

Skjermtid: En liten pixel i det store bildet av barn og unges psykiske helse?

Lars Bauger

Førsteamanuensis

Bakgrunn

- Hva barn gjør på fritiden av betydning for deres psykiske helse og livskvalitet
- Digital fritid – hva de gjør på skjerm etter skoletid
 - Sosiale medier, spilling, YouTube, serier og filmer, lesing
- Sprikende funn når det kommer til hvordan den digitale fritiden påvirker barn og unges livskvalitet
 - Skjermtid liten eller ingen betydning for barn og unges livskvalitet?
 - For mye eller for lite bruk øker risiko for redusert livskvalitet?
 - Moderat negativ effekt?
- Hovedvekten av studiene på ungdomskolealder og oppover færre på barneskolealder



Mål for studien

- Hvilken sammenheng er det mellom barns digital fritidsbruk og deres psykiske helse?
 - I hvilken grad opprettholdes disse sammenhengene når man kontrollerer for kjønn, sosioøkonomisk status og deltakelse i andre fritidsaktiviteter?
 - Er det en interaksjonseffekt hvor sammenhengen mellom digital fritidsbruk og psykisk helse modereres av kjønn?



Metode

- Utvalg
 - 5301 barneskolebarn (5-7 klasse) som deltok i Ungdata pluss undersøkelsen og svarte på studievariablene
- Mål
 - Skjermtid etter skoletid på (1) se på video –f.eks. YouTube, (2) spille pc/TV-spill, (3) spille på mobil, (4) sosiale medier (SOME)
 - Svaralternativene fra 0 timer til 4 timer eller mer
 - Psykisk helse
 - SDQ-ES



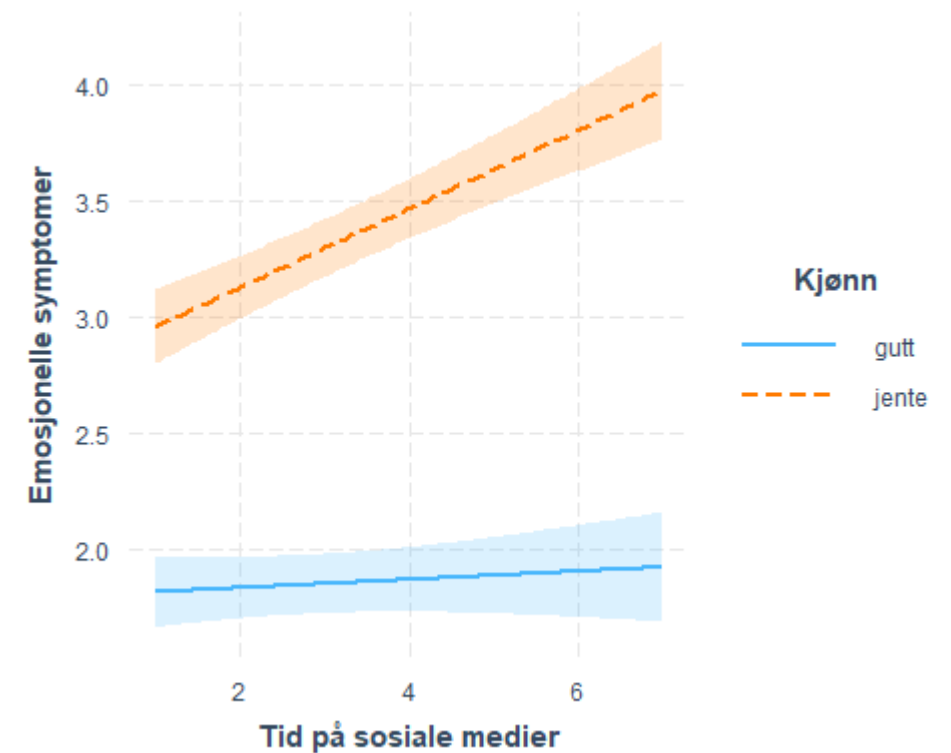
Deltakerne

	5 klasse		6 klasse		7 klasse		Overall	
	Gutt (N=809)	Jente (N=893)	Gutt (N=934)	Jente (N=896)	Gutt (N=900)	Jente (N=869)	Gutt (N=2643)	Jente (N=2658)
Emosjonelle symptomer (SD)	2.06 (1.93)	3.21 (2.34)	2.15 (1.89)	3.34 (2.33)	2.07 (1.90)	3.83 (2.53)	2.10 (1.91)	3.46 (2.41)
Fritidsaktiviteter								
Deltar på faste fritidsaktiviteter	694 (85.8%)	799 (89.5%)	802 (85.9%)	795 (88.7%)	750 (83.3%)	709 (81.6%)	2246 (85.0%)	2303 (86.6%)
Deltar ikke på faste fritidsaktiviteter	115 (14.2%)	94 (10.5%)	132 (14.1%)	101 (11.3%)	150 (16.7%)	160 (18.4%)	397 (15.0%)	355 (13.4%)
Digital fritid								
Tv/film/serier/youtube (SD)	3.80 (1.45)	3.62 (1.36)	3.82 (1.50)	3.57 (1.37)	3.81 (1.51)	3.55 (1.37)	3.81 (1.49)	3.58 (1.37)
Dataspill/tv-spill (SD)	3.99 (1.68)	2.37 (1.49)	4.07 (1.74)	2.16 (1.43)	4.06 (1.81)	1.92 (1.32)	4.04 (1.75)	2.15 (1.43)
Spilling på telefon/nettbrett (SD)	3.10 (1.59)	3.34 (1.62)	3.11 (1.70)	3.10 (1.69)	2.92 (1.63)	2.85 (1.69)	3.04 (1.64)	3.10 (1.68)
Tid på sosiale medier (SD)	2.64 (1.81)	2.91 (1.78)	3.10 (1.83)	3.62 (1.86)	3.57 (1.66)	4.53 (1.65)	3.12 (1.81)	3.68 (1.88)

Resultater

Prediktor	Model 1	Model 2	Model 3
Jente	1.38 ***	1.49 ***	0.99 ***
6 klasse	0.11	0.07	0.06
7 klasse	0.29 ***	0.20 **	0.18 *
Deltar ikke på faste fritidsaktiviteter	0.57 ***	0.44 ***	0.43 ***
Se på Tv/film/serier/youtube		0.12 ***	0.12 ***
Spiller dataspill/tv-spill		0.08 ***	0.09 ***
Spiller på telefon/nettbrett		0.04 *	0.05 *
Er på sosiale medier		0.10 ***	0.02
Interaksjon (Kjønn*sosiale medier)			0.15 ***
N	5301	5301	5301
R2	0.10	0.13	0.13

Ustandardiserte betakoeffisienter. *** $p < 0.001$; ** $p < 0.01$; * $p < 0.05$.



Avslutning

- Signifikante men små effekter av digital fritid på barns psykisk helse
 - Mer tid \leftrightarrow høyere skår på emosjonelle symptomer
 - Kjønn modererer sammenhengen mellom SOME og emosjonelle symptomer
- Hva kan forklare denne kjønnsforskjellen?

