

Elevundersøkelsen – dypdykk

Sosiale medier og gaming oppleves både positivt og negativt

Nesten en 1 av 3 elever oppgir å ha opplevd negative situasjoner i sosiale medier eller dataspill, som har gjort at de ble sinte, triste eller lei seg. Dette dypdykket i Elevundersøkelsen viser imidlertid at sosiale medier og gaming også har positive sider. Det kan blant annet bidra til å etablere og opprettholde nye kontakter, samt gi tilhørighet og støtte i vanskelige situasjoner.

RAPPORT | SIST ENDRET: 12.12.2023

Tittel:

Inkludering og ekskludering i elevers digitale verden - Dypdykk i elevers aktivitet i sosiale medier og gaming og betydning for motivasjon og trivsel på skolen

Rapporten:

[Last ned rapporten hos NTNU Samfunnsforskning \(pdf\)](#)

Forfatter:

Beate W Hygen, Ingunn Dahler Hybertsen, Melina Røe, Thomas Dahl, Trond Buland, Ingrid Holmedahl Hermstad og Christian Wendelborg

ISBN:

978-82-7570-738-1 (Nettutgave)

Utgiver:

NTNU Samfunnsforskning

År:

2023

Elevundersøkelsen

Elevundersøkelsen gjennomføres årlig. Svarene elevene gir, analyseres i flere ulike rapporter hvert år.

[Her finner du en oversikt over disse rapportene](#)

- Økt bruk av skjerm forklarer ikke nedgang i trivsel og motivasjon.
- Sosiale medier og gaming har både positive og negative sider.
- Gaming og sosiale medier på fritiden påvirker skolesituasjon ulikt.
- Elevenes digitale og «virkelige» liv er tett sammenvevd.

Økt bruk av skjerm forklarer ikke nedgang i trivsel og motivasjon

Barn og unges skjermbruk har økt markant de senere årene, men det ser ikke ut til at dette kan knyttes til den nedadgående trenden i elevenes trivsel og motivasjon. Elevundersøkelsen viser at de fleste elever trives og har det bra på skolen, med om man ser på dataene over tid, er det en negativ utvikling i elevenes trivsel og motivasjon.

Analysen viser at sosioøkonomiske forhold og hjemmebakgrunn har større innvirkning på elevenes opplevelse av trivsel på skolen, enn elevenes digitale liv på fritiden. Av de forholdene det er undersøkt for, er det søvnproblemer som har størst påvirkning på trivsel på skolen. Det ser til en viss grad også ut til å være knyttet til opplevelsen av familiens økonomi. Selv om søvnproblemer og familieøkonomi kan forklare noen av forskjellene på hvorfor elever trives eller ikke trives på skolen, ser det ut som det er andre forhold som påvirker mer. Det er med andre ord en X-faktor, som har sammenheng med elevens trivsel på skolen, som vi ikke kjenner til.

Sosiale medier og gaming har både positive og negative sider for elevene

Forskerne har sendt ut et spørreskjema til et utvalg 7. og 10. klassinger. Av disse svarer en majoritet av guttene at de foretrekker å snakke om vanskelige ting på sosiale medier fremfor å treffes. Hele 71 prosent av jentene og 59 prosent av guttene sier at de hadde vært mer ensomme om de ikke hadde sosiale medier. Nesten alle elevene opplever at sosiale medier gjør det lettere å planlegge, og holde kontakt med venner. I tillegg har en stor andel opplevd å få hjelp og støtte på sosiale medier når de har det vanskelig, og mange har fått nye venner.

På den annen side sier mange at de har opplevd negative hendelser, som deling av uønskede bilder, utestengelse fra grupper, uthenging og negative kommentarer. 1 av 3 av elevene svarte at de hadde opplevd negative situasjoner på sosiale medier som hadde gjort at de ble sinte, triste eller lei seg. De fleste av disse elevene rapporterte at opplevelsene hadde en innvirkning på deres skolesituasjon i form av å grue seg til å gå på skolen, redusert trivsel, manglende evne til å konsentrere seg eller tap av motivasjon for skolearbeidet.

Gaming og sosiale medier på fritiden påvirker skolesituasjon ulikt

Det var også en tredjedel av de spurte som svarte at de hadde opplevd situasjoner i gaming som gjorde dem sinte, triste eller lei seg. Dette kunne handle om at de noen ganger hadde opplevd at de ikke fikk delta i spill når de ønsket, eller at de hadde opplevd ubehagelige hendelser i spill. Elevene oppgir derimot at disse negative opplevelsene i liten grad har påvirket skolesituasjonen deres.

Negative hendelser på sosiale medier ser altså ut til å ha en større innvirkning på elevenes trivsel og motivasjon i skolesammenheng, mens negative hendelser når en spiller sammen med andre, ser ut til å ha mindre innvirkning.

De fleste opplever lite press om å få følgere og likes på sosiale medier, men en liten andel av jentene opplever mye press. Opplevelsen av press, ser ikke ut til å være avhengig av tid brukt på sosiale medier.

Elevenes digitale og «virkelige» liv er tett sammenvevd

Inkludering og ekskludering i det virkelige liv reflekteres ofte på nett og omvendt. Det er altså ikke nødvendigvis sosiale medier og gaming som skaper utenforskap. Mye tyder på at det er en forlengelse av det utenforskapet barn og unge opplever i det virkelige liv, og som følgelig kan oppleves som ekstra belastende. Det som skjer på nett, kan påvirke elevens trivsel og motivasjon. Rapporten bekrefter at det digitale liv og den virkelige verden er tett sammenvevd, og forskerne mener at skolen må tilpasse seg den nye virkeligheten for å fremme et trygt og godt skolemiljø.

Om årets dypdykk

Hvert år gjøres det et dypdykk med utgangspunkt i Elevundersøkelsen. Tema for dypdykket bestemmes av Utdanningsdirektoratet i samråd med forskerne. Denne undersøkelsen ser på elevers bruk av sosiale medier og gaming og hvordan dette kan påvirke trivsel og motivasjon på skolen.