

Barn och ungas tankar om pandemin och framtida kriser

**– vad kan beslutsfattare lära inför kommande och
pågående samhällskriser?**

Juni 2022

Innehållsförteckning

Bakgrund	3
Sammanfattning av studien från våren 2021	3
Sammanfattning av studien från Chap våren 2020	4
Metod	6
Resultat	7
Erfarenheter och upplevelser av pandemin	7
Vad har varit bra under pandemin?	7
Vad har varit dåligt med pandemin? Vad har barn och unga saknat?	7
Förslag till vuxna inför framtida kriser/pandemier.....	8
Avslutande diskussion	10

Bakgrund

Forskargruppen Chap, Child health and parenting, på Uppsala universitet har gjort två studier angående barns röster kopplat till pandemin. En gjordes tidigt efter utbrottet under våren 2020. Våren 2021 samarbetade Barnombudet och Chap för att göra en uppföljande studie om hur barn och unga hade upplevt pandemin ett år senare.

Redan den första studien hade ett tydligt syfte att få fram vad vi kan lära oss från barns och ungas tankar om corona.

Den första studien nådde cirka 1000 barn i åldrarna 4-18 år runtom i landet. Det var en klar överrepresentation från Gotlands och Uppsala län och med en något högre andel som bor i villa/småhus än snittet i befolkningen.

Den andra studien hade betydligt svårare att nå ut trots att Barnombudet då aktivt bidrog till spridning i en mängd kanaler såväl lokalt som nationellt. Kanske var en allmän coronatrötthet en möjlig förklaring till det, samt att spridningen skedde i en period då skolorna inte hade ork att göra något utöver sitt grunduppdrag. Totalt 59 barn och unga svarade på alla frågorna i den enkäten. Ingen av studierna kan generaliseras till alla barn och unga i Sverige men erbjuder en mängd unika perspektiv från dessa åldersgrupper om hur de har upplevt pandemin och det sätt som samhället har hanterat den.

Den andra studien genomfördes utan externa medel men Region Uppsala har bidragit till arbetet med sammanställning, analys och spridning av den. Det rapporterades i P4 Uppland, UNT och spreds via Barnombudets och CHAPs websidor samt Barnombudets nyhetsbrev och sociala medier och skickades också via mejl till personer inom kommuner och region som kunde ha intresse av den.

För att än mer få fatt i vad samhället kan lära av den pandemihantering som har varit bidrog även regionen till att genomföra dialoger med barn och unga inom Uppsala län. Barnombudet genomförde dessa under våren 2022 i fem olika skolor i fyra av länets kommuner. Vi träffade totalt 149 elever i årkurserna 2, 5, 7 samt gymnasieklaser – en teoretisk och tre mindre introduktionsklasser.

Sammanfattning av studien från våren 2021

”Under våren 2021 genomförde forskargruppen Chap vid Uppsala universitet tillsammans med Barnombudet i Uppsala län en studie för att undersöka barn och ungdomars upplevelse av corona ett år in i pandemin. Totalt 59 barn och ungdomar mellan 4-18 år besvarade en webbenkät innehållande flervalfrågor och öppna frågor. Deltagarna fick bland annat reflektera över vad som var det bästa respektive sämsta med corona, om det fanns något med corona som oroade dem, hur det var i skolan under pandemin och vad de ville göra efter pandemins slut. Resultatet visade att många barn och ungdomar upplevde att livet hade satts på paus under pandemin – inställda aktiviteter och evenemang, minskade möjligheter till nya kontakter och begränsningar i vardagen har lett till känslor av tristess och ledsamhet. Man längtade efter en mer

normal vardag och att få göra allt som man inte har fått göra under pandemin. Inklusiva att resa utomlands, besöka nöjesparker och gå på fest. Vidare led man med den äldre befolkningen som drabbades värst av viruset och uttryckte oro över hur corona har påverkat samhället i stort. Samtidigt har pandemin fört med sig flera positiva företeelser: mer tid med familjen, minskad stress och press både i skolan och socialt och mer tid att reflektera över vad som är viktigt i livet. Hur man upplevde de förändringar i vardagen som pandemin förde med sig skiljde sig mellan olika barn. Det gjorde även upplevelsen av distansundervisning för gymnasieungdomar och hur man förhöll sig till restriktioner och rekommendationer. Antalet barn och ungdomar som medverkade i studien är relativt litet och urvalet är inte representativt för den generella populationen med avseende på geografi och socioekonomisk status. Slutsatserna från studien kan följaktligen inte generaliseras till alla barn och ungdomar i Sverige. Barnen som medverkat i studien har dock delat med sig av väl genomtänkta och insiktsfulla tankar om deras upplevelser av pandemin. Studien erbjuder således flertalet unika perspektiv på hur det är att vara ung i en pandemi.”

Hela studien finns här: [Nyheter om studien - Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap \(IFV\) - Uppsala universitet \(uu.se\)](#)

Sammanfattning av studien från Chap våren 2020

”Tillsammans med Länsförsäkringars Forskningsfond har vi genomfört en unik studie där över 1 000 barn och unga i åldern 4–18 år har gett oss sin syn på coronapandemin och delat med sig av sin oro och sina tankar. Och vilken rikedom det finns i dessa tankar!

Kloka, initierade, roliga, allvarliga, bekymrade, hoppfulla och engagerade svar som fått oss forskare att både skratta rakt ut, torka tårar och tänka efter. Det finns mycket att lära av barnen, både när det gäller framtida samhällskriser men även hur vi i detta nu kan agera för ett mer socialt, ekonomiskt och klimatmässigt hållbart samhälle.

I studien deltar barn från hela landet och med alla boendeformer (villa, bostadsrätt och hyreslägenhet). Trots det är det en större andel barn i denna studie som kommer från bättre socioekonomiska förhållanden än genomsnittet. Det gör att slutsatserna inte kan antas gälla alla barn och unga i Sverige.

I undersökningen ställde vi oss flera frågor; om barn och unga påverkats av coronapandemin, om barn så unga som 4–6 år kunde ge meningsfulla svar om pandemin och hur barns och ungdomars informationsbehov såg ut.

Även om förskolan och grundskolan har hållit öppet så har barn påverkats tydligt av pandemin. Oro för sjukdom och död var mycket vanligt hos alla åldrar. En rubbad fritid och mindre tid med kompisar, inställda aktiviteter, kalas och annat som barn och unga sett fram emot nämndes ofta. Vardagen och studierna påverkades tydligast för gymnasiestudenterna som fick ta ett stort eget ansvar för att strukturera sin vardag och bedriva sina studier.

Enkätsvaren visade övertygande att barn 4–6 år förmår att uttrycka sina tankar och känslor på ett mycket bra sätt om något så abstrakt som en pandemi, bara de ges tillfälle och får rätt sorts frågor. Ungdomar generellt hade stor tillit till myndigheter när det gäller information om corona. Både barn och unga var tydliga konsumenter av nyhetsrapporteringen, mer eller mindre frivilligt. Hela 70 procent av ungdomarna uppgav behov av mer information riktad till just dem.

Utifrån barnens svar om vad som är bäst och sämst med corona, vad de oroar sig för och hur de resonerar kring 1) Vi har konsekvent valt att använda ordet ”corona” i kommunikationen med barnen och om studien. information kan viktiga slutsatser dras för framtiden, men även om vad vi kan göra redan nu.

Om barnen får bestämma om framtiden blir det mer tid med familjen, inklusive den äldre generationen. Även en mer klimatvänlig livsstil, mindre skolstress, mer tid i naturen – både inom skolan och på fritiden – mindre trängsel i offentliga miljöer, mer sammanhållning i samhället och ekonomisk trygghet för alla står på önskelistan. Om barnen får bestämma bör de vuxna tänka till kring hur mycket de jobbar och reser och hur mycket av barnens tid som fylls av pendling och aktiviteter istället för umgänge med familjen, rörelse, återhämtning samt utveckling och lärande i egen takt. Skolan ger i en sådan värld flexibilitet för att delvis delta online hemifrån.

Barnen behöver ses som en viktig egen målgrupp för samhällsinformation i samband med kriser. Många ungdomar önskade mer information speciellt riktad till dem och uttryckte samtidigt en hög tillit till både traditionella medier och myndigheter när det gäller information om corona. Att rikta nyhetsinformation direkt till ungdomar kan skapa delaktighet och minska deras rädsla och känslan av att vara överrumplad av hemska nyheter. De yngsta barnen försöker förstå ”den dumma coronan” på sitt sätt. Är det ett monster, en ”jättejättejätteläskig corona som inte har en kropp och äter människor”? Eller är det bara ”fult” och ”dumt”? Vi behöver sagor och berättelser som hjälper de yngre barnen att förstå både hur sjukdomen sprids och hur man kan skydda sig, men som också berör de existentiella tankar som många barn bär på i spåren av corona.

Barnens oro bör tas på största allvar. De flesta är oroliga för sina äldre släktingar – därför är det viktigt att den äldre generationen aktivt håller kontakt och visar hur man gör för att skydda sig. En del barn är oroliga för en förälder i riskgrupp eller att bli ensam kvar om en ensamstående förälder dör. En del är oroliga för familjens ekonomi i krisens spår, en del för sin framtid. Kommer jorden att gå under? Kommer det här någonsin att ta slut? Kommer jag eller någon jag älskar att dö? Det är tunga tankar att bära på. Att få dela oron med en vuxen som bryr sig kan vara skönt. Pandemin är också en möjlighet att diskutera viktiga existentiella frågor med barn och unga.

Slutligen är det tydligt att även bland barnen lider de sårbara mest av en samhällskris. Ekonomisk otrygghet, försämrad psykisk hälsa och trångboddhet blir värre och påverkar mer när det är kris. Samhället måste vara vaksamt och öka samverkan kring barn och unga som riskerar att halka efter i sin utveckling och sitt lärande.

Hela studien finns här: [Barn och ungas röster om corona - Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap \(IFV\) - Uppsala universitet \(uu.se\)](#)

Metod

Dialogerna genomfördes inom modellen Kontaktklasser där de medverkande klasserna erhåller en ersättning om 100 kr/elev som medverkar i dialogen.

Barnombudet har efterlyst skolklasser från hela länet, och skickat ut om möjligheten att delta brett till många skolor. Utifrån vilka som svarat har det sedan gjorts mer individuella sökningar för att få en bredd av åldersgrupper, elever och karaktär på skola (stad/landsbygd/teoretiskt program samt introduktionsprogram på gymnasiet).

Avsikten från början var att presentera resultaten av studien för barn och unga vid dialogerna. Vid planeringen konstaterades dock att det förmodade intresset hos eleverna för vad andra barn och unga tyckt för ett år sedan inte skulle vara tillräckligt för att hålla kvar fokus och att det blev mer logiskt att fråga de vi träffade i dialogerna hur de själva har upplevt pandemin och utifrån det dra slutsatser kring vad de anser att vuxna ska göra om samhället drabbas av liknande kriser framöver. Frågorna utformades utifrån de resultat som framkommit i bägge studierna som sammanställts av CHAP.

När dialogerna genomfördes var restriktionerna nyligen borttagna och situationen därmed återigen annorlunda än den var under första studien, då allt var nytt, eller andra, då pandemin hade pågått i över ett år och av många kändes som att den aldrig skulle ta slut.

Upplägget genomfördes så att Barnombudet presenterade att regionen och beslutsfattarna är intresserade av att höra deras tankar och synpunkter kring pandemin. Därefter delades individuella papper ut och frågorna beskrevs. Eleverna fick en liten stund att skriva ner sina egna tankar på frågorna:

- Finns det något som du tycker har varit bra under coronapandemin? I det egna livet/närsamhället/samhället i stort?
- Finns det något du tycker har varit dåligt under pandemin? I det egna livet/närsamhället/samhället i stort?
- Har du längtat efter något som inte gick att göra under pandemin? Om ja, vad?
- Har du varit orolig för något under pandemin?
- Vad tycker du vuxna ska göra om samhället drabbas av liknande kriser?
- Hur tycker du att vuxna ska prata med unga om kriser i samhället?

Formuleringarna och de muntliga förklaringarna av dem anpassades utifrån åldersgrupp. Vad gäller liknande kriser användes exempel som invasionen av Ukraina som börjat leda till högre matpriser samt klimatkrisen med väderkatastrofer i form av torka eller översvämningar.

Sedan fick eleverna samtala i bikupor med varandra. Vi från Barnombudet gick runt och lyssnade och ställde följdfrågor, innan det avslutades med återgivning i helklass om vad grupperna hade pratat om. När eleverna fick höra varandras perspektiv vaskades det

fram mer och mer upplevelser och idéer och det som eleverna själva inte skrivit ner kunde vi som närvarande dokumentera.

Resultat

Alla synpunkter har sammanställts och klassificerats utifrån de gemensamma kategorier som eleverna beskrivit. De som presenteras nedan är främst de där fler än tre personer har haft liknande synpunkt. Orden i fetstil är de gemensamma kategorier som utkristalliserade sig.

Erfarenheter och upplevelser av pandemin

Vad har varit bra under pandemin?

Under upplevelser av pandemin finns det flera liknande upplevelser som varit positiva.

Egen tid – mer ledighet, speltid, sovtid, och även att det har lett till ökad insikt kring sig själv och livet

Familj – att hinna vara mer med familjen

Miljö – flera har lyft att det varit bättre för miljön med mindre utsläpp av avgaser.

Restriktioner - har lyfts som positivt av många – att vanliga sjukdomar minskade, bättre hygien, att det var färre personer på restauranger och nöjesfält och att munskydd blev normaliserat och att det blev mer lugn och ro och mindre köande.

Skolan – Det är endast gymnasieelever som har lyft skolan som något positivt under pandemin. Det var ju också där de stora förändringarna skedde. Ett antal elever har lyft att det var lättare att ta större ansvar för studier på distans,

”Att sitta hemma och ha lektion via dator har varit bra för man får enklare till hjälp och man kan koncentrera sig bättre”. En annan tycker att hen har fått mer gjort, inte bara skolarbete, utan även annat på raster och liknande. Och någon lyfter minskad stress för att passa tider i skolan och passade på att träna på raster.

Vad har varit dåligt med pandemin? Vad har barn och unga saknat?

Vad gäller de negativa upplevelserna rör det sig också om ett fåtal kategorier: **familj, restriktioner, samhället, skolan och socialt.**

Några stycken har svarat att de inte varit oroliga för något.

När det gäller **familjen** så är det några elever i alla årskurser som har varit oroliga för att någon närstående ska bli smittad, att de själva ska smitta någon

och att det varit tråkigt att inte kunna träffa familj och släktingar. Det har även funnits orsaker för att bli smittad och sjuk själv.

Några har lyft **restriktionerna** som att det var jobbigt med ansiktsmask, att behöva hålla avstånd och tvätta händerna och använda handsprit hela tiden samt att behöva vara hemma vid minsta symptom eller göra covid-test. I hela gruppen var det dock mer än dubbelt så många som lyfte restriktionerna som något positivt jämfört med negativt.

För **samhällets** del lyfter till exempel elever från gymnasiet att det var för dålig information, ”typ ingen info förrän vi blev hemskickade”. De har också varit bekymrade över att riskgrupper varit isolerade och ensamma och de många dödsfallen. Flera är kritiska till att Sverige inte gjorde en lockdown och att det inte togs på allvar från början. Andra lyfter att sjukvården har behövt jobba hårt. Några har varit oroliga för att pandemin inte skulle gå över.

Skolan har upplevts som såväl positiv som negativ av olika individer. Även här är det nästan enbart gymnasieelever som tagit upp det. Något fler än de positiva var det som upplevt det som negativt med distansundervisning; att det inneburit ökad stress och att de presterat sämre. Någon tar upp att psykisk hälsa blivit sämre. Även en elev i åk 7 menar att det inneburit att hen missat mycket av skolan (gissningsvis på grund av riktlinjen om att stanna hemma vid minsta symptom – något som ju gäller både elever och lärare).

Klart flest negativa synpunkter är det kring det **sociala**. Många nämner resandet, att inte kunna träffa vänner som bor långt bort, idrott och träning och konserter, bio, nöjesparker som sådant de saknat.

Förslag till vuxna inför framtida kriser/pandemier

Engagera – kring hur barn och unga kan hjälpa till (synpunkter från barn i årskurs 5 samt gymnasiet) och ge stöd till barn i dysfunktionella familjer.

Förklara – kring läget, att det är allvarligt, instruktioner. Här är det dock inom gruppen ganska stor spridning i relation till hur det ska göras. Flera tyckte det var viktigt att kunna **lugna** barnen och inte stressa upp i onödan, medan andra istället tyckte att det krävdes att vuxna var ”brutalt realistiska” och att de inte ska ”försköna någonting” och att det var viktigt att vara **seriös**. Ett annat ord som förekom i många av synpunkterna kring samtal och information mellan vuxna och barn var ”**öppet**” och ”**saklig**”.

Fler synpunkter angående kommunikation med barn och unga:

- Barn och unga hämtar information från sociala medier. Det som träffar rätt är de korta filmklipp, max 5 minuter, som är lärorika och underhållande
- Information kan ges via skolan och läraren
- Barn ska ges möjlighet att läsa artiklar och ta del av nyhetsprogram

- Vuxna ska lära ut källkritik och även själv se till att inte ge ut information som är osäker
- Vuxna ska förklara svåra ord, situationen som den är och uppdatera när situationen ändras
- Informationen ska vara saklig, ärlig och faktagranskad. Detta ska förmedlas lugnt och utan att vare sig stressa eller oro barn och unga i onödan
- Vuxna ska lyssna på barns och ungas perspektiv. Vuxna ska förstå de svårigheter som kan drabba barn och unga, till exempel med distansundervisning

Kanal – som i hur bör information förmedlas var något vi också ställde följdfrågor kring i samtalen. Flera föreslog sociala medier och några att lärare har en viktig roll i att förmedla information. Ungdomar i såväl årskurs 7 som gymnasiet påpekade också vikten av att upplysa om källkritik. Just i relation till vad som sprids på sociala medier.

Lyssna – många betonade vikten av att de vuxna lyssnar på barn och unga och svarar på deras frågor och visar förståelse för svårigheter kring distansstudier till exempel.



Föregå med gott exempel – att vuxna ska följa alla restriktioner lyftes.

De var inga barn vi träffade som tyckte att restriktioner i sig var fel, men flera stycken i årskurs 7 lyfte fram att barnen borde **få träffa vänner** samtidigt som man skulle vara noggrann och försöka undvika smitta.

Kunskap – att vuxna inte ska dra för snabba slutsatser, förstå allvaret och agera utifrån det och att kolla upp biverkningar av vaccinet innan det släpps.

Strategi – några elever, främst från gymnasiet, var kritiska till hur Sverige hanterat pandemin. Någon hade velat stänga skolan, göra vaccination obligatorisk eller att det borde varit en lock-down. En förmedlade att den inte tyckte att barn skulle få vaccineras.

Några gymnasieelever tryckte på behovet av att göra Sverige självförsörjande och oberoende av import.

Avslutande diskussion

Såväl studierna genomförda av Uppsala universitet, som dialogerna genomförda av Barnombudet visar på att det finns en stor bredd av upplevelser och åsikter hos barn och unga kring pandemins effekter. Precis som har varit fallet för vuxna. Människor är individer, oavsett åldersgrupp, och även om vi inte utifrån detta material kan hävda att ”barn har haft det” på ett visst sätt, så har vi fått ta del av många relevanta och intressanta erfarenheter och tankar som kan vara till hjälp för att hantera nuvarande kriser (klimat/energi/livsmedel/människor på flykt) eller kommande som vi ännu inte vet något om. Det ger också en del svar på vad många barn och unga värderar i sin vardag och därmed vad beslutsfattare behöver ta hänsyn till. Det gäller såväl hur samhället generellt är uppbyggt och vad som kan vara extra viktigt för barns och ungas hälsa och att vad som behöver värderas i relation till restriktioner för att skydda andra grupper från ohälsa.

För de här grupperna barn vi träffat är det viktigt med olika informationskanaler som tillhandahåller väl anpassad och korrekt information såväl som att vuxna pratar med barnen och tar deras upplevelser, åsikter och oro på allvar. Att uppfylla detta är något som ligger helt i linje med barnkonventionen och där speciellt artiklarna 12 och 13 – om åsikts- och yttrandefrihet, artikel 3 om barnets bästa och artikel 17 om rätten till information.