

Sammen – hver for sig

Hvordan tackler unge coronakrisen?

Veronica Pisinger
Signe Skovgaard Hviid
Sofie Have Hoffmann
Johanne Aviaja Rosing
Janne Schurmann Tolstrup

Sammen – hver for sig

– hvordan tackler unge coronakrisen?

Veronica Pisinger
Signe Skovgaard Hviid
Sofie Have Hoffmann
Johanne Aviaja Rosing
Janne Schurmann Tolstrup

Copyright © 2021 Statens Institut for Folkesundhed, SDU

Internt review: Katrine Rich Madsen

Uddrag, herunder figurer og tabeller, er tilladt mod tydelig kildegengivelse.

Elektronisk udgave: ISBN 978-87-7899-552-0

Statens Institut for Folkesundhed
Stu­diestræde 6
1455 København K
www.sdu.dk/sif

Rapporten kan downloades fra www.sdu/sif

Indhold

Introduktion.....	5
Metode	6
Deltagere	9
Mental sundhed.....	11
Sociale relationer og kontakt til venner.....	15
Forholdet til forældre.....	21
Fest og alkoholkultur.....	26
Sammenfatning.....	31
Referencer	33

Forord

Da corona ramte landet i foråret 2020, med nedlukninger og restriktioner, medførte det store omvæltninger i de fleste danskeres liv. Blandt unge gik hverdagen fra primært at foregå i skolen, på arbejde, til fritidsinteresser og i byen, til primært at foregå indenfor hjemmets fire vægge. Netop i ungdomsårene, hvor man i højere og højere grad orienterer sig mod venner og jævnaldrende frem for familien, og hvor man er ved at danne sin egen identitet, kan disse store omvæltninger potentielt have haft konsekvenser for de unges trivsel. Det er interessant at forsøge at kortlægge og forstå hvordan denne atypiske situation har påvirket de unges trivsel, for at kunne forberede sig på kommende kriser. Derfor igangsatte en gruppe forskere under den første nedlukning undersøgelsen *'Sammen – hver for sig'*, der skulle gøre os klogere på hvordan de unge har tacklet coronakrisen.

I denne rapport præsenteres udvalgte resultater fra undersøgelsen *'Sammen – hver for sig'*. Resultaterne bygger på 11.596 spørgeskemasvar og 19 interviews med unge i alderen 15-20 år, indsamlet i slutningen af den første coronanedlukning i maj 2020. Rapporten er målrettet alle, der interesserer sig for unges trivsel, både professionelt og privat.

Rapporten præsenterer udvalgte resultater, men det samlede datamateriale fra undersøgelsen gør det muligt at lave mere dybdegående analyser af, hvordan de unge tacklede krisen. Det er projektgruppens ønske at arbejde videre med materialet og stille datamaterialet til rådighed for andre forskere med henblik på at belyse flere facetter af krisens betydning for de unges trivsel og hverdagsliv.

En stor tak skal lyde til alle de unge som valgte at bruge deres tid på at bidrage til undersøgelsen, med spørgeskemasvar og interviews. Vi håber, at resultaterne bidrager til at I føler jer hørt med jeres bekymringer og udfordringer under coronakrisen.



Morten Grønbæk
Direktør
Statens Institut for Folkesundhed, SDU



Janne S. Tolstrup
Professor
Statens Institut for Folkesundhed, SDU

Introduktion

Den 11. marts 2020 erklærede WHO et pandemisk udbrud af COVID-19, og samme aften varsledes den første nationale nedlukning af Danmark. Således har COVID-19 og den medfølgende nedlukning af store dele af samfundet (herefter betegnet coronakrisen) medført en ny måde at leve på for de fleste danskere. For mange unge betød det, at fysisk samvær med venner og skolekammerater blev reduceret eller udgik helt, og at livet først og fremmest foregik i og omkring hjemmet og online. Fester og sociale begivenheder blev sat i bero for en stund. I stedet foregik en stor del af tiden i samvær med forældre og søskende, som ligeledes opholdt sig hjemme. For mange unge er disse omstændigheder uvante og potentielt udfordrende, da ungdomsårene generelt er karakteriseret ved frigørelse fra netop forældre og øget orientering mod venner og omverden generelt. Disse store omvæltninger kan potentielt have haft konsekvenser for de unges trivsel, som er vigtige at kortlægge og forstå for at blive klogere på, hvilke udfordringer de unge har oplevet og hvordan vi, som samfund, bliver bedre til at håndterer kriser i fremtiden, så de får færrest muligt negative konsekvenser for sundhed og trivsel.

I projektet *'Sammen – hver for sig'* har forskere fra Statens Institut for Folkesundhed undersøgt, hvordan 15-20-årige unge tacklede den nye hverdag under coronakrisen, primært med hensyn til tre områder: 1) De unges sociale relationer og kontakt til venner, 2) forholdet mellem de unge og deres forældre, og 3) de unges fest- og alkoholkultur.

I denne rapport præsenteres udvalgte resultater fra undersøgelsen.

Metode

Undersøgelsen bestod af to versioner af et spørgeskema og 19 interviews med unge i alderen 15-20 år indsamlet i slutningen af den første nedlukning (maj 2020), hvor nedlukningen havde varet ca. 2 måneder.

Spørgeskema version 1

Første version af spørgeskemaet blev udsendt til ca. 7.000 elever på de gymnasiale uddannelser, der havde besvaret spørgeskemaundersøgelsen *UNG19 – Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelser 2019* (1) i foråret 2019 (14. januar til 1. april), og som havde angivet deres telefonnummer med kommentar om, at de gerne vil kontaktes igen med henblik på fremtidige forskningsundersøgelser. Eleverne fik tilsendt en SMS med et link til et kort spørgeskema med spørgsmål om deres livssituation under coronakrisen. I alt besvarede ca. 2.000 unge version 1 af spørgeskemaet.

Spørgeskema version 2

Version 2 af spørgeskemaet blev distribueret til en bredere målgruppe af unge i alderen 15-20 år. Dette blev gjort ved at bede ungdomsuddannelser, 10. klassecentre og efterskoler om at reklamere for spørgeskemaet eller lægge det op på diverse onlineplatforme. Spørgeskemaet blev ligeledes annonceret i en Facebook- og Instagramannonce målrettet målgruppen fra torsdag d. 7/5 til søndag d. 10/5 (se eksempel på annonce til højre). I alt besvarede ca. 9.000 unge denne version af spørgeskemaet.



Interviews

Til at supplere spørgeskemaundersøgelsen blev der foretaget 19 semistrukturerede individuelle interviews for at få et dybere kendskab til de unges dagligdag under coronakrisen. Interviewene blev foretaget blandt en gruppe af deltagere fra spørgeskema version 1, som i slutningen af spørgeskemaet gav lov til, at vi kontaktede dem med henblik på interview. Der var stor interesse for at deltage i interviewene, og ca. halvdelen af deltagerne meldte sig til at lave et interview. Informanterne blev udvalgt, så begge køn og alle aldersgrupper var repræsenteret i interviewene. Interviewene blev foretaget fra d. 18. til d. 28. maj 2020 over telefon, og omhandlede de samme temaer som spørgeskemaet. Hvert interview varede ca. 30-50 min.

Analyser

I rapporten bliver der præsenteret analyser af spørgeskemasvar med procentangivelser og uddrag fra interviews. I figurerne indgår svar fra deltagere fra begge spørgeskemaversioner samlet og opdelt på køn. Ikke alle unge har besvaret alle spørgsmål, og antallet af deltagere kan derfor variere. Figurerne viser den procentvise fordeling af besvarelserne. For at uddybe resultaterne fra spørgeskemaet suppleres med interviews. Alle interviews blev gennemlæst af to af rapportens forfattere (VP og JAR) og temaer blev identificeret med afsæt i interviewguidens temaer.

Etik

Det var frivilligt for de unge, om de ville deltage i undersøgelsen. Inden besvarelse af spørgeskemaet og forud for interviewene blev det tydeligt beskrevet, at data kun skulle anvendes til forskning og formidling af forskningsresultater, og at deltagerne skulle give samtykke til at deltage. Syddansk Universitet behandler personoplysningerne fortroligt i overensstemmelse med gældende lovgivning (Databeskyttelsesforordningen § 10 og Databeskyttelsesforordningens art. 6, stk. 1, litra e.). Oplysningerne bevares sikkert, så det kun er forskere, der har adgang til dem.

Begrænsninger i undersøgelsens design

Dataindsamlingen (spørgeskema og interviews) blev foretaget i slutningen af den første coronnedlukning, hvor genåbningen af samfundet så småt var i gang. Det kan derfor have påvirket de unges svar, at nogle af dem var begyndt at kunne møde i skole og se deres venner igen. Denne undersøgelse indeholder kun data indsamlet i maj 2020 og giver derfor et øjebliksbillede af, hvordan danske unge har tacklet den første nedlukning, som varede i ca. to måneder. De unge, der deltog, havde selv meldt sig til at besvare spørgeskema og deltage i interviews. Deltagerne repræsenterer derfor muligvis en gruppe af unge, som har haft det godt og har haft ekstra ressourcer under nedlukningen til at bidrage til forskning. Omvendt kan deltagerne også have haft det svært og derfor

have været ekstra motiveret for at fortælle om deres oplevelser under nedlukningen. Deltagerne i interviewene er udelukkende unge, der i 2019 gik på en gymnasial uddannelse, og de kvalitative resultater vil derfor kun afspejle denne gruppe af unges erfaringer med den første nedlukning, selvom tallene fra spørgeskemaundersøgelsen repræsenterer en bredere gruppe af unge, der dog stadig primært er unge på en ungdomsuddannelse.

Deltagere

I nedenstående tabel ses karakteristika af deltagerne som besvarede en af de to spørgeskemaversioner i 'Sammen – hver for sig'. Størstedelen (72 %) af deltagerne var piger. Aldersfordelingen var relativt lige imellem køn, og de fleste var mellem 17 til 19 år gamle (67 %). Størstedelen af deltagerne gik på en ungdomsuddannelse (70 %) og boede hjemme med begge forældre (61 %) (tabel 1).

Tabel 1. Karakteristika af deltagere i begge spørgeskemaversioner

	Total n=11.596* N (%)	Dreng n=3.102 N (%)	Piger n=8.442 N (%)
Alder			
15 år	701 (6)	115 (4)	583 (7)
16 år	1.717 (15)	399 (13)	1.309 (16)
17 år	2.639 (23)	733 (24)	1.891 (22)
18 år	2.809 (24)	768 (25)	2.032 (24)
19 år	3.269 (20)	709 (23)	1.654 (20)
20 år	1.361 (12)	378 (12)	973 (12)
Beskæftigelse			
Grundskole	895 (8)	156 (5)	731 (9)
Efterskole	1.279 (11)	358 (12)	915 (11)
STX/HF/HHX/HTX/EUX/EUD	8.112 (70)	2.263 (73)	5.824 (69)
Videregående uddannelse	183 (2)	38 (1)	143 (2)
Arbejde	714 (6)	173 (6)	539 (6)
Arbejdsløs	121 (1)	38 (1)	79 (1)
Andet	292 (3)	76 (2)	211 (2)
Bor med...			
Begge forældre, sammen	7.077 (61)	1.980 (64)	5.073 (60)
Mor eller far	1.253 (11)	345 (11)	904 (11)
Kollegium, venner, kæreste eller lign.	1.620 (14)	390 (13)	1.224 (15)

*52 personer som angav andet køn indgår kun i de totale tal, hvormed totalen er større end summen af de to køn.

Deltagerne i de to spørgeskemaundersøgelser var relativt ens i forhold til boligsituation og kønsfordeling (ses ikke i tabellen). Grundet forskelle i rekruttering er det dog forventeligt, at der ses en smule forskel i aldersfordeling og ligeledes i beskæftigelse, da spørgeskema version 1 udelukkende udgjorde unge, der i 2019 havde været i gang med en gymnasial uddannelse.

Tabel 2 viser karakteristika for deltagerne i interviewene. Der er i alt afholdt interviews med 12 piger og 7 drenge. Deltagerne var i gennemsnit 19,3 år, og de fleste boede hjemme med begge forældre og gik på en gymnasial ungdomsuddannelse.

Tabel 2. Karakteristika af interviewpersoner

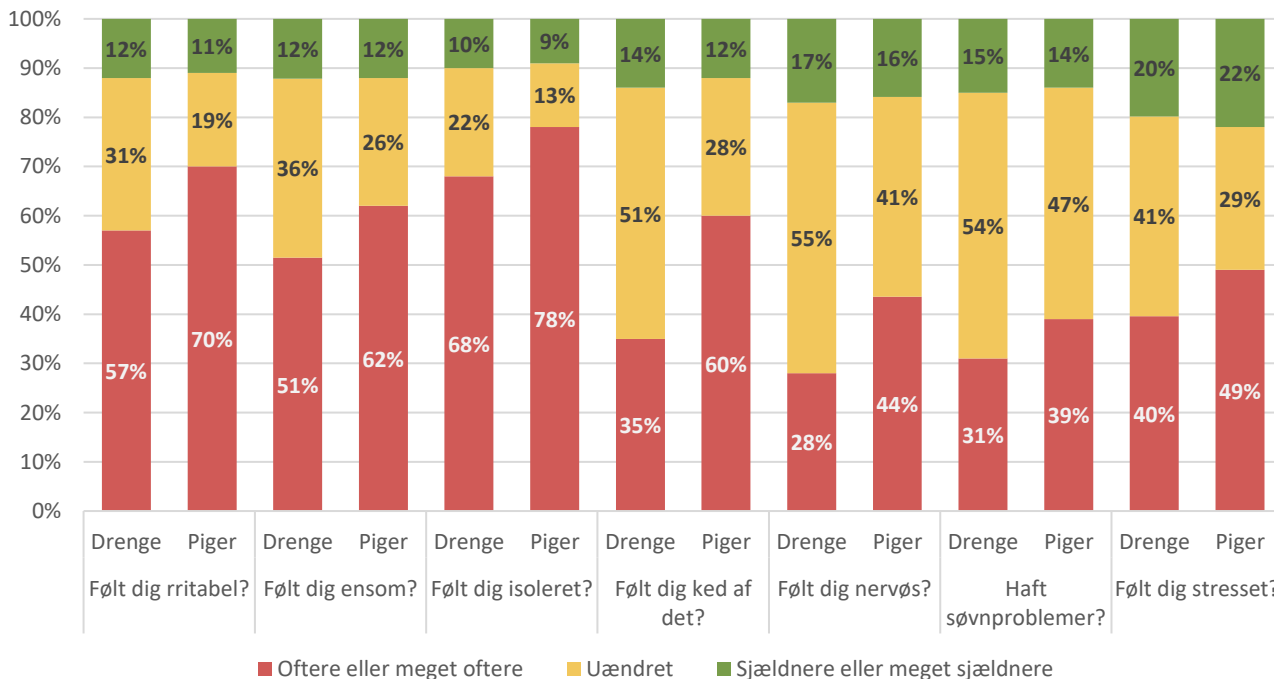
	N
Total	19
Køn	
Drenge	7
Piger	12
Alder, gennemsnit	19,3
Beskæftigelse, N	
STX/HF/HHX/HTX	12
Videregående uddannelse	3
Arbejde	4
Bor med...	
Begge forældre, sammen	14
Mor eller far	2
Kollegium, venner, kæreste eller lign.	3

Mental sundhed

Kriser som naturkatastrofer og pandemier kan ud over at medføre øget dødelighed også påvirke den mentale sundhed i befolkningen (2). Nedlukningen af Danmark medførte social isolation, usikkerhed og bekymringer for, om man selv eller éns nærmeste skulle blive ramt af coronavirus, men også bekymringer for, hvad krisen på længere sigt kunne komme til at betyde for éns fremtidsdrømme og økonomi. Unge er i forvejen en særligt udsat gruppe, når det kommer til mental sundhed, hvor dårlig mental sundhed er mere udbredt end i resten af befolkningen (3). Dette afsnit beskriver, hvordan unge har haft det under den første nedlukning, og hvilke bekymringer de særligt har haft.

De unge blev spurgt om, de efter nedlukningen, sammenlignet med før, oftere eller sjældnere havde oplevet forskellige psykiske symptomer. På trods af stor variation ses det generelt, at en større andel af piger end drenge oplevede psykiske symptomer oftere eller meget oftere end før nedlukningen (figur 1).

Figur 1. Hvor ofte har du oplevet følgende symptomer sammenlignet med før Danmark lukkede ned.*

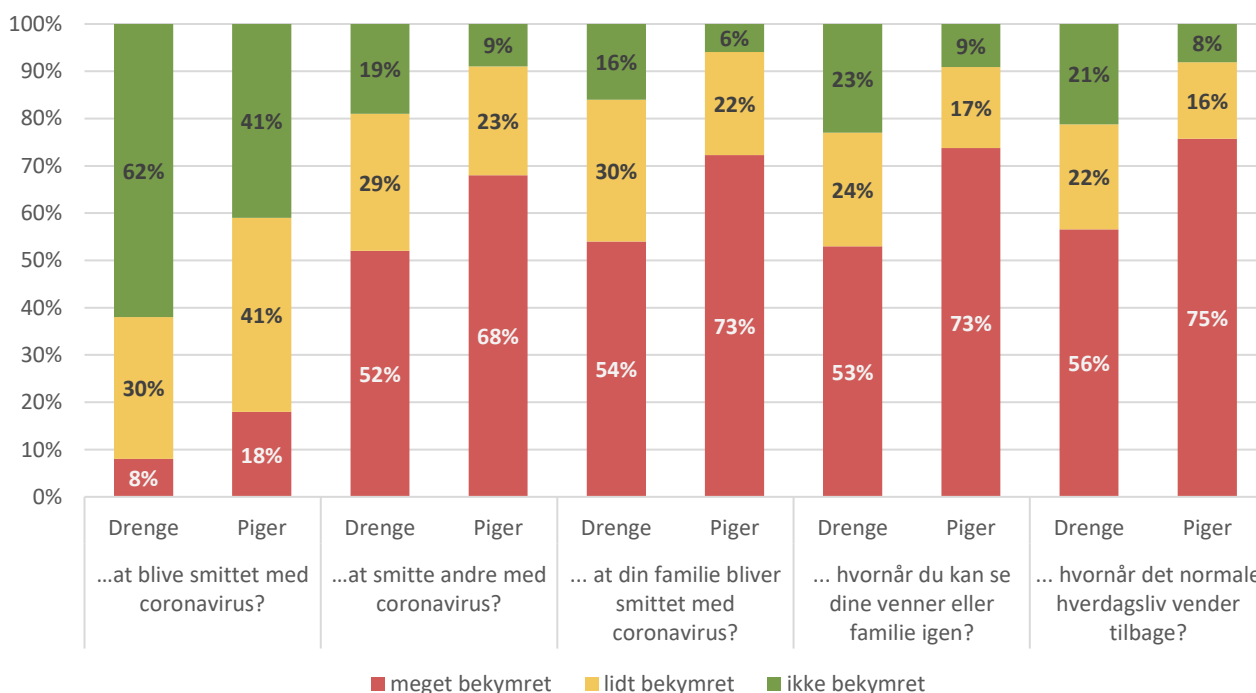


*3.101 drenge og 8.440 piger svarede på spørgsmålet om hvor ofte de havde følt sig irriteret.

Af figur 1 ses en generel tendens til, at de unge hyppigere oplevede symptomer på dårlig mental sundhed efter nedlukningen. For både piger og drenge gjaldt det, at over halvdelen enten oftere eller meget oftere havde følt sig irritable, ensomme og/eller isolerede. Ligeledes svarede 60 % af pigerne, at de oftere eller meget oftere følte sig kede af det, og 49 %, at de oftere eller meget oftere havde følt sig stressede. Samtidig oplevede over 50% af drengene ingen ændring i hvor ofte de har følt sig kede af det eller nervøse efter nedlukningen. Blandt pigerne rapporterede 44 % at de i højere grad end før nedlukningen, følte sig nervøse, mens dette var 28% blandt drengene.

Når det kommer til søvnproblemer, havde cirka halvdelen af både drengene og pigerne ikke mærket nogen ændring. Dog var det stadig lige omkring en tredjedel af både drengene (31%) og pigerne (39%), der oftere eller meget oftere oplevede søvnproblemer.

Figur 2. Hvor bekymret er du for...*



*2.679 drenge og 7.748 piger svarede på ovenstående spørgsmål.

Figur 2 viser graden af bekymring for coronasmitte og hvornår hverdagen bliver normal blandt de unge under første nedlukning. Det kan ses af figuren, at en relativt lille andel blandt både drengene (8 %) og pigerne (18 %) var meget bekymrede for at blive smittet med coronavirus. En langt større andel af de unge var bekymrede for andres helbred. For eksempel var 52 % af drengene og 68 % af pigerne meget bekymrede for at smitte andre med coronavirus, og henholdsvis 54 % og 73 % var meget bekymrede for, at deres familie skulle blive smittet.

De unge udtrykte også bekymring i forhold til, hvordan coronakrisen ville påvirke deres hverdag. Blandt drenge var 53 % meget bekymrede for, hvornår de kunne se venner og familie igen, og 56 % var bekymrede for, hvornår deres normale hverdag ville vende tilbage. Andelen af pigerne, der udviste stor bekymring, var generelt højere end blandt drengene. Blandt pigerne var henholdsvis 73 % og 75 % meget bekymrede for, hvornår de kunne se venner og familie igen, og om hvornår deres normale hverdag vendte tilbage. Andelen af piger der udviste stor bekymring, var generelt højere end blandt drenge for samtlige af de adspurgte forhold.

Fund fra interviews

Interviewene viser, at mange af de unge var bekymrede for, hvornår deres hverdag ville blive normal igen, og hvordan fremtiden ville se ud. Uvisheden skabte utryghed, både i forhold til den nærmeste fremtid, men også i forhold til planlægning af deres fremtid på længere sigt. De unge, som var i gang med en uddannelse, var generelt frustrerede over onlineundervisningen. En del af de unge beskriver, hvordan det var demotiverende, at undervisningen foregik online, og at de oplevede at kravene til dem i undervisningen var slækkede. Aflyste eksaminer bidrog for nogle til denne demotivation. En del af 3.g-eleverne oplevede, at de blev snydt for muligheden for at vise, hvad de kunne til eksamen, eller at de ikke i lige så høj grad havde fortjent huen, som hvis de havde været oppe i alle eksaminer. Andre oplevede, at det var en udfordring at følge med og lære lige så meget i onlineundervisningen, og var derfor glade for de aflyste eksaminer. Mange oplevede, at den manglende struktur i hverdagen, som hjemsendelsen medførte, gjorde det svært at deltage i onlineundervisningen. Flere beskriver, at det kunne være svært at få ro til at koncentrere sig, når søskende og forældre også var hjemme. Aflyste traditioner i forbindelse med studentertiden fyldte meget for de unge, der var ved at afslutte gymnasiet. En del unge følte en ambivalens i forhold til at være ked af at gå glip af mange ting, særligt sociale begivenheder og traditioner i forbindelse med gymnasiet, og samtidig forståelse for, at alle skulle vise samfundssind ved at følge restriktioner for fysisk samvær.

"Og så synes jeg, at jeg keder mig helt vildt. Altså jeg går herhjemme hver dag, og jeg er godt nok i skole, men ikke så meget, som jeg havde håbet på. Jeg synes, at mange timer er sådan lidt 'I laver noget, hvis I vil' agtigt. Man har ikke lyst til at gå i skole læn- gere, jeg har mistet lysten til at blive ved med at studere helt vildt meget." (Pige, 2.g.)

"Udover at vi er hjemme og ikke på skolen og får den hjælp, vi burde have haft, så bliver de [lærerne] syge, så er vi endnu mere alene. Det er en stor opgave, fordi det er B-fag, og vi skal afslutte det i år [...] Jeg sidder helt alene og har hele 2.g på mine skuldre." (Pige, 2.g.)

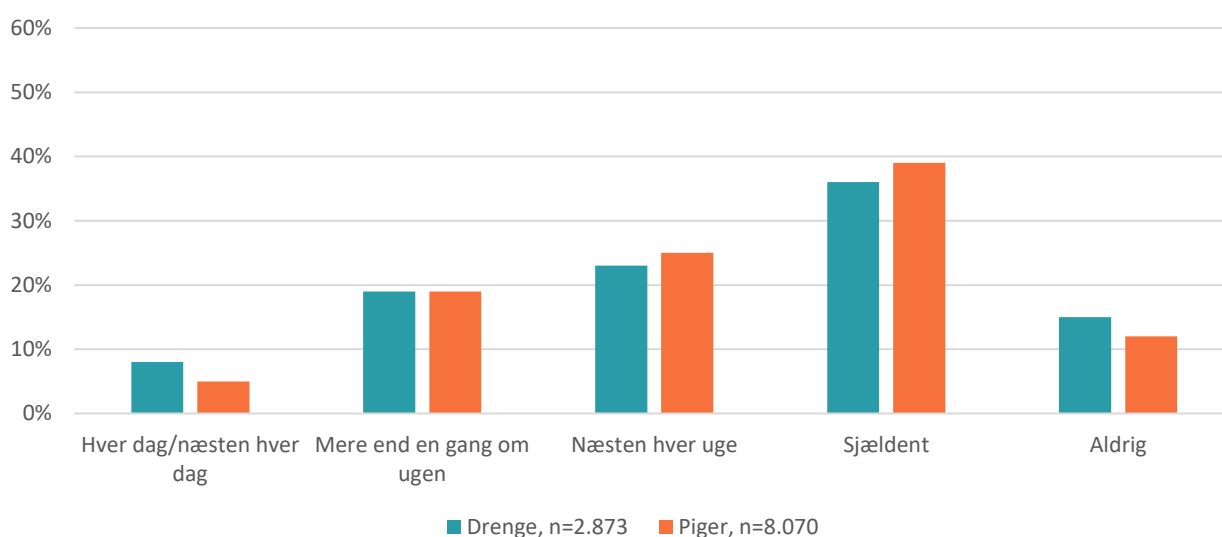
"Ja, det [bekymring om studentertiden] var noget, der fyldte utroligt meget i min hverdag, også fordi, at det var noget, man havde kæmpet for her i gymnasiet. [...] Så det var virkelig noget, der gjorde mig meget frustreret det her med, at man følte, at vi blev snydt for det." (Dreng, 3.g.)

"Man ser bare ting blive aflyst, og så bliver galla aflyst og så... man sidder bare hele tiden og får nedtur på, mens man skriver den der opgave. Der følte man allerede, at meget var blevet taget fra én [...]. Jeg tror, jeg græd hver aften" (Pige, 3.g.)

Sociale relationer og kontakt til venner

Myndighedernes anbefalinger om at holde afstand samt lukkede skoler og uddannelsesinstitutioner ændrede kontaktmønstret til venner og skolekammerater for mange unge. I dette kapitel beskrives, hvordan unge har opretholdt deres sociale relationer og kontakten til deres venner, når fysisk kontakt var begrænset, og i hvilket omfang de sociale medier og onlinemøder erstattede de fysiske. Særligt denne generation af unge, som er opvokset sideløbende med store teknologiske forandringer, og som er mere hjemmevante i brugen af digitale medier, har muligvis været mere vant til at være sammen online og har derfor muligvis haft nemmere ved at navigere i en hverdag, hvor meget af den sociale kontakt rykkede online.

Figur 3. EFTER Danmark lukkede ned: Hvor ofte har du mødtes fysisk med dine venner?

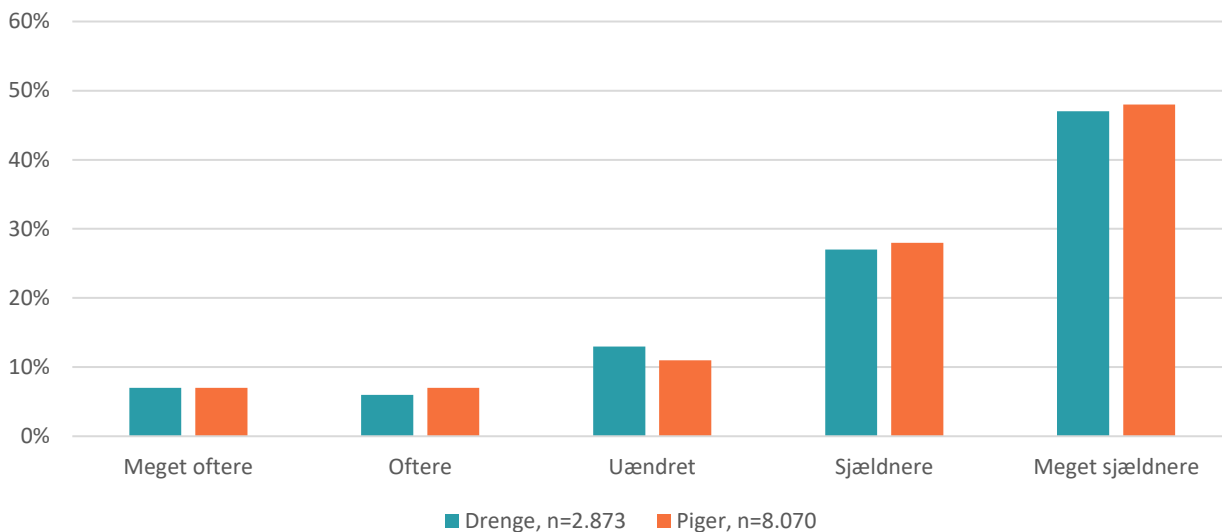


I figur 3 ses deltagernes svar på, hvor ofte de mødtes fysisk med deres venner efter nedlukningen. Knap 50 % af både drengene og pigerne mødtes sjældent eller aldrig med deres venner, og ca. en fjerdedel sås med deres venner næsten hver uge. 8 % af drengene og 5 % af pigerne så deres venner fysisk hver dag eller næsten hver dag.

Da de unge blev spurgt ind til, i hvor høj grad deres fysiske samvær med vennerne var ændret fra før til efter første nedlukning, svarede ca. 3/4 af både drengene og pigerne, at de havde set deres venner sjældnere eller meget sjældnere efter nedlukningen. Kun få deltagere (ca.

14 % af både drenge og piger) angav, at de havde set venner oftere eller meget oftere (figur 4).

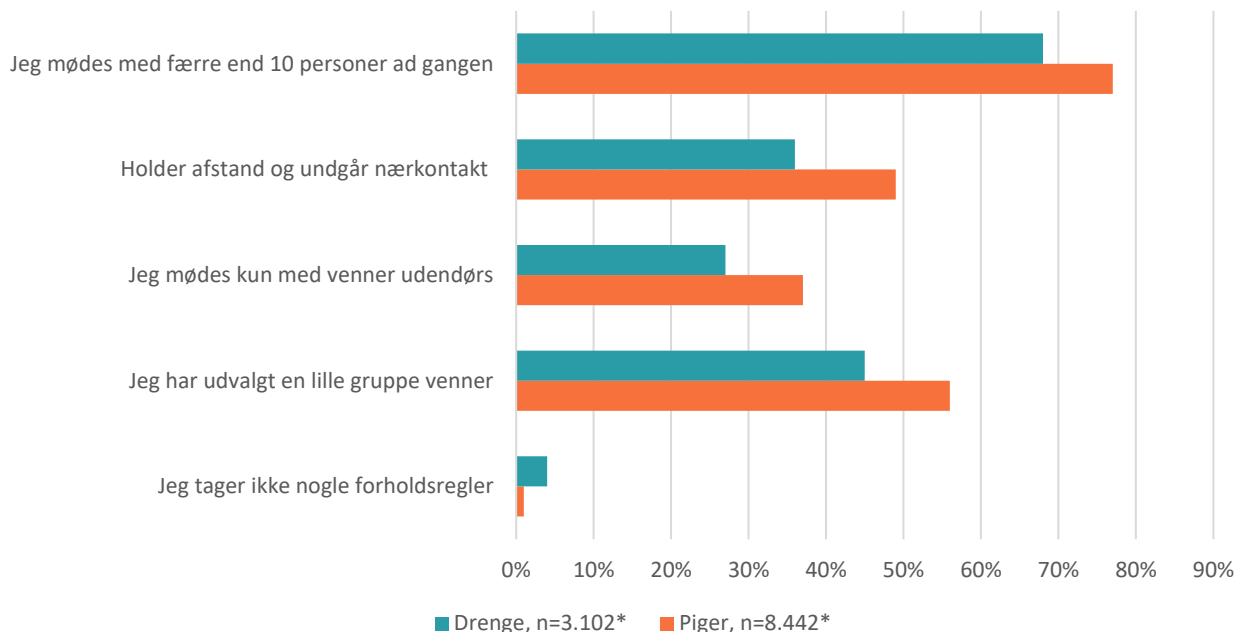
Figur 4. Hvor ofte har du mødt med dine venner fysisk sammenlignet med før Danmark lukkede ned?



Figur 5 viser, hvilke forholdsregler de unge har taget i forhold til at ses med venner under nedlukningen. I undersøgelsen blev de unge bedt om at afkrydse de felter, som bedst beskrev de forholdsregler, de tog. Deltagerne måtte gerne sætte kryds i flere felter.

I alt svarede 68 % af drengene og 77 % af pigerne, at de mødtes med færre end 10 personer ad gangen, som var forsamlingsforbuddet i maj 2020. Blandt pigerne svarede ca. halvdelen, at de undgik nærkontakt og/eller kun mødtes med en lille gruppe af udvalgte venner. Blandt drengene gjaldt det henholdsvis 36 % og 45 %. Herudover svarede 37 % af pigerne og 27 % af drengene, at de kun mødtes med venner udendørs.

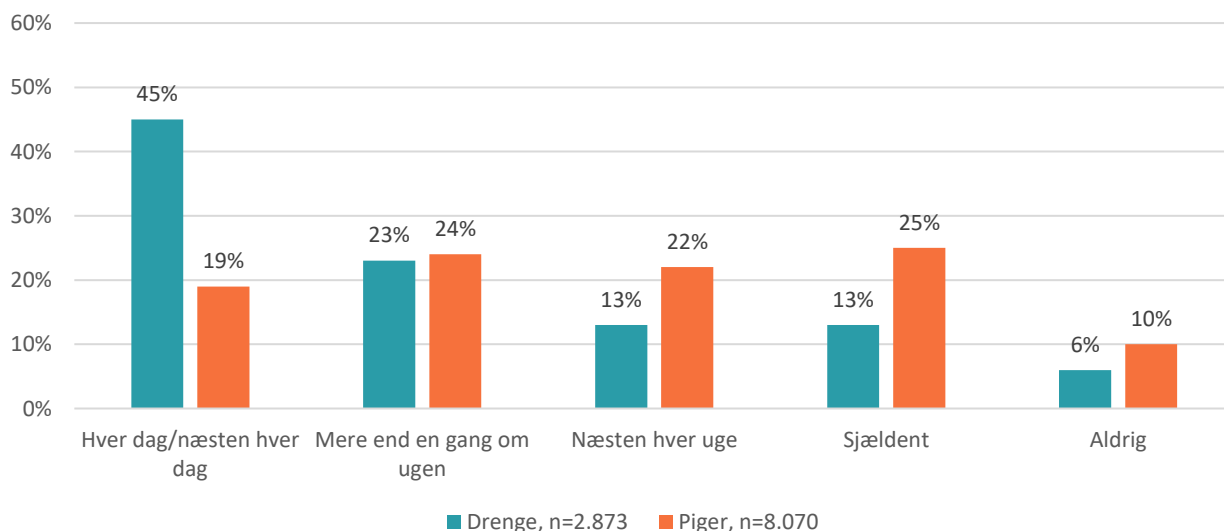
Figur 5. Hvilke forholdsregler tager du, når du mødes med dine venner fysisk?



*Antallet som har afgivet et svar i "Jeg mødes med færre end 10 personer ad gangen".

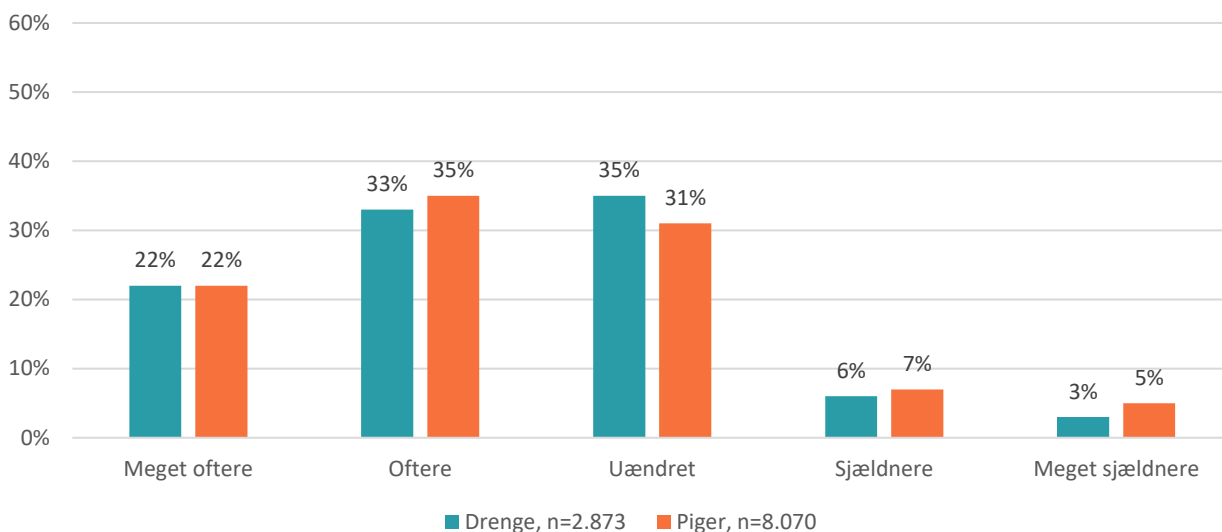
I figur 6 ses deltagernes svar på, hvor ofte de mødtes med deres venner online. Her ses det, at drengene (68 %) i højere grad end pigerne (43 %) mødtes online mere end én gang om ugen. I overensstemmelse med dette var det i højere grad pigerne, der sjældent eller aldrig så deres venner online.

Figur 1. EFTER Danmark lukkede ned: Hvor ofte har du mødetes online med dine venner (f.eks. for at videochatte eller game)?



Deltagerne blev ligeledes hér spurgt, hvorvidt deres online samvær med vennerne var ændret fra før til efter nedlukningen. I modsætning til ved fysisk samvær svarede over halvdelen af både drengene (55%) og pigerne (57%), at de sås med deres venner online oftere eller meget oftere (figur 7). Herudover angav ca. 1/3, at deres online samvær var uændret (32 %), imens 12 % af pigerne og 9 % af drengene sjældnere eller meget sjældnere mødtes online med deres venner sammenlignet med end før nedlukningen.

Figur 2. Hvor ofte har du mødtes med dine venner online sammenlignet med før Danmark lukkede ned?



Fund fra interviews

I interviewene fortæller de unge også, at de mødtes sjældnere med deres venner under nedlukningen, og meget af deres kontakt i stedet var rykket online. Selvom denne generation af unge er mere hjemmevante på de sociale medier, beskriver en del af vores interviewpersoner, at onlinemøderne er en udfordring, og at de savnede den fysiske kontakt med vennerne. Mange beskriver en ensomhedsfølelse ved kun at have kontakt til deres venner online. Flere beskriver ligeledes, at deres kontaktmønster ændrede sig således, at de sås oftere (online eller fysisk) med en mindre gruppe af tætte venner, og at det især var deres mere perifere venner og gode bekendte, som de ikke længere havde kontakt med. De unge beskriver, at de savnede at mødes mange sammen og møde nye mennesker eller bekendte, som man for eksempel gør, når man går i byen eller mødes til fester på uddannelsen. Nogle unge nævner også, at de savnede fritidsaktiviteterne og muligheden for at mødes med andre, som har samme interesse som dem selv. De unge, vi har talt med, har været meget ansvarsbevidste og i høj grad reduceret deres fysiske kontakt med andre uden for hjemmet og har gjort sig umage med at følge de gældende retningslinjer og anbefalinger. Nogle af

dem, vi har talt med, udtrykker, at de var trætte af at blive bebrejdet, at de unge ikke tager ansvar, fordi mange af dem har gjort sig umage med at leve op til gældende retningslinjer.

En af de unge, som er i risikogruppen for at blive alvorligt syg af corona på grund af anden sygdom, fortæller, at det særligt var i forbindelse med genåbningen, at hun har oplevet at føle sig udenfor, fordi hun ikke på samme måde som hendes klassekammerater kunne slække på afstandskrav og være med til fester.

"Jeg er sådan mega meget en krammetype. Jeg savner bare at give alle mine venner krammere. [...] man kan ikke se den andens ansigtsudtryk [når man er online], og man kan ikke se, om den anden er ved at trække op til at sige noget, det er faktisk ret svært. Og specielt når man er i en gruppe [...]. Det er så mærkeligt at skulle kigge på flere ikoner, der på computeren, at skulle lure på dem alle sammen. Det er virkelig svært at skulle fange et hint og sådan noget."
(Pige, sabbatår)

"Det kommer an på, nogle har man mistet kontakten til. Nogle af mine venner fra skolen har jeg slet ikke kontakt til nu, og det er jo fordi, at vi ikke er tætte tætte. Men i forhold til mine tætte venner, der taler vi meget mere sammen nu." (Dreng, 2.g.)

"Jeg var sammen med rigtig mange veninder efter skole [...] og det plejede jeg at være næsten hver dag, og det er jeg jo så ikke mere, for jeg ser dem ikke mere. Så jeg føler mig lidt alene og måske også lidt ensom nogle gange. Jeg snakker dagligt med minimum en veninde enten via Messenger eller almindelig telefon eller Facetime, fordi jeg simpelthen savner dem. Det så jeg ikke nogen nødvendighed i inden, fordi vi så hinanden hver dag" (Pige, 2.g.)

"Men jeg tror bare, det er det der med, når man så lægger på, så føler man bare meget hurtigt, man er meget sådan alene, kontra hvis man har været sammen med dem fysisk, og man så tager hjem fysisk." (Dreng, 3.g.)

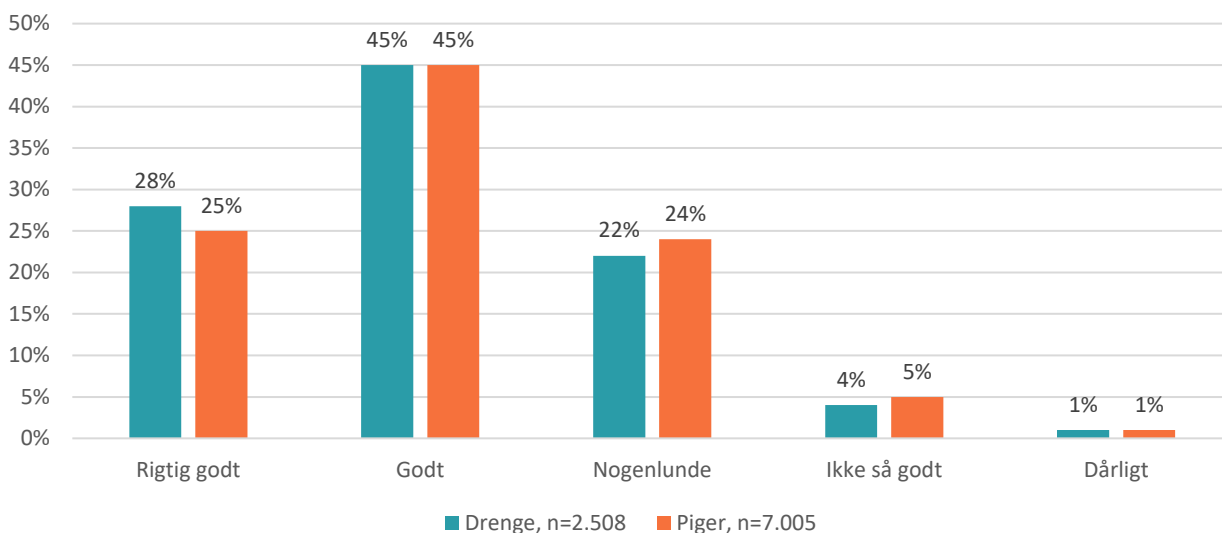
"Jeg er jo ikke bange for at blive syg eller for at smitte mine venner på sin vis, for vi skal jo alligevel smittes. Men det er mere det der med, at man er lige så bange for, hvad samfundet [...] når man er ung, og vi mødes, om samfundet så bliver sure over at 'åhh I mødes også bare alle sammen' og 'I gør os alle sammen syge', og det er mere sådan den vinkel. Det vil man jo ikke. Det var der jo meget i starten, og det vil man jo ikke tilbage til, at det bare er de unge, der ødelægger samfundet" (Pige, 3.g.)

Forholdet til forældre

Hjemmeboende unge har tilbragt betydeligt mere tid sammen med deres forældre under coronakrisen end før. Det øgede samvær i familierne kan for nogle have en positiv betydning for relationen mellem de unge og deres forældre, mens det for andre kan have medført flere konflikter og mistro i familien. Dette kapitel beskriver, hvordan coronakrisen har påvirket forholdet mellem de unge og deres forældre.

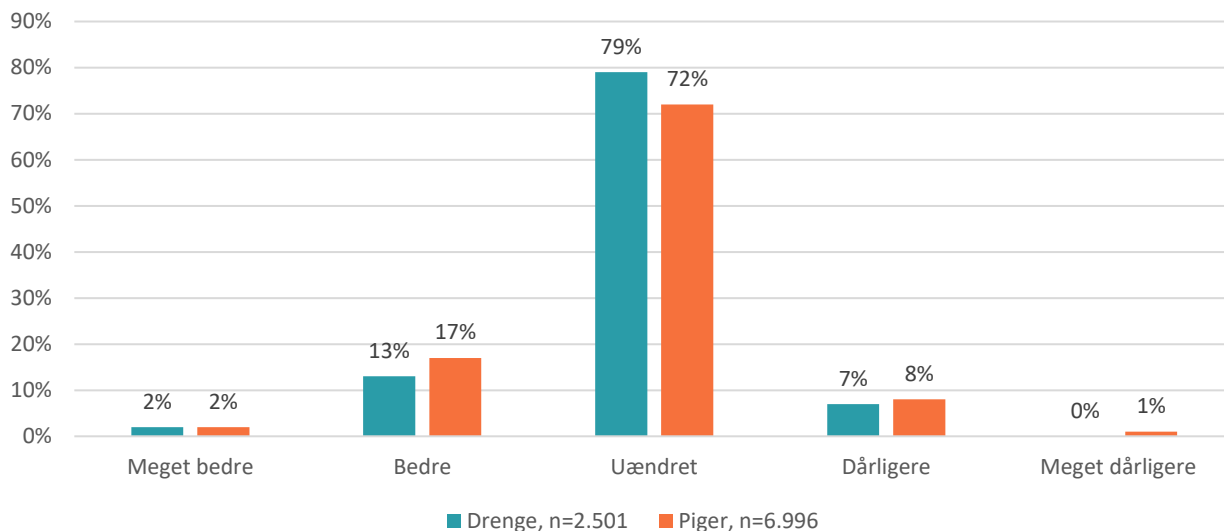
I figur 8 ses deltagernes svar på, hvordan deres forhold til deres forældre var under nedlukningen i foråret 2020. I alt svarede 70 % af pigerne og 73 % af drengene, at de har haft det godt eller meget godt med deres forældre under nedlukningen, mens 22 % af pigerne og 24 % af drengene svarede, at de havde haft det nogenlunde. 6 % af pigerne og 5% af drengene svarede, at de ikke har haft det så godt, eller at de har haft det dårligt med deres forældre.

Figur 3. EFTER Danmark lukkede ned: Hvordan har du haft det med dine forældre?



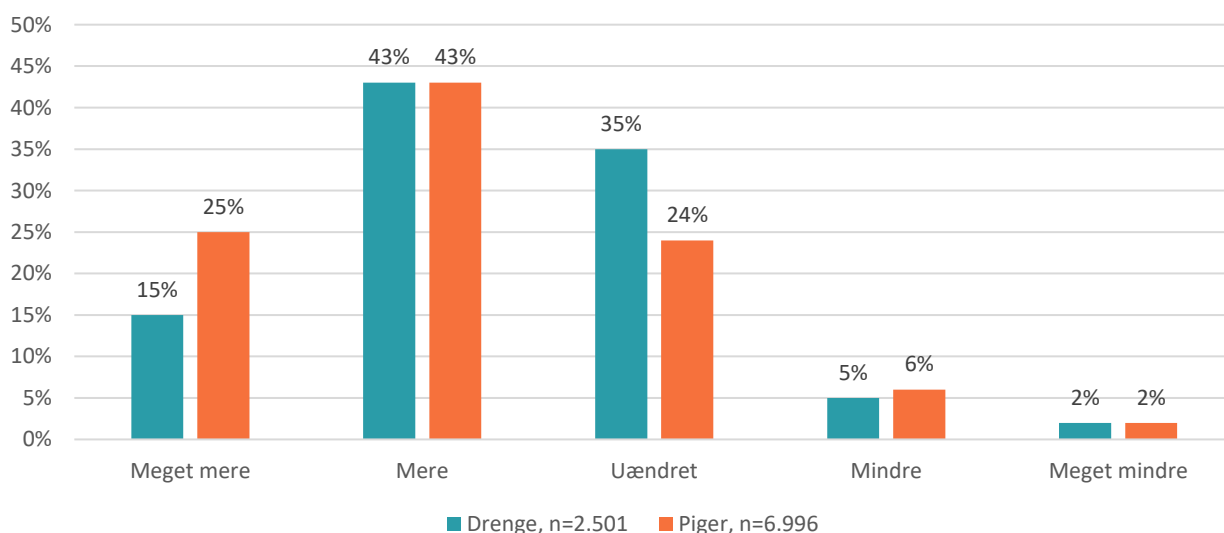
Ser man på ændringen fra før til efter nedlukningen, svarer størstedelen (74 %), at deres forhold til forældrene er uændret (figur 9). Her ses der en lille forskel imellem køn, da en lidt større andel af drenge (79 %) angiver uændret forhold sammenlignet med piger (72 %). Af de resterende svarede 19 % af pigerne og 15% af drengene, at de havde et bedre eller meget bedre forhold, mens 9 % af pigerne og 7% af drengene svarede, at de havde det dårligere eller meget dårligere.

Figur 4. Sammenlignet med før Danmark lukkede ned: Hvordan er dit forhold til dine forældre?



68% af pigerne og 58% af drengene angav, at de brugte mere eller meget mere tid sammen med forældrene sammenlignet med før nedlukningen. Pigerne angav i højere grad at bruge meget mere tid med deres forældre (25 %) end drengene (15 %) (figur 10). Det var generelt en lille andel af både piger (8 %) og drenge (7 %) der angav at bruge mindre tid med deres forældre.

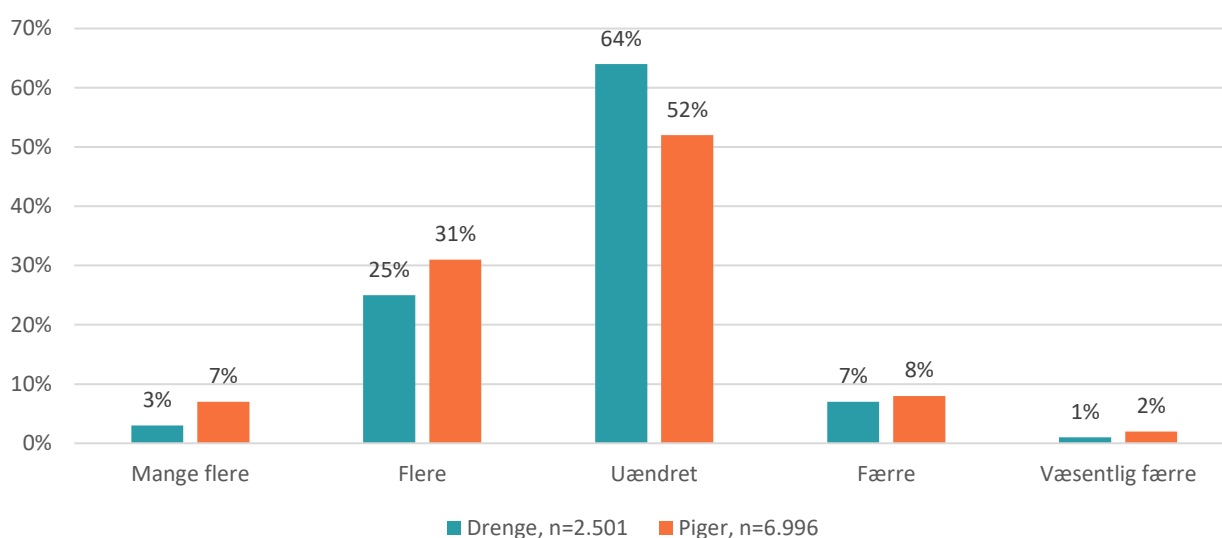
Figur 5. Sammenlignet med før Danmark lukkede ned: Hvor meget tid bruger du sammen med dine forældre?



Når der bruges mere tid sammen med forældrene, kan det give anledning til at tro, at der kan opstå flere konflikter. Derfor blev de unge spurgt ind til, hvor mange konflikter de havde haft med deres forældre efter nedlukningen sammenlignet med før.

Hertil svarede størstedelen af både drengene (64 %) og pigerne (52 %) at mængden af konflikter var uændret, mens 38 % af pigerne og 28 % af drengene angav, at de havde flere eller mange flere konflikter med deres forældre (figur 11).

Figur 6. Sammenlignet med før Danmark lukkede ned: Hvor mange konflikter har du haft med dine forældre?



Fund fra interviews

Mange af de unge, vi har talt med, beskriver, at de har været meget mere sammen med deres forældre og familie, end de har været vant til. En del beskriver, at de har fået et tættere forhold til forældrene og har fået tid til at tale om dybere ting end blot at referere, hvordan deres dag har været. Under nedlukningen har forældrene på tæt hold kunne følge med i, hvad det for eksempel vil sige at gå i gymnasiet og har således fået et andet indblik i, hvor meget det kræver. Nogle unge beskriver også, at de har fået nye vaner eller hobbyer med forældrene som for eksempel at se serier, lave mad, gå ture eller strikke. En del beskriver, at forholdet ikke har ændret sig, men at de har brugt meget mere tid sammen.

Mange unge beskriver, at det at have brugt mere tid sammen med forældrene også har været en udfordring, og for nogle er hverdagskonflikterne tiltaget. Nogle af de unge beskriver, hvordan de har lavet strategier, med for eksempel at træne eller gå ture uden for huset for at få en pause fra

forældrene. Mange unge beskriver også, at det har været en udfordring at være så meget i hjemmet og dermed være underlagt forældrenes regler og opsyn i meget længere tid ad gangen end normalt. Nogle beskriver, at de har følt sig som børn igen, og andre beskriver, at de har måtte indordne sig under forældrenes regler eller holdninger til, hvordan de har skulle forholde sig til coronasmitte. Det har for nogle været en udfordring, hvis de ikke var enige i forældrenes vurdering af faren ved coronasmitte og oplevede, at forældrene var for restriktive i forhold til, hvor meget de måtte være ude og mødes med venner.

En del unge beskriver, at de har savnet samværet med bedsteforældrene, fordi de ikke har haft mulighed for at se dem som normalt.

"Jamen det har ændret sig, fordi vi har fået mere forståelse for, hvad hinanden laver til hverdag, også fordi vi bare har haft meget mere tid til at sidde og diskutere nogle forskellige ting og komme tættere på hinanden. Selvom vi er en meget tæt familie, så er der bare nogle andre ting, vi har kunne tale om [...] og det bliver ikke bare sådan noget 'hvordan har din dag været?' for vi ved jo godt, hvordan hinandens dag har været. Så der er nogle helt andre ting, man har kunnet tale om. Og det har altså bare gjort, at vi er kommet tættere på hinanden." (Pige, 3.g.)

"Jeg synes faktisk, at jeg har fået meget større fokus på det at bruge tid sammen med min mor og min søster. [...] Tidligere der var jeg måske meget [vant] til at sige, nå men fredag aften, det var ude blandt vennerne... nu der er jeg jo selvfølgelig lidt tvunget til at holde mig tilbage og det betyder jo så også, at jeg bruger mere tid sammen med min mor og min søster. Og jeg synes faktisk, at det har styrket det her familieforhold." (Pige, 3.g.)

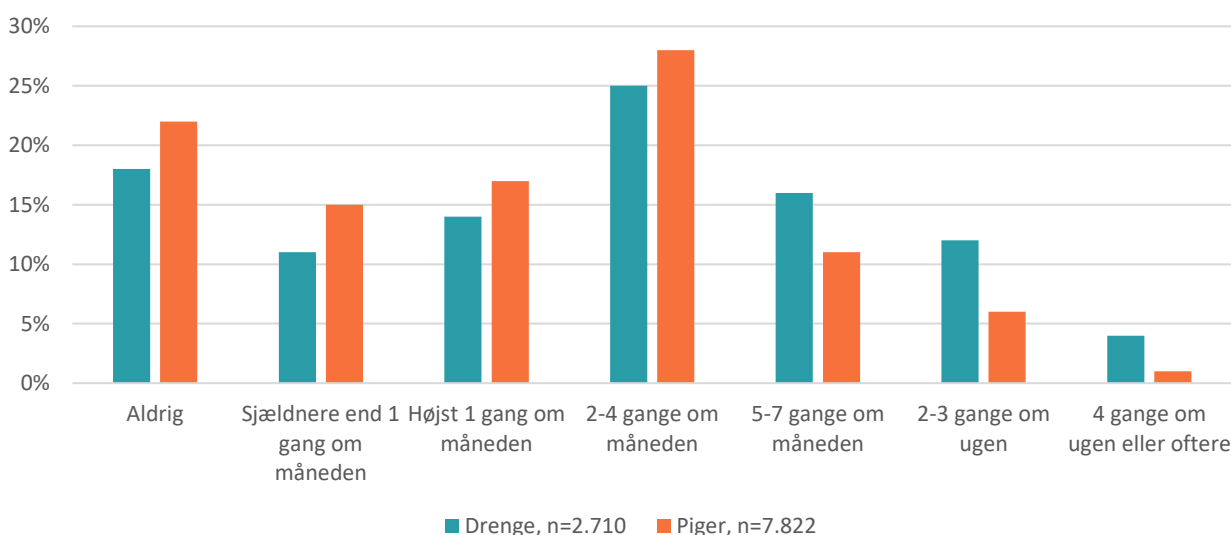
"Samværet med mine forældre kan jeg godt mærke har ændret sig. Vi har ikke skændtes lige så meget, fordi jeg heller ikke har været ude, og mine forældre har hele tiden vidst, hvor jeg var henne, så de har ikke været bekymret. Og hvis man så sagde, 'jeg går lige ud og går en tur', så har de også været sådan, det er også helt fair, for du sidder bare inde hver dag – du må ikke andet. Så der er ligesom kommet en anden forståelse for hinanden, tror jeg. [...] Man har bare kunne mærke hinanden på en anden måde, fordi man jo vitterligt så hinanden hele tiden. (Pige, 3.g.)

"Det har været meget mærkeligt, og jeg har nærmest følt mig meget lille igen, fordi jeg ikke har haft så meget at skulle sige selv. Men når jeg bor hos dem, må jeg jo tage hensyn, selvom jeg måske synes, de har overreageret lidt" (Pige, sabbatår)

Fest og alkoholkultur

Unge drikker for at have det sjovt sammen, miste hæmningerne og danne eller pleje relationer til venner eller potentielle partnere (4, 5). Når der bliver sat væsentlige begrænsninger for samvær, og når man skal holde fysisk afstand til andre mennesker, forsvinder den primære motivation for at drikke alkohol, og man må forvente, at de unges alkoholforbrug vil falde. Dog er denne generation af unge så hjemmевante på de digitale og sociale medier, at fysisk afstand måske ikke er lige så hæmmende for denne gruppe. Onlinefester og fester udendørs kan derfor muligvis have erstattet den traditionelle måde at feste og drikke på i perioden. I dette kapitel beskrives de unges alkoholforbrug under coronanedlukningen.

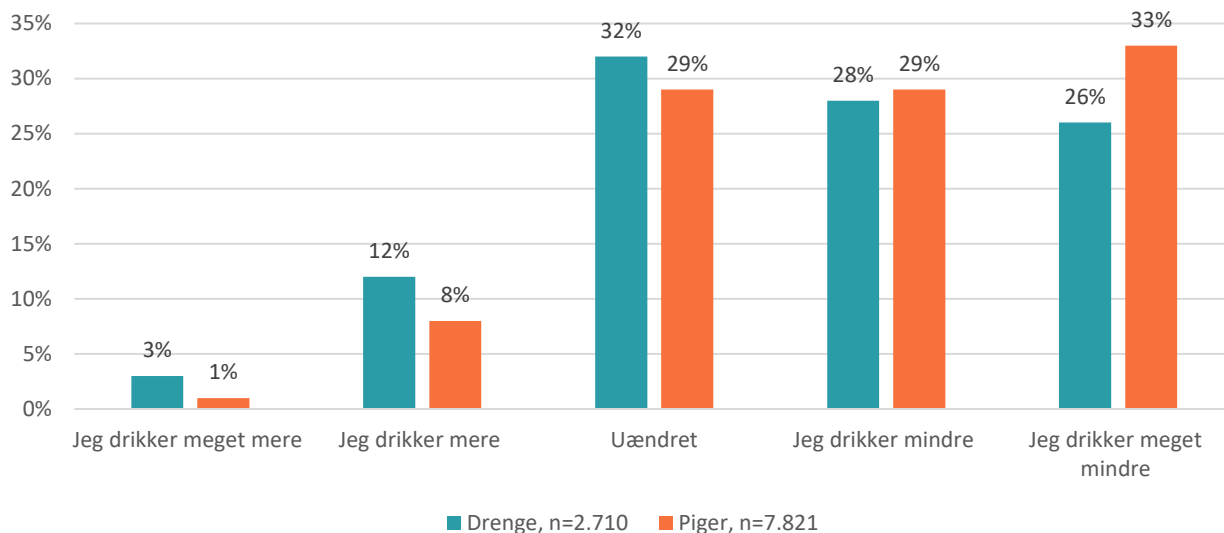
Figur 7. EFTER Danmark lukkede ned: Hvor ofte har du drukket noget, der indeholder alkohol?



I figur 12 ses deltagerne angivelse af, hvor meget de har drukket under nedlukningen. Størstedelen af de unge drak alkohol 2-4 gange om måneden (28 % af pigerne og 25% af drengene) eller slet ikke (22 % af pigerne og 18 % af drengene).

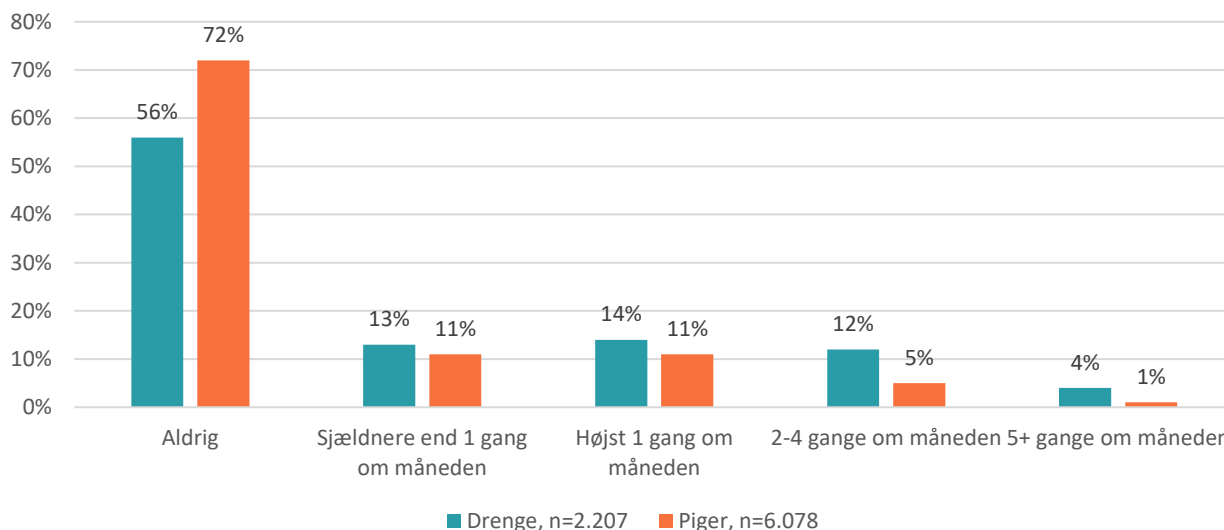
Sammenligner man ændringen i de unges alkoholforbrug fra før til efter nedlukningen, svarede ca. 59 % af alle deltagere, at de drak mindre eller meget mindre end før nedlukningen, mens 30 % svarede, at deres indtag var uændret (figur 13). Som det ses i figur 13, var det hyppigere blandt pigerne at drikke mindre (62 %), end det var blandt drengene (54 %). Ligeledes var det mere hyppigt at drikke mere blandt drengene (15 %) end blandt pigerne (9 %).

Figur 8. Sammenlignet med før Danmark lukkede ned: Hvordan er dit alkoholforbrug?



I figur 14 ses det, at størstedelen ikke havde mødetes med venner for at drikke online, dette var dog hyppigere blandt piger (72 %) end blandt drenge (56 %). I tråd med dette var andelen af drenge (30 %), der drak med venner online mere end 1 gang om måneden, næsten dobbelt så stor som blandt piger (17 %).

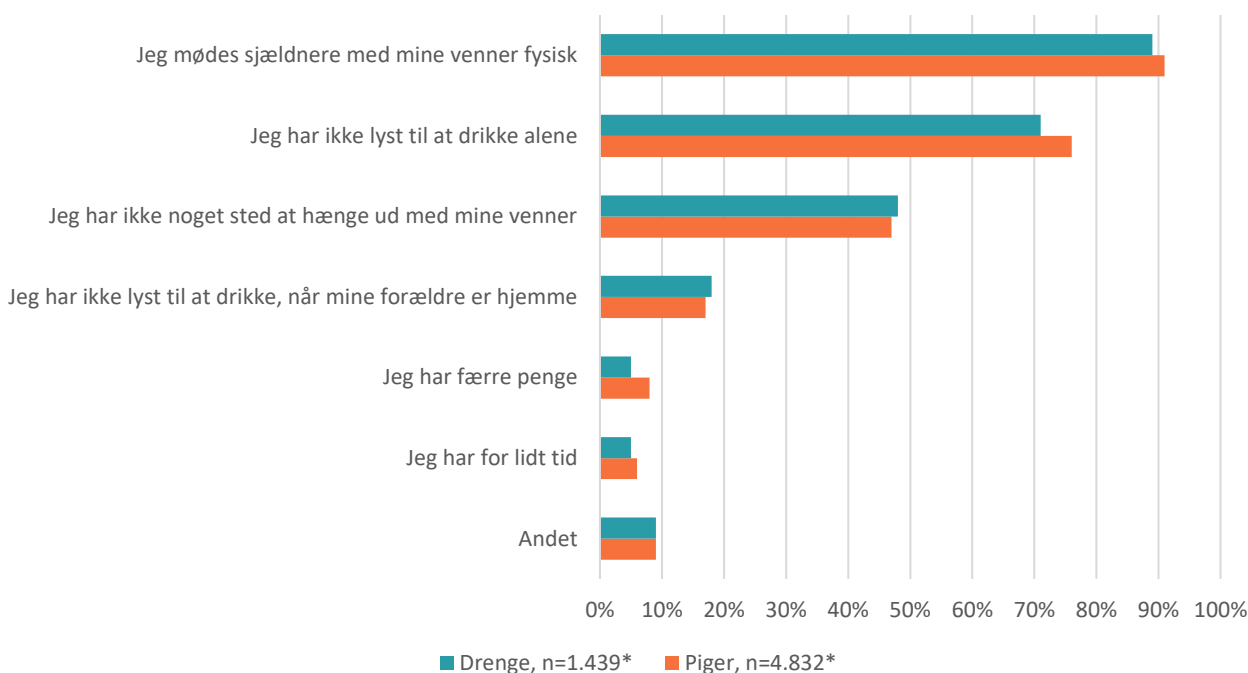
Figur 9. EFTER Danmark lukkede ned: Hvor ofte har du drukket noget, der indeholder alkohol, med dine venner online?



I figur 15 ses deltagernes svar på, hvorfor deres alkoholindtag er blevet mindre under nedlukningen. Her var det muligt at angive flere svar. For begge køn var den primære grund til, at de havde drukket mindre, at de mødtes sjældnere med deres venner fysisk (91 % blandt pigerne og 89%

blandt drengene) (figur 15). Herefter følger årsager som, at de unge ikke havde lyst til at drikke alene (76 % blandt pigerne og 71% blandt drengene), eller at de ikke havde noget fysisk sted at hænge ud med deres venner for at drikke alkohol (47 % blandt pigerne og 48% blandt drengene).

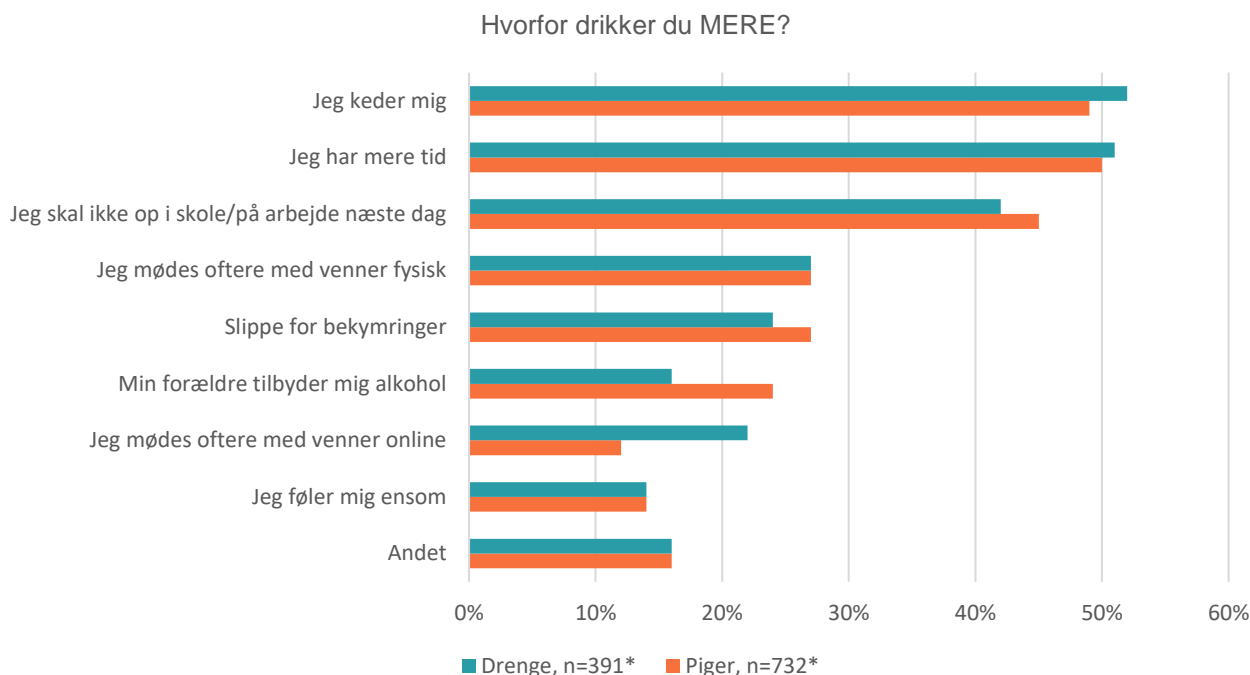
Figur 15. Hvorfor drikker du MINDRE?



* Antallet som har afgivet et svar i "Jeg mødes sjældnere med mine venner fysisk".

For de unge, som drak mere (ca. 11 %), var de hyppigste grunde, at de havde mere tid (49 % blandt pigerne og 52 % blandt drengene), at de kedede sig (50 % blandt pigerne og 51% blandt drengene) og/eller ikke skulle op og i skole eller på arbejde næste dag (45 % blandt pigerne og 42 % blandt drengene) (figur 16). En større andel af piger (24 %) sammenlignet med drenge (16 %) indikerede, at de fik tilbudt alkohol af deres forældre, hvorimod en større andel af drenge (22 %) sammenlignet med piger (12 %) indikerede, at de drak oftere, fordi de oftere mødtes med deres venner online. 27 % af både pigerne og drengene svarede, at de drak mere, fordi de mødtes oftere med deres venner fysisk, og ca. 27 % af pigerne og 24 % af drengene, drak mere for at slippe for bekymringer.

Figur 16. Hvorfor drikker du MERE?



* Antallet som har afgivet et svar i "Jeg keder mig".

Fund fra interviews

De fleste unge fortæller, at de har drukket meget mindre under coronanedlukningen, da det ikke har været muligt at mødes fysisk med deres venner. De unge beskriver, at de normalt drikker i sociale sammenhænge, og da det ikke har været muligt at mødes med andre, har det ikke givet mening for dem at drikke alkohol. Mange beskriver, at de under nedlukningen har fået en ny erkendelse af, at det ikke er alkoholen, de savner, men samværet med vennerne. Nogle har opdaget, at de kan hygge sig og lave andre ting sammen end at feste og drikke, og at de ikke har lyst til at vende tilbage til deres gamle drikkemønstre. Omvendt er der også unge, som fortæller, at de har savnet at drikke alkohol med deres venner til fester. For dem har det særligt været alkoholens effekt af at kunne lette en stemning og gøre én mindre selvbevidst, som de har savnet. Nogle unge beskriver, at de har forsøgt at flytte festerne online, men det generelt ikke har fungeret særligt godt. De unge beskriver, at det er en udfordring at have en flydende samtale online, og at man ikke kan snakke sammen i mindre grupper, hvilket gør det online møde dårligt til at skabe en uhøjtidelig og festlig atmosfære. Nogle unge beskriver også, at det har føltes fjollet at sidde alene på sit værelse og drikke sig fuld med andre online, særligt når samtalen slutter. En del unge beskriver, at de har drukket med deres forældre, men at det typisk har været i forbindelse med mad, eller en drink om aftenen for smagens og hyggens skyld. Det fuldsabsorienterede druk har for de fleste unge ikke eksisteret under nedlukningen.

"Jeg har aldrig rigtig haft lyst til at drikke alene. Det er jo noget, man gør med sine venner og til fester, og når man ikke mødes større vennegrupper, så gør man det bare ikke, synes jeg. Jeg har i hvert fald ikke overvejet det, hvis man mødes med en enkel [ven], at drikke sammen. Så jeg drikker mest, når det er i sociale sammenhæng og det er jo ikke så tit her nu" (Dreng, 2.g.)

"Ikke fordi jeg havde det der FOMO, men så alligevel, man var lidt bange for 'hvad går jeg glip af, hvis jeg ikke har drukket lige så meget som de andre?', 'Er jeg så ikke lige så sjov?', 'Kan jeg så ikke gå lige så meget amok?', hvor nu, der er jeg bare blevet lidt ligeglad, for jeg ser jo ikke andre end min vennegruppe, og de kender mig også. Man behøver jo ikke, eller jeg behøver jo ikke i hvert fald at drikke mig lige så fuld." (Pige, 3.g.)

"Nej, altså det [alkohol] savner jeg faktisk ikke. Altså nu tager jeg en drink med mine forældre engang i mellem, og det er jo også hyggeligt. Men jeg savner ikke sådan noget slavevodka, eller hvad man ellers kan finde på. Jeg tror mere sådan, så tager man en drink engang i mellem, og så kan det også smage godt, i stedet for, at man bare skal hælde mængder ned for at have det sjovt. Så nej, jeg savner ikke alkohol." (Pige, 3.g.)

"Jeg tror, det [som jeg savner] er det der med samværet. At for eksemplet en gymnasiefest, det kan godt være, at det ikke lige er alle, jeg kender, eller noget, men det der med at være hele gymnasiet samlet og sådan se, hvor glade folk er. Jamen bare se folk egentligt. Jeg tror virkelig, det er det, man går og savner." (Pige, 3.g.)

Sammenfatning

I denne rapport præsenteres udvalgte resultater fra undersøgelsen '*Sammen – hver for sig*'. Resultaterne bygger på 11.596 spørgeskemasvar og 19 interviews med unge i alderen 15-20 år indsamlet i slutningen af den første coronanedlukning i maj 2020.

Resultaterne viser blandt andet, at:

- De unge oplevede oftere at have symptomer på dårlig mental sundhed sammenlignet med før nedlukningen. En større andel af pigerne end drengene rapporterer oftere eller meget oftere at have oplevet symptomer sammenlignet med før nedlukningen. For både piger og drenge gælder det, at over halvdelen enten oftere eller meget oftere havde følt sig irritable, ensomme og/eller isolerede sammenlignet med før nedlukningen.
- De unge var ikke så bekymrede for selv at få corona, men mere for at smitte andre og for, hvornår deres hverdag blev normal igen. I interviewene fyldte særligt bekymringer i forhold til at få nok ud af onlineundervisningen, demotivation over, at eksaminer blev aflyst, og bekymringer om deres muligheder for at fejre studentertiden.
- De unge var mindre sammen med deres venner fysisk og mere online. Omkring halvdelen af både drengene og pigerne angiver, at de sås sjældent eller aldrig med deres venner under første nedlukning, mens 55% af drengene og 57% af pigerne angiver, at de mødtes med deres venner online oftere eller meget oftere end før nedlukningen.
- En del af vores interviewpersoner beskriver, at onlinemøderne var en udfordring, og at de savnede den fysiske kontakt med deres venner. Mange beskriver en ensomhedsfølelse ved kun at have kontakt til deres venner online.
- 68 % af pigerne og 58 % af drengen angiver, at de har brugt mere eller meget mere tid sammen med forældre, og 15 % af pigerne og 20 % af drengene angiver, at de har fået et bedre eller meget bedre forhold til deres forældre efter nedlukningen.

- En del unge beskriver i interviewene, at de har fået et tættere forhold til deres forældre, fordi de har fået tid til at tale om dybere ting end blot at referere, hvordan dagen har været. Under nedlukningen har forældrene kunnet følge med i, hvad det for eksempel vil sige at gå i gymnasiet, og har fået et andet indblik i, hvor meget det kræver. Omvendt var der også unge, der oplevede flere konflikter med forældrene.
- Unge har drukket mindre alkohol under nedlukningen end normalt. I alt angiver 62% af pigerne og 46% af drengene, at de har drukket mindre eller meget mindre efter nedlukningen. Desuden har 72% af pigerne og 56% af drengene aldrig drukket med deres venner efter nedlukningen.
- De unge beskriver i interviewene, at de normalt drikker i sociale sammenhænge, og når det ikke har været muligt at mødes med andre, har det ikke givet mening for dem at drikke alkohol. Mange unge beskriver, at de ikke har savnet alkoholen, men har savnet de sociale sammenkomster, hvor alkohol plejer at indgå.

Referencer

1. Pisinger V, Thorsted A, Jezek AH, Jørgensen A, Christensen AI, Thygesen LC. Sundhed og trivsel på gymnasiale uddannelser 2019. Statens institut for Folkesundhed; 2019.
2. Esterwood E, Saeed SA. Past epidemics, natural disasters, COVID19, and mental health: learning from history as we Deal with the present and prepare for the future. *Psychiatric quarterly*. 2020:1-13.
3. Jensen HAR, Davidsen M, Ekholm O, Christensen AI. Danskernes Sundhed- Den Nationale Sundhedsprofil 2017. Statens Institut for Folkesundhed, SDU; 2018.
4. Demant J, Østergaard J. Partying as everyday life: Investigations of teenagers' leisure life. *Journal of Youth Studies*. 2007;10(5):517-37.
5. Tolstrup J DJ, Grønbæk M, Møller SP, Pedersen MU, Pisinger V. Unges alkoholkultur – et bidrag til debatten. København: Vidensråd for Forebyggelse; 2019.