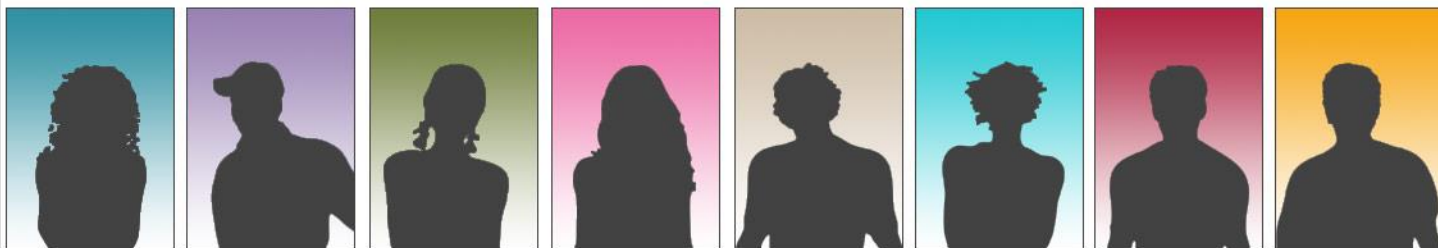


Om mig

Länsrapport 2018



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

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

Hösten 2018 besvarades *Om mig* av 3438 elever i årskurs 8 och 2851 elever i årskurs 2 på 84 skolor runt om i länet. Det var ungefär lika många killar som tjejer som besvarade enkäten (50,5 procent mot 48,1 procent) och 1,4 procent som uppgav annan könsidentitet.

Denna länsrapport innehåller ett urval av frågor från enkätens fem frågeområden med resultat över tid.

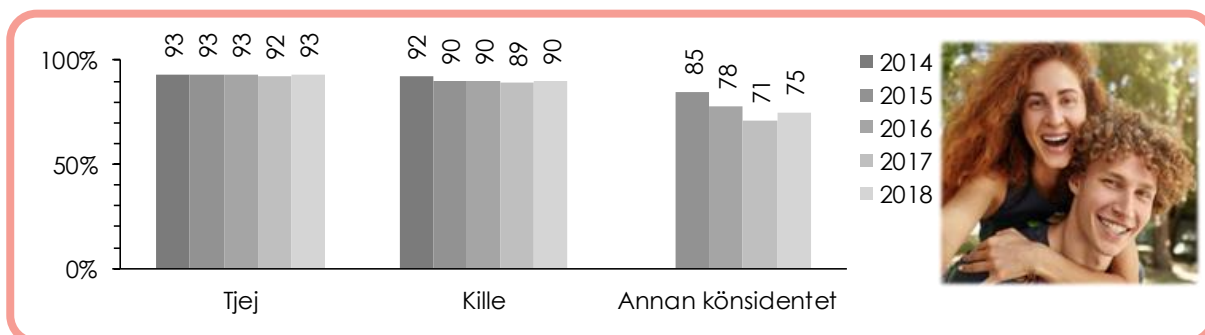
- Där resultat inte är fördelat över tid baseras uppgifterna på 2018 års resultat.
- Där resultat inte är uppdelat per kön eller årskurs finns det en väldigt liten eller ingen skillnad mellan grupperna.

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

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

Östergötland

Ungdomar med minst en nära vän, per kön och år (%)



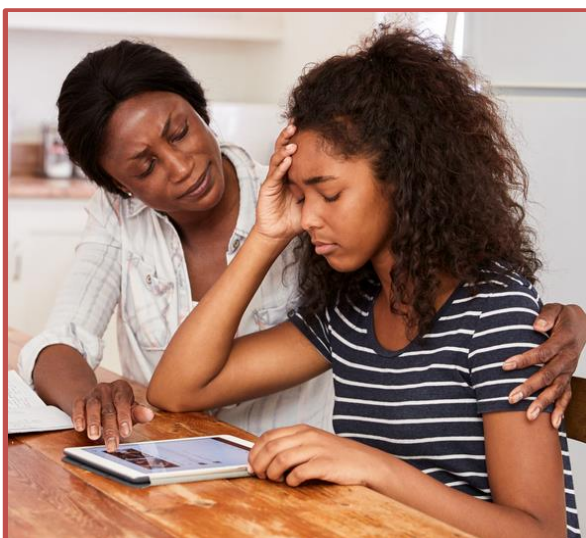
95%
är trygga hemma

83%
är trygga i skolan

94 %	Tjej	79 %
96 %	Kille	88 %
77 %	Annan könsidentitet	62 %

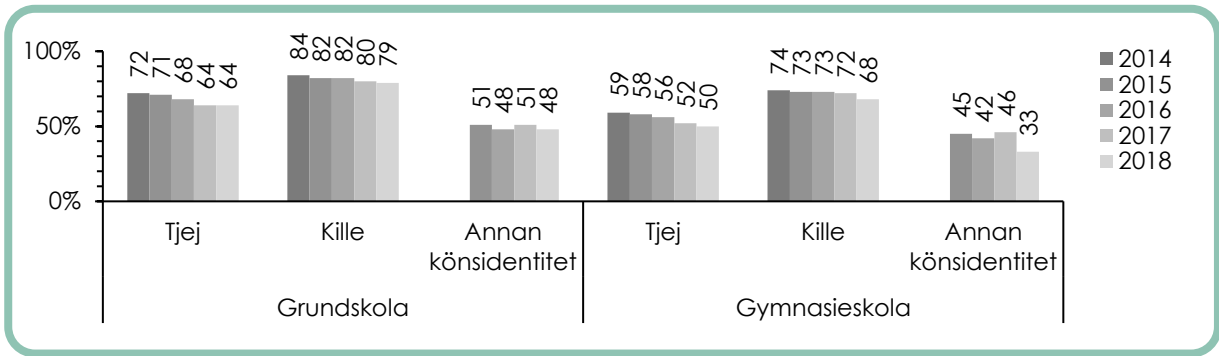
Otrygga ungdomar upplever mer oro och nedstämdhet och sover sämre. De har sämre stöd från föräldrar och vänner och blir oftare mobbade. De upplever också att föräldrarna inte har tillräcklig insyn i hur man mår eller har det med kompisar.

Ungdomar som inte upplever att deras föräldrar...



Ställer upp vid problem	8 %
Hjälper till med läxor/skolarbeten	31 %
Tar sig tid att lyssna	13 %
Vet hur de känner sig innerst inne	37 %
Vet var de är på fritiden	9 %
Vet hur de har det med kompisar	15 %

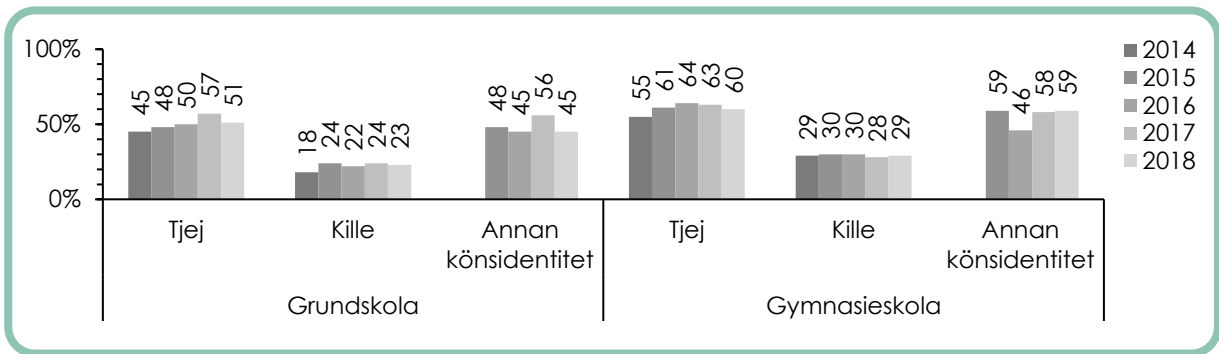
Ungdomar med bra hälsa, per årskurs, kön och år (%)



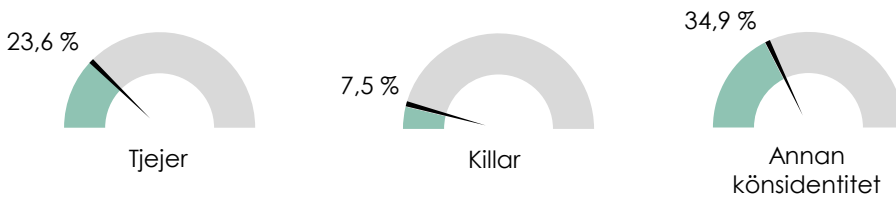
Andelen ungdomar med bra hälsa har minskat från 2014 till 2018. Ungdomars vanligaste tankar om hur de kan förbättra sin hälsa är att de ska sova mer, äta bättre, träna och aktivera sig. De vill också våga vara sig själva och förbättra sitt självförtroende. Killar vill ägna telefon och dator mindre tid. Tjejer önskar generellt mindre skolstress och någon att anförtro sig till.



Ungdomar som ofta är stressade, per årskurs, kön och år (%)

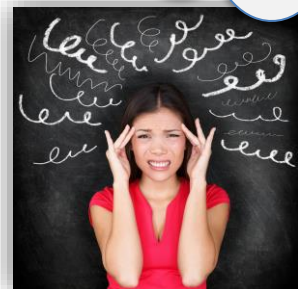
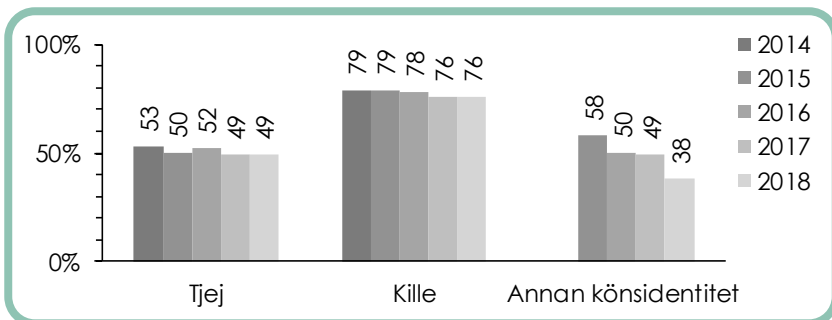


Ungdomar med daglig ångest

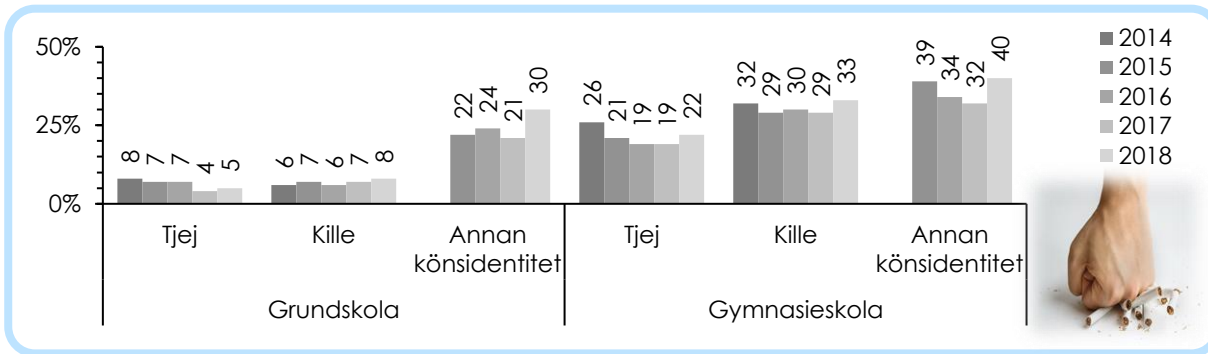


Ungdomar beskriver ångest som negativa tankar och känslor eller tryck över bröstet och ont i magen.

Ungdomar som alltid/ofta känner att de duger som de är, per kön och år (%)



Ungdomar som använder cigaretter och/eller snus, per årskurs, kön och år (%)



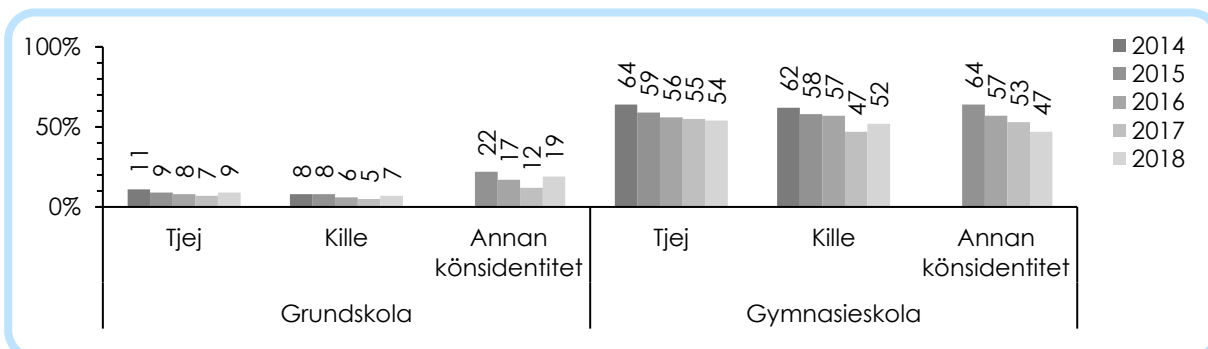
Behovet att få tillhöra en grupp och känna samhörighet är enligt ungdomar en förklaring till alkohol- och tobaksbruk bland unga. Men de som röker har sämre psykisk och fysisk hälsa och sämre sömn. De känner sig också mindre trygga i skolan och uppger högre utsatthet för mobbning av elever och personal.

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

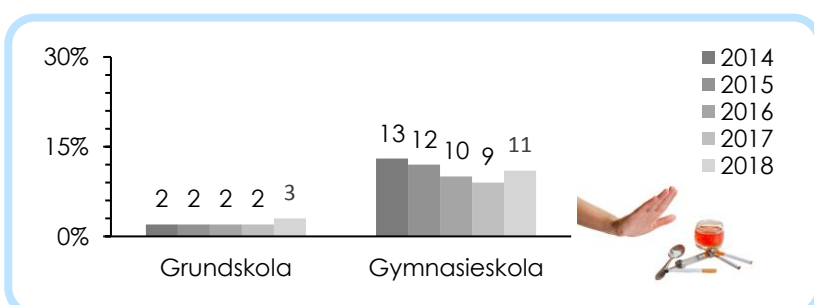
Andelen ungdomar som dricker alkohol har minskat mellan 2014-2018, från 53 % till 46 %. Även andelen ungdomar som berusningsdricker har minskat.

TOBAK & ALKOHOL

Ungdomar som druckit sig berusad en eller flera gånger, per årskurs, kön och år (%)

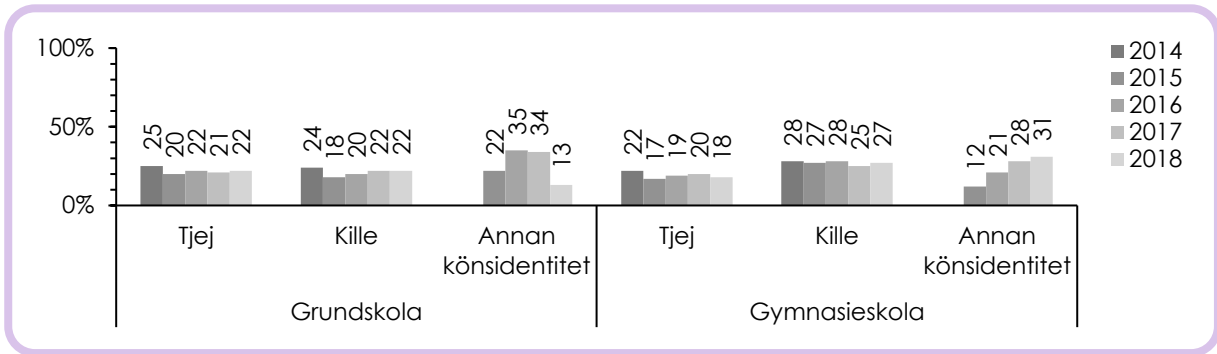


Ungdomar som har använt narkotika, per årskurs och år (%)

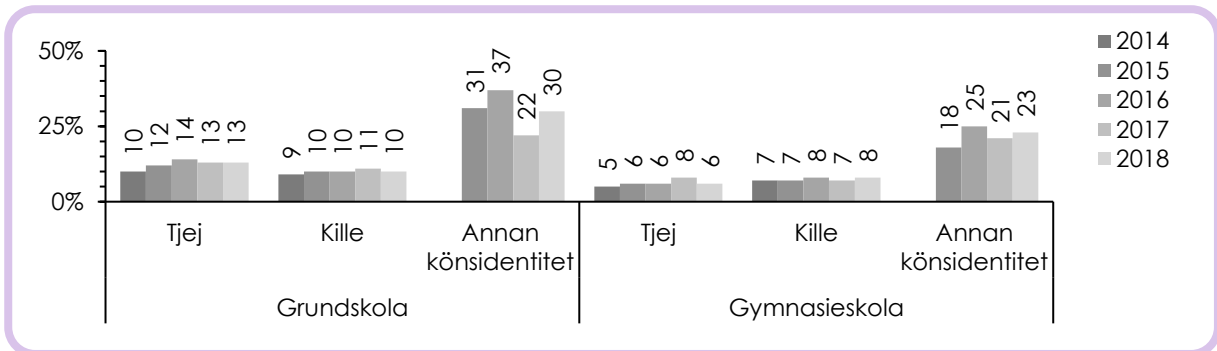


Nästan **var tredje** elev på gymnasiet har någon gång blivit erbjuden att prova narkotika.

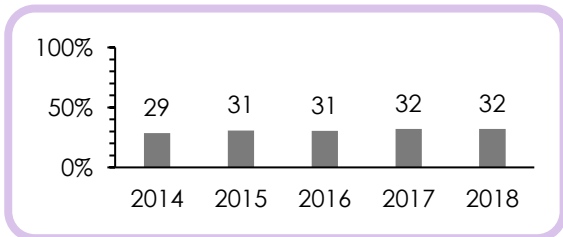
Fysisk aktivitet 5 gånger i veckan eller mer på sin fritid, per årskurs, kön och år (%)



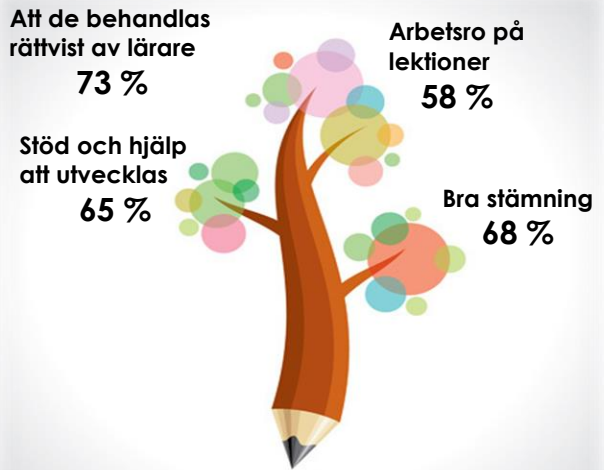
Ungdomar som är mobbade av elever och/eller personal, per årskurs, kön och år (%)



Någon har skrivit något elakt eller lagt ut känsliga bilder/filmklipp på sociala medier (%)

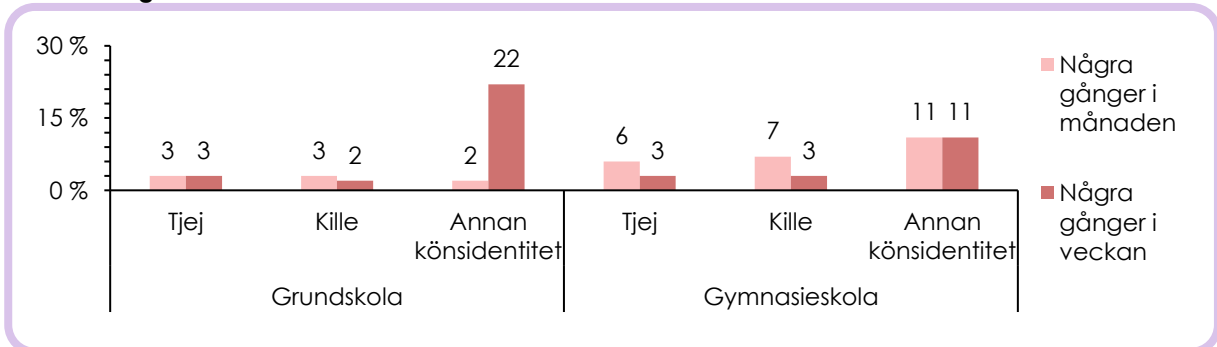


Ungdomar som alltid/offta i skolan upplever...



Lärarnas stöd och bemötande har samband med ungdomars upplevelser under skoldagen. De som upplever att lärarna ger dem stöd och hjälp att utvecklas känner sig oftare glada, duktiga, självsäkra och motiverande i skolan.

Andelen ungdomar som skolkar...



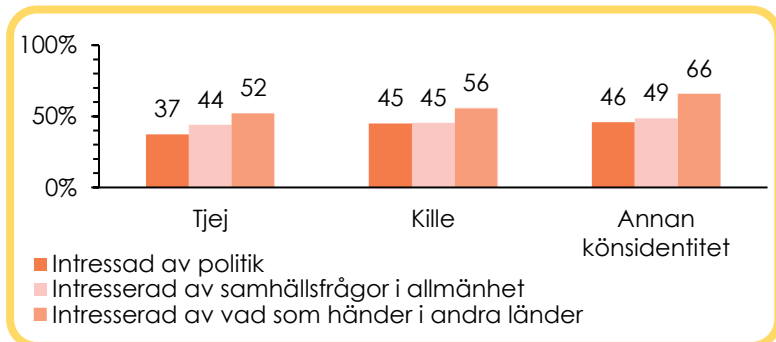
Ungdomar som trivs på sin fritid, per kön



Politik handlar om staten och styrning av Sverige. Ungdomar förknippar politik med lagar, myndigheter, samhällsfrågor och demokrati.

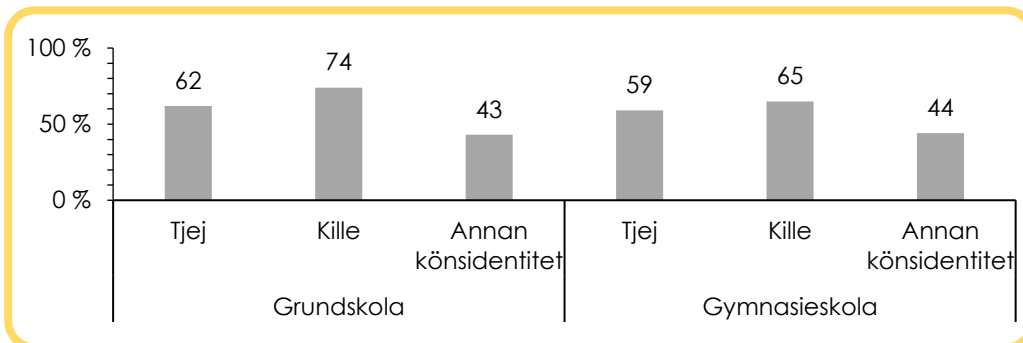
Ungdomar ser Sverige som ett "litet" land i en global värld och tycker att det händer mer allvarliga och betydelsefulla saker utomlands som intresserar dem.

Samhälls- och omvärldsintresse, per kön (%)

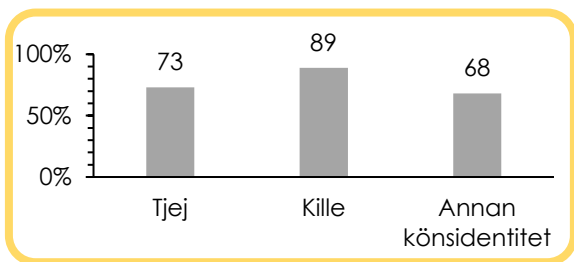


LIVET & FRAMTIDEN

Ungdomar som *litar* på andra människor, per årskurs och kön (%)



Ungdomar som *litar* på sin egen förmåga att klara av saker, per kön (%)



Ungdomar som tycker att de *kan påverka* i skolan, per årskurs och kön

Årskurs	Kön	Procent
Grundskola	Tjej	36%
	Kille	35%
	Annan könsidentitet	27%
Gymnasieskola	Tjej	42%
	Kille	37%
	Annan könsidentitet	41%

Ungdomar som har *positiv framtidstro*, per kön och år (%)

