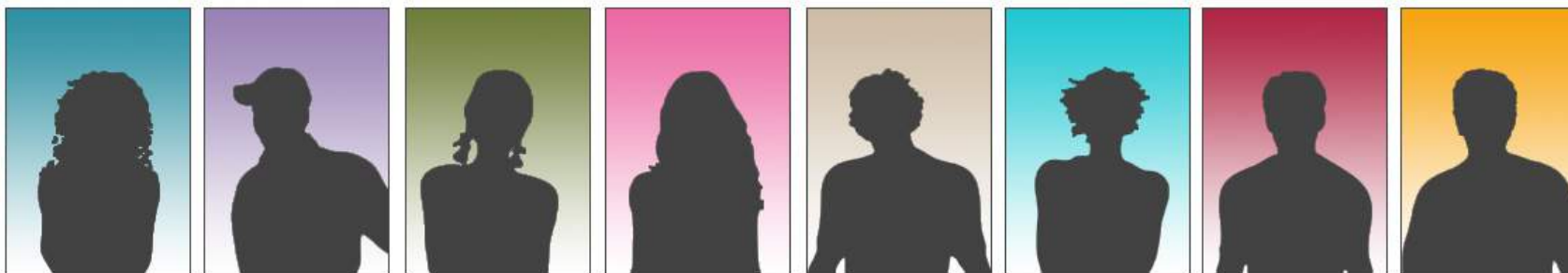




Ungdomsenkäten Om mig 2023



Ungdomsenkäten Om mig är Östergötlands läns gemensamma webbenkät om ungdomars liv och hälsa som genomförs årligen för att ge kunskap om hälsa och välmående bland ungdomarna i länet. Enkäten har genomförts sedan 2014 bland ungdomar i årskurs 8 i grundskolan och år 2 på gymnasiet och är ett samarbete mellan länets kommuner, Länsstyrelsen Östergötland och Region Östergötland.

Syftet med enkäten är att ge underlag till uppföljning och utvecklingsarbete för unga inom region, kommun och skola. Utgångspunkten i arbetet är ungdomars perspektiv på hälsa och livsstil. Ungdomar är delaktiga i framtagande och utformning av enkätfrågor liksom tolkning och användning av resultat. Förhoppningen är att enkäten kan vara ett verktyg för ökad ungdomsdelaktighet och att den bidrar till ökad förståelse kring ungas förutsättningar till en god hälsa och ett gott liv.

Resultat i rapporten

I rapporten visas andelar för det aktuella året genom ett stapeldiagram, där varje stapel representerar en procentuell andel. För att jämföra och följa tidstrender på ett tillförlitligt sätt används även ett glidande medelvärde, representerat som en linje ovanför staplarna. Det är viktigt att notera att andelarna för glidande medelvärde inte specificeras som siffror över linjen; de presenteras endast grafiskt. Varje punkt på linjen representerar ett treårigt genomsnitt och börjar därför redovisas från år 2016.

Fler resultat finns att söka fram på läns- och kommun- och skolnivå i statistikverktyget [Status Östergötland](#).

ANTAL SVARANDE

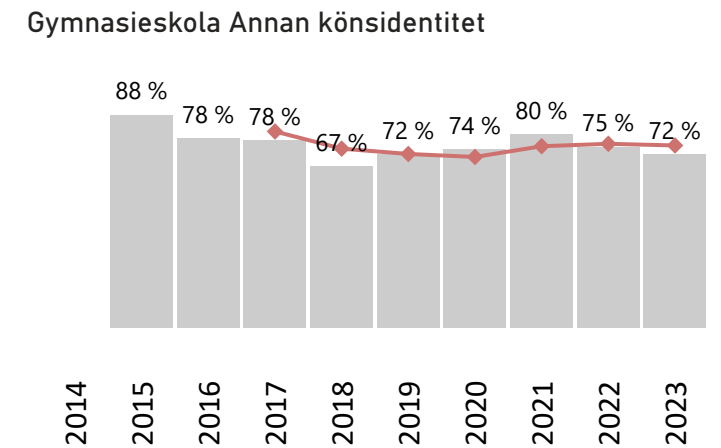
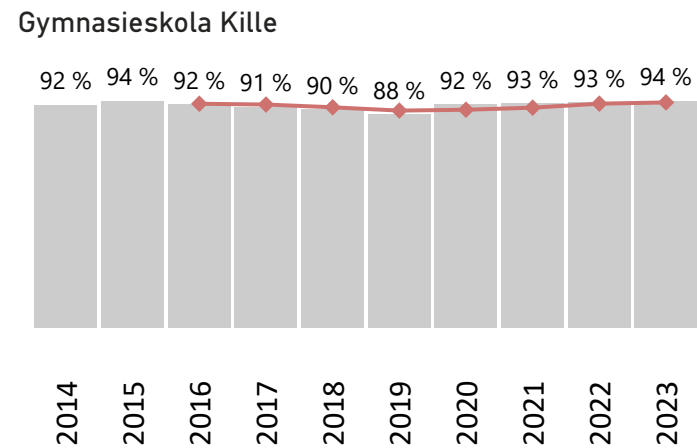
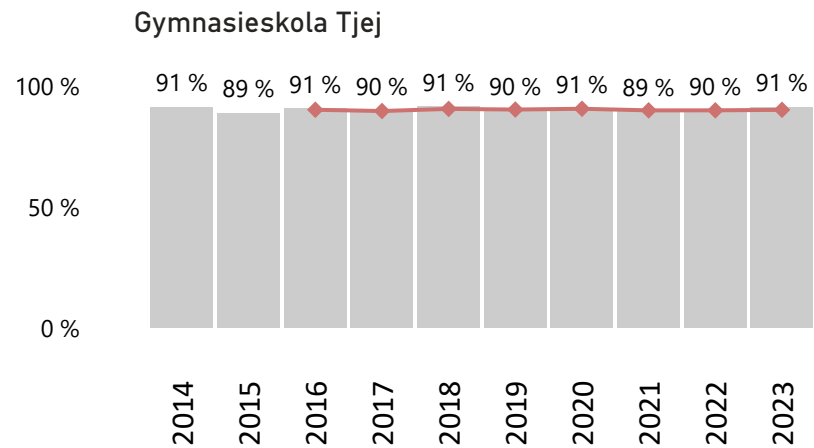
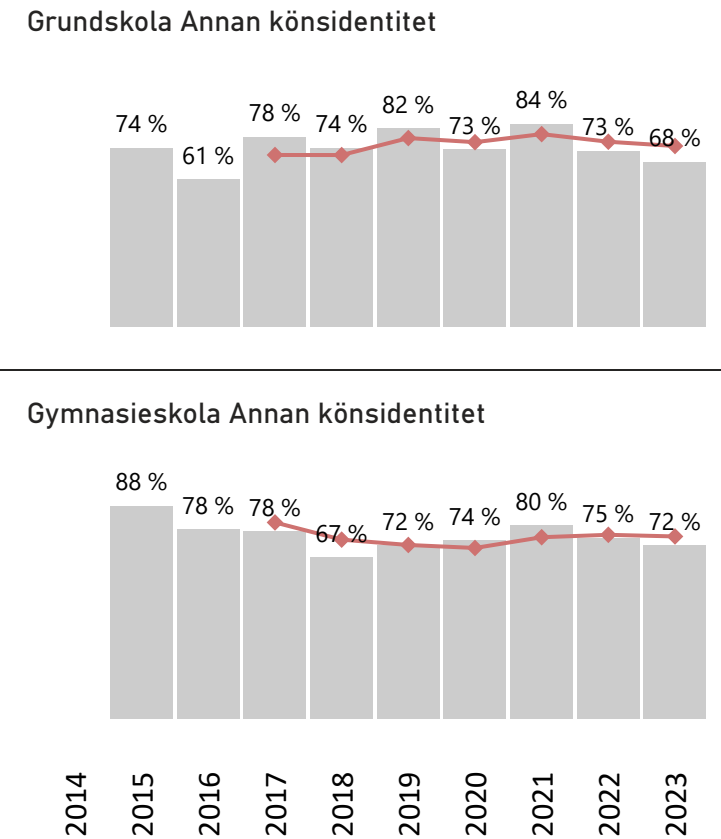
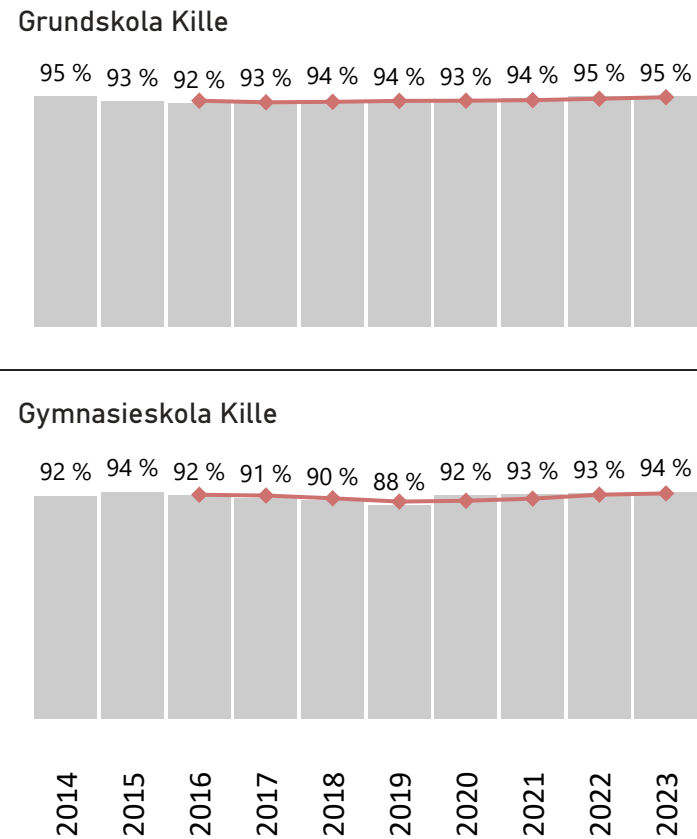
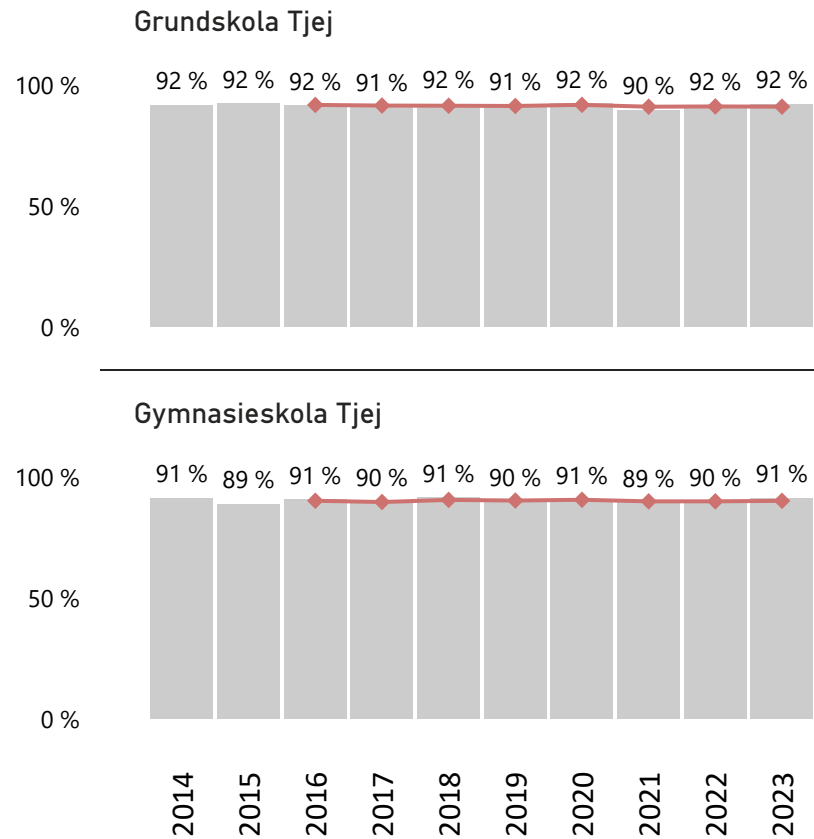
I nedanstående tabell redovisas antalet svarande per år, årskurs och kön.

År 2014 fanns inte svarsalternativet Annan könsidentitet (AK) med.

Årtal	Grundskola				Gymnasieskola				Totalt			
	Tjej	Kille	AK	Totalt samtliga kön	Tjej	Kille	AK	Totalt samtliga kön	Tjej	Kille	AK	Totalt samtliga kön
2014	1626	1631		3257	1526	1342		2868	3152	2973		6125
2015	1597	1505	50	3152	1331	1247	51	2629	2928	2752	101	5781
2016	1741	1845	43	3629	1390	1322	61	2773	3131	3167	104	6402
2017	1778	1810	52	3640	1547	1570	42	3159	3325	3380	94	6799
2018	1664	1715	47	3426	1349	1446	40	2835	3013	3161	87	6261
2019	2065	2061	39	4165	2002	2066	50	4118	4067	4127	89	8283
2020	2056	2090	64	4210	1902	1914	62	3878	3958	4004	126	8088
2021	2015	2059	89	4163	2015	2015	101	4131	4030	4074	190	8294
2022	1803	1983	125	3911	1879	1740	95	3714	3682	3723	220	7625
2023	2000	2126	98	4224	1950	1816	93	3859	3950	3942	191	8083

FÖRÄLDRASTÖD

Föräldrar som ställer upp vid problem



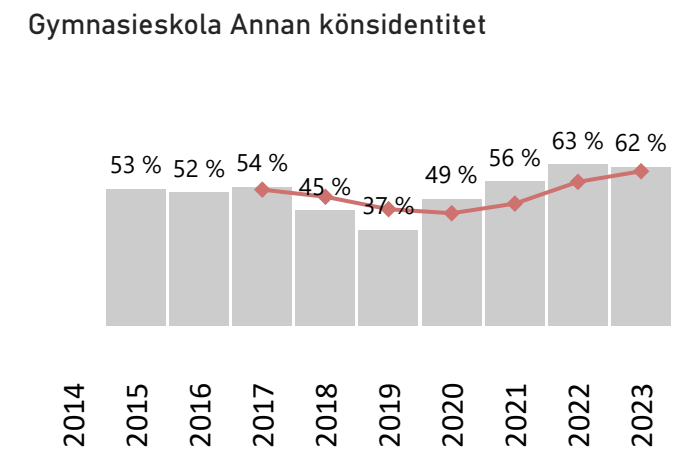
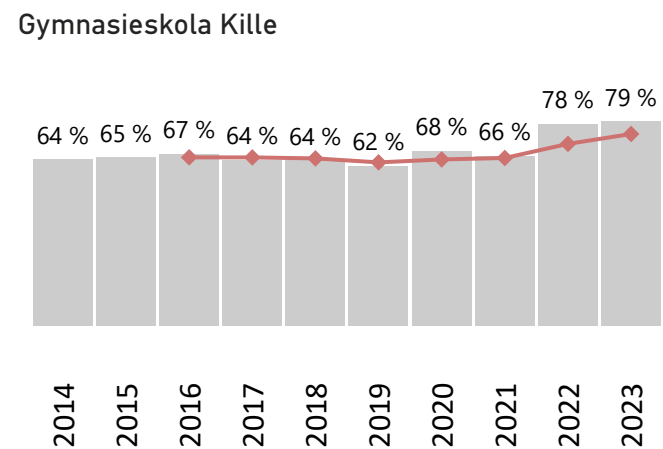
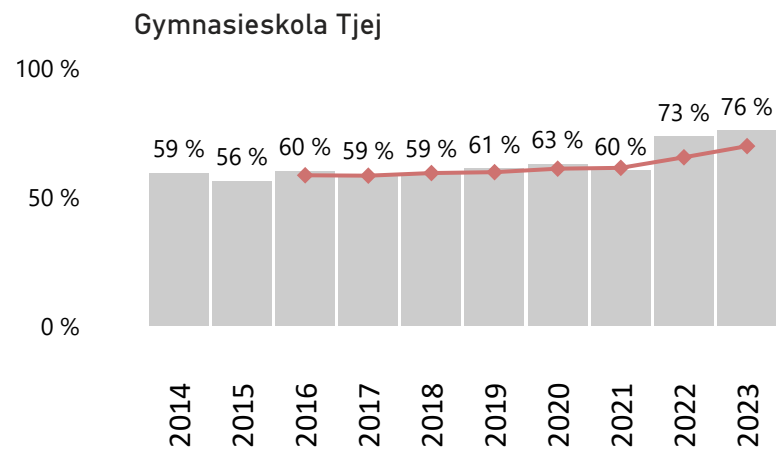
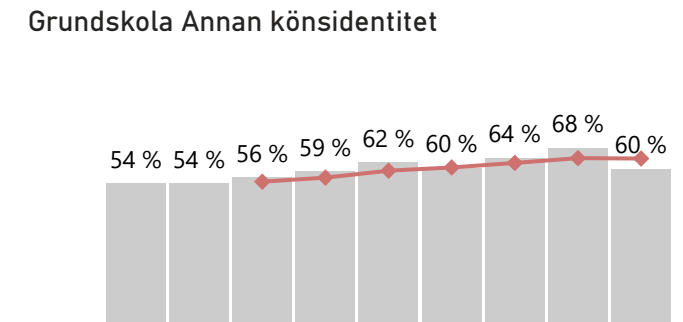
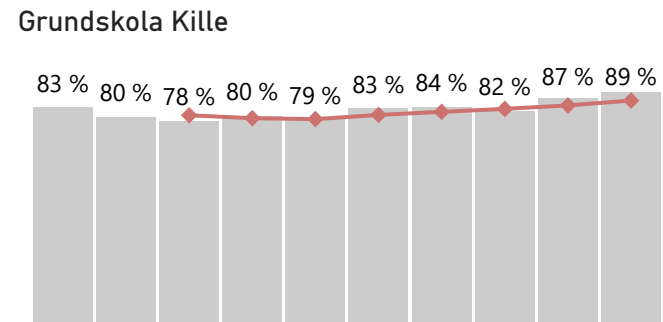
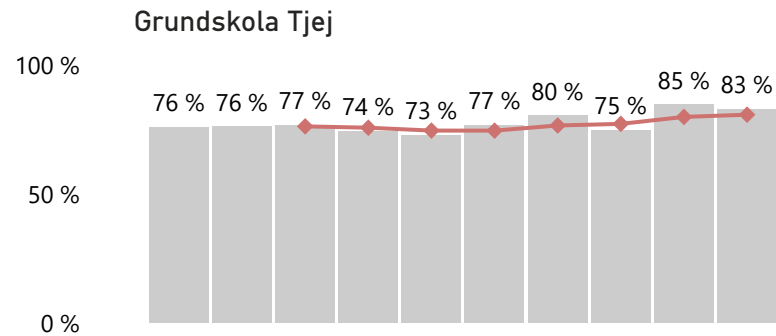
-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta tycker du att dina föräldrar (vårdnadshavare) ställer upp för dig om du får problem?" och svarsalternativen Alltid/Ofta

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

FÖRÄLDRASTÖD

Föräldrar som hjälper till med läxor och skolarbeten



-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta tycker du att dina föräldrar (vårdnadshavare) hjälper dig med läxor eller skolarbeten om du behöver?" och svarsalternativen Alltid/Ofta

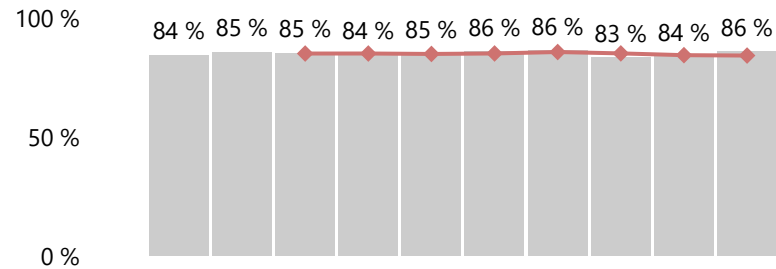
-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

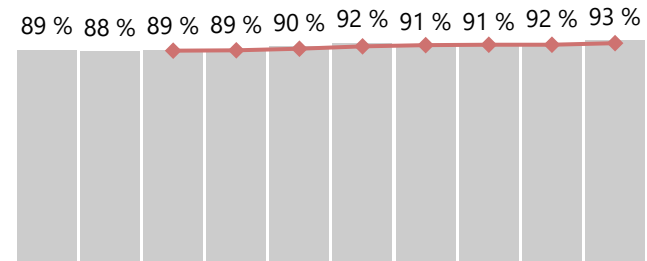
FÖRÄLDRASTÖD

Föräldrar som tar sig tid att lyssna

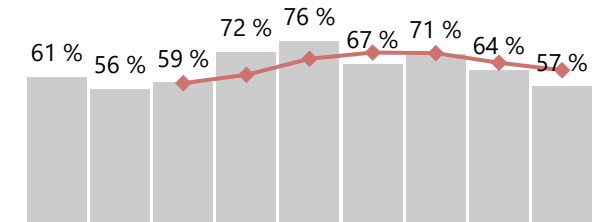
Grundskola Tjej



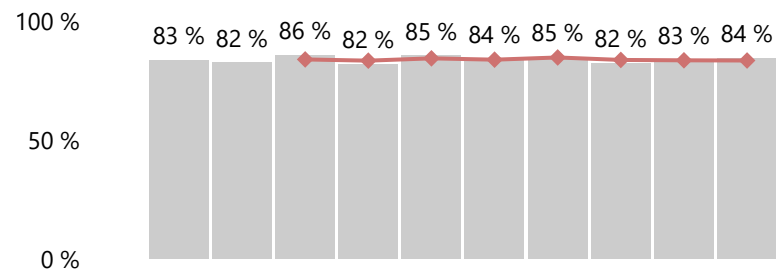
Grundskola Kille



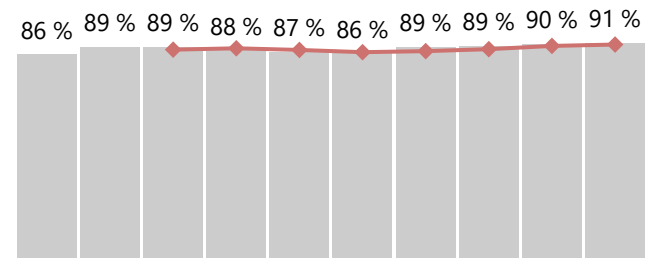
Grundskola Annan könsidentitet



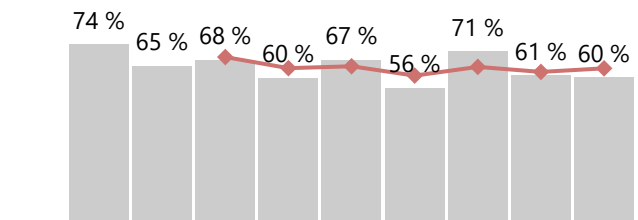
Gymnasieskola Tjej



Gymnasieskola Kille



Gymnasieskola Annan könsidentitet



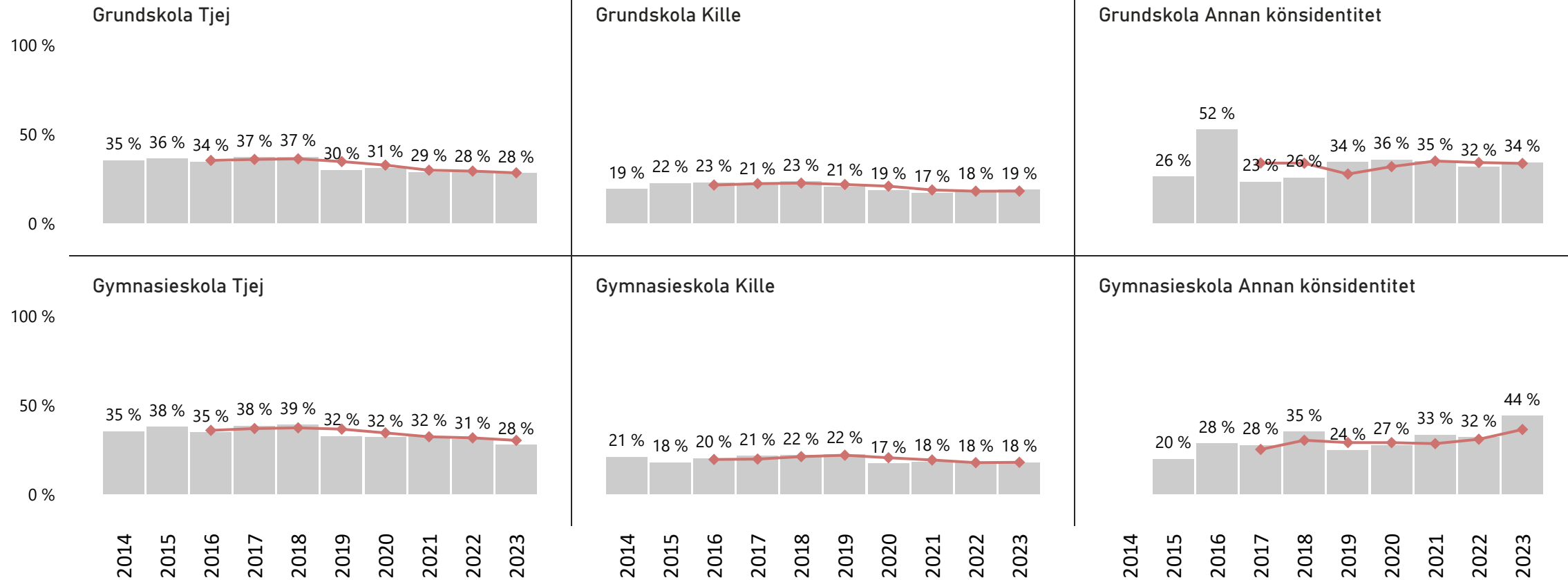
-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta tycker du att dina föräldrar (vårdnadshavare) tar sig tid att lyssna på dig?" och svarsalternativen Alltid/Ofta

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

FÖRÄLDRASTÖD

Ungdomar som vill att deras föräldrar ska veta mer om hur de känner sig innerst inne



-Detta resultat bygger på frågan "Hur mycket vill du att dina föräldrar (vårdnadshavare) ska veta om hur du känner dig innerst inne" och svarsalternativen Mer än nu/Lite mer än nu

-Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

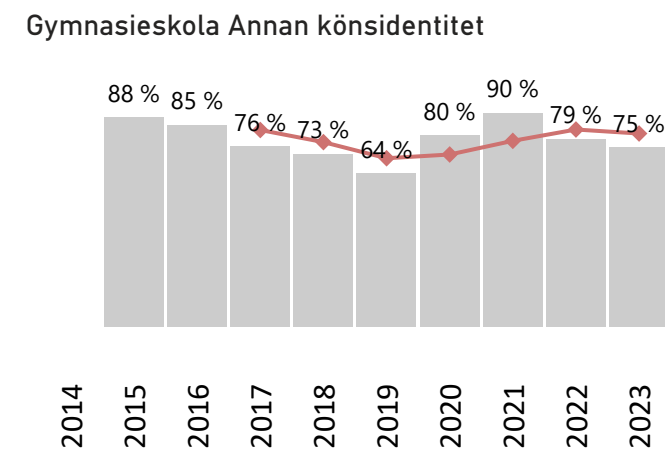
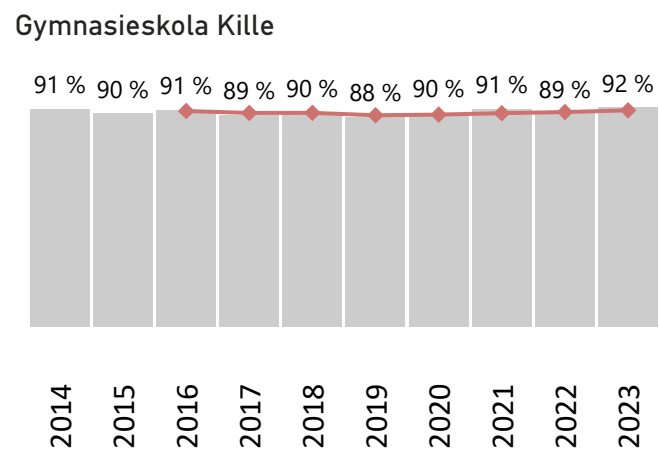
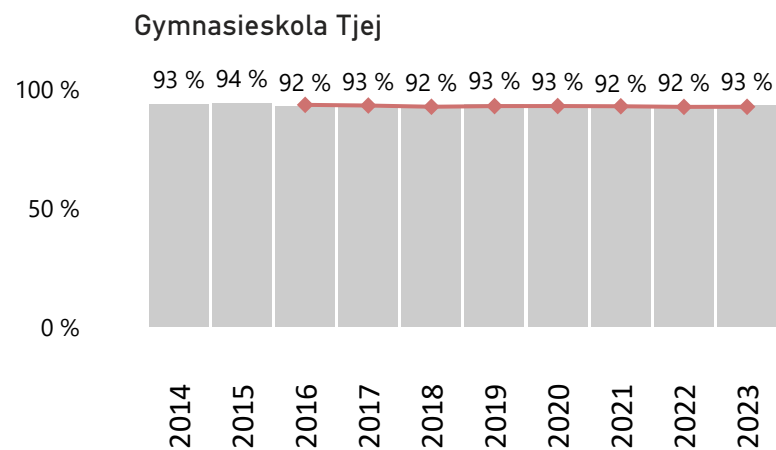
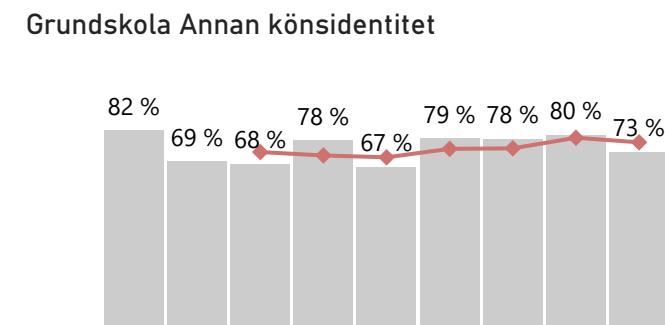
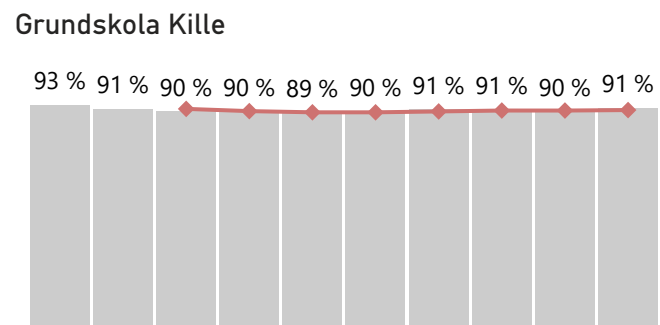
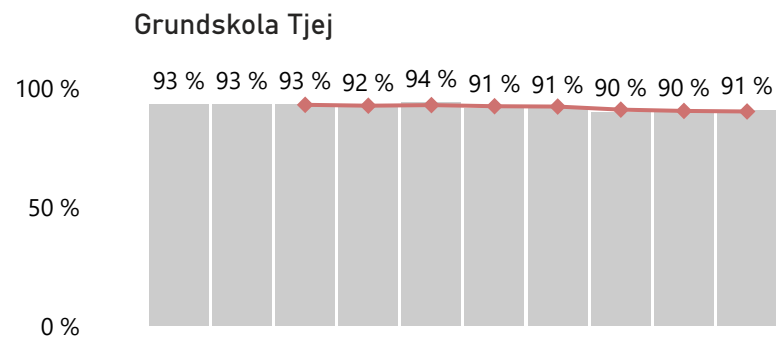
FÖRÄLDRASTÖD



Det är färre som upplever stöd av föräldrar bland ungdomar som uppger dålig familjeekonomi jämfört med god. Störst skillnad ses för hjälp med läxor. Det är mer än 40 procent vanligare att få hjälp med läxor bland de som uppger god jämfört med dålig familjeekonomi.

RELATIONER

Ungdomar som har en eller flera nära vänner



-Detta resultat bygger på frågan "Har du någon riktigt bra kompis som du kan lita på och berätta personliga saker för?" och svarsalternativen Ja, flera/Ja, en

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

RELATIONER

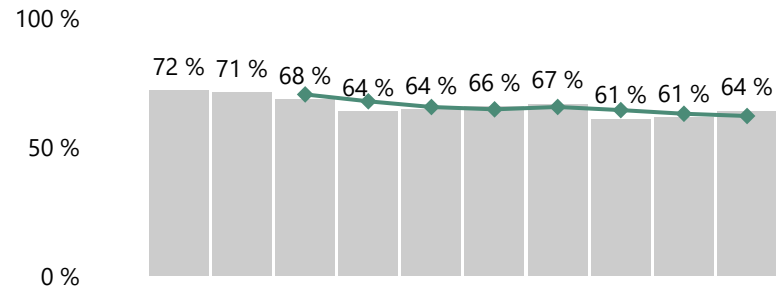


Att ha en bra kompis som man litar på är en mycket viktig fråga för ungdomarna. Att var tionde ungdom saknar en nära vän ser många som ett allvarligt problem som vuxenvärlden borde reagera och agera på.

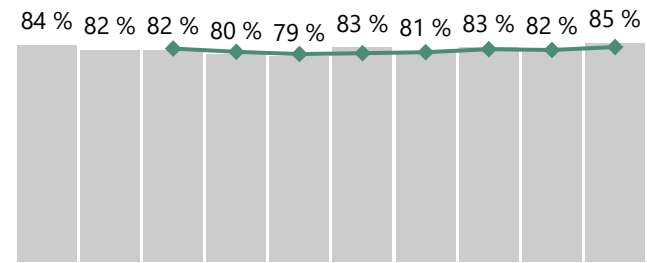
HÄLSA

Ungdomar med bra hälsa

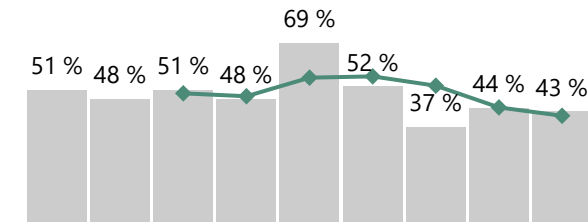
Grundskola Tjej



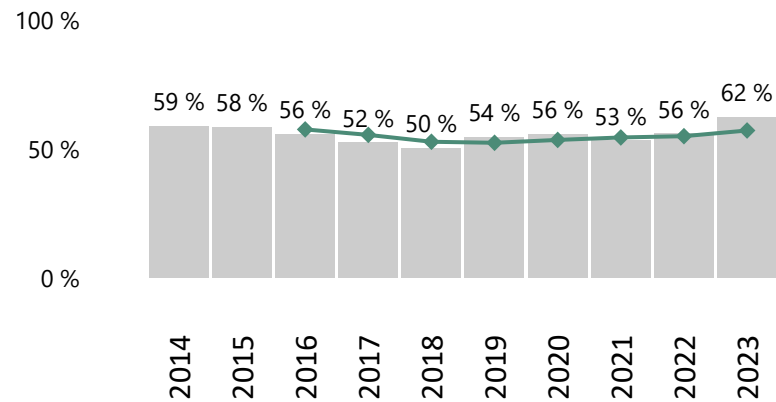
Grundskola Kille



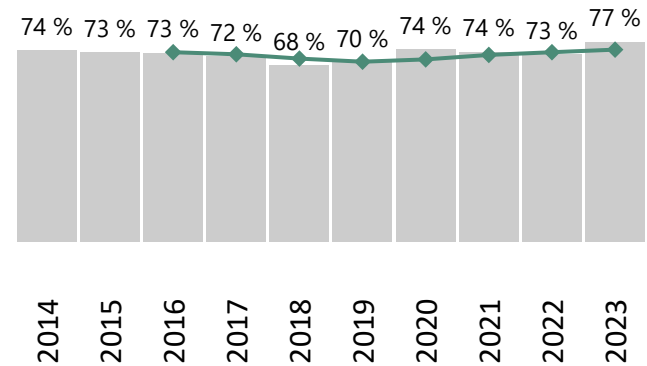
Grundskola Annan könsidentitet



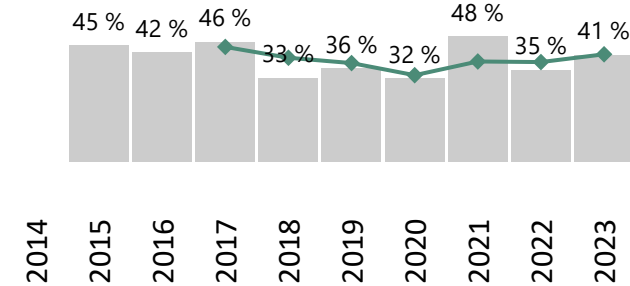
Gymnasieskola Tjej



Gymnasieskola Kille



Gymnasieskola Annan könsidentitet



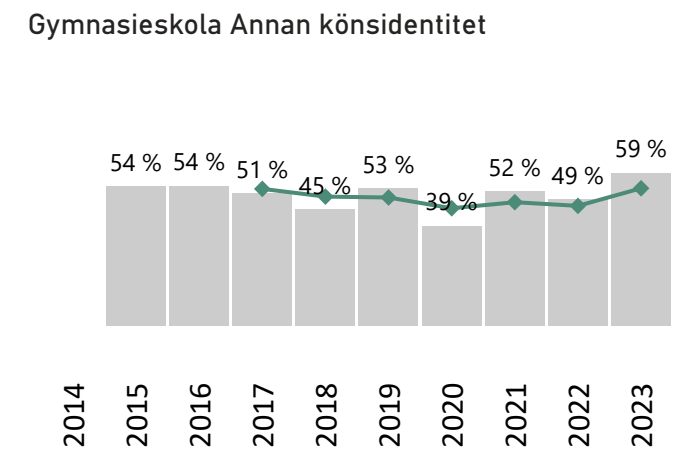
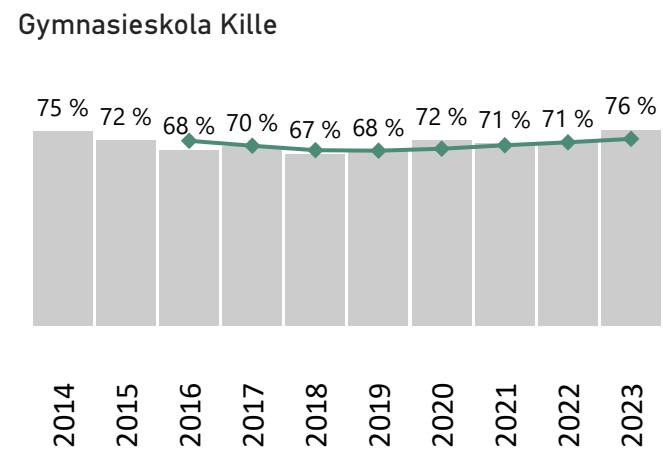
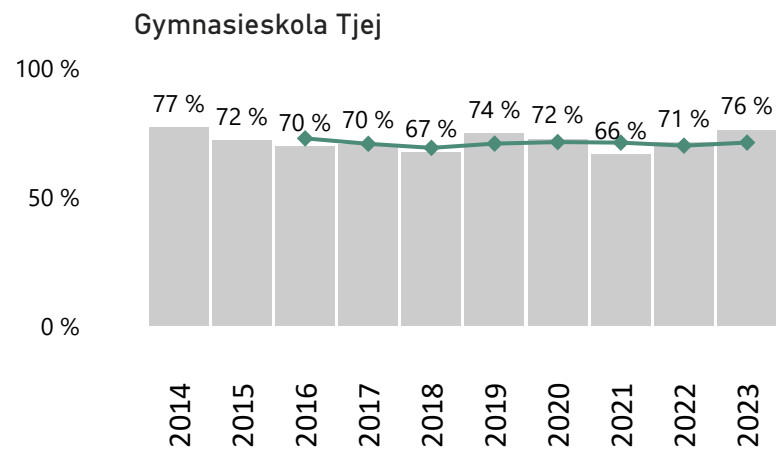
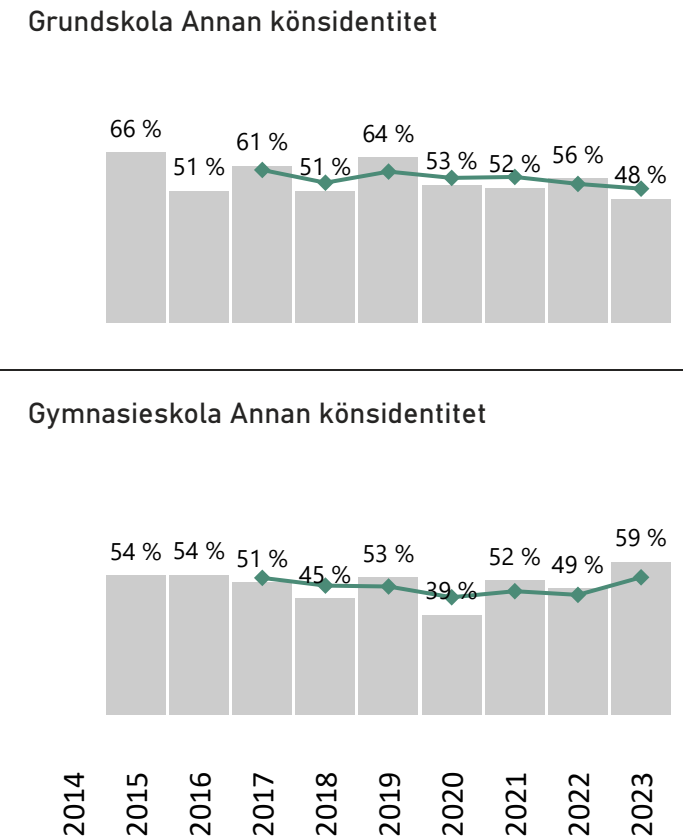
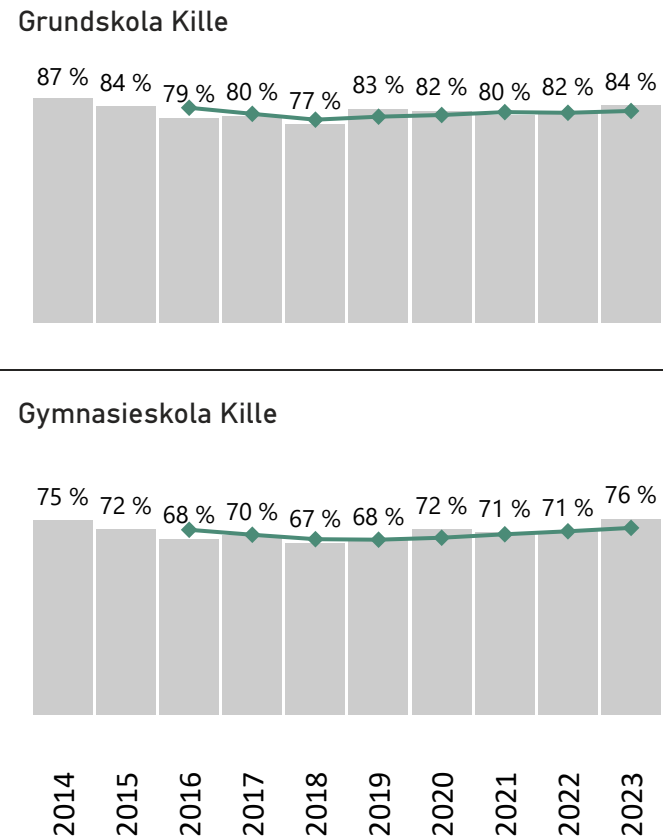
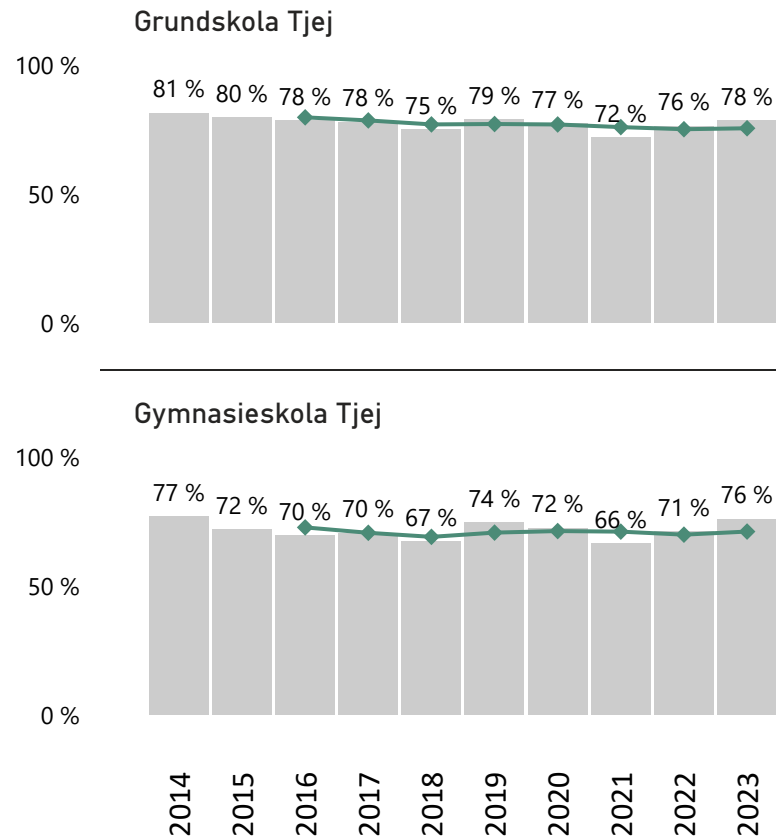
-Detta resultat bygger på frågan "Hur tycker du att din hälsa är?" och svarsalternativen Mycket bra/Bra

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämma ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

HÄLSA

Ungdomar med god sömn



-Detta resultat bygger på frågan "Hur tycker du att du sover?" och svarsalternativen Mycket bra/Ganska bra

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämma ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

HÄLSA

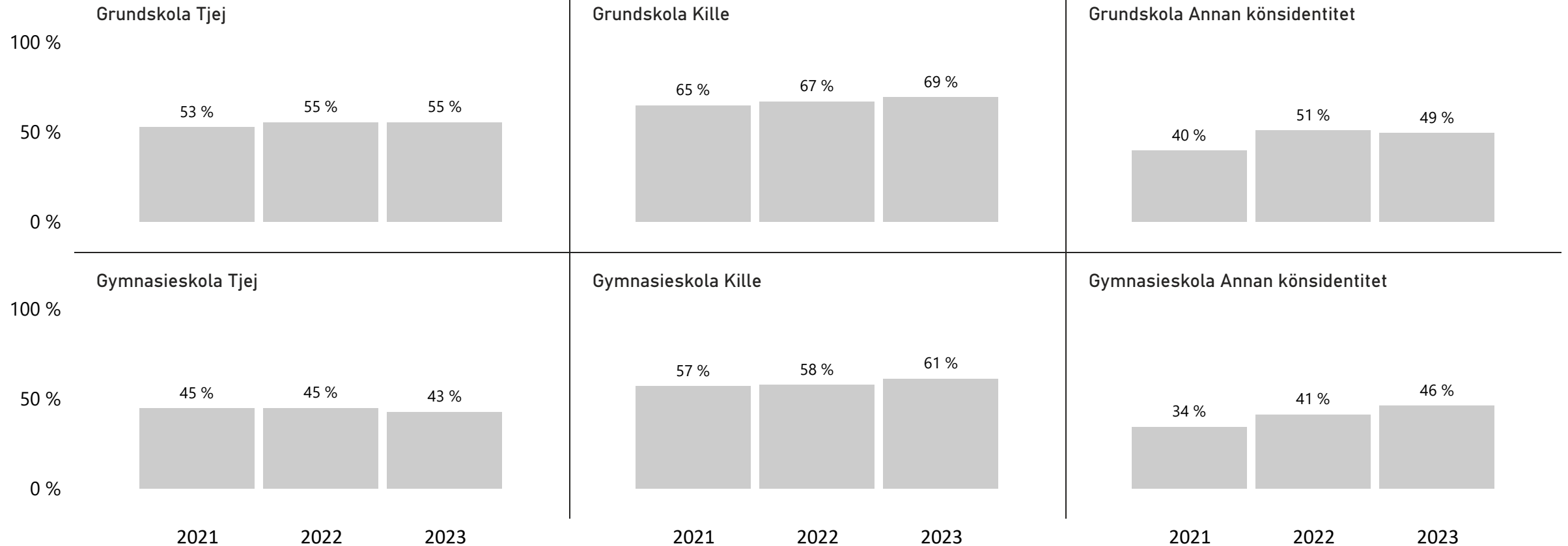
Data från ungdomsenkäten visar att god hälsa har samband med att vara fysiskt aktiv, att känna att man duger som man är samt god familjeekonomi. Dålig hälsa har samband med besvär av stress, oro/ångest, psykosomatiska besvär samt bruk av alkohol.



Ungdomars egna tankar om hur de kan förbättra sin hälsa stämmer väl överens med sambandsanalyserna. Dessutom tycker ungdomarna att deras hälsa kan förbättras av att begränsa skärmtid, bättre matvanor, mer sömn, samt goda relationer med föräldrar, kompisar och partner.

FYSISK AKTIVITET

Ungdomar som är fysiskt aktiva en timme eller mer per dag



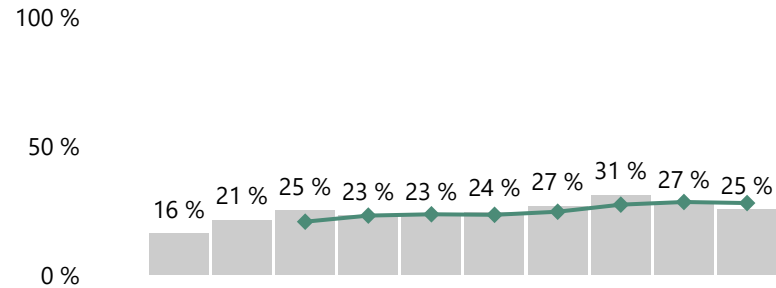
-Detta resultat bygger på frågan "Hur många timmar i veckan lägger du på träning som gör dig andfådd, till exempel springa, spela fotboll, gå på gym eller idrottslektion i skolan?" och frågan "Hur många timmar i veckan lägger du på vardagsmotion, till exempel promenader i snabb takt eller cykla till och från skolan?" och svarsalternativen som tillsammans utgör 7 timmar eller mer per vecka.

-Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.

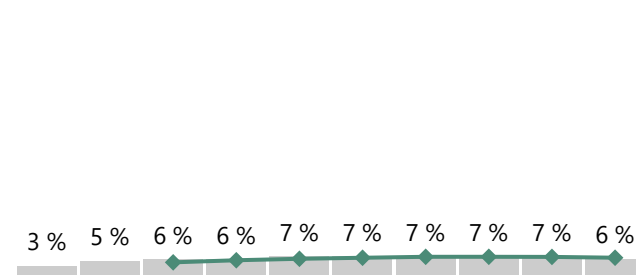
PSYKISK HÄLSA

Ungdomar med daglig oro/ångest

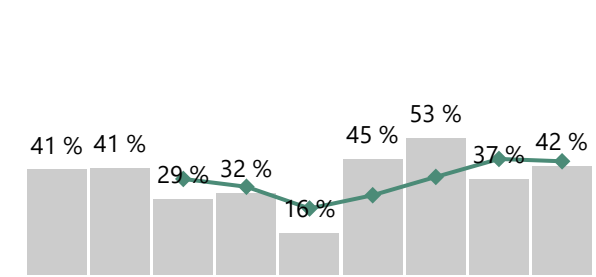
Grundskola Tjej



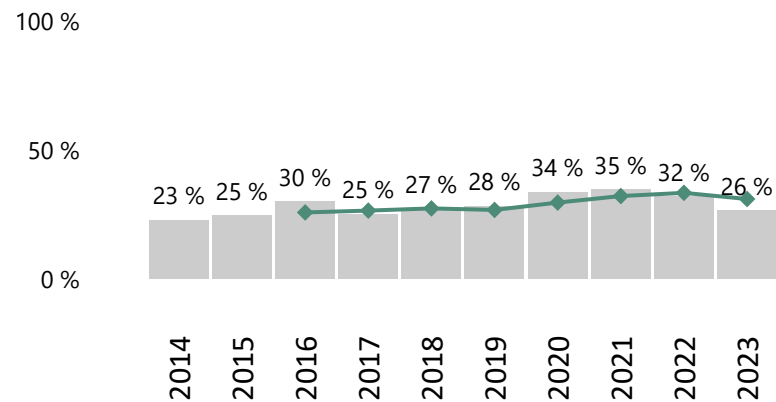
Grundskola Kille



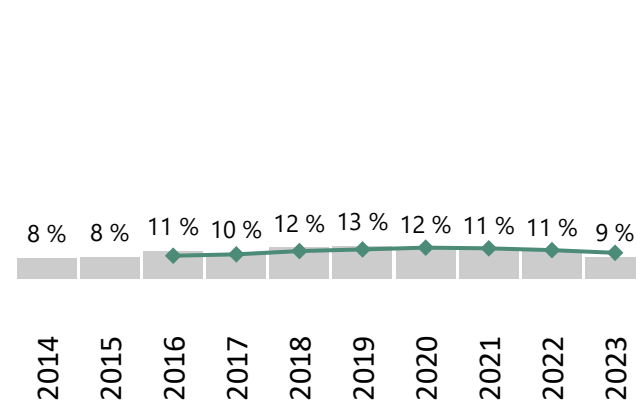
Grundskola Annan könsidentitet



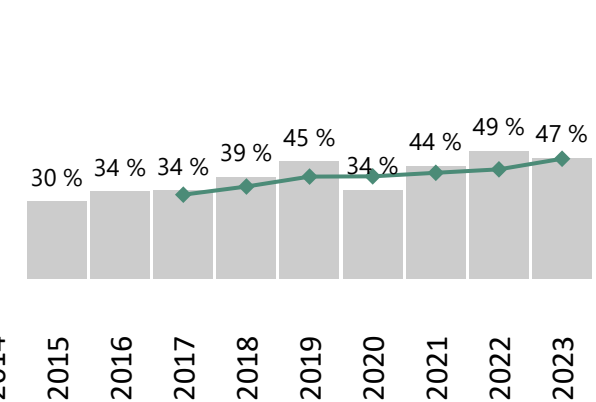
Gymnasieskola Tjej



Gymnasieskola Kille



Gymnasieskola Annan könsidentitet



-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta har du haft oro/ångest under denna termin?" och svarsalternativet Nästan varje dag
-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.
-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämma ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

PSYKISK HÄLSA

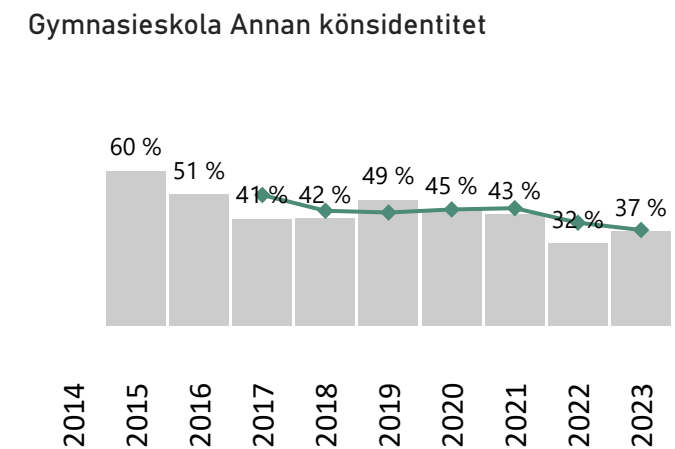
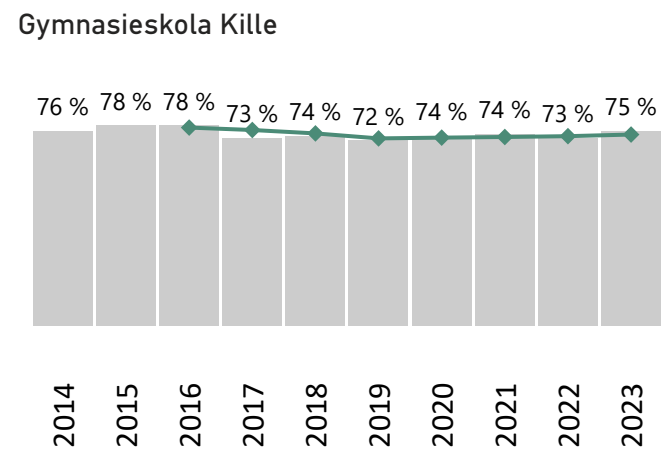
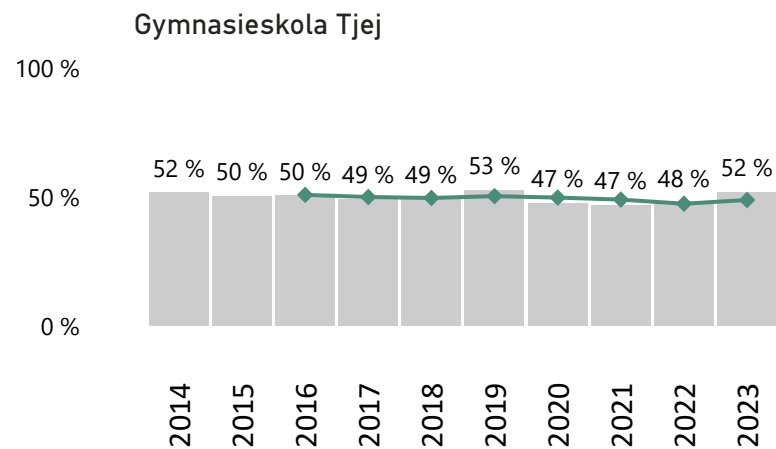
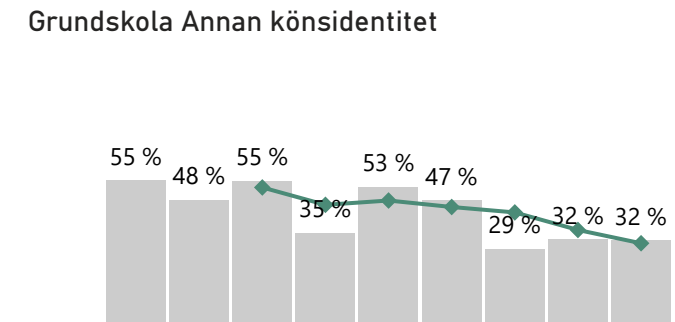
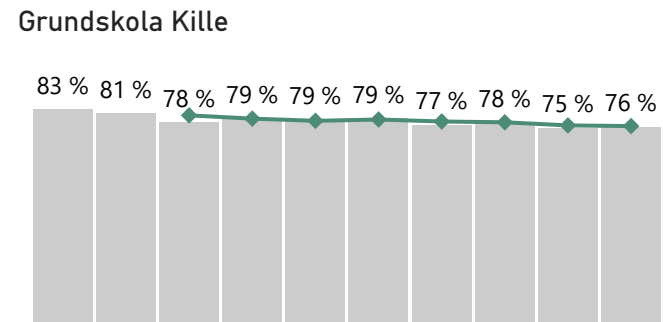
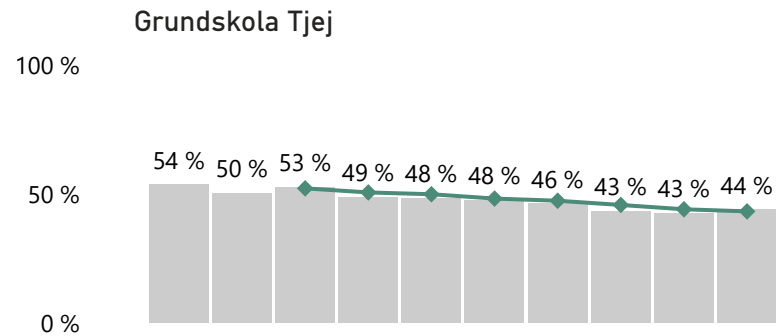
Ungdomars tankar om hur den psykiska ohälsan kan förbättras handlar om att arbeta mer förebyggande med psykisk hälsa, gärna under skoltid. De vill bland annat veta hur man stärker sin psykiska hälsa, hur man får bättre självförtroende samt vad som är normalt dåligt mående och var gränsen går för när man behöver söka hjälp. De vill också minska stress generellt bland unga, främst i skolan men även på fritiden med krav på utseende, aktiviteter och socialt liv. De önskar också att fler har någon att prata med.

Enligt ungdomarna beror psykisk ohälsa främst på skolstress och krav från samhälle och sociala medier som medför osunda ideal och jämförelsekomplex. Könsskillnaderna tror de kan förklaras av normer och ojämställdhet. Det är mer krav och press på tjejer både vad det gäller utseende och beteende. Killar tror de inte vågar berätta hur de känner på grund av "machokultur".



PSYKISK HÄLSA

Ungdomar som alltid/ofta känner att de duger som de är



-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta känner du att du duger precis som du är?" och svarsalternativen Alltid/Ofta

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

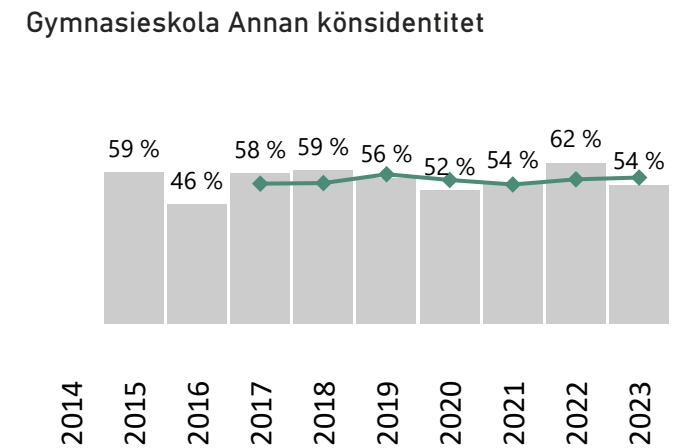
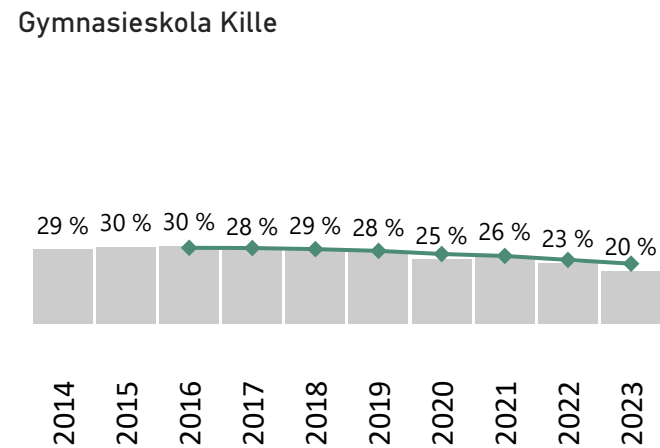
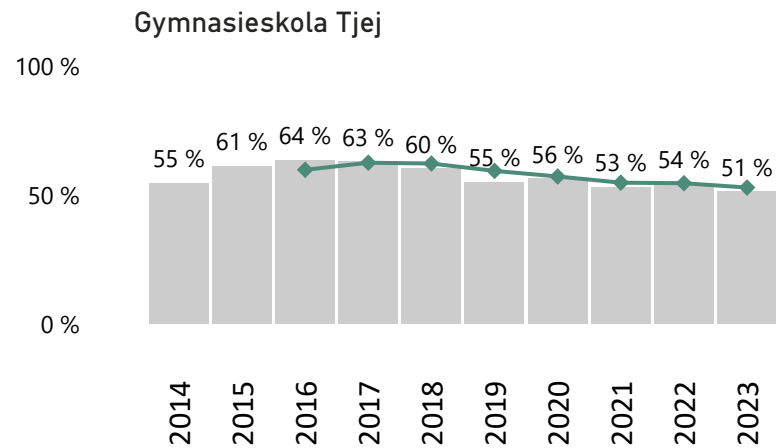
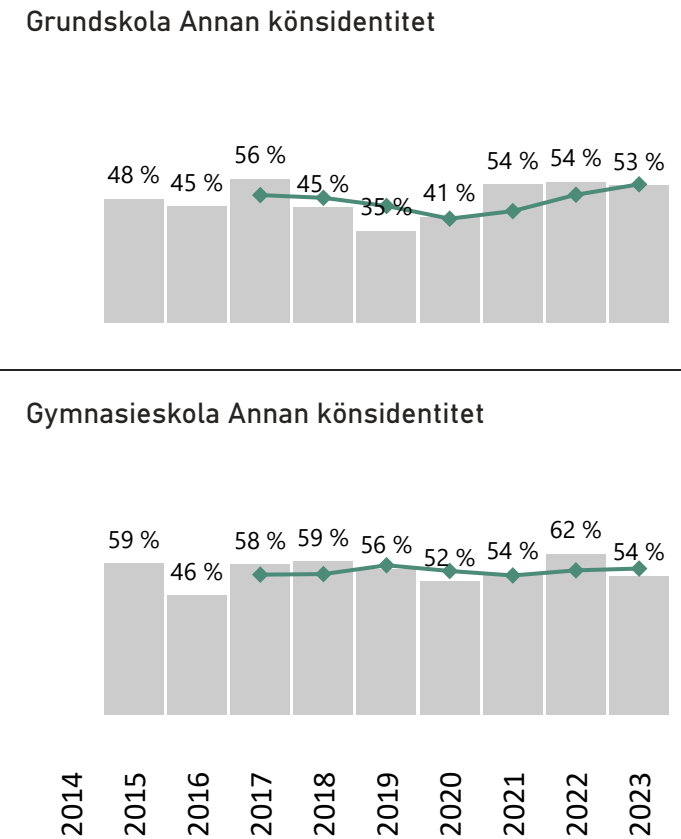
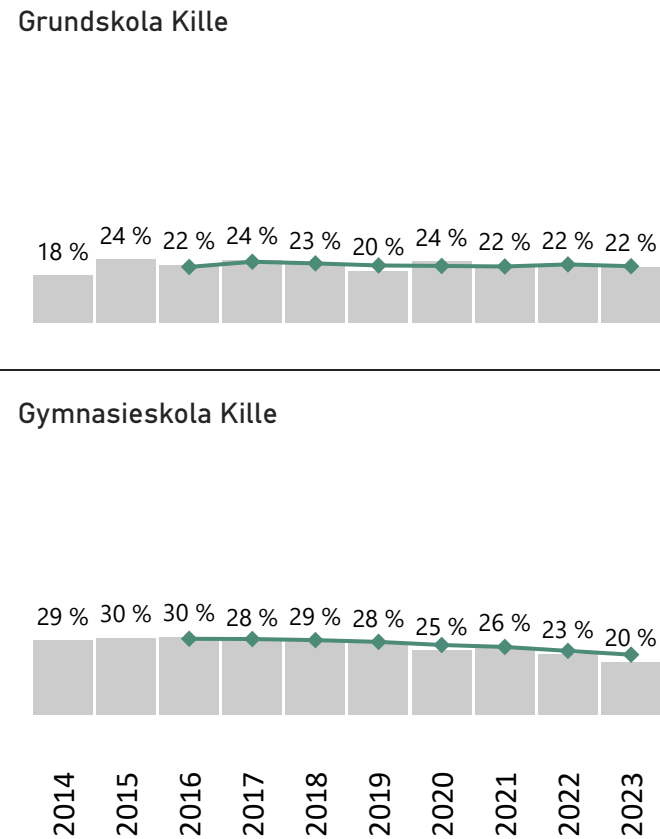
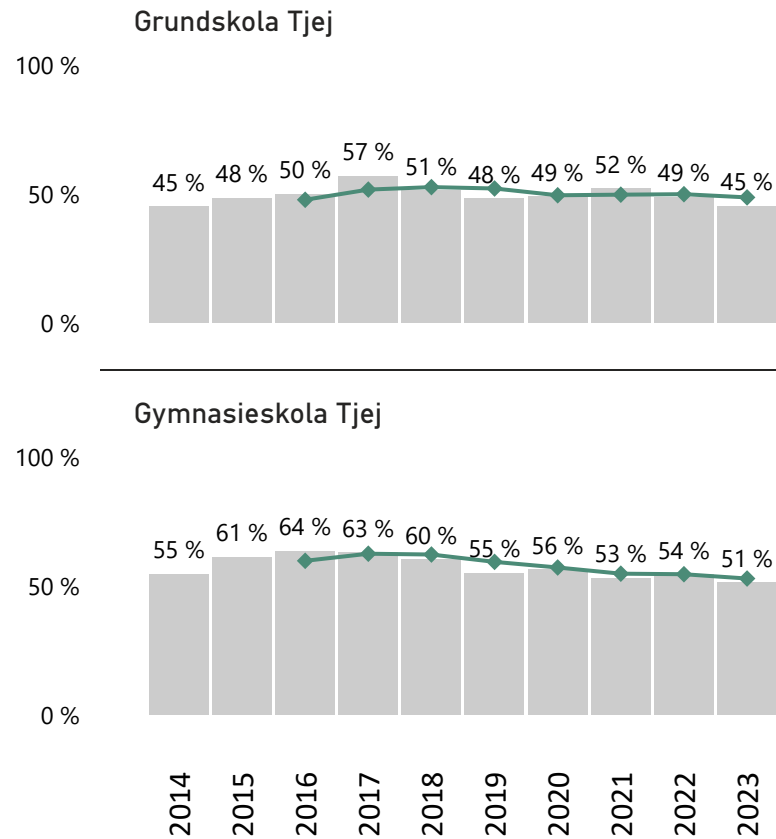
PSYKISK HÄLSA



Tjejer har svårt att känna att de duger på grund av normer och ideal i samhället som förmedlas via reklam och sociala medier och skapar orealistiska förväntningar på tjejers utseende och beteende. Många ungdomar säger också att tjejer dömer sig själva hårdare och har sämre självkänsla och självförtroende än killar.

PSYKISK HÄLSA

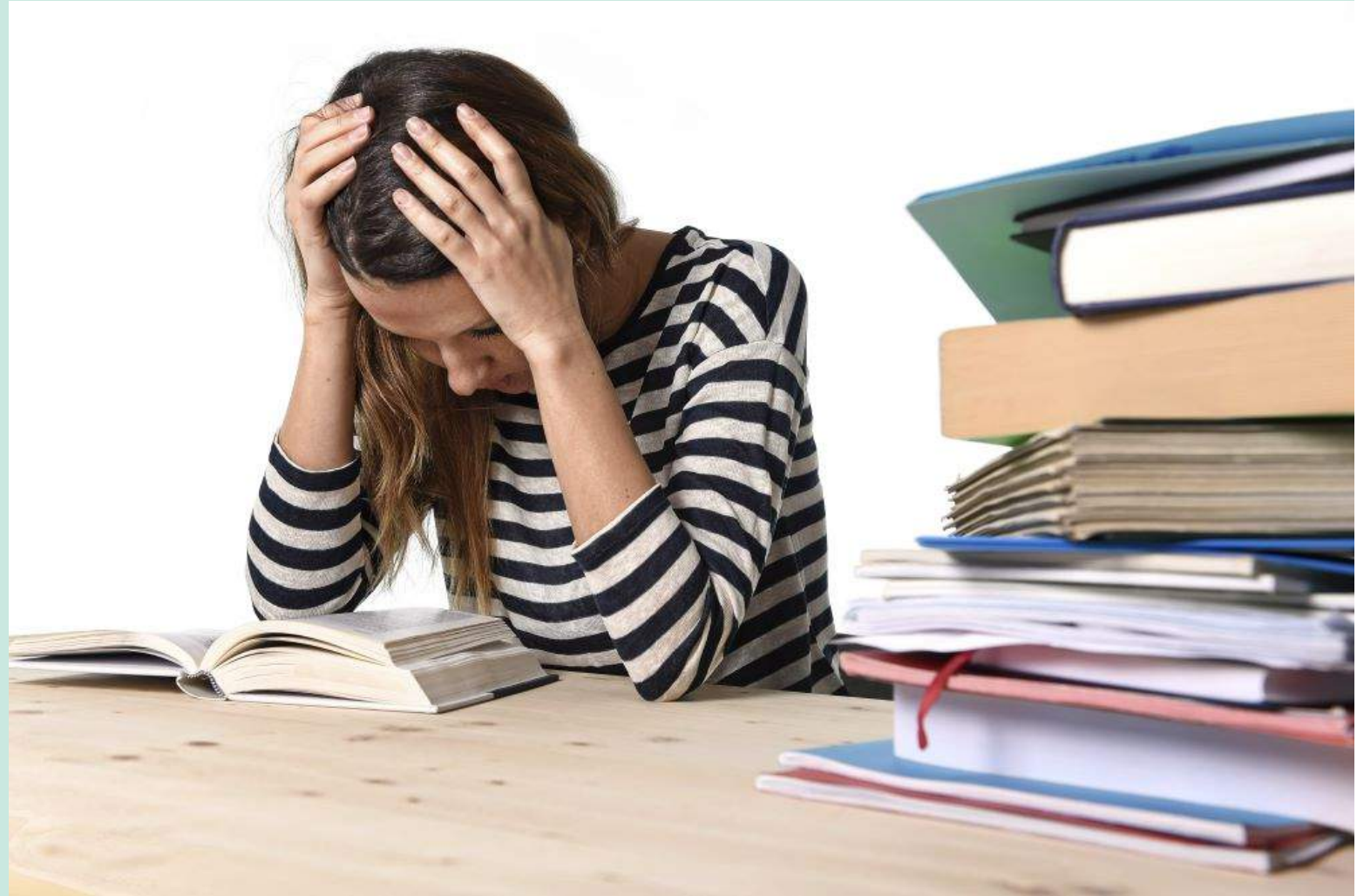
Ungdomar som ofta är stressade i skolan



-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta känner du dig stressad en vanlig dag i skolan?" och svarsalternativet Känner mig ofta
-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.
-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

PSYKISK HÄLSA

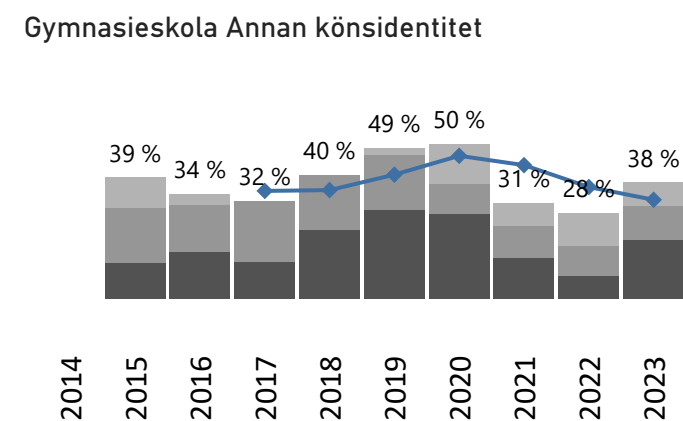
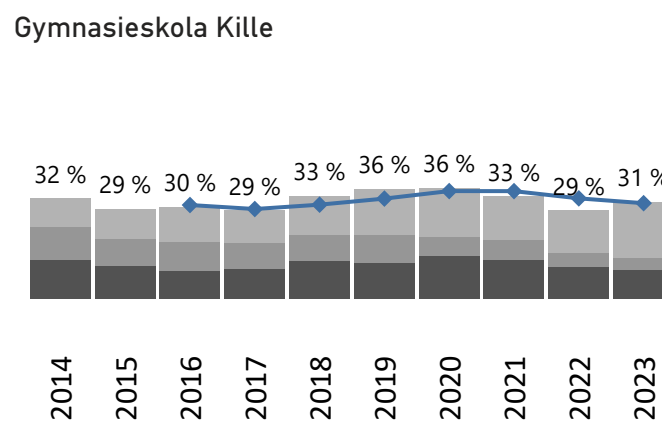
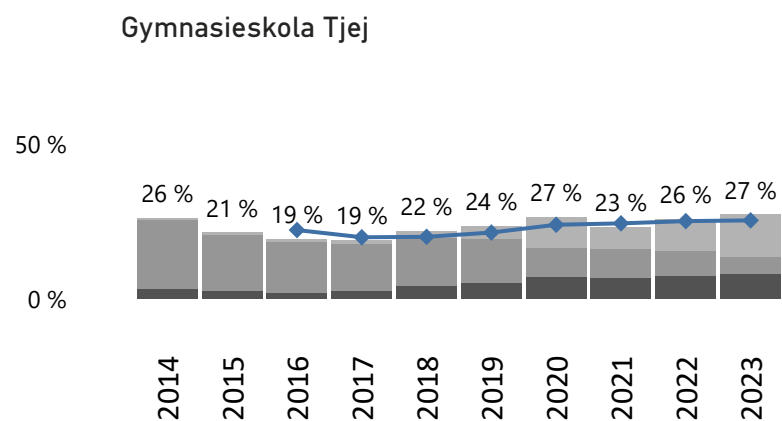
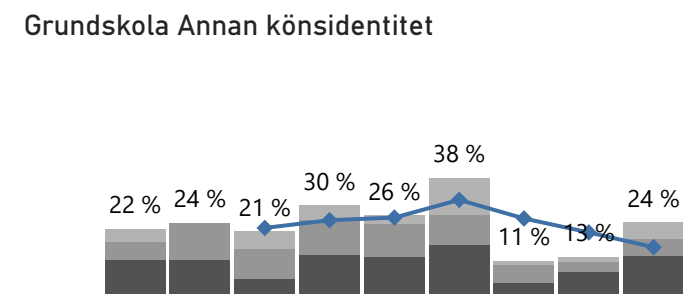
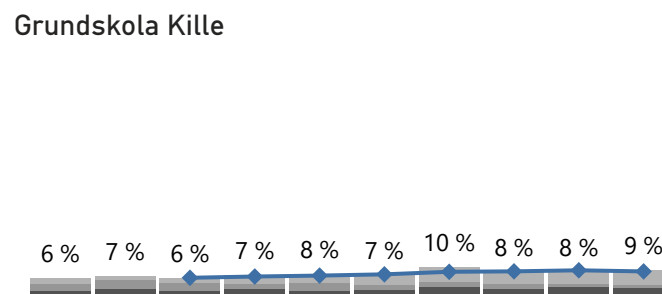
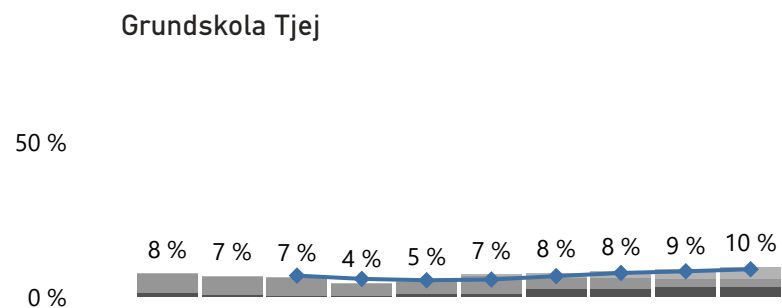
Ungdomarna uppger att de hanterar stress i vardagen med att vila och genom att avleda tanken på det som stressar via roliga aktiviteter. Många tycker om att planera och åtgärda det som stressar. Andra sätt att hantera stress är att prata med närstående, träna eller tänka positivt. En av fyra har dock svårt att hantera stress eller hanterar den på ett destruktivt sätt.



TOBAK

Ungdomar med tobaksbruk

● Röker och snusar ● Endast röker ● Endast snusar ◆ Glidande medelvärde för totalt tobaksbruk % Visar totalt tobaksbruk



-Detta resultat bygger på frågan: "Röker du cigaretter?" och "Snusar du?" med svarsalternativen Ja, ibland/Ja, varje dag

-Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

TOBAK

Ungdomar som använder tobak har ofta sämre psykisk och fysisk hälsa, sover sämre, äter sämre och har mer besvär av värk. De blir också i oftare mobbade i skolan.

Att börja röka handlar enligt ungdomarna ofta om ett behov av att tillhöra en grupp och känna samhörighet.



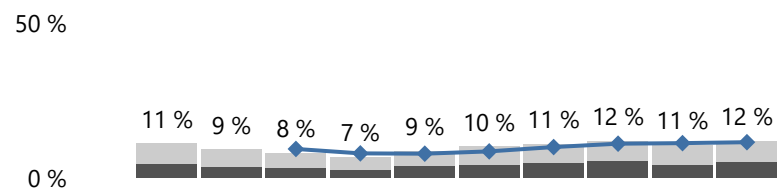
Anledningen till att bruket av snus ökar, framförallt bland unga tjejer, är enligt ungdomarna att vitt nikotinsnus upplevs som fräscht, tilltalande och modernt.

ALKOHOL

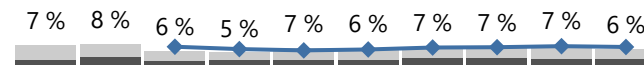
Ungdomar som druckit sig berusad

● Flera gånger ● En gång ◆ Glidande medelvärde totalt berusningsdrickande % Visar totalt berusningsdrickande

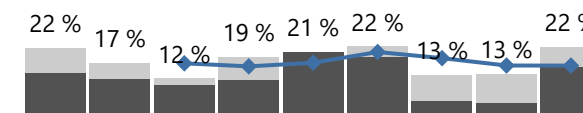
Grundskola Tjej



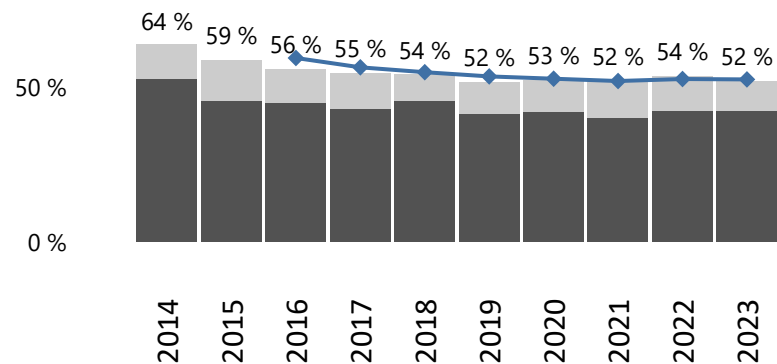
Grundskola Kille



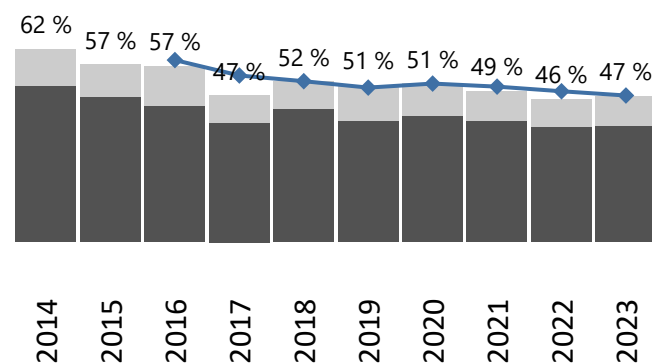
Grundskola Annan könsidentitet



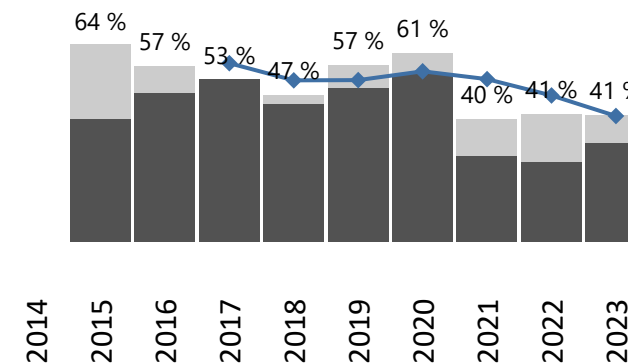
Gymnasieskola Tjej



Gymnasieskola Kille



Gymnasieskola Annan könsidentitet



-Detta resultat bygger på frågan "Har du druckit så mycket alkohol att du känt dig full/berusad?" och svarsalternativen En gång/Flera gånger

-Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

ALKOHOL

Nästan var tredje elev i årskurs två på gymnasiet har bjudits på alkohol av sina föräldrar. Det är mer än dubbelt så vanligt med berusningsdrickande bland ungdomar som blir bjudna på alkohol av föräldrar jämfört med de som inte blir bjudna av föräldrarna.



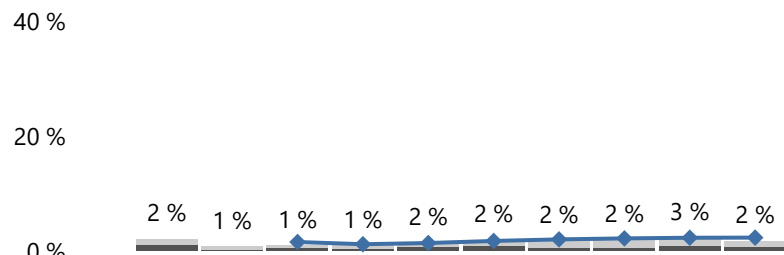
Andelen gymnasielever som dricker alkohol har minskat mellan 2014-2023. Bland ungdomar i årskurs 8 är minskningen inte lika markant.

NARKOTIKA

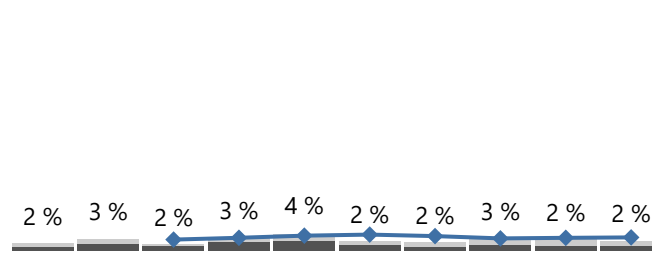
Ungdomar som använt narkotika

● Flera gånger ● En gång % visar totalt använt narkotika ◆ Glidande medelvärde totalt använt narkotika

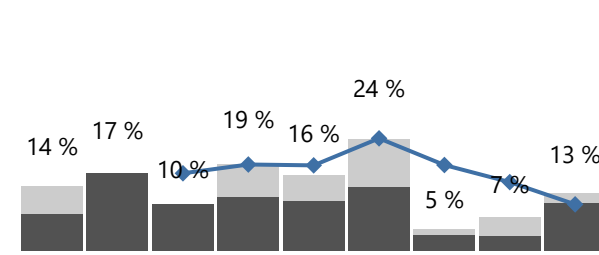
Grundskola Tjej



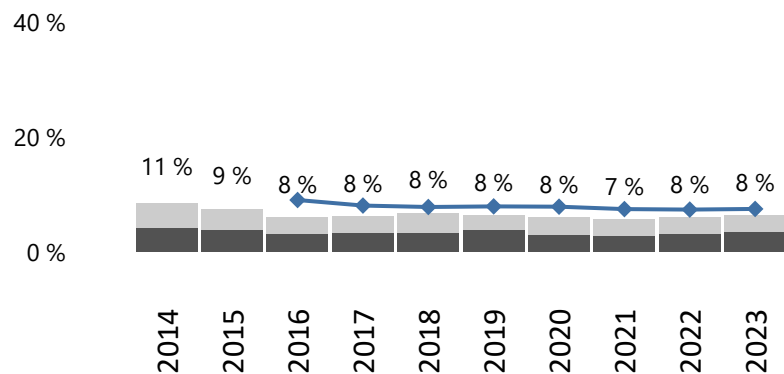
Grundskola Kille



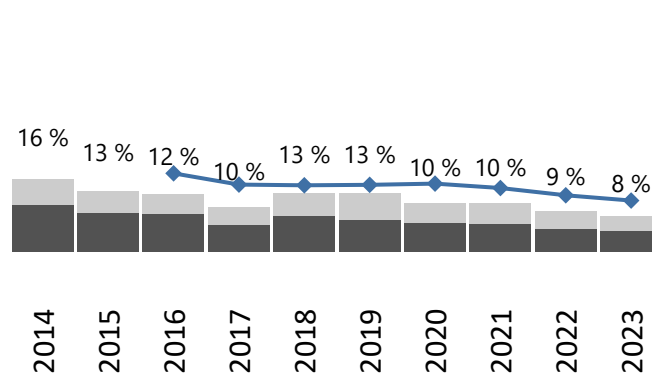
Grundskola Annan könsidentitet



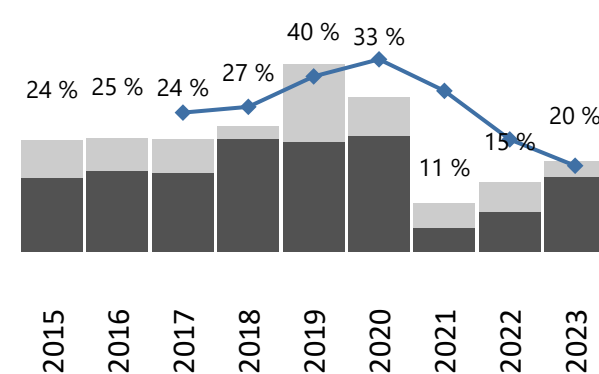
Gymnasieskola Tjej



Gymnasieskola Kille



Gymnasieskola Annan könsidentitet



-Detta resultat bygger på frågan "Har du någon gång använt narkotika?" och svarsalternativen Ja, en gång/Ja, flera gånger

-Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämma ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

NARKOTIKA



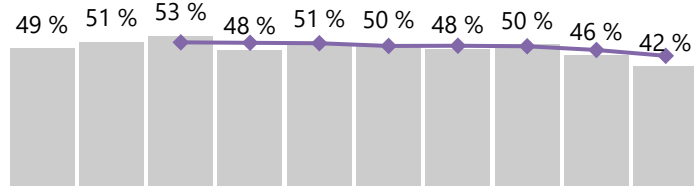
Sedan 2014 har i genomsnitt var femte elev på gymnasiet någon gång blivit erbjuden att prova narkotika.

Ungdomarna tillfrågades om attityder till cannabis första gången 2020. Andelen som tycker att det är ok att röka cannabis har legat stabilt kring 10 procent.

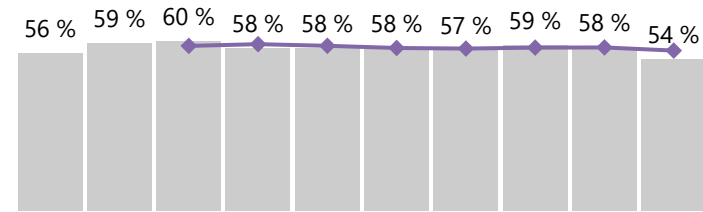
SKOLA

Ungdomar som alltid/ofta upplever arbetsro på lektioner

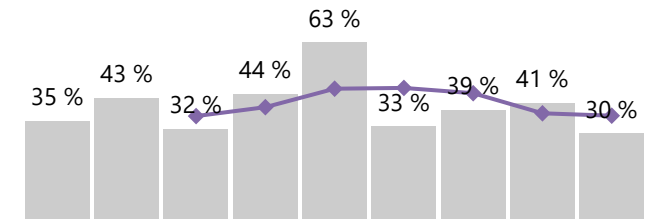
Grundskola Tjej



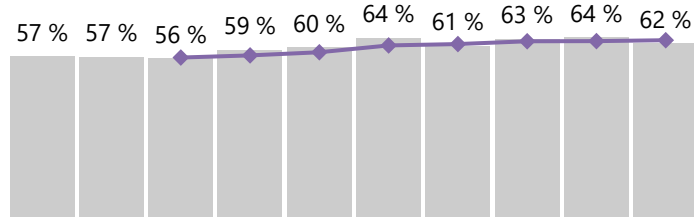
Grundskola Kille



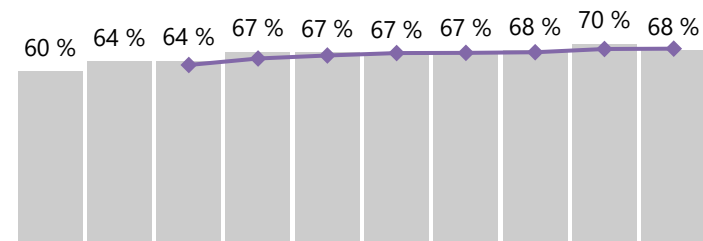
Grundskola Annan könsidentitet



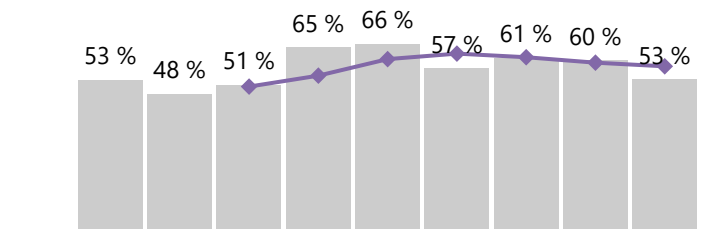
Gymnasieskola Tjej



Gymnasieskola Kille



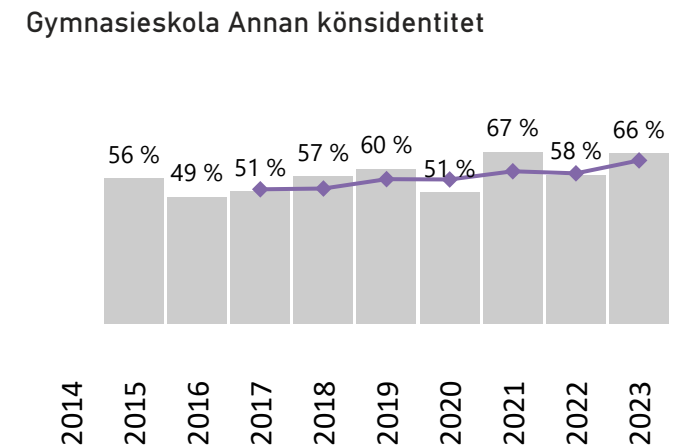
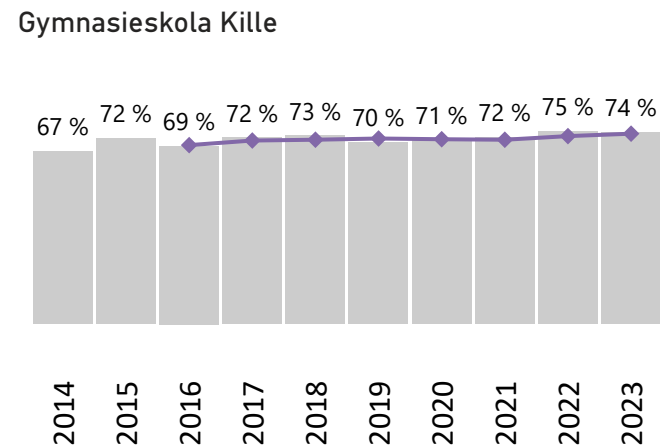
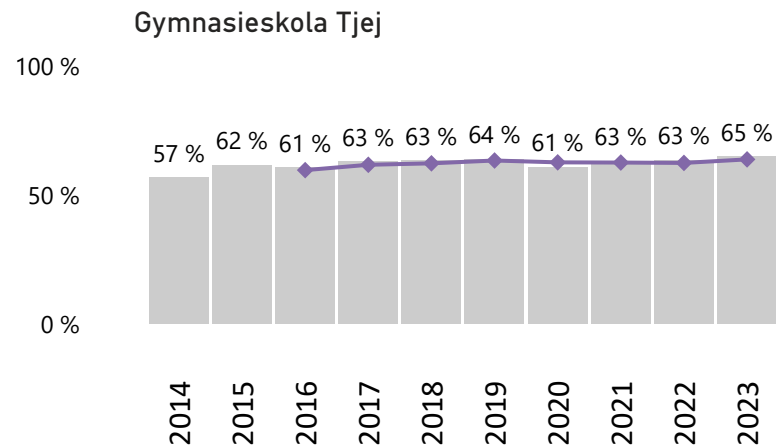
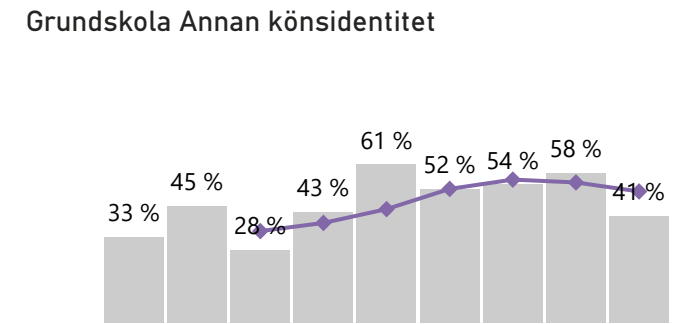
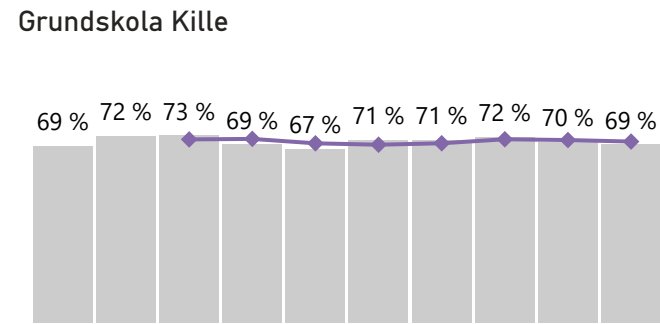
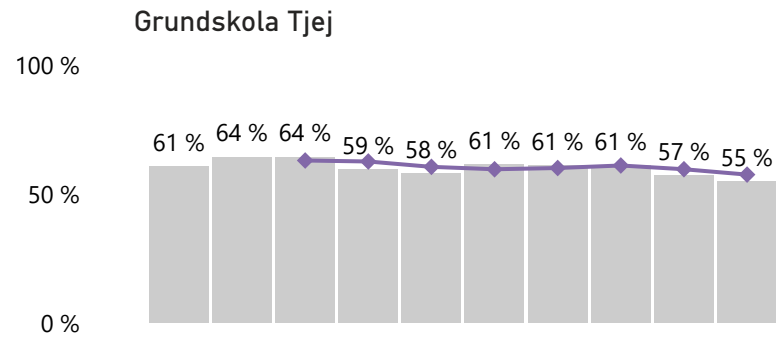
Gymnasieskola Annan könsidentitet



-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta upplever du att du har arbetsro på lektionerna i skolan?" och svarsalternativen Alltid/Ofta
-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.
-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

SKOLA

Ungdomar som alltid/ofta upplever att lärare ger stöd och hjälp att utvecklas



-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta upplever du att lärarna ger dig stöd och hjälp att utvecklas?" och svarsalternativen Alltid/Ofta
-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.
-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

SKOLA

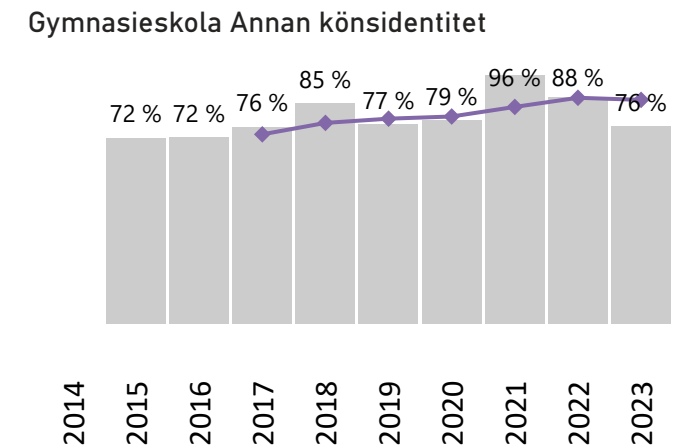
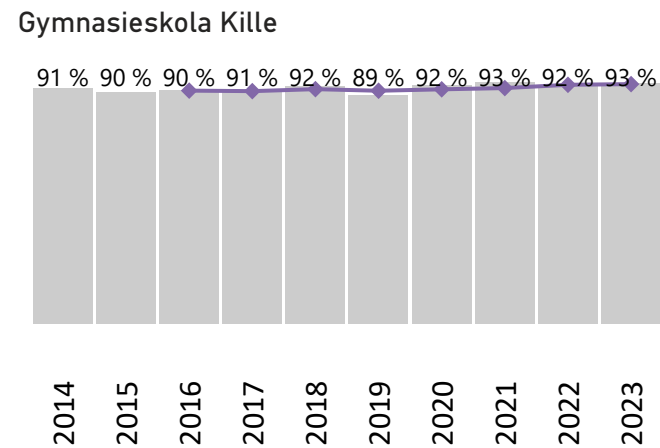
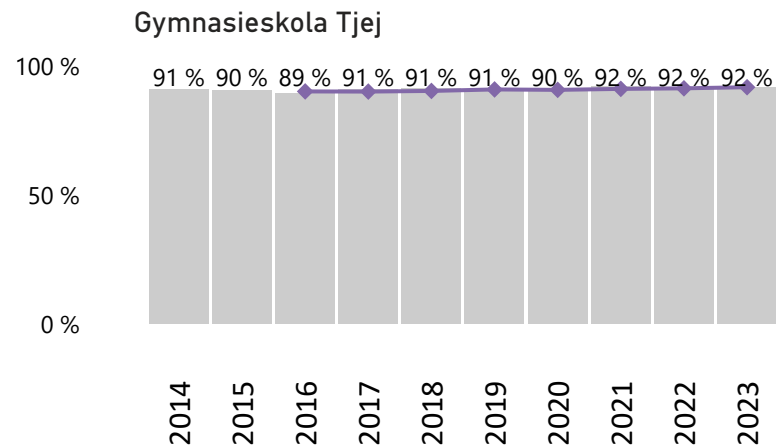
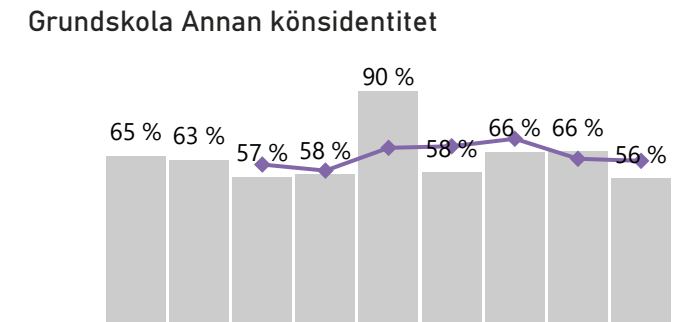
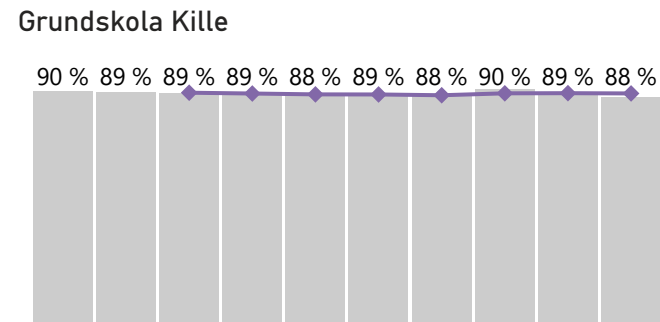
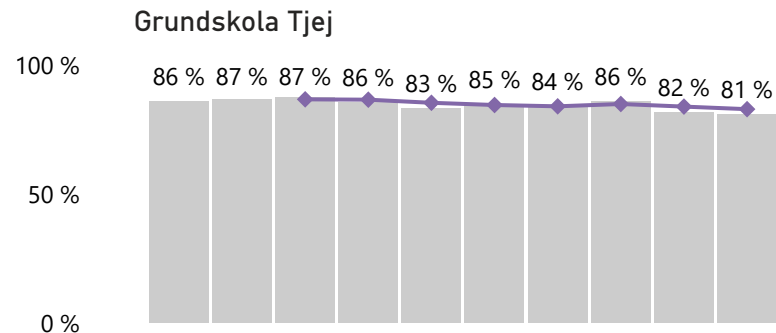
Ungdomarnas förbättringsförslag till skolan handlar om arbetsmiljö, arbetssätt och lärare. Förbättringar av arbetsmiljön handlar oftast om bättre arbetsro och lägre ljudnivåer i klassrummet samt bättre skolmat. När det gäller förändringar av arbetssätt påpekas bland annat önskemål om mer varierande undervisning och färre läxor. Eleverna efterfrågar skolämnen som bättre förbereder dem inför livet, ett område som nämns är livskunskap.

Kommentarer om lärare handlar om bättre bemötande utan favorisering av vissa elever, en mer rättvis betygsättning och att eleverna själva får vara delaktiga i upplägg av lektioner.



SKOLA

Ungdomar som trivs bra i skolan



-Detta resultat bygger på frågan "Hur trivs du med din skola?" och svarsalternativen Mycket bra/Ganska bra

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

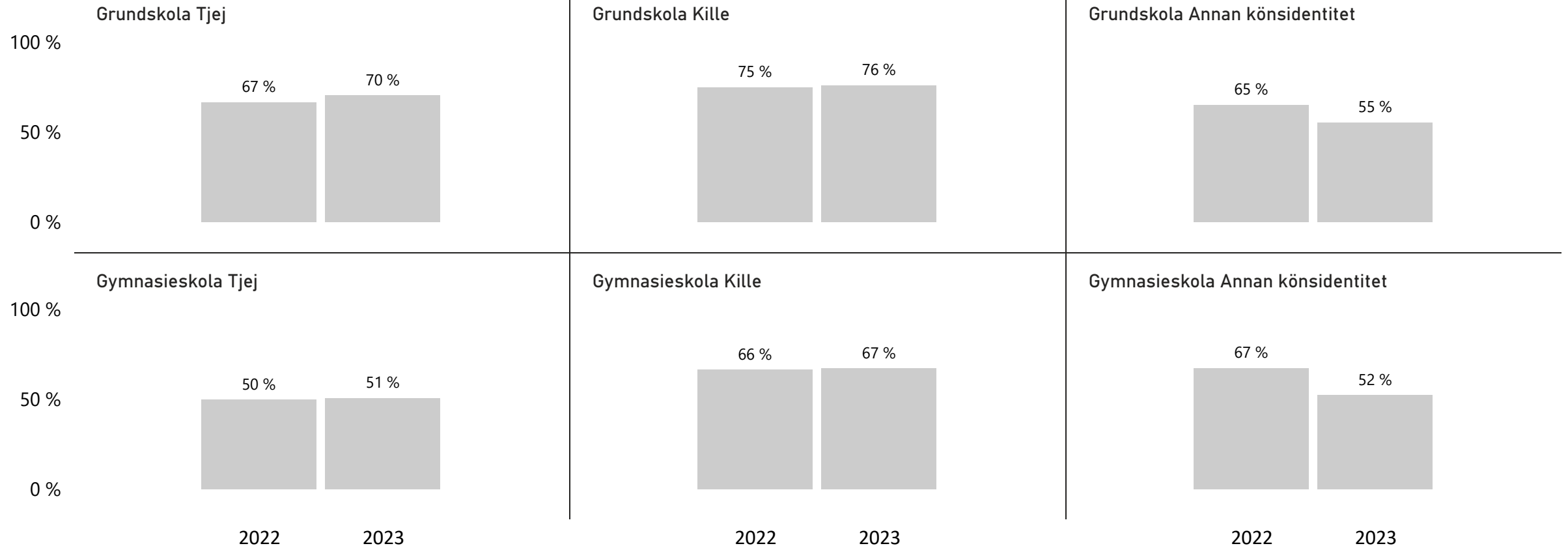
SKOLA



Andelen ungdomar som trivs i skolan är hög. Trots det har andelen som känner sig glada i skolan minskat sedan 2014. Trivsel och glädje handlar enligt ungdomarna om goda relationer med klasskompisar och lärare samt stämning på skolan, men även om minskad skolstress och bra undervisning.

FRITIDSAKTIVITET

Ungdomar som har en eller flera fritidsaktiviteter varje vecka



-Detta resultat bygger på frågan "Har du någon planerad fritidsaktivitet som du gör varje vecka (t.ex. fotbollsträning, dansgrupp eller spela gitarr)? " och svarsalternativen Nästan varje dag/En eller flera dagar i veckan
-Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.

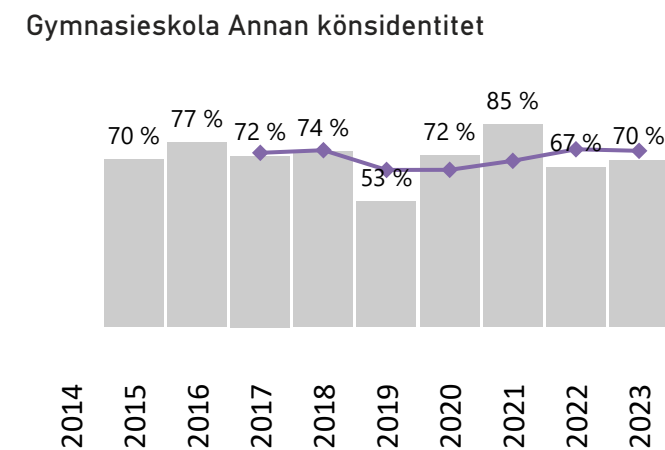
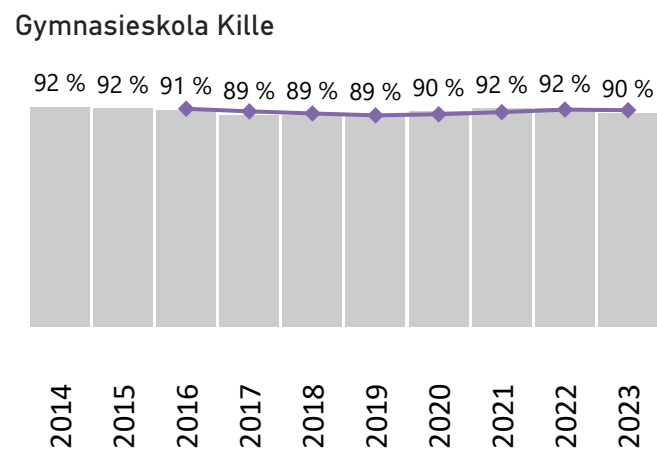
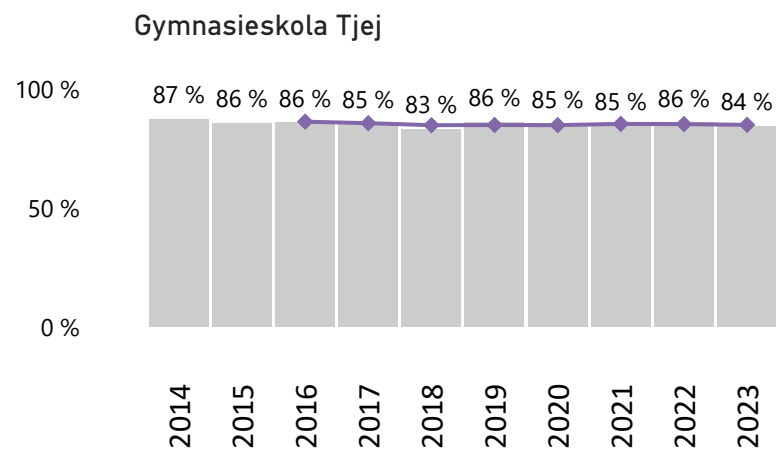
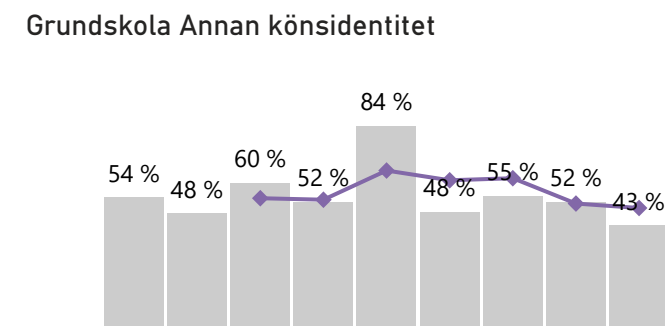
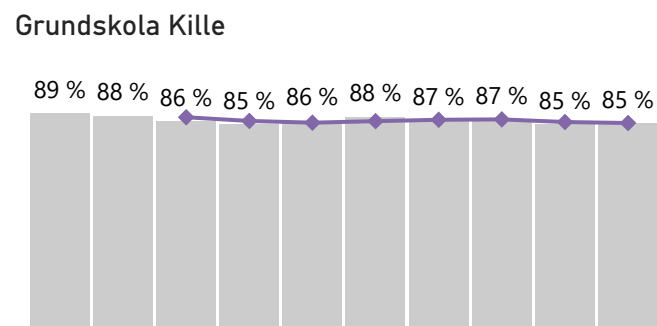
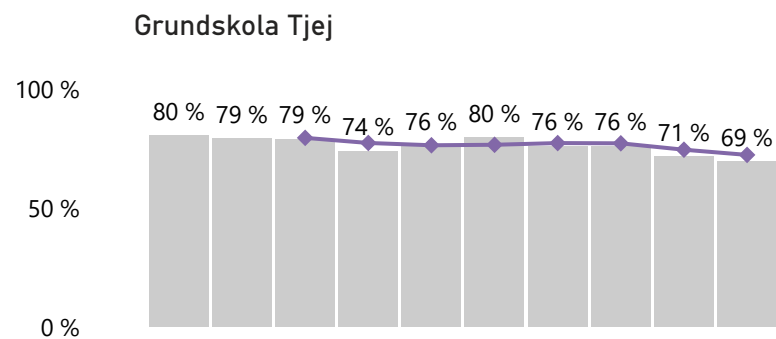
FRITIDSAKTIVITET

Ungdomarnas vanligaste fritidsaktiviteter är träning på egen hand, organiserad idrott, datorspel och att hänga med kompisar på stan. De flesta uppger att de sällan eller aldrig hänger på fritidsgård/ungdomsgård eller deltar i religiösa sammankomster, kulturföreningar eller studieförbund.



TRYGGHET

Ungdomar som alltid/ofta känner sig trygga i skolan



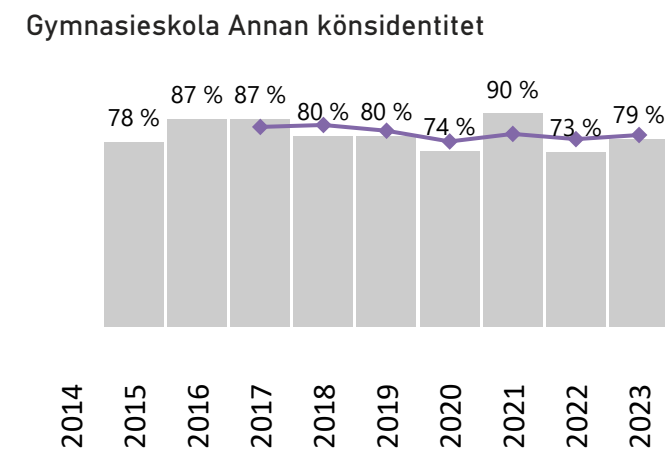
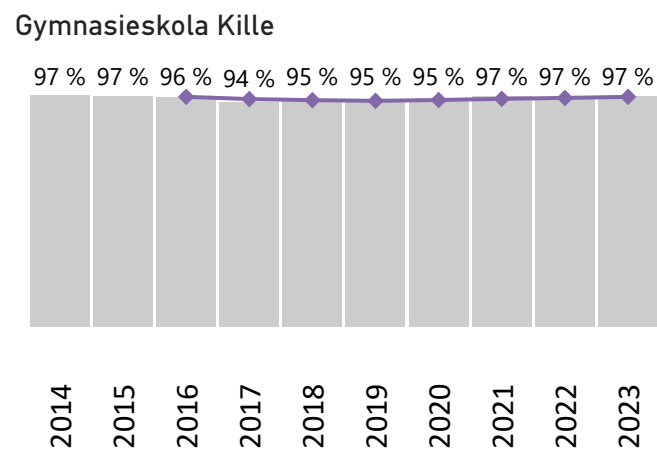
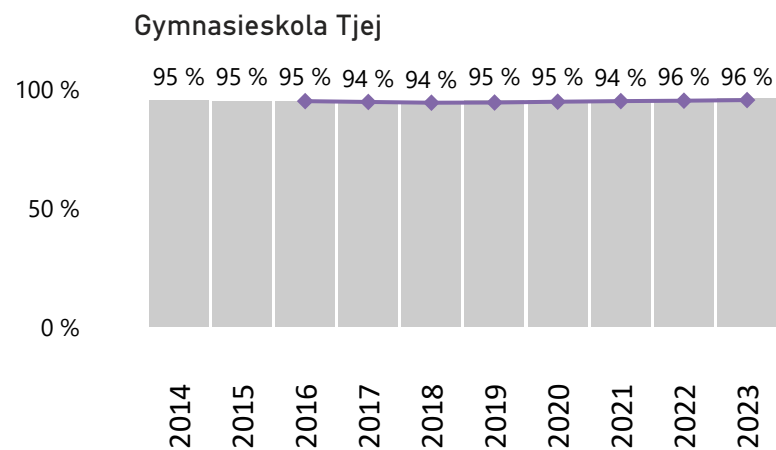
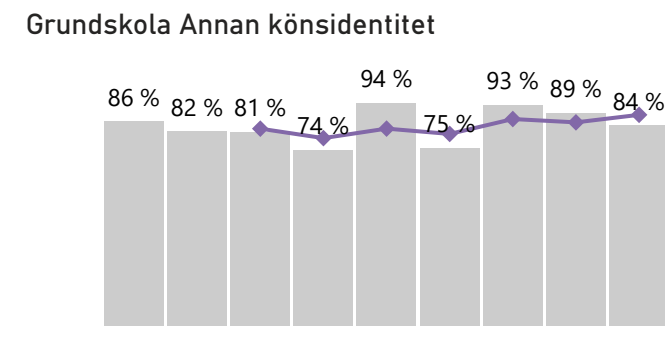
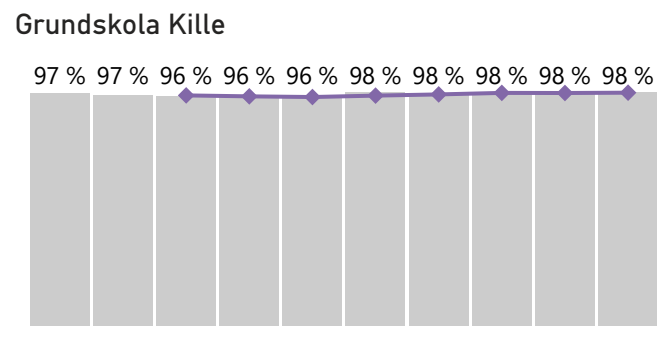
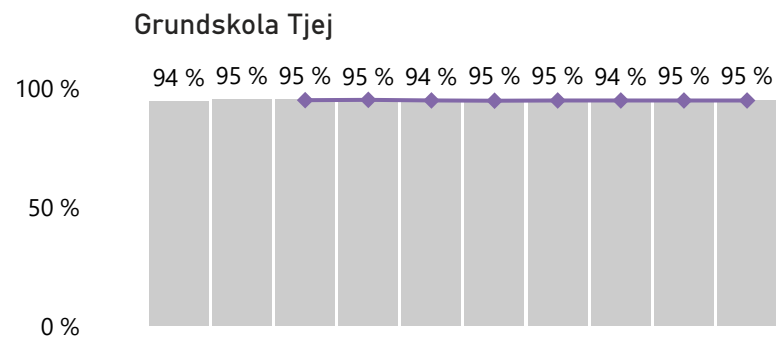
-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta känner du dig trygg i skolan?" och svarsalternativen Alltid/Ofta

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämma ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

TRYGGHET

Ungdomar som alltid/ofta känner sig trygga hemma



-Detta resultat bygger på frågan "Hur ofta känner du dig trygg hemma?" och svarsalternativen Alltid/Ofta

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämma ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

TRYGGHET

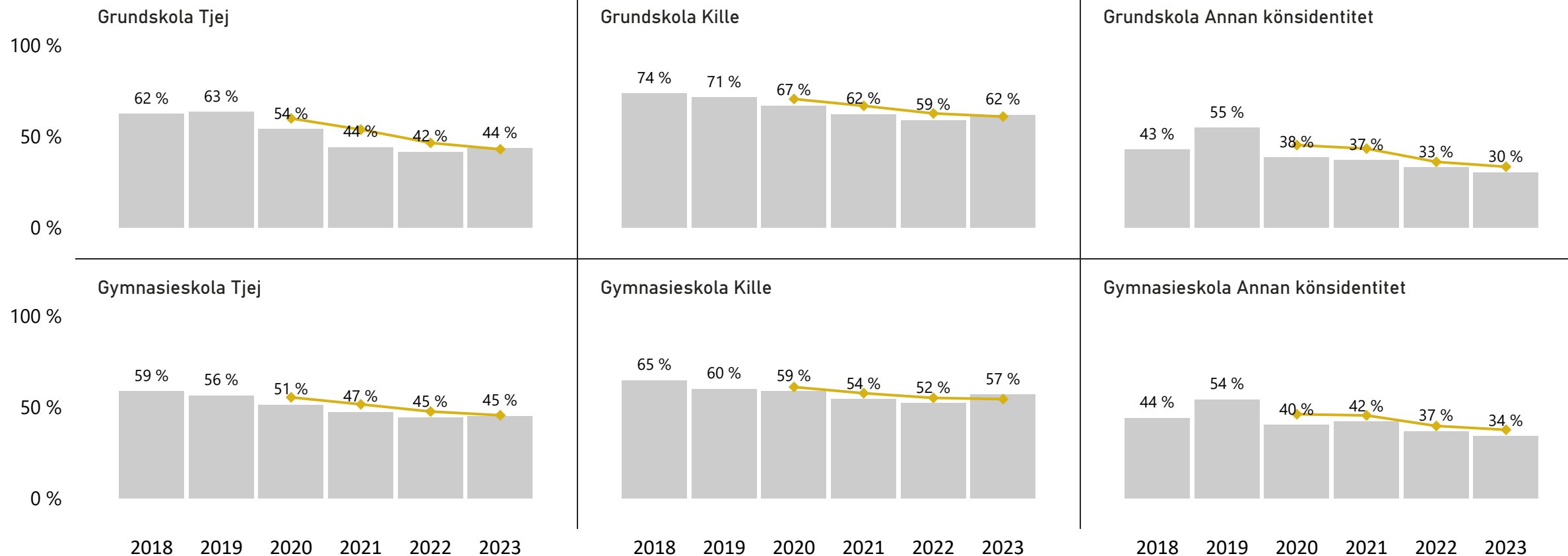
Den vanligaste anledningen till att ungdomar känner sig otrygga i skolan är otrevliga personer i deras närhet, exempelvis äldre elever, klasskompisar och lärare. Otrygg stämning kan uppstå när folk snackar skit, när man känner sig ensam eller vid utsatthet för mobbing. Andra faktorer som skapar otrygghet är okända människor som hänger i korridorerna, folk som röker/använder narkotika samt bråk, våld och kriminalitet. Men även inre faktorer som att känna sig osäker på att duga, social fobi och rädsla för att stå i centrum kan bidra till otrygghet.

Ungdomar som uppger att de är otrygga hemma upplever en sämre hälsa och sover sämre jämfört med de som känner sig trygga. Bland otrygga är det också mer än dubbel så vanligt att uppleva oro/ångest och nedstämdhet/depression. Det är även en betydligt lägre andel som upplever stöd från föräldrar och som tycker att föräldrarna har tillräcklig insyn i hur de mår eller har det med kompisar. Det är också vanligare att bli mobbad och att ha en funktionsnedsättning bland otrygga.



TILLIT

Ungdomar som litar på andra människor i allmänhet



- Detta resultat bygger på frågan "Hur mycket litar du på människor i allmänhet" och svarsalternativen Mycket/Ganska mycket
- Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.
- Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

TILLIT

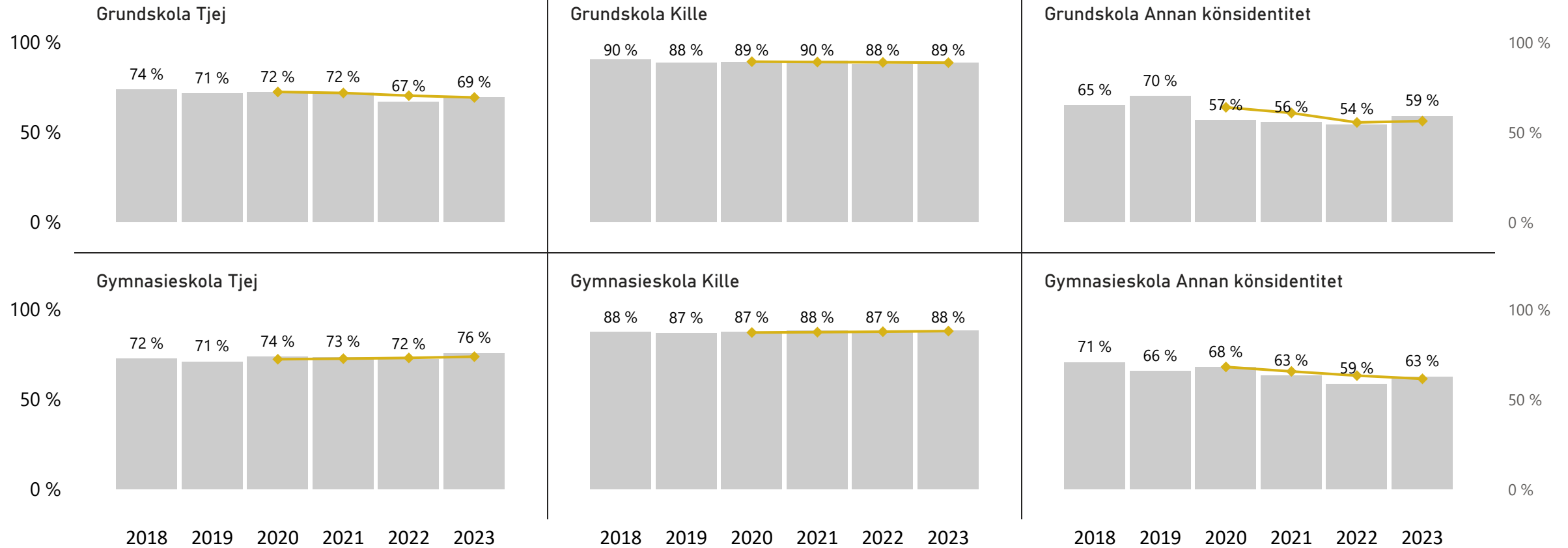
Faktorer som har samband med låg tillit till andra är framför allt dålig familjeekonomi, att ha låg tillit till samhällets skydds nät, att ha utländsk bakgrund, att inte trivas i sin hemstad samt att känna sig otrygg i sitt bostadsområde.



Enligt ungdomarna beror minskningen i tillit till andra på att många unga upplever att människor är falska och inte går att lita på. Många nämner att sociala medier driver på den här utvecklingen eftersom det är så lätt att utge sig för att vara någon annan eller sprida lögnen på nätet. De menar också att samhällsutvecklingen går åt fel håll med ökande kriminalitet och våld i samhället vilket leder till otrygghet, oro och rädsla som påverkar tilliten negativt.

TILLIT

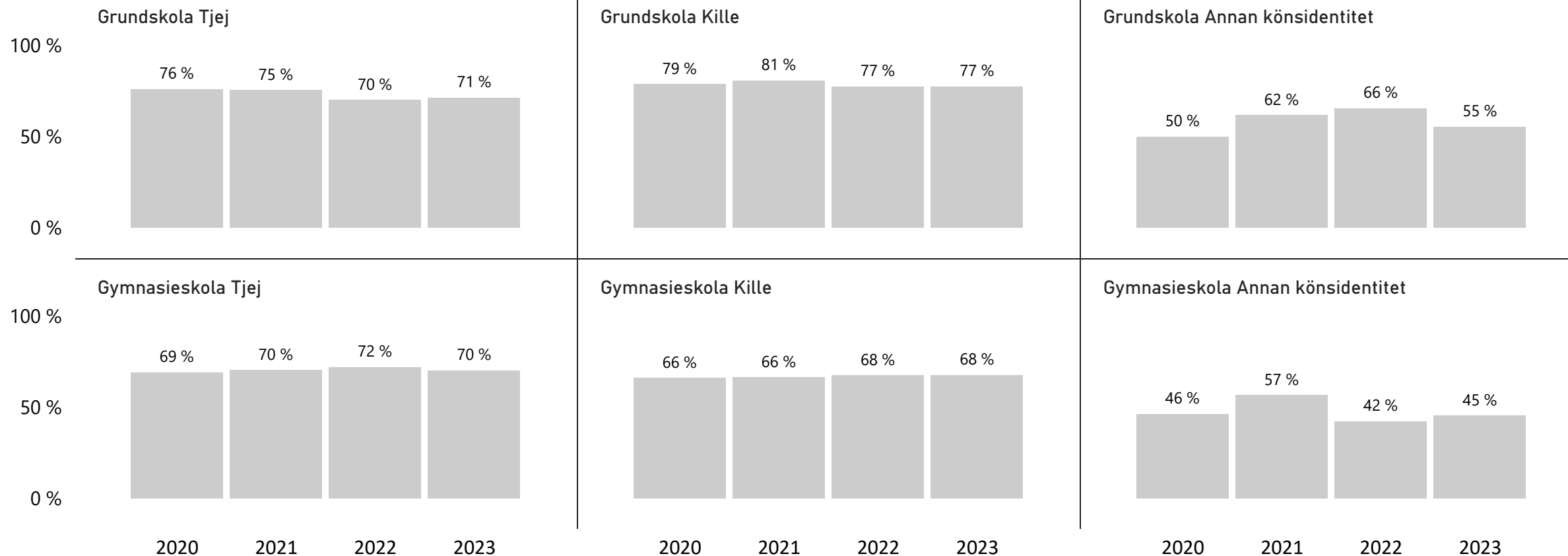
Ungdomar som litar på sin egen förmåga att klara av saker



-Detta resultat bygger på frågan "Hur mycket litar du din egen förmåga att klara av saker" och svarsalternativen Mycket/Ganska mycket
-Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.
-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

TILLIT

Ungdomar som litar på samhällets skydds nät

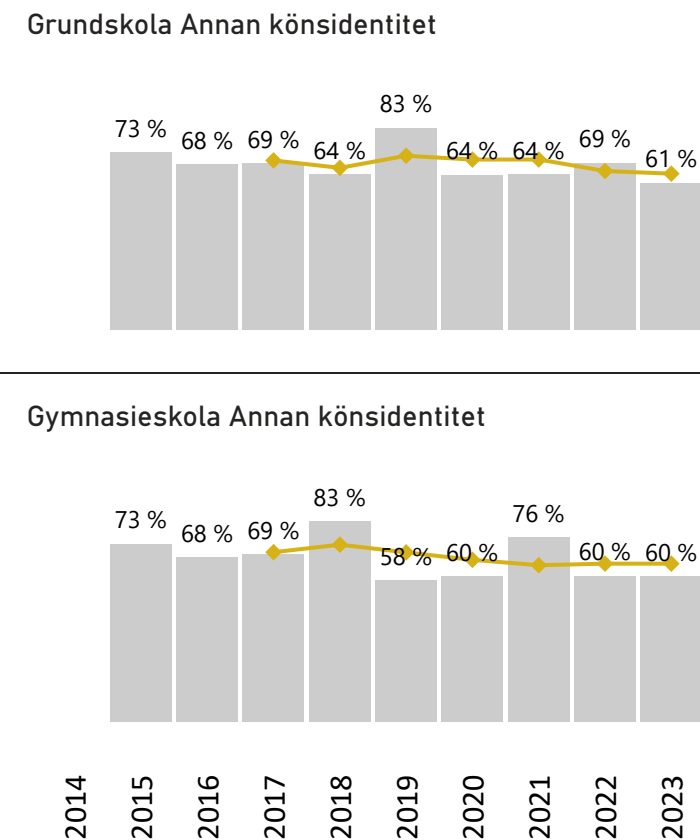
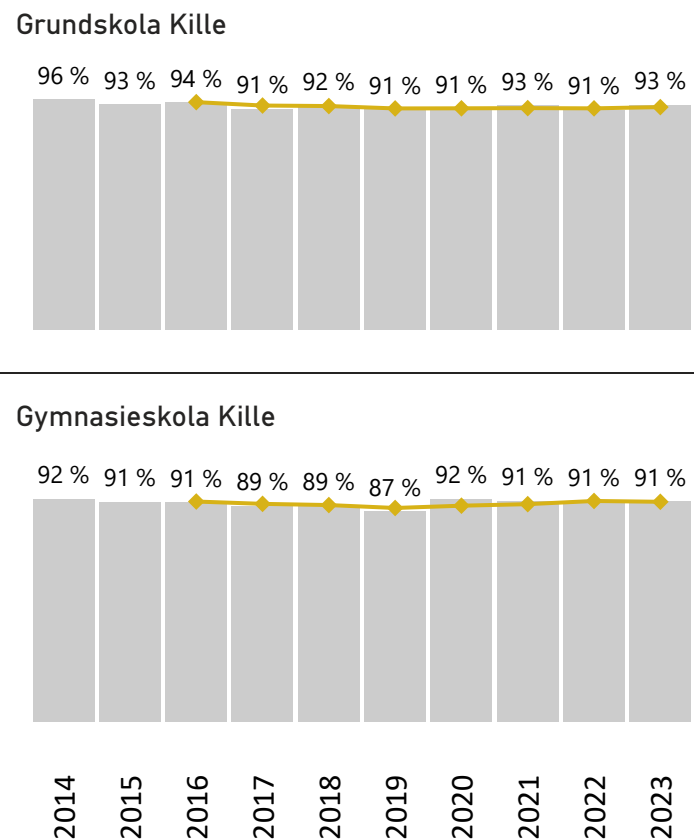
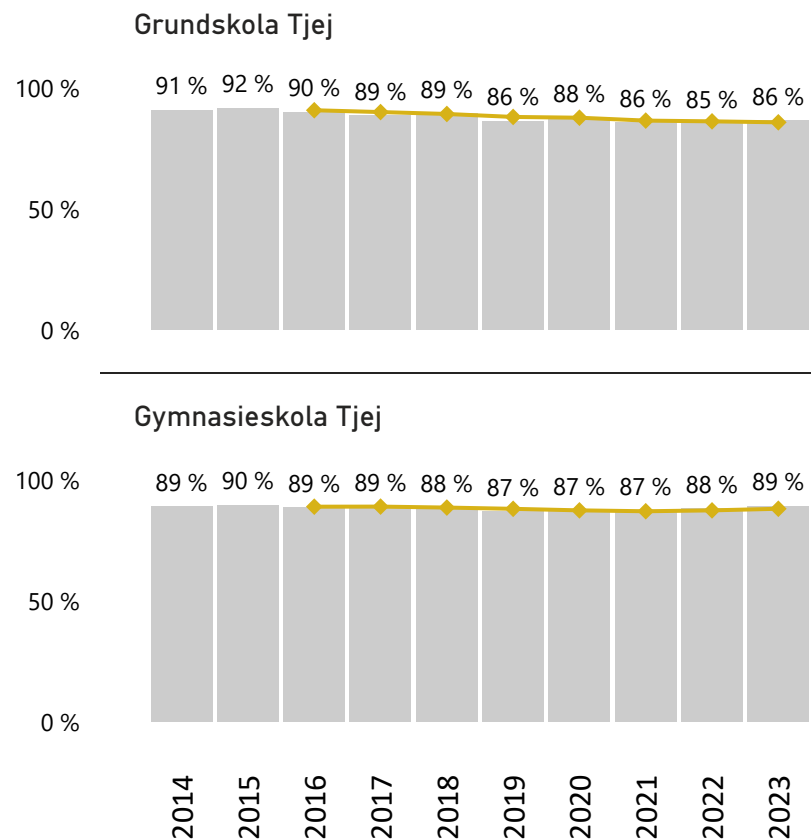


-Detta resultat bygger på frågan "Hur mycket litar du samhällets skydds nät (t.ex. Hälso- och sjukvård, polis och socialtjänst)?" och svarsalternativen Mycket/Ganska mycket

-Över varje stapel i diagrammet visas andelar i procent för det aktuella året i form av siffror.

FRAMTIDSTRO

Ungdomar som har positiv framtidstro



-Detta resultat bygger på frågan "Hur ser du på din framtid" och svarsalternativen Mycket positivt/Ganska positivt

-Över varje stapel i diagrammet visas andelen i procent för det aktuella året i form av siffror.

-Linjen som sträcker sig genom diagrammet representerar glidande medelvärden. Varje punkt på linjen är ett genomsnitt av tre års data och redovisas **inte** i form av siffror. Glidande medelvärden används för att jämna ut variationer över tid och för att bättre visa pålitliga tidstrender.

FRAMTIDSTRO

Ungdomarnas vision av en bättre framtid handlar om:

- **Stärkt psykisk hälsa bland unga.**
- **Minskad stress bland unga, främst i skolan men även på fritiden.**
- **Att skolan har fler/bättre lärare, mer arbetsro, ökad trygghet, färre läxor och bättre skolmat.**
- **Förbättrat bemötande ungdomar sinsemellan.**
- **Tydligare regler och krav från både föräldrar och skolpersonal.**
- **Motverka bruk av alkohol och narkotika bland unga.**
- **Ökad trygghet och säkerhet. T ex mindre kriminalitet och ett tryggare digitalt liv.**
- **Fler fysiska mötesplatser för en ökad gemenskap.**

