

## Tusen takk for at du deltar i FamilieForSK-studien!

Over tre år er nå gått siden vi første gang sendte ut spørreskjema og intervjuet barn i FamilieForSK-studien. Totalt deltar om lag 2700 familier. Her kommer en liten oppdatering på hva vi har funnet ut, basert på svarene dere barn og unge har gitt.

*Svarte du elektronisk på spørreundersøkelsen vi sendte ut i juni? Vi har sendt ut gavekort på 500 kr på epost eller SMS til alle barn som fullførte spørreskjemaet da. Ta kontakt dersom du ikke har mottatt gavekortet eller ikke får til å bruke det.*

### Kort om FamilieForSK-studien

FamilieForSK er en stor studie om hvordan barn og voksne har det sammen i familien, og hvordan barn trives i hverdagen. Vi har fått penger til å forske på dette fra Barne- ungdom- og Familiedirektoratet (Bufdir) og Norges Forskningsråd (NFR). Vi er særlig interesserte i å finne ut mer om hvordan dette henger sammen – altså hvordan forhold i familien kan påvirke barns trivsel. Noen av dere har blitt intervjuet, andre har svart på spørreskjema dere har fått på SMS eller epost, og noen har gjort begge deler.

Vi stiller mange spørsmål både til dere og foreldrene deres om hvordan dere har det i familien og hverdagen. Det har ikke vært så vanlig å spørre barn om dette. Når vi spør dere som er barn og ungdom om hvordan dere har det, kan vi gi mye bedre råd til voksne om hva som skal til for at barn får det best mulig i familien sin. Og det er nettopp det vi ønsker å undersøke – hva som gjør at noen barn har det vanskelig i hverdagen, mens andre stort sett har det bra. Og i FamilieForSK forsker vi på alle slags familier, uansett om foreldrene bor sammen eller ikke, og uansett hvordan dere har det sammen i familien.

I mars 2020 kom koronapandemien til Norge, og den har påvirket familier, både i Norge og i resten av verden, i over halvannet år. Vi vet for lite om hvordan en slik pandemi påvirker barn og foreldre i ulike typer familier over tid. Derfor gjorde vi flere digitale intervjuer, og sendte ut flere spørreskjema i løpet av denne perioden enn det som opprinnelig var planlagt. Vi håper svarene vi har fått kan hjelpe oss til å gi råd til de som bestemmer, slik at vi kan håndtere nye smitteutbrudd, pandemier eller andre kriser, dersom det blir aktuelt.

Les mer om FamilieForSK-studien på [www.fhi.no/studier/familieforsk](http://www.fhi.no/studier/familieforsk)

# Barns reaksjoner på hjemmeskole og sosial isolasjon

Husker du perioden rett etter 12. mars i fjor? Da ble alt nedstengt, nesten alle barnehager og skoler måtte holde stengt, ingen fikk gå på fritidsaktiviteter, og mange butikker var stengt. Vi gjorde en spørreundersøkelse i april om hvordan dere opplevde dette.

Nedstengingen gjorde at dere fikk mindre kontakt med venner, og mer tid hjemme med foreldre. FamilieForSK-studien undersøkte hvordan barns opplevelse av hjemmeskole, krangling i familien, skjermtid, savn av venner og bekymringer for smitte hadde sammenheng med hvordan barn hadde det våren 2020.

Forskerne undersøkte tre ulike typer reaksjoner hos barna; emosjonelle reaksjoner (som tristhet og redsel); somatiske/kognitive reaksjoner (som konsentrasjonsvansker og søvnproblemer) og

bekymringsreaksjoner (som bekymring for familiens framtid).

Resultatene viste at barna generelt var mindre triste og redde når de sammenlignet med tiden før skolene stengte, men at de samtidig hadde mer søvnproblemer og vansker med å konsentrere seg sammenlignet med før skolene stengte. Det betyr at nedstengingen av skolen hadde både positiv og negativ innvirkning på barna.

Vi så også at barns reaksjoner hang sammen med hvordan de opplevde hjemmeskole, hvor mye konflikter og uro det var i familien, savn etter venner og bekymringer for smitte. Jo bedre barn håndterte hjemmeskole, desto færre emosjonelle og somatiske/kognitive reaksjoner rapporterte de om. Videre fant vi at jo mer krangling og uro barn opplevde familien, jo mer de savnet venner og jo mer de bekymret seg for smitte, desto mer vanskelige reaksjoner hadde de. Til slutt så vi på om disse sammenhengene var like sterke for yngre og eldre barn. Da fant vi at eldre barn var mer negativt påvirket av skolenedstengingen.

Det er viktig å undersøke videre hvordan barns reaksjoner og trivsel har utviklet seg over tid gjennom pandemien. Er det slik at barn som i første omgang ikke var spesielt påvirket av skolenedstengingen har hatt det vanskeligere senere i pandemien? Og er det andre ting som kan forklare hvorfor noen barn har strevd under pandemien mens andre ikke har hatt det så vanskelig? Vi i FamilieForSK-prosjektet skal forske nærmere på dette gjennom å bruke svarene som dere har gitt oss på de siste spørreskjemaene.

Vil du lese hele den vitenskapelige artikkelen [klikk her](#).

**Aftenposten** Freitag 13. mars 2020

**En person død. Nye tiltak mot koronaviruset:**

- **Skoler og barnehager stengt**
- **Kulturarrangementer forbudt**
- **Utenlandstur gir karantene**
- **Treningssentre stengt**
- **All idrett er avlyst**
- **Gudstjenester avlyst**
- **Utesteder stengt**

Nyheter: side 6-18 | Meninger: side 2-3 | 23-25  
Kultur: side 28-29 | Sport: side 36-40

Ingen medisin mot de økonomiske konsekvensene

**OPPHØRSSALG** HOS SPORT NORGE OLSO

**SPORT NORGE** **30-70%**  
AVSLAG PÅ ALLE VARER I BUTIKKEN!

Aftenposten forside 13.mars

# Synes du foreldrene dine var mer stresset under korona-nedstengingen?

**Resultatene fra FamilieForSK-studien viste at mange foreldre var mer stresset under korona-nedstengningen, og kanskje merket du dette. Men samtidig viste resultatene at nedstengningen ikke førte til flere krangler eller dårligere psykisk helse mellom og blant foreldrene.**

Vi har sammenliknet svarene som foreldrene har gitt før korona, med svarene de ga gjennom de første månedene av koronapandemien. Og da ser vi tydelig at foreldrene var mer stresset under nedstengningen. Og det er kanskje ikke så rart. Men nedstengningen førte ikke til at foreldrene kranglet mer eller at de fikk dårligere psykisk helse.

Mange av foreldrene som er med i FamilieForSK-studien har litt mer psykiske vansker enn gjennomsnittet for alle de voksne som bor i Norge, blant annet fordi mange har gått gjennom et samlivsbrudd. Og når mange hjelpetjenester ble stengt ned i mars 2020, så kan hverdagen ha blitt enda litt mer vanskelig,

både for barna og foreldre. Det så vi altså tydelig på at foreldrene fortalte at de var mer stresset.

Likevel tydet svarene fra foreldrene på at dere, barna og ungdommen, ble mindre involvert i foreldrenes konflikter eller krangling under den første delen av koronapandemien. Dette så vi spesielt blant foreldre som bodde fra hverandre. Og igjen, det kan godt være at du har andre opplevelser, men dette var slik flesteparten av foreldrene opplevde det.

Det var et positivt og litt overaskende funn at de fleste foreldrene ikke kranglet mer i denne perioden, men noen av dere kan selvsagt ha opplevd at dette ikke stemmer for dere. Vi trenger å finne ut mer om hvordan det har gått med de som hadde det særlig vanskelig i denne første perioden. Dette er noe FamilieForSK-studien vil undersøke nærmere fremover. Slik kan vi også finne ut hvordan hjelpetjenester kan støtte de som trenger det mest.

Vil du lese hele den vitenskapelige artikkelen [klikk her](#).



Illustrasjon fra Colourbox

## Hva skal vi jobbe med fremover?

Alle barn har rett til å bli hørt, dette er en viktig rettighet som er skrevet i Barnekonvensjonen, som vi skrev om i forrige nyhetsbrev. FamilieForSK skal fremover bruke blant annet svarene dere har gitt i intervju og spørreundersøkelser, til å finne ut hvordan barn kan bli mer inkludert og lyttet til, spesielt i forbindelse med foreldres samlivsbrudd.



Det er særlig Olav som skal jobbe med dette. Dersom du har spørsmål eller kommentarer til Olav, kan du sende det til [olav.tveit@fhi.no](mailto:olav.tveit@fhi.no)

Når foreldre går fra hverandre og bor på forskjellige steder er det av og til vanskelig for foreldre å bli enig om hvor barna skal bo. I dag velger mange foreldre at barna bor like mye hos begge. Tidligere bodde flere barn



kun hos mor når foreldrene bodde fra hverandre. Vi skal se nærmere på hva som er viktig for at barna skal trives, uansett hvor de bor, og hvilken bo-ordning de har. Vi skal også undersøke hvordan bo-ordningen påvirker barns trivsel, både på kort og lengre sikt. Har du spørsmål eller kommentarer til dette prosjektet kan du kontakte [maria.morbech@fhi.no](mailto:maria.morbech@fhi.no).

FamilieForSK ble i juni 2021 tildelt 12 millioner kroner fra Norges Forskningsråd for å jobbe videre på et prosjekt der vi vil bruke erfaringene fra pandemien til å finne ut hvordan hjelpe- og velferdstjenestene kan bli bedre på å hjelpe de barna og familiene som trenger det mest. I forbindelse med dette, om et års tid, kommer vi til å sende ut en ny runde med spørreskjema til barn og foreldre. Som ved de siste spørreskjemaene, vil noen spørsmål være de samme som du har svart på sist, og noen vil være nye. Hvis du er under 16 år må foreldrene dine samtykke til at du kan delta. Dersom du har spørsmål eller kommentarer til dem kan du sende dem til [marensand.helland@fhi.no](mailto:marensand.helland@fhi.no).

I tillegg har FamilieForSK fått ekstra midler fra Bufdir til å forske videre på blant annet likestilling og kjønnsforskjeller i familier. For eksempel vil de prøve å finne ut mer om hvordan pandemien har påvirket hvordan mødre og fedre synes det går å fordele tiden sin mellom jobben og familien og om foreldre



fordeler oppgavene hjemme ulikt etter pandemien. Det er særlig Silje som skal jobbe med dette nye delprosjektet.

Kontakt henne gjerne på [SiljeKvam.Bardstu@fhi.no](mailto:SiljeKvam.Bardstu@fhi.no), dersom du har kommentarer eller spørsmål til dette prosjektet.

Les mer om FamilieForSK-studien på [www.fhi.no/studier/familieforsk](http://www.fhi.no/studier/familieforsk)

Kontakt oss på e-post: [familieforsk@fhi.no](mailto:familieforsk@fhi.no)