

# Kommunåterkoppling

## 2020

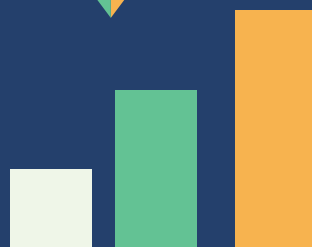
Trosa kommun

Elever i årskurs 7 och 9



"Jag vet inte vad jag vill göra eller vad jag vill bli och det stressar mig och gör mig omotiverad."

"Jag tycker att den här enkäten var bra och att göra enkäter är viktiga för att få en större syn på hur samhället är. Denna enkät var bra gjord med väldigt bra frågor."



Tack vare att närmare 6 700 elever har svarat på Liv & Hälsa ung enkäten 2020 kan vi berätta hur unga i Sörmland mår.

Liv&Hälsa  
ung

  
REGION  
SÖRMLAND

### Svarsfrekvenser

Antal och andel elever som svarat på Liv & hälsa ung enkäten 2020

	Antal elever åk 7	Andel (%) elever åk 7	Antal elever åk 9	Andel (%) elever åk 9	Antal elever åk 2	Andel (%) elever åk 2	Total andel (%) elever
Trosa	119	76	138	82	-	-	79
Sörmland	2510	78	2238	74	1921	69	74

En förhållandevis stor del av kommunens gymnasieungdomar går i skolan utanför länet. Detta gör att resultaten inte kan anses spegla förhållandena för samtliga elever i årskurs 2 inom kommunen. Av detta skäl redovisas inte värdena för årskurs 2.

## Bakgrund

I Sörmland erbjuds vart tredje år alla grundskolor med elever i skolår 7 och 9 samt alla gymnasieskolor med elever i år 2 att delta i undersökningen Liv & hälsa ung. Under våren 2020 genomförde Region Sörmland undersökningen för sjunde gången. Sörmländska elever i årskurs 7 och 9 i grundskolan, årskurs 2 på gymnasiet samt elever i särskolans (ej träningskola) årskurser 7 till och med sista året på gymnasiesärskolan har deltagit i undersökningen. Eleverna har besvarat enkäterna under skoltid.

Syftet med undersökningen är att beskriva ungdomarnas livsvillkor, levnadsvanor och hälsa.

I 2020 års undersökningar har elever varit mer involverade under framtagandet av enkäten. De har gett förslag på nya frågor och svarsalternativ och förändringar av förklarings- och svarstexter. Tack vare elevernas hjälp har vi i år med fler frågor om bland annat skolmiljön, trygghet, spel, sociala medier, porr och skärmtid.

På grund av Covid-19 pandemin deltog färre skolor i undersökningen jämfört med tidigare år. Svartfrekvensen blev också lägre på många deltagande skolor. Bortfallet kan inte ses som systematiskt utan slumpartat vilket innebär att resultatet har en hög tillförlitlighet trots en något lägre svartfrekvens. Av Sörmlands 73 skolor med elever i någon av dessa årskurser, deltog 59 i undersökningen.

## Vad vet vi om barns och ungas hälsa och uppväxtvillkor?

Barn och unga i Sverige mår generellt sett bra och är nöjda med sina liv. Sedan 1990-talet har ungdomsgenerationen däremot haft en sämre hälsoutveckling än andra åldersgrupper, framförallt när det gäller den psykiska ohälsan. Vi vet också att barns och ungas uppväxtvillkor inte är jämlika, vilket gör att vissa löper större risk att råka ut för problem och ohälsa. En mindre grupp barn och unga lever dessutom under svåra förhållanden som går att härleda till deras livsvillkor och familjeförhållanden.

## Hälsans bestämningsfaktorer

Hälsa innefattar fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och är en resurs hos individen. Hälsan påverkas av en rad olika förhållanden runt individen och är en förutsättning för ett väl fungerande samhälle. Inom folkhälsoarbetet används begreppet "hälsans bestämningsfaktorer". Bestämningsfaktorerna kan påverka hälsan positivt eller negativt, vilket benämns skydds- och riskfaktorer. En skyddsfaktor är en faktor som skyddar mot ohälsa eller problem medan en riskfaktor är en faktor som ökar risken för ohälsa eller problem. Skydds- och riskfaktorer finns på individ-, familje-, arbets- och samhällsnivå. Enstaka faktorer har begränsad effekt, däremot är chansen till ett friskt, gott och långt liv större när en person har flera skyddsfaktorer, även om man har en eller flera riskfaktorer.

## Vad är en kommunåterkoppling?

I kommunåterkopplingen redovisas ett urval av resultat från Liv & hälsa ung undersökningen 2020. Kommunåterkopplingen redovisas årskursvis och innehåller resultat som har betydelse för elevernas hälsa och välbefinnande. Vår förhoppning är att kommunåterkopplingen är till nytta, till exempel i kommunens hälsofrämjande och förebyggande arbete.

## Att tolka resultaten i tabellerna

På följande sidor redovisas resultaten från 2020 års Liv & hälsa ung undersökning för kommunen. Resultaten är uppdelade på tjejer och killar och visar även hur det ser ut för hela elevgruppen. De elever som svarat att de inte identifierar sig som tjej eller kille inkluderas i det sammantagna värdet. I tabellerna redovisas andelar (%) för tjejer, killar och totalt uppdelat på kommunens (K) och länets (L) värden. Varje årskurs redovisas separat. För årskurs 7 och 9 gäller redovisningen elever som går i skolan i kommunen, oavsett om de bor i kommunen eller inte (skolkommun). För årskurs 2 på gymnasiet gäller redovisningen den kommun eleven bor i (boendekommun).

## Kommunåterkopplingens begränsningar och överväganden

I kommunåterkopplingen redovisas resultat på olika nivåer. För att skydda enskilda elevers svar redovisas inte resultat på frågor som baseras på färre än 30 elever. Kommuner med få elever bör vara uppmärksamma på att enstaka elevers svar motsvarar stora procent-satser. Till exempel om 3 elever av 30 röker, visar våra tabeller att 10 procent av eleverna röker. Detta gör att siffrorna bör tolkas med försiktighet.

## Några frågor att fundera på när du läser tabellerna:

- Skiljer sig kommunen åt från länet?
- Finns skillnader mellan killar och tjejer?
- Vad kan eventuella skillnader bero på?
- Vad betyder resultaten för oss?
- Framträder ett mönster som gör att vi kan behöva arbeta särskilt med något område?

# Årskurs 7

I tabellen redovisas andelar (%) för tjejer, killar och totalt uppdelat på kommunens (K) och länets (L) värden.

## Teckenförklaring

K=Kommunen  
L=Länet

**Tabell 1. Resultat om skolan**

Trosa kommun åk 7 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om skolan</i>	K	L	K	L	K	L
Trivs mycket bra eller ganska bra i skolan	60	68	71	77	66	72
Har oftast någon att vara med på rasterna	79	88	88	89	83	88
Har under de senaste 6 månaderna blivit mobbad en gång i veckan eller i stort sett varje dag	2	3	10	5	7	5
Oftast eller alltid trygg på väg till eller ifrån skolan	97	96	98	97	97	96
Oftast eller alltid trygg i skolan	90	93	93	96	91	94
Tycker att lärarna behandlar tjejer och killar lika	48	57	30	46	38	51
Känner sig ofta eller ibland stressad av skolarbetet	88	85	72	65	81	75
Har betyget F i ett eller flera ämnen	22	27	24	36	23	32
Får oftast den hjälp jag behöver i skolan	45	47	50	52	47	49

**Tabell 2. Resultat om levnadsvanor**

Trosa kommun åk 7 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om levnadsvanor</i>	K	L	K	L	K	L
Äter frukost 4-7 dagar i veckan	74	74	84	82	79	77
Äter skollunch 4-5 dagar i veckan	70	67	52	64	60	65
Dricker läsk eller annan sötad dryck så gott som dagligen eller oftare	14	12	9	19	12	15
Dricker energidryck så gott som dagligen eller oftare	2	5	4	8	3	7
Äter frukt och grönt så gott som dagligen eller oftare	56	56	68	58	62	56

**Tabell 3. Resultat om levnadsvanor**

Trosa kommun åk 7 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om levnadsvanor</i>						
Är stillasittande 4 timmar eller mer efter en skoldag	32	35	39	35	36	35
Är stillasittande 10 timmar eller mer under en helg	30	33	44	40	37	37
Vardagsmotionerar 30 min eller mer per dag	88	85	78	90	83	87
Tränar 3 gånger i veckan eller oftare	33	52	62	64	47	57
Sover mindre än 7 timmar på vardagsnätter	30	30	17	21	24	26

**Tabell 4. Resultat om tobak, alkohol och narkotika**

Trosa kommun åk 7 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om tobak, alkohol och narkotika</i>						
Röker dagligen eller ibland	4	3	2	4	3	4
Snusar dagligen eller ibland	0	1	7	5	4	3
Använder e-cigarett dagligen eller ibland	2	1	2	3	3	2
Har under de senaste 12 månaderna druckit alkohol en eller flera gånger	30	30	52	37	40	34
Känner till någon person som skulle kunna sälja narkotika till mig	32	18	26	17	29	18

” Varför behövde vi göra den här enkäten och det hjälpte inte direkt och alla andra enkäter har aldrig hjälpt till.”

**Tabell 5. Resultat om hälsa**

Trosa kommun åk 7 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om hälsa</i>						
Mår bra eller mycket bra	63	64	71	82	67	73
Har bra eller mycket bra tandhälsa	83	83	66	78	75	80
Har känt sig glad i stort sett varje dag	55	55	72	70	63	62
Har känt sig lugn eller avslappnad minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	50	58	82	80	65	68
Har känt sig stressad minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	64	56	37	32	50	45
Har känt sig ängslig eller orolig minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	31	29	19	14	25	22
Har huvudvärk (ej migrän) minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	10	21	14	10	12	16
Har haft värk i axlar/skuldror/nacke minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	15	16	19	11	18	13
Har övervikt	7	13	22	19	14	16

**Tabell 6. Resultat om hem, fritid och relationer**

Trosa kommun åk 7 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om hem, fritid och relationer</i>						
Mina föräldrar/vårdnadshavare tycker det är viktigt att jag sköter mitt skolarbete	95	94	90	95	92	94
Kan alltid lita på sina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller	81	85	91	91	87	88
Jag trivs i området där jag bor	76	80	84	84	80	82
Har minst en kompis att prata "om allt" med	91	88	91	87	91	87
Ser ljust eller mycket ljust på framtiden	71	69	65	77	69	72
En eller båda mina föräldrar är arbetslös eller långtidssjukskriven/har sjukersättning	14	12	4	9	9	11
Är mycket eller ganska orolig för sin familjs ekonomi	16	13	7	7	11	10
Är mycket eller ganska nöjd med sin fritid	74	76	87	90	80	82
Är med i någon förening eller organisation	53	57	65	60	59	58

**Tabell 7. Resultat om delaktighet och trygghet**

Trosa kommun åk 7 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om delaktighet och trygghet</i>						
Har hört talas om Konventionen om barnets rättigheter	77	77	83	70	79	73
Är ganska eller mycket orolig för att klimatförändringarna ska påverka livet	43	36	26	23	35	30

**Tabell 8. Resultat om sociala medier och internet**

Trosa kommun åk 7 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om sociala medier och internet</i>						
Anser att sociala medier stärker mina relationer med kompisar	67	71	63	68	64	69
Känner sig sämre än andra vid användning av sociala medier	15	16	10	7	12	12
Har under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för trakasserier på sociala medier en eller flera gånger	32	33	26	21	29	28
Har vid minst ett tillfälle blivit kontaktad mot sin vilja via sociala medier för att prata om sex	44	29	15	15	29	22

”För mycket i skolan, om jag har tur får jag sova 6h på vardagar (annars är jag uppe och pluggar på natten för att hinna) - mår väldigt dåligt pga skolan och hur mycket vi har att göra.”





# Årskurs 9

I tabellen redovisas andelar (%) för tjejer, killar och totalt uppdelat på kommunens (K) och länets (L) värden.

## Teckenförklaring

K=Kommunen  
L=Länet

**Tabell 1. Resultat om skolan**

Trosa kommun åk 9 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om skolan</i>	K	L	K	L	K	L
Trivs mycket bra eller ganska bra i skolan	66	66	78	74	72	70
Har oftast någon att vara med på rasterna	91	88	95	89	93	88
Skolkar aldrig	71	69	66	72	68	69
Har under de senaste 6 månaderna blivit mobbad en gång i veckan eller i stort sett varje dag	0	3	3	5	1	5
Det är bra stämning på skolan	40	36	55	47	48	42
Oftast eller alltid trygg på väg till eller ifrån skolan	100	95	93	96	96	95
Oftast eller alltid trygg i skolan	97	93	96	94	96	93
Tycker att lärarna behandlar tjejer och killar lika	33	52	25	45	28	48
Känner sig ofta eller ibland stressad av skolarbetet	95	94	72	73	82	83
Har betyget F i ett eller flera ämnen	24	26	23	31	23	29

**Tabell 2. Resultat om levnadsvanor**

Trosa kommun åk 9 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om levnadsvanor</i>	K	L	K	L	K	L
Äter frukost 4-7 dagar i veckan	69	66	71	75	71	70
Äter skollunch 4-5 dagar i veckan	53	66	63	62	59	64
Dricker läsk eller annan sötad dryck så gott som dagligen eller oftare	16	19	21	26	18	23
Dricker energidryck så gott som dagligen eller oftare	10	12	17	20	14	17
Äter frukt och grönt så gott som dagligen eller oftare	60	65	54	54	56	59

**Tabell 3. Resultat om levnadsvanor**

Trosa kommun åk 9 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om levnadsvanor</i>	K	L	K	L	K	L
Är stillasittande 4 timmar eller mer efter en skoldag	40	43	50	41	45	42
Är stillasittande 10 timmar eller mer under en helg	40	37	46	46	44	42
Vardagsmotionerar 30 min eller mer per dag	86	80	83	86	85	83
Tränar 3 gånger i veckan eller oftare	53	39	50	56	53	47
Sover mindre än 7 timmar på vardagsnätter	42	38	43	33	42	35

**Tabell 4. Resultat om tobak, alkohol och narkotika**

Trosa kommun åk 9 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om tobak, alkohol och narkotika</i>	K	L	K	L	K	L
Röker dagligen eller ibland	10	12	9	9	9	11
Snusar dagligen eller ibland	2	4	20	14	12	10
Använder e-cigarett dagligen eller ibland	0	2	8	4	4	3
Röker vattenpipa dagligen eller ibland	5	5	7	5	6	5
Har under de senaste 12 månaderna druckit alkohol en eller flera gånger	57	49	43	43	50	46
Har under de senaste 12 månaderna druckit alkohol så man känt sig berusad/full en eller flera gånger *	58	56	54	52	55	55
Känner till någon person som skulle kunna sälja narkotika till mig	43	39	32	35	38	37
Har använt narkotika en eller flera gånger	5	9	15	10	11	10

\* Andel av de som druckit alkohol

**Tabell 5. Resultat om hälsa**

Trosa kommun åk 9 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om hälsa</i>	K	L	K	L	K	L
Mår bra eller mycket bra	48	57	76	79	64	68
Har bra eller mycket bra tandhälsa	78	83	72	73	75	77
Har känt sig glad i stort sett varje dag	43	47	63	62	54	55
Har känt sig lugn eller avslappnad minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	41	51	79	76	64	64
Har känt att "jag duger precis som jag är" en gång i veckan eller oftare	38	49	67	74	54	62
Har känt sig stressad minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	86	73	41	42	60	57
Har känt sig ängslig eller orolig minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	41	43	17	19	28	31
Har huvudvärk (ej migrän) minst en gång i veckan eller i stort sett varje dag	19	29	9	11	13	20
Har haft värk i axlar/skuldror/nacke mer än en gång i veckan eller i stort sett varje dag	24	22	16	14	20	18
Har övervikt	9	14	19	22	15	18



**Tabell 6. Resultat om hem, fritid och relationer**

Trosa kommun åk 9 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om hem, fritid och relationer</i>						
Mina föräldrar/vårdnadshavare tycker det är viktigt att jag sköter mitt skolarbete	93	93	91	92	92	93
Kan alltid lita på sina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller	81	82	91	88	86	85
Jag trivs i området där jag bor	86	76	85	82	85	78
Trivs ganska eller mycket bra med livet just nu	74	77	90	89	83	83
Har minst en kompis att prata "om allt" med	84	85	87	84	86	84
Ser ljust eller mycket ljust på framtiden	61	67	68	73	66	69
En eller båda mina föräldrar/vårdnadshavare är arbetslös eller långtidssjukskriven/har sjukersättning	7	11	10	11	8	11
Är mycket eller ganska orolig för sin familjs ekonomi	14	16	20	11	17	14
Är mycket eller ganska nöjd med sin fritid	72	70	80	83	76	76
Är med i någon förening eller organisation	45	46	44	52	44	48
Tror att jag får gifta mig med vem jag vill	95	94	99	92	96	92

**Tabell 7. Resultat om delaktighet och trygghet**

Trosa kommun åk 9 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om delaktighet och trygghet</i>						
Har hört talas om Konventionen om barnets rättigheter	62	72	71	65	66	68
Tycker att man i allmänhet kan lita på de flesta människor	28	33	54	47	43	41
Är ganska eller mycket orolig för att klimatförändringarna ska påverka livet	43	51	22	27	31	39
Klimatförändringarna har helt eller delvis påverkat mitt beteende	69	68	55	47	61	57

**Tabell 8. Resultat om sociala medier och internet**

Trosa kommun åk 9 Liv & hälsa ung 2020	Tjejer		Killar		Totalt	
	K	L	K	L	K	L
<i>Resultat om sociala medier och internet</i>	K	L	K	L	K	L
Anser att sociala medier stärker mina relationer med kompisar	79	75	82	75	81	75
Känner sig sämre än andra vid användning av sociala medier	19	21	3	9	10	15
Är orolig att missa något om man inte är aktiv på sociala medier	65	52	32	35	46	44
Har under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för trakasserier på sociala medier en eller flera gånger	33	32	17	18	23	25
Har vid minst ett tillfälle blivit kontaktad mot sin vilja via sociala medier för att prata om sex	41	36	18	14	28	25
Har under de senaste 3 månaderna sett porr på internet	14	24	89	75	55	51

” Jag tycker denna enkät var bra och dessutom tycker jag det är viktigt att ungdomar ska svara på frågor som dessa för det kanske kan få vuxna att inse att alla ungdomar inte mår jättebra och att allt inte är prima hela tiden.”



Region Sörmland arbetar för varje människas rätt till god hälsa, kultur och utbildning. Alla människor har lika rättigheter och bemöts utifrån sina förutsättningar.

Resultat från Liv & hälsa ung används som underlag för regionens och kommunernas arbete med barn och ungas livsvillkor, levnadsvanor och hälsa.

## Exempel på hur tidigare resultat använts



En skola hade många elever som mådde psykiskt dåligt. Detta ledde till att elevhälsan gjorde en satsning på psykisk hälsa i skolan.



Vid planering och uppföljning av drogförebyggande arbete.



Som underlag för uppstart av samtalsmottagningar för unga som inte mår bra.

Vill du veta mer om enkätundersökningen,  
titta på Liv & hälsa ungs webbplats  
<https://samverkan.regionsormland.se/lhu2020>

Rapporten är sammanställd av arbetsgruppen  
för Liv & hälsa ung i Region Sörmland.