

Rapport: Pandemien satte dype spor og økte forskjeller mellom elevgrupper

Kommunal rapport 29.01.2026

For de fleste elever var negative endringer i helse, trivsel og læring under og rett etter koronapandemien midlertidige. Men for sårbare elever vedvarer de.

Mens eksamensstress, psykiske plager og ensomhet økte under pandemien, har nivåene nå normalisert seg for mange elever

Det er noen av konklusjonene i en rapport om pandemiens langsiktige konsekvenser for elever på ungdomstrinnet. Den er utarbeidet av NOVA og NIFU, på oppdrag fra Utdanningsdirektoratet (Udir).

– Koronapandemien satte dype spor i skolehverdagen, men ungdomstrinnet som helhet står ikke igjen som en «tapt generasjon», skriver Udir i sin [pressemelding](#).

– Pandemien rammet elever og skoler ulikt. Denne rapporten gir oss et helhetlig bilde av hva som skjedde, og hvilke grep som er nødvendige videre, sier direktør Morten Rosenkvist i Udir.

Et trekk forskerne har funnet, er at negative endringer i helse, trivsel og læring registrert under nedstengningen til en viss grad var del av utviklingstrekk som allerede var i gang før pandemien.

Har økt forskjeller

For enkelte grupper, særlig elever i en mer sårbar livssituasjon, har pandemien hatt mer varige konsekvenser. Det kan dermed ha bidratt til at eksisterende forskjeller i samfunnet er blitt mer tydelige.

Inntrykket er at pandemien virket i samspill med elevenes sosiale miljø, og forsterket eksisterende forskjeller.

Det faglige ble også påvirket av nedstengningen, som prestasjoner i lesing og matematikk. Både skolen og elevene peker på læringstap som følge av hjemmeundervisning, og at elevene utviklet dårligere arbeidsvaner i denne perioden.

Analysene viser at det faglige gapet mellom elever med høy og lav sosioøkonomisk bakgrunn har økt noe.

Lav trivsel og høyt fravær

I kjølvannet av pandemien har det blitt enda lavere nivå av skoletrivsel for både jenter og gutter. Jenter rapporterer, som før, oftere lav trivsel og mer stress enn gutter.

Mens eksamensstress, psykiske plager og ensomhet økte under pandemien, har nivåene nå normalisert seg for mange elever. Men for elever med lavere sosioøkonomisk bakgrunn registreres fremdeles høyere nivåer av ensomhet og psykiske plager.

Rapporten peker videre på at fraværet har steget tydelig etter pandemien. Ifølge skolene er fravær mer sammensatt i dag, med både psykisk helse, endrede normer for tilstedeværelse, og en endret foreldrerolle som medvirkende faktorer.

I rapporten presenterer forskerne også anbefalinger for hvordan skolene kan styrke beredskapen og redusere negative konsekvenser ved fremtidige kriser.

Rapport:

[Tapt generasjon eller alt i orden? Sluttrapport for prosjektet: Koronapandemiens langsiktige konsekvenser for elever på ungdomstrinnet](#)