aktiviteter, og samhandling med medelever og lærere.

Arbeidsforhold på hjemmeskolen

Da skolene stengte og gikk over til «hjemmeundervisning», var det en forutsetning at elevene hadde det nødvendige tekniske utstyret, som en laptop eller PC, internett og en mobiltelefon. For nyankomne migranter, kan det ta tid før dette utstyret er på plass. Noen mangler kanskje de økonomiske forutsetningene for å skaffe seg det nødvendige tekniske utstyret. En annen utfordring kan være å ha plass nok i boligen til at alle det angår kan ha et sted hvor det er rolig nok til at man kan konsentrere seg og jobbe, uten å forstyrre andre når man deltar i Teams-møter.

Elever som manglet det grunnleggende utstyret, eller som av andre grunner ikke hadde utbytte av hjemmeundervisningen, ble tilbudt undervisning på skolen under nedstengningen. Skolen og lærerne gjorde også en innsats for å forsyne elevene med det utstyret de trengte, der det var mulig.

Tabell 2. Arbeidsforhold på hjemmeskolen. Svarene gjengitt i %.

	Stemmer «ganske bra» eller «veldig bra»	Stemmer «ganske dårlig» eller «veldig» dårlig»
Jeg hadde et sted der jeg kunne sitte i fred og ro og gjøre skolearbeid	85.3 %	14.7 %
Det var tilgang på internett hjemme hos meg	90.6 %	9.4 %
Jeg hadde en smartphone	95.4 %	4.6 %
Hvis jeg trengte det, fikk jeg god hjelp til skolearbeidet av mine foresatte	73.4 %	26.6 %
Jeg hadde alltid tilgang til datamaskin eller nettbrett når jeg jobbet med skolearbeid hjemme	89.2 %	10.8 %
Dårlig internett hjemme gjorde at jeg hadde problemer med å følge undervisningen	37.5 %	62.5 %

Flertallet av elevene oppga at de hadde greie arbeidsforhold på hjemmeskolen. Men, det var også en stor andel som hadde mangler i rammevilkårene for en effektiv hjemmeundervisning. Tabell 2 viser at 37.5 % av elevene sier at det stemmer «ganske bra» eller «veldig bra» at dårlig internett hjemme gjorde at de hadde problemer med å følge undervisningen. Det vil påvirke hvilket læringsutbytte elevene hadde i denne perioden. Men hvis dette reflekterer situasjonen for nyankomne elever generelt, så kan det vanskeliggjøre læring i denne elevgruppen også når skolen er åpen. Internett er viktig for elevenes skolearbeid også under normale forhold.

Det er kjent fra tidligere studier at en del foreldre med innvandrerbakgrunn mangler noen av de ressursene, som norskspråklige ferdigheter og utdanning, som er nødvendige for å kunne hjelpe barna med skolearbeidet (3). Det kom også fram i NOVA sin undersøkelse av Osoulungdom i coronatiden (3) (side 41). For disse elevene er den direkte kontakten med lærerne og medelevene i klassen, av ekstra stor betydning. Dette er antakeligvis en gruppe som trenger ekstra oppfølging når skolene er stengt.

Cirka ¼ av elevene (23 %) av elevene informerte at de hadde gode rammevilkår for å følge den nettbaserte undervisningen. De hadde både nødvendig nett-tilgang og elektronisk utstyr, et rolig arbeidssted, i tillegg til at de kunne få hjelp av sine foresatte dersom de trengte det. Men nesten halvparten (44.6 %) manglet én av disse ressursene, 20.8 % manglet to, og hele 11.5 % av elevene oppga at de manglet tre eller flere av disse ressursene. Vi er kjent med at skolen iverksatte tiltak for å hjelpe elever som slet med læring på hjemmeskole, blant annet ved å tilby dem undervisning på skolen, men resultatene fra C-19-tillegget tyder på at flere av elevene hadde behov for dette tiltaket.

NOVA sin Korona-studie viste at elever med innvandrerbakgrunn hadde dårligere rammevilkår for hjemmeskole enn elever med norskfødte foreldre. Elevene med kort botid hadde betydelig dårligere rammevilkår for en effektiv hjemmeundervisning enn deres jevnaldrende på andre skoler i Oslo (3) (side 40). Det fremgår av NOVAs undersøkelse at 14 % av elevene med innvandrerbakgrunn hadde en «dårlig hjemmeskolesituasjon», dvs. de manglet PC og/eller et sted å jobbe i fred (3) (side 41). Blant elevene med kort botid på Prosjektskolen var denne prosentandelen 22. Denne forskjellen kan skyldes at elevene med kort botid på Prosjektskolen var mer nyankomne og hadde vært i Norge kortere tid enn elevene med innvandrerbakgrunn i Nova sin undersøkelse.

Mange av begrensningene som elevene pekte på (mangel på plass, mangel på internett, mangel på voksenpersoner som kan hjelpe med skolearbeid og liknende) er antakeligvis ikke relatert til pandemien. Men betydningen av dem for elevenes fungering kan forsterkes når skolen er stengt og elevene henvises til digital undervisning og hjemmeskole.

Endringer i elevenes aktiviteter

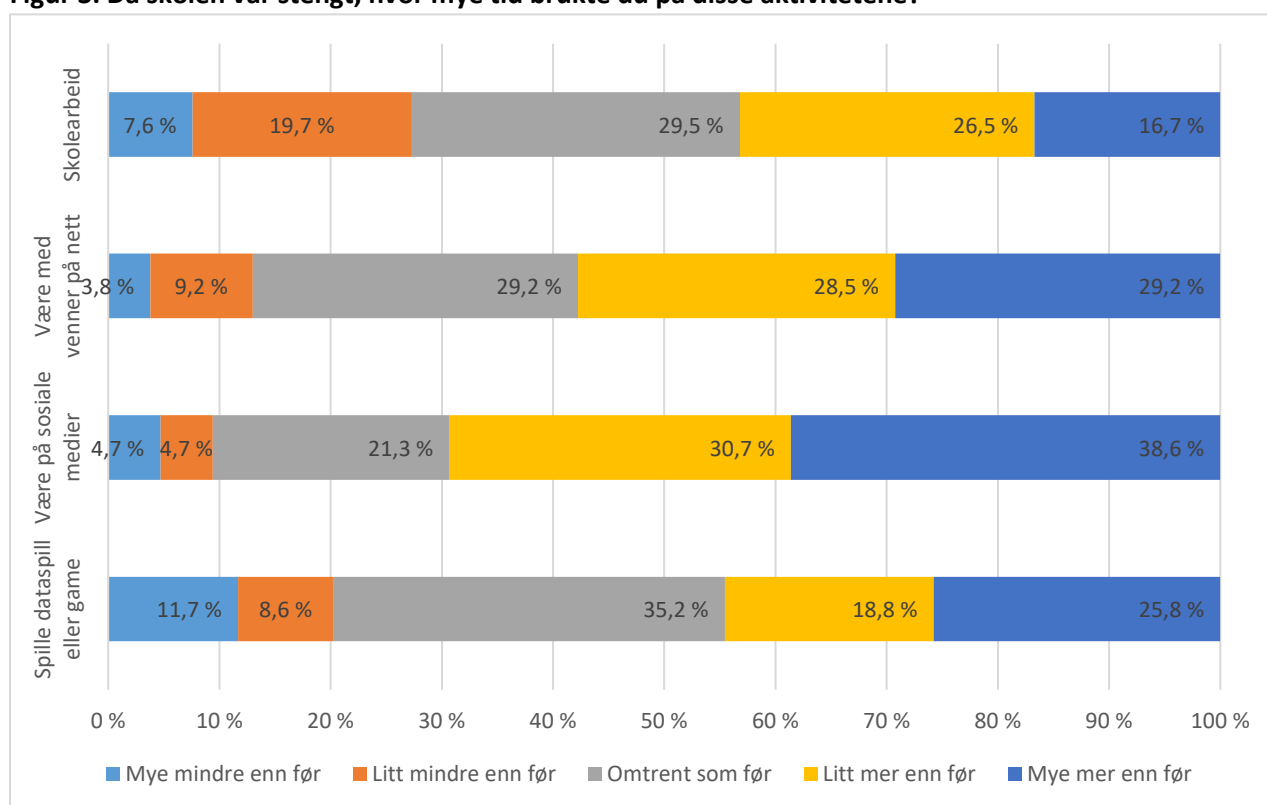
Det var store variasjoner i hvor mye tid elevene brukte på ulike aktiviteter under nedstengningen, sammenliknet med hva de gjorde til vanlig. Som Figur 3 viser, var det mye endringer i hvordan elevene brukte tiden sin på disse aktivitetene, først og fremst i retning av at de brukte mer tid enn tidligere, særlig på ulike nettbaserte virksomheter.

Cirka 43 % av elevene brukte mer tid på skolearbeidet enn de vanligvis pleide å gjøre da skolen var stengt. Samtidig var også en stor gruppe, 27 %, som brukte mindre tid. NOVA rapporterer om tilsvarende tendenser blant Oslo-ungdommene som deltok i deres koronaundersøkelse. Som i NOVA-undersøkelsen er det også på Prosjektskolen tendenser til at jentene i større grad enn guttene brukte mer tid på skolearbeidet: 47.5 % av jentene og 39.7 % av guttene oppgir at de brukte «litt mer tid»

eller «mye mer tid» på skolearbeidet under nedstengningen. Kjønnforskjellen er imidlertid ikke signifikante.

Det var også økning i hvor mye tid ungdommene brukte på ulike nett-baserte aktiviteter som å sosialisere med venner, game, eller bare å surfe, og her var forskjellene mellom jenter og gutter signifikante. Jentene brukte betydelig mer tid på å være sammen med venner på nett enn guttene, hhv. 69.5 % og 47.9 % sier at de brukte «litt mer tid» eller «mye mer tid» på samvær med venner på nett enn før pandemien. Det var også større andel jenter enn gutter som brukte mer tid på sosiale medier, 82.8 % og 58 %. Derimot var andelen gutter som brukte mer tid på å spille dataspill eller game større enn blant jentene, 54.9 % av guttene i forhold til 31.6 % av jentene brukte «litt mer tid» eller «mye mer tid» på spill eller gaming enn før. Vi vet ikke i hvor stor grad guttenes dataspilling og gaming foregikk som en sosial aktivitet i sammen med andre. Men ifølge NOVA sin rapport er disse kjønnforskjellene i aktiviteter og mestring av hverdagen gjelder for ungdom på tvers av innvandrersstatus og botid i Norge.

Figur 3. Da skolen var stengt, hvor mye tid brukte du på disse aktivitetene?



Kontakt med klassekameratene

Et interessant funn fra Helseundersøkelsen var at skolen hadde veldig stor betydning for de nyankomne elevene. De trivdes veldig godt på skolen og i klassene sine, og opplevde svært god støtte fra medelevene. Så mye som 91 % svarte at de var «litt fornøyd» eller «svært godt fornøyd» med skolen, en betydelig høyere andel enn andre videregående elever i Oslo både med og uten innvandrerbakgrunn. Hele 96 % var «delvis enig» eller «helt enig» i at «elevene i klassen min er hyggelige», og 90 % svarte at de var «delvis enig» eller «helt enig» i at «elevene i klassen min hjelper meg med skolearbeidet når jeg trenger det» (Oppedal, 2020, upubliserte HelKobo-data).

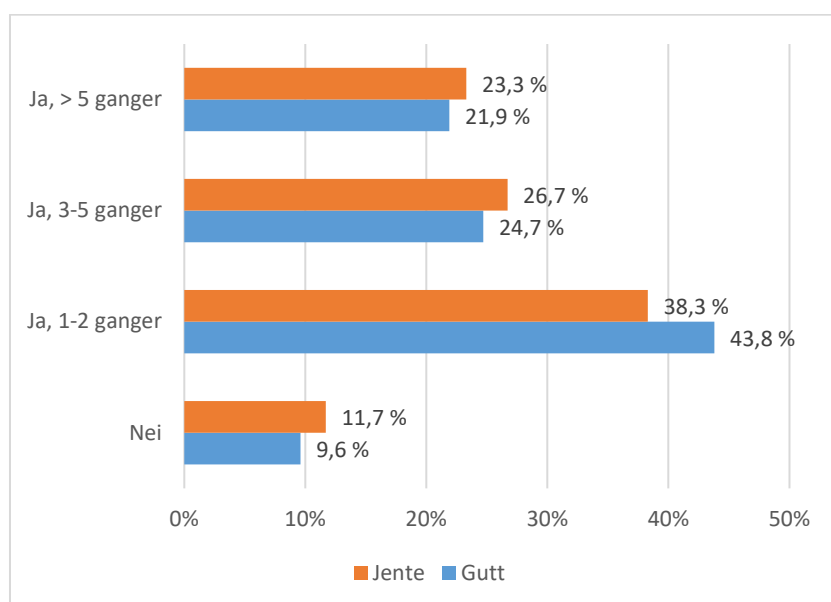
Ettersom de nyankomne elevene ikke hadde kjent hverandre så lenge da skolen stengte ned, og at de bodde spredd utover byen, var det et åpent spørsmål hvor mye kontakt de hadde med medelevene i denne tiden.

Resultatene viser at ca. halvparten av elevene hadde hatt svært lite kontakt med medelevene sine. Ti prosent hadde ikke hatt kontakt med klassekamerater i det hele tatt, mens 41,4 % hadde vært i kontakt med dem 1 – 2 ganger. Figur 4 viser elevenes svar fordelt på kjønn. Det var ikke signifikante forskjeller mellom jenter og gutter i hvor mye kontakt de hadde hatt med andre klassekamerater. Selv om 22,6 % oppga at de hadde vært i kontakt med andre elever i klassen seks ganger eller mer, gir Figur 4 inntrykk av at det ikke hadde vært spesielt mye kontakt mellom klassekameratene i denne tiden.

Det fremgår ikke av spørsmålet om man mener kontakt utenom den virtuelle undervisningen, så dette kan vi bare spekulere på. Ettersom klassen var samlet til undervisning på Teams flere ganger i uka, er det imidlertid lite sannsynlig at det var dette samværet de hadde i tankene da de svarte på spørsmålet. I dybdeintervjuene kom det fram at det var vanlig at elevene skrudde av kameraet og lyden mens undervisningen pågikk. Dette styrker våre antakelser om at elevene tenkte på hvilken kontakt de hadde med hverandre utenom undervisningen da de besvarte dette spørsmålet.

I løpet av den andre nedstengningen høsten 2020, ble de virtuelle plattformene som ble brukt i undervisningen lagt bedre til rette for gruppearbeid og samhandling mellom deltakerne. Brukernes kompetanse til å bruke disse, ble også styrket. Forholdene ligger nå bedre til rette for at lærerne kan gi elevene mulighet til å samhandle virtuelt, dersom dette skulle bli nødvendig igjen.

Figur 4. «Hadde du kontakt med klassekameratene dine mens skolen var stengt»? %



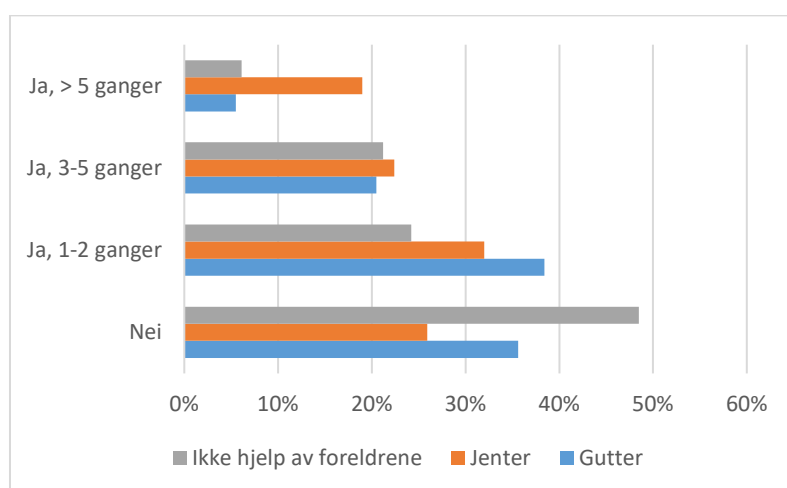
I Helseundersøkelsen svarte 94 % av elevene at de var «delvis enig» eller «helt enig» i at de fikk hjelp av klassekameratene til skolearbeidet dersom de trengte det. I C-19-tillegget ble elevene spurt om de fikk hjelp av klassekameratene til skolearbeid da skolen var stengt. Hele 31,3 % svarte nei på dette spørsmålet. Mesteparten av de som svarte bekreftende på spørsmålet, hadde fått hjelp 1 – 2 ganger. Ca. 33 % av elevene informerte at de hadde fått hjelp av klassekameratene tre ganger eller mer under nedstengningen (Figur 5).

Disse resultatene viser at nedstengningen og overgangen til hjemmeundervisning førte til store endringer i samhandlingen mellom elevene i klassen. Det var kjønnsforskjeller i hvor ofte elevene fikk hjelp av hverandre. Betydelig flere jenter enn gutter hadde fått hjelp fem ganger eller mer. Derimot hadde flere gutter enn jenter aldri, eller én – to ganger fått hjelp av medelever (Figur 5).

Vi undersøkte også om de 34 elevene som hadde svart «stemmer ganske dårlig» eller «stemmer veldig dårlig» på spørsmål om de fikk hjelp til skolearbeidet av foreldrene sine dersom de trengte det, kompenserte med å få hjelp av medelevene. Figur 5 viser at ca. 50 % av elevene som oppga at de ikke kunne få hjelp av foreldrene sine, svarte benektende på dette spørsmålet, mens 24 % svarte at de hadde fått hjelp av medelever 1 – 2 ganger.

I Figur 5 viser de grå søylene andelen av de 34 elevene som hadde svart at de ikke kunne få hjelp av foreldrene til skolearbeidet dersom de trengte det. De oransje og blå søylene viser det hvordan det totale antall jenter og gutter svarte.

Figur 5. «Fikk du hjelp av klassekamerater til skolearbeid mens skolen var stengt»?



Det var mye nytt for lærerne å sette seg inn i da undervisningen ble flyttet fra skolen til det virtuelle rom, og det er naturlig at det kunne ta tid før man klarte å utnytte mulighetene som Teams gir fullt ut. Skulle det bli nødvendig å stenge skolene igjen, bør skolen og lærerne legge ekstra vekt på å oppmuntre til, og legge forholdene til rette for at elevene kan fortsette å ha kontakt og hjelpe hverandre med skolearbeidet.

Kontakt med lærer

Elevene ble også spurt om hvor mye kontakt de hadde med lærerne og om de opplevde støtte fra lærerne sine under nedstengningen.

De fleste elevene hadde hyppig kontakt med lærerne sine, så mange som 80.6 %, oppgir at de snakket med lærerne eller enn annen voksen fra skolen alene på telefon, eller på videochat om hvordan de hadde det under nedstengningen. Av disse, hadde 38.9 % kontakt 1 – 2 ganger i uka og 38.1 % tre ganger eller mer i uka. Det var ikke signifikante kjønnsforskjeller i hyppigheten av kontakt med voksne fra skolen. Det var med andre ord ganske hyppig kontakt mellom lærerne og de fleste elevene.

Tretti elever (22.9 %) oppgir at de aldri hadde kontakt med en voksen fra skolen i denne tiden. Av de 34 elevene som oppgir at de ikke har tilgang til hjelp til skolearbeidet dersom de har behov for det, var det 38.2 % som aldri hadde kontakt med lærerne eller andre voksne på skolen.

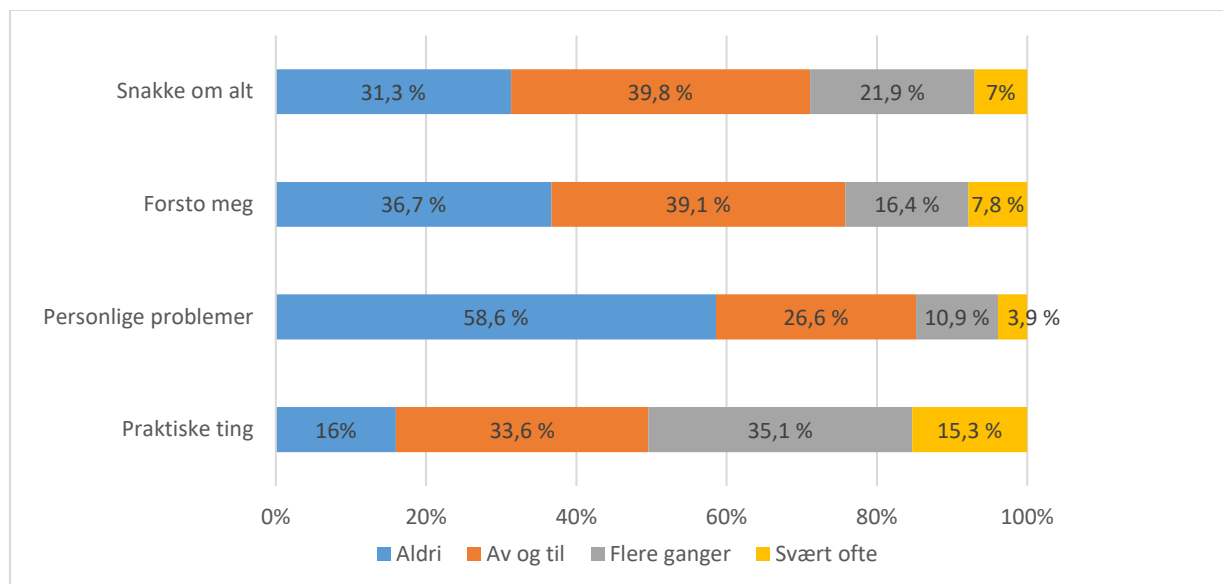
I tillegg til hvor ofte de hadde kontakt med lærerne, spurte vi også elevene om de opplevde læreren eller andre voksne på skolen som støttende, med følgende spørsmål (formulering i Figur 6 i parentes):

I perioden da skolen var stengt, har læreren min eller andre voksne på skolen:

- Hjulpet meg med praktiske ting hvis jeg trengte det (praktiske ting)
- Hjulpet meg med personlige eller private problemer (personlige problemer)
- Jeg følte at han/hun forsto situasjonen min (forsto meg)
- Jeg følte at jeg kunne snakke med han/henne om alt (snakke om alt).

Det var ikke kjønnsforskjeller i elevenes svar på disse spørsmålene.

Figur 6. Andel som opplevde læreren sin eller andre voksne på skolen som støttende



Figur 6 viser at et stort flertall av elevene (84 %) sa at de fikk hjelp med praktiske ting av lærerne sine under nedstengningen. Det er færre elever som opplevde emosjonell støtte fra lærerne sine, som f.eks. en følelse av å bli forstått, eller få hjelp med personlige problemer, og kunne prate med dem om alt. Slike relasjoner er vanskeligere å formidle, oppleve og opprettholde i det virtuelle rom.

Av Figur 6 fremgår det også at en stor andel av elevene oppgir at de aldri hadde fått hjelp med personlige problemer. Vi har ikke spurt om ungdommene ønsket, eller hadde behov for dette. Fra andre studier vet vi at mange ungdommer med innvandrerbakgrunn ikke kunne tenke seg å snakke om sine personlige problemer med andre voksne enn familien (8). Vi antar derfor at disse resultatene kan gjenspeile kulturforskjeller i hvor mye man ønsker å prate med lærerne om private ting. Det er signifikant sammenheng mellom hjelp med praktiske ting og emosjonell støtte: jo mer praktisk hjelp elevene fikk, desto mer emosjonell støtte opplevde de. Vi har dessverre ikke data som kan si om det har vært forandringer i elevenes opplevelse av denne form for praktisk hjelp og emosjonell støtte fra tiden før pandemien.

Vi undersøkte også hvor mye kontakt de 37 elevene som vi definerte som å være «i en sårbar situasjon», enten fordi de slet med mye depresjon, og /eller var mye plaget av ensomhet, hadde med lærerne sine (se avsnittet «Elever i sårbare situasjoner» under kapittelet om psykisk helse).

- De fleste av disse elevene, 76 %, «snakket med lærerne eller en annen voksen fra skolen alene på telefon eller videochat om hvordan du har det» én eller flere ganger i uka.
- 81 % opplevde at de hadde fått hjelp til praktiske ting hvis de trengte det, «av og til», «flere ganger» eller «svært ofte».
- Bare 32 % som svarte bekreftende på at de hadde fått hjelp med personlige problemer «av og til» eller «flere ganger»
- 68 % svarte benektende på dette spørsmålet.
- Nesten halvparten, 49 %, hadde også møtt en lærer eller annen voksen fra skolen fysisk én eller flere ganger.

Flertallet av elevene som slet med mye psykiske plager i form av depresjon og/eller ensomhet, hadde altså kontakt med lærerne eller andre voksne, enten på sms, chat eller de møttes fysisk. De fleste fikk hjelp med praktiske ting, andelen som opplevde at de fikk hjelp med personlige ting var lavere. Men det var også en betydelig andel, 24 %, av elevene som var i en sårbar situasjon under nedstengningen, som ikke hadde noe kontakt med lærerne eller andre voksne fra skolen.

Psykisk helse

Det har vært mye fokus på om nedstengningen av skolene og samfunnet for øvrig, påvirket barn og unges livskvalitet og psykiske helse i negativ retning, og det var også en viktig problemstilling i C-19-delen av HEL-KOBO. Resultatene fra Ungdata (6) tyder ikke på store endringer i hvordan elevene rapporterte om livskvalitet i 2021-undersøkelsen sammenliknet med 2018 eller 2020. Men forfatterne av Ungdata-2021 rapporten understreker likevel at de på indikatorer på livskvalitet som glede, engasjement, mestring, optimisme og følelse av å være nyttig, fant en nedgang i størrelsesorden 3 – 6 prosentpoeng fra tidligere undersøkelser (side 4). De konkluderer derfor at «dette tyder på at det er en mindre gruppe av unge som har hatt det verre under pandemien enn under mer normale omstendigheter» (s.16).

Et poeng med C-19 tillegget til HEL-KOBO, var å kunne undersøke om det skjedde endringer i elevenes psykiske helse under nedstengningen. Vi kan benytte dataene fra de 54 elevene som både hadde gjennomført helseundersøkelsen og C-19 for å undersøke dette. Det må imidlertid understrekes at vi ikke har kontroll på hvordan metodeforskjellene mellom helseundersøkelsen (intervju) og C-19 (selvutfyllende spørreskjema) påvirker elevenes måte å besvare spørsmålene på. Disse resultatene må derfor tolkes med kritisk blikk og stor forsiktighet.

Ensomhet

I nyheter og sosiale medier var det mange historier om ungdom som var ensomme under pandemien, pga. sosial distansering, forbud mot å møtes i store grupper og nedstengte skoler. Ensomhet kan være et resultat av at man har psykiske plager, eller det kan være en forløper for psykiske plager. Mange ungdommer som sliter med depressive plager og lidelser, føler seg også svært ensomme. I NOVA sin korona-studie blant Oslo-ungdom, fant man en økning i andelen som var plaget av ensomhet fra undersøkelsen Ung i Oslo-undersøkelsen i 2018. NOVA fant ikke forskjeller i opplevd ensomhet mellom ungdom med og uten innvandrerbakgrunn.

På spørsmålet om hvor plaget elevene i C-19-tillegget var av at de følte seg ensomme da skolen var stengt, svarte de fleste, 74 % at de «ikke var plaget i det hele tatt» eller at de var «lite plaget», mens 26.2 % rapporterte at de var «ganske mye plaget» eller «veldig mye plaget». I NOVA-studien var

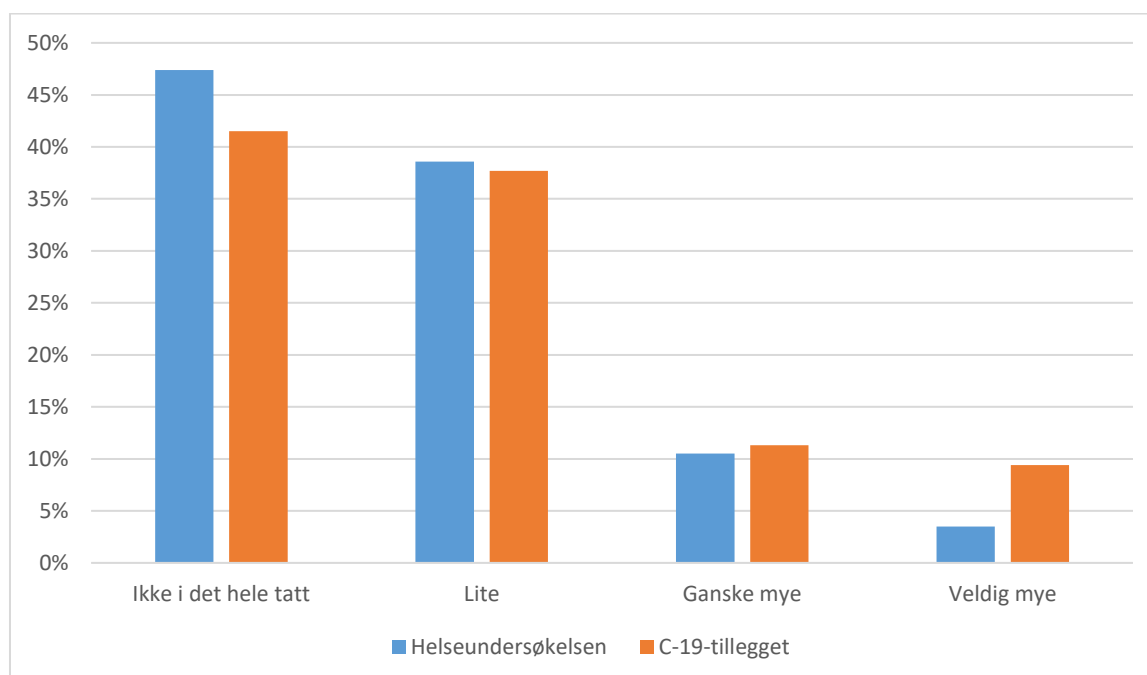
tallene omtrent like, 72 % svarte at de «ikke var plaget i det hele tatt» eller at de var «lite plaget». Men til forskjell fra resultatene i NOVAs korona-studie, var det ikke kjønnsforskjeller i ensomhetsopplevelse blant deltakerne i C-19-tillegget.

Elever med kort botid synes ikke å ha vært mer plaget av ensomhet enn Oslo-ungdom for øvrig under nedstengningen. Men det er likevel viktig å understreke at 14.3 % av elevene på Prosjektskolen var «ganske mye plaget» av ensomhet og 11.9 % var «veldig mye plaget». Det er en relativt stor gruppe som kan oppleve å ha for lite kontakt med andre, eller at kontakten ikke har så god kvalitet som man ønsker.

Resultater fra Helseundersøkelsen og C-19-tillegget

Vi har innledningsvis påpekt at resultatene fra Helseundersøkelsen ikke er direkte sammenliknbare med resultatene fra C-19-tillegget. Vi har likevel gjort en sammenlikning av opplevelse av ensomhet blant de 58 elevene som har deltatt i begge undersøkelsene (Figur 7). Funnene viser at elevene rapporterte at de var mer plaget av ensomhet i C-19-tillegget enn i Helseundersøkelsen. Den største økningen var blant elevene som følte seg «veldig mye plaget» av ensomhet. Denne økningen er i omtrent samme størrelsesorden som økningen blant deltakerne fra NOVA 2018 Ung i Oslo til Koronastudien i 2020.

Figur 7. Hvor mye plaget av ensomhet eleven var i Helseundersøkelsen og i C-19-tillegget.



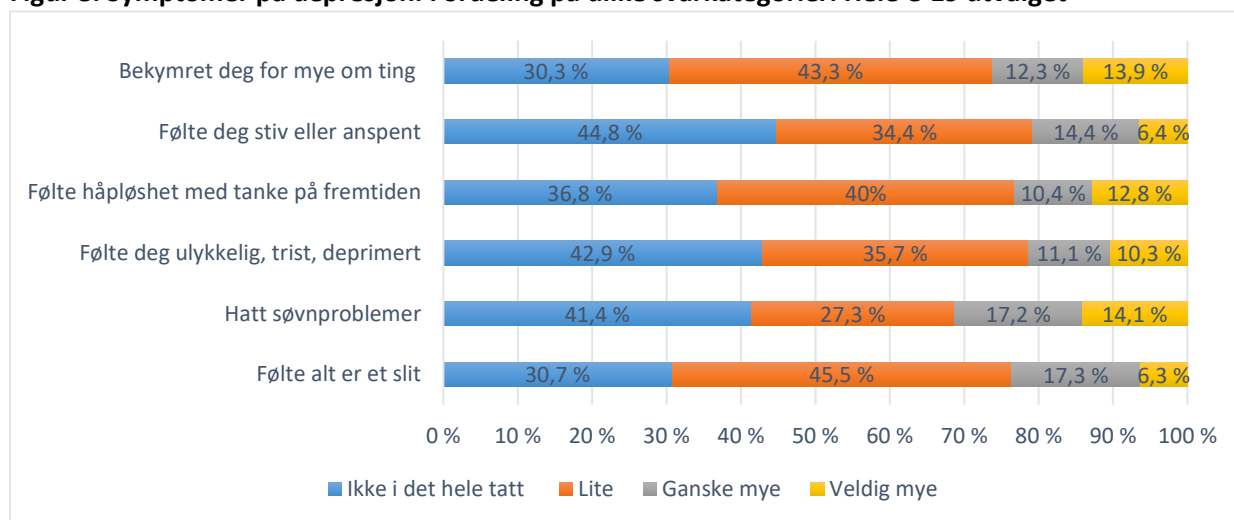
Forekomst depressive plager

Elevene besvarte de samme seks spørsmålene om depressive symptomer i Helseundersøkelsen og C-19 tilleggset. Spørsmålet i Helseundersøkelsen var «Har du i løpet av den siste uken vært plaget av noe av dette»? I C-19 tilleggset var spørsmålet «Da skolen var stengt, var du plaget med noe av dette»? I begge tilfeller var det følgende skårer og svarkategorier: 1 (ikke plaget i det hele tatt), 2 (lite plaget), 3 (ganske mye plaget) og 4 (veldig mye plaget). I tillegg til å undersøke hvordan elevene svarer på hvert enkelt-spørsmål, har vi også laget en gjennomsnitts sum-skåre hvor eleven får en skåre fra 1 til 4. Ungdata benytter en skåre på tre eller høyere for å indikere at en elev har «mange psykiske plager», og at vedkommende sannsynligvis trenger hjelpe- eller støttetiltak.

Figur 8 viser at flertallet av elevene som deltok i C-19 oppgir at de er «ikke plaget i det hele tatt», eller «lite plaget» av hvert av de seks symptomene på depressive plager. Prosentandelen som er «ganske» eller «veldig» mye plaget, varierer fra 20.8 % på spørsmålet om de hadde følt seg stiv eller anspent, til 31.3 % på spørsmålet om de hadde hatt søvnproblemer da skolen var stengt.

De fleste av oss klarer å håndtere ett symptom på depresjon. Det er når symptomene hopper seg opp, og varer over tid, at det går utover vår fungering i hverdagen. Videre analyser av dataene fra C-19-tillegget viser at 43.2 % av deltakerne oppgir at de var «lite plaget» eller «ikke plaget i det hele tatt» på alle seks symptomene, mens 17.6 % og 14.4 % hadde alvorlig grad av hhv. ett eller to symptomer. En fjerdedel av elevene oppgir at de var «ganske plaget» eller «veldig mye plaget» av tre eller flere symptomer.

Figur 8. Symptomer på depresjon. Fordeling på ulike svarkategorier. Hele C-19 utvalget



Andelen som har en total gjennomsnittlig sumskåre for alle seks depresjonssymptomene ≥ 3 (som Ungdata benytter for å identifisere de elevene som har «mye plaget av depresjon») er 12.7 % i C-19-tillegget, betydelig lavere enn tilsvarende andel i Ungdata sin Oslo-undersøkelse fra 2018, som var på 19 % både blant elever med og uten innvandrerbakgrunn (2) (s.49).

Kjønnsforskjeller

Det var små forskjeller mellom gutter og jenter i forekomsten av depressive symptomer. En høyere andel jenter enn gutter rapporterte at de var «ganske mye plaget» eller «veldig mye plaget» av hvert symptom, men forskjellen var bare signifikant på spørsmålet om du var plaget fordi du «følte deg ulykkelig, trist eller depriment». På dette svarte 29.3 % av jentene og 14.7 % av guttene at de var «ganske» eller «veldig» mye plaget. På skalaen som summerte gjennomsnittsskåren på alle seks depresjons-spørsmålene, hadde 8.8 % av guttene og 17.2 % av jentene en skåre over tre, dvs. at de var så plaget av depresjon, at de antakelig hadde behov for hjelpe- eller støttetiltak. Selv om denne forskjellen kan virke stor, var den ikke signifikant.

Vi har tidligere pekt på at disse forskjellene mellom elevene på Prosjektskolen og i Ungdata-undersøkelsene, kan skyldes metodiske variasjoner i rekruttering og gjennomføring av undersøkelsene. Ungdata-undersøkelsene har også svært høy svarprosent (87 % i ungdomskolen og 76 % i videregående), sammenliknet med 62 % i C-19-undersøkelsen. Det er gjerne elever som sliter med mye psykiske plager som ikke deltar i helseundersøkelser. Vi kan derfor spekulere på om forekomsten på Prosjektskolen ville vært høyere, dersom flere elever hadde deltatt.

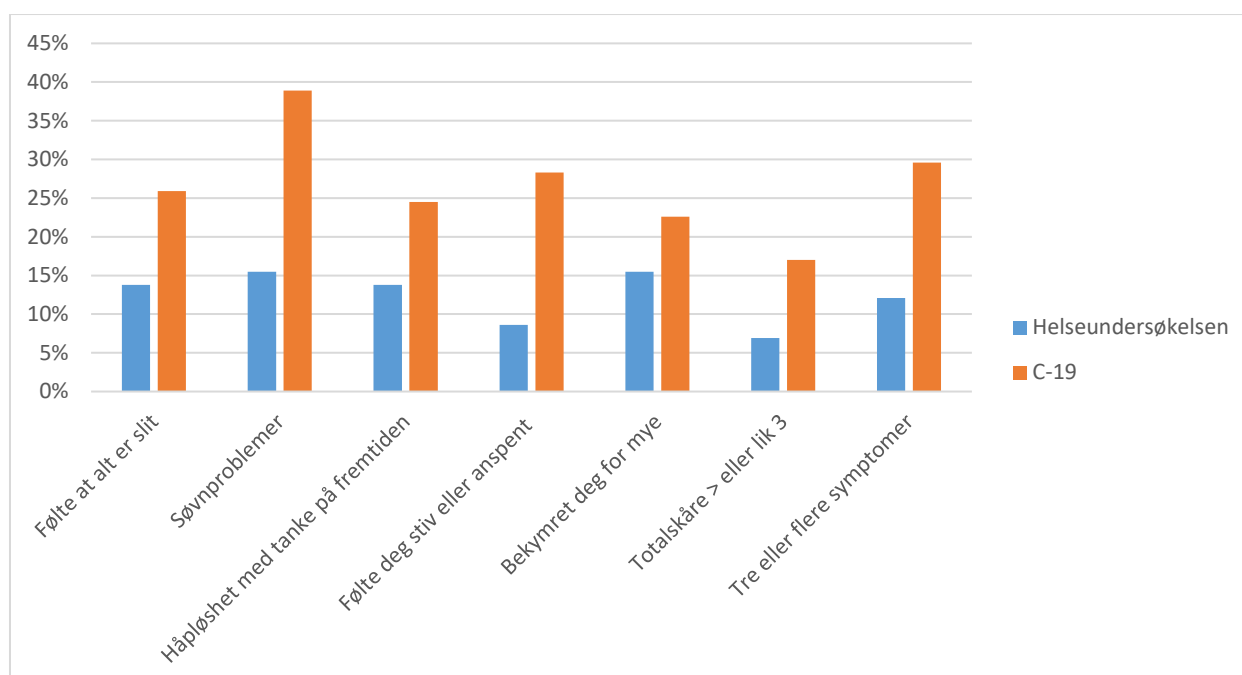
Flere studier av depressive plager har vist små eller ingen kjønnsforskjeller i ulike innvandrergupper (9-12). Dette er uvanlig, ettersom epidemiologisk forskning blant ungdom uten innvandrerbakgrunn viser at kjønnsforskjellene i depressive plager og lidelser øker gjennom ungdomsårene (13-15). Basert på kunnskap om forekomst om depressive plager blant gutter i tenårene, kan det synes som om forekomsten blant gutter med innvandrerbakgrunn er relativt høyt.

Endring i psykiske plager fra før til under koronapandemien

Vi undersøkte også om det var endringer i forekomst av depressive plager før og under koronapandemien blant de 58 elevene som hadde deltatt både i Helseundersøkelsen og C-19 tillegget. Vi undersøkte om det er forskjeller i andelen som oppgir at de er «ganske mye plaget» eller «veldig mye plaget» av hvert symptom i de to undersøkelsene, i andelen som «mange psykiske plager» (dvs. har en gjennomsnittlig totalskåre på de seks symptomene ≥ 3), og i andelen som har oppgitt at de er «ganske mye plaget» eller «veldig mye plaget» av tre eller flere symptomer.

Figur 9 viser at det var betydelige forskjeller i forekomst av depresjon, enten man ser på enkeltsymptomer, total-skåre eller antall symptomer.

Figur 9. Andel som er «ganske mye» eller «veldig mye» plaget av enkeltsymptomer, som har «mange psykiske plager» og som er «ganske mye» eller «veldig mye» plaget av tre eller flere symptomer



Forekomsten av depresjon var signifikant lavere i Helseundersøkelsen enn i C-19. Hvorvidt disse forskjellene helt eller delvis kan tilskrives de ulike framgangsmåtene som ble benyttet i de to undersøkelsene (individuelle intervjuer i Helseundersøkelsen og elektroniske spørreskjemaer som elevene besvarte sammen med resten av klassen i en skoletime), finnes det ikke svar på.

Andre undersøkelser har vist at det ikke var så store endringer i ungdommenes psykiske helse under den første nedstengningen, men at de nye, mer langvarige tiltakene høsten 2020 og våren 2021 hadde større konsekvenser.

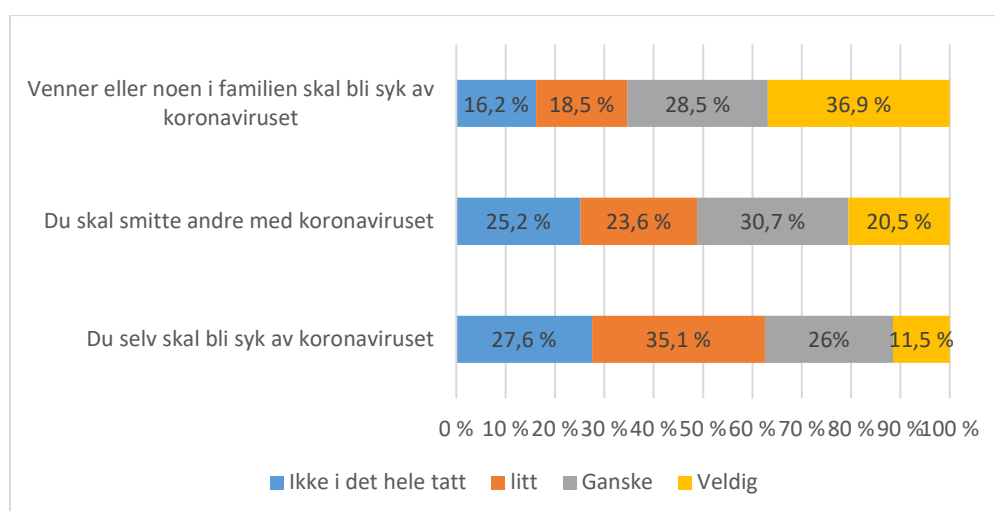
Forskning har vist variasjoner i kvaliteten på data er avhengig av hvilken måte de er samlet inn på. Personlig intervju kan ha noen fordeler som f.eks. at de fleste spørsmålene blir besvart, og det er ikke så kognitivt belastende som selvutfyllingsmetoder (16). På den andre siden er risikoen for at respondenten svarer slik vedkommende oppfatter at det er forventet (social desirability), større enn ved selvutfyllingsmetoder, og det kan være vanskeligere å svare ærlig på personlige spørsmål (16).

Bekymringer

Ulike studier av ungdom under Covid-19 pandemien, viser at selv om de ikke var så redde for å bli smittet, hadde de mange andre bekymringer, knyttet til økonomi, skole og spredning av viruset (3). Også ungdommene med kort botid i Norge hadde mange bekymringer, og resultatene fra Prosjektskolen likner på de fra NOVA-undersøkelsen, selv om det også er noen forskjeller.

Både på Prosjektskolen og blant øvrige Oslo-elever var de fleste elevene, hhv. 65 % og 64 % «ganske bekymret» eller «veldig bekymret» for at venner eller noen i familien skulle bli syke av koronaviruset. I begge undersøkelsene var også rundt 50 % av deltakerne «ganske bekymret» eller «veldig bekymret» for at de selv skulle smitte andre. Men en større andel av elevene med kort botid var i tillegg bekymret for at de selv skulle bli smittet av koronaviruset, hhv. 37 % på Prosjektskolen og 12 % i NOVA sin undersøkelse. Av NOVAs rapport går det fram at elever med norskfødte foreldre var betydelig mindre bekymret enn elevene med innvandrerbakgrunn, og de med lav sosioøkonomisk status (SØS) bekymret seg mest for viruset (s.15).

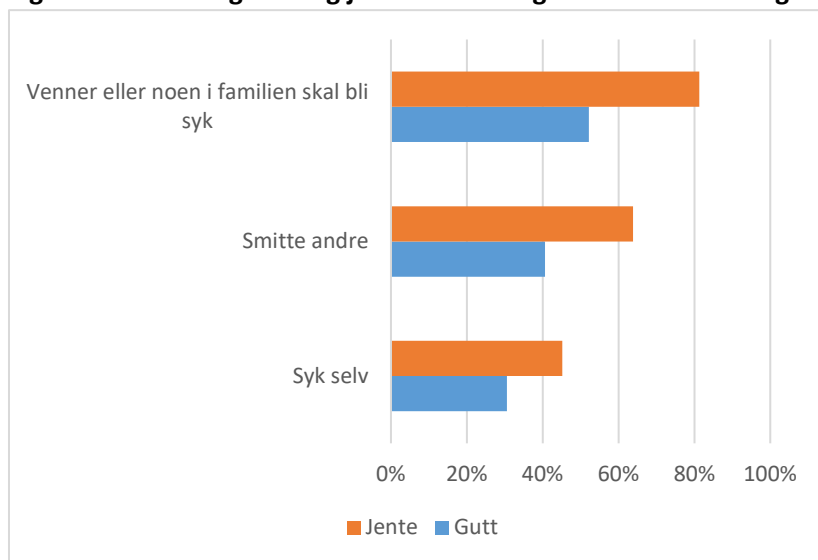
Figur 10. Hvor bekymret er du for at...



Figur 11 viser at det var betydelige kjønnsforskjeller i hvor bekymret elevene var for koronarelatert sykdom og smitte; jentene var signifikant mer bekymret enn guttene. Dette var også et klart funn i NOVAs undersøkelse.

Mens guttene med kort botid og i NOVA-undersøkelsen var omtrent like bekymret for sykdom blant venner/ i familien, og egen smitte, var en større andel av jentene i C-19-tillegget enn i NOVA-undersøkelsen bekymret. For eksempel var 81 % av jentene på Prosjektskolen «ganske bekymret» eller «veldig bekymret» for om venner eller noen i familien skulle bli syke av koronaviruset, mens dette gjaldt for 73 % av de øvrige unge Oslo-jentene.

Figur 11. Andelen gutter og jenter som er «ganske» eller «veldig» bekymret for at...



Andre bekymringer

Skolen. Elever med innvandrerbakgrunn er ofte svært ambisiøse, og vil gjerne gjøre det bra på skolen. For elever med kort botid på Prosjektskolen var det viktig å komme seg videre i det norske skolesystemet, heller enn å måtte fortsette i andre undervisningstiltak for elever med kort botid. Derfor er det ikke uventet at 73 % av deltakerne bekymret seg i større eller mindre grad for hvordan det ville gå med karakterene.

Jentene var signifikant mer bekymret enn guttene. Mens 46.6 % av jentene oppgir at de var «ganske bekymret» eller «veldig bekymret» for karakterene da skolen var stengt, var det bare 17 % av guttene som bekymret seg så mye.

Vi fant ikke signifikant sammenheng mellom dårlige rammebetingelser på hjemmeskolen eller hvor mye tid elevene brukte på skolearbeid og bekymringer for karakterene.

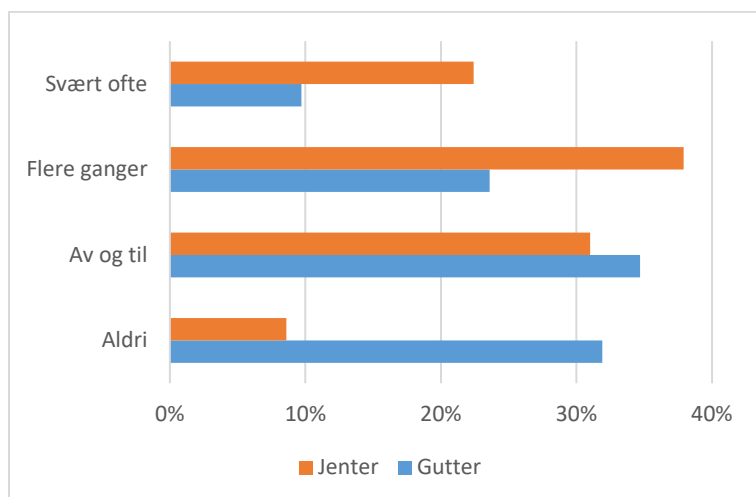
Familien i utlandet. Det er ikke bare farene ved viruset som gjør ungdommen engstelige når samfunnet stenger ned. Mer enn tre av fire elever (78.5 %) bekymret seg «av og til», «flere ganger», eller «svært ofte» for familiemedlemmer i utlandet.

Figur 12 viser at det var signifikante kjønnsforskjeller i hvor mye elevene bekymret seg, jentene svarte i betydelig større grad enn guttene at de bekymret seg «flere ganger» eller «svært ofte» for slektninger i andre land.

Ungdommer med kort botid, som de fleste andre ungdommer med innvandrerbakgrunn, lever transnasjonale liv, og har familie og venner ikke bare i opprinnelseslandene sine, men også i mange andre land. Ikke alle disse landene har de samme økonomiske og politiske forutsetninger som Norge til å håndtere en pandemi, og dette gjør at ungdommene bekymrer seg for familien sin i utlandet.

Som vi har påpekt i innledningen, setter elevenes transnasjonale virkelighet et viktig preg på hvordan de forholder seg til hverdagen sin.

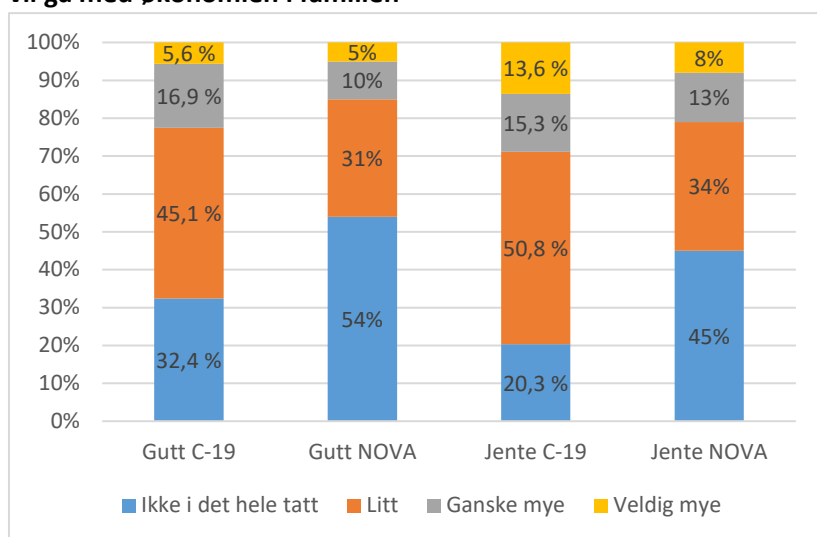
Figur 12. Andel gutter og jenter som «flere ganger» eller «svært ofte» var urolige for familiemedlemmer i utlandet



Familiens økonomi. Mange foreldre ble permittert, og noen mistet jobben sin under pandemien, noe som får konsekvenser for familieøkonomien. På Prosjektskolen var dette tilfellet for 28 % av elevene. Det er derfor naturlig at mange av elevene bekymret seg for hvordan det ville gå med familieøkonomien.

I Figur 13 har vi benyttet informasjon fra NOVA sin korona-rapport, for å vise forskjellene mellom elevene med kort botid på Prosjektskolen, og andre Oslo-ungdommer.

Fig.13. Har korona-pandemien gjort deg bekymret for hvordan det vil gå med økonomien i familien



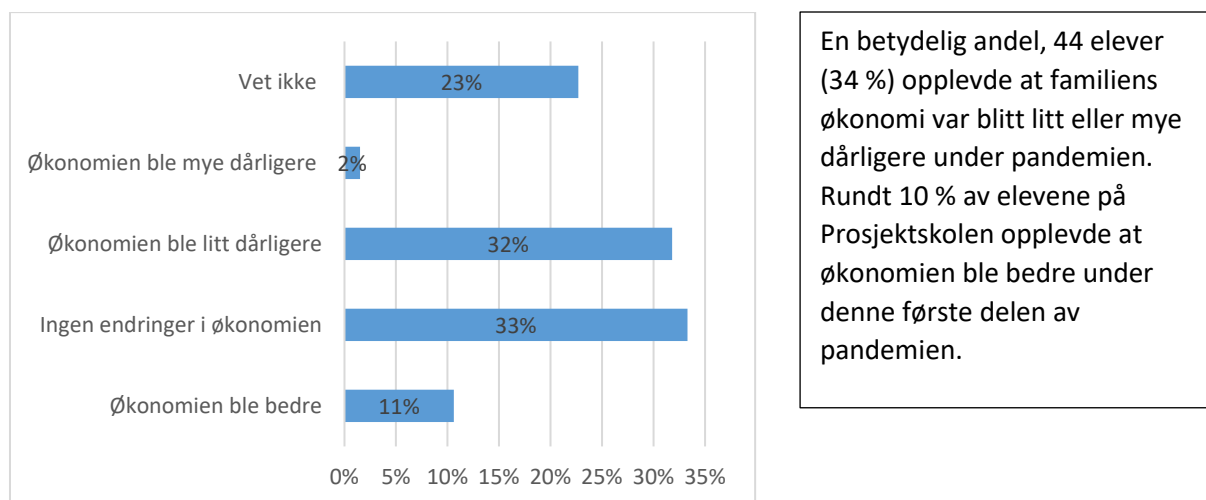
Selv om vi ikke kan sammenlikne funnene fra Prosjektskolen direkte med NOVA sine resultater, antyder Figur 13 at ungdommene med kort botid var mer bekymret for familieøkonomien enn Oslo-ungdom ellers. Jentene med kort botid var de som bekymret seg mest. Bare 20 % av dem oppgir at

de «ikke i det hele tatt» bekymrer seg, sammenliknet med 45 % i NOVA-undersøkelsen. Men det er også forskjeller blant guttene: 32 % på Prosjektskolen og 54 % i NOVA-undersøkelsen var ikke bekymret i det hele tatt.

Endringer i Familieøkonomien

Mange nordmenn opplevde å bli permittert eller oppsagt fra jobbene sine under nedstengningen, noe som kunne få alvorlige følger for familie-økonomien. På Prosjektskolen oppgir så mye som 28 % av elevene som deltok i C-19-tillegget at foreldrene deres ble permittert eller mistet jobben under pandemien. Figur 14 viser hvordan elevene på Prosjekt-skolen opplevde familiens økonomi i mars – mai 2020.

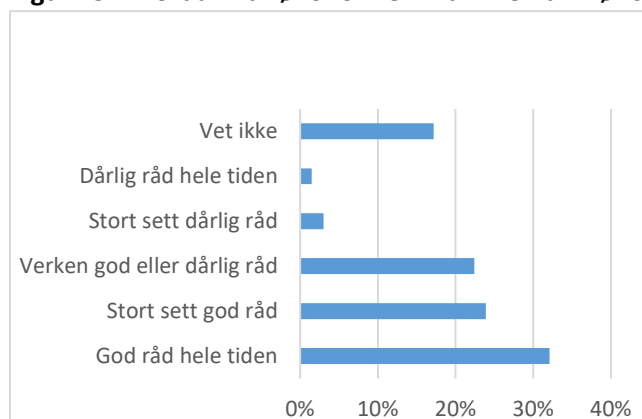
Figur 14. Hvordan var økonomien i familien din da skolen var stengt? Prosent



Av de 44 elevene som oppga at familieøkonomien forverret seg under pandemien, rapporterte 19 at de **før** korona verken hadde god eller dårlig råd, mens 4 hadde dårlig råd allerede før pandemien startet. Det er rimelig å anta at den forverrede familieøkonomien for disse 23 elevene, som i utgangspunktet ikke opplevde at de hadde god økonomi kan ha hatt merkbare konsekvenser i hverdagen. De elevene som rapporterte at foreldrene hadde blitt oppsagt eller permittert under pandemien, rapporterte mer forverring i familieøkonomien enn elever med foreldre som hadde beholdt jobben sin.

Det var en signifikant sammenheng mellom å oppleve at familieøkonomien forverret seg under pandemien og at C-19 påvirket livet deres i negativ retning signifikant ($r = -.36$, $p < .001$).

Figur 15. Hvordan var økonomien i familien din før skolen ble stengt ned? Prosent



Figur 15 viser hvordan elevene opplevde familiens økonomi før pandemien. Vi ser at mange elever ikke visste hvordan den var. Seks elever (4.5 %) opplevde at de stort sett eller alltid hadde dårlig råd.

Elever som opplevde at familieøkonomien var dårlig rapporterte også at de tekniske og familiære rammevilkår på hjemmeskolen var mangelfulle. Elevene som manglet tre eller flere av de oppgitte hjemmeskole-ressursene, hadde betydelig større økonomiske problemer enn de øvrige gruppene.

Sammenheng mellom depressive plager, ensomhet, økonomi og livssituasjon

Som forventet var det en sterk sammenheng mellom opplevelse av ensomhet og depressive plager ($r = .62, p < .001$). Mange mennesker som sliter med depresjon, føler seg ensomme.

Det er ikke signifikant sammenheng mellom elevenes symptomnivå og opplevelsen av om økonomien var god eller dårlig før koronaepidemien. Men jo mer depressive plager elevene har, jo dårligere opplever de at familieøkonomien blir pga. korona ($r = -.23, p < .05$). Elever som slet med mye depresjon, eller var mye plaget av ensomhet, oppgir at pandemien påvirket livet deres i negativ retning ($r = .35, p < .001$). Det er derimot ikke signifikant sammenheng mellom elevenes nivå av depresjon og deres opplevelse av at pandemien påvirket livet deres i positiv retning.

Vi kan ikke med bakgrunn i våre data si noe om det er en mer forverret økonomi og negativ livssituasjon som fører til at elevene opplever mer depressive plager eller vise versa. Men det kan være at når jobbsituasjonen til foreldrene endres ved at de ikke får jobb, at de permitteres eller blir sagt opp, så påvirker dette familieøkonomien i negativ retning, noe som igjen kan føre til at elevene føler at livet deres blir dårligere, og at de får mer depressive plager.

Kontakt med helsetjenestene under nedstengningen

I Helseundersøkelsen svarte 59 % av deltakerne at de hadde behov for informasjon om norske helsetjenester. En bemerkelsesverdig andel av elevene, 15 % av elevene med mer enn et års oppholdstid og 19 % av de med mindre enn et års oppholdstid i Norge, oppga at de ikke visste om de hadde fastlege, mens hhv. 13.9 % og 32.7 % informerte at de ikke hadde fastlege (1). Dette er selvsat ikke et godt utgangspunkt for å ivareta sykdom og god helse under en pandemi.

Kontakt med skolens helsesykepleier

I C-19-tillegget ble elevene spurt om de hadde fått informasjon om hvordan de kunne komme i kontakt med skolens helsesykepleier mens skolen var stengt. Halvparten av dem, 50 %, oppga at de hadde fått slik informasjon, mens 18 % svarte «jeg vet ikke / jeg husker ikke». I tillegg var det 32 % som rapporterte at de *ikke* hadde fått informasjon om hvordan de kunne komme i kontakt med helsesykepleier. Helsesykepleieren på Prosjektskolen besøkte rutinemessig alle klassene på skolen for å informere elevene om hva hun kunne hjelpe med, og hvordan elevene kunne komme i kontakt med henne. Men som vi har informert om tidligere, kom det kontinuerlig nye elever til Prosjektskolen, og det er ikke sikkert at alle disse hadde fått informasjon om hvordan de kunne komme i kontakt med henne.

Ni av elevene (7 %) som deltok i C-19-tillegget svarte at de hadde kontakt med skolens helsesykepleier da skolen var stengt, mens 19 elever (14 %) hadde vurdert om de skulle ta kontakt.

Seksten elever svarte bekreftende på at skolens helsesykepleier hadde kontaktet dem under nedstengingen.

Elever i sårbare situasjoner

I denne rapporten bruker vi «å være i en sårbar situasjon» om elever som har mye depressive plager eller stor grad av opplevd ensomhet, eller begge deler.

Til sammen var det 37 elever (27.4 %) som rapporterte at de hadde mye depressive plager og / eller at de var mye plaget av ensomhet.

- Seksten (12.7 %) av deltakerne i C-19-tillegget hadde en skår på tre eller høyere på depresjonsskalaen, som indikerer at vi må anta at de hadde behov for hjelpe og støttetiltak (se avsnittet «forekomst av depressive plager»).
- I tillegg var det 33 elever (26.2 %) som rapporterte at de var «ganske mye» eller «veldig mye» plaget av ensomhet.
- Tolv elever (9 %) slet både med mye depressive plager og ensomhet.

I det følgende gjengir vi resultater angående disse elevenes kontakt med skolens helsesykepleier

Tabell 3 viser at flertallet av elevene i hver gruppe, (dvs. elever som enten hadde mye depressive plager, eller var mye plaget av ensomhet, eller både hadde mye depresjon og mye ensomhet), hadde fått informasjon om hvordan de kunne komme i kontakt med skolens helsesykepleier. Men bare én elev benyttet seg av denne muligheten. Av Tabellen fremgår det at dette var en elev som var mye plaget både med depresjon og med ensomhet. Vi ser videre at tre av elevene som var plaget av mye depresjon, og seks av dem som var mye plaget av ensomhet, hadde vurdert å ta kontakt, uten at det ble noe av.

Tabell 3. Andel elever som rapporterte mye depressive plager, mye ensomhet, eller både mye depresjon og mye ensomhet som hadde kontakt med helsesykepleier mens skolen var stengt. Antall (%)

	Mye depressive plager N = 16	Mye plaget av ensomhet N = 33	Mye plaget av depresjon og ensomhet N = 12

Fikk informasjon om hvordan de kunne komme i kontakt med helsesykepleier	9 (56 %)	16 (48.5 %)	7 (58.3 %)
Hadde kontakt med helsesykepleier	1 (6.3 %)	1 (3 %)	1 (8.3 %)
Hadde vurdert å kontakte helsesykepleier	3 (18.8 %)	6 (18.2 %)	2 (16.7 %)
Ble kontaktet av helsesykepleier	2 (12.5 %)	5 (15.2 %)	2 (16.7 %)

I hvor stor grad hadde Helsesykepleieren kontakt med elevene som slet med mye depresjon og ensomhet, eller med begge deler, under nedstengningen?

Helsesykepleieren hadde selv tatt kontakt med to elever som var mye plaget av depresjon, og med fem av elevene som var mye plaget av ensomhet. Det er uvisst om dette var elever som helsesykepleieren jobbet med før skolen ble stengt ned. Som vi skal se i neste avsnitt, ble helsesykepleieren omdirigert til smittesporings-oppdrag, og opplevde at det var vanskelig å utføre jobben som helsesykepleier slik hun ønsket.

Kontakt med øvrige helsetjenester

Spørsmålene om hvilke helsetjenester elevene hadde tatt kontakt med da skolen var stengt, hadde plass nesten på slutten av spørreskjemaet. Dette er antakeligvis grunnen til at det er høyere andel ubesvarte spørsmål her enn hva tilfellet var på spørsmålene som sto lengre fremme, 24 elver (17.8 %) hadde ikke besvart disse spørsmålene. Av de som hadde besvart, hadde flertallet (63 elever; 56.8 %) ikke kontaktet noen helsetjenester under nedstengningen.

Tabell 4 viser hvilke helsetjenester elevene kontaktet, og hvor mange elever som hadde tatt kontakt med ulike helsetjenester under pandemien.

Ikke uventet var det legevakten og fastlegen elevene hadde tatt hyppigst kontakt med. Det var også 12 elever som hadde kontakt med «andre» helsetjenester. Oppfølgings-spørsmål viste at dette gjaldt tannlege og familie, men vi vet ikke om familiemedlemmene var helsepersonell. Fire elever hadde kontaktet psykolog mens skolen var stengt.

Vi vet ikke hvorfor elevene oppsøkte de ulike helsetjenestene. Men vi undersøkte i hvilken grad de elevene som var i en særlig sårbar situasjon, ved at de enten slet med mye depresjon eller ensomhet, eller var mye plaget av begge deler, hadde kontaktet ulike helsetjenester.

Tabell 4. Antall og andel elever i tre grupper som kontaktet ulike helsetjenester da skolen var stengt.

	Hele C-19 utvalget, n = 111/135	Elever som var mye plaget av depresjon eller ensomhet n = 31/37	Elever som var plaget av både depresjon og ensomhet n = 10/12
Ja, med legevakt	13 (9.6 %)	7 (18.9 %)	1 (8.3 %)
Ja, med psykolog	4 (3.0 %)	2 (5.4 %)	2 (16.7 %)
Ja med helsestasjon for ungdom	4 (3.0 %)	1 (2.7 %)	1 (8.3 %)

Ja, med fastlegen min	24 (17.7 %)	9 (24.3 %)	1 (8.3 %)
Ja med andrehelsetjenester	12 (8.9 %)	3 (8.1 %)	2 (16.7 %)

Tabell 4 viser at ni (24.3 %) av de 31 elevene som var mye plaget av enten depresjon eller ensomhet¹, hadde kontaktet fastlegen sin. Tabellen viser at det var en høyere andel i denne gruppen enn i hele utvalget som kontaktet fastlegen sin. To av elevene som var mye plaget av både depresjon og ensomhet, hadde kontaktet psykolog. Selv om tallet er lavt, er det likevel en høyere andel av denne gruppen (16.7 %) enn av det totale utvalget (3.0 %), som hadde kontaktet en psykolog.

Vi undersøkte videre om noen av elevene i de tre gruppene hadde vært i kontakt med mer enn én av de inkluderte helsetjenestene. Flertallet av elevene som hadde kontaktet helsetjenestene mens skolen var stengt, hadde vært i kontakt med én av dem. Et lite mindretall av elevene, sju, hadde vært i kontakt med mer enn én type tjeneste (Tabell 5). Det høyeste antall tjenester elevene kontaktet i denne perioden var tre. Tabell 5 viser at den høyeste prosentandelen av elevene i hver av de tre kategoriene, ikke hadde kontaktet noen helsetjenester.

Tabell 5. Oversikt over hvor mange helsetjenester elevene hadde vært i kontakt med. Antall og andel av hver gruppe.

	Hele C-19 utvalget, n = 111 (av135)	Elever som var mye plaget av depresjon eller ensomhet n = 31(av37)	Elever som var plaget av både depresjon og ensomhet n = 10(av 12)
0	63 (56.8 %)	13 (41.9 %)	5 (50 %)
1	41 (36.9 %)	15 (48.4 %)	4 (40 %)
2	5 (4.5 %)	2 (6.5 %)	0
3	2 (1.8 %)	1 (3.2 %)	1 (10 %)

Tabellen viser at en relativt stor andel elever som var mye plaget av enten depresjon eller ensomhet, eller med begge deler, hhv. 41.9 % og 50 %, ikke hadde kontaktet noen helsetjenester.

Vi kan dessverre ikke vite om disse resultatene kan generaliseres til de seks elevene som var mye plaget enten av depresjon eller ensomhet eller begge deler, men som ikke hadde besvart spørsmålene om bruk av helsetjenester. Uansett om de hadde kontakt med helsetjenesten eller ei, ville det likevel være en stor gruppe av de elevene som slet mest med psykiske plager, som ikke hadde det.

Én av de 18 elevene som var i en sårbar situasjon, som oppga at de hadde kontaktet en eller flere helsetjenester mens skolen var stengt (Tabell 5, midterste kolonne), hadde også selv kontaktet

¹ 111 av de 135 elevene som deltok hadde besvart spørsmålene om kontakt med helsetjenestene: 31 av de 36 elevene som enten var mye plaget av depresjon eller ensomhet, og 10 av de 12 elevene som var mye plaget av begge deler.

helsesykepleieren på skolen. To av elevene var også blitt kontaktet av helsesykepleieren. Det er mulig at det var helsesykepleieren som henviste dem videre til andre tjenester.

Det var altså en stor andel av elevene som var mye plaget av enten depresjon eller ensomhet, eller av begge deler, som verken ble fanget opp av skolens helsesykepleier, eller hadde kontakt med noen andre helsetjenester da skolen var stengt. Kunnskap fra Helseundersøkelsen som viste at 6 av 10 elever manglet kunnskap om norske helsetjenester, og at mange elever enten ikke hadde fastlege, eller ikke visste om de hadde det (1), gjør disse tallene ekstra urovekkende. Det kan være at de ikke visste at det går an å søke hjelp for depressive plager, eller at de ikke visste hvor de skulle henvende seg. Som det kommer frem av resultatene fra intervjuene i del II av rapporten, var elevene også ekstremt opptatt av smittevern, det er derfor mulig er at de ikke oppsøkte helsetjenestene av redsel for å bli smittet. Resultatene fra C-19-tillegget viser hvor viktig det er med gode rutiner og samarbeid for å kunne komme i kontakt med og følge opp elever med kort botid i sårbare situasjoner.

Erfaringene til lærere og helsepersonell

I denne delen gjengir vi resultater fra undersøkelsen blant skolens lærere og psykososiale hjelpetjenester, viser hvordan skolens helsesykepleier og lærere opplevde arbeidssituasjonen sin, og kontakten med elevene mens skolen var stengt.

Skolens Ansatte

Tolv av skolens ansatte deltok i C-19-tillegget, og besvarte det elektroniske spørreskjemaet som ble sendt ut til lærerne og øvrige medarbeidere. Av de tolv, jobbet ni med undervisning, to med psykososial oppfølging av elevene, og en hadde ansvar for å koordinere tiltak. Disse utgjorde ca. halvparten av skolens ansatte. Vi har dessverre ikke informasjon som kan indikere hvorvidt de som svarte er representative for alle skolens ansatte. Det var svært hektiske tider på skolen da vi gjennomførte C-19-tillegget. Elevene var nettopp kommet tilbake, det var eksamenstider, avgjørelser om elevenes videre skoleforløp skulle tas, samtidig som skoleavslutning og sommerferien sto for døren. Til tross for at vi ikke vet hvor representative svarene fra de ansatte er, har vi valgt å presentere noen av dem, ettersom de uansett viser erfaringer som finnes i personalgruppen.

Basert på samtaler vi hadde med skolens ledelse og flere av de ansatte, fikk vi inntrykk av at det var godt miljø blant de ansatte på Prosjektskolen. Dette kom også til uttrykk i hvordan de støttet hverandre under nedstengningen. Elleve av dem svarte «passer helt» eller «passer delvis» på spørsmål om «*skolens ansatte støttet hverandre i arbeidet med å følge opp elevene mens skolen var stengt*». Ti deltakere svarte også «passer helt» eller «passer delvis» på spørsmål om «*skolens ansatte støttet hverandre personlig*» i denne tiden. Men, ikke alle opplevde støtten blant lærerne på samme måte, og én deltaker mente at det ikke passet «i det hele tatt» at de ansatte støttet hverandre i oppfølgingen av elevene. I tillegg svarte én at det «passer ganske dårlig» at de ansatte støttet hverandre personlig, og en annen mente at det ikke passet «i det hele tatt».

Det var også delvis ulike synspunkter på oppfølgingen av elevene. På spørsmål om «*skolens arbeid med å følge opp elevene faglig var godt koordinert*», svarte ti ansatte «passer helt» eller «passer delvis», mens to mente at det «passer ganske dårlig» at. Det store flertallet av deltakerne, ni mente at det «passer helt» eller «passer delvis» at «*skolens arbeid med å følge opp elevene psykososialt var godt koordinert*». Én mente det passet «ganske dårlig» og én at det ikke passet i «det hele tatt», mens en krysset av «vet ikke».

Flertallet av de ansatte som deltok i C-19-tillegget var altså fornøyd med hvordan elevene ble fulgt opp faglig og psykososialt. Og svarene fra elevene gjenspeiler også dette. Tre av fire av elevene som var i en sårbar situasjon under nedstengingen hadde kontakt med en lærer eller annen voksen fra skolen én eller flere ganger i uka, og nesten halvparten av dem hadde også truffet dem fysisk. Vi antar at de elevene som svarte at de hadde møtt noen av skolens ansatte fysisk, var de som fikk lov å komme på skolen og ha undervisningen der. Det er uvisst om de ansatte var klar over at det likevel var ca. 25 % av elevene som slet med mye depressive plager og/eller ensomhet som ikke ble fulgt opp.

Skolehelsetjenesten

Resultatene fra Helseundersøkelsen viste at ca. halvparten av elevene som hadde vært i Norge under ett år, og en tredjedel av de som hadde mer enn et års botid i Norge, ikke hadde fastlege. I tillegg var det hhv. 15 % og 19 % som ikke visste om de hadde en.

Elevene på Prosjektskolen hadde mer kontakt med helsesykepleier og betydelig mindre kontakt med fastlege enn andre videregående skole-elever i Oslo som hadde deltatt i Ung i Oslo 2018.

Elevene på Prosjektskolen som slet med mye psykiske plager, hadde i betydelig mindre grad enn annen Oslo-ungdom hatt kontakt med fastlege eller psykolog. Til gjengjeld hadde de i større grad enn Oslo-ungdom ellers vært i kontakt med skolehelsesykepleier (1). I rapporten fra Helseundersøkelsen (1) ble det konkludert at skolehelsesykepleier var en viktig kontaktperson for elevene med kort botid, både for direkte hjelp og for videre henvisning innen hjelpe- og sosialtjenestene.

Det er derfor av interesse å få informasjon om hvordan arbeidssituasjonen var for helsesykepleier på Prosjektskolen under nedstengningen.

Arbeidssituasjon og kommunikasjon med skolens ansatte og elever

Som så mange andre småbarnsforeldre, hadde helsesykepleieren flere barn på hjemmeskole, med opplevelser av ikke å ha tilstrekkelig tid til å ta seg av dem. Hun ble selv umiddelbart omplassert til koronatelefonen, deretter var hun en stund på hjemmekontor, og så litt på skolen. De bærbare pc'ene ble tatt fra helsesykepleierne da det var behov for dem på andre steder i helsetjenestene. Men hun var tilgjengelig på e-post og mobil. Som vi har sett av svarene fra elevene, var det ikke mange som benyttet denne muligheten til kontakt, selv om de tenkte på det.

På hjemmekontoret manglet hun de tekniske forutsetningene for å kunne løse arbeidsoppgavene sine (som skolehelsesykepleier), og ofte var det ikke tilstrekkelig ro til at hun kunne gjennomføre arbeidsoppgavene knyttet til jobben på skolen. Til vanlig fløt kommunikasjonen lett mellom helsesykepleier og skolens ansatte, med både uformelle drøftinger og formelle møter om elever som trengte psykososial eller helsemessig oppfølging (1). Under nedstengingen var denne uformelle samhandlingen vanskeligere å få til. Vi antar dette hang sammen både med omdisponeringen av helsesykepleieren, at hun ikke hadde nødvendig teknisk utstyr, og kombinasjonen av hjemmekontor og hjemmeskole. Vi får inntrykk av at det var vanskelig å erstatte de ulike formelle og uformelle kommunikasjonskanalene som ble benyttet til vanlig, med nye kommunikasjonskanaler da skolen ble stengt.

Skolehelsetjenesten sendte skriftlig informasjon om korona til elevene, på norsk og morsmålet deres, i tillegg til at det ble lagt ut informasjon på Facebook og på Snapchat. Som vi har sett, var det ikke alle elevene som var oppmerksom på det.

Oppfølging av elever som hadde kontakt med helsetjenestene før nedstengningen

På spørsmål om det ble gjort noen avtaler om hvordan elevene skulle følges opp da helsesykepleier ble omdisponert, er det kontante svaret «nei, ikke i det hele tatt». «Noen få» elever ble overført til helsetjenesten i bydelen, eller til andre fagpersoner, dersom det var behov for det. Disse svarene indikerer en viss frustrasjon over at ikke alle som hadde behov for det, ble overført til andre instanser.

Helsesykepleieren hadde selv kontakt med to elever gjennom nedstengningen; én av psykososiale grunner og én av helsemessige. Hun er helt tydelig på at hun ikke hadde noe særlig kontakt med elevene mens skolen var stengt, og at hun i liten grad kunne fange opp elever som fikk psykososiale vansker under nedstengningen.

Da skolene var tilbake til normale forhold, var skolehelsetjenesten full drift igjen. Men da var elevene travelt opptatt med diverse kompetansetester og eksamener, og avslutningen på skoleåret sto for døra. Hvorvidt helsesykepleieren i denne situasjonen klarte å gjenoppta kontakten med alle elevene som det var bekymringer for, er uvisst.

Informasjonen fra helsesykepleier gir inntrykk av at det var en god del elever som fikk helsetilbudet sitt avbrutt da skolen stengte ned, og at det var svært vanskelig å sikre at elever som trengte det fikk oppfølging.

Det var ikke bare skolehelsetjenesten på Prosjektskolen som opplevde omdisponeringer og problemer med å holde kontakt med de sårbare elevene under Covid-19-tiltakene. I flere kommuner var flere helsesykepleiere omdisponert til TISK-arbeid og massevaksinering både under nedstengningen, og etter at skolene var tilbake til normal drift høsten 2021. Dette til tross for gjentatte anbefalinger fra Koordineringsgruppen som hadde ansvar for å samle oppdatert kunnskap om tjenestetilbudet til utsatte barn og unge (17). I rapport nr. 14 (utgitt 24.09.2021) heter det igjen at «det er viktig å etterstrebe at kommunene i minst mulig grad omdisponerer personell fra tjenestene til barn og unge» (17), s. 6. Dette for å hindre at muligheten til å identifisere sårbare barn og unge reduseres, og for å sikre at mulighetene til å gi umiddelbar hjelp til barn og unge som opplever å ha større utfordringer knyttet til psykisk helse opprettholdes.

Vi har ikke kunnskap om hvordan situasjonen var for ansatte i skolehelsetjenesten på Prosjektskolen høsten 2020, og påfølgende nedstenginger vinteren 2020 og våren og høsten 2021. Men tatt i betraktning at elevene på skolen er i en spesielt sårbar situasjon, blant annet fordi de har kort botid i Norge, og har lite kjennskap til andre norske helsetjenester, mener vi det er av stor betydning at kontinuiteten i tjenestene opprettholdes, og at det lages gode strategier for å holde kontakt med elevene og fange opp dem som trenger det.

Oppsummering av resultatene fra spørreskjemaene

Det har vært mye søkelys på hvordan barn og unge har reagert på tiltakene og nedstengningen av skole og samfunn under korona-pandemien. Men så vidt vi kjenner til, er C-19-tillegget den eneste undersøkelsen som bare inkluderer ungdom med kort botid i Norge. Disse ungdommene er i en sårbar fase preget av mange store utviklingsmessige, sosiale og kulturelle endringer. Fem elever hadde nettopp kommet til Norge, og til sammen 72 % hadde mindre enn et års botid da pandemien og nedstengningen rammet hele samfunnet.

Sammenliknet med elevene med og uten innvandrerbakgrunn i Nova sin undersøkelse, hadde elevene på Prosjektskolen dårligere forhold på hjemmeskolen, ved at de manglet PC, ikke hadde noe

sted hvor de kunne jobbe i fred, eller ved at deres foresatte ikke hadde nødvendige ressurser til å kunne hjelpe dem med skolearbeidet. De fleste elevene oppga at de hadde hyppig kontakt med lærerne sine, både for informasjon om korona, for hjelp med praktiske ting, og selvfølgelig gjennom undervisningen. Derimot hadde de påfallende lite kontakt med andre elever i klassen under nedstengningen. En betydelig gruppe, ¼ av elevene, oppga at de ikke fikk hjelp til skolearbeidet av sine foresatte, av medelevene eller av lærerne.

Som de fleste andre ungdommer, brukte også flertallet av elevene i C-19-tillegget mer tid enn tidligere på å være på sosiale medier. Flere jenter enn gutter var mer sammen med venner på nett enn tidligere, og flere gutter enn jenter tilbrakte mer tid med gaming, dataspill eller liknende.

Forekomsten av depressive plager var lavere blant elevene på Prosjektskolen enn blant elevene i Nova sin koronaundersøkelse, men det var like stor andel som var mye plaget av ensomhet. Jo mer plaget elevene var av depressive symptomer og ensomhet, jo mer bekymret var de for familieøkonomien, jo mer opplevde de at familieøkonomien var blitt dårligere under pandemien, og at korona hadde påvirket livet deres i negativ retning. Dette er med andre ord ungdommer som opplever belastninger og stress innenfor en rekke viktige livsområder.

Som andre undersøkelser har vist, klarte de fleste elevene på Prosjektskolen seg tilsynelatende bra under den første nedstengningen. Men også i denne elevgruppen er det elever som har utfordringer med psykiske plager. En betydelig andel hadde lite kontakt med andre ungdommer fra skolen, bekymret seg for mange ting, var urolige for familie i utlandet, og var mye plaget av ensomhet og depresjon. Tretti-sju elever (27 % av alle deltakerne i C-19-tillegget) var i en særlig sårbar situasjon, ettersom de enten var mye plaget av depresjon eller av ensomhet, eller av begge deler. En stor andel av disse elevene hadde ikke vært i kontakt med noen helsetjenester under pandemien. Til vanlig ville den viktigste kontaktpersonen til helsevesenet for disse ungdommene vært skolens helsesykepleier. Men hun var omplassert til koronatelefonen, og hadde få muligheter til å følge opp elevene som trengte det. Situasjonen deres kompliseres ytterligere av at mange elever (6 av 10) manglet kunnskap om norske helsetjenester, og enten ikke hadde fastlege, eller ikke visste om de hadde det (1). Det er derfor svært viktig å etablere gode rutiner og samarbeid mellom skole, skolehelsetjeneste og lokale helsetjenester, for å kunne komme i kontakt med og følge opp elever med kort botid i sårbare situasjoner.

DEL 2. RESULTATER FRA DYBDEINTERVJUENE

Analysene av dybdeintervjuene viste at elevenes transnasjonale liv og identitet var en grunnstein i måten de forholder seg til omverdenen på. Det at de har tilknytning til et eller flere andre land, med familie og venner som står dem nær, er et gjennomgående aspekt ved tankene og atferden deres, og måten de forholder seg til omverdenen på.

Informasjonen som kom frem gjennom dybdeintervjuene kunne grupperes i tre overordnede kategorier, som alle reflekterte deres transnasjonale virkelighet. En kategori inkorporerte elevenes mestring av nedstengingen og pandemien. Den andre kategorien dreide seg om elevenes relasjoner, og forholdet til familie og venner i Norge og i utlandet, og til lærerne. Den tredje kategorien beskriver elevenes livskvalitet under nedstengningen, og dekker temaer om økonomi, stress og helseforhold. Her kommer også elevenes opplevelse av gjenåpningen av samfunnet inn. Det er ikke vanntette skott mellom disse kategoriene. Livskvalitet, mestring og relasjoner påvirker hverandre gjensidig i hvordan elevene opplever og reagerer på nedstengingen. Det kommer for eksempel til uttrykk i at temaer som stress og helse også handler om forholdet til familie og venner.

Mestring

Mestring er en omfattende kategori som handler om hvordan elevene forholdt seg til skolen, hverdagen, og tiltakene som ble iverksatt under pandemien. I hvor stor grad opplevde elevene at de hadde kontroll over situasjonen, og på hvilke måter opplevde de at pandemien utfordret deres mestringsevner? Mestring inneholder fire underkategorier som dekker temaer om informasjon om covid-19, smittevern, rutiner i hverdagen, og læring.

Informasjon om Covid-19

Flertallet av elevene oppgir i dybdeintervjuet at de har benyttet seg av både utenlandske og norske media for innhenting av informasjon om pandemien. Informasjonen de var interessert i, var oppdatering av smittesituasjonen i Norge og i andre land og verdensdeler som ungdommene hadde sterk tilknytning til. Som oftest var dette ungdommens opprinnelsesland eller der de midlertidig hadde opphold seg i, samt der deler av familien eller venner fremdeles er bosatt. Videre ble norske helsemyndigheters lokale og nasjonale anbefalinger og tiltak tilknyttet smittevern etterspurt, samt innen- og utenlands reiserestriksjoner.

Av norske medier benyttet elevene seg mest av nettaviser, tv og ulike plattformer innen sosial media. Plattformer som ble nevnt var blant annet Instagram, Youtube og Facebook. I tillegg brukte mange elever mer tradisjonelle medier som VG, Dagbladet og Dagsrevyen på NRK. Flere elever oppgir at de dessuten fulgte med på regjeringens pressekonferanser om koronasituasjonen. Flertallet av elevene viser mer tillitt til norsk media enn utenlandske når det gjaldt informasjon om covid-19. Samtidig opplevde samtlige at språknivået var for vanskelig, noe som skapte utfordringer med å forstå informasjonen som ble formidlet gjennom norsk media. De som benyttet seg av oversettelsesverktøyet Google translate opplevde dessuten at en del informasjon om covid-19 falt bort underveis i oversettelsen til morsmålet sitt.

Skolen: en viktig kilde til informasjon

Flertallet av elevene oppga at skolen og kontaktlæreren var en viktig kilde til informasjon, selv om mesteparten av informasjonen som ble formidlet var på norsk. Gjennom digital undervisning på Teams og Zoom informerte lærerne sine klasser om Covid-19, der elever hjalp hverandre med oversettelse og å forstå informasjonen som ble formidlet på norsk. En ungdom forteller at

kontaktlæreren anbefalte elevene sine å se på NRK Supernytt, siden språknivået i programmet var enklere sammenlignet med andre norske nyhetsprogrammer. I tillegg sendte skolen ut informasjon om covid-19 til elever via Messenger og Whatsapp, med lenke til oversatt informasjon på andre språk. På skolens oppslagstavle var det også hengt opp oversatt informasjon om covid-19 og smitteverntiltak, noe elevene opplevde som nyttig. Selv om skolen formidlet informasjon til elevene om covid-19, oppgir likevel en del elever at de ikke forstod informasjon da den var på norsk. Elevene var stort sett ikke klar over at det var informasjon om covid-19 på flere språk på Folkehelseinstituttet sine nettsider, ofte fordi ungdom ikke klikket seg videre på lenker de fikk tilsendt fra skolen.

“Jeg forstår ikke så mye hva læreren skriver, men jeg ser statistikken, sammenligner hvor mange døde i andre steder, og smitte i andre steder og ser alltid tall jeg kan forstå.”

Språklige utfordringer og bruk av media

For å kompensere for informasjonsbehovet på morsmålet sitt, samt for å holde seg oppdatert om pandemisituasjonen ellers i verden, benyttet mange elever seg av internett. Gjennom internett fulgte de fleste ungdom med på utenlandsk presse og fjernsyn. Forståelig nok fulgte mange med på nyhetene fra opprinnelseslandene, i tillegg til internasjonale nyhetskanalene som BBC World og CNN. Nære relasjoner var også en viktig arena for utveksling av informasjon på eget språk for ungdom. Gjennom kontakt med familie og venner holdt ungdommen seg informert om covid-19 situasjonen i både Norge og utlandet. En ungdom forteller:

“Og måten jeg ble informert om det var gjennom mine foreldre, eller gjennom mine tanter og onkler. De sendte meg for eksempel videoopptak der de snakket om hvordan kunne jeg unngå å bli smittet. Eh – og da var det for eksempel, de snakket om å drikke varm drikk, som te og kaffe, og så at man skulle passe på å vaske hendene.”

Men elevene var ikke bare mottakere av informasjon fra voksne familiemedlemmer. Elevenes flerspråklighet og digitale kompetanse gjorde at de ofte bistod sine nærmeste både i Norge og utlandet med oversettelse og informasjonsformidling om Covid-19 og smittevern. En elev forteller:

“Jeg informerte moren min om korona, fordi hun er travel og hun snakker ikke mye norsk”

Enkelte elever viser en bevissthet rundt kildekritikk i forhold til media, spesielt internett og sosiale media. Andre antok at plattformer som for eksempel Facebook selv hadde gode rutiner for å distribuere troverdig informasjon til sine brukere, og tok det for gitt at informasjonen var riktig. Flertallet elever brukte sine familiemedlemmer og venner som et sannhetskriterium, og sammenlignet nyheter med det deres foresatte fortalte.

Smittestatistikk i innvandrerbefolkningen

Flertallet av elever opplevde at medienes håndtering av smittestatistikken blant innvandrere som en gruppe i Norge var uproblematisk. Elevene opplevde ikke at norsk presse mistenkeliggjorde de ulike etniske minoritetsgruppene de var en del av. De hadde heller ingen opplevelse av at diskusjonen i medier om smittestatistikken blant ulike innvandremiljøer i Norge var diskriminerende. Av ungdommene som ble intervjuet, hadde ingen blitt utsatt for noe form for innvandrer-fiendtlige holdninger i samfunnet på bakgrunn av medienes pressedekning av smittesituasjonen i innvandremiljøer.

Det er verdt å merke seg at flere elever hadde vansker å forstå spørsmålene angående smitte og diskriminering i intervjuene, og det er usikkert i hvor stor grad de fulgte denne diskusjonen i

mediene. Det virker som de først og fremst var interessert i å få kunnskap om hvor stor spredningen av covid-19 var i forskjellige land og byer.

Smittevern

Alle elevene var godt informert om smitteverntiltak som å holde avstand til andre, bruke munnbind, og viktigheten av god håndhygiene. I dybdeintervjuene kommer det fram at de fleste elevene tok smittevernreglene på største alvor, og at de hadde isolert seg mer enn strengt tatt nødvendig. Elevene beskrev en hjemmевærende hverdag, der familiene holdt seg mest innendørs. Flere elever forlot sjeldent hjemmene sine, og var utendørs kun når det var strengt nødvendig. Ungdom som benyttet seg av nærmiljøet forteller at de unngikk store folkemengder, matbutikker og offentlig transport på grunn av smitterisikoen. Det er imidlertid uvisst om denne tendensen var et uttrykk for smittefrykt, misforståelser av nasjonale og lokale tiltak grunnet språkforståelse, påvirkning av utenlandske media eller en pasifisert reaksjon på den generelle nedstengningen av samfunnet. Sosioøkonomiske forhold som dårlig familieøkonomi eller manglende tilgang på personlige transportmidler, som for eksempel bil eller sykkel, kan ha medvirket til mer isolasjon i en periode der myndighetene frarådet unødige kollektivreiser. Oppfatninger, kunnskaper og holdninger til natur og utendørsaktiviteter kan ha medvirket i hvorvidt elevene benyttet seg av nærmiljøet, skog og mark til fysisk aktivitet.

“Utfordringene var dette når vi måtte gå ut, fordi hvis det var altfor mange folk ute, så holdt vi oss innendørs. Det var mange som var ute og gikk eller jogget, og vi prøvde å unngå dem fordi de svettet og hadde spytt som ved hjelp av vinden kan komme i ansiktet vårt. Så vi unngikk dette. Og vi prøvde å gå til steder der det var lite folk. Og det var også litt utfordrende fordi andre folk så også etter steder å gå med mindre folk.”

Enkelte familier hadde egne rutiner for å redusere smitterisikoen. Et eksempel er en far som hadde ansvaret for innkjøp av mat for hele familien. På denne måten unngikk resten av familien å bli eksponert for mulig smitte. Når far kom hjem fra matbutikken unngikk familien fysisk kontakt med ham fram til han hadde vasket sine hender og tatt seg en dusj. Posene og de innkjøpte matvarene ble desinfisert med håndsprit ved inngangsdøren før de ble fraktes inn på kjøkkenet. Skoene til far ble også desinfisert.

“Når han kom tilbake, så han – vi har litt sånn ganger, så han, alle poser og sånn han har, han bare legge ned på gangen og så han sa, ikke rør det. Og så han gikk og så vaske hendene og sånn, noen ganger han bare komme inn, og så dusjer. Sånn at det er bra med smittevern og sånn. Så han bare åpne vinduet og så liksom lufte.”

Rutiner

Resultatene fra spørreskjemaene viser at Covid-19 restriksjonene påvirket elevene både i positiv og negativ retning. Flertallet av elevene som deltok i dybdeintervju beskrev den nye hverdagen som spennende og positivt til å begynne med, men at den ble både ensidig og meningsløst etter kort tid. Flere var i utgangspunktet innstilt på å dyrke fritidsinteressene sine, men mistet etter hvert motivasjon og ble mer tiltaksløse. Ungdom som drev med fysisk aktiviteter før pandemien, rapporterte nedgang i fysisk aktivitet, og økning i skjermtid og bruk av sosial media.

“De første dagene var det bra at jeg var hjemme og at jeg kunne gjøre alt, men etter det så ble det litt slitsomt og jeg.... jeg ville gå ut. Jeg følte at jeg ble veldig stressa hvis jeg var hjemme og bare så på nyheter, så ja. For meg så var det greit, men jeg ville også at det slutter nå fordi det ble for mye å være hjemme hele tida.”

En elev beskrev sin hverdag slikt:

“Jeg var ikke motivert til å gjøre ting – til å gjøre noe, og så jeg var redd å gå ut – gå ut til butikken eller noe. Så jeg bare holder meg hjemme, og så når – når du er hjemme, så, når du er bare med faren din, så ... da bare, ja, jeg savner vennene mine og så å gå ut og så gå på treningssenter. Men jeg prøvde å holde meg i form. Ja, jeg prøvde å trene litt. Men det – etter ti minutter var det, nei ... jeg gjør det ikke. Jeg orker ikke det, nei.”

Flere elever beskrev en negativ endring i deres søvn mønster og mangel på regelmessig leggetid. Dette resulterte til at flere ungdommer i ulik grad snudde om på døgnet i. På nattetid sysselsatte ungdommen seg med lekser, holdt kontakt med venner eller surfet på nettet. Andre drev med gaming. Flere var våkne etter midnatt, og en del elever rapporterer at de var våkne fram til ca. 02-03 tiden. For en del ungdom ble soving fram til mellom klokka 12 – 14 den nye normalen. I tillegg rapporterte noen ungdom en økning av matinntak. Siden mat var lett tilgjengelig hadde ungdom flere små mellommåltider enn vanlig. De som rapporterte økt matinntak forteller at de som regel ikke var sultne, men spiste fordi de kjedet seg.

Det var noen unntak til dette mønsteret, der enkelte ungdommer forholdt seg til sine vanlige rutiner, og taklet den nye hverdagen ganske greit.

“Ja, det forandret ikke så mye i livet mitt fordi jeg var introvert før, så jeg likte ikke å gå ut så mye, så det var helt greit for meg.”

En annen elev forteller:

“For meg så var det litt positivt fordi jeg synes at alle kunne føle på verdier, hvor viktig det er å være ute med venner, og sånn, og jeg fikk tid for meg selv hjemme, og jeg kunne fokusere på meg og ha tid til å snakke med familien min i hjemlandet og vennene mine. Jeg tror det var ganske bra for meg. Men det var litt trist at alle ble syke og sånn, men jeg liker å være hjemme alene og fikk tid til alt som jeg ville gjøre.”

Læring

Overgangen fra ordinær skolehverdag til digital hjemmeundervisning var en stor omveltning for mange ungdommer. Hvordan elevene med kort botid håndterte den nye skolehverdagen var ulikt. Noen elever var fornøyd med den digitale undervisningen, følte seg motivert og så flere fordeler ved den nye skolehverdagen. Disse ungdommene opplevde den digitale hjemmeundervisningen som mindre stressfull og mer komfortabelt.

“(…) Og så jeg tror det var lettere fordi jeg bare – jeg bare hadde et ark. Så jeg bare leste fra det. Og så lærer: ja, du lærte deg bra, du lærte deg bra! Ja, ja, jeg lærer.”

En stor andel ungdommer rapporterer at de hadde snudd om på døgnet, og opplevde det utfordrende å stå opp morgenen og føle seg opplagt for digital undervisning. Flere forteller at de våknet opp av aktivitetslydene fra den påbegynt digitale skoleundervisning på Teams. Enkelte ble oppringt direkte av læreren og vekket. De som hadde forsovet seg, hadde som regel ikke spist frokost. Enkelte fulgte undervisningen fra senga med webkamera slått av. En elev beskriver skolehverdagen sin slikt:

“Det er – ja – omtrent det samme – de samme oppgavene som vi gjorde på skolen også. Det er bare at vi – elevene forandret tid når vi – når vi vil gjøre det, fordi – ja, vi gjorde det om – om natta.”

Resultater fra spørreskjemaet viser at en del elever hadde mangler i rammevilkårene for en effektiv hjemmeundervisning. Dette ble bekreftet i dybdeintervjuene, hvor det kommer fram at ikke alle ungdommer hadde samme utgangspunkt når det gjaldt teknisk utstyr, noe som gjorde at enkelte elever ikke kunne delta på undervisningen på lik linje som sine medelever. Noen elever var også bekymret for negativ innvirkning på skolegangen, siden den digitale undervisningen fratok dem muligheten til å øve på norsken gjennom interaksjon med lærer og medelever.

“I only use computers for like, basic things. But when it comes to schoolwork I prefer working on books. Yeah, but, like, the computer thing – it’s confusing, and on top of that, the language was different. I had a problem with my laptop for a really long time. (...) I wasn’t able to – to like go to the class meetings, ‘cus like, my e-mail wasn’t working properly, so ...”

Én elev som deltok på intervjuet begynte på skolen akkurat da samfunnet ble stengt ned, og hadde derfor ikke fått noen rutiner i forhold til skolearbeid. Vedkommende beskriver hverdagen sin slik:

“Jeg hadde ingen rutiner, for det var ingen grunn til å stå opp tidlig for å gå noe sted. Jeg hadde ingen rutiner. (Før pandemien, vår anm) Det var bare å vente på at papirene mine skulle bli godkjent og at jeg kunne starte på skolen”.

Relasjoner

Elevene var opptatt av hvordan det var å bo så tett på familien sin hele døgnet. De var også preget av omtanke og engstelse for familiemedlemmer og venner i hjemlandene sine, om de forholdt seg til smittevern-tiltak, og hva pandemien betydde for økonomien i land som ikke kunne kompensere for lønnstap på samme måte som man gjorde i Norge.

Familie

Flertallet av elevene opplevde at det stort sett hadde gått greit under nedstengingen, og at det hadde vært fint å tilbringe mer tid sammen med familien. Noen ungdommer fortalte at nedstengningen hadde bidratt til mindre stressende hverdag og bedre samhold innad i familien, og at pandemien førte til at familien fikk mer kvalitetstid sammen. Flere oppga at familien gjorde flere aktiviteter sammen som for eksempel filmkvelder, spille brettspill eller gå på fellesturer i nærmiljøet. Samtidig rapporter enkelte ungdommer om økte omsorgsoppgaver, der de avlastet foreldrene sine med å passe på yngre søsken, samt bistod sine søsken med leksehjelp. Noen få ungdommer forteller at nedstengningen av samfunnet bidro til mer generell familiekrangel.

En ungdom forteller:

“Før Corona så sov jeg veldig dårlig, altså. Jeg gikk ikke på skole så jeg var stort sett hjemme, jeg pleide å legge meg veldig seint, stå opp veldig, veldig seint. Men under Corona, under Corona så ble ting mye annerledes, fordi da begynte vi å gjøre mye sammen, som familie (...), hadde mange aktiviteter sammen så ting ble bedre, for å si det sånn. Under Corona altså, under Corona.”

Samtidig opplevde flere elever seg adskilt fra familiemedlemmer bosatt i andre land, og beskrev en følelse av tristhet og savn. En elev forteller at hun kontaktet moren og bestemoren i hjemlandet flere ganger i løpet av dagen:

“Jeg snakker med mamma på FaceTime på – ja, jeg ringer mamma hele tida. Så bestemora mi og mora mi er de viktigste personer i livet mitt. Så når jeg kunne ikke klemme bestemora mi eller mora mi så, ja. Jeg gråter mye. Så ja.”

Venner

Et flertall av elevene beskriver en hverdag med lite fysisk sosialt samvær med sine jevnaldrende venner og klassekamerater under pandemien. En digitalisert skole- og fritidshverdag, samt manglende tilgjengelige fysiske fritidstilbud førte til at flere ungdommer følte seg isolert fra vennene sine. Noen ungdommer ankom Norge rett før nedstengningen, og hadde derfor hatt begrenset tid til å etablere vennskap.

En stor andel av elevene holdt kontakt med vennene sine via telefon og sosiale media, men flere gir uttrykk for at det ikke dekket deres sosiale behov i like stor grad som fysisk nærvær. Mesteparten av den sosiale interaksjonen var i form av chat. Andre former for digitale interaksjoner var spilling og gaming. Grunnet smitterisiko var det få ungdommer som oppsøkte hverandre utendørs.

En elev forteller:

“En gang, jeg sa til faren min at jeg vil møte kjæresten min. Og så, han sa nei, nei det er helt...det kan du ikke. Og så, ja. Men etter to måneder så møtte jeg han endelig, så ja.”

Samtidig som hverdagen ble mer monoton, ble interaksjonen med venner for flere mer og mer redusert. Noen elever fortalte at de etter hvert hadde mindre fellesopplevelser med vennene sine, og dermed var det færre temaer å snakke om. Noen ungdommer forsøkt også å delta på sosiale sammenkomster digitalt i form av videochatting, men opplevde det som annerledes og ukomfortabelt. En ungdom forteller det slikt:

“På begynnelsen var det ikke vanskelig, etter uke ble det vanskelig å sitte på et sted over lang tid. Fordi jeg ikke kan møte venner. Det var vanskelig for meg. Jeg liker å være sammen med vennene mine. Det var det største problemet.”

Mange ungdommer hadde i tillegg kontakt med venner bosatt i andre land, som regel fra sitt opprinnelsesland. Flere av disse landene opplevde større konsekvenser av pandemien sammenlignet med Norge. En del av den digitale interaksjonen blant ungdom dreide seg om å gi hverandre støtte i en utfordrende periode.

“Jeg har egentlig en venninne som, fra hjemlandet, som var litt sliten av denne situasjonen, og hun ville gå ut, og hun ville ikke være hjemme hele tiden. Men jeg bare sa at hun kan alltid snakke med meg hvis det er vanskelig for henne, men vi må jo vente, og fordi det er alvorlig for andre folk. Så ... men at hun kan for eksempel gå tur og møte en venn. Det er ikke mye å snakke om – liksom råd.”

Lærerne

Elevenes opplevelse av den digitale hjemmeskolen var blandet. De som hadde etablert kontakt med sin kontaktlærer på forhånd (før nedstengningen) opplevde den digitale skoleoppfølgingen som mer positiv. En elev beskriver det slikt:

“Jo, det var litt gøy å snakke med lærerne på PC. Fordi, ja, noen ganger, kontaktlæreren vår – de brukte sånn bakgrunn, haha, og det var morsomt å se. Og når de snakker med oss, vi ser dem ikke så seriøs. Og, ja det var morsomt.”

Resultater fra spørreskjemaene viser at de fleste elevene hadde hyppig kontakt med lærerne sine om hvordan de hadde det under nedstengningen. Flere elever vi har snakket med forteller at de ble oppringt eller tekstet av sine lærere. Disse samtalene var mer en oppfølging av elevene under

nedstengingen, og i mindre grad omhandlet skolearbeid. En ungdom beskriver sin kontakt med læreren slik:

“Vi snakket om alt. Hvordan vi hadde det, og så hvordan vi hadde det med familien, hvordan vi hadde det – eehm – ja. Ja, vi snakket om mye, også om skolen, om fysisk helse, og alt. Jeg tenkte det var ganske greit. Jeg følte meg mye bedre.”

En annen elev forteller:

“Så her i Norge, lærere faktisk viser at de bryr seg. Vi er ikke bare elever som går på skolen, vi er også mennesker. Ja, det var hyggelig fra dem at de spurte hver dag, hvordan går det med oss. Jeg tenkte at det var veldig bra at de ringer oss fordi på den måte vi kan ikke glemme norsk.”

For andre var det mer utfordrende å etablere god relasjon med læreren sin digitalt. Det gjaldt spesielt elever som ikke fikk mulighet til å etablere god kontakt med læreren sin før nedstengningen. Det samme gjaldt for elever som ikke var komfortabel med digital kontakt med skolen, hadde tekniske utfordringer eller snakket dårligere norsk.

En elev forteller:

“Før korona, så møtte jeg læreren bare en gang når jeg kom for å hente bøkene. Deretter hadde Zoom og Skype møter, og norsk på ibook, og vi kommuniserte på zoom og skype.”

Til tross for at de fleste opplevde forholdet til lærerne sine som positivt, var det som tidligere fortalt, mange elever som beskrev den nye skolehverdagen som ensidig og meningsløs. De følte seg umotiverte til å opprettholde sine faste rutiner og ble mer tiltaksløse. Elevene rapporterte nedgang i fysisk aktivitet, og økning i skjermtid og bruk av sosial media. Utbytte av den digitale undervisningen ble redusert fordi elevene snudde døgnrytmen. Flere fortalte at de var trøtte, lå i sengen mens undervisningen pågikk, med avslått kamera. Kontakten med klassevennene ble betydelig redusert. Samtidig ga flere elever uttrykk for at de bekymret seg for hvordan det skulle gå med skolearbeidet, særlig for at det de hadde lært seg av norsk skulle bli borte.

Livskvalitet

I denne kategorien har vi inkludert elevenes beretninger om de psykiske og økonomiske påkjenningene de opplevde etter iverksettelse av korona tiltak i Norge, samt hvordan pandemien utvikling i resten av verden påvirket deres psykologiske og sosiale fungering i hverdagen. Elevene fortalte om hvordan deres opprinnelige helsetilstand og tilgang til helsetjenester påvirket deres trygghetsfølelse og helsemessige status. I denne kategorien har vi også tatt med informasjon om hvilken innvirkning gjenåpningen av samfunnet hadde på elevenes psykiske helse, familieliv og deres tanker om fremtiden.

Stress og savn

De fleste elevene vi intervjuet hadde vært bekymret for at de selv eller deres nærmeste skulle bli syke av korona-viruset. Flere elever kjente først på alvoret av pandemien da skolen skulle stenges ned. Mange beskriver en følelse av redsel og utrygghet for sin egen helse, og enkelte rapporterer at de rett og slett var redd for å dø av smitten. Mange var bekymret for at venner og familie skulle bli syke. Et flertall av ungdommene fryktet skjult smitte, og var engstelige for å smitte sine nærmeste med korona. I tillegg var flere bekymret for at familiemedlemmer skulle bli smittet på jobb. Det gjaldt spesielt i familier der foreldrene og eldre søsken arbeidet innenfor helsesvesenet og reiselivsnæringen. En ungdom med ei venninne i risikogruppen forteller:

“Ja, jeg var bekymret for henne. Ja, fordi jeg vet at hun har astma og hun har også hjerteproblemer noen ganger. Så – jeg var jo redd å treffe henne og sånn for jeg ville ikke gi henne Korona fordi – ja, det var mulig.”

En annen elev sier:

“Ja, jeg var liksom bekymret for min mor og min far, men mest for min far fordi han jobbet hele tiden, han måtte ut og jobbe, og da var jeg bekymret hele tiden.”

Mange elever bekymret seg i tillegg for familie og venner bosatt i utlandet. Spesielt gjeldt det ungdom som hadde de nærmeste bosatt i land hardt rammet av pandemien, og som hadde dårligere forutsetninger for å håndtere en pandemi sammenlignet med Norge. De fleste ungdommene var mest engstelig for besteforeldrenes helse, i tillegg til andre slektninger som var i risikogruppen. Noen få elever hadde slektninger innlagt på sykehuset i utlandet med covidsmitte. En ungdom forteller:

“Ja, jeg er veldig bekymret for familien min i hjemlandet og her i Norge. For de er langt borte fra meg, og de norske har styr på korona, men der har de ikke det, mange klarer ikke å forstå situasjonen. I Norge følger alle trygghetsrådene, men ikke der. Derfor er jeg bekymret.”

En annen ungdom forteller følgende:

“Så jeg er bare bekymret om bestemora mi. Så jeg ringer henne – eeh – fem ganger, seks ganger på en dag. Ja. Og så jeg bare: har du Korona? Nei. Greit. Så jeg kan sove godt. Bestemor er sånn, bare slutte å ringe meg!”

Da Norge og resten av verden innførte stadig strengere tiltak og reiserestriksjoner, opplevdes dette belastende for flere. Savnet etter å se sine nærmeste var utfordrende for mange elever.

“(…) jeg ikke kunne møte venner, og at jeg var stresset for hvordan det var i hjemlandet mitt, med familien min, og noen reiste til hjemlandet mitt og når de kom tilbake så kunne jeg ikke møte dem, og de hadde en nyfødt datter, og jeg ville møte dem. Så jeg ville at det skulle slutte nå.”

En annen ungdom forteller:

“Det er bra at det ikke er lov å reise. Men det er litt vanskelig for familien min bor i hjemlandet mitt, og jeg må reise hvis noen blir syke og døde og sånn, det er litt trist, men ellers er det greit.”

I tillegg til bekymringer for konkrete familiemedlemmer og venner, var de fleste ungdom bekymret for den generelle smitteutviklingen i deres opprinnelsesland og for deres tidligere landsmenn. Flere elever var preget av dystre rapporter fra sine opprinnelsesland. En elev forteller:

“Jeg føler meg veldig dårlig fordi mange har dødd. Og i hjemlandet mitt har mange mennesker dødd, og vennene til disse personene kan ikke gå i begravelsene, og det synes jeg er vanskelig å tenke på. Og når jeg tenker på at hele verden er sånn som dette føler jeg meg veldig dårlig.”

Helse

Flertallet av elever opplevde frykt for eget liv og helse, usikkerhet, maktesløshet, og sosial isolasjon, samt bekymringer for sine nærmeste. Elever oppga i tillegg helseplager som tristhet, ensomhet og forstyrret døgnrytme. I tillegg rapporterte noen ungdommer negative konsekvenser som økt frustrasjon og sinne. Selv om flertallet av elevene håndterte den nye hverdagen forholdsvis greit til tross for de psykiske påkjenningene, opplevde et mindretall elever større fysiske og/eller psykiske

helsemessige konsekvenser. Disse elevene tilhørte som regel grupper som var særlig utsatt fra før. En elev omtalte sin opplevelse av helsen sin slik:

“(...) jeg blir verre under og etter Corona, for å nevne noe negativt, fordi jeg ble mye verre, trist hele tiden, så jeg bodde i en sånn, i en boble, for meg sjøl, for meg selv, for å si det sånn.”

Samtidig som elevene opplevde forverring, opplevde flere ungdommer endring og/eller redusert tilgang på helsetjenester. Enkelte elever som tok kontakt med helsevesenet, opplevde i tillegg å bli avvist. En ungdom som fra tidligere hadde spiseproblemer opplevde forverring i den nye hverdagen og forteller:

“Jeg har noen spising problem, så det var mye mer vanskelig for meg. Fordi jeg – jeg kjedet meg. Og jeg bare spiste hele tiden. Så ... så det, det var mye stress. Jeg hadde dårlig kontakt med psykologen min. Så vi måtte ta videosamtale. Men det ... noen ganger så var det dårlig kontakt (internett). Ja. Så, vi bare ventet til vi kunne møtes igjen (...).”

Denne eleven beskriver videokontakt med sin psykolog som litt rart og ukomfortabelt. Eleven opplevde at det i tillegg var vanskelig når vedkommende ikke hadde kontakt med psykologen.

En annen elev forteller:

“En dag ringte jeg legen min og da tok han ikke telefonen og etterpå sa han at det er opptatt pga korona og at jeg ikke kunne komme. Det var litt vanskelig, for noen ganger så må man gå til legen. Og de bare sa, vær hjemme og sånn. Ja, det var litt vanskelig, men jeg tror mange fikk hjelp og.”

På spørsmål om hva ungdom som hadde behov for fastlege gjorde, var svaret følgende:

“Jeg tok medisiner. Tok medisiner og var hjemme. For eksempel hvis jeg har vondt i øret, og da ville jeg gått til ham [legen], men han tok ikke telefonen. Og da byttet jeg fastlege. Ja, for jeg hadde ganske vondt og ble sint. Jeg skjønner at det var korona og sånn, men jeg ville ha hjelp.”

Ingen elever opplevde selv å bli smittet av covid, men flere mistenkte smitte hos seg selv eller sin nærmeste familie, grunnet influensa eller andre luftveissymptomer. Et eksempel er en elev med astma som hostet mye og slet med pusten. Under et astmaanfall mistenkte eleven og hennes familie at vedkommende var smittet av covid og kontaktet derfor legevakten på telefon. Eleven opplevde seg avvist, og reiste aldri til legevakten da vedkommende var redd for hun skulle bli kastet ut igjen.

“Jeg var ganske redd for Corona siden jeg har noe som kalles astma. Så ... jeg var ganske redd (...) Men jeg mistenkte at jeg har Corona, så jeg ringte legevakt. De sa til meg at jeg kan ikke komme på legevakta for å sjekke meg. Og så, ambulanse kommer ikke, det er bare mistenkt – det er bare jeg som mistenker at jeg har Corona. Så jeg måtte bare vente fjorten dager igjen.”

Elevens reaksjon på dette var:

“Og så, hvis jeg har Corona, da tenkte jeg hvorfor ingen kommer til meg. Så hvorfor ingen sjekker hvis jeg faktisk har Corona?”

Noen elever opplevde at en eller flere slektninger og venner bosatt i utlandet ble smittet av covid, og at noen av disse var innlagt på sykehus. Dette har skapt ekstra bekymringer for elevene og deres familier.

Økonomi

Resultater fra C-19 spørreskjemaene viser at en andel elever opplevde at familieøkonomien forverret seg under nedstengningen. Flere ungdommer vi snakket med rapporterte om økonomiske bekymringer innad i familien. Foreldre med økonomiske investeringer i utlandet ble rammet av pandemiens utvikling i utlandet. Noen ungdommer opplevde at deres foreldre ble permittert eller oppsagt. Samtidig opplevde elevene vi intervjuet bedring i familieøkonomien etter gjenåpningen av samfunnet, siden foresatte fikk seg arbeid igjen. En elev forteller om økonomiske konsekvenser for familien:

“Men under Korona så hadde han ingen jobb, og var permittert, så det ble litt – så vi fikk litt, ikke bare litt, men ekstraavgifter. Man skal dekke utgiftene man har her, og så de vi har nede i Spania. Så det ble – det ble – det ble mye – mye – det ble ekstraavgifter”

Samtidig reflekterte flere elever over sin økonomiske situasjon i forhold til situasjonen i andre land. En elev forteller følgende:

“Hvis jeg var i hjemlandet mitt ville jeg dø. For der må du jobbe hver dag for nesten ingen penger, og folk får penger per dag, og bruker også alt for å leve. Også sparepenger. Men nå er alt stengt og folk har ingen jobb eller penger. Og systemet er korrupt, og myndighetene gir ingen støtte, og folk er fattige. De rike blir rikere og de fattige fattigere.”

Etter gjenåpning

Et flertall elever oppga at de opplevde en klar forbedring av sin psykiske helse etter gjenåpning av samfunnet. Flere rapporterte en markant forbedring i livskvalitet, spesielt etter at skolen åpnet igjen. Enkelte elever beskriver skolen som en etterlengtet distraksjon fra vanskelige følelser i hverdagen.

“Men etter at jeg begynte på skolen, da de åpnet skolene, det var skolen – skolen var en sånn distraksjon for meg, ikke sant? Så ja, det var der jeg merket en forandring, eller forbedring da. For jeg hadde noe å gjøre i stedet for å bare sitte selv, bare sitte hjemme hele tiden.”

Flere elever uttrykte glede over at de kunne møte opp på skolen igjen, se klassekameratene sine og sosialisere med venner igjen. Samtidig bekymret enkelte elever seg for at de ikke hadde lært seg nok norsk hjemme, og de var redd for at deres integreringsprosess ville bli forlenget på grunn av dette. Selv om det var godt å være tilbake på skolen, var noen elever fremdeles opptatt av å holde distanse til sine medelever og fortsatte å bruke desinfeksjonsmidler. Enkelte elever reagerte på at stadig flere jevnaldrende glemte å ta sine forholdsregler ift. smitte og at de hadde blitt mer uforsiktlige. Enkelte av disse elevene mente i tillegg at en ny og mye verre smittebølge skulle komme.

De fleste elevene oppfatter seg selv som mer balansert i hverdagen. Mange elever rapporterer i tillegg en bedre stemning i hjemmet med mindre økonomiske bekymringer, da mange foreldre hadde fått jobbene sine tilbake. Elevene oppga at det også var mindre bekymringer hjemme for helsen til familiemedlemmer i utlandet.

“Jeg har vært trist i et halvt år, for å si det sånn, men etter at jeg begynte på skolen så begynte det å bli litt mindre, å føle mindre. Og som sagt, jeg bruker skolen som distraksjon, jeg er her bare to timer, men det er en distraksjon for meg, som får meg til å glemme den tristheten som jeg har vært gjennom, som sagt, i et halvt år. Pluss at foreldrene mine har begynt å jobbe, moren min fikk seg en jobb, og faren min er tilbake på jobben. Så de tjener nok, eller økonomisk så har vi det mere stabilt.”

Hvis pandemien fortsetter tror enkelte elever at dette vil påvirke deres fremtidsutsikter. Enkelte elever mener at det blir mer vanlig med digitale studier, og at flere vil ha vansker med å finne en jobb i Norge. Andre elever mente at Norge blir mer restriktiv i forhold til innreise til landet, og tror at nordmenn kommer til å holde mer avstand til utlendinger en stund framover og reise mindre til utlandet.

Oppsummering av intervjuene

Transnasjonale liv

En stor andel elever fulgte tett på utenlandske media for å holde seg oppdatert om pandemiens utvikling i deres opprinnelsesland, samt andre land der deres nærmeste familie og venner oppholdt seg. En god del elever oppga at de var sterkt preget av stadig stigende smitte- og dødstall, samt hvordan pandemien påvirket samfunnet som en helhet i land de opprinnelig kom fra.

De fleste elevene uttrykte stor bekymring og savn for sine nærmeste bosatt i utlandet. Flere fryktet at deres nærmeste skulle bli smittet og dø av covid, og var daglig i kontakt med dem.

Mestring

Til tross for kort botid i Norge og begrensede norskferdigheter var elevene godt orientert om statistikk over smittespredning i Norge og i hjemlandene sine. De fleste elevene stolte mer på helseinformasjon formidlet gjennom norsk media, enn media fra sitt opprinnelsesland. De fleste elevene og familiene deres overholdt smittevernreglene i unødvendig stor grad, noe som resulterte i at de var isolert hjemme mesteparten av hverdagen. Vi mistenker at budskapene om smittevern har vært vanskelige å forstå for mange.

Pandemien medførte store endringer i de fleste elevenes hverdagsrutiner, aktivitetsnivå, sosiale relasjoner og skolearbeid.

Relasjoner

Mange elever opplevde at det var fint å tilbringe mer kvalitetstid sammen med familien under nedstengingen av samfunnet. Men for noen av dem medførte nedstengningen mer generell familiekrangel.

De aller fleste elevene opplevde god kontakt med lærerne sine under nedstengningen. Men flertallet av dem hadde lite fysisk sosialt samvær med sine jevnaldrende venner og klassekamerater under pandemien. Den digitale interaksjonen mellom ungdom ble gradvis også redusert. Ungdom som deltok på digitale sammenkomster, opplevde at det var lite sosialt tilfredsstillende.

Livskvalitet

Flere elever opplevde redsel og følte utrygghet for sin egen og familiens helse, og enkelte oppga at de rett og slett var redde for å dø av smitte. Dette gjaldt spesielt for elever som selv var i risikogruppen for alvorlig sykdom som følge av korona. Elever som oppsøkte hjelp og behandling for sine helseplager opplevde helsepersonell som avvisende, og at helsetjenestene hadde begrenset eller dårlig kvalitet.

Mange elever opplevde en forverring i familiens økonomi under nedstengningen, og bekymret seg for konsekvensene av dette.

Etter gjenåpningen viket det som mye bekymringer og press knyttet til koronatiltakene lettet fra elevenes skuldre, og at de gledet seg over å gjenoppta vanlige aktiviteter og rutiner.

Konklusjon

Informasjonen fra dybdeintervjuene utfyller resultatene fra spørreskjemaene. Den gir et bedre inntrykk av hvordan elevene forsto nyhetene om covid og smittevernreglene. Vi får også en bedre forståelse for omfanget av bekymringene for familie og venner både i Norge og i utlandet. Elevenes reaksjoner på nedstengingen var sterkt preget av deres transnasjonale liv og virkelighet. Selv om de var flinke til å benytte norske og utenlandske medier til å skaffe seg informasjon om smittespredning, var det få elever som fulgte lenkene de fikk tilsendt fra lærerne sine til norske nettsteder med informasjon på mange forskjellige språk om smittevern og smittevernstiltak. Det virker som at elevenes livskvalitet ble mer påvirket av covid enn strengt tatt nødvendig. Redselen elevene selv og deres foresatte følte for å bli smittet eller smitte andre, gjorde at de etterfulgte smittevernreglene i unødvendig stor grad. Det er naturlig å spørre seg om deres norskspråklige ferdigheter var gode nok til å kunne forstå den til dels komplekse informasjonen som ble gitt ut, med mange uvante ord og begreper.

I forhold til skolearbeidet, var det mange elever som følte seg umotiverte til å opprettholde sine faste rutiner. De ble tiltaksløse, og fant det vanskelig å komme i gang med fysisk aktivitet, mens de brukte iden på skjermaktivitet og bruk av sosiale media. Utbytte av den digitale undervisningen ble redusert fordi elevene snudde døgnrytmen. Samtidig ga flere elever uttrykk for at de bekymret seg for hvordan det skulle gå med skolearbeidet, særlig for at det de hadde lært seg av norsk skulle bli borte.

Anbefalinger

Denne rapporten er basert på informasjon fra erfaringene som elever med kort botid hadde med den første covid-relaterte nedstengingen av landet våren 2020. I kjølvannet av denne nedstengningen, skjedde det store endringer i tilgangen på nettbaserte løsninger for å gjøre den virtuelle undervisningen så god som mulig, og på kompetansen i ulike yrkesgrupper til å benytte disse løsningene. Det ble også etter hvert mer og mer kunnskap om barn og unge i sårbare situasjoner, som ble rammet spesielt hardt da skolene stengte ned. Mange ungdommer i alderen 16 – 19 år med kort botid i Norge, var i en sårbar situasjon da pandemien rammet, bl.a. på grunn av svak norskspråklig kompetanse til å følge undervisning og nyheter på nett, på grunn av de utfordringene som følger med å tilpasse seg til en ny kultur, og fordi deres utenom-familiære sosiale nettverk enda ikke er godt etablert. Det er vårt håp at følgende anbefalinger kan være nyttige for Oslo kommunes skole- og helsefaglige oppfølging av elever med kort botid på et generelt grunnlag, men spesielt i møte med eventuelle nye utbrudd, smittebølger og nedstengninger.

Tilpasset språk og informasjon

I rapport fra Folkehelseinstituttet fra 2021 “Koronapandemien og innvandrerbefolkningen, vurderinger og erfaringer” blir det anbefalt at informasjon om korona må være målrettet og tilpasset med tanke på språkføring, valg av kanal og innhold. Funn fra C-19-tillegget viser at informasjon om korona kan være vanskelig å forstå. Det er derfor viktig å sikre at elever med kort botid får tilpasset informasjon om korona på sitt eget morsmål. Det bør blant annet legges til rette for at skolene kan benytte seg av kvalifiserte tolker, og gjerne også flerspråklig helsepersonell, når de formidler koronainformasjon til elever med kort botid.

Selv om informasjonen er tilgjengelig på elevenes morsmål, kan det være ord og begreper som er nye og vanskelige å forstå rekkevidden av. Skole- og helsepersonell bør hjelpe elevene med å bearbeide helseinformasjonen, og diskutere betydningen av de enkelte tiltakene. Lærerne kan gjennomgå ord og begreper som er relatert til pandemien og tiltakene. Skolehelsesykepleier kan benytte noe av undervisningstiden til å informere elevene, og f.eks. benytte break-out rooms med tolker for elever med lav norskspråklig kompetanse. Det bør legges vekt på å finne ut hvordan elevene forstår tiltakene, og korrigere eventuelle misforståelser

Fremme kunnskap om psykisk helse

Helseprosjektet blant elever 16-19 mår med kort botid (HEL-KOBO) avdekket et stort behov blant elevene for kunnskap om psykisk helse og -helsetjenester (1). Undervisningsmateriellet Sunn Star - Psykisk helse for ungdom, ble utviklet for, og i samarbeid med elever med kort botid, som en del av HEL-KOBO. Vi opprettholder vår anbefaling fra den gang om videre utprøving og tilpasning av dette undervisningsmateriellet med mer strikt evalueringsdesign. Dette kan gjøres i forbindelse med at materiellet inkluderes i pensumet til elever med kort botid. Hensikten er at elevene lærer om psykisk helse og psykiske helsetjenester, samtidig som undervisningsmateriellet forbedres og videreutvikles for å være godt tilpasset til denne elevgruppen.

Helsetjenester: samarbeid og samordning

Resultatene fra denne studien viser at ansatte i skolehelsetjenesten hadde minimal kontakt med elevene under nedstengingen og derfor i liten grad kunne følge opp elever de hadde kontakt med, og fange opp elever som fikk psykososiale vansker i denne perioden. Samtidig er ikke alltid elever som er mye plaget av psykiske problemer og ensomhet ikke alltid i stand til å ta initiativ til å oppsøke helsehjelp. Helseprosjektet HEL-KOBO viste at skolehelsetjenesten har en sentral rolle inn i det

forebyggende arbeidet rettet mot, og i oppfølgingen av elever med kort botid. I tillegg har skolehelsetjenesten en viktig støtterolle for skolens ansatte og fungerer som et bindeledd til øvrige helsetjenester. På denne bakgrunn ble det anbefalt i rapporten fra Helseundersøkelsen at skolehelsetjenesten ble rustet opp. Folkehelseinstituttet har på generelt grunnlag gitt anbefalinger om at helsesykepleiere ikke skal bli overført til andre oppgaver som for eksempel smittevern. For elever med kort botid som har lite kjennskap til helsetjenester er det spesielt viktig at denne helsetjenesten opprettholdes.

Kriseteamene i Oslo kommune har bedt om å få utvide sitt mandat til også å omfatte psykiske reaksjoner i innvandrerbefolkningen som oppstår i forbindelse med kriser, krig og katastrofer i deres respektive opprinnelsesland. Pandemien og våre resultater har vist hvor viktig dette er. Gode strategier og strukturer for samordning av tjenester og samarbeid mellom skolen, skolehelsetjenesten og kriseteamene i Oslo vil styrke det forebyggende og oppfølgende arbeidet rettet mot elever med kort botid i Norge (og ungdom med innvandrerbakgrunn generelt) og deres familier, når det oppstår dramatiske hendelser og katastrofer i opprinnelseslandene deres.

Fremme samhandling mellom elevene i klassen

Skulle det bli nødvendig å stenge skolene igjen, bør skolen og lærerne legge ekstra vekt på å oppmuntre til, og legge forholdene til rette for at elevene kan fortsette å ha kontakt og hjelpe hverandre med skolearbeidet. De digitale grupperom kan utnyttes systematisk for å fremme samarbeid mellom elevene, og det bør legges vekt på til elevsamarbeid, og det bør stimuleres til samarbeid om lekser som elevene leverer som et gruppearbeid. Andre eksempler på tiltak for å opprettholde og styrke samhandling og samarbeid mellom klassens elever, er digitale møtetreff med fokus på psykososialt miljø gjennom felles digitale aktiviteter og opplevelser. Dette kan være digitale bursdagsmarkeringer, - filmkvelder, - fellesmåltider eller regelmessige digitale klassemøter. Slike digitale sammenkomster kan i tillegg sikre fremgang i norskspråklig kompetanse hos elevene.

Tilbud om undervisning på skolen

Omtrent halvparten av elevene som var mye plaget av depresjon eller ensomhet, hadde ikke kontakt med helsetjenester. Mange elever endret døgnrytme, aktivitetsnivå og skolearbeid i negativ retning. Flere elever med kort botid enn andre elever i Osloskolen manglet de nødvendige forutsetningene som «hjemmeskole» krever, og for å kunne følge den digitale undervisningen. Selv om begrensningene elevene pekte på (mangel på plass, mangel på internett, mangel på voksenpersoner som kan hjelpe med skolearbeid og liknende) ikke er direkte relatert til pandemien, vil konsekvensene av dem for elevenes læring forsterkes når skolen stenges. Tilbudet om undervisning på skolen bør derfor utvides til en større gruppe elever med kort botid i alderen 16 – 19 år dersom det skulle bli nødvendig med nye nedstengninger.

REFERANSER

1. Kreso A, Oppedal B, Ahmethodzic A, Ali WA. Sluttrapport. Helseprosjekt elever med kort botid. Oslo: Helseetaten i Oslo & Folkehelseinstituttet; 2020.
2. Bakken A. Ung i Oslo. NOVA-rapport 6:18. Oslo: NOVA; 2018.
3. Bakken A, Pedersen W, von Soest T, Sletten MA. Oslo-ungdom i koronatiden. En studie av ungdom under covid-19-pandemien. Oslo, NOVA, OsloMet; 2020. Report No.: 12/20.
4. Nøkleby H, Berg RC, Muller AE, Ames HMR. Konsekvenser av covid-19 på barn og unges liv og helse: En hurtigoversikt (The effects of covid-19 on children and youth's well-being: A rapid review). Oslo, Folkehelseinstituttet; 2021.
5. Nøkleby H, Borge TC, Johansen TB. Konsekvenser av Covid-19-pandemien for barn og unges liv og psykiske helse: Oppdatering av en hurtigoversikt (The effects of the Covid-19-pandemic on children and youth's life and mental health". An update of a rapid review). Oslo, Folkehelseinstituttet; 2021.
6. Bakken A. Ungdata 2021. Najonale resultater. Oslo: NOVA, OsloMet; 2021.
7. Helseetaten Oslo kommune. Dagsrapport Covid-19. Torsdag 30. april. 2020.
8. Oppedal B, Seglem KB, Jensen L. Avhengig og selvstendig. Enslige mindreåriges stemmer i tall og tale. Folkehelseinstituttet; 2009. Report No.: Folkehelseinstituttet rapport 2009:11.
9. Alves DE, Roysamb E, Oppedal B, Zachrisson HD. Emotional problems in preadolescents in Norway: the role of gender, ethnic minority status, and home- and school-related hassles. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 2011;5(1):1-10.
10. Oppedal B, Roysamb E. Mental health, life stress and social support among young Norwegian adolescents with immigrant and host national background. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2004;45(2):131-44.
11. Oppedal B, Roysamb E, Sam DL. The effect of acculturation and social support on change in mental health among young immigrants. *International Journal of Behavioral Development*. 2004;28(6):481-94.
12. Oppedal B, Idsoe T. The role of social support in the acculturation and mental health of unaccompanied minor asylum seekers. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2015;56(2):203-11.
13. Nolen-Hoeksema S, Girgus JS. The emergence of gender differences in depression during adolescence. *Psychological Bulletin*. 1994;115(3):424-43.
14. Wade TJ, Cairney J, Pevalin DJ. Emergence of Gender Differences in Depression During Adolescence: National Panel Results From Three Countries. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 2002;41(2):190-8.
15. Wichstrøm L. The emergence of gender difference in depressed mood during adolescence: The role of intensified gender socialization. *Developmental Psychology*. 1999;35(1):232-45.
16. Bowling A. Mode of questionnaire administration can have serious effects on data quality. *Journal of Public Health*. 2005;27(3):281-91.
17. familiedirektoratet B-u-o. Statusrapport 14. Utsatte barn og unges tjenestetilbud under covid-19-pandemien. Oslo: Barne- ungdoms- og familiedirektoratet, Bufdir; 2021.