

Ungdomars välmående och upplevelser av coronapandemin

En enkätundersökning av finlandssvenska ungdomars upplevelser

Patrik Sundell (41993)

Magisteravhandling i utvecklingspsykologi

Fakulteten för pedagogik och välfärd

Utbildningslinjen för socialvetenskaper

Handledare: Patrik Söderberg

Åbo Akademi, Vasa

Våren, 2023

Abstrakt

Författare: Sundell, Patrik	Årtal: 2023
Arbetets titel: Ungdomars välmående och upplevelser av coronapandemin – En enkätundersökning av finlandssvenska ungdomars upplevelser.	
Opublicerad avhandling för magisterexamen i utvecklingspsykologi Vasa: Åbo Akademi. Fakulteten för pedagogik och välfärdsstudier	Sidantal: (42)
Material analyserat från projektet KOMPIS (<i>Kunskap om mobbningsprevention i Svenskfinland</i>). Datainsamlingen utfördes av HSS media och senare delades i forskningssyfte med Åbo Akademi i Vasa som ansvarade för dess undersökning.	
<p>Syftet med avhandlingen ligger i att undersöka ungdomars välmående och upplevelser av coronapandemin ur ett mångdimensionellt perspektiv. Detta gjordes utifrån följande två forskningsfrågor: (1) Hur har de finlandssvenska ungdomars välmående varit under coronapandemin och (2) i vilken mån och på vilket sätt anser ungdomarna att deras liv och mående har förändrats av coronapandemin.</p> <p>Avhandlingens metodologi grundar sig på en mixad metod, där både kvalitativa och kvantitativa aspekter i datamaterialet har undersökts. Det använda datamaterialet för avhandlingen samlades in av HSS media i form av elektroniska enkäter. Majoriteten av respondenterna var bosatta i den Österbottniska regionen. Sammanlagt 272 besvarade både kvalitativa och kvantitativa frågor i enkäten.</p> <p>Analysen visade att ungdomar hade upplevt coronapandemin väldigt olikt. En del ungdomar upplevde coronapandemin som särskilt betungande medan andra upplevt den mer lättsamt. Ett tema som framkom var att restriktionsåtgärderna generellt hade upplevts som betungande. Skillnader mellan utbildningsnivåer förekom också, där äldre ungdomar tenderade att uppleva större ensamhet samt en känsla av bortfallen ungdomstid än de yngre.</p> <p>För framtida forskning kunde man förslagsvis fokusera på ungdomar hela Finland över, så att exempelvis svenskspråkiga och finskspråkiga ungdomar jämfördes mot varandra i förhållande till välmående under coronapandemin. Enkätundersökningen innehöll endast till viss omfattning frågor relaterade till välmående, coronapandemin och upplevelser av distansundervisning. Framtida forskning kunde även ta hänsyn till att konstruera enkäter som specifikt skulle undersöka coronapandemins påverkan på ungdomar.</p>	
Sökord / indexord	
Ungdomar, välmående, coronapandemi, distansundervisning	
Nuoret, hyvinvointi, koronapandemia, etäopetus	
Adolescent, wellbeing, covid-19 pandemic, distance learning	

Innehållsförteckning

Abstrakt	2
1. Inledning	5
1.1. Centrala begrepp	6
1.1.1. Ungdom.....	6
1.1.2. Välmående	7
1.1.3. Resiliens	7
1.1.4. Coronapandemi	8
1.1.5. Distans- och fjärrundervisning.....	9
1.2. Referensram	9
1.2.1. Tillgängliga stödtjänster för ungdomar.....	9
1.2.2. Riktlinjer vid undantagsförhållanden i undervisningen	10
1.2.3. Brister i elev- och studerandevård under exceptionella tider	11
1.3. Tidigare forskning.....	12
1.3.1. Ungdomars syn på distansundervisningen	13
1.3.2. Coronapandemins påverkan på barn och ungdomars mentala välmående.....	14
1.3.3. Den sociala påverkan på ungdomar under coronapandemin.....	17
1.4. Syfte och forskningsfrågor.....	18
2. Metod	19
2.1. Val av metod	19
2.2. Datainsamling och deltagare	19
2.3. Mätinstrument	21
2.4. Statistiska analyser.....	21
2.5. Analys av kvalitativ data.....	22
2.6. Trovärdighet, tillförlitlighet och överförbarhet.....	23
2.7. Etiska aspekter	23
3. Resultat	25
3.1. Hur har de finlandssvenska ungdomars välmående varit under coronapandemin?	25
3.1.1. Multivariansanalys.....	26
3.2. I vilken mån och på vilket sätt anser ungdomarna att deras liv och mående har förändrats av coronapandemin?	28
3.2.1. Sociala och fysiska begränsningar	28
3.2.2. Distansundervisningens påverkan.....	30
3.2.3. Ungdomstidens bortfall.....	31
4. Diskussion	33
4.1. Resultatdiskussion.....	33

4.1.1. Finlandssvenska ungdomars välmående under coronapandemin.....	33
4.1.2. Upplevda förändringar i ungdomars liv och mående under coronapandemin	34
4.2. Metoddiskussion	35
4.3. Förslag till vidare forskning och råd till fältet	36
4.4. Konklusion.....	37
Källförteckning	39

Tabeller

Tabell 1 – Deskriptiv statistik på enkätdeltagare.....	20
Tabell 2 – Medelvärde, standardavvikelse och korrelationsanalyser av variabler.....	25
Tabell 3 – Multivariat variansanalys (MANOVA).....	26

Figurer

Figur 1 – Kategoriserade respondentsvar i relation till forskningsfråga 2.....	28
--	----

Bilagor

Bilaga 1 – Förförståelsedokument.....	42
---------------------------------------	----

1. Inledning

Under de senaste tre åren (2020–2023) har det allmänna välmåendet världen över sjunkit på grund av coronaviruset (covid-19) som fick sin början redan 2019 i Wuhan i Kina. Därefter spreds viruset snabbt och pandemin blev en verklighet. Detta innebar för många att dåvarande arbets- och studieformer inte längre var tillåtna och att utföra sina uppgifter på distans blev en nödvändighet. Det här har bidragit till att det allmänna hälsotillståndet har försämrats i en global skala. För denna avhandling ligger fokuset på hur läget i Finland har varit och hur ungdomars välmående har sett ut under den angivna tidsperioden. I en undersökning av Rädda barnen (2021) påvisade resultat att cirka hälften (47 %) av deltagarna i åldern 12–17 hade upplevt att deras psykiska välmående hade försämrats under året 2021. Denna landsomfattande, finländska undersökning skickades ut via skolväsendet och spreds via sociala medier och totalt deltog 1102 barn och ungdomar. Könsindelningen i undersökningen var 76 % flickor, 14 % pojkar och 10 % valde alternativet ”annat”. Av respondenterna pratade 98 % finska; 5 % svenska och 6 % engelska som hemspråk. Datainsamlingen skedde anonymt via en webblänk där deltagarnas svar och bakgrundsuppgifter inte helt kunde verifieras.

På grund av att coronapandemin är ett relativt nytt fenomen, har forskningsområdet ännu inte kunnat ge definitiva svar på olika frågor som uppstått. Ett exempel på en sådan frågeställning är hur covid-19 har påverkat människors liv på lång sikt, både på ett fysiskt och psykiskt plan samt vilka möjliga sidoeffekter som kan uppstå med tiden. I denna avhandling är inte avsikten att undersöka covid-19 utifrån ett medicinskt perspektiv, utan snarare ligger fokus på att belysa ungdomars välmående under en något kaotisk tidsperiod. Tidigare studier har heller inte särskilt anlagt ett välmåendefokus bland unga, ej heller kombinerat kvantitativa och kvalitativa aspekter till någon större mån. Likväl förekommer sådana forskningar bland annat av Tetreault m.fl. (2021), men inte med ett finländskt sampelstorlek och inte heller med ett liknande forskningssyfte. I denna avhandling utreds forskningstemat med stöd av en enkätundersökning som gjorts bland ungdomar i Finland. HSS media ansvarade för datainsamlingen som gjordes året 2021 och därefter delades materialet i forskningssyfte med Åbo Akademi i Vasa.

Dispositionen för en avhandling utgår från fyra huvudområden: inledning, metod, resultat och diskussion. Under kapitlet inledning klarläggs först de centrala begreppen och därefter presenteras referensramen och den tidigare forskningen. Kapitlet avslutas med en övergång av syftet med avhandlingen och en överskådlig presentation av forskningsfrågorna. Under kapitlet metod går metodiken systematiskt över, där diverse forskningsaspekter

presenteras. En översiktlig presentation av den valda metoden i samband med analysprocessen av både kvantitativa och kvalitativa dataaspekter är i fokus här. Under kapitlet resultat, presenteras forskningsresultatet och avslutningsvis under kapitlet diskussion, diskuteras avhandlingens styrkor och svagheter från olika perspektiv. Därtill diskuteras bland annat förslag till fortsatt forskning och råd till fältet. Avhandlingen avslutas med en konklusion som sammanfattar de centrala aspekterna.

1.1. Centrala begrepp

Under denna rubrik beskrivs de centrala begreppen för denna avhandling med hänvisning till forskningsfrågorna. Till dessa hör bland annat *ungdom*, *välstånd*, *resiliens*, *coronapandemi* samt *distans- och fjärrundervisning*.

1.1.1. Ungdom

Begreppet ungdom är ett komplext begrepp, som inte lätt kan definieras och som har olika åldersdefinitioner. Såsom beskrivs i Nationalencyklopedin (u.å.b.) om ungdom som en begreppsdefinition berör vanligtvis individer i åldern 15–30 år. Om man vänder fokus till Finland, så kan man exempelvis utgå från definitionen i ungdomslagen (1285/2016), där det föreskrivs i 3 § att lagen berör unga personer som ännu inte fyllt 29 år. Dock kunde man argumentera för att detta inte är en definition på begreppet ungdom i sig, utan snarare till vilken ålder man omfattas av ungdomslagen. Föreskriftningsvis innehåller ungdomslagen heller inte någon ”nedre gräns” för när man börjar betraktas som ungdom. Här kan man även utgå från andra definitioner per myndighet för när särskilda rättigheter kan fås som medborgare i Finland. Varje ungdom får exempelvis sitt första skattekort från och med 15 år. (Vero, u.å.).

Enligt Förenta nationerna [FN] definieras ungdomsåldern mellan 15–24 för statistiska ändamål även om någon universell överenskommelse inte nuvarande finns för begreppet (UN, u.å.). En annan viktig poängtering var att begreppsdefinitionen i sig kan ändra beroende på sociokulturella-, demografiska- eller finansiella omständigheter. Inom FN-sekretariatet används även begreppet ung person omväxlande med ungdom, med förståelsen om att andra definition kan förekomma inom övriga FN-enheter.

Begreppet ungdom för denna avhandling innebär individer i åldern 13–25. Denna åldersindelning infaller även i enlighet med de ovannämnda begreppsdefinitionen. Eftersom begreppsdefinitionen innehåller stora åldersindelningar, är begreppet inte entydigt och därmed blir det svårt att sätta definitiva åldersgränser för begreppet.

1.1.2. Välmående

Begreppet välmående fungerar nästintill synonymt med begreppet psykisk hälsa och fungerar som ett paraplybegrepp för att beskriva individers psykiska välbefinnande och psykisk ohälsa (Socialstyrelsen, u.å.). Begreppet välmående även synonymt med termen välbefinnande enligt Psykologilexikon (u.å.), där definitionen visar på att må bra enligt sin egen upplevelse. En viktig poängtering påpekas även av Centers for Disease Control and Prevention (CDC), vilket är att välmåendet, till stort, upplevs inom en själv och är därav bundet till hur väl människor upplever att deras liv är (CDC, u.å.). Fortsättningsvis brukar man skilja mellan fysisk och psykisk välmående beroende på kontexten, där en sammanslagning av ord och begrepp kan förekomma för att påvisa något specifikt. Ett exempel på detta är begreppet psykiskt välbefinnande som används särskilt för att beskriva en viss dimension av en individs känslotillstånd, som hänger ihop med individens trivsel och belåtenhet med ens existens (Psykologilexikon, u.å.).

Världshälsoorganisationen (WHO) definierar begreppet hälsa som något mera än endast avsaknaden av sjukdom eller svaghet. WHO (u.å.a.) har ingen rak definition på begreppet välmående eftersom det förväxlas synonymt med exempelvis hälsa och är därmed bundet mer till kroppen. Dock beskrivs mental hälsa som ett tillstånd av välmående där en individ kan realisera dennes egna förmågor, kan klara av vardagslivets stress samt arbeta produktivt och bidra till dennes egna samhälle.

Enligt ordboken Merriam-Webster (u.å.) definieras begreppet välmående endast som en singular term, fri från en fysisk eller psykisk vinkling och som beskrivs på engelska följande: *”the state of being happy, healthy, or prosperous”*. Med dessa begreppsdefinitioner i åtanke i relation till forskningsfrågorna kan man konstatera att begreppet välmående inte är entydigt. För denna avhandling används begreppsdefinitionen mer i enlighet med den sist nämnda definitionen eftersom det till stort berör sig om ungdomars upplevelser av coronapandemin, snarare än ett medicinskt eller fysiologiskt perspektiv.

1.1.3. Resiliens

För denna avhandling är begreppet resiliens mycket viktigt att definiera eftersom det betecknar en egenskap många individer uppvisar när de upplever svårigheter och tunga perioder i livet. Begreppet har uppmärksammats alltmer inom en mängd olika forskningsområden som berör psykologi, hälsa och välmående och som refereras till på olika sätt, beroende på kontexten. Enligt Poijula (2018) inbegriper begreppet en blandning av egenskaper som exempelvis: att förbli flexibel, att ha en anpassnings- och återhämtningsförmåga samt att vara ihärdig när man

stöter på motstånd i vardagen. En central aspekt som behöver noteras är att resiliens inte är en egenskap som vissa individer har och andra inte har, utan det handlar mera om ett förhållningssätt gentemot olägenheter i vardagen som vem som helst kan utveckla och lära sig. Den ovannämnda definitionen av begreppet överensstämmer även med Comfort m.fl.:s (2010) definition, där det i huvudsak rör sig om en förmåga att kunna ”hoppa tillbaka” efter en motgång samt att både förbli adaptiv och att kunna hantera osäkerheter. I enlighet med Comfort m.fl. (2010) är begreppsdefinitionen inte helt entydig trots att den förekommer frekvent i akademiska kontexter. Många forskare diskuterar huruvida resiliens är något som redan kan påvisas innan en oförväntad situation inträffat, vilket kan kopplas till frågan om resiliens är en process, ett resultat eller en inflytelserik egenskap. Likväl finns en någorlunda konsensus om begreppet med tanke på det som presenterats ovan.

Såsom tidigare skrivits, är fenomenet mycket undersökt och studerat i olika kontexter, det gäller såväl individfaktorer som miljöfaktorer. Gällande kopplingen av resiliens till välmående i forskningssammanhang finns enligt Keyes 2002 och Lyubomirsky, King och Diener (2005, refererad i Poijula, 2018) två olika perspektiv: hedonism och eudemonism, som tillsammans bildar lycka eller välfärd (eng. *flourishing*) i samtliga forskningskontexter. Friedli (2009, refererad i Poijula, 2018) anser att när det gäller välmåendeforskning anläggs ibland samtliga mätare för bägge begreppen som mäter varierande funktioner som gäller det psykiska välmående samt funktioner och förmågor kopplade till hållbarheten av välmående. Eftersom välmående bland samtliga ungdomar i denna studie studeras under exceptionella tider, är begreppet resiliens högst relevant att definiera med hänsyn till olika upplevelser och copingstrategier i samband med coronapandemin.

1.1.4. Coronapandemi

Detta begrepp är egentligen en sammansättning av två ord, covid-19 och pandemi, där det är ändamålsenligt att förklara dem som enskilda begrepp för att få en förståelse för det övergripande begreppet. I enlighet med Världshälsoorganisationen [WHO] (u.å.b) är covid-19 en beteckning på ett coronavirus som härstammar från viruset SARS-CoV-2 och innebär för de flesta människor ett mildt eller akut tillstånd av luftvägssjukdomar. Olika coronavirus-variationer har dock länge funnits till innan covid-19-begreppet ens myntades. Enligt Tyrrell och Byone (1966, refererad i Lobanova, 2021) hittades det första coronaviruset 1965 i luftvägarna hos en vuxen person som uppvisade förkylningssymptom. Den första varianten av coronavirus benämndes B814 och under åren som följde hittades allt flera variationer.

Såsom också är beskrivet av Healthdirect (u.å.), är en pandemi ett världstillstånd av

exempelvis en ny smitta som påverkar människor i en global skala och är således mera spritt än andra epidemiska sjukdomar. Det är dock WHO som kungör för när en smitta inträffar och övergår till en pandemi. Detta görs genom att observera mängden virusutbrott samt genom förslag från andra internationella experter. Länder kan däremot välja att agera innan WHO har kommit med ett formellt utlåtande.

1.1.5. Distans- och fjärrundervisning

Under coronapandemin övergick man från närundervisning till distansundervisning och till stora delar fjärrundervisning. Det är viktigt att särskilja mellan dessa begrepp eftersom det finns vissa distinkta skillnader. Enligt Skolverket (u.å.a) definieras distansundervisningen som en interaktiv undervisning via kommunikations- och informationsteknik. Detta innebär dock att denna form av undervisning inte nödvändigtvis behöver ske i realtid. På motsvarande sätt beskrivs även i Nationalencyklopedin (u.å.a.) där distansundervisning beskrivs som ett sätt att kunna kommunicera via tekniska hjälpmedel när studerande och lärare inte ens befinner sig på samma ort.

På liknande sätt som definieras om distansundervisning kan man även stöta på ett begrepp som kallas fjärrundervisning. Enligt Skolverket (u.å.b) inbegriper detta begrepp att undervisningen sker i realtid i exempelvis åtskilda rum som skolenheten i sig ansvarar för. Ifall det berör sig om en grund-, special- eller grundsärskola skall en handledare finnas till för eleverna. Något som bör nämnas här är att i Finland använder man sig inte speciellt mycket av denna form av undervisning och används oftast nästintill synonymt med det föregående begreppet. Däremot använder man till exempel i Sverige sig utav denna form av undervisning, men även som en mer konsoliderad term.

1.2. Referensram

Här beskrivs vilka stödtjänster finns tillgängligt för ungdomar och hur lagstiftningar och förordningar i Finland har gjorts upp för att främja utbildningen under exceptionella tider. Därtill presenteras andra styrdokument som skolorna använder sig utav samt hur brister i elev- och studerandevården har reflekterats under coronapandemin.

1.2.1. Tillgängliga stödtjänster för ungdomar

Ett allmängiltigt faktum gällande covid-19 och dess psykologiska effekter bland annat hos ungdomar har varit en känsla av oro, ångest, rädsla eller en kombination av dessa. Detta fenomen belystes i en YLE artikel av Sebu Björklund och Sofi Nordmyr (2020), där direktören för kriscentret Valo, Anne Salovaara-Kero, berättade att man i Österbotten har öppnat en

ytterligare krislinje som erbjuder professionellt samtalsstöd. På den svenska sidan erbjuder kriscentret Valo även personliga träffar via Skype, där man får förbli anonym om man så önskar. I anslutning till coronapandemin har samtalsstöd erbjudits på både finska och svenska sedan tidigare. Avslutningsvis noterade Anne Salovaara-Kero även följande: ”*Det vi vet är att ju tidigare man pratar om sin oro eller ångest, desto bättre prognos har människan att börja må bättre.*”.

I en artikel av kriscentret Valo (Mieli, u.å.) berättade kristelefonverksamhetschefen Susanna Winter, att självdestruktiva samtal i kristelefonen hade ökat enormt. Enligt Mielis statistik för kristelefoner inkom i genomsnitt 40 samtal per månad hösten 2019 som bedömdes vara akuta självmordsrisker och hösten därpå låg det månatliga antalet samtal på nästintill 120 av samma natur. En tredjedel av dessa individer var unga kvinnor. I samtalen bedömdes akuta självmordsrisker således där någon hade nyligen försökt begå självmord eller hade färdiga planer på det. Susanna Winter klargjorde ändå att trots den akuta bedömningen i ett samtal, brukar oftast uppringaren lugna ner sig under samtalets gång och meddela att hen inte kommer att skada sig. Detta kunde också ses i Statistikcentralens siffror för självmord som heller inte hade ökat, vilket nämndes i artikeln. Avslutningsvis nämnde Winter att rädslor var ett nytt samtalsämne som tidigare hade dykt upp i kristelefonen, men som återigen hade uppdagat, precis som i början av undantagsförhållanden.

På nätsidan PEPP (2020) finns olika stödtjänster i Österbotten samlade per problematik så att det skall vara lätt att hitta de lämpligaste stödformerna och -tjänsterna. Under delrubrik *Psykisk ohälsa eller livshantering* lyfts fram 13 olika verksamheter som ger psykiskt stöd i olika ärenden för ungdomar. Dessa är bland annat: Psykporten, Decibel, Reimari, kriscenter Valo, Ungdomsstationen Klaara, Psykosociala förbundet, Svenska Österbottens anhörigförening (SÖAF), Sekaisin chatti, Ärligt talat -chatten, Pojkarnas telefon, Tukinet, Församlingens ungdoms- och diakoniarbete och Kommunens ungdomslokaler.

Det bör även nämnas att flera utav de samlade stödtjänsterna som beskrivits ovan, erbjuder även stödtjänster runtom i hela Finland. Som ett komplement till de justnämnda finns även exempelvis Navigatorn (Ohjaamo, u.å.) som erbjuder vägledning och information för alla som är under 30 år, oberoende av hemkommun eller ärende.

1.2.2. Riktlinjer vid undantagsförhållanden i undervisningen

Allt efter coronaviruset (covid-19) spreds världen över, övergick spridningsläget från en epidemi till en pandemi. Detta innebar för många länder, inklusive Finland, att övergå till ett undantagsförhållande som påbörjades den första gången under nutid den 16 mars 2020 och

pågick ända tills 16 juni 2020. Därefter togs undantagsförhållanden i bruk den andra gången från och med den 1 mars 2021 och avskaffades 27 april 2021 (Statsrådet, u.å.). Enligt Statsrådets bestämmelser om undantagsförhållanden som finns stipulerade i beredskapslagen är de till för att skydda befolkningen genom att begränsa det normala livet och medborgares rättigheter. Strax efter undantagsförhållanden togs i bruk 2020 övergick närundervisningen till distansundervisningen och detta utmanade utbildningsväsendet enormt. I *Grunderna för läroplanen för den grundläggande utbildningen 2014* (förkortad Glgu 2014) finns inga riktlinjer för hur utbildningen bör fortskrida ifall undervisningen skulle byta form. Dock under delrubrik tre angående den grundläggande utbildningens uppdrag står uttryckligen följande: ”Den grundläggande utbildningen ska erbjuda eleverna möjlighet att på ett mångsidigt sätt utveckla sin kompetens.” (Utbildningsstyrelsen, 2014). Detta är en viktig notering eftersom man kunde argumentera för om det alltid har varit möjligt att övergå till distansundervisning för att tillgodose elevens kompetensutveckling. Fortsättningsvis har exempelvis Utbildningsstyrelsen (u.å.) kommit med ett utlåtande gällande distansundervisningen där det har varit möjligt att delta på distans för de som omfattas av den grundläggande utbildningen. Det skall dock nämnas att eleverna inte själv har fått välja sina tidpunkter för när studierna har tagit plats, utan undervisningen kunde äga rum i form av fjärruppkopplingar. Kumulativt har detta enbart varit möjligt på grund av de temporära bestämmelser som har träds i kraft under coronapandemin och som fallit under lagen om smittsamma sjukdomar (1227/2016) som har beslutats i 58 § gällande åtgärder för omfattande smittorisk. Dessa bestämmelser gäller verksamhetsområden inom hälso- och sjukvården samt socialvården och omfattar läroanstalter, bostäder, daghem och motsvarande utrymmen som kan förbjuda offentliga bjudningar eller samlingar. Det är den kommunala organ som ansvarar för bekämpningen av smittsamma sjukdomar i form av olika nedstängningar.

1.2.3. Brister i elev- och studerandevård under exceptionella tider

Enligt 2 § i lagen om elev- och studerandevård (1287/2013) är syftet bland annat att främja studerandes inläring, välbefinnande och hälsa. På ett praktiskt plan arbetar elevhälsan med studerandes studieframgång, det sociala välbefinnandet samt en god psykisk och fysisk hälsa. I den samlade elevhälsan, som nyss hänvisades till, finns två olika inriktningar: en generell inriktad elevhälsa och en individuellt inriktad elevhälsa. I den förstnämnda inriktningen föreskrivs i 4 § att hela läroanstalten skall bland annat främja studerandes välmående, hälsa, inläring och en trygg, sund och tillgänglig skolmiljö. Därtill i 5 § gällande individuellt inriktad elevhälsa skall enskilda studerande erbjudas diverse sektorövergripande hjälp av

expertgrupper, där en elevhälsojournal även skall föras enligt bestämmelserna i lagen. Det är således utbildningsanordnaren som ansvarar för att elevhälsoplanen följs i överensstämmelse med en läroplan och att den skall sammanställas i samarbete med myndigheter inom social- och hälsovårdsväsendet och utbildningsväsendet, så att det blir en sammanhängande helhet.

I en regeringsproposition angående ändringar i lagen om elev- och studerandevård (Eduskunta, 2021) framlades både bakgrund till och syfte med en lagförändring som trädde i kraft 1 januari 2022. Ett faktum som konstaterades i propositionen var att under coronapandemin och undantagsförhållandena hade barn och ungas psykiska hälsa och välfärd påverkats av dessa förhållanden samt att behovet av elevhälsa hade ökat. En mängd professionella inom elevhälsan har varit oroliga för barn och ungas välmående under coronapandemin, vilket även framlades i en uppföljningsundersökning av elevhälsotjänster som Institutet för hälsa och välfärd (THL) och Utbildningsstyrelsen utförde tillsammans hösten 2020. I denna uppföljning framkom en tydlig försämring av tillgång till hjälp och stöd från elevhälsan under våren 2020 då distansundervisningen blev en realitet. Detta försvagade också samarbetet med tjänster, både utanför och innanför skolan. Denna verklighet ledde sannolikt till att problemen för många elever och familjer blev långvarigare och värre än de borde ha varit, då mindre stödmöjligheter fanns tillgängliga (Eduskunta, 2021). En återspeglning av barn och ungas bristande psykiska hälsa och välfärd framlades i en undersökning av Åbo universitet (refererad i Eduskunta, 2021) som tog fasta på skolelevs upplevelser av coronapandemin våren 2020. I undersökningen upplevde unga i årskurs 8–9 måttlig eller svår ångest i betydligt större utsträckning än i jämförelse med tidigare enkäter om skolhälsa 2019, där andelen våren 2020 låg på 20,5 % i jämförelse med ett år tidigare då andelen var 12,9 %.

1.3. Tidigare forskning

Under denna rubrik lyfts den tidigare forskningen inom området upp från flera perspektiv. Detta görs dels för att påvisa hur olika faktorer har påverkat ungdomar runtom i Europa men även i andra delar av världen, dels för att ge en förståelse för hur varierande forskningsresultat som finns att tillgå. Inom den tidigare forskningen kan motstridiga forskningsresultat förekomma gällande coronapandemin, distansundervisningen och generellt kring ungdomarnas välmående. Det skall även nämnas att geografiska olikheter i relation till välmåendet har varit ett globalt faktum redan innan pandemin fick sin början, vilket även är något som har beaktats och framlagts i ett antal tidigare studier och litteraturöversikter.

1.3.1. Ungdomars syn på distansundervisningen

I en studie av Katic m.fl. (2021) undersöktes två europeiska länder (Slovenien och Italien) med tanke på ungdomars syn på distansundervisningen under coronapandemin. Studien inleddes som en kohortstudie med en nätbaserad enkät med både öppna och slutna frågeställningar. I de öppna frågorna fick ungdomarna själva beskriva sina upplevelser och i de slutna frågorna fick de ta ställning till olika givna svarsalternativ. Enkäten skickades ut via sociala medier och per e-post till alla andra stadietutbildningar (eng. *secondary schools*) i centrala Slovenien och på motsvarande sätt till skolor runtom i Neapel i Italien. Från Slovenien deltog sammanlagt 479 studerande i åldern 15–22 och från Italien deltog sammanlagt 83 studerande i åldern 13–19. Det sammanlagda respondentantalet från bägge kohorterna var således 562. Studiens syfte var att undersöka ungdomars syn på distansundervisningen, där bland annat tre teman eller aspekter kartlades: *inläring*, *stress och ångest* samt *relationer*. Resultaten av den första kategoriseringen, inläring, visade på att i den slovenska kohorten besvarade majoriteten av männen och kvinnorna att deras generella erfarenhet av distansundervisningen var sämre än i jämförelse med närundervisningen. I den italienska kohorten visade forskningsresultatet inte på någon signifikant förändring på motsvarande forskningsfråga. Bland de 479 slovenska studerandena presenterades inga resultat om könsskillnader i studerandenas egen uppfattning om distansundervisningen och liknande resultat redogjordes för även bland de 83 italienska studerandena.

I frågor relaterade till stress- och ångestnivåer i förhållande till distansundervisningen besvarade männen från den slovenska kohorten att de upplevde mindre stress, medan kvinnorna upplevde mera stress. Resultatet för denna forskningsfråga var dock inte statistiskt signifikant könen emellan, eftersom det rörde sig om ett jämförelsetal på cirka 2 %. Gällande samma fråga i den italienska kohorten besvarade männen att de inte upplevde någon skillnad och på motsvarande sätt svarade även kvinnorna. Jämförelsetalen mellan könen var heller inte statistiskt signifikanta här, eftersom det rörde sig om en olikhet i svarsprocenten på ungefär 4,5 %. Beträffande ångest relaterad till hemuppgifter under distansundervisningen, besvarade majoriteten av både männen och kvinnorna med en generell ökning från den slovenska kohorten. Däremot i den italienska kohorten, svarade majoriteten av männen att ångest relaterad till hemuppgifter under distansundervisningen hade ökat, medan majoriteten av kvinnorna svarade att den hade minskad. Svarsprocenten mellan könen var ungefär 7 % högre för kvinnorna i förhållande till hur majoriteten av männen hade svarat. Dock rapporteras detta resultat som ingen signifikant skillnad. I samtliga frågeställningar kopplade till relationer med

jämnåriga, var studerandena i den slovenska kohorten överens om att inga förändringar hade skett i kamratrelationen. Inga signifikanta könsskillnader rapporterades heller. Från den italienska kohorten rapporterades motsvarande forskningsresultat på samma fråga, där majoriteten av studerandena ansåg att inga förändringar hade förekommit. Däremot var männens svar cirka 10 % högre än kvinnornas, men detta rapporterades inte som ett signifikant fynd. I den andra närliggande forskningsfrågan gällande relationen till lärare, besvarade majoriteten av studerandena att ingen förändring hade förekommit i den slovenska kohorten. På liknande sätt rapporterades även från den italienska kohorten, även om männens svarsprocent var omkring 18 % högre än kvinnornas på samma fråga. Detta poängterades inte specifikt eftersom det endast berörde en forskningsfråga om relationsförändringar under distansundervisningen.

Sammanfattningsvis hittades fascinerande resultat om distansundervisningen i bägge kohorterna. Angående studerandes upplevelser av distansundervisningen hittades inga definitiva könsskillnader. En positiv aspekt som samtliga studerande lyfte fram i relation till distansundervisningen gällde tiden som kunde sparas på att inte behöva ta sig till läroanstalten och därtill kunde studerande även delta i större klassrum där inlärningsmaterialet var mera interaktivt än vid närundervisningen. En nackdel som dock betonades var att distansundervisningen inte var tillräckligt inkluderande eller socialiserande, vilket hade en negativ effekt på studerandena. Detta överensstämmer med forskningen av Immordino-Yang et al., 2018 (refererad i Katic m.fl. 2021) som påpekar vikten av emotionell inläring för att uppmuntra till inkludering och socialisering samt främja studerandes interaktioner.

1.3.2. Coronapandemins påverkan på barn och ungdomars mentala välmående

I en systematisk översikt av Samji m.fl. (2022) undersöktes hur coronapandemin har påverkat barn och ungdomars mentala välmående. Syftet med översikten var att granska existerande bevis om coronapandemins globala påverkan på barn och ungas mentala hälsa samt att identifiera personliga och kontextuella faktorer som kan höja risken eller ge skydd i relation till deras mentala hälsa. Insamlingen av artiklarna som medtogs i denna översikt tog plats mellan januari och november 2020. I översikten undersöktes sammanlagt 116 artiklar som representerade mer än 125,000 barn och ungdomar. Samplet i majoriteten av de analyserade artiklarna bestod av barn och ungdomar i åldern 18 år eller yngre. Majoriteten av artiklarnas ursprung var från Europa (39/116), följt av Ostasien (28/116) och Nordamerika (21/116). Andelen män och kvinnor rapporterades inte separat. Resultaten kategoriserades enligt fyra dimensioner: *resultat relaterade till det mentala välmående, demografiska faktorer,*

kontextuella faktorer och *befolkningsfaktorer*. Till den förstnämnda kategorin hörde faktorer som oro, bekymmer och covid-19 relaterade rädslor, där samtliga artiklar illustrerade en oro över att klara av att hantera den akademiska arbetsbelastningen eller hur covid-19 skulle påverka det rådande skolkåret. Andra faktorer som också beaktades och presenterades var symptom på depression och ångest, vilket upptäcktes i en stor del av de undersökta artiklarna. Barn och unga hade en större prevalens av depressiva symptom under pandemitiden än tidigare och på motsvarande sätt påvisades även symptom på ångest. Övriga betydelsefulla noteringar av identifierade faktorer var bland annat självsador, självmordstankar och självmord. Sådana faktorer hittades specifikt bland sex analyserade artiklar av Banati et al., 2020; Ellis et al., 2020; Jepsen et al., 2020; Matovu et al., 2021; Murata et al., 2021; Zhang, Zhang, et al., 2020 (refererad i Samji m.fl. 2022) där dessa hade rapporterat pandemirelaterade självmordstankar. Bland tre av de sex artiklarna uppgavs en uppskattning på en ökning i självmordstankar i jämförelse med uppskattningar före pandemin.

Gällande demografiska faktorer uppvisade över lag äldre barn och unga flera depressiva symptom, högre nivåer av oro, bekymmer och covid-19 relaterade rädslor än yngre barn. I de flesta artiklarna rapporterades även att flickor hade högre nivåer av oro, bekymmer och covid-19 relaterade rädslor än i jämförelse med pojkar. Därtill hade samtliga studier likväl beskrivit en anmärkningsvärd nedgång i flickors mentala välmående än i jämförelse med pojkars; sådana noteringar var dock baserade på retrospektiva självrapporteringar. I de sistnämnda kategoriseringarna, kontextuella- och befolkningsfaktorer, hittades flera artiklar som hade tagit ställning till coronapandemins kontrollåtgärder (en fysisk och social distansering) och som hade gett upphov till negativa emotioner och en försämring av den mentala välmående bland barn och unga. En annan betydelsefull faktor gällde övergången till distansundervisningen under den tidiga pandemitiden, vilket bidrog som en märkbar stressor till barn och ungas miljö såsom uppgetts i samtliga undersökta artiklar. På grund av de nya omständigheterna i en social isolering upplevde många barn att de hade gått miste om både relationer och vardagliga aktiviteter, vilket i sin tur ökade känslor av ilska, oro, sorg och hjälplöshet för att endast nämnda några. Som ett någorlunda kontradiktoriskt inlägg till det nyssnämnda påvisades bland ett par artiklar av Buzzi et al., 2020; Janssen et al., 2020 (refererad i Samji m.fl. 2022) att somliga ungdomars sociala kontakter hade upprätthållits samt återuppbyggt via nätkommunikationer. I den systematiska översikten diskuterade även Samji m.fl. (2022) över olika skyddsfaktorer gällande barn och ungdomars mentala välmående, där vikten av sociala anknytningar underströks som en signifikant faktor. Barn och unga behöver tillgång till ett socialt stöd i avsaknaden av möjligheter till interpersonella interaktioner. Därtill bland samtliga studier

betonades fysisk träning, tillgång till underhållning och positiva familjerelationer som bidragande faktorer till resultat förknippade med ett bättre mentalt välmående.

På motsvarande sätt som presenterats ovan, har också andra forskare tagit fasta på välmåendeaspekter hos ungdomar. Detta undersöktes bland annat av Tetreault m.fl. (2021), där specifikt unga mäns upplevda covid-19 relaterade förändringar i mående och ångest undersöktes. Studiens forskningsansats var en mixad metod studie med både inslag av kvalitativa och kvantitativa aspekter. Den sammanlagda sampelstorleken var 571 unga män från en tidigare kohortstudie som hade utförts för att undersöka covid-19 påverkan på unga män. Undersökningen utfördes som en uppföljningsstudie till den tidigare studien kallad: *The Buckeye Teen Health Study (BTHS)*, som var ett kompletterande enkätundersökning för hur covid-19 hade påverkat unga män i landområdet Ohio i USA. I den nuvarande studien av Tetreault m.fl. (2021) var medelvärdet av åldern hos samplet 18,5 år och majoriteten av männen bodde i en tätort. Andra bakgrundsfaktorer som samlades in var socioekonomisk status, tidigare symptom på ångest eller depression samt förändringar i mående under coronapandemin. Studien presenterade resultat för att ungefär en tredjedel av männen hade upplevt en försämring i deras mående eller att deras symptom på ångest hade ökat. Resultatet visade även på att de män som upplevt mest förändringar i mående och ångest kom från hushåll med en högre socioekonomisk status (mer än 50,000 dollar årlig inkomst) och som var av en högre ålder samt som tidigare hade erfarenheter med antingen depression eller ångest. Ett belägg som kartlades var att den upplevda förändring i mående var associerat med en upplevd känsla av försämrade vänskaps- och familjerelationer. En ökning i upplevd ångestsymtom var mer associerat med förändrade dagsrutiner samt den sociala isoleringen. De öppna svarsalternativen fungerade som ett ytterligare stöd till svaren ovan, där männen som hade upplevt försämrat mående eller ökade ångestsymtom hade även mest negativt drabbats av coronapandemin. Motsvarande forskningsresultat hade också påvisats till i en studie av Rogers m.fl. 2021 (refererad i Tetreault m.fl. 2021) där ungdomar som hade upplevt ett försämrat mående och ökade ångestsymtom kände även mindre närhet till familj och vänner. Avslutningsvis noterade Tetreault m.fl. (2021) att starka sociala relationer under coronapandemin kunde anses vara en skyddsfaktor. Konklusivt föreslogs att aktiviteter som främjar närhet i familjemiljöer torde uppmuntras till. Dels för att de fungerar som ett slags buffert för ungdomars psykiska hälsa, dels för att underlätta till konversationer om resultat förankrat till psykisk hälsa.

1.3.3. Den sociala påverkan på ungdomar under coronapandemin

För att närmare undersöka den sociala påverkan av coronapandemin, utfördes en litteraturöversikt av Lundström (2022) som tog fasta på ungdomars upplevelser i åldern 15–24. Sammanlagt analyserades 108 vetenskapliga artiklar som blivit publicerade på olika håll i världen under tiden 1 mars 2020 till 1 november 2021. I samtliga artiklar ingick sammanlagt 27 olika länder men majoriteten av de undersökta artiklarna utgavs i USA (30 %), följt av 12 % i Kanada och de resterande artiklarna publicerades i länder världen över. Bland alla granskade artiklar som togs med i litteraturöversikten, var 76 % antingen enkätstudier, självbedömningsformulär eller undantagsvis några fall av officiell statistik. Den kvalitativa metodiken bland de undersökta artiklarna bestod endast av intervjustudier eller fokusgruppsstudier (17 %). Dock hade även 7 % av artiklarna uppgivit digital etnografi eller autoetnografi som metod och dessa ingår även i kvalitativa metoder. Könsfördelningen i denna litteraturöversikt lyftes inte fram som en särskild faktor. Som ett resultat av litteraturöversikten hittade Lundström (2022) fyra olika teman bland de granskade artiklarna: *levnadsförhållanden*, *livsstilsförändringar*, *mentalt välmående* och *gensvar*. Gällande levnadsförhållanden under coronapandemin hade flera studier tagit fasta på denna aspekt, där bland annat de sociala restriktionerna och isoleringen specifikt hade en stark inverkan på de unga. Några andra anmärkningsvärda iakttagelser som ungdomar gjorde var en avsaknad av viktiga livshändelser associerade med ungdomstiden, såväl förstärkta upplevelser av ensamhet som en social fränkoppling. Andra faktorer som framkom var en hämning av den pedagogiska utvecklingen, en minskning i inkomstmöjligheter bland arbetande ungdomar samt en avsaknad av tillgång till lämpliga sjukvårdstjänster och sociala stödtjänster. Dessa förändrande levnadsförhållanden gav även upphov till livsstilsförändringar som till exempel förändrade sömn- och matvanor, fysisk inaktivitet och ökande substansanvändning. En annan aspekt som lyftes fram var en ökning i skärmtiden, som resulterade i spelberoende och andra problematiska internetanvändning som exempelvis nätmobbning, rasdiskriminering och ett beroende av digital litteratur. På grund av de stora svårigheterna med de ungas levnads- och livsstilsförändringar hade deras mentala välmående en ytterligare påfrestning, vilket kunde ses i artiklarna i form av depression, ångest, oro, självmordstankar och posttraumatisk stress. Angående det sista temat, gensvar, presenterar Lundström (2022) hur olika ungdomar hade upplevt covid-19 samt hur vissa studier hade tagit fasta på resiliens som en faktor med tanke på det mentala välmåendet. Bland dessa studier hade även diverse copingstrategier uppmärksammats bland ungdomarna som exempelvis motionering, förbättrade kostintag,

avslappning och deltagande i trevliga aktiviteter relaterade till personlig utveckling. Avslutningsvis noterade Lundström (2022) även att den sociala inverkan av covid-19 specifikt har haft en stark påverkan på strukturellt missgynnade grupper i samhället, såsom ungdomar som upplevt en negativ rasifiering eller de som räknas till en sexuell minoritet.

1.4. Syfte och forskningsfrågor

Syftet med avhandlingen är att undersöka hur ungdomars välmående har varit under coronapandemin och på vilket sätt deras liv har förändrats enligt deras egna upplevelser av coronapandemin. Eftersom motsvarande samhällssituationer inte har varit rådande förut, visar denna forskning på ett högaktuellt ämne att undersöka. Valet av forskningsfrågorna utgick från mitt eget intresse för hur karantän, coronapandemi och distansundervisning har påverkat de unga samt hur detta kan åskådliggöras kvantitativt i relation till variabler såsom ålder, kön och utbildningsnivå. Därav presenteras följande två forskningsfrågor:

Forskningsfråga 1: Hur har de finlandssvenska ungdomarnas välmående varit under coronapandemin?

Forskningsfråga 2: I vilken mån och på vilket sätt anser ungdomarna att deras liv och mående har förändrats av coronapandemin?

Forskningsfrågorna i sig är relativt öppna och de fungerar som riktlinjer för hur materialet analyseras. Den första forskningsfrågan anlägger en mer kvantitativ bedömning och den andra forskningsfrågan en mer kvalitativ bedömning.

2. Metod

Under detta kapitel beskrivs den angivna forskningsansatsen och för hur datamaterialet har behandlats samt analyserats under forskningens gång. Följande rubriker kommer således att beskrivas: val av metod, datainsamling och deltagare, mätinstrument, statistiska analyser, analys av kvalitativ data, trovärdighet, tillförlitlighet och överförbarhet samt etiska aspekter.

2.1. Val av metod

Denna avhandling bygger på både ett kvantitativt och kvalitativt material eftersom tematiken handlar om ungdomars egna upplevelser kring coronapandemin och det egna välmående. Den angivna forskningsansatsen blir således en mixad metod, vilket fungerar fantastiskt när multidimensionella aspekter vill undersökas. En sådan forskningsansats kan enligt Morse & Niehaus (2016) ibland karaktäriseras av både kvalitativa och kvantitativa metoder för att berika forskningsdimensionen. Med detta menas alltså, beroende på kontexten för forskningen, att forskaren kan välja att lägga till kvalitativa alternativt kvantitativa metoder för att utförligare kunna besvara forskningsfrågorna. Fortsättningsvis hänvisar Morse & Niehaus (2016) till att mixade metoder oftast har en grundkomponent och en tilläggskomponent. Komponenterna kan antingen bägge vara av samma forskningsgrund, det vill säga en kvalitativ eller kvantitativ, eller så kan de vara av olika forskningsgrunder. Trots de tydliga styrkorna av den valda forskningsansatsen, kan även svagheter noteras. Morgan (2004, refererad i Morse & Niehaus, 2016) menar att tilläggskomponenten i en mixad forskningsmetod kan ibland kritiseras på grund av dess ofullständighet och kan därav ses som en svaghet.

Upplevelserna av coronapandemin kommer att besvaras med hjälp av de kvalitativa dataaspekterna och det psykiska och fysiska välmående kommer att analyseras, kartläggas samt beskrivas utifrån de kvantitativa dataaspekterna från enkätundersökningen. Utöver sådana aspekter kommer även utbildningsnivå, kön samt ålder att användas som undersökta variabler i denna avhandling.

2.2. Datainsamling och deltagare

Avhandlingens bas grundar sig på material som är taget från Vasabladets enkät för unga i åldern 12–26. Projektet utfördes av HSS-media under året 2021 där ungdomar fick ta ställning till frågeställningar om coronapandemin, egna välmående samt ensamhet och utanförskap. Denna enkätundersökning realiserades som ett samarbets- och forskningsprojekt tillsammans med Åbo Akademi i Vasa. Projektet kallades för KOMPIS och står för *kunskap om mobbningsprevention i Svenskfinland*. Vårdnadshavare fick även delta i enkätundersökningen,

men i denna avhandling kommer deras svar inte att undersökas. Sammanlagt deltog 638 ungdomar runtom i Finland när dubbletter, tomma svar och icke-besvarande svar hade blivit bortredigerade.

I denna avhandling har även tre exklusionskriterier anlagts på materialet. I det analyserade materialet togs endast ungdomar i åldern 13–25 med, främst på grund av begreppsdefinitionen ”ungdom” såsom skrivits i inledningskapitlet men även på grund av att materialet inte tillät en exakt filtrering enligt forskarens önskemål. Den andra kriteriet var att dessa ungdomar måste vara studerande, så att de antingen skulle studera inom den grundläggande utbildningen, andra eller tredje stadiet. Som ett slutgiltigt kriterium anlades att respondenterna måste vara bosatta i Finland och därav kasserades sådana respondenter som hade besvarat att de var bosatta utomlands. Med de nuvarande kriterierna och sampelstorleken i åtanke, togs heller inte sådana ungdomar med som befann sig i ålder 13–15 från årskurs 1–6 eftersom de utgjorde en särskilt liten mängd av samplet. När även dessa slopades blev det slutgiltiga sampelstorleken 272 respondenter som undersöktes i denna avhandling. Tabellen nedan (Tabell 1) visar på antalet deltagare i enkätundersökningen.

Tabell 1

Deskriptiv statistik på enkättagare.

<i>Variabel</i>	<i>n = 272</i>	<i>andel i procent</i>
<i>Kön</i>		
<i>Kvinna</i>	<i>194</i>	<i>71.3 %</i>
<i>Man</i>	<i>69</i>	<i>25.4 %</i>
<i>Annat</i>	<i>5</i>	<i>1.8 %</i>
<i>Vill inte uppge</i>	<i>4</i>	<i>1.5 %</i>
<i>Ålder</i>		
<i>13–15</i>	<i>107</i>	<i>39.3 %</i>
<i>16–17</i>	<i>92</i>	<i>33.8 %</i>
<i>18–20</i>	<i>55</i>	<i>20.2 %</i>
<i>21–25</i>	<i>18</i>	<i>6.6 %</i>
<i>Utbildningsstadium</i>		
<i>Årskursen 7–9</i>	<i>119</i>	<i>43.8 %</i>
<i>Utbildningar på andra stadiet</i>	<i>135</i>	<i>49.6 %</i>
<i>Utbildningar på tredje stadiet</i>	<i>18</i>	<i>6.6 %</i>

Av alla unga som deltog i enkäten bodde majoriteten i den Österbottniska regionen och resten runtom i Finland. Angående bakgrundsfrågorna, samlades data även in om i vilket skede en

ungdom befann sig i livet just då, d.v.s. studier i grund- eller högskolaskola, studier vid en annan utbildning på andra stadiet eller studier vid ett universitet, högskola eller yrkeshögskola. Andra bakgrundsfaktorer som också insamlades var om nuvarande sysselsättning, så att säga arbetare, arbetslös, värnpliktsutförande, sjukskriven eller något annat.

2.3. Mätinstrument

Enkäten bestod sammanlagt av 24 frågor, varav 4 var bakgrundsfrågor. Angående den första forskningsfrågan, så gick materialet först igenom enligt de kvantitativa svaren på basis av följande frågor: *"Hur nöjd är du med ditt liv för närvarande?"*, *"Hur har du mått fysiskt under det senaste året?"*, *"Hur har du mått psykiskt under det senaste året?"* samt bakgrundsfrågor om kön, ålder och utbildningsnivå. De tre första enkätfrågorna besvarades på en likertskala från 1–5, där 1 betecknade mycket dåligt eller inte alls nöjd och 5 betecknade väldigt bra eller väldigt nöjd. Frågorna om kön och ålder besvarades enligt kategorierna i Tabell 1. Gällande deltagarnas utbildningsstadium, så slogs vissa utbildningsinriktningar inom andra stadiet (gymnasium, yrkesskola och annan utbildning på andra stadiet) och inom tredje stadiet (universitet, högskola och yrkeshögskola) ihop för att bilda större helheter i materialet.

Angående den andra forskningsfrågan som anlägger ett kvalitativt perspektiv, undersöktes deltagarnas svar enbart utifrån följande fråga: *"Berätta gärna om hur du mått under det senaste året och om du upplever att ditt liv har förändrats av coronapandemin eller inte. (Skriv så långt eller kort du vill om hur du upplever din situation.)"*. Denna enkätfråga tog fasta på ungdomars upplevelser av coronapandemin där de själva fick fritt ta ställning till frågan.

2.4. Statistiska analyser

Kodningarna gjordes med hjälp av dataprogrammet Excel, där materialet senare överflyttades till analysprogrammet SPSS för att utföra de kvantitativa analyserna. För att besvara forskningsfråga 1 används både en korrelationsanalys och även en tvåstegs-MANOVA, för att närmare undersöka i vilken mån välmåendevariablerna varierade enligt bakgrundsvariablerna. Detta resulterade i en tabell, där effekten av utbildningsstadium undersöktes i förhållande till tre välmåendevariabler: nöjd med livet, fysiska mående och psykiska mående. Därtill bör det också nämnas att de som kryssat för "annat" eller "vill inte uppge" gällande könsfrågan, inte togs med i korrelationsanalysen. Detta gjordes avsiktligt eftersom det gällde särskilt föga grupper sammanlagt och de utgjorde såldes ingen större representation i materialet.

2.5. Analys av kvalitativ data

För att analysera de kvalitativa aspekterna i materialet används en innehållsanalys. Enligt Klingberg & Hallberg (2021) innebär begreppet innehållsanalys en tolkning av texter enligt en kvalitativ ansats. Processen i sig kan vara relativt strukturerad där man följer vissa steg som finns till grund i det empiriska materialet som exempelvis kategorisera, koda och identifiera teman eller mönster.

I en artikel av Hsieh & Shannon (2005) beskrivs hur en konventionell innehållsanalys kan användas om det saknas teori eller litteratur i det man vill undersöka. Tillvägagångssättet blir således att först få ett förstaintryck av materialet och hitta nyckelkoncept och därefter koda in dem så att de reflekterar och motsvarar forskarens grundtanke. Dessa koder fungerar senare som kategorier och sorteras enligt relation eller sammanlänknings till varandra. Det är upp till forskaren själv hur hen väljer att organisera eller kombinera kategorierna. Fortsättningsvis redogör Hsieh & Shannon (2005) för att fördelen med denna metod är att forskaren får tillgång till direkt information av deltagarna utan att anlägga ett styrande teoretiskt perspektiv. I enlighet med Klingberg & Hallberg (2021) undersöks deltagares svar sådana som de är, d.v.s. analyseras utan en styrande teori. För denna avhandling användes analysprogrammet NVIVO för att kategorisera, sortera och sammanlänka diverse teman till varandra, så att forskningsfrågorna besvaras ändamålsenligt med det som forskaren själv valt att undersöka. NVIVO är ett licensbelagt analysprogram som producerats av *QSR International* och som används främst bland en mängd professionella inom olika områden som arbetar med ett kvalitativt material som exempelvis studerande, forskare och olika professorer.

Inledningsvis skrevs först ett förförståelsedokument (bilaga 1) kring min egen uppfattning om tematiken, som var ett fritt formulerat dokument som del av avhandlingen. Detta dokument tog ställning till forskningsfrågorna enligt forskarens eget intresse. Därefter undersöktes grundligt det öppna enkätsvaret i materialet för att få en överblick av respondenternas svar för att kunna koda, kategorisera och hitta teman. Den andra forskningsfrågan, som utgör den kvalitativa aspekten, undersöktes specifikt det öppna svarsalternativet där särskilda kategorier, teman och dimensioner uppdagades hur ungdomarna generellt hade upplevt coronapandemin. De preliminära teman som hittades var bland annat: negativa känslor som följd av begränsningar; negativa känslor som följd av coronapandemin; distansstudiers påverkan på mående; minimal eller ingen påverkan i mående av coronapandemin samt en känsla av bortfallen ungdomstid. Efter några upprepningar av noggrann genomläsning av materialet med dessa kategorier i åtanke, ändrades tematiken en

aning på grund av att responsen ibland var relativt tvetydiga. Vissa kategorier sammanslogs eftersom de utgjorde samma grundtanke eller mening i responsen, vilket i sin tur bildade nya dimensioner per kategorisering. Materialet undersöktes även med hänsyn till respektive utbildningsstadium eftersom det uppdagades att en sådan dimension tydligt förekom bland respondenternas svar.

2.6. Trovärdighet, tillförlitlighet och överförbarhet

Enligt Fejes & Thornberg (2020) kan man inom kvalitativa metoder ibland stöta på begreppet validitet, även om det hör mer ihop med kvantitativ forskning. Begreppet i sig hänvisar på till vilken utsträckning olika metoder verkligen har mätt det man ämnade undersöka. Vidare förklarar Fejes & Thornberg (2020) hur man inom kvalitativ forskning kan precisera sig noggrannare med begrepp som exempelvis trovärdighet och tillförlitlighet i fråga om att systematiskt beskriva processen. Bägge begreppen handlar i princip om hur noggrann man varit genom hela forskningsprocessen, det vill säga allt från datainsamlingen till forskningsresultatet. En välutförd kvalitativ studie skall vara tydligt formulerad, ha en empirisk förankring samt sammanväva en kritisk analys som balanseras med ett innovativt och elegant tänkande.

Begreppet överförbarhet, även kallad generalisering är enligt Hellström (2008, refererad i Klingberg & Hallberg, 2021) något som används bland forskare som vill påvisa skillnader mellan en kvalitativ och kvantitativ forskningsansats. Begreppet syftar på till vilken mån forskningen går att återskapa, så att exempelvis tillämpbarheten av forskningsresultatet består i andra sammanhang än hur de originellt frambringats.

2.7. Etiska aspekter

Forskningsetiska delegationen [TENK] (2019) ansvarar för att de forskningsetiska principerna uppfylls och är även en utgångspunkt inom humanvetenskaper gällande etikprövning. Dessa prövningar är till för att förutse eventuella olägenheter med forskningen, där de tar plats före materialet har samlats in. Ansvaret ligger alltid på forskaren själv att arbeta enligt etiska och moraliska lösningar. Inom etikprövningar beaktas särskilt att deltagare måste få tillräcklig och tydlig information om forskningen i sig, men även hur potentiella personuppgifter kommer hanteras. Enligt TENK (2019) angående forskning där minderåriga deltar måste följande bestämmelser följas: den minderårige skall få information på ett förståeligt sätt om forskningen; individen måste alltid ge sitt eget samtycke för deltagandet samt forskaren skall avbryta den minderåriges deltagande ifall forskningen inte representerar deltagarens vilja. Vid

forskning angående minderåriges deltagande informeras i allmänhet vårdnadshavaren.

Svaren från de olika frågeställningarna har behandlats konfidentiellt från början till slutet av insamlingsperioden, där deltagarna har även blivit informerade om forskningssyftet samt deltagit frivilligt. Därmed har projektet uppfyllt de justnämnda kriterierna.

3. Resultat

Under denna rubrik går forskningsfrågorna över systematiskt i enlighet med den valda metoden. Dispositionen i detta kapitel är följande: först klarläggs resultatet från forskningsfråga 1 som utgör den kvantitativa analysen i form av tabeller och därefter presenteras resultatet från forskningsfråga 2 som utgör den kvalitativa aspekten.

3.1. Hur har de finlandssvenska ungdomars välmående varit under coronapandemin?

För att se på de olika sambanden mellan variablerna i förhållande till forskningsfråga 1, gjordes korrelationsanalyser till respektive undersökt variabel. Tabell 2 nedan visar på de olika statistiska värden som analyserats och hämtats från SPSS. Värdena för variablerna 1–6 nedan är representerade med Pearsons korrelationskoefficient. Tabellen visar även på medelvärdet och standardavvikelse av respektive variabel. Variablerna i tabellen nedan är kodade enligt en likertskala från 0–5.

Tabell 2

Medelvärde, standardavvikelse och korrelationsanalyser av variablerna.

<i>Variabel</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
<i>1. Nöjd med livet</i>	272	3.45	1.03	–					
<i>2. Fysiska mående</i>	272	3.68	.88	.49***	–				
<i>3. Psykiska mående</i>	272	3.13	1.16	.70***	.50***	–			
<i>4. Kön(a)</i>	263	.26	.44	.25***	.21***	.35***	–		
<i>5. Ålder(b)</i>	272	1.94	.93	-.22***	-.23***	-.29***	-.12	–	
<i>6. Utbildningsstadium(c)</i>	272	1.63	.61	-.23***	-.21***	-.26***	-.04	.84***	–

(a) 0 = kvinna, 1 = man

(b) 1 = 13–15 år, 2 = 16–17 år, 3 = 18–20 år, 4 = 21–25 år

(c) 1 = årskurs 7–9, 2 = utbildningar på andra stadiet, 3 = utbildningar på tredje stadiet

n = antal respondenter

M = medelvärde

SD = standardavvikelse

*Notering av $p < .001$ ****

I Tabell 2 kan man tydligt exempelvis se att det psykiska välmående har haft ett signifikant samband till hur nöjd man är med sitt liv just då ($r = .70, p < .001$). Detta innebär alltså att de ungdomar som generellt var nöjdare med sitt liv, rapporterade också bättre psykiskt välmående. På motsvarande sätt kan man också säga om det fysiska välmående, där värdet ($r = .49, p < .001$) visar på att det finns ett samband mellan det fysiska välmående och hur nöjd man är med sitt

liv. Tabellen visar även på att det finns en stark korrelation mellan det psykiska och fysiska välmående ($r = .50, p <.001$), vilket innebär att fysiska och psykiska välmåendeaspekter är sammanlänkande. Gällande utbildningsstadium och ålder ($r = .84, p <.001$) kan man se att det finns ett väldigt stark korrelation. Andra relativt signifikanta korrelationer kan man se mellan kön och det psykiska välmående ($r = .35, p <.001$). Det förekom även flera negativt svaga korrelationer exempelvis mellan ålder och det psykiska välmående ($r = -.29, p <.001$) och mellan utbildningsstadium och det psykiska välmående ($r = -.26, p <.001$). Motsvarade värden kan man också se i ålder och utbildningsstadium i förhållande till det fysiska välmående.

3.1.1. Multivariansanalys

För att närmare undersöka sambanden mellan variablerna utfördes en multivariat variansanalys (MANOVA). Beroendevariablerna var sammanlagt tre: nöjd med livet, fysiska mående och psykiska mående. Som oberoendevariabel fungerade utbildningsstadium. Värdena för gruppskillnaderna framtoogs med hjälp av en Post Hoc-analys. Nedan finns samtliga värden presenterade i tabellform. Tabellen omnämns i avhandlingen som Tabell 3.

Tabell 3

Multivariat variansanalys (MANOVA) med utbildningsstadium som oberoendevariabel och nöjd med livet, fysiska mående och psykiska mående som beroendevariabler.

	<i>F</i>	<i>df</i>	<i>sig</i>	η^2	<i>obs.power</i>	<i>Gruppskillnader</i>
Effekt av						
utbildningsstadium						
Multivariat analys	4,658	6.000/536.000	***	.050	.989	
Univariat analys						
Nöjd med livet	7.929	2	***	.056	.953	1,2 > 3
Fysiska mående	6.092	2	**	.043	.885	1 > 2,3
Psykiska mående	10.073	2	***	.070	.985	1 > 2,3

Förklaring av förkortningar: 1 = årskurs 7–9, 2 = utbildningar på andra stadiet, 3 = utbildningar på tredje stadiet

*Notering av $p <.001$ *** och $p <.01$ ***

Som framkom i Tabell 3 finns det en övergripande effekt av utbildningsstadium på variablerna för välbefinnande ($F = 4,658, p <.001, \eta^2 = .050$). För samtliga variabler fanns signifikanta skillnader mellan stadierna, men med varierande mönster.

För variabeln nöjd med livet hittades belägg för att elever i högstadiet och andra stadiet skilde sig inte sinsemellan, men eleverna från dessa grupper var mer nöjda med livet än elever

i tredje stadiet. En signifikans hittades även mellan elever i andra stadiet och tredje stadiet ($p .035$) i förhållande till samma variabel, men skillnaden var inte lika stora som mellan elever i högstadiet och tredje stadiet ($p <.001$). Värdena i datamaterialet visade på att elever i högstadiet var mest nöjd med livet och elever i tredje stadiet var minst nöjd med livet.

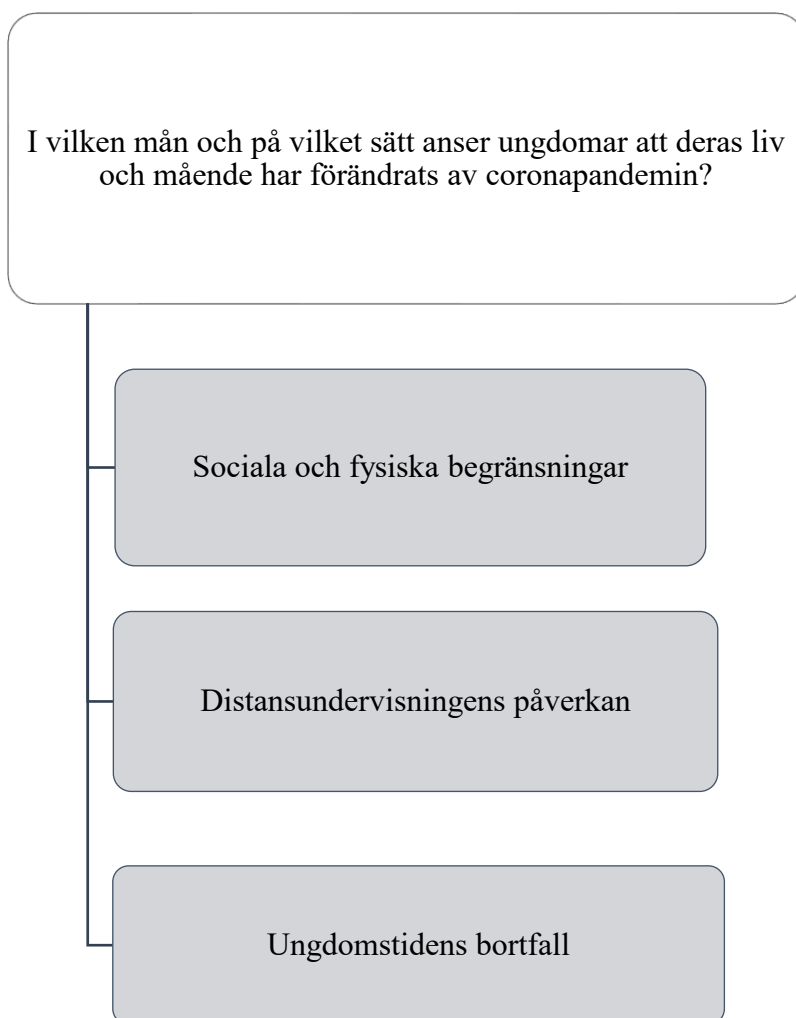
För variabeln fysiska mående hittades bevis för att elever i andra stadiet och tredje stadiet skilde sig inte sinsemellan, men elever från dessa grupper mådde fysiskt sämre än elever i högstadiet. Skillnaden mellan grupperna var som störst mellan högstadiet och andra stadiet ($p .015$), även om skillnaden mellan elever i högstadiet och tredje stadiet också var signifikant ($p .022$). Elever i högstadiet mådde psykiskt bäst i förhållande till de andra stadierna.

Slutligen för variabeln psykiska välmående hittades stöd för att elever i andra stadiet och tredje stadiet skilde sig inte sinsemellan, men bägge grupperna mådde psykiskt sämre än elever i högstadiet. Skillnaderna mellan grupperna var som störst mellan högstadiet och andra stadiet ($p <.001$), men en signifikans hittades också mellan elever i högstadiet och tredje stadiet ($p .009$).

Konklusivt kan man konstatera, att elever i högstadiet mådde psykiskt bättre än elever i de andra stadierna. Det förekommer även tydligt ett mönster mellan variablerna, där eleverna i högstadiet tenderade generellt ha ett bättre välbefinnande i förhållande till de andra utbildningsstadierna. Mönstret i datamaterialet visade nästintill likt en trappa, där ju högre elevernas studienivå var, desto sämre var deras välbefinnande.

3.2. I vilken mån och på vilket sätt anser ungdomarna att deras liv och mående har förändrats av coronapandemin?

Under denna rubrik ges resultatet från den öppna enkätfrågan som utgör forskningsfråga två. De övergripande teman är baserade på hur de unga själva har upplevt sitt mående och på vilket sätt deras liv har förändrats av coronapandemin. Sammanlagt identifierades tre märkbara kategorier: sociala och fysiska begränsningar (1), distansundervisningens påverkan (2) och ungdomstidens bortfall (3). Figuren nedan visar på kategoriseringen av respondenternas svar.



Figur 1: Kategoriserade respondentsvar i relation till forskningsfråga 2.

3.2.1. Sociala och fysiska begränsningar

Samtliga ungdomar upplevde helt klart att deras liv hade drastiskt förändrats till följd av coronapandemin och den restriktiva nya vardagen. Många ansåg att deras liv som tidigare hade varit präglad av aktiviteter, sociala tillställningar och gemenskaper numera inte var tillåtet, vilket gav upphov till en mängd olika känslotillstånd. Bland responsen förekom en salig

blandning av olika känslotillstånd, där vissa ansåg att deras liv hade förbättrats, en del hävdade att deras liv hade försämrats och en del upplevde ingen större förändring i deras liv. Dock upplevde majoriteten av respondenterna att deras liv kändes tråkigt, begränsat eller en avsaknad till det normala på grund av restriktionsåtgärderna.

Coronapandemin har påverkat livet mycket den sista tiden. Saker har blivit inhiherade. Man ska ha munskydd i skolan och tänka hela tiden på om man ska fara på de få sakerna som ordnas. Jag har mått lite varierande. Ibland har man mått sämre en tid och ibland har man mått bättre. (Respondent #389, elev i årskurs 7–9)

Jag upplever inte det som att corona har påverkat mitt sociala eller privata liv så mycket angående hur mycket jag träffar vänner i skolan och på fritiden. Det jag dock saknar är att kunna delta på sociala tillställningar och aktiviteter annanstans än ute och hemma. (Respondent #162, gymnasieelev)

Många ungdomar upplevde även flera negativa känslor (stress, ångest, oro) än tidigare, främst på grund av restriktionsåtgärderna som var särskilt påtagliga både i skolan och samhället. Detta utgjorde att deras syn på livet tog en kraftig vändning mot det sämre.

Som extrovert som behöver vara med mycket folk för att må bra har det varit extremt jobbit. Inga evenemang att se fram till gör att framtida livet ser ganska blekt ut i stunden. Jag har musik som hobby och det är jättetråkigt då inte man kan uppträda någonstans och det har också gjort att jag slutat öva hemma. Senaste året har jag blivit extremt pessimistisk eftersom alla nedstängningst och restriktioner bara förlängs över den tid som lovats till först. Det gör att jag verkligen tappar hopp för en bättre framtid och viljan att leva sjunker för var dag som går. (Respondent #195, gymnasieelev)

Livet den senaste året har varit svårt, jag vet inte riktigt vad som har hänt, men min psykiska hälsa har bara blivit dåligare. Jag har tappat mycket kontakt med människor och jag har slutat ta hand om mig själv. (Respondent #396, elev i årskurs 7–9)

Ett ytterligare förekommande tema var att en del av respondenterna kände sig ensamma på grund av begränsningarna, vilket praktiskt taget betydde att många isolerade sig framför att vistas i sina vänskapskretsar. Detta innebar att samtliga relationer inte var sig tidigare lik.

Coronapandemin har definitivt gjort så att ja har känt mig mera ensam än tidigare. Känt som att man har vuxit ifrån sina vänner. (Respondent #74, gymnasieelev)

Min kompiskrets har ändrats till mycket mindre än tidigare, jag har haft mycket mindre motivation för skolan och dylikt och känt mej mer ensam än någonsin tidigare. (Respondent #128, gymnasieelev)

En handfull individer upplevde dock en förbättring i vardagen till följd av restriktionerna. Detta på grund av att de upplevde att de hade mera tid för olika hobbyn, fritidsintressen, att lära sig nya färdigheter eller en generell upplevd känsla av att fokusera på det som var viktigt för en själv.

Jag har faktiskt mått ganska bra under det senaste året. Psykiskt har jag varit lugnare och gladare nu och mindre stressad också. Kanske för att jag trivs hemma och känner ett lugn då jag får vara hemma i en familjär miljö. Fysiskt har jag kanske inte varit på topp i och med att jag suttit dagarna långa vid datorn och gjort läxor och överlag haft ganska låg aktivitet hela året men jag har ändå mått bra. Jag upplever att pandemin har gett mig mer tid för saker och jag har inte upplevt tiden som dålig för min hälsa. (Respondent #545, studerande vid högskola eller universitet)

Mer ensamhet och tid för att prioritera vad som verkligen är viktigt för en. (Respondent #403, elev i årskurs 7–9)

3.2.2. Distansundervisningens påverkan

Majoriteten av ungdomarna upplevde att distansundervisningen var betungande på grund av en mängd orsaker. Några rapporterade att uppgifterna under distansundervisning hade känts tråkiga, medan andra ansåg att det var den egna motivationen som hade sjunkit gentemot inläringen. Detta ett flertal gånger som följd av bortfallet av närvarostudier.

Coronapandemin har definitivt påverkat studerandet. Under distansundervisningen fick inlärandet lida en del. Inte för att undervisningen skulle varit sämre, men motivationen till studerandet sjönk drastiskt i våras. Vitsorden led ändå inte allt för mycket och i allmänhet gick det nog bra sett till hur stor förändringen var. (Respondent #131, gymnasieelev)

Jag upplever att pandemin påverkat mig nästan bara på negativa sätt. Jag saknar den samvaro som fanns innan och att man kunde vara på campus och studera. Distansstudierna är tråkiga och enformiga och jag saknar att kunna diskutera som man kan göra i en fysiskt klassrum. Att sitta hemma i en liten lägenhet känns ensamt och tungt. Jag har ständigt oro när jag ska träffa vänner men samtidigt vill jag träffa vänner

eftersom det annars blir för ensamt. Jag har däremot begränsat umgängeskretsen rejält och träffar bara sådana jag vet är försiktiga. Det känns också trist att vara tvungen att välja (och ta risker) vad man gör vem man träffar. Jag är ständigt orolig för mina nära, speciellt de äldre, att de ska smittas och få komplikationer eller dö och detta tar mycket av min energi som jag vanligtvis kunde lägga på annat. Sammanfattningsvis kan man säga att måendet försämrats mycket och orken är på en låg nivå. Jag upplever också att jag aldrig känt sådan här nivå av oro tidigare som jag gjort nu under pandemin. (Respondent #541, studerande vid högskola eller universitet)

Dock upplevde även en avsevärt stor del att distansstudierna hade fungerat bra och ansåg inga problem med ett sådant arrangemang. Detta flera gånger antingen på grund av en kännedom om att kunna utföra sina studier från sina hem, utan att fysiskt behöva ta sig någonstans men även till följd av att kunna spendera mera tid med sin närfamilj.

När man är på distans så hinner man så mycket mera, man behöver inte vänta på bussar, resa till och från skolan osv. Känner mig mindre stressad nu och så hinner man vara mera med kompisar. (Respondent #583, yrkesutbildningselev)

Coronan har inte påverkat mitt liv mycket. Under distans perioden mådde jag bättre än tidigare eftersom jag tidigare hade jobbigt med skolan. Och jag kunde spendera mera tid med familj och vänner. (Respondent #96, gymnasieelev)

Bland ett fåtal ungdomars mående i relation till distansstudierna fanns även en tydlig dimension av möjligheter till distraktioner. Dessa ungdomar påstod att distansundervisningen kändes därav svårare.

Nog har jag väl mått bra men det var väldigt jobbigt att studera på distans, det kändes som att inget fastnade i huvudet och man blev lätt distraherad av något annat. (Respondent #15, gymnasieelev)

3.2.3. Ungdomstidens bortfall

Under coronapandemin upplevde flera ungdomar att deras liv inte gick att leva likt tidigare, vilket för många var en stor förändring från tidigare. Dessa ungdomar, dock främst bland de äldre studerande, upplevde att den viktiga ungdomstiden hade tagits ifrån dem. Detta gjorde att de ansåg att de hade gått miste om väldigt mycket, sådant som de aldrig mera skulle kunna ta del av i framtiden.

Ingenting känns som att det har en mening riktigt. Allting som skulle fögylla skoldagarna ställs in och speciellt i gymnasiet har vi nu gått miste om studieresor, äldstes dan, penkkis, vårfest ALLT. (Respondent #106, gymnasieelev)

...det känns som att livet och ungdomen tagits ifrån mig. Studielivet känns som "once in a life time" och det roligaste jag nån gång varit med om, och allt har tagits ifrån mig. Samtidigt får jag dåligt samvete av att vara ledsen eftersom det finns de som har det så mycket värre än mig. Jag känner att jag inte har tillåtelse att må dåligt. Jag saknar känslan av gemenskap jag fick vid Åbo Akademi. Mina barndomsvänner finns i andra städer och klasskompisarna vågar inte träffas. Det gör att jag känner mig väldigt ensam. Distansstudier och evenemang kompenserar inte för detta, det känns nästan värre att delta i sådant eftersom man blir påmind om hur det var förr. Jag känner också brist av omtanke från äldre personen, som inte verkar förstå och tillåta oss unga att känna så här. Det psykiska måendet har börjat sätta avtryck på det fysiska. Ångestkänslor, sjuka leder, magproblem. Jag har fått mycket problem med att leva i nuet å tänker konstant framåt och får panik av känslan att livet står still och jag stampar på stället, utan att komma framåt. Jag tror detta kommer leda till en bitter generation, som har gått miste av tiden som alla beskriver som "den bästa i ditt liv". (Respondent #551, studerande vid högskola eller universitet)

Ett annat tema som förekom vid multipla ställen bland ungdomarnas respons, var att ungdomarna upplevde att de inte hade något att se framemot. Detta var även för många en distinkt dimension som påverkade måendet och förstärkte känslan av de hade gått miste om ungdomstiden.

Känns tråkigt att inte ha något att se framemot och känns som att ens liv rinner ur händerna och man kan inget göra. (Respondent #554, studerande vid högskola eller universitet)

Känns som att de bästa åren av ens liv tas ifrån en. (Respondent #25, gymnasieelev)

4. Diskussion

Detta kapitel markerar slutet på avhandlingen, där både resultat- och metoddiskussionen tar plats. För övrigt lyfts även fram styrkor och svagheter i relation till forskningsansatsen, vilka framtida forskningsförslag man kunde implementera samt en övergripande konklusion.

4.1. Resultatdiskussion

Avhandlingens syfte var att undersöka ungdomars välmående och upplevelser av coronapandemin, från vilket två forskningsfrågor formades för att undersöka dessa aspekter. I relation till forskningsfråga ett gällande ungdomars välmående, undersöktes specifikt enkätsvaren relaterade till deras fysiska och psykiska välmående såväl hur kön, ålder och utbildningsnivå även relaterade till denna kvantitativa aspekt. Forskningsfråga två betecknar den kvalitativa aspekten, där de unga själva fick ta ställning till hur deras liv hade förändrats av coronapandemin.

4.1.1. Finlandssvenska ungdomars välmående under coronapandemin

För den första forskningsfrågan undersöktes de finlandssvenska ungdomars välmående på basis av de kvantitativa aspekterna i datamaterialet. Av nästintill varje variabel var signifikansnivån väldigt stark, vilket innebär att det finns ett starkt samband mellan variablerna. Den starkaste korrelationen i förhållande till antingen det psykiska eller fysiska välmående, kunde ses mellan variablerna nöjd med livet och det psykiska välmående. Detta visar på att de som generellt var nöjda med sitt liv rapporterade även ett bättre psykiskt välmående. Ett annat intressant faktum som tabellen visar på, är att variabeln kön hade starka korrelationer till välmåendevariablerna. Den starkaste korrelationen för kön i förhållande till välmåendevariablerna kunde ses till det psykiska mående, följt av variabeln nöjd med livet. Sammanfattningsvis som Tabell 2 visar på, är att majoriteten av ungdomarna verkade ända vara rätt nöjda med sitt liv och hade ett bra fysiskt och psykiskt välmående.

När välbefinnandet undersöktes närmare med hjälp av en multivariationsanalys hittades belägg för motsvarande resultat som Tabell 2 visat på. Effekten av utbildningsstadie per respektive välmåendevariabel visade generellt på att ju högre utbildningsnivån blev, desto sämre blev välbefinnande hos ungdomarna. Bland samtliga ungdomar i respektive utbildningsstadie var resultatet alltid entydigt. Ungdomar i högstadiet hade det bästa välbefinnande i förhållande till de andra utbildningsstadierna och ungdomar i tredje stadiet hade det sämsta välbefinnande. Därtill som presenterades i Tabell 3, kan man se att effekten av utbildningsstadie hade störst inverkan på hur nöjd ungdomarna var samt hur bra de mådde

psykiskt. Effekten av utbildningsstadiet var också signifikant i förhållande till det fysiska mående, men inte till lika stor grad som de andra beroendevariablerna. Ett faktum som dock bör påpekas är att trots signifikanta forskningsresultat påhittades bland ungdomar i tredje stadiet, är ett sampelstorlek på 18 respondenter inte tillräckligt representativt för att kunna dra definitiva slutsatser. Ifall flera ungdomar från tredje stadiet hade deltagit i enkätundersökningen hade resultatet blivit mer representativt.

4.1.2. Upplevda förändringar i ungdomars liv och mående under coronapandemin

Den andra forskningsfrågan berörde den kvalitativa aspekten i datamaterialet, där de unga själva fick ta ställning till deras välmående och beskriva med egna ord på vilket sätt deras liv hade förändrats av coronapandemin. Samtliga ungdomar rapporterade en viss otillfredsställelse med de fysiska och sociala begränsningarna, på motsvarande sätt som Lundström (2022) även hade noterat. I enlighet med Samji m.fl. (2022) och Lundström (2022) hade det mentala välmående tagit en stor smäll i och med de restriktiva åtgärderna, som resulterade i både en minskad aktivitetsnivå och minskade sociala umgängeskretsar. Studien av Tetreault m.fl. (2021) instämmer även med det tidigare nämnda, där förändrade kamrat- och familjerelationer gav upphov till en känsla av ångest. Det bör dock poängteras att i studien av Tetreault m.fl. (2021) hade endast unga män undersökts och därav går inte helt motsvarande forskningsresultat att dras i denna avhandling. Ett annat tydligt mönster som framkom var att många ungdomar upplevde förhöjda nivåer av negativa känslor (ångest, oro, stress), vilket även bestyrktes av de undersökta artiklarna av bland annat Samji m.fl. (2022) och Tetreault m.fl. (2021).

Distansundervisningens påverkan förekom även på flera ställen som en betydande faktor för mående bland unga. Ungdomarna upplevde distansundervisningen generellt som betungande, med några enstaka undantag, vilket även höjde deras stressnivåer och en känsla av motivationsbrist gentemot inläringen. På motsvarande sätt noterades även av Samji m.fl. (2022) där samtliga ungdomar i allmänhet inte var särskilt nöjda över den nya vardagssituationen. Dock bör det tilläggas att även en mängd ungdomar upplevde nästintill inga problem med distansundervisning, såsom studien av Katic m.fl. (2021) även noterade. Därtill ansåg flera ungdomar att den besparade förflyttningstiden mellan hem och skola numera inte var ett problem, vilket ansågs vara en positiv aspekt med distansundervisningen.

En ytterligare dimension som identifierades bland ungdomarnas svar gällde en känsla av ungdomstidens bortfall, vilket även specifikt Samji m.fl. (2022) hade noterat. Denna förlorade ungdomstid upplevdes vara särskilt framträdande bland de ungdomar som var äldre,

det vill säga bland både studerande i andra- och tredjestadiet. Sådana förändringsaspekter av coronapandemin noterades inte alls av högstadieeleverna, vilket i sig är synnerligt intressant. Därutöver upplevde ett flertal ungdomar att viktiga aktiviteter associerat med ungdomstiden numera hade gått förlorade till följd av coronapandemin, vilket också både Samji m.fl. (2022) och Lundström (2022) hade frambringat och som presenterats i den tidigare forskningen.

Sammanfattningsvis som både de kvalitativa resultat påvisat och som diskuterats ovan, kan man utan tvivel säga att flera ungdomar har mått sämre under coronapandemin än tidigare. Detta framlades även dessförinnan i referensramen, där bland annat i undersökningen av Åbo universitet 2020 (refererat i Eduskunta, 2021) tydligt framkom att det psykiska välmående hos elever i årskurs 8–9 avsevärt hade försämrats från de tidigare åren, före coronapandemin. Jämförelsevis med forskningsresultatet, verkar även ett motsvarande mönster vara aktuell här, även bland de äldre ungdomarna i både andra stadiet respektive tredje stadiet. En målsättning med lagen om elev- studerandevård (1287/2013) som föreskrivs i 2 § är bland annat att främja studerandes hälsa och välbefinnande, dock har detta i praktiken inte helt varit genomförbart. Den bristande implementering av lagen samt oron av en mängd professionella ledde till en uppföljningsundersökning av THL och Utbildningsstyrelsen (refererad i Eduskunta, 2021), där tillgången till hjälp- och stödtjänster distinkt hade försämrats under våren 2020 i samband med ibrukttagande av undantagsförhållandet. På grund av dessa orsaker är det tämligen sannolikt att problemen blev både varaktigare och sämre under denna period. Likväl har flera ungdomar inte upplevt coronapandemin som särskilt betungande, precis som forskningsresultatet påvisat. Flera ungdomar hade anpassat sig någorlunda väl till den nya vardagen, vilket man även kunde kalla en form av resiliens som instämmer med både Poijula (2018) och Comfort m.fl. (2010) begreppsdefinitioner.

4.2. Metoddiskussion

För denna avhandling har en mixad metod använts för att visa på ungdomars välmående under coronapandemin. Detta gjordes eftersom datamaterialet i sig tydligt utgör både kvantitativa och kvalitativa aspekter. Datamaterialet grundar sig på elektroniska enkätsvar från ungdomar, som främst befann sig i den Österbottniska regionen och resten sporadiskt runt om i Finland. Bland respondenterna i datamaterialet framkom stora åldersvariationer (12–26 år), dock undersöktes inte alla dessa enkätsvar eftersom de inte uppfyllde inkluderingskriterierna som tidigare hade presenterats. Forskningsresultat är främst baserade på respondenters åsikt från Österbotten och därav kan studiens resultat inte appliceras på ungdomars upplevelser nationellt i Finland. Detta lyfts speciellt fram med tanke på möjliga skillnader mellan svenskspråkiga och finskspråkiga

ungdomar. En annan aspekt som bör framhävas är att sampelstorleken för denna avhandling blev betydligt mindre än det sammanlagda respondentantalet på grund av exkluderingen som skrivits under metodkapitlet. Trots att detta gjordes avsiktligt, kunde denna minskning av sampelstorleken ses som en svaghet med forskningen. En ytterligare poängtering av samplet som bör nämnas, är att kvinnor till betydligt större andel deltog i enkätundersökning. Detta i sig är inte problem, men det innebär att kvinnornas svar var överrepresenterade gentemot männens.

För att vidare diskutera metodiken, kan man säga att en styrka med datamaterial var att den innehöll tydligt både kvantitativa och kvalitativa aspekter, vilket gav forskaren en möjlighet att förkovra sig i svaren från multipla perspektiv. Eftersom en mixad metod användes som forskningsansats kunde datamaterialet undersökas från flera synvinklar, vilket gav forskaren en möjlighet till en djup inblick i ämnet. Dock påstöttes ett problem med det öppna svaret, där en överraskande stor del av respondenterna endast hade valt att besvara frågans första del, det vill säga *"berätta gärna om hur du mått under det senaste året..."* men inte tagit någon ställning till fortsättning på frågan som gällde respondentens upplevelse av coronapandemin. Detta gjorde att sådana svarsalternativ inte kunde undersökas, vilket innebar en ytterligare bortskärning av respondenter. På motsvarande sätt förekom även respons där ungdomen endast hade besvarat frågans andra del *"...om du upplever att ditt liv har förändrats av coronapandemin eller inte. (Skriv så långt eller kort du vill om hur du upplever din situation.)"*, vilket gjorde att även sådana svar måste förkastas. En ytterligare aspekt som bör nämnas, är att den elektroniska enkäten inte enbart var ämnat för att undersöka ungdomars upplevelser och välmående av coronapandemin, utan tog fasta på en mängd olika element. Om enkäten enbart hade innehållit frågor relaterade till forskningssyftet med denna avhandling, hade sannolikt flera respondentsvar kunna använts.

4.3. Förslag till vidare forskning och råd till fältet

Som ett förslag till fortsatt forskning, kunde ett flertal moment göras annorlunda. För det första ligger en del av problemen i definitionen av begreppen välmående och ungdom och eftersom bägge begreppen inte är entydiga. Det blir således diskuterande hur forskare framöver väljer att se på dessa begrepp, vilket kunde ses som en svaghet med forsknings överförbarhet. I enlighet med Tetreault m.fl. (2021) ansåg, är att forskare borde undersöka vilka faktorer främjar resiliens hos ungdomar samt utveckla olika interventioner för att lära dem hantera osäkra och stressfulla situationer. Ytterligare för att öka kunskapen om forskningssyftet kunde framtida forskning fokusera på att precisera semistrukturerade intervjuguider som specifikt

undersöker coronapandemins påverkan på ungdomar, så att inte blandade frågeställningar med olika teman skulle vara rådande. Visserligen har sådana forskningar redan gjorts, men inte med en stor sampelstorlek av ungdomar hela Finland över. En begränsning som noterades i studien av Samji m.fl. (2022) var att pandemiläget inte alltid har sett densamma ut och har med tiden ändrat form. Detta överensstämde även på läget i Finland, där restriktionsåtgärderna redan avsevärt hade släppt efter undantagsförhållanden under datainsamlingsperioden 2021. Eftersom datainsamlingen skedde under året 2021, hade sannolikt flera studerande redan anpassat sig till restriktionsförhållandena sedan tidigare. För att kunna studera och identifiera långtidseffekterna av covid-19, skulle den framtida forskningen i enlighet med Lundström (2022) måsta utforma longitudinella studier med inlägg av både kvalitativa och kvantitativa aspekter. Detta kunde potentiellt innebära att man kunde fånga upp ytterligare dimensioner av ungdomars välmående som inte förekom i denna undersökning.

Ett annat förslag för vidare forskning kunde vara att undersöka upplevda skillnader av coronapandemin mellan svensk- och finskspråkiga ungdomar i Finland. Ytterligare kunde fokus ligga i att undersöka hurdana faktorer gör att en individ upplever coronapandemin som rätt lättsamt i förhållande till rätt plågsamt. Dessa forskningsförslag kunde möjligtvis inge en större förståelse över tematiken, vilket följaktligen skulle öka kunskapsförståelsen om ämnet. Avslutningsvis, på motsvarande sätt som presenterats med den föregående forskningsförslaget, kunde också exempelvis särskilda personlighetsfaktorer undersökas i förhållande till välmående ur olika perspektiv. För att förtydliga, vore det högst relevant att undersöka introversion och extraversion kontra välmående under coronapandemin eller välmående under motsvarande levnadsförhållanden. Sådana framtida forskningsresultat kunde bygga vidare på vad denna forskning har visat på.

4.4. Konklusion

I denna avhandling har ett flertal olika forskningsresultat visats på. Att leva ett normalt, vardagligt liv under coronapandemin har inte varit lätt och många ungdomars välmående har tyvärr gått mot det sämre. Några belägg för det givna påståendet har framlagts i denna avhandling och presenterats i enlighet med forskningssyftet. Ett av de mer tydligare mönstren som framkom i de öppna svaren är att restriktionsåtgärderna har inneburit en minskning i kamrat- och familjerelationer. Detta i sin tur gav upphov till att flera ungdomar kände sig mer ensam än tidigare men även gav upphov till flera negativa emotioner (stress, ångest, oro). Endast en liten del av ungdomarna upplevde restriktionsförhållande som något positivt på grund av att de hade då mera tid för hobbyer och andra intressen. Majoriteten av ungdomarnas

upplevelser beträffande distansundervisningen, var att den egna motivationen gentemot inläringen hade sjunkit. Dock upplevde även en avsevärt stor del att distansundervisningen hade fungerat bra eftersom det besparade ungdomarna tid som annars hade använts på att ta sig till skolan. Mot de högre utbildningsstadierna, mer beträffande de äldre studeranden, hittades också bevis för att dessa ungdomar tydligt upplevde en känsla av bortfallen ungdomstid. Dessa ungdomar ansåg att ungdomstiden var något särskilt eller speciellt, som borde vara präglad av olika aktiviteter kopplat till den utbildningsnivån de befann sig just då. I och med att sådana aktiviteter har uteblivits, kan effekterna tyvärr ses i ungdomars upplevelser på ett negativt sätt.

Källförteckning

- Björklund, S., Nordmyr, S. (17 mars 2020). Österbotten får ytterligare en krislinje – samtalen ökar med anledning av coronaviruset. *Svenska YLE*.
Hämtad från: <https://svenska.yle.fi/a/7-1452372>
- Centers for Disease Control and Prevention [CDC], (u.å.). Well-being concepts. Hämtad från: <https://www.cdc.gov/hrqol/wellbeing.htm>
- Comfort, L. K., Boin, A., & Demchak, C. C. (2010). *Designing resilience: Preparing for extreme events*. University of Pittsburgh Press.
- Eduskunta, (2021). Regeringens proposition till riksdagen med förslag till lag om ändring av lagen om elev- och studerandevård. Hämtad från: https://www.eduskunta.fi/SV/vaski/HallituksenEsitys/Sidor/RP_165+2021.aspx
- Fejes, A., & Thornberg, R. (2020) *Handbok i kvalitativ analys*. (3 uppl.). Liber AB.
- Forskningsetiska delegationen [TENK], (2019). Etiska principer för humanforskning och etikprovning inom humanvetenskaperna i Finland - Forskningsetiska delegationens anvisningar 2019. Hämtad från: https://tenk.fi/sites/default/files/2021-01/Etikprovning_inom_humanvetenskaperna_2020.pdf
- Förenta nationerna [FN], (u.å.). Definition of youth. Hämtad från: <https://www.un.org/esa/socdev/documents/youth/fact-sheets/youth-definition.pdf>
- Healthdirect, (u.å.). What is a pandemic? Hämtad från: <https://www.healthdirect.gov.au/what-is-a-pandemic>
- Hsieh, H.-F., & Shannon, S. E. (2005) Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15(9), 1277–1288.
<https://doi.org/10.1177/1049732305276687>
- Katic, S., Ferraro, F. V., Ambra, F. I., & Iavarone, M. L. (2021). Distance Learning during the COVID-19 Pandemic. A Comparison between European Countries. *Educating Sciences*, 11(10), 1–18. <https://doi.org/10.3390/educsci11100595>
- Klingberg, G., & Hallberg, U. (2021) *Kvalitativa metoder helt enkelt!* Studentlitteratur AB.
- Lag om elev- och studerandevård (1287/2013). Finlex.
<https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2013/20131287#L1P3>
- Lag om smittsamma sjukdomar (1227/2016). Finlex.
<https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2016/20161227#L6P58>

- Lobanova, I. (2021). History of SARS-CoV-2. Qureshi, A. (Red.), Saeed, O. (Red.), Syed, U. (Red.), *Coronavirus disease: from origin to outbreak* (s. 13). Academic Press is an imprint of Elsevier. <https://doi.org/10.1016/C2020-0-01739-1>
- Lundström, M. (2022). Young in pandemic times: a scoping review of COVID-19 social impacts on youth. *International Journal of Adolescence and Youth*, 27(1), 432–443. <https://doi.org/10.1080/02673843.2022.2117637>
- Merriam-Webster, (u.å.). Well-being. Hämtad från: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/well-being>
- Mieli, (u.å.). Självplansplaner har under pandemin nästan tredubblats i samtalen till kristelefonen. Hämtad från: <https://www.mielenterveysseurat.fi/valo/2022/01/20/sjalmordsplaner-har-under-pandemin-nastan-tredubblats-i-samtalen-till-kristelefonen/?lang=sv>
- Morse, J. M., & Niehaus, L. (2016). *Mixed method design: principles and procedures*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315424538>. s. 14–15.
- Nationalencyklopedin, (u.å.a.). Distansundervisning. Hämtad från: <https://www-ne-se.ezproxy.vasa.abo.fi/uppslagsverk/encyklopedi/1%C3%A5ng/distansundervisning>
- Nationalencyklopedin, (u.å.b.). Ungdom. Hämtad från: <https://www-ne-se.ezproxy.vasa.abo.fi/uppslagsverk/ordbok/svensk/ungdom>
- Ohjaamo, (u.å.). Vad är Navigatorn? Hämtad från: <https://ohjaamot.fi/sv/usein-kysytyt-kysymykset>
- PEPP, (2020). Stödtjänster i Österbotten. Hämtad från: <https://www.pepp.fi/stodtjanster>
- Pojjula, S. (2018). *Resilienssi: Muutosten kohtaamisen taito*. Kirjapaja.
- Psykologilexikon, (u.å.). Välmående. Hämtad från: <https://www.psykologiguide.se/psykologilexikon/?Lookup=v%C3%A4lm%C3%A5ende>
- Rädda barnen, (2021). Barns och ungas erfarenheter av coronapandemitiden. Hämtad från: https://pelastakaalapset.s3.eu-west1.amazonaws.com/main/2021/06/07145631/barnets_rost_2021_1_sv.pdf
- Samji, H., Wu, J., Ladak, A., Vossen, C., Stewart, E., Dove., Long, D., & Snell, G. (2022). Review: Mental health impacts of the COVID-19 pandemic on children and youth – a systematic review. *Child and Adolescent Mental health*, 27, 173–189. <https://doi.org/10.1111/camh.12501>

Skatteförvaltningen, (u.å.). Unga och barn. Hämtad från:

<https://www.vero.fi/sv/privatpersoner/skattekort-och-skattedeklaration/skattekort/unga-och-barn/>

Skolverket, (u.å.a.). Distansundervisning. Hämtad från:

<https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/ansvar-i-skolfragor/distansundervisning>

Skolverket, (u.å.b.). Fjärrundervisning. Hämtad från:

<https://www.skolverket.se/regler-och-ansvar/ansvar-i-skolfragor/fjarrundervisning>

Socialstyrelsen, (u.å.). Vad menas med psykisk hälsa och ohälsa? Hämtad från:

<https://www.socialstyrelsen.se/kunskapsstod-och-regler/omraden/psykisk-ohalsa/vad-menas-med-psykisk-halsa-och-ohalsa/>

Statsrådet, (u.å.). Undantagsförhållanden. Hämtad från:

<https://valtioneuvosto.fi/sv/information-om-coronaviruset/undantagsforhallanden>

Tetreault, E., Teferra, A. A., Keller-Hamilton, B., Shaw, S., Kahassai, S., Curran, H., Paskett, E. D., & Ferketich, A. K. (2021). Perceived Changes in Mood and Anxiety Among Male Youth During the COVID-19 Pandemic: Findings from a Mixed-Methods Study. *Journal of Adolescent Health, 69*(2), 227–233.

<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.05.004>

Ungdomslag (1285/2016). Finlex.

<https://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/2016/20161285#L1P3>

Utbildningsstyrelsen, (u.å.). Vanliga frågor. Distansundervisning i den grundläggande undervisningen. Hämtad från:

<https://www.oph.fi/sv/vanliga-fragor/distansundervisning-i-den-grundlaggande-undervisningen>

Världshälsoorganisationen [WHO], (u.å.a.). Mental health: strengthening our response.

Hämtad från: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Världshälsoorganisationen [WHO], (u.å.b.). Coronavirus disease.

Hämtad från: https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

Bilaga 1 – Förförståelsedokument

Min förförståelse gällande coronapandemins påverkan på ungdomars välmående som deltagit i enkätundersökningen är att både det psykiska och fysiska välmåendet generellt har försämrats under åren 2020–2023. Detta har redan delvis bekräftats av tidigare studier som presenterats under rubriken tidigare forskning. Min åsikt är dels baserad på material jag tidigare har läst, dels enligt olika inlägg på sociala medier som jag har kommit i kontakt med. Min förförståelse gällande forskningsfråga 1 är likt det tidigare skrivna, vilket innebär att det finns en mängd olika förklaringar till varför vissa ungdomar upplevt coronapandemin som något bra medan andra upplevt det som mycket betungande. En möjlig förklaring på detta kunde exempelvis vara att de som har besvarat frågan gällande deras fysiska och psykiska välmående som god, anser även att coronapandemin inte varit särskilt påfrestande. En individ som är i god hälsa, både på ett fysiskt och psykiskt plan, har möjligtvis då en större resiliens och påverkas således inte till lika stor grad av yttre påfrestningar.

Fortsättningsvis för att hänvisa mer till forskningsfråga 2, är det min uppfattning att ungdomars upplevelser av coronapandemin har generellt varit betungande på grund av en mängd olika orsaker. Dessa orsaker är exempelvis: uteblivna aktiviteter, restriktiva kontrollåtgärder och en känsla av ensamhet på grund av ett minskat socialt liv. Dock finns det naturligtvis individuella olikheter, där exempelvis vissa individers upplevelser kring coronapandemin har beaktat det som relativt lättsamt medan andra har haft det mera jobbigt. Dessa olikheter i upplevelser generellt tros bero på ålders- och utbildningsskillnader, där äldre studerande har upplevt coronapandemin som tyngre. Detta antas bero på att man i allmänhet får en större förståelse av helheter när man blir äldre, vilket gör att en äldre individ förstår situationen på ett annorlunda sätt av att inte kunna träffas med exempelvis vänner eller familj. Denna förståelse i sin tur ger en känsla av ensamhet, vilket gör att coronapandemin har upplevts som särskilt påfrestande. Motsvarande iakttagelser kommer naturligtvis att tas i beaktan i avhandlingen när materialet har analyserats färdigt.