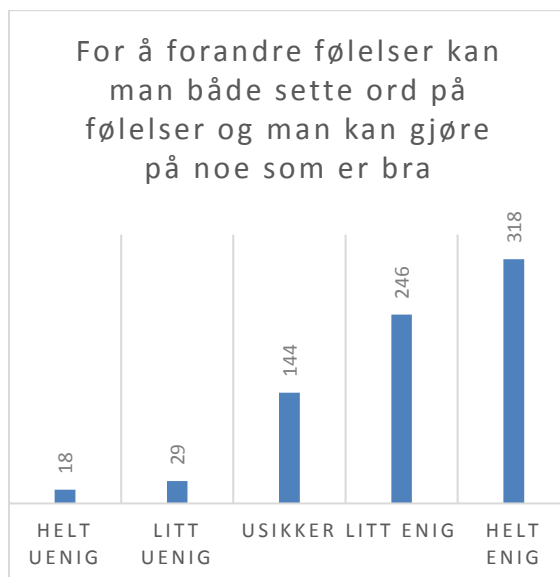
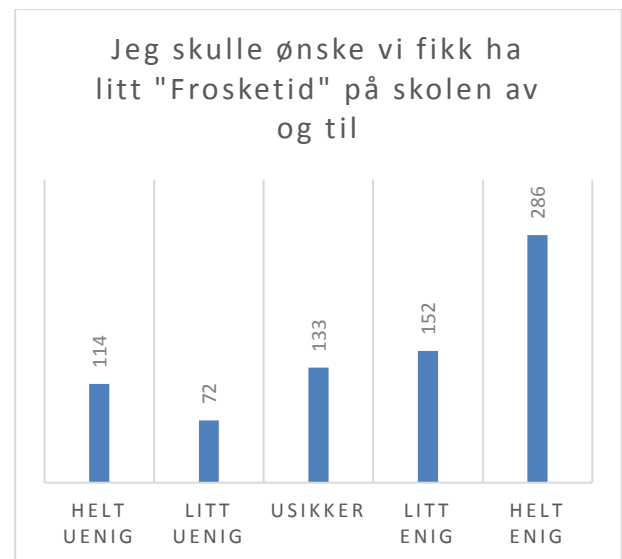
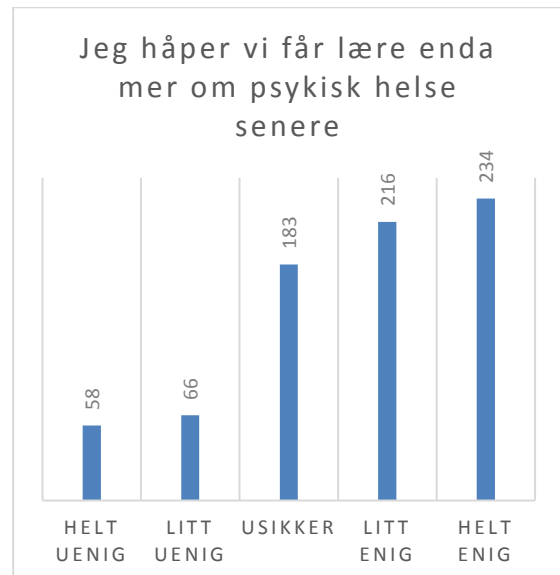
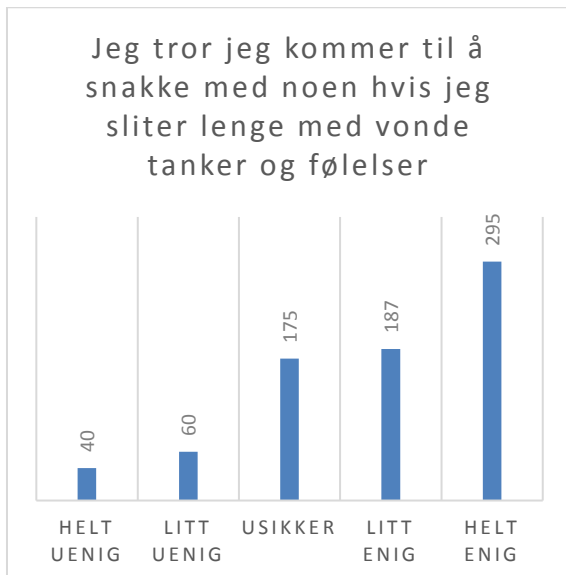


Elevundersøkelse våren 2018

759 ungdomsskoleelever i 3 kommuner svarte våren 2018 på en anonym elevundersøkelse i etterkant av kurset i psykisk helse (forløper til «Livet og sånn»). Elevene fikk spørreskjemaet på papir på slutten av siste kurstime. I undersøkelsen skulle elevene krysse av i hvor stor grad de var enige i noen påstander om hva de lærte av kurset.

Under her finner du tabeller som viser hvor mange elever som har krysset helt uenig, litt enig, usikker, litt enig eller helt enig etter de ulike spørsmålene:





Hva viser undersøkelsen?

Undersøkelsen viser at elevene i stor grad er litt eller helt enig i påstander om hva de har lært i timene om psykisk helse. Hele 81 % av ungdommene er litt eller helt enige i at de nå vet hvor ungdommer kan få hjelp når de sliter med tanker og følelser. 74 % er helt eller litt enige i at man kan forandre følelser ved å sette ord på dem, eller ved å gjøre på noe som er bra. På spørsmålet om froksetid (yoga, mindfulness, pusteøvelse) er de mest delt i svarene sine. 58 % er helt eller litt enig i at de ønsker dette på skolen av og til, mens 15 % er helt uenig. 79% er litt eller helt enige i at de har fått nyttige tips om hva de kan gjøre for å ha god psykisk helse. 82 % er litt eller helt enige i at de nå vet mer om hva de kan gjøre for venner som har det vondt.

Er det kjønnsforskjeller i svarene?

Skjemaet er laget med avkrysning for kjønn. Alle svarene er lagt inn i analyseprogrammet SPSS, og der er det fire spørsmål som viser signifikante forskjeller mellom kjønnene:

- For å forandre følelser kan man både sette ord på følelser og man kan gjøre på noe som er bra (Mean: gutter 3,99 jenter 4,26)
- Jeg skulle ønske vi fikk ha litt «Frosketid» på skolen av og til (Mean: gutter 3,35 jenter 3,83)
- Nå vet jeg hvor ungdom som sliter med vonde tanker og følelser kan få hjelp (Mean: gutter 4,15 jenter 4,42)
- Jeg håper vi får lære enda mer om psykisk helse senere (Mean: gutter 3,44 jenter 3,95)

(Forskjellen er målt i Independent Samples Test der alle fire spørsmål har $p=.001$. 3=usikker, 4=litt enig og 5=helt enig. Mean betyr gjennomsnittsskåre).

Howdan tolke disse tallene? Tallene viser at jenter er mer enige i disse påstandene enn guttene i så stor grad at det viser en signifikant forskjell. Det er likevel slik at forskjellen i gjennomsnittsskåre er lav. Jenter og gutter svarer likere enn vi kanskje kunne ventet.

Vi hadde fryktet stor forskjell på hva jenter og gutter svarte på påstanden «Jeg tror jeg kommer til å snakke med noen hvis jeg sliter lenge med vonde tanker og følelser». Her har guttene en gjennomsnittsskåre på 3,80 og jentene 3,96. Det er altså en forskjell, men den er mindre ($p=.006$). I utformingen av kurset har vi vært spesielt opptatt av å påvirke gutter til å ville snakke med noen om de har det vondt, og denne undersøkelsen kan tolkes dit hen at vi har lyktes med dette. Den viser selvsagt ikke hvorvidt hverken jenter eller gutter *faktisk* søker hjelp ved behov, men at de i etterkant av kurset har svart at de *tror* de kommer til å gjøre det. I og med at det har vært mye fokus på at gutter ikke ber om hjelp, og at mange gutter uttrykker å ikke ville snakke med noen om følelsene sine, synes vi dette er et godt resultat. Så håper vi noen vil forske videre på dette. Kanskje kan slik undervisning endre gutters holdninger til det å snakke om tanker og følelser?

Ta gjerne kontakt om du ønsker mer informasjon om undersøkelsen. Meningen var å bruke disse funnene i en vitenskapelig artikkel, men dette har ikke kunnet bli en prioritert arbeidsoppgave i prosjektet. Vi velger derfor å publisere disse tallene her på hjemmesiden i stedet. Det er mange elever som har svart, og resultatet forteller mye om hva elevene lærer av dette kurset.

NB. Undersøkelsen er gjort i 2018. Undervisningsmaterialet «Livet og sånn» basert på det materialet vi hadde denne våren, men det er ikke helt likt. Elevene som får «Livet og sånn» får det samme budskapet som elevene her har fått, men de får mer av det gjennom film. Noen av oppgavene er også byttet ut med nye oppgaver. For resultater av «Livet og sånn» se undersøkelse fra våren 2019.

Ålesund mai 2019, Anne Hilde Lystad.