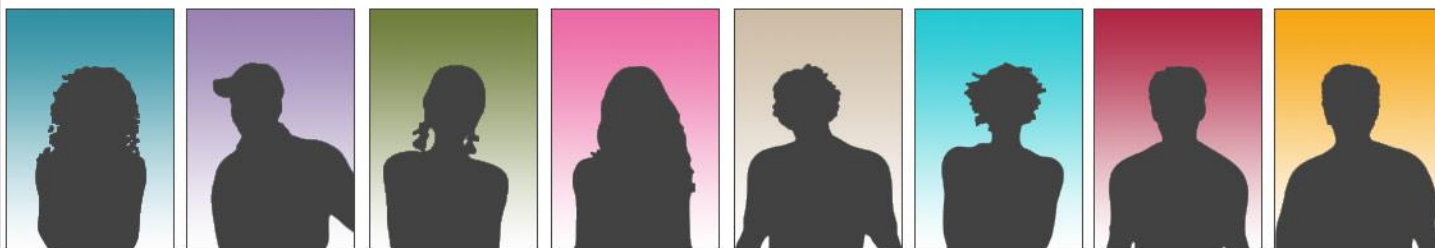


Ungdomsenkäten Om mig

Länsrapport 2020



*Region Östergötland i samverkan
med länets kommuner och Länsstyrelsen Östergötland*

Ungdomsenkäten *Om mig* är Östergötlands läns gemensamma webbenkät om ungdomars hälsa och livsstil som har genomförts årligen sedan hösten 2014. Enkäten är ett samarbete mellan länets kommuner, Länsstyrelsen Östergötland och Region Östergötland.

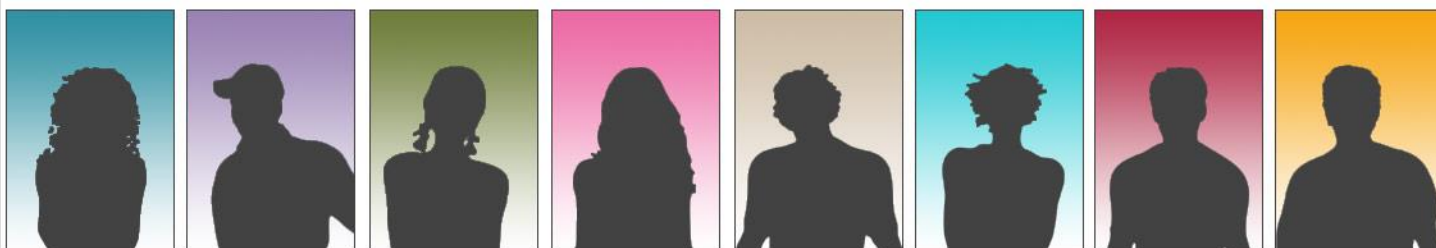
Utgångspunkten i arbetet är ungdomars perspektiv på hälsa och livsstil. Ungdomar är delaktiga i framtagande och utformning av enkätfrågor liksom tolkning och användning av resultat. Förhoppningen är att enkäten kan utgöra ett stöd i att förstå ungdomars förutsättningar till en god hälsa och goda vanor och kunna underlätta arbetet med barn och unga inom region, kommun och skola.

Denna Länsrapport innehåller ett urval av frågor från enkätens fem frågeområden med resultat över tid, per kön och årskurs.

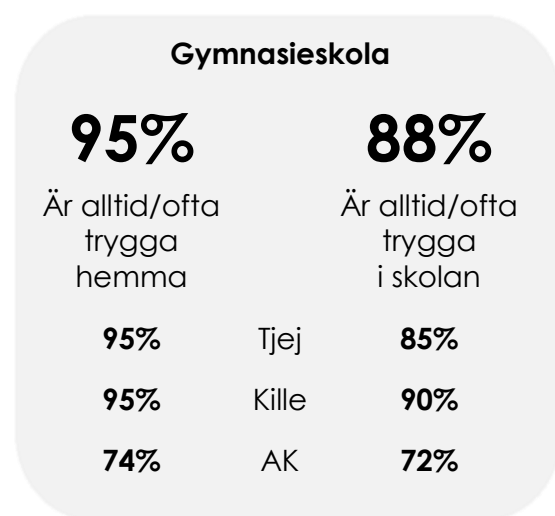
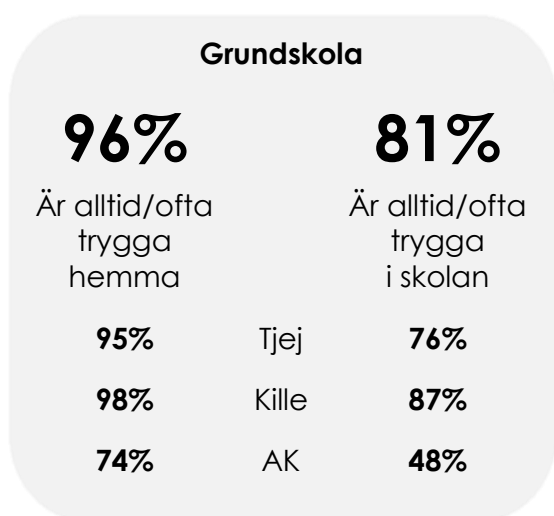
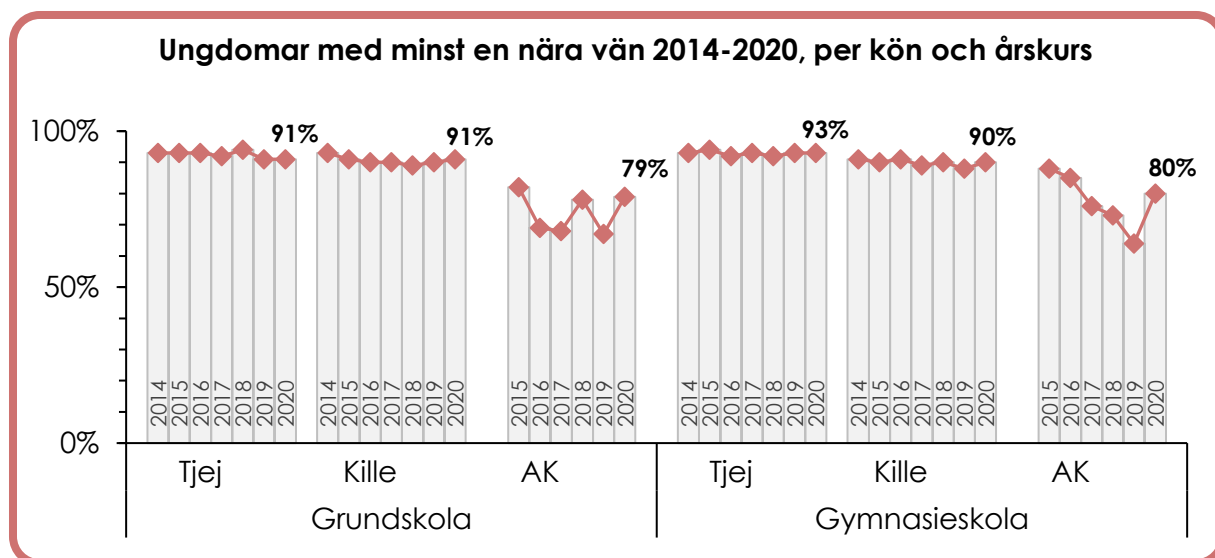
- Där resultat inte är fördelat över tid baseras uppgifterna på 2020 års resultat.
- Informationsrutor med text i rapporten baseras på fritextsvar och analyser på länsnivå.
- AK står för Annan könsidentitet, vilket innebär att ungdomarna inte vill identifiera sig som varken tjej eller kille.
- Alla siffror är andelar i procent.

Resultat för enkätens frågor finns att söka fram på läns- och kommunnivå i statistikverktyget Status Östergötland <https://www.regionostergotland.se/statusostergotland/>

Resultat för ett urval av frågor på skolnivå finns att söka fram i ett webbaserat resultatverktyg på Om mig - enkätens hemsida <http://vardgivarwebb.regionostergotland.se/ungdomsenkat>



Östergötland



Otrygga ungdomar upplever mer oro och nedstämdhet och sover sämre. De har sämre stöd från föräldrar och vänner och blir oftare mobbade. De upplever också att föräldrarna inte har tillräcklig insyn i hur man mår eller har det med kompisar.

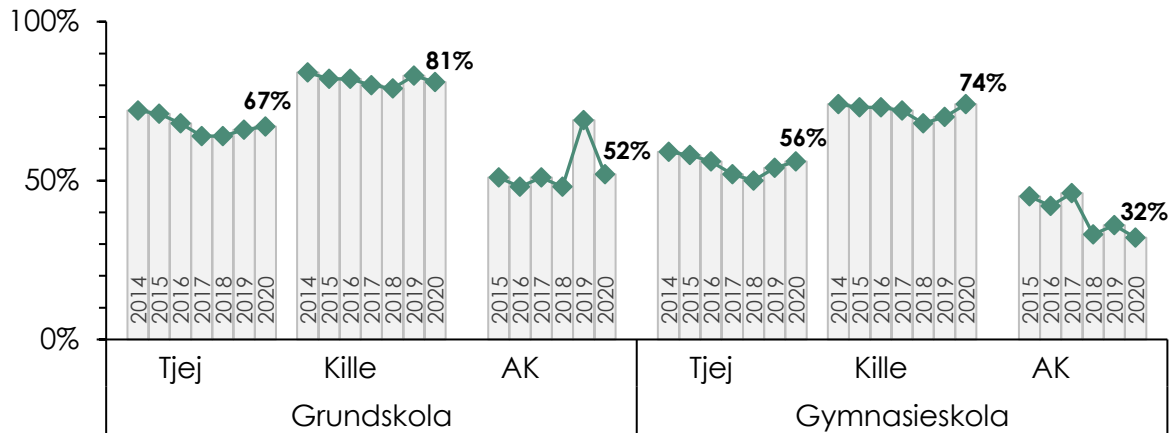
Ungdomar som upplever att deras föräldrar...

	ställer upp vid problem	93%
ÅK 8	hjälper till med läxor/skolarbeten	82%
	tar sig tid att lyssna	88%
ÅR 2	ställer upp vid problem	91%
	hjälper till med läxor/skolarbeten	65%
	tar sig tid att lyssna	86%





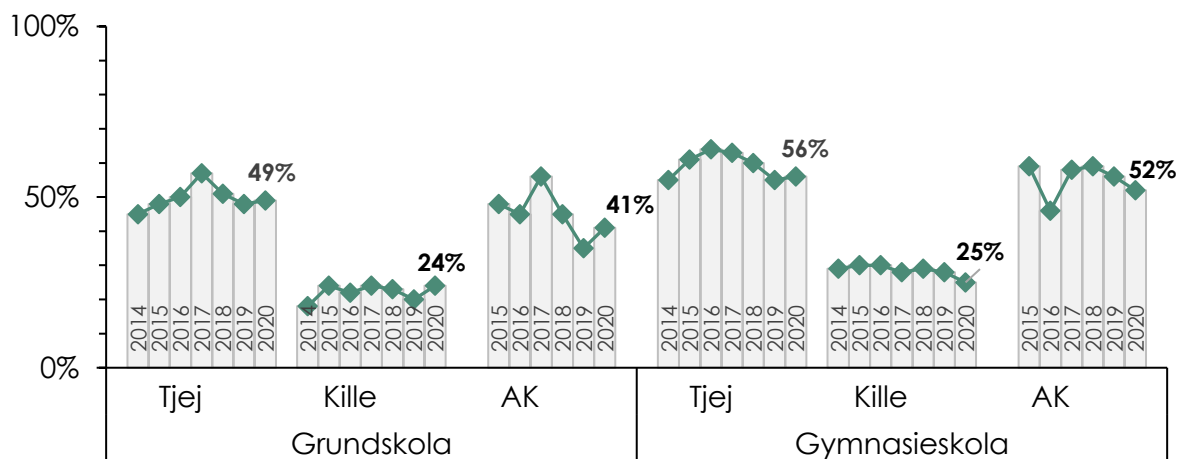
Ungdomar med mycket bra/bra hälsa 2014-2020, per kön och årskurs



Ungdomars vanligaste tankar om hur de kan förbättra sin hälsa är att de ska sova mer, äta bättre, träna och aktivera sig. De vill också våga vara sig själva och förbättra sitt självförtroende. Killar vill ägna telefon och dator mindre tid. Tjejer önskar generellt mindre skolstress och någon att anförtro sig till.

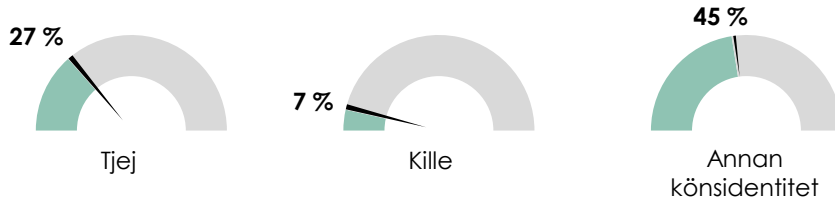


Ungdomar som ofta är stressade 2014-2020, per kön och årskurs

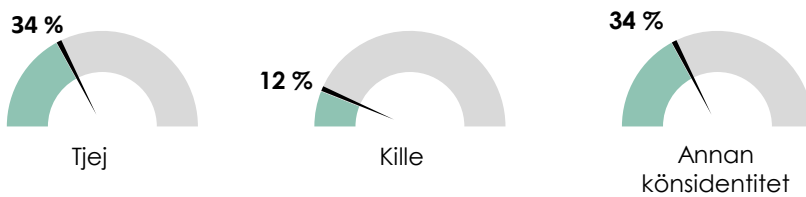


Ungdomar med daglig oro/ångest år 2020

Grundskola



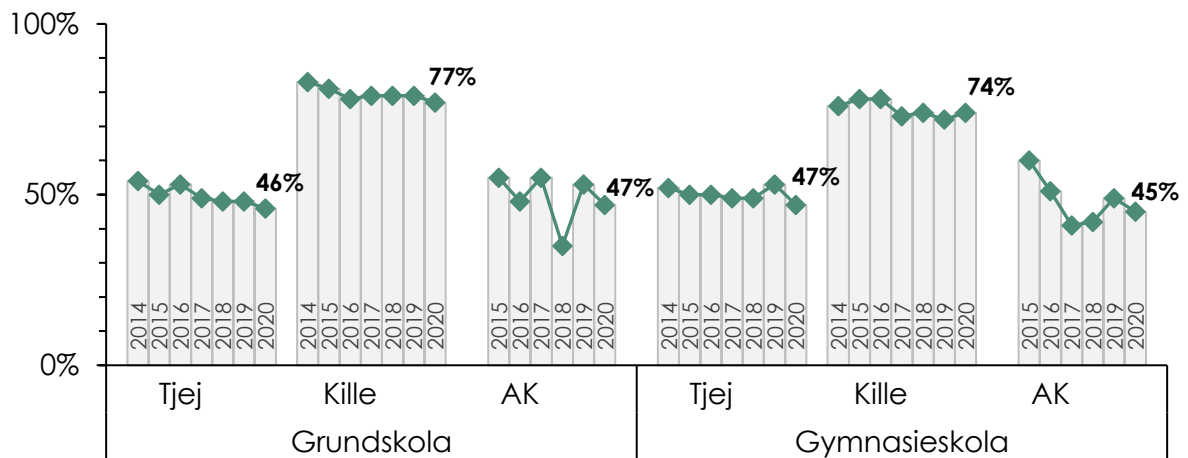
Gymnasieskola



Ångest upplevs som negativa tankar och känslor eller som fysisk påverkan i form av tryck över bröstet och ont i magen.



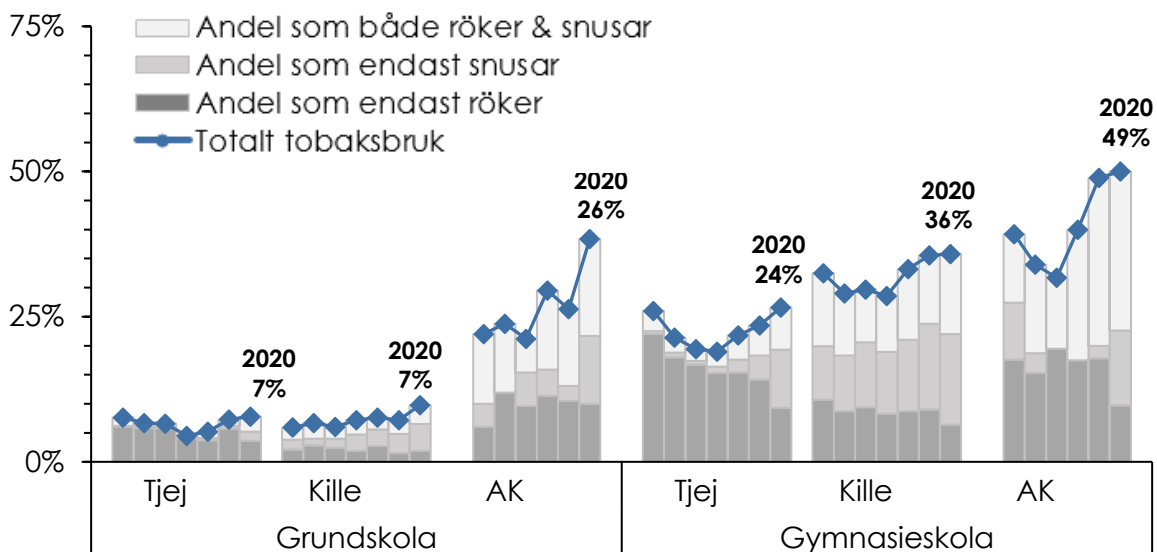
Ungdomar som alltid/ofta känner att de duger som de är 2014-2020, per kön och årskurs



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.

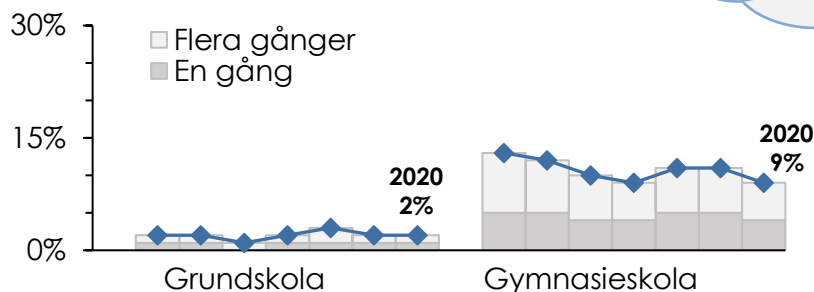


Ungdomar med tobaksbruk 2014-2020, per kön och årskurs



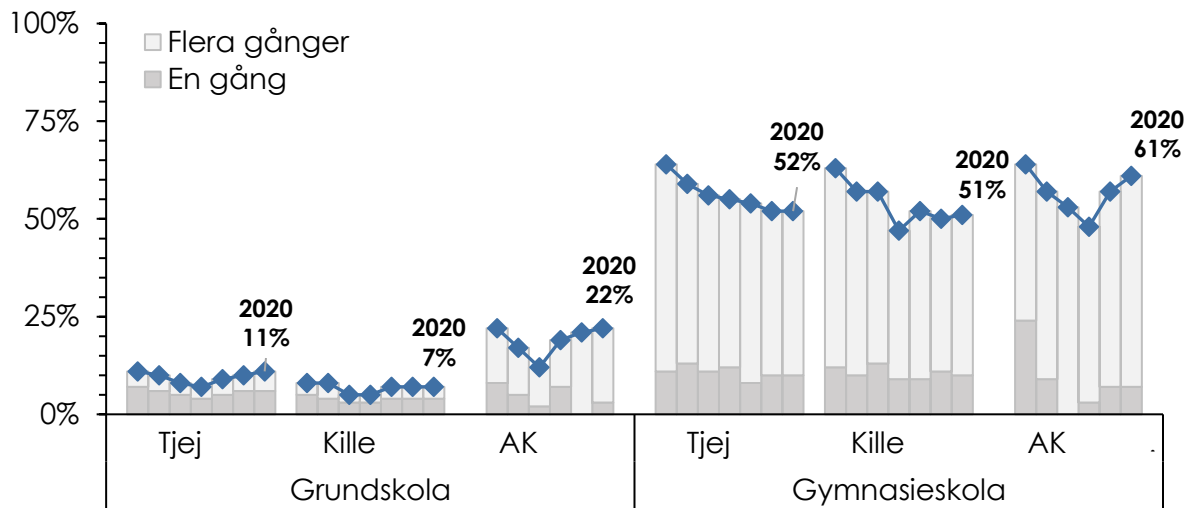
Behovet att få tillhöra en grupp och känna samhörighet är enligt ungdomar en förklaring till alkohol- och tobaksbruk bland unga. Men de som röker har sämre psykisk och fysisk hälsa och sämre sömn. De känner sig också mindre trygga i skolan och uppger högre utsatthet för mobbing av elever och personal.

Andel som använt narkotika 2014-2020, per årskurs



Var sjätte elev på gymnasiet har någon gång blivit erbjuden att prova narkotika

Ungdomar som druckit sig berusad 2014-2020, per kön och årskurs



Berusningsdrickandet sker främst i gymnasieåldern och det är betydligt vanligare att ungdomar som blir bjudna på alkohol av sina föräldrar dricker sig berusade.

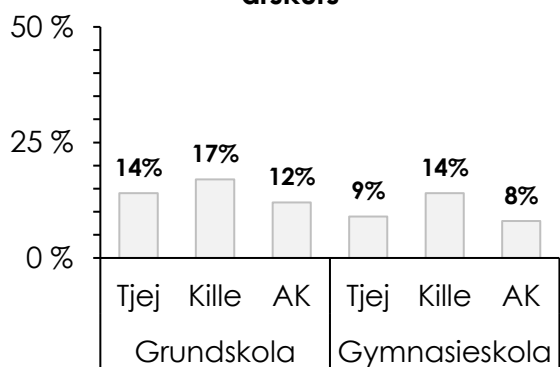


Andelen ungdomar som **dricker alkohol har minskat**

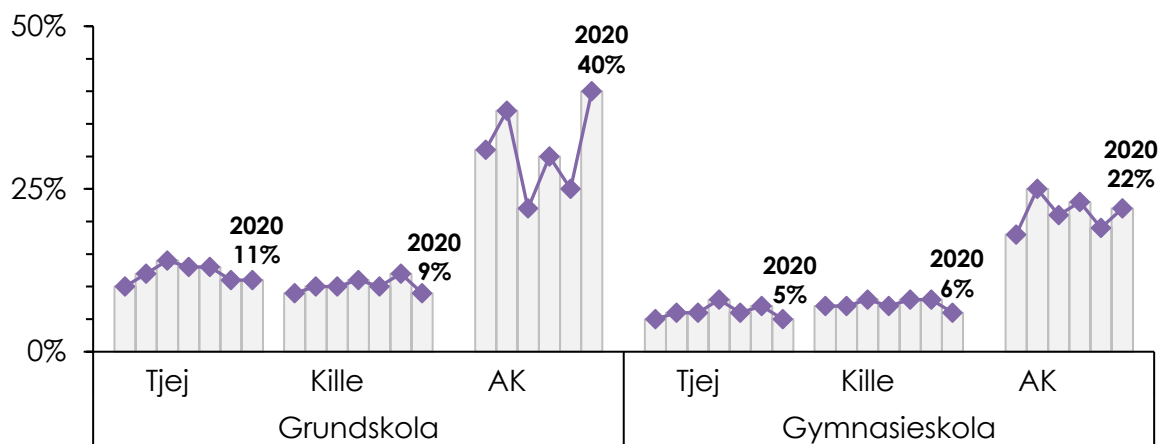
från 53 % till 48 %
mellan 2014 - 2020



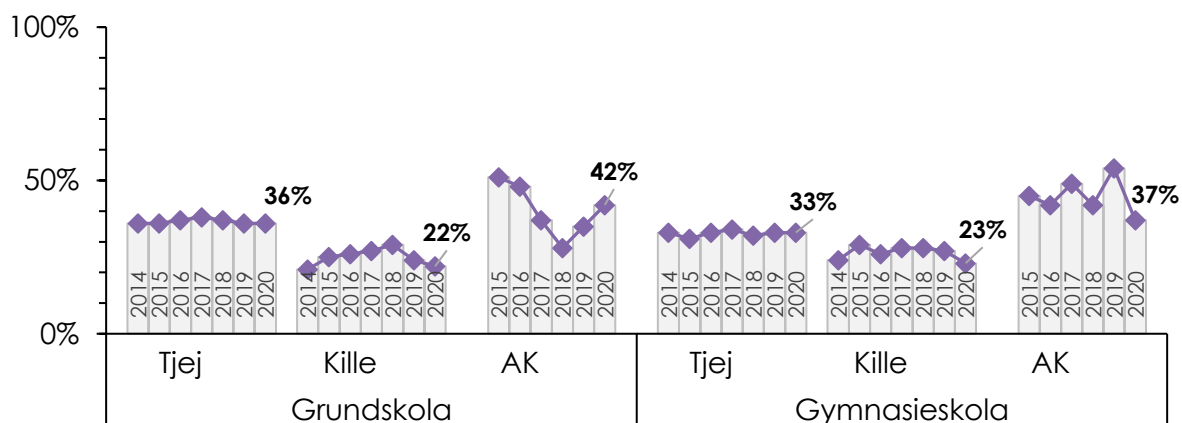
Ungdomar som är fysisk aktiva minst en timme per dag år 2020, per kön och årskurs



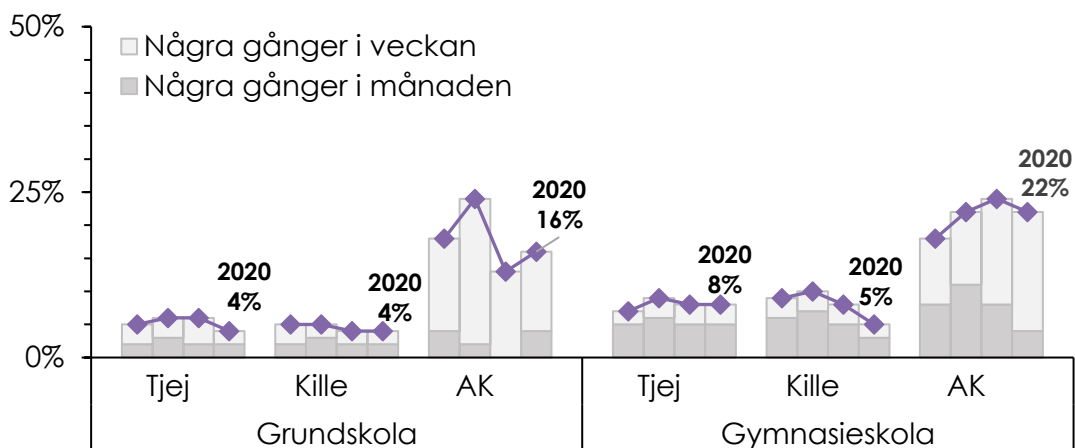
Ungdomar som är mobbade av elever och/eller personal 2014-2020, per kön och årskurs



Ungdomar som utsatts för elaka kommentarer eller att någon lagt ut känsliga bilder/filmklipp på sociala medier 2014-2020, kön och årskurs



Ungdomar som skolkat 2017-2020, per kön och årskurs



Skolfrånvaro är vanligare bland ungdomar som mår dåligt och som är otrygga och blir mobbade. Ungdomar som skolkar beskriver att de är nedstämda och trötta och saknar ofta arbetsro, lärarstöd och motivation.



Ungdomar som alltid/ofta i skolan upplever...

Att de behandlas rättvist av lärare

Åk 8: 71%
År 2: 78%

Arbetsro på lektioner

Åk 8: 52%
År 2: 64%

Stöd och hjälp att utvecklas

Åk 8: 66%
År 2: 66%

Bra stämning

Åk 8: 63%
År 2: 76%

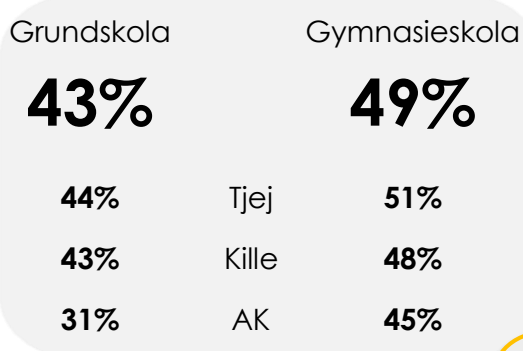


Lärarnas stöd och bemötande har samband med ungdomars

upplevelser under skoldagen. De som får stöd och hjälp att utvecklas känner sig oftare glada, duktiga, självsäkra och motiverande i skolan.

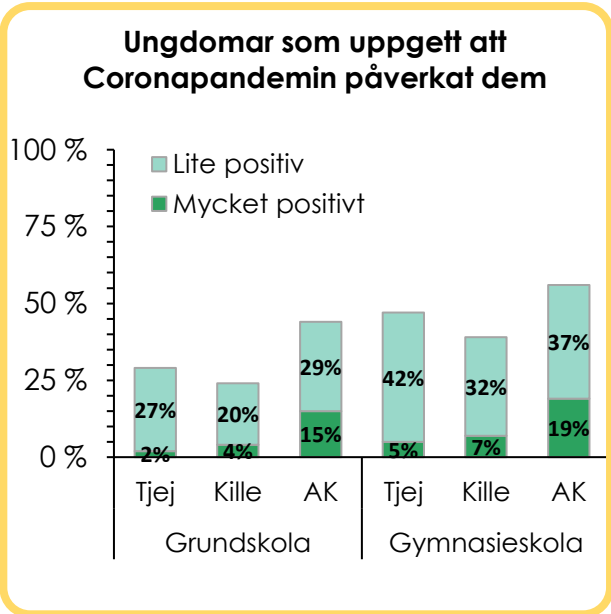
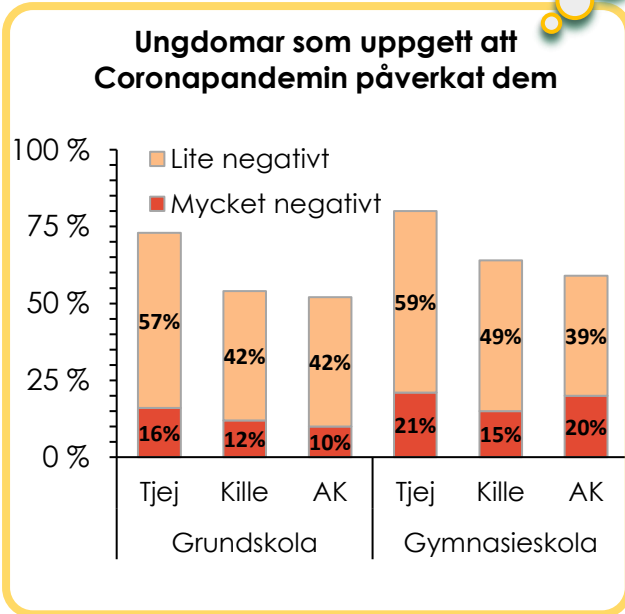


Ungdomar som tycker att de kan påverka väldigt mycket/ganska mycket i skolan, 2020



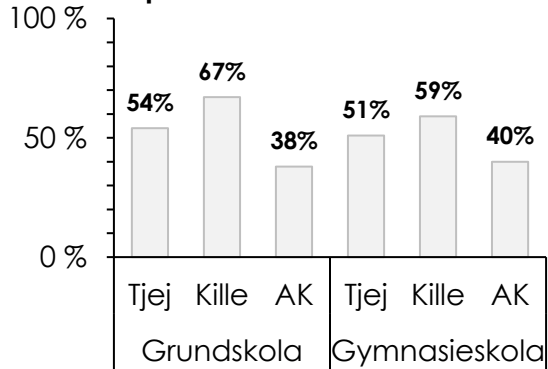
Ungdomarnas svar om positiv påverkan är ofta relaterade till distansundervisning och mer umgänge med familj och vänner.

Ungdomarnas svar om negativ påverkan är ofta relaterade till mindre sociala kontakter och inställda sport- och fritidsaktiviteter.

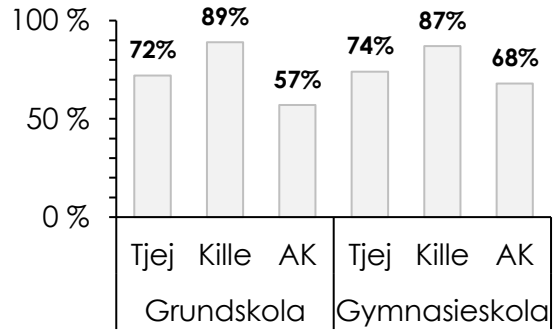




Ungdomar som litar mycket/ganska mycket på andra människor 2020, per kön och årskurs



Ungdomar som litar mycket/ganska mycket på sin egen förmåga att klara av saker 2020, per kön och årskurs



Ungdomar med mycket/ganska positiv framtidstro 2014-2020, per kön och årskurs

