

Forsideark til oppgaven til Eilert Sundt-konkurransen

Navn på elevgruppas medlemmer:	Hanna R. Jølstad, Milla T. Grindland, Marion Johansen & Hannah E. Andersen
Navn på veileder:	Markus Foss og Kristel Jensen
Tittel på oppgaven:	Generasjon prestasjon bak fasaden
Navn på skole:	Kristiansand Katedralskole Gimle
Klasse:	Sosiologi
År:	2026



EILERT
SUNDT-
PRISEN

Generasjon prestasjon bak fasaden



Sosiologi og sosialantropologi

Våren 2026

Skrevet av Hanna R. Jølstad, Milla T. Grindland, Marion Johansen & Hannah E. Andersen

Veilet av Markus Foss og Kristel Jensen

Innhold

1.0 Innledende ord	4
2.0 Bakgrunn for valg av hypoteser	5
3.0 Teorier	7
4.0 Metode	8
4.1 Kvantitativ metode	9
4.2 Kvalitativ metode	10
4.3 Feilkilder	11
5.0 Analyse	12
5.1 Analyse av hypotese 1	12
5.2 Analyse av hypotese 2	16
5.3 Analyse av hypotese 3	19
5.4 Analyse av hypotese 4	23
6.0 Konklusjon og avsluttende kommentar	31
7.0 Litteraturliste.....	32
8.0 Vedlegg	35
8.1 Vedlegg 1: Spørreundersøkelsen	35
8.2 Vedlegg 2: Spørsmål til intervjukandidatene	38
8.3 Vedlegg 3: Samtykkeskjema	39
8.4 Vedlegg 4: Intervju 1	40
8.5 Vedlegg 5: Intervju 2	43
8.6 Vedlegg 6: Intervju 3	46
8.7 Vedlegg 7: Intervju 4	49

1.0 Innledende ord

«Ungdomsgenerasjonen i dag har fått prestasjons-merkelappen. Det kan virke som de er mer opptatt av å prestere og gjøre det godt på mange områder – i forhold til tidligere generasjoner.»

(Bogen, 2024)

Ifølge Ungdata undersøkelsen fra 2025 er 52% av elevene på videregående skoler i Kristiansand, ofte eller svært ofte stresset over skolearbeid (Ungdatasenteret & KoRus Sør, 2025). Dette tyder på at skoleprestasjoner har stor betydning for dagens ungdom i Agder.

Det er naturlig at det eksisterer ulike ambisjonsnivå blant elevene, og vi ønsker å undersøke hvordan skolerresultater påvirker elevenes liv. Sentrale begreper og teori er hentet fra pensum i sosiologi og sosialantropologi.

Temaet for forskningsoppgaven ble valgt på bakgrunn av en interesse om å undersøke forskjeller i hverdagsstrukturen blant elever med et karaktersnitt innenfor høy måloppnåelse, middels måloppnåelse og lav måloppnåelse. For å dekke våre spørsmål rundt temaet har vi valgt å undersøke kategorier som sosial aktivitet, mental helse, inntektsnivå blant foresatte, fysisk aktivitet, grad av utmattelse, og skjermbruk. Vi ønsket å finne sammenhenger mellom de ulike faktorene som sosial aktivitet og utmattelse, og karaktersnitt. Ovennevnte faktorer har blitt samlet til problemstillingen: **“I hvilken grad påvirker sosioøkonomisk bakgrunn og psykososiale forhold karaktersnittet til videregående elever?”**

Undersøkelse av inntekten til respondentenes foresatte, har i problemstillingen blitt definert som sosioøkonomisk bakgrunn. Begrepet «sosioøkonomisk» brukes for å beskrive sammenhengen mellom sosiale og økonomiske forhold i et samfunn. Det handler om hvordan faktorer som inntekt, yrke og utdanning påvirker menneskers levekår, muligheter og sosiale situasjon (Tjernshaugen & Tjora, 2022). I denne oppgaven ser vi på *sosioøkonomisk bakgrunn* for individene vi undersøker, og hvordan disse faktorene kan ha påvirket deres karaktersnitt.

Et annet sentralt begrep som er inkludert i vår problemstilling er *psykososial*. Psykososial er et samlebegrep for psykiske og sosiale faktorer som påvirker helse og mental funksjon. De sosiale faktorene omfatter blant annet oppvekstvilkår, forhold i hjemmet og skolesituasjon. De psykiske faktorene dreier seg om hvordan individet kognitivt og emosjonelt tolker og håndterer sine omgivelser (Svartdal, 2020).

Valg av tema er basert på både personlige erfaringer og observasjoner i eget skolemiljø. Ved Kristiansand Katedralskole Gimle (KKG) er det mange elever med høyt karaktersnitt og sterke ambisjoner for videre utdanning, noe som skaper et tydelig karakterpress der prestasjoner får stor betydning for elevenes selvbylde og fremtidsplaner. Derfor ønsket vi også å undersøke elever med et karaktersnitt innenfor middels og lav måloppnåelse for å få et bredere innblikk i elevgruppene. Temaet er særlig aktuelt i dagens samfunn, der utdanning fungerer som en sentral inngangsport til videre studier og yrkesliv.

I forkant av oppgaven hadde vi flere forventninger og refleksjoner knyttet til temaet, men enkelte av dem manglet fakta eller tidligere forskning.

2.0 Bakgrunn for valg av hypotese

- I. *Elever med høyere karaktersnitt kommer oftere fra husholdninger med høyere samlet inntekt enn elever med lavere karaktersnitt.*

Tidligere forskning tyder på at foreldres bakgrunn kan påvirke barnets utdanningsvalg (SSB, 2022). Dette gir grunn til å tro at økonomiske ressurser i hjemmet også kan ha betydning for elevers skoleprestasjoner. Hypotesen tar sikte på å undersøke om det finnes en direkte sammenheng mellom familieøkonomi og elevers akademiske resultater, og bidrar dermed til å belyse hvordan sosioøkonomiske faktorer kan påvirke skolerresultater.

- II. *Elever med høyere karaktersnitt er mer i fysisk aktivitet og har mer regulert skjermbruk enn elever med lavere karaktersnitt.*

Forskning viser at fysisk aktivitet ikke bare er positivt for den fysiske helsen, men også for psykisk helse og selvoppfatning. Dette kan igjen bidra til bedre konsentrasjon og skoleprestasjoner. (Pan, Zhang, & Xu, 2025). Derfor ønsker vi å undersøke om elever med høyt karaktersnitt også har vaner og en livsstil som bidrar til og støtter opp under deres faglige prestasjoner. Vi synes denne hypotesen er nyttig i forhold til problemstillingen vår fordi den kan gi oss en bedre forståelse av hvilke faktorer som kan henge sammen med gode skoleprestasjoner, og om det er en sammenheng mellom elevenes helse, vaner og resultater på skolen. En britisk studie viser at tenåringer som bruker én ekstra time daglig på internett, TV eller dataspill, kan risikere å oppnå skoleprestasjoner som ligger opptil to karakterer lavere enn jevnaldrende

(NRK, 2015). Det vi ønsker å uttrykke i hypotese to, er at vi antar at elever med høyt karaktersnitt ofte har et lavere gjennomsnittlig skjermforbruk. Vi antar at redusert skjermbruk kan ha en positiv sammenheng med elevenes karakterer, ettersom frigjort tid potensielt kan brukes på aktiviteter som fremmer skoleprestasjoner.

III. Elever med høye faglige evner deltar i mindre grad i sosiale aktiviteter enn andre elever.

Hypotesen ble valgt på bakgrunn av nysgjerrighet rundt elever som bruker mye tid på skolearbeid, og om denne tidsbruken kan føre til mindre tid til sosiale aktiviteter. Ifølge Ungdata viser forskning at organiserte fritidsaktiviteter har stor betydning for ungdommens sosiale tilhørighet og trivsel (Eriksen, 2022). På bakgrunn av dette synes vi det er interessant å undersøke om det finnes en sammenheng mellom høyt karaktersnitt og lavere deltakelse i sosiale aktiviteter. Dette er også relevant for problemstillingen vår, fordi det kan gi innsikt i hvordan skoleinnsats påvirker elevenes sosiale liv.

IV. Elever med høyere karaktersnitt føler seg i gjennomsnitt mindre slitne og opplever bedre psykisk helse enn elever med lavere karaktersnitt.

Hypotesen ble utvalgt fordi vi ønsker å undersøke om elever med høyere karaktersnitt føler seg mindre slitne enn elever med lavere snitt, samt om de opplever noen psykiske belastninger. Vi har selv observert at elever på vår egen skole som presterer godt, ofte ser ut til å ha mer overskudd. Forskning viser at søvn og tretthet påvirker konsentrasjon og prestasjoner (Ung Forskning, 2023) (Vik, Nilsen, & Øverby, 2022). Vi synes det er interessant å undersøke om elever som presterer godt på skolen også opplever å ha mer energi, og hypotesen kan gi økt forståelse av hvordan trivsel og velvære henger sammen med skoleprestasjoner.

3.0 Teorier

3.1 Bourdieus reproduksjonsteori

Pierre Bourdieu var en fransk sosiolog som er kjent for å analysere hvordan sosiale forskjeller opprettholdes i samfunnet gjennom utdanning og kultur. Vi bruker teorien hans for å forstå hvordan foreldres ressurser og bakgrunn kan påvirke elevers skoleprestasjoner, og for å kunne forklare funnene våre om sammenhengen mellom foreldreinntekt og karaktersnitt. Ifølge hans teori finnes det ulike kapitalformer som: økonomisk, kulturell, sosial og symbolsk kapital som gir ulike fortrinn i sosiale felt som utdanningsfeltet. Begrepet kulturell kapital handler om kunnskap, utdanning og ferdigheter som verdsettes i skolen og i samfunnet (Olsen, Weihe & Hjelseth, 2025). Bourdieu mente også at den enkeltes habitus holdninger, vaner og disposisjoner som formes gjennom oppveksten påvirker hvordan hun eller han fungerer i utdanningssystemet. Dette gjør at barn fra familier med høyere økonomisk og kulturell kapital ofte er bedre rustet til å lykkes i skolen enn barn fra familier med mindre kapital.

3.2 Anthony Giddens – Struktur og handling (Structuration Theory)

Anthony Giddens er en britisk sosiolog som utviklet *struktur-teorien* for å forklare forholdet mellom individers handlinger og sosiale strukturer. Vi bruker teorien til Anthony Giddens i alle våre hypoteser fordi den forklarer samspillet mellom elevenes egne valg og de sosiale strukturene de lever i. Den gir oss et helhetlig perspektiv på hvordan både individuelle handlinger og samfunnsmessige rammer påvirker karakterer og skoleprestasjoner. Teorien viser at strukturer ikke bare begrenser hva mennesker kan gjøre, men også blir skapt og opprettholdt gjennom menneskelig handling. Giddens kaller dette et “dualistisk” forhold: handlingene formes av strukturer, samtidig som strukturene formes av handlingene. Strukturer består av regler og ressurser som gir rammer og muligheter for handling, mens individene gjennom sine daglige handlinger kontinuerlig bidrar til å reprodusere eller endre disse strukturene. På denne måten understreker teorien at mennesker er aktive deltakere i samfunnet, og at sosiale mønstre ikke er statiske, men dynamiske og foranderlige (Nielsen, 2025).

3.3 James S. Coleman – Sosial kapital

James Coleman var en amerikansk sosiolog som videreutviklet begrepet sosial kapital for å forklare hvordan relasjoner og nettverk påvirker menneskers muligheter i samfunnet. Ifølge Coleman består sosial kapital av ressurser som finnes i sosiale relasjoner, som tillit, samarbeidsnormer og gjensidige forpliktelser. Denne kapitalen finnes i forbindelsene mellom

mennesker og gjør det lettere å nå felles mål. For eksempel kan et sterkt foreldrenettverk på en skole bidra til bedre samarbeid, informasjonsdeling og støtte blant elever. Coleman mente at sosial kapital er et viktig supplement til økonomisk og kulturell kapital fordi den kan fremme læring og sosial mobilitet. (Fosse, 2022). Vi ville bruke teorien til James Coleman fordi den forklarer hvordan sosiale relasjoner og nettverk kan påvirke elevenes skoleprestasjoner. Sosial aktivitet kan gi tilgang til støtte, informasjon og samarbeid som kan styrke læring, men kan også ta tid fra skolearbeid dersom den blir for omfattende. Teorien hjelper oss derfor å forstå hvordan mengden og kvaliteten på elevenes sosiale nettverk kan ha betydning for karakterene deres.

3.4 George Herbert Mead – Symbolsk interaksjonisme

Symbolsk interaksjonisme er en sosiologisk retning som vektlegger hvordan mennesker skaper mening gjennom samhandling. Teorien bygger på ideene til George Herbert Mead, som mente at vi utvikler oss som sosiale vesener ved å bruke symboler som språk og kroppsspråk i kommunikasjon. Mead beskrev tre faser i barns utvikling, imitasjon, lek og spill, der de gradvis lærer å ta andres perspektiv og forstå samfunnets forventninger. Slik utvikles selvbildet og identiteten gjennom samspill med andre. Retningen har et mikroperspektiv og fokuserer på hvordan hverdagslige handlinger og tolkninger er med på å skape sosial virkelighet. (Sundstrøm & Zakariassen, 2020) Vi bruker teorien til George Herbert Mead fordi den forklarer hvordan elevenes selvbilde og psykiske helse formes gjennom samhandling med andre. Elevenes opplevelse av mestring, press og tilbakemeldinger fra lærere, venner og familie kan påvirke hvordan de ser på seg selv og hvor slitne eller stresset de føler seg. Teorien hjelper oss derfor å forstå sammenhengen mellom karakterer, selvfølelse og psykisk helse på individnivå.

4.0 Metode

Begrepet *metode* har sitt opphav i det greske ordet *methodos*, som kan oversettes til «å følge en bestemt vei mot et mål» (Tranøy, 2025). Metoden kan dermed forstås som den systematiske framgangsmåten som benyttes for å samle inn kunnskap.

Vi har brukt både kvantitativ spørreundersøkelse og kvalitative intervjuer i oppgaven vår, for å styrke datagrunnlaget og forskningsresultatenes troverdighet. Bruken av kvantitative og kvalitative metoder i kombinasjon kalles metodetriangulering, og innebærer at ulike tilnærminger brukes for å belyse samme problemstilling fra flere sider (Grønmo, 2025).

Metodetriangulering bidrar til å forbedre både gyldigheten og påliteligheten i forskningsfunn ved å utnytte styrkene i hver metode og redusere svakheter som kan oppstå ved bruk av én enkelt metode (Grønmo, 2021).

Vi intervjuet totalt 5 kandidater, men et av intervjuene kunne vi ikke bruke i oppgaven vår. Den enkelte informanten svarte lite utfyllende og ga forvirrende svar. Derfor valgte vi å forkaste dette intervjuet.

I arbeidet med rapporten har vi også benyttet kunstig intelligens som et støtteverktøy for å forbedre språk, grammatiske strukturer og setningsformuleringer. Det er likevel viktig å få frem at det endelige innholdet er vurdert og besluttet av oss som forskere. Dette bidrar til å tydeliggjøre hvordan teknologien kan støtte, men ikke erstatte, faglig vurdering i forskningsarbeidet.

4.1 Kvantitativ metode

I kvantitative metoder benyttes målbare data og statistiske analyser. (Lysio Research, 2023). I kvantitative undersøkelser presenteres informasjon ofte i form av tall, noe som gjør det mulig å analysere data ved hjelp av matematikk og statistikk. Metoden forutsetter innsamling av data fra mange respondenter, ofte gjennom spørreundersøkelser eller registerdata. Informasjonen man får er gjerne mindre detaljert, men gir til gjengjeld et stort datagrunnlag som kan analyseres statistisk. Kvantitative metoder brukes ofte for å undersøke utbredelsen til et fenomen, og et stort antall respondenter bidrar til økt troverdighet i resultatene (Erdal & Granlund. 2021. s. 54). Med et respondent antall på 356 personer, gir dette høy reliabilitet. Reliabilitet kan beskrives som hvor stabile og pålitelige målinger eller undersøkelser er (Svartdal, 2025). Et annet sentralt begrep er validitet. Validitet er et mål på hvor relevante dataene er for å belyse problemstillingen i en vitenskapelig undersøkelse (Grønmo, Dahlum & Svartdal, 2025). Vi har sørget for høy validitet ved å spørre spørsmål som dekker og besvarer hypotesene våre. Dette vil vi komme nærmere inn på i drøftningskapittelet.

Vi sendte ut undersøkelsen vår på våre sosiale plattformer, der Snapchat gav tydelig flest respondenter. Denne formen for kvantitativ metode kalles snøballmetoden (Grønmo, 2024). Metoden går ut på at vi bruker vårt sosiale nettverk. Deretter vil dette føre til at spørreundersøkelsen blir delt videre, slik at vi får et bredere antall, samt en mer mangfoldig gruppe respondenter. I tillegg til dette, hang vi opp ark med QR-kode til undersøkelsen vår rundt om på skolen. Vi var også i direkte kontakt med elevene på KKG, der vi spurte dem

liketil om å bidra til vår forskning. Undersøkelsen ble laget i google forms og bestod totalt av 16 spørsmål. I undersøkelsen ble elevene delt inn i kategorier basert på karaktersnittet deres: under 3, mellom 3 og 4, mellom 4 og 5 og mellom 5 og 6. Respondentene har besvart de samme spørsmålene, uavhengig av hvilken kategori de befinner seg i på karakterskalaen.

4.2 Kvalitativ metode

I motsetning til vår kvantitative spørreundersøkelse, som effektivt behandlet store mengder informasjon om mange mennesker, ønsket vi å kombinere denne metoden med kvalitativ metode. Kvalitativ metode gir dybdekunnskap fremfor statistikk og tallbasert data (Grønmo, 2025). Kvalitative intervjuer er den mest brukte formen for slik forskning, og lar informantene dele egne erfaringer mer detaljert, sammenliknet med en kvantitativ undersøkelse (Erdal & Granlund. 2021. s. 43). Metoder som dette kommer tett på individene og gir mange opplysninger om få enheter.

Vi valgte å gjennomføre kvalitative intervjuer med fire ungdommer fra KKG. En informant med et karaktersnitt på under 4, en mellom 4 og 5, og to personer med karaktersnitt over 5.

I forkant av intervjuene fikk de fire kandidatene våre en liste med syv spørsmål (se vedlegg 2). Hensikten var at de fikk muligheten til å forberede seg og reflektere rundt følgende spørsmål.

Ytterligere hadde vi forberedt en rekke oppfølgingsspørsmål til disposisjon. Denne måten å strukturere et intervju på kalles semistrukturert intervju. I semistrukturerte intervjuer er samtalen delvis styrt av forskeren, samtidig som spørsmålene gir informanten rom til å bidra med opplysninger og perspektiver forskeren ikke på forhånd har forutsett. (Erdal & Granlund. 2021. s. 43)

Informantene fikk også oppgitt at deres deltakelse var anonym. Som forskere måtte vi ta hensyn til personopplysningsloven samt GDPR. Dette inkluderer lover og regler som skal beskytte personopplysninger og gi enkeltpersoner kontroll over hvordan deres data samles inn, brukes og lagres (Personopplysningsloven, 2018). Kandidatene fikk tildelt et samtykkeskjema, der formålet med intervjuet, navnet på involverte elever og rettighetene deres ble spesifisert (se vedlegg 3). I tillegg samtykket de til at vi kunne ta opp samtalen. Under selve intervjuet stilte vi åpne oppfølgingsspørsmål som supplerte til de syv forberedte spørsmålene.

Metoden vi har brukt for å velge ut informantene i de kvalitative intervjuene kalles «utvalg med seleksjon». Metoden innebærer at informantene er valgt ut bevisst på bakgrunn av erfaringer eller egenskaper som er relevante for problemstillingen. Siden vi brukte semistrukturerte intervjuer og selv valgte ut informantene, kan både utvalget og vår rolle som intervjuer påvirket svarene. Målet er å få grundige og passende svar, ikke å gi et representativt bilde av hele befolkningen. (Grønmo, 2024). I vårt tilfelle gjelder dette karaktersnittet. Vi løste dette ved å kontakte diverse grupper for å finne personer med karaktersnitt i de ulike kategoriene.

4.3 Feilkilder

Vi opplever at majoriteten av svarene våre stemmer, men vi anerkjenner at det har oppstått noen feilkilder underveis. I den kvantitative spørreundersøkelsen tar vi høyde for at noen respondenter kan ha svart flere ganger, samtidig som enkelte svar bør anses som usanne og useriøse. Dette kan føre til at statistikken blir noe unøyaktig, og reliabiliteten svekkes.

Som tidligere nevnt er en potensiell svakhet ved den kvalitative delen av oppgaven, fraværet av informanter med karaktersnitt under 3. Dermed har vi kun kvantitative data på dette området, og mangler en dybdeforståelse for individene med et karaktersnitt under 3. Totalt intervjuet vi fire personer, dette var på bakgrunn av lite tid til å gjennomføre intervjuene.

Vi intervjuet kun kandidater fra studiespesialisering ved KKG, en linje med et førsteinntak på 4,2 i karaktersnitt. Vi opplevde det som vanskelig å konfrontere elever med lavere snitt, på bakgrunn av at elever med lavere snitt ofte snakker mindre om sine karakterer.

I metodekapittelet nevnte vi at på forhånd delte vi ut spørsmål til intervju-kandidatene som de kunne forberede seg på. Dette kan potensielt føre til at svarene deres kan ha blitt endret ved forberedelse, og at svarene ikke er helt troverdige.

I den kvantitative spørreundersøkelsen ble det skrevet et par små feil. Blant annet at den ene avskryssningen fikk navnet “alternativ 1”, der det egentlig skulle stått “1 - 3 ganger i uken” på spørsmålet som skulle indikere hvor ofte respondenten var sosial i løpet av uken. Dette hadde lite innvirkning på det helhetlige resultatet vårt.

5.0 Analyse

Den generelle undersøkelsen består av 365 svar. Av disse er 151 gutter, 196 jenter og 9 som oppgir annet kjønn. Flesteparten går på vg2 (209), mens 77 går i vg1 og 70 på vg3. Når det gjelder utdanningsprogram, går flertallet på studiespesialisering (194), etterfulgt av idrettsfag (65), salg og service (27), IB (15), helse- og oppvekstfag (16) og annet (39). De fleste har et karaktersnitt mellom 4 og 5 (166 elever), deretter mellom 5 og 6 (101), mellom 3 og 4 (50), og 10 elever har under 3 i snitt.

Vi gjennomførte også 4 intervjuer. På grunn av personvern har vi gitt de 4 informantene fiktive navn. “Emil” har et snitt på 5,9 og svært faste rutiner. Han driver med idrett på toppnivå og planlegger skolearbeid lenge i forkant. Han kommer fra en akademisk familie og opplever mest press fra seg selv. “Sara” har 3,8 i snitt og går vg1 studie. Hun har dysleksi og jobber for å bli mer strukturert. Hun opplever mye støtte hjemmefra og blir lett demotivert av dårlige karakterer. “Lucas” har 4 i snitt og går vg1 studie. Han prioriterer fotball høyt, og legger derfor bort skolen fremfor fritid. Han planlegger lite og øver ofte rett før prøven. “Anna” har 5,2 i snitt og går vg2 studie. Hun planlegger skolearbeid omtrent en uke i forveien, og kombinerer skole med jobb godt. Hun opplever mest press fra seg selv knyttet til karakterer og fremtidige studier.

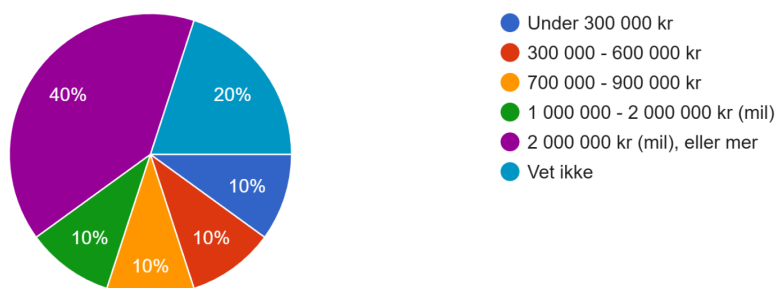
5.1 Analyse av hypotese 1

- I. *Elever med høyere karaktersnitt kommer oftere fra husholdninger med høyere samlet inntekt enn elever med lavere karaktersnitt.*

Karaktersnitt under 3:

Omtrent hvor mye tjener foreldrene dine til sammen i løpet av et år?

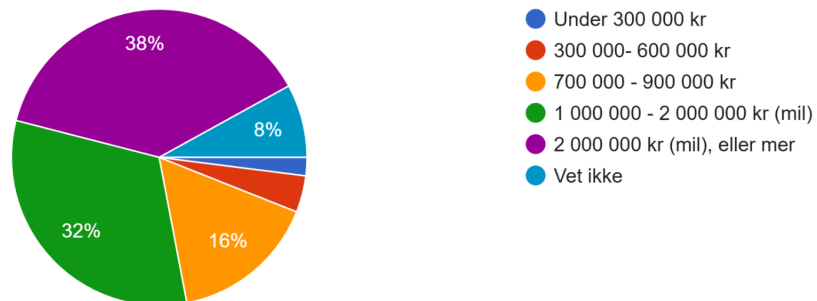
10 svar



Karaktersnitt mellom 3-4:

Omtrent hvor mye tjener foreldrene dine til sammen i løpet av et år?

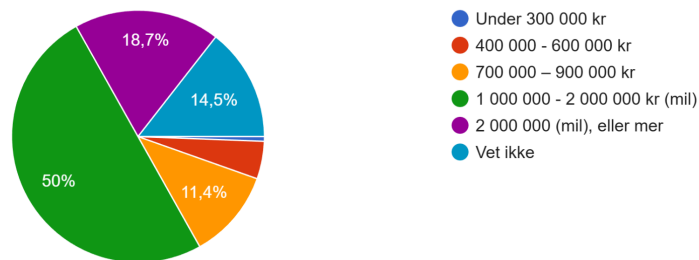
50 svar



Karaktersnitt mellom 4-5:

Omtrent hvor mye tjener foreldrene dine til sammen i løpet av et år?

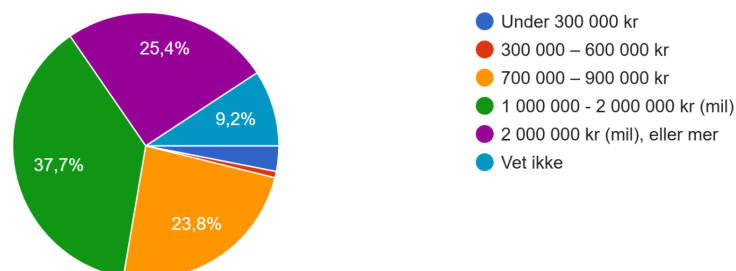
166 svar



Karaktersnitt over 5:

Omtrent hvor mye tjener foreldrene dine til sammen i løpet av et år?

130 svar



Samlet tabell:

Omtrent hvor mye tjener foreldrene dine til sammen i løpet av et år?	Karaktersnitt under 3	Karaktersnitt mellom 3-4	Karaktersnitt mellom 4-5	Karaktersnitt mellom 5-6
Under 300 000 kr	10%	2%	0,6%	3,1%
300 000 - 600 000 kr	10%	4%	4,8%	0,8%
700 000 - 900 000 kr	10%	16%	11,4%	23,8%
1 000 000 - 2 000 000 kr	10%	32%	50%	37,7%
2 000 000 kr (mil) eller mer	40%	38%	18,7%	25,4%
Vet ikke	20%	8%	14,5%	9,2%

I vår første hypotese antok vi at elever med et høyere karaktersnitt kommer oftere fra husholdninger med en høyere samlet inntekt enn elever med lavere karaktersnitt. Denne hypotesen er relevant for vår problemstilling og diagrammene viser en viss sammenheng mellom foreldrenes inntekt og elevens karakterer. Av våre 356 respondenter er det kun 10 respondenter med et karaktersnitt under 3. Derfor tar vi i betraktning at det er langt færre respondenter i denne gruppen sammenlignet med antall respondenter med høyere karaktersnitt. Dette kan være misvisende med tanke på at det kan påvirke vårt resultat. Derimot er det også viktig å se resultatene i lys av at det kreves et relativt høyt karaktersnitt for å komme inn på KKG. Dette vil bidra til at respondentene hovedsakelig tilhører middels til høyt karaktersnitt, dette kan igjen påvirke fordelingen i undersøkelsen.

Resultatene viser at blant respondentene med over 5 i karaktersnitt, oppgir 63,1 % at foreldrene har en samlet inntekt på over 1 million kroner. Av disse 63,1% er det 25,4% som svarer at foreldrene har en samlet inntekt på over 2 millioner. Dette indikerer at en stor andel av elevene med høyt karaktersnitt kommer fra husholdninger med relativt høy inntekt. Sammenligner vi disse resultatene med respondentene med under 3 i karaktersnitt, kan vi se at 50% svarer at foreldrene har en samlet inntekt på over 1 million. Av disse 50%, oppgir 40% en samlet inntekt på over 2 millioner kroner, altså en noe mindre andel i denne gruppen.

De kvalitative intervjuene er nyttige for å få en bred forståelse av hypotesen vår. Vår første informant ved det fiktive navnet Emil har et høyt karaktersnitt på 5,9. Emil presiserer at han kommer fra en familie med høy utdanning. Han legger til at det har vært en naturlig del av oppveksten hans at utdanning er viktig, samt at foreldrene har en stilling som krever lang utdanning, og inkluderer en høy inntekt. Emil understreker også at han ikke opplever press hjemmefra knyttet til skolearbeid, men heller støtte og hjelp. Emil har også bodd i et annet land tidligere som kan tyde på gode økonomiske ressurser. Dette kan være med på å støtte under vår hypotese. På den andre siden så har vi en annen informant ved navn Lucas. Han har et karaktersnitt på rundt 4, som er mer gjennomsnittlig. Lucas sine foreldre har yrker som arkivleder og lærer/kunstner. Disse yrkene har vanligvis en stabil inntekt, men ikke nødvendigvis svært høyt som tyder på at han kommer fra en familie med middels inntekt. Samtidig presiserer Lucas at han ikke prioriterer skolearbeid like høyt, samt at han ofte øver rett før prøver eller velger bort skole til fordel for fritidsaktiviteter. Dette viser at selv om Lucas kommer fra en familie med stabile inntekter, kan prioritering og innsats av skolen være med på å påvirke karakterene. Dette intervjuet kan derfor være med på å støtte hypotesen delvis, ved at han ikke har et like høyt snitt som Emil fra en mer ressurssterk bakgrunn. Totalt sett viser også dette at andre faktorer enn inntekt også spiller en rolle.

Dette kan forklares gjennom teorien om kapital som er utviklet av Pierre Bourdieu. Bourdieu mente at samfunnet er preget av konkurranse om ressurser som han kaller for kapital. Vi skiller mellom økonomisk kapital, kulturell kapital og sosial kapital. Hvor økonomisk kapital handler om penger og ressurser som inntekt og eiendom. I vår undersøkelse er det mange med et høyt karaktersnitt, som Emil med en familie med høy inntekt. Dette tyder på at økonomisk kapital kan gi bedre forutsetninger for å kunne lykkes i skolen. Gjerne gjennom tilgang til ressurser, stabilitet og støtte.

Videre består kulturell kapital av utdanning, kunnskap, språk og holdninger som verdsettes i skolesystemet. Som sagt forteller Emil at foreldrene har høy utdanning hvor han tilføyer at utdanningen har vært en naturlig del av oppveksten. Dette tyder på at Emil har høy kulturell kapital som kan gjøre det enklere å oppnå gode karakterer fordi skolen ofte verdsetter slike holdninger. På den andre siden handler derimot sosial kapital om nettverk og relasjoner som kan være med på å gi støtte og muligheter. Foreldre med høy utdanning og gode yrker kan ofte gi bedre veiledning til barna sine, som kan bidra positivt på skolepresentasjoner. På en annen måte viser også intervjuet med Lucas at selv om han kommer fra en familie med relativt stabil inntekt, prioriterer han ikke skolearbeid like høyt. Dette kan vi forklare gjennom begrepet habitus. Habitus beskriver de vanene og holdningene vi utvikler gjennom

oppveksten. Ifølge Bourdieu formes habitus av familiens ressurser og verdier, og dette påvirker igjen hvordan elevene ser på utdanning og hvor mye innsats de legger i skolearbeid. (Aanesen, 2021). Våre resultater kan derfor tyde på at elever med høy økonomisk, kulturell og sosial kapital har bedre forutsetninger for å oppnå gode karakterer. Samtidig viser også funnene at sammenhengen ikke er entydig, noe som tyder på at individuelle faktorer også spiller en rolle.

Samlet sett viser diagrammene fra undersøkelsen at over 50 % av elevene med karaktersnitt mellom 3–5 har foreldre som tjener over én million kroner, noe som kan tyde på en positiv sammenheng mellom foreldreinntekt og karakterer. Samtidig finnes det også elever med lavere snitt og høy foreldreinntekt. Hypotesen kan derfor delvis støttes, men det lave antallet respondenter med snitt under 3 gjør det vanskelig å trekke sikre konklusjoner. Datagrunnlaget er ikke sterkt nok til å fastslå en tydelig korrelasjon.

5.2 Analyse av hypotese 2

II. Elever med høyere karaktersnitt er mer i fysisk aktivitet og har mer regulert skjermbruk enn elever med lavere karaktersnitt.

Krysstabell 1:

Hvor mye tid bruker du på skjerm i løpet av en dag?	Karaktersnitt under 3	Karaktersnitt mellom 3 - 4	Karaktersnitt mellom 4 - 5	Karaktersnitt mellom 5 - 6
2 timer eller mindre	10%	6%	6%	8.5%
3 - 4 timer	0%	30%	49.4%	47.7%
5 - 7 timer	30%	62%	39.8%	38.5%
8 timer eller mer	60%	2%	4.8%	5.4%

Krysstabell 2:

Bruker du mye tid på trening i løpet av uka?	Karaktersnitt under 3	Karaktersnitt mellom 3 - 4	Karaktersnitt mellom 4 - 5	Karaktersnitt mellom 5 - 6
Jeg trener 5 eller flere ganger i uke	30%	34%	38%	8.5%
Jeg trener 2 - 4 ganger i uka	40%	48%	47%	47.7%
Jeg trener 1 gang eller mindre i uka	30%	18%	15.1%	38.5%

Vår andre hypotese er at elever med høyt karaktersnitt er mer i fysisk aktivitet og har mer regulert skjermbruk enn elever med lavere karaktersnitt. For å undersøke dette har vi krysstabulert ulike spørsmål fra spørreundersøkelsen. Vi har valgt å krysse spørsmålet: "Hva er gjennomsnittskaracteren din til jul?", med spørsmålene "Hvor mye tid bruker du på skjerm i løpet av en dag? (utenom skolearbeid)" og "Bruker du mye tid på trening i løpet av en uke?". Det er viktig å merke seg at det kun er 10 respondenter med karaktersnitt under 3, noe som gjør at prosentene i denne gruppen er mer usikre.

I krysstabell 1, som viser sammenhengen mellom karaktersnitt og skjermtid, ser vi en tydelig tendens. Blant elever med karaktersnitt under 3 oppgir hele 60% at de bruker 8 timer eller mer på skjer daglig, mens kun 5,4% av elevene med karaktersnitt mellom 5-6 rapporterer det samme. Vi ser at elever med høyere karaktersnitt i større grad ligger på 3-4 timer eller 5-7 timer daglig. 47,7% av elevene med karaktersnitt 5-6 svarer at de bruker 3-5 timer på skjerm, og 38,5% bruker 5-7 timer. Resultatene viser dermed at skjermtiden blant elever med lavt karaktersnitt er svært høy sammenliknet med elever med høyt.

Dette kan forstås i sammenheng med Anthony Giddens sin teori om struktur og handling. Sosiale medier fungerer som en struktur som påvirker ungdommenes hverdag og tidsbruk, men elevene har samtidig handlingsrom til å regulere egen skjermbruk. Den høye skjermtiden blant elevene med lavt karaktersnitt kan derfor forstås som et samspill mellom samfunnets digitale strukturer og valgene til individet. Elever med høyere karaktersnitt kan i

større grad sies å regulere egen tidsbruk, noe som kan bidra til bedre konsentrasjon og skoleprestasjon.

I krysstabell 2, som viser forholdet mellom karaktersnitt og trening, er sammenhengen mindre tydelig. Elever med karaktersnitt mellom 4.0 og 5.0 har den høyeste andelen som trener 5 eller flere ganger i uka (38%). Derimot ser vi at blant elever med karaktersnitt 5-6 er det kun 8,5% som trener 5 ganger eller mer. Blant elevene med 5.0-6.0 i karaktersnitt trener 38,5% en gang eller mindre i uka. Dette kan tyde på at de som er aller flinkest på skolen, ikke nødvendigvis prioriterer trening like høyt som vi forventet. Samtidig trener nesten halvparten, 47,7%, av elevene med karaktersnitt 5.0-6.0 i snitt 2-4 ganger i uka, noe som fortsatt er relativt aktivt. Hypotesen får derfor delvis støtte når det gjelder fysisk aktivitet, men er ikke like tydelig.

De kvalitative intervjuene våre hjelper oss å bevise hypotesen om at elever med høyt karaktersnitt fungerer godt på flere områder. En sammenligning mellom Emil og Sara viser tydelige forskjeller i struktur i hverdagen. Emil beskriver “knallfaste rutiner”, med fast døgnrytme, planlegging i god tid før prøver og trening på høyt nivå. Han synes det er viktig å ha god restitusjon, samt følge aktivt med i timene, og han opplever at strukturen gir han kontroll i både skole og idrett. Selv om han til tider føler på prestasjonspress, håndterer han dette godt gjennom planlegging og disiplin. Sara forteller derimot at brudd på rutiner gjør henne mer ukonsentrert og demotivert, og gjør at hun lettere vil gi opp dersom hun føler hun ikke har øvd nok. Hun beskriver også at hun blir påvirket dersom hun ikke oppnår ønsket karakter. Selv om hun trener noe, er dette nylig påbegynt. Samlet viser intervjuene at elever med høyt karaktersnitt i større grad har utviklet rutiner og strategier som fremmer både faglig mestring og fysisk aktivitet. Samtidig viser intervjuene at også elever med høyt snitt kan oppleve press, noe som utfordrer, men ikke nødvendigvis svekker, hypotesen vår.

Hypotesen vår får støtte både fra de kvantitative og kvalitative funnene. Elever med høyt karaktersnitt rapporterer i gjennomsnitt mindre skjermbruk, og intervjuene viser at de ofte har struktur og gode rutiner i hverdagen. Resultatene viser altså at elever med høyt snitt i større grad er mer fysisk aktive og har et mer regulert skjermbruk, slik hypotesen vår tilsier.

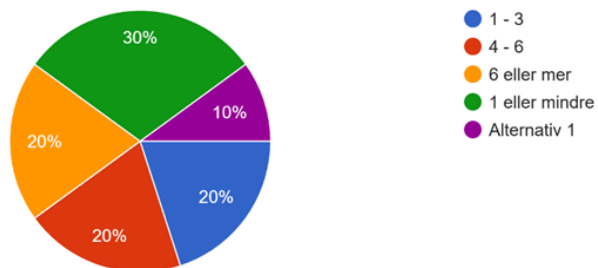
5.3 Analyse av hypotese 3

- I. *Elever med høyt karaktersnitt deltar i mindre grad i sosiale aktiviteter enn andre elever.*

Snitt under 3.0:

Hvor mange ganger er du sosial med venner, utenom skoletid, i løpet av uka?

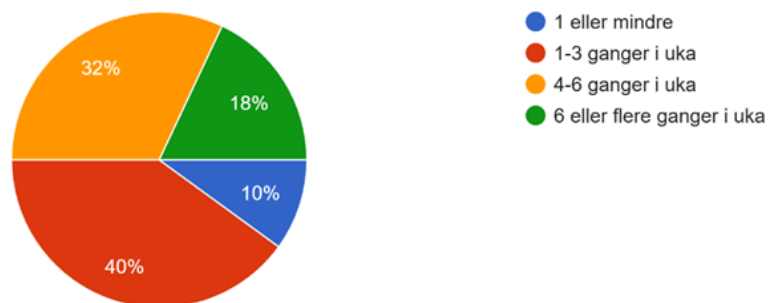
10 svar



Snitt mellom 3.0 og 4.0:

Hvor mange ganger er du sosial med venner, utenom skoletid, i løpet av uka?

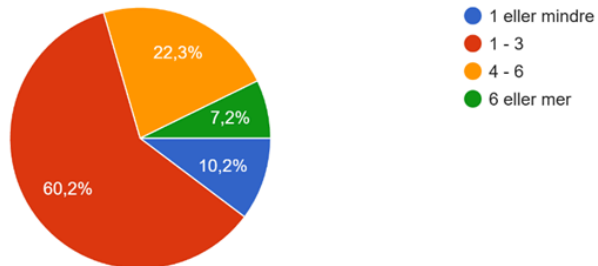
50 svar



Snitt mellom 4.0 og 5.0:

Hvor mange ganger er du sosial med venner, utenom skoletid, i løpet av uka?

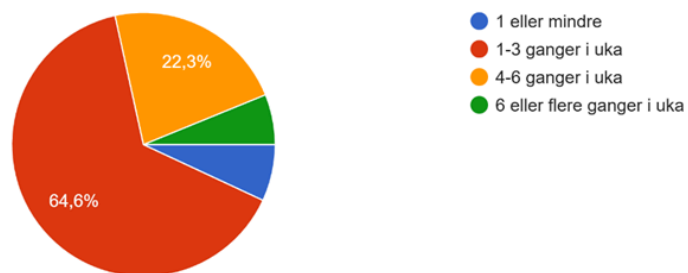
166 svar



Snitt mellom 5.0 og 6.0:

Hvor mange ganger er du sosial med venner, utenom skoletid, i løpet av uka?

130 svar



Samlet tabell:

Karaktersnitt/sosial med venner	1 eller mindre ganger i uka	1-3 ganger i uka	4-6 ganger i uka	6 eller flere ganger i uka
Snitt under 3.0	30%	20%	20%	20%
Snitt mellom 3.0 og 4.0	10%	40%	32%	18%
Snitt mellom 4.0 og 5.0	10,2%	60,2%	22,3%	7,2%

Snitt mellom 5.0 og 6.0	6,9%	64,6%	22,3%	6,2%
-------------------------	------	-------	-------	------

For å undersøke denne hypotesen måtte vi analysere karaktersnittet opp imot antall ganger respondentene er sosiale i løpet av uken. Som tidligere nevnt har vi delt opp undersøkelsen vår i fire kategorier, etter karaktersnitt. Vi kunne dermed undersøke diagrammene for hver enkelt del, og sammenlikne prosentandelene. Det må også her nevnes at vi har et betraktelig større antall respondenter på karaktersnittene mellom 4.0 og 6.0, enn karaktersnittene fra 4.0 og nedover. Siden gruppene med lavere karaktersnitt har færre respondenter, bør resultatene tolkes med varsomhet, da små utvalg kan gi større prosentvise utslag.

Elevenes grad av sosial aktivitet ser ut til å ha betydning for både skoleprestasjoner og trivsel. Dette kan forstås gjennom James S. Coleman sin teori om sosial kapital, som viser hvordan sosiale nettverk gir tilgang til ressurser som informasjon, støtte og normer som kan styrke elevers læring og utvikling (Fontene.no, 2010). Moderat sosial aktivitet kan dermed gi tilgang til sosial kapital som støtter elevenes utvikling uten at det går ut over skolearbeidet. I tillegg kan Anthony Giddens' begrep om struktur og handling brukes for å forstå hvordan elevene selv aktivt velger å balansere skole og sosial aktivitet. Teorien går ut på at individets handlinger både formes av de sosiale strukturene de selv inngår i, samt at de også former strukturene. (Nielsen, 2025). Noen elever bruker sosiale aktiviteter strategisk for å opprettholde støtte og nettverk, mens andre kan bli mer preget av sosialt press som konkurrerer med skolearbeid. Samspillet mellom sosial kapital og individuell handling gjør at sosial aktivitet både kan styrke og utfordre elevenes skoleprestasjoner.

Prosentandelene i de ulike gruppene er samlet i en tabell ovenfor, slik at man samlet kan sammenlikne tallene. Vår første observasjon er at kategorien «6 eller flere ganger i uka», som refererer til antall ganger respondentene pleier å være sosiale i løpet av en uke, er kategorien som viser størst kontrast mellom gruppene. Av kandidatene med et karaktersnitt under 3.0 har 20% svart at de er sosiale 6 eller flere ganger i løpet av uka. Av gruppen med karaktersnitt mellom 3.0 og 4.0, har 18% oppgitt samme svaralternativ. Sammenliknet med kandidater med karaktersnitt mellom 4.0 og 5.0, der 7,2% har krysset av på 6 eller flere ganger i uka, og respondenter med et karaktersnitt mellom 5.0 og 6.0, der kun 6,2% av dem har valgt dette alternativet. Prosentandelene indikerer at i gruppen med et snitt mellom 3.0 og 4.0 er omtrent tre ganger så mange elever sosiale 6 eller flere ganger i løpet av uken, i forhold til gruppen med snitt mellom 5.0 og 6.0.

Det er viktig å spesifisere at det er en systematisk nedgang i andelen elever som er sosiale *6 eller flere ganger i uka* jo høyere karaktersnittet er. Dette tyder på en mulig negativ sammenheng mellom svært hyppig sosial aktivitet og høyt karaktersnitt. En mulig forklaring kan være at svært hyppig sosial aktivitet konkurrerer med tid til skolearbeid, men undersøkelsen gir ikke grunnlag for å fastslå årsakssammenhenger. Disse funnene er med på å forsvare vår hypotese.

I motsetning til kategorien «6 eller flere ganger i uka», viser kategorien «4-6 ganger i uka» nokså jevne resultater blant alle de ulike elevgruppene. Det er en relativt stor prosentandel som besvarer i denne kategorien, der alle karaktersnittene representerer en andel på over 20% i svaralternativet «4-6 ganger i uka». At alle grupper ligger rundt 20–32 % i denne kategorien kan tyde på at relativt høy sosial aktivitet ikke nødvendigvis er negativt for skoleprestasjoner. Ovennevnte resultater er dermed med på å svekke vår hypotese.

Det kommer også tydelig frem at normalen blant elever med karaktersnitt mellom 4.0 og 6.0 er å være sosial med venner 1-3 ganger i uken. Dette kan indikere at elever med høyere skoleprestasjoner har en mer stabil og strukturert balanse mellom skole og sosialt liv. Dette er en interessant observasjon fordi det handler om struktur i hverdagen, ikke bare mengde sosial aktivitet. Dette samsvarer også med at i kategoriene under snitt 4.0, er resultatene mer jevne, og da spesielt i gruppa med karaktersnitt under 3.0.

Kvalitative intervjuer gir mer innsikt i hvordan elevene selv opplever sammenhengen mellom sosial aktivitet og skoleprestasjoner. Emil forteller at mye sosial aktivitet går utover tiden til skolearbeid, noe som kan føre til lavere karakterer. Sara legger vekt på at gode rutiner og struktur gjør det mulig å ha et aktivt sosialt liv uten at karakterene påvirkes negativt. Lucas sier at moderat sosial aktivitet kombinert med bevisst planlegging fungerer best. Til sammen viser intervjuene at elever med høyere karakterer ofte må prioritere skolearbeid og planlegge tiden sin, noe som kan forklare hvorfor de deltar mindre i sosiale aktiviteter. Samtidig må det påpekes at intervjuene bare bygger på noen få personer, og derfor er eksemplene mer illustrerende enn noe man kan generalisere fra.

Resultatene fra intervjuene støtter også Coleman's og Giddens teorier. Emil forteller at mye sosial aktivitet går utover tiden til skolearbeid, mens Sara og Lucas fremhever at gode rutiner og struktur gjør det mulig å kombinere sosialt liv med skolearbeid. Dette samsvarer med Colemans teori om sosial kapital, der elever kan bruke sine sosiale nettverk til å hente støtte og informasjon, samt med Giddens' perspektiv på hvordan elever bevisst handler innenfor sosiale strukturer. Teoriene bidrar dermed til å forklare hvorfor elever med høyere

karakterer ofte prioriterer skolearbeid og planlegger sin sosiale aktivitet, og hvorfor moderat sosial aktivitet kan være mer fordelaktig for både trivsel og skoleprestasjoner.

Samlet sett peker resultatene på at moderat sosial aktivitet er mest vanlig blant elever med høyt karaktersnitt, mens svært hyppig sosial aktivitet forekommer oftere blant elever med lavere snitt.

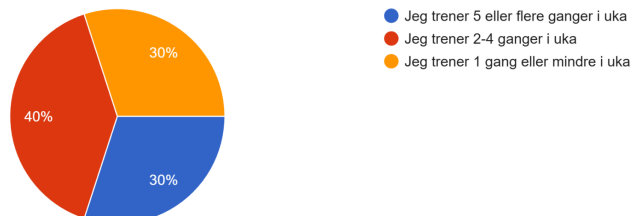
5.4 Analyse av hypotese 4

- I. *Elever med høyere karaktersnitt føler seg i gjennomsnitt mindre slitne og opplever bedre psykisk helse enn elever med lavere karaktersnitt.*

Hvor mye respondentene trener i løpet av en uke:

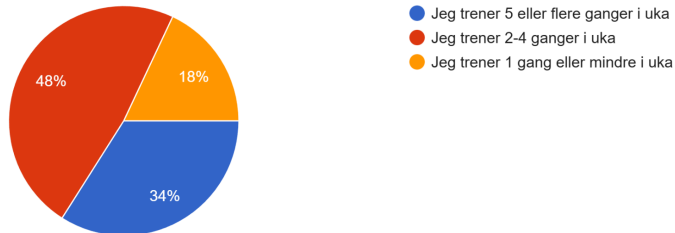
Karaktersnitt under 3:

Bruker du mye tid på trening i løpet av uka?
10 responses



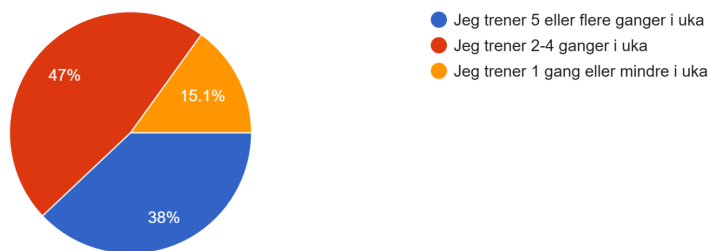
Karaktersnitt mellom 3 - 4:

Bruker du mye tid på trening i løpet av uka?
50 responses



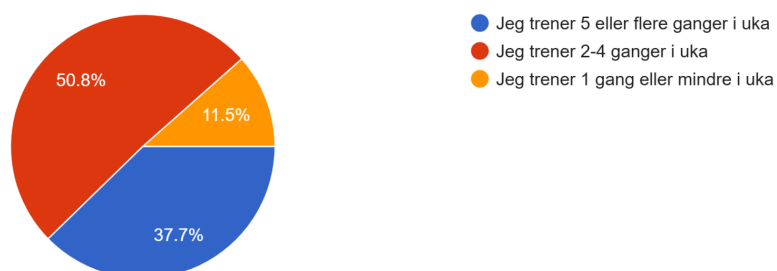
Karaktersnitt mellom 4 - 5:

Bruker du mye tid på trening i løpet av uka?
166 responses



Karakterensnitt over 5:

Bruker du mye tid på trening i løpet av uka?
130 responses

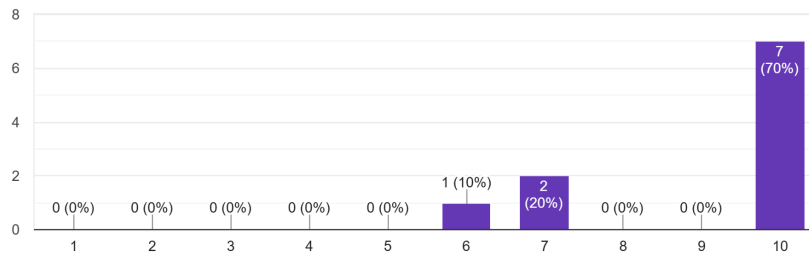


Hvor slitne respondentene føler seg på en skala fra 1 - 10

Karaktersnitt under 3

På en skala fra 1-10: Hvor sliten føler du deg? (1= svært lite sliten, 10=svært sliten)

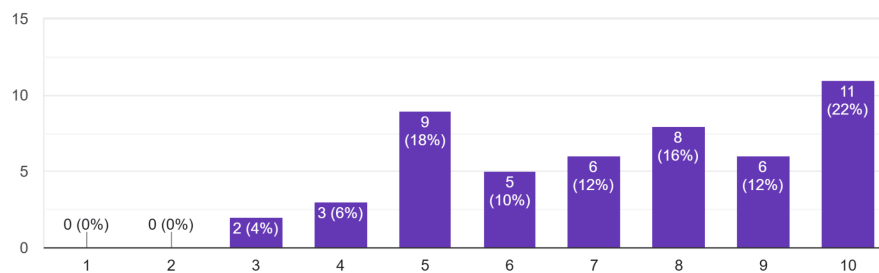
10 responses



Karaktersnitt mellom 3 - 4:

På en skala fra 1-10: Hvor sliten føler du deg? (1=svært lite sliten, 10=svært sliten)

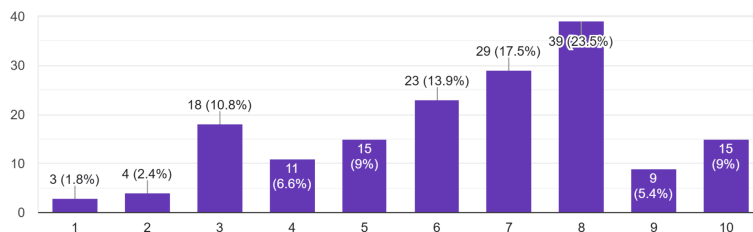
50 responses



Karaktersnitt mellom 4 - 5:

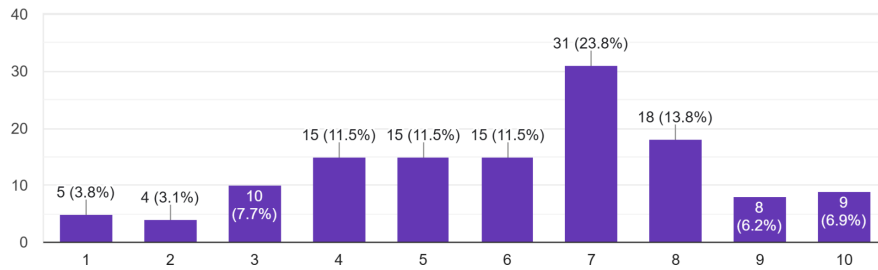
På en skala fra 1-10: Hvor sliten føler du deg? (1= svært lite sliten, 10=svært sliten)

166 responses



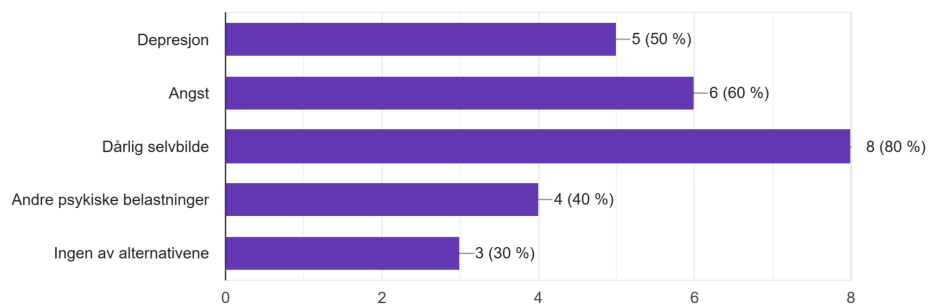
Karaktersnitt over 5:

På en skala fra 1-10: Hvor sliten føler du deg? (1= svært lite sliten, 10=svært sliten)
130 responses



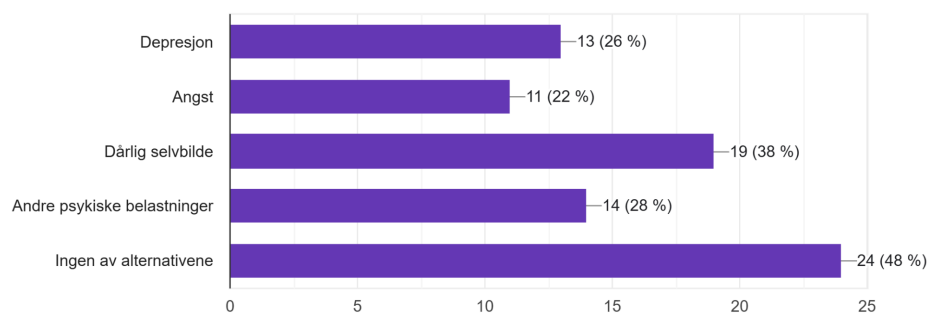
Karaktersnitt under 3:

Har du opplevd noe av dette i de siste 6 månedene?
10 svar



Karaternsnitt mellom 3 - 4:

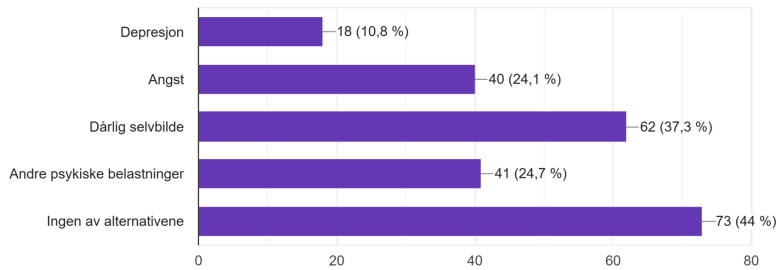
Har du opplevd noe av dette i løpet av de siste 6 månedene?
50 svar



Karaktersnitt mellom 4 - 5:

Har du opplevd noe av dette i de siste 6 månedene?

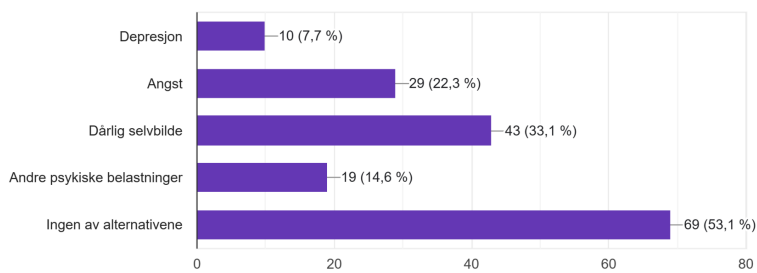
166 svar



Karaktersnitt over 5:

Har du opplevd noe av dette i løpet av de siste 6 månedene?

130 svar



Karakteresnitt/ slitenhet	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Snitt under 3.0	0%	0%	0%	0%	0%	10%	20%	0	0	70
Snitt mellom 3.0 og 4.0	0%	0%	4%	6%	18%	10%	12%	16%	12%	22%
Snitt mellom 4.0 og 5.0	1.8%	4.2%	10.8%	6.6%	9%	13.9%	17.5%	23.5%	5.4%	9%
Snitt mellom 5.0	3.8%	3.1%	7.7%	11.5%	11.5%	11.5%	23.8%	13.8%	6.2%	6.9%

og 6.0										
--------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Karaktersnitt/ Trening i løpet av uken	5 eller flere ganger i uken	4 - 2 ganger i uken	1 gang eller mindre i uken
Snitt under 3.0	30%	40%	30%
Snitt mellom 3.0 og 4.0	34%	48%	18%
Snitt mellom 4.0 og 5.0	38%	47%	15.1%
Snitt mellom 5.0 og 6.0	37.7%	50.8%	11.5%

Har du opplevd noe av dette i de siste 6 månedene?	Karaktersnitt under 3	Karaktersnitt mellom 3 - 4	Karaktersnitt mellom 4 - 5	Karaktersnitt mellom 5 - 6
Depresjon	50%	26%	10.8%	7.7%
Angst	60%	22%	24.1%	22.3%
Dårlig selvbilde	80%	38%	37.3%	33.1%
Andre psykiske belastninger	40%	28%	24.7%	14.6%
Ingen av alternativene	30%	48%	44%	53.1%

For å undersøke denne hypotesen valgte vi å analysere tre krysstabeller og diagrammer som viser hvor slitne respondentene føler seg i forhold til karaktersnitt, hvor mye respondentene trener i løpet av uken i forhold til karaktersnitt og om de har opplevd noen psykiske belastninger de siste 6 månedene. Dette gjorde vi for å se om det finnes en sammenheng mellom karaktersnitt, opplevd slitenhet, psykisk helse og treningsvaner.

Som tidligere nevnt har vi delt respondentene inn i fire kategorier etter karaktersnitt. Dette gjorde det mulig å sammenligne prosentfordelingene i hver gruppe.

Ser vi først på tabellen som viser hvor slitne respondentene føler seg, ser vi tydelige forskjeller mellom gruppene. I gruppen med karaktersnitt under 3,0 er hele 70 % plassert på nivå 10 på slitenhetsskalaen. Dette er en svært høy andel sammenlignet med de andre gruppene. I gruppen mellom 3,0 og 4,0 er også en stor andel plassert høyt på skalaen, blant annet 22 % på nivå 10 og flere respondenter fordelt på nivåene 7, 8 og 9.

Sammenligner vi dette med gruppene som har høyere karaktersnitt, ser vi et annet mønster. I gruppen med karaktersnitt mellom 4,0 og 5,0 er prosentandelene mer fordelt på midten av skalaen, spesielt på nivå 6, 7 og 8. Det samme gjelder gruppen med karaktersnitt mellom 5,0 og 6,0 hvor flest respondenter befinner seg rundt nivå 6 og 7, og langt færre på nivå 9 og 10 sammenlignet med gruppene med lavere snitt.

Dette tyder på en systematisk forskjell: jo høyere karaktersnitt, desto lavere opplevd slitenhet. Elever med lavere karaktersnitt rapporterer i større grad at de er svært slitne, mens elever med høyere karaktersnitt oftere plasserer seg i midten av skalaen.

Elever som rapporterer høy slitenhet kan forklares gjennom George Herbert Mead sitt perspektiv på identitet og selvbylde. Mead viser hvordan individets selvfølelse formes gjennom samhandling med andre, for eksempel med tilbakemeldinger fra lærere, venner og familie som bidrar til hvordan eleven opplever seg selv. Dersom en elev over tid opplever svake prestasjoner eller manglende mestring. Dette kan påvirke selvbildet negativt og bidra til økt stress og slitenhet.

Når vi ser dette i sammenheng med treningsvanene, blir funnene enda mer interessante. Tabellen som viser trening i løpet av uken viser at elever med høyere karaktersnitt trener oftere enn elever med lavere karaktersnitt. I gruppen med snitt mellom 5,0 og 6,0 trener hele 37,7 % fem eller flere ganger i uken, og over halvparten trener mellom 2 og 4 ganger i uken. Kun 11,5 % trener én gang eller mindre i uken.

Til sammenligning ser vi at gruppen med karaktersnitt under 3,0 har en langt høyere andel som trener lite. Her trener 30 % én gang eller mindre i uken, og kun 30 % trener fem eller flere ganger.

Dette kan indikere at trening kan være en medvirkende faktor til at elever med høyere karaktersnitt føler seg mindre slitne. Regelmessig fysisk aktivitet kan bidra til bedre energi,

bedre søvn og bedre struktur i hverdagen, noe som igjen kan påvirke både opplevd slitenhet og skoleprestasjoner.

I krysstabell 3, som handler om psykisk helse, ser vi en klar tendens. Andelen som rapporterer depresjon, angst og dårlig selvbilde er betydelig høyere blant elever med lavt karaktersnitt. 50 % av elevene med snitt under 3 rapporterer at de har opplevd depresjon de siste seks månedene, mens kun 7,7% av elevene med snitt 5-6 oppgir det samme. Når det gjelder dårlig selvbildet svarer 80% i gruppen under 3 bekreftende, mot 33,1% i gruppen med elever på karaktersnitt 5-6. Videre ser vi at 53,1% av elevene med snitt 5-6 svarer "ingen av alternativene", altså at de ikke har opplevd noen av de nevnte psykiske belastningene. Dette er den høyeste andelen av alle gruppene. Resultatene antyder derfor en tydelig sammenheng mellom karaktersnitt og bedre psykisk helse.

Funnene våre gir derfor støtte til hypotesen om at elever med høyere karaktersnitt i gjennomsnitt føler seg mindre slitne enn elever med lavere karaktersnitt. Samtidig kan resultatene tyde på at treningsvaner kan være en mulig forklaringsfaktor i denne sammenhengen. Det er likevel viktig å presisere at undersøkelsen ikke gir grunnlag for å fastslå årsakssammenhenger, kun sammenhenger mellom variablene.

Kvalitative intervjuer gir mer innsikt i hvordan elevene selv opplever sammenhengen mellom karaktersnitt, slitenhet og struktur i hverdagen. Emil, som har et høyt karaktersnitt, forteller at faste rutiner, god planlegging og nok søvn gjør at hverdagen føles kontrollert og håndterbar. Han opplever press, særlig i idrett, men beskriver ikke at han er veldig sliten i det daglige. Sara, som har lavere karaktersnitt, forteller at hun lettere blir demotivert og sliten når rutinene brytes, og at hun kan føle seg psykisk påvirket dersom innsatsen ikke gir ønsket resultat. Lucas beskriver også at han blir sliten av skolearbeid og ofte mangler motivasjon til å prioritere det, noe som kan påvirke både innsats og karakterer. Anna, som har et relativt høyt snitt, sier at hun kan bli stresset og at skolearbeid til tider påvirker søvnen, men hun opplever likevel at struktur og planlegging hjelper henne å håndtere belastningen.

Til sammen viser intervjuene at elever med høyere karaktersnitt ofte har mer struktur i hverdagen og bedre planlegging, noe som kan bidra til at de håndterer stress og slitenhet bedre. Elever med lavere karaktersnitt beskriver oftere demotivasjon, stress og opplevelse av å bli mer slitne når skolearbeidet hopper seg opp.

Samtidig må det påpekes at intervjuene bare bygger på noen få personer, og derfor er eksemplene mer illustrerende enn noe man kan generalisere fra.

Samlet sett peker resultatene på at elever med høyere karaktersnitt i gjennomsnitt ser ut til å håndtere slitenhet bedre gjennom struktur og rutiner, mens elever med lavere karaktersnitt oftere beskriver at de blir mer slitne og psykisk påvirket av skolearbeid.

6.0 Konklusjon

Undersøkelsen vår har hatt som mål å finne ut i hvilken grad sosioøkonomisk bakgrunn og psykososiale forhold påvirker karaktersnittet til videregående elever, og det har oppstått noen mulige korrelasjoner. Flere statistikker tyder på en sammenheng mellom karaktersnitt og foreldreinntekt. Våre kvantitative data viser at hele 50% av elever med 3.0 til 5.0 i snitt, har foreldre som tjener over en million i året. Denne gruppen representerer et gjennomsnittlig karaktersnitt ved KKG, og gir derfor ikke en tydelig bekreftelse på vår første hypotese. I motsetning viser våre kvalitative data en tydeligere korrelasjon. Emil har foreldre med høy utdanning og høy inntekt, og har selv et karaktersnitt på hele 5.9. Lucas støtter også hypotesen, med et karaktersnitt på 4.0 og foreldre med gjennomsnittlig inntekt.

I likhet er intervjuene også med på å støtte vår tredje hypotese der vi har undersøkt sosial aktivitet og karaktersnitt. Intervjuene indikerer at elever med høy sosioøkonomisk bakgrunn kan ha høyt karaktersnitt. Samtidig viser både kvalitative og kvantitative data at moderat sosial aktivitet er vanligst blant elever med karaktersnitt mellom 4.0 og 5.0, noe som kan tyde på en balanse mellom sosialt liv og skolearbeid.

Samtidig viser resten av våre kvalitative og kvantitative data at moderat sosial aktivitet er mest vanlig blant elever med karaktersnitt mellom 4.0 og 5.0, noe som tyder på at stabilitet og balanse mellom sosialt liv og skolearbeid er vanlig i denne gruppen. Resultatene viser også hvordan hyppig sosial aktivitet forekommer oftere blant elever med karaktersnitt under 3.0.

Strukturen kommer også frem i vår andre hypotese om skjermbruk og fysisk aktivitet.

På bakgrunn av våre kvantitative funn ser vi at økende karaktersnitt, gir avtakende gjennomsnittlig skjermtid. Når det kommer til fysisk aktivitet viser det seg at elever med et karaktersnitt mellom 4.0 og 5.0 prioriterer trening flere ganger i uka enn elever med 5.0-6.0 i snitt, selv om den øverste gruppen fortsatt kan sees på som relativt aktive der omtrent halvparten av dem trener 2-4 ganger i uka. Intervjuene tyder på at disse elevene i større grad har utviklet gode rutiner som fremmer både mestring og fysisk aktivitet.

Vi oppdaget også en systematisk forskjell der høyere karaktersnitt gir lavere opplevd slitenhet, som jo samstemmer med vår fjerde hypotese. Flere elever med lavt karaktersnitt rapporterer at de føler seg svært slitne, i forhold til elever med høyere karaktersnitt som oftere plasserer seg på midten av skalaen. En annen klar tendens er at andelen elever som krysser av på opplevelse av depresjon, angst og dårlig selvbilde er tydelig høyere blant elever med lavere karaktersnitt. Dette kan tyde på at lav fysisk aktivitet kan være en medvirkende faktor til dårligere psykisk helse og høyere grad av slitenhet.

Til sammen viser våre data hvordan struktur, planlegging og balanse hjelper elever med høyt karaktersnitt å fungere godt på flere områder. Dette viser seg å stemme godt når det kommer til skjermbruk, opplevd slitenhet og psykiske plager. Hypotese to og fire kan derfor beskrives som en mulig bekreftelse eller korrelasjon. Vår tredje hypotese som inkluderer sosial aktivitet og karaktersnitt kan også tyde på en korrelasjon, men vi oppdaget også her at planleggingen førte til at elever med høyt karaktersnitt hadde mer moderat sosial aktivitet, og ikke nødvendigvis tydelig lite sosial aktivitet. Når vi ser på resultatene fra hypotese én i helhet vil det større antallet i de kvantitative dataene vektlegges mest, og vi konkluderer dermed med at dataene viser ingen tydelig korrelasjon, men heller en mulig sammenheng som bør undersøkes videre.

7.0 Litteraturliste

Aanesen, K. H. (2021, 23. mai). *Bourdieu om kapitalformer og habitus*. NDLA.

<https://ndla.no/nb/r/sosiologi-og-sosialantropologi/bourdieu-om-kapitalformer-og-habitus/6f03f6b62b>

Bogen, S. E. (2024, 24. okt.). *Forskere mener "generasjon prestasjon" har blitt feilstemplet*. NRK.

https://www.nrk.no/rogaland/forsker-mener-_generasjon-prestasjon_-har-blitt-feilstemplet-1.16638533

Erdal, S. F. Granlund, L. (2021). *Fokus Sosiologi og Sosialantropologi*. Aschehoug.

Eriksen, N (2022). "Stadig færre unge deltar i organiserte fritidsaktiviteter".

<https://www.ungdata.no/stadig-faerre-unge-deltar-i-organiserte-fritidsaktiviteter/>

- Fontene forskning. (2010). *Sosial kapital blant marginaliserte*.
<https://fontene.no/forskning/sosial-kapital-blant-marginaliserte-6.584.865271.a27a5fb1f7>
- Fosse, E. (2022). *Sosial kapital*. *Store norske leksikon*. Hentet 26. februar 2026 fra
https://snl.no/sosial_kapital
- Grønmo, S. (2021). *Forskningsmetode – samfunnsvitenskap*. *Store norske leksikon*.
[https://snl.no/forskningsmetode - samfunnsvitenskap](https://snl.no/forskningsmetode_-_samfunnsvitenskap)
- Grønmo, S. (2024). *Utvalg*. *Store norske leksikon*. <https://snl.no/utvalg>
- Grønmo, S. (2025). *Kvalitativ metode*. *Store norske leksikon*.
https://snl.no/kvalitativ_metode
- Grønmo, S., Dahlum, S., & Svartdal, F. (2025). *Validitet*. *Store norske leksikon*.
<https://snl.no/validitet>
- Lov om behandling av personopplysninger (personopplysningsloven)
(LOV-2018-06-15-38). (2018). Lovdata.
<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2018-06-15-38>
- Lysio Research. (2023). *Kvantitativ metode – alt du trenger å vite*. Lysio.
<https://lysio.no/knowledgebank-post/kvantitativ-metode/>
- Nestvold Grendal, O. (2022). *Slik henger utdanning sammen med foreldrenes utdanningsnivå*. Statistisk sentralbyrå.
<https://www.ssb.no/utdanning/utdanningsniva/artikler/slik-henger-utdanning-sammen-med-foreldrenes-utdanningsniva>
- Nielsen, T. H. (2025). *Anthony Giddens*. I *Store norske leksikon*.
https://snl.no/Anthony_Giddens
- NRK. (2015). *Forskere: Ekstra skjermtid senker eksamenskarakterer*.
https://www.nrk.no/urix/forskere_-ekstra-skjermtid-senker-eksamenskarakterer-1.12534685
- Olsen, B., Weihe, H.-J. W., & Hjelseth, A. (2025). *Pierre Bourdieu*. *Store norske leksikon*. https://snl.no/Pierre_Bourdieu

- Nielsen, T. H. (2025). *Anthony Giddens*. Store norske leksikon. Hentet 26. februar 2026 fra https://snl.no/Anthony_Giddens
- Pan, W., Zhang, H., & Xu, L. (2025). *Association between physical activity and academic achievement in adolescents mediated by self-concept and physical and mental health*. *Scientific Reports*, 15(1), 33561. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-18559-w>
- Sundstrøm, K., & Zakariassen, E. S. (2020). *George Herbert Mead om lek, spill og den generaliserte andre*. NDLA. Hentet 26. februar 2026 fra <https://ndla.no/r/sosiologi-og-sosialantropologi/george-herbert-mead-om-lek-spill-og-den-generaliserte-andre/02eea28723>
- Svartdal, F. (2020). *Psykososial*. I Store norske leksikon. <https://snl.no/psykososial>
- Svartdal, F. (2025). Reliabilitet. Store norske leksikon. <https://snl.no/reliabilitet>
- Tjernshaugen, A., & Tjora, A. (2022). *Sosioøkonomisk*. I Store norske leksikon. <https://snl.no/sosio%C3%B8konomisk>
- Tranøy, K. E. (2025). *Metode*. Store norske leksikon. <https://snl.no/metode>
- Ung Forskning. (2023). Mange unge sover altfor lite – nå tester forskere ut om det hjelper å starte skoledagen senere. <https://ung.forskning.no/helse-sovn-ung/mange-unge-sover-altfor-lite-na-tester-forskere-ut-om-det-hjelper-a-starte-skoledagen-senere/2396299>
- Ungdatasenteret & KoRus Sør. (2025). *Hovedrapport for videregående — Ungdata 2025: Kristiansand kommune* (Ungdata-rapport). Velferdsforskningsinstituttet NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet. https://www.ungdata.no/wp-content/uploads/reports_2025/Agder_Kristiansand_2025_Videregaende_Kommune.pdf
- Vik, F., Nilsen, T., & Øverby, N. (2022). Sleep problems and academic performance among Norwegian adolescents. *PubMed*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36131267/>

8.0 Vedlegg

8.1 Vedlegg 1: Spørreundersøkelsen

Spørreundersøkelsen

1. Hvilket kjønn er du?

- Jente
- Gutt
- Annet

2. Hvilken klasse går du i?

- Vg1
- Vg2
- Vg3

3. Hvilken linje går du på?

- Studiespesialisering
- Idrett
- Salg- og service
- Helse- og oppvekstfag
- IB
- Annet

4. Hva er gjennomsnittskaracteren din til jul?

- 1 - 2,9
- 3 - 3,9
- 4 - 4,9
- 5 - 5,5
- 5,6 - 6

5. Hvor ofte jobber du i løpet av en uke?

- 1 -2 ganger
- 3 - 4 ganger
- 5 ganger eller mer
- Jeg jobber ikke

6. Hvor mye tid bruker du på skjerm i løpet av en dag? (utenom skolearbeid)

- 2 timer eller mindre
- 3 - 4 timer
- 5 - 7 timer
- 8 timer eller mer

7. Bruker du mye tid på trening i løpet av uka?

- Jeg trener 5 eller flere ganger i uka
- Jeg trener 2 - 4 ganger i uka
- Jeg trener 1 gang eller mindre i uke

8. Hvor mange ganger er du sosial med venner, utenom skoletid, i løpet av uka?

- 1 eller mindre
- 1 - 3
- 4 - 6
- 6 eller mer

9. Hvilken etnisk bakgrunn har du?

- Norsk
- Nordisk (utenom Norge)
- Europeisk (utenom Norden)
- Asiatisk
- Afrikansk
- Midtøsten
- Latinamerikansk
- Blandet bakgrunn

10. På en skala fra 1-5: I hvilken grad føler du på karakter press fra foreldre?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

11. Omtrent hvor mye tjener foreldrene dine til sammen i løpet av et år?

- Under 300 000
- 300 000 - 600 000 kr

- 600 000 - 900 000 kr
- 1 000 000 - 2 000 000 kr (mil)
- 2 000 000 kr (mil), eller mer
- Vet ikke

12. På en skala fra 1-10: Hvor stressende opplever du hverdagen din?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

13. På en skala fra 1-10: Hvor sliten føler du deg?

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

14. Har du opplevd noe av dette i de siste 6 månedene?

- Depresjon
- Angst
- Dårlig selvbilde

- Andre psykiske belastninger
- Ingen av alternativene

15. Hvordan tror du din økonomi og levestandard vil bli i forhold til dine foreldre?

- Bedre
- Dårligere
- Lik

16. Tror du det er sannsynlig at du får jobben du ønsker deg?

- Ja
- Nei

8.2 Vedlegg 2: Spørsmål til intervju kandidatene

Spørsmålen intervju kandidatene fikk:

- 1) Hva var karaktersnittet ditt ved siste termin?
- 2) Hvordan vil du beskrive rutinene dine i hverdagen?
- 3) Hvordan organiserer du vanligvis skolearbeidet ditt i forhold til frister?
- 4) Hvordan påvirker skolearbeidet deltakelsen sin i sosiale aktiviteter?
- 5) Hvordan vil du beskrive forventninger eller holdinger til skoleprestasjoner hjemme hos deg?
- 6) Hvordan opplever du at skolearbeid påvirker deg psykisk?
- 7) I hvilken grad deltar du i fysisk aktivitet på fritiden?

7.3 Vedlegg 3: Samtykkeskjema

Samtykkeskjema til intervju

Tittel på oppgave:

Hva er bekostningen av å være smart?

Fag / skole:

Sosiologi og sosialantropologi – VG2

Elever på gruppa:

Milla Tånevik Grindland, Hanna Reme Jølstad, Marion Johansen og Hannah Emilie Andersen

Formål med intervjuet:

Formålet med intervjuet er å samle informasjon til en skoleoppgave (Eilert Sundt-oppgave). Intervjuet vil bli brukt som en del av det skriftlige arbeidet. Intervjuet er anonymt.

Samtykke

Jeg samtykker til å delta i intervjuet og er innforstått med at:

- Deltakelsen er frivillig
- Jeg kan når som helst trekke meg fra intervjuet uten å oppgi grunn
- Opplysningene jeg gir kun vil bli brukt til skoleoppgaven
- Opplysningene vil bli behandlet konfidensielt
- Navn og personlige opplysninger ikke vil bli offentliggjort

☐ Jeg samtykker til at intervjuet kan tas opp (lyd)

☐ Jeg samtykker **ikke** til opptak

(Kryss av det som passer)

Navn på deltaker: _____

Dato: _____

Signatur: _____

8.4 Vedlegg 4: Intervju 1

Med informant 1: gutt med høyt karakternitt

Vi har endret deler av intervjuet på grunn av personvern

Intervjuer: Hva er snittet ditt?

Informant 1: Jeg tror det er 5,9. Jeg er ganske sikker på det.

Intervjuer: I hvilken grad opplever du at du har faste rutiner i hverdagen? Kan du beskrive en vanlig hverdag?

Informant 1: Jeg har veldig faste rutiner. Ukene mine er nesten helt like, og det skjer sjelden store endringer. For eksempel trener jeg før skolen på mandager, går på skolen, trener igjen etter skolen, drar hjem, gjør lekser og legger meg. Tirsdag og onsdag er ganske like – det går mye i skole, trening, lekser og søvn. Hverdagen er ganske strukturert og forutsigbar.

Intervjuer: Så du jobber alltid med skole selv om du trener mye?

Informant 1: Ja, men ikke ekstremt mye. Jeg har egentlig ikke mer enn omtrent en time om dagen fra mandag til fredag, og noen ganger mindre enn det. Det overrasker mange, fordi jeg ikke bruker veldig mye tid på lekser. Men jeg følger godt med i timene, og det hjelper mye.

Intervjuer: Har du faste tider for søvn og måltider?

Informant 1: Ja, jeg er veldig strukturert når det gjelder det også. Jeg spiser frokost, lunsj og middag til faste tider. Når det gjelder søvn, har jeg en regel om at jeg skal legge meg ni timer før jeg skal stå opp. Det betyr at leggetiden varierer litt avhengig av når jeg begynner på skolen eller skal trene, men jeg sørger alltid for nok søvn. Rutinene mine er ganske faste fra uke til uke.

Intervjuer: Hva skjer hvis rutinene dine brytes?

Informant 1: Det går fint, men det krever mer energi. Hvis det plutselig skjer en endring i planen, må jeg bruke litt tid på å tilpasse meg. Jeg liker best å ha faste rammer, for da flyter hverdagen lettere. Små endringer skjer jo av og til, men det er sjelden store brudd i rutinene.

Intervjuer: Hvordan organiserer du skolearbeidet ditt i forhold til frister?

Informant 1: Planlegging er nok en av mine viktigste egenskaper. Da jeg gikk på skole i utlandet, fikk jeg et råd av en lærer om å begynne å øve minst to uker før en prøve hvis jeg ønsket de beste karakterene. Det har jeg tatt med meg videre. Ofte føler jeg meg ferdig forberedt lenge før prøven. Hvis jeg merker at jeg ikke kan noe godt nok, har jeg fortsatt tid til å jobbe mer med det. Hjemme har jeg en oversikt over alle vurderinger frem til neste ferie, og jeg jobber systematisk fram mot hver enkelt prøve. Hvis det er noe jeg ikke rekker i en travel periode, tar jeg det igjen senere.

Intervjuer: Jobber du ved siden av skole og idrett?

Informant 1: Ikke fast. Jeg hjelper litt i idrettsklubben et par timer i uka, men det er ikke en fast deltidsjobb.

Intervjuer: Jobber du med skole i helgene?

Informant 1: Ja, det er ofte i helgene jeg tar igjen det jeg ikke rekker i løpet av uka. Helgene består som regel av trening og skolearbeid. I roligere perioder har jeg mer tid til venner, men hvis jeg for eksempel har flere prøver uken etter, prioriterer jeg skole.

Intervjuer: Føler du at du ofte velger bort sosiale aktiviteter på grunn av skole?

Informant 1: Jeg prøver å planlegge så godt at jeg slipper å si nei. Hvis en venn ringer mens jeg gjør lekser, kan jeg heller foreslå å møtes litt senere. Det er ikke sånn at jeg konsekvent sier nei, men jeg prioriterer det jeg må gjøre først.

Intervjuer: Føler du at du nedprioriterer sosiale sammenkomster mer enn andre?

Informant 1: Jeg ser på trening som en sosial arena, siden jeg er sammen med venner der. Jeg trener omtrent fem av sju dager i uka. I helgene er det ofte litt roligere, og de fleste ukene er ikke ekstremt hektiske.

Det er heller ikke slik at jeg er ute sent på kvelden. Det fungerer dårlig når jeg ofte har trening tidlig neste morgen. Jeg satser på et høyt nivå innen idretten min, og da må jeg følge retningslinjer som handler om restitusjon og nok søvn – helst minst åtte timer over tid.

Rutinene mine er ganske faste, og foreldrene mine kan noen ganger mene at jeg er litt for streng med meg selv. De kan for eksempel oppfordre meg til å være mer sosial, men jeg føler samtidig at jeg må prioritere det som er viktig for målene mine.

Intervjuer: Opplever du noe press hjemmefra for å være god på skolen?

Informant 1: Ikke direkte, men jeg tror det handler om at det har gått ganske bra og stabilt de siste årene. Vi snakker egentlig aldri så mye om karakterer, fordi nivået mitt har vært jevnt godt. Men hvis jeg plutselig hadde gått ned til for eksempel 3 eller 4, tror jeg de hadde reagert – spesielt hvis det hadde vært en tydelig nedgang. Likevel føler jeg meg ikke veldig presset.

Intervjuer: Er de flinke til å motivere deg?

Informant 1: Ja, hvis jeg trenger det, så er de det. Jeg kan alltid spørre dem om hjelp, og de støtter meg. Men det er ikke så ofte jeg føler at jeg trenger det.

Intervjuer: Kan du si litt om bakgrunnen din?

Informant 1: Jeg kommer fra en familie med høy utdanning. Foreldrene mine har begge stillinger som krever lang utdanning, og de fleste i familien har også studert. Det har på en måte vært en naturlig del av oppveksten min at utdanning er viktig. Det er nesten bare én i familien som har valgt en mer praktisk yrkesvei, men ellers har de fleste tatt høyere utdanning. Jeg har også en lillebror som går på barneskolen nå.

Intervjuer: Du har jo bodd i et annet land tidligere?

Informant 1: Ja, jeg vokste opp i utlandet før jeg flyttet til Norge. Der fikk vi karakterer allerede fra andre klasse, så jeg har vært vant til vurdering og karakterpress siden jeg var liten. Jeg tror det har hjulpet meg til å lære hvordan jeg skal håndtere press og forventninger.

Intervjuer: Vi forsker litt på om elever med høyt karaktersnitt ofte gjør det bra på flere områder i livet. Tror du at struktur og rutiner gjør at man lykkes på flere områder?

Informant 1: Ja, jeg tror det å være strukturert og ha kontroll over hverdagen sin er helt nødvendig. Den roen og de faste rammene jeg har i hverdagen, hjelper meg både på skolen og i idretten. For eksempel det å spise sunt og legge seg til faste tider – det påvirker jo skolearbeidet også.

Intervjuer: Opplever du mer press i idrett enn på skolen?

Informant 1: Jeg tror kanskje det er litt mer press i idretten, spesielt i store konkurranser. Hvis du sitter på startstreken i en viktig finale og vet at du har trent et helt år for akkurat det øyeblikket, og at mange har støttet deg og ofret tid for deg – da kjenner du virkelig på presset. Sammenlignet med en mattetentamen på slutten av året, føles det annerledes. På

skolen handler det mer om deg selv, og det finnes ofte flere muligheter hvis det går dårlig. I idretten får du ikke alltid samme sjanse.

Intervjuer: Kjenner du ofte på press?

Informant 1: Det er et slags jevnt press nesten hver uke på grunn av trening og konkurranser, men det er sjelden det blir veldig intenst. Når det først gjelder, da er det ordentlig.

Intervjuer: Blir du skuffet hvis du ikke presterer som du ønsker?

Informant 1: Ja, absolutt. Hvis jeg får en dårligere karakter enn forventet, begynner jeg å tenke på hva som gikk galt. Jeg vet jo at én prøve ikke er en krise, men jeg blir likevel skuffet. Det samme gjelder i idretten – kanskje enda mer der, fordi man ofrer så mye tid og energi. Hvis det ikke går bra, føles det tyngre. Jeg har også et sterkt konkurranseinstinkt, så jeg liker å prestere godt.

Intervjuer: Tusen takk for at du stilte opp.

Informant 1: Bare hyggelig.

8.5 Vedlegg 5: Intervju 2

Med informant 2: Jente med lavt karakternitt

Intervjuer: Er du 17 eller 16 år?

Informant 2: Jeg er 16 år

Intervjuer: Å du går i vg1 på studie?

Informant 2: Ja

Intervjuer: Hva har du i snitt til jul?

Informant 2: Til jul fikk jeg sånn 3,8.

Intervjuer: Opplever du at du har faste rutiner i hverdagen din? Kan du beskrive en vanlig hverdag for deg?

Informant 2: Jeg vil si at en vanlig hverdag for meg er at jeg er på skolen også trener jeg gjerne to dager i uken etter skolen. Når jeg kommer hjem så prøver jeg å få gjort litt matte og de fagene som jeg sliter med, altså avgangsfag. Jeg fokuserer på å få dem i boks.

Intervjuer: Har du ofte rutiner på når du gjør lekser?

Informant 2: Ja, jeg øver gjerne i starten av uken, også har jeg privatlærer på onsdager. Så jeg øver på egen hånd på mandag og tirsdag for å se en endring i resultatet.

Intervjuer: Har du en fast rutine på søvn?

Informant 2: Jeg prøver å legge meg rundt 23.00

Intervjuer: Hva skjer hvis disse rutinene blir brutt?

Informant 2: Ja, det gjør at jeg blir mer ukonsentrert og gir lettere opp. Når jeg allerede har øvd for lite til en prøve, så tenker jeg ofte at da er det ikke vits i å øve fordi da får jeg uansett en dårlig karakter.

Intervjuer: Føler du at rutinene hjelper deg faglig?

Informant 2: Ja, det vil jeg si, du får på en måte litt og litt hele tiden.

Intervjuer: Pleier du å planlegge skolearbeidet i veldig god tid før fristen eller er du en som pleier å ta det rett før?

Informant 2: Jeg prøver å gjøre det. Jeg har begynt litt mer med å gjøre det litt lenge før, men forje halvåret så var det litt mer sånn at jeg tok det som det kom, så da ble det ofte øving rett før. Så jeg prøver å forbedre meg på det.

Intervjuer: Så du føler planleggingen din har endret deg over tid?

Informant 2: Ja, så det hjelper jo veldig. Man blir mye mer sikker på å ha god tid.

Intervjuer: Så hvis du har en prøve neste uke, når begynner du å øve da?

Informant 2: Da begynner jeg gjerne en uke i forveien, også øver jeg litt hver dag.

Intervjuer: Er det sånn at du av og til velger bort sosiale aktiviteter på grunn av skolearbeid?

Informant 2: I ukedagene velger jeg bort sosiale aktiviteter, men ikke i helgene.

Intervjuer: Har du noen ganger følt at du har gått glipp av ting på grunn av skole?

Informant 2: Ja ,men det er gjerne de minste tingene. Så det er ikke så viktig.

Intervjuer: Føler du noen ganger at du opplever press hjemmefra til å prestere godt på skolen? Føler du at dine foreldre stiller høye krav til skolepresentasjonen din?

Informant 2: Mine foreldre vet at jeg sliter med dysleksi, så de skjønner at det er vanskeligere for meg å prestere på skolen, enn mine søsken. Så de tar hensyn til det, men de mener at så lenge man gjør det beste man kan så er det godt nok, så de tenker ikke at jeg må få 6 i matte.

Intervjuer: Føler du at det dine foreldre mener er motiverende eller belastende?

Informant 2: Jeg føler det er mer motiverende. Jeg tror jeg hadde gitt litt mer opp hvis de hadde forventet noe stort av meg

Intervjuer: Blir du noe psykisk påvirket av skolearbeid? Blir du sliten eller føler på mye stress?

Informant 2: Jeg føler meg veldig demotivert hvis jeg ikke får det som jeg ønsker, altså de karakterene jeg vil og spesielt hvis jeg har jobbet veldig hardt for det. Da føler jeg at det nesten er litt ubrukelig, fordi jeg tenker på hva jeg har lyst og tenker at jeg aldri kommer til å komme meg inn på studiet fordi det er så strenge krav.

Intervjuer: Har du en jobb du har veldig lyst på? Sånn har du noe du kan se for deg å utdanne deg som?

Informant 2: Ja, jeg har veldig lyst til å gå juss. Da må jeg jo gå på BI, fordi da har jeg hørt at de tar en gjennomgang av programfagene mine og vektlegger de viktigste. De vektlegger

ikke så mye snittet fordi BI er en skole du må betale deg inn på. Jeg kunne gjerne gått på en skole som ikke koster penger, men da hadde det ikke gått for meg å gå på en skole hvor de vektlegger snittet mitt og ikke hva jeg faktisk er god på.

Intervjuer: Driver du med idrett?

Informant 2: Nei, jeg driver ikke med noe idrett. Jeg trener heller på treningssenter.

Intervjuer: Hvor ofte pleier du å trene?

Informant 2: Jeg pleier å trene to ganger i uken, men det begynte jeg nettopp med.

Intervjuer: Dette ble veldig bra, tusen takk for at du stilte til intervjuet!

8.6 Vedlegg 6: Intervju 3

Med informant 3: Gutt lavt karakternitt

Intervjuer: Først kan du først svare på hvilket kjønn du er, hvilket trinn du går på, hvilken linje du går og hvilket snitt du har.

Informant 3: Jeg er gutt, er 16 år, går på studiespesialisering vg1 og har 4 i snitt.

Intervjuer: I hvilken grad opplever du at du har faste rutiner i hverdagen?

Informant 3: Det at jeg våkner opp samme tidspunkt, går til seng samme tidspunkt, spiser ca. det samme, trener og går på skole.

Intervjuer: Så du vil si du har faste rutiner?

Informant 3: Ja

Intervjuer: Kan du beskrive en vanlig hverdag for deg?

Informant 3: Det er å gå på skolen, komme hjem, enten gjøre noe skolearbeid eller trene. Så går jeg på fotball og trener på fritiden.

Intervjuer: Føler du at du at det at du har faste rutiner i hverdagen hjelper deg å prestere faglig?

Informant 3: Jeg føler kanskje motsatt, fordi det tar opp mye tid.

Intervjuer: På hvilken måte da?

Informant 3: På den måten at når jeg liksom holder på med fotball 4 ganger i uka og trener de andre dagene. Så er det helga, så blir det vanskelig å prioritere skole over det.

Intervjuer: Er du en som planlegger skolearbeid i god tid før fristen?

Informant 3: Nei, det vil jeg ikke si. Jeg vil si at jeg tar det litt, jeg finner ut at vi skal ha prøven på et tidspunkt, følger litt med i timen også øver jeg siste dag.

Intervjuer: Ja, så du er en som starter rett før fristen?

Informant 3: Ja.

Intervjuer: Hva skjer når du ikke planlegger, føler du at du presterer dårligere på prøver?

Informant 3: Ja, så jeg prøver å unngå å ta prøven hvis jeg ikke har øvd i det hele tatt. Da sier jeg at jeg er syk eller no.

Intervjuer: Føler du at du velger bort sosiale aktiviteter pga skolearbeid, eller motsatt?

Informant 3: Jeg synes motsatt, at jeg velger bort skolearbeid.

Intervjuer: Er det fordi du for eksempel vil være med kompiser i helga eller trene i uka?

Informant 3: Ja, det kan være en ting men også det at jeg kjenner at jeg ikke orker å jobbe med skole. Si jeg slutter 15:40, og kommer hjem 16:30 så er ikke det som frister. Det er ikke det diggeste å øve da.

Intervjuer: Har du noen gang følt at du går glipp av ting pga skole?

Informant 3: Nei, fordi jeg dropper alltid skole.

Intervjuer: Er dette noe som vennene dine også gjør, å forstå at du gjør?

Informant 3: Det er egentlig sånn at alle gjør det. De jeg trener med gjør det samme, men vi går jo forskjellige linjer da, så det er jo forskjellig når vi har prøver og sånn.

Intervjuer: Opplever du at du gjør det verre på skolen nå som du har begynt på videregående enn når du gikk på ungdomskolen?

Informant 3: Egentlig ikke, jeg føler at det går ganske likt. Men det er jo mye høyere nivå på klassen her enn på ungdomskolen.

Intervjuer: Hva jobber foreldrene dine med?

Informant 3: Mamma jobber som sjef på arkivet. Pappa jobber med å male/selge malerier i tillegg til folkeskole lærer.

Intervjuer: Tror du din økonomi og levestandard vil være lik som foreldrene dine?

Informant 3: Jeg tror min økonomi vil nok bli den samme som de sin er, kanskje litt mer. Det er litt vanskelig å svare på med tanke på at jeg enda ikke vet hva jeg vil bli

Intervjuer: Opplever du ofte press hjemmefra om å prestere godt på skolen?

Informant 3: Til tider, i forskjellige fag. Men egentlig ikke. Det er litt sånn alt på meg, men de tilbyr alltid å hjelpe meg å øve. Men jeg tenker jeg ikke kjenner på et press, får ikke bank liksom hvis jeg får en to'er.

Intervjuer: Føler du at presset er motiverende eller belastende?

Informant 3: Kanskje litt både og, det kommer litt ann på. Hvis jeg føler jeg, har gjort en god innsats også får jeg en dårlig karakter så er jo det litt belastende. Men motsatt hvis ikke.

Intervjuer: Bli du psykisk påvirket av skole og skolearbeid?

Informant 3: Jeg blir sliten, absolutt. Det påvirker veldig.

Intervjuer: Har skolearbeid påvirket søvnen din?

Informant 3: Nei faktisk ikke. Jeg pleier ikke å usette søvn for å gjøre skole. Det er jo en ting veldig mange gjør, jobber til 12 eller 1. Jeg legger meg samtidig uansett.

Intervjuer: Hva gir deg mest press – prøver, karakterer, forventninger?

Informant 3: Karakterer, 100%. Men også kanskje mine forventninger. Jeg forventer at jeg skal gjøre det bra, også går det dårlig. Og det er liksom sånn, jeg er redd for å gjøre det dårlig.

Intervjuer: Føler du deg ofte fornøyd med egen innsatts på skolen?

Informant 3: Til tider, i forskjellige fag. Men jeg kjenner jo at jeg kan øve mer. Sånn siste time i dag har vi geografi og da slutter jeg liksom 15:40, og jeg er garantert sliten. Da kommer jeg ikke til å gi full innsatt.

Intervjuer: Det var det! Tusen takk for at du stilte til intervju

8.7 Vedlegg 7. Intervju 4

Med informant 4: Jente høyt karakternitt

Intervjuer: Hvilket kjønn er du?

Informant 4: Jeg er jente

Intervjuer: Hvilket trinn går du på?

Informant 4: 2 klasse videregående.

Intervjuer: Hvilken linje går du?

Informant 4: Studiesspesialisering

Intervjuer: Hvilket karaktersnitt har du? Ca?

Informant 4: 5.2

Intervjuer: I hvilken grad opplever du at du har faste rutiner i hverdagen?

Informant 4: Nei, det kommer jo veldig an på om jeg jobber eller ikke. Til skolen har jeg alltid satt av, når jeg vet hvilken dag prøven er på, så har jeg jo satt av en dag hvor jeg skal, eller flere dager hvor jeg skal øve. Så fordeler jeg oppgavene på de dagene da, sånn at jeg blir ferdig innen dagen. Ofte blir det litt vanskelig hvis jeg har jobb, for da har jeg ofte ikke så god tid.

Intervjuer: Kan du beskrive en vanlig hverdag for deg?

Informant 4: En vanlig hverdag for meg, er at jeg går på skolen, når jeg kommer hjem fra skolen så drar jeg enten på jobb eller trening. Etter det så jobber jeg med skole, om jeg har prøve.

Intervjuer: Føler du at disse faste rutinene hjelper deg å prestere godt på skolen?

Informant 4: Ja, jeg synes de rutinene fungerer veldig fint, for at jeg skal gjøre det godt på skolen. Jeg merker at hvis jeg kommer ut av rutinene, så blir jeg for eksempel stressa og da får jeg lite tid. Da får jeg for eksempel ikke tid til ting jeg egentlig har lyst til. Hvis jeg ikke har fordelt tiden nok, sier for eksempel jeg hadde veldig lyst å være med ei venninne, men så har jeg glemt at jeg må øve den dagen så kan jeg ikke være med venninna mi fordi jeg ikke har fordelt det ut. Det er jo kjipt, men det fungerer jo så å si vil jeg si.

Intervjuer: Hvor ofte pleier du å planlegge skolearbeid i god tid før fristen?

Informant 4: Jeg pleier å planlegge ca. 1 uke i forveien. Kanskje 5 dager kommer an på faget. Jeg synes det blir veldig stressende å starte rett før.

Intervjuer: Føler du ofte at du velger bort sosiale aktiviteter på grunn av skolearbeid?

Informant 4: Nei, egentlig ikke. På måten jeg fordeler det, fungerer det ganske bra. Men hvis jobben kommer, så må jeg jo velge bort å være med venner. Men ellers så må jeg egentlig ikke det.

Intervjuer: Har du noen gang følt at du går glipp av noe på grunn av skole?

Informant 4: Ja, det er jo flere ganger hvor jeg gjerne heller ville ha slappet av eller være med venner. Eller hvis jeg skal i familiemiddag eller familiebursdag, så må jeg heller prioritere skolen hvis jeg har en stor prøve. Det er jo selvfølgelig veldig kjipt, men jeg vil jo få best mulig resultater. Så da må jeg ofre de tingene.

Intervjuer: Hva jobber foreldrene dine med ?

Informant 4: Mamma jobber som dermatologisk kosmetisk sykepleier og pappa jobber som business development manager.

Intervjuer: Opplever du press hjemmefra på å presentere godt på skolen?

Informant 4: Nei, eller jeg vil si det er mer internt press. Jeg vet jo at de forventer at jeg skal gjøre mitt beste på skolen, og at jeg skal få gode karakterer. Det er ikke sånn at hvis jeg får en dårlig karakter så blir de ikke skuffet over meg. Da sier de bare at jeg heller får gjøre det bedre neste gang.

Intervjuer: Føler du at disse forventningene er motiverende eller mer belastende?

Informant 4: Jeg synes at det er motiverende. De blir jo veldig glade og stolte over meg hvis jeg kommer hjem med en god karakter, så da er det jo en veldig god følelse. Så derfor vil jeg ikke akkurat si at det føles belastende, de sier jo ikke negative ord til meg. Jeg synes det er mer motiverende for at jeg skal jobbe videre. De er veldig hjelpsomme hvis jeg trenger hjelp med noe.

Intervjuer: Hvordan blir du påvirket psykisk av skolearbeid?

Informant 4: Jeg vil ikke si at jeg blir veldig påvirket. Jeg blir jo litt sliten til tider. Jeg merker at jeg gjerne skulle ha slappet av noen dager, hvis jeg i tillegg er syk så blir jeg fortere sliten og mer utbrent. Det går jo fint hvis jeg bare setter av riktig tid, og tar pauser underveis slik at jeg ikke gjør alt på en gang.

Intervjuer: Føler du at skolearbeid har påvirket søvnen eller humøret ditt?

Informant 4: Jeg kan si at det har påvirket søvnen min ganske mye. Fordi plutselig blir det veldig mye på en dag, så da må man ofte presse inn det å øve på skole inn i alt det andre programmet du har på en dag. Da går det jo ikke å få gjort alt på tida, da påvirker det jo søvnen hvis jeg har mye jeg skal rekke. Så skolearbeidet påvirker søvnen i litt større grad enn det burde.

Intervjuer: Hva vil du si gir mest press: prøver, karakterer eller forventninger?

Informant 4: Jeg vil si karakter fordi karakter har veldig mye å si på resultatet. Hvis jeg får en 3er så blir jeg veldig stresset av det fordi jeg er redd det påvirker snittet. Karakterene følger jo med meg videre, og spesielt hvis jeg skal inn på et studie så følger den karakteren med meg.

Intervjuer: Driver du med noe idrett?

Informant 4: Nei, jeg sluttet for litt siden. Jeg gikk på fotball før.

Intervjuer: Synes du at det å spille fotball påvirket skolearbeidet?

Informant 4: Nei egentlig ikke fordi jeg ikke hadde så mange treninger i uken. Jeg hadde kun 2-3 treninger i uken, også var trenerne veldig greie på å la oss prioritere skolen og prøver fremfor treninger.

Intervjuer: Pleide du å prioritere å være med venner eller å dra på fotballtrening?

Informant 4: Veldig mange av venninnene mine var på disse treningene så da møtte jeg dem uansett der. Samtidig så var det flere ganger hvor jeg heller gikk å møtte noen av venninnene mine i stedet for å dra på trening. Ofte var jeg sliten og ikke orket å dra.

Intervjuer: Tusen takk for at du valgte å stille til intervjuet!