

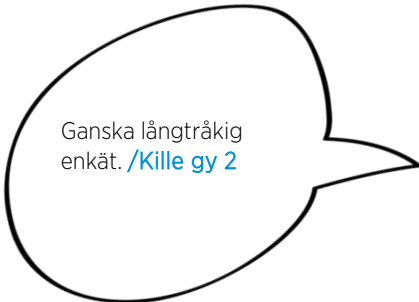


Tack.....	3
Sammanfattning	5
Om Folkhälsoenkät Ung	8
Bakgrund.....	8
Metod och genomförande.....	8
Demografisk beskrivning	10
Hälsa	14
Allmän hälsa	15
Psykisk hälsa.....	16
Existentiell hälsa.....	19
Levnadsvanor	23
Mat	23
Vardagsmotion och träning	24
Sömn.....	26
Rökning.....	28
Snusning.....	30
E-cigarettor	31
Vattenpipa.....	32
Alkohol	33
Narkotika.....	37
Ungas och föräldrars/vårdnadshavares inställning till alkohol, tobak och narkotika	38
Samband mellan tobak, alkohol och hälsa	41
Medieanvändning	42
Skola	47
Arbetsmiljö i skolan	47
Lärarnas roll	48
Skolarbetet.....	49
Samband mellan skola och hälsa.....	50
Relationer och trygghet	53
Relationer.....	53
Fritidsaktiviteter.....	55
Trygghet.....	56
Mobbning och kränkningar	57
Framtiden.....	61

Tack

Ett stort tack till alla unga som besvarat enkäten! Ni har bidragit med värdefull kunskap om hur unga i Jönköpings län mår.

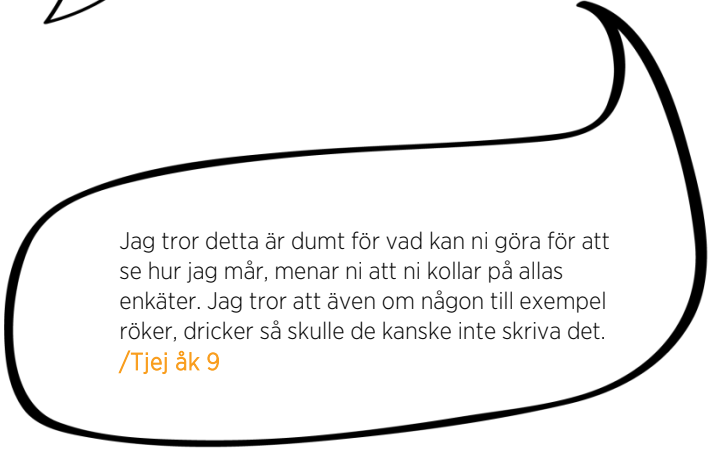
Ett stort tack riktas även till kommunsamordnare och personal på skolorna, ni har gjort genomförandet av enkäten möjlig.



Ganska långtråkig enkät. /Kille gy 2



En mycket bra enkät med lättförståeliga frågor. /Kille åk 9



Jag tror detta är dumt för vad kan ni göra för att se hur jag mår, menar ni att ni kollar på allas enkäter. Jag tror att även om någon till exempel röker, dricker så skulle de kanske inte skriva det. /Tjej åk 9



Sammanfattning

Folkhälsoenkät Ung 2017 belyser ungdomars hälsa, levnads- och drogvanor och genomfördes hösten 2017 bland elever i årskurs 9 och i gymnasiet år 2. Totalt svarade 68 % på den webbaserade enkätundersökningen.

De allra flesta ungdomar uppger att de mår bra eller mycket bra, 69 % av tjejerna och 86 % av killarna i årskurs 9 och 66 % av tjejerna och 84 % av killarna i år 2 på gymnasiet. Jämfört med föregående undersökning har andelen som skattar sin allmänna hälsa som mycket bra eller bra minskat något i samtliga grupper. Mer än varannan tjej i både årskurs 9 och år 2 på gymnasiet känner sig stressad mer än en gång i veckan jämfört med ungefär var femte kille. Tjejerna upplever samtliga undersökta hälsobesvär i större utsträckning än killarna. Skillnaderna i allmän hälsa samt psykiska eller somatiska besvär är större mellan killar och tjejer än mellan årskurserna.

För frågor gällande existentiell hälsa svarade killarna i större utsträckning än tjejerna att de känner att livet är meningsfullt, att livet har ett syfte, att de har en tro/övertygelse som ger tröst/lättnad och att de känner sig hoppfulla inför livet. Någon större skillnad mellan årskurserna ses inte. Samband ses mellan de existentiella frågorna och både allmän hälsa och psykiska eller somatiska besvär. De som har en god existentiell hälsa uppger en god allmän hälsa i större utsträckning, samt lägre andel psykiska eller somatiska besvär, än de som har en lägre grad av existentiell hälsa.

Levnadsvanor som belyses i undersökningen är bland andra mat, motion och sömn. Ungefär hälften av de unga äter frukost varje dag. Bland tjejerna äter drygt fyra av tio frukt varje dag och sex av tio äter grönsaker varje dag, vilket är mer än killarna. Killarna äter däremot oftare fisk och skaldjur än tjejerna. Bland killarna har andelen som regelbundet dricker energidryck dubblats sedan 2015 års undersökning och är nu 20 %. Bland tjejerna är siffrorna något lägre och i nivå med föregående undersöknings resultat, omkring 15 %.

Fler elever i årskurs 9 (cirka 50 %) går eller cyklar en timme eller mer, 4-7 dagar i veckan, jämfört med eleverna i år 2 på gymnasiet (cirka 43 %). Eleverna i årskurs 9 tränar också i högre utsträckning 2-3 gånger i veckan eller oftare, jämfört med de som går i år 2 på gymnasiet. Killarna tränar något mer än tjejerna. De som tränar minst 2-3 gånger per vecka uppger i större utsträckning en god allmän hälsa.

De flesta tonåringar behöver sova runt nio timmar per natt. I årskurs 9 sover eleverna ca 7,4 timmar per vardagsnatt jämfört med ca 7 timmar per vardagsnatt bland eleverna i år 2 på gymnasiet. Under helgerna sover de flesta eleverna mer än nio timmar per natt. Samband ses mellan att tycka att man sover bra och att ha en god hälsa samt psykiska eller somatiska besvär i lägre utsträckning, jämfört med de som tycker att de sover dåligt.

Andelen tjejer i årskurs 9 som röker varje dag eller ibland är 12 %, vilket är en svag ökning sedan föregående mätning. Bland killarna röker 9 %. I år 2 på gymnasiet röker 21 % av tjejerna jämfört med 20 % år 2015. Bland killarna har andelen som röker minskat något sedan 2015 och är nu 21 %. Andelen killar som snusar har fortsatt att öka något i årskurs 9 (från 11 % 2015 till 12 % 2017) och minskat något i år 2 på gymnasiet (från 27 % 2015 till 21 % 2017). Tjejerna i båda årskurserna ligger på en fortsatt låg nivå, även om en svag ökning ses i båda årskurserna. En fördubbling av andelen unga som svarar att de använder e-cigarett ibland eller varje dag ses i årets undersökning jämfört med 2015 års undersökning. I årskurs 9 svarar 10 % av tjejerna och 16 % av killarna att de använder e-cigarett ibland eller varje dag. Motsvarande siffror i år 2 på gymnasiet är 7 % bland tjejerna och 16 % bland killarna. Andelen elever som någon gång rökt vattenpipa har ökat något bland samtliga elever i årskurs 9 till ca 20 %. På gymnasiet har fler rökt vattenpipa jämfört med i årskurs 9 och killarna i högre utsträckning än tjejerna. Samband ses mellan allmän hälsa och tobaksbruk (rökning, snusning, e-cigarett och vattenpipa), där de som använder någon form av tobak i lägre utsträckning skattar sin hälsa som god eller mycket god jämfört med de som inte använder tobak. Ett liknande samband finns för psykiska eller somatiska besvär.

Cirka 30 % av eleverna i årskurs 9 är alkoholkonsumenter, vilket är en ökning bland tjejerna och bland killarna är det i nivå med föregående undersökning. Andelen elever som intensivkonsumerar alkohol i årskurs 9 är 13 %, vilket är en liten ökning jämfört med föregående undersökning. I gymnasiet år 2 är 60 % av killarna och 65 % av tjejerna alkoholkonsumenter, vilket i stort är i nivå med föregående mätning. Även andelen elever i gymnasiet år 2 som intensivkonsumerar alkohol är i nivå med föregående mätning, 37 % bland tjejerna och 44 % bland killarna. Ett svagt trendbrott ses bland tjejerna i årets undersökning gällande alkoholkonsumtion och regelbunden alkoholkonsumtion i både årskurs 9 och i gymnasiet år 2, samt för intensivkonsumtion i årskurs 9. Något liknande trendbrott ses varken på riksnivå bland tjejer eller killar eller bland länets killar.

Andelen tjejer i årskurs 9 som har blivit erbjudna att köpa eller få narkotika är 14 % och andelen killar 15 %, vilket är i nivå med föregående års resultat. Bland tjejerna i år 2 på gymnasiet har 20 % blivit erbjudna narkotika jämfört med 29 % av killarna. I årskurs 9 har 2 % av tjejerna och 4 % av killarna använt narkotika. Det är något vanligare att de som går i år 2 på gymnasiet har använt narkotika, 5 % av tjejerna och 9 % av killarna. Vanligaste drogen som använts är hasch/marijuana.

Skillnader i medieanvändning finns mellan vardag och helg, mellan tjejer och killar och mellan olika typer av medier. Killarna i både årskurs 9 och gymnasiet år 2 spelar spel i betydligt högre utsträckning än tjejerna, medan tjejerna ser mer på film och serier osv, samt använder sociala medier i högre utsträckning.

2017 års enkät utökades med frågor gällande skolan. Runt två tredjedelar av killarna i båda årskurserna upplever ofta eller alltid arbetsro, medan runt hälften av tjejerna rapporterar det samma. En majoritet av ungdomarna upplever att det ofta eller alltid är bra stämning i skolan, men det är något vanligare på gymnasiet än på högstadiet, samt bland killar.

När det kommer till lärarnas roll svarar killarna i båda årskurserna i större utsträckning än tjejerna att de alltid eller ofta upplever att lärarna ser vad de är bra på och att de ger stöd och hjälp att utvecklas, medan det bara finns en skillnad i gymnasiet år 2 för om de upplever att lärarna behandlar dem rättvist.

Sammantaget svarar ungefär hälften av ungdomarna att de sällan eller aldrig ger upp när skoluppgifterna är svåra, killarna i högre utsträckning än tjejerna. Tjejerna på gymnasiet känner sig i störst utsträckning stressade inför skolarbetet (68 %), jämfört med de andra grupperna. Killarna i årskurs 9 är den grupp som i lägst grad upplever stress inför skolarbetet (26 %).

Samband ses mellan skolstress och både hälsa och psykiska eller somatiska besvär, där de som inte upplever stress inför skolarbetet uppger en god allmän hälsa i större utsträckning, samt lägre andel psykiska eller somatiska besvär, än de som anger att de är stressade inför skolarbetet.

De flesta svarar att de kan lita på någon av sina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller, att de har vuxna i sin närhet som de litar på, har kompisar i skolan som vill vara med dem, samt en riktigt bra kompis som de litar på och kan berätta personliga saker för. Skillnaderna mellan årskurserna och könen är små. För alla fyra frågor finns ett positivt samband med hälsa.

Mer än fyra femtedelar uppger att deras föräldrar/vårdnadshavare hjälper dem så mycket de behöver och låter dem göra saker de tycker om. Ungefär två tredjedelar svarar att föräldrarna/vårdnadshavarna får dem att må bättre när de är upprörda, något större andel av killarna än tjejerna.

Runt tre fjärdedelar av ungdomarna håller på med idrottsaktiviteter eller träning minst en kväll i veckan, medan ungefär en tredjedel tillbringar minst en kväll i veckan med andra fritidsaktiviteter, t ex musik, teater, kyrkligt, scouter, politik eller annan föreningsverksamhet. Relativt få är på fritidsgården om kvällarna. De flesta är ute på stan/samhället eller hemma hos kompisar en till två kvällar i veckan och runt 60 % är hemma hela kvällen tre till sju kvällar i veckan.

Generellt svarar nästan alla att de känner sig trygga på väg till/från och i skolan, på fritidsgården, i hemmet, i bostadsområdet och på nätet. Majoriteten har inte blivit utsatta för mobbning, trakasserier eller kränkningar de senaste 12 månaderna. De som i störst utsträckning svarat att de blivit utsatta är tjejer i årskurs 9 och det mest rapporterade är att man blivit utsatt av elever i skolan. Sammanlagt svarar en tredjedel att det har hänt en eller flera gånger att de blivit utsatta sexuella ofredanden. Tjejerna har blivit utsatta i större utsträckning än killarna.

De allra flesta unga svarar att de trivs bra med livet just nu, killarna i något högre utsträckning än tjejerna. Det som trivs mycket eller ganska bra med livet svarar också i högre utsträckning att de mår mycket bra eller bra. Avslutningsvis fick de unga svara på frågan "Hur ser du på din framtid?". De flesta ser mycket eller ganska ljust på sin framtid, killarna är mer optimistiska än tjejerna i båda årskurserna.

Om Folkhälsoenkät Ung

Bakgrund

Folkhälsoenkät Ung har sitt ursprung i en drogvaneyundersökning som genomförts årligen i Jönköpings län sedan 2004. Vid 2011 års undersökning utvecklades undersökningen till att omfatta även hälsa och levnadsvanor. Folkhälsoenkät Ung utförs vartannat år och inkluderar sedan 2013 både årskurs 9 och årskurs 2 på gymnasiet. Under 2017 genomfördes undersökningen för fjärde gången.

Metod och genomförande

Folkhälsoenkät Ung 2017 är en reviderad version av 2015 års enkät. Revideringen skedde i samråd med representanter (här efter kallade kommunsamordnare) som arbetar nära målgruppen från länets respektive kommuner, sakkunniga på sektion folkhälsa i Region Jönköpings län och Länsstyrelsen i Jönköpings län.

Kommunsamordnarnas uppgift var att genomföra undersökningen i respektive kommun och fungerade som länk mellan skolorna och Region Jönköpings län. Undersökningen genomfördes som en webbenkät på skoltid under veckorna 41-43 och 45-47, 2017.

Utöver de elever som går i skolan försökte undersökningen även fånga unga som inte går i gymnasiet eller jobbar. Alla kommuner har ett ansvar att jobba med dessa personer (Kommunernas aktivitetsansvar för ungdomar¹) och en organisation finns för detta, samt ett länsnätverk för tjänstemän. Genom detta nätverk skickades enkäten till ett antal unga som inte går i skolan eller jobbar. Totalt inkom 36 svar, vilka kommer att redovisas i en separat rapport.

Varje kommun kunde utöver de obligatoriska årskurserna välja att lägga till fler årskurser på högstadiet och gymnasiet, vilket gjordes av två kommuner. I denna länsrapport redovisas enbart resultat för årskurs 9 och år 2 på gymnasiet på länsnivå. I bilaga 1 finns resultat på kommunnivå. I bilaga 2 finns enkäten i sin helhet.

Av länets 13 kommuner valde tolv att delta, Eksjö kommun avstod från att genomföra enkäten i sin kommun. Det finns även skolor i de deltagande kommunerna som valt att inte genomföra enkäten. Det totala antalet elever i de tolv deltagande kommunerna uppgick vid tiden för undersökningen till 3 951 i årskurs 9 och 3 452 i år 2 på gymnasiet. Svarsfrekvensen var 68 % (2 703 personer) i årskurs 9 och 68 % (2 338 personer) för gymnasiet år 2. Svarsfrekvensen varierade mellan kommunerna, från 53-85 % i årskurs 9 och 42-99 % i år 2 på gymnasiet. *Se Tabell 1, sidan 9.* I svarsfrekvens och undersökningen i stort ingår enbart de som avslutat enkäten genom att klicka på "slutförd-knappen". Svar från de som pausat eller avbrutit enkäten har hanterats som bortfall. Svarsfrekvensen har sedan föregående undersökning ökat något för gymnasiet år 2 och minskat något för årskurs 9. *Se Tabell 2, sidan 9.*

Elever som upprepade gånger angett extrema svar på ett flertal frågor och/eller angett motsägelsefulla svar ett flertal gånger har bedömts som oseriösa och filtretats bort. I årskurs 9 bedömdes 50 enkätsvar som oseriösa och 19 stycken i gymnasiet år 2. Därefter återstod 2 653 svar för årskurs 9 och 2 319 svar i år 2 på gymnasiet, på vilka denna länsrapport baseras.

¹ Skolverket. Kommunernas aktivitetsansvar för ungdomar. www.skolverket.se/om-skolverket/publikationer/visa-enskild-publikation?_xurl=http%3A%2F%2Fwww5.skolverket.se%2Fwtpub%2Fws%2Fskolbok%2Fwpubext%2Ftrycksak%2FRecord%3Fk%3D3573

Tabell 1. Antal och andel svarande elever per kommun*. I Aneby, Habo och Mullsjö finns ingen gymnasieskola.

Kommun	Årskurs 9			År 2 gymnasiet		
	Antal elever	Antal svarande	Andel svarande (%)	Antal elever	Antal svarande	Andel svarande (%)
Aneby	82	63	77	-	-	-
Gislaved	378	245	65	293	196	67
Gnosjö	132	112	85	85	63	74
Habo	138	117	85	-	-	-
Jönköping	1 427	968	68	1 640	1 171	71
Mullsjö	88	52	59	-	-	-
Nässjö	373	258	69	430	179	42
Sävsjö	168	128	76	90	89	99
Tranås	225	166	74	220	174	79
Vaggeryd	181	96	53	80	46	58
Vetlanda	319	209	66	277	198	72
Värnamo	440	289	66	337	222	66
Totalt	3 951	2 703	68	3 452	2 338	68

*Eksjö kommun deltog inte i undersökningen.

Tabell 2. Svarsfrekvens (%) för Folkhälsoenkät Ung 2013-2017.

Årskurs	2013	2015	2017
Åk 9	74	77	68
Gy 2	62	62	68

Demografisk beskrivning

I enkätens första fråga undrar vi om de svarandes könstillhörighet. Till skillnad från 2015 års enkät har denna enkät tre svarsalternativ; *Kille, Tjej, Annan könsidentitet (om du är eller känner dig tillhöra annat kön än tjej eller kille)*. Totalt har 49,3 % (2 450 personer) svarat att de är killar, 49,3 % (2 449 personer) att de är tjejer och 1,2 % (60 personer) att de har annan könsidentitet. I ett flertal liknande ungdomsundersökningar² uppger ungefär 2 % att de har annan könsidentitet. Eftersom de som svarat *Annat kön* är relativt få till antalet ökar risken för att anonymiteten inte kan upprätthållas, därför finns de inte med i länsrapportens analys i stort. Men då det finns andra studier³ som visar att personer med annan könsidentitet ofta mår sämre än män/kvinnor, presenteras svar från gruppen *Annat kön* i frågan om allmän hälsa och psykiska eller somatiska besvär.

I enkäten finns ett antal frågor som är tänkta att fånga de ungas socioekonomiska situation. Dessa är härkomst, med vem man bor tillsammans med, samt föräldrarnas/vårdnadshavarnas sysselsättning.

Med härkomst avses var i världen man har sitt ursprung och definieras enligt följande:

- Sverige: själv född i Sverige och minst en förälder född i Sverige
- Övriga Europa: själv född i Europa eller båda föräldrarna födda i Europa
- Övriga världen: själv född utanför Europa eller båda föräldrarna födda utanför Europa

De som enbart angett var en förälder kommer ifrån har kategoriserats efter föräldrarnas ursprung.

Av de svarande placeras 77 % i årskurs 9 i kategorin Sverige, motsvarade för gymnasiet årskurs 2 är 79 %. I kategorin Övriga Europa återfinns ca 8 % av de svarande eleverna och 14-15 % i kategorin Övriga världen, för båda årskurserna. Något fler killar än tjejer finns i gruppen med härkomst från övriga världen. *Se tabell 3.*

Tabell 3. Antal och andel (%) unga fördelat på härkomst, per åldersgrupp och kön.

	Sverige	Övriga Europa	Övriga världen
Åk 9			
Tjejer	1 005 (78 %)	107 (8 %)	180 (14 %)
Killar	992 (76 %)	103 (8 %)	213 (16 %)
Gy 2			
Tjejer	927 (81 %)	78 (7 %)	132 (12 %)
Killar	858 (77 %)	85 (8 %)	177 (16 %)

Vem man bor tillsammans med delas in i fyra grupper: med båda sina föräldrar/vårdnadshavare, växelvis hos sina föräldrar/vårdnadshavare, med endast en förälder/vårdnadshavare, samt annat. I gruppen annat finns bland annat de som bor i familjehem, samt på skolinternat eller elevhem. De flesta elever svarar att de bor tillsammans med båda sina föräldrar/vårdnadshavare, 75 % av eleverna i årskurs 9 och 70 % av eleverna i år 2 på gymnasiet. Fler elever i år 2 på gymnasiet bor på elevhem eller på annat sätt jämfört med eleverna i årskurs 9. *Se Tabell 4, sidan 11.*

² Elevers drogvanor, läsår 2015-16 Värmland. Folkhälsorapport Barn och Unga i Skåne - en undersökning om barn och ungdomars livsvillkor, levnadsvanor och hälsa 2016. Om mig 2016 – Östergötland. Barns och ungdomars hälsa och levnadsvanor i Kronobergs län, 2015.

³ Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor. Hon, han, hen. www.mucf.se/publikationer/hon-hen-han

Tabell 4. Antal och andel (%) unga fördelat på vem man bor med, per åldersgrupp och kön.

	Båda mina föräldrar/ vårdnadshavare	Växelvis hos mina föräldrar/ vårdnadshavare	Bara en förälder/ vårdnadshavare och eventuell annan vuxen	Annan/ andra
Åk 9				
Tjejer	975 (75 %)	158 (12 %)	145 (11 %)	25 (2 %)
Killar	1 000 (76 %)	148 (11 %)	118 (9 %)	56 (4 %)
Gy 2				
Tjejer	790 (69 %)	115 (10 %)	171 (15 %)	70 (6 %)
Killar	791 (70 %)	122 (11 %)	131 (12 %)	84 (8 %)

Föräldrarnas/vårdnadshavarnas sysselsättning delas in i tre grupper: båda arbetar eller studerar, minst en förälder/vårdnadshavare är arbetslös, samt minst en förälder/vårdnadshavare är sjukskriven. Det fåtal individer som har både en arbetslös och en sjukskriven förälder/vårdnadshavare har kategoriserats i gruppen minst en förälder/vårdnadshavare är arbetslös. Har man bara en förälder/vårdnadshavare har dennes sysselsättning gällt. Av de svarande eleverna har nio av tio föräldrar/vårdnadshavare där båda studerar eller arbetar. En mindre del, 3 %, anger att de har minst en förälder/vårdnadshavare som är arbetslös och 5-6 % av eleverna har minst en förälder/vårdnadshavare som är sjukskriven. *Se Tabell 5.*

Tabell 5. Antal och andel (%) unga fördelat på föräldrarnas/vårdnadshavarnas sysselsättning.

	Båda arbetar eller studerar	Minst en förälder/ vårdnadshavare är arbetslös	Minst en förälder/ vårdnadshavare är sjukskriven
Åk 9			
Tjejer	1 058 (93 %)	29 (3 %)	52 (5 %)
Killar	1 062 (92 %)	33 (3 %)	55 (5 %)
Gy 2			
Tjejer	926 (90 %)	31 (3 %)	72 (7 %)
Killar	873 (91 %)	29 (3 %)	57 (6 %)

I föregående länsrapport för Folkhälsoenkät Ung⁴ studerades de socioekonomiska variablerna mer ingående och man fann samband med allmän hälsa, psykiska eller somatiska besvär, samt existentiell hälsa. I årets material återfinns några av sambanden.

Skillnader i allmän hälsa finns mellan unga som har olika boendeformer, där unga som bor med båda sina föräldrar/vårdnadshavare skattar sin hälsa något bättre än övriga. Skillnader finns också mellan unga vars föräldrar har olika sysselsättning, där unga vars båda föräldrar/vårdnadshavare arbetar eller studerar skattar sin hälsa något bättre än de som har minst en förälder/vårdnadshavare som är sjukskriven eller arbetslös. Dock ses inga konsekventa skillnader gällande härkomst. Dessa resultat är i linje med föregående års resultat.

Psykiska eller somatiska besvär (se sidan 16 för beskrivning) skiljer sig mellan unga som har olika boendeform, där de som bor med båda sina föräldrar/vårdnadshavare mår något bättre än övriga. Skillnader ses även mellan unga vars föräldrar/vårdnadshavare har olika typer av sysselsättning, där de som har föräldrar/vårdnadshavare där båda arbetar eller studerar mår något bättre än övriga. Skillnader i psykisk och somatisk hälsa ses mellan unga som har olika härkomst, där tjejer med svensk härkomst uppger en sämre hälsa än tjejer med annan härkomst. Bland killarna mår killar med svensk härkomst något

⁴ Folkhälsoenkät Ung 2015. Ungdomars hälsa, levnads- och drogvanor i Jönköpings län. <http://utveckling.rjl.se/hur-gar-det/?statistikomradeanchor=15320>

bättre än killar med annan härkomst. De skillnader i psykiska eller somatiska besvär som ses mellan unga med olika boendeform, vars föräldrar/vårdnadshavare har olika sysselsättningsform, samt olika härkomst är i linje med föregående undersöknings resultat.

Existentiell hälsa är i Folkhälsoenkät Ung representerad utifrån fyra påståenden om meningsfullhet, livets syfte, tro/övertygelse och hoppfullhet (se sidan 19 för beskrivning). Något färre konsekventa samband ses mellan socioekonomi och existentiell hälsa 2017 jämfört med 2015, framförallt ses inte längre lika tydliga samband mellan föräldrars sysselsättning och existentiell hälsa.

När det gäller att uppleva sitt liv som meningsfullt ses inga konsekventa skillnader mellan unga i gymnasiets år 2 som har olika boendeformer, men elever i årskurs 9 som bor med båda sina föräldrar är det fler som upplever meningsfullhet jämfört med övriga. Några konsekventa skillnader finns inte fördelat på föräldrarnas sysselsättning eller härkomst.

De som bor med båda sina föräldrar upplever i något högre grad att livet har ett syfte jämfört med de som bor i andra boendeformer, konsekventa skillnader finns dock inte bland killar i år 2 på gymnasiet. Några konsekventa samband ses inte mellan att uppleva att livet har ett syfte och föräldrars sysselsättning eller härkomst.

För den del av den existentiella hälsan som berör tro och övertygelse ses skillnader mellan unga som har olika boendeformer, där de som bor med båda sina föräldrar i något högre utsträckning anger att de har en tro eller övertygelse som hjälper i vardagen. Detta samband finns dock inte bland killar i år 2 på gymnasiet. Konsekventa samband finns mellan unga med olika härkomst där de med härkomst i övriga världen i större utsträckning har en tro eller övertygelse, följt av unga från övriga Europa och sist unga från Sverige. För föräldrars sysselsättning ses inga konsekventa skillnader.

För påstående gällande hoppfullhet återfinns skillnader fördelat på boendeform bland tjejer, där de som bor med båda sina föräldrar i något högre grad upplever hoppfullhet. Detta samband finns inte bland killar. Skillnader ses även mellan unga vars föräldrar har olika former av sysselsättning, men endast i årskurs 9 där de vars föräldrar båda arbetar eller studerar i något högre grad upplever hoppfullhet jämfört med övriga grupper. Inga konsekventa samband ses mellan hoppfullhet och härkomst.



Hälsa

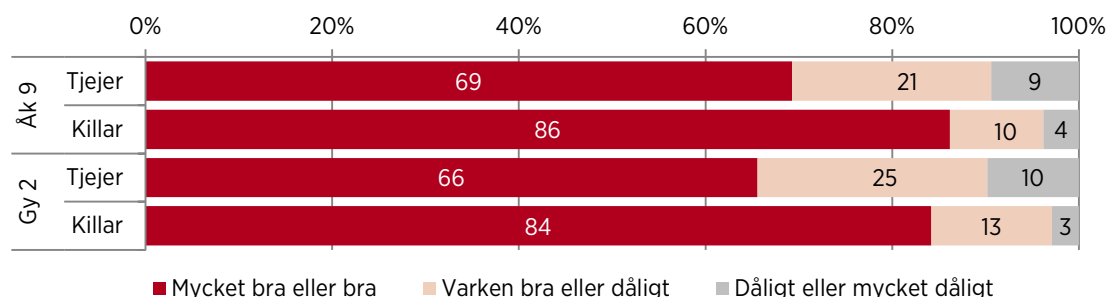
En god hälsa är en viktig resurs i det vardagliga livet och en förutsättning för just livet⁵. God hälsa, psykisk och fysisk, ökar handlingsutrymmet för individen och är en viktig faktor för ett framgångsrikt samhälle⁶. Vi vet också att en god hälsa i unga år lägger grunden för en god hälsa även senare i livet⁷. Detta kapitel baseras på frågor om allmän hälsa, psykisk och somatisk hälsa samt existentiell hälsa.

Allmän hälsa

Allmän hälsa är ett mått på ungas egen uppfattning om sin hälsa. På frågan ”Hur mår du rent allmänt?” svarar de flesta unga att de mår bra eller mycket bra. Killarna i både årskurs 9 och gymnasiet år 2 svarar att de mår bra i större utsträckning än tjejerna. Se Figur 1. En liknande trend ses nationellt där killar i årskurs 9 rapporterar något bättre allmän hälsa jämfört med tjejer⁸. Den allmänna hälsan är något sämre bland elever i år 2 på gymnasiet jämfört med elever i årskurs 9, för både killar och tjejer.

Den allmänna hälsan verkar även sjunka över tid i båda årskurserna och då främst bland tjejer. Vid 2015 års undersökning svarade 73 % av tjejerna i årskurs 9 att de mår bra eller mycket bra, 2017 är motsvarande siffra 69 %. För tjejer i gymnasiet år 2 svarade 72 % att de mår bra eller mycket bra år 2015, motsvarande siffra 2017 är 66 %. Se Figur 2, sidan 16.

Tittar vi på samtliga svarande fördelat på tjejer, killar och annat kön (ej uppdelat på årskurs) är det tydligt att de som svarat annat kön mår sämre än övriga. 68 % av tjejerna, 85 % av killarna och 49 % av de med annat kön svarar att de mår bra eller mycket bra. Av de som svarat annat kön mår 20 % dåligt eller mycket dåligt, jämfört med 3 % av killarna och 10 % av tjejerna.



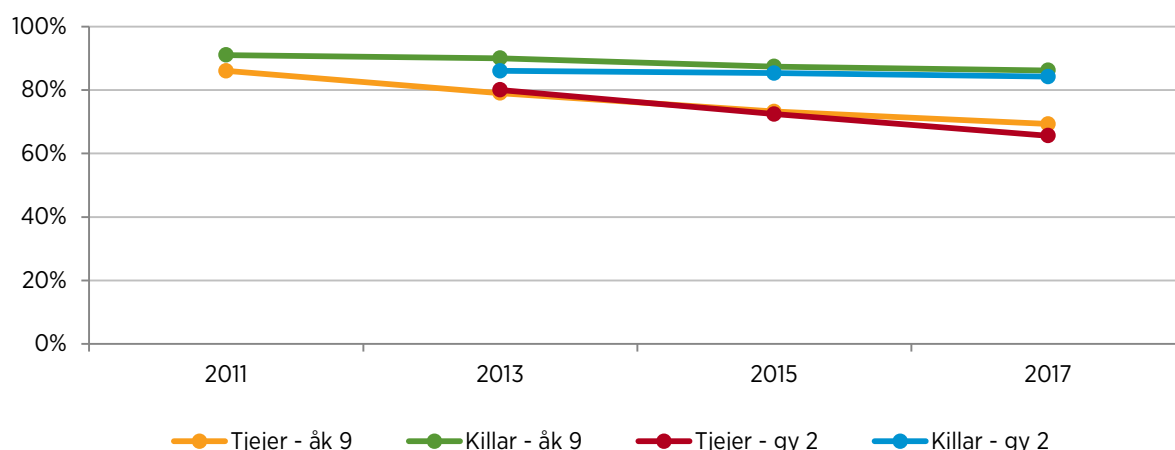
Figur 1. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: ”Hur mår du rent allmänt?”.

⁵ WHO. Sundsvall Statement on Supportive Environments for Health. Third International Conference on Health Promotion, Sundsvall, Sweden, 9-15 June 1991. www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/sundsvall/en/

⁶ SKL. Barns och ungas hälsa i Sverige. En beskrivning av nuläget. 2017. <https://webbutik.skl.se/bilder/artiklar/pdf/7585-528-8.pdf?issuusi=ignore>

⁷ Folkhälsomyndigheten. Barn och unga. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/halsa-i-olika-grupper/barn-och-unga/>

⁸ Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14. Grundrapport. 2014. (s. 16) www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/fbcb76d2cae4fc0981e35dddf246cf0/skolbarns-halsovanor-sverige-2013-14.pdf



Figur 2. Andel elever som svarat bra eller mycket bra, över tid, på frågan "Hur mår du rent allmänt?". Gymnasiets år 2 var inte med i undersökningen 2011.

Psykisk hälsa

Psykisk hälsa handlar om hälsorelaterad livskvalitet där upplevt välbefinnande och funktion i dagliga aktiviteter ingår. Psykisk hälsa beskrivs ofta som att uppleva sin tillvaro som meningsfull, att kunna använda sina resurser väl och då anpassa sig till förändringar och hantera livets vanliga motgångar⁹. Begreppet psykisk ohälsa används ofta för att beskriva det motsatta, det vill säga ett sämre upplevt välbefinnande ofta kopplat till olika psykiska eller fysiska symptom. Ofta är dessa symptom relaterade till en situation som upplevs som påfrestande på olika sätt. Vanliga exempel på tillstånd som omfattas av begreppet psykisk ohälsa är nedstämdhet, oro och sömnsvårigheter. I begreppet ingår ofta även stress, vilket i sin tur kan trigga en upplevelse av exempelvis smärta. Fysiska symptom kan då vara ett uttryck för psykisk belastning¹⁰. Psykisk ohälsa kan i förlängningen leda till både psykiska och fysiska tillstånd av mer allvarlig art, varför det är viktigt att uppmärksamma symptom på ett tidigare stadium.

Den psykiska hälsan undersöks i Folkhälsoenkät Ung genom ett frågebatteri där både psykiska eller somatiska besvär finns med. Frågan lyder "Hur ofta har du under de senaste sex månaderna haft följande besvär?", följt av uppräknningen huvudvärk, ont i magen (ej mensvärk), ont i ryggen, känt mig nere/ledsen, varit irriterad eller på dåligt humör, känt mig orolig/nervös, känt mig stressad, samt haft svårt att somna. Svarsalternativen sträcker sig från *Sällan eller aldrig* till *I stort sett varje dag*.

När vi tittar på de som har haft besvär mer än en gång i veckan de senaste sex månaderna är det bland tjejer (i båda årskurserna) vanligast att ha besvärats av stress, följt av irritation eller dåligt humör och oro/nervositet. För killar (i båda årskurserna) är stress vanligast följt av svårt att somna och irritation eller dåligt humör. För samtliga besvär har fler tjejer än killar uppgett frekventa problem. Störst är skillnaderna gällande stress där 51 % av tjejerna i årskurs 9 och 56 % av tjejerna i år 2 på gymnasiet känt sig stressade mer än en gång i veckan jämfört med 21 % av killarna i årskurs 9 och 23 % av killarna i år 2 på gymnasiet. *Se figur 3, sidan 18.*

Andelen tjejer som upplever besvär mer än en gång i veckan har ökat för alla symptom jämfört med undersökningen 2015. För killar ligger andelen som upplever besvär mer stabilt sedan föregående mätning. Störst är ökningen för *känt mig orolig/nervös*¹¹. 2015 svarade 25 % av tjejerna i årskurs 9 och 22 % av tjejerna i gymnasiets år 2 att de känt sig oroliga/nervösa mer än en gång i veckan de senaste sex månaderna, år 2017 är motsvarande siffror 33 % i båda årskurserna. För killar ses ingen skillnad för varken årskurs 9 eller gymnasiets år 2. 38 % av tjejerna i årskurs 9 och 36 % av tjejerna i gymnasiets år 2 svarade 2015 att de varit irriterade eller på dåligt humör mer än en gång i veckan de senaste sex månaderna,

⁹ SKL. Psykisk hälsa. 2016. <https://skl.se/halsasjukvard/psykiskhalsa.229.html>

¹⁰ Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14. Grundrapport. 2014. (sid. 17)

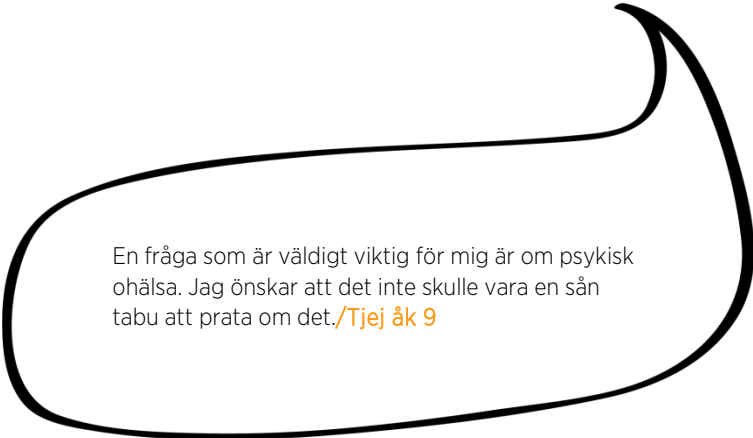
¹¹ En förändring av formuleringen har skett. 2015: Känt mig nervös. 2017: Känt mig orolig/nervös.

jämfört med 43 % i årskurs 9 och 42 % i gymnasiets år 2 i 2017 års undersökning. Någon ökning ses inte hos killarna i någon av årskurserna.

Många elever uppger att de har fler än ett besvär. *Se Figur 4, sidan 18.* Av tjejerna har 53 % av de som går i årskurs 9 och 59 % av de som går i år 2 på gymnasiet haft två eller fler besvär mer än en gång i veckan de senaste sex månaderna. Killarna svarar att de i lägre grad har två eller fler besvär, 24 % i årskurs 9 och 25 % i år 2 på gymnasiet. I liknande studier för riket (2013/14), är motsvarande andelar i årskurs 9 57 % för tjejer och 31 % för killar¹². För år 2 på gymnasiet finns inga jämförande siffror på nationell nivå. Däremot ser vi att andelen unga som har två eller fler besvär i gymnasiets år 2 i Skåne län är på samma nivå som i Jönköpings län¹³.

Tittar vi på samtliga svarande fördelat på tjejer, killar och annat kön (ej uppdelat på årskurs) är det tydligt att de som svarat annat kön i högre utsträckning har två eller fler psykiska eller somatiska besvär jämfört med tjejer och killar (68 % bland de med annat kön, 56 % bland tjejerna och 25 % bland killarna).

Över tid ses en ökning av andelen tjejer som upplever att de har två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan, medan motsvarande siffror för killar inte har förändrats nämnvärt i länet. *Se figur 5, sidan 18.* Även på riksnivå ses en liknande trend, där psykiska eller somatiska besvär har ökat bland elever i årskurs 9, främst bland tjejer¹⁴. Indikationerna på ökad psykisk ohälsa bland unga tjejer är oroväckande eftersom forskning visar att även lindrigare former av psykisk ohälsa ökar risken för framtida psykiatrisk vård, självmordsförsök, försörjningsproblem och för tidig död^{15, 16}.



En fråga som är väldigt viktig för mig är om psykisk ohälsa. Jag önskar att det inte skulle vara en sån tabu att prata om det. /Tjej åk 9

¹² Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14. Grundrapport. 2014. (sid. 27).

¹³ Fridh M, Grahn M, Lindström M, Modén B. Folkhälsorapport Barn och Unga i Skåne - en undersökning om barn och ungdomars livsvillkor, levnadsvanor och hälsa. 2016.

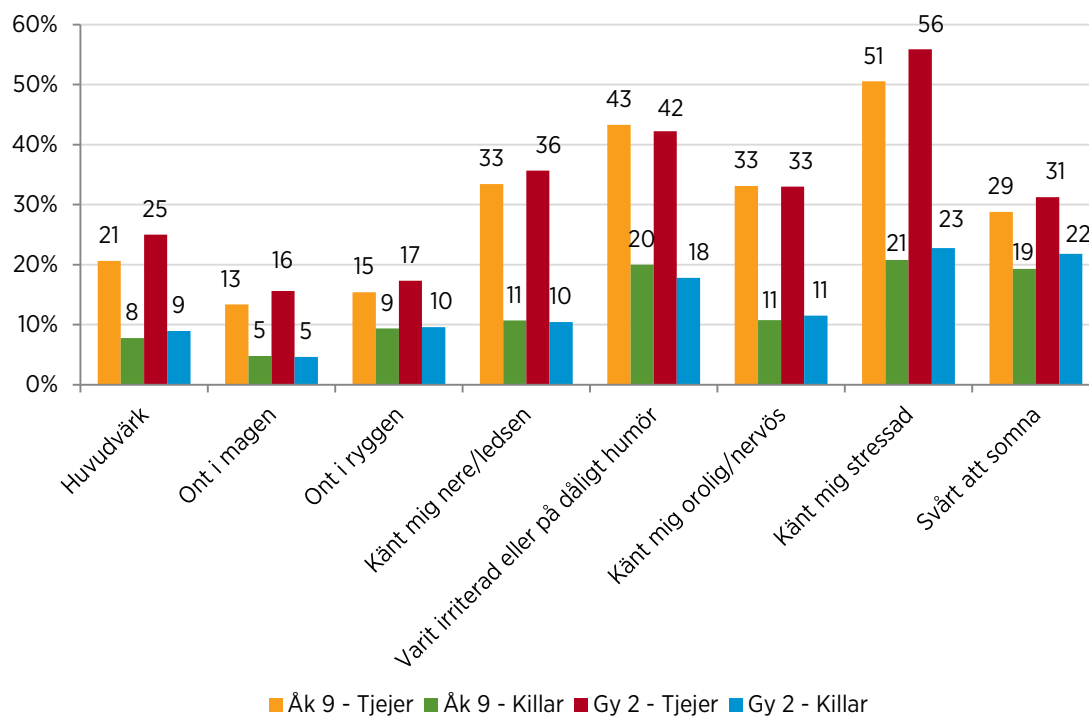
¹⁴ SKL. Barns och ungas hälsa i Sverige. En beskrivning av nuläget. 2017.

<https://webbutik.skl.se/bilder/artiklar/pdf/7585-528-8.pdf>

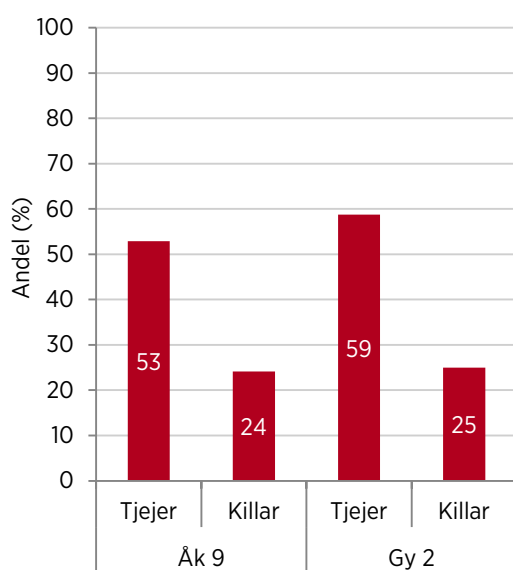
¹⁵ Socialstyrelsen. Barns och ungas hälsa, vård och omsorg 2013.

<http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2013/2013-3-15>

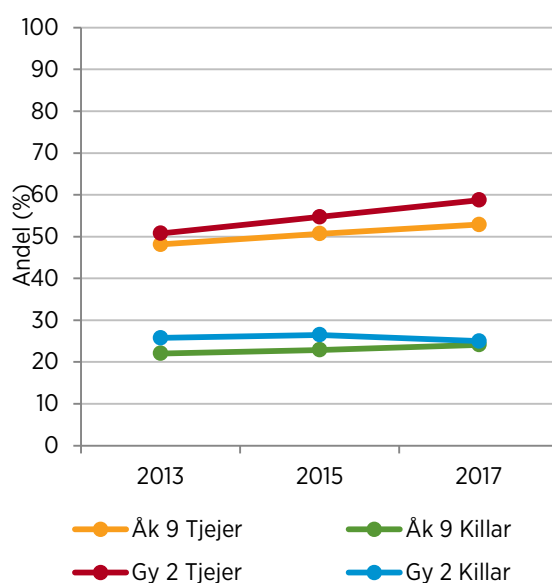
¹⁶ Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14. Grundrapport. 2014.



Figur 3. Andel unga som har upplevt besvär mer än en gång i veckan, de senaste sex månaderna.



Figur 4. Andel unga som har upplevt minst två psykiska eller somatiska besvär, mer än en gång i veckan, de senaste sex månaderna.



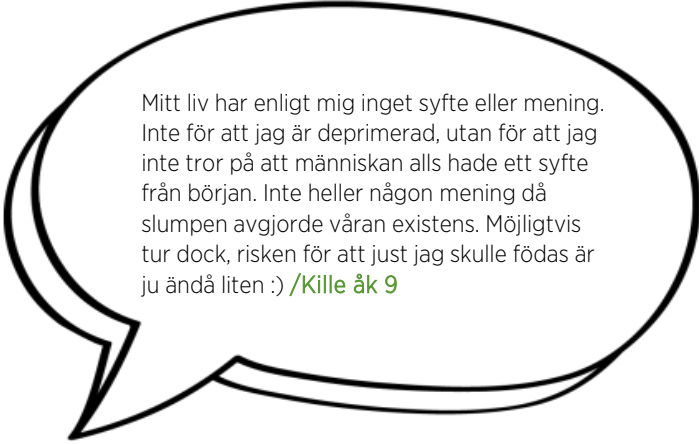
Figur 5. Andel unga som har upplevt minst två psykiska eller somatiska besvär, mer än en gång i veckan, de senaste sex månaderna, över tid.

Existentiell hälsa

Hur vi förhåller oss till livets stora frågor påverkar vår hälsa och vår livskvalitet. Den existentiella hälsan handlar om hur vi tänker, känner och handlar. De existentiella frågorna och svaren berättar hur du ser på livet; vad som är viktigt, var du hör hemma, vad som känns meningsfullt och hur du ser på dina möjligheter och framtiden¹⁷. I Folkhälsoenkät Ung ställs fyra påståenden utifrån existentiell hälsa: ”Jag upplever att mitt liv är meningsfullt”, ”Jag upplever att mitt liv har ett syfte”, ”Jag har en tro eller övertygelse som ger mig tröst/lättnad i vardagen” och ”Jag är hoppfull inför mitt liv”. Påståendena besvaras med hur väl de stämmer från *stämmer precis* till *stämmer inte alls*.

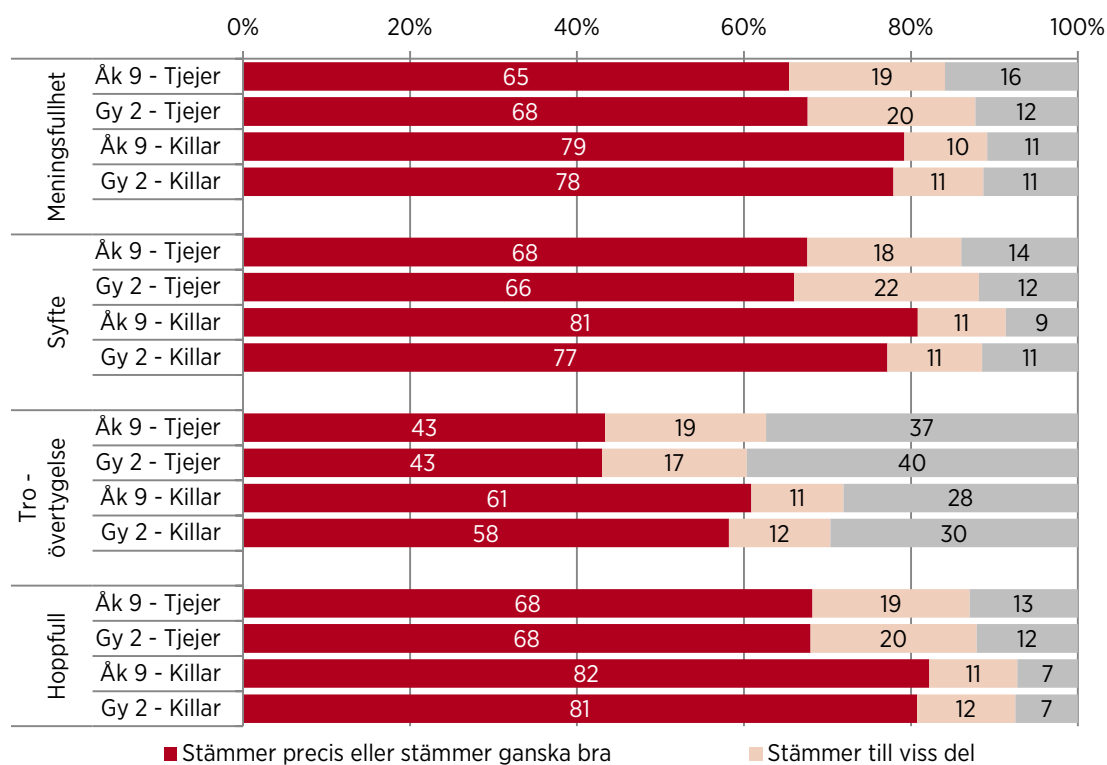
Det är tydligt att uppfattningar likt dessa generellt inte skiljer sig mellan elever i årskurs 9 och år 2 på gymnasiet. Det finns heller inga stora skillnader sedan föregående mätning. De skillnader som ses är istället mellan tjejer och killar. Killarna svarar i större utsträckning än tjejer att påståendena stämmer precis eller ganska bra. Se Figur 6, sidan 20. För påståendena kring meningsfullhet, syfte och hoppfull inför livet är svaren relativt lika inom samtliga grupper. Påståendet om tro eller övertygelse skiljer sig från övriga påståenden då det har en lägre andel positivt svarande. Sedan föregående mätning har andelen killar som svarar att de har en tro eller övertygelse som ger tröst/lättnad i vardagen ökat något och då främst bland killar i gymnasiets år 2.

Det finns samband mellan samtliga av de existentiella påståendena och allmän hälsa respektive psykiska eller somatiska besvär. Sambandet är tydligare bland tjejer än killar i båda årskurserna. Generellt sett visar resultaten att de som har god existentiell hälsa också i högre utsträckning mår bra eller mycket bra. På samma sätt ser vi att bland de som skattar sin existentiella hälsa lågt finns en stor grupp som även skattar sin allmänna hälsa och psykiska eller somatiska hälsa lågt. När det gäller samband med allmän hälsa samt psykiska eller somatiska besvär finns inte lika tydliga skillnader för påståendet kring tro/övertygelse, jämfört med de övriga påståendena kring existentiell hälsa. Sambanden illustreras här med påståendet om meningsfullhet och allmän hälsa, respektive psykiska eller somatiska besvär, se Figur 7-8, sidan 20.

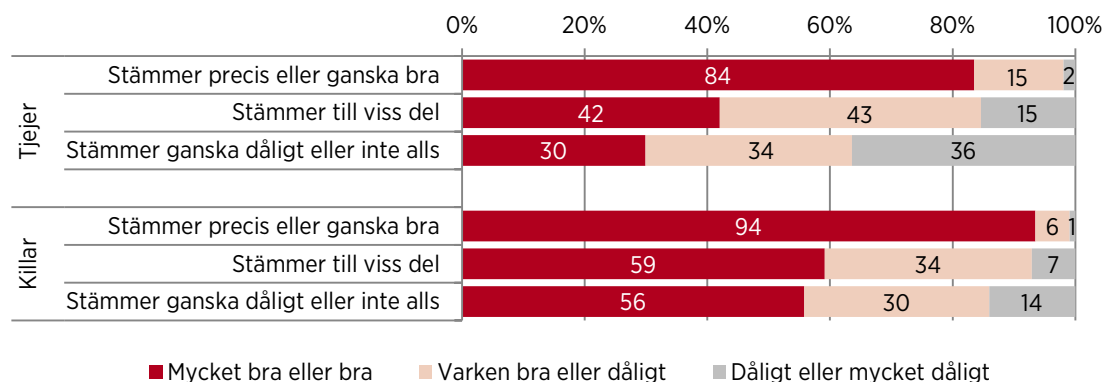


Mitt liv har enligt mig inget syfte eller mening. Inte för att jag är deprimerad, utan för att jag inte tror på att människan alls hade ett syfte från början. Inte heller någon mening då slumpen avgjorde vår existens. Möjligtvis tur dock, risken för att just jag skulle födas är ju ändå liten :) /Kille åk 9

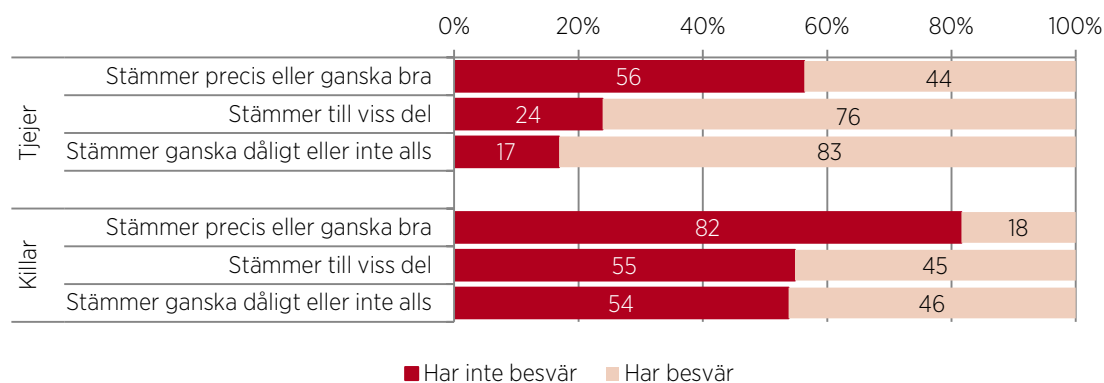
¹⁷ Existentiell Folkhälsa. Region Jönköpings län. <http://plus.rjl.se/infopage.jsf?nodeId=36311&childId=20957#>



Figur 6. Fördelning mellan kön och årskurs gällande hur väl påståendena kring existentiell hälsa stämmer.



Figur 7. Allmän hälsa uppdelat på tjejer och killar som upplever att livet är meningsfullt i olika utsträckning.



Figur 8. Två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan uppdelat på tjejer och killar som upplever att livet är meningsfullt i olika utsträckning.



Levnadsvanor

Med levnadsvanor menar vi de vanor som har stor betydelse för vår hälsa, till exempel mat, motion och sömn¹⁸. Levnadsvanorna påverkas av kultur och tradition och varierar med ekonomiska villkor och socioekonomisk tillhörighet. Att tidigt, i barn- och ungdomsåren, skapa goda levnadsvanor har betydelse för både den psykiska och fysiska hälsan under hela livet¹⁹.

Under levnadsvanor lyfts även frågor som rör tobak, alkohol och narkotika. För detta använder Folkhälsoenkät Ung i stort samma frågor som Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN) använder i sin nationella undersökning om skolelevers drogvanor. Att frågorna är lika möjliggör jämförelser mellan Jönköpings läns ungdomar och ungdomar i riket som helhet. När länsjämförelser i detta kapitel görs med ett rikssnitt, kommer rikssiffrorna från CAN's enkätstudie²⁰.

Avslutningsvis lyfts även medieanvändning under levnadsvanor.

Mat

Bra matvanor har stor betydelse för barns och ungas utveckling och hälsa, både på lång och kort sikt. Hela kroppen fungerar bättre om man äter regelbundet - frukost, lunch, middag och något bra mellanmål däremellan²¹.

Ungefär varannan elev i årskurs 9 och gymnasiet år 2 svarar att de äter frukost varje dag och två av tre äter frukost 5-6 dagar per vecka eller oftare. I samtliga grupper svarar fler att de äter frukost på helgerna jämfört med på vardagarna. Endast små variationer finns mellan tjejer och killar och mellan de som går årskurs 9 och gymnasiet år 2, se *Figur 9, sidan 24*. Sedan 2015 har andelen som äter frukost varje dag minskat något i samtliga grupper.

Det finns skillnader i allmän hälsa mellan de som äter och de som inte äter frukost varje dag. De som äter frukost skattar också sin hälsa bra eller mycket bra i högre utsträckning än de som inte äter frukost. För två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång per vecka ses också ett samband med frukostvanor. De som äter frukost har i lägre utsträckning besvär än de som inte äter frukost. Det går inte att säga något om sambandens riktning, varken för hälsa eller för psykiska eller somatiska besvär.

Frukt och grönsaker innehåller många näringsämnen, bland annat vitaminer, mineraler och kostfibrer. För både ungdomar och vuxna rekommenderas ett dagligt intag av 500 g frukt och grönt²². I Folkhälsoenkät Ung frågas om hur ofta de unga äter frukt och grönsaker. Bland tjejerna i båda årskurserna äter 37 % frukt så gott som dagligen eller oftare, bland killarna i årskurs 9 är det 28 % och i gymnasiet år 2 är det 21 % som gör det. Ungefär hälften av de unga svarar att de äter grönsaker så gott som dagligen eller oftare, 60 % av tjejerna och ca 43 % av killarna i båda årskurserna.

Även fisk och skaldjur är bra mat med mycket vitaminer och mineraler. Fet fisk (t.ex. lax och sill) innehåller omega-3-fett som de flesta behöver äta mer av²³. Runt fyra av tio elever i årskurs 9 och år 2 på gymnasiet äter fisk eller skaldjur några gånger i veckan eller oftare. Killarna äter något mer fisk och skaldjur än tjejerna.

¹⁸ Folkhälsomyndigheten. Levnadsvanor. www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/statistikdatabaser-och-visualisering/nationella-folkhalsoenkaten/levnadsvanor/

¹⁹ Folkhälsomyndigheten. Barns och ungas hälsa. www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/halsa-i-olika-grupper/barn-och-unga/

²⁰ CAN. Skolelevers drogvanor 2017. <http://www.can.se/Publikationer/rapporter/skolelevers-drogvanor-2017/>

²¹ Livsmedelsverket. Kostråd och matvanor, barn 2-17 år. https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/barn-och-ungdomar/barn-2-18-ar#Mer_frukt_och_grönt

²² Ibid.

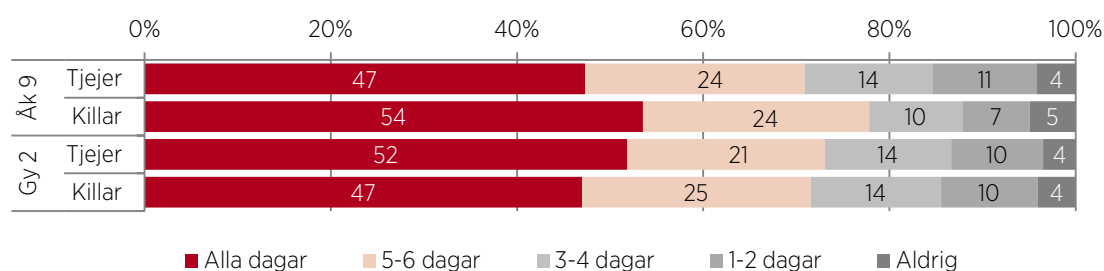
²³ Ibid.

Både frukt, grönsaks-, samt fisk- och skaldjurskonsumtion ligger på ungefär samma nivå som vid 2015 års undersökning.

Det finns också mat och dryck som vi behöver begränsa vårt intag av, läsk och mat med hög socker- och fetthalt är några av dessa²⁴. Knappt hälften av de unga i årskurs 9 och år 2 på gymnasiet äter godis, chips, glass eller fikabröd några gånger i veckan eller oftare. Tjejerna äter det oftare än killarna och eleverna på gymnasiet äter godis, chips, glass eller fikabröd oftare än eleverna i årskurs 9. Killar uppger i sin tur ett högre intag av läsk än tjejer i båda årskurserna.

Energidryck är sötad läskedryck som oftast innehåller koffein, glukuronolakton, taurin och B-vitaminer. Många använder dem för att bli piggare, men de kan ha en skadlig effekt vid hög konsumtion, särskilt av sorter med en hög koffeinhalt. Ungdomar är mer känsliga än vuxna, då de ofta väger mindre än vuxna²⁵. Bland killarna i Jönköpings län har andelen som dricker energidryck några gånger i veckan eller oftare dubblats sedan 2015 års undersökning och är nu 20 %. Bland tjejerna är siffrorna något lägre, omkring 15 % och i nivå med föregående undersöknings resultat.

I 2017 års undersökning ställs även för första gången frågan "Hur ofta brukar du äta kosttillskott (för exempelvis prestationshöjning, muskeltillväxt, fettförbränning)?" Bland killarna svarar 24 % i årskurs 9 och 30 % i gymnasiets år 2 att de äter kosttillskott en gång i veckan eller oftare. Bland tjejerna är motsvarande siffror 13 % i årskurs 9 och 15 % i gymnasiets år 2. Några jämförbara siffror har inte hittats på nationell eller regional nivå.



Figur 9. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Hur många dagar per vecka äter du frukost?".

Vardagsmotion och träning

Den nordiska rekommendationen för fysisk aktivitet för barn och unga är: "Minst 60 minuters fysisk aktivitet per dag, både med måttlig och med hög intensitet"²⁶. I denna undersökning skiljer vi på vardagsmotion och träning. Vardagsmotion fångades genom frågan "Hur ofta går eller cyklar du en timme eller mer per dag? (Tiden behöver inte vara sammanhängande)". Eleverna i årskurs 9 rapporterar i något högre grad (51 %) att de går eller cyklar en timme eller mer per dag 4-7 dagar per vecka, jämfört med eleverna i år 2 på gymnasiet (43-44%). Se Figur 10, sidan 25. Det samma gäller för träning, som fångades genom frågan "Hur ofta tränar du på fritiden i minst 30 minuter, så att du blir andfådd och svettas?". Sju av tio elever i båda åldersgrupperna tränar 2-3 gånger per vecka eller oftare, eleverna i årskurs 9 i något högre utsträckning än de som går år 2 på gymnasiet och killar i något högre utsträckning än tjejer. Se Figur 11, sidan 25. Både vardagsmotion och träning ligger i nivå med mätningen 2015.

Att motion har ett positivt samband med en god hälsa är väl känt²⁷. Även i Folkhälsoenkät Ung är det tydligt att de som går eller cyklar en timme eller mer 4-7 dagar per vecka också anger en bra eller mycket bra allmän hälsa i större utsträckning än de som inte vardagsmotionerar i samma utsträckning. Det samma gäller för psykiska och somatiska besvär, där de som går eller cyklar en timme eller mer 4-7 dagar per vecka i något lägre utsträckning uppger att de har två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan. När det kommer till att träna minst 30 minuter 2-3 gånger i veckan eller oftare ses precis

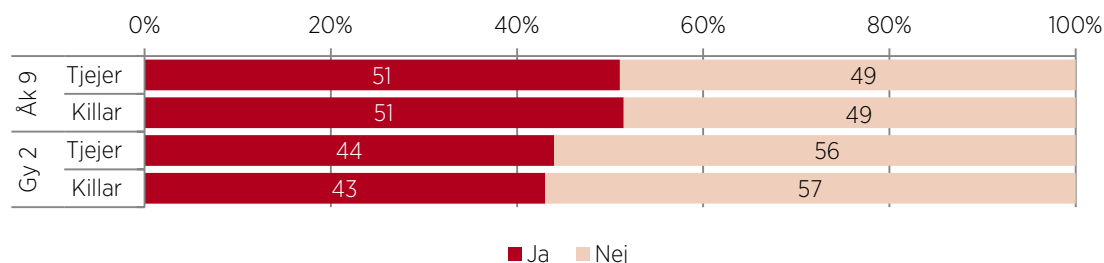
²⁴ Livsmedelsverket. Kostråd och matvanor, barn 2-17 år. https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa-miljo/kostrad-och-matvanor/barn-och-ungdomar/barn-2-18-ar#Mer_frukt_och_grönt

²⁵ Livsmedelsverket. Energidrycker. www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/mat-och-dryck/drycker-och-alkohol/energidrycker

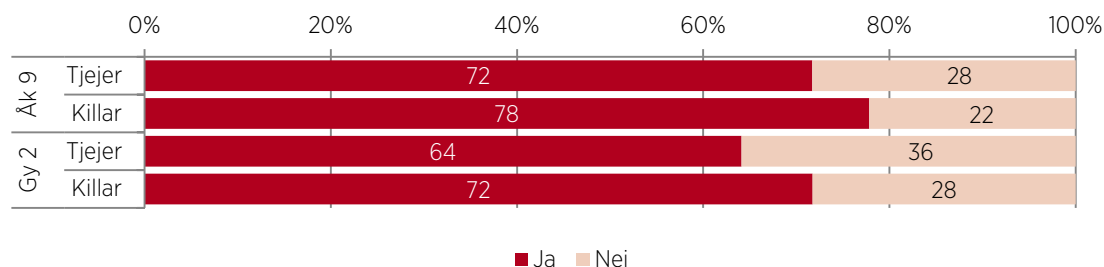
²⁶ Folkhälsomyndigheten, rekommendationer. www.folkhalsomyndigheten.se/far/rekommendationer/

²⁷ 1177. Hälsa och livsstil. Rörelse är livsviktigt. www.1177.se/Jonkopings-lan/Tema/Halsa/Fysisk-aktivitet/Rorelse-ar-livsviktigt/

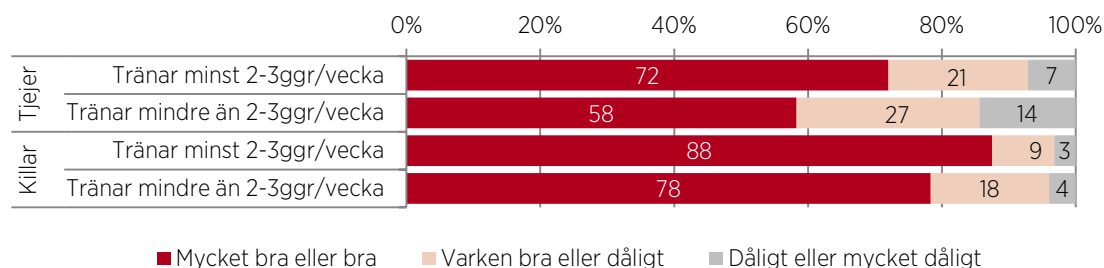
samma kopplingar till hälsa och psykiska eller somatiska besvär som för vardagsmotion. Att träna minst 30 minuter 2-3 gånger i veckan eller oftare ser ut att ha starkare koppling till en god allmän hälsa jämfört med att gå eller cykla en timme eller mer 4-7 dagar per vecka. Detta gäller även för psykiska eller somatiska besvär, men sambandet är svagare, särskilt för tjejer. Sambandet mellan motion och hälsa illustreras av sambandet mellan att träna minst 30 minuter 2-3 gånger i veckan eller oftare och allmän hälsa samt psykiska eller somatiska besvär se Figur 12 och 13, sidorna 25.



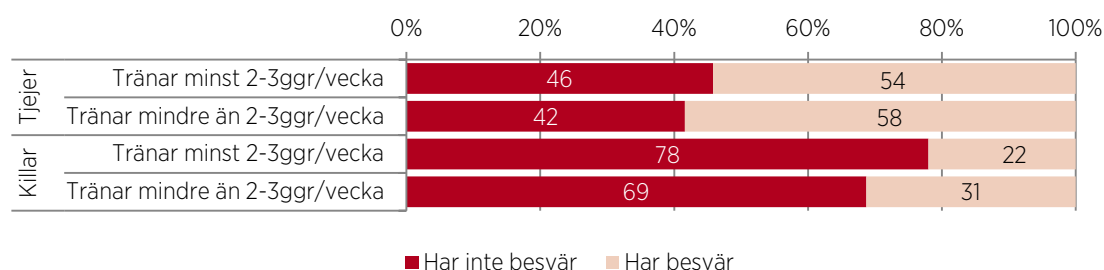
Figur 10. Andel elever som går eller cyklar en timme eller mer per dag, 4-7 dagar i veckan.



Figur 11. Andel elever som tränar på fritiden, minst 30 minuter, 2-3 gånger per vecka.



Figur 12. Allmän hälsa uppdelat på tjejer och killar som tränar 2-3ggr/vecka och de som inte tränar i den utsträckningen.



Figur 13. Två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan uppdelat på tjejer och killar som tränar 2-3ggr/vecka och de som inte tränar i den utsträckningen.

Sömn

Goda sömnvanor är en viktig del av en bra livsstil. Barn och ungdomar behöver sömn för att hjärnan och kroppen ska kunna växa, läka skador och återhämta sig. De flesta tonåringar behöver sova omkring nio timmar per dygn, men många sover mindre än så²⁸. Även i Folkhälsoenkät ung ser vi att många elever sover mindre än nio timmar per natt under vardagarna. I årskurs 9 sover tjejerna i genomsnitt 7,2 timmar och killarna 7,6 timmar per vardagsnatt. På helgerna är genomsnittet 9,3 timmar för tjejer och 9,5 timmar för killar. 15 % av tjejerna och 20 % av killarna sover nio timmar eller mer per natt på vardagarna. Under helgerna sover däremot tre av fyra i årskurs 9 nio timmar eller mer per natt.

Eleverna i år 2 på gymnasiet sover något mindre per natt än eleverna i årskurs 9. Tjejerna sover 6,9 timmar och killarna 7,1 timmar per natt under vardagarna. Under helgerna sover tjejerna 9,1 timmar och killarna 9,4 timmar per natt. Endast en av tio elever i gymnasiets år 2 sover nio timmar eller mer per natt under vardagarna, men på helgerna är det tre av fyra som får den sömnmängden. *Se Figur 14, sidan 27.*

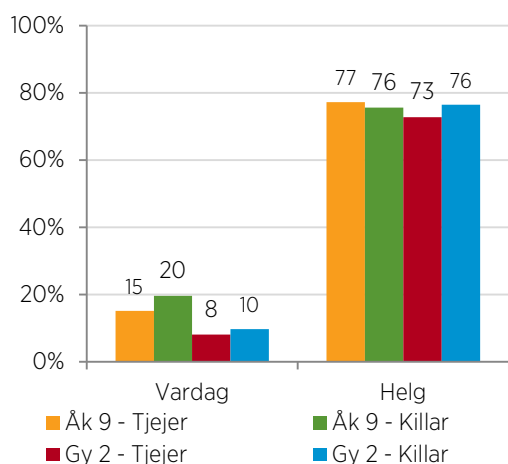
Inte bara mängden sömn utan även kvaliteten på sömn har betydelse för återhämtning²⁹. Därför ställdes frågan ”Hur tycker du att du sover?”. Frågan hade fem svarsalternativ från *mycket bra* till *mycket dåligt*. Överlag svarar de unga att de tycker att de sover bra eller mycket bra. Killar skattar sin sömnkvalitet något högre än tjejer gör. *Se Figur 15, sidan 27.*

Ungas sömn har samband med deras allmänna hälsa och förekomsten av två eller fler psykiska eller somatiska besvär. De som sover 9 timmar eller mer skattar i högre utsträckning sin hälsa som bra eller mycket bra jämfört med de som sover mindre. De som sover mindre än 9 timmar per natt uppger också i större utsträckning att de har två eller fler psykiska eller somatiska besvär, jämfört med de som sover 9 timmar eller mer. Det finns också ett tydligt samband mellan att skatta sin hälsa som bra eller mycket bra och att tycka att sömnen är bra. En skillnad ses även för om man har två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan. De som uppger att de sover mycket eller ganska bra uppger i större utsträckning att de inte har några besvär, medan de som sover ganska eller mycket dåligt i större utsträckning också uppger att de har besvär. *Se Figur 16 och 17, sidan 27.* Här behöver dock poängteras att det inte går att säga något som sambandens riktning, varken för hälsa eller för psykiska eller somatiska besvär.

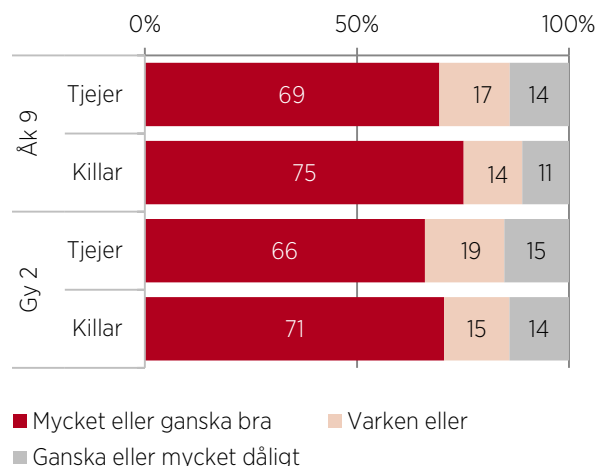
²⁸ 1177. Sömn, Tonåringar 13-18 år.

www.1177.se/Tema/Barn-och-foraldrar/Mat-somn-och-praktiska-rad/Skrik/Barn-och-somn/
www.1177.se/Tema/Barn-och-foraldrar/Vaxa-och-utvecklas/Barn-och-unga-13-18-ar/Barnets-utveckling-13-18-ar/

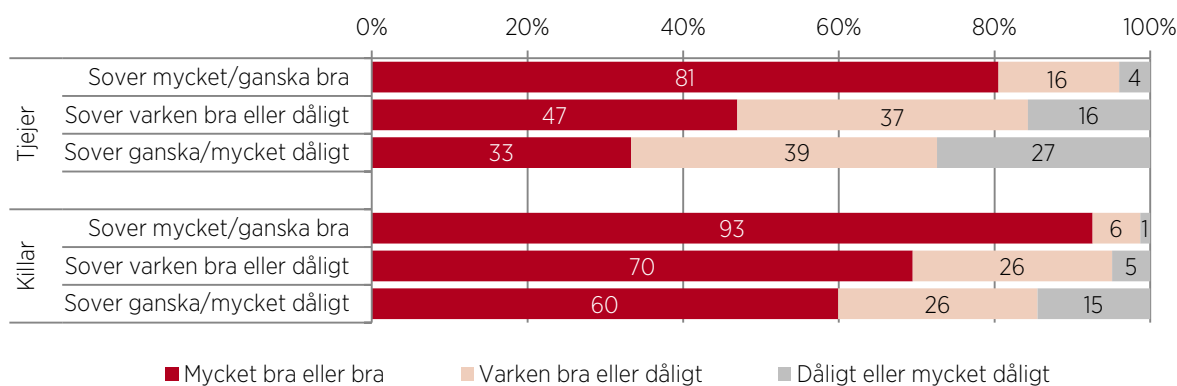
²⁹ 1177. Sömn är viktig för din hälsa. <https://www.1177.se/Jonkopings-lan/Tema/Halsa/Somn/Somn/>



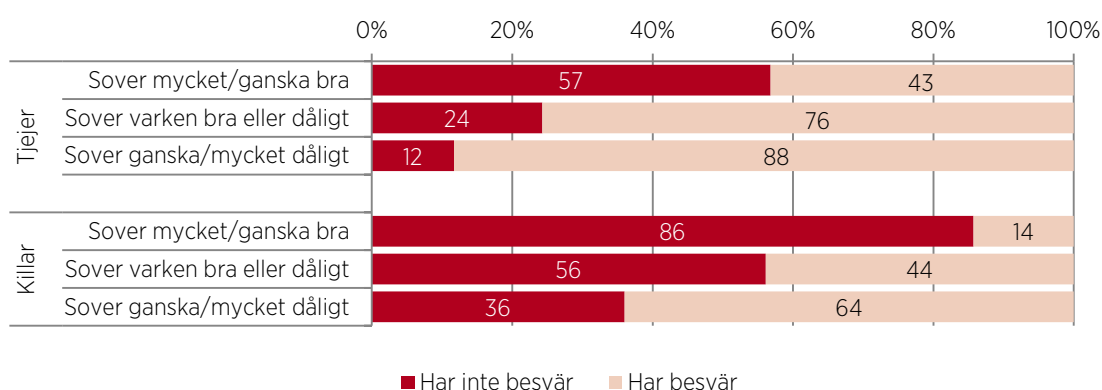
Figur 14. Andel som sover nio timmar eller mer per natt, på vardagar respektive på helger.



Figur 15. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Hur tycker du att du sover?".



Figur 16. Allmän hälsa uppdelat på tjejer och killar som sover mycket/ganska bra, varken bra eller dåligt och de som sover ganska/mycket dåligt.



Figur 17. Två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan uppdelat på tjejer och killar som sover mycket/ganska bra, varken bra eller dåligt och de som sover ganska/mycket dåligt.

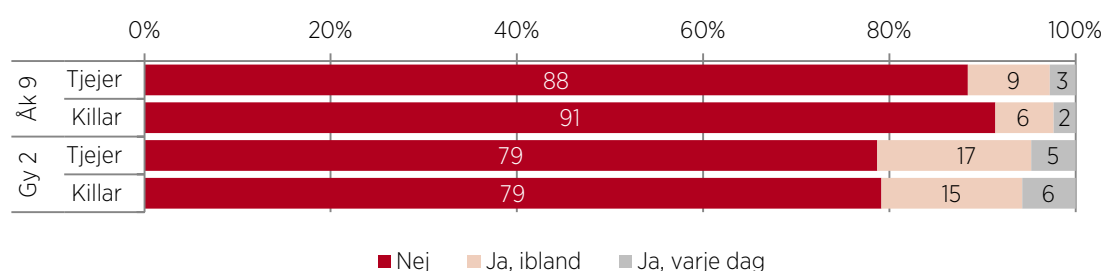
Rökning

Eleverna fick frågan "Röker du?" som besvarades med alternativen *Nej*, *Ja, ibland* eller *Ja, varje dag*. I årskurs 9 svarar 12 % av tjejerna och 9 % av killarna att de röker (*Ja, ibland* eller *Ja, varje dag*). Från föregående mätning ses en svag ökning bland tjejerna, då 10 % svarade att de röker, bland killarna är andelen rökare oförändrad. I riket har andelen rökare minskat både bland tjejer och killar i årskurs 9 mellan 2015 och 2017. År 2017 svarade 13 % av tjejerna och 8 % av killarna att de röker. Jönköpings län har under många år legat under rikssnittet för rökning bland elever i årskurs 9, men ligger nu på samma nivå som riket. *Se Figur 18 och 19.*

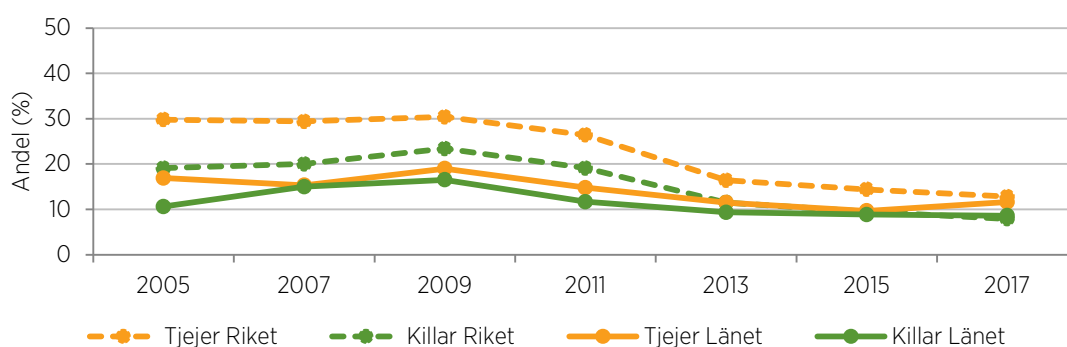
Bland samtliga elever i gymnasiet år 2 svarar 21 % att de röker. I 2015 års mätning svarade 20 % av tjejerna och 23 % av killarna att de röker. I riket som helhet svarar 27 % av tjejerna och 23 % av killarna att de röker. Bland elever i gymnasiet år 2 ligger Jönköpings län fortfarande något under rikssnittet. *Se Figur 18 och 20, sidorna 28 och 29.*

Andelen regelbundna rökare³⁰, de som svarat att de röker varje dag, är 2 % av tjejerna och 3 % av killarna i årskurs 9, vilket är i nivå med föregående undersökning. Även på riksnivå har andelen regelbundna rökare inte förändrats nämnvärt sedan 2015 och ligger 2017 på 5 % bland tjejerna och 3 % bland killarna. *Se Figur 21, sidan 29.*

Bland elever i gymnasiet år 2 svarar 5 % av tjejerna och 6 % av killarna att de röker varje dag, i föregående mätning svarade 7 % bland både tjejer och killar att de röker varje dag. På nationell nivå ses en minskning av andelen regelbundna rökare sedan 2015 och nu (2017) svarar 8 % av killarna och 6 % av tjejerna att de röker varje dag. *Se Figur 22, sidan 29.*

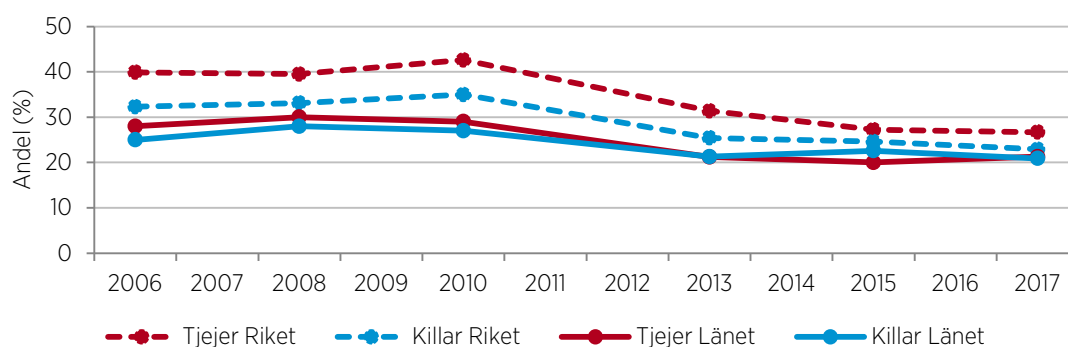


Figur 18. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Röker du?".

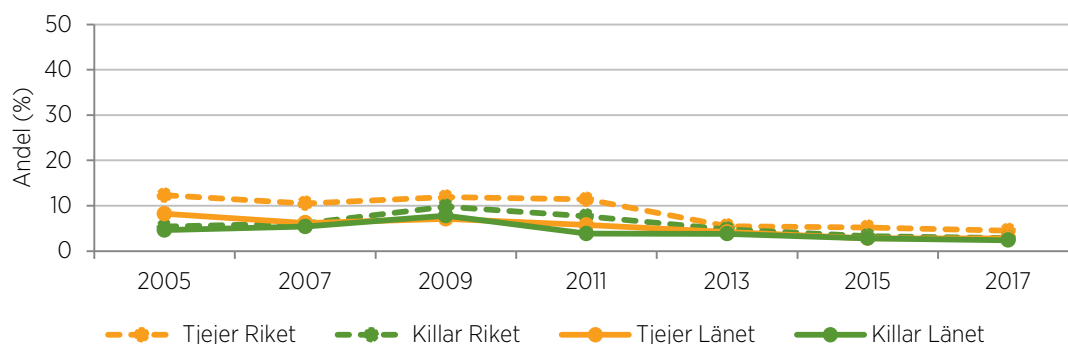


Figur 19. Andel unga i årskurs 9 som röker ibland eller varje dag, över tid. Jönköpings län och riket.

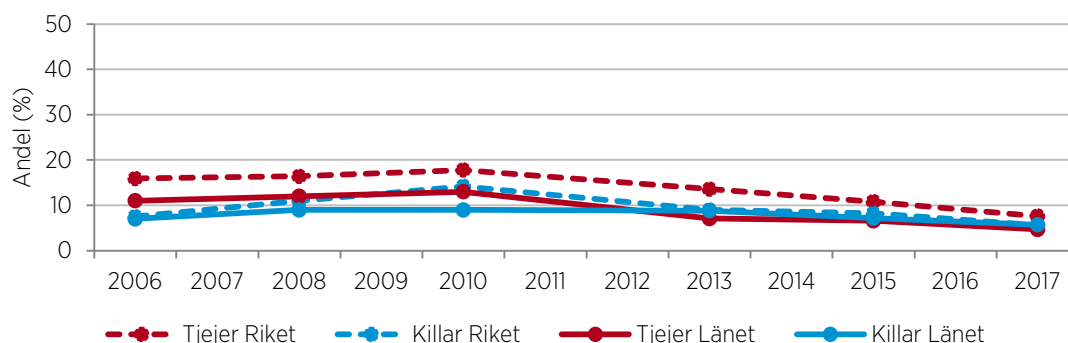
³⁰ Med regelbundna rökare avses de som svarat *Ja, varje dag* på frågan "Röker du"? I undersökningar från 2013 och tidigare var svarsalternativen *andra* och *regelbundna rökare* innefattade då de som svarat *Ja, varje dag* eller *Ja, nästan varje dag*.



Figur 20. Andel unga i gymnasiets år 2 som röker ibland eller varje dag, över tid. Jönköpings län och riket.



Figur 21. Andel unga i årskurs 9 som är regelbundna rökare (röker varje dag), över tid. Jönköpings län och riket.



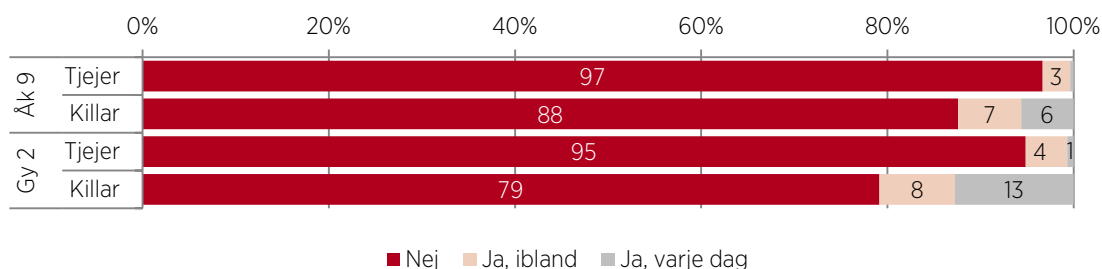
Figur 22. Andel unga i gymnasiets år 2 som är regelbundna rökare (röker varje dag), över tid. Jönköpings län och riket.

Snusning

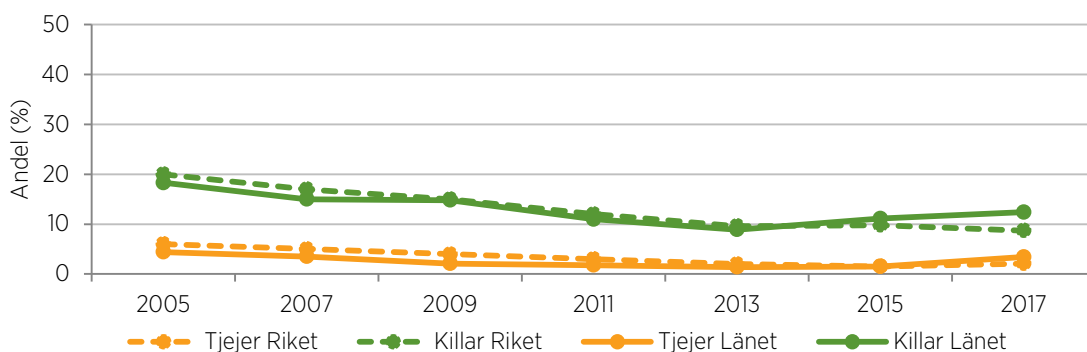
Eleverna fick frågan "Snusar du?" som besvarades med alternativen *Nej*, *Ja, ibland* eller *Ja, varje dag*. I årskurs 9 har andelen killar som snusar³¹ fortsatt att öka något och nu svarar 12 % att de snusar, jämfört med 11 % 2015. Även bland tjejer ses en svag ökning sedan föregående mätning, 3 % av tjejerna svarar nu att de snusar. I riket ses inte samma ökning bland killar, utan andelen som snusar har minskat något till 9 %. Bland tjejer i riket svarar 2 % att de snusar. *Se Figur 23 och 24, sidan 30.*

Bland killarna i gymnasiet år 2 ökade andelen som snusar från 19 % 2013 till 27 % 2015. I årets undersökning svarar 21 % av killarna att de snusar, vilket är i nivå med riket där 22 % svarar att de snusar. Bland tjejerna ses en svag ökning sedan föregående mätning, 2017 svarar 5 % att de snusar, vilket också är i nivå med riket där 6 % svarar att de snusar. *Se Figur 23 och 25.*

Regelbundna snusare³², de som svarat att de snusar varje dag, är 5 % av killarna och 0,4 % av tjejerna i årskurs 9, vilket är i nivå med både föregående undersökning och riket. I gymnasiet år 2 har de som snusar regelbundet minskat till 13 %, vilket är samma nivå som i 2013 års undersökning. Ökningen som sågs i 2015 års undersökning ser alltså inte ut att vara bestående. Bland tjejerna svarar 1 % att de snusar varje dag, vilket är i nivå både med föregående undersökning och med rikssnittet. *Se Figur 26 och 27, sidan 31.*



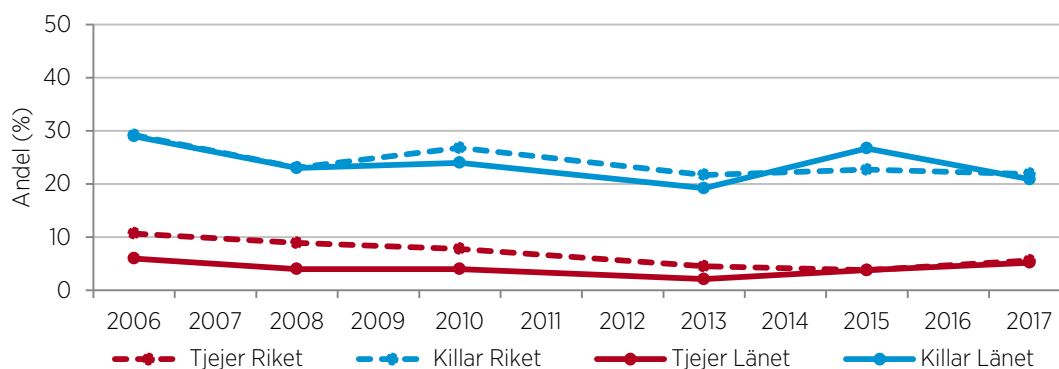
Figur 23. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Snusar du?".



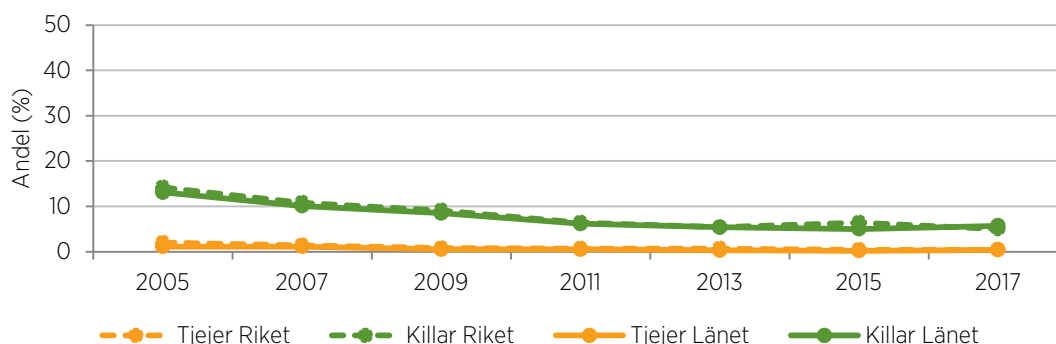
Figur 24. Andel unga i årskurs 9 som snusar ibland eller varje dag, över tid. Jönköpings län och riket.

³¹ Snusar gör de som svarat *Ja, ibland* eller *Ja, varje dag* på frågan "Snusar du?". I undersökningar från 2013 och tidigare var svarsalternativen andra och de som snusar innefattade då de som svarat *Ja, varje dag*, *Ja, nästan varje dag*, *Ja, men bara när jag är på fest*, eller *Ja, men bara ibland*.

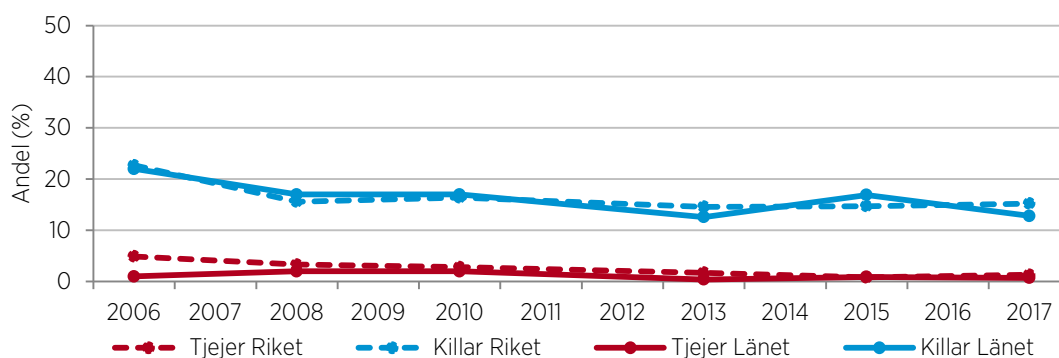
³² Med regelbundna snusare avses de som svarat *Ja, varje dag* på frågan "Snusar du?". I undersökningar från 2013 och tidigare var svarsalternativen andra och regelbundna snusare innefattade då de som svarat *Ja, varje dag* eller *Ja, nästan varje dag*.



Figur 25. Andel unga i gymnasiet år 2 som snusar ibland eller varje dag, över tid. Jönköpings län och riket.



Figur 26. Andel unga i årskurs 9 som är regelbundna snusare (snusar varje dag), över tid. Jönköpings län och riket.



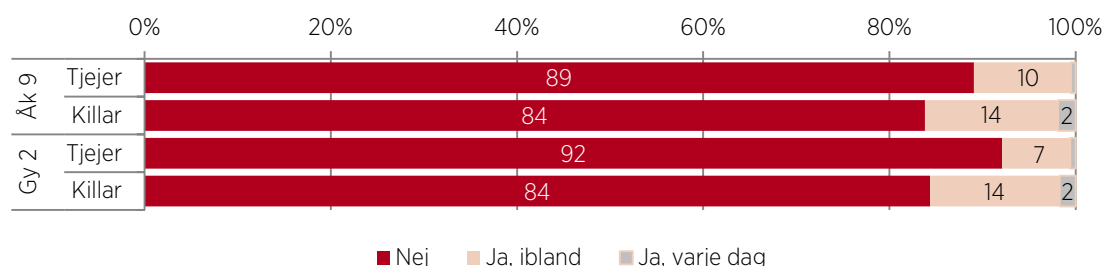
Figur 27. Andel unga i gymnasiet år 2 som är regelbundna snusare (snusar varje dag), över tid. Jönköpings län och riket.

E-cigarett

I föregående undersökning ställdes för första gången frågan "Använder du e-cigarett?". I årets undersökning har frågan justerats något till "Använder du e-cigarett (vaping³³)?". En fördubbling av andelen unga som svarar att de använder e-cigarett ibland eller varje dag ses i årets undersökning jämfört med 2015. I årskurs 9 svarar 10 % av tjejerna och 16 % av killarna att de använder e-cigarett ibland eller varje dag. Motsvarande siffror i år 2 på gymnasiet är 7 % bland tjejerna och 16 % bland killarna. Se Figur 28. Bland de som använder e-cigarett ibland eller varje dag svarar drygt 50 % av eleverna i årskurs 9 och drygt 70 % av eleverna i år 2 på gymnasiet att de använt tobak (cigarett, snus eller vattenpipa) innan de testade e-cigarett.

³³ Vaping är ett engelskt uttryck för att röka e-cigarett.

Vanligast var att ha testat cigaretter innan e-cigarett. Men det är även en stor del av de unga i årskurs 9 (48 % av killarna och 42 % av tjejerna) som inte har använt någon annan typ av tobak innan de använde e-cigarett. Motsvarande siffra för tjejer och killar i gymnasiets år 2 är drygt 25 %. För användning av e-cigarett saknas jämförbara data med riket.

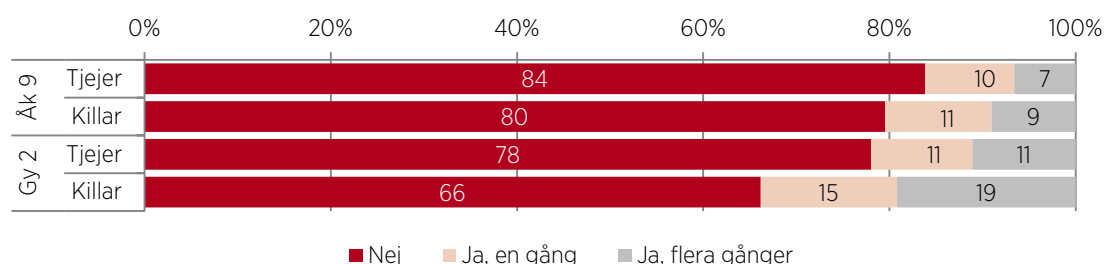


Figur 28. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Använder du e-cigarett (vaping)?"

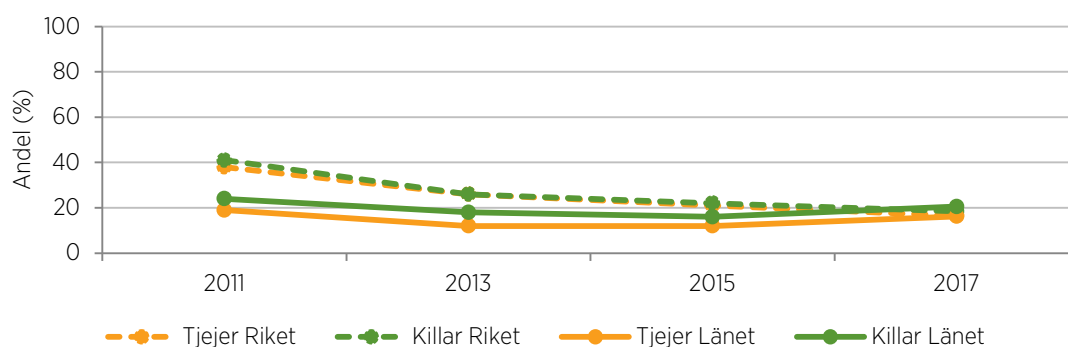
Vattenpipa

Bland både tjejer och killar i årskurs 9 ses en ökning av andelen som någon gång rökt vattenpipa sedan föregående undersökning, 16 % av tjejerna och 21 % av killarna. Tidigare har de unga i Jönköpings län rökt vattenpipa i något lägre utsträckning än i riket som helhet, men tjejerna ligger nu på samma nivå som rikssnittet och killarna något över. *Se Figur 29 och 30.*

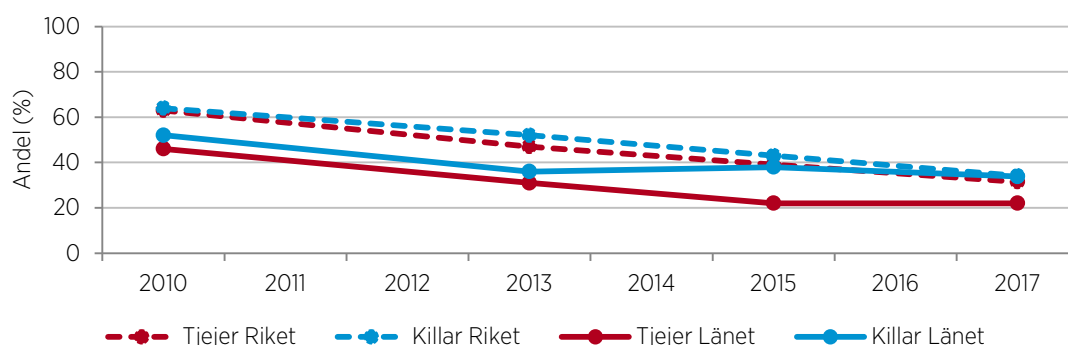
I gymnasiets år 2 svarar 22 % av tjejerna och 34 % av killarna att de någon gång rökt vattenpipa. Tjejer ligger på samma nivå som föregående undersökningen medan andelen killar som rökt vattenpipa har minskat något sedan föregående mätning. Killarna i Jönköpings län ligger på samma nivå som i riket, medan tjejerna i länet ligger under rikssnittet. *Se Figur 29 och 31.*



Figur 29. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Har du någon gång rökt vattenpipa?"



Figur 30. Andel unga i årskurs 9 som någon gång rökt vattenpipa, över tid. Jönköpings län och riket.



Figur 31. Andel unga i gymnasiet år 2 som någon gång rökt vattenpipa, över tid. Jönköpings län och riket.

Alkohol

Alkoholkonsument är den som har svarat *Ja* på frågan "Har du någon gång under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?". Andelen alkoholkonsumenter år 2017 är i årskurs 9 34 % bland tjejerna och 27 % bland killarna, 2015 svarade 29 % av både tjejer och killar att de var alkoholkonsumenter. Efter att andelen unga i årskurs 9 som druckit alkohol de senaste 12 månaderna stadigt har minskat sedan 2005 ses för första gången en ökning av andelen alkoholkonsumenter bland tjejerna. På riksnivå försätter andelen alkoholkonsumenter att minska, Jönköpings län ligger ca 10 procentenheter under rikssnittet, både bland tjejer och killar. *Se Figur 32 och 33, sidan 34*

Även andelen elever som regelbundet (en gång i månaden eller oftare) konsumerar alkohol har ökat något bland tjejer i årskurs 9, från 10 % 2015 till 12 % 2017. Killarna ligger kvar på samma nivå som 2015, 11 %.

För år 2 på gymnasiet ses inga stora förändringar av andelen alkoholkonsumenter sedan föregående mätning. Bland killarna är 60 % alkoholkonsumenter, jämfört med 62 % 2015, bland tjejerna är det 65 % jämfört med 64 % 2015. En liknande utveckling ses på riksnivå där 73 % av killarna och 76 % av tjejerna hade druckit alkohol någon gång under det senaste året, både 2015 och 2017. *Se Figur 32 och 34, sidan 34.*

De regelbundna alkoholkonsumenterna i år 2 på gymnasiet var i 2015 års undersökning 35 % bland både killar och tjejer. I årets undersökning har andelen ökat till 37 % bland tjejerna och minskat till 32 % bland killarna.

Intensivkonsument av alkohol är den som dricker en större mängd alkohol³⁴ vid ett och samma tillfälle, någon gång per år eller oftare. Även för intensivkonsumtion har andelen minskat sedan 2005, men i 2017 års mätning ses för första gången en svag ökning. I årskurs 9 är andelen intensivkonsumenter något högre än vid föregående mätning, 13 % bland både tjejer och killar. På riksnivå ses en minskad andel intensivkonsumenter bland killar sedan föregående mätning, för tjejer är andelen intensivkonsumenter oförändrad. *Se Figur 35, sidan 35.*

Bland unga i gymnasiet år 2 i Jönköpings län svarar 37 % av tjejerna och 44 % av killarna att de intensivkonsumerar alkohol, vilket är i nivå med föregående mätning. På riksnivå ligger intensivkonsumtionen av alkohol på samma nivå som föregående mätning, 58 % bland killarna och 56 % bland tjejerna. *Se Figur 36, sidan 35.*

Ett svagt trendbrott ses bland tjejerna i årets undersökning gällande alkoholkonsumtion och regelbunden alkoholkonsumtion i både årskurs 9 och i gymnasiet år 2, samt för

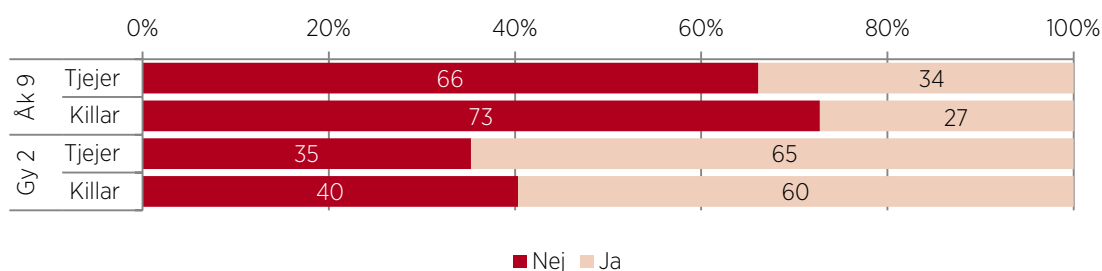
³⁴ Motsvarande minst 4 stora burkar starköl/starkcider, eller 25 cl sprit (ca 6 shots/drinkar), eller en hel flaska vin, eller 6 burkar folköl. (I enlighet med CAN's Skolbarns drogvanor 2017 har mängden sprit ökat från 18 cl till 25 cl inför 2017 års undersökning).

intensivkonsumtion i årskurs 9. Något liknande trendbrott ses varken på riksnivå bland tjejer eller killar eller bland länets killar.

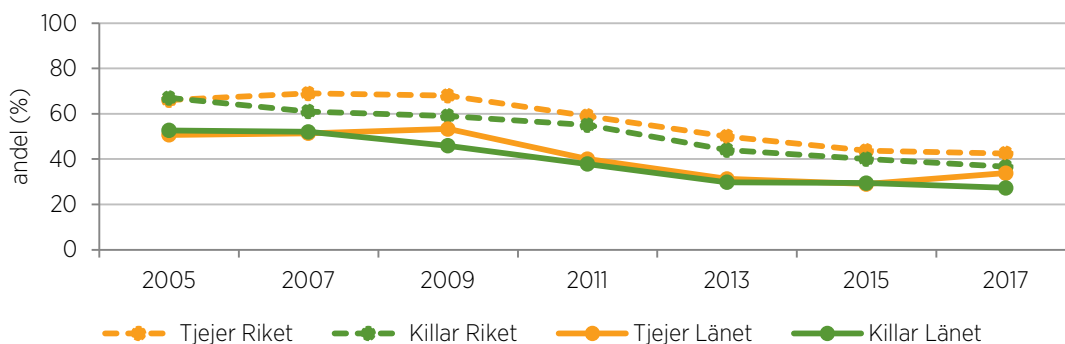
Det finns forskning som visar att unga som får dricka alkohol tillsammans med sina föräldrar löper en högre risk för att på sikt dricka mer alkohol samt uppvisa en mer problematisk konsumtion (såsom berusning och intensivkonsumtion)³⁵. Totalt sett svarar 11 % i årskurs 9 och 23 % av tjejerna och 27 % av killarna i gymnasiet år 2 att de har blivit bjudna på alkohol av sina föräldrar/vårdnadshavare.

Figur 37, sidan 35, visar hur stor andel som har en intensivkonsumtion av alkohol, uppdelat på om man har blivit bjuden på alkohol av sina föräldrar/vårdnadshavare eller inte. Bland dem som inte har blivit bjudna på alkohol av sina föräldrar/vårdnadshavare är det något större andelar som inte intensivkonsumerar alkohol, förutom för killar i årskurs 9, där förhållandet är det omvända. Samma mönster ses för om man har druckit sig berusad, se Figur 38, sidan 36.

Figur 39, sidan 36 visar om man har en regelbunden alkoholkonsumtion (dricker en gång i månaden eller oftare) i relation till om man har blivit bjuden på alkohol av föräldrar/vårdnadshavare eller inte. Bland de ungdomar som inte har blivit bjudna på alkohol av sina föräldrar/vårdnadshavare är det något större andelar som uppger att de inte dricker alkohol regelbundet, jämfört med de som har blivit bjudna.

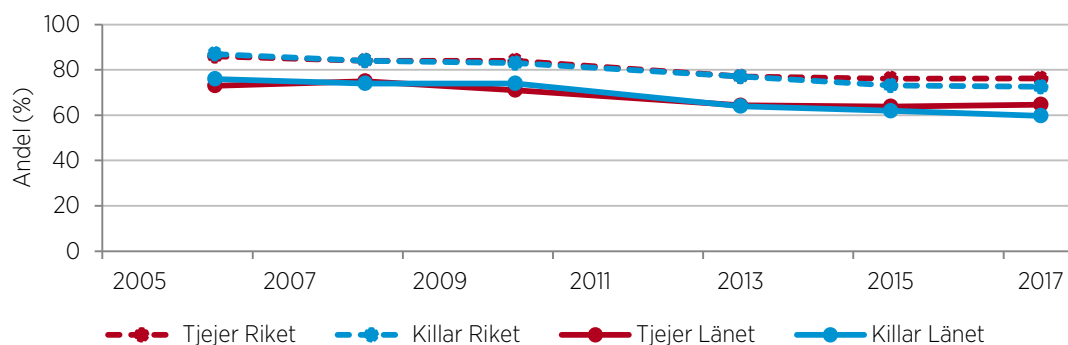


Figur 32. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?".

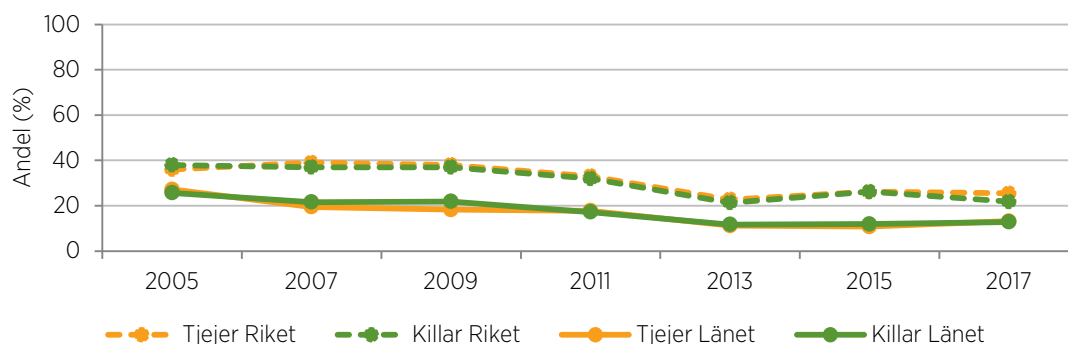


Figur 33. Andel unga i årskurs 9 som druckit alkohol under de senaste 12 månaderna, över tid. Jönköpings län och riket.

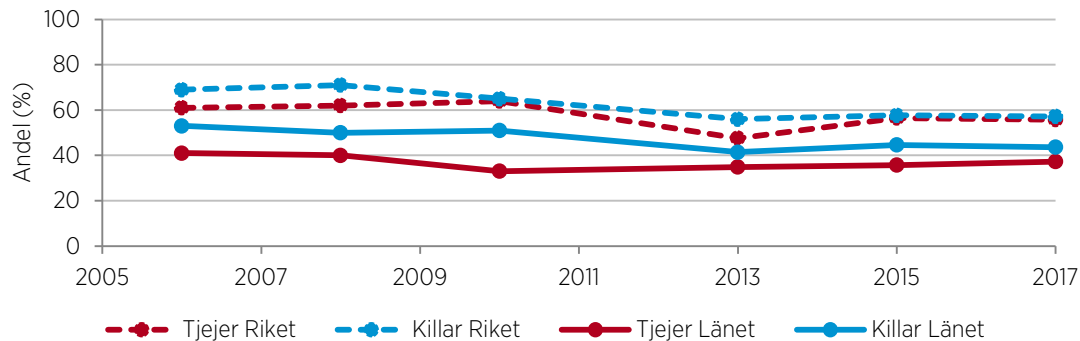
³⁵ Ljungdahl S, Bremberg S. Högre alkoholkonsumtion hos barn som får dricka alkohol tillsammans med sina föräldrar. Östersund: Statens folkhälsoinstitut. 2010



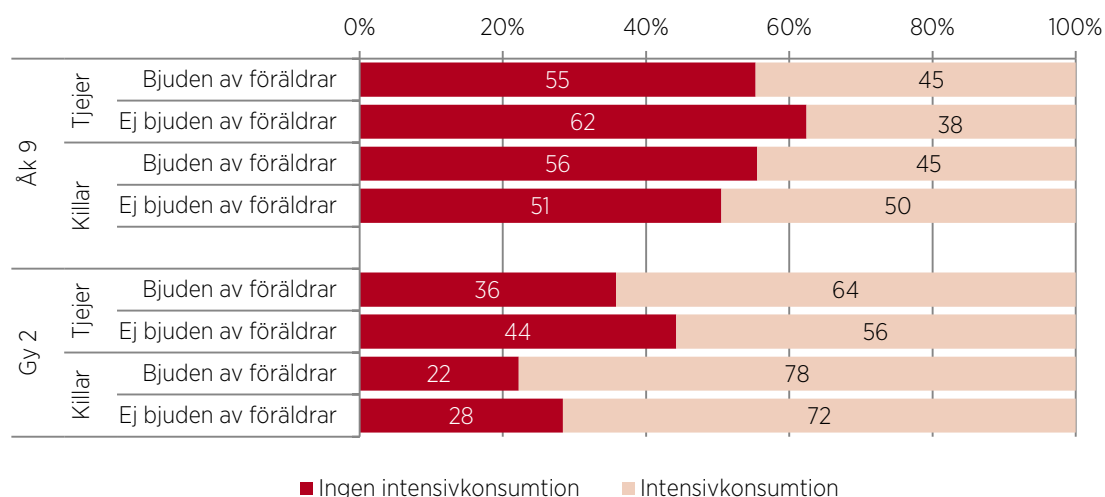
Figur 34. Andel unga i gymnasiets år 2 som druckit alkohol under de senaste 12 månaderna, över tid. Jönköpings län och riket.



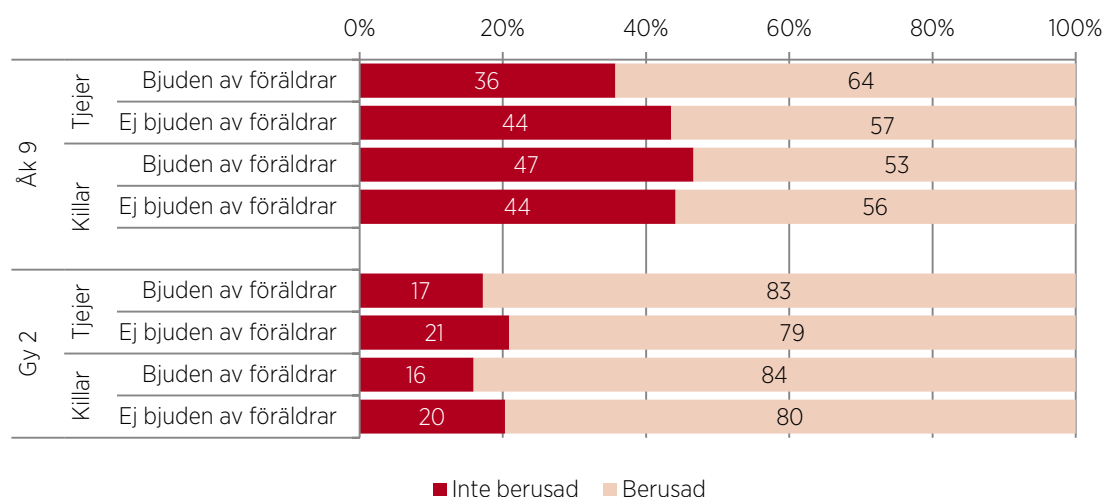
Figur 35. Andel unga i årskurs 9 som intensivkonsumerar alkohol, över tid. Jönköpings län och riket.



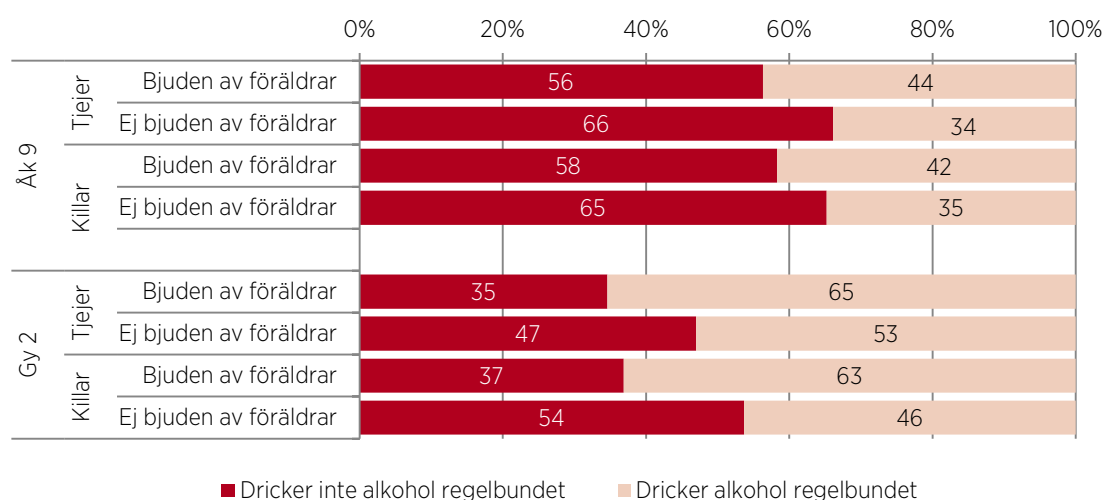
Figur 36. Andel unga i gymnasiets år 2 som intensivkonsumerar alkohol, över tid. Jönköpings län och riket.



Figur 37: Intensivkonsumtion utifrån om man blivit bjuden på alkohol eller inte av föräldrar/vårdnadshavare, uppdelat på kön och årskurs



Figur 38: Om man någon gång druckit sig berusad, utifrån om man blivit bjuden på alkohol eller inte av föräldrar/vårdnadshavare. Uppdelat på kön och årskurs

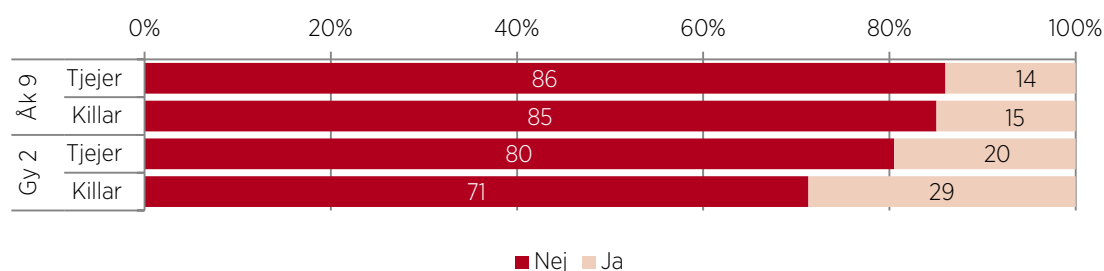


Figur 39: Om man är regelbunden alkoholkonsument utifrån om man har blivit bjuden på alkohol av sina föräldrar/vårdnadshavare eller inte. Uppdelat på kön och årskurs

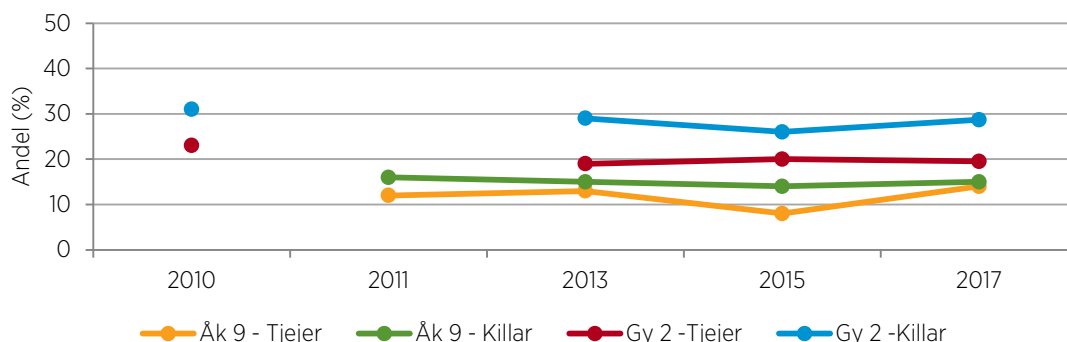
Narkotika

I årskurs 9 anger 14 % av tjejerna och 15 % av killarna att de blivit erbjudna att köpa eller få narkotika. Motsvarande siffror i gymnasiet år 2 är 20 % bland tjejerna och 29 % bland killarna. Andelen unga som blivit erbjudna att köpa eller få narkotika har legat relativt stabilt sedan 2010/2011, en svag minskning ses dock i gymnasiet år 2. *Se Figur 40 och 41, sidan 37.* Andelen unga som svarar att de har använt narkotika är betydligt färre än de som erbjudits att få köpa eller att få. I årskurs 9 har 2 % av tjejerna och 4 % av killarna använt narkotika, motsvarande för gymnasiet år 2 är 5 % bland tjejerna och 9 % bland killarna. Även dessa siffror ligger i nivå med föregående undersökning och är relativt stabila över tid. *Se Figur 42 och 43, sidan 37.* Bland de som använt narkotika är hasch/marijuana absolut vanligast, annan narkotika förekommer i liten omfattning.

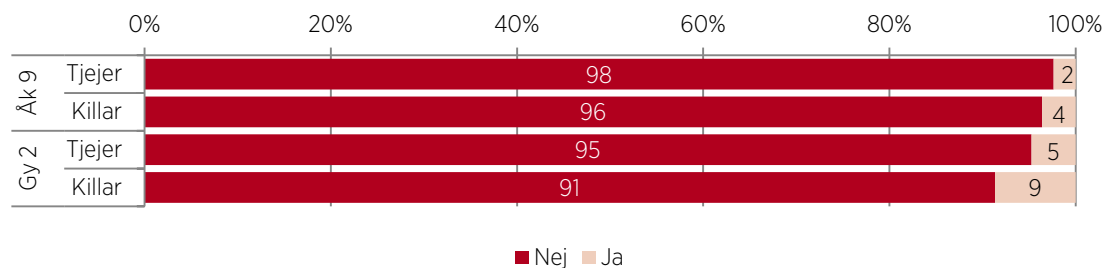
Andelen unga som svarar att de någon gång sniffat/boffat, använt anabola steroider/dopingpreparat eller har använt läkemedel i berusningssyfte är få, 3 % eller mindre för samtliga preparat, vilket är i nivå med föregående undersökning. *Se Tabell 6, sidan 38.*



Figur 40. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Har du någon gång blivit erbjuden att köpa eller få narkotika?"

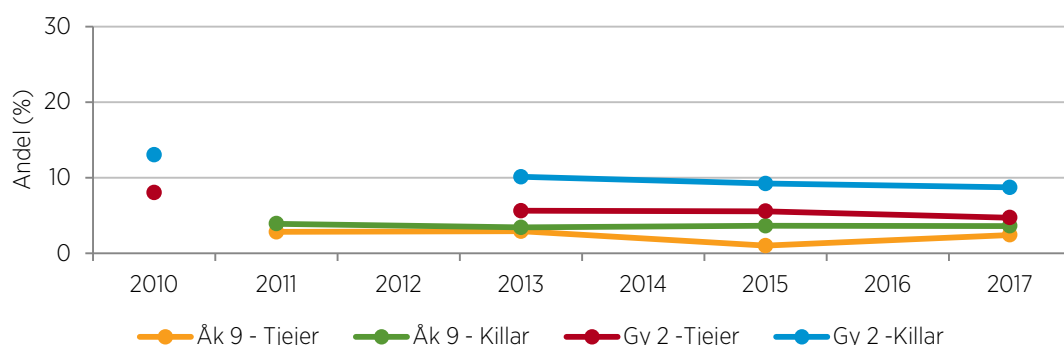


Figur 41. Andel unga i årskurs 9 och gymnasiet år 2 som någon gång blivit erbjuden att köpa eller få narkotika, över tid³⁶.



Figur 42. Fördelning utifrån kön och årskurs på frågan: "Har du någon gång använt narkotika?"

³⁶ 2010 gjordes undersökningen endast i gymnasiet år 2 och 2011 gjordes undersökningen endast i årskurs 9.



Figur 43. Andel unga i årskurs 9 och gymnasiet år 2 som någon gång använt narkotika, över tid³⁷.

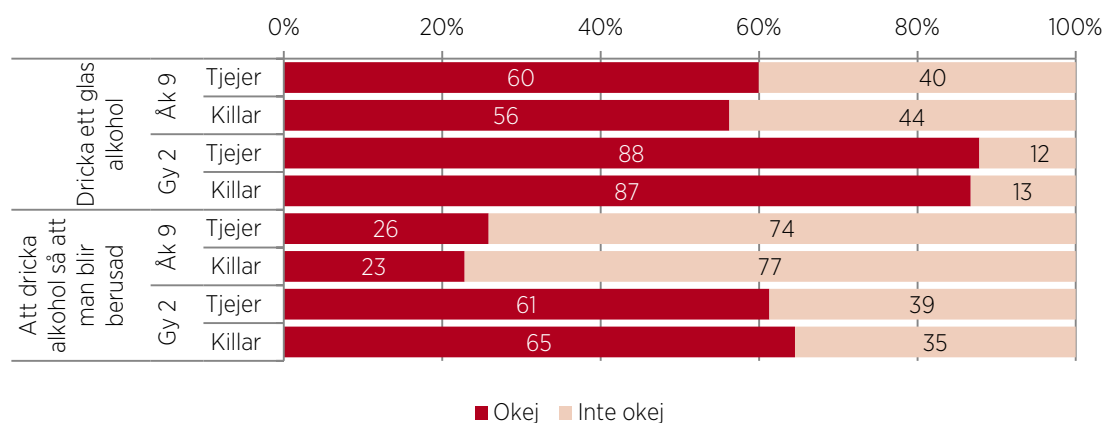
Tabell 6. Andel (%) unga som svarat *Ja, 1-2 gånger* eller *Ja, flera gånger* på frågorna.

	Har du någon gång sniffat/boffat?	Har du någon gång använt anabola steroider/dopingpreparat?	Har du någon gång använt läkemedel för att bli berusad
Åk 9			
Tjejer	2	0,3	2
Killar	3	1	2
Gy 2			
Tjejer	1	0,2	2
Killar	2	1	3

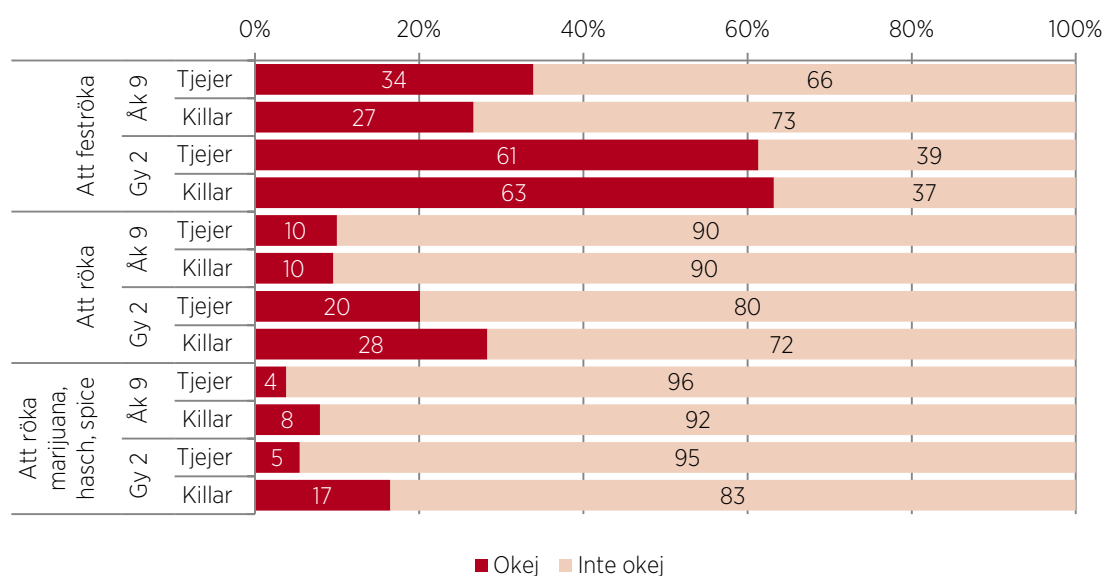
Ungas och föräldrars/vårdnadshavares inställning till alkohol, tobak och narkotika

I undersökningen ställdes attitydfrågor om alkohol, narkotika och tobak. Eleverna ombads att svara vad de tycker är okej för någon som går i samma årskurs som de. Liksom konsumtionen av alkohol och tobak ökar från årskurs 9 till år 2 på gymnasiet, tycker även eleverna i år 2 på gymnasiet i större utsträckning att det är okej att dricka ett glas alkohol, att dricka sig berusad och att röka. Av tjejerna i både årskurs 9 och år 2 på gymnasiet tycker drygt 90 % att det är okej att säga till en kompis som röker att sluta. Av killarna i årskurs 9 tycker 83 % att det är okej, motsvarande siffra för killar i år 2 på gymnasiet är 89 %. Med ökad ålder ökar också attityden till att det är okej att säga till en berusad kompis att inte dricka mer, framförallt bland killar. *Se Figur 44-46, sidorna 38-39.*

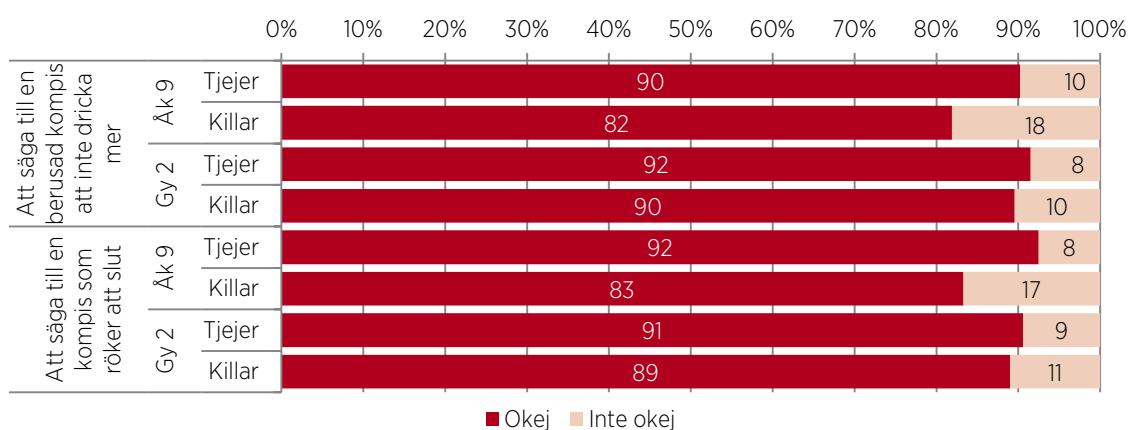
³⁷ Ibid.



Figur 44. Fördelning utifrån kön och årskurs för attitydfrågor kring alkohol.



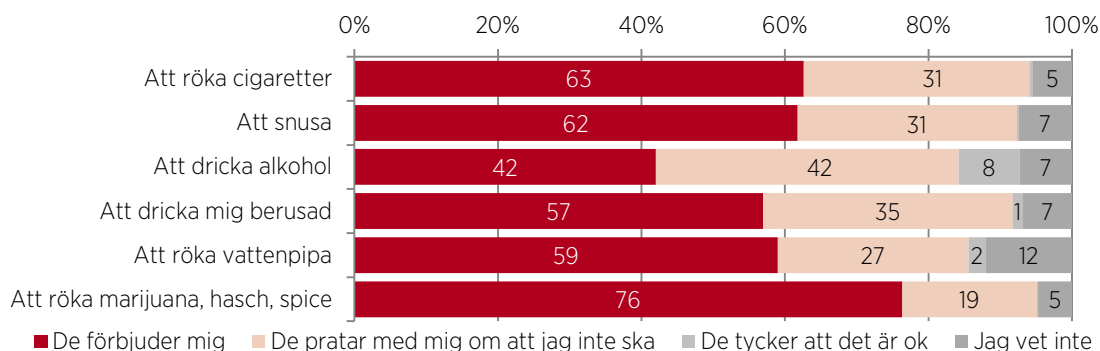
Figur 45. Fördelning utifrån kön och årskurs för attitydfrågor kring att röka tobak och narkotika.



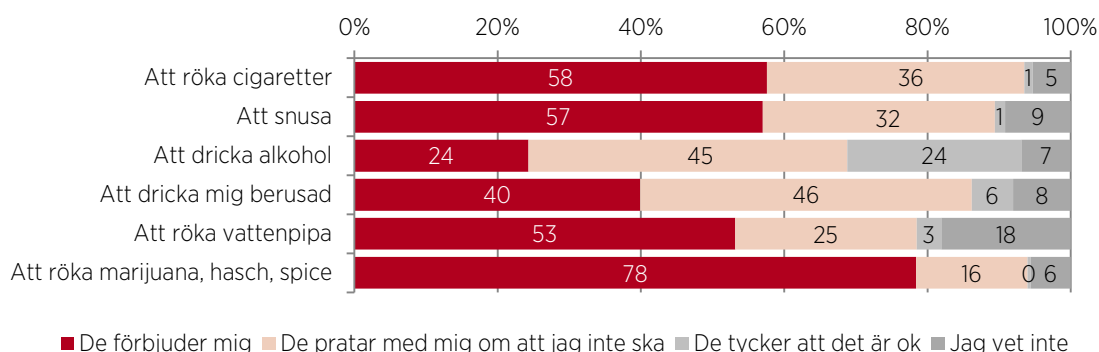
Figur 46. Fördelning utifrån kön och årskurs för attitydfrågor kring att prata med en kompis om alkohol och rökning.

Föräldrars/vårdnadshavares inställning till alkohol, narkotika och tobak undersöktes genom ett antal påståenden (se Figur 47-50, sidorna 40-41) med svarsalternativen *De förbjuder mig*, *De pratar med mig om att jag inte ska*, *De tycker att det är ok* eller *Jag vet inte*. I båda årskurserna uppger både

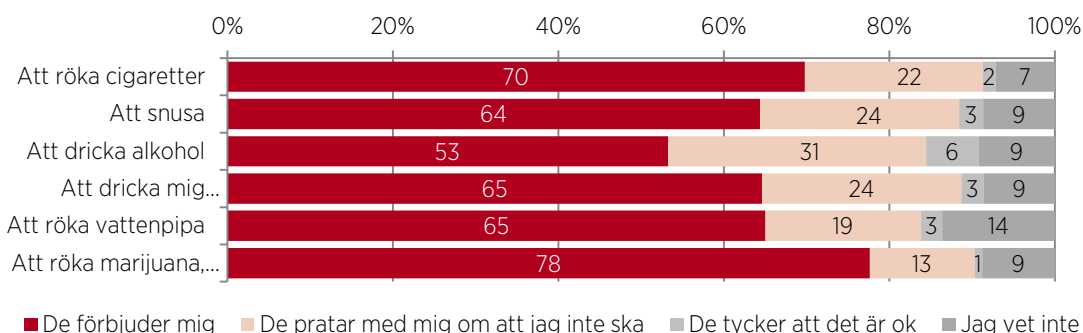
tjejerna och killarna att det som föräldrarna/vårdnadshavarna förbjuder dem att göra i högst utsträckning är att röka marijuana, hasch och spice, jämfört med övriga påståenden. Att dricka alkohol är det som föräldrarna/vårdnadshavarna i lägst utsträckning förbjuder dem att göra, jämfört med övriga påståenden som rör alkohol, tobak och narkotika. Att röka vattenpipa är det som det råder mest osäkerhet kring föräldrarnas/vårdnadshavarnas inställning till, i alla grupper. I årskurs 9 anger killarna i högre utsträckning än tjejerna att deras föräldrar är mer restriktiva till användning av alkohol, tobak och narkotika i alla påståenden.



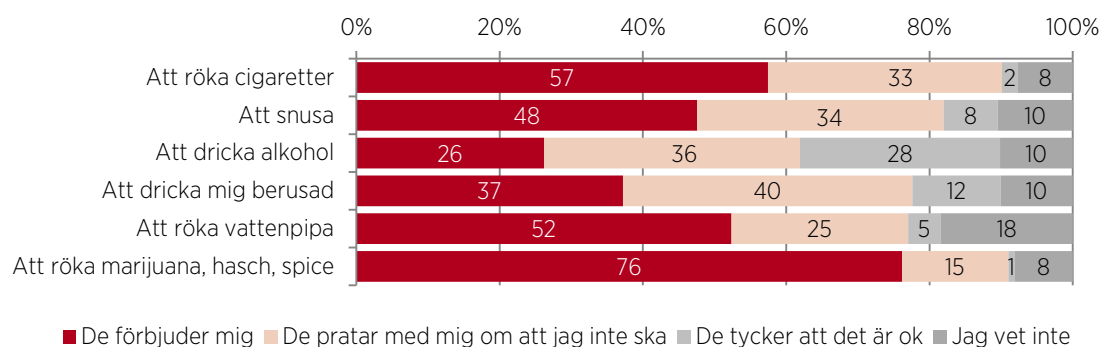
Figur 47. Föräldrars/vårdnadshavares inställning till tobak, alkohol samt narkotika, tjejer i årskurs 9.



Figur 48. Föräldrars/vårdnadshavares inställning till tobak, alkohol samt narkotika, tjejer i gymnasiet år 2.



Figur 49. Föräldrars/vårdnadshavares inställning till tobak, alkohol samt narkotika, killar i årskurs 9.



Figur 50. Föräldrars/vårdnadshavares inställning till tobak, alkohol samt narkotika, killar i gymnasiet år 2.

Samband mellan tobak, alkohol och hälsa

Tobaksbruk har på ett flertal olika sätt en negativ inverkan på den fysiska hälsan, några exempel är lungsjukdomar, hjärt-kärlsjukdomar och cancer³⁸. När vi tittar på samband mellan allmän hälsa och tobaksbruk (rökning, snusning, e-cigarettor och vattenpipa) ses en tydlig bild av att de som använder någon form av tobak i lägre utsträckning skattar sin hälsa som god eller mycket god jämfört med de som inte använder tobak. Illustrerat finns sambandet mellan rökning och allmän hälsa, se *Figur 51, sidan 42*.

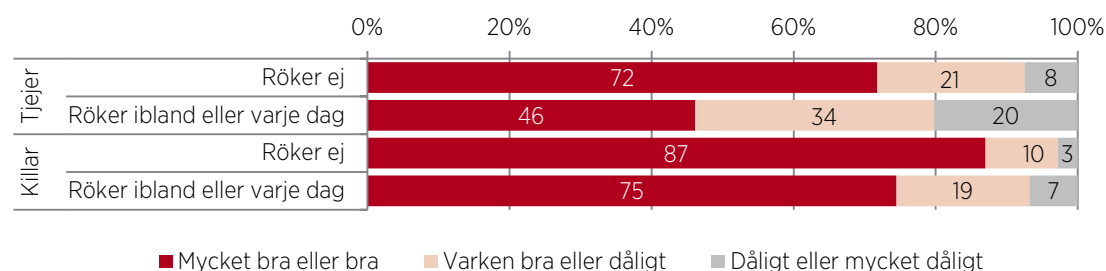
Det är också känt att tobaksbruk är vanligare bland personer med nedsatt psykisk hälsa än i befolkningen i genomsnitt³⁹. Detta kan bero på flera saker, bland annat skapar själva nikotinsuget en stress och även om nikotinet får hjärnan att slappna av så ökar nikotinet pulsen och genererar samtidigt mer stresshormoner⁴⁰. I Folkhälsoenkät Ung har unga som använder tobak ibland eller varje dag i högre utsträckning två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan, jämfört med de som inte använder tobak. Sambandet finns i alla grupper men är något tydligare bland tjejer än bland killar. Illustrerat finns sambandet mellan rökning och två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan, se *Figur 52, sidan 42*. Viktigt är dock att sambandets riktning inte kan fastslås, vi kan alltså inte säga om tobaksanvändning ger psykiska eller somatiska besvär eller om psykiska eller somatiska besvär gör att en person börjar använda tobak.

Det finns också samband mellan alkoholkonsumtion och hälsa respektive psykiska eller somatiska besvär. De som inte har druckit alkohol de senaste 12 månaderna rapporterar i högre utsträckning att deras hälsa är bra eller mycket bra, jämfört med de som har druckit alkohol. De som druckit alkohol rapporterar även i högre utsträckning att de har två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan, jämfört med de som inte dricker alkohol. Sambanden finns för alla grupper, starkast bland tjejerna (i båda årskurserna) men svaga för killar i gymnasiet år 2.

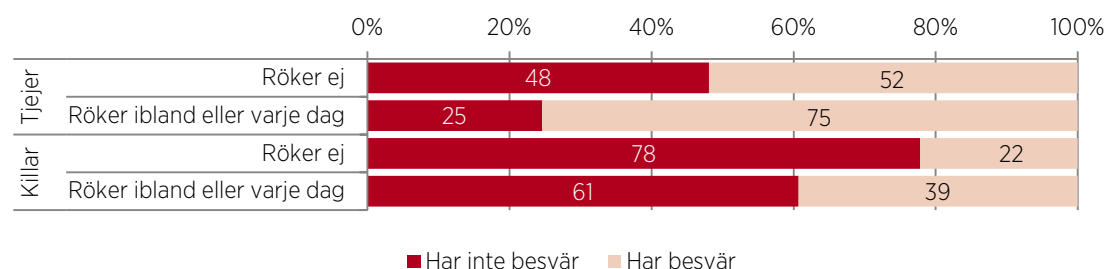
³⁸ 1177. Rökning och Snusning. www.1177.se/Jonkopings-lan/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Rokning-och-snusning/

³⁹ Tobaksfakta.se. Psykisk sjuka blev friskare av rökavvänjning. www.tobaksfakta.se/psykiskt-sjuka-blev-friskare-av-rokavvanjning/

⁴⁰ Folkhälsa.nu. Psykisk hälsa. www.folkhalsa.nu/psykisk-halsa/tydlig-koppling-mellan-psykisk-ohalsa-och-tobaksberoende



Figur 51. Allmän hälsa uppdelat på tjejer och killar som inte röker och de som röker ibland eller varje dag.



Figur 52. Två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan, uppdelat på tjejer och killar som inte röker och de som röker ibland eller varje dag.

Medieanvändning

Medieanvändning och skärmtid och dess förhållande till hälsa bland ungdomar är omdiskuterat. Kopplingar har gjorts mellan hög skärmtid och fysisk inaktivitet samt osunda matvanor⁴¹. Samtidigt finns studier som visat att medieanvändning kan främja sociala relationer bland unga⁴². I Folkhälsoenkät Ung 2017 svarar de unga på hur många timmar en vardag efter skolan och hur många timmar på en helgdag som de brukar: "Läsa tidningar och böcker i pappersform", "Söka information eller läsa text på hemsidor, läsa tidningar på nätet, läsa e-böcker", "Spela tv-, data- eller mobilspel", "Se på film, serier, tv-program, eller kolla på klipp (ex. Youtube)" och "Använda sociala medier".

Tidigare har bland andra Statens medieråd använt tre timmar per dag som en markör för högkonsumenter av olika medietyper⁴³. När andelen högkonsumenter närmar sig eller överstiger 50 % förlorar avgränsningen sin betydelse som markör mot genomsnittet, vilket är fallet för flera av medietyperna i Folkhälsoenkät Ung 2017. Här använder vi gränsen *tre timmar eller mer* för att få en överblick över medieanvändning, utan någon värdering i om det är hög- eller generell konsumtion.

Skillnader i medieanvändning finns mellan vardag och helg, mellan tjejer och killar och mellan olika typer av medier. Se figur 53 och 54, sidorna 43-44. Allra minst läser ungdomarna tidningar och böcker i pappersformat, följt av att söka information eller läsa text på hemsidor, läsa tidningar på nätet och läsa e-böcker. Killarna i både årskurs 9 och gymnasiet år 2 svarar att de i betydligt högre utsträckning än tjejerna spelar tv-, data- eller mobilspel. Varannan kille spelar mer än tre timmar på vardagar och två av tre killar spelar så mycket på helgerna. Tjejerna ser mer på film, serier, tv-program, eller kollar på klipp (ex. Youtube) och använder sociala medier i högre utsträckning jämfört med killarna. Användningen ökar under helgerna, för både tjejer och killar.

⁴¹ Isotalo K. Sambandet mellan skärmtid och hälsa bland barn och unga - En systematisk litteraturgranskning. 2013 https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/62754/Isotalo_Katarina.pdf?sequence=1

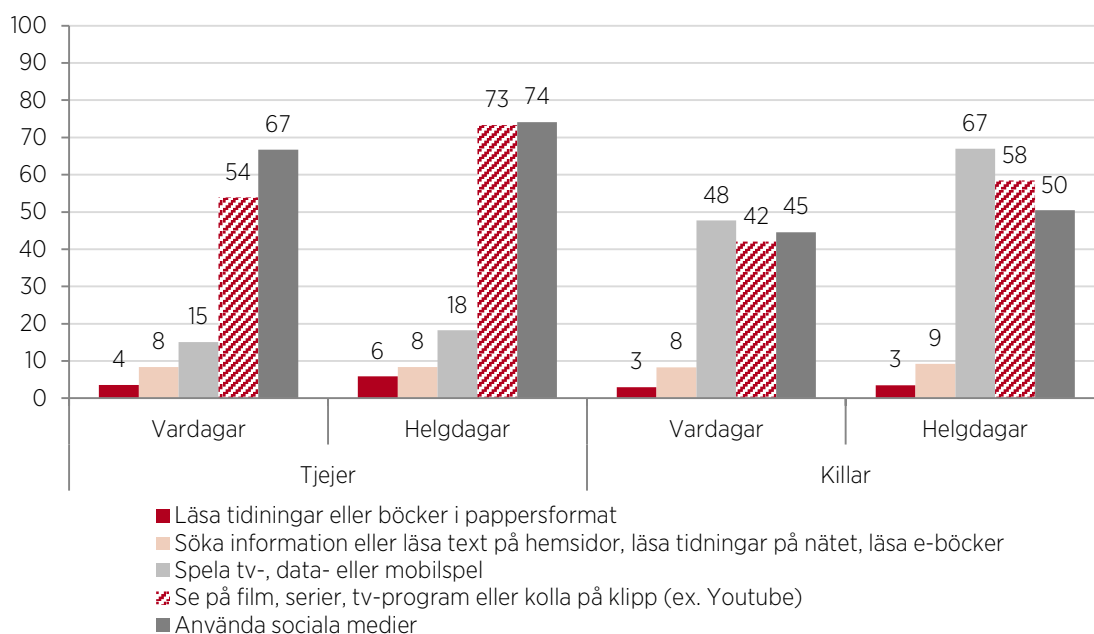
⁴² Folkhälsomyndigheten. Nya resultat om ungas medieanvändning och hälsa. 2015 <http://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2015/oktober/nya-resultat-om-ungas-medieanvandning-och-halsa/>

⁴³ Statens medieråd. Ungar och medier 2017. Fakta om barns och ungas användning och upplevelser av medier. <https://statensmedierad.se/download/18.7b0391dc15c38fbcc9a238/1496243409783/Ungar%20och%20medier%202017.pdf>

En fjärdedel av tjejerna i årskurs 9 och en femtedel av tjejerna i år 2 på gymnasiet svarar att de använder sociala medier mer än 7 timmar på helgdagar.

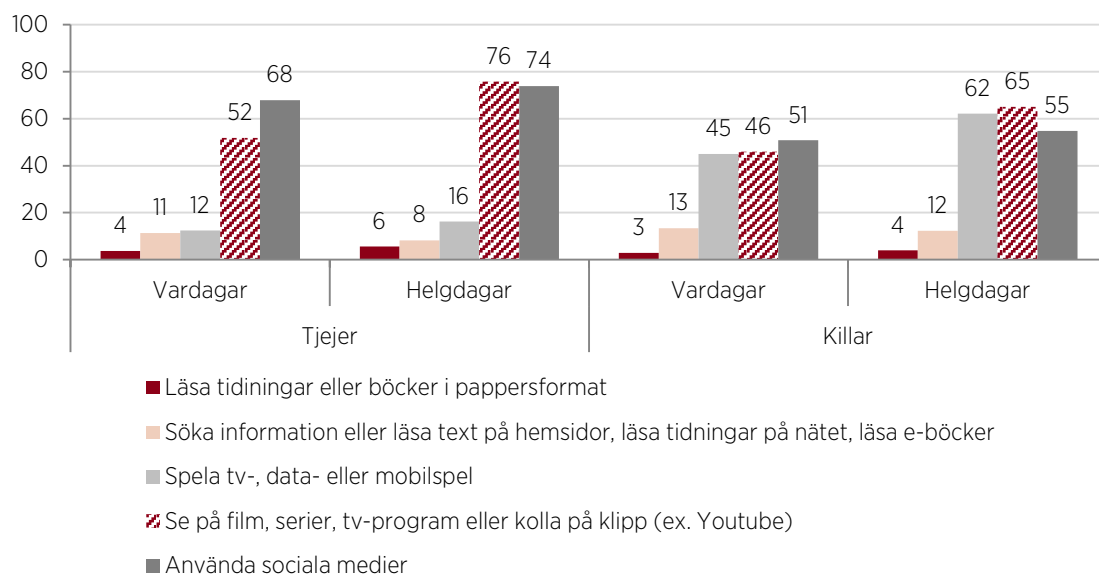
Frågan om medieanvändning har ändrats sedan 2015 års undersökning och en jämförelse med tidigare resultat är därför inte möjlig.

Den nationella studien Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14 visar att de som tillbringar fyra timmar eller mer framför datorn (inkl. surfplattor och smartphone) i större utsträckning anger att de har minst två psykiska eller somatiska besvär i veckan, jämfört med dem som ägnar högst tre timmar per dag åt dessa medier.⁴⁴ Även i Folkhälsoenkät Ung 2017 ses samband mellan en del former av medieanvändning och allmän hälsa respektive psykiska eller somatiska besvär. Generellt svarar de unga som använder medier i stor omfattning att de mår sämre jämfört med de som använder medier i mindre omfattning. En viss skillnad ses mellan vardagar och helger, där vardagsanvändningen verkar ha ett tydligare samband med hälsa och psykiska eller somatiska besvär, jämfört med helganvändning. Vi väljer här att visualisera sambanden mellan att på vardagar efter skoltid se på film, serier, tv-program, eller kolla på klipp (ex. Youtube) och allmän hälsa samt psykiska eller somatiska besvär se *Figur 55 och 56, sidan 44*, då det var en av de medievanor som hade tydligast samband med hälsa och psykiska eller somatiska besvär. De som ser mest på film etc. skattar sin allmänna hälsa något sämre än de som ser mindre på film etc. Detsamma gäller för psykiska eller somatiska besvär, där de som ser mer på film etc. svarar att de i högre utsträckning har besvär, jämfört med de som ser mindre på film etc.

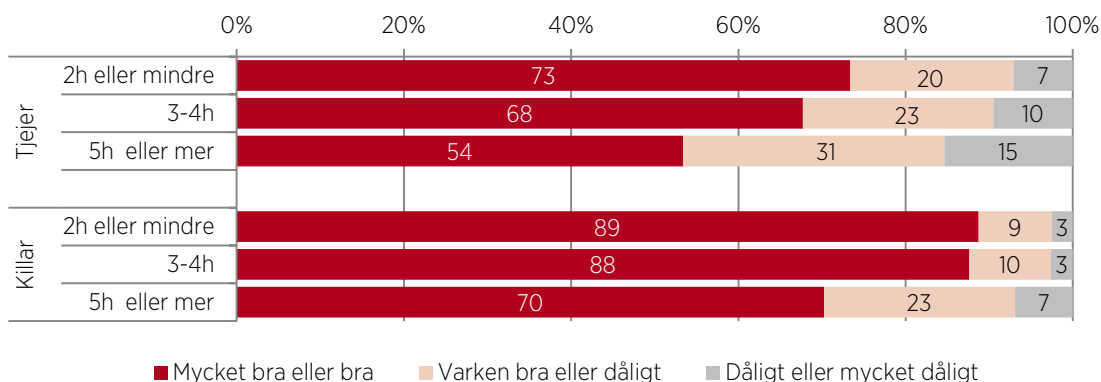


Figur 53. Andel unga i årskurs 9 som använt olika typer av medier tre timmar eller mer, på vardagar efter skoltid respektive helgdagar.

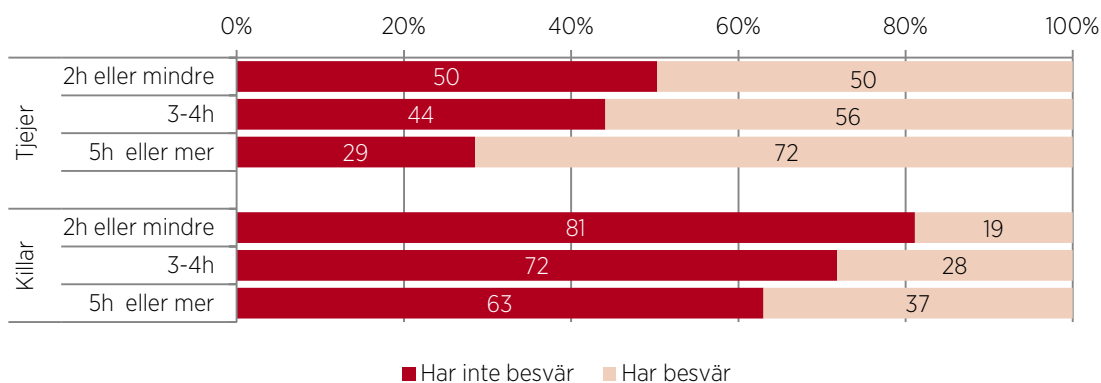
⁴⁴ Folkhälsomyndigheten. Medieanvändning och psykisk ohälsa bland tonåringar. 2015
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/1cdcfe349c5a41ee9b6b606e80eb7a78/medieanvandning-psykisk-ohalsa-tonaringar-15109-webb.pdf>



Figur 54. Andel unga i gymnasiet år 2 som använt olika typer av medier tre timmar eller mer, på vardagar efter skoltid respektive helgdagar.



Figur 55. Allmän hälsa uppdelat på tjejer och killar som ser 2 timmar eller mindre, 3-4 timmar och de som ser 5 timmar eller mer på film, serier, tv-program eller kollar på klipp (exempelvis Youtube).



Figur 56. Två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan uppdelat på tjejer och killar som ser 2 timmar eller mindre, 3-4 timmar och de som ser 5 timmar eller mer på film, serier, tv-program eller kollar på klipp (exempelvis Youtube).



Skola

Under sin uppväxt tillbringar barn och ungdomar en väsentlig del av sin tid i skolan, en arena där kunskap och lärande samexisterar med sociala relationer till andra elever och till lärare. Skolmiljön har stor betydelse för elevernas skolprestationer, men påverkar även elevers hälsa, psykosociala hälsa och trygghet^{45, 46}.

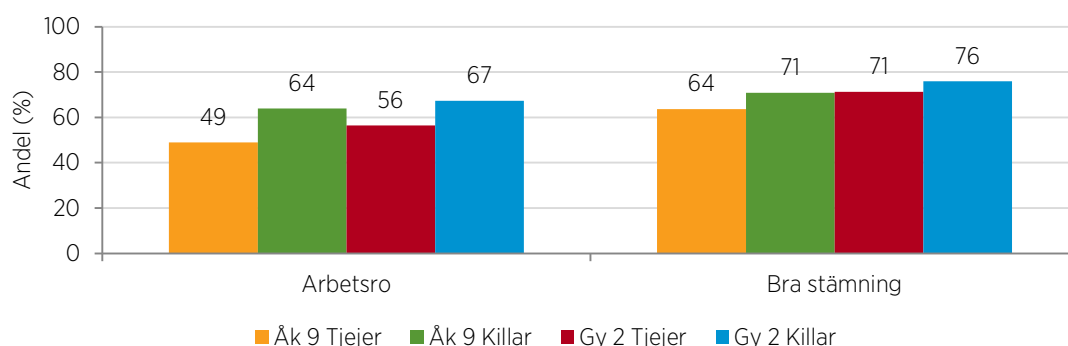
I Folkhälsoenkät Ung 2017 ställdes frågor om skolans arbetsmiljö, lärarnas roll och skolarbetet.

Arbetsmiljö i skolan

Arbetsmiljön undersöktes med frågor från ett batteri som inleds med "Hur ofta upplever du detta i skolan?" De specifika frågorna var "Att du har arbetsro på lektionerna" och "Att det är bra stämning". Fler uppger att det ofta eller alltid är bra stämning i skolan, än att de ofta eller alltid har arbetsro på lektionerna.

En majoritet av ungdomarna upplever att det ofta eller alltid är bra stämning i skolan, men det är något vanligare på gymnasiet än på högstadiet, samt bland killar. Tjejerna i årskurs 9 anger i något lägre utsträckning att det alltid eller ofta är god stämning i skolan, jämfört med övriga grupper.

Sammantaget uppger en större andel killar än tjejer att de ofta eller alltid har arbetsro på lektionerna. Runt två tredjedelar av killarna upplever ofta eller alltid arbetsro, medan runt hälften av tjejerna rapporterar det samma. Det är också fler tjejer än killar som upplever att de aldrig har arbetsro. Skillnaderna mellan könen är något större i årskurs 9 än i gymnasiets år 2. *Se Figur 57.*



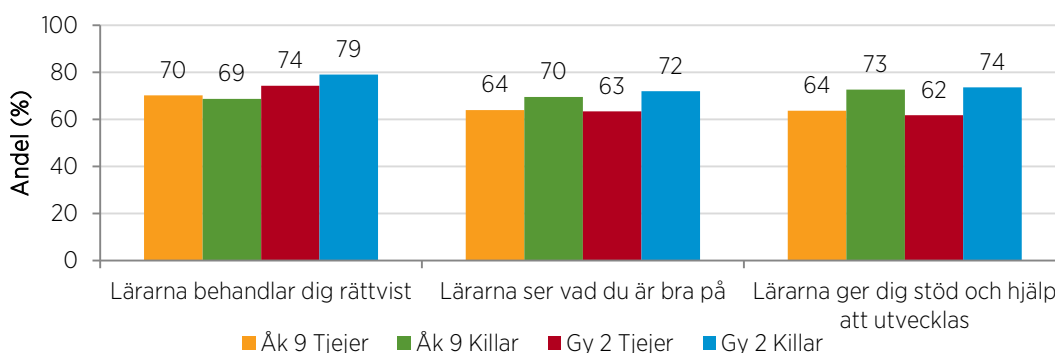
Figur 57. Andel unga som svarat att de *alltid* eller *ofta* upplever att de har arbetsro, respektive att det är bra stämning i skolan.

⁴⁵ Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14. Grundrapport. 2014. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/fcbcd76d2cae4fc0981e35dddf246cf0/skolbarns-halsovanor-sverige-2013-14.pdf>

⁴⁶ Persson, L. Health Promotion in Schools Results of a Swedish Public Health Project. Doctoral Thesis. Karlstad University Studies. 2016. <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:916794/FULLTEXT02>

Lärarnas roll

Tre frågor ställdes om lärarnas roll, även dessa med huvudfrågan "Hur ofta upplever du detta i skolan?": "Att du behandlas rättvist av lärarna", "Att lärarna ser vad du är bra på" och "Att lärarna ger dig stöd och hjälp att utvecklas". Killarna i båda årskurserna svarar i större utsträckning än tjejerna att de alltid eller ofta upplever att lärarna ser vad de är bra på och att de ger stöd och hjälp att utvecklas, medan skillnaden mellan tjejer och killar i årskurs 9 är försumbar för frågan om de upplever att de behandlas rättvist av lärarna. De största könsskillnaderna för både årskurs 9 och gymnasiets år 2 finns i frågan om man upplever att lärarna ger stöd och hjälp att utvecklas, se Figur 58.



Figur 58. Andel unga som upplever att de alltid/ofta blir rättvist behandlade av lärarna, att lärarna alltid/ofta ser vad de är bra på, respektive att lärarna alltid/ofta ger dem stöd och hjälp att utvecklas.

jag tycker att ni borde ta upp mer om hur folk beter sig i skolan, jag har väldigt svårt att koncentrera mig på lektionerna och det blir INTE bättre när folk kastar sudd på varandra/ skriker och har sig så fort läraren lämnar klassrummet. /Tjej åk 9

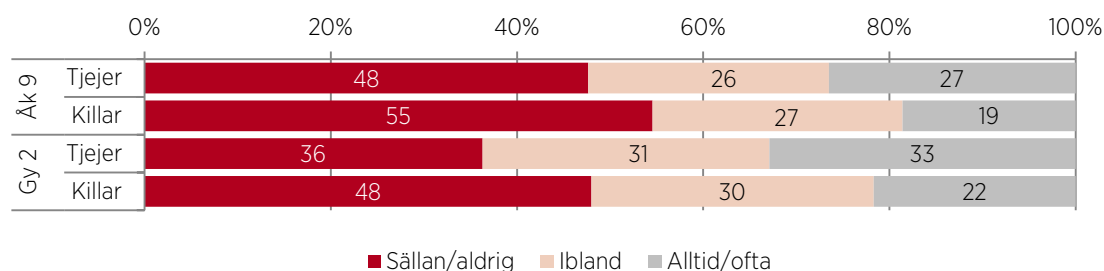
Att det är väldigt oroligt på skolan med mycket bråk och fula ord som sägs inom en viss grupp människor tjejer och killar. har flertal gånger sett detta hända, och även mina föräldrar känner att skolan är otrygg. Detta är personer på vår skola alltså inte utifrån. Vi elever har sagt till lärarna flera gånger men inget gör nåt åt det. gymnasiet är frivilligt bråkar man och slåss behöver man inte va här, eller så får studiebidragets tas!!!!!! / Tjej gy 2

Skolarbetet

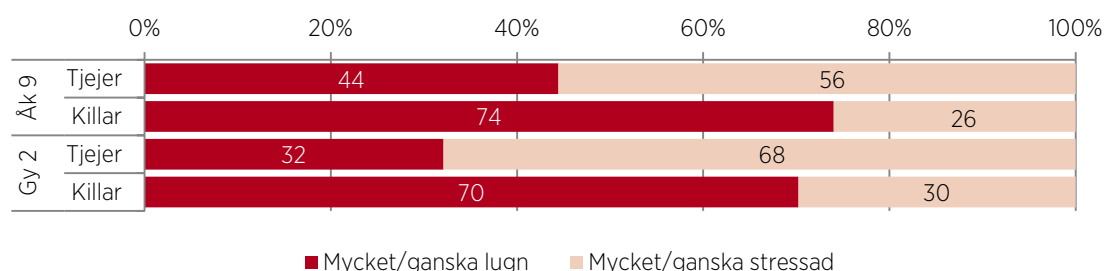
Skolarbetet undersöktes med två frågor. Den första ingick i batteriet under huvudfrågan ”Hur ofta upplever du detta i skolan?”: ”Att du ger upp när skoluppgifterna är svåra”. Den andra frågan var ”Hur känner du dig inför skolarbetet?”

Till skillnad från frågorna om arbetsmiljön och lärarnas roll har vi för frågan om svåra skoluppgifter valt att fokusera på hur ofta man svarat att man sällan eller aldrig ger upp. Sammantaget uppger 47 % av ungdomarna att de sällan eller aldrig ger upp. Även här finns en könsskillnad, det är vanligare att killarna inte ger upp. De som i minst utsträckning sällan eller aldrig ger upp är tjejerna på gymnasiet. De har också i nästan lika stor utsträckning svarat att de alltid eller ofta ger upp när skoluppgifterna är svåra, *se Figur 59*.

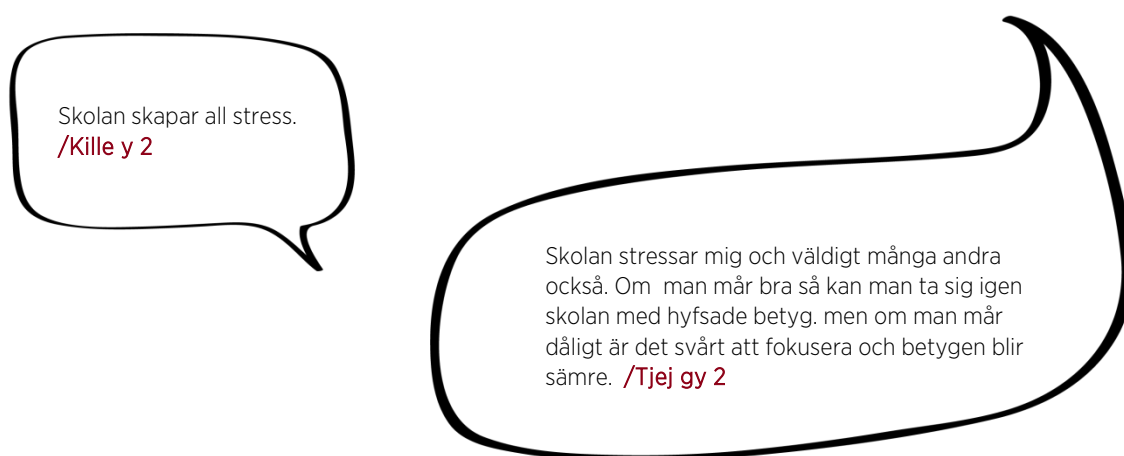
Det är också tjejerna på gymnasiet som i störst utsträckning känner sig stressade inför skolarbetet, följt av tjejerna i årskurs 9. Det är stora skillnader mellan killar och tjejer, *se Figur 60*.



Figur 59. Fördelning över hur ungdomarna svarat på frågan hur ofta de ger upp när skoluppgifterna är svåra.



Figur 60. Fördelning över hur ungdomarna svarat på frågan hur de känner sig inför skolarbetet.

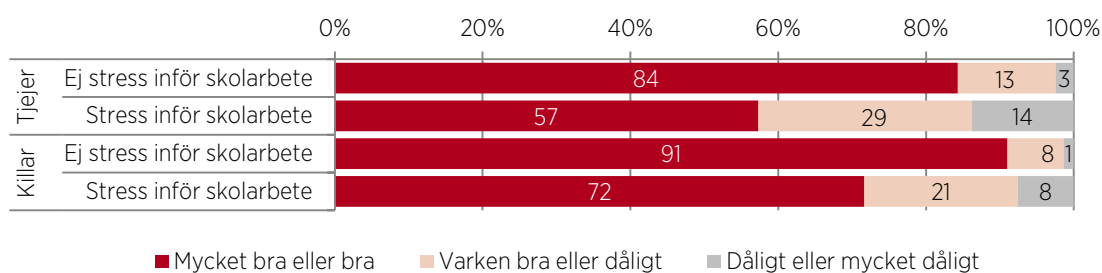


Samband mellan skola och hälsa

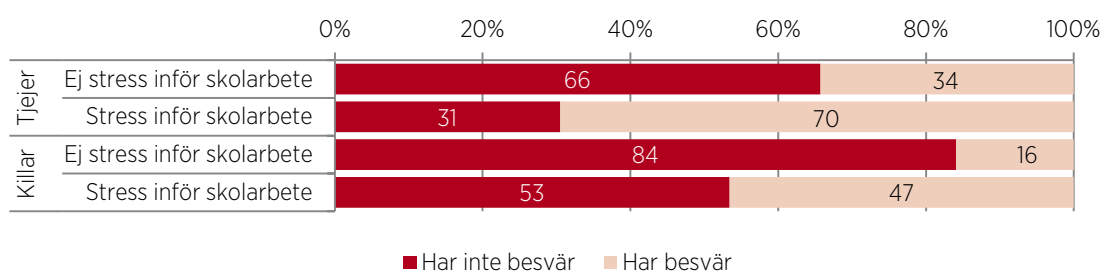
Nationella resultat visar att ökningen av psykiska eller somatiska besvär över lång tid sammanfaller med en ökning av självrapporterad stress i skolan. Psykiska eller somatiska besvär är även vanligare bland tonåringar som är stressade över skolarbetet än bland tonåringar som inte är stressade över skolarbetet⁴⁷. I den avslutande öppna kommentaren i både 2015 och 2017 års Folkhälsoenkät Ung skrev många elever att det är just skolan som gör att de känner sig stressade.

Sambandet mellan allmän hälsa och upplevelsen av stress inför skolarbetet visas i *Figur 61*. Elever som på frågan hur de känner sig inför skolarbetet har svarat *ganska stressad* eller *mycket stressad* uppger i lägre utsträckning att den egna hälsan är god jämfört med elever som svarat att de känner sig *mycket lugn* eller *ganska lugn* inför skolarbetet. Vi ser alltså ett samband mellan hälsa och upplevd stress i skolan, men vi vet inget om sambandets riktning.

Figur 62 visar sambandet mellan att ha två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan och skolstress bland unga i Jönköpings län. Bland tjejerna som känner sig stressade av skolarbetet är det omkring dubbelt så vanligt att ha psykiska eller somatiska besvär, jämfört med de som inte är stressade av skolarbetet. För killarna är det omkring tre gånger så vanligt med psykiska eller somatiska besvär bland de som är stressade av skolan jämfört med de som inte är det. Sambanden kan tolkas som att skolstress leder till psykiska eller somatiska besvär, men även som att elever med dessa besvär lättare känner sig stressade av skolarbetet.

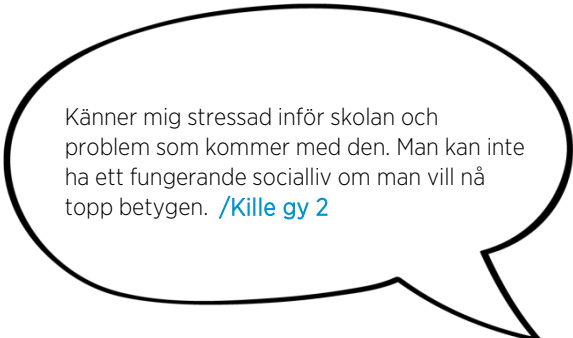


Figur 61. Allmän hälsa uppdelat på tjejer och killar som inte känner sig stressade av sitt skolarbete och de som känner sig stressade av sitt skolarbete.



Figur 62. Två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan uppdelat på tjejer och killar som inte känner sig stressade av sitt skolarbete och de som känner sig stressade av sitt skolarbete.

⁴⁷ Folkhälsomyndigheten. Utvecklingen av psykisk ohälsa bland tonåringar i Sverige och tänkbara orsaker. Skolprestationer, skolstress och psykisk ohälsa bland tonåringar. 2016.



Känner mig stressad inför skolan och problem som kommer med den. Man kan inte ha ett fungerande socialliv om man vill nå topp betygen. /Kille gy 2



Jag får inte så mycket fritid på grund utav allt pluggande. det är tråkigt att det ska vara så och jag är ofta väldigt stressad på grund av skolan. /Tjej gy 2



Relationer och trygghet

Våra relationer och interaktioner med andra har betydelse för hälsan. Socialt stöd från föräldrar är en viktig skyddsfaktor, men under ungdomsåren ökar vänskapsrelationernas betydelse. Relationer med jämnåriga bidrar bland annat till att forma identiteten och utveckla sociala färdigheter⁴⁸. Vänskapsrelationer kan formas i olika sammanhang, exempelvis genom olika fritidsaktiviteter. Men sociala relationer kan även vara negativa. Ett uttryck för detta är mobbning⁴⁹, vilket påverkar hälsan negativt. Men det verkar som att inte bara den som utsätts påverkas, utan att också de som inte är direkt utsatta påverkas om många i en skola utsätts för mobbning⁵⁰.

I det här avsnittet belyses relationer, fritidsaktiviteter, trygghet och olika former av kränkningar.

Relationer

De flesta ungdomar svarar att de kan lita på någon av sina föräldrar eller vårdnadshavare när det verkligen gäller, samt att de har vuxna i sin närhet som de litar på, se Figur 63, sidan 54.

Skillnaderna mellan årskurserna och könen är små, men killar i årskurs 9 uppger att de kan lita på sina föräldrar i något större utsträckning än de jämnåriga tjejerna. De flesta har också kompisar i skolan som vill vara med dem och även om siffrorna generellt är något lägre har de flesta också en riktigt bra kompis som de litar på och kan berätta personliga saker för. Jämfört med 2015 är siffrorna något högre för om man kan lita på sina föräldrar/vårdnadshavare⁵¹ (88-93 %) och om det finns vuxna i närheten man litar på (83-90 %).

I tidigare undersökningar om ungas liv och hälsa har tillit till föräldrar och goda relationer till vänner funnits vara skyddsfaktorer för en god hälsa⁵². Även i Folkhälsoenkät Ung 2017 ses ett samband mellan att lita både på sina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller och att ha vuxna i sin närhet som man litar på och faktorerna hälsa samt psykiska eller somatiska besvär. De som svarar *stämmer precis* eller *stämmer ganska bra* på påståendena om föräldrar/vårdnadshavare och vuxna i sin närhet svarar i större utsträckning att de har en god allmän hälsa, jämfört med de som svarat *stämmer till viss del*, *stämmer ganska dåligt* eller *stämmer inte alls*. Ett liknande samband ses för psykiska eller somatiska besvär.

De som svarar att de har en riktigt bra kompis som de litar på svarar också i större utsträckning att de har en god allmän hälsa och i lägre utsträckning psykiska eller somatiska besvär, jämfört med de som inte har en bra kompis som de kan lita på. Ett liknande samband ses för att ha kompisar att vara med i skolan.

⁴⁸ WHO. Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health behaviour in school-aged children (HSBC) study: International report from the 2013/2014 survey. Health policy for children and adolescents, no. 7. 2016. <http://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/growing-up-unequal.-hbsc-2016-study-20132014-survey>

⁴⁹ Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2013/14. Grundrapport, 2014. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/fbcd76d2cae4fc0981e35dddf246cf0/skolbarns-halsovanor-sverige-2013-14.pdf>

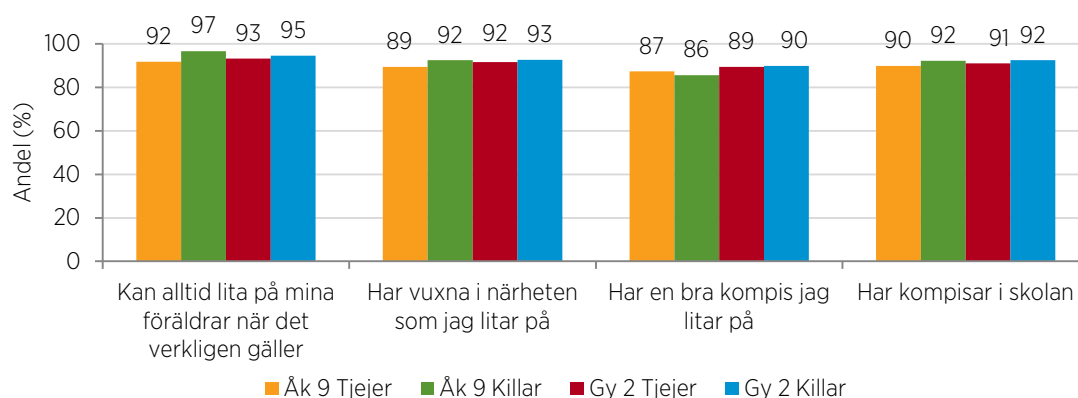
⁵⁰ Gustafsson P A, et al. Skolans betydelse för barns och ungas psykiska hälsa. En studie baserad på den nationella totalundersökningen i årskurs 6 och 9 hösten 2009. Socialstyrelsen och CHESS. 2012. <http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2012/2012-5-15>

⁵¹ Formuleringen har ändrats: 2015 frågades om "föräldrar", 2017 om "föräldrar/vårdnadshavare"

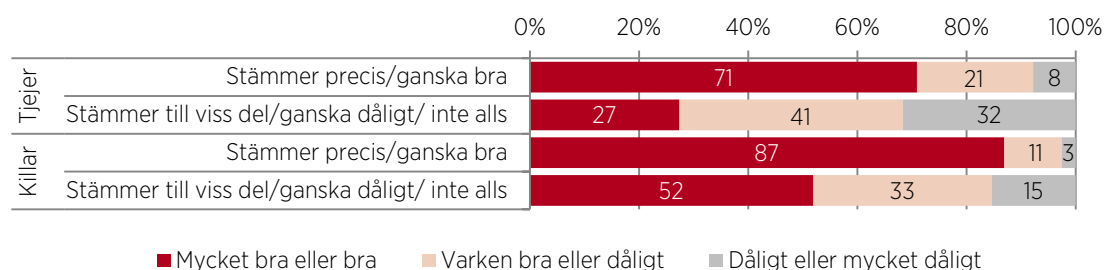
⁵² Lindén-Boström M, Löfwenhamm E, Persson C. Ungdomars livsvillkor, levnadsvanor och hälsa. Liv och hälsa ung i Örebro län. 2015. Region Örebro län. https://www.regionorebrolan.se/Files-sv/%c3%96rebro%20l%c3%a4ns%20landsting/V%c3%a5rd%20och%20h%c3%a4lsa/Folkh%c3%a4lsa/Publikationer/Arkiv/2015_01_Ungdomars_livsvillkor_levnadsvanor_och_h%c3%a4lsa.pdf

Dessa samband illustreras med allmän hälsa och psykiska eller somatiska besvär uppdelat på svarsalternativen för påståendet "Jag kan alltid lita på någon av mina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller", se Figur 64 och 65.

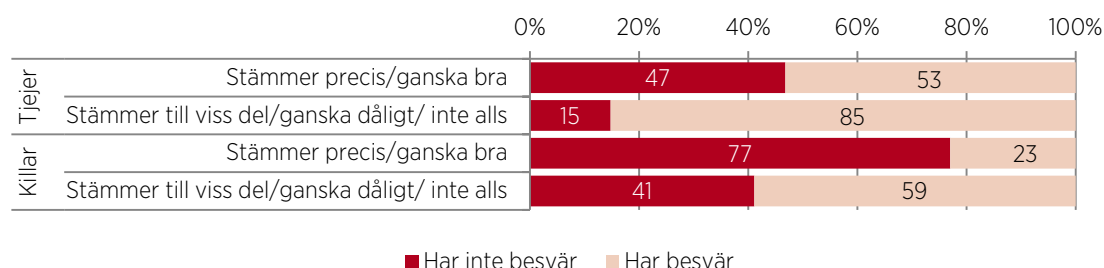
I årets enkät frågade vi efter hur ofta föräldrarna ger olika former av stöd. Det högsta svarsalternativet var *nästan alltid*. Ett svarsalternativ var *har inga/vi träffas inte*, de som har svarat detta finns inte med i sammanställningen nedan. Mer än fyra femtedelar i båda årskurserna uppger att deras föräldrar/vårdnadshavare nästan alltid hjälper dem så mycket de behöver och låter dem göra saker de tycker om. Det finns inga skillnader mellan könen. Det är ungefär två tredjedelar som uppger att föräldrarna/vårdnadshavarna får dem att må bättre när de är upprörda, något större andel av killarna än tjejerna. Se Figur 66, sidan 55.



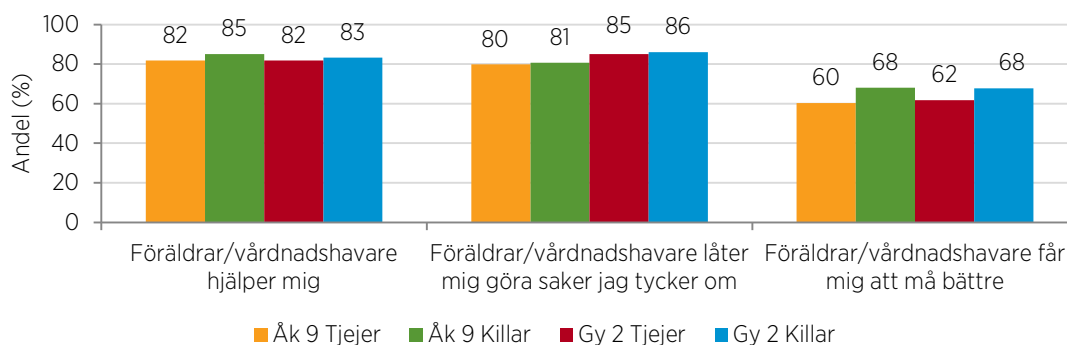
Figur 63: Andel som svarat att påståendet *stämmer precis* eller *stämmer ganska bra*, på frågorna "jag kan alltid lita på någon av mina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller", "det finns vuxna i min närhet som jag litar på", "jag har en riktigt bra kompis som jag litar på och kan berätta personliga saker för", samt "jag har kompisar i skolan som vill vara med mig".



Figur 64. Allmän hälsa uppdelat på tjejer och killar som svarar *stämmer precis/stämmer ganska bra* och de som svarar *stämmer till viss del/stämmer ganska dåligt/stämmer inte alls* på påståendet "Jag kan alltid lita på någon av mina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller".



Figur 65. Två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan, uppdelat på tjejer och killar som svarar *stämmer precis/stämmer ganska bra* och de som svarar *stämmer till viss del/stämmer ganska dåligt/stämmer inte alls* på påståendet "Jag kan alltid lita på någon av mina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller".



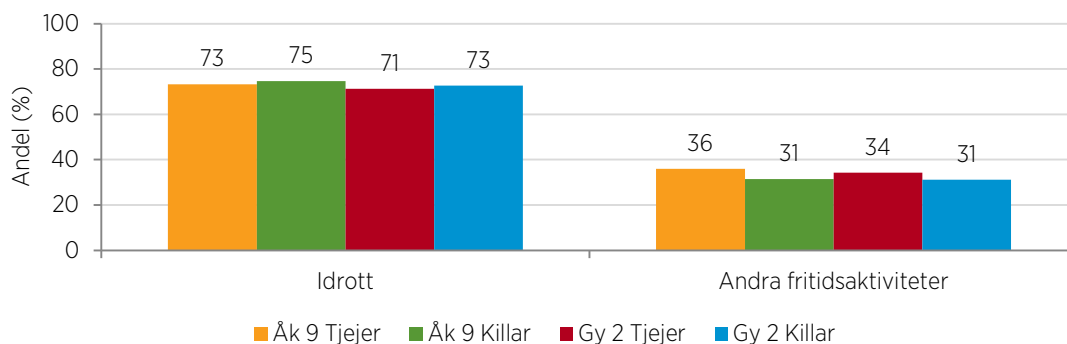
Figur 66. Andel unga som uppger att de har föräldrar/vårdnadshavare som nästan alltid hjälper dem så mycket som de behöver, låter dem göra saker de tycker om och får dem att må bättre när de är upprörda. Uppdelat på kön och ålder.

Fritidsaktiviteter

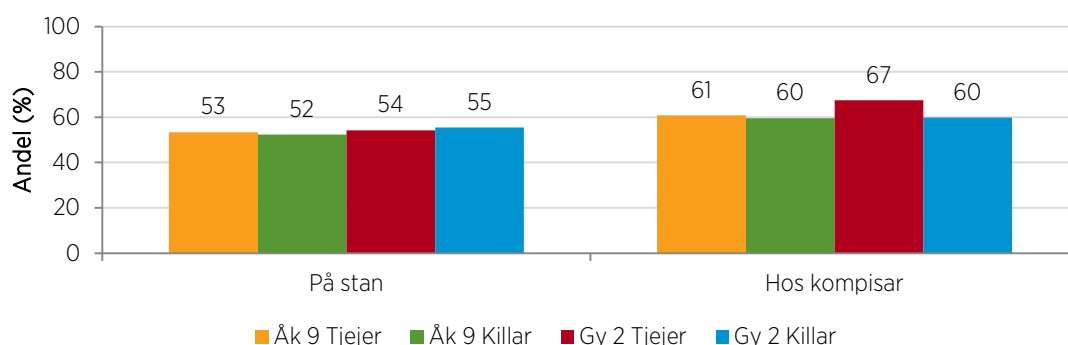
Vad man gör på fritiden undersöktes med frågor om hur många kvällar i veckan man håller på med idrottsaktiviteter eller träning, andra fritidsaktiviteter, är på fritidsgården, ute på stan/samhället, hemma hos kompisar och hemma hela kvällen. Runt tre fjärdedelar av de svarande håller på med idrottsaktiviteter eller träning minst en kväll i veckan, *se Figur 67*. De flesta av killarna i båda årskurserna idrottar tre till sju kvällar i veckan, medan det är lika vanligt att tjejerna idrottar en till två kvällar i veckan, som tre till sju kvällar. Ungefär en tredjedel tillbringar minst en kväll i veckan med andra fritidsaktiviteter, t ex musik, teater, kyrkligt, scouter, politik eller annan föreningsverksamhet.

Det är relativt få som är på fritidsgården om kvällarna, vilket vi även ser i frågorna som rör trygghet (*se kapitel Trygghet*). Åttio till 96 % har svarat att de inte är på fritidsgården någon kväll i veckan.

De flesta svarar att de är ute på stan/samhället eller hemma hos kompisar en till två kvällar i veckan. *Figur 68, sidan 56*. När det kommer till hur många kvällar man brukar tillbringa hemma har runt 60 % svarat tre till sju kvällar i veckan.



Figur 67. Andel unga som tillbringar minst en kväll i veckan med idrott respektive andra aktiviteter.



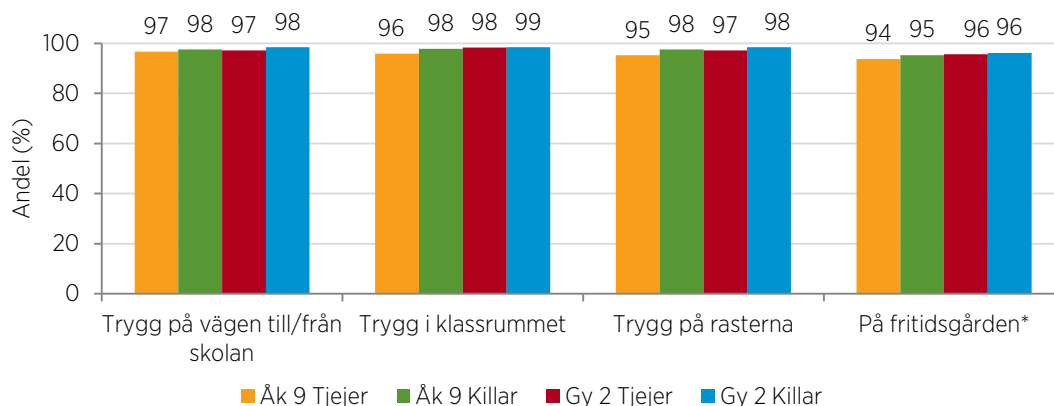
Figur 68. Andel som tillbringar 1-2 kvällar i veckan ute på stan/samhället eller hemma hos kompisar.

Trygghet

I Folkhälsoenkät Ung 2017 har ställdes frågor om huruvida man känner sig trygg i anslutning till skolan, fritidsgården, hemmet, bostadsområdet och på nätet. Generellt uppger nästan alla att de känner sig trygga på de olika arenorna, se *Figur 69 och 70, sidorna 56-57*. Nästan alla uppger att de alltid eller oftast känner sig trygga på väg till eller från skolan, i klassrummet och på rasterna.

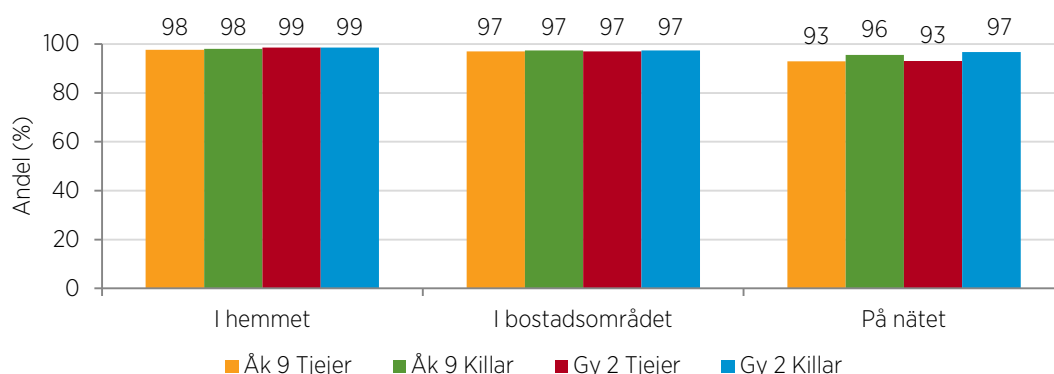
Lite mer än en tredjedel av de svarande har uppgett att de inte vistas på ungdomens hus, fritidsgården eller liknande. Av övriga svarande känner sig de flesta trygga.

98 till 99 % har svarat att de känner sig trygga hemma, medan 97 % över alla grupper känner sig trygga i bostadsområdet. 93 % av tjejerna i både årskurs 9 och gymnasiets årskurs 2 känner sig trygga på nätet. Bland killarna är motsvarande siffror 96 respektive 97 %. Se *Figur 70 sidan 57*.



Figur 69. Andel unga som alltid eller oftast känner sig trygga i olika skolmiljöer och på fritidsgården⁵³.

⁵³ *Notera att en tredjedel har svarat att de inte vistas på fritidsgården och inte finns med i sammanställningen.



Figur 70. Andel unga som alltid eller oftast känner sig trygga i hemmet, bostadsområdet och på nätet.

Mobbning och kränkningar

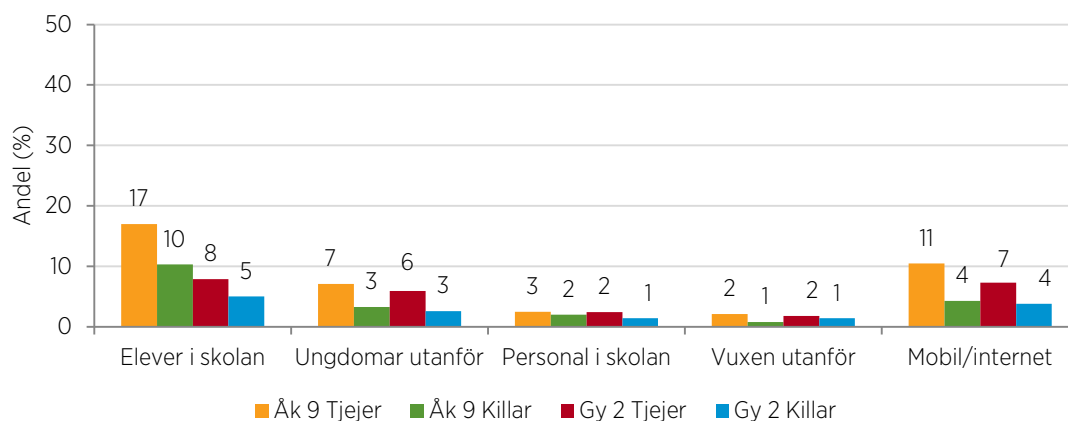
Frågorna som belyser mobbning och kränkningar är "Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för mobbning, trakasserier eller kränkningar" och "Har det hänt att någon tafsat på dig eller tvingat dig att ta på dem på ett sexuellt sätt".

På frågan om man under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för mobbning, trakasserier eller kränkningar svarar de flesta att de inte har varit utsatta (72-86 %). Tjejer i årskurs 9 har i störst utsträckning blivit utsatta, 28 % mot 14-19 % i de andra grupperna. Det mest rapporterade är att man blivit utsatt av elever i skolan, följt av att det skett via mobiltelefon och/eller internet, *se Figur 71, sidan 58*.

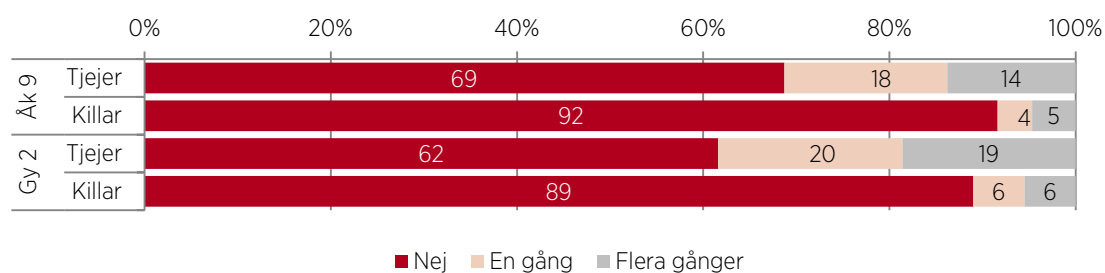
Frågan var i denna undersökning reviderad jämfört med Folkhälsoenkät Ung 2015, då frågan var formulerad: "Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för någon kränkande behandling? T.ex. trakasserier, diskriminering eller annan kränkande behandling". Siffrorna är stabila mellan undersökningarna, med en skillnad om högst 3 procentenheter.

I 2017 års undersökning ställdes en fråga om sexuella ofredanden: "Har det hänt att någon tafsat på dig eller tvingat dig att ta på dem på ett sexuellt sätt?" Sammanlagt svarar en tredjedel att det har hänt en eller flera gånger. Tjejer har blivit utsatta i större utsträckning än killar och de som i störst utsträckning blivit utsatta både en och flera gånger är tjejer på gymnasiet, *se Figur 72, sidan 58*. Svaren är i linje med Folkhälsomyndighetens studie om sexualitet och hälsa bland unga i Sverige (UngKAB15), där 40 % av de svarande 16-29-åringarna uppgav att någon utsatt dem för en sexuell handling mot deras vilja⁵⁴.

⁵⁴ Folkhälsomyndigheten. Sexualitet och hälsa bland unga i Sverige. UngKAB15 – en studie om kunskap, attityder och beteende bland unga 16-29 år. 2017.
<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/11272529714342b390d40fe3200f48cf/sexualitet-halsa-bland-unga-sverige-01186-2017-1-webb.pdf>



Figur 71. Andel ungdomar som uppgett att de blivit utsatta för mobbning, trakasserier eller kränkningar.



Figur 72. Fördelning över hur ungdomarna har svarat på frågan om det har hänt att någon tafsats på dem eller tvingat dem till att ta på dem på ett sexuellt sätt.

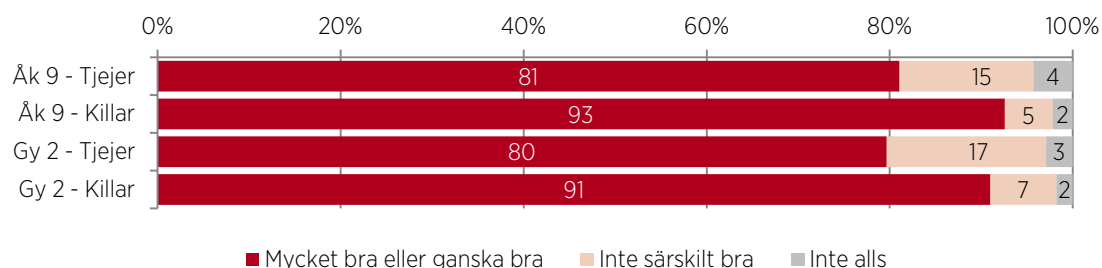


Framtiden...

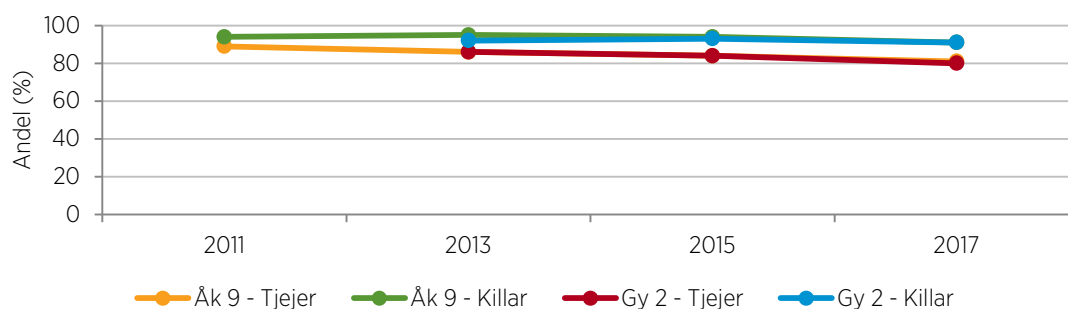
I rapporten har vi pekat på många områden som kan vara problematiska för unga. Trots detta anger de allra flesta unga att de trivs bra med livet just nu, killarna (drygt 90 %) i något högre utsträckning än tjejerna (cirka 80 %), i båda årskurserna. *Se Figur 73.* Över tid ses en svagt nedåtgående trend i samtliga grupper av andelen som trivs mycket bra eller ganska bra med livet just nu och tjejer trivs något sämre än killar med livet, oavsett årskurs. *Se Figur 74.*

Det är också tydligt att de unga, oavsett kön, som trivs mycket eller ganska bra med livet också svarar att de mår mycket bra eller bra i betydligt högre utsträckning än de som inte trivs särskilt bra eller inte alls trivs med livet just nu. De tjejer som inte trivs särskilt bra eller inte trivs alls med livet svarar i högre utsträckning att de mår dåligt eller mycket dåligt, jämfört med samma grupp killar. Ett liknande samband ses mellan att trivas med livet och att ha två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan. De som inte trivs särskilt bra eller inte alls med livet svarar att de har psykiska eller somatiska besvär i betydligt högre utsträckning än de som trivs mycket eller ganska bra med livet. Även här finns dock en skillnad mellan tjejer och killar, där en större andel av tjejerna som inte trivs med livet har besvär, jämfört med killarna. Även om samband ses mellan att trivas med livet och både hälsa och psykiska eller somatiska besvär, kan inget sägas om sambandets riktning. *Se Figur 75 och 76, sidan 62.*

Avslutningsvis fick de unga svara på frågan "Hur ser du på din framtid?" med svarsalternativen *mycket ljust, ganska ljust, varken ljust eller mörkt, ganska mörkt och mycket mörkt.* Många ser mycket eller ganska ljust på sin framtid, killarna är mer optimistiska än tjejerna i båda årskurserna. Gruppen som ser ganska eller mycket mörkt på framtiden skiljer sig inte nämnvärt mellan årskurserna och könen. Över tid ses en svagt nedåtgående trend i hur ljust de unga ser på sin framtid. Tjejerna, liksom killarna följs åt oavsett årskurs. *Se Figur 77 och 78, sidan 62.*

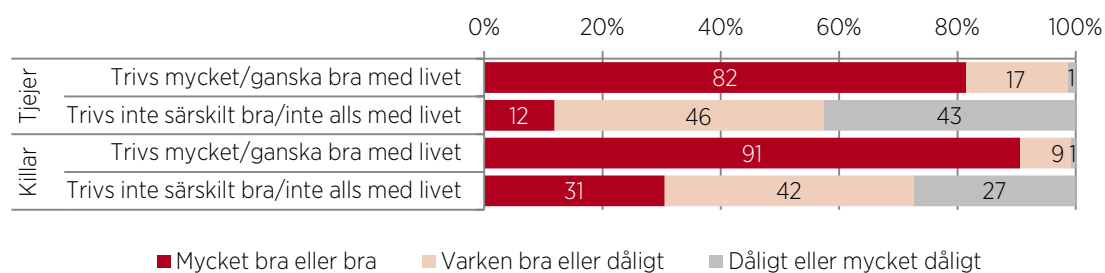


Figur 73. Fördelning utifrån kön och årskurs för frågan: "Hur trivs du med livet just nu?"

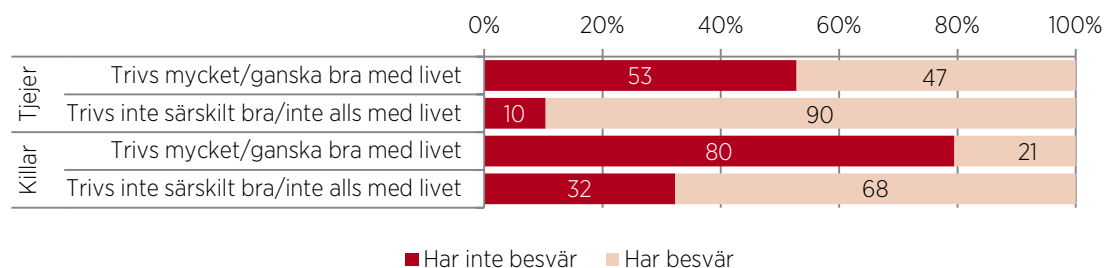


Figur 74. Andel unga som trivs *mycket bra* eller *ganska bra* med livet just nu, över tid.⁵⁵

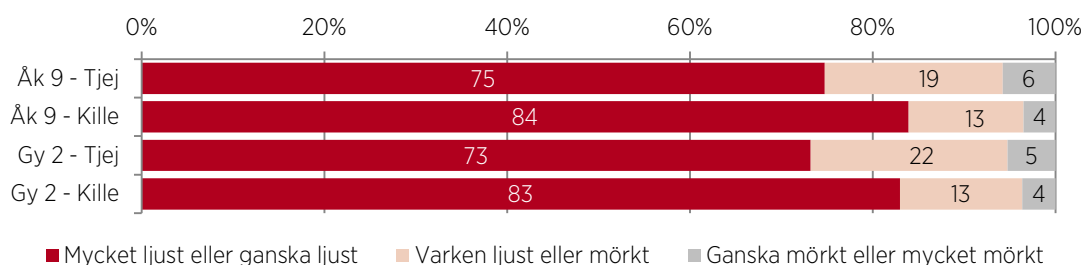
⁵⁵ 2013 var först gången som frågan ställdes till unga i gymnasiets år 2.



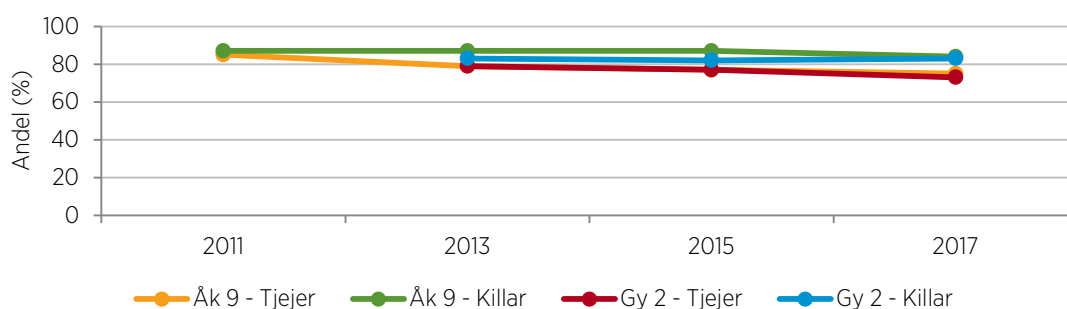
Figur 75. Allmän hälsa uppdelat på tjejer och killar som trivs mycket bra eller ganska bra med livet och de som inte trivs särskilt bra eller inte alls med livet.



Figur 76. Två eller fler psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan uppdelat på tjejer och killar som trivs mycket bra eller ganska bra med livet och de som inte trivs särskilt bra eller inte alls med livet.



Figur 77. Fördelning utifrån kön och årskurs för frågan: "Hur ser du på din framtid?"



Figur 78. Andel unga som ser *mycket ljust* eller *ganska ljust* på sin framtid, över tid.



Tabellbilagan innehåller resultaten för Folkhälsoenkät Ung 2017 på kommunnivå för årskurs 9 (åk 9) och år 2 på gymnasiet (gy 2), uppdelat på kön. Detta görs för att inte någon elev ska kunna identifieras eller känna sig utpekad. För de grupper där antalet svarande är under sju individer visas inte andelen, detta markeras med ett streck (-). För de svarsalternativ där det för ett flertal kommuner är för få svarande redovisas antingen endast kön eller endast årskurs, fördelningen bland svaren avgör vad som visas. I vissa fall kan resultat endast visas på länsnivå.

Antalet elever i de mindre kommunerna är relativt få. Det betyder att följande tabeller där resultaten redovisas som andelar (procent) bör tolkas med försiktighet. Till exempel kan andelen som röker i en kommun se ut att vara en stor del av eleverna, för att i verkligheten motsvara endast ett fåtal individer.

Eksjö kommun deltog inte i undersökningen.

Innehåll

Svarsfrekvens.....	4
Hälsa	6
Allmän hälsa	6
Psykisk hälsa	6
Existentiell hälsa	9
Levnadsvanor	11
Mat	11
Vardagsmotion och träning.....	14
Sömn.....	14
Rökning.....	15
Snusning	15
E-cigarettor.....	15
Vattenpipa	16
Alkohol.....	16
Narkotika	17
Elevers och föräldrars/vårdnadshavares inställning till alkohol, tobak och narkotika	18
Medieanvändning.....	20
Skola	22
Arbetsmiljö i skolan	22
Lärarnas roll.....	22
Skolarbetet	23
Skolk	23
Relationer och trygghet.....	24
Relationer	24
Fritidsaktiviteter	26
Trygghet.....	27
Mobbning och kränkningar	29
Framtiden	30

Svarsfrekvens

Antal och andel svarande elever per kommun (efter skolans belägenhet). I Aneby, Habo och Mullsjö finns ingen gymnasieskola.

Kommun	Åk 9			Gy 2		
	Antal elever	Antal svarande	Svars-frekvens (%)	Antal elever	Antal svarande	Svars-frekvens (%)
Aneby	82	63	77	0	-	-
Gislaved	378	245	65	293	196	67
Gnosjö	132	112	85	85	63	74
Habo	138	117	85			
Jönköping	1427	968	68	1640	1171	71
Mullsjö	88	52	59			
Nässjö	373	258	69	430	179	42
Sävsjö	168	128	76	90	89	99
Tranås	225	166	74	220	174	79
Vaggeryd	181	96	53	80	46	58
Vetlanda	319	209	66	277	198	72
Värnamo	440	289	66	337	222	66
Länet	3951	2703	68	3452	2338	68

Antal svarande elever per kommun (efter skolans belägenhet) fördelat på kön*. På dessa grupper baseras länsrapportens resultat.

	Åk 9			Gy 2		
	Tjejer	Killar	Total	Tjejer	Killar	Total
Aneby	29	32	61			
Gislaved	117	118	235	101	85	186
Gnosjö	58	53	111	34	26	60
Habo	51	65	116			
Jönköping	466	460	926	569	572	1141
Mullsjö	25	24	49			
Nässjö	121	132	253	112	61	173
Sävsjö	71	56	127	40	48	88
Tranås	93	71	164	80	91	171
Vaggeryd	42	54	96	20	26	46
Vetlanda	99	103	202	91	104	195
Värnamo	131	154	285	99	115	214
Länet	1303	1322	2625	1146	1128	2274

*Grupper som inte är representerade i denna sammanställning:

- 4 elever i åk 9 och 9 elever i gy 2 som inte har uppgett kön
- 24 elever i åk 9 och 36 elever i gy2 som svarat "Annat kön"
- 50 elever i åk 9 och 19 i gy 2 vars svar har bedömts som oseriösa

Antal svarande elever i länet, fördelat på kön*.

	Tjej	Kille	Annan könsidentitet	Ej uppgett kön
Åk 9	1303	1322	24	4
Gy 2	1146	1128	36	9
Total	2449	2450	60	13

*I denna sammanställning finns inte 50 elever i åk 9 och 19 elever i gy 2 representerade eftersom deras svar har bedömts som oseriösa.

Hälsa

Allmän hälsa

Andel (%) som upplever bra eller mycket bra allmän hälsa.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	71	91		
Gislaved	66	84	68	83
Gnosjö	74	89	85	85
Habo	55	86		
Jönköping	72	85	63	83
Mullsjö	80	96		
Nässjö	57	80	57	85
Sävsjö	73	91	53	73
Tranås	68	82	80	89
Vaggeryd	55	87	65	81
Vetlanda	74	89	64	85
Värnamo	76	90	76	89
Länet	69	86	66	84

Tabellen reviderad 181211

Psykisk hälsa

För att titta på elevernas psykiska hälsa används ett frågebatteri med åtta frågor (huvudvärk, ont i magen (ej mensvärk), ont i ryggen, känt mig nere/ledsen, varit irriterad eller på dåligt humör, känt mig orolig/nervös, känt mig stressad, samt haft svårt att somna). Nedan redovisas även andelen som har minst två av dessa besvär (psykiska eller somatiska) en gång i veckan eller oftare.

Andel (%) elever som har haft huvudvärk mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	-	26
Gislaved	24	4
Gnosjö	16	11
Habo	27	-
Jönköping	23	9
Mullsjö	28	-
Nässjö	30	12
Sävsjö	18	9
Tranås	20	10
Vaggeryd	21	10
Vetlanda	26	6
Värnamo	15	5
Länet	23	8

Andel (%) elever som har haft ont i magen mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	-	-
Gislaved	10	-
Gnosjö	11	-
Habo	24	11
Jönköping	15	5
Mullsjö	8	-
Nässjö	18	-
Sävsjö	12	-
Tranås	17	4
Vaggeryd	18	-
Vetlanda	14	7
Värnamo	12	4
Länet	14	5

Andel (%) elever som har haft ont i ryggen mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	-	
Gislaved	18	14
Gnosjö	8	-
Habo	16	
Jönköping	17	10
Mullsjö	-	
Nässjö	16	6
Sävsjö	22	8
Tranås	17	10
Vaggeryd	16	12
Vetlanda	18	7
Värnamo	12	8
Länet	16	9

Andel (%) elever som varit irriterad eller på dåligt humör mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	37	27		
Gislaved	43	18	38	21
Gnosjö	29	23	15	-
Habo	57	32		
Jönköping	44	22	44	18
Mullsjö	44	-		
Nässjö	52	24	52	14
Sävsjö	41	20	43	20
Tranås	47	27	40	18
Vaggeryd	46	15	30	-
Vetlanda	34	14	45	19
Värnamo	41	10	34	12
Länet	43	20	42	18

Andel (%) elever som känt sig nere/ledsen mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	36	-
Gislaved	31	11
Gnosjö	17	9
Habo	51	16
Jönköping	36	12
Mullsjö	32	-
Nässjö	41	11
Sävsjö	39	13
Tranås	31	11
Vaggeryd	38	9
Vetlanda	34	7
Värnamo	30	7
Länet	34	11

Andel (%) elever som känt sig orolig/nervös mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	-	-
Gislaved	28	12
Gnosjö	21	15
Habo	37	14
Jönköping	35	11
Mullsjö	-	-
Nässjö	39	10
Sävsjö	40	9
Tranås	36	10
Vaggeryd	37	13
Vetlanda	33	11
Värnamo	25	8
Länet	33	11

Andel (%) elever som känt sig stressad mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	36	22		
Gislaved	48	17	66	22
Gnosjö	34	27	30	-
Habo	54	27		
Jönköping	52	22	58	24
Mullsjö	57	-		
Nässjö	58	21	51	19
Sävsjö	58	16	55	23
Tranås	51	22	52	21
Vaggeryd	60	22	65	36
Vetlanda	48	19	55	23
Värnamo	43	18	53	20
Länet	51	21	56	23

Andel (%) elever som haft svårt att somna mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	39	29		
Gislaved	30	14	25	14
Gnosjö	18	16	-	-
Habo	27	25		
Jönköping	30	21	34	23
Mullsjö	36	-		
Nässjö	36	23	33	27
Sävsjö	27	18	38	22
Tranås	28	22	30	22
Vaggeryd	26	17	-	-
Vetlanda	28	12	36	25
Värnamo	22	17	20	17
Länet	29	19	31	22

Andel (%) elever som har minst två psykiska eller somatiska besvär mer än en gång i veckan eller oftare de senaste sex månaderna.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	48	34		
Gislaved	56	23	57	25
Gnosjö	38	24	33	28
Habo	57	30		
Jönköping	51	27	62	27
Mullsjö	70	22		
Nässjö	63	24	62	21
Sävsjö	63	23	51	21
Tranås	55	23	59	22
Vaggeryd	54	26	47	40
Vetlanda	51	15	58	25
Värnamo	47	18	51	17
Länet	53	24	59	25

Värktabletter

Andel (%) elever som använder värktabletter (till exempel Alvedon, Panodil, Ipren eller Ibuprofen) några gånger per vecka eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Länet	14	4	14	5

Funktionsnedsättning

Andel (%) elever som har någon funktionsnedsättning eller sjukdom

	Åk 9	Gy 2
Aneby	21	
Gislaved	17	18
Gnosjö	22	13
Habo	24	
Jönköping	23	24
Mullsjö	29	
Nässjö	23	20
Sävsjö	22	24
Tranås	22	25
Vaggeryd	21	11
Vetlanda	23	24
Värnamo	17	21
Länet	22	22

Existentiell hälsa

Existentiell hälsa studerades med fyra påståenden ställdes om elevernas grundläggande värderingar: meningsfullhet, syfte, tro/övertygelse och hoppfullhet. En personlig tro eller övertygelse kan, men behöver inte ha en religiös anknytning. Den kan också vara kopplad till ideologi, filosofi eller vetenskap. Påståendena besvarades med svarsalternativen *stämmer precis, stämmer ganska, stämmer till viss del, stämmer ganska dåligt och stämmer inte alls*.

Andel (%) elever som upplever "att mitt liv är meningsfullt" (*stämmer precis och stämmer ganska bra*).

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	68	90		
Gislaved	57	73	69	81
Gnosjö	68	79	82	86
Habo	57	71		
Jönköping	67	79	66	77
Mullsjö	60	87		
Nässjö	59	77	59	76
Sävsjö	69	83	70	65
Tranås	67	76	73	80
Vaggeryd	68	94	60	83
Vetlanda	77	81	69	80
Värnamo	65	82	73	81
Länet	65	79	68	78

Andel (%) elever som upplever "att mitt liv har ett syfte" (*stämmer precis och stämmer ganska bra*).

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	74	87		
Gislaved	63	73	73	83
Gnosjö	73	88	79	86
Habo	57	78		
Jönköping	69	80	64	76
Mullsjö	56	83		
Nässjö	58	77	56	75
Sävsjö	73	90	72	71
Tranås	68	71	69	76
Vaggeryd	68	92	53	75
Vetlanda	80	83	69	81
Värnamo	64	85	74	81
Länet	68	81	66	77

Andel (%) elever som upplever att de "har en tro eller övertygelse som ger mig tröst/lättnad i vardagen" (*stämmer precis och stämmer ganska bra*).

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	63	69		
Gislaved	44	54	50	68
Gnosjö	56	50	52	71
Habo	20	38		
Jönköping	45	65	43	57
Mullsjö	40	65		
Nässjö	38	50	40	48
Sävsjö	58	76	50	63
Tranås	27	48	27	54
Vaggeryd	48	76	58	54
Vetlanda	42	63	38	53
Värnamo	47	68	48	66
Länet	43	61	43	58

Andel (%) elever som upplever att "jag är hoppfull inför mitt liv" (*stämmer precis och stämmer ganska bra*).

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	79	86		
Gislaved	64	73	71	86
Gnosjö	74	87	76	86
Habo	55	75		
Jönköping	67	83	68	78
Mullsjö	84	87		
Nässjö	66	80	57	89
Sävsjö	68	83	53	68
Tranås	75	83	75	82
Vaggeryd	61	86	63	71
Vetlanda	76	84	68	88
Värnamo	67	85	76	83
Länet	68	82	68	81

Levnadsvanor

Mat

Andel (%) elever som äter frukost varje vardag.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	41	63		
Gislaved	53	58	53	63
Gnosjö	51	53	71	46
Habo	49	69		
Jönköping	55	64	56	57
Mullsjö	44	67		
Nässjö	45	57	46	61
Sävsjö	59	64	65	46
Tranås	56	70	70	57
Vaggeryd	60	65	55	60
Vetlanda	59	65	61	61
Värnamo	67	69	64	56
Länet	55	64	58	57

Andel (%) elever som äter frukost 7 dagar per vecka.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	36	56		
Gislaved	45	50	46	50
Gnosjö	40	42	65	28
Habo	43	52		
Jönköping	49	55	51	48
Mullsjö	36	54		
Nässjö	36	46	40	52
Sävsjö	45	42	55	43
Tranås	47	58	63	41
Vaggeryd	55	57	45	56
Vetlanda	53	62	58	52
Värnamo	57	58	57	43
Länet	47	54	52	47

Andel (%) elever som äter frukost båda helgdagarna.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	82	69		
Gislaved	73	78	82	72
Gnosjö	68	69	71	52
Habo	65	72		
Jönköping	78	72	78	71
Mullsjö	80	71		
Nässjö	72	73	68	70
Sävsjö	68	58	70	70
Tranås	76	72	80	69
Vaggeryd	76	74	65	72
Vetlanda	80	79	84	72
Värnamo	79	78	73	63
Länet	76	73	77	70

Andel (%) elever som dricker lightläsk några gånger i veckan eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	10	10		
Gislaved	11	18	7	26
Gnosjö	-	25	-	-
Habo	20	11		
Jönköping	14	16	16	21
Mullsjö	-	-		
Nässjö	15	24	14	19
Sävsjö	10	13	13	15
Tranås	13	19	-	19
Vaggeryd	14	20	11	17
Vetlanda	-	22	8	16
Värnamo	9	11	11	23
Länet	12	17	13	20

Andel (%) elever som dricker sockersötad läsk eller andra drycker som innehåller socker några gånger i veckan eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	34	31		
Gislaved	26	38	31	48
Gnosjö	30	44	35	31
Habo	35	44		
Jönköping	29	37	26	40
Mullsjö	-	43		
Nässjö	31	52	31	39
Sävsjö	28	43	36	41
Tranås	35	35	30	41
Vaggeryd	28	42	25	26
Vetlanda	23	43	29	53
Värnamo	18	33	31	48
Länet	28	40	29	42

Andel (%) elever som äter godis, chips, glass eller fikabröd några gånger i veckan eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	55	34		
Gislaved	39	36	60	39
Gnosjö	33	35	38	12
Habo	52	51		
Jönköping	46	39	55	42
Mullsjö	36	33		
Nässjö	52	46	49	38
Sävsjö	47	44	60	51
Tranås	49	35	59	43
Vaggeryd	21	25	37	40
Vetlanda	42	43	51	53
Värnamo	40	32	54	44
Länet	44	39	54	43

Andel (%) elever som dricker energidryck några gånger i veckan eller oftare.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	12	
Gislaved	19	14
Gnosjö	21	10
Habo	27	
Jönköping	16	19
Mullsjö	8	
Nässjö	27	19
Sävsjö	15	15
Tranås	11	13
Vaggeryd	28	17
Vetlanda	17	22
Värnamo	11	19
Länet	18	18

Andel (%) elever som äter frukt så gott som dagligen eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	28	31		
Gislaved	37	28	34	17
Gnosjö	23	22	44	8
Habo	32	16		
Jönköping	34	27	39	21
Mullsjö	40	38		
Nässjö	36	27	24	19
Sävsjö	35	34	35	23
Tranås	40	36	48	24
Vaggeryd	46	22	47	13
Vetlanda	42	23	41	33
Värnamo	40	33	38	18
Länet	36	28	38	21

Andel (%) elever som äter grönsaker så gott som dagligen eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	62	43		
Gislaved	55	43	59	43
Gnosjö	48	36	62	42
Habo	55	28		
Jönköping	61	46	63	45
Mullsjö	76	54		
Nässjö	60	36	45	28
Sävsjö	56	50	50	29
Tranås	47	55	58	47
Vaggeryd	62	30	79	28
Vetlanda	72	41	60	41
Värnamo	66	52	61	36
Länet	60	44	60	42

Andel (%) elever som äter pizza, hamburgare, kebab eller liknande några gånger i veckan eller oftare.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	11	
Gislaved	11	20
Gnosjö	10	-
Habo	17	
Jönköping	13	15
Mullsjö	-	
Nässjö	20	14
Sävsjö	11	18
Tranås	10	13
Vaggeryd	11	11
Vetlanda	11	17
Värnamo	8	16
Länet	12	15

Andel (%) elever som äter fisk eller skaldjur några gånger i veckan eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	44	31		
Gislaved	24	36	36	35
Gnosjö	40	33	33	27
Habo	37	29		
Jönköping	33	37	44	44
Mullsjö	32	39		
Nässjö	29	28	27	32
Sävsjö	23	41	11	25
Tranås	31	50	30	30
Vaggeryd	25	23	21	24
Vetlanda	36	34	38	37
Värnamo	35	40	42	48
Länet	32	36	38	40

Andel (%) elever som äter kosttillskott (för exempelvis prestationshöjning, muskeltillväxt, fettförbränning) en gång i veckan eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	-	-		
Gislaved	10	18	8	29
Gnosjö	-	35	12	31
Habo	14	18		
Jönköping	13	22	17	27
Mullsjö	20	25		
Nässjö	16	30	16	41
Sävsjö	10	24	15	38
Tranås	11	30	16	32
Vaggeryd	17	37	25	38
Vetlanda	18	33	17	29
Värnamo	9	18	7	30
Länet	13	24	15	30

Vardagsmotion och träning

Andel (%) elever som går eller cyklar en timme eller mer, 4-7 dagar i vecka.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Tjejer
Aneby	62	34		
Gislaved	56	54	46	47
Gnosjö	55	51	41	42
Habo	51	48		
Jönköping	43	47	39	35
Mullsjö	76	71		
Nässjö	53	47	40	46
Sävsjö	62	55	40	52
Tranås	60	69	63	59
Vaggeryd	48	57	25	32
Vetlanda	56	51	57	53
Värnamo	50	57	55	55
Länet	51	51	44	43

Andel (%) elever som tränar minst 30 min 2-3 gånger per vecka eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	72	66		
Gislaved	74	76	73	82
Gnosjö	71	81	79	81
Habo	67	66		
Jönköping	70	80	63	67
Mullsjö	80	63		
Nässjö	68	79	51	72
Sävsjö	80	86	53	81
Tranås	81	86	68	72
Vaggeryd	54	89	65	80
Vetlanda	72	74	73	75
Värnamo	76	75	63	75
Länet	72	78	64	72

Sömn

Andel (%) elever som sover 9 timmar eller mer på vardagar.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	15	
Gislaved	20	7
Gnosjö	22	12
Habo	15	
Jönköping	16	8
Mullsjö	7	
Nässjö	14	11
Sävsjö	19	8
Tranås	21	9
Vaggeryd	23	14
Vetlanda	17	10
Värnamo	21	11
Länet	17	9

Andel (%) elever som sover 9 timmar eller mer på helgdagar.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	76	
Gislaved	76	84
Gnosjö	76	80
Habo	72	
Jönköping	77	74
Mullsjö	57	
Nässjö	77	69
Sävsjö	81	72
Tranås	75	74
Vaggeryd	76	76
Vetlanda	78	75
Värnamo	78	74
Länet	76	75

Andel (%) elever som tycker att de sover mycket bra eller ganska bra.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	66	72		
Gislaved	70	78	70	74
Gnosjö	78	69	82	81
Habo	65	74		
Jönköping	69	72	65	68
Mullsjö	72	67		
Nässjö	61	72	62	77
Sävsjö	80	78	60	67
Tranås	68	72	70	72
Vaggeryd	64	80	75	72
Vetlanda	67	82	59	69
Värnamo	75	85	71	79
Länet	69	75	66	71

Snusning

Andel (%) killar som snusar ibland eller varje dag. Andel tjejer som snusar är få och kan därför inte visas på kommunnivå.

	Killar
Aneby	-
Gislaved	17
Gnosjö	-
Habo	16
Jönköping	18
Mullsjö	-
Nässjö	23
Sävsjö	14
Tranås	18
Vaggeryd	10
Vetlanda	18
Värnamo	12
Länet	16

Rökning

Andel (%) elever som röker ibland eller varje dag.

	Åk 9	Gy 2
	Tjejer och killar	Tjejer och killar
Aneby	-	
Gislaved	8	27
Gnosjö	10	15
Habo	16	
Jönköping	11	20
Mullsjö	-	
Nässjö	13	23
Sävsjö	6	20
Tranås	12	21
Vaggeryd	8	30
Vetlanda	6	22
Värnamo	8	22
Länet	10	21

Andel (%) elever som snusar ibland eller varje dag.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Länet	3	12	5	21

E-cigarett

Andel (%) elever som använder e-cigarett ibland eller varje dag.

	Tjejer	Killar
Aneby	-	-
Gislaved	6	13
Gnosjö	-	-
Habo	27	20
Jönköping	10	15
Mullsjö	-	-
Nässjö	10	12
Sävsjö	-	16
Tranås	15	29
Vaggeryd	-	14
Vetlanda	12	20
Värnamo	9	16
Länet	10	16

Andel (%) elever som använder e-cigarett ibland eller varje dag.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Länet	11	16	8	16

Vattenpipa

Andel (%) elever som rökt vattenpipa en gång eller flera gånger.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	21	28		
Gislaved	20	18	25	40
Gnosjö	12	23	-	28
Habo	16	18		
Jönköping	18	23	19	31
Mullsjö	-	-		
Nässjö	17	19	27	37
Sävsjö	13	18	31	46
Tranås	16	31	20	31
Vaggeryd	-	13	-	46
Vetlanda	16	19	26	40
Värnamo	14	14	30	31
Länet	16	20	22	34

Alkohol

Andel (%) elever som druckit alkohol de senaste 12 månaderna.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	24	25		
Gislaved	36	24	56	56
Gnosjö	29	25	65	50
Habo	47	34		
Jönköping	32	25	63	58
Mullsjö	32	25		
Nässjö	39	34	60	66
Sävsjö	28	25	68	56
Tranås	41	39	76	70
Vaggeryd	31	24	65	62
Vetlanda	40	34	71	63
Värnamo	29	21	73	58
Länet	34	27	65	60

Andel (%) elever som har konsumerat alkohol en gång i månaden eller oftare de senaste 12 månaderna (alkoholkonsumeter).

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer och killar	Killar	Tjejer	
Aneby	-			
Gislaved	13	35	37	
Gnosjö	12	38	-	
Habo	15			
Jönköping	11	35	33	
Mullsjö	-			
Nässjö	13	40	32	
Sävsjö	9	28	25	
Tranås	18	46	33	
Vaggeryd	-	40	23	
Vetlanda	11	43	39	
Värnamo	8	36	31	
Länet	11	37	32	

Andel (%) elever som dricker en större mängd¹ alkohol vid ett och samma tillfälle någon gång per år eller oftare (intensivkonsumerar alkohol).

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer och killar	Tjejer	Killar	
Aneby	11			
Gislaved	12	29	43	
Gnosjö	11	41	-	
Habo	19			
Jönköping	13	35	43	
Mullsjö	-	34	49	
Nässjö	16	38	40	
Sävsjö	13	50	53	
Tranås	18	55	46	
Vaggeryd	8	37	52	
Vetlanda	14	44	38	
Värnamo	9	37	44	
Länet	13	37	44	

¹ Motsvarande minst 4 stora burkar starköl/starkcider, eller 25 cl sprit (ca 6 shots/drinkar), eller en hel flaska vin, eller 6 burkar folköl.

Andel (%) elever som någon gång har druckit sig berusad.

	Åk 9	Gy 2	
	Tjejer och killar	Killar	Tjejer
Aneby	15		
Gislaved	15	47	46
Gnosjö	15	47	31
Habo	25		
Jönköping	17	49	46
Mullsjö	20		
Nässjö	22	49	59
Sävsjö	13	45	42
Tranås	26	65	57
Vaggeryd	8	50	38
Vetlanda	19	59	57
Värnamo	13	58	48
Länet	17	51	48

Andel (%) elever som blivit bjudna på alkohol av sina föräldrar en eller flera gånger.

	Åk 9	Gy 2	
	Tjejer och killar	Killar	Tjejer
Aneby	-		
Gislaved	11	23	33
Gnosjö	11	24	-
Habo	-		
Jönköping	10	23	27
Mullsjö	-		
Nässjö	14	29	19
Sävsjö	15	15	27
Tranås	15	19	31
Vaggeryd	-	30	23
Vetlanda	11	20	30
Värnamo	8	21	31
Länet	11	23	27

Narkotika

Andel (%) elever som blivit erbjudna att köpa eller få narkotika (med narkotika avses t.ex. hasch, marijuana, spice, amfetamin).

	Åk 9	Gy 2
Aneby	12	
Gislaved	12	22
Gnosjö	14	12
Habo	15	
Jönköping	19	26
Mullsjö	-	
Nässjö	19	19
Sävsjö	8	23
Tranås	13	18
Vaggeryd	15	22
Vetlanda	6	23
Värnamo	10	30
Länet	14	24

Andel (%) elever i länet som använt narkotika, sniffat/boffat, använt dopingpreparat eller använt läkemedel i berusningssyfte.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Har du någon gång använt narkotika?	2	4	5	9
Har du någon gång sniffat/boffat?	2	3	1	2
Har du någon gång använt anabola steroider/dopingpreparat?	-	1	-	1
Har du någon gång använt läkemedel för att bli berusad	2	2	2	3

Elevers och föräldrars/vårdnadshavares inställning till alkohol, tobak och narkotika

Andel (%) elever i åk 9 som tycker att det är okej, respektive inte okej för någon i samma årskurs att...

	Tjejer		Killar	
	Okej	Inte okej	Okej	Inte okej
Dricka ett glas alkohol	60	40	56	44
Att dricka alkohol så att man blir berusad	26	74	23	77
Att feströka	34	66	27	73
Att röka	10	90	10	90
Att röka marijuana, hasch, spice	4	96	8	92
Att säga till en berusad kompis att inte dricka mer	90	10	82	18
Att säga till en kompis som röker att sluta	92	8	83	17

Andel (%) elever i gy 2 som tycker att det är okej, respektive inte okej för någon i samma årskurs att...

	Tjejer		Killar	
	Okej	Inte okej	Okej	Inte okej
Dricka ett glas alkohol	88	12	87	13
Att dricka alkohol så att man blir berusad	61	39	65	35
Att feströka	61	39	63	37
Att röka	20	80	28	72
Att röka marijuana, hasch, spice	5	95	17	83
Att säga till en berusad kompis att inte dricka mer	92	8	90	10
Att säga till en kompis som röker att sluta	91	9	89	11

Vilket av svarsalternativen nedan stämmer bäst in på dina föräldrars inställning?

Andel (%) elever i åk 9.	De förbjuder mig		De pratar med mig om att jag inte ska		De tycker att det är ok		Jag vet inte	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Att röka cigaretter	63	70	31	22	-	2	5	7
Att snusa	62	64	31	24	-	3	7	9
Att dricka alkohol	42	53	42	31	8	6	7	9
Att dricka mig berusad	57	65	35	24	1	3	7	9
Att röka vattenpipa	59	65	27	19	2	3	12	14
Att röka marijuana, hasch, spice	76	78	19	13	-	1	5	9
Att gå ut utan att tala om vart du går	33	31	45	38	12	20	10	12
Att ha en pojkvän/flickvän	6	8	5	3	80	77	9	13

Tabellen reviderad 181211

Vilket av svarsalternativen nedan stämmer bäst in på dina föräldrars inställning?

Andel (%) elever gy 2.	De förbjuder mig		De pratar med mig om att jag inte ska		De tycker att det är ok		Jag vet inte	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Att röka cigaretter	58	57	36	33	1	2	5	8
Att snusa	57	48	32	34	1	8	9	10
Att dricka alkohol	24	26	45	36	24	28	7	10
Att dricka mig berusad	40	37	46	40	6	12	8	10
Att röka vattenpipa	53	52	25	25	3	5	18	18
Att röka marijuana, hasch, spice	78	76	16	15	-	1	6	8
Att gå ut utan att tala om vart du går	31	24	48	40	13	24	8	11
Att ha en pojkvän/flickvän	3	4	4	4	87	83	7	9

Medieanvändning

Andel (%) elever som läser tidningar och böcker i pappersformat 3 timmar eller mer på vardagar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Länet	4	3	4	3

Andel (%) elever som söker information eller läser text på hemsidor, läser tidningar på nätet, läser e-böcker 3 timmar eller mer på vardagar.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	12	
Gislaved	8	12
Gnosjö	10	-
Habo	10	
Jönköping	8	13
Mullsjö	-	
Nässjö	12	15
Sävsjö	5	12
Tranås	6	10
Vaggeryd	13	16
Vetlanda	8	13
Värnamo	7	10
Länet	8	12

Andel (%) elever som spelar tv-, data- eller mobilspel 3 timmar eller mer på vardagar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	-	52		
Gislaved	15	52	12	41
Gnosjö	14	47	-	-
Habo	14	58		
Jönköping	14	48	11	47
Mullsjö	-	42		
Nässjö	12	54	19	55
Sävsjö	18	55	16	47
Tranås	15	42	-	40
Vaggeryd	27	48	-	32
Vetlanda	17	41	18	42
Värnamo	17	38	13	44
Länet	15	48	12	45

Andel (%) elever som ser på film, serier, tv-program eller kolla på klipp (exempelvis Youtube) 3 timmar eller mer på vardagar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	61	37		
Gislaved	51	42	53	57
Gnosjö	63	48	52	29
Habo	57	41		
Jönköping	56	43	51	45
Mullsjö	36	42		
Nässjö	55	45	63	33
Sävsjö	49	44	44	63
Tranås	57	42	46	38
Vaggeryd	48	51	50	40
Vetlanda	41	37	59	45
Värnamo	59	36	47	53
Länet	54	42	52	46

Andel (%) elever som använder sociala medier 3 timmar eller mer på vardagar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	82	33		
Gislaved	69	48	74	57
Gnosjö	61	47	63	42
Habo	67	40		
Jönköping	64	42	66	49
Mullsjö	72	42		
Nässjö	68	59	75	46
Sävsjö	60	40	55	53
Tranås	72	40	68	57
Vaggeryd	69	46	75	58
Vetlanda	65	49	72	52
Värnamo	71	41	64	52
Länet	67	45	68	51

Andel (%) elever som läser tidningar och böcker i pappersformat 3 timmar eller mer på helgdagar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Länet	6	3	6	4

Andel (%) elever som söker information eller läser text på hemsidor, läser tidningar på nätet, läser e-böcker 3 timmar eller mer på helgdagar.

	Åk 9	Gy 2
Aneby	12	
Gislaved	7	11
Gnosjö	12	-
Habo	9	
Jönköping	9	10
Mullsjö	-	
Nässjö	10	11
Sävsjö	8	-
Tranås	8	9
Vaggeryd	11	16
Vetlanda	8	12
Värnamo	8	13
Länet	9	10

Andel (%) elever som spelar tv-, data- eller mobilspel 3 timmar eller mer på helgdagar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	29	72		
Gislaved	21	74	12	61
Gnosjö	16	60	9	39
Habo	18	74		
Jönköping	17	69	17	64
Mullsjö	16	50		
Nässjö	16	74	26	62
Sävsjö	29	78	18	65
Tranås	16	59	5	52
Vaggeryd	24	69	10	54
Vetlanda	14	60	21	60
Värnamo	18	56	14	67
Länet	18	67	16	62

Andel (%) elever som ser på film, serier, tv-program eller kolla på klipp (exempelvis Youtube) 3 timmar eller mer på helgdagar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	71	62		
Gislaved	71	57	75	74
Gnosjö	75	48	79	48
Habo	84	62		
Jönköping	71	58	75	66
Mullsjö	60	67		
Nässjö	74	65	77	54
Sävsjö	78	64	67	81
Tranås	74	57	78	53
Vaggeryd	63	72	80	54
Vetlanda	68	53	78	66
Värnamo	84	52	75	65
Länet	73	58	76	65

Andel (%) elever som använder sociala medier 3 timmar eller mer på helgdagar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	71	43		
Gislaved	75	50	80	62
Gnosjö	61	56	76	52
Habo	80	43		
Jönköping	72	49	71	51
Mullsjö	76	46		
Nässjö	81	64	75	46
Sävsjö	74	46	72	57
Tranås	73	50	73	60
Vaggeryd	78	50	85	58
Vetlanda	77	50	84	63
Värnamo	76	49	73	59
Länet	74	50	74	55

Skola

Arbetsmiljö i skolan

Andel (%) elever som svarar att de alltid eller ofta har arbetsro på lektionerna.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Tjejer
Aneby	48	66		
Gislaved	49	61	42	61
Gnosjö	30	47	70	63
Habo	45	59		
Jönköping	52	66	56	69
Mullsjö	52	63		
Nässjö	43	54	56	71
Sävsjö	47	73	75	77
Tranås	50	55	66	69
Vaggeryd	33	72	26	69
Vetlanda	61	74	63	64
Värnamo	49	68	54	57
Länet	49	64	56	67

Lärarnas roll

Andel (%) elever som svarar att de alltid eller ofta behandlas rättvist av lärarna.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Tjejer
Aneby	61	83		
Gislaved	69	63	59	77
Gnosjö	70	69	70	71
Habo	61	56		
Jönköping	71	68	76	80
Mullsjö	68	83		
Nässjö	60	67	77	84
Sävsjö	78	70	88	72
Tranås	67	59	79	77
Vaggeryd	74	76	65	72
Vetlanda	85	74	78	83
Värnamo	68	73	70	78
Länet	70	69	74	79

Andel (%) elever som svarar att det alltid eller ofta är bra stämning i skolan.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	41	70		
Gislaved	60	69	58	77
Gnosjö	52	67	82	43
Habo	61	51		
Jönköping	67	74	72	79
Mullsjö	80	79		
Nässjö	64	65	66	76
Sävsjö	67	76	85	67
Tranås	63	65	75	74
Vaggeryd	51	76	58	72
Vetlanda	58	76	72	84
Värnamo	67	74	78	69
Länet	64	71	71	76

Andel (%) elever som svarar att lärarna alltid eller ofta ser vad du är bra på.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	69	97		
Gislaved	63	68	57	72
Gnosjö	59	76	67	75
Habo	53	69		
Jönköping	65	67	63	71
Mullsjö	68	67		
Nässjö	61	63	66	81
Sävsjö	68	76	68	73
Tranås	60	68	62	63
Vaggeryd	60	74	42	56
Vetlanda	76	73	76	84
Värnamo	62	71	61	68
Länet	64	70	63	72

Andel (%) elever som svarar att lärarna alltid eller ofta ger stöd och hjälp att utvecklas.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	79	90		
Gislaved	66	70	58	74
Gnosjö	61	78	64	74
Habo	53	70		
Jönköping	62	70	61	72
Mullsjö	60	88		
Nässjö	59	67	66	83
Sävsjö	75	76	65	79
Tranås	60	66	59	66
Vaggeryd	70	83	25	62
Vetlanda	72	73	71	82
Värnamo	60	76	64	74
Länet	64	73	62	74

Andel (%) elever som svarar att de alltid eller ofta känner sig lugna inför skolarbetet (känner sig inte ganska eller mycket stressade inför skolarbetet).

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	66	84		
Gislaved	48	71	29	68
Gnosjö	49	63	29	58
Habo	49	66		
Jönköping	42	73	34	69
Mullsjö	52	83		
Nässjö	38	76	34	73
Sävsjö	39	84	38	67
Tranås	52	64	30	74
Vaggeryd	36	72	20	62
Vetlanda	47	81	25	75
Värnamo	45	79	34	75
Länet	44	74	32	70

Skolarbetet

Andel (%) elever som svarar att de sällan eller aldrig ger upp när arbetsuppgifterna i skolan är för svåra.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Tjejer
Aneby	31	52		
Gislaved	52	52	25	38
Gnosjö	51	44	46	35
Habo	37	46		
Jönköping	48	54	39	51
Mullsjö	48	63		
Nässjö	46	51	29	41
Sävsjö	46	48	35	32
Tranås	48	59	31	53
Vaggeryd	48	56	30	62
Vetlanda	53	52	41	49
Värnamo	48	68	42	43
Länet	48	55	36	48

Skolk

Andel (%) elever som svarar att de brukar skolka någon gång per termin eller oftare.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	28	26		
Gislaved	24	15	50	46
Gnosjö	19	25	15	25
Habo	29	23		
Jönköping	25	24	35	35
Mullsjö	17	4		
Nässjö	26	25	37	22
Sävsjö	22	17	23	46
Tranås	20	21	26	32
Vaggeryd	7	13	50	42
Vetlanda	12	12	22	21
Värnamo	19	11	38	37
Länet	22	19	35	34

Relationer och trygghet

Relationer

Andel (%) elever som svarar *stämmer precis eller stämmer ganska bra* på påståendet "Jag kan alltid lita på mina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller".

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	93	97		
Gislaved	90	97	93	95
Gnosjö	89	96	91	92
Habo	84	100		
Jönköping	92	95	95	95
Mullsjö	96	96		
Nässjö	93	98	90	92
Sävsjö	97	95	85	85
Tranås	88	94	95	91
Vaggeryd	95	100	90	92
Vetlanda	90	99	91	98
Värnamo	92	97	93	95
Länet	92	97	93	94

Andel (%) elever som svarar *stämmer precis eller stämmer ganska bra* på påståendet "Jag har en riktigt bra kompis som jag litar på och kan berätta personliga saker för".

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	71	81		
Gislaved	86	85	88	93
Gnosjö	91	86	88	77
Habo	80	84		
Jönköping	86	85	90	89
Mullsjö	96	88		
Nässjö	85	88	88	88
Sävsjö	94	91	85	89
Tranås	87	86	92	84
Vaggeryd	93	87	80	96
Vetlanda	90	87	91	92
Värnamo	91	83	90	95
Länet	87	86	89	90

Andel (%) elever som svarar *stämmer precis eller stämmer ganska bra* på påståendet "Det finns vuxna i min närhet som jag litar på".

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	97	100		
Gislaved	85	89	92	93
Gnosjö	89	86	88	77
Habo	78	92		
Jönköping	92	92	93	93
Mullsjö	92	100		
Nässjö	90	93	87	90
Sävsjö	94	96	78	83
Tranås	84	94	94	89
Vaggeryd	90	98	100	96
Vetlanda	90	91	91	96
Värnamo	88	93	94	97
Länet	89	92	92	93

Andel (%) elever som svarar *stämmer precis eller stämmer ganska bra* på påståendet "Jag har kompisar i skolan som vill vara med mig".

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	79	87		
Gislaved	90	92	95	89
Gnosjö	96	94	94	92
Habo	80	94		
Jönköping	90	93	90	94
Mullsjö	92	96		
Nässjö	92	90	88	92
Sävsjö	93	91	88	85
Tranås	87	94	94	86
Vaggeryd	86	96	100	96
Vetlanda	90	91	96	94
Värnamo	94	89	87	95
Länet	90	92	91	92

Andel (%) som svarat *nästan alltid* på påståendet "I min familj hjälper mina föräldrar/vårdnadshavare mig så mycket jag behöver".

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	72	78		
Gislaved	77	84	81	83
Gnosjö	81	88	88	77
Habo	80	82		
Jönköping	80	84	82	84
Mullsjö	92	83		
Nässjö	80	87	72	85
Sävsjö	86	86	82	73
Tranås	86	83	86	84
Vaggeryd	88	94	85	69
Vetlanda	82	77	84	83
Värnamo	88	86	84	79
Länet	82	84	82	82

Andel (%) som svarat *nästan alltid* på påståendet "I min familj får mina föräldrar/vårdnadshavare mig att må bättre när jag är upprörd".

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	72	67		
Gislaved	56	69	60	77
Gnosjö	59	73	76	65
Habo	52	53		
Jönköping	63	66	59	66
Mullsjö	42	67		
Nässjö	57	68	69	72
Sävsjö	67	64	56	59
Tranås	63	65	70	62
Vaggeryd	80	83	45	60
Vetlanda	56	65	59	70
Värnamo	53	72	64	69
Länet	60	67	62	67

Andel (%) som svarat *nästan alltid* på påståendet "I min familj låter mina föräldrar/vårdnadshavare mig göra saker jag tycker om".

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	79	77		
Gislaved	77	77	87	86
Gnosjö	79	88	91	73
Habo	88	77		
Jönköping	77	81	85	86
Mullsjö	88	70		
Nässjö	80	84	77	88
Sävsjö	87	80	78	77
Tranås	82	81	94	83
Vaggeryd	88	81	80	88
Vetlanda	79	83	84	95
Värnamo	80	78	89	80
Länet	80	80	85	85

Fritidsaktiviteter

Andel (%) elever som svarar att de är på fritidsgården minst en 1-2 kvällar i veckan.

	Åk 9	
	Tjejer	Killar
Aneby	24	
Gislaved	23	4
Gnosjö	25	9
Habo	11	
Jönköping	19	7
Mullsjö	-	
Nässjö	18	9
Sävsjö	15	16
Tranås	8	4
Vaggeryd	29	4
Vetlanda	16	9
Värnamo	7	5
Länet	17	7

Andel (%) elever som svarar att de håller på med fritidsaktiviteter, ej idrott (t.ex. musik, teater, kyrkligt, scouter, politik eller annan föreningsverksamhet) minst 1-2 kvällar i veckan.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	46	27		
Gislaved	32	30	34	26
Gnosjö	47	38	27	46
Habo	37	14		
Jönköping	37	33	36	30
Mullsjö	24	33		
Nässjö	35	28	25	30
Sävsjö	34	48	35	40
Tranås	29	33	33	29
Vaggeryd	37	37	30	24
Vetlanda	39	27	30	38
Värnamo	36	32	39	29
Länet	36	31	34	31

Andel (%) elever som svarar att de håller på med idrottsaktiviteter eller träning minst 1-2 kvällar i veckan.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	71	63		
Gislaved	73	76	74	82
Gnosjö	75	71	73	79
Habo	72	57		
Jönköping	71	77	74	71
Mullsjö	80	67		
Nässjö	65	71	60	75
Sävsjö	75	87	62	74
Tranås	78	82	82	73
Vaggeryd	68	77	70	81
Vetlanda	81	77	77	77
Värnamo	80	71	58	66
Länet	73	75	71	73

Andel (%) elever som svarar att de brukar vara ute på stan/samhället minst 1-2 kvällar i veckan.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	71	67		
Gislaved	69	63	54	64
Gnosjö	75	66	45	55
Habo	70	63		
Jönköping	73	66	68	66
Mullsjö	80	54		
Nässjö	68	72	66	59
Sävsjö	64	83	55	81
Tranås	76	67	53	71
Vaggeryd	77	77	65	72
Vetlanda	71	63	67	66
Värnamo	58	73	67	77
Länet	71	68	64	68

Andel (%) elever som svarar att de brukar vara hemma hos kompisar minst 1-2 kvällar i veckan.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	71	77		
Gislaved	81	70	88	80
Gnosjö	81	72	88	71
Habo	76	77		
Jönköping	79	74	83	76
Mullsjö	92	65		
Nässjö	81	80	82	58
Sävsjö	78	79	83	72
Tranås	86	79	82	80
Vaggeryd	83	79	85	91
Vetlanda	84	74	89	78
Värnamo	78	73	74	80
Länet	80	75	83	76

Trygghet

Andel (%) elever som svarar att de *alltid* eller *ofta* känner sig trygga på väg till skolan eller från skolan.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	100	97		
Gislaved	96	98	99	97
Gnosjö	97	96	91	96
Habo	92	98		
Jönköping	96	99	97	99
Mullsjö	100	88		
Nässjö	98	97	96	100
Sävsjö	96	100	98	100
Tranås	99	100	98	97
Vaggeryd	100	94	100	96
Vetlanda	95	95	98	99
Värnamo	98	98	97	99
Länet	97	98	97	98

Andel (%) elever som svarar att de brukar vara hemma minst 1-2 kvällar i veckan.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	96	90		
Gislaved	96	96	97	96
Gnosjö	93	93	100	96
Habo	90	91		
Jönköping	95	93	96	96
Mullsjö	100	92		
Nässjö	92	89	97	95
Sävsjö	91	93	98	94
Tranås	96	98	96	97
Vaggeryd	90	98	90	92
Vetlanda	96	93	99	95
Värnamo	98	93	95	94
Länet	95	93	96	96

Andel (%) elever som svarar att de *alltid* eller *ofta* känner sig trygga i klassrummet.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	96	97		
Gislaved	97	98	99	99
Gnosjö	95	98	97	96
Habo	98	99		
Jönköping	95	99	99	99
Mullsjö	100	88		
Nässjö	97	97	97	100
Sävsjö	96	100	98	98
Tranås	95	99	96	98
Vaggeryd	95	98	100	96
Vetlanda	98	95	99	98
Värnamo	96	97	99	98
Länet	96	98	98	99

Andel (%) elever som svarar att de *alltid* eller *ofta* känner sig trygga på rasterna i skolan.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	96	97		
Gislaved	97	96	98	99
Gnosjö	98	96	94	96
Habo	90	98		
Jönköping	94	99	98	99
Mullsjö	100	88		
Nässjö	97	98	93	97
Sävsjö	99	98	95	94
Tranås	97	99	95	99
Vaggeryd	85	98	100	96
Vetlanda	94	97	98	100
Värnamo	97	97	96	98
Länet	95	98	97	98

Tabellen reviderad 181211

Andel (%) elever som svarar att de *alltid* eller *ofta* känner sig trygga i hemmet.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	96	94		
Gislaved	97	96	99	99
Gnosjö	97	96	94	92
Habo	98	97		
Jönköping	97	99	99	99
Mullsjö	100	88		
Nässjö	97	99	97	100
Sävsjö	99	100	95	96
Tranås	99	100	100	98
Vaggeryd	100	100	100	96
Vetlanda	100	97	99	96
Värnamo	98	99	100	100
Länet	98	98	99	99

Andel (%) elever som svarar att de *alltid* eller *ofta* känner sig trygga på fritidsgården (av de som brukar vistas där).

	Åk 9		Gy 2	
	jejer	illar	jejer	illar
Aneby	100	100		
Gislaved	96	95	97	98
Gnosjö	100	97	95	100
Habo	81	88		
Jönköping	93	97	97	96
Mullsjö	78	75		
Nässjö	90	91	88	100
Sävsjö	100	100	100	94
Tranås	96	97	100	96
Vaggeryd	93	93	100	100
Vetlanda	94	94	97	91
Värnamo	96	95	91	97
Länet	94	95	96	96

Andel (%) elever som svarar att de *alltid* eller *ofta* känner sig trygga i bostadsområdet.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	96	97		
Gislaved	98	95	97	97
Gnosjö	97	98	91	91
Habo	96	97		
Jönköping	96	99	97	98
Mullsjö	96	88		
Nässjö	93	94	95	97
Sävsjö	99	100	95	96
Tranås	100	100	99	98
Vaggeryd	98	98	100	96
Vetlanda	99	96	99	97
Värnamo	98	97	97	99
Länet	97	97	97	97

Andel (%) elever som svarar att de *alltid* eller *ofta* känner sig trygga på nätet.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	93	90		
Gislaved	92	93	92	94
Gnosjö	93	96	97	96
Habo	84	97		
Jönköping	94	96	95	97
Mullsjö	88	79		
Nässjö	87	98	87	100
Sävsjö	96	100	93	94
Tranås	94	97	86	93
Vaggeryd	100	96	95	92
Vetlanda	96	94	96	96
Värnamo	94	95	92	99
Länet	93	96	93	97

Andel (%) elever och hur de svarat på påståendet "Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för mobbning, trakasserier eller kränkningar?" (flera svarsalternativ är möjligt).

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Nej	72	84	81	86
Ja, i skolan av en eller flera elever	17	10	8	5
Ja, av en eller flera ungdomar utanför skolan	7	3	6	3
Ja, i skolan av personal	3	2	2	1
Ja, av någon vuxen i din närhet (utanför skolan)	2	1	2	1
Ja, via mobiltelefon och/eller på Internet	11	4	7	4

Mobbning och kränkningar

Andel (%) elever som svarar att de inte har blivit utsatta för mobbning, trakasserier eller kränkningar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	69	88		
Gislaved	81	81	85	75
Gnosjö	66	83	94	89
Habo	53	85		
Jönköping	72	83	80	88
Mullsjö	64	96		
Nässjö	74	83	72	90
Sävsjö	70	79	75	83
Tranås	72	72	90	81
Vaggeryd	76	85	85	92
Vetlanda	68	89	78	92
Värnamo	80	88	87	78
Länet	72	84	81	86

Andel (%) elever som svarat *Ja, en gång* eller *Ja, flera gånger* på frågan "Har det hänt att någon tafsat på dig eller tvingat dig att ta på dem på ett sexuellt sätt?".

	Tjejer	Killar
Aneby	31	-
Gislaved	32	12
Gnosjö	24	-
Habo	45	-
Jönköping	35	12
Mullsjö	44	-
Nässjö	39	10
Sävsjö	29	9
Tranås	33	10
Vaggeryd	41	-
Vetlanda	40	7
Värnamo	33	7
Länet	35	10

Tabellen reviderad 181211

Framtiden

Andel (%) elever som trivs *mycket bra* eller *ganska bra* med livet just nu.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	86	97		
Gislaved	81	91	84	88
Gnosjö	82	90	94	92
Habo	66	92		
Jönköping	81	90	78	90
Mullsjö	92	100		
Nässjö	75	93	72	95
Sävsjö	85	96	75	81
Tranås	87	91	87	93
Vaggeryd	76	98	85	88
Vetlanda	83	94	79	93
Värnamo	82	96	82	96
Länet	81	93	80	91

Andel (%) elever som trivs *mycket bra* eller *ganska bra* med fritiden.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	86	97		
Gislaved	91	94	91	96
Gnosjö	95	100	100	96
Habo	90	97		
Jönköping	94	95	92	95
Mullsjö	92	96		
Nässjö	93	98	92	97
Sävsjö	90	100	88	98
Tranås	95	93	92	94
Vaggeryd	90	98	90	100
Vetlanda	94	100	90	96
Värnamo	93	94	90	91
Länet	93	96	91	95

Andel (%) elever som trivs *mycket bra* eller *ganska bra* med kompisar.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	90	100		
Gislaved	93	99	98	97
Gnosjö	100	94	100	100
Habo	86	94		
Jönköping	91	96	95	97
Mullsjö	100	100		
Nässjö	92	94	94	98
Sävsjö	94	98	98	100
Tranås	91	97	92	98
Vaggeryd	93	100	95	96
Vetlanda	91	98	92	99
Värnamo	95	94	94	96
Länet	92	96	95	97

Andel (%) elever som trivs *mycket bra* eller *ganska bra* med familjen.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	93	100		
Gislaved	91	99	96	94
Gnosjö	95	96	97	96
Habo	84	94		
Jönköping	93	95	94	96
Mullsjö	96	96		
Nässjö	88	96	91	96
Sävsjö	96	96	85	94
Tranås	88	92	99	91
Vaggeryd	98	98	95	92
Vetlanda	94	98	91	97
Värnamo	96	99	93	95
Länet	92	97	94	95

Andel (%) elever som trivs *mycket bra* eller *ganska bra* sin skola.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	69	87		
Gislaved	84	88	75	89
Gnosjö	81	88	94	96
Habo	70	85		
Jönköping	84	90	88	93
Mullsjö	88	96		
Nässjö	79	83	83	93
Sävsjö	84	96	93	75
Tranås	83	90	78	88
Vaggeryd	76	90	80	80
Vetlanda	81	91	92	94
Värnamo	85	92	89	89
Länet	82	89	86	91

Andel (%) elever som trivs *mycket bra* eller *ganska bra* sin hemort/hemstad.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	86	97		
Gislaved	85	92	84	86
Gnosjö	88	94	85	88
Habo	84	95		
Jönköping	92	96	91	94
Mullsjö	80	96		
Nässjö	81	86	81	89
Sävsjö	91	93	87	89
Tranås	78	91	81	88
Vaggeryd	81	94	85	100
Vetlanda	90	92	80	94
Värnamo	92	98	87	92
Länet	88	94	87	92

Andel (%) elever som trivs *mycket bra* eller *ganska bra* sitt bostadsområde.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	90	100		
Gislaved	97	98	94	94
Gnosjö	95	96	91	80
Habo	92	95		
Jönköping	94	96	94	95
Mullsjö	84	100		
Nässjö	92	93	88	95
Sävsjö	95	96	93	81
Tranås	96	97	97	93
Vaggeryd	87	98	90	92
Vetlanda	92	96	91	93
Värnamo	94	95	96	91
Länet	94	96	93	93

Andel (%) elever som ser *ljust* eller *mycket ljust* på sin framtid.

	Åk 9		Gy 2	
	Tjejer	Killar	Tjejer	Killar
Aneby	83	90		
Gislaved	73	77	74	79
Gnosjö	75	84	79	88
Habo	61	74		
Jönköping	75	82	75	83
Mullsjö	88	92		
Nässjö	65	86	63	85
Sävsjö	73	87	63	71
Tranås	86	78	76	88
Vaggeryd	62	89	60	80
Vetlanda	83	94	72	89
Värnamo	77	87	78	81
Länet	75	84	73	83



Folkhälsoenkät Ung 2017

Detta är en enkät om hälsa och levnadsvanor som görs i alla kommuner i Jönköpings län. Resultaten kommer att användas som ett kunskapsunderlag för kommunens och Region Jönköpings läns arbete bland ungdomar.

Det är frivilligt att delta och du kan hoppa över frågor som du inte kan eller vill svara på genom att klicka på den högra knappen i nederkanten på sidan. Enkäten är anonym, det lösenord du fått kan inte kopplas till dig.

Välkommen att starta enkäten!

Enkäten handlar om:



Du och din familj

Är du ...?

- ☐ Kille
- ☐ Tjej
- ☐ Annan könsidentitet (om du är eller känner dig tillhöra annat kön än kille eller tjej)

I vilket skolorår går du?

- ☐ Skolorår 7
- ☐ Skolorår 8
- ☐ Skolorår 9
- ☐ År 1 på gymnasiet
- ☐ År 2 på gymnasiet
- ☐ År 3 på gymnasiet

Vilken typ av program går du?

- ☐ Yrkesförberedande program
- ☐ Högskoleförberedande program
- ☐ Introduktionsprogram

Har du fyllt 18 år?

- ☐ Nej
- ☐ Ja

Vilken kommun bor du i?

- ☐ Aneby
- ☐ Eksjö
- ☐ Gislaved
- ☐ Gnosjö
- ☐ Habo
- ☐ Jönköping
- ☐ Mullsjö
- ☐ Nässjö
- ☐ Sävsjö
- ☐ Tranås
- ☐ Vaggeryd
- ☐ Vetlanda
- ☐ Värnamo
- ☐ Annan kommun

Vilka bor du tillsammans med?

- ☐ Båda mina föräldrar/vårdnadshavare
- ☐ Växelvis hos mina föräldrar/vårdnadshavare
- ☐ Bara en förälder/vårdnadshavare och eventuell annan vuxen
- ☐ Bor i familjehem
- ☐ Bor på skolinternat eller elevhem
- ☐ Annan/andra: _____

Var är du född?

- ☐ I Sverige
- ☐ I ett annat land i Norden
- ☐ I ett annat land i Europa
- ☐ I ett annat land utanför Europa

Vilket år kom du till Sverige?

Årtal: _____

Var är dina föräldrar födda?

*I de fall du inte vet vad du ska svara lämnar du den raden blank
Sätt ett kryss på varje rad*

	I Sverige	I ett annat land i Norden	I ett annat land i Europa	I ett annat land utanför Europa
Förälder A	☐	☐	☐	☐
Förälder B	☐	☐	☐	☐

Vad gör dina föräldrar/vårdnadshavare (huvudsaklig sysselsättning)?

*Om du bor med foster-/styvförälder anger du dennes/deras sysselsättning. I de fall du inte vet vad du ska svara lämnar du den raden blank
Sätt ett kryss på varje rad*

	Arbetar	Studerar	Arbetslös	Långtids-sjukskriven eller sjukpension är	Annat
Förälder/vårdnadshavare A	☐	☐	☐	☐	☐
Förälder/vårdnadshavare B	☐	☐	☐	☐	☐

Hur väl stämmer dessa påståenden?

Sätt ett kryss på varje rad

	Stämmer precis	Stämmer ganska bra	Stämmer till viss del	Stämmer ganska dåligt	Stämmer inte alls
Jag kan alltid lita på någon av mina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller	☐	☐	☐	☐	☐
Det finns vuxna i min närhet som jag litar på	☐	☐	☐	☐	☐
Jag har en riktigt bra kompis som jag litar på och kan berätta personliga saker för	☐	☐	☐	☐	☐
Jag har kompisar i skolan som vill vara med mig	☐	☐	☐	☐	☐

I min familj ...*Sätt ett kryss på varje rad*

	Nästan alltid	Ibland	Aldrig	Har inga/vi träffas inte
... hjälper mina föräldrar/vårdnadshavare mig så mycket som jag behöver	☐	☐	☐	☐
... låter mina föräldrar/vårdnadshavare mig göra saker jag tycker om	☐	☐	☐	☐
... får mina föräldrar/vårdnadshavare mig att må bättre när jag är upprörd	☐	☐	☐	☐
... har jag syskon som hjälper mig så mycket som jag behöver	☐	☐	☐	☐
... har jag syskon som låter mig göra saker jag tycker om	☐	☐	☐	☐
... har jag syskon som får mig att må bättre när jag är upprörd	☐	☐	☐	☐

Har det förekommit våld mellan vuxna i din familj?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, en gång
- ☐ Ja, flera gånger

Har det hänt att du fått en örfil eller blivit slagen av någon vuxen?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, en gång
- ☐ Ja, flera gånger

Hälsa och livsstil

Hur mår du rent allmänt?

- ☐ Mycket bra
- ☐ Bra
- ☐ Varken bra eller dåligt
- ☐ Dåligt
- ☐ Mycket dåligt

Hur ofta under de senaste 6 månaderna har du haft följande besvär?

Sätt ett kryss på varje rad

	Sällan eller aldrig	Ungefär en gång i månade n	Ungefär en gång i veckan	Mer än en gång i veckan	I stort sett varje dag
Huvudvärk	☐	☐	☐	☐	☐
Ont i magen (ej mensvärk)	☐	☐	☐	☐	☐
Ont i ryggen	☐	☐	☐	☐	☐
Känt mig nere/ledsen	☐	☐	☐	☐	☐
Varit irriterad eller på dåligt humör	☐	☐	☐	☐	☐
Känt mig orolig/nervös	☐	☐	☐	☐	☐
Känt mig stressad	☐	☐	☐	☐	☐
Haft svårt att somna	☐	☐	☐	☐	☐

Hur ofta använder du receptfria värktabletter (till exempel Alvedon, Panodil, Ipren eller Ibuprofen)?

- ☐ Aldrig
- ☐ Några gånger per år
- ☐ Några gånger per månad
- ☐ Några gånger per vecka
- ☐ Dagligen

Har du en långvarig sjukdom, funktionsnedsättning eller annat långvarigt hälsoproblem som du har fått diagnosticerad av läkare?

Till exempel diabetes, allergi, eksem, ADHD, läs- och skrivsvårigheter

- ☐ Ja: Vilken/vilka? _____
- ☐ Nej

Hur påverkar det dig i din vardag?

- ☐ Mycket positivt
- ☐ Lite positivt
- ☐ Inte alls
- ☐ Lite negativt
- ☐ Mycket negativt

Hur ofta äter du vanligtvis frukost (mer än ett glas mjölk eller juice) under vardagar?

- ☐ Varje vardag
- ☐ 3-4 vardagar
- ☐ 1-2 vardagar
- ☐ Aldrig

Hur ofta äter du vanligtvis frukost (mer än ett glas mjölk eller juice) under helger?

- ☐ Båda helgdagarna (lördag och söndag)
- ☐ En helgdag (lördag eller söndag)
- ☐ Aldrig

Hur ofta brukar du äta/dricka följande?

Sätt ett kryss på varje rad

	Sällan eller aldrig	En gång i veckan	Några gångar i veckan	Så gott som dagligen	Mer än en gång om dagen
Light-läsk	☐	☐	☐	☐	☐
Sockersötad läsk eller andra drycker som innehåller socker	☐	☐	☐	☐	☐
Energidryck	☐	☐	☐	☐	☐
Godis, chips, glass eller fikabröd	☐	☐	☐	☐	☐
Frukt	☐	☐	☐	☐	☐
Grönsaker	☐	☐	☐	☐	☐
Fisk eller skaldjur	☐	☐	☐	☐	☐
Pizza, hamburgare, kebab eller liknande	☐	☐	☐	☐	☐
Kosttillskott (för exempelvis prestationshöjning, muskeltillväxt, fettförbränning)	☐	☐	☐	☐	☐

Hur ofta går eller cyklar du en timme eller mer per dag? (Tiden behöver inte vara sammanhängande)

- ☐ Varje dag
- ☐ 4-6 gånger i veckan
- ☐ 2-3 gånger i veckan
- ☐ En gång i veckan
- ☐ 1-3 gånger i månaden
- ☐ Mindre än en gång i månaden
- ☐ Aldrig

Hur ofta tränar du på fritiden i minst 30 minuter, så att du blir andfådd och svettas?

- ☐ Varje dag
- ☐ 4-6 gånger i veckan
- ☐ 2-3 gånger i veckan
- ☐ En gång i veckan
- ☐ 1-3 gånger i månaden
- ☐ Mindre än en gång i månaden
- ☐ Aldrig

Hur tycker du att du sover?

- ☐ Mycket bra
- ☐ Ganska bra
- ☐ Varken eller
- ☐ Ganska dåligt
- ☐ Mycket dåligt

Hur många timmar per natt brukar du sova?

Antal timmar på vardagar
Antal timmar på helger

Vad skulle du behöva mer kunskap om gällande sex och samlevnad?

Du kan markera flera alternativ

- ☐ Hur man hittar någon att bli tillsammans med
- ☐ Hur man får ett förhållande att fungera bra
- ☐ Hur man gör slut
- ☐ Säker sex
- ☐ Homo-, bi- och transsexualitet
- ☐ Religionens/kulturens/samhällets påverkan på sexualiteten
- ☐ Hur man tar upp frågan om kondomanvändning, när man är på väg att ha sex
- ☐ Hur man undviker oönskade graviditeter
- ☐ Hur könssjukdomar smittar
- ☐ Hur det är att leva med hiv
- ☐ Annat: _____

Om du skulle ha sex med någon som ville använda kondom, hur skulle du reagera då?

Du kan markera flera alternativ

- ☐ Jag skulle tycka att personen verkade vara omtänksam/ansvarsfull
- ☐ Det skulle kännas som att personen kanske hade en könssjukdom eller trodde att jag hade det
- ☐ Jag skulle vilja använda kondom och tycker att det vore bra om min partner föreslog det
- ☐ Jag skulle tycka att det var bra eftersom jag då inte behövde oroa mig efteråt
- ☐ Jag skulle inte vilja använda kondom och skulle bli störd om min partner föreslog det
- ☐ Jag skulle tycka att det var bra eftersom det skulle bli enklare att ha sex med kondom
- ☐ Om jag kände personen sedan tidigare skulle jag inte tycka att det behövdes
- ☐ Jag skulle inte tycka att kondom behövdes om jag eller min partner använde hormonellt preventivmedel, till exempel p-piller, minipiller, p-ring
- ☐ Vet inte

Tobak, alkohol, narkotika

Röker du?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, ibland
- ☐ Ja, varje dag

Snusar du?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, ibland
- ☐ Ja, varje dag

Har du någon gång rökt vattenpipa?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, en gång
- ☐ Ja, flera gånger

Var det med eller utan tobak?

- ☐ Bara med tobak
- ☐ Bara utan tobak
- ☐ Både med och utan tobak
- ☐ Vet inte

Använder du e-cigarett (vaping)?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, ibland
- ☐ Ja, varje dag

Hade du använt tobak innan du provade e-cigarett (vaping)?

Du kan markera flera alternativ

- ☐ Nej
- ☐ Ja, cigaretter
- ☐ Ja, snus
- ☐ Ja, vattenpipa

Hur får du tag på tobak?

Till exempel cigaretter, snus och tobak till vattenpipa. Du kan markera flera alternativ

- ☐ Köper själv i butik, kiosk eller liknande
- ☐ Köper själv från internet
- ☐ Från kompisar
- ☐ Från syskon
- ☐ Från föräldrar
- ☐ Från försäljare av smuggeltobak
- ☐ På annat sätt: _____
- ☐ Jag använder inte tobak

Har du någon gång under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?

Räkna inte med drycker under 2,8 %, t ex lättöl eller svag cider. Detta gäller för alla frågor om alkohol

- ☐ Nej
- ☐ Ja

Hur ofta dricker du alkohol?

- ☐ Har provat enstaka gång
- ☐ Några gånger per år
- ☐ 1 gång i månaden
- ☐ 2-3 gånger i månaden
- ☐ Någon gång i veckan
- ☐ Flera gånger i veckan

Vad brukar du dricka?

Du kan markera flera alternativ

- ☐ Folköl
- ☐ Starköl
- ☐ Starkcider
- ☐ Vin
- ☐ Sprit
- ☐ Alkoläsk

Hur ofta händer det att du vid ett och samma tillfälle dricker alkohol motsvarande minst:

- fyra stora burkar starköl/starkcider
- eller 25 cl sprit (ca sex shots/drinkar)
- eller en hel flaska vin
- eller sex burkar folköl?

- ☐ Jag dricker aldrig så mycket alkohol
- ☐ Några gånger per år
- ☐ 1 gång i månaden
- ☐ 2-3 gånger i månaden
- ☐ Någon gång i veckan
- ☐ Flera gånger i veckan

Har du någon gång druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad?

- ☐ Nej
- ☐ Ja

Hur ofta dricker du så mycket alkohol att du känner dig berusad?

- ☐ Några gånger per år
- ☐ 1 gång i månaden
- ☐ 2-3 gånger i månaden
- ☐ Någon gång i veckan
- ☐ Flera gånger i veckan

Hur får du tag på alkohol?

Du kan markera flera alternativ

- ☐ Köper själv, till exempel via Internet, utomlands, på restaurang/bar/pub
- ☐ Köper från någon som annonserar på sociala medier
- ☐ Köper från någon annan som säljer/köper ut till ungdomar
- ☐ Från mina kompisar
- ☐ Från syskon
- ☐ Får av mina föräldrar/vårdnadshavare
- ☐ Tar hemifrån utan tillstånd
- ☐ Får/tar på fest
- ☐ På annat sätt, nämligen: _____

Har du blivit bjuden på alkohol av dina föräldrar/vårdnadshavare?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, en gång
- ☐ Ja, flera gånger

Har du kört moped eller annat motorfordon när du varit berusad?

- ☐ Nej
- ☐ Ja

Har du några negativa erfarenheter av alkohol?

Till exempel att det har hänt något otrevligt när du själv eller någon annan varit berusad

- ☐ Nej
- ☐ Ja

Beskriv dina negativa erfarenheter av alkohol**Har du någon gång sniffat/boffat?**

- ☐ Nej
- ☐ Ja, 1-2 gånger
- ☐ Ja, flera gånger

Har du någon gång använt anabola steroider/dopingpreparat?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, 1-2 gånger
- ☐ Ja, flera gånger

Har du någon gång använt läkemedel för att bli berusad?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, 1-2 gånger
- ☐ Ja, flera gånger

Vilken typ av läkemedel har du använt för att berusa dig?

Du kan markera flera alternativ

- ☐ Receptbelagda smärtstillande läkemedel (exempelvis Tramadol, Citadon, Morfin, Oxycontin)
- ☐ Receptbelagda sömnmedel/lugnande medel (exempelvis Xanor, Stesolid, Zopiklon, Oxascand)
- ☐ Annat: _____
- ☐ Vet ej

Har du någon gång blivit erbjuden att köpa eller få narkotika?

Med narkotika avses t.ex. hasch, marijuana, spice, amfetamin

- ☐ Nej
- ☐ Ja

Har du någon gång använt narkotika?

- ☐ Nej
- ☐ Ja

Vilken typ av narkotika har du använt?

Du kan markera flera alternativ

- ☐ Hasch/marijuana
- ☐ Amfetamin
- ☐ Heroin
- ☐ Kokain
- ☐ LSD
- ☐ Ecstasy
- ☐ GHB/GBL
- ☐ Kat
- ☐ Spice
- ☐ Någon form av svamp
- ☐ Vet inte
- ☐ Annan typ av narkotika, nämligen: _____

Hur många gånger har du använt narkotika de senaste 12 månaderna?

Sätt ett kryss på varje rad

	Ingen gång	1 gång	2-4 gånger	5-20 gånger	Fler än 20 gånger
Hasch och/eller marijuana	☐	☐	☐	☐	☐
Annan narkotika än hasch/marijuana	☐	☐	☐	☐	☐

Av vem har du köpt eller fått narkotika?

Du kan markera flera alternativ

- ☐ Jag har köpt av okänd
- ☐ Jag har köpt av någon jag känner
- ☐ Jag har köpt via Internet
- ☐ Jag har fått av någon jag känner (yngre än 20 år)
- ☐ Jag har fått av någon jag känner (äldre än 20 år)
- ☐ Jag har fått av någon okänd
- ☐ På annat sätt, nämligen: _____

Har du någon gång åkt med en förare som du vet eller misstänker var påverkad av alkohol eller narkotika?

☐ Nej

☐ Ja

Hur gammal var du första gången du:

Sätt ett kryss på varje rad

	Det har aldrig hänt	11 år eller yngre	12 år	13 år	14 år	15 år	16 år	17 år	18 år eller äldre
Drack alkohol	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Blev berusad av alkohol	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Rökte en cigarett	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Snusade	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Rökte e-cigarett	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Rökte vattenpipa	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Använde narkotika	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Vad tycker du är okej för någon som går i samma årskurs som du?

Sätt ett kryss på varje rad

	Okej	Inte okej
Att dricka ett glas alkohol någon enstaka gång	☐	☐
Att dricka alkohol så att man blir berusad	☐	☐
Att feströka	☐	☐
Att röka varje dag	☐	☐
Att röka marijuana, hasch, spice	☐	☐
Att säga till en berusad kompis att inte dricka mer	☐	☐
Att säga till en kompis som röker att sluta	☐	☐

Vilket av svarsalternativen nedan stämmer bäst in på dina föräldrars/vårdnadshavares inställning?

Sätt ett kryss på varje rad

	De förbjuder mig	De pratar med mig om att jag inte ska	De tycker att det är ok	Jag vet inte
Att röka cigaretter	☐	☐	☐	☐
Att snusa	☐	☐	☐	☐
Att dricka alkohol	☐	☐	☐	☐
Att dricka mig berusad	☐	☐	☐	☐
Att röka vattenpipa	☐	☐	☐	☐
Att röka marijuana, hasch, spice	☐	☐	☐	☐
Att gå ut utan att tala om vart du går	☐	☐	☐	☐
Att ha en pojkvän/flickvän	☐	☐	☐	☐

Skola och fritid

Hur ofta upplever du detta i skolan?

Sätt ett kryss på varje rad

	Alltid	Ofta	Ibland	Sällan	Aldrig
Att du har arbetsro på lektionerna	☐	☐	☐	☐	☐
Att du ger upp när skoluppgifterna är svåra	☐	☐	☐	☐	☐
Att det är bra stämning	☐	☐	☐	☐	☐
Att du behandlas rättvist av lärarna	☐	☐	☐	☐	☐
Att lärarna ser vad du är bra på	☐	☐	☐	☐	☐
Att lärarna ger dig stöd och hjälp att utvecklas	☐	☐	☐	☐	☐

Hur känner du dig inför skolarbetet?

- ☐ Mycket lugn
- ☐ Ganska lugn
- ☐ Ganska stressad
- ☐ Mycket stressad

Brukar du skolka från undervisningen?

- ☐ Nej, aldrig
- ☐ Ja, någon gång per termin
- ☐ Ja, en gång i månaden
- ☐ Ja, 2-3 gånger i månaden
- ☐ Ja, en gång i veckan
- ☐ Ja, flera gånger i veckan

Känner du dig trygg på följande ställen?*Sätt ett kryss på varje rad*

	Ja, alltid	Ja, oftast	Nej	Jag vistas inte där
På väg till eller från skolan	☐	☐	☐	☐
I klassrummet	☐	☐	☐	☐
På rasterna i skolan	☐	☐	☐	☐
På ungdomens hus, fritidsgården eller liknande	☐	☐	☐	☐
I hemmet	☐	☐	☐	☐
I mitt bostadsområde	☐	☐	☐	☐
På nätet	☐	☐	☐	☐

Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för mobbning, trakasserier eller kränkningar?*Du kan markera flera svarsalternativ*

- ☐ Nej
- ☐ Ja, i skolan av en eller flera elever
- ☐ Ja, utanför skolan av en eller flera ungdomar
- ☐ Ja, i skolan av personal
- ☐ Ja, av någon vuxen i din närhet (utanför skolan)
- ☐ Ja, via mobiltelefon och/eller på Internet

Har det hänt att någon tafsat på dig eller tvingat dig att ta på dem på ett sexuellt sätt?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, en gång
- ☐ Ja, flera gånger

Om du tänker på en vanlig vecka, hur många kvällar brukar du då:*Sätt ett kryss på varje rad*

	Ingen kväll	1-2 kvällar i veckan	3-7 kvällar i veckan
Vara på fritidsgården?	☐	☐	☐
Hålla på med idrottsaktiviteter eller träning?	☐	☐	☐
Hålla på med fritidsaktiviteter, ej idrott (t ex musik, teater, kyrkligt, scouter, politik eller annan föreningsverksamhet)?	☐	☐	☐
Vara ute på stan/samhället?	☐	☐	☐
Vara hemma hos kompisar?	☐	☐	☐
Vara hemma hela kvällen?	☐	☐	☐

Hur många timmar en vardag efter skolan brukar du:*Sätt ett kryss på varje rad*

	Mindre än en timme	1-2 timmar	3- 4 timm ar	5- 6 timm ar	7 timmar eller mer
Läsa tidningar och böcker i pappersformat	☐	☐	☐	☐	☐
Söka information eller läsa text på hemsidor, läsa tidningar på nätet, läsa e-böcker	☐	☐	☐	☐	☐
Spela tv-, data- eller mobilspel	☐	☐	☐	☐	☐
Se på film, serier, tv-program eller kolla på klipp (exempelvis Youtube)	☐	☐	☐	☐	☐
Använda sociala medier	☐	☐	☐	☐	☐

Hur många timmar en lördag eller söndag brukar du:*Sätt ett kryss på varje rad*

	Mindre än en timme	1-2 timmar	3-4 timmar	5-6 timmar	7 timmar eller mer
Läsa tidningar och böcker i pappersformat	☐	☐	☐	☐	☐
Söka information eller läsa text på hemsidor, läsa tidningar på nätet, läsa e-böcker	☐	☐	☐	☐	☐
Spela tv-, data- eller mobilspel	☐	☐	☐	☐	☐
Se på film, serier, tv-program eller kolla på klipp (exempelvis Youtube)	☐	☐	☐	☐	☐
Använda sociala medier	☐	☐	☐	☐	☐

Livet och framtiden

Hur väl stämmer följande:

Följande frågor handlar om dina grundläggande värderingar. En personlig tro eller övertygelse kan, men behöver inte, ha en religiös anknytning. Den kan också vara kopplad till exempelvis ideologi, filosofi eller vetenskap
Sätt ett kryss på varje rad

	Stämmer precis	Stämmer ganska bra	Stämmer till viss del	Stämmer ganska dåligt	Stämmer inte alls
Jag upplever att mitt liv är meningsfullt	☐	☐	☐	☐	☐
Jag upplever att mitt liv har ett syfte	☐	☐	☐	☐	☐
Jag har en tro eller övertygelse som ger mig tröst/lättnad i vardagen	☐	☐	☐	☐	☐
Jag är hoppfull inför mitt liv	☐	☐	☐	☐	☐

Hur trivs du med livet just nu?

- ☐ Mycket bra
- ☐ Ganska bra
- ☐ Inte särskilt bra
- ☐ Inte alls

Hur trivs du med:

Sätt ett kryss på varje rad

	Mycket bra	Ganska bra	Inte särskilt bra	Inte alls
Kompisar	☐	☐	☐	☐
Fritiden	☐	☐	☐	☐
Familjen	☐	☐	☐	☐
Din skola	☐	☐	☐	☐
Ditt bostadsområde	☐	☐	☐	☐
Din hemort/hemstad	☐	☐	☐	☐

Hur ser du på din framtid?

- ☐ Mycket ljust
- ☐ Ganska ljust
- ☐ Varken ljust eller mörkt
- ☐ Ganska mörkt
- ☐ Mycket mörkt

Avslutningsvis

Har vi missat någon fråga som är viktig för dig eller har du andra synpunkter på enkäten?