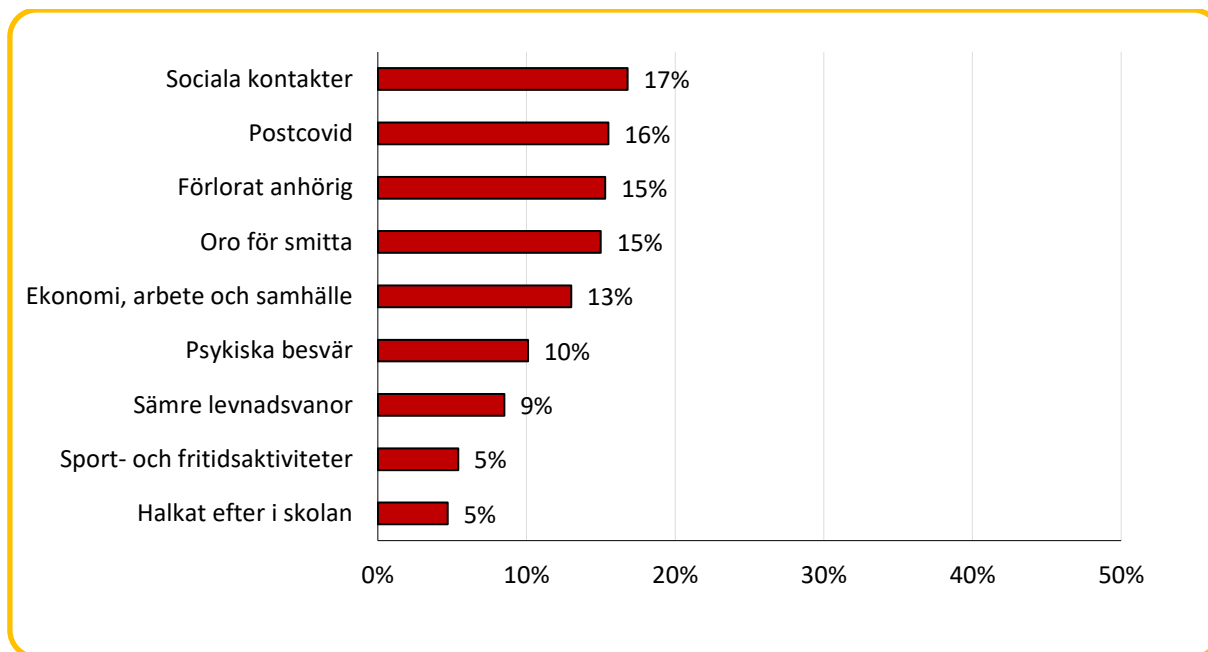


Kvarstående konsekvenser av Coronapandemin på ungdomar i Östergötland

Coronapandemin har påverkat hela samhället och alla individer på olika sätt. För att följa vilka kvarstående konsekvenser ungdomar upplevt att pandemin haft på deras liv fick de hösten 2022 svara på frågan "Har Coronapandemin haft någon negativ/positiv påverkan på ditt liv som finns kvar i dagsläget? Berätta gärna hur du påverkas i dagsläget". Frågan ställdes i ungdomsenkäten Om mig, som är en webbenkät till ungdomar i Östergötland i årskurs 8 på grundskolan och årskurs 2 på gymnasiet. Ungdomarnas röster och beskrivningar har sedan kategoriserats och sammanställts i text och figurer.



Figur 1. Kvarstående negativa konsekvenser av Coronapandemin 2022.

Kvarstående negativ påverkan av Coronapandemin i ungdomars liv mynnade ut i nio kategorier där den vanligaste svars-kategorin var **sociala kontakter** (17 %). Tjejer rapporterade dubbelt så ofta jämfört med killar att sociala kontakter påverkats negativt. Ungdomarna beskrev att isolering till följd av pandemin medfört att de fått sämre sociala förmågor och minskat intresse för att umgås med andra samt att de tappat kontakten med vissa. "Har haft svårare att socialisera mig efter pandemin." "Har ökat min sociala fobi. Gjort att jag mestadels är hemma, är mindre ute och mindre social." "Inte haft möjlighet att träffa vänner så man har tappat kontakten."

Nästan lika många svarade att de har kvarstående besvär av **postcovid**. "Det var en sak som hände efter att jag hade corona och det är väldigt trötthet och huvudvärk och det hänger fortfarande kvar." "Mina smaklökar har påverkats. Jag kan t ex knappt inte äta kött eller dricka mjölk då jag tycker det smakar jätte äckligt."

Det var också vanligt att berätta om sorg över att ha **förlorat anhöriga**. Detta svar var vanligare bland ungdomar med utländsk bakgrund. "Bearbetar fortfarande att ha mist nära personer under pandemin som man inte fick träffa under pandemin, svårt att acceptera och förstå."

Ungdomarna beskrev också att de har en fortsatt **oro för smitta**. Detta svar var nästan tre gånger så vanligt bland tjejer jämfört med killar. "Man är fortfarande orolig för att bära på smittan och smitta det vidare till de äldre." "Jag tycker det är obehagligt med stora folkmassor då jag är rädd för att bli sjuk." "Bacillskräck och är lite av en hypokondriker nu."

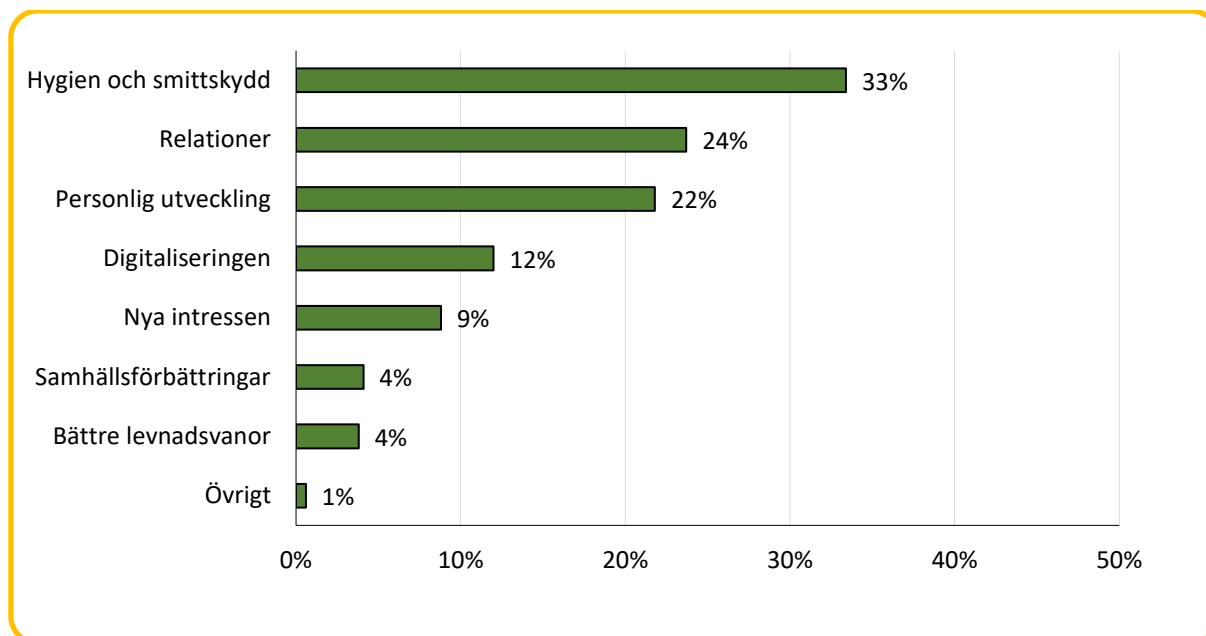
Ett annat svar, framförallt bland killar, var negativ påverkan på **ekonomi, arbete och samhälle**. Ungdomarna berättade att det blivit dyrt att köpa saker och att de upplever att det är svårare att få jobb. De tycker också att samhället har förändrats till det sämre med till exempel långa vårdköer och sämre tillit till samhället. *"Allt är dyrt."* *"Jag vill jobba och jag får inte jobb just nu."* *"Långa vårdköer till en operation."* *"Förlorat lite tillit till stat pga underliga kopplingar till viruset ex: sades det att man skulle ta vaccinet för att skydda andra, sedan kom hälsomyndigheten ut och sa att det inte hjälpte någonting alls för att skydda andra."*

Att ha fortsatta **psykiska besvär** relaterade till pandemin var också ett svar som kom fram. Ungdomarna berättade om fortsatt depression, oro/ångest och ätstörningar som initierades under pandemin. *"Jag blev deprimerad under pandemin och jag är fortfarande deprimerad ibland."* *"Mer oro över döden och att andra ska dö runt omkring mig, rädd för världen måste förändras så fort."* *"Utvecklade min ätstörning då."*

Vissa ungdomar beskrev att de fått **sämre levnadsvanor**, framförallt killar och ungdomar med utländsk bakgrund. Det handlade ofta om mindre fysisk aktivitet och mer stillasittande på grund av till exempel mer spel/skärmid, men också om viktuppgång på grund av sämre matvanor. *"Sitter ofta hemma och kollar filmer precis som under coronapandemin."* *"Det har blivit så att jag använder mobilen mycket mer än att umgås med andra."* *"Jag gick upp typ 10 kilo i vikt och jag kan inte få ner min vikt igen."*

En del berättade att de har mindre **sport- och fritidsaktiviteter** nu än innan pandemin. *"Jag var tvungen att avsluta en sport som jag sedan inte hade möjlighet att börja på efter pandemin."* *Träningsrutin förstördes, har haft svårt att komma tillbaka sen dess, motivationen försvann."*

Slutligen tyckte vissa, framförallt ungdomar med utländsk bakgrund, att de **halkat efter i skolan**. *"Behövde bli hemskolad ett par månader vilket gjorde att jag hamnade back."* *"Jag fick corona ett antal gånger och missade väldigt mycket skola."*



Figur 2. Kvarstående positiva konsekvenser av Coronapandemin 2022.

Det vanligaste svaret om kvarstående positiv påverkan av pandemin var **hygien och smittskydd**. Ungdomarna beskrev att de själva och andra nu tänker mer på hygien och basalt smittskydd, som att nysa i armvecket. Att hålla avstånd var också något som vissa fortfarande uppskattade. *"Att jag har blivit*

mer noggrann med min hygien och att ställen i allmänhet har blivit mer fräscha." "Man tänker mer på smitta och att inte gå sjuk till skolan och sånt." "Man håller fortfarande avstånd. Man måste inte krama alla man ser längre."

Det var också vanligt att uppleva att **relationer** till andra påverkats till det bättre under pandemin. Ungdomarna berättade bland annat att de träffat nya vänner, ofta via nätet. Pandemin har också lärt dem att ta vara mer på tiden med nära och kära. Flera upplevde att de fått närmre och bättre relationer med framförallt familjen eftersom de inte haft så mycket annat att göra än att umgås när mycket var nedstängt. "Jag kom närmare min familj när vi var hemma länge tillsammans." "Träffat nya människor på nätet och blivit nära folk jag troligen annars aldrig träffat." "Lärt mig att uppskatta mina nära och kära mer, samt lärt mig att uppskatta tid mer."

Ett annat vanligt svar var **personlig utveckling**, framförallt bland tjejer och bland ungdomar med god ekonomi. Ungdomarna berättade att de fått mycket ny kunskap om världen och pandemier, att de inte tar något för givet längre, att de uppskattar livet mer samt att de fått ökad självkänedom och medkänsla. "Jag vet nu hur det är att leva utan att träffa lika många och jag vet hur sjukvård och såna saker funkar mer." "Fått en att uppskatta livet mer. Insett att man inte alltid behöver gå ut typ varje fredag utan man kan stanna hemma och att det också är minst lika bra." "Lärt mig att inte ta saker för givet."

Något annat som ungdomar uppskattat är att pandemin medfört ökad **digitalisering**. "Exempelvis så kan många möten eller ibland lektioner nu ske via meet eller annan liknande plattform, det gör så att man hinner med mer." "Jag har lärt mig hur man använder digitala verktyg på ett effektivare sätt eftersom vi hade många lektioner på distans via teams under pandemin."

En del ungdomar, framförallt killar, berättade att de fått **nya intressen**. "Jag har hittat några nya saker/hobbys som jag gillar under pandemin hemma." "Jag har varit ute mer i skogen, och då hittat ett nytt intresse, och jag har börjat gymma."

Vissa ungdomar beskrev **samhällsförbättringar** till exempel på miljön och att det är numera är ett lugnare tempo. "Mindre utsläpp av koldioxid." "Mindre krav under pandemin, som hållt kvar."

Slutligen upplevde vissa att de fått **bättre levnadsvanor** som mer träning och mer utomhusvistelse. "Jag har börjat träna mera." "Har börjat vara mer ute."

Svarsfrekvens

Totalt 650 (9%) av de ungdomar som besvarat enkäten valde att beskriva om negativ och positiv påverkan av pandemin som finns kvar i dagsläget.

Tabell 1. Antal och andel ungdomar som besvarat frågan om påverkan av pandemin i dagsläget, uppdelat på kön och årskurs.

		Negativ påverkan	Positiv påverkan
		Antal, (%)	Antal, (%)
Grundskolan årskurs 8	Tjej	112 (62%)	99 (57%)
	Kille	62 (34%)	70 (40%)
	Annan könsidentitet	6 (3%)	6 (3%)
Gymnasieskolan årskurs 2	Tjej	122 (59%)	83 (58%)
	Kille	79 (38%)	54 (38%)
	Annan könsidentitet	5 (2%)	5 (4%)