

Styrkur í smæðinni. Líðan og samskipti unglunga í smærri og stærri byggðalögum

EYRÚN MARÍA RÚNARSDÓTTIR, lektor á Menntavísindasviði Háskóla Íslands

ÚTDRÁTTUR: Lífsgæði og versnandi líðan unglunga hefur verið skoðuð í samhengi samfélagsbreytinga en búsetuskilyrði hafa lítið komið við sögu í þeirri umræðu. Erlendar rannsóknir sýna misvísandi niðurstöður um það hvort unglungum í borgum eða strjálld byggð líður betur en líðan unglunga eftir byggðasvæðum hefur ekki verið könnuð hérlandis. Markmið rannsóknarinnar var að bera saman tíðni sálíkamlegra umkvartana unglunga eftir byggðalögum. Einnig var horft til kyns, aldurs, efnahags fjölskyldu og fjölda vina í tengslum við líðan. Spurningalisti var lagður fyrir nemendur í 8.–10. bekk í níu grunnskólum. Þar af voru fjórir skólar á höfuðborgarsvæðinu, tveir á Suðurnesjum, einn á Vesturlandi, einn á Vestfjörðum og einn á Norðurlandi. Alls svöruðu 806 unglingar spurningalistunum. Niðurstöður sýndu mun á umkvörtunum unglunga á þann veg að í smærri byggðalögum var tíðni umkvartana minni. Stúlkur fundu frekar til vanlíðanar en piltar, eldri frekar en yngri ungmenni og lakari efnahagur fjölskyldu tengdist hærri tíðni umkvartana. Almenn jókst tíðni umkvartana meðfram fjölgun netvina en þegar tengsl netvínáttu og líðanar var skoðuð eftir byggðasvæðum hafði slík vinátta ávinning í för með sér fyrir unglunga á Vestfjörðum, Vestur- og Norðurlandi. Niðurstöðurnar gefa tilefni til að skoða nánasta umhverfi unglunga og áhrif þess á samskipti og tengsl við mótun úrræða til að bæta líðan þeirra.

LYKILORÐ: Byggðalög – Líðan – Unglingar

ABSTRACT: International research present conflicting findings on whether well-being is better supported in rural or urban environments, but this aspect remains unexplored in the context of Iceland. The study aimed to assess and compare psychosomatic complaints among adolescents between urban and semi-urban areas. Additionally, the research explores the influence of gender, age, family affluence, and the number of friends on adolescent well-being. A survey was conducted across nine schools, with four in the capital area, two in Reykjanes, and three in the western and northern regions of the country, involving 806 participants ranging from 8th to 10th graders. The findings revealed a higher prevalence of psycho-

somatic complaints among adolescents in the capital area compared to other regions. Girls reported more complaints than boys, and older adolescents more than their younger counterparts. Furthermore, lower family affluence was associated with a higher frequency of complaints. While a positive correlation was observed between more frequent complaints and a higher number of internet friends, interaction revealed that internet friendships appeared to benefit adolescents in the West and North more than their counterparts in the capital area. The findings underscore the significance of considering adolescent's social settings when formulating interventions to improve their well-being.

KEYWORDS: Settlements – Well-being – Adolescents

Inngangur

Líðan unglunga hefur verið undir smásjánni og benda rannsóknir til að henni fari hrakandi. Lítið er til ýmissa samfélagsbreytinga 21. aldar sem mögulegra sökudólga en ekki er til einhlítt svar við því hvað veldur þessari þróun (sjá t.d. Ársæl Arnarsson, 2019). Eitt af því sem hefur lítið heyrst af í slíkum vangaveltum er hvort tegund búsetu og nánasta samfélag sem unglungurinn býr í, kemur þarna við sögu. Rannsóknir sem beinast að lífsgæðum og heilsu í borgarsamfélögum og þéttbýli í samanburði við strjálly byggðir eða fámennari bæi líta til þátta, svo sem streitu, umhverfis og náttúru, stjórnarfars og stöðu einstaklings í samfélagi (Krefis o.fl., 2018). Mengun, þéttleiki byggðar, lélegur húsakostur, streita, hraði í samfélaginu og félagsleg einangrun geta dregið úr lífsgæðum og vellíðan í borgarsamfélögum (Boraita o.fl., 2022). Í strjálbýli getur til dæmis flóknara aðgengi að heilbrigðis- og félagsþjónustu dregið úr lífsgæðum en einnig ef aðgengi að skólum eða atvinnutækifærum er af skornum skammti (Prochaska o.fl., 2020).

Erlendum rannsóknum á heilsu og líðan barna og unglunga í stærri og smærri byggðalögum ber ekki saman, sumar sýna verri líðan í borg miðað við minni byggðalög eða sveitir og aðrar engan mun (Boraita o.fl., 2022; Jonsson o.fl., 2019; Rees o.fl., 2017). Ungu fólki finnst það öruggara og frjálsara í strjálly byggðum (Eriksson o.fl., 2011) en er ánægðara með aðstöðu til íþróttar- og tómstundaiðkunar í borgum (Eriksson o.fl., 2011; Krefis o.fl., 2018). Í íslenskum könnunum meðal fullorðinna og ungmenna er mikilvægi sterkra tengsla við fjölskyldu og vini í smærri byggðalögum tíundað sem liður í þeirri ákvörðun að búa áfram á svæðinu (Þóroddur Bjarnason, 2011; Þóroddur Bjarnason o.fl., 2019). Tengsl og stuðningur fjölskyldu og vina eykur vellíðan á öllum aldurs skeiðum en mikilvægi vina eykst á unglingsaldrinum (Sigrún Aðalbjarnardóttir, 2019). Áhrif vinatengsla á byggðafestu ætti því ekki að koma á óvart. Þekkt er einnig að efnahagur tengist síðri heilsu, að stúlkur finna frekar til vanlíðanar á unglingsaldri en piltar og að slök tengsl við vini auki vanlíðan (Ársæll Arnarsson, 2019). Óvíst er hvort búseta í þéttbýli eða strjálbýli skipti máli um þessi tengsl.

Markmið þessarar rannsóknar sem unnin er úr spurningalistakönnun meðal nemenda í 8.-10. bekk var að kanna hvort tíðni sálílkamlegra umkvartana væri mismunandi eftir búsetusvæði. Þátttakendum var skipt upp í þrjú svæði; höfuðborgarsvæði, Suðurnes og Vestur- og Norðurland. Auk þess að rýna í tíðni umkvartana var kannað hvort efnahagur fjölskyldu, kyn og fjöldi vina skipti máli um tengsl búsetu og líðanar. Ekki fundust sambærilegar rannsóknir á líðan unglunga eftir búsetu og er þetta því fyrsta rannsókn sinnar tegundar hér á landi. Þessi rannsókn gefur dæmi um líðan unglunga á nokkrum búsetusvæðum sem færa má rök fyrir að hafi ólíka eiginleika hvað varðar umhverfi og náttúru, þéttleika byggðar og aðgengi að þjónustu. Slíkar upplýsingar um líðan unglunga eftir búsetu, vinatengsl og áhrif efnahags fjölskyldu á líðan hafa gildi í umræðu um úrræði til að sporna gegn versnandi líðan unglunga og einnig til að auka skilning á lífi og lífsgæðum íbúa í mismunandi byggðalögum.

Áhrif umhverfis á líðan og lífsgæði

Ólík búsetuskilyrði skapa einstaklingum aðstæður fyrir mismunandi reynsluheim. Hér er leitast við að gefa yfirlit um búsetuskilyrði sem athygli er beint að í rannsóknum þegar ánægja og líðan íbúa er skoðuð. Áhersla er lögð aðstæður og reynsluheim unglunga. Fjallað er um umhverfi þeirra með hliðsjón af einkennum byggða og félagslegu umhverfi svo sem menntun og efnahag foreldra.

Í könnun á búsetugæðum sem lögð var fyrir íbúa í íslenskum byggðakjörnum þar sem færri en tvö þúsund íbúar bjuggu, kom fram ánægja hjá meirihluta svarenda. Meðal annars var náttúra ríkur þáttur í ánægju íbúa og áformum um áframhaldandi búsetu í byggðakjarnanum; hreint loft, kyrrð og lítil umferð en einnig lítil hætta á afbrotum. Sterk tengsl við fjölskyldu og vini stuðluðu einnig að byggðafestu ásamt atvinnu og húsnæði. Í sömu könnun var helsta ástæða fyrirætlana um brottflutning betri atvinnutækifæri annars staðar, bætt aðgengi að menningu og afþreyingu, verslun og heilbrigðisþjónustu. Tækifæri barna svo sem til menntunar eða íþróttá- og tómstundastarfs voru einnig lóð á vogarskálarnar í þeirri ákvörðun (Þóroddur Bjarnason o.fl., 2019). Íbúakönnun frá 2020 staðfestir þá mynd sem hér er dregin upp af mikilvægi náttúru. Náttúra og friðsæld þóttu mikilvæg búsetuskilyrði en könnunin leiddi einnig í ljós að íbúar höfuðborgarsvæðis og Reykjanesbæjar voru síst hamingjusamir og að mestu hamingjuna var að finna í Vestmannaeyjum og í Snæfellsbæ (Vífill Karlsson og Helga María Pétursdóttir, 2021). Yngra fólk í minni byggðalögum nefnir gjarnan að það myndi auka lífsgæði þeirra að hafa betra aðgengi að menningu, verslun og íþróttaaðstöðu (Krefis et al., 2018).

Misvísandi niðurstöður er að finna um líðan og lífsánægju ungmenna í þéttbýli miðað við strjálbýli. Til dæmis komust Boraita og félagar (2022) að því að ungmenni strjálly byggða á Spáni mátu heilsutengd lífsgæði sín betri en ungmenni í borgum og meiri hætta var á geðvanda hjá ungmönnum sem bjuggu í borg. Í sænskri rannsókn kom fram að streita og vanlíðan var algengari meðal ungra kvenna í borgum en í strjálbýli (Jonsson o.fl., 2019). Á hinn bóginn fundu Rees og félagar (2017) engan mun á lífsánægju og sálrænni velferð barna í Kóreu, Rúmeníu og Argentínu hvort sem þau bjuggu í borg eða smærri byggðalögum. Suðuráfrísk börn í strjálbýli voru ánægðari með líf sitt en borgarbörn. Við leit fannst lítið sem ekkert af sambærilegum rannsóknum á líðan íslenskra barna eða unglunga eftir búsetu í borg eða strjálbýli. Sú umfjöllun sem helst snerti heilsu og lífskjör ungmenna eftir búsetu beindist að hreyfingu og holdafari. Sem dæmi um það eru vísbendingar um meiri hreyfingu meðal barna á höfuðborgarsvæði miðað við börn í bæjum og sveitum (Kristján Þór Magnússon o.fl., 2011).

Víða er menntunarstig íbúa utan borga lægra og efnahagsleg staða lakari (Rees o.fl., 2017). Hér á landi sýndu gögn Hagstofu Íslands frá árinu 2021 herra hlutfall háskólamenntaðra á aldrinum 25–64 ára á höfuðborgarsvæðinu (50%) en á landsbyggðunum (30%) (Hagstofa Íslands, 2022). Lítil munur er á mati íbúa á fjárhagsvanda og framfærslu milli byggðalaga sé miðað við íbúakönnun frá 2020 þar sem svör frá íbúum 25 landsvæða voru borin saman. Þegar lítið er til launa fannst nokkur munur og komu höfuðborgarsvæði, Fjarðabyggð, Suðurfirðir og Vestmannaeyjar best út (Vífill Karlsson og Helga María Pétursdóttir, 2021). Séu þessar vísbendingar settar í samhengi við lífsskilyrði ungs fólks í borg og bæjum má teljast jákvætt að ekki halli á nein byggðalög í mati fullorðinna á fjárhagsvanda og framfærslu en lægra menntunarstig á landsbyggðunum gæti haft neikvæð áhrif til að mynda á hvata og tækifæri ungmenna til að sækja sér menntun.

Tengsl heilsufars og efnahagsstöðu eru almennt á þann veg að þeir sem hafa minna milli handanna meta heilsu sína jafnframt lakari (Lund o.fl., 2018; Svandís Nína Jónsdóttir, 2022) Samfélagslegur ójafnuður lífsgæða hallar yfirleitt frekar á strjálbýlið og kemur niður á heilsufari og lífslíkum (Probst o.fl., 2018). Þetta skiptir máli fyrir velferð ungs fólks en félagsleg og efnahagsleg staða foreldra tengist tækifærum og velferð barna (Rees o.fl., 2017). Í samanburði Evrópulanda er hlutfall barna sem búa við skort á efnislegum gæðum lægst á Íslandi eða 4,6%. Meðaltal fyrir ríki Evrópusambandsins er 14,7%. Árið 2021 bjuggu um 2% barna á höfuðborgarsvæðinu við efnislegan skort

og tæplega 9% barna utan höfuðborgarsvæðis. Skortur á efnislegum gæðum getur til dæmis falist í vanskilum fjölskyldunnar, að geta ekki farið í árlegt frí, mætt óvæntum útgjöldum eða að hafa ekki efni á sjónvarpstæki, þvottavél, síma eða bíl. Þá bjuggu 12% barna á höfuðborgarsvæði og 16% barna utan höfuðborgarsvæðis á heimilum undir lágtekjumörkum (Þórdís Birna Borgarsdóttir, 2022). Þrátt fyrir að ólíklegra sé íslensk börn búi við skort en jafnaldrar annars staðar í álfunni er það áhyggjuefni að efnislegur skortur barna utan höfuðborgarsvæðis sé algengari. Við þær aðstæður skerðast til dæmis möguleikar þeirra til að fylgja jafnöldrum eftir í frístundastarfi eða taka þátt í viðburðum sem kosta.

Í nýlegri íslenskri rannsókn kom fram að meti ungmenni fjárhagsstöðu fjölskyldu mjög slæma væru líkur á depurð 25-faldar á við aðra. Slök tengsl við vini þrefölduðu líkur á depurð og stúlkur voru tvöfalt líklegri til að finna til depurðar nær daglega en piltar (Ársæll Arnarsson, 2019). Raunar er algengt að niðurstöður rannsókna sýni minni lífsánægju og verri andlega heilsu hjá stúlkum samanborið við pilta (Rannsóknir og greining, 2022) og versnandi geðheilsu hjá stúlkum samanborið við pilta (Bor o.fl., 2014).

Líkt og ofangreint yfirlit ber með sér getur fjölmargt í nærumhverfi ungmenna haft áhrif á lífsgæði þeirra og líðan. Ekki eru tiltækar íslenskar rannsóknir á mati ungmenna á búsetuskilyrðum eða líðan eftir búsetu en kannanir meðal fullorðinna gefa ákveðnar vísbendingar. Fram hefur komið að kostir strjálí byggða felist í öryggi, aðgengi að náttúru, friðsæld og kyrrð en í sumum tilfellum sé þar flóknara að nálgast þjónustu, atvinnu og tómstundir fyrir unga fólkið. Þar hafi þéttari byggð sterkari stöðu. Lægra menntunarstig og hærri hlutfall barna sem búa við efnislegan skort utan höfuðborgarsvæðis bendir til að sé þar bætt úr auki það lífsgæði barna og unglinga. Síðast en ekki síst tengist líðan unglinga samskiptum þeirra við vini og fjölskyldu og vert að huga að því hvernig búseta og umhverfi skapar grundvöll stuðningsríkra tengsla.

Áhrif umhverfis á samskipti og tengsl

Þó lítið hafi fundist af rannsóknum á samskiptum og tengslum unglinga eftir búsetu verður hér dregið fram hvers konar þættir geta haft áhrif á þessi tengsl og hvaða möguleikar eru til viðbragða. Fjallað um félagsauð og fámenni, samskipti á neti, staðartengsl og er leitast við að staðsetja lífshætti unglinga innan þess.

Einkenni hverfa er einn áhrifaþáttur líðanar og lífsánægju ungmenna. Til að mynda gefa íslenskar rannsóknir til kynna tengsl félagsauðs hverfa sem birtist í stuðningsríkum fjölskyldu- og vinatengslum, við vellíðan unglinga (Eyrún María Rúnarsdóttir og Rúnar Vilhjálmsson, 2019) og að efnahagslegur ójöfnuður hverfa tengist vanlíðan (Arndís Vilhjálmisdóttir o.fl., 2016). Í félagsauð felast ekki einungis nándartengsl við fjölskyldu og vini en einnig traust í samfélagi, öryggi og breiðara tengslanet svo sem við nágranna, foreldra og fjölskyldu vina og innan skólasamfélags (Gheitarani o.fl., 2020). Þegar hefur komið fram að slík atriði auka byggðafestu.

Tengslanet og aðgengi að jafnöldrum í nágrenni við heimili eða skortur á því getur skipt verulegu um líðan ungs fólks. Félagar og vinir verða æ mikilvægari eftir því sem líður á unglingsárin en vinir geta veitt viðurkenningu, félagsskap og stuðning sem eykur velferð unglingsins (Sigrún Aðalbjarnardóttir, 2019; Wang o.fl., 2017). Fleiri vinir gefa unglingsnum tilfinningu fyrir nánd og stuðningi (Flynn o.fl., 2017). Þegar íslensk ungmenni voru spurð um fyrirætlanir sínar um að flytja eða verða um kyrrt í núverandi byggðalagi, drógu góð tengsl við fjölskyldu og vini úr áhuga á brottflutningi (Þóroddur Bjarnason, 2011). Þessi mikilvægu tengsl juku ánægju ungmenna með búsetu sína en ekki er sjálfsagt að þau séu til staðar. Í smærri byggðalögum geta skapast þær aðstæður að jafnaldrar eru fáir eða langt er á milli heimila sem dregur úr tækifærum til samskipta (Dooris o.fl., 2008). Við þær aðstæður vaknar sú spurning hvort og hvernig unglingar bæta sér upp skort á aðgengi að jafnöldrum og hvaða áhrif hann hefur á líðan eða sýn á flutninga frá svæðinu.

Við leit fannst lítið af efni um vina- og félagatengsl í fámenni eða hvernig unglingar bæta sér

upp takmarkaðan aðgang að jafnöldrum. Rannsókn Dooris o.fl. (2008) benti til þess að unglingar í strjálbýli hefðu minni aðgang að stuðningi vina og nýttu sér ekki möguleika netsins til að bæta sér upp skort á tengslum. Raunar nýttu unglingar í borgum þennan möguleika frekar. Hafa ber í huga að rannsóknin var gerð þegar landslag samfélagsmiðla var annars konar en það er nú. Tækifæri til samskipta á netinu hafa frá 2008 margfaldast bæði að gerð og umfangi og væri forvitnilegt að endurtaka rannsóknina við núverandi aðstæður. Ekki er ólíklegt að niðurstöður rannsókna af þessu tagi yrðu aðrar ef hún væri gerð nú. Til að gefa dæmi mætti heimfæra aðstæður þar sem fáir jafnaldrar eru, yfir á þær sem blasa við ungmennum sem flytjast til nýs lands og hafa þar með takmarkað aðgengi að vináttu jafnaldra, að minnsta kosti til að byrja með. Rannsóknir gefa til kynna að netið nýtist þeim hópi til samskipta við vini og sé mikilvægur þáttur í að auðvelda þeim líf á nýjum stað (Kumi-Yeboah o.fl., 2020).

Almennt sýna rannsóknir á samfélagsmiðlanotkun unglunga að hún tengist auknum líkum á depurð, sér í lagi meðal stúlkna (Santos, 2023). Þar með er sagan ekki öll sögð heldur gefa miðlarnir unglungum færi á að finna til nándar og tengsla við aðra og fá unglingar jákvæða endurgjöf frá félögum (Torrijos-Fincial o.fl., 2021). Jafnvel má álykta að jákvæð áhrif samfélagsmiðla og netsamskipta í lífi ungmenna séu vanmetin en ljóst er að kanna má með markvissari hætti hvort og hvernig ungmenni sem búa við viðkvæm félagsleg tengsl í raunheimi geta bætt sér þau tengsl upp í netheimi.

Fámenni í bæjarfélagi verður enn erfiðara fyrir ungmenni ef tengsl við jafnaldra eða annað heimafolk eru brokkgeng eða ekki styðjandi. Í íslenskri rannsókn á þætti eineltis í væntingum ungmenna um að flytjast brott úr bæjarfélagi sínu kom til dæmis fram að fórnarlömb eineltis voru líklegri til að búast við að flytja burt (Þóroddur Bjarnason o.fl., 2021). Einelti dró úr staðartengslum en slík tengsl ráðast meðal annars af því hvernig einstaklingar passa inn í samfélagið. Rannsóknir sýna að í fámennum byggðalögum geti skort aðeins á umburðarlyndi í garð þeirra sem skera sig úr (Þóroddur Bjarnason, 2018). Í slíkum tilfellum geta fordómar eða önnur viðbrögð átt greiða leið að ungmennum og skert frelsi þeirra til að þroska og þróa sjálfsmynd sína (Þóroddur Bjarnason o.fl., 2021; Haugen og Villa, 2006; Jonsson o.fl., 2019). Þessu lýstu dönsk ungmenni í rannsókn þeirra Pedersen og Gram (2018) í smærri byggðalögum vel þegar þau sögðust stolt af byggðalaginu og höfðu sterka tilfinningu fyrir að tilheyra en að þeim hafi þótt erfiðara að fá nægilegt athafnarými í friði frá vökulum augum nágretta þegar leið á unglingsárin.

Líðan og tengsl eftir búsetu

Rannsóknarniðurstöður síðustu ára benda til aukinnar depurðar unglunga sem ástæða er til að hafa áhyggjur af (Ársæll Arnarsson, 2019). Í þessari rannsókn er líðan unglunga undir smásjóni og eru skoðuð svör unglunga við spurningum um tíðni svonefndra sálíkamlegra umkvartana. Þar á meðal er mat þeirra á tíðni verkja, svefnerfiðleikum, svima, pirringi eða skapvonsku og depurð. Greint er hvort munur sé á tíðni slíkra umkvartana eftir búsetusvæði þátttakenda og er það í fyrsta sinn sem það er gert héraendis svo vitað sé til. Fjölmargt getur skýrt eða haft áhrif á líðan unglunga og hafa hér verið nefndir til sögunnar þættir sem tengjast búsetu líkt og aðgengi að menntun og tómsundum, náttúru og kyrrð. Fjárhagsstaða fjölskyldu og tengsl við vini og fjölskyldu eru einnig til umfjöllunar í þessu samhengi. Þessi rannsókn beinist að sálíkamlegum umkvörtunum unglunga á þremur ólíkum svæðum á landinu en þau eru höfuðborgarsvæðið, Suðurnes og svo þrjú byggðalög á Vestfjörðum, Vesturlandi og Norðurlandi sem mynda þriðja flokkinn. Kannað er hvort kyn unglunga, aldur, efnahagsleg staða fjölskyldu og fjöldi vina getur skýrt líðan þeirra á þessum þremur svæðum. Sérstaklega er litið til þess hvort samskipti við vini í raunheimi og sem eingöngu fara fram í gegnum netið séu ólík eftir svæðum eða tengist líðan á ólíka vegu eftir svæðum. Rannsóknarspurningar eru því eftirfarandi: Finnst munur á sálíkamlegum umkvörtunum unglunga eftir búsetu? Hver eru tengsl kyns, aldurs og efnahagslegrar stöðu fjölskyldu við líðan unglunga? Hver eru tengsl fjölda vina í raunheimi og netheimi við líðan unglunga á svæðunum þremur?

Aðferð

Rannsóknin er byggð á gögnum úr þversniðsrannsókn í rannsóknarverkefninu Vinatengsl í fjölmeningarsamfélagi sem höfundur stóð að og stýrði. Gögnum var safnað með spurningalistakönnun árið 2018. Þjálfaðir rannsakendur lögðu spurningalista fyrir nemendur í 8.–10. bekk í níu grunnskólum. Þar af voru fjórir skólar á höfuðborgarsvæðinu og fimm utan höfuðborgarsvæðisins (Suðurnes, Vesturland, Vestfirðir og Norðurland).

Þátttakendur

Þátttökuskólarnir níu voru valdir með markmiðsúrtaki sem tók mið af markmiðum fyrrgreinds rannsóknarverkefnis. Eitt þeirra markmiða var að úrtakið næði til skóla á höfuðborgarsvæði og skóla í minni og meðalstórum byggðalögum utan höfuðborgarsvæðis. Úrtakið leyfði að flokkaðir væru saman skóla af mismunandi svæðum og byggðalögum en fjöldi skóla á hverjum stað takmarkaði möguleika til flokkunar. Eðlilegast þótti að nálgast markmið rannsóknarinnar með því að setja saman í flokk þátttakendur í skólum af höfuðborgarsvæði og voru fjórir skólanna þar og helmingur þátttakenda. Nemendur tveggja skóla á Suðurnesjum fylltu næsta flokk en þetta byggðasvæði hefur ýmsa eiginleika sem gerir það frábrugðið svæðum annars staðar svo sem nálægð við höfuðborg. Í þriðja flokki voru þátttakendur í skólum á Vesturlandi (einn skóli), Vestfjörðum (einn skóli) og Norðurlandi (einn skóli). Æskilegast hefði verið að hvert þessara svæða væri sér flokkur í greiningu en við það hefðu tækifæri til tölfræðiúrvinnslu tapast sökum fæðar þátttakenda á hverjum stað. Alls bárust svör frá 806 unglungum og var svarhlutfall 82%. Heldur fleiri piltar svöruðu (51,5%) en stúlkur (48,5%), en ekki er vitað um kyn tveggja unglunga. Alls svaraði 281 (35%) unglungur úr 8. bekk, 231 (29%) úr 9. bekk og 293 (36%) úr 10. bekk. Tafla 1 sýnir kyn og aldur þátttakenda á þeim þremur byggðasvæðum sem rannsóknin náði til. Þátttakendur á Suðurnesjum voru 198 og af svæðinu Vestur- og Norðurland voru 200 og var aðeins breytilegt eftir svæðum hversu hátt hlutfall nemenda úr hverjum árgangi var.

Tafla 1. Fjöldi og hlutföll unglunga á svæðunum þremur.

		Höfuðborgarsvæði N=408 (%)	Suðurnes N =198	Vestur- og Norðurland N=200
<i>Kyn</i>	Stúlkur	193 (47%)	97 (49%)	100 (50%)
	Piltar	213 (53%)	101 (51%)	100 (50%)
<i>Aldur</i>	8. bekkur	141 (35%)	75 (38%)	65 (33%)
	9. bekkur	122 (30%)	55 (28%)	54 (27%)
	10. bekkur	144 (35%)	68 (34%)	81 (40%)

Þátttakendur fæddir á Íslandi voru 664 (82%) og 142 (18%) í öðru landi en Íslandi. Sökum fámennis í hópum þeirra sem voru af erlendum uppruna og bjuggu utan höfuðborgarsvæðis var sú breyta ekki notuð við greiningu. Spurningalistinn var á íslensku og voru kennarar beðnir að meta hversu vel nemendur þeirra voru í stakk búnir að svara. Að mati kennara töldust 11 unglingar ekki hafa öðlast nægilega færni í íslensku og tóku ekki þátt.

Mælitæki

Sállíkamlegar umkvartanir var háð breyta í rannsókninni. Þátttakendur voru beðnir að svara átta spurningum með því að meta hversu oft síðustu sex mánuði þeir hefðu fundið fyrir höfuðverk, magaverk, bakverk, depurð, pirringi eða skapvonsku, svefnerfiðleikum, svima eða verið taugaóstyrkir. Mælingin var þróuð af rannsakendum fjölþjóðlega rannsóknarverkefnisins Heilsa og lífskjör skólabarna (Health Behavior in School-Aged Children - HBSC) og hefur reynst áreiðanleg og

gagnleg til að lýsa líðan unglinga (Ársæll Arnarsson, 2019; Elgar o.fl., 2015; Haugland og Wold, 2001). Svarmöguleikar voru á bilinu 0 til 4: Sjaldan eða aldrei (0), um það bil mánaðarlega (1), um það bil vikulega (2), oftar en einu sinni í viku (3) og hér um bil daglega (4). Svarmöguleikar 0 og 1 voru lagðir saman og svarmöguleikar 2 og 3 fyrir myndræna úrvinnslu. Fyrir frekari úrvinnslu var útbúin ein raðbreyta úr mælingunni með því að leggja saman svör við öllum spurningunum. Samtala var á bilinu 0–32 og sýna hærri tölur verri líðan. Útreikningar á áreiðanleika sýndu stuðulinn 0,88.

Óháðar breytur í rannsókninni voru búsetusvæði, kyn, aldur, efnahagur fjölskyldu og fjöldi vina. Útbúnir voru þrjú flokkar með hliðsjón af búsetu þátttakenda líkt og lýst var í kafla um þátttakendur. Breytan var vísibreyta í aðhvarfsgreiningu þar sem höfuðborgarsvæði var til viðmiðunar. Kyn var tvígild vísibreyta með pílta til viðmiðunar og aldur miðaðist við árgang nemenda þar sem 8. bekkur var viðmiðunarhópur í aðhvarfsgreiningu. Efnahagur fjölskyldu var metinn með svokölluðum FAS-kvarða (e. *Family Affluence Scale*) (Boyce o.fl., 2006). Sú útgáfa kvarðans sem hér er notuð hefur að geyma sex spurningar um bíla- og tölvueign fjölskyldunnar, fjölskyldufrí, hvort þátttakandi hafi sérherbergi, fjölda baðherbergja á heimilinu og hvort uppþvottavél sé á heimilinu (Elgar o.fl., 2016). Hver spurning fékk svargildi sem svo voru lögð saman til að mynda heildargildi á kvarðanum 0–13. Hærra gildi gefur til kynna betri efnahagslega stöðu fjölskyldunnar.

Vinátta var útskýrd á eftirfarandi hátt og var í kjölfarið spurt um fjölda vina: „Vinir eða vinkonur eru til dæmis einhverjir sem þú getur talað um persónulega hluti við, hringt í til að spjalla eða kíkt í heimsókn til.“ Í spurningalistanum voru þrjár spurningar um fjölda vina. Sú fyrsta sneri að fjölda íslenskra vina, í annarri var spurt um fjölda vina sem væru frá öðru landi en Íslandi og í þeirri þriðju um fjölda vina sem viðkomandi átti eingöngu samskipti við á netinu. Svarmöguleikar voru sex: 1) ég á engan slíkan vin, 2) ég á einn slíkan vin, 3) ég á 2–3 slíka vini, 4) ég á 4–6 slíka vini, 5) ég á 7–10 slíka vini og 6) ég á 11 eða fleiri slíka vini. Úr hverri spurningu var útbúin raðbreyta með miðgildi hvers flokks á bilinu 0–12,5.

Framkvæmd og gagnagreining

Rannsókn þessi var tilkynnt til Persónuverndar (nr. S8478) og var þágildandi lögum um persónuvernd og meðferð persónuupplýsinga nr. 77/2000 fylgt. Því næst veitti Vísindasiðanefnd Háskóla Íslands umsögn um rannsóknaráætlunina og hlaut hún brautargengi að lokinni umfjöllun (nr. 17-029). Þess var gætt að engar spurningar listans væru þess eðlis að hægt væri að rekja svör til einstaklinga og var nafnleysi þátttakenda tryggt. Spurningalistinn var forprófaður og tóku sex ungmenni þátt í prófun. Leiðbeiningar voru endurskoðaðar á nokkrum stöðum í kjölfarið.

Leyfi fyrir rannsókn var aflað hjá viðkomandi yfirvaldi í sveitarfélögunum og hjá skólastjórnendum. Upplýsingabréf var sent í tölvupósti til foreldra þátttakenda frá skólunum og gátu þeir hafnað þátttöku unglingsins í rannsókninni. Tekið var skýrt fram í upplýsingum til þátttakenda að þeir gætu hætt þátttöku hvenær sem væri og sleppt spurningum sem þeir vildu ekki svara. Spurningalistakönnunin var rafræn og var vistuð í forritinu Qualtrics á vegum Menntavísindastofnunar Háskóla Íslands. Að svörun lokinni var svæði könnunar lokað og gögn eingöngu aðgengileg rannsakanda, varin með lykilorði.

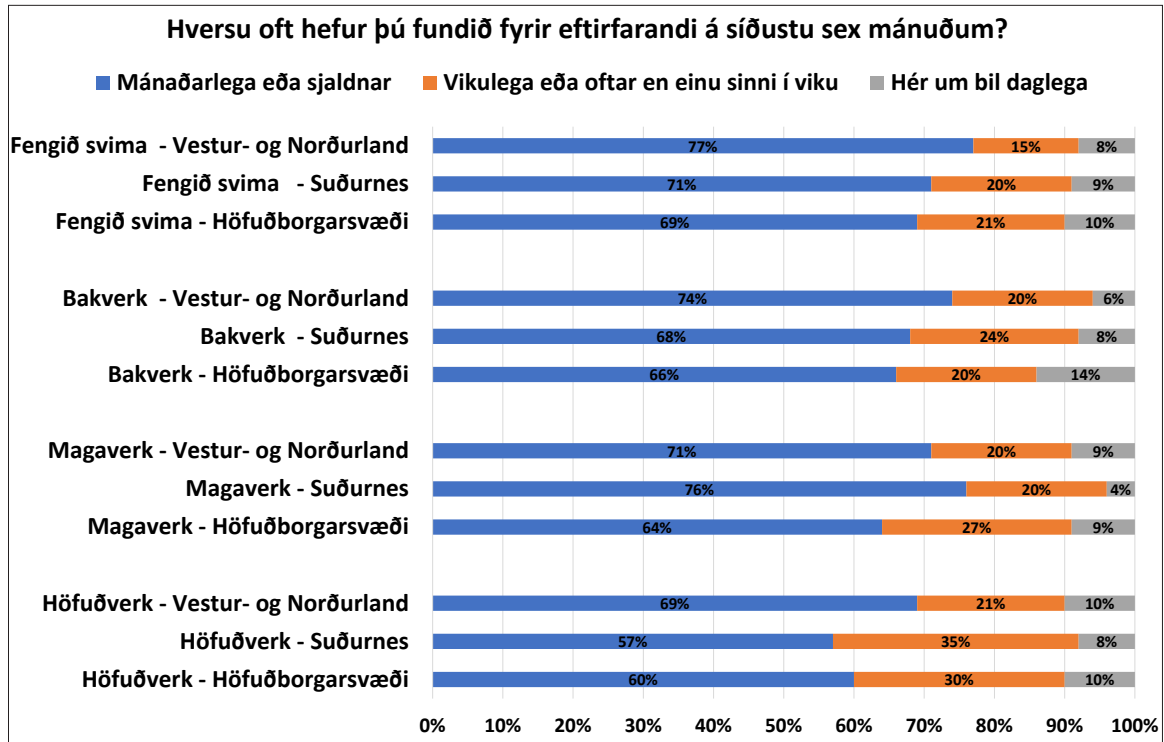
Jamovi 2.2.5 tölfræðiforritið var notað við úrvinnslu gagna. Reiknuð voru hlutföll sálíkamlegra umkvartana eftir svæðum og meðaltöl og staðalfrávik raðbreyta. Loks var gerð fjögurra þrepa línuleg fjölbreytuaðhvarfsgreining til að spá fyrir um sálíkamlegar umkvartanir ungmenna. Á fyrsta þrepi líkansins spáðu búseta á mismunandi svæði fyrir líðan, á þrepi tvö var kyni og árgangi bætt við líkan og á því þriðja efnahag fjölskyldu og fjölda vina. Á fjórða þrepi líkansins var marktækri samvirkni bætt við líkanið.

Niðurstöður

Umfjöllun um niðurstöður hefst á því að svör unglinga um tíðni verkja og vanlíðanar eru sýnd eftir búsetusvæðunum þremur. Munur á umkvörtunum eftir búsetu var kannaður með marktæktarprófinu

kí-kvaðrat og sýnir mynd 1 tíðni verkja og svima en mynd 2 tíðni annarrar vanlíðanar. Fyrsta rannsóknarspurningin beindist að sálíkamlegum umkvörtunum unglunga og hvort finna mætti mun á þeim umkvörtunum á búsetusvæðunum þremur. Þeirri spurningu er fyrst svarað með ofangreindum myndum en þar næst með því að bera saman meðaltöl samanlagðrar vanlíðanar eftir svæðum, kyni og aldri.

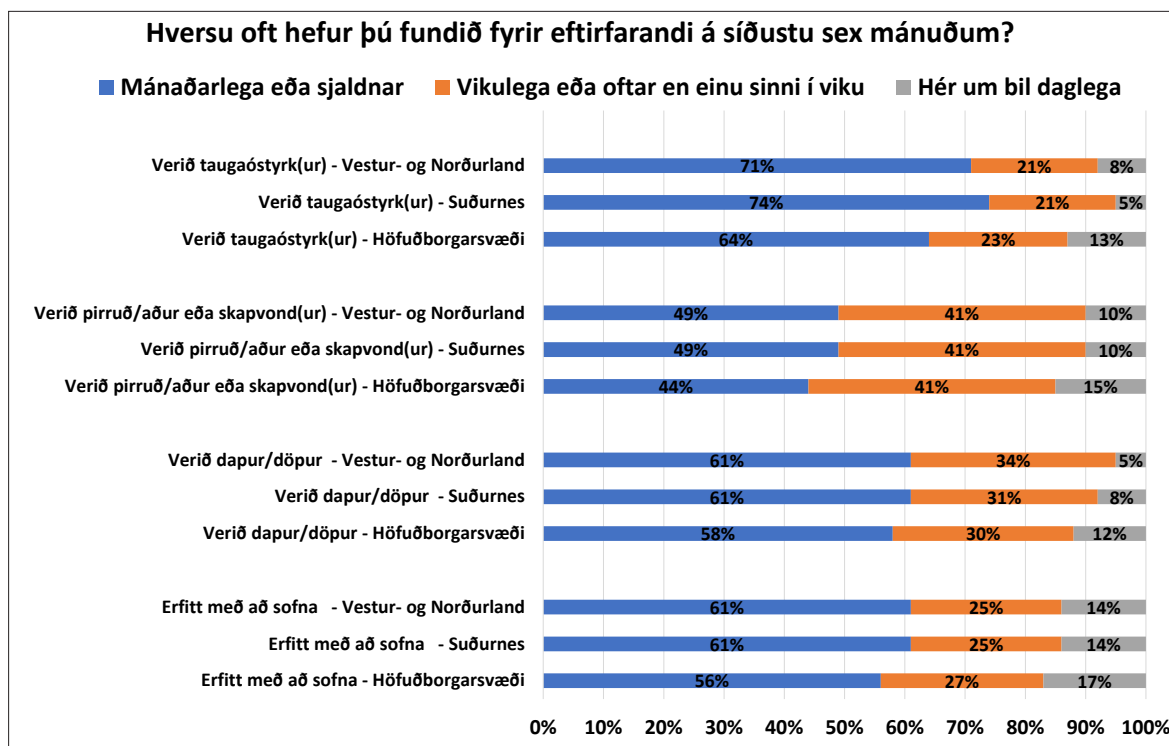
Mynd 1. Höfuð- bak, og magaverkir, svimi og svefnerfiðleikar eftir búsetu.



Sé horft til tíðni verkja sýnir mynd 1 að á höfuðborgarsvæðinu var algengara að unglingar myndu vikulega eða oftár fyrir einhvers konar verkjum. Tíðni þess var 40% fyrir höfuðverki, 36% fyrir magaverki og 24% fyrir bakverki en yfirleitt nokkuð lægri í öðrum landshlutum. Í flestum tilvikum segist hærra hlutfall unglunga á höfuðborgarsvæðinu en á öðrum svæðum finna hér um bil daglega til verkja eða svima eða á bilinu 9–14%. Þetta hlutfall er á bilinu 4–9% á Suðurnesjum og 6–10% á Vestur- og Norðurlandi. Á síðastnefnda svæðinu finna unglingar sjaldnast til höfuðverkja (69%), bakverkja (74%) og svima (77%). Unglingar á Suðurnesjum finna bæði sjaldnast fyrir magaverk (76%) og oftár fyrir höfuðverk sé miðað við hlutfall þeirra sem finna til höfuðverkja einu sinni í viku eða oftár (43%). Marktækur munur er á tíðni höfuðverkja hjá unglungum á svæðunum þremur samkvæmt kí-kvaðrat prófinu $X^2(4, N=791) = 9,96, p = 0,041$ á tíðni magaverkja $X^2(4, N=791) = 10,80, p = 0,029$ og á tíðni bakverkja $X^2(4, N=786) = 10,90, p = 0,028$. Ekki var marktækur munur á tíðni svima.

Mynd 2 sýnir tíðni umkvartana svo sem um depurðar, pirrings eða skapvonsku og að vera taugaóstyrk(ur). Séu myndirnar tvær bornar saman má sjá að heldur algengara er að unglingar finni fyrir pirringi, depurð og svefnerfiðleikum en líkamlegum verkjum, svima eða taugaóstyrk. Til að mynda var hlutfall þeirra sem eiga erfitt með að sofna vikulega eða oftár 44% á höfuðborgarsvæðinu, 46% finna til taugaóstyrks þetta oft, 42% segjast finna til depurðar einu sinni eða oftár í viku og 57% verða pirruð eða skapvond einu sinni eða oftár í viku. Þetta hlutfall er 35–40% fyrir verki. Heldur færri finna til slíkrar vanlíðanar utan höfuðborgarsvæðis. Þannig má sjá að 26% unglunga á Suðurnesjum og 29% á Vestur- og Norðurlandi finna vikulega eða oftár fyrir taugaóstyrk, 51% unglunga á Suðurnesjum og Vestur- og Norðurlandi verða pirruð eða skapvond einu sinni eða oftár í viku og 39% unglunga á þeim svæðum á erfitt með svefn. Munur á svæðum var marktækur í tilvikum þess að

Mynd 2. Sálrænar umkvartanir og svefnerfiðleikar eftir búsetu



unglingum finnst þeir taugaóstyrkir $X^2(4, N=785) = 11,4, p = 0,022$. Munurinn var ekki marktækur fyrir svefnerfiðleika, depurð eða perring og skapvonsku.

Spurningin um mun á umkvörtunum eftir búsetu er einnig ávörpuð í töflu 2. Þar eru sýnd meðaltöl og staðalfrávik sálíkamlegra umkvartana, eftir að búið er að leggja svör saman í heildarskor. Meðaltöl eru sýnd á svæðunum þremur eftir kyni og aldri í samræmi við rannsóknarspurningu um tengsl þess við líðan. Einnig eru sýnd meðaltöl efnahagslegrar stöðu eftir búsetu og meðalfjöldi vina eftir búsetu.

Tafla 2. Meðaltöl og staðalfrávik líðanar, vina og efnahags fjölskyldu

		Höfuðborgar- svæði M (SF)	Suðurnes M (SF)	Vestur- og Norðurland M (SF)
Sálíkamlegar umkvartanir (0–32)	Allir	11,5 (8,2)	9,6 (7,4)	9,4 (7,5)
	Stúlkur	13,1 (7,9)	11,2 (7,8)	10,3 (7,8)
	Piltar	9,9 (8,1)	7,9 (6,7)	8,5 (7,5)
	8. bekkur	11,5 (9,2)	7,4 (6,7)	7,3 (7,3)
	9. bekkur	11,1 (7,2)	10,9 (7,0)	9,8 (6,8)
	10. bekkur	11,9 (7,9))	10,9 (8,0)	10,8 (8,1)
Efnahagur fjölskyldu (FAS) (0–13)		9,4 (2,2)	9,2 (1,7)	8,8 (1,6)
Fjöldi vina (0–12,5)	Íslenskur uppruni	8,3 (4,3)	8,5 (4,1)	8,2 (4,2)
	Erlendur uppruni	4,2 (4,1)	3,3 (3,5)	3,1 (3,4)
	Eingöngu samskipti við á neti	3,7 (4,5)	3,3 (4,1)	3,9 (4,3)

Meðaltal umkvartana var marktækt hærra hjá unglungum á höfuðborgarsvæði ($M = 11,5$) í samanburði við unglunga sem búsettir voru í byggðakjörnum á hinum svæðunum ($M = 9,6$ og $9,4$), $F(2, 413) = 6,33, p < 0,01$. Minnt er á að skor fyrir sálíkamlegar umkvartanir gátu verið á bilinu 0–32.

Stúlkur fundu frekar til vanlíðanar ($M = 11,9$) en piltar ($M = 9,1$) $F(1, 787) = 25,9$, $p < 0,01$ og einnig reyndust stúlkur á höfuðborgarsvæði ($M = 13,1$) finna oftar til vanlíðanar en stúlkur á Vestur- og Norðurlandi ($M = 10,3$), $F(2, 204) = 4,70$, $p < 0,05$. Ekki var marktækur munur á líðan pílta eftir búsetu. Unglingar í 8. bekk á höfuðborgarsvæði fundu oftar til vanlíðanar ($M = 11,5$) en á unglingar sem búsettir voru á hinum tveimur svæðunum ($M = 7,4$ og $7,3$), $F(2, 151) = 8,66$, $p < 0,01$ en ekki fannst munur á líðan í 9. og 10. bekk eftir svæðum.

Mæling á efnahag fjölskyldu eftir FAS-kvarðanum sýndi heldur hærra meðaltal á höfuðborgarsvæði ($M = 9,4$) en á öðrum svæðum og var sá munur marktækur miðað við Vestur- og Norðurland ($M = 8,8$), $F(2, 451) = 6,47$, $p < 0,01$. Að lokum reyndust unglingar að jafnaði eiga fleiri íslenska vini ($M = 8,3$) en vini sem höfðu erlendan uppruna ($M = 4,2$) eða vini sem þeir höfðu eingöngu samskipti við í gegnum netið ($M = 3,7$). Þarna fannst einungis marktækur munur á meðalfjölda vina af erlendum uppruna en þeir reyndust fleiri á höfuðborgarsvæði ($M = 4,2$) en á Vestur- og Norðurlandi ($M = 3,1$), $F(2, 448) = 8,05$, $p < 0,01$.

Tafla 3 sýnir niðurstöður línulegrar aðhvarfsgreiningar á tengslum sálíkamlegra umkvartana við kyn, aldur (árgang), efnahag fjölskyldu og fjölda vina. Með því er leitast við að svara seinni tveimur rannsóknarspurningunum sem beindust að tengslum þessara þátta við líðan unglinga. Stjórnumerktar tölur gefa til kynna marktæk tengsl við 95 eða 99% öryggismörk. Viðmiðunarhópur fyrir búsetu-svæði er höfuðborgarsvæðið, fyrir kyn eru það piltar og fyrir árgang eru 8. bekkingar til viðmiðunar.

Tafla 3. Prepaskipt línuleg fjölbreytuaðhvarfsgreining á sálíkamlegum umkvörtunarefnum.

	Sálíkamlegar umkvartanir			
	Prep 1 B (SV)	Prep 2 B (SV)	Prep 3 B (SV)	Prep 4 B (SV)
Fasti	11,4 (0,4)	8,6 (0,6)	17,5 (1,5)	17,3 (1,5)
<i>Byggðasvæði</i>				
Suðurnes	-1,9 (0,7)**	-1,9 (0,7)**	-1,8 (0,6)**	-1,9 (0,8)*
Vestur- og Norðurland	-1,8 (0,7)**	-1,9 (0,7)**	-2,4 (0,7)**	-1,1 (0,9)
<i>Kyn</i>				
Stúlka		3,1 (0,6)**	2,9 (0,5)**	2,9 (0,5)**
<i>Árgangur</i>				
9. bekkur		1,4 (0,7)*	1,3 (0,7)	1,4 (0,7)*
10. bekkur		2,2 (0,7)**	1,9 (0,6)**	1,9 (0,6)**
<i>Efnahagur fjölskyldu</i>				
FAS			-0,8 (0,1)**	-0,8 (0,1)**
<i>Fjöldi vina</i>				
Íslenskur uppruni			-0,2 (0,1)**	-0,2 (0,1)**
Erlendur uppruni			-0,0 (0,1)	-0,1 (0,1)
Eingöngu samskipti við á neti			0,3 (0,1)**	0,4 (0,1)**
<i>Samvirkni</i>				
Suðurnes * netvinir				0,1 (0,16)
Vestur- og Norðurland * netvinir				-0,3 (0,2)*
R ²	0,01	0,06	0,16	0,17

* Marktæk tengsl miðað við $< 0,05$

** Marktæk tengsl miðað við $< 0,01$

Fyrsta þrep líkansins (sjá töflu 3) sýnir sálíkamlegar umkvartanir ungmenna á svæðunum þremur. Þau ungmenni sem bjuggu á Suðurnesjum eða Vestur- og Norðurlandi fundu sjaldnar til vanlíðanar og munaði þar um tveimur stigum á kvarðanum 0–32 sé miðað við ungmenni á höfuðborgarsvæðinu. Sá munur var tölfræðilega marktækur. Niðurstaðan er í takt við niðurstöðu dreifigreiningar á meðaltölum umkvartana eftir svæðum. Á þrepi tvö (töflu 3) var kyni unglunga og aldri sem miðast við árgang unglunga í skóla bætt við. Stúlkur fundu oftár til vanlíðanar en piltar og munar þar þremur stigum á kvarðanum 0–32. Eldri unglungum, sér í lagi þau sem voru í 10. bekk leið verr en þeim yngri og munaði um tveimur stigum á þeim og nemendum 8. bekkjar. Engin breyting varð á þeim mun á tíðni umkvartana sem kom fram eftir búsetu á fyrsta þrepi þegar kyni og aldri var bætt við líkanið sem þýðir að hvorki kyn né aldur gat skýrt mun á líðan unglunga eftir búsetusvæði.

Á þriðja þrepi (sjá töflu 3) var efnahag fjölskyldna og fjölda vina bætt við líkanið. Fram kom að því verri sem efnahagur fjölskyldu var samkvæmt FAS kvarðanum, því líklegri voru unglungar til að finna til vanlíðanar. Munurinn er þó ekki ýkja mikill, eða 0,8 stig þegar FAS stigum fækkar um eitt en tengslin eru marktæk við 99% öryggismörk. Eftir því sem unglungar áttu fleiri íslenska vini dró heldur úr vanlíðan þeirra eða um 0,2 stig við hvert hækkandi stig vinafjölda. Vakti því athygli að þessu var öfugt farið þegar vinir sem eingöngu voru samskipti við á netinu varð meiri en það jök á vanlíðan unglunga. Áfram hélst sami marktæki munurinn á líðan eftir búsetu, sá munur nam um tveimur stigum líkt og á fyrri þrepum. Ekki er því hægt að skýra mun á líðan eftir búsetusvæði með því hvernig efnahag fjölskyldna er háttað, hversu marga vini unglungur á né með kyni hans eða aldri. Einnig tengdist aldur og kyn líðan unglunga á sama hátt og á öðru þrepi líkansins. Munur á líðan 8. og 9. bekkinga var þó ekki lengur tölfræðilega marktækur.

Að lokum var könnuð samvirkni búsetu við efnahag fjölskyldu, kyn, aldur og við fjölda vina og eru þær niðurstöður sýndar á fjórða þrepi líkansins (sjá töflu 3). Marktæk samvirkni kom fram milli búsetu og fjölda vina sem eingöngu voru samskipti við á netinu. Þegar unglungar bjuggu á Vestur- og Norðurlandi dró fjöldi netvina úr vanlíðan þeirra um 0,3 stig. Engin samvirkni kom fram milli svæða og kyns, aldurs, efnahags fjölskyldu eða fjölda annarra vina.

Umræða

Markmið rannsóknarinnar var að kanna líðan unglunga með því að skoða svör við spurningum um tíðni sálíkamlegra umkvartana. Þessi tíðni umkvartana var skoðuð eftir búsetu á þremur svæðum en þess konar athugun hefur ekki verið gerð hér á landi áður. Horft var til tvenns konar mögulegra skýringarþátta í líðan unglunga eftir búsetu en þeir voru efnahagur fjölskyldu og vinatengsl ásamt kyni og aldri. Fram kom munur þar sem unglungar á höfuðborgarsvæði reyndust finna marktækt oftár til verkja og taugaóstyrks og einnig voru vísbendingar um að algengara væri að unglungar á því svæði ættu erfiðara með svefn, fyndu oftár til depurðar og parrings eða skaptruflana. Þegar allar sálíkamlegar umkvartanir voru lagðar saman í eitt skor reyndist tíðni umkvartana meiri á höfuðborgarsvæðinu en á öðrum svæðum jafnvel þótt tekið væri tillit til kyns, aldurs, efnahags fjölskyldu og fjölda vina. Niðurstöður erlendra rannsókna á efninu eru misvísandi (Boraita o.fl., 2022; Jonsson o.fl., 2019; Rees o.fl., 2017). Í sumum rannsóknum kemur fram verri líðan í borgarsamfélögum en í strjálbýli og fámennari bæjum en í öðrum rannsóknum finnst enginn munur. Ef til vill má segja að gagnslítið sé að bera saman slíkar niðurstöður milli landa enda allar aðstæður og umhverfi ólíkt. Borgir eru misstórar og skipulagðar með ólíkum hætti og það eru minni byggðalög líka, náttúrufar lítt sambærilegt og þar mætti lengi telja. Hafa ber í huga við samanburð á milli landa að misjafnir mælikvarðar eru lagðir til grundvallar þegar meta á mörk þéttbýlis og dreifbýlis eða stærð borga og bæja (Rees o.fl., 2017). Hvað sem samanburði milli landa líður, er niðurstaðan allrar athygli verð og vekur upp spurningar hvað það er í umhverfi, lífi og aðstæðum íslenskra ungmenna á höfuðborgarsvæðinu sem getur skýrt að þeim líður að jafnaði ekki eins vel og jafnöldrum þeirra á þeim svæðum utan höfuðborgar sem rannsóknin náði til.

Í samhengi niðurstaðna sem þessi rannsókn sýndi má velta því upp hvort skýringa sé að leita í

Því að streita og hraði sé meiri á höfuðborgarsvæði en á þeim svæðum utan þess sem hér voru til skoðunar, líkt og bent er á í erlendum rannsóknum á efninu (Boraita o.fl., 2022). Þá gæti stuðningur fullorðinna við ungmenni verið minni í stærri samfélagi höfuðborgar en við þau sem búa í minni samfélagi þar sem „allir þekkja alla“. Niðurstöðurnar benda þó alltént til þess að ástæða sé til að horfa betur á hvað skýrir þennan mun.

Rannsóknin sýndi að stúlkur fundu oftár til vanlíðanar en piltar. Þetta samræmist niðurstöðum annarra bæði hér á landi (Ársæll Arnarsson, 2019; Rannsóknir og greining, 2022) og annars staðar (Bor o.fl., 2014). Jafnframt sýndu niðurstöður meiri tíðni umkvartana hjá stúlkum á höfuðborgarsvæði miðað við stúlkur á Vestur- og Norðurlandi. Í sænskri rannsókn kom einnig fram meiri vanlíðan meðal ungra kvenna í borg miðað við strjálbýli (Jonsson o.fl., 2019). Umhverfi og aðstæður stúlkna og kvenna í strjálbi byggð virðist vernda þær betur en kynsystur þeirra í stærra byggðalagi og er full ástæða til að kanna það betur. Skýringa á þessu má vafalaust leita víða en í sænsku rannsókninni velta höfundar því upp hvort ungar konur í strjálbýli upplifi meiri stuðning, stjórn á aðstæðum sínum og stöðugleika en ungar konur í borg. Hér má einnig hugleiða þátt streitu og áreita sem jafnan er meiri í borgarsamfélagi og nær ef til vill frekar til kvenna. Hvorki hér né í sænsku rannsókninni kom fram slíkur munur meðal pilta eða ungra karla.

Unglingar í 8. bekk á höfuðborgarsvæði fundu oftár til vanlíðanar en unglingar á sama aldri á Suðurnesjum og á Vestur- og Norðurlandi. Athygli vekur að meðaltöl 8. bekkinga fyrir tíðni umkvartana á þessum tveimur svæðum voru einnig lægri en meðal eldri nemenda á öllum svæðum. Þetta bendir til þess að það sem getur valdið vanlíðan meðal unglinga nái heldur síðar til unglinga utan höfuðborgarsvæðis. Ef marka má sýn rannsækenda á áhrif umhverfis á lífsgæði í borgum og strjálbýli eru það afar ólíkir þættir sem draga úr lífsgæðum í borg en í bæjum eða sveit. Þættir á borð við þéttleika byggðar, streita og hraði borgarsamfélags ná ef til vill fyrir að skapa neikvæðar afleiðingar fyrir unglinga höfuðborgarsvæðis heldur en það sem dregur úr lífsgæðum í strjálbýli svo sem verri aðgangur að menntun, tómsundaiðkun eða þjónustu. Setja má þessar niðurstöður í samhengi við rannsókn þeirra Pedersen og Gram (2018) þar sem unglingar í minni byggðalögum lýstu flóknari tilfinningum til byggðalagsins eftir því sem leið á unglingsárin. Hér voru meðaltöl unglinga í 9. og 10. bekk á svæðunum tveimur einmitt mun nær meðaltölum jafnaldra á höfuðborgarsvæðinu en meðaltöl 8. bekkinga. Mögulegt er að sú niðurstaða bendi til þess að það sé flóknara fyrir eldri unglingana að skapa sér athafnarými á svæðinu og endurspegli einhvers konar endurmat þegar ungmennin fara að sjá fyrir endann á skyldunámi og huga að næstu skrefum.

Meðaltal fyrir efnahag fjölskyldna var örlítið herra á höfuðborgarsvæði miðað við hin svæðin. Líkt og almennt þekkist úr rannsóknum tengdist betri efnahagur lægri tíðni umkvartana hjá unglingunum (Ársæll Arnarsson, 2019; Lund o. fl., 2018; Svandís Nína Jónsdóttir, 2022). Ákveðna mótsögn má greina sem felst í að hærri tíðni umkvartana finnst meðal unglinga á höfuðborgarsvæði þar sem einnig er að finna heldur betri efnahag fjölskyldna. Í tilfelli búsetu er það því ekki efnahagur fjölskyldna sem skýrir mun á umkvörtunum unglinga heldur eitthvað annað í lífi og aðstæðum þeirra líkt og fjallað hefur verið um svo sem öryggi og stuðningur samfélagsins í minni byggðalögum og streita og áreiti stærri byggðalaga.

Fjöldi vina var svipaður á öllum svæðum ef undan er skilinn fjöldi vina af erlendum uppruna sem var heldur meiri á höfuðborgarsvæði. Á því svæði er fjöldi unglinga af erlendum uppruna meiri en á öðrum stöðum og þar með skapast þar fleiri tækifæri til að stofna til vinatengsla við þá. Með fleiri vinum eykst möguleiki til félagslegs stuðnings sem svo aftur leiðir til betri líðanar unglingsins (Flynn o.fl., 2017; Wang o.fl., 2017) og kemur ekki á óvart að niðurstöður sýndu tengsl fjölda íslenskra vina og lægri tíðni umkvartana. Tengslin voru öflug fyrir fjölda vina sem eingöngu voru samskipti við á netinu. Því fleiri sem slíkir vinir voru, því hærri tíðni vanlíðanar kom fram. Rannsóknir hafa sýnt tengsl samfélagsmiðlanotkunar við vanlíðan, sérstaklega meðal stúlkna (Santos o.fl. 2023) og er líklegt að fjöldi netvina tengist almennt meiri notkun samfélagsmiðla sem skýri þessa niðurstöðu. Ekki er þó hægt að fullyrða um orsakasamhengi þeirra tengsla sem hér koma fram. Bæði gæti

átt við að unglingar sem líður verr leiti eftir tengslum á netinu eða að fjöldi vina sem eingöngu eru samskipti við á netinu bendi til samfélagsmiðlanotkunar sem hefur skaðleg áhrif á líðan. Greining á tengslum líðanar og fjölda netvina eftir kyni var ekki viðfangsefni þessarar rannsóknar og bíður það betri tíma.

Þegar áfram er horft til vina sem eingöngu eru samskipti við á netinu er það eina atriðið sem tengdist líðan á ólíkan hátt eftir búsetusvæði. Unglingar á Vestur- og Norðurlandi nutu ávinnings af vináttu á netinu sem sýndi sig í lægri tíðni umkvartana hjá þeim miðað við unglunga á höfuðborgarsvæði þegar netvínir voru fleiri. Niðurstöðurnar eru forvitnilegar en lítið er til af efni þar sem slík samskipti eru til skoðunar. Í rannsókn frá 2008 reyndust borgarbörn frekar nýta sér möguleika nets til samskipta og nutu stuðnings vina á þann hátt frekar en ungmenni í strjálbýli (Dooris o.fl., 2008). Ekki fannst munur hér á milli búsetusvæða á fjölda vina sem eingöngu voru samskipti við á neti. Niðurstöðurnar benda samt sem áður til þess að unglingar úr þeim skólum sem rannsóknin náði til á Vestur- og Norðurlandi hagnist á vinatengslum sem netið býður upp á. Með öðrum orðum, samskipti á netinu eru jákvæð fyrir þennan hóp unglunga en tengjast ekki vanlíðan líkt og gildir að jafnaði fyrir aðra þátttakendur í rannsókninni. Vera má að á þeim svæðum sé aðgengi að félögum og vinum í raunheimi rýrara en annars staðar og því bæti unglingar þar sér fámennið upp með samskiptum við vini í netheimi. Uppbyggileg samskipti vina og stuðningur þeirra tengist vellíðan unglunga (Sigrún Aðalbjarnardóttir, 2019) og má færa fyrir því rök að netsamskipti við vini hafi einmitt þann ávinning fyrir unglunga á Vestur- og Norðurlandi sem tóku þátt í rannsókninni. Mikilvægt er að rannsóknir á samfélagsmiðlanotkun og samskiptum unglunga á netinu horfi ekki einungis til skaðlegra áhrifa heldur taki tillit til þess hvernig tegundar samskiptin eru og að slík samskipti og tengsl geti verið gjöful í ýmsum aðstæðum.

Einn af kostum þessarar rannsóknar var að byggt var á mælingum sem sannað hafa gildi sitt. Svörun var góð og stærð og gerð úrtaks þannig að hægt var að skoða svör á mismunandi landsvæðum. Ekki er þó hægt að alhæfa á alla unglunga út frá þessari rannsókn. Úrtakið var ekki tilviljunarkennt og náði að auki eingöngu til nokkurra íslenskra byggðalaga en ekki annarra. Þetta ber að hafa í huga við túlkun niðurstaðna. Þau gögn sem nýtt voru í rannsóknina byggðu á spurningalista sem hannaður var með annars konar markmið í huga en hér voru sett fram. Spurningar um aðgengi að íþrótt- og tómstundastarfi, náttúru, og menntun hefðu til dæmis gefið áhugaverða vídd. Líkt og bent var á hér að ofan gefa þversniðsrannsóknir eins og þessi annars konar svör um orsakasamhengi en ef um langtímagögn væri að ræða.

Lokaorð

Þessi rannsókn bendir til þess að ungu fólki sem býr á höfuðborgarsvæðinu líði verr en jafnöldrum þeir ra sem búa í annars konar byggðalagi. Þeir þættir sem hér voru til skoðunar, kyn unglunganna, aldur, efnahagur fjölskyldu og fjöldi vina hafði enginn áhrif á þann mun sem fannst. Niðurstöðurnar gefa ótvírætt til kynna að ástæða sé til að taka áhrif búsetu og umhverfis á líðan ungs fólks inn í reikninginn þegar fjallað er um líðan unglunga og þá staðreynd að hún virðist fara hrakandi. Frekari rannsóknir á því hvaða þættir í smærri og stærri byggðalagi til dæmis tengjast líðan eru mikilvægar.

Önnur lykilniðurstaða rannsóknarinnar er að tengsl og samskipti við vini á netinu geta verið gagnleg og bætt líðan unglunga við tiltekna aðstæður en hér voru það ungmenni í byggðalögum á Vestfjörðum, Vesturlandi og Norðurlandi sem leið betur eftir því sem þau áttu fleiri netvini. Almennt hafa samskipti á samfélagsmiðlum á sér neikvæðan stimpil og foreldrar eindregnir hvattir til að leita leiða til að stilla netnotkun barna sinna í hof. Þó vissulega eigi hófið við í þessu samhengi er einnig mikilvægt að horfa til þess í hverju notkunin felst og hvað í veru unglunga á netinu skapar þeim tækifæri og aukna velferð og hvað þar er þeim skaðlegt. Rannsóknir á því hvernig börn og unglingar í fámennari byggðalögum bæta sér upp tengsl við vini og félagu ef fáir jafnaldrar búa nærri eru nánast engar. Samskipti jafningja eru börnum og unglungum mikilvæg til vaxtar og þroska og er því brýnt að auka rannsóknir á þessu sviði.

Fjármögnun

Doktorsjóður Rannsóknarsjóðs Háskóla Íslands styrkti þessa rannsókn. Þá fengust styrkir úr Styrktarsjóði Margaretar og Bents Schevings Thorsteinsson, Samfélagssjóði Landsbanka Íslands og Þróunarsjóði innflytjendamála til að standa straum af kostnaði við gagnasöfnun.

Heimildaskrá

- Arndís Vilhjálmsdóttir, Ragna Benedikta Garðarsdóttir, Jón Gunnar Bernburg og Inga Dóra Sigfúsdóttir. (2016). Neighborhood income inequality, social capital and emotional distress among adolescents: A population-based study. *Journal of Adolescence*, 51, 92–102. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.06.004>
- Ársæll Arnarsson. (2019). Depurð meðal skólubarna á Íslandi. *Netla – Vefðimarit um uppeldi og menntun*. <https://doi.org/10.24270/serritnetla.2019.30>
- Bor, W., Dean, A. J., Najman, J. og Hayatbakhsh, R. (2014). Are child and adolescent mental health problems increasing in the 21st century? A systematic review. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 48(7), 606–616. <https://doi.org/10.1177/0004867414533834>
- Boraita, R. J., Alsina, D. A., Ibort, E. G. og Torres, J. M. D. (2022). Quality of life related to health and habits: Differences between adolescents in rural and urban environments. *Anales de Pediatría (ensk útgáfa)*, 96(3), 196–202. <https://10.1016/j.anpede.2020.11.016>
- Boyce, W., Torsheim, T., Currie, C. og Zambon, A. (2006). The Family Affluence Scale as a measure of national wealth: Validation of an adolescent self-report measure. *Social Indicators Research*, 78(3), 473–487. <https://doi.org/10.1007/s11205-005-1607-6>
- Dooris, J., Sotireli, T. og Van Hoof, S. (2008). Distant friends online? Rural and urban adolescents' communication on the internet. *Tijdschrift voor economische en sociale geografie*, 99(3), 293–302. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9663.2008.00462.x>
- Elgar, F. J., McKinnon, B., Torsheim, T., Schnohr, C. W., Mazur, J., Cavallo, F. og Currie, C. (2016). Patterns of socioeconomic inequality in adolescent health differ according to the measure of socioeconomic position. *Social Indicators Research*, 127(3), 1169–1180. <https://doi.org/10.1007/s11205-015-0994-6>
- Elgar, F. J., Pfortner, T. K., Moor, I., De Clercq, B., Stevens, G. W. og Currie, C. (2015). Socioeconomic inequalities in adolescent health 2002–2010: a time-series analysis of 34 countries participating in the Health Behaviour in School-aged Children study. *Lancet*, 385(9982), 2088–2095. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(14\)61460-4](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(14)61460-4)
- Eriksson, U., Hochwälder, J. og Sellström, E. (2011). Perceptions of community trust and safety—consequences for children's well-being in rural and urban contexts. *Acta Paediatrica*, 100(10), 1373–1378. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2011.02346.x>
- Eyrún María Rúnarsdóttir og Rúnar Vilhjálmsson. (2019). Ethnicity and adolescent well-being in the context of families, friends, and neighborhoods. *Journal of Youth Studies*, 22(10), 1345–1360. <https://doi.org/10.1080/13676261.2019.1578873>
- Flynn, H. K., Felmlee, D. H. og Conger, R. D. (2017). The social context of adolescent friendships: Parents, peers, and romantic partners. *Youth & Society*, 49(5), 679–705. <https://doi.org/10.1177/0044118x14559900>
- Gheitarani, N., El-Sayed, S., Cloutier, S., Budruk, M., Gibbons, L. og Khanian, M. (2020). Investigating the mechanism of place and community impact on quality of life of rural-urban migrants. *International Journal of Community Well-Being*, 3, 21–38. <https://doi.org/10.1007/s42413-019-00052-8>
- Hagstofa Íslands. (2022). Mannfjöldi efir menntunarstöðu samkvæmt ISCED 2011 menntunarflokkuninni 2003–2021. https://px.hagstofa.is/pxis/pxweb/is/Samfelag/Samfelag__skolamal__5__menntunarstada/SKO00001.px/
- Haugen, M. S. og Villa, M. (2006). Big Brother in rural societies: Youths' discourses on gossip. *Norsk Geografisk Tidsskrift - Norwegian Journal of Geography*, 60(3), 209–216. <https://doi.org/10.1080/00291950600889996>
- Haugland, S. og Wold, B. (2001). Subjective health complaints in adolescence—Reliability and validity of survey methods. *Journal of Adolescence*, 24(5), 611–624. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0393>
- Jonsson, F., Goicolea, I. og San Sebastian, M. (2019). Rural-urban differences in health among youth in northern Sweden: an outcome-wide epidemiological approach. *International Journal of Circumpolar Health*, 78(1), 1–8. <https://doi.org/10.1080/22423982.2019.1640015>
- Krefis, A. C., Augustin, M., Schlünzen, K. H., Oßenbrügge, J. og Augustin, J. (2018). How does the urban environment affect health and well-being? A systematic review. *Urban science*, 2(1), 1–21. <https://doi.org/10.3390/urbansci2010021>
- Kristján Þór Magnússon, Sigurbjörn Árni Arngrímsson, Þórarinn Sveinsson og Jóhannsson, E. (2011). Líkamshreyfing 9 og 15 ára íslenskra barna í ljósi lýðheilsuþæknis. *Læknablaðið*, 97, 75–81. [10.17992/ibl.2011.02.347](https://doi.org/10.17992/ibl.2011.02.347)
- Kumi-Yeboah, A., Brobbey, G. og Smith, P. (2020). Exploring factors that facilitate acculturation strategies and academic success of West African immigrant youth in urban schools. *Education and Urban Society*, 52(1), 21–50. <https://doi.org/10.1177/0013124519846279>
- Lund, C., Brooke-Sumner, C., Baingana, F., Baron, E. C., Breuer, E., Chandra, P., Haushofer, J., Herrman, H., Jordans, M., Kieling, C., Medina-Mora, M. E., Morgan, E., Omigbodun, O., Tol, W., Patel, V. og Saxena, S. (2018). Social determinants of mental disorders and the Sustainable Development Goals: a systematic review of reviews. *The Lancet*

- Psychiatry*, 5(4), 357–369. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30060-9](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30060-9)
- Pedersen, H. D. og Gram, M. (2018). 'The brainy ones are leaving': the subtlety of (un) cool places through the eyes of rural youth. *Journal of Youth Studies*, 21(5), 620–635. <https://doi.org/10.1080/13676261.2017.1406071>
- Probst, J. C., Barker, J. C., Enders, A. og Gardiner, P. (2018). Current state of child health in rural America: how context shapes children's health. *The Journal of Rural Health*, 34, s3–s12. <https://doi.org/10.1111/jrh.12222>
- Prochaska, J. D., Jupiter, D. C., Horel, S., Vardeman, J. og Burdine, J. N. (2020). Rural-urban differences in estimated life expectancy associated with neighborhood-level cumulative social and environmental determinants. *Preventive Medicine*, 139, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2020.106214>
- Rannsóknir og greining. (2022). *Ungt fólk 2022. Niðurstöður rannóknar meðal nemenda í 8., 9. og 10. bekk*. Rannsóknir og greining. <https://rannsoknir.is/wp-content/uploads/2022/04/Ungt-Folk-8.-til-10.-bekkur-2022-Landid.pdf>
- Rees, G., Tonon, G., Mikkelsen, C. og de la Vega, L. R. (2017). Urban-rural variations in children's lives and subjective well-being: A comparative analysis of four countries. *Children and Youth Services Review*, 80, 41–51. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2017.06.056>
- Santos, R. M. S., Mendes, C. G., Sen Bressani, G. Y., de Alcantara Ventura, S., de Almeida Nogueira, Y. J., de Miranda, D. M. og Romano-Silva, M. A. (2023). The associations between screen time and mental health in adolescents: a systematic review. *BMC Psychology*, 11(1), 1–17. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01166-7>
- Sigrún Aðalbjarnardóttir. (2019). *Lífssögur ungs fólks. Samskipti, óhættuhegðun, styrkleikar*. Háskólaútgáfan.
- Svandís Nína Jónsdóttir. (2022). *Heilsa, lífskjör og félagslegur jöfnuður*. Virk Starfsendurhæfingarsjóður. <https://www.virk.is/is/um-virk/upplýsingar/frettir/heilsa-lifskjor-og-felagslegur-jofnudur>
- Torrijos-Fincias, P., Serrate-González, S., Martín-Lucas, J., og Muñoz-Rodríguez, J. M. (2021). Perception of risk in the use of technologies and social media. implications for identity building during adolescence. *Education Sciences*, 11(9), 1–12. <https://www.mdpi.com/2227-7102/11/9/523>
- Vífill Karlsson og Helga María Pétursdóttir. (2021). Íbúakönnun 2020: Íbúar og mikilvægi búsetuskilyrða. *Deigla. Rit atvinnuþróunarfélanna, Byggðastofnunar og landshlutasamtakanna*, 1.
- Wang, R. A. H., Davis, O. S. P., Wootton, R. E., Mottershaw, A. og Haworth, C. M. A. (2017). Social support and mental health in late adolescence are correlated for genetic, as well as environmental, reasons. *Scientific Reports*, 7(1), 1–14. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-13449-2>
- Þórdís Birna Borgarsdóttir. (2022). *Félagsvísar: Lágtekjumörk og skortur á efnislegum gæðum á meðal barna á Íslandi*. Hagstofa Íslands. <https://hagstofan.s3.amazonaws.com/media/public/2022/b0df960f-6d89-414c-88fd-9642a1ada2b4.pdf>
- Þóroddur Bjarnason. (2011). Framtíðarþúseta unglunga af erlendum uppruna. *Ráðstefnurit Netlu - Menntakvika 2011*. <https://netla.hi.is/serrit/2011/menntakvika2011/032.pdf>
- Þóroddur Bjarnason. (2018). Innfæddir og aðfluttir andskotar: Áhrif uppruna og staðarsamsemdar á búsetuánægju á Norðurlandi. *Íslenska þjóðfélagið*, 9, 22–44. <https://hdl.handle.net/20.500.11815/911>
- Þóroddur Bjarnason, Gréta Bergrún Jóhannesdóttir, Guðmundur Guðmundsson, Ólöf Garðarsdóttir, Sigríður Elín Þórðardóttir, Unnur Dís Skaptadóttir og Vífill Karlsson. (2019). *Byggðafesta og búferlafutningar. Bæir og þorp á Íslandi vorið 2019*. Byggðastofnun. <https://opinvisindi.is/bitstream/handle/20.500.11815/3024/byggdafesta.pdf?sequence=1um>
- Þóroddur Bjarnason, Tiaalda Haartsen, Ársæll Arnarsson og Vanda Sigurgeirsdóttir. (2021). The impact of school bullying on adolescent migration expectations in Iceland. *Population, Space and Place*, 27(4), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/psp.2422>

Um höfund

EYRÚN MARÍA RÚNARSDÓTTIR (emr@hi.is) er lektor í uppeldis- og menntunarfræði við Menntavísindasvið Háskóla Íslands. Rannsóknir hennar beinast að börnum og unglingum með fjölbreyttan tungumála- og menningarbakgrunn, líðan þeirra, vinatengslum og félagslegum stuðningi frá vinum og foreldrum. Eyrún lauk BA-gráðu í uppeldis- og menntunarfræði árið 1996 og meistarafráðu í sömu grein árið 2002 frá Háskóla Íslands. Þá lauk hún doktorsgráðu frá Menntavísindasviði Háskóla Íslands árið 2019.