

Påverkad av pandemin?

Ungas upplevelser av covid-19-pandemin och kopplingen till psykosomatiska besvär samt erfarenheter av alkohol, narkotika, tobak och spel

Martina Zetterqvist & Isabella Gripe

CAN:S FOKUSSERIE

Syftet med serien är att publicera kortare och mer fokuserade analyser relaterade till olika aspekter av droganvändning. Fördjupningarna är i regel baserade på material som samlats in av CAN.

FOKUSRAPPORT 13

Utgivningsår: oktober 2021, Stockholm

Utgivare: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN

Formgivning: Jimmie Hjærtström, CAN

ISBN:978-91-7278-331-7

URN:NBN:se:can-2021-10

Påverkad av pandemin?

Ungas upplevelser av covid-19-pandemin och kopplingen till psykosomatiska besvär samt erfarenheter av alkohol, narkotika, tobak och spel

Martina Zetterqvist & Isabella Gripe

Inledning

När den här rapporten publiceras har covid-19-pandemin pågått i över ett och ett halvt år och exakt en månad har gått sedan de flesta restriktioner togs bort i Sverige. Under de här 19 månaderna har människor runtom i hela världen drastiskt behövt ändra sina sätt att leva på. Vi har bland annat uppmanats att hålla avstånd till varandra, minimera våra sociala kontakter och arbeta hemifrån. En rad olika fritidsaktiviteter och offentliga tillställningar har ställts in. I jämförelse med många andra europeiska länder har Sverige dock valt en mer öppen strategi.

Sverige är exempelvis ett av få länder som inte har stängt ner grundskolan på nationell nivå. För gymnasieeleverna har det däremot sett anorlunda ut. Under stora delar av pandemin har rekommendationen varit att bedriva distansundervisning. Vissa gymnasieskolor och regioner har dessutom fortsatt med det även efter att de nationella riktlinjerna tagits bort.

Vilka konsekvenser pandemin kan ha fått, eller kommer att få, för ungdomars liv och välmående vet vi inte säkert än. Av förklarliga skäl saknas fortfarande forskning kring pandemins långsiktiga effekter, men en del studier kring de mer kortsiktiga effekterna har publicerats. En isländsk studie bland 13–18-åringar kunde till exempel visa att ungdomarna i större utsträckning upplevde depressiva symptom och sämre mental hälsa under pandemin jämfört med vad motsvarande åldersgrupp rapporterade före pandemin (Thorisdottir m.fl., 2021). Liknande resultat framkom i en systematisk litteraturoversikt om pandemins påverkan på ungdomars hälsa som gjordes hösten 2020. I litteraturoversikten ingick sex studier från Kina, två från Italien och en från Polen, Turkiet respektive USA. Slutsatsen var att

covid-19 har haft påverkan på ungdomars mentala hälsa och att sambandet är särskilt starkt med depression och ångest (Nearchou m.fl., 2020). Författarna skriver dock att forskningsmetoden bakom artiklarna har varit av varierad kvalitet och att det krävs fler studier med högre kvalitet. I och med att pandemisituationen och restriktionerna har sett så olika ut i olika länder är det också svårt att dra slutsatser om situationen i Sverige utifrån resultat från ett annat land. Dessutom kan det ha betydelse när undersökningen gjorts, eftersom människors upplevelser sannolikt har varierat under pandemins olika faser.

Folkhälsomyndigheten (2021) publicerade nyligen uppgifter om den svenska befolkningen 16–84 år, som visade att den psykiska hälsan inte har förändrats i någon större utsträckning under pandemins första år. Studien visade att stress och sömnbesvär ökade något under år 2020 medan andelen som upplevt nedstämdhet eller svårare psykiska besvär inte hade förändrats. Samtidigt finns det tecken på att vissa grupper har drabbats hårdare än andra. Folkhälsomyndigheten menar att pandemins konsekvenser kan komma att förstärka de redan befintliga ojämlikheterna i hälsa i Sverige.

I CAN:s nationella skolundersökning ställdes år 2021 specialfrågor om pandemin. Det ger oss en unik möjlighet att studera svenska ungdomars upplevelser av pandemin. Resultaten som beskrivs i denna rapport kommer i första hand från 2021 års datainsamling som pågick under mars-april. Det betyder att när eleverna svarade på frågorna hade pandemin pågått i nästan exakt ett år. I 2021 års undersökning ställdes också frågor om psykosomatiska besvär. Dessa frågor ställdes även 2018, vilket gör det möjligt att jämföra nivåerna ett år utan pandemi med nivåerna under pandemin.

Syftet med den här rapporten är att titta närmare på hur svenska gymnasieelever har upplevt covid-19-pandemin och hur olika områden i livet eventuellt har påverkats. Syftet är också att undersöka om det har skett någon förändring i upplevda psykosomatiska besvär. Vi kommer också att titta på om det finns ett samband mellan att ha påverkats av pandemin och psykosomatiska besvär, samt om det finns ett samband mellan påverkan av pandemin och erfarenheter av alkohol, narkotika, tobak och spel om pengar (ANTS).

Rapporten har producerats med finansiering från CAN:s basanslag. Det är den 13:e rapporten i CAN:s fokuserie. I fokuserien publiceras kortare rapporter om ett aktuellt fenomen eller ett visst område. Dessa fördjupningar grundas i regel på material som samlats in av CAN. Den här rapporten är baserad på CAN:s nationella skolundersökning. Ett särskilt tack riktas till Siri Thor som har varit med och utformat rapporten. Vi vill även passa på att rikta ett stort tack till alla elever som har medverkat i undersökningarna och skolpersonal som bidragit till att göra det möjligt.



Resultat

Nedan ges en kort introduktion till resultaten. År 2018 ingick 4642 gymnasieelever i underlaget, och år 2021 var det 4020. En utförligare beskrivning av vilka variabler som används och vilka analysers som gjorts, finns i avsnittet *Material och beräkningar*.

Eleverna fick svara på om de upplevt något av följande sedan pandemin bröt ut i mars 2020:

- a) Skolundervisning på distans
- b) Inställda fritidsaktiviteter
- c) Minskat umgänge med kompisar
- d) Att en eller flera av dina föräldrar/vårdnadshavare arbetat hemifrån
- e) Att en eller flera av dina föräldrar/vårdnadshavare har förlorat inkomst
- f) Att mer konflikter/bråk uppstått hemma
- g) Att mer tid spenderats hemma
- h) Förlorat egen inkomst på grund av tex uteblivet extrajobb, sommarjobb eller arbetspass
- i) Ökad oro

De fick välja på sex svarsalternativ som sträckte sig från ”Inte alls” till ”I stor utsträckning”. Utifrån dessa nio frågor har sedan två index skapats. Det första indexet mäter i hur stor utsträckning elevernas fritid och umgänge har begränsats och består av fråga a, b, c, d och g. Indexet går från 0–25. Höga värden på indexet betyder att man i stor utsträckning begränsats i sin fritid och sitt umgänge. Det andra indexet mäter mer uppenbart negativa erfarenheter av pandemin och består av fråga e, f, h och i. Indexet går från 0–20. Höga värden på indexet indikerar att man i stor utsträckning upplevt negativa konsekvenser av pandemin.

Eleverna har också fått svara på om de under de senaste sex månaderna upplevt något av sex följande psykosomatiska besvär:

Om eleven haft

- a) huvudvärk
- b) ont i magen
- c) svårt att somna

Om eleven känt sig

- d) stressad
- e) nedstämd, deppig eller nere
- f) eller sovit dåligt på natten

Eleverna kunde välja på fem svarsalternativ som sträckte sig från ”I stort sett varje dag” till ”Mer sällan [än några gånger i månaden] eller aldrig”. Även för dessa påståenden har ett index skapats. Indexet går från 0–24. Höga värden betyder att man nästan dagligen upplevt psykosomatiska besvär. Samma frågor fanns med i 2018 års formulär.

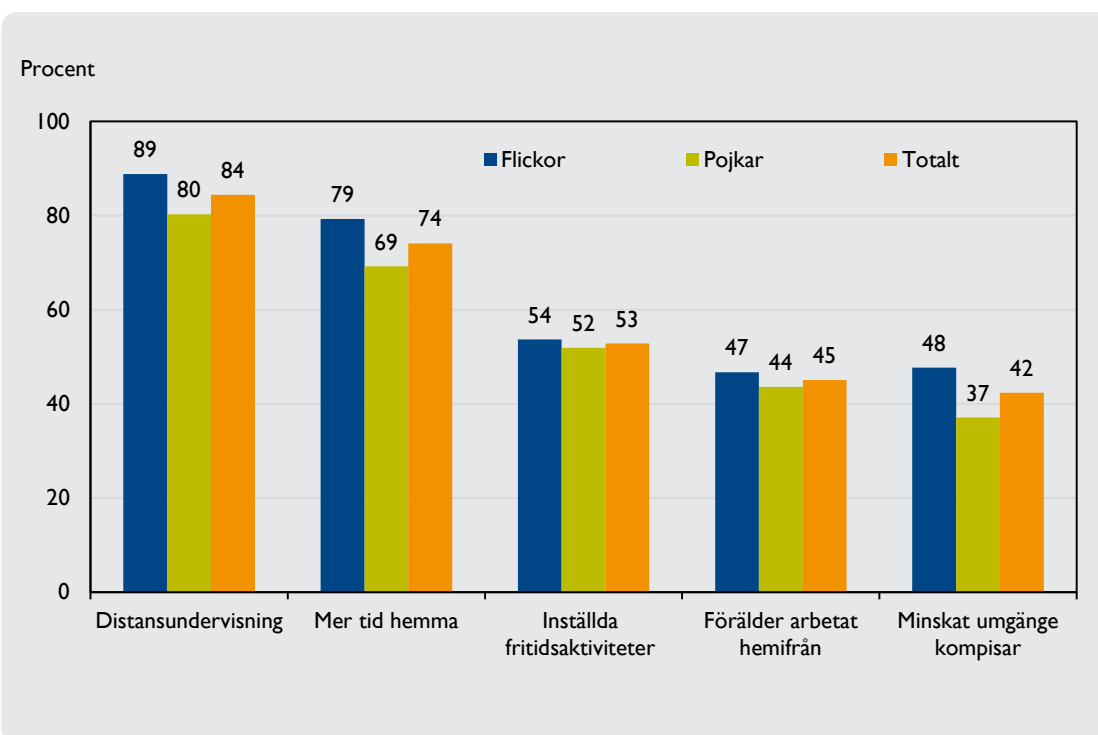
Inledningsvis redovisas svaren på de specialfrågor som ställdes år 2021 om hur eleverna har upplevt pandemin. Därefter presenteras en jämförelse av hur vanligt det är att ha upplevt psykosomatiska besvär under pandemin jämfört med före pandemin. Rapporten beskriver därefter hur påverkan av pandemin förhåller sig till upplevda psykosomatiska besvär. Avslutningsvis beskrivs sambandet mellan påverkan av pandemin och erfarenheter av alkohol, narkotika, tobak och spel om pengar.

Upplevelser av covid-19-pandemin

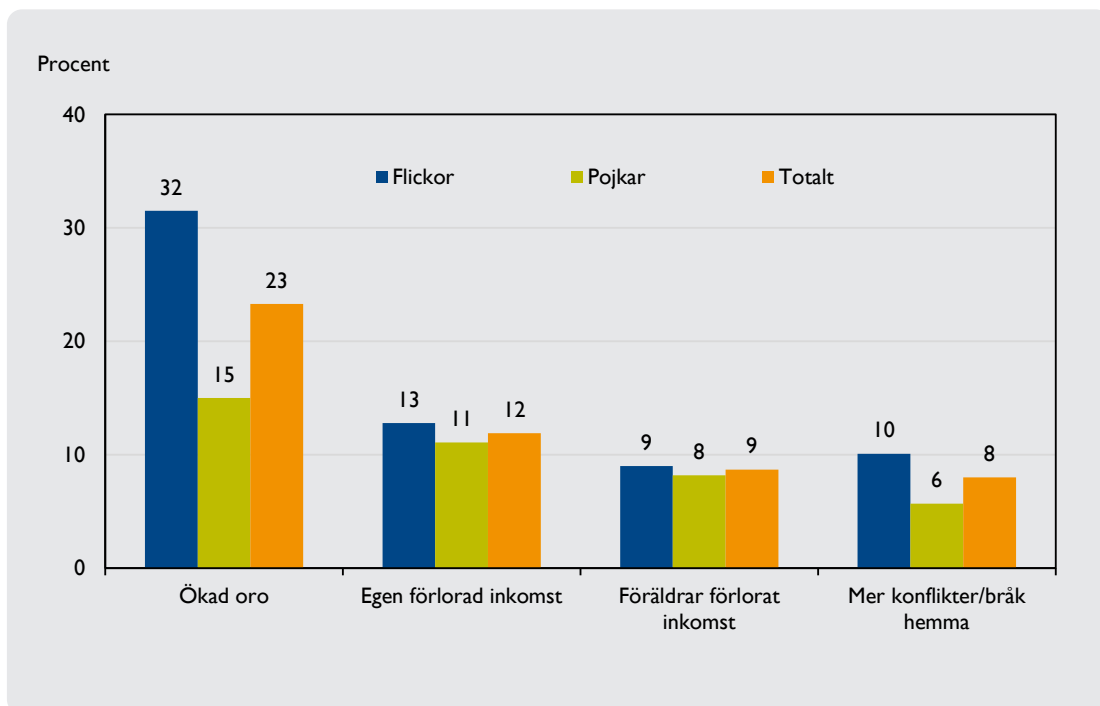
I följande avsnitt redovisas resultaten från frågorna som handlar om hur ungdomarna upplevt pandemin. Genomgående redovisas andelen som svarat att de påverkats av pandemin i stor utsträckning.

Svaren på de frågor som berör hur ungdomarnas fritid och umgänge har begränsats under pandemin redovisas i figur 1. Av figuren framgår, som väntat, att distansundervisning var det som flest ungdomar hade upplevt. Av gymnasielev-erna var det 84 procent som uppgav att de i stor utsträckning hade haft distansundervisning sedan pandemin bröt ut. Den minst rapporterade konsekvensen var att ha minskat sitt umgänge med kompisar. Det var dock fortfarande en betydande andel som uppgav att de gjort det i stor utsträckning (42 procent). Mönstret var detsamma bland pojkar och flickor. På samtliga delfrågor i indexet uppgav flickorna dock större påverkan av pandemin än pojkarna. Det framgår av medelvärdet på indexet (se beskrivning ovan); 16,9 poäng bland pojkarna och 18 poäng bland flickorna.

I figur 2 redovisas svaren på frågorna som berör mer uppenbart negativa erfarenheter av pandemin. Av dessa frågor var det klart vanligast att ha upplevt en ökad oro under pandemin, vilket 23 procent uppgav att de gjort i stor utsträckning. Minst vanligt var det att eleverna i stor utsträckning hade upplevt mer konflikter eller bråk hemma eller att föräldrarna hade förlorat inkomst under pandemin, men detta uppgavs ändå av 8 respektive 9 procent. Mönstret var detsamma bland pojkarna och flickorna, men även för dessa frågor uppgav flickorna större påverkan av pandemin. Särskilt stor skillnad var det för ökad oro som flickorna uppgav i dubbelt så stor utsträckning. Totalt sett låg index-medelvärdet på 4,3 bland pojkarna och 5,7 bland flickorna.



Figur 1. Andelen som i stor utsträckning har upplevt följande sedan covid-19-pandemin bröt ut. Gymnasiets år 2. 2021.



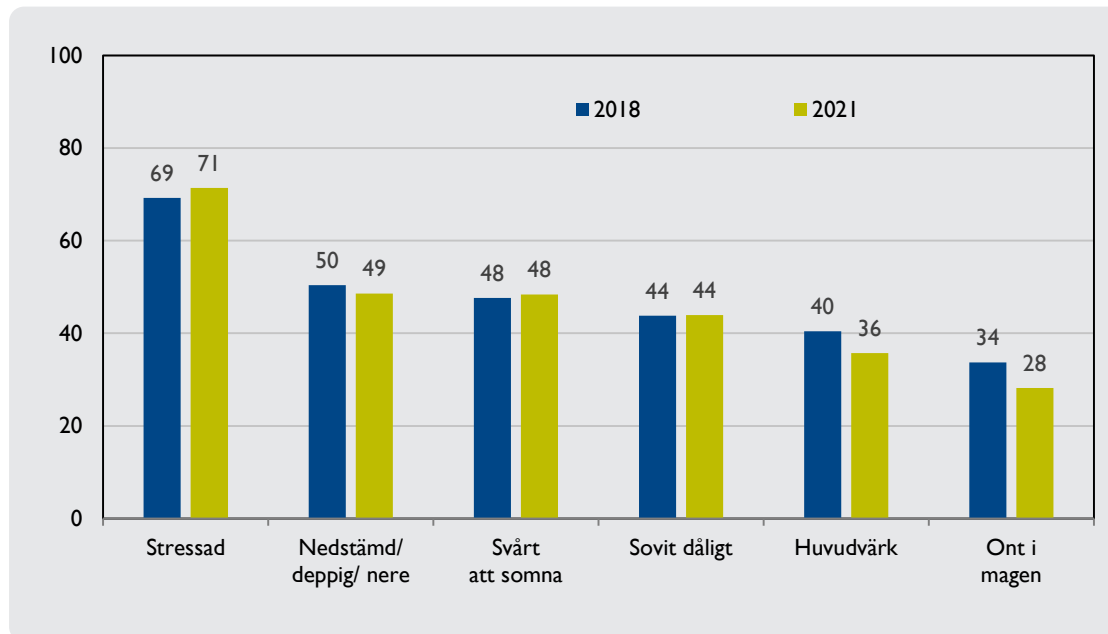
Figur 2. Andelen som i stor utsträckning har upplevt följande sedan covid-19-pandemin bröt ut. Gymnasiets år 2. 2021.

Psykosomatiska besvär

I föregående avsnitt framkom det att gymnasieeleverna i stor utsträckning har påverkats av pandemin på olika sätt. I följande avsnitt tittar vi närmare på förekomsten av psykosomatiska besvär och jämför 2018 och 2021. Genomgående redovisas andelen som upplevt olika besvär minst en gång i veckan.

Av figur 3 framgår att det fanns vissa skillnader i upplevda psykosomatiska besvär mellan 2018 och 2021, men att de var små och inte uppvisar något tydligt mönster. Att ha haft ont i magen eller huvudvärk minst en gång i veckan under de senaste sex månaderna var något vanligare bland eleverna år 2018 än år 2021. Samtidigt var det något vanligare att eleverna uppgav att de känt sig stressade år 2021 än 2018, men skillnaderna var små. Övriga psykosomatiska besvär skiljde sig inte i någon nämnvärd grad mellan åren. Medelvärdet på indexet över samtliga frågor var år 2018 15,9 poäng och år 2021 var det 15,5. Det rapporterades alltså totalt sett något färre psykosomatiska besvär år 2021 än 2018, men skillnaden var liten.

Samtliga psykosomatiska besvär rapporteras i större utsträckning av flickorna än av pojkarna, vilket tidigare rapporter också har visat (Thor & Guttormsson, 2018).



Figur 3. Andelen som upplevt olika psykosomatiska besvär minst en gång i veckan under de senaste sex månaderna. Gymnasiets år 2. 2018 och 2021.

Påverkan av pandemin och psykosomatiska besvär

I föregående avsnitt framkom att gymnasieleverna inte rapporterade mer psykosomatiska besvär under pandemin jämfört med före pandemin. Det kan dock vara så att det finns skillnader mellan olika undergrupper, exempelvis dem som upplevt stor påverkan av pandemin. För att undersöka om det fanns något samband mellan hur mycket eleverna har påverkats av pandemin och omfattningen av psykosomatiska besvär har en analysmetod som heter linjär regression använts. I analyserna har vi använt indexet som summerar omfattningen av de psykosomatiska besvären som beroende variabel. Indexet för att ha fått sin fritid och sitt umgänge begränsat och indexet för mer uppenbart negativa erfarenheter från pandemin analyserades var för sig. För att undersöka om sambandet mellan hur eleverna upplevt pandemin och uppvisade psykosomatiska besvär skiljer sig mellan pojkar och flickor har en så kallad interaktionsterm inkluderats i modellerna. Hur analyserna har gjorts beskrivs närmare i avsnittet *Material och beräkningar*.

Analysen av sambandet mellan att ha fått sin fritid och sitt umgänge begränsat och psykosomatiska besvär visade att ju mer elevens fritid och umgänge hade begränsats, desto mer psykosomatiska besvär rapporterades. För varje poängs ökning på indexet för att ha fått sin fritid och sitt umgänge begränsat ökade de psykosomatiska besvären med i genomsnitt 0,05 indexpoäng. Även om samban-

	Index över psykosomatiska besvär	
	Modell 1 B-koefficient	Modell 2 B-koefficient
Pandemiindex fritid/ umgänge	0,05*	0,05
Kön (Pojke=ref)	3,74*	3,36*
Interaktion Kön x Pandemiindex fritid/ umgänge		0,02

*p<0,05

Tabell A. Samband mellan hur mycket elevernas fritid/ umgänge har begränsats under pandemin och psykosomatiska besvär. Linjär regression. Gymnasiets år 2. 2021.

det var statistiskt signifikant var det alltså svagt. Analysen visade också att flickor i större utsträckning än pojkar upplevde psykosomatiska besvär. I genomsnitt hade flickor 3,7 indexpoäng mer än pojkar på indexet för psykosomatiska besvär, konstanthållet för pandemiindexet (Tabell A, Modell 1). I den andra modellen har interaktionstermen lagts till men den var inte statistiskt signifikant. Det betyder att det inte fanns någon skillnad mellan pojkar och flickor i hur begränsningar i fritid och umgänge under pandemin hade påverkat förekomsten av psykosomatiska besvär (Tabell A, Modell 2).

I tabell B visas sambandet mellan indexet för att ha haft uppenbart negativa erfarenheter av pandemin och indexet för psykosomatiska besvär. Sambandet var statistiskt signifikant. För varje poängs ökning på indexet för negativa erfarenheter av pandemin ökade de psykosomatiska besvaren med i genomsnitt 0,3 indexpoäng. Det betyder att ju mer negativa erfarenheter av pandemin en elev hade, desto mer psykosomatiska besvär rapporterades. Som nämnts tidigare visade analysen att flickor i större utsträckning än pojkar upplevde psykosomatiska besvär, vilket syns även i denna analys (Tabell B, Modell 1). Inte heller interaktionstermen mellan kön och negativa erfarenheter av pandemin var signifikant. Det betyder alltså att det inte fanns någon skillnad mellan pojkar och flickor i hur negativa erfarenheter av pandemin påverkat förekomsten av psykosomatiska besvär (Tabell B, Modell 2).

	Index över psykosomatiska besvär	
	Modell 1 B-koefficient	Modell 2 B-koefficient
Pandemiindex negativ	0,34*	0,32*
Kön (Pojke=ref)	3,32*	3,11*
Interaktion Kön x Pandemiindex negativ		0,04

*p<0,05

Tabell B. Samband mellan negativa upplevelser under pandemin och psykosomatiska besvär. Linjär regression. Gymnasiets år 2. 2021.

Påverkan av pandemin och erfarenheter av ANTS

I följande avsnitt har vi tittat på om det fanns ett samband mellan att ha påverkats mycket av pandemin och erfarenheter av alkohol, narkotika, tobak och spel om pengar. I avsnittet ovan framkom det att det fanns ett samband mellan påverkan av pandemin och upplevda psykosomatiska besvär. Vi vet sedan tidigare att det finns ett samband mellan psykosomatiska besvär och ANT-användning (Thor & Guttormsson, 2018). Därför har vi valt att kontrollera för psykosomatiska besvär när vi undersökt sambandet mellan påverkan av pandemin och ANTS-erfarenheter.

Analysmetoden som användes var linjär regressionsanalys (för genomsnittlig årskonsumtion) och logistisk regressionsanalys (för övriga substanser och spel). De beroende variablerna i respektive analys är erfarenhet av ANTS. Indexet som mäter hur elevernas fritid och umgänge har begränsats och indexet som mäter mer uppenbart negativa erfarenheter av pandemin analyserades var för sig. Hur analyserna har gjorts beskrivs närmare i avsnittet *Material och beräkningar*.

I tabell C redovisas sambandet mellan indexet som handlar om hur mycket elevernas fritid och umgänge begränsats och ANTS-erfarenheter.

Analyserna visade att en poängs ökning på pandemiindexet innebar en minskad årlig alkoholkonsumtion med i genomsnitt 0,07 liter ren alkohol (Tabell C, Modell A1). Det vill säga ju mer en elevs fritid och umgänge hade begränsats, desto lägre årskonsumtion av alkohol uppgavs. Samma mönster syns för rökningen; en poängs ökning på indexet innebar en minskad sannolikhet att röka med i genomsnitt 2 procent (Tabell C, Modell C1). Det vill säga, ju mer en elevs fritid och umgänge hade begränsats, desto lägre var sannolikheten att ha rökt det senaste året. Sambanden kvarstod när indexet för psykosomatiska besvär och kön inkluderades i analyserna (Tabell C, Modell A2 och C2).

Vad gäller spel om pengar fanns det, när sambandet analyserades enskilt, inget signifikant samband med hur mycket eleverna begränsats i sin fritid och sitt umgänge under pandemin (Tabell C, Modell E1). När kön och indexet över psykosomatiska besvär inkluderades i analysen blev sambandet dock statistiskt signifikant (Tabell C, Modell E2). Detta kan bero på att det finns könsskillnader som går åt motsatt håll i upplevd påverkan av pandemin respektive att ha spelat om pengar. Flickorna hade upplevt större begränsningar i sin fritid och sitt umgänge under pandemin, medan pojkarna spelat om pengar i större utsträckning. När vi inte konstanthåller för kön i analysen tar

	Genomsnittlig årskonsumtion alkohol		Narkotika senaste 12 månaderna		Rökt senaste 12 månaderna		Snusat senaste 12 månaderna		Spelat om pengar senaste 12 månaderna	
	Modell A1	Modell A2	Modell B1	Modell B2	Modell C1	Modell C2	Modell D1	Modell D2	Modell E1	Modell E2
	B-koefficient	B-koefficient	OR	OR	OR	OR	OR	OR	OR	OR
Pandemiindex fritid/ umgänge	-0,07*	-0,08*	1,01	1,01	0,98*	0,98*	1,00	1,00	1,01	1,02*
Index psykosomatiska besvär		0,12*		1,09*		1,07*		1,05*		1,01
Kön (Pojke=ref)		-0,79*		0,55*		0,93		0,59*		0,2*

*p<0,05

Tabell C. Samband mellan hur mycket elevernas fritid/umgänge har begränsats under pandemin och ANTS-erfarenheter under det senaste året. Linjär respektive logistisk regression. Gymnasiets år 2. 2021. Gymnasiets år 2. 2018 och 2021.

dessa skillnader troligtvis ut varandra. Avslutningsvis framgår det av analysen att det inte fanns något statistiskt signifikant samband mellan att ha begränsats i sin fritid och sitt umgänge under pandemin och att ha använt narkotika eller snusat under de senaste 12 månaderna (Tabell C, Modell B1 och D1).

I tabell D redovisas sambandet mellan indexet som handlar om mer uppenbart negativa erfarenheter av pandemin och ANTS-erfarenheter. Analysen visade att ju mer en elev påverkats negativt av pandemin desto större sannolikhet var det att ha använt narkotika under de senaste 12 månaderna (Tabell D, Modell B1). Ett poängs ökning på indexet för negativa erfarenheter av pandemin gav en ökad sannolikhet att ha använt narkotika med i genomsnitt 6 procent. Sambandet kvarstår, men blev svagare när indexet över psykosomatiska besvär och kön inkluderades i analysen (Tabell D, Modell B2). Dessa två variabler förklarar alltså delar av, men inte hela, sambandet mellan negativa erfarenheter av pandemin och erfarenhet av narkotika.

Även för rökningen fanns det ett samband med att ha påverkats negativt av pandemin när detta analyserades enskilt (Tabell D, Modell C1). Däremot försvann sambandet när indexet över psykosomatiska besvär och kön inkluderades i analysen (Tabell D, Modell C2). Det tycks alltså bland annat vara de psykosomatiska besvären som förklarar variationen i rökning och inte pandemipåverkan i sig. Vad gäller årskonsumtionen av alkohol, eller sannolikheten att snusa eller spela om pengar, syntes inget samband med att ha påverkats negativt av pandemin.

I analyserna framkom det vidare det fanns ett samband mellan psykosomatiska besvär och samtliga substanser, men inte med spel om pengar. Ju mer psykosomatiska besvär en elev hade, desto större sannolikhet var det att ha använt av alkohol, narkotika och tobak. Liknande samband syntes även i CAN:s första fokusrapport (Thor & Guttormsson, 2018). Analyserna visade också att samtliga substanser och spel om pengar, bortsett från rökning, var signifikant vanligare bland pojkar än bland flickor.

	Genomsnittlig årskonsumtion alkohol		Narkotika senaste 12 månaderna		Rökt senaste 12 månaderna		Snusat senaste 12 månaderna		Spelat om pengar senaste 12 månaderna	
	Modell A1	Modell A2	Modell B1	Modell B2	Modell C1	Modell C2	Modell D1	Modell D2	Modell E1	Modell E2
	B-koefficient	B-koefficient	OR	OR	OR	OR	OR	OR	OR	OR
Pandemiindex negativ	0,05	0,02	1,06*	1,04*	1,03*	1,01	1,01	1,00	0,99	1,02
Index psykosomatiska besvär		0,11*		1,08*		1,07*		1,05*		1,00
Kön (Pojke=ref)		-0,87*		0,55*		0,91		0,59*		0,21*

*p<0,05

Tabell D. Samband mellan negativa upplevelser under pandemin och ANTS-erfarenheter under det senaste året. Linjär respektive logistisk regression. Gymnasiets år 2. 2021.

Sammanfattande diskussion

Syftet med den här rapporten var att titta närmare på hur gymnasieelever har upplevt covid-19-pandemin. Rapporten visar att de allra flesta ungdomar har påverkats av covid-19-pandemin på ett eller annat sätt. Den visar också att flickorna uppgav att de påverkats mer än pojkarna. Nästan alla gymnasieelever har till exempel varit med om att skolundervisningen har bedrivits på distans och majoriteten har spenderat mer tid hemma under pandemin. Sedan fanns det också en grupp ungdomar som har påverkats mer än andra och som i stor utsträckning påverkats uppenbart negativt av pandemin. Exempelvis uppgav 23 procent att de i stor utsträckning hade upplevt ökad oro under pandemin. 8 procent hade upplevt mer konflikter eller bråk hemma.

Syftet var också att tittat på om förekomsten av psykosomatiska besvär bland gymnasieleverna var mer förekommande under pandemin jämfört med före pandemin. Vi såg visserligen att det fanns elever som påverkats mycket negativt av pandemin men när vi jämförde 2018 med 2021 kunde vi inte se någon ökning i upplevda psykosomatiska besvär i gruppen gymnasielever i stort. Resultaten går i linje med vad Folkhälsomyndigheten kunde visa i sin rapport som beskriver pandemins konsekvenser för den vuxna befolkningens hälsa i Sverige. Den samlade bilden var att på befolkningsnivå hade det endast skett små förändringar i den psykiska hälsan under pandemins första år, samtidigt som det finns tecken på att vissa grupper har drabbats hårdare än andra (Folkhälsomyndigheten, 2021b). Vi vet dock inte än, varken utifrån CAN:s skolundersökning eller andra studier, vilka de eventuella långsiktiga konsekvenser pandemin kan komma att få för befolkningens hälsa.

I rapporten har vi också undersökt om det fanns ett samband mellan att ha påverkats av pandemin och psykosomatiska besvär på individnivå. Analyserna visade att de som hade påverkats mycket av pandemin också hade upplevt mer psykosomatiska besvär. Tydligast var sambandet med att ha uppenbart negativa erfarenheter av pandemin, exempelvis att ha upplevt mer konflikter eller bråk hemma eller att föräldrarna förlorat inkomst. De här resultaten förstärker bilden av att vissa har påverkats mycket negativt av pandemin och att de dessutom har upplevt mer psykosomatiska besvär. Sambandet mellan att ha fått sin fritid och sitt umgänge begränsat och psykosomatiska besvär var å andra sidan svagt. En förklaring kan vara att det för vissa har varit positivt med minskat umgänge och färre aktiviteter, vilket till exempel kan ha minskat stressen i vardagen, medan det för andra har varit det motsatta.

Rapporten visade vidare att det fanns ett samband mellan påverkan av pandemin och erfarenheter av alkohol, narkotika och rökning. För alkohol och rökning var det så att ju mer elevernas fritid och umgänge hade begränsats under pandemin, desto lägre var deras alkoholkonsumtion och sannolikheten för att de hade rökt. I gymnasieåldern är både alkoholkonsumtion och rökning ofta förknippat med socialt umgänge. En förklaring kan därför vara att när ungdomarna varit hemma mer och umgänget begränsats, har det helt enkelt funnits färre tillfällen att dricka alkohol och röka.



När det gäller narkotikaerfarenhet såg vi att de som hade uppenbart negativa erfarenheter av pandemin i större utsträckning hade använt narkotika. Vilka mekanismer som ligger bakom sambandet har vi inte undersökt i den här rapporten. Man kan tänka sig att även andra faktorer ligger bakom detta, som till exempel familjesituationen eller andra sociala problem som fanns redan före pandemin.

I rapporten framkom det alltså att hur gymnasieeleverna upplevt pandemin hänger samman med erfarenheter av alkohol, narkotika och rökning. Det är dock för tidigt att säga något om hurvida det också har påverkat nivåerna av användningen i stort i den här gruppen. Hur utvecklingen av bland annat alkohol-, narkotika- och tobakserfarenheterna har sett ut redovisas i den årliga rapporten från CAN:s nationella skolundersökning som publiceras i december 2021.

Sammanfattningsvis kan sägas att även om gymnasieeleverna påverkats mycket av pandemin, tycks de som grupp inte må sämre i termer av ökade psykosomatiska besvär. Däremot ser vi att det finns vissa som påverkats mycket negativt av pandemin. Vi har även kunnat se att det finns ett samband mellan negativa erfarenheter av pandemin och psykosomatiska besvär, och risken att använda narkotika.

Det här är en första översiktlig genomgång av hur situationen sett ut bland svenska gymnasieungdomar utifrån CAN:s nationella skolundersökning. Det är dock viktigt att det tas fram mer kunskap om hur det till exempel sett ut i olika undergrupper och att den här typen av kunskap sedan används för att fånga upp de ungdomar som påverkats negativt av pandemin, för att förhoppningsvis kunna förhindra att de får fortsatta problem.

Material och beräkningar

Material

Underlaget i denna fokusrapport kommer från 2018 och 2021 års nationella skolundersökning som genomförs av Centralförbundet för alkohol och narkotikaupplysning (CAN). Nedan följer en kortare beskrivning av undersökningen. För en mer detaljerad beskrivning hänvisas till *Så görs CAN:s skolundersökning* (Gripe, 2013) och *Visst är man anonym* (Gripe & Thor, 2019), samt till de årliga rapporterna från CAN:s nationella skolundersökning, se till exempel *Skolelevers drogvanor 2019* (Englund, 2019).

Statistiska centralbyrån drar varje år, på uppdrag av CAN, ett urval av 350 skolor i årskurs nio och gymnasiet år 2, stratifierat utifrån Sveriges regioner. Därefter slumpas en klass i respektive skola. I denna rapport redovisas endast svar från gymnasieeleverna. Från och med 2021 besvaras enkäten digitalt och i klassrummet. Undersökningen genomförs på vårterminen varje år mellan elevernas sport- och påsklov. De formulär som bedöms vara otillräckligt eller uppenbart oseriöst ifyllda exkluderas innan svaren analyseras. Det sker med hjälp fyra förprogrammerade datafilter. Vanligtvis exkluderas 1–2 procent av formulären.

Vad gäller bortfallet deltog 85 procent av klasserna i gymnasiet år 2 2018, och 74 procent 2021. Till följd av covid-19-pandemin blev klassbortfallet 2021 något högre än normalt. I de deltagande klasserna var det 19 procent som var frånvarande både år 2018 och 2021. Den vanligaste frånvarorsaken var sjukdom.

I underlaget till denna rapport har endast elever inkluderats som svarat på samtliga pandemifrågor och samtliga frågor om psykosomatiska besvär. Antalet elever som ligger till grund för beräkningarna skiljer sig därför från antalet i den ordinarie rapporteringen från CAN:s nationella skolundersökning. År 2018 ingår 4642 gymnasieelever, och år 2021 var det 4020.

Frågor och beräkningar

Pandemifrågor

Eleverna fick på en sexgradig skala från ”inte alls” till ”i stor utsträckning” uppge om de upplevt något av följande sedan covid-19-pandemin bröt ut mars 2020:

- a) Skolundervisning på distans
- b) Inställda fritidsaktiviteter
- c) Minskat umgänge med kompisar
- d) Att en eller flera av dina föräldrar/vårdnadshavare arbetat hemifrån
- e) Att en eller flera av dina föräldrar/vårdnadshavare har förlorat inkomst
- f) Att mer konflikter/bråk uppstått hemma
- g) Att mer tid spenderats hemma
- h) Förlorat egen inkomst på grund av tex uteblivet extrajobb, sommarjobb eller arbetspass
- i) Ökad oro

Innan indexen skapades genomfördes en faktoranalys, som visade att frågorna bäst lämpade sig för två olika index. Det första indexet mäter i hur stor utsträckning elevernas fritid och umgänge har begränsats och består av fråga a, b, c, d och g. Indexet går från 0–25. Höga värden på indexet betyder att man i stor utsträckning begränsats i sin fritid och sitt umgänge. För att testa hur väl frågorna hänger ihop, och därmed indexets reliabilitet, beräknades ett Cronbach's Alpha som visade på hög reliabilitet; 0,68. Det andra indexet mäter uppenbart negativa upplevelser av pandemin och består av fråga e, f, h och i. Indexet går från 0–20. Höga värden betyder att man i stor utsträckning upplevt negativa konsekvenser av pandemin. Cronbach's Alpha för detta index uppgick till 0,64.

Psykosomatiska besvär

Eleverna fick på en femgradig skala, från ”i stort sett varje dag” till ”mer sällan [än några gånger i månaden] eller aldrig”, uppge om de upplevt några av följande psykosomatiska besvär under de senaste sex månaderna:

Om eleven haft

- a) huvudvärk
- b) ont i magen
- c) svårt att somna

Om eleven känt sig

- d) stressad
- e) nedstämd, deppig eller nere
- f) eller sovitt dåligt på natten

Ett index har skapats för dessa besvär som går mellan 0–24. Höga värden på indexet betyder att man i stor utsträckning har upplevt psykosomatiska besvär. Test av Cronbach’s Alpha visade att indexets reliabilitet var god och uppgick till 0,84.

Enligt den kliniska definitionen av psykosomatiska besvär så bör symptomen inte ha uppstå på grund underliggande fysisk sjukdom för att definieras som psykosomatiska (Brill, S.R., m.fl., 2001). Detta är dock inte något vi kan utsluta i den här undersökningen, eftersom eleverna har besvarat frågorna förutsättningslöst. Vanligt är även att stress anses vara en av de utlösande faktorerna till psykosomatiska symptom men i CAN:s undersökning ingår stress som en av indikatorerna på psykosomatiska besvär.

Analys

För att mäta om det fanns ett statistiskt signifikant samband mellan påverkan av pandemin och psykosomatiska besvär, respektive ANTS-erfarenheter, har analysmetoderna linjär och logistisk regression använts (Edling & Hedström, 2003). Linjär regressionsanalys har använts när den beroende variabeln är kontinuerlig, så som indexet över psykosomatiska besvär och årskonsumtion av alkohol. Resultaten redovisas i form av B-koefficienter som visar hur mycket den beroende variabeln förändras i genomsnitt när den oberoende variabeln förändras en enhet, och övriga oberoende variabler i analysen hålls konstanta.

Exempelvis hur många fler poäng som eleverna i genomsnitt får på indexet över psykosomatiska besvär när de förflyttar sig ett steg på respektive pandemiindex. En B-koefficient på minus innebär ett negativt samband och en koefficient på plus innebär ett positivt samband. För att mäta om det fanns skillnader mellan pojkar och flickor i hur upplevelsen av pandemin har påverkat förekomsten av psykosomatiska besvär har en så kallad interaktionsterm inkluderats i vissa analyser (Edling och Hedström 2003). Interaktionstermen är konstruerad av kön*respektive pandemiindex.

Logistiska regressionsanalyser har i sin tur gjorts när den beroende variabeln är dikotom, till exempel när sambandet mellan påverkan av pandemin och att ha använt narkotika undersöks. Resultaten redovisas i form av oddskvoter. Oddskvoten uppger hur många gånger vanligare det i genomsnitt är att en elev till exempel har använt narkotika vid ett stegs förflyttning på indexet över pandemi-påverkan (Edling & Hedström, 2003). En oddskvot som är lika med ett, betyder att den oberoende variabeln inte har någon effekt på den beroende variabeln, det vill säga att påverkan av pandemin inte har någon betydelse för sannolikheten att ha använt narkotika. Om värdet i stället är mindre än ett så är det lägre sannolikhet att ha använt narkotika ju mer du påverkats av pandemin. En oddskvot på över 1, till exempel på 2,0 innebär att sannolikheten att ha använt narkotika fördubblas för varje poängs ökning på pandemiindexet. När ett samband är statistiskt signifikant på som lägst 95 procents nivå indikeras det av en stjärna (*) i tabellen.

I urvalet till skolundersökningarna är det klass och inte elev som väljs ut. Det innebär att eleverna i studien är klustrade i skolklasser. Antagandet om oberoende mellan observationerna kan därmed inte uppfyllas (Hox, 2002). För att inte generera falska signifikanta resultat vid signifikantestning används ett signifikantest som tar hänsyn till dessa klustereffekter.

Referenser

- Brill SR, Patel DR & MacDonald E (2001). *Psychosomatic disorders in pediatrics*. Indian J Pediatr, 68(7): p. 597–603.
- Edling C & Hedström P (2003). *Kvantitativa metoder: grundläggande analysmetoder för samhälls- och beteendevetare*. Studentlitteratur.
- Englund A (red.) (2019). *Skolelevs drogvanor 2018*. Rapport 187. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning.
- Folkhälsomyndigheten (2021a). *Hur har folkhälsan påverkats av covid19-pandemin? Samlad bedömning utifrån svensk empiri och internationell forskning under 2020*. Hämtad 2021-10-05 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/a016b4549def4b0baf1b3e23576e26co/hur-har-folkhalsan-paverkats-covid-19-pandemin.pdf>
- Folkhälsomyndigheten (2021b). *Små förändringar i psykisk hälsa under covid-19-pandemin i Sverige. Faktablad*. Hämtad 2021-10-12 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/b3de3ec317454fd9b175c77a2f7a0714/sma-forandringar-psykisk-halsa-covid-19-pandemin-sverige.pdf>
- Gripen I (2013). *Så görs CAN:s skolundersökning. En genomgång av praktiskt genomförande och metodologi*. Rapport 135. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning.
- Gripen I & Thor S (2019). *Visst är man anonym? - En jämförelse av pappers- och webbenkät i den nationella ANDT-undersökningen*. Rapport 188. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning.
- Hox JJ (2002). *Multilevel analysis: techniques and applications*. Lawrence Erlbaum Publishers.
- Nearchou F m.fl. (2020). *Exploring the Impact of COVID-19 on Mental Health Outcomes in Children and Adolescents: A Systematic Review*. International Journal of Environmental Research and Public Health · November 2020.
- Thor S & Guttormsson U (2018). *När huvudet bultar och magen värker - ungas psykosomatiska besvär och erfarenheter av alkohol, narkotika samt tobak*. Fokusrapport 01. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning.
- Thorisdóttir IE m.fl. (2021). *Depressive symptoms, mental wellbeing, and substance use among adolescents before and during the COVID-19 pandemic in Iceland: a longitudinal, population-based study*. Lancet Psychiatry. Juni 2021.

C.A.N

Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN, är ett nationellt kompetenscentrum som arbetar för minskade skador av alkohol och andra droger i samhället. Det gör vi genom att följa konsumtions- och skadeutvecklingen och genom kunskapshöjande insatser. Våra återkommande nationella undersökningar är Skolelevers drogvanor och Monitormätningarna. Vi genomför även lokala och regionala undersökningar på uppdrag av kommuner och län. CAN är en ideell förening med medlemsorganisationer och med ombud i alla län. Läs mer om oss på www.can.se.