

TRIVSEL OG LEG IFØLGE BØRNENE

*Et systematisk litteraturstudie over skandinavisk børneforskning
2015-2020*



mandagmorgen

TÆNKETANKEN

Indholdsfortegnelse

Indledning	1
Hovedpointer	3
Trivsel	3
Leg	3
Karakteristik af vidensgrundlaget	5
Tema 1: Trivselsstudier	8
Børnetrivsel i Skandinavien.....	8
Mistrivsel.....	10
Trivsel i fritiden	12
Trivsel i skolen	13
Tema 2: Studier om leg og legende læring	16
Legende undervisning.....	16
Leg i frikvartererne	18
Legens kvaliteter	19
Detaljeret metodebeskrivelse	21
Opsamling	23
Perspektivering til den kommende børneanalyse	24
Litteraturliste	25
Bilag	28
Søgeprotokol	28
Søgestrengene	31

Indledning

Børn skal ses men også høres

I Danmark betragtes børn som kompetente og indsigtsfulde individer, der er eksperter i deres eget liv. Børns synspunkter, oplevelser og perspektiver betragtes som unikke fra andre, f.eks. forældre, pårørende eller fagfolk omkring dem. Som et resultat heraf er praksis med at konsultere, lytte til og inddrage børn meget udbredt i både Danmark og de andre skandinaviske lande inden for forskning, velfærd, uddannelse og politik – og har endda en institutionaliseret form med de etablerede organer Børnerådet og Børneombudsmanden.

Betydningen af at lytte til børn nåede nye niveauer i starten af 2020, da statsminister Mette Frederiksen i forbindelse med den seneste valgkamp offentligt erklærede, at hun ville være børnenes statsminister. Udmeldingen er en del af et potentielt paradigmatisk skifte, der sker i disse år inden for de politiske rammer og den generelle diskurs omkring børns anliggender og forståelse af, hvad der udgør et godt liv for børn.

Derfor har Tænketanken Mandag Morgen i samarbejde med LEGO Fonden taget initiativ til en omfattende undersøgelse af "Det gode børneliv – ifølge børnene". Litteraturstudiet her giver et overblik over relevant nordisk børneforskning om børns trivsel og leg fra et børneperspektiv, og fungerer samtidigt som vidensgrundlag for undersøgelsen, som Tænketanken Mandag Morgen og LEGO Fonden lancerer til efteråret 2021.

Sådan har vi gjort

Litteraturstudiet har karakter af en Rapid Evidence Assessment (REA), der er kendetegnet ved samme høje kvalitet og systematik som en systematisk kortlægning, men er udviklet med henblik på at indhente og kortlægge eksisterende viden inden for en forholdsvis kort periode (Thomas et al., 2013). Metoden giver ved hjælp af en transparent søgestrategi et overblik over relevante studier inden for det afgrænsede forskningsfelt. De eksplicite inklusions- og eksklusionskriterier gør metoden gennemsigtig og genskabelig og højner kvaliteten af studiet.

Litteraturstudiets søgestrategi er udarbejdet med metodisk sparring fra ph.d. Camilla Dyssegaard fra Ren Videns, og selve litteratursøgningen er foretaget i juni-august 2020. En mere detaljeret beskrivelse af metodisk fremgangsmåde bliver gennemgået under afsnittet "Detaljeret metodebeskrivelse" på s. 21, og søgeprotokollen kan findes i bilaget.

Undersøgelsesspørgsmål og centrale begreber

Vi ønsker med dette litteraturstudie at afdække den nyere børneforsknings svar på spørgsmålet: [Hvordan oplever børn selv deres trivsel og leg i hverdagen?](#)

For at besvare spørgsmålet har vi først fastlagt, hvordan vi forstår de centrale begreber i undersøgelsesspørgsmålet: *børn, opleve selv, trivsel, leg og hverdag*.

For det første fokuserer litteraturstudiet på [børn](#) i skolealderen, dvs. ca. 6-16 år. Undersøgelsen afgrænses til at omfatte almenområdet og inkluderer dermed ikke studier af børn med særlige behov.

Når vi ønsker at undersøge, hvordan børnene [selv oplever](#), afgrænser vi i praksis til studier, hvor børn er respondenter og selv rapporterer deres erfaringer, holdninger og oplevelser. Vi medtager både kvalitative og kvantitative undersøgelser, f.eks. interviews og spørgeskemaundersøgelser, men vi medtager ikke studier, hvor børn ikke selv har en aktiv stemme, f.eks. rene observationsstudier.

Vi forstår **trivsel** som børns subjektive velbefindende inden for de sociale og psykologiske sfærer, som barnet er en del af og har subjektive holdninger til (jf. Ottosen et al., 2018). Det vil sige, at vi fokuserer på, hvordan børn selv fortæller, at de har det. Derfor medtager vi ikke trivselslitteratur, der udelukkende benytter objektive indikatorer som f.eks. materiel velstand uden også at afdække den subjektive trivsel hos barnet.

Vi anlægger en bred forståelse af **leg** som et spektrum af aktiviteter og processer, der kan komme til udtryk på forskellig vis afhængig af legens kontekst (jf. Zosh et al., 2018). Vi definerer leg som en proces, hvor barnet alene eller sammen med andre skaber oplevelser, stemninger, følelser eller mening (jf. Jessen, 2008). Idet legen forstås som et spektrum, inkluderes både den frie leg og forståelsen af leg som styret af en voksen, f.eks. en forælder eller lærer, eller af et på forhånd bestemt regelsæt, f.eks. et spil. Leg kan både være et mål i sig selv eller være et værktøj til udvikling, læring og kompetenceopbygning.

Vi fokuserer på et bredt udsnit af arenaer, som indgår i børns **hverdag**: skole, hjem og fritidsliv. Fritidsliv kan både være i organiseret form, f.eks. fritidsklubber eller en idrætsforening, men kan også være uorganiseret i form af legeaftaler og samvær på legepladser, på gaden, i naturområder eller lignende. Idet vi fokuserer på børns hverdagsliv, inkluderer vi ikke studier, der omhandler ekstraordinære begivenheder såsom ferier, store familiefester, ulykker eller alvorlig sygdom.

Ud over disse begrebslige definitioner anlægger litteraturstudiet også en **tidsmæssig og geografisk afgrænsning** ved at zoome ind på nyere børneforskning fra tidsperioden 2015-2020 i Skandinavien (Danmark, Sverige og Norge).

Læsevejledning

Litteraturstudiet består ud over denne indledning af følgende seks kapitler:

- **Kapitel 2** giver et overblik over de væsentligste hovedpointer.
- **Kapitel 3** består af en karakteristik af de studier, som er inkluderet i litteraturstudiet. Her kortlægger vi studiernes fordeling på baggrundskarakteristika.
- I **kapitel 4** dykker vi ned i det første tema: trivsel. Her giver vi et overblik over børnelivsforskningen på trivselsområdet. Temaet er opdelt i fire undertemaer: børnetrivsel i Skandinavien, mistrivsel, trivsel i fritiden og trivsel i skolen.
- I **kapitel 5** gennemgår vi det andet tema: leg. Temaet er opdelt i de tre undertemaer: legende undervisning, leg i frikvartererne og legens kvaliteter.
- I **kapitel 6** fremlægger vi en mere detaljeret gennemgang af processen bag litteraturstudiet, hvor vi udfolder de forskellige faser og metodiske valg i litteraturstudiet.
- Vi afrunder litteraturstudiet i **kapitel 7** med en opsamling på litteraturstudiets fund. I forlængelse af dette vil vi pege fremad mod den kommende børneanalyse, som Tænk tanken Mandag Morgen foretager i samarbejde med LEGO Fonden.

Hovedpointer

Litteraturstudiet er inddelt i to overordnede temaer, der fokuserer på børns trivsel og børns leg. Inden for de to temaer gennemgår vi først de substantielle pointer fra de inkluderede studier, og dernæst giver vi en kort metodisk karakteristik af studierne samlet set.

Hovedpointer om trivsel

- Generelt finder studierne en høj og stabil trivsel blandt skandinaviske børn og unge.
- Trivslen falder generelt, når børn kommer i teenagealderen. Det gælder særligt for pigerne.
- Børns socioøkonomiske baggrund har indflydelse på graden af deres trivsel.
- En lille andel af børn og unge viser symptomer på mistrivsel. Årsagerne til mistrivsel er mange og kan blandt andet være mobning, oplevelsen af kropspres eller skolepres, samt en familiesituation præget af afsavn eller få økonomiske ressourcer.
- Børn og unges sociale liv er en vigtig faktor for deres trivsel – hvad end det er fællesskaber eller relationer til lærere i skolen, med venner i fritiden eller en mere grundlæggende følelse af at være inkluderet og høre til socialt.

Metodisk karakteristik af trivselsstudierne

De fleste trivselsstudier er baserede på kvantitative metoder og tager ofte form af spørgeskemaundersøgelserne. Relativt få studier anvender elever i indskolingsalderen (ca. 6-9 år) som respondentgruppe, mens elever i mellemtrin (ca. 10-12 år) og udskoling (ca. 13-16 år) er oftere forekommende. Størstedelen af studierne befinder sig inden for undertemaerne "mistrivsel" og "trivsel i skolen".

Hovedpointer om leg

- Leg kan hjælpe børn med at lære at håndtere konflikter og med at opbygge sociale relationer.
- I nogle lege tilstræber børn realisme, og legen forudsætter derfor viden og øvelse.
- Leg skaber følelser af glæde, vildskab, nysgerrighed og oplevelse af og søgen mod mestring.
- I idrætsundervisningen og i frikvartererne er konkurrenceelementet meget udpræget og kan være med til at skabe hierarkier og mistrivsel.
- Selvorganiseret leg i frikvartererne er kønnet og præget af magthierarki med dominerende drenge.
- Undervisningsforløb med mere selvbestemmelse blandt eleverne kan være en svær balancegang. Studierne viser, at de positive effekter opnås ved at have stort fokus på at skabe et inkluderende miljø – ellers kan selvbestemmelse have en ekskluderende effekt.
- Kreative og kropslige legeinitiativer i skolen viser generelt positive effekter på trivslen.
- Der er potentiale i digital leg – både i forhold til styrkelse af børnenes faglighed og sociale relationer i skolen.

Metodisk karakteristik af studierne om leg og legende læring

Blandt disse studier er der en stor andel af kvalitative studier, der blandt andet gør brug af kreative metoder såsom fotos, tegninger, eller hvor børn interviewer hinanden. Det indebærer også, at studierne generelt har en lavere generaliserbarhed end trivselsstudierne. Til gengæld foretager de mere dybdegående analyser af børnenes oplevelser af legen. Hovedparten af studierne beskæftiger sig med forskellige former for "legende undervisning".

Oftest udgør børn i indskolingsalderen (ca. 6-9 år) eller mellemtrinalderen (ca. 10-12 år) respondentgruppen i studierne. Udskolingsbørn er derimod sjældent respondenter, medmindre der er tale om studier, der befinder sig i en skolekontekst.

Leg understøtter trivsel

Litteraturstudiet afdækker børnenes oplevelser af trivsel og leg, og selvom det er to separate størrelser, som vi generelt holder adskilt i studiet, viser flere af studierne, at de to størrelser er interagerende. Legen har nemlig en rolle at spille i forhold til børnenes trivsel. Legen i idrætsundervisningen kan opleves som en tiltrængt pause fra den boglige skole og som en erstatning for barndommens leg. Her er der plads til en bevægelsesglæde, der kan øge trivslen i skolen. Legen hjælper også børnene med at lære sociale kompetencer, der rustet dem til at tackle udfordringer og klæder dem bedre på til et godt børneliv.

I nogle af de inkluderede studier er linket mellem trivslen og legen mindre direkte. Vi har i litteraturstudiet valgt at kategorisere en række undersøgelser under overskriften "legende undervisning", selvom de ikke specifikt nævner ord "leg". Her har vi tolket ud fra vores definition af leg og forståelse af det legende, og ud fra det har vi vurderet en række undervisnings tiltag som legende. Mange af disse undersøgelser har til formål at øge både den faglige og den sociale trivsel gennem den legende undervisning – og mange af tiltagene lykkes også. Studierne viser dermed, at legen kan åbne op for, at nye sociale relationer dannes, og at det legende kan motivere børnene og styrke deres kompetencer og trivsel.

Karakteristik af vidensgrundlaget

I dette kapitel giver vi et overblik over de inkluderede studier med henblik på at skitsere, hvordan studierne fordeler sig på lande, metoder, undertemaer og aldersgrupper.

Geografisk spredning

Litteraturstudiet består af 61 studier, der handler om de to temaer fra undersøgelsesspørgsmålet: trivsel og leg. Studierne kommer fra de skandinaviske lande: Danmark, Sverige og Norge. Kortet i figur 1 viser fordelingen af de inkluderede studier på de tre lande.

Lidt over halvdelen (34) af de inkluderede studier stammer fra Danmark, mens ca. en fjerdedel af studierne er fra henholdsvis Sverige (13) og Norge (14). Der er altså en overvægt af danske studier i litteraturstudiet. Det skyldes blandt andet, at den danske søgedatabase gav langt flere søgeresultater end de norske og svenske pendants.

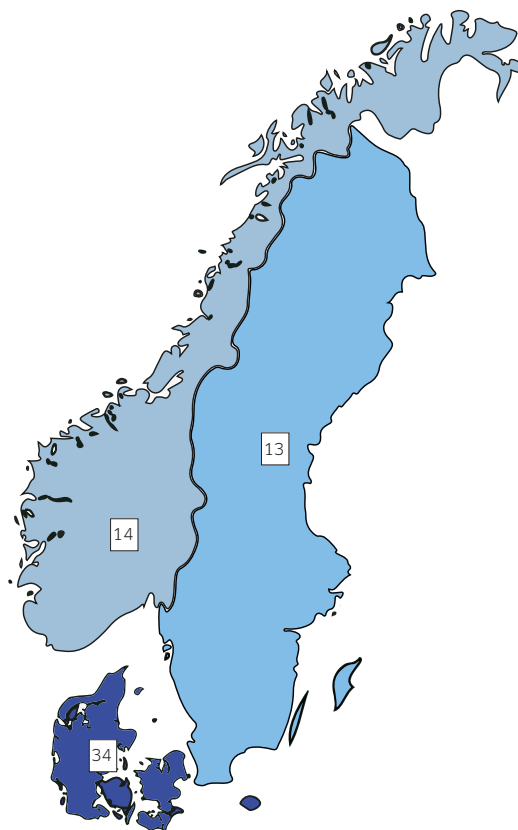
Tematisk opdeling

Litteraturstudiet indeholder 35 studier om trivsel og 26 studier om leg, svarende til en 60/40-fordeling. I tabel 1 ses studierne fordelt på de to temaer samt på de identificerede undertemaer: børnetrivsel i Skandinavien, mistrivsel, trivsel i fritiden, trivsel i skolen, legende undervisning, leg i frikvartererne og legens kvalitet.

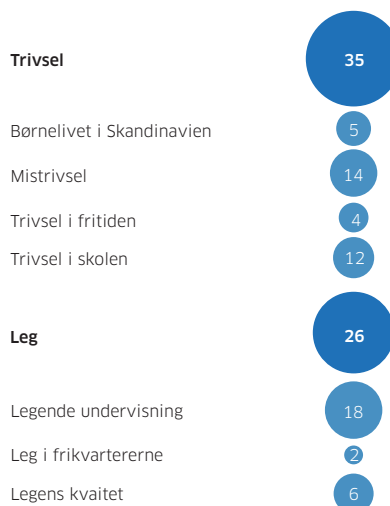
Størstedelen af trivselsstudierne er kategoriseret under undertemaerne "mistrivsel" og "trivsel i skolen". At meget trivselsforskning knytter sig til skoleområdet, afspejler, at denne arena ofte er genstand for undersøgelser. Det skyldes blandt andet, at folkeskolen som offentlig institution er underlagt en række evalueringer og dokumentationskrav. Dertil kommer, at der særligt i dansk kontekst har været fornyet fokus på evaluering og målindsatser i folkeskolen i løbet af de sidste fem år som led i at afdække effekterne af folkeskolereformen fra 2014.

Den store andel af studier om mistrivsel kan forklares med, at der i Skandinavien er en lang tradition for at lytte til børns perspektiver og varetage deres interesser. Både Danmark, Sverige og Norge har tiltrådt FN's Børnekonvention og derigennem forpligtet sig til at tage vare på barnets tarv. Formålet med at sikre alle børns trivsel går igen i litteraturstudiet, der indeholder forskningsbidrag og rapporter med fokus på forskellige former for mistrivsel hos børn og unge. Særligt organisationer som Børns Vilkår og Børnerådet skriver sig ind i denne agenda.

Figur 1: Kort over studierne geografiske spredning



Tabel 1: Studierne fordelt på temaer og undertemaer



Undertemaet ”legende undervisning” tegner sig for størstedelen af legestudierne. Det afspejler, at en stor del af studierne inden for temaet leg befinder sig inden for skoleområdet og beskæftiger sig med, hvordan man kan styrke læring ved at inkorporere legende elementer. Det kan for eksempel være studier, der undersøger kreative undervisningsforløb, spil i idrætsundervisningen eller inkorporering af lege og andre alternative undervisningsformer i timerne. Samtidig vidner det om, at en del forskere og praktikere tænker spilelementer og legende tilgange ind i undervisningen i folkeskolen. Vi har søgt at indfange denne legende og kreative tilgang til læring ved blandt andet at inkludere ordet *gamification* i søgestrengen (se bilag).

Anvendte metoder

Litteraturstudiet inkluderer både studier, der anvender kvalitative og kvantitative metoder. De kvantitative studier bruger større eller mindre spørgeskemaundersøgelser, mens de kvalitative hovedsageligt bruger enkelt- eller fokusgruppeinterviews. Flere kvalitative studier gør også brug af mere kreative metoder f.eks. fotos og tegninger. Tabellen nedenfor viser fordelingen på de overordnede metodiske tilgange, som studierne anvender. Overordnet set er der en relativt ligelig fordeling mellem de kvantitative og kvalitative studier, mens der er lidt færre studier, der kombinerer kvantitative og kvalitative studier i mixed methods-designs.

Tabel 2: Studiernes fordeling på metoder og temaer

Metode	Trivsel	Leg
Kvalitativ	6	16
Mixed methods	8	7
Kvantitativ	21	3
I alt	35	26

Inden for de to temaer er fordelingen på metoder skæv, som det fremgår af ovenstående tabel 2. Her er flest trivselsstudier kvantitative, mens flest legestudier er kvalitative. Legestudierne, der bruger kvantitative metoder eller mixed methods, er alle studier, der handler om legende undervisning, mens alle studierne om leg i frikvartererne og legens kvaliteter gør brug af kvalitative metoder.

Kvalitetsvurdering og relevans

Vi har vurderet kvaliteten af de inkluderede studier ud fra en sondring mellem den metodiske kvalitet, metodiske relevans og studiets emnemæssige relevans for litteraturstudiet. Ud fra disse tre mål har vi konstrueret en samlet kvalitetsvurdering af de enkelte studier. Nedenstående tabel viser kvaliteten af litteraturstudiets inkluderede studier.

Tabel 3: Studiernes kvalitetsvurderinger

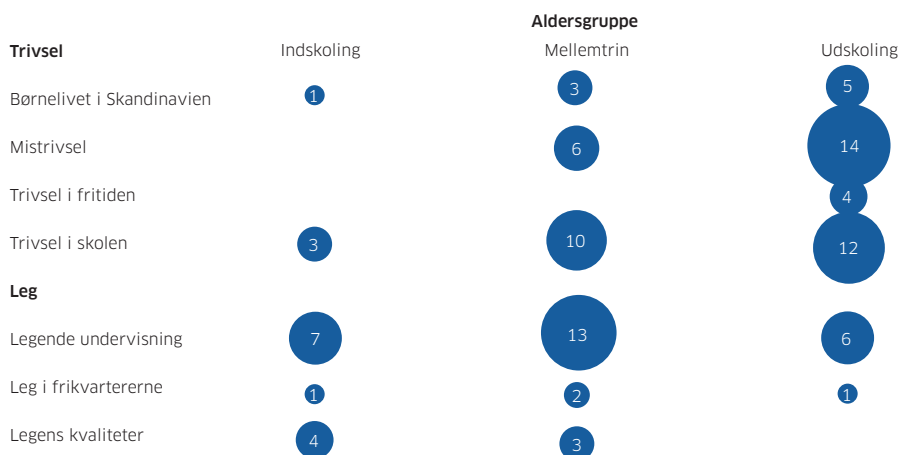
Kvalitetsvurdering	Høj	Middel	Lav
Metodisk kvalitet	41	20	0
Metodisk relevans	42	19	0
Emnemæssig relevans	28	29	4
Samlet kvalitet	41	20	0

Litteraturstudiet indeholder hovedsageligt studier af høj kvalitet. Det gælder for 40 studier, at den samlede kvalitet er høj, mens 21 studier er vurderet til middel kvalitet. Vi har frasortet studier, hvis samlede kvalitet blev vurderet som lav – dette gjorde sig gældende for ét studie. I forhold til den emnemæssige relevans kategoriserede vi 33 studier som middel eller lav relevans. Selvom størstedelen af disse studier har høj metodisk kvalitet, er de ikke lige relevante for litteraturstudiets undersøgelsesspørgsmål. Studierne med middel eller lav relevans er generelt studier, der handler om evalueringer af legende undervisningsforløb eller studier, der undersøger børns mentale sundhed. Disse studier er relevante, men de er vurderet til at have lavere emnemæssig relevans, da de typisk kendetegnes ved, at børneperspektivet i mindre grad bliver aktiveret, og at skildringen af børns oplevelser med deres egne ord er mindre tydelig.

Aldersgrupper

Syv af de inkluderede studier involverer børn fra både indskoling, mellemtrin og udskoling, mens størstedelen af studierne (34) beskæftiger sig med én aldersgruppe. Nedenfor er fordelingen af studier på aldersgrupperne illustreret.

Tabel 4: Studiernes fordeling på undertemaer og aldersgrupper



Tabelfnote: Summen af antal studier er >61, da flere studier har børnerespondenter fra mere end én aldersgruppe.

Litteraturstudiet indeholder flest studier, hvor børnerespondenterne er i mellemtrinalderen (ca. 10-12 år) eller udskolingsalderen (ca. 13-16 år). Særligt ved undertemaerne om mistrivsel og trivsel i skolen ser vi en overvægt af børnerespondenter fra de ældre aldersgrupper. Det skyldes blandt andet studiernes fokus på kropspres i teenagealderen eller karakterpres i skolen – to fænomener, der primært er relevante for de ældre skoleelever.

Respondenter i indskolingsalderen (ca. 6-9 år) er ikke lige så ofte med i studier og undersøgelser, hvilket kan skyldes, at de mest anvendte metoder og værktøjer er udviklet til et højere kognitivt og sprogligt niveau, der først kommer i mellemtrin- og udskolingsalderen.

Størstedelen af studierne med de yngste børn er placeret inden for temaet leg. Tilsvarende finder vi her relativt få legestudier med de ældre børnegrupper. Det afspejler den gængse opfattelse af, at legen er forbeholdt de yngre børn, og at børn med alderen vokser fra legen. Undtagelsen hertil er undertemaet "legende læring", hvor alle aldersgrupperne er repræsenteret. Det betyder dermed, at de undervisningsformer, som vi definerer som legende, også bliver afprøvet for de ældre børn.

TEMA 1:

Trivselsstudier

Trivselstemaet indeholder 35 skandinaviske studier om børn og unges trivsel, som vi har opdelt i fire undertemaer. Det første undertema tager den generelle temperatur på børns trivsel i Danmark, Sverige og Norge. De resterende tre undertemaer beskæftiger sig med mere specifikke tematikker på trivselsområdet: mistrivsel, trivsel i fritiden og trivsel i skolen. Inden for disse undertemaer skelnes der i mindre grad mellem resultaterne fra de tre lande, da undersøgelserne viser, at tendenserne for børn og unges trivsel går igen på tværs af de skandinaviske lande.

Børnetrivsel i Skandinavien

Børn i Skandinavien har det generelt godt. Børns trivsel, læring og udvikling er et højt prioriteret område, hvor mange offentlige og private institutioner og interessenter spiller en vigtig rolle. Der er mange større og mindre, longitudinelle og tværgående studier, der tager temperaturen på børnelivet og sætter fokus på, hvordan børnelivet kan blive endnu bedre. Litteraturstudiet inkluderer fem undersøgelser, der tager en generel temperaturmåling på børnelivet i henholdsvis Danmark, Sverige og Norge.

Overordnet viser studierne, at skandinaviske børn og unge trives, men studierne peger også på områder, hvor udviklingen går i den forkerte retning, og på de karakteristika, der kendetegner børn og unge, der i højere grad mistrives: alder, køn og socioøkonomi.

Tabel 5: Oversigt over undertemaets studier

Forfatter(e)	År	Titel	Land	Respondentgruppe	Metode	Kvalitetsvurdering
Bakken	2019	Ungdata, Nasjonale resultater 2019	NO	Udskoling	Kvant.	Høj
Folkhälsomyndigheten	2018	Skolbarns hälsövanor i Sverige 2017/18	SE	Melletrin, udskoling	Kvant.	Høj
Kostenius & Bergmark	2016	The power of appreciation: promoting schoolchildren's health literacy	SE	Melletrin, udskoling	Kval.	Høj
Ottosen et al.	2018	Børn og unge i Danmark. Velfærd og Trivsel 2018.	DK	Forældre til indskolingsbørn, melletrin, udskoling	Kvant.	Høj
Von Soest et al.	2020	Livstilfredshet blant ungdom for og under Covid-19-pandemien	NO	Udskoling	Kvant.	Høj

De danske, svenske og norske undersøgelser af børn og unges trivsel kommer frem til en række ensartede resultater. [Overordnet](#) finder studierne, at størstedelen af børnene har det godt, og at trivslen over de seneste 10-20 år har været stabil høj (Bakken, 2019; Folkhälsomyndigheten, 2018; Ottosen et al., 2018). Bakken (2019) slår blandt andet fast, at den nuværende ungegeneration er mere veletilpasset end tidligere generationer. Studiet finder, at de unge generelt er glade for deres forældre, har fortløbende venskaber, og at få er udsat for vold eller begår regelbrud (Bakken, 2019).

Studierne viser, at [udviklingen](#) på nogle forskellige områder går i den forkerte retning. En svensk undersøgelse finder, at der er sket en stigning i andelen af børn, der bliver mobbet, siden 2009/10 (Folkhälsomyndigheten, 2018). Undersøgelsen finder også, at andelen af de 13- og 15-årige børn, der oplever mindst to psykiske eller somatiske problemer mindst én gang om ugen, er dobbelt så stor som i 1980'erne (Folkhälsomyndigheten, 2018). En norske undersøgelse finder et fald i trivslen siden 2012, hvor flere norske unge er begyndt at kede sig i skolen, samtidig med at lidt flere oplever skolestress¹. Undersøgelsen viser også en

¹ Skolestress bliver i undersøgelsen målt som de elever der svarer "ofte" eller "svært ofte" til spørgsmålet om, hvor ofte de bliver stressede af skolearbejdet (Bakken, 2019).

tendens til, at der siden 2015 er færre unge, der tror, de kommer til at leve et godt og lykkeligt liv (Bakken, 2019). En dansk undersøgelse viser, at den psykiske mistrivsel blandt danske skolebørn er steget siden 2010 (Ottosen et al., 2018). Undersøgelsen konkluderer derudover, at ensomheden blandt de store skolebørn har været stigende de seneste 20 år (Ottosen et al., 2018).

Overgangen fra barn til ung sætter sit præg på trivlsen. Undersøgelserne viser generelt, at **alder** har betydning for trivlsen, idet livstilfredsheden er signifikant lavere blandt de 13- og 15-årige end de 11-årige (Folkhälsomyndigheten, 2018; Ottosen et al., 2018). Presset fra skolen og oplevelsen af skolestress² stiger også blandt de ældre elever (Folkhälsomyndigheten, 2018).

Resultaterne peger på, at faldet i livstilfredsheden varierer i forhold til **køn**. Blandt børnene i 11-årsalderen ses der ikke nogen forskel i trivlsen i forhold til køn. Undersøgelserne viser dog, at når de unge bevæger sig op i teenagealderen, begynder de unge piger at trives dårligere end de alderssvarende drenge (Folkhälsomyndigheten, 2018; Ottosen et al., 2018). Den ringere trivsel kommer til udtryk i en stigning i psykosomatiske problemer som hovedpine, mavepine eller søvnbesvær blandt pigerne (Ottosen et al., 2018). Pigerne oplever lavere selv værd, er mere utilfredse med deres kroppe og oplever i højere grad end drengene stigende skolestress (Bakken, 2019; Folkhälsomyndigheten, 2018).

Ud over forskelle på baggrund af alder og køn viser resultaterne også, at børns **socioøkonomiske baggrund** har en signifikant betydning for børnenes livstilfredshed. Børn fra ressourcestærke hjem trives bedre både i forhold til at have det godt mig selv, sine venner, sine forældre og med skolen. De er spiser sundere, træner mere og går i højere grad til organiserede fritidsaktiviteter (Bakken, 2019; Folkhälsomyndigheten, 2018; Ottosen et al., 2018). Dog oplever de unge fra ressourcestærke hjem en højere grad af pres (Bakken, 2019). I Ottosen et al. (2018) fremhæves det ligeledes, at børn og unge med indvandrerbaggrund er betydelig mere udsatte end deres majoritetsdanske jævnaldrende, da de generelt vokser op under ringere materielle vilkår.

I dette litteraturstudie indgår et enkelt studie fra 2020 med fokus på COVID-19-pandemien. 2020 har været et særligt år at være barn og ung i, og der blev for alle rusket godt og grundigt op i hverdagslivet. Derfor har von Soest et al. (2020) undersøgt, hvordan pandemien havde påvirket unge nordmænds livstilfredshed. Studiet viser, at livstilfredsheden blandt norske unge faldt efter indførsel af restriktioner i april/maj. De unge følte sig mindre glade, mindre engagerede, mindre optimistiske om fremtiden, mindre nyttige og havde mindre energi (von Soest et al., 2020). Resultaterne viste, at livstilfredsheden dalede mest blandt børn med flest ressourcer. På den måde blev den sociale ulighed i livstilfredshed mindre under restriktionerne (von Soest et al., 2020).

Ét enkelt studie fra tabellen øverst i afsnittet undersøger børnelivet ud fra en kvalitativ metodisk strategi. I stedet for den kvantitative tilgang undersøger Kostenius og Bergmark (2016) mere eksplorativt, hvad børnene selv fremhæver som det vigtigste i deres liv, når det kommer til trivsel og sundhed. De beder børnene om at reflektere skriftligt over positive oplevelser og relationer i deres hverdag for på den måde at hjælpe børnene med at tænke kritisk og udvikle deres egne holdninger. Beretningerne viser, at børnene generelt fremhæver anerkendelse som centralt for deres trivsel. Behovet for anerkendelse kommer til udtryk på forskellige måder i børnenes beretninger. Børnene beskriver, at det for dem er vigtigt at have følelsen af, at man hører til et sted, samt følelsen af, at man betyder noget for andre, og at andre bekymrer og interesserer sig for en. Derudover er følelsen af, at andre respekterer og lytter til en, og følelsen af at blive bekræftet og at være noget værd også helt centrale i børnenes beskrivelser af, hvad der gør deres liv godt (Kostenius & Bergmark, 2016).

Metodisk opsamling

De ovenstående studier, der tager temperaturen på børnelivet i Skandinavien, er store kvantitative spørgeskemaundersøgelser. Studierne er alle af høj kvalitet og har et meget højt antal respondenter – mellem ca. 4.000 og 150.000 børnerespondenter. For den svenske og danske undersøgelse er der tale om repræsentative og generaliserbare stikprøver (Folkhälsomyndigheten, 2018; Ottosen et al., 2018), mens den norske nærmer sig populationsdata (Bakken 2019). Det giver valide resultater og gør det muligt at undersøge børnelivet meget finkornet. Studierne undersøger mellemtrin- og udskolingsbørnenes trivsel, da børnene i den alder er i stand besvare detaljerede og lange spørgeskemaer. Ottosen et al. (2018) inkluderer også indskolings- og børnehavebørn ved at spørge forældrene om børnenes trivsel. Det kvalitative studie af Kostenius og Bergmark (2016) falder metodisk ved siden af de andre studier i afsnittet, da det undersøger børnetrivlsen gennem kvalitative tegneinterviews.

² Skolestress bliver i undersøgelsen målt som de elever, der svarer "ganska mycket" eller "mycket" til spørgsmålet, om hvor stressede de føler sig af deres skolearbejde (Folkhälsomyndigheten, 2018).

Mistrivsel

Inden for dette undertema har vi identificeret 14 studier, der handler om forskellige former for mistrivsel. De mest gennemgående årsager til mistrivsel, som de 14 studier beskæftiger sig med, er henholdsvis social mistrivsel, pres – særligt i form af skolepres og kropspres – samt familieforhold.

Tabel 6: Oversigt over undertemaets studier.

Forfatter(e)	År	Titel	Land	Respondent-gruppe	Metode	Kvalitets-vurdering
Børnerådet	2015	Unge fra økonomisk trængte familier trives dårligere end andre unge	DK	Udskoling	Mixed	Høj
Børnerådet	2016a	Børn og unge, der lider af savn, udelukkes fra fællesskabet	DK	Mellemtrin, udskoling	Mixed	Høj
Børnerådet	2016b	Forældres skænderier får unge til at bekymre sig om skilsmisse	DK	Udskoling	Kvant.	Høj
Børnerådet	2016c	Hver fjerde pige i 9. klasse er i fare for at få en spiseforstyrrelse	DK	Udskoling	Mixed	Høj
Børnerådet	2018	"Jeg ville ønske, at jeg var mere glad"	DK	Udskoling	Kvant.	Høj
Børns Vilkår & Tryk-Fonden	2019	At stå udenfor. Hvordan styrker vi positive fællesskaber blandt børn og unge?	DK	Mellemtrin, udskoling	Mixed	Høj
Børns Vilkår & Tryk-Fonden	2020	Krop, køn og digital adfærd. Hvordan mindsker vi presset på børn og unge?	DK	Mellemtrin, udskoling	Mixed	Høj
Dansk Center for Undervisningsmiljø	2019	Hvordan har du haft det på internettet i dag?	DK	Udskoling	Kval.	Middel
Hellfeldt, Gill & Johansson	2018	Longitudinal Analysis of Links Between Bullying Victimization and Psychosomatic Maladjustment in Swedish Schoolchildren	SE	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Middel
Hestetun, Svendsen & Oellingrath	2019	Lifestyle, appearance satisfaction and depressive symptoms in 13-16 years old Norwegian adolescents – A cross-sectional study	NO	Udskoling	Kvant.	Høj
Högberg, Strandh & Hagquist	2020	Gender and secular trends in adolescent mental health over 24 years – The role of school-related stress	SE	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Wendelborg	2018	Mobbing og arbeidsro i skolen 2019	NO	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Wilhsson et al.	2017	Handling Demands of Success Among Girls and Boys in Primary School: A Conceptual Model	SE	Udskoling	Kval.	Høj
Øgård-Repål, Strand & Karlén	2017	Karakterpress, kroppspres og gjengpress – Fokusgruppeintervju av jenter i 9. klassetrinn etter funn fra Ungdata undersøkelsen	NO	Udskoling	Mixed	Høj

I fem studier er [social mistrivsel](#) og mobning omdrejningspunktet. Studierne kommer frem til, at børn og unge, som bliver mobbet eller oplever ensomhed, typisk trives dårligere end andre børn og unge. Når børn føler sig ensomme, udviser de også oftere tegn på mistrivsel, f.eks. dårligt humør, svimmelhed, søvnbesvær eller nedtrykthed, sammenlignet med andre børn. Det kan også tage form af lavere livstilfredshed og svæk-

ket selvværd (Børns Vilkår & TrygFonden, 2019). Ligeledes påviser flere andre studier øget mistrivsel hos børn, der bliver mobbet (Hellfeldt et al., 2018; Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2019).

Ifølge Hellfeldt, Gill og Johansson (2018) har børn, som er blevet mobbet i en længere periode, markant lavere trivsel end andre børn. De viser også, at nye mobbeofre oplever et kraftigt fald i deres trivsel i perioden efter, mobningen starter. Den norske elevundersøgelse dykkede i 2018 ned i mobningens karakter og udbredelse. Her fandt den blandt andet et kønnet mønster i børns mobning, hvor piger oftere udsættes for indirekte mobning, mens drenge oplever mere direkte, fysisk mobning (Wendelborg, 2018). Samme studie undersøger også digital mobning. Denne form for mobning er mindre udbredt end traditionel mobning, men hvor sidstnævnte aftager med alderen hos børn og unge, forbliver udbredelsen af den digitale mobning stabil over tid (Wendelborg, 2018). Børn bliver meget følelsesmæssigt påvirket af at være udsat for digital mobning, hvilket kan føre til mistrivsel, hvor nogle børn begrænser sig selv på nettet og lukker følelsesmæssigt af for andre børn (Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2019).

Andre studier undersøger børn og unges oplevelser af at være udsat for [pres](#). I disse studier er respondenterne primært unge i mellemtrin- og udskolingsalderen. Unge skal i dag orientere sig i mange former for pres. Det viser resultaterne af en analyse baseret på den norske Ungdata-undersøgelse, hvor særligt piger oplever at stå over for både et kropspres, karakterpres og et pres for at passe ind socialt (Øgård-Repål, Strand & Karlsen, 2017). I lighed med dette viser et kvalitativt svensk studie, at unge drenge og piger navigerer i et krydspres af forventninger, hvor de både stræber efter at leve op til forventningen om at være populær her og nu, samtidig med at de trykkes af et skolepres om at opnå succes i fremtiden (Wilhsson et al., 2017).

Når børn føler sig underlagt et [skolepres](#), trives de typisk dårligere end andre unge (Børns Vilkår & TrygFonden, 2020; Børnerådet, 2018). En del studier finder kønsforskelle i unges oplevelser af pres, hvor det oftest er pigerne, der er mere stressede og trives dårligere end drengene (f.eks. Børns Vilkår & TrygFonden, 2020; Högberg, Strandh & Hagquist, 2020). Ifølge et svensk studie kan presset fra skolen forklare, hvorfor det særligt er piger, som oplever psykosomatiske symptomer såsom hovedpine, søvnbesvær og irritation (Högberg, Strandh & Hagquist 2020).

Flere studier stiller skarpt på de negative følger af [kropspres](#). En del unge påvirkes af en fremvoksende perfektionskultur, der dikterer, hvad "den perfekte krop" er. Et studie finder, at det hos nogle unge fører til, at de udvikler risikoadfærd for en spiseforstyrrelse eller udviser depressive symptomer såsom nedtrykthed eller manglende håb for fremtiden (Børnerådet, 2016c; Hestetun, Svendsen & Oellingrath, 2019). Ifølge et andet studie kan kropspres være grobund for mistrivsel, større ensomhed og lavere selvværd (Børns Vilkår & TrygFonden, 2020). Et norsk studie af Hestetun et al. (2019) finder blandt udskolingsunge en stærk sammenhæng mellem utilfredshed med ens udseende og depressive symptomer. Selvom både utilfredsheden med ens udseende og depressive symptomer er mere udbredt blandt pigerne end drengene, finder studiet, at den direkte sammenhæng mellem utilfredshed og depressive symptomer er særlig stærk hos drengene (Hestetun, Svendsen & Oellingrath 2019).

Enkelte af de inkluderede studier beskæftiger sig med [familiens rolle](#) i børns mistrivsel. Børn fra familier med få økonomiske ressourcer og børn, der lider afsavn i hverdagen, er oftere ensomme og har typisk lavere selvværd og lavere livstilfredshed end andre børn (Børnerådet, 2015; Børnerådet, 2016a). Hos nogle børn bunder det i, at de føler sig socialt ekskluderede, når de f.eks. udelukkes fra fødselsdage og fritidsaktiviteter som følge af familiens økonomi. Derudover kan børns bekymringer om, om deres forældre skal skilles, også svække børnenes trivsel (Børnerådet, 2016b).

Overordnet set tegner der sig et billede på tværs af de skandinaviske lande af, at et mindretal af børn og unge mistrives. Fælles for studierne er, at mistrivsel er tiltagende med alderen og i høj grad rammer pigerne. Der er forskellige årsager til den mistrivsel, der rammer børnene og de unge, men blandt de gennemgående finder vi mobning, skolepres, kropspres og familieforhold.

Metodisk opsamling

Inden for trivselsforskningen konstrueres og valideres løbende nye kvantitative trivselsmål til at afdække såvel trivsel som mistrivsel hos børn og unge. Derfor ser vi også, at flere studier anvender disse måleskalaer til at afdække børns mistrivsel. Det forekommer f.eks. relativt udbredt at måle mistrivsel ud fra psykosomatiske symptomer såsom hovedpine, mavepine og træthed (f.eks. Hellfeldt, Gill & Johansson, 2018; Børnerådet, 2016c; Högberg, Strandh & Hagquist, 2020).

Vi finder en undervægt af rent kvalitative studier i dette undertema. Der er dog nogle mixed methods-studier med kvalitative elementer indbygget. Et eksempel herpå er Børns Vilkår og TrygFonden (2019; 2020), der anvender kvalitative udsagn fra børn og unge, der har ringet eller skrevet ind til BørneTelefonen. Netop Børns Vilkår har qua deres arbejde med BørneTelefonen unik adgang til kvalitative mistrivselsdata hos børn og sikrer samtidig, at børnene får kvalificeret rådgivning og hjælp.

Trivsel i fritiden

Børns fritidsliv er mindre ofte genstand for børnelivsforskningen end f.eks. børns skoleliv. Litteraturstudiet rummer således fire studier, der belyser, hvordan børns fritidsliv bidrager til deres trivsel. Fælles for studierne er, at de anvender udskolings elever som respondentgruppe, samt en gennemgående pointe om, at sociale relationer er afgørende for det gode fritidsliv. Studierne dykker ned i forskellige dele af børns fritid. To studier beskæftiger sig med det gode fritidsliv på overordnet plan, mens de resterende studier dykker ned i det organiserede fritidsliv i form af enten sports- eller fritidsklubber.

Tabel 7: Oversigt over undertemaets studier

Forfatter(e)	År	Titel	Land	Respondent-gruppe	Metode	Kvalitets-vurdering
Børnerådet	2019	Det gode fritidsliv er venner, tid og frihed	DK	Udskoling	Kvant.	Høj
Eriksen & Seland	2019	Ungdom, kønn og fritid	NO	Udskoling	Kval.	Høj
Kleppang et al.	2018	The association between physical activity and symptoms of depression in different contexts - A cross-sectional study of Norwegian adolescents	NO	Udskoling	Kvant.	Høj
Seland & Andersen	2019	Fritidsklubber i et folkehelse-perspektiv	NO	Udskoling	Mixed	Høj

På det overordnede plan mener langt de fleste børn selv, at de har et godt fritidsliv. Der er dog ca. 10 pct., som vurderer deres fritidsliv som dårligt (Børnerådet, 2019). Ifølge Børnerådets børnepanel bestående af 9.klasseelever er det gode fritidsliv kendetegnet ved nære sociale relationer til venner og familie, ved at have nok tid til det, man vil, samt ved at have frihed til at bestemme over ens egen tid (Børnerådet, 2019). Børn med dårlige fritidsliv oplever omvendt at mangle selv samme ting og oplever derudover også, at skolearbejde optager for meget af deres fritid.

Eriksen og Seland (2019) finder også, at børns sociale relationer er afgørende for, hvordan de trives i deres fritid. Her begrundes børnene ofte valget af fritidsaktiviteter med venskaber og andre sociale tilhørsforhold. Studiet identificerer yderligere et kønsmønster, hvor de sjove og trygge aktiviteter er dem, hvor piger er sammen med andre piger og drenge er sammen med andre drenge. Samtidig er der en større social eksklusionsrisiko blandt drenge, der ofte har det sværere socialt, hvis de ikke deltager i de fritidsaktiviteter, som anses som statusmarkører. Det uformelle fritidsliv domineres særligt af computerspillet Fortnite, som har en særlig vigtig social funktion hos drengene. I det organiserede fritidsliv oplever drenge, der ikke er en del af idrætslivet, oftere at stå udenfor socialt. Her er det især fodbolden, der indtager hegemonisk status hos drengene.

Et studie fokuserer på det organiserede fritidsliv i sportsklubbers betydning for børns trivsel i fritiden. Resultaterne af Kleppang et al. (2018) viser, at børn, der dyrker motion i en sportsklub, har lavere sandsynlighed for at opleve depressionssymptomer end børn, der dyrker motion alene. Studiet peger derfor på, at det sociale aspekt af unges fysiske aktivitet spiller en særlig positiv rolle i at forebygge eller mindske mistrivsel.

Samtidig tager studiet dog forbehold for at grupperne af unge, der deltager eller ikke deltager i sportsklubber, kan være forskellige fra hinanden. Det kan f.eks. tænkes, at nogle unge med depressive symptomer fravælger motion eller foretrækker at dyrke motion alene frem for i sociale sportsklubber.

Et andet studie undersøger sammenhængen mellem brug af fritidsklubber og børns trivsel (Seland & Andersen, 2019). Norske børn, der går i fritidsklub, er på den ene side mindre tilfredse med deres skole og deres forældre, og de udviser oftere problemadfærd såsom slåskampe og regelbrud. På den anden side har de oftere et bedre socialt liv og er oftere fortrolige med andre unge. Studiet viser en social skævhed i brugen af norske fritidsklubber, da brugerne typisk har lav socioøkonomisk baggrund eller indvandrerbaggrund.

Metodisk opsamling

Studierne varierer i deres metodiske tilgange, men flere tager afsæt i, hvordan børn selv forstår et godt fritidsliv, og hvilken værdi de selv tillægger fritidslivet. Fritidslivsforskningen sætter altså generelt børnenes egne stemmer i førersædet.

Børnerådets analyse (2019) tegner sig som et eksempel på, hvordan man også kan videreformidle autentiske børnestemmer i et kvantitativt studie, da de via åbne svarkategorier i spørgeskemaet lader børnene komme til orde og fortælle, hvorfor deres fritidsliv er godt eller dårligt. Dette studie såvel som de andre studier i undertemaet giver dermed aktivt plads til, at børn kan definere, hvordan "det gode" skal forstås.

Trivsel i skolen

Litteraturstudiet indeholder 12 studier om skandinaviske børn og unges trivsel i skolen. Sammenlignet med antallet af studier, der beskæftiger sig med børnelivet uden om skolen, er det relativt mange studier. Det er dog ikke overraskende, da skoleinstitutionen ofte er genstand for evalueringsindsatser og målinger af blandt andet trivsel.

Studierne i dette undertema afdækker en række tematikker, herunder både nationale trivselsmålinger i Skandinavien, effekten af den danske folkeskolereform, samt betydningen af henholdsvis undervisningsmiljøet og de sociale fællesskaber i skolen. Sluttelig knytter ét studie sig til betydningen af forældres involvering i skolen.

Tabel 8: Oversigt over undertemaets studier

Forfatter(e)	År	Titel	Land	Respondent-gruppe	Metode	Kvalitets-vurdering
Danmarks Evaluerings-institut	2018	Elevernes oplevelse af skoledagen og undervisningen	DK	Mellemtrin, udskoling	Kval.	Høj
Dansk Center for Undervisnings-miljø	2018a	Resultater fra den nationale trivselsmåling 2018. Tabelrapport.	DK	Indskoling, mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Dansk Center for Undervisnings-miljø	2018b	Det vi fælles skaber. Elever taler om elev-lærerfællesskaber i skolen	DK	Mellemtrin, udskoling	Kval.	Høj
Folkhälsomyndigheten	2018	Utvecklingen av psykosomatiska besvär, skolstress och skoltrivsel bland 11-, 13- och 15-åringar	SE	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Grandemo & Lagestad	2018	Longitudinal changes among adolescents' well-being at school and the importance of gender and overweight	NO	Udskoling	Kvant.	Middel

Idsoe	2016	The importance of social learning environment factors for affective well-being among students	NO	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Kjer & Nicolajsen	2018	Evalueret af projekt Lær med Familien – Et projekt om forældreindvovling i folkeskolen	DK	Indskoling, mellemtrin, udskoling	Mixed	Høj
Knoop et al.	2017	Elevoptimisme og trivsel i skolen. Analyser af Den nationale trivselsmåling 2017.	DK	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Nielsen, Keilow & Westergaard	2017	Elevernes oplevelse af skolen i folkeskolereformens tredje år. En kortlægning	DK	Indskoling, mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Skolverket	2019	Attityder till skolan 2018	SE	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Stattin, Svensson & Korol	2019	Schools can be supporting environments in disadvantaged neighborhoods	SE	Udskoling	Kvant.	Middel
Wendelborg et al.	2019	Elevundersøkelsen 2018	NO	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj

I de skandinaviske lande gennemføres regelmæssigt **nationale trivselsmålinger** blandt skoleeleverne. I Danmark tager det form af en lovpligtig trivselsmåling hvert år for alle klassetrin i folkeskolen. I Norge gennemføres undersøgelsen ligeledes hvert år, men børnerespondenterne er her fra folkeskolens 4. klasse til og med gymnasiet 3.g. Undersøgelsen er kun obligatorisk for 6. klasse, 9. klasse og 1.g.³ I Sverige er deltagelsen derimod frivillig for alle klassetrin, og undersøgelsen finder sted hvert tredje år. Netop afrapporteringen af nationale trivselsmålinger er fokus i flere af de undersøgelser, der indgår i dette afsnit. Fælles for studierne fund er, at skoletrivsel blandt skandinaviske skoleelever er høj (Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2018a; Skolverket, 2019; Wendelborg et al., 2019).

Den nationale trivselsmåling i Danmark vidner om høj skoletrivsel hos danske elever (Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2018a). Det gælder på tværs af de fire trivselsindikatorer i trivselsmålingen; faglig trivsel, social trivsel, støtte og inspiration i undervisningen, samt ro og orden. Den højeste gennemsnitlige score findes inden for indikatoren for social trivsel, der afspejler elevernes følelser af tilhørsforhold til skolen, klassen og til fællesskaber i skolen.

Resultaterne for Sveriges nationale trivselsmåling vidner ligeledes om høj skoletrivsel hos svenske skoleelever. Dog viser resultaterne tendenser til, at de yngste elever trives bedre i skolen end de ældre elever, samt at drenge udviser større skoletrivsel end piger (Skolverket, 2019). Sidstnævnte fund skyldes, at særligt de ældre piger føler sig stressede – både på grund af karakterpres, pres for at passe ind socialt, og fordi de føler, at skolen tager for meget af deres fritid.

Selvom skoletrivsel generelt er høj, finder et andet svensk studie en tendens til faldende skoletrivsel (Folkhälsomyndigheten, 2018). Blandt de ældre skoleelever er der en stigning i deres oplevelser af psykosomatiske lidelser såsom nedtryktthed, hovedpine og søvnbesvær. Blandt de 11-årige børn er der også sket en stigning, hvor andelen af 11-årige med psykosomatiske lidelser er den højeste målt siden undersøgelsens begyndelse i 1985. Niveauet er dog stadig højere blandt de ældre børn.

Ifølge den norske trivselsmåling kendetegnes norske børn og unge ved høj trivsel (Wendelborg et al., 2019). Således trives næsten 9 ud af 10 elever i skolen, ligesom 85 pct. oplever støtte fra lærernes side. Et norsk studie har fulgt en gruppe elever gennem teenageårene og finder også, at niveauet af skoletrivsel er stabilt og højt (Grandemo & Lagestad, 2018). Studiet undersøger effekten af overvægt og køn på trivsel og finder ingen signifikante effekter af de to variable. Ud fra disse fund mener Grandemo og Lagestad (2018), at norske skoler er organiseret på en måde, der skaber trivsel hos alle elever, og at den høje trivsel snarere bestemmes af faktorer såsom undervisningsmiljøet og sociale fællesskaber end af overvægt og køn. Dette fund står dog i kontrast til andre studier i dette litteraturstudie, der finder, at de norske unge piger i højere grad end drengene oplever et stort pres i hverdagen og lider af psykosomatiske depressive symptomer – som beskrevet i afsnittet om mistrivsel.

³ Her er benyttet de danske klassetrin. I Norge er der ikke et klassetrin, der hedder "børnehaveklasse". Børn starter derfor normalt i 1. klasse det år, de fylder 6 år, og går ud af folkeskolen fra 10. klasse, når de er omkring 16 år. Klassetrinnene er dermed forskudt med én i forhold til det danske og svenske skolesystem.

Et enkelt studie undersøger udviklingen af skoletrivslen som led i en evaluering af effekterne af [den danske folkeskolereform](#) fra 2014. Resultaterne viser, at danske skoleelevers trivsel fortsat ligger stabilt på et højt niveau efter reformen (Nielsen, Keilow & Westergaard, 2017). Det gælder både for de faglige aspekter, men også for de sociale relationer til klassekammerater og lærere, samt for elevernes oplevelser af støtte hjemmefra. Forklaringen på, at et mindretal af elever fortsat mistrives, skal ifølge Nielsen, Keilow og Westergaard (2017) findes i tendensen til lavere faglig trivsel og ikke lavere social trivsel i skolen.

Flere studier belyser, hvordan børn og unge oplever [undervisningsmiljøet i skolen](#). To kvalitative studier viser, at en god lærer kan styrke skoletrivslen (Danmarks Evalueringsinstitut, 2018; Dansk Center for Undervisningsmiljø, 2018b). Studierne fremhæver både et fagligt og et socialt aspekt ved den gode relation mellem lærer og elev og viser blandt andet, at lærere skaber skoletrivsel ved at være engagerede og inddrage eleverne, samt gennem humor og ved at udvise interesse for elevernes liv. Danmarks Evalueringsinstitut (2018) fremhæver en god lærer som en af grundstenene i den gode skoledag ifølge eleverne. Derudover fremhæver eleverne, at den gode skoledag kendetegnes ved, at undervisningen ikke føles meningsløs, og at eleverne er aktive og involverede i undervisningen. Et tredje studie har undersøgt, hvilken betydning elevernes egne positive forventninger til skolen og grad af optimisme har for deres skoletrivsel. Studiet viser, at elevernes optimisme til en vis grad fungerer som en selvopfyldende profeti. Optimistiske elever trives generelt bedre i klasserne, føler i højere grad, at de hører til på skolen, de bliver i mindre grad mobbet og oplever mindre ensomhed (Knoop et al., 2017).

I et andet studie fokuserer Idsoe (2016) på betydningen af [sociale fællesskaber](#) i skolen. Hun finder, at børn i højere grad oplever glæde og begejstring, hvis de føler sig inkluderet i skolens sociale fællesskaber. Studiet finder dog kun en svag effekt. Derimod finder studiet en stærk effekt på forekomsten af negative følelser, f.eks. nedtrykthed og nervøsitet, når børn enten føler sig socialt ekskluderet eller bliver mobbet (Idsoe, 2016).

At skolen kan være et støttende miljø for børn, afspejles også i et studie, der fokuserer på børn fra udsatte nabolag (Stattin, Svenson & Korol, 2019). Studiet fremhæver skolen som et miljø, der for denne gruppe af børn kan være sikkert, støttende og give bedre muligheder for medbestemmelse end de miljøer, børnene færdes i uden for skolen.

Endelig indeholder dette undertema et interventionsstudie om [forældreinvolvering i skolen](#). Studiet undersøger, hvilken effekt det har på børns skoletrivsel, når deres forældres involvering i skolearbejdet øges gennem blandt andet hjemmeopgaver, som forældrene hjælper med at løse (Kjer & Nicolajsen, 2018). Hos eleverne i 2. klasse viser studiet en positiv effekt på skoletrivslen efter indsatsen, mens det samme ikke gør sig gældende i 5. og 8. klasse. Derudover finder studiet, at de ældre elever vurderer forældrenes engagement lavere end ved projektets start, hvilket er imod projektets intention, men kan skyldes en større bevidsthed hos børnene om deres forældres engagement i deres skolearbejde.

Metodisk opsamling

Størstedelen af studierne om skoletrivsel tager form af kvantitative spørgeskemastudier. Således er 8 ud af 11 studier rent kvantitative studier. Det kan der være flere årsager til. De nationale trivselsmålinger har til sigte at udspørge enten alle skolebørn eller et repræsentativt udsnit baseret på en stor stikprøve i det pågældende land, hvilket kan forklare valget af et spørgeskema, der kan udsendes til alle børn samtidig.

De bredere spørgeskemastudier om skoletrivsel i dette afsnit suppleres dog af enkelte kvalitative og mixed methods-studier. Hvor nationale trivselsmålinger måler, i hvor høj grad eleverne oplever støtte og inspiration fra blandt andet deres lærere, formår de kvalitative studier således at skabe et indblik i elevernes egne beskrivelser af, hvorfor støtte fra deres lærere øger deres skoletrivsel.

TEMA 2:

Studier om leg og legende læring

Selvom alle har en intuitiv idé om, hvad leg er, så er leg et svært begreb at indfange. I dette litteraturstudie anlægger vi en bred forståelse af begrebet leg. Vi ser leg som en proces, hvor børn alene eller sammen med andre skaber oplevelser, stemninger, følelser eller mening, og hvor legen kan være forskellige grader af fri eller styret. Legen kan være et mål i sig selv, men kan også ses som et værktøj til udvikling og læring.

I kapitlets første undertema gennemgår vi studier om legende undervisning. Disse studier nævner ikke nødvendigvis specifikt ordet ”leg”, men går til undervisningen på en anderledes, åben og kreativ måde, som vi definerer som legende. I kapitlets andet undertema gennemgår vi studier, der handler om leg i frikvarterne, og i det sidste undertema fremlægger vi studier, der handler om legens kvaliteter.

Legende undervisning

Litteraturstudiet inkluderer 18 studier, der beskæftiger sig med legende undervisning. Tre af studierne undersøger elevernes generelle oplevelser af legende bevægelsesfællesskaber i idrætsundervisningen. Fælles for de resterende 15 studier er, at de tager udgangspunkt i interventioner i undervisningen i skolen, der har legende karakterer.

Pædagogikken som forskningsfelt og skolen som praksisarena har i mange år arbejdet på at gøre undervisningen i skolerne så god som muligt. Lokale initiativer og eksperimenter med forskellige typer undervisning bliver løbende afprøvet på mere eller mindre systematisk vis. De 15 interventionsstudier, der her er inkluderet, skal dermed ikke ses som et udtømmende overblik over alle legende initiativer, skoler og forskere har igangsat inden for de sidste fem år, men skal derimod ses som et overblik over de initiativer, der er publiceret forskning om, og som er blevet indfanget med vores søgestrategi.

De 18 studier fordeler sig overordnet i fire typer undervisning: idræt og kropslig leg, sanselig udendørsundervisning, digital leg og historiefortælling.

Tabel 9: Oversigt over undertemaets studier

Forfatter(e)	År	Titel	Land	Respondent-gruppe	Metode	Kvalitets-vurdering
Ahlquist	2015	The Storyline approach: promoting learning through cooperation in the second language classroom	SE	Mellemtrin	Mixed	Middel
Andersen & Stolpe	2018	Kropsbevidsthed på skemaet	DK	Udskoling	Kval.	Middel
Bølling et al.	2019	Association of Education Outside the Classroom and Pupils' Psychosocial Well-Being: Results from a School Year Implementation	DK	Indskoling, mellemtrin	Kvant.	Høj
Christiansen	2016	Styrk skoletrivslen gennem bevægelse	DK	Mellemtrin	Kvant.	Middel
Christiansen	2017	Selvopfattelse, selvtillid og trivsel	DK	Mellemtrin	Mixed	Middel
Dyg & Wistoft	2018	Wellbeing in School Gardens: The case of the Gardens for Bellies food and environmental education program	DK	Indskoling, mellemtrin, udskoling	Mixed	Høj
Hanghøj, Lieberoth & Misfeldt	2018	Can cooperative video games encourage social and motivational inclusion of at-risk students?	DK	Indskoling, mellemtrin	Mixed	Høj

Holt & Christiansen	2017	Inklusion og eksklusion i skolens bevægelsesfællesskaber	DK	Mellemtrin	Mixed	Middel
Holt et al.	2019	Pupils' experiences of autonomy, competence and relatedness in 'Move for Well-being in Schools': A physical activity intervention	DK	Mellemtrin	Kval.	Høj
Jørgensen	2018	Medieleg i skolen - media literacy i et lege-kulturelt perspektiv	DK	Indskoling	Kval.	Middel
Jørring et al.	2020	Swings and roundabouts? Pupils' experiences of social and academic well-being in education outside the classroom	DK	Mellemtrin	Kval.	Høj
Ladekjær et al.	2018	Ekstern evaluering af Projekt Udvikling af Udeskole	DK	Indskoling, mellemtrin, udskoling	Mixed	Middel
Mortensen & Ravn	2018	At skabe nye kropslige fortællinger. Om læringsmulighederne forbundet med korte danseforløb i skolen	DK	Mellemtrin	Kval.	Høj
Røset, Green & Thurston	2019	Norwegian youngsters' perceptions of physical education: exploring the implications for mental health	NO	Udskoling	Kval.	Middel
Terjestam, Bengtsson & Jansson	2016	Cultivating awareness at school. Effects on effortful control, peer relations and well-being at school in grades 5, 7, and 8	SE	Mellemtrin, udskoling	Kvant.	Høj
Walan & Enochsson	2019	The potential of using a combination of storytelling and drama, when teaching young children science	SE	Indskoling	Kval.	Middel
Wistoft	2016	Trivsel i skolehaveprogrammet Haver til Maver	DK	Indskoling, mellemtrin	Kval.	Middel
Østergaard & Rostbøll	2016	Pigers trivsel i udskolingsens idrætsundervisning	DK	Udskoling	Mixed	Middel

De tre studier, der ikke beskæftiger sig med interventioner i skoleundervisningen, undersøger børnenes generelle oplevelser med **idræt og kropslig leg**. I Røset et al. (2019) giver de unge udskolingsbørn udtryk for, at de forbinder idrætsundervisningen med bevægelsesglæde og oplever den som en erstatning for barndommens leg. En legeoplevelse, som de unge savner i skolen, der opleves boglig og resultatorienteret (Røset et al., 2019).

Idræt, bevægelse og kropslig leg knytter børnene tættere i sociale relationer og øger trivlsen (Holt og Christiansen, 2017). Bagsiden af medaljen viser dog, at konkurrenceaspektet af idrætsundervisningen kan have ekskluderende effekter (Holt & Christiansen, 2017). Især pigerne mangler motivation i idrætsundervisningen, hvor mange oplever undervisningen som ekskluderende og intimiderende. Flere oplever, at drengene taler ned til dem, og de føler, at deres kompetencer ikke er gode nok (Østergaard & Rostbøll, 2016).

Konkurrenceaspektet af idrætsundervisningen er stærkt indlejret hos både elever og lærere. Det finder Christiansen (2017) under et undervisningsforløb med specifik fokus på mestring⁴ frem for konkurrence i idrætsundervisningen. Her oplever både lærere og elever at have svært ved at give slip på konkurrence-mentaliteten som udgangspunktet for en motiverende idrætsundervisning. I tråd med dette finder to andre studier, at mere selvbestemmelse blandt børnene ikke fører til mere trivsel hos alle børn (Christiansen, 2016; Holt et al., 2019). I Holt et al. (2019) bliver undervisningen mere konkurrencepræget, når eleverne får mere selvbestemmelse. Selvom de konkurrenceprægede lege styrker selvilliden og trivlsen hos nogle børn, oplever andre børn, at de konkurrenceprægede lege har den modsatte effekt, og de trækker sig derfor fra undervisningen (Holt et al., 2019).

Tre studier beskæftiger sig med mere kreative, kropslige legeinitiativer (Mortensen & Ravn, 2018; Stolpe & Andersen, 2018; Terjestam et al., 2016). Terjestam et al. (2016) finder, at børn oplever øget trivsel og færre sociale problemer efter et mindfulnessforløb, mens Stolpe og Andersen (2018) finder, at et kropsbevidsthedsforløb gør børnene bevidste om indre sansninger. Mortensen og Ravn (2018) finder, at et kreativt danse-

⁴ Med begrebet *mestring* forstås, at undervisningen fokuserer på alle børns udvikling og mestring af idrætsaktiviteter. Mestringstilgangen stiller på den måde mod succesoplevelser for alle eleverne – og dermed ikke kun dem, der vinder, når undervisningen består af konkurrence.

forløb kan give børnene nye kropslige erfaringer, men understreger, at trygge relationer mellem børnene er afgørende for positive erfaringer.

Flere studier beskæftiger sig med udendørs skoleforløb og dykker i den forbindelse også ned i mere sanselige tilgange til undervisningen. De [sanselige udendørsundervisningsforløb](#) viser generelt positive resultater i forhold til øget trivsel, bedre sociale relationer, færre konflikter og større selvtillid (Bølling et al., 2019; Jørring et al., 2020; Ladekjær et al., 2018; Malberg Dyg & Wistoft, 2018; Wistoft, 2016). Hos Ladekjær et al. (2018) bliver undervisningsformen f.eks. beskrevet af børnene som et godt afbræk fra den normale undervisning. Derimod viser Jørring et al. (2020), at det ikke er alle eleverne, hvor trivslen øges. Studiet viser, at den faglige trivsel blandt de i forvejen fagligt svagere elever svækkes af undervisningsformen (Jørring et al., 2020).

To af de inkluderede studier undersøger, hvordan [digital leg](#) kan udnyttes i undervisningen til at understøtte både den sociale og den faglige trivsel (Hanghøj et al., 2018; Jørgensen, 2018). Det ene studie viser, at et forløb, hvor undervisningen består af et samarbejdende videospil, kan skabe et mere inkluderende læringsrum og danne grundlag for bedre sociale relationer for de sårbare elever (Hanghøj et al., 2018). Det andet studie viser, at børns leg med forskellige medier og spil har et stort potentiale i at udvikle børnenes faglige mediekompetencer (Jørgensen, 2018).

Endelig er der undervisningsforløb, der gør brug af [kreativ historiefortælling](#) som en legende tilgang til undervisningen. Ahlquist (2015) finder, at en kreativ tilgang til sprogundervisningen, hvor eleverne sammen skal finde på deres egen fiktive verden, både øger læringen og gør den sjovere. Walan og Enochsson (2019) finder, at historiefortælling og dramatisering kan gøre kompliceret naturvidenskabeligt læringsstof tilgængeligt for selv helt små børn. Det varierer dog meget, hvor meget af stoffet de helt små børn – ned til børnehavealderen – efterfølgende har lært.

Metodisk opsamling

Studierne, der samler op på legende undervisning, gør i overvejende grad brug af kvalitative metoder eller kombinerer det kvalitative med en mindre kvantitativ spørgeundersøgelse. Når studierne undersøger særlige undervisningsforløb i skolen, bruger de fleste enten enkelt- eller fokusgruppeinterviews for på den måde at få mere nuancerede svar. Over halvdelen af studierne inden for undertemaet har vi vurderet som middel i kvalitet. Det er der flere årsager til, men det skyldes især lav metodisk transparens eller lav generaliserbarhed.

Leg i frikvartererne

Den organiserede leg i undervisningen er et mere undersøgt område end den selvorganiserede leg i frikvartererne. I litteraturstudiet er inkluderet to studier, der zoomer ind på henholdsvis kønnede og digitale lege i frikvartererne.

Tabel 10: Oversigt over undertemaets studier

Forfatter(e)	År	Titel	Land	Respondent-gruppe	Metode	Kvalitets-vurdering
Pawlowski et al.	2015	'Like a soccer camp for boys': A qualitative exploration of gendered activity patterns in children's self-organized play during school recess	DK	Mellemtrin	Kval.	Høj
Schilhab	2017	Impact of iPads on break-time in primary schools—a Danish context	DK	Indskoling, mellemtrin, udskoling	Kval.	Middel

Pawlowski et al. (2015) undersøger, hvordan konstrueringen af kønnede aktiviteter påvirker børns leg i frikvartererne. Studiet viser, at en stor del af frikvarterselegene er [kønsopdelte](#) og baseret på forestillinger om, hvad "drengelæg" og "pigeleg" er. Disse forestillinger er baserede på, hvor fysisk krævende aktiviteterne er.

Børnenes selvorganiserede leg er påvirket af et magthierarki, hvor drengene dominerer og styrer mange af aktiviteterne i frikvarteret, hvilket fører til, at nogle grupper af børn enten trækker sig eller ekskluderes, f.eks. de stille drenge og piger. Dette ligger også i forlængelse af resultaterne fra studierne om idrætsforløbene ovenfor i afsnittet om legende undervisning. Idrætsundervisningens og frikvarterernes bevægelsesfællesskaber er således påvirket af samme hierarkier og sociale dynamikker.

Schilhab (2017) undersøger, hvordan børns leg i frikvartererne påvirkes af, at der introduceres nye **digitale legemuligheder** for børnene. Studiet viser, at en ubegrænset adgang til iPads i pauserne mindsker uden-dørslegen i frikvartererne. Det bliver svært at samle klassen i fælleslege udendørs, og det ændrer de sociale dynamikker. Samtidig finder børnene ikke fællesskaber om brugen af iPads, men trækker sig derimod ind i deres eget legeunivers frem for at lege sammen. Studiet konkluderer dermed, at skolerne bør hjælpe børnene med at lære sunde onlinevaner.

Metodisk opsamling

I lighed med de fleste andre legestudier anvender studierne inden for dette undertema en kvalitativ tilgang. Ved at gøre brug af enkelt- eller gruppeinterviews danner studierne grundlag for en mere dybdegående forståelse af legens betydning for sociale relationer, hierarkier og identiteter.

Legens kvaliteter

Studierne inden for dette undertema handler om legens kvaliteter – hvad leg er, og hvad leg kan. Når børn leger, siger de voksne nogle gange, at børnene er i ”deres egen verden”. De seks studier i dette afsnit dykker ned i denne verden og undersøger legens lærende kvaliteter, sociale dimension, udelegens følelser og børns legemuligheder i SFO'en.

Tabel 11: Oversigt over undertemaets studier

Forfatter(e)	År	Titel	Land	Respondent-gruppe	Metode	Kvalitets-vurdering
Arvidsen et al.	2020	'It's fun in the legs': children's dwelling in garden trampolines	DK	Mellemtrin	Kval.	Høj
Gurholt & Sanderud	2016	Curious play: children's exploration of nature	NO	Indskoling	Kval.	Middel
Haglund	2015	Pupil's opportunities to influence activities: a study of everyday practice at a Swedish leisure-time centre	SE	Indskoling	Kval.	Middel
Jørgensen	2019	Krig, død og ødelæggelse i børns leg – børns perspektiver på den slags leg, som bekymrer voksne	DK	Indskoling, mellemtrin	Kval.	Middel
Sjöblom et al.	2020	Schoolchildren's play – A tool for health education	SE	Indskoling	Kval.	Høj
Skår et al.	2016	Barns lek i natur – i spennet fra selvutfoldelse til kontroll	NO	Mellemtrin	Kval.	Middel

Et studie viser, hvordan **legens lærende kvaliteter** klæder børn på til en god barndom. Sjöblom et al. (2020) undersøger, hvordan legen og teorien om det indre barn relaterer sig til børns trivsel. Det indre barn forstås her som barnets indre kerne eller personlighed, som er formet af barnets tidligere erfaringer (Sjöblom et al., 2020, p. 23). Ud fra tegninger og interviews med børn finder Sjöblom et al. (2020) frem til, at legen spiller en stor rolle i at bidrage til en god barndom. Igennem legen lærer barnet at håndtere konflikter, barnet lærer friheden til selv at vælge, hvem og hvad barnet leger med, barnet opbygger sociale relationer gennem legen, og legen giver børnene drømme om fremtiden.

Legens **sociale dimension** bliver også taget op af Jørgensen (2019), der ønsker at åbne op for legens kompleksitet ved at undersøge børns leg med krig, død og ødelæggelse. Her finder studiet, at legen i høj grad

drives frem af social interaktion, hvor sociale kompetencer er nødvendige for at indgå i forhandling og samarbejde om legen. Ud over det sociale aspekt forudsætter legen viden og øvelse. Børnene tilstræber realisme i deres krigslege, hvor bestemte teknikker, know-how og viden er nødvendigt for, at børnene tager legen seriøst og engagerer sig i den.

Tre af studierne drejer sig om [udelegen og følelserne](#) af glæde, vildskab, nysgerrighed og mestring, som opstår i børns udeleg. Et norsk studie viser, at leg i naturen har stor betydning for børnene – også selvom børnene ikke leger i naturen så ofte (Skår et al., 2020). Naturoplevelserne stimulerer følelser af glæde, spænding og oplevelsen af mestring hos børnene. I Gurholt og Sanderuds studie (2016) finder de også stort engagement i børnenes udeleg. De skriver sig op imod en tradition på legefeltet, hvor den frie udeleg forbindes med det farefulde og grænseoverskridende (Gurholt & Sanderud, 2016). I deres undersøgelser af børnenes leg i naturen finder de en anden motivationsfaktor for børnenes leg: nysgerrighed. De finder, at børns søgen efter eksistentiel viden om deres omgivelser og dem selv er en kernerdrivkraft i deres leg i deres leg (Gurholt & Sanderud, 2016). Det danske studie af Arvidsen et al. (2020) undersøger børns leg på den populære havetrampolin. De finder, at trampolinenes tiltrækningskraft på børnene skyldes de mange legemuligheder, trampolinen byder på. På trampolinen kan børnene lege vildt, øve sig på nye tricks, vise gamle tricks frem og interagere med andre børn.

Det sidste studie i undertemaet handler i mindre grad om legens kvaliteter, men dykker derimod ned i spørgsmålet om [børns legemuligheder](#). Studiet udforsker børnenes muligheder for fri leg og indflydelse på aktiviteter i en svensk SFO (Haglund, 2015). Her analyseres to typer af leg i SFO'en: fri leg og tematisk aktivitet. I den frie leg er børneperspektivet og demokratiske beslutningsprocesser styrende. Den tematiske aktivitet er derimod styret af et voksenperspektiv, hvor de voksne har planlagt faste rammer. Studiet viser, at der inden for den tematiske aktivitet stadig er et mulighedsrum for børnene til at påvirke aktiviteten, selvom graden af frihed er lavere end i den frie leg (Haglund, 2015).

Metodisk opsamling

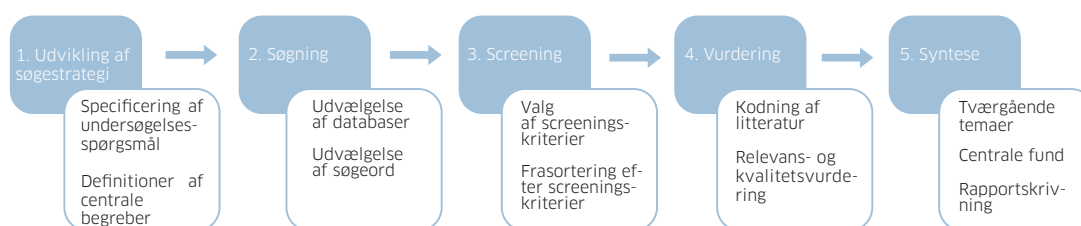
Fælles for studierne om legens kvaliteter er brugen af kvalitative metoder. Flere bruger en kombination af passiv og deltagende observation med mere eller mindre løse interviews undervejs. Fem ud af seks af studierne bruger også mere kreative metoder til dataindsamling, hvor tegning, fotografi og videooptagning anvendes for at få indblik i børnenes legeuniverser. Fælles for alle studierne er også, at de alle sammen fokuserer på de yngre børn i folkeskolealderen. Således undersøger ingen af de inkluderede studier leg blandt udskolings elever.

Detaljeret metodebeskrivelse

I dette kapitel gennemgår vi i nærmere detaljer den metodiske tilgang, vi har brugt til udførslen af litteraturstudiet: Rapid Evidence Assessment-tilgangen.

De grundlæggende principper om en høj grad af systematik og kvalitet fra Rapid Evidence Assessment-tilgangen har vi oversat til en stringent køreplan til udarbejdelsen af litteraturstudiet. Køreplanen består af fem faser, der er operationaliseret ud fra feltets almindelige praksis (f.eks. Rambøll, 2018) og forskningens teoretiske guidelines (jf. Petticrew & Roberts, 2006) og med sparring fra ph.d. Camilla Dyssegaard fra Ren Viden. Faserne og deres bestanddele er illustreret nedenfor.

Figur 2: Køreplan for litteraturstudiet



I den første fase udviklede vi selve søgestrategien. Her specificerede vi undersøgelsesspørgsmålet og definerede de centrale begreber. Definitionerne af de centrale begreber er nævnt i indledningen og uddybet i søgeprotokollen i bilaget. Litteraturstudiets undersøgelsesspørgsmål er: [Hvordan oplever børn selv deres trivsel og leg i hverdagen?](#)

I den anden fase udvalgte vi databaser og søgeord. Her har vi sikret, at relevant skandinavisk forskning er inkluderet, ved at søge i relevante skandinaviske databaser fra Danmark, Sverige og Norge: Forskningsdatabasen, SwePub og Oria. Derudover søgte vi også i en engelsksproget database, ERIC, for at inkludere skandinavisk forskning, der er publiceret i engelsksprogede tidsskrifter. Søgningen supplerede vi med håndholdt søgning for at sikre, at vi også belyser undersøgelser udarbejdet af relevante myndigheder og organisationer (se nærmere hvilke håndholdte kilder i bilag). Udvælgelse af søgeord tager udgangspunkt i undersøgelsesspørgsmålet og definitionerne af de centrale begreber. Søgestrengen ses nedenfor i figuren. Søgeordene oversatte vi til henholdsvis svensk, norsk og engelsk i de pågældende databasesøgninger.

Figur 3: Søgestreng

leg OR legende OR kreativ* OR spil OR gamification AND *trivsel OR *glæde OR livstilfredshed OR velbefindende

I den tredje fase udførte vi selve søgningen i perioden juni-august 2020. Screeningen og søgningen var en overlappende og iterativ proces, hvor søgningens scope løbende blev tilpasset inden for rammerne af projektets størrelse. I første omgang afgrænsede vi søgningen geografisk og sprogligt. Litteraturstudiet har således haft til formål at afdække relevant litteratur fra de skandinaviske lande Danmark, Sverige og Norge og har taget udgangspunkt i litteratur på dansk, svensk, norsk og engelsk. I den indledende søgning fastsatte vi den tidsmæssige afgrænsning til perioden år 2010-2020 (som det fremgår af bilaget). Ud fra en vurdering af antallet af fundne studier blev det klart, at vi af ressourcemæssige årsager måtte foretage en tilpasning af litteraturstudiets afgrænsning. Derfor indsnævrede vi søgningens scope, først til kun at fokusere på fagfællebedømte tidsskriftsartikler og dernæst yderligere at afgrænse til studier publiceret i perioden år 2015-2020. Screeningen af, hvilke studier vi har taget med, og hvilke vi ikke har, vurderede vi ud fra følgende kriterier:

Inklusionskriterier

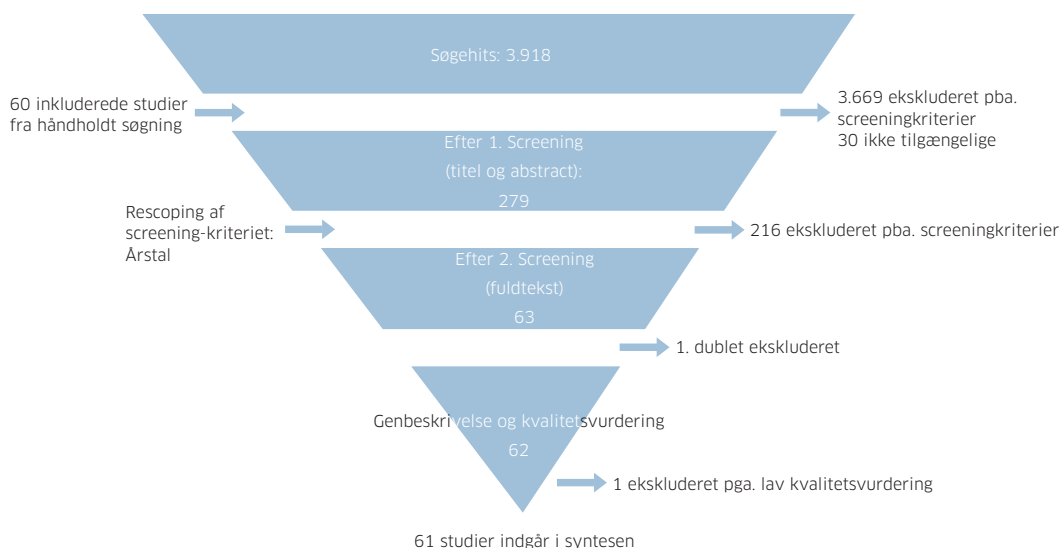
- Empiriske studier med primærdata.
- Respondentgruppe: Børn i skolealderen (ca. 6-16 år).
- Sprog: Dansk, svensk, norsk og engelsk.
- Lande: Danmark, Sverige og Norge.
- År: 2015-2020.
- Kilder: Fagfællebedømte tidsskriftsartikler.

Eksklusionskriterier

- Ingen børn i respondentgruppen.
- Før 2015.
- Uden for gennemæssig afgræsning (f.eks. bogkapitler og monografier).
- Ikke fra: Danmark, Sverige og Norge.
- Undersøgelser, der ikke aktivt interagerer med børn og derigennem giver dem en stemme (f.eks. rene observationsstudier).

I den fjerde fase ekstraherede vi relevant data fra de forskellige studier og vurderede studierne relevans og metodiske kvalitet. Processen er illustreret i figuren her nedenfor.

Figur 4: Søgning- og screeningprocessen



Figuren viser, at de fire søgedatabaser i alt gav knap 4.000 søgehits på de valgte søgeord. Hertil tilføjede vi yderligere 60 studier på baggrund af den håndholdte søgning. Screeningprocessen foretog vi i to omgange, hvor vi først screenede på baggrund af titel og abstract. Herefter foretog vi en rescoping, før vi i anden runde screenede ved fuldtekstlæsning. Ca. 10 pct. af studierne var ikke tilgængelige, én dublet blev fjernet, og ét enkelt studie blev fjernet pga. for lavt evidensniveau. Dermed endte vi med 61 studier, som indgår i litteraturstudiet.

I den femte fase har vi læst på tværs af de inkluderende studier for at fremstille resultaterne af den systematiske litteratursøgning i en tematisk syntese. Studierne er blevet kategoriseret i syv forskellige underemner, og de centrale fund er blevet skrevet frem og sat i relation til de øvrige studier.

Opsamling

I dette systematiske litteraturstudie har vi identificeret 61 studier publiceret i perioden 2015-2020 fra Danmark, Sverige og Norge, hvoraf 35 faldt under temaet trivsel, og 26 faldt under temaet leg.

Trivselsstudierne viser, at trivslen i de skandinaviske lande generelt er høj blandt børnene i skolealderen. Særligt godt står det til for de mindste børn, mens børnene, der nærmer sig teenagealderen, generelt oplever et fald i livstilfredsheden. Når børnene bliver unge, viser undersøgelserne også, at de unge piger oplever signifikant flere udfordringer end de unge drenge. Pigerne er mere stressede af skolen, de er mere utilfredse med deres udseende, og de oplever i højere grad symptomer på psykosomatiske lidelser, som hovedpine eller søvnbesvær, og depressive symptomer som nedtrykthed eller manglende håb for fremtiden.

På trods af at de skandinaviske lande er nogle af verdens mest lige lande – både når det kommer til graden af økonomisk ulighed og lighed mellem kønnene (OECD, 2015; World Economic Forum, 2020) – så ses en ulighed i trivslen blandt børnene stadig på tværs af socioøkonomiske skel. Børn, hvis familie har ringere økonomiske kår, trives generelt dårligere. De har generelt lavere selvværd og ringere forhold til venner, familie og skole.

Litteraturstudiet viser, at mange studier har fokus på den mistrivsel, som et mindretal af børn og unge oplever. Studierne viser, at især mobning, familieøkonomi, krop- og skolepres er centrale årsager til børn og unges mistrivsel.

Mange studier fokuserer på, hvordan børnene trives, når de er i skolen. Her ses de samme tendenser som i den generelle trivsel i forhold til alder, køn og socioøkonomi. Studierne viser derudover, at skolen kan være med til at styrke børns trivsel gennem sociale fællesskaber, inspirerende lærere og ved at styrke børnenes tro på egne evner. Samtidig kan mistrivsel i skolen skyldes fraværet af selvsamme og følelsen af at stå uden for skolens fællesskaber.

Hvor mange studier fokuserer på skolen, indeholder litteraturstudiet også enkelte undersøgelser af børns fritidsliv. De fleste børn trives i deres fritid. I børns forståelse af det gode fritidsliv er sociale relationer centrale. Børn, der trives i fritiden, fremhæver typisk deres venner som helt afgørende for det gode fritidsliv. Derudover vælger børn ofte fritidsaktiviteter ud fra sociale tilhørsforhold.

Blandt studierne, der falder under legetemaet, er lidt over halvdelen af studierne undersøgelser, der evaluerer forskellige legende undervisningsformer. Vi har i litteraturstudiet gået til begrebet leg med en bred definition, hvor det legende forstås som et spektrum, der både inkluderer den frie leg samt den mere voksenstyrede leg. Derfor indeholder litteraturstudiet både undersøgelser, hvor den voksenstyrede leg i undervisningskontekst er i centrum, og studier, der belyser den frie leg – i frikvartererne og i andre kontekster.

Studierne viser, at idrætsundervisning for flere børn er et frirum i skoledagen, hvor bevægelsesglæde får lov til at få plads, og for de ældre børn er det den undervisning, hvor følelserne fra barndommens leg går igen. Studierne afslører dog et kønsopdelt og stærkt socialt hierarki i bevægelsesfællesskaberne i idrætsundervisningen såvel som frikvartererne, hvor flere børn føler sig ekskluderet af en stærk konkurrence-mentalitet. Flere studier understreger, at det er vigtigt, at skolerne understøtter et inkluderende miljø med tolerance og forståelse for forskelligheder.

Hvor den legende undervisning primært bliver undersøgt blandt mellemtrin og udskoling, fokuserer studierne blandt indskolingsbørnene mere på legens kvaliteter. Legen kan hjælpe børn med at lære at håndtere konflikter og opbygge sociale relationer. Legen hjælper også børnene med at lære gennem nysgerrighed og glæde. Her handler det om mestring, hvilket kan komme til udtryk på flere forskellige måder – om det handler om at lave de mest autentiske våbenlyde, de sejeste hop på trampolinen eller at skabe idrætsforløb i skolen, der muliggør succesoplevelser for alle elever.

Perspektivering til den kommende børneanalyse

I løbet af 2021 vil Tænketanken Mandag Morgen og LEGO Fonden undersøge børns opfattelse af det gode børneliv og legens rolle i det. Undersøgelsen vil stå på skuldrene af den relevante børneforskning på området. Dette systematiske litteraturoverblik understøtter børneundersøgelsen på to måder. For det første viser litteraturstudiet, hvilke sammenhænge og tendenser der præger børns trivsel og leg, og litteraturstudiet vil derfor fungere som baggrundsviden for den kommende børneanalyse. For det andet er det blevet tydeligt, at der er områder i børneforskningen, der er mindre belyst end andre.

Litteraturstudiet viser, at børns trivsel er et veldokumenteret område. Her bliver der både arbejdet med at bruge spørgeskemabesvarelser til at forbedre trivsel ude på skolerne, og med at finde årsager bag depressive symptomer og andre mistrivselsindikatorer. De fleste studier beskæftiger sig med trivsel i skolen eller med mistrivsel. Der er dermed plads på feltet til at dykke mere ned i, hvad der ligger bag børns trivsel derhjemme eller i deres fritid – hvad der giver børnene et godt liv. Langt de fleste studier tager temperaturen på, hvor godt børnene trives, men meget få studier dykker ned i, hvad det rent faktisk vil sige ifølge børnene at trives godt. Den værdibaserede forståelse af det gode børneliv fremstår dermed som et underbelyst område.

Når det kommer til legens rolle i det gode børneliv, er der ikke mange undersøgelser i litteraturstudiet, der tager dette emne op. Ét studie tager dog denne tematik op. Studiet finder, at børns legeoplevelser understøtter deres udvikling i at danne tillidsfulde relationer, at kommunikere og håndtere konflikter (Sjöblom et al., 2020). Studiet argumenterer for, at skolebørns leg kan bruges som et værktøj til at øge børns trivsel. Litteraturstudiet viser, at undersøgelser af børns leg fokuserer på de yngre børn, mens legens form hos de ældre børn må betragtes som et underbelyst forskningsområde.

I den kommende børneanalyse vil vi kaste lys på disse underbelyste områder. Her vil vi undersøge børnenes perspektiver på gode børneliv på tværs af både skole-, hjemme- og fritidsarenaen. Vi vil også undersøge børns leg på tværs af hele skolealderen, betydningen af legende læring og legens rolle i det gode børneliv.

De 61 inkluderede studier præsenteret i dette litteraturstudie vil fungere som baggrundsviden for den kommende børneanalyse. Studierne påviser signifikante forskelle i børns trivsel på baggrund af køn, alder og socioøkonomi. Disse forskelle vil vi dykke yderligere ned i med børneanalysens fokus på børnelivet og legen. Her vil vi undersøge trivslen på de forskellige arenaer, samt se på, hvordan trivslen og legemønstre hænger sammen.

Litteraturliste

Baggrundslitteratur

- Hammershøj, L. G. (2014). Creativity in Education as a Question of Cultivating Sensuous Forces. *Thinking Skills and Creativity*, 13, 168-82. <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2014.05.003>
- Jessen, C. (2008). En definition af leg. Center for Playware, SDU. http://carsten-jessen.dk/?page_id=206
- OECD (2015). Income Inequality. <https://data.oecd.org/inequality/income-inequality.htm>
- Ottosen, M. H., Andreassen, A. G., Dahl, K. M., Hestbæk, A. D., Lausten, M., & Rayce, S. B. (2018). Børn og unge i Danmark: Velfærd og trivsel 2018. VIVE.
- Petticrew, M., & Roberts, H. (2006). *Systematic Reviews in the Social Sciences: A Practical Guide*. Blackwell Publishing. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/book/10.1002/9780470754887>
- Rambøll. (2018). Litteraturstudie om forebyggelse af negativ social kontrol i dagtilbud, fritidstilbud, grundskole og på ungdomsuddannelserne.
- Thomas, J., Newman, M., & Oliver, S. (2013). Rapid evidence assessments of research to inform social policy: taking stock and moving forward. *Evidence and Policy*, 9(1), 5-27. <https://doi.org/10.1332/174426413X662572>
- World Economic Forum (2020). Global Gap Gender Report 2020. http://www3.weforum.org/docs/WEF_GGGR_2020.pdf
- Zosh, J. M., Hirsh-Pasek, K., Hopkins, E. J., Jensen, H., Liu, C., Neale, D., Solis, S. L., & Whitebread, D. (2018). Accessing the inaccessible: Redefining play as a spectrum. *Frontiers in Psychology*, 9(AUG), 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01124>

Syntesens inkluderede studier

- Ahlquist, S. (2015). The Storyline approach: promoting learning through cooperation in the second language classroom. *Education 3-13*, 43(1), 40-54. <https://doi.org/10.1080/03004279.2015.961692>
- Arendt, K. S., Jensen, V. M. & Nielsen, Ch. P. (2018). Elevernes oplevelser af skolen i folkeskolereformens tredje år. En kortlægning. <https://doi.org/978-87-7119-560-6>
- Arvidsen, J., Johannessen, H., Veitch, J. & Andkjær, S. (2020). 'It's fun in the legs': children's dwelling in garden trampolines. *Children's Geographies*, 18(3), 312-324. <https://doi.org/10.1080/14733285.2019.1635994>
- Bakken, A. (2019). Ungdata 2019 – Nasjonale resultater. NOVA Rapport (Vol. 9).
- Bolling, M., Niclasen, J., Bentsen, P. & Nielsen, G. (2019). Association of Education Outside the Classroom and Pupils' Psychosocial Well-Being: Results From a School Year Implementation. *Journal of School Health*, 89(3), 210-218. <https://doi.org/10.1111/josh.12730>
- Børnerådet. (2015). Børneindblik. Unge fra økonomisk trængte familier trives dårligere end andre unge. (Issue 6).
- Børnerådet. (2016a). Børneindblik. Børn og unge, der lider afsavn, udelukkes fra fællesskabet. (Issue 6).
- Børnerådet. (2016b). Børneindblik. Forældres skænderier får unge til at bekymre sig om skilsmisse. (Issue 2).
- Børnerådet. (2016c). Børneindblik. Hver fjerde pige i 9. klasse i fare for at få en spiseforstyrrelse (Issue 5).
- Børnerådet. (2018). Børneindblik. "Jeg ville ønske, at jeg var mere glad" (Issue 2).
- Børnerådet. (2019). Børneindblik. Det gode fritidsliv er venner, tid og frihed. (Issue 1).
- Børns Vilkår & TrykFonden. (2019). At stå udenfor. Hvordan styrker vi positive fællesskaber blandt børn og unge?
- Børns Vilkår & TrykFonden. (2020). Krop, køn og digital adfærd.
- Christiansen, L. B. (2016). Styrk skoletrivslen gennem bevægelse. *Mov:E*, 4, 7-14.
- Christiansen, L. B. (2017). Selvopfattelse, selvtillid og trivsel. *Mov:E*, Særnummer.
- Danmarks Evalueringsinstitut. (2018). Elevernes oplevelse af skoledagen og undervisningen. https://www.eva.dk/sites/eva/files/2018-10/Elevernes_oplevelse_af_skoledagen_og_undervisningen_2018.pdf
- Dansk Center for Undervisningsmiljø (2018a). Resultater fra den nationale trivselsmåling 2018. <https://dcum.dk/media/2576/dcumtrivselsma-lingtabelrapport2018.pdf>
- Dansk Center for Undervisningsmiljø (2018b). Det vi fælles skaber. Elever taler om elev-lærerfællesskaber i skolen. <https://dcum.dk/media/2232/dcum-rapport-det-vi-faelles-skaberx.pdf>
- Dansk Center for Undervisningsmiljø (2019). Hvordan har du haft det på internettet i dag? <https://dcum.dk/media/1223/dcum-rapport-digital-mobning.pdf>
- Eriksen, I. M. & Seland, I. (2019). Ungdom, kønn og fritid. NOVA Rapport 6/19.
- Folkhälsomyndigheten. (2017). Utvecklingen av psykosomatiska besvär, skolstress och skoltrivsel bland 11-, 13- och 15-åringar. <http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/>
- Folkhälsomyndigheten. (2018). Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18.
- Grandemo, L. I. & Ligestad, P. A. (2018). Longitudinal changes among adolescents' well-being at school and the importance of gender and overweight. *International Journal of Educational Administration and Policy Studies*, 10(5), 39-47. <https://doi.org/10.5897/ijeaps2017.0538>
- Gurholt, K. P. & Sanderud, J. R. (2016). Curious play: children's exploration of nature. *Journal of Adventure Education and Outdoor Learning*, 16(4), 318-329. <https://doi.org/10.1080/14729679.2016.1162183>

Haglund, B. (2015). Pupil's opportunities to influence activities: a study of everyday practice at a Swedish leisure-time centre. *Early Child Development and Care*, 185(10), 1556-1568. <https://doi.org/10.1080/03004430.2015.1009908>

Hanghøj, T., Lieberoth, A. & Misfeldt, M. (2018). Can cooperative video games encourage social and motivational inclusion of at-risk students? *British Journal of Educational Technology*, 49(4), 775-799. <https://doi.org/10.1111/bjet.12642>

Hellfeldt, K., Gill, P. E. & Johansson, B. (2018). Longitudinal Analysis of Links Between Bullying Victimization and Psychosomatic Maladjustment in Swedish Schoolchildren. *Journal of School Violence*, 17(1), 86-98. <https://doi.org/10.1080/15388220.2016.1222498>

Hestetun, I., Svendsen, M. V. & Oellingrath, I. M. (2019). Lifestyle, appearance satisfaction and depressive symptoms in 13-16 years old Norwegian adolescents – A cross-sectional study. *Nordic Journal of Psychiatry*, 73(8), 482-489. <https://doi.org/10.1080/08039488.2019.1653964>

Högberg, B., Strandh, M. & Hagquist, C. (2020). Gender and secular trends in adolescent mental health over 24 years – The role of school-related stress. *Social Science and Medicine*, 250(February), 112890. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.112890>

Holt, A. D. & Christiansen, L. B. (2017). Inklusion og eksklusion i skolens bevægelsesfællesskaber. *Mov:E, Særnummer*, 30-39.

Holt, A. D., Smedegaard, S., Pawlowski, C. S., Skovgaard, T. & Christiansen, L. B. (2019). Pupils' experiences of autonomy, competence, and relatedness in 'Move for Well-being in Schools': A physical activity intervention. *European Physical Education Review*, 25(3), 640-658. <https://doi.org/10.1177/1356336X18758353>

Idsoe, E. M. C. (2016). The importance of social learning environment factors for affective well-being among students. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 21(2), 155-166. <https://doi.org/10.1080/13632752.2015.1053695>

Jørgensen, H. H. (2018). Medieleg i skolen – media literacy i et legeskulturelt perspektiv. *BUKS – Tidsskrift for Børne- og Ungdomskultur*, 35(62).

Jørgensen, H. H. (2019). Krig, død og ødelæggelse i børns leg. *BUKS – Tidsskrift for Børne- og Ungdomskultur*, 36(63).

Jørring, A. H., Bolling, M., Nielsen, G., Stevenson, M. P. & Bentsen, P. (2020). Swings and roundabouts? Pupils' experiences of social and academic well-being in education outside the classroom. *Education 3-13*, 48(4), 413-428. <https://doi.org/10.1080/03004279.2019.1614643>

Kjer, M. G. & Nicolajsen, J. S. (2018). Evalueret af projekt Lær med Familien: Et projekt om forældreinvolvering i folkeskolen.

Kleppang, A. L., Hartz, I., Thurston, M. & Hagquist, C. (2018). The association between physical activity and symptoms of depression in different contexts – A cross-sectional study of Norwegian adolescents. *BMC Public Health*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-018-6257-0>

Knoop, H., Holstein, B. E., Viskum, H., Lindskov, J. M., & Pedersen, R. V. (2017). Elevoptimisme og trivsel i skolen. *Dansk Center for Undervisningsmiljø*. <https://dcum.dk/media/2474/dcum-rapport-elevoptimismespread.pdf>

Kostenius, C. & Bergmark, U. (2016). The power of appreciation: promoting schoolchildren's health literacy. *Health Education*, 116(6), 611-626. <https://doi.org/10.1108/HE-10-2015-0031>

Ladekjær, E., Jacobsen, R. H. & Jensen, S. V. (2018). Ekstern evaluering af Projekt Udvikling af Udeskole.

Malberg Dyg, P. & Wistoft, K. (2018). Wellbeing in school gardens: The case of the Gardens for Bellies food and environmental education program. *Environmental Education Research*, 24(8), 1177-1191. <https://doi.org/10.1080/13504622.2018.1434869>

Mortensen, M. N. & Ravn, S. (2018). At skabe nye kropslige fortællinger. Om læringsmulighederne forbundet med korte danseforløb i skolen. *Forum for Idræt*, 33. <https://doi.org/10.7146/ffi.v33i1.109160>

Nissen, P. (2016). Hvordan måler vi, på rekordtid, om børn og unge trives. *Mov:E*, 4, 58-65.

Ottosen, M. H., Andreassen, A. G., Dahl, K. M., Hestbæk, A.-D., Lausten, M. & Rayce, S. B. (2018). Børn og unge i Danmark: Velfærd og Trivsel 2018. *VIVE*.

Pawlowski, C. S., Ergler, C., Tjørnhøj-Thomsen, T., Schipperijn, J. & Troelsen, J. (2015). 'Like a soccer camp for boys': A qualitative exploration of gendered activity patterns in children's self-organized play during school recess. *European Physical Education Review*, 21(3), 275-291. <https://doi.org/10.1177/1356336X14561533>

Roset, L., Green, K. & Thurston, M. (2019). Norwegian youngsters' perceptions of physical education: exploring the implications for mental health. *Sport, Education and Society*. <https://doi.org/10.1080/13573322.2019.1634043>

Schilhab, T. (2017). Impact of iPads on break-time in primary schools—a Danish context. *Oxford Review of Education*, 43(3), 261-275. <https://doi.org/10.1080/03054985.2017.1304920>

Seland, I., & Andersen, P. L. (2019). Fritidsklubber i et folkehelseperspektiv. *NOVA Notat (Vol. 1)*.

Sjöblom, M., Jacobsson, L., Öhring, K. & Kostenius, C. (2020). Schoolchildren's play – A tool for health education. *Health Education Journal*, 79(1), 21-33. <https://doi.org/10.1177/0017896919862299>

Skår, M., Gundersen, V., Ingebrigtsen, K., Stordal, G., Tordsson, B., Wold, L. C. & Follo, G. (2020). Barns lek i natur – i spennet fra selvutfoldelse til kontroll. *BARN – Forskning om Barn og Barndom i Norden*, 34(2), 39-56. <https://doi.org/10.5324/barn.v34i2.3619>

Skolverket. (2019). Attityder till skolan 2015. Rapport 438.

Stattin, H., Svensson, Y. & Korol, L. (2019). Schools can be supporting environments in disadvantaged neighborhoods. *International Journal of Behavioral Development*, 43(5), 383-392. <https://doi.org/10.1177/0165025419833824>

Stolpe, M. N. & Andersen, T. T. (2018). Kropsbevidsthed på skemaet. *Idrottsforum.Org*, 1-18.

Terjestam, Y., Bengtsson, H. & Jansson, A. (2016). Cultivating awareness at school. Effects on effortful control, peer relations and well-being at school in grades 5, 7, and 8. *School Psychology International*, 37(5), 456-469. <https://doi.org/10.1177/0143034316658321>

von Soest, T., Bakken, A., Pedersen, W. & Sletten, M. A. (2020). Livstilfredshet blant ungdom for og under Covid-19-pandemien. *Tidsskrift for Den Norske Legeforening*, 140(10). <https://doi.org/10.4045/tidsskr.20.0437>

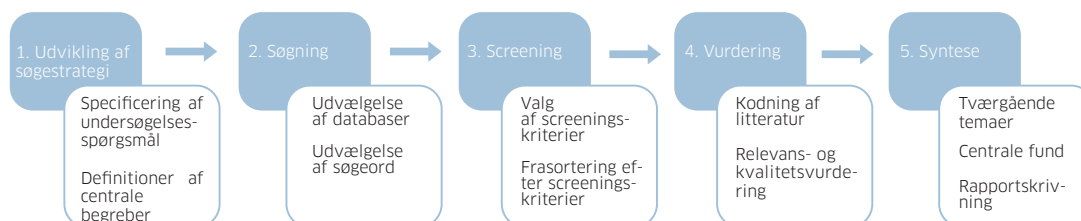
- Walan, S. & Enochsson, A. B. (2019). The potential of using a combination of storytelling and drama, when teaching young children science. *European Early Childhood Education Research Journal*, 27(6), 821–836. <https://doi.org/10.1080/1350293X.2019.1678923>
- Wendelborg, C. (2018). Mobbing og arbeidsro i skolen. NTNU Samfunnsforskning. https://www.udir.no/globalassets/filer/tall-og-forskning/rapporter/2018/mobbing-og-arbeidsro-i-skolen-2017_18.pdf
- Wendelborg, C., Røe, M., Trond, B. & Hygen, B. (2018). Elevundersøkelsen 2018. NTNU Samfunnsforskning.
- Wilhsson, M., Svedberg, P., Carlsson, I. M., Högdin, S. & Nygren, J. M. (2017). Handling Demands of Success Among Girls and Boys in Primary School: A Conceptual Model. *Journal of School Nursing*, 33(4), 316–325. <https://doi.org/10.1177/1059840516654743>
- Wistoft, K. (2016). Trivsel i skolehaveprogrammet Haver til Maver. *Mov:E*, 4.
- Øgård-Repål, A., Strand, S. A. & Karlsen, T. I. (2017). Karakterpress, kroppspress og gjengpress – Fokusgruppeintervju av jenter i 9. klassetrinn etter funn fra Ungdata-undersøkelsen. *Tidsskrift for Psykisk Helsearbeid*, 13(02), 109–120. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2017-02-03>
- Østergaard, C. & Rostbøll, S. F. (2016). Pigers trivsel i udskolingens idrætsundervisning. *Mov:E*, 4, 15–25.

Bilag

Søgeprotokol

Søgeprotokollen gennemgår faserne i udarbejdelsen af det systematiske litteraturstudie.

Figur 5: Køreplan for litteraturstudiet



Fase 1: Udvikling af søgestrategi

I den første fase af det systematiske litteraturstudie udvikles selve søgestrategien. Her specificerer vi undersøgelsesspørgsmålet og definerer de centrale begreber. Litteraturstudiets undersøgelsesspørgsmål er:

Hvordan oplever børn selv deres trivsel og leg i hverdagen?

Definition af børn

Vi afgrænser det systematiske litteraturstudie til at inkludere studier med børn i skolealderen (ca. 6-16 år). Undersøgelsen afgrænser vi til at omfatte almenområdet, men inkluderer studier, der differentierer ud fra fx etnisk herkomst og forskellige udsathedsmarkører, hvis børn på almenområdet har været respondenter.

Definition af at opleve selv

Vi afgrænser til studier, hvor børn er respondenter og selv rapporterer deres erfaringer, holdninger og oplevelser. Vi medtager både kvalitative og kvantitative studier. Dermed ekskluderes studier, der udelukkende gør brug af objektive mål og studier, hvor børn ikke selv har en aktiv stemme, fx observationsstudier, som ikke inkluderer interviews. Studier, hvor børn udtrykker sig, fx ved at tage billeder, inkluderes.

Definition af trivsel

Vi forstår trivsel som børns subjektive velbefindende inden for de sociale og psykologiske sfærer, som barnet er en del af og har subjektive holdninger til (Ottosen et al., 2018). Det vil sige, at vi fokuserer på, hvordan børn selv fortæller, at de har det generelt og i forskellige situationer, herunder hvordan de har det derhjemme, i skolen eller til forskellige fritidsaktiviteter. Derfor indgår ikke trivselsslitteratur, der udelukkende benytter objektive indikatorer som fx materiel velstand uden også at afdække den subjektive trivsel hos barnet. Det er klart, at der vil være gråzoner i forhold til, hvornår en indikator måler den subjektive trivsel og repræsenterer børnenes perspektiver. Eksempelvis er nogle dele af sundhedslitteraturen stærkt forbundet med trivsel i forhold til at afdække børn og unges oplevelser af stress og angst. Disse tekster vil blive medtaget. Andre dele af sundhedslitteraturen har derimod en mindre direkte forbindelse til den valgte definition af trivsel, fx studier om børns kost eller fysiske aktivitet, og disse studier bliver dermed ikke inkluderet i litteraturstudiet.

Definition af leg

Vi anlægger en bred forståelse af leg som et spektrum af aktiviteter og processer, der kan komme til udtryk på forskellig vis afhængigt af legens kontekst (Zosh et al., 2018). Vi definerer leg som en proces, hvor barnet alene eller sammen med andre skaber oplevelser, stemninger, følelser eller mening (Jessen, 2008). Idet legen forstås som et spektrum, inkluderes både den frie leg samt forståelsen af leg som styret af en voksen (fx en forælder eller lærer) eller af et på forhånd bestemt regelsæt (fx et spil). Leg kan både være et mål i sig selv eller være et værktøj til udvikling, læring og kompetenceopbygning.

Definition af hverdagen

Vi fokuserer på et bredt udsnit af arenaer, som børn optræder i i hverdagen: skole, hjem og fritidsliv. Fritidsliv kan både være i institutionaliseret/organiseret form, fx fritidsklubber eller en idrætsforening, men kan også være uorganiseret i form af legeaftaler, og at børn mødes på legepladser, på gaden, i naturområder eller lignende. Idet vi fokuserer på børns hverdagsliv, rummer vores definition ikke studier, der omhandler ekstraordinære begivenheder såsom ferier, store familiefester, ulykker eller alvorlig sygdom.

Fase 2: Søgning

I udvælgelsen af databaser sikres, at relevant skandinavisk forskning inkluderes ved at søge i relevante skandinaviske databaser fra Danmark, Sverige og Norge. Derudover søges også i en engelsksproget database for at inkludere skandinavisk forskning, der er publiceret i engelsksprogede tidsskrifter.

Søgningen supplerer vi med håndholdt søgning for sikre, at vi også belyser undersøgelser udarbejdet af relevante myndigheder, organisationer og virksomheder. I nedenstående tabel uddybes, hvilke databaser den systematiske søgning gør brug af, samt blandt hvilke myndigheder og organisationer der søges håndholdt.

Tabel 12: Søgekilder

Udvalgte databaser	DK: Forskningsdatabasen indeholder publikationer fra danske uddannelses- og forskningsinstitutioner på videregående niveau, samt enkelte andre organisationer som VIVE og Kulturministeriet. Publikationstyper inkluderer tidsskriftsartikler, conferenceoplæg, rapporter mv. NO: Oria dækker data fra fag- og forskningsbiblioteker og henter data gennem biblioteker, institutioner, direktorater, tilsynsmyndigheder og andre offentlige institutioner. Databasen giver også adgang til publikationer fra større NGO'er. SE: SwePub er en samling af akademiske publikationer fra svenske universitetsinstitutioner (universiteter og højskoler), herunder blandt andet tidsskriftsartikler, conferenceoplæg og afhandlinger. Data er indhentet gennem uddannelsesinstitutionerne. Engelsksproget: ERIC – Education Resources Information Center – er en international database med tidsskriftsartikler og andre publikationer relateret til uddannelse og pædagogik. Det er den største uddannelsesdatabase i verden med over 1,5 mio. publikationer med et bredt spektrum af genrer.
Håndholdt søgning	DK: Danmarks Evalueringsinstitut, Dansk Center for Undervisningsmiljø, Børne- og Undervisningsministeriet, Børnerådet, Børns Vilkår, VIVE. SE: Institutet för social forskning, Skolforskningsinstitutet, Skolverket, Utbildningsdepartementet NO: Nasjonalt Senter for Kunst og Kultur i Opplæringen, Norsk Senter for Barneforskning (NOSEB), Utdanningsdirektoratet (Udir), Velferdsforskningsinstituttet NOVA

Udvælgelse af søgeord tager udgangspunkt i undersøgelsesspørgsmålet og definitionerne af de centrale begreber. I afdækningen af relevante artikler vedrørende leg ligger to udfordringer. Den første udfordring er, at leg blandt de ældre børn i den afgrænsede aldersgruppe (6-16 år) ikke er et begreb, der fylder meget i forskningen, da legens karakter og italesættelse ændres med alderen. Dette imødegås ved at inkludere søgeordet "kreativ*". Dette er valgt med udgangspunkt i forståelsen af børns udfoldning af kreativitet, der hos de mindre børn kommer til udtryk gennem legen, mens den hos de ældre børn i højere grad udfoldes gennem humor og social positionering (Hammershøj 2014). Den anden udfordring er, at vi har en bred definition af begrebet leg, der favner bredere end den frie børneleg, men også rummer mere strukturerede og styrede legeformer såsom spil og legende undervisningsstrategier. Dette imødegås ved at udfolde søgningen til at rumme ordene "legende", "spil" og "gamification".

I afdækningen af relevante artikler vedrørende trivsel inkluderer vi søgeordene "livstilfredshed", "glæde" og "velbefindende" for at indfange relevante artikler, der behandler emner, der falder under vores forståelse af trivsel.

Tabel 13: Baggrundsbegreber og søgeord

Begreb	Leg	Trivsel
Søgeord	leg OR legende OR kreativ* OR spil OR gamification	*trivsel OR *glæde OR livstilfredshed OR velbefindende

Søgeordene har vi oversat til henholdsvis svensk og norsk i de pågældende databasesøgninger. I den internationale database har vi søgt på engelsk og afgrænset geografisk til de skandinaviske lande.

Fase 3: Screening

Søgningen har vi foretaget mellem juni og august 2020. Screeningen og søgningen har været en overlap-pende og iterativ proces, hvor vi har tilpasset søgningens scope inden for rammerne af projektets størrelse.

I første omgang har vi afgrænset søgningen geografisk og sprogligt. Litteraturstudiet har således til formål at afdække relevant litteratur fra de skandinaviske lande Danmark, Sverige og Norge, og tager udgangspunkt i litteratur på dansk, svensk, norsk og engelsk.

I den indledende søgning fastsatte vi den tidsmæssige afgrænsning til perioden år 2010-2020 (som det fremgår af bilaget). Ud fra en vurdering af antal fundne studier blev det klart, at vi af ressourcemæssige årsager måtte foretage rescoping af søgningsfeltet. Derfor indsnævrede vi først søgningens scope til fagfælle-bedømte tidsskriftsartikler, og dernæst afgrænsede vi yderligere til perioden år 2015-2020.

Screeningen af, hvilke studier der skal med, og hvilke der ikke skal, vurderede vi herefter ud fra følgende kriterier:

Inklusionskriterier

- Empiriske studier med primærdata.
- Respondentgruppe: Børn i skolealderen (ca. 6-16 år).
- Sprog: Dansk, svensk, norsk og engelsk.
- Lande: Danmark, Sverige og Norge.
- År: 2015-2020.
- Kilder: Fagfællebedømte tidsskriftsartikler.

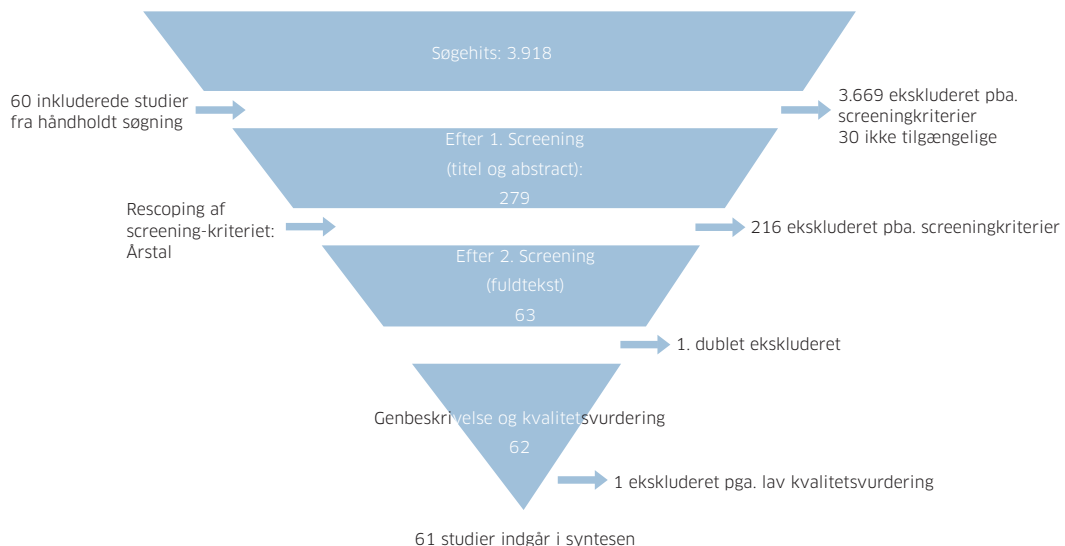
Eksklusionskriterier

- Ingen børn i respondentgruppen.
- Før 2015.
- Uden for genremæssig afgrænsning (f.eks. bogkapitler og monografier).
- Ikke fra: Danmark, Sverige og Norge.
- Undersøgelser, der ikke aktivt interagerer med børn og derigennem giver dem en stemme (f.eks. rene observationsstudier).

Fase 4: Vurdering

I vurderingsfasen ekstraherede vi relevant data fra de forskellige studier.

Figur 6: Søgning- og screeningprocessen



Fase 5: Syntese

Syntesen er det endelige produkt, der fremstiller resultaterne af den systematiske litteratursøgning. Syntesen giver et overblik over forskningsprojekter og studier, der inddrager børn som respondenter i empiriindsamlingen enten kvalitativt eller kvantitativt.

Analysens tværlæsning af relevante studier vil finde frem til tværgående temaer og centrale fund, som vil blive nærmere beskrevet og fremstillet i syntesen.

Søgestreng

Som beskrevet i søgeprotokollen er søgningen i screeningsfasen blevet rescopet. Den oprindelige søgning indhentede artikler fra 2010-2020, men det endelige litteraturstudie inkluderer artikler fra 2015-2020

DATABASE: Forskningsdatabasen		
Dato for søgning	8. juli 2020	
Søgestreng	(leg OR kreativ* OR spil OR legende OR gamification OR *trivsel OR *glæde OR velbefindende OR livstil-fredshed)	
Filtre	Genre	Type: Tidsskrift-artikel
	Publikationsår	Udgivelsesår: 2010-2020
	Sprog/land	Nej

DATABASE: SwePub		
Dato for søgning	9. juli 2020	
Søgestreng	(lek OR kreativ* OR spel OR gamification OR lekande OR *trivsel OR lycka OR välbefinnande OR livstill-fredställelse)	
Filter	Genre	Typ av publikation: Tidskriftsartikel
	Publikationsår	År: 2010-2014 2015-2019 2020
	Sprog/land	Nej

DATABASE: Oria		
Dato for søgning	9. juli 2020	
Søgestreng	(lek ELLER kreativ* ELLER spel ELLER spill ELLER gamification ELLER lekande ELLER *trivsel ELLER glede ELLER lykke ELLER velbefinnende ELLER livstilfredshet)	
Filter	Genre	Vis kun: Fra fagfellelvurderede tidsskrift
	Publikationsår	Årstall: 2010-2020
	Sprog/land	Språk: Norsk

DATABASE: ERIC		
Dato for søgning	8. juli 2020	
Søgestreng	(play OR creative OR creativity OR game OR playing OR playful OR gamification OR well-being OR happiness OR "life satisfaction")	
Filter	Genre	Publication type: Journal Articles
	Publikationsår	Publication date: Since 2011 (last 10 years) AND pubyear:2010
	Sprog/land	Location: Denmark Sweden Norway

Trivsel og leg ifølge børnene – Et systematisk litteraturstudie over skandinavisk børneforskning 2015-2020

Copyright © 2020

Tænketanken Mandag Morgen

Ny Kongensgade 10

DK – 1472 København K

Gry Nynne Thorsen, analytiker

Pernille Skaarup, projektkoordinator

Mathias Kjær Heilesen, souschef og senioranalytiker

Phine Taarnberg, mediegrafikerelev

Forsidefoto - Allison Archer

Tænketanken Mandag Morgen

Vi er en uafhængig tænketank, der skaber indsigt og løsninger for mennesker og samfund. Vi arbejder systematisk, involverer bredt og står på et solidt vidensgrundlag. Vi sætter fokus på samfundets komplekse udfordringer, og vi formidler altid indsigter og løsninger på en enkel og engagerende måde. Vores samarbejdspartnere er offentlige, private, faglige, filantropiske og frivillige organisationer og virksomheder, som gerne vil forstå og bidrage til udviklingen af vores samfund.

mandagmorgen

TÆNKETANKEN