

Hej!

Det här en enkät med frågor om hur du mår, dina vanor, hur du har det i skolan, hemma och på fritiden. Din medverkan i undersökningen är frivillig och du svarar på frågorna anonymt.

Undersökningen görs av Region Sörmland och dina svar är mycket viktiga för oss. Svaren gör så att vi vuxna kan jobba för att du och andra unga ska få en bättre vardag.

Att tänka på innan du börjar:

- Läs varje fråga noga och kryssa i det svar som gäller för dig.
- Svara spontant och så sanningsenligt som du kan.
- Dina svar är anonyma, ingen kommer att få veta hur just du har svarat.
- Andras svar är också anonyma, kolla inte vad någon annan svarar.
- En del frågor är långa, andra är korta.
- Vissa frågor har en informationsknapp, där du kan läsa mer om frågan om du vill.
- Om du inte förstår en fråga, be din lärare förklara. Vänta med att fylla i svaret tills läraren gått.
- Några frågor kan kännas jobbiga att svara på men dina svar bidrar till att göra det bättre för barn och unga i Sörmland.
- Det är frivilligt att fylla i enkäten, är det någon fråga du inte vill eller kan svara på, behöver du inte göra det.
- För att ångra ett svar går det bra att klicka på svarsalternativstexten bredvid cirkeln. När det är matrisfrågor ångrar du ditt svar genom att klicka mellan två cirklar.
- När du är klar trycker du på knappen "Skicka in".

Dina svar skyddas av personuppgiftslagen samt offentlighets- och sekretesslagen. Det betyder att alla som arbetar med undersökningen har tystnadsplikt. Alla svar redovisas på ett sätt som gör att ingen vet hur just du har svarat.

- *Klicka på pilen nere till höger för att starta enkäten!* –

Frågor om dig själv

1. Hur mår du rent allmänt?

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

2. Är du...?

- Tjej
- Kille
- Identifierar mig inte som tjej eller kille
- Osäker

3. Vilken kommun bor du i?

Välj max två alternativ

- Eskilstuna
- Flen
- Gnesta
- Katrineholm
- Nyköping
- Oxelösund
- Strängnäs
- Trosa
- Vingåker
- Annan kommun

4. Vem eller vilka bor du tillsammans med?

Välj ett eller flera alternativ

- Båda mina föräldrar som bor tillsammans
- Min mamma
- Min pappa
- Min mamma och hennes partner
- Min pappa och hans partner
- Familjehem
- Annat

5. Har du eget rum?

- Ja, alltid
- Ja, ibland
- Nej

6. Ta ställning till följande påståenden.

Välj ett alternativ på varje rad

	Stämmer bra	Stämmer varken bra eller dåligt	Stämmer dåligt
Jag kan alltid lita på någon av mina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mina föräldrar/vårdnadshavare lägger märke till om jag gjort något bra.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mina föräldrar/vårdnadshavare frågar mig vad jag tycker innan de tar beslut om saker som påverkar mig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag trivs i området där jag bor.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Frågor om din hälsa och kontakt med vården

7. Hur lång är du?

Skriv hela cm

 cm

8. Hur mycket väger du?

Skriv hela kg

 kg

9. Under de senaste 3 månaderna, hur ofta har du haft följande besvär?

Välj ett alternativ på varje rad

	Sällan eller aldrig	Ungefär en gång i månaden	Ungefär en gång i veckan	Mer än en gång i veckan	I stort sett varje dag
Huvudvärk (inte migrän)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ont i magen (inte mensvärk)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Öronsus/Tinnitus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Värk i axlar/skuldror/nacke	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Värk i rygg/höfter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Svårt att somna	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Orolig sömn	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

10. Under de senaste 3 månaderna, hur ofta har du känt dig...

Välj ett alternativ på varje rad

	Sällan eller aldrig	Ungefär en gång i månaden	Ungefär en gång i veckan	Mer än en gång i veckan	I stort sett varje dag
...glad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...lugn eller avslappnad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...stressad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...ängslig eller orolig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...nedstämd eller ledsen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...arg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...ensam?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

11. Under de senaste 3 månaderna, hur ofta har du känt ...

Välj ett alternativ på varje rad

	Sällan eller aldrig	Ungefär en gång i månaden	Ungefär en gång i veckan	Mer än en gång i veckan	I stort sett varje dag
...att du duger precis som du är?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...att du är nöjd med hur du ser ut?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...att du kan vara dig själv?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Hur tycker du att din tandhälsa är?

- Mycket bra
- Bra
- Varken bra eller dålig
- Dålig
- Mycket dåligt

13a. Har du någon av följande sjukdomar?

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Ja
Astma	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Allergi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Diabetes (typ 1 eller typ 2)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Epilepsi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Migrän	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inflammatorisk tarmsjukdom t.ex. Mb Chron, ulcerös colit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hudsjukdom t.ex. akne, psoriasis, eksem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

13b. Påverkar din sjukdom följande negativt?

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej, påverkar inte	Ja, påverkar lite	Ja, påverkar ganska mycket	Ja, påverkar våldigt mycket
Skolarbete/läxor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fritidssysselsättning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kompisrelationer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Familjerelationer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

14a. Har du någon av följande funktionsnedsättningar?

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Ja
Hörselnedsättning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Synnedsättning där glasögon eller linser inte hjälper	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nedsatt rörelseförmåga	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Läs- och/eller skrivsvårigheter, dyslexi, dyskalkyli	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ADHD, ADD eller liknande	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Autism, autismliknande tillstånd eller Asperger syndrom	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tourettes eller OCD (tvångssyndrom)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annan funktionsnedsättning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

14b. Påverkar din funktionsnedsättning följande negativt?

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej, påverkar inte	Ja, påverkar lite	Ja, påverkar ganska mycket	Ja, påverkar våldigt mycket
Skolarbete/läxor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fritidssysselsättning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kompisrelationer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Familjerelationer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

15a. Har du under de senaste 12 månaderna mått dåligt?

Med att må dåligt menar vi att du under minst två veckor i rad t.ex. har varit stressad, ledsen, deprimerad, orolig, ensam, mobbad, haft ångest, ätstörning eller självmordstankar. Du behöver inte känt allt detta, en sak är tillräcklig.

- Nej
- Ja

15b. Har du under de senaste 12 månaderna sökt vård eller hjälp för att du mått dåligt?

Välj ett eller flera alternativ

- Nej
- Ja, på vårdcentral, sjukhus eller liknande
- Ja, på ungdomsmottagning
- Ja, på samtalsmottagning för barn och unga
- Ja, hos elevhälsan på skolan
- Ja, hos vänner eller familj
- Ja, annan vård eller hjälp

16a. Har du under de senaste 12 månaderna avsiktligt skadat dig själv?

Med skada dig själv menar vi t.ex. skära, rispa, slå dig själv eller bankat ditt huvud mot något eller på annat sätt vållat dig själv skada.

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, 2-5 gånger
- Ja, mer än 5 gånger

16b. Har du under de senaste 12 månaderna sökt vård eller hjälp för att du avsiktligt skadat dig själv?

Välj ett eller flera alternativ

- Nej
- Ja, på vårdcentral, sjukhus eller liknande
- Ja, på ungdomsmottagning
- Ja, på samtalsmottagning för barn och unga
- Ja, hos elevhälsan på skolan
- Ja, hos vänner eller familj
- Ja, annan vård eller hjälp

Du kan alltid kontakta elevhälsan, ungdoms- eller samtalsmottagningen för att prata eller få hjälp.

Du hittar också information på www.umo.se eller www.bris.se

17. Tycker du att personalen lyssnade på vad du sa/tyckte vid ditt senaste besök på...

Välj ett alternativ på varje rad

	Ja	Delvis	Nej	Har inte besökt
...ungdomsmottagningen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...samtalsmottagning för barn och unga?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...tandläkarmottagningen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...skolsköterskemottagningen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...sjukhuset?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...vårdcentralen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...socialtjänsten (Soc)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18. Kan du prata om saker som bekymrar dig med följande personer?

Välj ett alternativ på varje rad

	Ja, det har jag lätt för	Det har jag varken lätt eller svårt för	Nej, det har jag svårt för	Har ingen/vi träffas aldrig
Mamma	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pappa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annan vårdnadshavare	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annan vuxen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

19. Är du orolig för din familjs ekonomi?

- Inte alls orolig
- Inte särskilt orolig
- Ganska orolig
- Mycket orolig

Frågor om skolan

20. Vilken typ av program går du på?

- Högskoleförberedande program
- Yrkesprogram
- Introduktionsprogram

21. Hur trivs du i skolan?

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

22. Hur tycker du att det är på din skola?

Välj ett alternativ på varje rad

	Stämmer bra	Stämmer varken bra eller dåligt	Stämmer dåligt	Vet inte
Det är bra stämning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lärarna behandlar tjejer och killar lika	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har studiero på lektionerna	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag vet hur jag kan få tag på skolsköterskan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag vet hur jag kan få tag på skolkuratorn	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

23. Känner du dig trygg...

Välj ett alternativ på varje rad

	Ja, alltid	Ja, oftast	Nej, sällan	Nej, aldrig
...på väg till och från skolan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...i skolan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...på rasterna i skolan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...i klassrummet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...i korridorerna i skolan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...på toaletterna i skolan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...i omklädningsrum och duschar i skolan?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

24. Hur tar du dig *oftast* till och från skolan? Välj det som stämmer bäst för dig.

Välj max tre alternativ på varje rad

	Jag går	Jag cyklar	Jag åker tåg eller buss	Jag åker elsparkcykel, moppe, A- traktor, bil eller liknande
På vår, sommar och höst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
På vintern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

25. Har du någon att vara med på rasterna?

- Ja, alltid
- Ja, oftast
- Ja, ibland
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

26. Har du på din skola blivit utsatt för ord eller uttryck som du upplever kränkande t.ex. könsord?

- Nej
- Ja, ibland
- Ja, ofta

27. Har du under de senaste 6 månaderna blivit mobbad?

- Nej
- Ja, någon gång
- Ja, någon gång i månaden
- Ja, någon gång i veckan
- Ja, i stort sett varje dag

28. Känner du dig stressad av ditt skolarbete?

- Ja, alltid
- Ja, ofta
- Ja, ibland
- Nej, sällan
- Nej, aldrig

29. Brukar du skolka?

- Nej
- Ja, någon gång under terminen
- Ja, 1 gång i månaden
- Ja, 2–3 gånger i månaden
- Ja, 1 gång i veckan
- Ja, flera gånger i veckan

30. Har du betyget F eller saknar du betyg i något ämne?

- Nej
- Ja, 1-2 ämnen
- Ja, 3-4 ämnen
- Ja, i 5 ämnen eller fler

Frågor om tobak, alkohol och narkotika

31. Röker du cigaretter (ej e-cigaretter)?

- Nej, jag har aldrig rökt
- Nej, men jag har provat
- Nej, jag har slutat röka
- Ja, jag röker ibland
- Ja, jag röker dagligen

32. Använder du e-cigaretter?

Med att använda e-cigarett menar vi att du röker eller vejpar/vapar.

- Nej, jag har aldrig använt e-cigarett
- Nej, men jag har provat
- Nej, jag har slutat använda e-cigarett
- Ja, jag använder e-cigarett ibland
- Ja, jag använder e-cigarett dagligen

33. Använder du...?

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Ja, ibland	Ja, dagligen
...e-cigaretter som innehåller nikotin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...e-cigaretter som är nikotinfria	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

34. Snusar du?

- Nej, jag har aldrig snusat
- Nej, men jag har provat
- Nej, jag har slutat snusa
- Ja, jag snusar ibland
- Ja, jag snusar dagligen

35. Använder du...

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Ja, ibland	Ja, dagligen
...snus som innehåller tobak (portion- eller lössnus "brunt snus")? <i>t.ex. Kapten, Knox, Ettan</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...tobaksfritt snus som innehåller nikotin (nikotinpåsar/"vitt snus")? <i>t.ex. Volt, Velo, One, Freeze</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...snus som både är tobaksfritt och nikotinfritt (påsar/"vitt snus")? <i>t.ex. Onico, Qvitt, Zero</i>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

36a. Har du under de senaste 12 månaderna druckit alkohol?

T.ex. folköl, mellanöl, starköl, alkoholstark cider, alkoholisk vin, starkvin eller sprit.

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, någon eller några gånger per halvår
- Ja, 1-3 gånger per månad
- Ja, 1-2 gånger per vecka
- Ja, mer än 2 gånger per vecka

36b. Har du under de senaste 12 månaderna druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad/full?

- Nej, aldrig
- Ja, en gång
- Ja, några gånger
- Ja, flera gånger
- Ja, varje gång jag dricker

36c. Har du råkat illa ut när du druckit alkohol?

T.ex. råkat ut för olycka, förlorat värdesaker, hamnat i slagsmål, haft sex mot din vilja, blivit bestulen eller rånad.

- Nej
 - Ja, 1 gång
 - Ja, 2 gånger
 - Ja, 3 gånger eller fler
-

36d. Var får du vanligtvis alkohol ifrån?

Välj max tre alternativ

- Från syskon
- Från kompisar
- Från annan vuxen 20 år eller äldre som bjuder eller köper ut
- Blir bjuden av mina föräldrar/vårdnadshavare
- Mina föräldrar/vårdnadshavare köper ut
- Från mina föräldrar/vårdnadshavare, tar ur barskåp eller liknande utan lov
- Köper själv av langare eller liknande
- Köper från konton eller kontakter via sociala medier
- Annat nämligen

37. Har du någon gång använt lustgas?

Här menar vi att du använt lustgas som berusningsmedel. Inte om du fått det på sjukhus, hos tandläkaren eller liknande.

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, flera gånger
- Jag vet inte vad det är

38. Vet du hur du kan få tag på narkotika?

- Nej
- Ja, det tror jag
- Ja, det vet jag säkert

39. Har du någon gång använt narkotika?

Med narkotika menar vi t.ex. hasch eller marijuana (cannabis), amfetamin, heroin, kokain, LSD, GHB, spice, andra så kallade nättdroger eller narkotikaklassade preparat.

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

40a. Vilket eller vilka slags narkotika har du använt?

Ett eller flera svar är möjliga.

- Hasch/marijuana, cannabis
- Amfetamin
- Kokain
- Ecstasy
- Heroin
- GHB
- LSD
- Spice
- Narkotika klassade läkemedel utan läkarordination t.ex. Stesolid, Tramadol, Citodon
- Annat

40b. Hur många gånger har du använt?

Välj ett alternativ på varje rad

	1 gång	2-4 gånger	5-9 gånger	10 gånger eller fler
Hasch/marijuana (cannabis)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Amfetamin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kokain	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ecstasy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Heroin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
GHB	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
LSD	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Spice	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Narkotika klassade läkemedel utan läkarordination t.ex. Stesolid, Tramadol, Citodon	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Frågor om sex och samlevnad

41. Här kommer några påståenden om sex och samlevnad. Vad tycker du?

Med sex och samlag menar vi oralt, vaginalt eller analt sex.

Välj ett alternativ på varje rad

	Stämmer bra	Stämmer varken bra eller dåligt	Stämmer dåligt	Vet inte
Det är okej att ha sex eller samlag innan man har gift sig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Man ska vara kär i den man har sex eller samlag med.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det är okej att två personer av samma kön har sex eller samlag med varandra.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

42. Vilket av följande begrepp tycker du bäst beskriver dig?

- Heterosexuell
- Homosexuell
- Bisexuell
- Annat
- Osäker

43a. Har du haft sex eller samlag med någon?

Med sex och samlag menar vi oralt, vaginalt eller analt sex.

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

43b. När du hade sex eller samlag senast var det något som...?

- Du verkligen ville
- Du ville ganska mycket
- Bara blev så
- Du inte ville men gjorde ändå
- Du blev tvingad till
- Annat

43c. När du hade sex eller samlag senast, använde ni något skydd?

Välj max tre alternativ

- Ja, kondom
- Ja, p-piller
- Ja, akut p-piller/"dagen efter piller"
- Ja, spiral
- Ja, annat
- Vet inte
- Kommer inte ihåg
- Nej

44. Under de senaste 3 månaderna, har du sett porr på nätet?

- Nej
- Ja, ungefär en gång i månaden
- Ja, ungefär en gång i veckan
- Ja, mer än en gång i veckan
- Ja, i stort sett varje dag

Du kan alltid kontakta elevhälsan, ungdoms- eller samtalsmottagningen för att prata eller få hjälp.

Du hittar också information på www.umo.se eller www.bris.se

Frågor om våld och brott

45a. Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för kränkningar eller trakasserier på sociala medier t.ex. Snapchat, Instagram, TikTok, Twitter och Facebook?

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, 2-5 gånger
- Ja, mer än 5 gånger
- Jag använder inte sociala medier

45b. När du använt sociala medier har det hänt att någon ...

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Ja, en gång	Ja, 2-5 gånger	Ja mer än 5 gånger
...mot din vilja kontaktat dig för att prata om sex?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... bett dig skicka bilder på dig själv där du är naken eller lättklädd?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... lagt ut bilder eller filmklipp på dig mot din vilja?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... skickat stötande eller obehagliga bilder till dig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...hotat dig, eller på annat sätt varit hotfull mot dig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

46. Har du någon gång...

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Ja, en gång	Ja, 2-5 gånger	Ja, mer än 5 gånger
...snattat?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...avsiktligt slagit någon?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...hotat eller tvingat någon att ge dig pengar, mobiltelefon eller liknande?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...gjort något annat brottsligt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

47. Har någon tafsat på dig eller tvingat dig att ta på dem på ett sexuellt sätt?

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, 2-5 gånger
- Ja, mer än 5 gånger

48. Har du blivit slagen av någon vuxen i din familj, t.ex. slagen med knuten eller öppen hand, knuffad, sparkad?

Med vuxen menar vi t.ex. din mamma, pappa, partner till dina föräldrar, annan vårdnadshavare eller vuxen.

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, 2-5 gånger
- Ja, mer än 5 gånger

49. Har du varit med om att en vuxen i din familj har...?

Här menar vi att du själv sett eller hört våld i nära relation.

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Ja, en gång	Ja, 2-5 gånger	Ja, mer än 5 gånger
...hotat med att använda våld mot någon annan i din familj?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...använt kränkande ord, förtryckt, varit dominerade eller kontrollerande mot någon annan i din familj?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...använt fysiskt våld mot någon annan i din familj, exempelvis slagit, knuffat, sparkat eller sexuellt våld?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Du kan alltid kontakta elevhälsan, ungdoms- eller samtalsmottagningen för att prata eller få hjälp.

Om du själv eller någon du känner har blivit utsatt för brott i nära relation, anmäl det till polisen genom att ringa 114 14.

Om det är en akut situation, ring 112.

Du hittar också information på www.umo.se eller www.bris.se

Frågor om din fritid

50. Hur nöjd är du med din fritid?

- Mycket nöjd
- Ganska nöjd
- Varken nöjd eller missnöjd
- Ganska missnöjd
- Mycket missnöjd

51a. Har du möjlighet att delta i de fritidsaktiviteter du vill?

- Ja
- Nej

51b. Varför kan du inte delta i de fritidsaktiviteter som du vill?

Välj ett eller flera alternativ

- Det jag vill göra finns inte i min kommun/närhet
- Har inte möjlighet att ta mig dit
- Har inte tid
- Har inte råd
- Får inte
- Annan anledning

52. Är du med i någon förening eller organisation?

Välj ett eller flera alternativ

- Ja, i idrottsförening
- Ja, i annan förening/organisation
- Nej

53. Jobbar du extra vid sidan om dina studier?

T.ex. på kvällar och helger. Kryssa i det som stämmer bäst för dig

- Nej
- Ja, någon gång per månad
- Ja, 1-2 gånger i veckan
- Ja, 3-4 gånger i veckan eller mer

54a. Är du orolig att missa något om du inte är aktiv på sociala medier?

Med sociala medier menar vi t.ex. Snapchat, Instagram, TikTok, Twitter, Facebook

- Ja
- Nej
- Jag använder inte sociala medier

54b. När jag använder sociala medier...

Välj ett alternativ på varje rad

	Stämmer bra	Stämmer varken bra eller dåligt	Stämmer dåligt	Vet inte
...stärker det mina relationer med kompisar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...får jag positiv bekräftelse.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...känner jag mig sämre än andra.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...kan jag vara mig själv.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

55. Under en lördag och söndag, ungefär hur många timmar spelar du sammanlagt spel på dator, surfplatta, mobil, tv eller motsvarande?

Räkna ihop antal timmar för lördag och söndag.

- Jag spelar inte
- Mindre än 1 timme
- 1-3 timmar
- 4-6 timmar
- 7-9 timmar
- 10 timmar eller mer

56. Hur ofta brukar du läsa böcker för nöjets skull?

Med att läsa böcker menar vi att du läser en tryckt bok, läser eller lyssnar på en bok via läsplatta, mobiltelefon, dator eller liknande.

- Varje dag
- Några gånger per vecka
- Några gånger per månad
- Någon eller några gånger per år
- Aldrig

57. Har du under de senaste 12 månaderna spelat om pengar?

T.ex. Kasinospel, poker, tips, spel på matcher/betting.

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, någon eller några gånger per halvår
- Ja, 1-3 gånger per månad
- Ja, 1-2 gånger per vecka
- Ja, mer än 2 gånger per vecka

Frågor om trygghet och delaktighet

58. Tycker du att man i allmänhet kan lita på de flesta människor?

- Ja
- Nej

59. Känner du dig trygg på följande ställen?

Välj ett alternativ på varje rad

	Ja, alltid	Ja, oftast	Nej, sällan eller aldrig	Inte aktuellt
Hemma	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Utomhus i mitt bostadsområde på dagen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Utomhus i mitt bostadsområde på kvällen/natten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På stan eller centrum på dagen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På stan eller centrum på kvällen/natten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På bussen på dagen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På bussen på kvällen/natten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På tåget på dagen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På tåget på kvällen/natten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På fritidsgården, ungdomsgården eller liknande	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På träningen eller annan organiserad fritidsaktivitet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På nätet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

60. Har du under de senaste 12 månaderna gjort något av följande?

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Nej, men jag kan tänka mig att göra det	Ja
Framfört åsikter till elevråd eller matråd	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tagit kontakt med politiker	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lämnat förslag till kommunen t.ex. medborgarförslag	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Chattat/debatterat/bloggat om samhällsfrågor/politik/miljö på nätet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

61. Är du orolig för att klimatförändringarna kommer att påverka ditt liv?

- Inte alls orolig
- Inte särskilt orolig
- Ganska orolig
- Mycket orolig

62. Hur stort förtroende har du för följande samhällsfunktioner?

Välj ett alternativ på varje rad

	Mycket stort	Ganska stort	Inte särskilt stort	Inget alls	Har ingen åsikt
Skolan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kollektivtrafiken (buss, tåg)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hälso- och sjukvården	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Försäkringskassan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Socialtjänsten (Soc)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Polis och domstol	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Politiker	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

63a. När du gått ut gymnasiet tror du att du kommer bo kvar i kommunen där du bor?

- Ja
- Nej
- Har inte tänkt på det

63b. Av vilken anledning tror du att du kommer bo kvar i kommunen?

Välj max tre alternativ

- Arbete
- Studier
- Mina fritidsintressen
- Kompisar eller partner
- Familj och släkt
- Det är lätt att få bostad
- Närheten till naturen
- Bra förutsättningar att pendla
- Annan orsak

63c. Av vilken anledning tror du att du inte kommer bo kvar i kommunen?

Välj max tre alternativ

- Arbete
- Studier
- Mina fritidsintressen
- Kompisar eller partner
- Familj och släkt
- Det är svårt att få bostad
- Stort avstånd till natur
- Förutsättningar att pendla
- För att testa något nytt/vill bort från min kommun
- Annan orsak

Frågor om dina levnadsvanor

64. Hur ofta äter du följande måltider under en vecka?

Välj ett alternativ på varje rad

	Varje dag	4-6 dagar	1-3 dagar	Aldrig
Frukost	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lunch	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Middag	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

65. Hur ofta brukar du...

Välj ett alternativ på varje rad

	Mer än en gång om dagen	Så gott som dagligen	Några gånger i veckan	En gång i veckan	Sällan eller aldrig
...äta frukt eller bär?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...äta grönsaker?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...dricka läsk eller annan dryck som innehåller socker?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...dricka energidryck (t.ex. Red Bull, Monster, Nocco, Celsius, Powerking)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...äta godis eller choklad (inte tuggummi)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...äta snacks (t.ex. chips eller ostbågar)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...äta glass, fikabröd eller andra sötsaker?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...äta snabbmat (t.ex. pizza, pommes frites, hamburgare, kebab)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

66. Hur mycket rör du dig i snitt per dag, t.ex. går, cyklar, springer eller idrottar?

Här menar vi all typ av rörelse som innebär att din andning och puls ökar.

- Mindre än 30 minuter
- 30-59 minuter
- 60 minuter eller mer

67. Hur ofta brukar du träna så att du blir mycket andfådd eller svettig?

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

68. Hur länge är du stillasittande efter en dag i skolan?

T.ex. att du är still och tittar på mobil/surfplatta/dator/tv, läser eller likande.

- Mindre än 2 timmar
- 2-3 timmar
- 4-5 timmar
- 6-7 timmar
- Mer än 7 timmar

69. Hur många timmar är du stillasittande under en helg?

T.ex. att du är still och tittar på mobil/surfplatta/dator/TV, läser eller likande.

Välj ett alternativ på varje rad

	Mindre än 2 timmar	2-3 timmar	4-5 timmar	6- 7 timmar	Mer än 7 timmar
På lördag	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På söndag	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

70. Hur många timmar brukar du sova per natt på vardagar?

- 5 timmar eller mindre
- 6-7 timmar
- 8-9 timmar
- 10 timmar eller mer

Frågor om dig och din familj

71a. Var är...

Välj ett alternativ på varje rad

	I Sverige	I ett annat land i Norden	I ett annat land i Europa	I ett annat land utanför Europa	Vet inte
...du född?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...din mamma född?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...din pappa född?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

71b. Hur länge har du bott i Sverige?

- 10 år eller mer
- 5-9 år
- 1-4 år
- Mindre än 1 år

72. Vad gör din mamma/vårdnadshavare?

Välj max två alternativ

- Arbetar
- Studerar
- Arbetslös
- Långtidssjukskriven/sjukersättning
- Annat/vet inte
- Har ingen

73. Vad gör din pappa/vårdnadshavare?

Välj max två alternativ

- Arbetar
- Studerar
- Arbetslös
- Långtidssjukskriven/sjukersättning
- Annat/vet inte
- Har ingen

74. Har någon i din familj eller någon annan som står dig nära...

Välj ett alternativ på varje rad

	Nej	Ja, och jag har fått information av vården/kommunen	Ja, och jag har fått information från familj/andra i min närhet	Ja, och jag har inte fått information
...en psykisk sjukdom eller psykisk funktionsnedsättning?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...en allvarlig fysisk sjukdom eller skada?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...ett missbruk av alkohol, narkotika, mediciner eller spelat om pengar?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...avlidit/dött?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Till sist...

75. Har du någon kompis du kan prata "om allt" med?

- Ja, flera
- Ja, en
- Nej

76. Hur trivs du med livet just nu?

- Jag trivs mycket bra
- Jag trivs ganska bra
- Jag trivs inte så bra
- Jag trivs inte alls

77. Hur ser du på framtiden för din personliga del?

- Jag ser mycket ljus på framtiden
- Jag ser ljus på framtiden
- Jag ser varken ljus eller mörkt på framtiden
- Jag ser mörkt på framtiden
- Jag ser mycket mörkt på framtiden

78. Hur ser du på framtiden för världen i stort?

Dela gärna med dig av dina kommentarer eller synpunkter på denna enkät!
