

Bruger skolebørn tiden hensigtsmæssigt?

– Om søvn, spisning, motion, samvær og trivsel

Jens Bonke og Jane Greve

Bruger skolebørn tiden hensigtsmæssigt?

– Om søvn, spisning, motion, samvær og trivsel

Rockwool Fondens Forskningsenhed

Syddansk Universitetsforlag

*Bruger skolebørn tiden hensigtsmæssigt?
Om søvn, spisning, motion, samvær og trivsel*
© Rockwool Fondens Forskningsenhed
og Syddansk Universitetsforlag 2013
Tryk: Specialtrykkeriet Viborg
Printed in Denmark 2013
ISBN 978 87 7674 687 2

Syddansk Universitetsforlag
Campusvej 55
5230 Odense M

Tlf. 66 15 79 99
www.universitypress.dk

Mekanisk, fotografisk, elektronisk
eller anden mangfoldiggørelse
af denne bog er kun tilladt med forlagets tilladelse
eller ifølge overenskomst med Copy-Dan

Ved indkøb af et større antal eksemplarer ydes en betydelig kvantumrabat.
Kontakt forlaget for yderligere oplysninger

Første udgave, første oplag

Udgivet med støtte fra
ROCKWOOL FONDEN



Indhold

Forord	7
1 Hvorfor denne bog?	9
2 Om bogens indhold	12
3 Data, metode og begreber	14
4 Skolebørns dagligdag	17
4.1 Hvad laver skolebørn i løbet af en dag?	17
5 Skolebørn – udvalgte daglige aktiviteter	24
5.1 Søvn	24
5.2 Spisning	32
5.3 Motion	42
5.4 Tv/computer	49
5.5 Alene eller sammen med andre	57
5.6 Hvad dækker begreberne Odds og Odds Ratio?	66
6 Skolebørn, som bruger tiden uhensigtsmæssigt	67
6.1 Hvilke skolebørn bruger tiden uhensigtsmæssigt?	69
7 Skolebørns aktiviteter, trivsel og overvægt	74
7.1 Skolebørns aktiviteter og trivsel	74
7.2 Skolebørns aktiviteter og overvægt	80
8 Skolebørns aktiviteter og succes i skolen	87
8.1 Undersøgelser af succes i skolen	88
8.2 Undersøgelsen	90
8.3 Beskrivelse	92
8.4 Resultater	99
8.5 Konklusion	103
9 Sammenfatning	106
English Summary	114
Forfatterportrætter	127
Litteratur fra Rockwool Fondens Forskningsenhed 2008-2012	128

Abstrakt. Der har i de senere år været en øget opmærksomhed på børns velfærd. Hvordan er børns dagligdag, får de nok søvn, spiser de morgenmad, motionerer de, ser de for meget tv og spiller for meget computer, og er for mange børn overladt til sig selv? Formålet med denne bog er at belyse disse forhold ud fra oplysninger fra en national undersøgelse af børn – og voksne – tidsanvendelse, trivsel og helbred. Ud over et generelt billede af danske skolebørns dagligdag ses der også på, hvor mange børn der kan anses for at have en problematisk dagligdag, og hvilke forhold det kan hænge sammen med.

Abstract. In recent years attention has been devoted to the quality of children's lives. What are their everyday lives like? Do they get enough sleep? Do they have breakfast? Do they get any exercise? Do they watch too much TV, spend too much time on the computer and are too many children left to their own devices? The aim of this book is to cast light on these issues on the basis of data from a national survey of Danish children's – and adults' – time use, quality of life and health. Besides presenting a general picture of Danish schoolchildren's everyday lives, we also look at the question of how many children can be considered to have a problematic everyday life, and what factors this may be associated with.

Forord

Rockwool Fonden besluttede i 2007, at forskningsenheden skulle opprioritere forskningen i familieforhold med særligt fokus på børns vilkår. Der har i de senere år været en stigende opmærksomhed omkring børns vilkår, i takt med at antallet af børnesager, den registrerede kriminalitet blandt børn såvel som antallet af psykiske diagnoser, er steget dramatisk. Samtidig arbejder forældre mere uden for hjemmet end tidligere, hvilket på den ene side betyder bedre indkomster og på den anden side mindre tid til familien. Dette dilemma mellem arbejds- og familieliv førte til nedsættelsen af Familie- og Arbejdslivskommissionen, som i 2007 fremlagde dens resultater, der bl.a. viste, at der kun i relativt få børnefamilier var tale om et egentligt dilemma, og at det især var forældre med en længere uddannelse, som berattede herom. Det var dog klart, at nogle børn fortsat vokser op i familier, hvor der er problemer af forskellig slags. Det betyder, at sådanne børn har et problematisk børneliv og siden hen har risiko for at klare sig dårligere end andre børn. Parallelt med disse beskrevne tendenser er der en generel udvikling i retning af, at mange børn bruger mere tid på tv og computer og mindre på motion, hvilket er en af grundene til, at stadig flere børn er overvægtige, tillige med at knap hver tredje unge ikke opnår at få en erhvervskompetencegivende uddannelse. Det taler for, at der er behov for en bred tilgang for at forstå, hvilke vilkår børn i dag vokser op under, herunder hvilken rolle forholdene i hjemmet og dermed de ressourcer, familien råder over, spiller for børns opvækstvilkår.

På baggrund af den nyeste forskning om børns opvækstvilkår og under anvendelse af en række nye undersøgelser er det formålet med Rockwool Fondens forskning i familieforhold at tegne et billede af børns dagligdag, og hvad denne betyder for deres helbred, hvordan de klarer sig i skolen og siden hen på arbejdsmarkedet. Det er bl.a. resultaterne fra nogle af disse projekter, der bringes i denne bog, sammen med resultaterne fra nye undersøgelser på danske og udenlandske data, herunder oplysninger fra en omfattende dansk tids-

og forbrugsundersøgelse, som Rockwool Fondens Forskningsenhed gennemførte i 2008/09.

Bogen er blevet til i videnskabelig uafhængighed, og Rockwool Fonden har stillet de nødvendige ressourcer til rådighed. Stud.polit.erne Helle Sofie Houlberg Petersen og Pil Celine Krogh Andersen, forskningsenheden, har bidraget til databehandlingen og analyserne i bogen, mens formidlingschef Bent Jensen har kommenteret og læst manuskriptet og sørget for arbejdet med udgivelsen af bogen. Udkast til dele af bogen har været fremlagt på ét af forskningsenhedens videnskabelige seminarer og på International Time-Use Associations konferencer i Oxford, Storbritannien, og i Paris, Frankrig. Deltagerne i disse seminarer takkes for konstruktiv kritik, som der i stort omfang er taget hensyn til i den endelige udgave af bogen. Professor Nabanita Datta Gupta, Institut for Økonomi – Nationaløkonomi, Aarhus Universitet, takkes for gode og konstruktive kommentarer til bogen.

Endelig vil jeg takke Rockwool Fonden med dens bestyrelsesformand Tom Kähler og direktør Elin Schmidt for interessen for dette projekt og for Enhedens arbejde i almindelighed.

København, januar 2013

Torben Tranæs

1 Hvorfor denne bog?

Der har i løbet af de senere år været stadig mere fokus på børns vilkår og på, hvordan de klarer sig i skolen. Flere PISA-undersøgelser har vist, at danske unge ikke klarer sig lige så godt som børn i mange andre lande, og at mange unge ikke får nogen formel uddannelse, på trods af politiske målsætninger om forbedringer og iværksættelse af en række initiativer på dette område. Det viser sig også, at stadig flere børn er overvægtige (Bonke & Greve, 2010), tillige med at forholdsvis mange danske børn anbringes uden for hjemmet (Andersen et al., 2010). For flertallet af danske børn er der dog ikke sådanne problemer, og de fleste børn er da også raske det meste af tiden, har få sygdomsperioder (Johansen et al., 2009) og får tillige en betydelig forældreomsorg, sådan som det fremgik af Rockwool Fondens Forskningsenheds tidligere undersøgelse om dette emne (Bonke, 2009).

Udenlandske undersøgelser har ofte påpeget, at børns vilkår er blevet vanskeligere, og bl.a. forklaret dette med forældres stigende beskæftigelse og arbejdstid. I Danmark er beskæftigelsesfrekvensen blandt både fædre og mødre høj, og der har været en mindre stigning i denne i løbet af 1990'erne, hvilket dog senere er blevet afløst af et vist fald (Danmarks Statistik, 2011). Den gennemsnitlige arbejdstid for kvinder er også faldet over perioden (Greve, 2011). Vi ved tillige, at danske fædre til førskolebørn arbejder lige så meget som yngre mænd, der ikke har børn, og at tilsvarende mødre kun i en kortere periode reducerer deres arbejdstid betydeligt, i forhold til før de fik børn. Når børnene kommer i skolealderen, er de fleste kvinder således stort set tilbage i deres arbejde på fuld tid (Bonke, 2012). Vi har dermed ikke set samme tendens i Danmark til, at forældrene for nylig har forøget deres tid på arbejdsmarkedet og formindsket den i hjemmet, hvilket kan være noget af forklaringen på, at der ikke er fundet nogen negativ sammenhæng mellem danske forældres arbejde på arbejdsmarkedet og deres børns velfærd.

Flertallet af danske førskolebørn er i institutioner – vuggestuer, børnehaver og fritidshjem – til dagligt, hvilket indebærer, at de er sammen med andre

børn i en stor del af dagen. Dette foregår i rammer, som er skabt til børn, og kan derfor i mange tilfælde betragtes som et godt alternativ til leg i hjemmet og i dettes omgivelser. For mange børn er fritiden på denne måde blevet mere struktureret og overvåget og støttet af professionelt personale med det formål at tilvejebringe børn sociale kompetencer og pasning.

Der har endvidere været en væsentlig forbedring i forældres økonomiske vilkår over de seneste årtier. Siden 1981 har danske børnefamilier forøget deres disponible indkomster med 37 pct. imod en 29 pct.s forøgelse for unge og midaldrende familier uden børn (Bonke, 2009). Hvor stor en del af disse indkomster, der umiddelbart kommer børnene til gode, er vanskeligt at op-gøre, da tilstedeværelsen af børn ændrer familiers udgiftsmønster som helhed. Mange familier, der får børn, flytter til en større og dyrere bolig og anskaffer sig andre langvarige goder, samtidig med at de bruger færre penge på forskellige voksen-fritidsaktiviteter mv. Det viser sig ikke desto mindre, at 41 pct. af en families udgifter, som går direkte til det enkelte familiemedlem, tilkommer børnene¹ (Bonke & Browning, 2011). Hvor meget det betyder for børns velfærd, er vanskeligt at vurdere, men der er formentlig ingen tvivl om, at en højere husstandsindkomst bidrager til, at børn vokser op i bedre boliger, sundere omgivelser, kan få bedre og sundere mad og deltage i flere og mere udfordrende fritidsaktiviteter.

Ud over at børns materielle og tidsmæssige opvækstvilkår – de penge og den tid, der anvendes på børn – tillige med forældrenes uddannelsesmæssige baggrund har en umiddelbar betydning for deres levevilkår, påvirker disse vilkår også børnene senere hen i opvæksten og som voksne. Fx viser Würtz (2007), at jo mere tid mødre bruger på deres børn til hverdag, og fædre bruger på deres børn i weekenden, desto bedre klarer børnene sig i skolen. For USA viser Curtis & Phipps (2000), at børn af forældre, der har meget tid til rådighed, klarer sig bedre i skolen, når der tages hensyn til forskelle i indkomster. Det understreger vigtigheden af at se på børns opvækstvilkår, og hvordan disse varierer med forældrenes økonomiske og tidsmæssige forhold, sådan som det vil blive gjort her i bogen.

På trods af at forældres tid med deres børn er steget over de senere år (Bonke, 2009), har det alligevel fået mange til at pege på, at for mange børn er overladt meget til sig selv, får for lidt motion og ser for meget tv, spiller for meget computerspil og spiser junkfood i for store mængder. Også manglende mor-

1 Udgifter til fødevarer mv. indgår ikke i disse udgifter, se tabel 3 i Bonke & Browning (2011).

genmad før man skal i skole, er blevet set som et stort problem for børns trivsel og succes i skolen.

At disse problemer findes, dokumenteres i de følgende kapitler, om end spørgsmålet om, at der er tale om store problemer, selvsagt kan diskuteres. Ikke desto mindre peger bogen på en række problemstillinger, som understreger betydningen af allerede iværksatte politiske initiativer og behovet for yderligere tiltag, som kan forbedre skolebørns levevis. Det skal i den forbindelse understreges, at implementeringen af indsatser i videst mulige omfang bør tage hensyn til, at problemerne på nævnte områder er størst i familier med en svag arbejdsmarkedstilknytning og begrænsede uddannelseskvalifikationer, sådan som vi viser det i denne bog.

2 Om bogens indhold

Der er i disse år et stigende fokus på børn og unges opvækstvilkår i Danmark såvel som i andre lande. Dette fokus er bl.a. begrundet i et udbredt ønske om, at alle børn har gode vilkår i barndommen, da dette er vigtigt i sig selv, og fordi det kan bidrage til, at de klarer sig godt som voksne. Der er imidlertid forskel på, hvilke vilkår forældre tilvejebringer og har mulighed for at tilvejebringe for deres børn, selvom der formentlig er almindelig enighed om, at børn bør bruge tid på deres skole, være aktive og udvikle gode og sunde vaner og få tilstrækkeligt med søvn. Ikke desto mindre er situationen den, at nogle børn vokser op under problematiske forhold, mens andre – de fleste – børn oplever gode vilkår. Det rejser spørgsmålet om, hvad der karakteriserer de børn, som har mindre gunstige vilkår, og hvad forældrenes forhold betyder i den sammenhæng.

Bogen indleder med at beskrive skolebørns dagligdag med fokus på, hvilke aktiviteter børn er involverede i i ugens løb. Der fokuseres især på omfanget af børns søvn, om de spiser morgenmad, får motion, ser meget tv og spiller computer, og om de er meget sammen med andre eller meget alene. Det har således vist sig, at disse forhold på forskellig måde hænger sammen med børns velfærd, deres helbred, og hvordan de klarer sig i skolen og senere i livet (Dubois et al., 2005; Fertig et al., 2009; Kiens et al., 2007).

Selvom stadig flere danskere arbejder fuldtid, er der fortsat betydelige forskelle i, hvor mange timer forældre har tilbage til dem selv og deres børn, når arbejdet på arbejdsmarkedet og i hjemmet er gjort. Tilsvarende er der betydelige forskelle i, hvor mange penge forskellige børnefamilier råder over og dermed har mulighed for at anvende på deres børn.

Det viser sig i både danske (Bonke, 2009) og flere udenlandske undersøgelser, at forældre med meget uddannelse bruger tiden med deres børn anderledes end forældre med lidt eller ingen uddannelse, og at førstnævnte gruppe faktisk sammenlagt bruger mere tid på børnene end sidstnævnte gruppe. Om dette også betyder, at børn af forældre med meget uddannelse er mere aktive i deres fritid og lever sundere i det hele taget, sammenlignet med andre børn, undersøger vi nærmere i bogen.

Vi undersøger også, om børn af enlige forældre har flere problemer end børn i familier med begge forældre, idet McLanahan & Booth (1989) har vist, at enlige forældre i USA har færre muligheder for at bruge tid og penge på deres børn, og at de er mindre involverede i, hvad deres børn foretager sig.

Andre faktorer af betydning for skolebørns tidsforbrug, fx om de bor i større eller mindre byer, inddrages også i bogen for at give et så fuldstændigt billede som muligt af børns hverdagsliv.

Bogen refererer til danske forhold, såfremt andet ikke er nævnt i overskriften og/eller i tabellerne og figurerne. Der er dog også referencer til litteratur, som har undersøgt tilsvarende forhold i andre lande.