

Laura Gürtler

Aktivitet hos barn og ungdom under covid-19 pandemien

Hvilken rolle spiller omgivelsene?

Bacheloroppgave i Ergoterapi

Juni 2021

Laura Gürtler

Aktivitet hos barn og ungdom under covid-19 pandemien

Hvilken rolle spiller omgivelsene?

Bacheloroppgave i Ergoterapi
Juni 2021

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
Fakultet for medisin og helsevitenskap
Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap



Kunnskap for en bedre verden

Aktivitet hos barn og ungdom under covid-19 pandemien

- **Hvilken rolle spiller omgivelsene?**

Activity in children and adolescents during the covid-19 pandemic

- Which role does environmental factors play?

Kandidatnummer: 10065

Institutt for nevromedisin og bevegelsvitenskap

Fakultet for medisin og helse

NTNU

Vår 2021 (kull PET2018)

Antall ord: 7362

Sammendrag

Tittel: Aktivitet blant barn og ungdom under covid-19 pandemien - hvilken rolle spiller omgivelsene?

Bakgrunnsinformasjon: Den verdensomfattende covid-19 pandemien og medfølgende perioder av nedstenging har påvirket hverdagsaktiviteten til barn og ungdom. Formålet med denne oppgaven er derfor å undersøke påvirkningen av omgivelsene på aktivitet hos barn og ungdom under covid-19 pandemien.

Metode: Denne oppgaven er en litteraturstudie som er basert på metoden kalt scoping review. Åtte forskningsartikler ble inkludert. Annen relevant informasjon om samfunnsaktualitet, ergoterapeutens rolle og Model og Human Occupation som teoretisk modell ble også innhentet for å belyse, forstå og besvare problemstillingen.

Resultat: Det ble gjort funn som indikerer en endring i aktivitet hos barn og ungdom under covid-19 pandemien i ulike vestlige land. Økt tidsbruk på skjermrelaterte aktiviteter og nedgang i fysisk aktivitet som idrett, egenorganisert aktivitet og lek. Funnene ble organisert i følgende kategorier: aktivitetsform, fysiske omgivelser og sosiale omgivelser.

Konklusjon: Resultatene viser en endring i aktivitet blant barn og ungdom påvirket av endring i de fysiske og sosiale omgivelsene grunnet covid-19 relatert nedstenging av samfunn.

Nøkkelord: aktivitet, barn og ungdom, covid-19, omgivelser

Innholdsfortegnelse

Sammendrag.....	2
1 Innledning.....	4
1.1 Samfunnsaktualitet.....	4
1.2 Ergoterapeutens rolle.....	5
1.3 Problemstilling.....	5
1.4 Begrepsavklaring.....	6
2 Teoretisk bakgrunn.....	7
2.1 The Model of Human Occupation.....	7
3 Metode.....	9
3.1 Scoping review.....	9
3.2 Søkeprosessen.....	9
Tabell 1: Oversikt over litteratursøk: databaser, søkeord og antall treff.....	10
3.3 Inklusjons- og eksklusjonskriterier.....	13
3.4 Reliabilitet og validitet.....	13
4 Resultat.....	14
Tabell 2: Oversikt over inkluderte artikler.....	14
4.1 Innholdsanalyse.....	19
4.2 Aktivitet.....	19
4.3 Sosiale omgivelser.....	21
4.4 Fysiske omgivelser.....	21
5 Diskusjon.....	23
5.1 Aktivitet.....	23
5.2 Sosiale omgivelser.....	23
5.3 Fysiske omgivelser.....	24
5.4 Metodiske betraktninger og etisk vurdering.....	25
5.5 Refleksjon over ergoterapeutens rolle.....	26
6 Avslutning.....	27
7 Referanseliste.....	28

1 Innledning

Denne bacheloroppgaven følger IMRAD-strukturen: innledning, teori, metode, resultat, diskusjon og avslutning (Busch, 2017). I innledning presenteres oppgavens problemstilling og bakgrunnen for denne. Teorikapittelet gir en oversikt over en ergoterapeutisk modell som anvendes for å ivareta aktivitetsperspektivet gjennom oppgaven. Metod delen forklarer prosessen som fører frem til funn som blir presentert i etterfølgende resultatkapittel. Resultatene blir videre tolket og drøftet i diskusjonskapittelet før oppgaven rundes av med en avslutningsdel.

1.1 Samfunnsaktualitet

Den 11. mars 2020 har verdens helseorganisasjon erklært covid-19-sykdommen for en pandemi (WHO, 2020). Som konsekvens har livet til mennesker over hele verden blitt påvirket av den fremdeles pågående covid-19-pandemien. Smitteutbrudd, nedstenging, isolasjon samt karantene har konsekvenser for hele samfunn. Norge har vært gjennom flere perioder med hel eller delvis nedstenging i over ett år (Folkehelseinstituttet, 2021). Gjennom denne perioden har det kommet nye lover (covid-19 forskriften, 2021) regler og anbefalinger med mål om å forebygge og stoppe smitteutbrudd. Basalt smittevern som håndvask og hostehygiene og sosial distansering i form av færre nærkontakter og 1-meters avstand har vært hverdagskost for mennesker i alle aldre over hele landet. Barn og ungdom ble tidlig identifisert som en sårbar gruppe som skulle skånes fra de mest inngripende tiltak og barnehager og skoler, samt fritidstilbud skulle holdes åpent så lenge som overhodet mulig. I en normal hverdag er det mange forskjellige aktiviteter som er viktige for barn og ungdom. Deltagelse i barnehagen eller skole, lek med jevnaldrende samt idretts- og kulturaktiviteter er sentrale hverdagsaktiviteter, for å nevne noen. Covid-19 restriksjonene har vært både nasjonale og lokale, med flere tiltaksnivå og et trafikklyssystem i skolen. Store byer ser ut til å ha vært sterkere berørt av hel eller delvis digital hjemmeskole, grunnet et høyere smittetrykk. I slike tilfeller har barn og ungdom blitt kraftig berørt, men nedstengning av det meste. Det er flere aspekter som er problematiske med dette: En ting er at aktivitetene er helsefremmende i seg selv, med tanke på utvikling av motoriske og sosiale ferdigheter (Norsk Ergoterapeutforbund, 2020), en annen er mangel på struktur i hverdagen og innskrenking av valgmuligheter. Det er hittil gjort noen få norske undersøkelser på hvordan barn og ungdom takler denne bråe endringen av hverdagslivet. Eriksen et al. (2020) undersøkt hvordan ungdom i 14-15års alderen opplever den nye hverdagen under den første nedstengingen av samfunnet i Oslo. Denne kvalitative studien fant at rundt halvparten hadde det greit under denne tiden, mens andre noe mindre grupper fortalte om å oppleve nedstengingen som vanskelig, og savnet blant annet sosialt samvær med venner. Tilsynelatende har alle deltakere hatt likt utgangspunkt; alle var hjemme. Samtidig ble noen begrensninger og muligheter forsterket (Eriksen et

al., 2020). Rapporten fant videre at evne til å håndtere motstand hjelper med å takle restriksjonene. En rapport fra folkehelseinstituttet (Nøkleby, 2021) har blant annet sett på hvordan nedstenging har påvirket barn og ungdoms opplevelse av ensomhet. Her har samvær med venner og deltagelse i fysisk aktivitet vært beskyttende faktorer. Dette er i tråd med ergoterapeutens perspektiv på deltagelse i aktivitet som løsningen på å oppnå en meningsfull hverdag (Ergoterapeutene, 2017).

1.2 Ergoterapeutens rolle

Ifølge Norsk Ergoterapeutforbund (2017) har ergoterapeuter sin kjernekompetanse innen aktivitet og deltagelse. Mer detaljert betyr dette at hverdagslivet består av mange aktiviteter og det er disse i samspill med personen og omgivelsene som påvirker helse (Norsk Ergoterapeutforbund, 2017). Barn og ungdom er avhengig av aktiviteter og lek for å utvikle seg og har rett på deltagelse i hverdagsaktiviteter. Ergoterapeuter har kompetanse innen tilrettelegging av både aktiviteter og omgivelser, samt innen veiledning av nærpå personer når det oppstår hindringer som hemmer barn og unges ønsket deltagelse i aktivitet (Norsk Ergoterapeutforbund, 2020). Med en ergoterapeutisk tilnærming kan folkehelseutfordringer som covid-19 og dens mulige konsekvenser på aktivitet undersøkes. Selv om det utenifra ser ut som om hele befolkningen er i samme situasjon er det flere dimensjoner av omgivelser på ulike nivå som påvirker muligheter for deltagelse i aktivitet for den enkelte. For å kunne se på rollen til omgivelsene i hverdagslivet til spesifikke grupper, i dette tilfelle barn og ungdom, vil den ergoterapeutiske modellen Model of Human Occupation (Taylor, 2017) bli brukt.

1.3 Problemstilling

Formål med oppgaven er å belyse rollen omgivelsene har på hverdagsaktiviteter hos barn og ungdom. Covid-19-pandemien medfører tiltak som påvirker omgivelser som igjen berører tilnærmet alle hverdagsaktiviteter til barn og ungdom. Som tidligere nevnt er deltagelse i aktiviteter nødvendig for barn og unges livskvalitet. Teorien om at omgivelser er en del av samspillet mellom personen som utfører en aktivitet og selve aktivitet er ikke noe nytt. Det å kunne undersøke effekten av endring i omgivelser under covid-19-pandemien er en unik mulighet til et verdensomspennende naturlig eksperiment. Med dette som utgangspunkt og grunnet at omgivelser en nøkkelfaktor for å muliggjøre aktivitet er det relevant å undersøke følgende problemstilling:

- **Hvordan påvirker omgivelser barn og ungdoms aktivitet under covid-19 pandemien?**

1.4 Begrepsavklaring

I denne oppgaven brukes det en del begreper. Disse brukes etter følgende definisjoner:

Aktivitet: En aktivitet kan defineres som handlinger og oppgaver som utføres av en person, både i eget hjem, på skole eller jobb (Aagard et al., 2015). I denne oppgaven brukes begrepet aktivitet som en samlebetegnelse for hverdags- og fritidsaktiviteter til barn og ungdom.

Omgivelser: Omgivelser er definert som bestemte fysiske, sosiale og aktivitetsegenskaper i en spesifikk kontekst der en aktivitet utføres (Taylor, 2017).

Covid-19 pandemi: Covid-19 utbruddet ble erklært som pandemi av WHO den 11. mars 2020 (WHO, 2019). Infeksjonssykdommen kalles ofte for korona i medier og utløses av coronaviruset med navn SARS-CoV-2. I denne oppgaven blir betegnelsen covid-19 brukt, ettersom dette er den offisielle betegnelsen på sykdommen brukt i forskning. Begrepet covid-19 pandemi brukes for å beskrive denne verdensomfattende sykdommen.

Barn/ungdom: Definisjonen av aldersgruppene ligner i alle utvalgte artikler, med noen mindre forskjeller. Barn er definert i aldersgruppe 4-10(11) år mens ungdom er definert som (11)12-17år.

2 Teoretisk bakgrunn

Innen ergoterapifaget finnes det flere modeller som forklarer samspillet mellom en person, selve aktiviteten som blir utført og omgivelsene dette foregår i. For å kunne undersøke rollen omgivelsene har for aktivitet hos barn og ungdom i en veldig unik og ny kontekst, covid-19-pandemien, er det relevant å anvende Model of Human Occupation (Taylor, 2017). Denne modellen består av flere dimensjoner og nivåer som kan påvirke samspillet mellom person, aktivitet og omgivelsene detaljert.

2.1 The Model of Human Occupation

Den valgte modellen Model of Human Occupation, kort MoHO (Taylor, 2017) er en kunnskapsbasert modell. Det er flere elementer fra denne modellen som kan være relevant for å besvare problemstillingen. MoHO er en modell som er aktivitetsfokuseret (deltakelse i aktivitet står i sentrum) og klientsentrert (personen står i fokus).

Personen, sett i MoHO, innehar viljen til å utføre aktiviteter (selvvalgt), vaner (måten å utføre aktiviteten på og roller) og en utførelseskapasitet (ferdigheter til å utføre aktivitet med). I et møte mellom disse elementene og omgivelsene oppstår aktivitet. Menneskelig aktivitet defineres som arbeid, lek eller ADL (activities of daily life) som utføres i en tidsmessig, fysisk og sosiokulturell kontekst (Taylor, 2017). Meningsfull aktivitet er et begrep preget av en spesifikk persons unike opplevelse (kilde). Deltagelsen i slike aktiviteter påvirkes av vilje, vaner, utførelseskapasitet og omgivelsene. For å kunne forstå menneskelig aktivitet må altså omgivelsene der aktivitetene utføres forstås.

Omgivelser kan ifølge Taylor (2017) deles i tre dimensjoner: fysiske, sosiale og "occupation". Det engelske begrepet "Occupation" kan oversettes til aktivitetsform. Hver av disse dimensjoner kan betraktes på tre nivåer: i umiddelbar kontekst som hjem, skole og jobb, i lokal kontekst som nabolag og samfunn og i global kontekst.

Dimensjonen fysiske omgivelser inkluderer komponenter som rommet der aktiviteten utføres, altså naturlige eller skapte omgivelser som parker, skog, offentlig strand, hage, uteareal, bygninger, skoler, boliger, gater og mer. Denne dimensjonen omfatter også objekter som kreves for å kunne utføre en aktivitet som utsyr, klær, materialer, hjelpemidler og tilgang på kjøretøy eller offentlig transport. Kvaliteter innen "fysiske omgivelser"- dimensjonen beskriver tilgang til trygge steder og egnete rom som utstyr til aktiviteten som stort nok areal og muligheten til å velge et sted å utføre aktiviteten. Sosiale omgivelser beskriver relasjoner til og interaksjoner med familie, klassekamerater, venner, naboer, helsepersonell og lærere og andre relevante personer i barn og unges nettverk. Interaksjoner innenfor de sosiale omgivelsene kan inkludere verbal og nonverbal kommunikasjon, samt fysisk og

mental støtte og tilrettelegging. Viktige kvaliteter innen denne dimensjonen er tilgjengelige relasjoner, emosjonell støtte, fysisk og mental tilrettelegging samt tilpasset kommunikasjonsform til kognitivt nivå og informasjonsbehov.

Aktivitetsform er definert som tilstedeværelse av aktiviteter som reflekterer personens preferanser, vaner og ønsker. Slike aktiviteter inkluderer ADL, husarbeid, betalt og frivillig arbeid, fritidsaktiviteter, deltagelse i organisasjoner, lek, fysisk aktivitet, hvile og søvn. Relevante kvaliteter er mulighet for å kunne velge aktiviteter som passer til individuelt ferdighetsnivå (fysisk, sosialt, kognitivt og emosjonelt), variasjon i aktivitet, tilgang på støtte, mulighet for aktiv deltagelse med valg, tidsomfang, struktur og fleksibilitet.

Personers vaner og roller kan være endret som konsekvens av pandemien. Vaner påvirker deltakelse i aktiviteter som igjen påvirker aktivitetsidentitet (Wong og Fisher, 2015). Aktivitetsidentitet, altså ens opplevelse av hvem man er og ønsker å være, påvirkes gjennom at vante meningsfulle aktiviteter forsvinner i perioder med nedstenging. Forandring, som i dette tilfelle forandring i omgivelser "griper inn i hverdagslivet og kan komme til å berøre alle våre aktiviteter, våre relasjoner, roller, forventninger og rutiner" (Kristensen et al., 2017, s.151). Aktiviteter kan være meningsfulle grunnet det sosiale, selve aktiviteten, trygghet gjennom rutine eller tilhørighet skapt gjennom å være sammen om å utføre en aktivitet (Wong og Fisher, 2015). Alle disse faktorene blir utfordret under covid-19 pandemien. Hva er konsekvensen av endring i aktivitet grunnet eksterne faktorer som påvirker fysiske, sosiale og aktivitetsform omgivelser over lengre tid i unntakstilstand?

3 Metode

3.1 Scoping review

Gjennom å anvende scoping review som metode for litteratursøk kan man på systematisk vis finne relevant forskningslitteratur for en avgrenset problemstilling. En scoping review består av fem trinn og hjelper med å identifisere, lokalisere, analysere og oppsummere (Arksey & O'Mally, 2005). På første steget identifiserer man problemstillingen for oppgaven. Neste steg handler om å finne relevante studier. Her kan man legge inn flere kriterier selv, som for eksempel database, søkeord og kombinasjoner av disse, studiedesign, tidsperiode for publisering, artikkeltype og at artikkelen skal være fagfelleurdert. Under tredje steget velger man ut studier som søket har gitt. Her begynner man med å lese overskrifter og sammendrag på potensielt relevante artikler for grov sortering før man leser et mindre stort antall hele artikler. Gjennom det neste steget danner man seg en oversikt over metodene som er brukt, sentrale funn og annen relevant informasjon. I femte og siste steget lager man et sammendrag av resultatet. I følge McKinstry (2014) egner scoping review seg godt som metode for å hente inn en bred oversikt av et tema. Søket vil bli gjennomført i både norske og internasjonale databaser for å favne et bredt spekter.

3.2 Søkeprosessen

Etter at problemstillingen for oppgaven har blitt identifisert, ble relevante databaser for litteratursøket valgt. Den norske databasen Idunn ble brukt i starten av søkeprosessen, dog uten å gi relevante treff. Av den grunn at problemstillingen omhandler en global pandemi ble det naturlig å benytte databasene PubMed og CINAHL som begge inkluderer internasjonal forskning innen medisin og helsefag. Søket ble avgrenset til tidsperioden 2020-2021, med bakgrunn i den nyoppståtte pandemien. Det vil antagelig bli publisert flere studier som er relevante etter søketidpunktet, men av hensyn til denne oppgavens ramme måte søket avsluttes i slutten av april. Kun fagfelleurderte artikler ble inkludert for å sikre høy faglig kvalitet. Av praktiske årsaker ble søket avgrenset til artikler med tilgang på fulltekst. Relevante søkeord som ble kombinert med det boolske ordet AND er: covid-19, activity/aktivitet, adolescents/ungdom, children/barn, environment/omgivelser. I databasen CINAHL ble foreslåtte utvidelser til synonymer av søkeord god tatt. Dette ser ikke ut til å ha påvirket søkeresultat ettersom samtlige inkluderte artikler, uavhengig database, bruker de ovenfor foreslåtte søkeordene som nøkkelord. Flere artikler dukket opp i begge databaser, i tillegg til at senere publiserte artikler inneholdt noen av tidligere publiserte artikler i sine referanselister. Datagrunnlaget ble da ansett som mettet og søket ble avsluttet. Antall treff i de ulike databasene er detaljert fremstilt i tabell 1. Totalt ble 37 sammendrag lest. Etter dette ble åtte artikler inkludert. I to tilfeller deler to artikler samme

datainnsamling som utgangspunkt. I begge tilfeller ble begge artikler inkludert grunnet forskjellig fokus i studiene som ble gjennomført.

Tabell 1: Oversikt over litteratursøk: databaser, søkeord og antall treff

Søk-nr.	Database	Søkeord	Treff	Antall sammendraglest	Antall artikkel inkludert	Inkludert artikkel (forfatter)
1	Idunn (20.04)	“korona “aktivitet” barn”	1	1	0	-
2	PubMed del (20.04)	covid 19 and "children and adolescents" and activity	83	11	3	Chambonniere et al., 2021; Schmidt et al., 2020 og Wunsch et al., 2021
3	PubMed (20.04)	Covid 19 and “children and adolescents” and play	15	3	0	-
4	CINAHL (21.04)	(covid-19 or coronavirus or 2019-ncov or sars-cov-2 or cov-19) AND (children or adolescents or youth or child or teenager) AND activity	143	8	5	Dunton et al., 2020; Mitra et al., 2020; Medrano et al., 2020; Moore et al., 2020 og Pombo et al, 2020

5	CINAHL (21.04)	(covid-19 or coronavirus or 2019-ncov or sars-cov-2 or cov-19) AND (children or adolescents or youth or child or teenager) AND activity AND environment	15	5 (2 lik som søk 3)	(2)	-
6	CINAHL (21.04)	(covid-19 or coronavirus or 2019-ncov or sars-cov-2 or cov-19) AND (children or adolescents or youth or child or teenager) AND activity of daily living	6 (ingen relevant tittel)	0	0	-
7	CINAHL (21.04)	(covid-19 or coronavirus or 2019-ncov or sars-cov-2 or cov-19) AND (children or adolescents or	73	4 (2 lik som søk 3)	(2)	-

		youth or child or teenager) AND play				
8	Cambridge core "coronavirus free access collection" (20.04)	"children"	39	5 (4 lik som allerede funnet i søk 2 og 3)	(4)	-

3.3 Inklusjons- og eksklusjonskriterier

For å best mulig kunne svare på problemstillingen ble ytterlige inklusjonskriterier valgt (McKinstry, 2014). Grunnet noe ulik definisjon på alder ble studier med både barn og ungdom som målgruppe inkludert. Kun studier fra vestlige land ble inkludert for å kunne sammenligne studier fra land med lik kulturell bakgrunn. Datainnsamlingen under covid-19-pandemien må ha blitt gjennomført på tilnærmet samme tidsperiode for å kunne danne et sammenligningsgrunnlag mellom artiklene. Det ble naturlig å velge mars-mai 2020 ettersom det er i denne perioden den første nedstengingen har berørt samfunn over hele verden. Alle inkluderte studier er kvantitative, noe som er vanlig innen helseforskning (Malterud, 2017). Dette gir samtidig noen begrensninger når det gjelder fortolkningen av resultater og vil bli adressert senere i denne oppgaven. Studier som ikke inkluderte aktivitet eller lignende i tittelen ble ikke vurdert. Studier som inkluderte aktivitet i en annen kontekst, som for eksempel sykdomsaktivitet, ble ekskludert. Videre ble studier som ikke sammenlignet data fra nedstengingsperioden med tidligere data ekskludert.

3.4 Reliabilitet og validitet

Avslutningsvis for dette kapittelet er det relevant å vurdere reliabiliteten og validiteten til inkluderte forskningsartikler. Reliabilitet sier noe om hvor pålitelige målene er (Busch, 2017). Dataene som er samlet inn gjennom bruk av spørreskjema i alle de inkluderte studiene regnes som pålitelige. Samtidig må en regne med noen over- eller underestimerte svar ettersom all data i spørreskjema er selvrapportert. Dette avviket kan minimeres ved store datainnsamlinger med mange deltakere, noe som er tilfelle i alle de inkluderte studiene. De fleste studiene har hatt godt over tusen deltakere, noe som styrker påliteligheten og minsker mulig bias fra spørreundersøkelsen.

Validitet beskriver gyldigheten av funn, altså om det som skal måles eller undersøkes blir målt eller undersøkt (Busch, 2017). Det er i denne oppgaven vurdert at metodene brukt i de utvalgte artiklene passer til spørsmål som blir undersøkt i disse. Spørreskjemaene inkluderte flere spørsmål rundt samme tema. Dette sikrer at deltakerne svarer på det forskerne i studiene er ute etter. De ulike variablene er sammensatte og blir detaljert forklart i studiene, slik et det ikke oppstår misforståelser selv om samme variabel, for eksempel *fysisk aktivitet*, blir definert noe forskjellig i de ulike studiene.

4 Resultat

I denne delen av oppgaven blir inkluderte artikler introdusert og funn fra disse beskrevet. Innledningsvis er de inkluderte studiene presenterer i tabell 2.

Tabell 2: Oversikt over inkluderte artikler

<i>Tittel</i>	<i>Forfattere</i>	<i>Formål</i>	<i>Deltakere</i>	<i>Metode</i>	<i>Sentrale funn</i>
Effect of the COVID-19 lockdown on physical activity and sedentary behaviors in French children and adolescents: New results from the ONAPS national survey	Chambonnie re et al., 2021	Undersøke effekten av covid-19 utløst nedstengning på aktivitet (fysisk aktivitet og sittende aktivitet) og påvirkende faktorer	N=6491 (6-10 og 11-17 år) (datainnsamling april 2020)	Spørreskjema som ble utfylt av foreldre (barn <10 år) og ungdom (11-17 år), med spørsmål rundt aktivitetsnivå før og under nedstenging. Aktivitetsvariabler: over eller under 5,5timer Omgivelser: bosted (by, forstad, bygd) og tilgang på uteareal knyttet til bosted	Endring i aktivitetsnivå hos barn og ungdom: nedgang i fysisk aktivitet og økning i sittende aktivitet samt skjermbruk. Noen forskjeller mellom aldersgruppene og bosted (urbane strøk sammenlignet med landlige omgivelser).

Early effects of the COVID-19 pandemic on physical activity and sedentary behavior in children living in the U.S.	Dunton et al., 2020	Undersøke effekten av nedstending I begynnelsen av covid-19 pandemien på fysiske og sittende aktiviteter hos barn og betydning av fysiske omgivelser	N=211 (5-13 år) (datainnsamling 25.04-16.05.2020)	Spørreskjema, selvrapportert av foreldre: spørsmål innen 11 kategorier av fysisk aktivitet og 12 innen sittende aktivitet før og under covid-19 pandemien.	Rapportert økt sittende aktivitet og nedgang I fysisk aktivitet blant 9-13 åringer sammenlignet med 5-8 åringer. Deltakerne rapporterer om økt bruk av innendørs areal og nabogater for lek og fysisk aktivitet. Den vanligste fysiske aktiviteten under covid-19 var frilek som løping og sisten samt det å gå tur. Nesten en tredje del av deltakerne har barn som bruker nettbaserte treningstimer og aktivitetstilbud.
Changes in lifestyle behaviours during the COVID-19 confinement in Spanish children: A longitudinal analysis from the MUGI project.	Medrano et al., 2020	Undersøke effekten av nedstenging under covid-19 på livstilsadferd til barn og vurdere dens innflytelse på sosiale sårbarheter	N= 291 i 2019 og 113 i 2020 (2 aldersgrupper: 8-11 og 12-16år) (datainnsamling sep-des 2019 og mars-april 2020)	Spørreskjema og fysisk testing sep-des 2019; kun spørreskjema mars-april 2020; spørsmål om ulike aktiviteter (fysiske og sittende) og omgivelser i hjemmet.	Nedstenging har en negativ effekt på barns aktivitetsnivå og bruk av skjerm. Størst nedgang I aktivitet er rapportert for barn med mødre som har annen kulturell bakgrunn og uten høyere utdanning. Omgivelsesfaktorer som å ha TV på soverommet og lite plass for fysisk aktivitet og lek utendørs er assosiert med økning i sittende aktiviteter.
Healthy movement behaviours in children and youth during	Mitra et al., 2020	Undersøke endring i aktivitet (fysiske aktivitet, sittende aktivitet og søvn) og	N=1472 (5-11 og 12-17 år)	Spørreskjema om situasjon før og under covid-19 pandemi, selvrapportert av foreldrene. 11 aktivitetsvariabler: sykling,	Endring i aktivitet hos både barn og ungdom: nedgang I utendørs aktiviteter hos 56%. Betydning av fysiske omgivelser: å bo i hus, i mindre tett bebygde strøk og lenger unna hovedveier har positiv effekt

the covid-19 pandemic: Exploring the role of the neighbourhood environment		sammenheng med fysiske omgivelser	(datainnsamling april 2020) NB: samme dataset som Moore et al.	gå tur, fysisk aktivitet/idrett innendørs eller utendørs, husholdning, lek innendørs/utendørs, skjermtid, bruk av sosiale medier, andre sittende aktiviteter og søvnlengde og -kvalitet. 7 omgivelsesvariabler: boligtype, adgang til parker/lekeplasser, boligtetthet, tetthet av veikryss, severdigheter, kollektivtransport holdeplass og avstand til nærmeste hovedvei.	på barns aktivitetsnivå utendørs. Dette gjelder ikke ungdom. Adgang til parker øker utendørs aktivitet hos ungdom, men ikke hos barn.
Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: a national survey	Moore et al., 2020	Undersøke endring i aktivitet (fysisk aktivitet og lek)	N=1472 (5-11 og 12-17 år) NB: samme dataset som Mitra et al.	Spørreskjema som ble utfylt av foreldre, spørsmål om: nåværende aktivitetsnivå, endring i aktivitet under covid-19 pandemien (fysiske aktivitet, lek, sittende) hos barnet/ungdommen, foreldrene sin støtte/engasjement	Negativ endring i aktivitetsnivå hos barn og ungdom (nedgang i aktiviteter utendørs, økning i sittende aktiviteter). Foreldrenes rolle som motivator og forbilde, samt deltakende i barns/ungdoms aktiviteter har positiv effekt på aktivitetsnivå. Familier med eierskap av hund rapportere økt utendørs lek sammenlignet med innendørs lek.

Correlates of children's physical activity during the COVID-19 confinement in Portugal	Pombo et al. (2020)	Forstå rollen av husstandsvariabler for aktivitet under covid-19 pandemien	N= 2159 (0-2 år, 3-5 år, 6-9 år, 10-12 år) (datainnsamlingsperiode 23.03-01.04. 2020)	Spørreskjema, selvrapportert av foreldre: Omgivelser: husstand (anall husstandsmedlemmer og antall voksne med hjemmekontor), boligegenskaper (hus, leilighet, uteareal), rutiner i hjemmet (endringer i tidsbruk på ulike aktiviteter), barns rutiner (tidsbruk på ulike aktiviteter) OG undersøkt 5 aktivitetskategorier: intellektuell aktivitet, sittende lek (med og uten skjerm), fysisk aktiv lek, organisert fysisk aktivitet)	Ingen kjønnsforskjell i aktivitetsnivå (fysisk aktivitet). Nedgang i fysisk aktivitet med økt alder. Positiv for fysisk aktivitetsnivå: stort uteområde, søsken. Negativ effekt: begge foreldrene har hjemmekontor.
Physical activity and screen time of children and adolescents before and during the covid-19 lockdown in Germany	Schmidt et al., 2020	Sammenligning av aktivitet hos barn og ungdom før og under covid-19 pandemien	N=1711 (4-17 år) (datainnsamlingsperiode sommer 2018 og april 2020)	Spørreskjema rundt ulike fysiske aktiviteter (organisert idrett, fritidsaktivitet, lek) samt skjermbruk; selvrapportert av foreldre for barn under 10år og ungdom 11-17år	Studien beskriver en økning i den totale fysiske aktiviteten. Det er rapportert en nedgang i organisert idrettsaktivitet samtidig som uorganisert fritidsaktiviteter som sykling, hagearbeid, å gå tur med flere har økt.

<p>The Impact of COVID-19 on the Interrelation of Physical Activity, Screen Time and Health-Related Quality of Life in Children and Adolescents in Germany: Results of the Motorik-Modul Study.</p>	<p>Wunsch et al., 2021</p>	<p>Undersøke om data på aktivitet og helsereelatert livskvalitet fra innsamlet før covid-19 kan spå data på de samme variablene under covid-19</p>	<p>N=1711 (4-17 år)</p> <p>NB: samme dataset som Schmidt et al.</p>	<p>Spørreskjema rundt antall dager i minimum 60min fysiske aktivitet, skjermbruk (7-punkt skala) og helsereelatert livskvalitet; selvrappertert av foreldre for barn under 10år og ungdom 11-17år</p>	<p>Både barn og ungdom med mye skjermbruk før pandemien er mindre fysisk aktiv under pandemien. Det ble også funnet en positiv sammenheng mellom opplevd helsereelatert livskvalitet før pandemien og fysisk aktivitet under pandemien i barn og jenter.</p>
--	----------------------------	--	---	---	--

4.1 Innholdsanalyse

En innholdsanalyse av artikler er hensiktsmessig for å kunne danne seg en oversikt. Malterud (2017) beskriver denne prosessen med flere trinn. Et helhetsinntrykk dannes under lesing av først tittel og deretter sammendrag fra noen artikler. Dette er nærmere beskrevet i metodekapittelet. Videre skal meningsbærende enheter innhentes og sorteres (Malterud, 2017). I dette tilfelle ble det observert at tre meningsbærende enheter gikk igjen i alle de inkluderte artiklene: aktivitet, betydning av fysiske omgivelser og betydning av sosiale omgivelser. Noen artikler inkluderte i tillegg søvn og ernæring som meningsbærende enheter, dette ble identifisert som ikke relevant for problemstillingen i denne oppgaven. Funn fra alle de inkluderte artiklene er beskrevet i tabell 1 og videre strukturert etter kategoriene aktivitet, fysiske omgivelser og sosiale omgivelser. Kun statistisk signifikante funn har blitt hentet ut som sentrale funn fra de inkluderte artiklene. Som siste steg blir funnene drøftet mot hverandre i kapittel 5 i denne oppgaven, for å finne fellestrekk og motsetninger.

4.2 Aktivitet

Alle inkluderte studier har samlet inn data under nedstenging knyttet til covid-19 pandemien. For å kunne danne et sammenligningsgrunnlag har de fleste studiene (Chambonniere et al., 2021; Dunton et al., 2020; Moore et al., 2020; Pombo et al., 2020 og Mitra et al., 2020) undersøkt aktivitet hos deltakerne før covid-19 pandemien ved hjelp av retrospektive spørsmål. Tre studier (Medrano et al., 2020; Schmidt et al., 2020 og Wunsch et al., 2021) har sammenlignet data fra nedstengingsperioden under covid-19-pandemien med tidligere innhentet data fra barn og ungdoms aktivitet.

Alle de inkluderte studiene beskriver endring i aktiviteter hos barn og ungdom under covid-19-pandemien sammenlignet med hverdagen før pandemien. De inkluderte studiene bruker spørreskjema for å innhente informasjon om barn og ungdoms tilgang på aktiviteter, tidsbruk på aktiviteter og struktur på aktiviteter. Aktivitet som inkluderer lek, idrett og bevegelse både innen- og utendørs blir oppsummert under begrepet *fysisk aktivitet*. Seks av de inkluderte studiene (Dunton et al., 2020; Medrano et al., 2020; Mitra et al., 2020; Moore et al., 2020; Pombo et al., 2020 og Schmidt et al., 2020) inkluderer ulike underkategorier av fysisk aktivitet mens to studier deler deltakerne inn i "aktive" eller "inaktive" basert på tid brukt på fysiske aktiviteter per dag (Chambonniere et al., 2021 og Wunsch et al., 2021). Aktivitet som er lite fysisk krevende som blir beskrevet som *sittende aktivitet* i studiene. To studier (Dunton et al., 2020; og Pombo et al., 2020) spesifiserer ulike typer sittende aktivitet, som å lese

en bok, tegne eller å høre på musikk. Alle studier har dannet en egen subkategori for *skjermbruk* (data, TV, mobil) i tillegg til *fysiske og sittende aktiviteter*.

Chambonniere et al. (2021) spesifiserer ikke fysiske aktiviteter noe ytterligere enn tidsbruk på over eller under 5,5 timer/dag. Studien beskriver en endring i aktivitetsnivå hos barn og ungdom med nedgang i fysisk aktivitet og økning i sittende aktivitet og skjermbruk. Deltakere som i utgangspunktet var aktive hadde større negativ endring i fysisk aktivitet enn deltakere som ble kategorisert som inaktive allerede før nedstenging. Det er noen forskjeller mellom aldersgruppene, og det ble rapportert størst nedgang i fysisk aktivitet og økning i sittende aktivitet ungdom (Chambonniere, 2021).

Moore et al. (2020) og Mitra et al. (2020) finner forskjell knyttet til kjønn og alder: større nedgang i aktivitet (fysisk aktivitet, lek, andre aktiviteter uten skjermbruk) hos ungdom enn barn og samtidig større negativ endring hos jenter enn gutter. Pombo et al. (2020) ser derimot ingen kjønnsforskjell i aktivitet når det gjelder subkategorien fysisk aktivitet). Likevel skriver også den portugisiske artikkelen et funn om økt nedgang i fysisk aktivitet i den eldste aldergruppen (Pombo et al., 2020).

Og så en amerikansk studie finner økt sittende aktivitet og nedgang i fysisk aktivitet blant 9-13åringer sammenlignet med 5-8 åringer (Dunton et al., 2020). Dette viser en større endring i aktivitet under covid-19-pandemien hos ungdom enn hos yngre barn. Nedstenging har også en negativ effekt på spanske barns aktivitetsnivå og bruk av skjerm (Medrano et al., 2020), de vil si nedgang i fysiske aktiviteter og økning i sittende aktiviteter inkludert skjermbruk.

Den tyske studien til Schmidt et al. (2020) beskriver noen interessante funn som motsier de andre inkluderte studiene. Denne studien har nemlig oppdaget at den totale fysiske aktivitet hos barn og ungdom har økt under covid-19 pandemien. Det beskrives en endring i tidsbruk på de ulike formene for fysisk aktivitet. Nedgangen i organisert idrett er stor grunnet nedstenging og dermed mangel på slike tilbud, samtidig som aktivitet innen sykling, turgåing, hagearbeid og ustrukturert lek har økt (Schmidt et al., 2020).

En annen tysk studie (Wunsch et al., 2021) funnet at både barn og ungdom (uavhengig kjønn) som har hatt mye skjermbruk før pandemien, er mindre fysisk aktiv under pandemien. Videre ble det funnet en positiv sammenheng mellom opplevd helserelatert livskvalitet før pandemien og fysisk aktivitet under pandemien i barn og ungdomsjenter (Wunsch et al., 2021).

4.3 Sosiale omgivelser

Faktorer som eventuelle søsken, foreldrenes relasjon til barnet samt foreldrenes kulturelle bakgrunn, inntekt og jobbsituasjon er undersøkt i flere studier. Størst nedgang i aktivitet er rapportert for barn med mødre som har annen kulturell bakgrunn og uten høyere utdanning (Medrano et al., 2020).

Ifølge Moore et al. (2020) har foreldrenes deltakelse i sine barns aktivitet, motivasjon og støtte en positiv innvirkning på barns deltakelse i ulike fysiske aktiviteter. Videre har deltakelse av foreldrene sammen med barn og ungdom i aktiviteter en positiv effekt på fysisk aktivitetsnivå. Det er først og fremst foreldre med stabil økonomi og utdanning som har engasjert seg i barn og ungdom sine aktiviteter. En annen faktor som beskrives i studien er at familier med eierskap av hund rapportere økt utendørs lek sammenlignet med innendørs lek hos barn og ungdom (Moore et al., 2020).

Pombo et al. (2020) trekker frem funn på at foreldre som har hjemmekontor hemmer barn og ungdoms aktivitet som inkluderer bevegelse og lek. Søsken derimot har positiv innvirkning for barns aktivitetsnivå (Pombo et al., 2020).

4.4 Fysiske omgivelser

Flere artikler undersøker de fysiske omgivelsene barn og ungdom lever i.

Det er generelt en større nedgang i fysisk aktivitet og økning i sittende aktiviteter hos både barn og ungdom boende i urbane strøk sammenlignet med landlige omgivelser. Begge aldersgrupper rapporterer videre om økt skjermbruk, men denne er høyere blant deltakere bosatt i byer enn på landet (Chambonniere et al, 2020). Både Chambonniere (2021) og Mitra (2020) finner at det å bo mindre tett og i landlige omgivelser er positivt for barns aktivitetsnivå utendørs. Dette gjelder ikke for ungdom.

I de fleste studiene blir skjermbruk omtalt som en aktivitet som fremmer stillesitting. I en spansk studie ble dette noe nærmere undersøkt. Omgivelsesfaktorer som å ha TV på soverommet og lite plass for fysisk aktivitet og lek utendørs er assosiert med økning i sittende aktiviteter (Medrano et al., 2020). I en amerikansk studie (Dunton et al., 2020) viser bruk av teknologi en annen, positiv effekt på barn og ungdoms deltakelse inne fysiske aktiviteter. Dunton et al., 2020 fant at nesten en tredjedel av barn og ungdom bruker nettbaserte treningstimer og aktivitetstilbud fra idrettslag de er knyttet til som erstatning for fysisk oppmøte på treninger (Dunton et al., 2020).

Undersøkelser viser nedgang i deltagelse i fysiske aktiviteter utendørs hos over halvparten av barn og ungdom, uavhengig av omgivelsesfaktorer (Mitra et al., 2020). Ifølge Moore et al. (2020) er det flere faktorer som støtter aktivitet, og da både fysisk aktivitet og lek utendørs: å bo i et frittstående hus med

tilgang på utendørs areal. Dette blir videre utdypet i Mitra et al. (2020) sine funn rundt betydning av fysiske omgivelser: å bo i hus, i mindre tett bebygde strøk og lenger unna hovedveier har positiv effekt på barns aktivitetsnivå utendørs. Dette gjelder ikke ungdom. Adgang til parker øker utendørs aktivitet noe hos ungdom, men ikke hos barn (Mitra et al., 2020).

I studien til Pombo et al. (2020) bor 60% av barn i leilighet. Et lite utendørs areal (under 12m²) har ingen effekt på aktivitet utendørs. Et uteareal større enn dette hadde derimot en positiv effekt på barns aktivitet. Deltakerne rapporterer om økt bruk av innendørs areal og nabogater for lek og fysisk aktivitet. Den vanligste fysiske aktiviteten under covid-19 er frilek som løping og sisten samt det å gå tur (Dunton et al., 2020).

5 Diskusjon

Oppgavens problemstilling: "Hvordan påvirker omgivelser barn og ungdoms aktivitet under covid-19 pandemien?" skal besvares her. Den pågående covid-19-pandemien påvirker omgivelsene på alle nivåer og i alle dimensjoner. Tar man utgangspunkt i det globale nivået ser man at det har vært perioder med fysisk og sosial nedstenging i ulik form og varighet i nærmest alle verdens land. Også dimensjonen aktivitetsform har blitt berørt gjennom innskrenking av fritids-, idretts- og andre tilbud som til vanlig har en fast plass i hverdagslivet til barn og ungdom.

5.1 Aktivitet

Flere studier (Chambonniere et al., 2021; Dunton et al., 2020; Mitra et al., 2020; Moore et al., 2020 og Pombo et al., 2020) finner en forskjell mellom aldersgruppene barn og ungdom når det gjelder nedgang i aktivitet som innebærer fysisk bevegelse. Nedgangen er observert størst blant ungdom. Dette kan muligens forklares med at ungdom er mer vant til organisert treningstilbud gjennom skole, idrettslag eller egentrening på treningssenter. Disse aktivitetene faller bort under nedstenging av samfunn. Dette er et eksempel på hvordan aktivitetsform som omgivelse (Taylor, 2017) kan påvirke tilgang på aktiviteter. Denne omgivelsesdimensjonen er sterkt knyttet til fysiske omgivelser, da aktiviteten organisert gjennom idrettslag er avhengig av et areal for gjennomføring. En mindre nedgang i fysisk aktivitet blant barn på tross av bortfall av de fleste vante aktivitetene kan muligens forklares med at frigjort tid muliggjør fri og ustrukturert lek og bevegelse. I en kortere tidsperiode kan det oppleves som befriende å kunne leke og bevege seg mer selvbestemt og uten faste rammer. Det ville vært interessant om denne forskjellen mellom barn og ungdom er lik også senere ut i covid-19-pandemien. De inkluderte studiene presenterer kvantitativ data på antall timer brukt på ulike aktiviteter, men sier ingenting om hva barn og ungdom egentlig synes om denne endringen.

Pombo et al. (2020) finner ingen kjønnsforskjell når det gjelder aktivitetsnivå, mens Moore et al. (2020) og Mitra et al. (2020) finner større nedgang i aktivitet som fysisk aktivitet, lek, og andre aktiviteter uten skjermbruk hos jenter enn hos gutter. Dette kan muligens forklares med at gutter, spesielt i yngre alder kan generelt ha flere aktive hobbyer mens jenter, spesielt i ungdomsårene kan være mer interessert i å bruke tid på å kommunisere med venner, en aktivitet som under covid-19 pandemien har blitt flyttet til på sosiale medier (Dunton et al., 2020).

5.2 Sosiale omgivelser

Endring i tilgang på aktiviteter, altså endring i aktivitetsform-omgivelsen har blitt diskutert. Her er

utgangspunktet til barn og ungdom lignende, med stengte skoler, lekeplasser og idrettshaller og mye mer tid hjemme. De sosiale omgivelsene er rapportert til å være noe mer forskjellige, og vil som konsekvens kunne påvirke aktivitet hos barn og ungdom noe ulikt.

I den portugisiske studien ble foreldre som har hjemmekontor nevnt som en hemmende faktor for barns deltagelse i fysiske aktiviteter (Pombo et al., 2020). Samtidig skriver Moore et al. (2020) at støtte for og deltagelse i barn og ungdoms aktivitet øker aktivitetsnivå. En kan lett tro at foreldrenes tilstedeværelse i eget hjem kan øke muligheten for å kunne delta i barn og ungdoms aktiviteter. Foreldrenes rolle som motivator og forbilde kan se ut til å være av vesentlig betydning for barn og ungdoms aktivitet i en periode der barn og ungdom ikke har mulighet til å møte venner. Dette kan samtidig komme i konflikt med en krevende situasjon med hjemmekontor. Studien til Moore et al. nevner ikke når på dagen aktiviteter ble gjennomført, og det er derfor en mulighet å anta at felles aktiviteter med barn og foreldre har blitt gjennomført etter endt arbeidstid, altså når foreldrene er frigjort fra rollen som arbeidstaker. Denne hypotesen kan støttes med funn fra Pombo et al. (2020) som beskriver at allerede en foreldre som ikke har hjemmekontor øker barn og unges aktivitetsnivå. Dette kan ha sammenheng med at mindre areal av bostedet trenger å være en stillesone når kun en istedenfor to foreldre har hjemmekontor.

Det vanlige sosiale nettverket til barn og ungdom faller bort under nedstenging. Det er derfor mulig at tilstedeværelsen av foreldrene er viktigere for å fasilitere aktivitet enn tidligere. Behovet for sosial kontakt for aktivitetsdeltagelsen blir tydeliggjort i to funn fra Pombo et al. (2020) og Moore et al. (2020): det å sosialt selskap i søsken (Pombo et al., 2020) eller en hund (Moore et al., 2020) har en positiv effekt på barn og unges fysiske aktivitetsnivå. Har ikke familien flere barn som kan leke sammen er det en mulighet å danne en fast kohort med eventuelle nabobarn, selvfølgelig i tråd med de gjeldene forskriftene og anbefalingene som er gjeldene.

5.3 Fysiske omgivelser

Felles for alle studier er endringer i de fysiske omgivelsene på umiddelbart og lokalt nivå. Umiddelbare omgivelser inkluderer hjem og skole. Når skolen er stengt, er det kun relevant å undersøke forskjeller i hjemmet til deltakerne. Her viser det seg at forskjeller både i hjemme og i nærmiljøet påvirker muligheter for barn og ungdoms aktivitet. Lokalt nivå beskriver bosted og samfunn rundt dette. Fordelen med livet i byer er flere parker. At barns aktivitetsnivå utendørs ikke blir positiv påvirket av tilgang til parker (Mitra et al., 2020) kan forklares med at barn naturlige omgivelser for lek og utendørs aktiviteter som skolegårder og lekeplasser er stengt under covid-19 pandemien. På globalt nivå er

endringer tilnærmet like, ettersom pandemien påvirker hele verden, uten store unntak. Noe som derimot er ulikt på globalt nivå er økonomi. Hvilke ulikheter som forsterkes av pandemien er ikke tydeliggjort i studiene inkludert etter disse kun sammenligner funn fra eget land og ikke sammenligner ulike land med hverandre.

En innovativ mulighet for å bevare aktivitetsnivå hos barn og ungdom er beskrevet i studien til Dunton et al. (2020). Her ble nettbaserte treningstilbud organisert av idrettslag, samt treningsvideoer brukt. Fordelen med dette er at slik teknologibasert aktivitet er kompatibel med selv den mest inngripende nedstengingen. Samtidig opprettholdes sosial kontakt mellom barn/ungdom og jevnaldrende. En viktig faktor her er at familier kan ha ulikt økonomisk utgangspunkt til å til rette for oppdatert teknologi til sine barn.

Det er lite overraskende at plass til noe å si. Men begrensinger i fysiske omgivelser kan muligens kompenseres med å øke tilgang på varierte aktiviteter som å prøve ut nye aktiviteter. Videre kan det legges vekt på styrke sosiale omgivelser.

5.4 Metodiske betraktninger og etisk vurdering

Det er verdt å merke seg at det i de fleste studiene har vært foreldrene som har besvart spørreskjema på vegne av sine barn. I tre studier (Chambonniere et al., 2021; Schmidt et al. 2020 og Wunsch et al., 2021) har ungdom fra 11 år og oppover besvart spørreskjema selv. Det vil alltid være en viss usikkerhet knyttet til selv-rapportert data. Når det gjelder besvarelsen av spørreskjema av ungdom over 11 år er det mulig at dette kan ha en skremmende effekt på deltakerne. Det å bli forsket på under en ny og noe uavklart situasjon som en pandemi er ikke hverdagskost.

Noe som ikke har blitt tatt hensyn til i denne oppgaven er hvordan foreldrene opplever dette. På lik linje som sine barn mister de sin faste hverdagsstruktur. Noen har hjemmekontor, noen er permittert og en kan spørre seg om ikke også de mest støttende og engasjerte foreldrene kan bli utslitte, stresset eller bekymret for økonomien under nedstenging. Dette kan igjen ha konsekvenser for aktivitetsnivå hos barn og ungdom.

Gjennom denne diskusjonen blir omgivelsenes kompleksitet og rolle for aktivitet hos barn og ungdom tydelig. Det er flere andre mulige faktorer som påvirker unge, blant annet søvn, ernæring, psykiske plager knyttet til usikkerhet og endring under pandemien eller annen somatisk sykdom. Disse faktorene er ikke undersøkt her på grunn av rammen på oppgaven.

Datainnsamlingene i alle de inkluderte studiene er etisk godkjent. Det er likevel noen etiske vurderinger som er relevante å ta i denne oppgaven. En faktor som fortjener noe refleksjon er spørsmålet om funn fra studiene gjenspeiler hele befolkningen i respektive land studiene har blitt gjennomført i. En må ha i bakhodet at utfylling av slike spørreskjema er høyst frivillig og at svarprosenten kan være noe høyere i familier med høyt sosioøkonomisk status sammenlignet med familier med lavere inntekt. Det er også noen metodiske forskjeller i de inkluderte artiklene. Fem av de (Chambonniere et al., 2021; Dunton et al., 2020; Mitra et al., 2020; Moore et al., 2020 og Pombo et al., 2020) anvender et retrospektivt studiedesign mens tre (Medrano et al., 2020; Schmidt et al., 2020 og Wunsch et al. 2021) har to datasett, et fra før covid-19-pandemien og et fra under covid-19 pandemien som kan sammenlignes.

5.5 Refleksjon over ergoterapeutens rolle

Denne oppgaven beskriver et øyeblikks-bilde, mens samspillet mellom person-aktivitet- omgivelser er dynamisk. Omgivelsene endrer seg hele tiden og kanskje også over tid. Den såkalte første bølgen, som er tidsperioden forskningen til de inkluderte artiklene ble gjennomført i, er overstått. Denne var på våren 2020 men likevel er noe av dette her fortsatt aktuelt. Endringene under denne perioden i forhold til pre-covid-19 er umiddelbare, men er de varige også? Det vil fremtidig forskning vise. Under denne fremdeles pågående pandemien er det for tidlig å konkludere en endelig fasit. Men man ser noen trender. Når det gjelder betydning av meningsfull aktivitet og det som skjer når det ordinære tilbudene som barnehage, skole og mer faller bort, har ergoterapeutene en unik kompetanse. De kan gi råd om tilpasninger og tilrettelegging med utgangspunkt i behov og ønsker til den enkelte familien eller forelderen. Barns helse er et av sju fagområder i ergoterapi og gjør ergoterapeuter dermed til mulige ambassadører for barn og ungdom når det gjelder å spre viktigheten av aktivitetsdeltakelse for barn og ungdom, slik at disse gruppene faktisk prioriteres i covid-19 politikken.

Også mer generaliserbare anbefalinger kan gis til hele befolkningen. Ergoterapeutene er en viktig ressurs når det gjelder utarbeidelsen av hensiktsmessige tiltak og utforming av anbefalinger for å ivareta barn fysiske og mentale helse, samtidig som gjeldene smittevernregler blir fulgt. Når pandemien (forhåpentligvis) tar slutt en dag, står ergoterapeutene klare til hjelpe mennesker tilbake i gammel hverdag (hvis ønskelig) eller støtter opp under nye aktivitetsvaner som er oppstått under covid-19-pandemien og har kommet for å bli.

6 Avslutning

I denne oppgaven har omgivelsenes påvirkning på aktivitet blant barn og ungdom under covid-19 pandemien blitt undersøkt.

Resultater fra studier gjennomført i flere land peker i en felles retning med redusert deltakelse i fysiske aktiviteter som organisert idrett, fritidsaktiviteter som turgåing eller sykling og ustrukturert lek, samtidig som skjermbruk til ulike sittende aktiviteter øker under den første nedstengings-perioden på starten av den globale covid-19-pandemien. Selv om de inkluderte studiene i denne oppgaven, viser noen forskjeller relatert til alder og kjønn er trenden tydelig. Aktiviteter som inneholder ulike bevegelsesformer i varierende intensitet både alene og sammen med andre er en naturlig del av barn og ungdoms utvikling av motoriske og sosiale ferdigheter (Norsk Ergoterapeutforbund, 2020). Endring i vaner knyttet mot aktivitet over lengre tid kan få konsekvenser for barn og ungdoms livskvalitet (Eriksen, 2020). En annen konsekvens ved endringer over lengre tid kan være en endring aktivitetsidentitet, altså en endring i hvilke aktiviteter en identifiseres med (Taylor, 2017). En slik endring er ikke noe farlig, så fremt den oppleves som positiv og selvvalgt for det enkelte barnet eller ungdom. Anbefalinger fra helsemyndigheter og ergoterapeuter til befolkningen og spesielt foreldrene bør inneholde informasjon om hvilke faktorer som kan opprettholde barn og ungdoms aktivitetsnivå innen ulike aktiviteter under krevende perioder av sosial og fysisk nedstenging av samfunn. Ergoterapeuter har en unik kompetanse på å forstå samspillet mellom person, aktivitet og omgivelser og er dermed en ressurs for både foreldre, lærere og øvrig helsepersonell når det gjelder tilrettelegging og mulig gjøring av aktivitet på barn og ungdoms sine premisser. Endringer i både fysiske og sosiale omgivelser som konsekvens av covid-19 pandemien er pågående, og det er dermed for tidlig til å trekke en endelig konklusjon om hvilke endringer som muligens blir varige. Funn fra aktuell forskning er derimot, og barn og ungdom bør prioriteres når det gjelder tiltak under mulige fremtidige nedstengingsperioder av samfunn.

7 Referanseliste

Aagard, M. & Langdal, I. (2019). Centrale begreber inden for ergoterapi. I Å. Brandt, A. J. Madsen & H. Peoples. (Red), *Basisbog i ergoterapi*. (4. utg, s.111-127). København: Munksgaard.

Arksey, H. & O'Mally, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8 (1), 19-32

Busch, T. (2018). *Akademisk skrivning* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget

Chambonniere, C., Lambert, C., Fearnbach, N., Tardieu, M., Fillon, A., Genin, P., Larras, B., Melsens, P., Bois, J., Pereira, B., Tremblay, A., Thivel, D., & Duclos, M. (2021). Effect of the COVID-19 lockdown on physical activity and sedentary behaviors in French children and adolescents: new results from the ONAPS national survey. *European journal of integrative medicine*, 43, 101308.
<https://doi.org/10.1016/j.eujim.2021.101308>

Covid-19 forskriften (2021). *Forskrift om smitteverntiltak mv. ved koronautbruddet*. FOR-2020-03-27-470. Lovdata

Dunton G.F., Do B., Wang S.D. (2020) Early effects of the COVID-19 pandemic on physical activity and sedentary behavior in children living in the U.S. *BMC public health* 20(1):1351.
<https://doi.org/10.1186/s12889-020-09429-3>

Eriksen I. M., Davan L. B. (2020). Tap og tillit. Ungdoms livstilfredshet og samfunnsdeltagelse under pandemien. Oslo: Velferdsforskningsinstituttet NOVA, OsloMet; NOVA Rapport 13/20.

Folkehelseinstituttet (2021, 02. juni). Siste oppdatering i koronaveilederen
<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/om-koronaveilederen/oppdateringer-i-koronaveilederen/>

Kaae Kristensen, H., Schou, A. S. B., & Mærsk, J. L. (2017). Nordisk aktivitetsvidenskab (p. 254). Munksgaard.

Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4. utg., p. 254). Universitetsforl.

McKinstry, C., Brown, T. & Gustaffson, L. (2014). Scoping reviews in occupational therapy: The what, why and how to. *Australian Occupational Therapy Journal*, 61, 58-66

Medrano, M., Cadenas-Sanchez, C., Oses, M., Arenaza, L., Amasene, M., & Labayen, I. (2021). Changes in lifestyle behaviours during the COVID-19 confinement in Spanish children: A longitudinal analysis from the MUGI project. *Pediatric obesity*, 16(4), e12731. <https://doi.org/10.1111/ijpo.12731>

Mitra, R., Moore, S. A., Gillespie, M., Faulkner, G., Vanderloo, L. M., Chulak-Bozzer, T., Rhodes, R. E., Brussoni, M., & Tremblay, M. S. (2020). Healthy movement behaviours in children and youth during the COVID-19 pandemic: Exploring the role of the neighbourhood environment. *Health & place*, 65, 102418.
<https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102418>

Moore, S. A., Faulkner, G., Rhodes, R. E., Brussoni, M., Chulak-Bozzer, T., Ferguson, L. J., Mitra, R., O'Reilly, N., Spence, J. C., Vanderloo, L. M., & Tremblay, M. S. (2020). Impact of the COVID-19 virus

outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: a national survey. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 17(1), 85.

<https://doi.org/10.1186/s12966-020-00987-8>

Norsk Ergoterapeutforbund (2017). Alle skal kunne delta – ergoterapeutenes kjernekompetanse.

Norsk Ergoterapeutforbund (2020). Deltagelse og inkludering for barn og unge.

Nøkleby H., Berg R.C., Muller A.E., Ames H.M.R. (2021) Konsekvenser av covid-19 på barn og unges liv og helse: en hurtigoversikt. 2021. Oslo: Folkehelseinstituttet.

Pombo, A., Luz, C., Rodrigues, L. P., Ferreira, C., & Cordovil, R. (2020). Correlates of children's physical activity during the COVID-19 confinement in Portugal. *Public health*, 189, 14–19.

<https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.09.009>

Schmidt, S., Anedda, B., Burchartz, A., Eichsteller, A., Kolb, S., Nigg, C., Niessner, C., Oriwol, D., Worth, A., & Woll, A. (2020). Physical activity and screen time of children and adolescents before and during the COVID-19 lockdown in Germany: a natural experiment. *Scientific reports*, 10(1), 21780.

<https://doi.org/10.1038/s41598-020-78438-4>

Taylor, R. R. (2017). *Kielhofner's Model of Human Occupation*. (5. utg.). Philadelphia: Wolters Kluwer.

World Health Organization (11.03.2020) Coronavirus disease (COVID-19) pandemic: WHO characterizes COVID-19 as a pandemic.

Wunsch, K., Nigg, C., Niessner, C., Schmidt, S., Oriwol, D., Hanssen-Doose, A., Burchartz, A., Eichsteller, A., Kolb, S., Worth, A., & Woll, A. (2021). The Impact of COVID-19 on the Interrelation of Physical Activity, Screen Time and Health-Related Quality of Life in Children and Adolescents in Germany: Results of the Motorik-Modul Study. *Children (Basel, Switzerland)*, 8(2), 98.

<https://doi.org/10.3390/children8020098>

Wong, S. R., & Fisher, G. (2015). Comparing and using occupational-focused models. *Occupational Therapy in Healthcare*, 29(3), 297 – 315.

