



Svenska skolbarns hälsovanor 2005/2006

Grundrapport

Mia Danielson

Svenska skolbarns hälsovanor 2005/06

Grundrapport

Mia Danielson

© STATENS FOLKHÄLSOINSTITUT R 2006:10
ISSN: 1651-8624
ISBN: 91-7257-459-3
OMSLAGSFOTOGRAFI: SJÖBERG BILD
GRAFISK PRODUKTION: AB TYPOFORM
TRYCK: LENANDERS GRAFISKA AB, KALMAR 2006

Innehåll

Förord	5
Sammanfattning	6
Summary	8
Undersökningen Skolbarns hälsovanor	10
Bakgrund	10
Metod	10
<i>Urval</i>	10
<i>Material</i>	10
<i>Deltagande länder</i>	11
Den svenska undersökningsgruppen	12
<i>Demografiska bakgrundsvariabler</i>	13
<i>Resultatredovisning</i>	14
Hälsa	15
Självskattad hälsa	15
Symtom	17
<i>Somatiska besvär</i>	17
<i>Psykiska besvär</i>	19
Medicinanvändning	21
Allmänt välbefinnande	23
Kroppsuppfattning	25
Levnadsvanor	26
Tobaksanvändning	26
Alkohol	28
Cannabis	30
Matvanor och tandhygien	31
Fysisk aktivitet och stillasittande fritidsvanor	33
Sociala relationer	35
Vänner	35
Stöd	36
Mobbning och slagsmål	38
<i>Mobbning</i>	38
<i>Slagsmål</i>	39
Skolan	40
Inställning till skolan	40
Skolmiljön	42
<i>Krav</i>	42
<i>Påverkansmöjligheter</i>	43
<i>Stöd</i>	44
<i>... från lärare</i>	44

... föräldrar _____	45
... klasskamrater _____	46
Referenser _____	48
Bilaga 1. Tabeller med resultat från 2005/06 års undersökning _____	49
Bilaga 2 a och 2 b. Figurer med utvecklingen över tid av somatiska och psykiska besvär _____	63
Bilaga 3. Enkät 2005/06 (version åk 9) _____	65

Förord

I Sverige genomförs sedan 1985/86 en riksomfattande enkätundersökning vart fjärde år bland landets femte-, sjunde- och niondeklasser. Sedan 1993 har undersökningen genomförts av Folkhälsoinstitutet. Undersökningen är internationell och den senaste genomfördes år 2005/06 i ett drygt 40-tal olika länder eller regioner. I enkäten ställs en rad frågor som rör olika dimensioner av hälsa, hälsobeteende och miljöer som på olika sätt har betydelse för hur barn och ungdomar mår.

Denna rapport innehåller i huvudsak resultat från den svenska undersökningen 2005/06 med vissa jämförelser till tidigare datainsamlingar. De internationella resultaten publiceras i en separat rapport från WHO.

Genom att denna enkätundersökning genomförts återkommande under en följd av år och även ger möjlighet till jämförelser med andra europeiska länder har det skapats en unik resurs när det gäller att följa upp skolungdomars hälsa.

Fil.dr. Ulla Marklund är vetenskaplig ledare sedan projektets början och Mia Danielson har varit projektledare sedan 2001 års datainsamling. Staffan Lindberg har i denna rapport gjort tabeller och en del databearbetningar.

Stockholm, augusti 2006

GUNNAR ÅGREN
GENERALDIREKTÖR

Sammanfattning

Denna rapport bygger i första hand på uppgifter insamlade från 11-, 13- och 15-åringar i november–december år 2005, inom ramen för tvärsnittundersökningen Skolbarns hälsovanor. Undersökningen äger sedan 1985/86 rum vart fjärde år och genomförs i ett flertal länder, senast i ett drygt 40-tal länder, inom ramen för ett WHO-samarbete. I denna rapport finns därför även vissa uppgifter från tidigare år. Internationella jämförelser publiceras dock i en separat rapport utgiven av WHO. Nedan följer en kort sammanfattning över några av resultaten som redovisas i denna rapport och de köns-, ålders- och trendskillnader som hittats.

SJÄLVSKATTAD HÄLSA OCH ALLMÄNT VÄLBEFINNANDE

Att kortfattat återge hur barn i dessa åldrar mår är inte helt enkelt då det ser mycket olika ut beroende på vilka frågeområden som studeras. Generellt framkommer i denna rapport att hälsan, levnadsvanorna, de sociala relationerna samt uppfattningen om skolmiljön förändras över åldrarna och att det ofta skiljer sig mellan pojkar och flickor. Vid 11 års ålder mår man som regel bättre, lever sundare och upplever skolan mer positivt än då man kommer upp i högstadiet (13–15-årsåldern).

Såväl självskattad hälsa, somatiska och psykiska besvär, som allmänt välbefinnande försämras med stigande ålder och skillnaden mellan pojkar och flickor ökar. Majoriteten skattar att de har en bra hälsa och sett över tid har andelen som skattar sig som mycket friska varit oförändrad.

Sett över tid har de somatiska och psykiska besvären ökat bland både pojkar och flickor, med undantag av de 11-åriga flickorna.

Ändå är det fortsatt så att flickorna trivs i mindre utsträckning med livet än pojkarna i alla åldrarna. Denna skillnad har blivit mer märkbar under åren 1985–2005, då framför allt de 13-åriga och 15-åriga flickornas trivsel minskat. Pojkar uppfattar att de är för smala och flickor att de är för tjocka med stigande ålder och detta påverkar också i vilken utsträckning de vill förändra sin vikt.

TOBAK OCH ALKOHOL

Såväl tobaks- som alkoholvanor etableras under högstadietiden. Flickor röker i högre utsträckning än pojkar. Andelen som röker minst varje vecka har dock minskat både bland flickor och pojkar mellan åren 2001 och 2005. Pojkar snusar dock i högre utsträckning än flickor och ser man till den totala tobakskonsumtionen brukar 15-åriga pojkar i högre utsträckning tobak regelbundet än flickor.

När det gäller alkoholbruk uppger cirka 15 procent av 15-åringarna att de druckit så mycket alkohol att de blivit fulla fyra gånger eller mer. Sett över tid ökade berusningsdrickandet mellan 1985 och 2001 bland flickorna, men har sedan dess minskat bland såväl flickor som pojkar.

MATVANOR OCH FYSISK AKTIVITET

Andelen som äter frukost minskar med åldern och mest bland flickorna. Att matvanorna förändras och försämras med åldern märks även då frågor ställts om de dagligen äter frukt, grönsaker, godis och läsk. Generellt äter pojkarna i mindre utsträckning nyttigheter än flickorna.

Andelen som är fysiskt aktiva minskar med åldern, samtidigt som andelen som tittar på tv och använder datorn mer än fyra timmar om dagen ökar med åldern. Sett över tid har andelen som varit fysiskt aktiva minst fyra gånger i veckan varierat och det är svårt att se en tydlig trend avseende detta.

SOCIALA RELATIONER

Majoriteten har tre eller fler nära vänner. Umgängesmönstret förändras över åldrarna så till vida att andelen som träffar kompisar efter skolan minskar mellan 11 år och 15 år, samtidigt som fler träffar kompisar på kvällarna ju äldre de blir.

Gemensamt för pojkar och flickor är att de får svårare att tala med sina föräldrar ju äldre de blir, samtidigt som de får lättare att tala med vänner av motsatt kön. Kontakten med föräldrarna har inte förändrats över tid.

SKOLAN

Skoltrivseln minskar med åldern och till skillnad från många andra frågor skiljer sig pojkars och flickors uppfattning i denna fråga mest i den yngsta åldersgruppen, då flickorna uppger att de trivs mycket bra i skolan i högre utsträckning. Samtidigt som skoltrivseln minskar med åldern ökar känslan av att vara stressad av sitt skolarbete och i 15-års ålder känner sig flickorna mer stressade än pojkarna.

Sett över tid har andelen som tycker mycket bra om skolan till stora delar varit oförändrad åren 1985–2001. Vid fördjupade frågor kring skolmiljön framkommer att uppfattningarna skiljer sig mellan åldrarna, medan pojkar och flickor i stort har samma uppfattning. Med stigande ålder är det fler som tycker att kraven ökar, samtidigt som det är färre som tycker att de har möjlighet att påverka sin skolsituation, att de blir rättvist behandlade av sina lärare och att de får hjälp från lärare då de behöver det.

Summary

This report is primarily based on data collected from 11, 13 and 15-year-olds in November-December 2005, within the framework of the cross-sectional study "Health Behaviour in School-Aged Children". Since 1985/86, this study has taken place every fourth year around the world, most recently in over 40 different countries, within the framework of a WHO collaborative project. As a result, this report also contains some data from previous years. International comparisons are, however, published in a separate report from WHO. Here is a brief summary of some of the results presented in this report along with the sex, age and trend differences discovered.

SELF-RATED HEALTH AND GENERAL WELL-BEING

It is not that easy to summarize in just a few words how children of these ages feel since things look very different depending on the subject areas studied. In general, the report ascertains that children's health, lifestyles, social relations and opinions about the school environment change depending on their age and that there are often differences between boys and girls. At the age of 11, children on the whole feel better, live more healthily and have a more positive attitude towards school than when they are older (13-15 years).

Self-rated health, somatic and mental problems and general well-being all worsen as children get older and the difference between boys and girls increases. The majority feel that they are in good health and seen over time, the proportion of those who feel they are in very good health has remained unchanged.

Historically, somatic and mental problems have increased among both boys and girls, with the exception of 11-year-old girls. According to the most recent study, however, this generally negative trend was broken.

It is still the case, however, that girls of all the ages are less happy with life than boys of the same age. This difference has become more marked between 1985 and 2005, and the contentment of 13- and 15-year-old girls in particular has diminished. Boys feel that they are too thin and girls feel that they are too fat, the older they become, and this also influences the extent to which they want to alter their weight.

TOBACCO AND ALCOHOL

Both tobacco and alcohol habits are established during the later compulsory school years (13-16 years old). More girls than boys smoke but the proportion of those who smoke at least once a week has fallen both among girls and boys between 2001 and 2005. More boys use oral smokeless tobacco than girls, however, and if we look at total tobacco consumption, there are more regular tobacco users among 15-year-old boys than among girls.

As regards alcohol use, about 15 per cent of 15-year-olds say that they have drunk enough alcohol to make them drunk on at least four occasions. Seen over time, binge drinking (drinking until one becomes drunk) increased between 1985 and 2001, but since then has decreased both among girls and boys.

FOOD AND PHYSICAL ACTIVITY

The proportion of those eating breakfast decreases with age and mostly among girls. The fact that children's eating habits change and deteriorate with age can also be noticed when they are asked questions as to whether they eat fruit, vegetables, sweets and soft drinks. Boys generally eat less healthy food than girls.

The proportion of physically active individuals diminishes with age, whilst the proportion of those who watch TV and use the computer for more than four hours a day increases with age. Seen over time, the proportion of those who are physically active at least four times a week has varied and it is difficult to see a clear trend in this respect.

SOCIAL RELATIONS

The majority of those asked have three or four close friends. The patterns of social intercourse change over time to the extent that the proportion of those who meet their friends after school decreases between 11 and 15 years old, whilst more meet their friends in the evenings as they get older.

Common to both boys and girls is that they find it more difficult to talk to their parents as they get older, whilst they find it easier to talk to friends of the opposite sex. Contact with parents has not changed over time.

SCHOOL

Children feel less content at school as they get older and in contrast to many of the other questions asked, there is a difference between the opinions of boys and girls mostly in the youngest age group, where more girls say that they are very happy at school. At the same time as school contentment decreases with age, the feeling of stress in connection with schoolwork increases and 15-year-old girls feel more stress than boys of the same age.

Seen over time, the proportion of those who like school very much remained basically unchanged between 1985 and 2001. When asked more in-depth questions about the school environment, opinions differ between the ages, whilst boys and girls basically feel the same way. As they get older, more of them feel that the demands on them increase, whilst fewer feel that they are able to influence their situation at school, that they are treated fairly by their teachers and that they obtain help from the teachers when they need it.

Undersökningen Skolbarns hälsovanor

Bakgrund

Forskningsprojektet Skolbarns hälsovanor (*Health Behaviour in School-Aged Children*) påbörjades i början av 1980-talet. Vid en internationell tobakskonferens 1982 konstaterade några tobaksforskare att man saknade jämförbara data om skolbarns rökvanor mellan olika länder. Året därefter genomfördes därför en gemensam tobaksvaneundersökning i Finland, Norge, England och Österrike.

Två år senare, 1985/86, gjordes den andra studien. Innehållet hade då utvidgats, även om tobaksfrågorna fortfarande var i fokus, och elva länder deltog, däribland Sverige. Världshälsoorganisationen, WHO, accepterade studien som en ”*WHO collaborative study*”. Detta innebär att WHO publicerar internationella samlingsrapporter samt ger ett finansiellt stöd till vissa länder och funktioner.

Studien har sedan 1985/86 gjorts vart fjärde år, det vill säga sex gånger, i ett växande antal länder. Senaste datainsamlingen genomfördes läsåret 2005/06 i ett 40-tal länder. Metod och urvalsförfarande har varit desamma genom åren.

Syftet med studien är dels att öka kunskapen om levnadsvanor och förhållanden som anses viktiga för barns hälsa, dels att följa utvecklingen inom landet över tid och göra jämförelser med andra deltagande länder.

Metod

URVAL

När man genomför en internationell undersökning av detta slag är det viktigt att så mycket som möjligt sker på samma sätt i alla länder. Samtidigt måste man ta hänsyn till det system som råder i respektive land eller region. Urvalet i denna undersökning görs med en tvåstegs klusterdesign. Först väljs ett antal skolor eller klasser ut på ett slumpmässigt sätt så att de är representativa för respektive land och region. Därefter ingår alla eleverna i klustret, det vill säga skolan eller klassen, i undersökningen.

Den genomsnittliga åldern är 11,5, 13,5 respektive 15,5 år. Minst 1 500 elever från varje åldersgrupp ingår i urvalet.

Undersökningen genomförs vid olika tidpunkter under det aktuella läsåret i de olika länderna, vilket styrs av när eleverna i årskurserna har rätt genomsnittsålder.

I Sverige görs undersökningen i årskurserna 5, 7 och 9 i månadsskiftet november/december. Eftersom det vid denna tidpunkt inte finns något aktuellt register över hur många klasser det finns per årskurs i varje skola, görs först ett slumpmässigt urval av skolor per årskurs. Detta urval av skolor görs av Statistiska centralbyrån. Därefter slumpas en klass på respektive skola i de tre olika urvalen. Samtliga elever i klassen deltar i undersökningen.

MATERIAL

Undersökningen görs med hjälp av en enkät. Enkäten fastställs först i en gemensam engelsk version, som sedan översätts till respektive språk. För språkkontrollens skull översätts den därefter tillbaka till engelska igen.

Enkäten besvaras anonymt av eleverna i klassrummet. I Sverige ansvarar läraren för datainsamlingen i de flesta klasser och därför lämnar eleverna in enkäten i igenklustrade kuvert.

Enkäten innehåller ett antal basfrågor som ställs i varje land och återkommer vid varje undersökningstillfälle. Dessutom behandlar varje datainsamling ett eller flera fördjupningsteman som är desamma för flera länder. Exempel på sådana specialteman har varit fysisk aktivitet (1985/86), kam-

ratrelationer (1989/90), skolmiljö och skador (1993/94), skador, skolmiljö samt vikt, längd och kroppsuppfattning (1997/98), socialt kapital, skolmiljö och positiv hälsa (2001/02). I undersökningen 2005/06 fördjupades områdena psykisk hälsa, fysisk aktivitet och skolmiljö.

Till basfrågorna hör olika bakgrundsvariabler såsom kön, ålder, boendeort, socialgrupp (i Sverige även familjekonstellation). Andra basfrågor rör alkohol-, tobaks- och matvanor, fysisk aktivitet, somatiska och psykosomatiska besvär, kroppsuppfattning, självförtroende, mobbning samt relationer till kamrater och föräldrar. Förutom dessa gemensamma frågor har varje land möjlighet att komplettera enkäten med egna frågor.

DELTAGANDE LÄNDER

Som framkommit tidigare har antalet länder nästan fyrdubblats sedan undersökningen startade 1985/86. Studien gjordes då i elva länder/regioner: fransktalande delen av Belgien, Finland, Israel (judiska befolkningen), Norge, Skottland, Schweiz, Spanien, Sverige, Ungern, Wales och Österrike.

Antalet länder/regioner var detsamma 1989/90 men Israel och Schweiz deltog inte. Istället hade Canada och Polen tillkommit.

I undersökningen 1993/94 hade antalet länder/regioner utökats till 25. Förutom att Israel och Schweiz återigen var med hade följande länder tillkommit: Belgien (den flamländsktalande delen), Danmark, Estland, Frankrike (Nancy och Toulouse), Grönland, Lettland, Litauen, Nordirland, Ryssland (S:t Petersburgsområdet), Slovakien, Tjeckiska republiken och Tyskland (Nordrhein-Westfalen).

Undersökningsåret 1997/98 genomfördes studien i ytterligare fem länder: Irland, England, Grekland, Portugal och USA. Sammanlagt var då 30 länder representerade.

År 2001/02 genomfördes undersökningen i 36 länder och de tillkomna länderna var: Makedonien, Nederländerna, Italien, Kroatien, Malta, Slovenien och Ukraina.

Hur många länder som deltar i den senaste undersökningen, 2005/06, är vid denna rapportens tryckning fortfarande oklart.

Den svenska undersökningsgruppen

Sverige har, som tidigare nämnts, deltagit i projektet sedan 1985 och har därmed genomfört sex datainsamlingar. Genom åren har sammanlagt cirka 22 000 elever svarat på enkäten. I den första undersökningen, 1985/86, ingick inte lika många elever som senare eftersom elevantalet per klass visade sig vara lägre än förväntat, och därför utökades antalet klasser i urvalet till 1989/90 års undersökning.

Tabell 1. Antal deltagande elever uppdelade på undersökningsår och årskurs. Procenttalen anger andel av undersökningsgruppen.

	85/86	89/90	93/94	97/98	01/02	05/06
År 5	754 (91 %)	1 254 (91 %)	1 225 (85 %)	1 294 (86 %)	1 499 (90 %)	1 522 (87 %)
År 7	1 102 (89 %)	1 140 (85 %)	1 208 (85 %)	1 357 (93 %)	1 201 (87 %)	1 368 (87 %)
År 9	1 077 (88 %)	1 159 (80 %)	1 151 (85 %)	1 151 (90 %)	1 226 (84 %)	1 531 (81 %)
Totalt	2 933 (90 %)	3 553 (85 %)	3 584 (85 %)	3 802 (90 %)	3 926 (87 %)	4 421 (85 %)

Det genomsnittliga bortfallet har genom åren varit mellan 10 och 15 procent. Bortfallet är beräknat på elevnivå och består dels av de elever som av olika anledningar inte var i skolan den dag då enkäten fylldes i, dels av de relativt få elever som lämnat alltför många basfrågor obesvarade eller som inte hade rätt ålder.

Bortfallet av skolor är också en typ av bortfall men finns inte med i beräkningen av bortfallet. Vid den första undersökningen deltog samtliga utvalda skolor. Därefter avböjde 13, 22 respektive 22 av 200 utvalda skolor att delta 1989/90, 1993/94 respektive 1997/98. Detta bortfall har alltså blivit större med åren och för att inte riskera att få ett för litet elevurval utökades år 2001/02 urvalsramen till 230 skolor, och av dessa avböjde 36 skolor att delta i undersökningen. Då klasserna var små år 2001/02 utökades år 2005/06 urvalet ytterligare till 271 skolor. Av dessa deltog 224 skolor, det vill säga 224 klasser. Hälften av detta bortfall skedde i samband med inbjudan att delta då rektorn tillfrågades. Rektorerens skäl till att inte delta varierade, men de vanligaste var att det förekommer många andra undersökningar på skolorna eller att de har för mycket att göra. Hälften av bortfallet skedde i samband med själva genomförandet. I flera fall hade enkäter kommit bort. I många fall hade det också visat sig att det var vanligt att genomförandet av enkäten krockade med andra aktiviteter, till exempel prao, andra enkätundersökningar eller tidsbrist.

DEMOGRAFISKA BAKGRUNDSVARIABLER

I undersökningen 2005/06 deltog sammanlagt 4 421 elever. Dessa var fördelade enligt tabell 2.

Tabell 2. Antal och andel elever i 2005/06 års undersökning uppdelade på årskurs och kön.

	Årskurs 5	Årskurs 7	Årskurs 9	Totalt
Pojkar	778 51 %	658 48 %	759 50 %	2 195 50 %
Flickor	744 49 %	710 52 %	772 50 %	2 226 50 %
Totalt	1 522 100 %	1 368 100 %	1 531 100 %	4 421 100 %

I urvalet ingår, som tidigare nämnts, elever från hela landet. Detta återspeglas i var och hur de uppger att de bor. Trettio procent uppger att de bor i en storstad eller förort till en storstad, 26 procent att de bor i en stad, 26 procent i ett samhälle och 17 procent på landsbygden. Drygt 60 procent uppger att de bor i villa, en femtedel bor i lägenhet och resterande i radhus eller kedjehus.

Majoriteten, 72 procent, av ungdomarna bor med båda sina föräldrar. Fjorton procent bor med en ensamstående förälder medan 12 procent bor i så kallade styvfamiljer. Två procent av dem som besvarade enkäten bor inte med någon av sina föräldrar.

Människors sociala bakgrund och ekonomiska förutsättningar har visat sig ha betydelse för hälsan. För att få en bild av den sociala och ekonomiska bakgrunden ställs i undersökningen frågor som tillsammans kan ge en bild av skolbarnens uppväxtvillkor. Exempel på sådana frågor är barnens egna uppskattningar av hur bra ställt familjen har det ekonomiskt, om deras föräldrar har arbete eller inte, hur många gånger man rest bort på semester, om familjen har bil etc. Nittio procent av ungdomarna uppger att deras pappa har ett arbete och 85 procent att deras mamma har ett arbete. Typen av arbete är ett vanligt mått på social klasstillhörighet i den vuxna delen av befolkningen. Barn och ungdomars socio-ekonomiska bakgrund bygger på vad deras föräldrar gör eller har för utbildning och det är inte helt utan komplikationer att fråga barn och ungdomar om detta. Då 11-åringar får frågan vad deras föräldrar arbetar med får vi ofta oprecisa svar, till exempel på sjukhus, i skolan, på kontor eller på Ericsson. Därför blir det interna bortfallet ganska stort och det blir svårare att dra några slutsatser om vilken status föräldrarnas yrke har. Svaren blir dock något mer informativa med ökad ålder.

Förutom familjens sociala position är också den kultur föräldrarna vuxit upp i och den tid man vistats i Sverige viktiga faktorer för barnens hälsa (1). I den allmänna folkhälsorapporteringen finns ett flertal studier och rapporter som visar att hälsoproblemen ökar i vissa befolkningsgrupper och att invandrare har sämre hälsa än genomsnittsbefolkningen i Sverige (2). När man ska titta närmare på olika gruppers hälsa stöter man, som tidigare nämnts i samband med socioekonomisk bakgrund, på definitionsproblem. I 2005/06 års undersökning fanns två frågor med i enkäten för att mäta etnisk tillhörighet. Dels frågades efter barnets eget födelseland, dels föräldrarnas. En indelning byggd på dessa frågor leder till följande fördelning:

- personer med utländsk bakgrund (födda utomlands alternativt födda i Sverige och båda föräldrarna födda utomlands) – 10 procent
- personer med både svensk och utländsk bakgrund (födda utomlands alternativt födda i Sverige med en svenskfödd och en utrikes född förälder) – 10 procent
- personer med svensk bakgrund (födda i Sverige och båda föräldrarna födda i Sverige) – 80 procent.

RESULTATREDOVISNING

Resultaten i denna rapport bygger på svenska data från i huvudsak undersökningen 2005/06. Då flera frågor även har ställts vid tidigare undersökningar redovisas även några av dessa i rapporten. Önskas närmare resultat från tidigare undersökningar finns dessa i tidigare utgivna rapporter: ”Skolbarns hälsovanor under ett decennium” (3), ”Skolbarns hälsovanor 1997/98” (4) och ”Skolbarns hälsovanor 2001/02” (5). För enkelhetens skull presenteras trenderna med det årtal, och inte läsår, då undersökningen genomfördes i Sverige.

Rapporten består i huvudsak av två delar. Den första delen beskriver huvudresultaten och redovisar de ålders- och könsskillnader som finns. Den andra delen är en tabellbilaga där svarsfördelningen på de olika frågorna redovisas.

Huruvida det finns skillnader mellan kön och åldrar har testats med det ickeparametriska testet Chi2. Detta test visar inte hur stora skillnaderna är utan endast om det finns en skillnad och i så fall om den är signifikant, det vill säga om den är så stor att den troligen inte beror på slumpen.

Urvalet i denna undersökning är ett så kallat klusterurval, vilket innebär att det finns ett beroende mellan individerna i klustret, i detta fall skolklassen. Klustret, det vill säga gruppen, har olika stor effekt på olika typer av frågor. När man mäter individuella faktorer som exempelvis självrapporterad hälsa är betydelsen av klustret mindre. Andra frågor om skolmiljön och vissa levnadsvanor, såsom rökning och alkohol, påverkas mer av klustret och då blir designeffekten större (se Tabell 4). För att kunna avgöra betydelsen beräknades vid förra undersökningen 2001/02 designeffekten, det vill säga kvoten mellan standardfelet beräknat på klustren och standardfelet beräknat utifrån ett totalt slumpmässigt urval.

Tabell 4. Designeffekten för olika frågor vid 2001/02 års studie.

Fråga	Kvot
Varit full	2,39
Pressad av skolarbetet	2,04
Röker	1,75
Ser fram emot att gå till skolan	1,74
Reglerna i skolan är rättvisa	1,73
Tycker om skolan	1,72
Bra ställt ekonomiskt i familjen	1,59
Trivs med livet	1,56
Snusar	1,53
Skattning av hälsa	1,34
Bantar	1,28
Äter frukt	1,28
Frisk	1,25
Nära manliga vänner	1,25
Känt sig nere	1,23
Huvudvärk	1,22
Haft samlag	1,21
Irriterad	1,18
Föräldrar uppmuntrar till bra skolresultat	1,14
Mobbats	1,10
Nära kvinnliga vänner	1,07

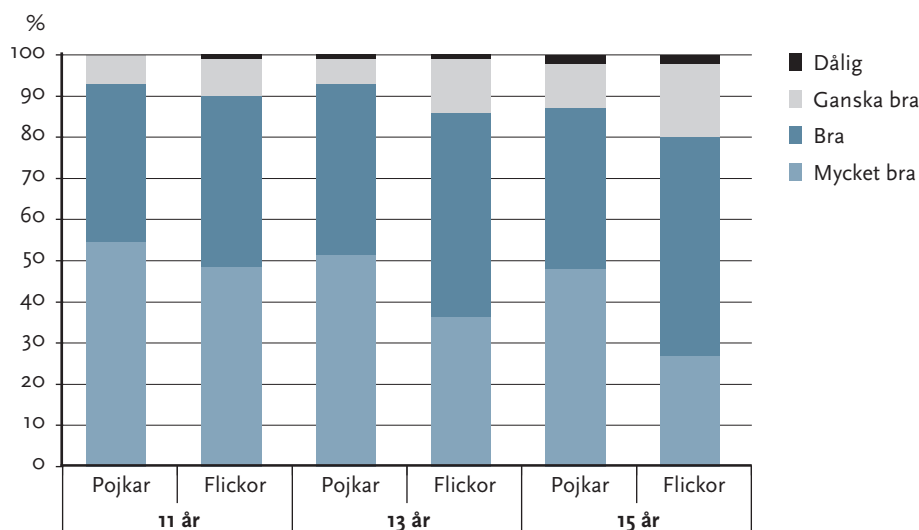
Designeffekten kan leda till att resultaten med en högre designeffekt kan bli signifikanta även om de inte är det. I denna rapport har därför en strängare signifikansnivå (99 procent) valts, då skillnader mellan grupper och över tid testats. I urvalet ingår, som tidigare nämnts, minst 1 500 elever från varje åldersgrupp. Storleken på urvalet är också beräknat för att minimera klusterurvalets betydelse.

Hälsa

Självskattad hälsa

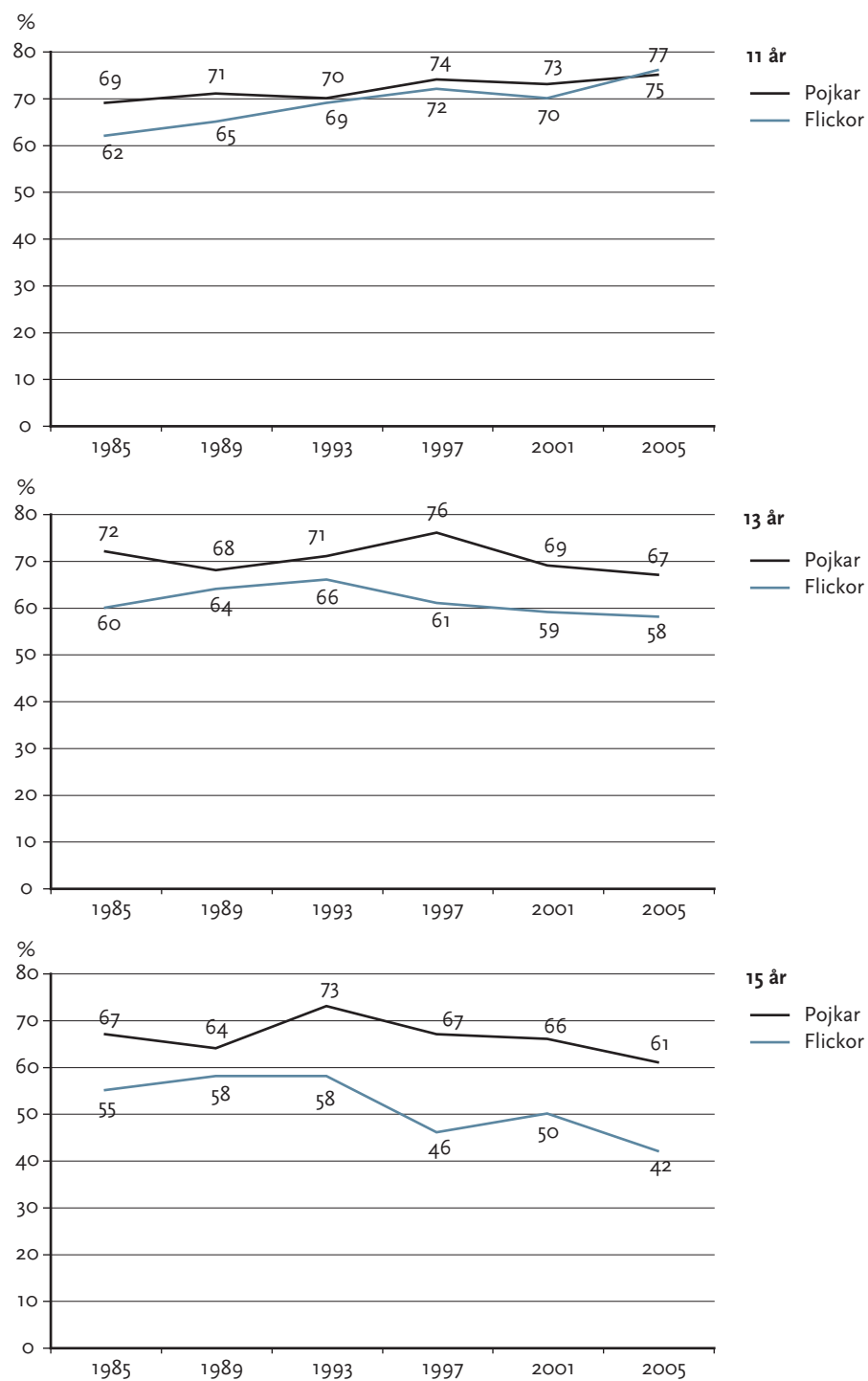
En mycket viktig indikator på människors hälsa är den självskattade hälsan. Den självskattade hälsan omfattar inte bara frånvaro av sjukdom utan ger en mer holistisk bild, det vill säga den omfattar även psykiska och sociala aspekter av hälsan. I undersökningar bland vuxna har självskattad hälsa visat sig vara en viktig prediktor för såväl framtida sjukdomar som dödlighet (6). Bland barn och unga är den självskattade hälsans prediktiva betydelse inte lika väl dokumenterad men har visat sig ge en bra bild av deras hälsa (7).

Majoriteten av skolbarnen anser att de har en bra hälsa även om andelen som tycker att de har en mycket bra hälsa minskar med åldern. Det är framför allt flickorna som i högre utsträckning med åldern skattar sin hälsa mer negativt och i de två äldre åldersgrupperna finns det en skillnad mellan könen.



Figur 1. Svartsfördelning på frågan "Tycker du att din hälsa är..." uppdelat på ålder och kön.

Sedan början av denna undersökning har en fråga som mer direkt mäter frånvaro av sjukdom funnits med. Sett över tid har andelen 11-åriga flickor som svarat att de är mycket friska ökat. I övrigt har andelen mycket friska varierat genom åren och sett över tid kan man se att andelen minskat i den äldre åldersgruppen. Andelen mycket friska minskar med åldern och med åldern ökar också skillnaden mellan könen. År 2005 var det en signifikant skillnad till flickornas nackdel i de två äldre åldersgrupperna.



Figur 2. Andel pojkar och flickor som anger att de är mycket friska åren 1985–2005.

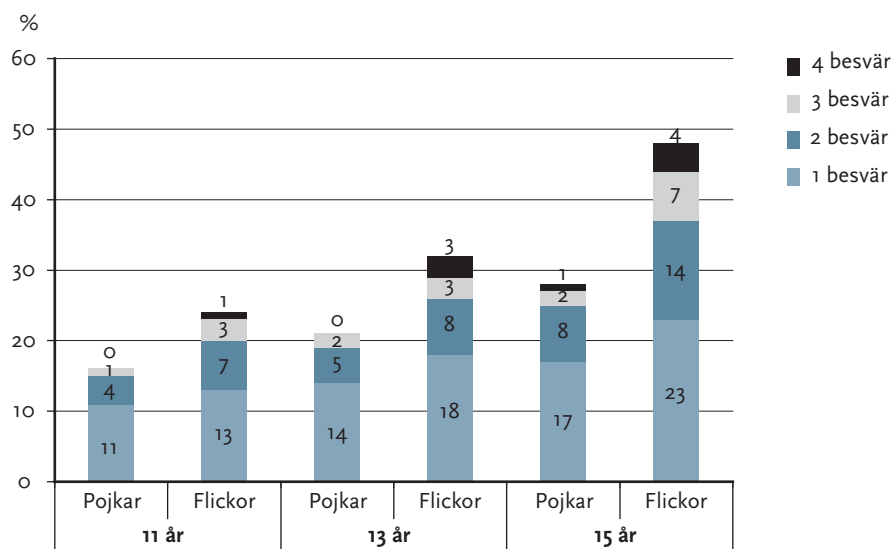
Symtom

En annan viktig dimension av hälsan är närvaron av psykosomatiska symtom av olika slag eftersom de visat sig ha stor relevans för barn och ungdomars hälsa. Det finns ett flertal studier som visar att det finns samband mellan psykosomatiska symtom och olika former av psykisk ohälsa. Vidare har dessa också visat sig vara stabila över tid, det vill säga har man symtom som ung eller barn ökar risken att man har det som äldre (8,9). Varken ett rent biologiskt eller ett psykoterapeutiskt förhållningssätt kan förklara denna typ av symtom då man måste ta hänsyn till såväl psykologiska som sociala faktorer.

I Skolbarns hälsovanor har frågor om självupplevda symtom ställts sedan början och man har funnit att dessa speglar två dimensioner. Den ena är mer somatisk och består av symtomen huvudvärk, ont i magen, ont i ryggen och yrsel. Den andra dimensionen är mer psykisk och består av symtomen svårt att somna, nedstämdhet, irriterad och nervös (10,11). Då dessa symtom är självupplevda och inte diagnostiserade kommer de framöver att kallas för somatiska respektive psykiska besvär.

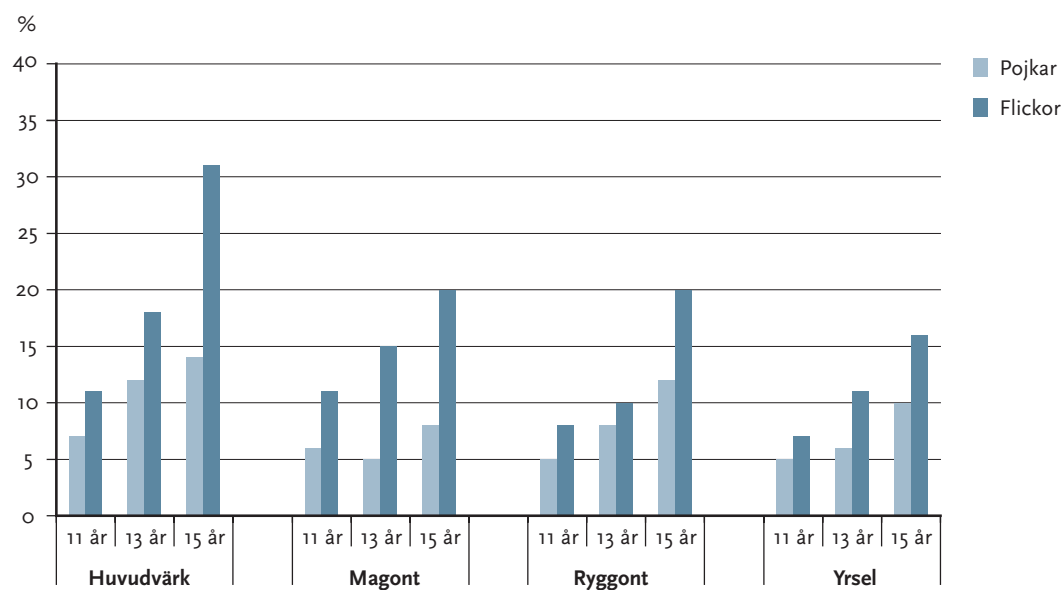
SOMATISKA BESVÄR

De somatiska besvären hänger många gånger ihop; man brukar tala om att de är klustrade hos samma individer. För att se hur detta stämmer redovisas i figur 3 antalet besvär som skolbarnen har. Andelen som har somatiska besvär ökar med åldern både bland pojkar och flickor. Detta är en skillnad från undersökningen år 2001 då det bland pojkarna inte fanns motsvarande ökning med åldern. Flickorna uppger symtom i högre utsträckning än pojkarna i samtliga åldrar.



Figur 3. Antal somatiska besvär som andelen pojkar och flickor i respektive åldersgrupp har haft mer än en gång i veckan under de senaste 6 månaderna.

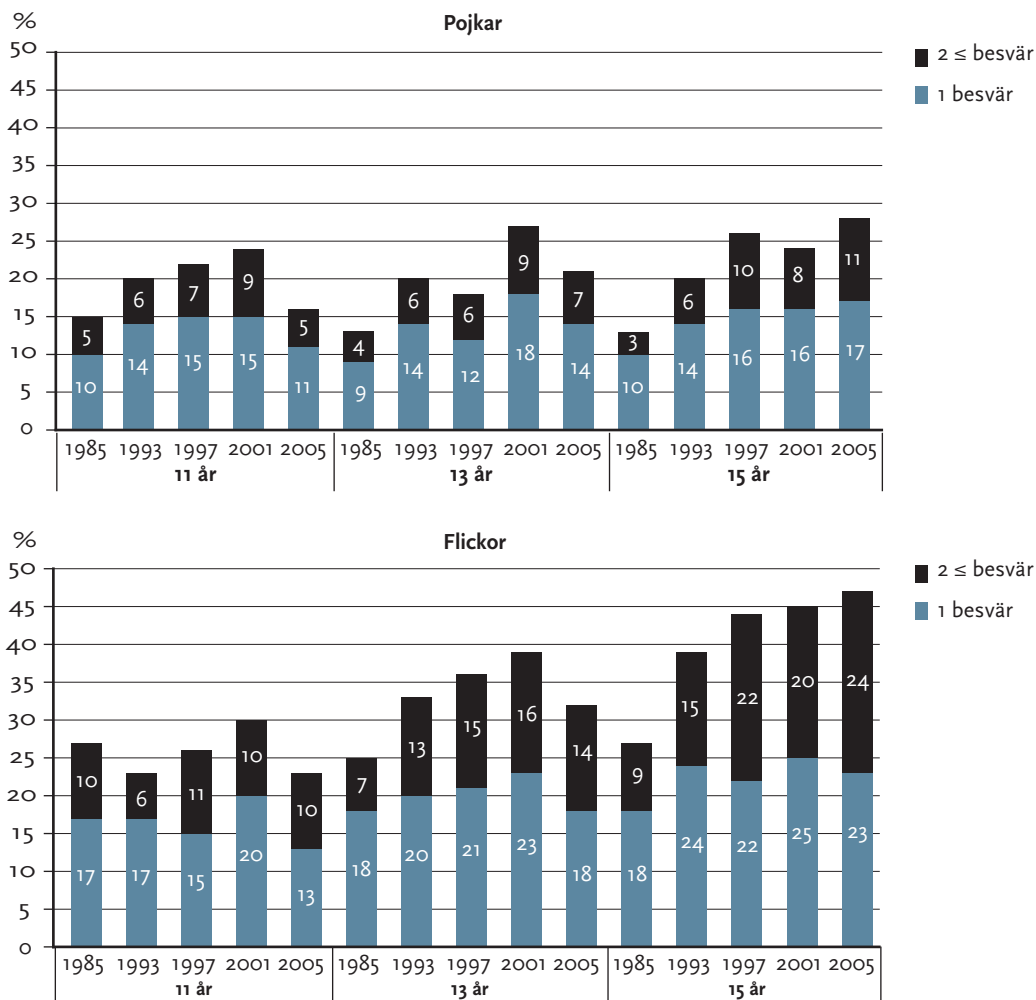
Studerar man varje besvär för sig kan samma mönster urskiljas. Huvudvärk, magont, ryggont och yrsel ökar alla med åldern bland flickorna och motsvarande ökning kan man se bland pojkarna med undantag av magont. Flickorna har i högre utsträckning såväl huvudvärk som magont. Det finns också en signifikant skillnad mellan pojkar och flickor när det gäller ryggont, vid 15 år, och när det gäller yrsel, vid 13 och 15 år.



Figur 4. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som har haft olika somatiska besvär mer än en gång i veckan de senaste 6 månaderna.

Frågor om självupplevda besvär har varit med i undersökningen sedan början och det är intressant att se hur besvären förändrats över tid. Tyvärr var frågan ställd på annat sätt år 1989, varför det saknas jämförbara uppgifter från det året. Fram till år 2001 kunde man se en trend att såväl pojkar som flickor i alla åldrar, med ett undantag för de 11-åriga flickorna, i ökande utsträckning rapporterade besvär. Framför allt ökade andelen flickor med minst två besvär mer än en gång i veckan i de två äldre åldersgrupperna. År 2005 har dock denna utveckling brutits bland 11- och 13-åringar, där andelen med besvär minskat, medan andelen 15-åringar med somatiska besvär fortsatt öka.

Generellt sett har de somatiska besvären ökat med åldern och flickorna har uppgett att de har besvär i högre utsträckning än pojkarna vid samtliga undersökningsår.



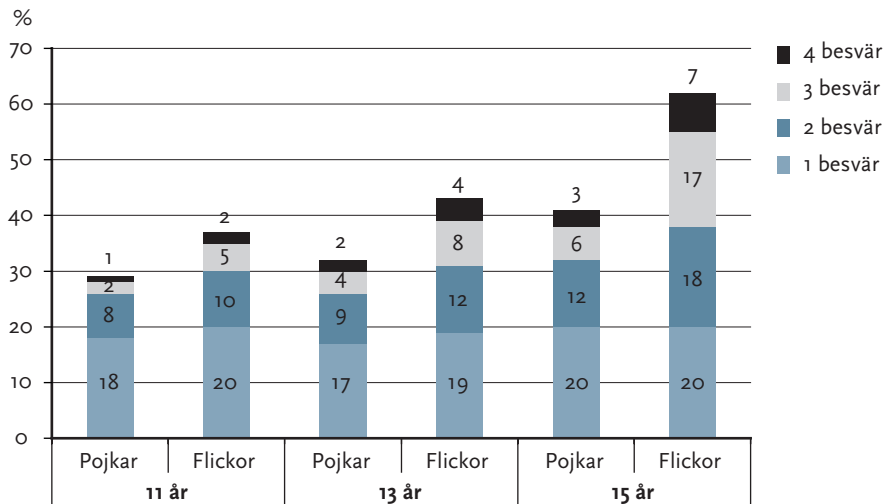
Figur 5. Andelen pojkar och flickor med ett samt två eller fler somatiska besvär mer än en gång i veckan åren 1985–2005. Observera att uppgifter från 1989 års datainsamling saknas.

Vilka somatiska besvär har då ökat? I bilaga 2 a finns utvecklingen av respektive symtom beskriven uppdelat på kön och ålder. Det är svårt att ge en generell bild då varje symtom utvecklats lite olika beroende på kön och ålder. Det tydligaste resultatet är att samtliga självrapporterade besvär ökat bland 15-åriga pojkar och flickor.

PSYKISKA BESVÄR

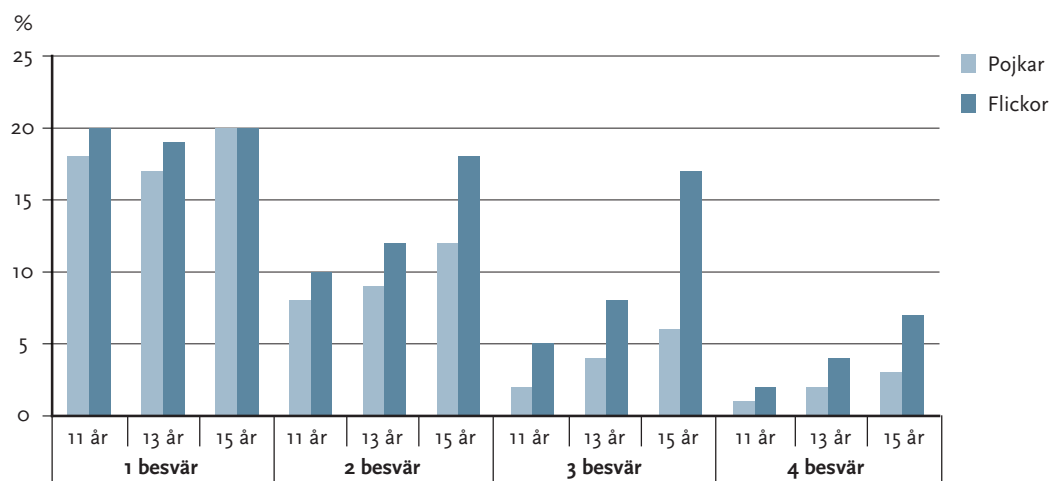
Som tidigare nämnts är många gånger de somatiska besvären klustrade hos samma individer och det samma gäller de psykiska besvären. Andelen skolbarn som har flera psykiska besvär är högre än motsvarande andel när det gäller de somatiska besvären; det vill säga det är fler skolbarn som upplever sig ha två eller fler psykiska besvär minst någon gång i veckan (figur 6).

Även när det gäller de psykiska besvären ökar dessa med åldern, och flickor uppger att de har besvär i högre utsträckning än pojkar. Figur 6 visar att det framför allt är andelen som uppger att de har flera besvär som ökar med åldern.



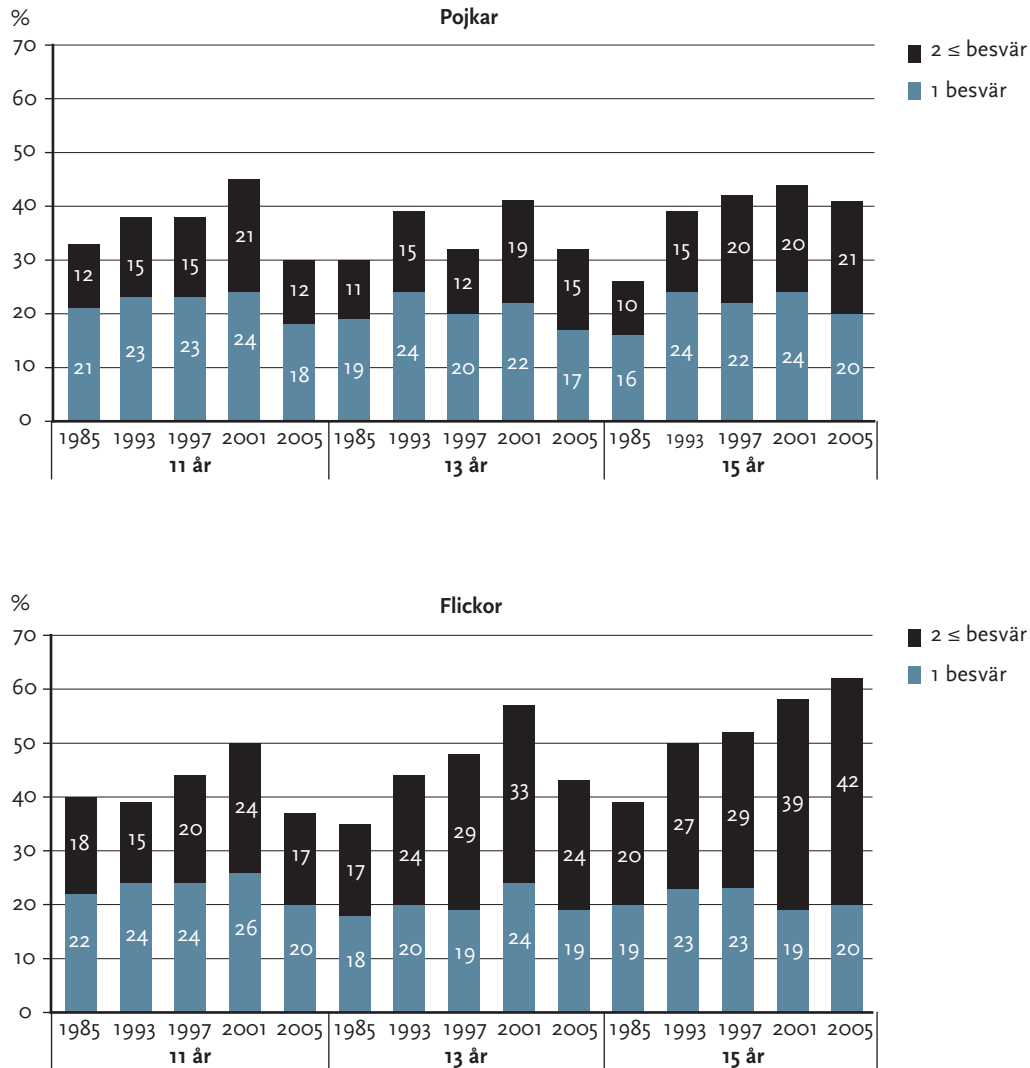
Figur 6. Antal psykiska besvär som andelen pojkar och flickor i respektive åldersgrupp har haft mer än en gång i veckan under de senaste 6 månaderna.

Studeras de olika psykiska besvären enskilt ser man att nedstämdhet, nervositet och irritation ökar med åldern bland både pojkar och flickor, medan endast flickor får svårare att somna med åldern. Huruvida det finns skillnader mellan pojkar och flickor i de olika åldrarna ser lite olika ut för olika besvär. Flickorna har generellt i alla åldrarna besvär i högre utsträckning, med vissa undantag. Elva-åriga flickor och pojkar har i samma utsträckning svårt att somna och då de är 13 år är de nervösa i samma utsträckning.



Figur 7. Andelen pojkar och flickor i olika åldrar som har haft olika psykiska besvär mer än en gång i veckan under senaste 6 månaderna.

Sett över tid har även de självrapporterade psykiska besvären ökat genom åren för såväl pojkar som flickor i alla åldrar (figur 8). År 2005 bröts dock trenden i samtliga åldrar och för båda könen med ett undantag. Andelen 15-åriga flickor som anger att de har två eller fler psykiska besvär minst en gång i veckan fortsätter att öka.

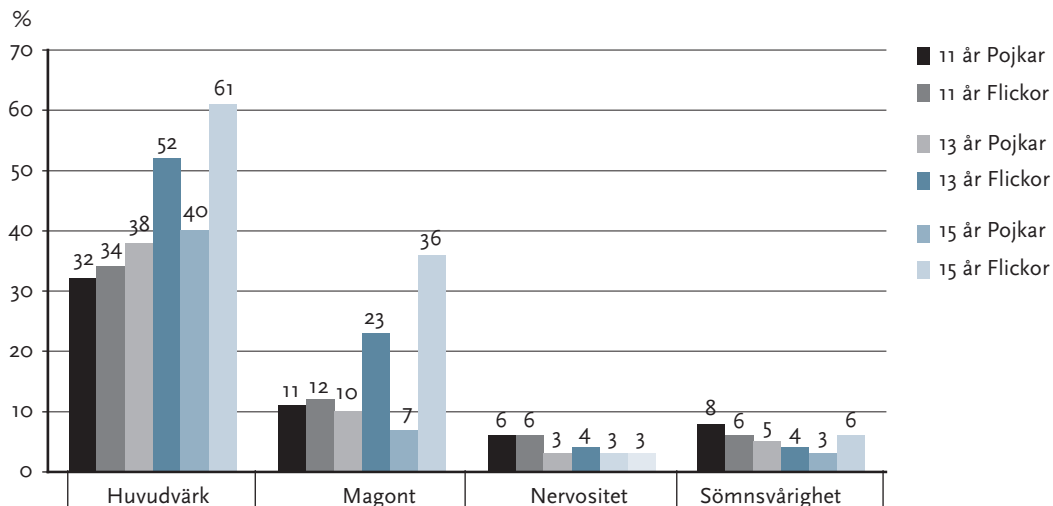


Figur 8. Andelen pojkar och flickor med ett samt två eller fler psykiska besvär mer än en gång i veckan åren 1985–2005. Observera att uppgifter från 1989 års datainsamling saknas.

Vilka psykiska besvär är det då som ökat genom åren? I bilaga 2 b finns utvecklingen av respektive symtom beskriven uppdelat på kön och ålder. I den äldre åldersgruppen har samtliga besvär ökat och så även bland 13-åriga flickor. I den yngsta åldersgruppen kan man i årets undersökning se en minskning av nästan samtliga symtom hos såväl pojkar som flickor.

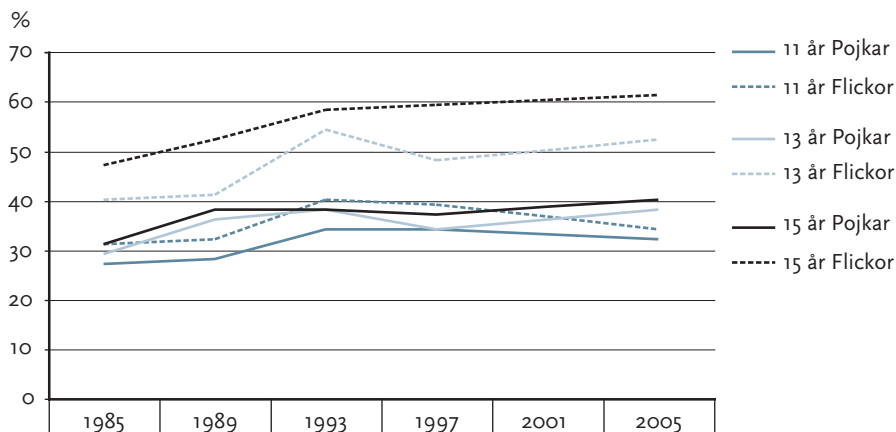
Medicinanvändning

Många barn tar mediciner mot sina besvär. I undersökningen ställs frågan ”Har du under den senaste månaden ätit tabletter eller medicin mot följande besvär?” och de besvär som tas upp är huvudvärk, ont i magen, svårt att somna och känt sig nervös. I figur 9 redovisas hur många som uppger att de ätit medicin för de olika besvären och som synes ökar användningen av medicin mot huvudvärk och magont med åldern, och flickorna tar medicin mot dessa besvär i högre utsträckning än pojkarna. När det gäller medicin för de andra psykiska besvären finns inte motsvarande skillnad mellan åldrar och mellan pojkar och flickor.



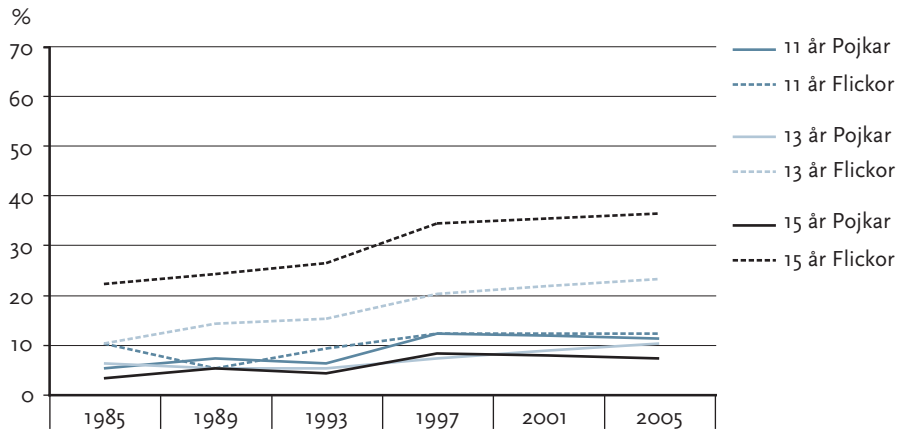
Figur 9. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som äter medicin minst någon gång i månaden mot huvudvärk, magont, att man känner sig nervös eller har svårt att somna.

Dessa frågor har varit med tidigare undersökningsår, men har formulerats om något. Till exempel har nervositet och sömnsvårigheter formulerats om till känt sig nervös och svårt att somna för att överensstämma med de besvär som också undersöks (se ovan om somatiska och psykiska besvär). Andelen som tar medicin för huvudvärk har generellt sett ökat under de senaste 20 åren och flickorna i de två äldre åldersgrupperna har under alla år uppgett att de tar medicin för huvudvärk i högre utsträckning än de andra grupperna (se figur 10 a).



Figur 10 a. Andelen pojkar och flickor i de olika åldersgrupperna som anger att de tagit medicin mot huvudvärk den senaste månaden, åren 1985–2005. Observera att uppgifter från 2001 saknas.

Andelen som tagit medicin för magont har också ökat men framför allt bland 11-åriga pojkar och 13- och 15-åriga flickor. De äldsta flickorna har med ett undantag, 13-åriga flickor år 1985, i högre utsträckning uppgett att de tagit medicin någon gång i månaden för att de har ont i magen.



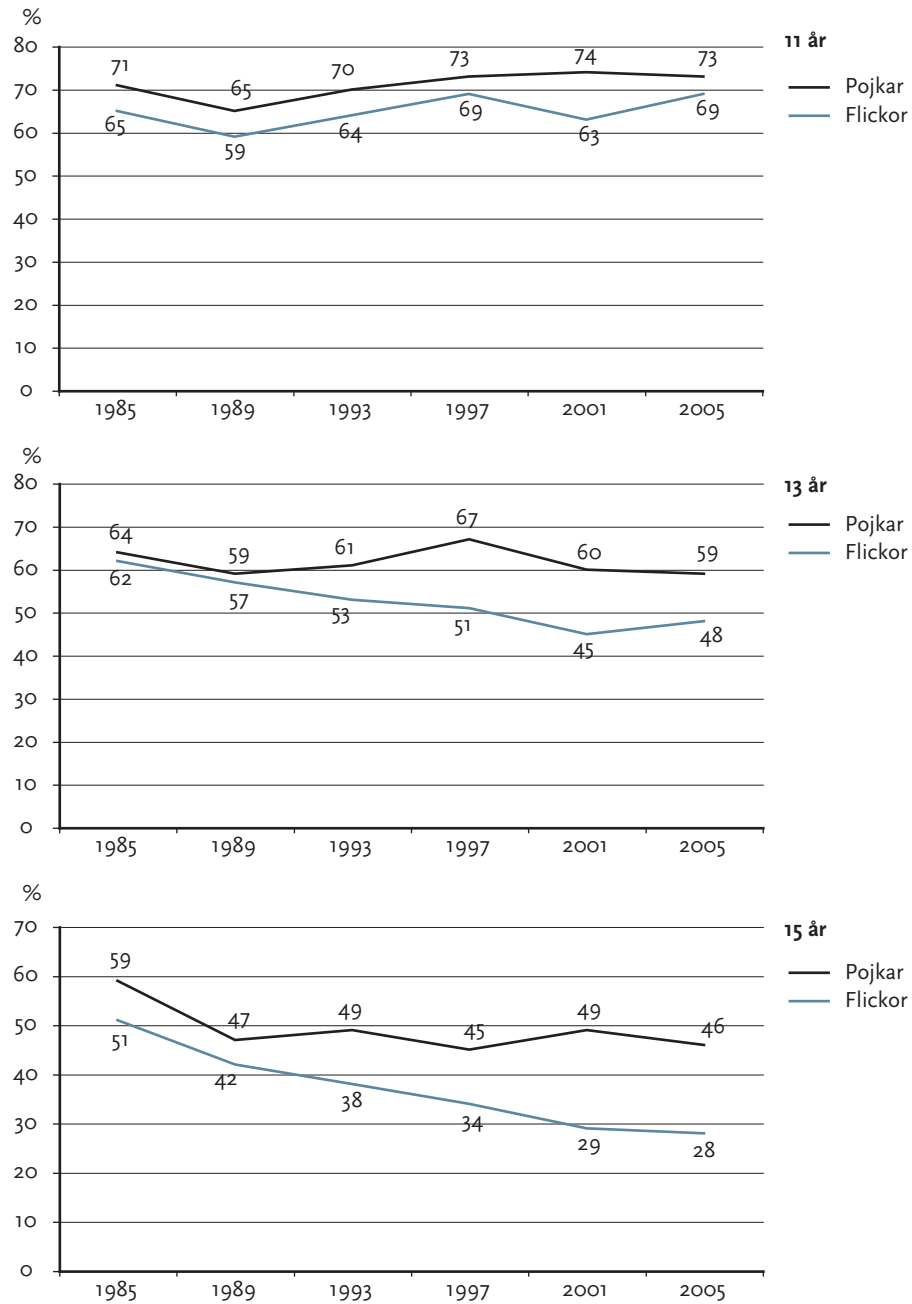
Figur 10 b. Andelen pojkar och flickor i de olika åldersgrupperna som anger att de tagit medicin mot magont den senaste månaden, åren 1985–2005. Observera att uppgifter från 2001 saknas.

Allmänt välbefinnande

Ytterligare en dimension av hälsan är det allmänna välbefinnandet. Det skiljer sig från hälsan såtillvida att det mer täcker den psykiska och sociala delen av hälsan. En intervjuundersökning med barn i dessa åldrar visade att när de svarar på denna fråga tänker de på sina sociala relationer och hur de allmänt känner sig (12).

I Skolbarns hälsovanor har genom åren frågan ”Hur trivs du med livet i stort sett just nu?” funnits med (figur 11). Då undersökningen startade trivdes mer än hälften av skolbarnen i de olika åldrarna mycket bra med livet även om andelen sjönk med ökande ålder. Sedan dess har andelen sjunkit bland 15-åringar och bland 13-åriga flickor. Mellan 2001 och 2005 tycks den negativa utvecklingen ha avstannat eller till och med vänt, framför allt bland flickorna.

Trivseln minskar med åldern bland såväl pojkar som flickor. År 1985 var det ingen skillnad mellan pojkar och flickor men 1993 var det signifikant färre 15-åriga flickor som trivdes med livet. Den skillnaden mellan könen har ökat sedan 1997. År 2005 trivdes flickorna i mindre utsträckning än pojkarna med livet i åldrarna 13 och 15.

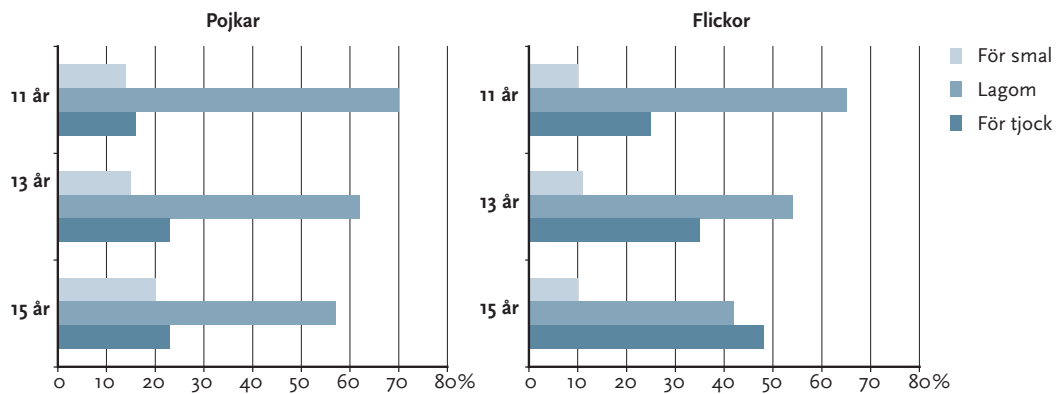


Figur 11. Andel pojkar och flickor i respektive åldersgrupp som har angett att de trivs mycket bra "med livet i stort sett just nu" åren 1985–2005.

Kroppsuppfattning

Det finns inte någon annan period under människans livstid som kroppen förändras så mycket och snabbt som under ungdomsåren. Under puberteten blir kroppens utseende alltmer viktigt. I ett hjärtförebyggande hälsoprogram riktat till ungdomar i USA fann man att uppfattningen om kroppens utseende var viktigare än någon annan livsstilsfaktor för ungdomarna själva och att dess betydelse ökade med åldern (13).

Kroppsuppfattningen skiljer sig mellan åldrarna fast på olika sätt hos pojkar och flickor. Andelen pojkar som tycker att de är för smala ökar med åldern och andelen pojkar som tycker de är lagom minskar. På motsvarande sätt minskar andelen flickor som tycker de är lagom med åldern medan andelen som tycker att de är för tjocka ökar. En följd av detta blir också att skillnaderna mellan pojkar och flickor ökar. Då de är 11 år är deras kroppsuppfattning lika medan den därefter skiljer sig (figur 12).



Figur 12. Svartsfördelning på frågan "Tycker du att du är..." uppdelat på kön och ålder.

I undersökningen ställs också en fråga om i vilken utsträckning man bantar eller gör någonting annat för att gå ned i vikt. Andelen pojkar som gör något för att gå ned i vikt är densamma i alla åldrar, cirka 6 procent. Bland flickorna är det dock vanligare att de gör något för att gå ned i vikt då de blir äldre (Tabell 1:16, bilaga 1).

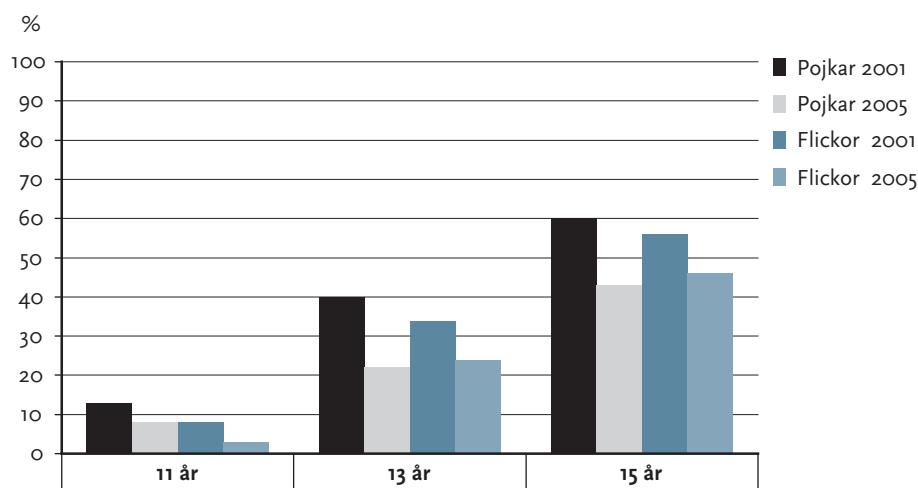
Levnadsvanor

Levnadsvanor är ett samlingsbegrepp för de beteenden som påverkar vår hälsa såväl positivt som negativt. Skolbarns hälsovanor studerar några av de viktigaste levnadsvanorna och i detta kapitel redovisas först drogrelaterade vanor och därefter kostvanor, fysisk aktivitet och andra fritidsaktiviteter.

Tobaksanvändning

Tobaksanvändningen dödar årligen många människor och gör många sjuka (14). Skadorna uppkommer först efter flera års användning, men det är i ungdomsåren som de flesta börjar använda tobaksprodukter. Ju högre upp i åldrarna man skjuter tobaksdebuten, desto mindre är risken att ett beroende uppkommer och därför är ungdomar en mycket viktig målgrupp i det tobakspreventiva arbetet (15).

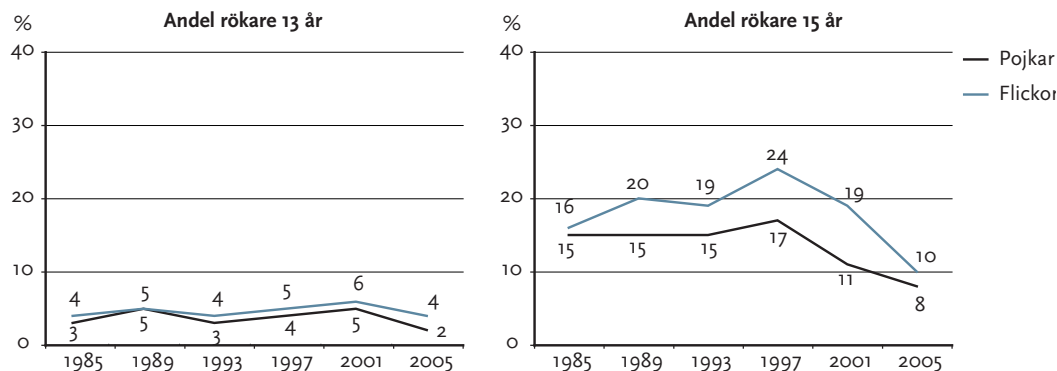
Andelen som någon gång prövat att röka ökar inte helt oväntat med åldern. En av tio 11-åringar har prövat att röka medan ungefär hälften av 15-åringarna gjort det. Vid en jämförelse mellan åren 2001 och 2005 kan man se att andelen pojkar och flickor som angett att de prövat att röka minst en cigarett, cigarr eller pipa har minskat i alla åldersgrupper. År 2001 var det fler pojkar än flickor som angav att de prövat att röka medan denna skillnad upphört år 2005 i de två äldsta åldersgrupperna.



Figur 13. Andel pojkar och flickor i de olika åldrarna som någon gång har rökt minst en cigarett, cigarr eller pipa år 2001 och 2005.

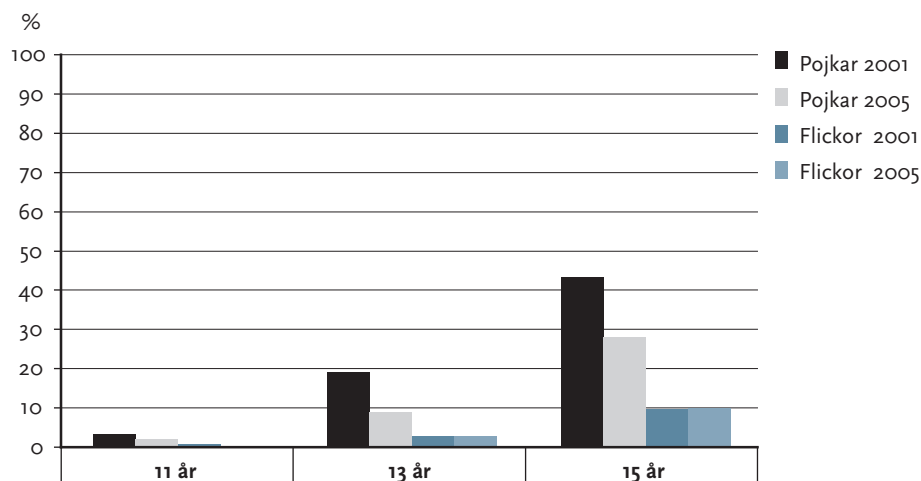
Det är långt ifrån alla som prövar att röka som sedan röker mer regelbundet. Även om det inte finns någon skillnad mellan pojkar och flickor när det gäller att någon gång ha rökt kan man se att det är fler flickor som börjar röka. Här har vi valt att definiera dem som röker minst varje vecka som rökare.

Även andelen rökare ökar med åldern och det är i högstadiet mellan årskurs 7 och 9 som tobaksrökningen utvecklas till att bli en vana. Enstaka 11-åringar har uppgett att de röker och motsvarande andel bland 13- och 15-åringarna är 3 procent respektive 9 procent. Sett över tid mellan åren 1985 och 2005 har andelen rökare bland 13-åringarna varit i stort sett oförändrad (figur 14). Bland 15-åringarna skiljer sig utvecklingen något åt mellan könen. Andelen flickor som röker ökade mellan åren 1985 och 1997 men har därefter minskat. Andelen pojkar som röker var densamma åren 1985 till 1997 och har också minskat därefter.



Figur 14. Andelen pojkar och flickor i åldrarna 13 och 15 år som röker minst varje vecka åren 1985–2005.

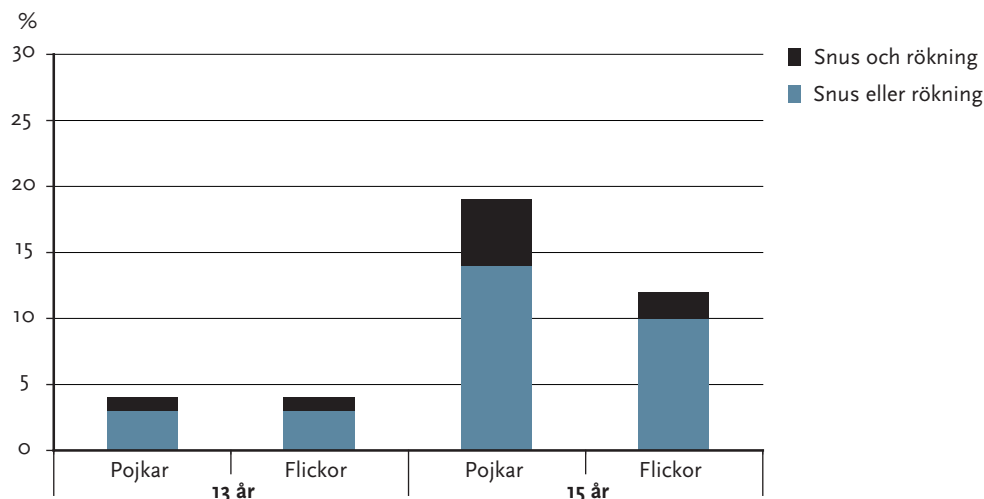
Även snusanvändningen ökar med åldern. Det är vanligare att pojkar har prövat snus än att flickor har gjort det. Ser man till dem som prövat snus mer än två gånger kan man se att den här skillnaden mellan pojkar och flickor minskat mellan åren 2001 och 2005, då pojkar i mindre utsträckning använder snus vid senaste datainsamlingen (figur 15). Andelen flickor som använder snus är dock oförändrad.



Figur 15. Andelen pojkar och flickor som har prövat snus mer än två gånger åren 2001 och 2005.

Det är långt ifrån alla som prövar snus som blir snusare. Andelen snusare, det vill säga de som snusar minst en gång i veckan, är bland pojkar 3 respektive 15 procent i åldrarna 13 och 15 år. Andelen snusande flickor är emellertid mindre: 2 procent av de 15-åriga flickorna uppger att de snusar minst en gång i veckan.

Snusning framhålls ofta som ett rökavvänjningsinstrument då dess långsiktiga hälsoeffekter inte anses lika allvarliga. Likväl är det många som utvecklar ett snusberoende och som senare övergår till cigarettrökning, och blandbruket tycks ha ökat under senare år (16). För att undersöka hur den totala tobaksanvändningen ser ut och hur utbrett blandbruket är bland ungdomar visar figur 16 andelen som antingen snusar eller röker regelbundet varje vecka samt andelen som både snusar och röker regelbundet. Figuren visar att 15-åriga pojkar i högre utsträckning än flickor använder tobak regelbundet varje vecka och att de både röker och snusar i högre utsträckning.

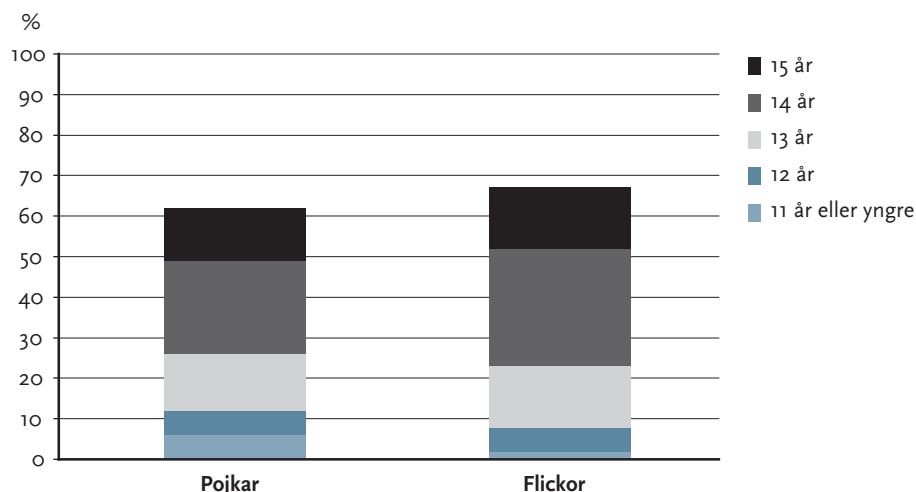


Figur 16. Andelen pojkar och flickor i åldrarna 13 och 15 år som använder tobak regelbundet varje vecka.

Alkohol

Som tidigare nämnts kommer skadorna till följd av tobaksanvändning först efter flera år och detsamma gäller hälsoeffekterna av alkoholkonsumtion. Ett flertal studier har dock funnit att det finns ett samband mellan hur tidig alkoholdebuten är och framtida konsumtion: ju tidigare man börjar dricka, desto mer dricker man senare i livet (17). Till skillnad från tobaksanvändningen har alkoholbruket också en mer omedelbar hälsokonsekvens då risken att komma till skada ökar i samband med att man dricker (18). Förutom fysiska konsekvenser får också hög alkoholkonsumtion psykosociala konsekvenser även om dessa många gånger är mer komplexa (19).

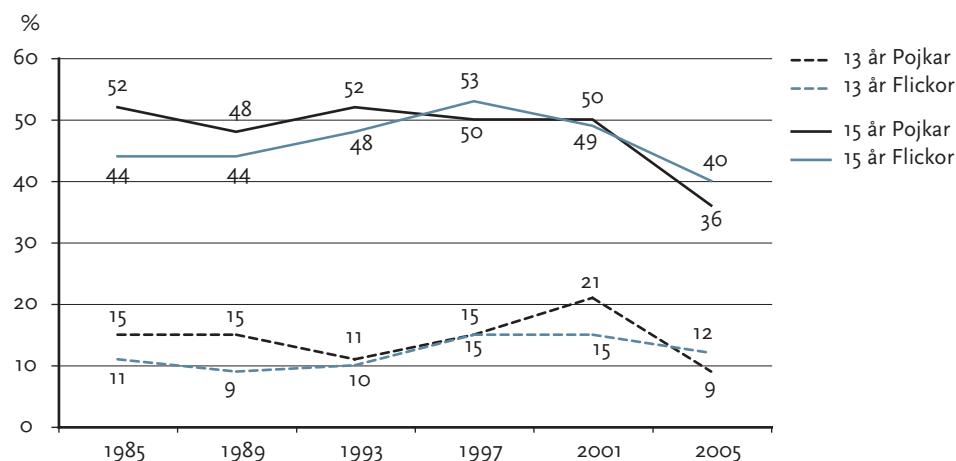
Den äldsta åldersgruppen fick svara på frågan om när de för första gången drack alkohol mer än att de bara smakade. Något fler pojkar (38 procent) än flickor (33 procent) uppgav att de aldrig druckit alkohol. Bland dem som svarade att de druckit alkohol fördelade sig debutåldern enligt figur 17.



Figur 17. Andelen 15-åriga pojkar och flickor som uppgett åldern för när de första gången drack alkohol mer än att de bara smakade.

Det är långt ifrån alla av dem som någon gång druckit alkohol som druckit så mycket att de blivit berusade. Som figur 18 visar har andelen som varit berusade någon gång varit densamma genom åren 1985–2001 med ett undantag; andelen 13-åriga pojkar var större år 2001 än år 1997. Mellan 2001 och 2005 har därefter andelen pojkar och flickor som druckit sig berusade minskat i båda åldersgrupperna.

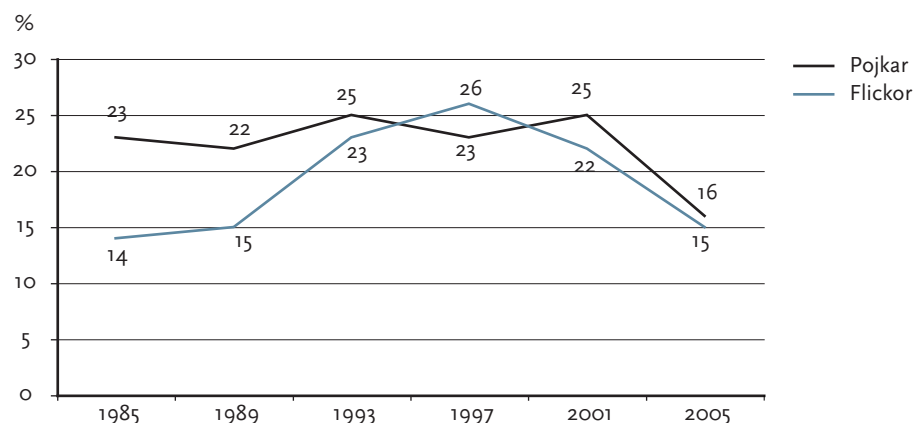
År 1985 drack de 15-åriga pojkarna mer än flickorna men den skillnaden har därefter minskat successivt och de senaste undersökningarna visar inte på någon könsskillnad.



Figur 18. Andelen 13- och 15-åriga flickor och pojkar som har varit fulla någon gång åren 1985–2005.

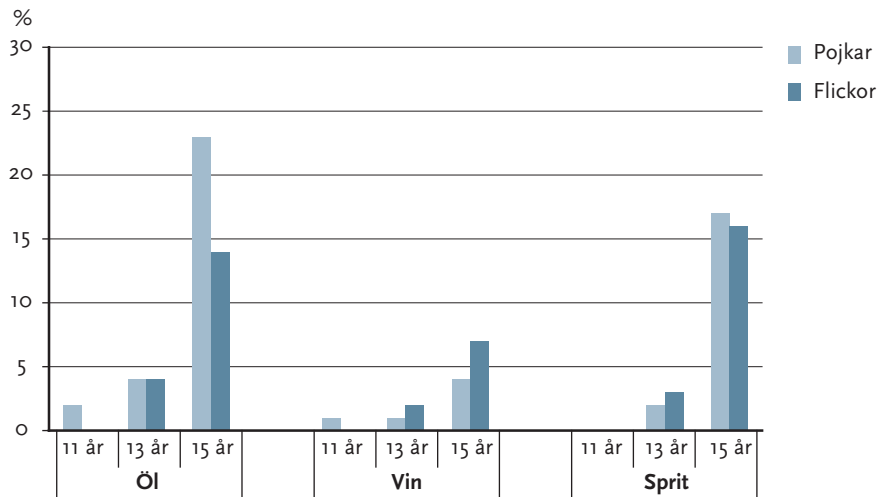
Om man istället för att se till hur många som någon gång varit fulla tittar på dem som varit fulla många gånger, det vill säga fyra eller fler gånger, kan man se att ingen 11-åring uppger sig ha varit det medan motsvarande andel hos de äldre, 13- respektive 15-åringarna, är 2 procent respektive 15 procent. Någon skillnad mellan pojkar och flickor finns inte när det gäller att ha varit full minst fyra gånger.

Sett över tid kan man se att de äldre pojkarnas berusningsdrickande har varit stabilt över åren fram till den senaste undersökningen då man kan se en minskning mellan 2001 och 2005 (figur 19). Flickornas berusningsdrickande ökade i början av 1990-talet i den äldre åldersgruppen och därefter låg även detta stabilt fram till den senaste undersökningen.



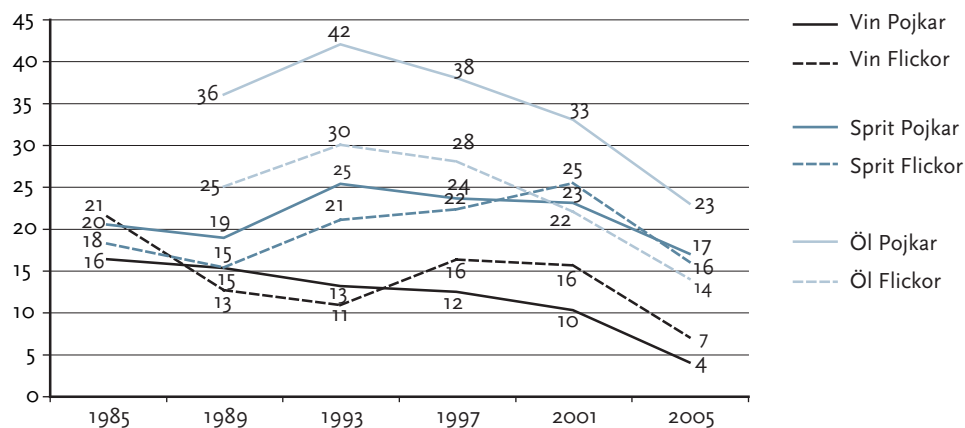
Figur 19. Andelen 15-åriga pojkar och flickor som druckit sig berusade fyra eller fler gånger åren 1985–2005.

Vad är det då ungdomarna dricker? Som visas i figur 20 dricker ungdomarna oftare öl och sprit än vin. De 15-åriga pojkarna dricker oftare öl än flickorna och de 15-åriga flickorna dricker oftare vin än pojkarna.



Figur 20. Andelen pojkar och flickor i de olika åldersgrupperna som dricker öl, vin respektive sprit varje månad eller oftare.

Sett över tid har mönstret förändrats när det gäller vilken typ av alkohol man dricker (figur 21). Den mest framträdande trenden är att ölrickandet minskat.



Figur 21. Andelen 15-åriga pojkar och flickor som dricker olika alkoholsorter minst varje månad eller oftare åren 1985–2005.

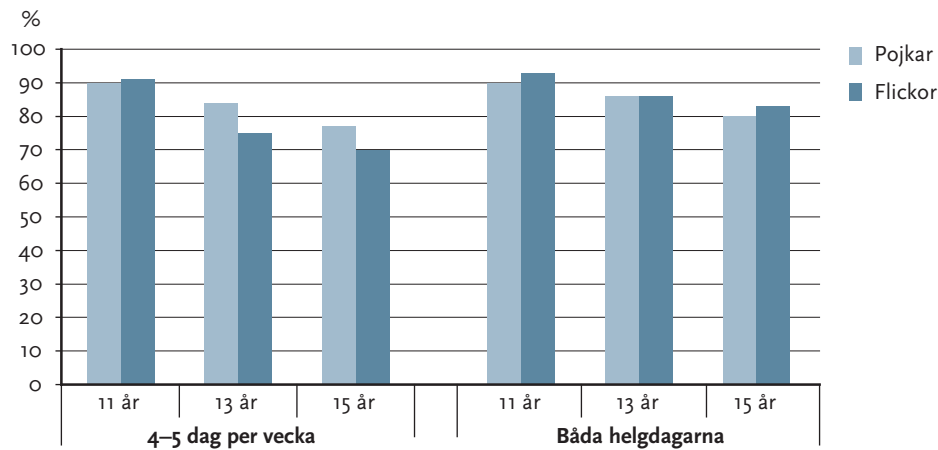
Cannabis

När det gäller andra typer av droger har 4–5 procent av 15-åringarna någon gång använt hasch eller marijuana (Tabell 2:9, bilaga 1). Knappt hälften av dessa, 1–2 procent, har gjort detta mer än tre gånger. Pojkar tenderar att ha använt cannabis mer än flickor, men någon signifikant skillnad finns inte.

Matvanor och tandhygien

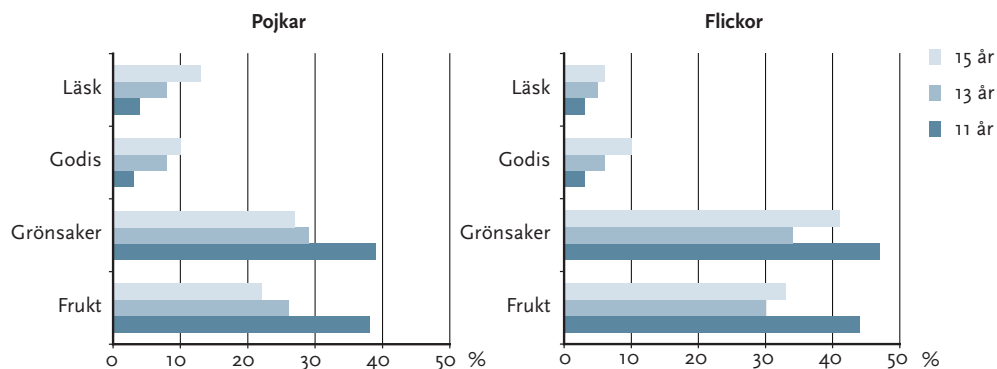
Vad och hur man äter har stor betydelse för hur hälsan, kroppen och intellektet utvecklas under barn- och ungdomsåren (20). Om man äter hälsosamt förebygger man flera hälsoproblem som järnbrist, blodbrist, fetma, ätstörningar och karies, vilka alla kan utvecklas snabbt. På längre sikt förebygger man många sjukdomar som exempelvis hjärt- och kärlsjukdomar, cancer samt benskörhet. Regelbundna matvanor är en viktig del i en god mathållning och att man då äter mer än bara något lite, som exempelvis kex, frukt eller godis. Att någon gång då och då missa en måltid är inte farligt men att göra det till en vana är inte bra (17).

Frukosten räknas som den viktigaste måltiden då den visat sig ha betydelse för hur mycket man orkar prestera under dagen. I Skolbarns hälsovanor frågar vi hur många dagar i veckan skolbarnen vanligtvis äter frukost under vardagarna och helgen. Ett generellt mönster när det gäller frukostvanorna är att andelen som äter frukost minskar med åldern såväl vardagar som helgdagar även om andelen flickor minskar mer än pojkarna. 13- och 15-åriga flickor äter i mindre utsträckning än jämnåriga pojkar regelbundet frukost i veckorna.



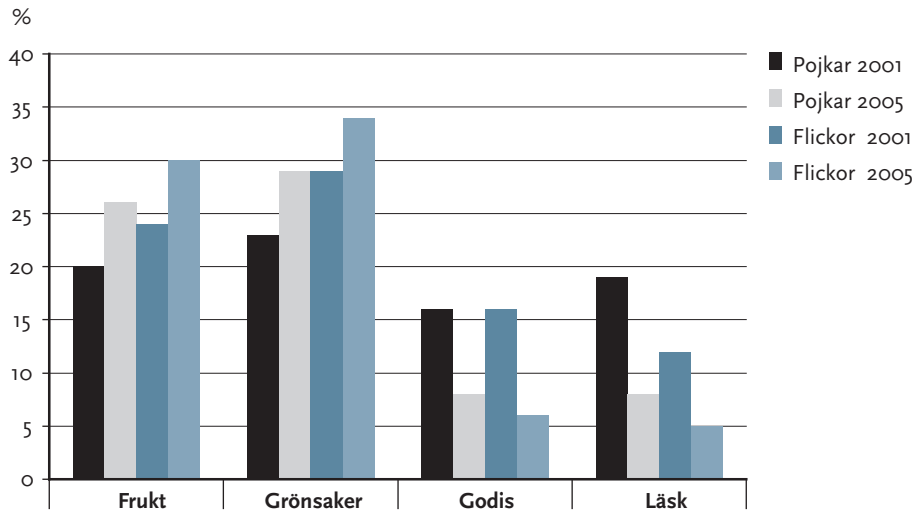
Figur 22. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som äter frukost 4-5 gånger under vardagarna respektive båda dagarna på helgen.

Att matvanorna försämrats med åldern märks även då frågor ställts om barnen dagligen äter frukt, grönsaker, sötsaker och läsk. Pojkarna äter i mindre utsträckning dagligen frukt och grönsaker ju äldre de blir, samtidigt som de i högre utsträckning dagligen dricker mer läsk och äter mer sötsaker. Flickornas mönster ser nästan likadant ut men de dricker inte mer läsk ju äldre de blir. Pojkarna äter i mindre utsträckning än flickorna nyttigheter dagligen. Elvaåriga och 15-åriga pojkar äter i mindre utsträckning frukt och grönsaker än de jämnåriga flickorna och de 15-åriga pojkarna dricker i högre utsträckning läsk dagligen.



Figur 23. Andelen pojkar respektive flickor i de olika åldrarna som en gång per dag eller oftare äter frukt, råa grönsaker, godis och dricker Coca Cola eller annan sockrad läsk.

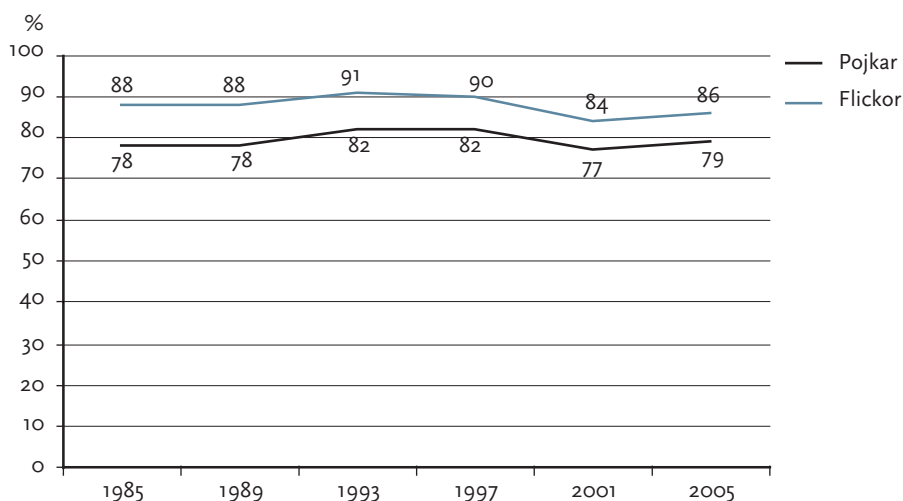
Jämfört med föregående undersökningsår har matvanorna förbättrats då såväl pojkar som flickor i samtliga tre åldersgrupper i högre utsträckning äter nyttigheter dagligen och i mindre utsträckning äter onyttigheter dagligen. I figur 24 visas förändringen när det gäller 13-åringar, men motsvarande utveckling finns alltså även i de andra åldersgrupperna.



Figur 24. Andelen 13-åriga pojkar och flickor som en gång per dag eller oftare äter frukt, råa grönsaker, godis och dricker Coca Cola eller annan sockrad läsk, åren 2001 och 2005.

Majoriteten av skolbarnen borstar tänderna dagligen och det är ingen skillnad mellan åldrarna. Flickorna borstar, i högre utsträckning än pojkarna, tänderna minst två gånger om dagen i åldrarna 13 och 15 år (Tabell 2:16, bilaga 1).

Sett över tid har andelen som inte borstar tänderna dagligen legat stabilt. Andelen som borstar tänderna mer än en gång om dagen har ökat något (om än inte signifikant) under 1990-talet. Mellan åren 1997 och 2001 minskade dock andelen som borstar tänderna mer än en gång om dagen medan det år 2005 var något fler igen (figur 25). Genomgående genom åren har det varit vanligare att flickor borstat tänderna mer än en gång om dagen.

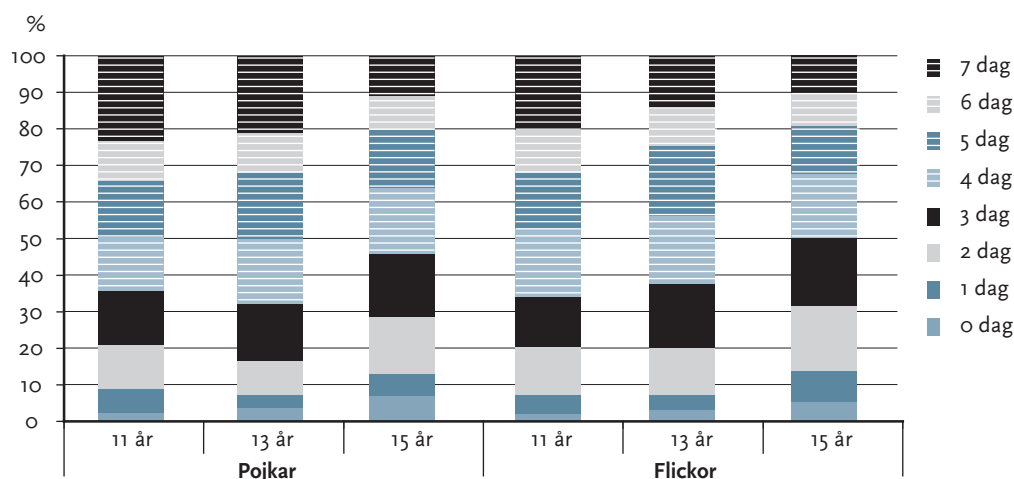


Figur 25. Andelen pojkar och flickor som borstar tänderna mer än en gång om dagen åren 1985–2005.

Fysisk aktivitet och stillasittande fritidsvanor

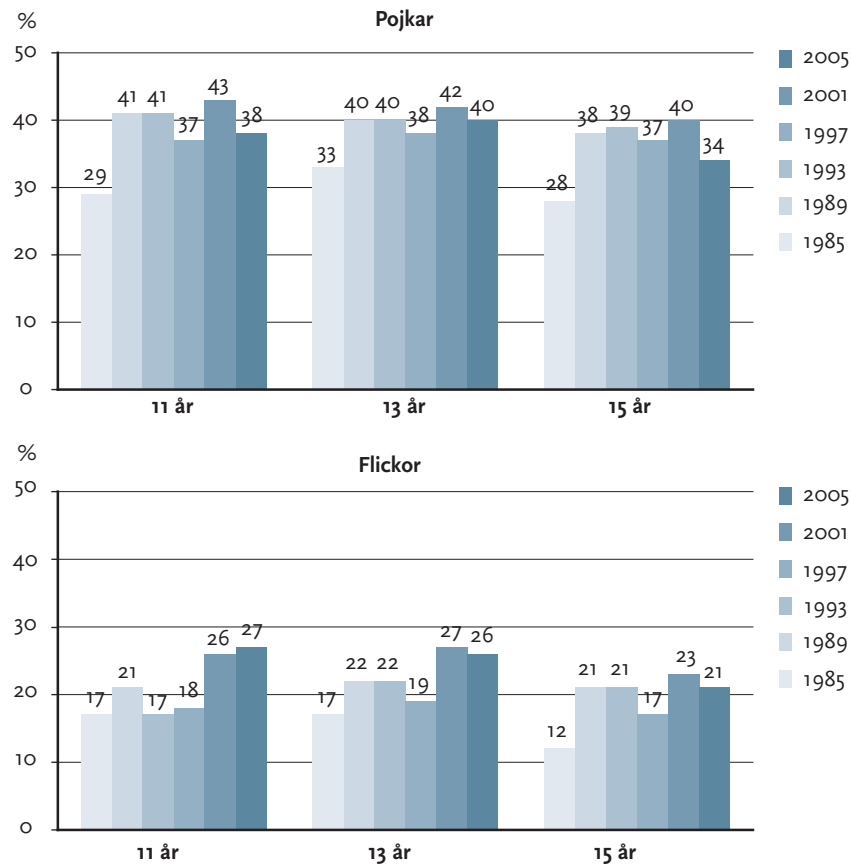
Fysisk aktivitet är viktigt ur ett hälsoperspektiv då det visat sig ha stor betydelse för såväl den fysiska som psykiska hälsan. Precis som när det gäller många andra levnadsvanor och hälsorelaterade bestämningsfaktorer är konsekvenserna inte lika väl dokumenterade när det gäller barn och ungdomar som när det gäller vuxna. Man har dock kunnat konstatera att fysisk aktivitet påverkar flera kroppsliga funktioner positivt och att livskvaliteten ökar (21).

Frågan ”Hur många dagar har du varit fysiskt aktiv sammanlagt minst 1 timme om dagen under den senaste veckan?” visar att drygt en av fem 11-åringar tränar minst 1 timme varje dag i veckan (figur 26). Vid 15 års ålder har den siffran halverats. Det finns inga signifikanta skillnader mellan pojkar och flickor.



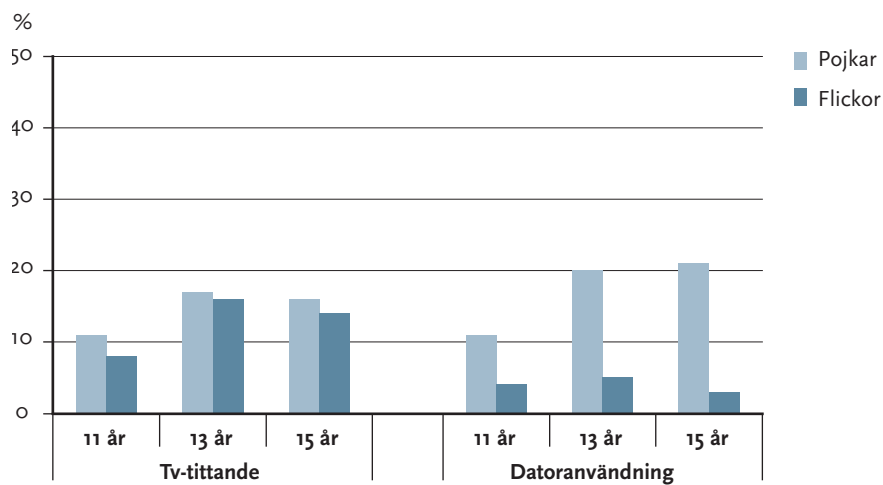
Figur 26. Antal dagar som pojkar och flickor i åldrarna 11, 13 och 15 år varit fysiskt aktiva minst 1 timme om dagen.

Sedan undersökningens början har frågor ställts om hur mycket man tränar utanför skoltid så att man blir andfädd eller svettas. Sett över tid ökade andelen som tränar fyra gånger eller mer varje vecka bland flickorna mellan åren 1985 och 2001. Bland pojkarna var det en ökning mellan 1985 och 1989, men andelen har sedan 1989 legat på en oförändrad nivå. Mellan år 2001 och 2005 finns dock en tendens till att andelen som tränar minskat något igen. Pojkarna har under åren tränat i högre utsträckning än flickorna i alla åldersgrupper.



Figur 27. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som uppgett att de tränar minst fyra gånger i veckan så att de blir andfädda eller svettas på sin fritid åren 1985–2005.

Ett annat sätt att undersöka hur mycket barn och ungdomar rör på sig är att fråga i vilken utsträckning de är stillasittande. I Skolbarns hälsovanor ställs frågor om hur mycket de tittar på tv och sitter framför datorn (datorspel undantaget) under vardagarna och helgerna. Såväl tv-tittande som datoranvändning under vardagarna ökar med åldern (figur 28). Pojkarna sitter mer än flickorna framför datorn men båda könen tittar lika mycket på tv såväl vardagar som helg.



Figur 28. Andel pojkar och flickor som tittar på tv eller använder datorn i genomsnitt fyra timmar eller mer på vardagarna.

Sociala relationer

De sociala relationerna är viktiga, såväl direkt som indirekt, för den psykiska och den fysiska hälsan (22). Men det finns många definitioner och mätmetoder av sociala relationer vilket gjort det svårt att jämföra olika studier med varandra. Oftast skiljer man i litteraturen på de sociala relationernas struktur, det vill säga nätverk, hur många man har kontakt med och hur ofta man har kontakt med andra, och de sociala relationernas funktion, det vill säga om de sociala relationerna är stödjande eller på vilket sätt de har betydelse.

Vänner

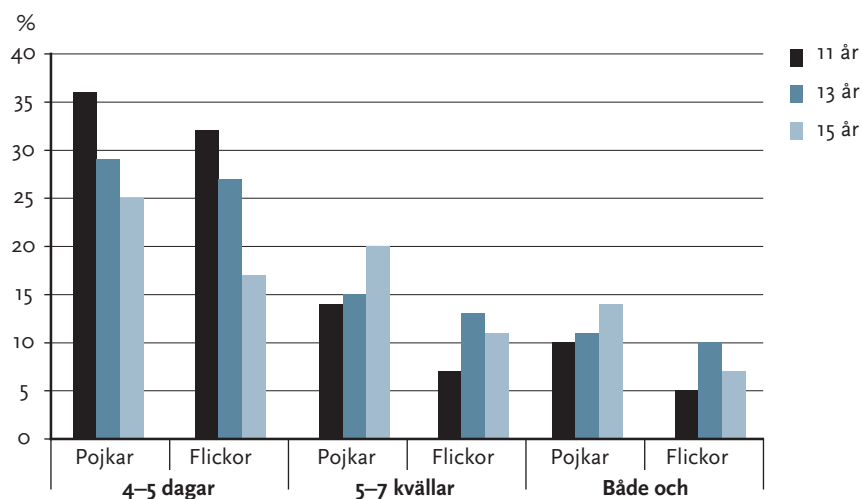
Ungdomsåren kännetecknas av att relationerna till vänner blir viktigare för ungdomar och att de till viss del kan uppväga om relationerna till familjen inte är så bra. På vilket sätt vännerna är viktiga förändras genom åldrarna och skiljer sig mellan könen (17).

Majoriteten, 86–90 procent, har tre eller fler nära vänner av sitt eget kön medan 1–2 procent uppger att de inte har någon nära vän av sitt eget kön (Tabell 3:1–3:2, bilaga 1). Detta förändras inte med åldern och fördelningen ser lika ut hos såväl pojkar som flickor.

Det är dock inte lika vanligt att man har nära vänner av motsatt kön. Bland pojkarna ökar andelen som har minst en flicka till vän från 75 procent i elva års ålder till 84 procent i femton års ålder. Bland flickorna är andelen som har minst en pojke till vän ungefär densamma i de tre åldersgrupperna, 22–24 procent.

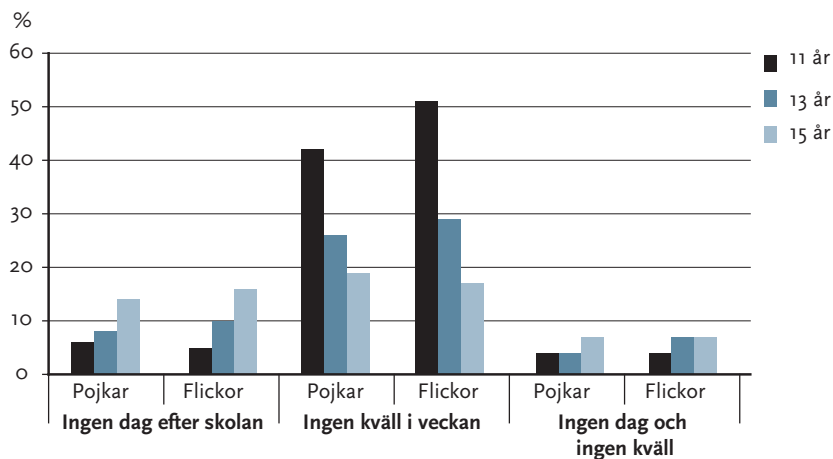
Hur ofta ungdomarna är hemma och hur mycket de träffar kompisar skiljer sig över åldrarna och mellan könen. Det sociala mönstret kommer att beskrivas på två olika sätt; dels de som är mycket ute och träffar kompisar, dels de som aldrig träffar kompisar på fritiden.

För att börja med den första gruppen kan man se att mönstret förändras med åldern. Andelen pojkar och flickor som träffar kompisar direkt efter skolan 4–5 dagar i veckan minskar med åldern, medan man istället umgås mer på kvällarna när man är 15 år än då man är 11 år. Generellt träffar pojkar kompisar mer än flickor såväl direkt efter skolan som på kvällarna, med undantag för trettonåringarna. De äldsta pojkarna träffar till exempel oftare kompisar direkt efter skolan än flickor i motsvarande ålder.



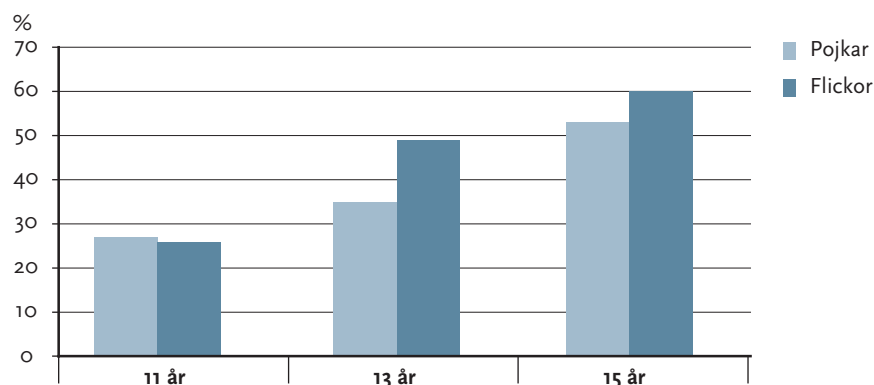
Figur 29. Andelen 11-, 13- och 15-åriga pojkar och flickor som träffar kompisar 4–5 dagar efter skolan, 6–7 kvällar i veckan samt både efter skolan och på kvällarna.

Den andra gruppen som tas upp här är den som aldrig träffar kompisar efter skolan eller senare på kvällen, de mer isolerade. Denna grupp är ungefär lika stor som den som är ute mycket, men fördelningen över åldrar är helt motsatt. Med åldern är det fler som aldrig träffar någon kompis efter skolan och färre som aldrig träffar någon på kvällen. Skillnaden mellan åldrarna är mycket tydlig men man kan inte se någon skillnad mellan pojkar och flickor.



Figur 30. Andelen 11-, 13- och 15-åriga pojkar och flickor som aldrig träffar kompisar efter skolan eller aldrig på kvällarna samt varken efter skolan eller på kvällarna.

Andelen som dagligen har kontakt med sina kompisar antingen per telefon, sms eller e-post och internet ökar med stigande ålder för såväl pojkar som flickor. Flickorna i de två äldre åldersgrupperna har dagligen telefon-, sms- eller e-postkontakt med sina kompisar i högre utsträckning än pojkarna.



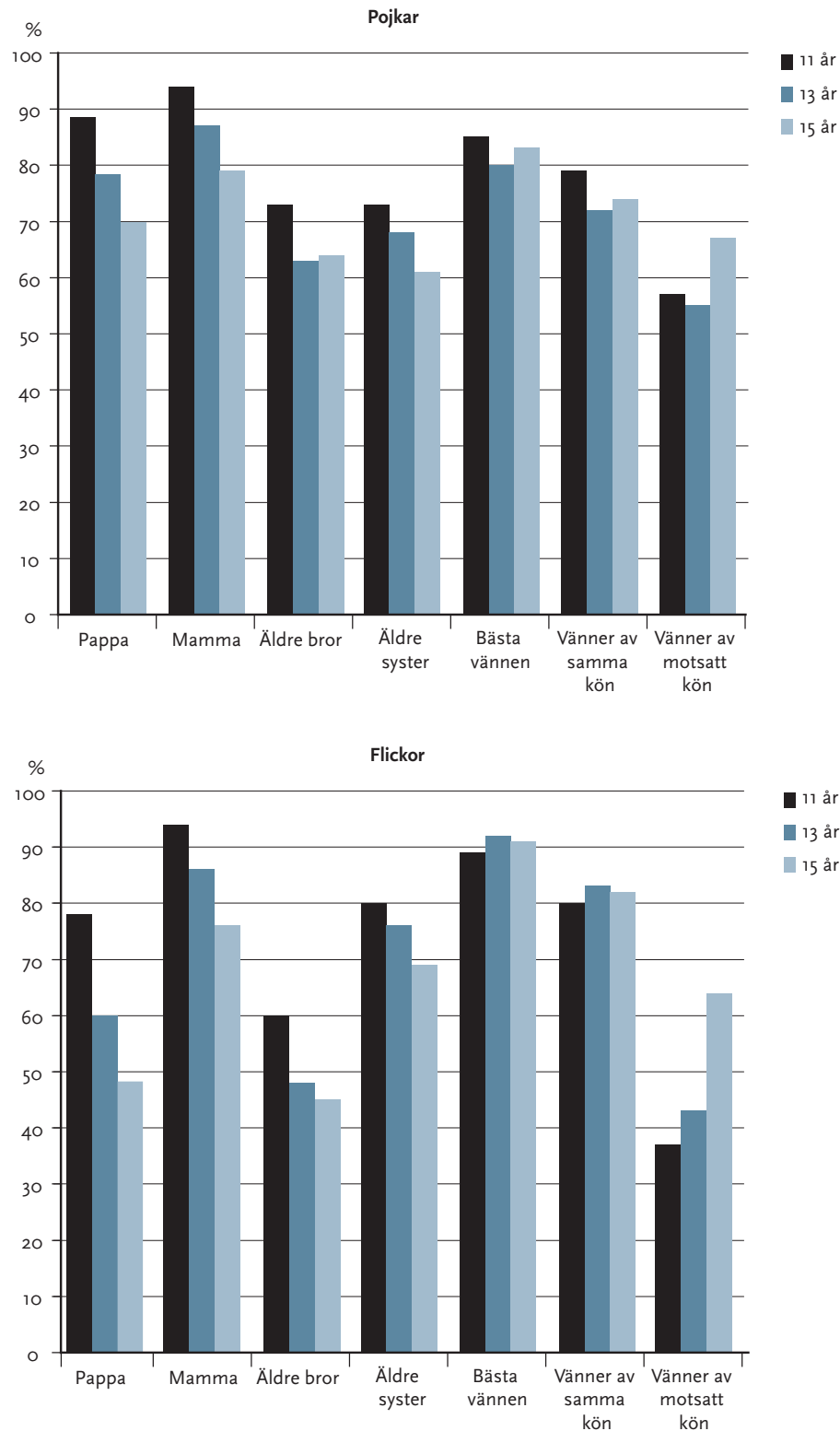
Figur 31. Andelen pojkar och flickor i de olika åldersgrupperna som talar i telefon med kompisar, skickar sms eller har kontakt med dem via e-post och internet varje dag.

Stöd

Hittills har de sociala relationernas struktur redovisats, men detta säger inte mycket om i vilken utsträckning de är stödande, eller om man har problem i relationer med andra människor. I Skolbarns hälsovanor ställs frågor om hur lätt man har att tala med andra människor och i vilken utsträckning man mobbas, mobbar andra och är i slagsmål med andra.

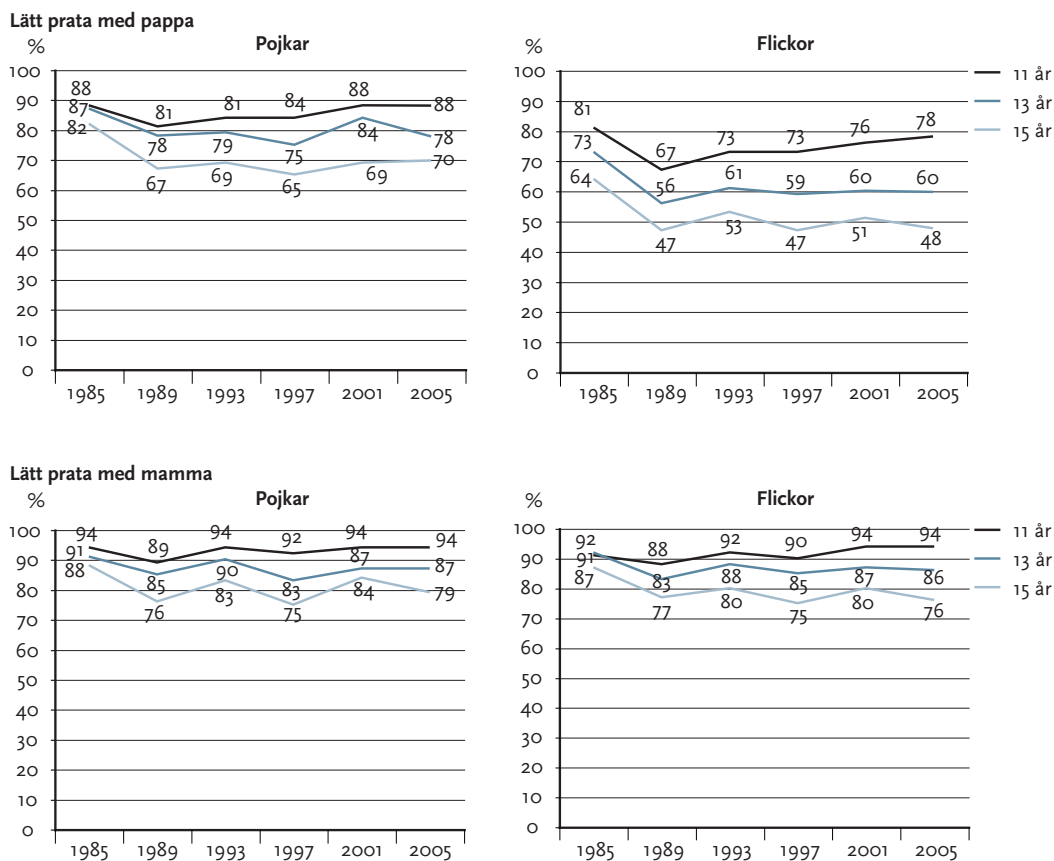
På frågan om hur lätt man har att prata med olika personer om man har något bekymmer, framkommer det att det skiljer sig en del över åldrarna och att det ser lite olika ut mellan pojkar och flickor (figur 32). Gemensamt för pojkar och flickor är att de får svårare att tala med sina föräldrar och äldre syskon ju äldre de blir. Samtidigt får de lättare att tala med vänner av motsatt kön ju äldre de blir.

Pojkarna har i alla åldersgrupperna lättare än flickorna att tala med pappa och sin äldre bror eller bröder. Vidare tycker pojkar i högre utsträckning att de har lätt att prata med flickor än vad flickor tycker de har att prata med pojkar (inte 13-åringar). Flickor tycker annars att de har lätt att prata med de bästa vännerna och vänner av samma kön, det vill säga andra flickor, i högre utsträckning än pojkar.



Figur 32. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som har lätt eller mycket lätt för att tala med olika personer om saker som bekymrar dem.

Relationen till föräldrarna är mycket viktig och denna fråga har varit med i undersökningen sedan början. Sett över tid har relationen till pappa förändrats genom åren medan relationen till mamman varit oförändrad (figur 33). Generellt kan sägas att flickor hela tiden haft svårare att prata med pappan och att det varit svårare att prata med föräldrarna ju äldre man blivit.



Figur 33. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som har lätt eller mycket lätt för att tala med pappa respektive mamma om saker som bekymrar dem, åren 1985–2005.

Mobbning och slagsmål

MOBBNING

En annan aspekt av hur de sociala relationerna fungerar är i vilken utsträckning man är utsatt för mobbning, mobbar andra och är i slagsmål. Många studier visar att det finns ett samband mellan mobbning och hälsoproblem bland barn och ungdomar. Vid analyser av internationella data från Skolbarns hälsovanor har det exempelvis framkommit ett samband mellan mobbning och somatiska och psykiska besvär. Det är framför allt de som mobbas som mår sämre, men det finns indikatorer på att även de som mobbar mår dåligt. I en studie av finska tonåringar visade sig depressioner, oro, psykosomatiska symtom och ätstörningar vara lika vanliga hos mobbare som hos de mobbade (23).

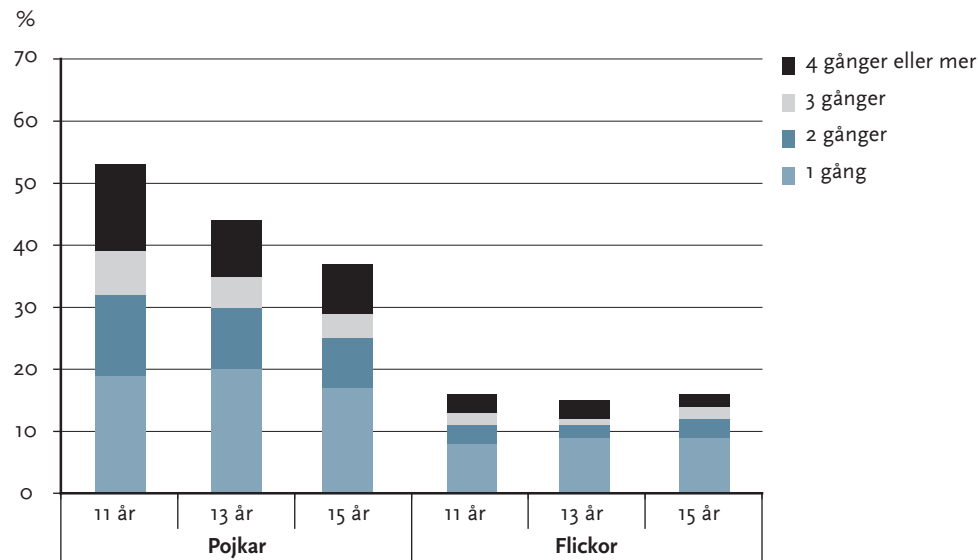
Mobbning är ett begrepp som kan definieras på olika sätt och betyda olika för olika individer. När frågor ställs om detta är det därför viktigt att definiera mobbning så att de som besvarar frågan gör det utifrån samma utgångspunkt. Mobbningsforskaren Olweus menar att handlingen måste upprepas för att det ska definieras som mobbning och därför avgränsas mobbning här till den mobbning som förekommit minst några gånger per termin.

Mellan tre och fem procent av skolbarnen uppger att de mobbats 2–3 gånger i månaden eller oftare under de senaste månaderna. Det finns ingen skillnad mellan åldrarna och pojkar och flickor mobbas i ungefär samma utsträckning med undantag i den äldre åldersgruppen där pojkar tenderar att mobbas mer än flickor (Tabell 3:13, bilaga 1).

När det gäller att mobba andra är mönstret något annorlunda. Andelen som mobbar andra ökar med åldern och pojkarna, oavsett ålder, mobbar andra i högre utsträckning än flickorna (Tabell 3:14, bilaga 1).

SLAGSMÅL

Våld är något som oroar många unga. En av de vanligaste våldsytringarna är slagsmål mellan individer. Som figur 33 visar är det framför allt pojkar som är inblandade i slagsmål. Drygt hälften av de 11-åriga pojkarna har någon gång varit i slagsmål under det senaste året men andelen minskar därefter med åldern. Flickorna slåss lika mycket oavsett ålder men det är inte lika vanligt att de varit i slagsmål, cirka 16 procent.



Figur 34. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som har varit i slagsmål under de senaste 12 månaderna.

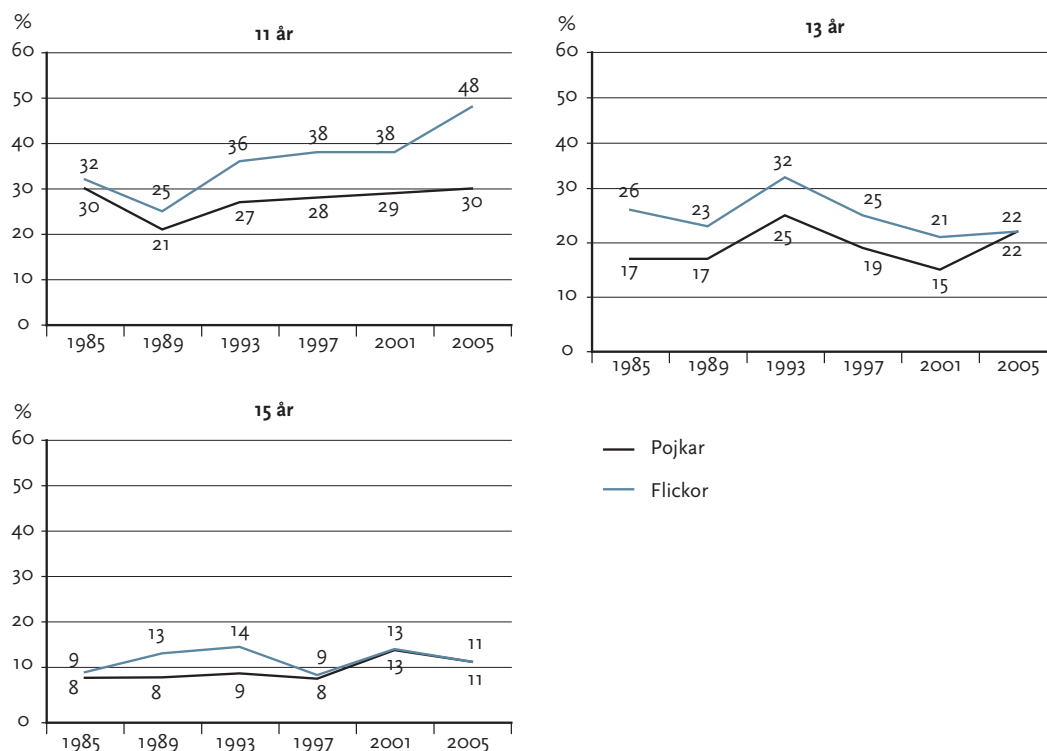
Skolan

Skolmiljön är viktig ur många aspekter då den har stor betydelse för hur eleverna trivs och mår. Elevernas erfarenheter från sin skola påverkar såväl deras självförtroende och utveckling som deras hälsovanor (17, 24). I Skolbarns hälsovanor finns därför självklart frågor med som rör elevernas skolmiljö och skolanpassning.

Inställning till skolan

Hur man trivs i skolan har visat sig vara en viktig faktor som hänger samman med hur man trivs med livet. I Skolbarns hälsovanor har sedan 1985 frågan ”Vad tycker du om skolan nu för tiden?” funnits med. Såväl pojkar som flickor tycker mindre bra om skolan med åldern. Av 11-åringarna tycker 30 procent av pojkarna och 48 procent av flickorna mycket bra om skolan. Motsvarande andel av 15-åringarna är 11 procent. Till skillnad från de allra flesta frågor så finns det en skillnad mellan könen i den yngsta åldersgruppen medan de 15-åriga pojkarna och flickorna tycker lika när det gäller skolan.

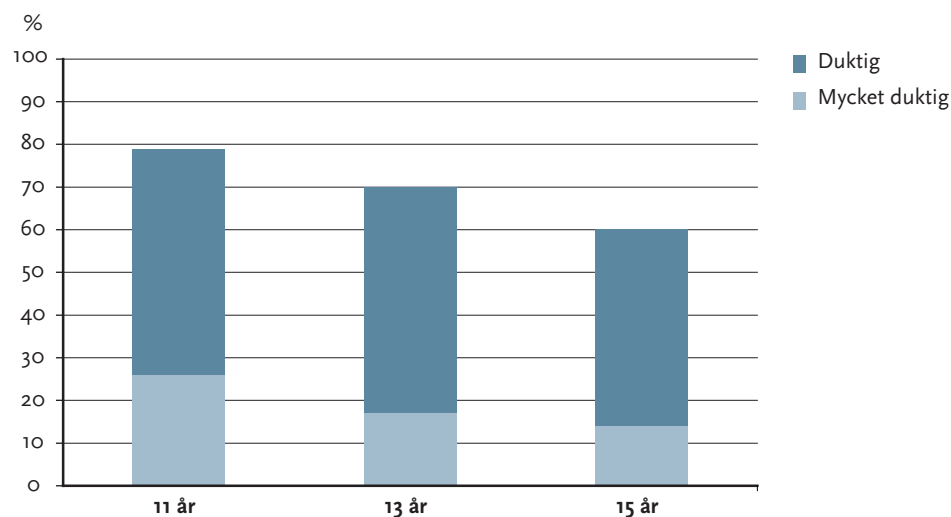
Sett över tid har andelen som tycker bra om skolan varierat i de olika åldersgrupperna, medan pojkars och flickors trivsel till stor del har följts åt. Andelen 13-åringar som tycker bra om skolan minskade mellan 1993 och 2001, men ökade sedan mellan 2001 och 2005. Utvecklingen i de andra åldersgrupperna har under 1990-talet varit oförändrad, men mellan 2001 och 2005 ökade andelen 11-åriga flickor som tycker mycket bra om skolan. Generellt har flickorna tyckt bättre om skolan än pojkarna i de två yngre ålderskategorierna, men i den senaste undersökningen har denna skillnad försvunnit bland 13-åringarna.



Figur 35. Andelen pojkar och flickor i respektive åldersgrupp som angett att de tycker mycket bra om skolan åren 1985–2005.

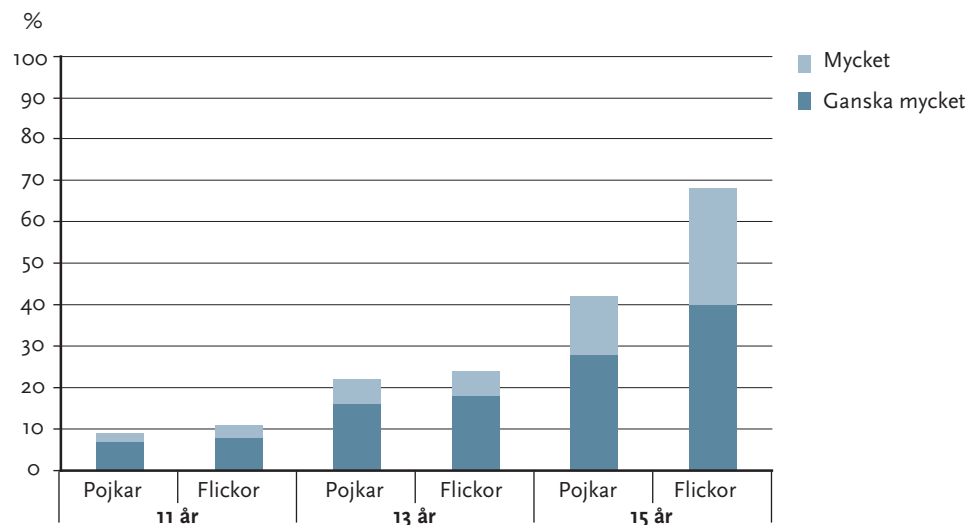
En annan viktig aspekt i detta sammanhang är skolbarnens prestation i skolan (24). De som presterar bra i skolan får ett bättre självförtroende och deras allmänna välbefinnande ökar. Vidare har man funnit att de som är bra i skolan också tycker mer om skolan och att det är en viktig aspekt för framtida förutsättningar för ett gott liv.

Såväl pojkar som flickor skattar i lägre utsträckning med åldern att de anses vara lika bra i skolan som sina klasskamrater. Flickor i den yngsta åldersgruppen skattar i högre utsträckning än pojkar att de är duktiga, medan det inte finns någon skillnad mellan pojkar och flickor i detta avseende bland 13- och 15-åringar. Svartsfördelningen på frågan visas i figur 36.



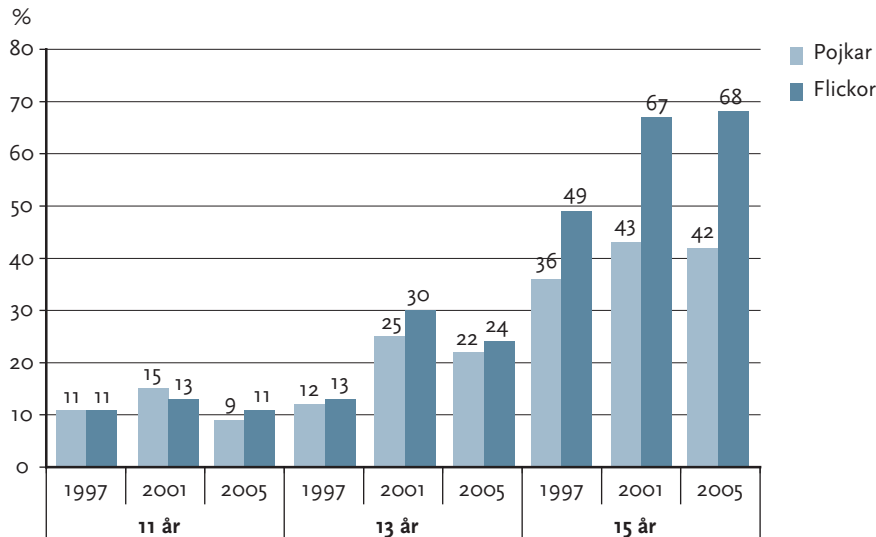
Figur 36. Svartsfördelning på frågan "Hur duktig tror du din/dina lärare tycker du är i skolan jämfört med dina klasskamrater?" i de olika åldersgrupperna.

Den sista frågan som speglar skolbarnens inställning till skolan och som kommer att tas upp här behandlar den press eleverna upplever av sitt skolarbete. Som figur 37 visar känner sig såväl pojkar som flickor mer stressade av skolarbetet med åldern. Flickornas upplevda stress ökar dock mer; i 15-årsåldern känner sig betydligt fler flickor än pojkar stressade.



Figur 37. Svartsfördelning på frågan "Hur pass stressad känner du dig av ditt skolarbete?" uppdelat på ålder och kön.

Denna fråga har varit med från början men då svarsalternativen ändrats görs här endast en jämförelse mellan åren 1997 och 2005. Mellan 1997 och 2001 ökade, som figur 38 visar, andelen 13-åringar och 15-åriga flickor som känner sig pressade av sitt skolarbete. Mellan de två sista undersökningarna har denna självupplevda stress minskat något bland 13-åringarna.

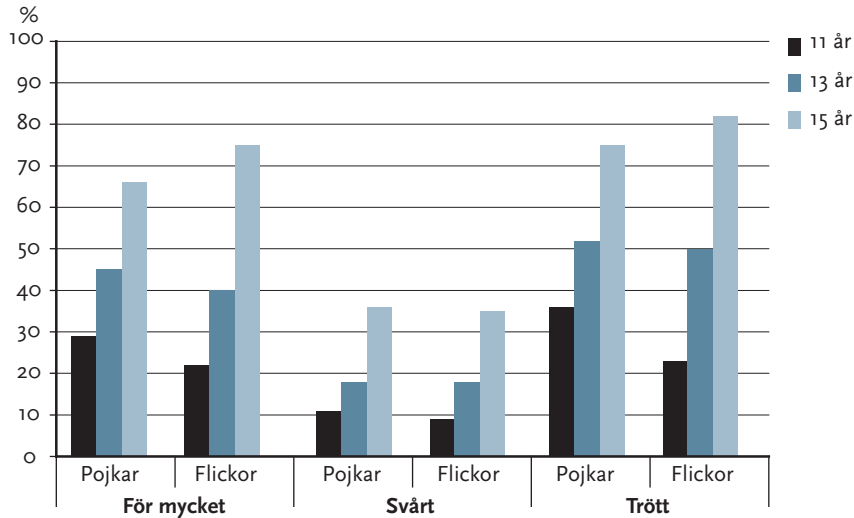


Figur 38. Andelen pojkar och flickor i respektive åldersgrupp som uppgett att de känner sig ganska mycket eller mycket stressade av sitt skolarbete åren 1997, 2001 och 2005.

Skolmiljön

KRAV

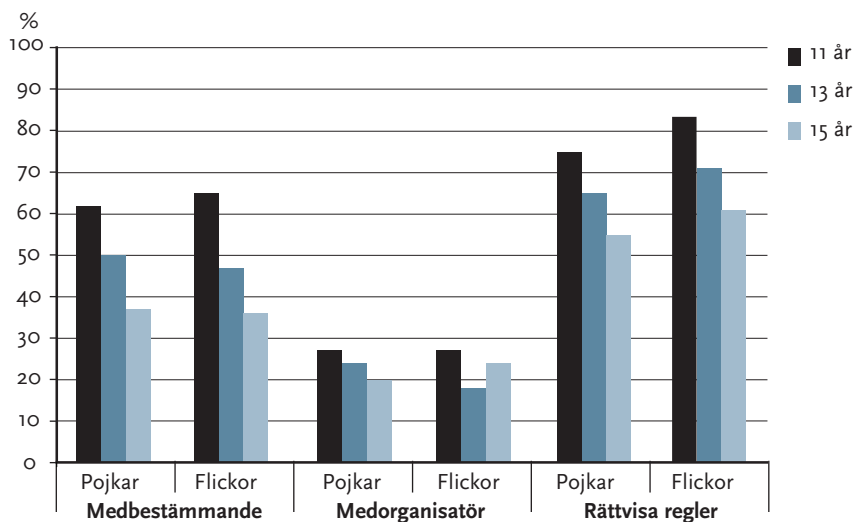
Som hittills visats trivs ungdomarna mindre i skolan och de känner sig mer stressade ju äldre de blir. För att kunna få en mer fördjupad bild av hur kravfylld skolan upplevs vara görs i undersökningen tre påstående kring skolarbetet som ungdomarna ska ta ställning till (figur 39). Andelen som upplever att de har för mycket skolarbete, att arbetet är för svårt och att de blir trötta av skolarbetet ökar med åldern bland såväl pojkar som flickor. Även om de 15-åriga flickorna uppger att de i högre utsträckning känner sig stressade av skolarbetet (se ovan) är bilden något mer komplex när det gäller hur kravfylld de upplever skolan vara. I den yngsta åldersgruppen upplever pojkarna i högre utsträckning än flickorna att de har för mycket skolarbete och att de blir trötta av det. I den äldsta åldersgruppen däremot upplever flickorna att de har för mycket skolarbete och att de blir trötta av det i högre utsträckning än pojkarna. Det finns ingen skillnad mellan könen bland 13-åringar och inte heller när det gäller hur svårt de tycker skolarbetet är.



Figur 39. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som instämmer eller instämmer absolut i följande påståenden om skolarbetet: "Jag har för mycket skolarbete", "Jag tycker skolarbetet är svårt" och "Jag blir trött av skolarbetet".

PÅVERKANSMÖJLIGHETER

I vilken utsträckning eleverna känner sig delaktiga och kan påverka sina arbetsförhållanden samt känner att regler och förordningar är rättvisa, påverkar hur de finner sig till rätta i skolan och trivs (17). I Skolbarns hälsovanor ställs tre frågor för att fånga elevernas möjlighet till delaktighet och påverkan. Med stigande ålder minskar andelen pojkar och flickor som anser att de har möjlighet att påverka. Det är färre som är med och bestämmer reglerna, organiserar aktiviteter på lektioner samt tycker att reglerna på skolan är rättvisa. Flickorna anser i högre utsträckning än pojkarna att reglerna är rättvisa, dock är skillnaden signifikant endast när det gäller 11-åringarna. Vidare är det fler 13-åriga pojkar än flickor som tycker att eleverna är med och bestämmer vilka aktiviteter de ska ägna sig åt på lektionerna.



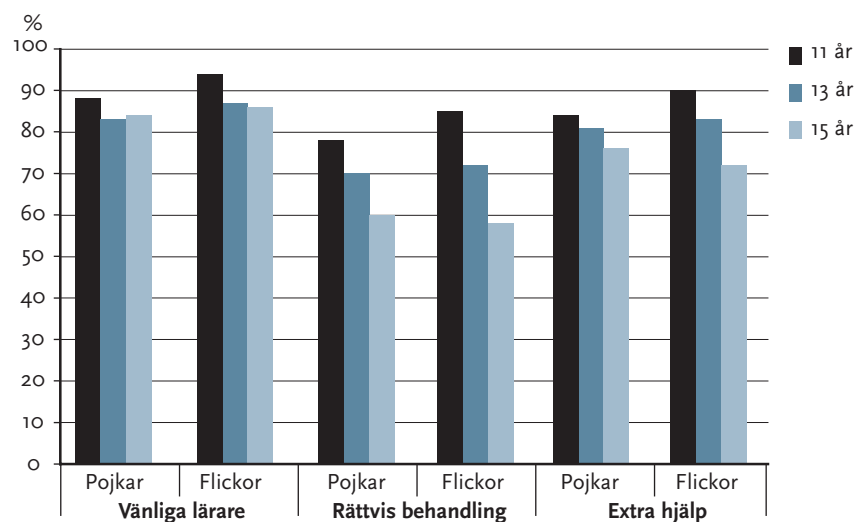
Figur 40. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som instämmer eller instämmer absolut i följande påståenden om medbestämmande och regler: "På vår skola är eleverna med och bestämmer reglerna", "Eleverna är med och bestämmer vilka aktiviteter de ska ägna sig åt på lektionerna" och "Reglerna på den här skolan är rättvisa".

STÖD

Som tidigare nämnts är sociala relationer och socialt stöd en viktig del i människors liv. För elever i grundskolan finns olika grupper som kan ge olika typer av stöd som fyller delvis olika funktioner. Stödet från några av dessa grupper – klasskamrater, lärare och föräldrar – kommer att närmare presenteras här.

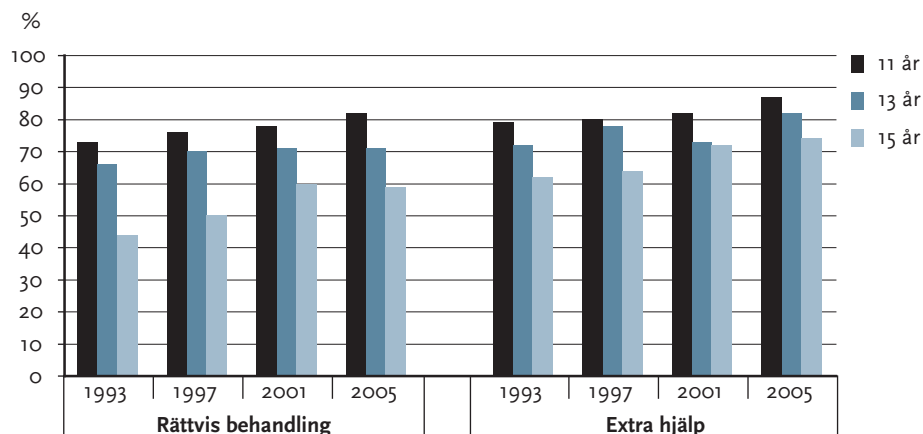
...FRÅN LÄRARE

Stödet från den första gruppen, lärare, är oftast mer formellt och också mycket viktigt för hur det går i skolan. Andelen som upplever att de har ett stöd från lärarna minskar med åldern för såväl pojkar som flickor, om än i något högre utsträckning bland flickorna. I den yngre åldersgruppen tycker flickorna i högre utsträckning än pojkarna att de flesta lärarna är vänliga, att lärarna behandlar dem rättvist och att de får extrahjälp om de behöver det. Det finns ingen skillnad mellan pojkars och flickors upplevelse av lärarstöd i de andra åldersgrupperna.



Figur 41. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som instämmer eller instämmer absolut i följande påståenden om stöd från lärare: "De flesta av mina lärare är vänliga", "Våra lärare behandlar oss rättvist" och "Om jag behöver extra hjälp så får jag det".

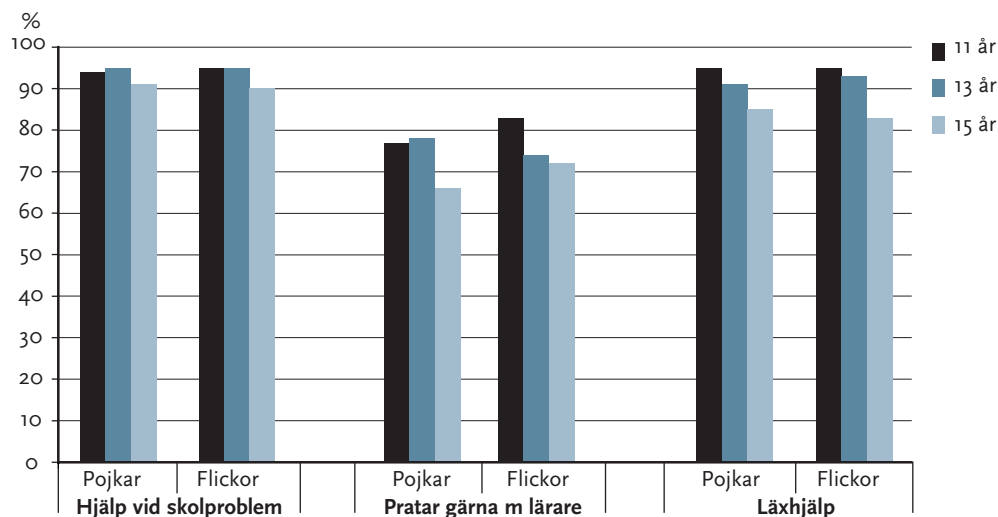
Två frågor om lärarstöd har funnits med sedan 1993 års undersökning. Generellt kan sägas att det finns tendenser till att stödet från lärarna ökat under denna period. Det ser lite olika ut i olika åldrar, till exempel har andelen som uppfattar att deras lärare behandlar dem rättvist ökat bland 11- och 15-åringar men inte bland 13-åringar.



Figur 42. Andelen 11-, 13- och 15-åringar som instämmer eller instämmer absolut i följande påståenden om stöd från lärare: "Våra lärare behandlar oss rättvist" och "Om jag behöver extra hjälp så får jag det" åren 1993–2005.

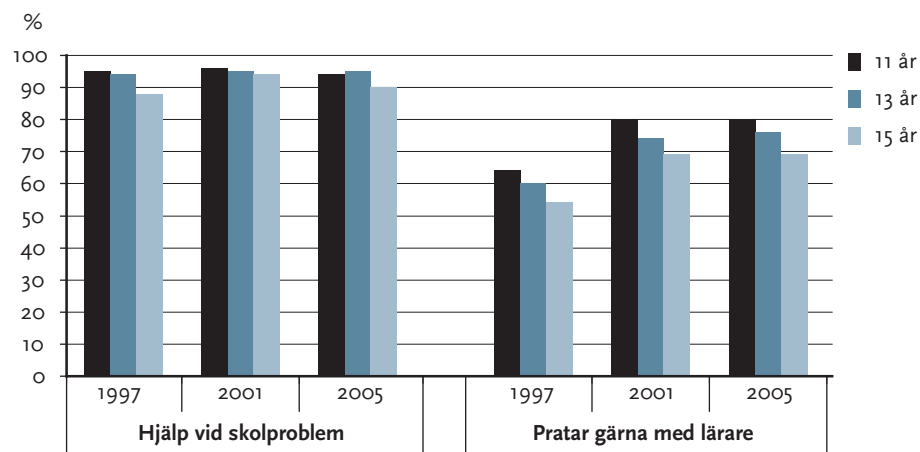
...FÖRÄLDRAR

Till skillnad från relationer till lärarna är det stöd man har från föräldrarna mer informellt och inte specifikt för skolan, utan säger mycket om vilket stöd man känner överhuvudtaget från föräldrarna. Majoriteten av eleverna upplever att de får hjälp av föräldrarna då de har problem i skolan och att föräldrarna uppmuntrar dem att vara duktiga i skolan. Här finns det inga skillnader när det gäller ålder eller kön, med ett undantag; de 15-åriga flickorna tycker i lägre utsträckning än pojkarna att deras föräldrar hjälper dem då de har problem i skolan. Det är dock färre ungdomar, även om det fortfarande är en majoritet, som instämmer i att deras föräldrar gärna kommer till skolan och pratar med deras lärare. Det är vidare färre pojkar och flickor som instämmer i detta påstående med ökande ålder.



Figur 43. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som instämmer eller instämmer absolut i följande påståenden om stöd från föräldrar: "Om jag har problem i skolan försöker mina föräldrar hjälpa mig", "Mina föräldrar kommer gärna till skolan och pratar med mina lärare" och "Mina föräldrar hjälper gärna mig med mina läxor".

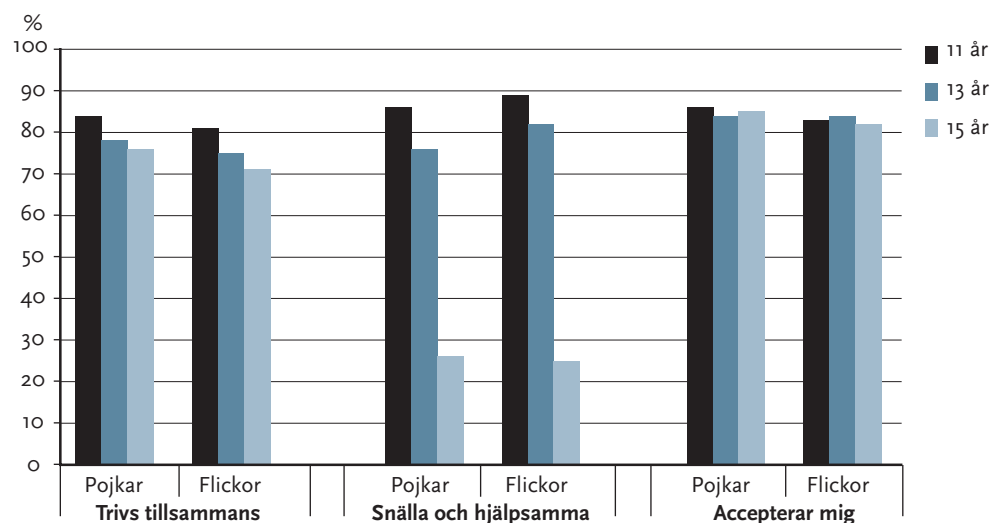
Frågor om föräldrastöd har funnits med i de tre senaste datainsamlingarna vilket gör det möjligt att jämföra resultaten från 1997 och framåt. Andelen som upplever att deras föräldrar försöker hjälpa dem om de får problem i skolan har inte förändrats över tid, däremot är det fler som anger att deras föräldrar gärna kommer och pratar med lärarna än år 1997.



Figur 44. Andelen 11-, 13- och 15-åringar som instämmer eller instämmer absolut i följande påståenden om stöd från sina föräldrar: "Om jag har problem i skolan försöker mina föräldrar hjälpa mig", "Mina föräldrar kommer gärna till skolan och pratar med mina lärare" och "Mina föräldrar hjälper gärna mig med mina läxor" åren 1997–2005.

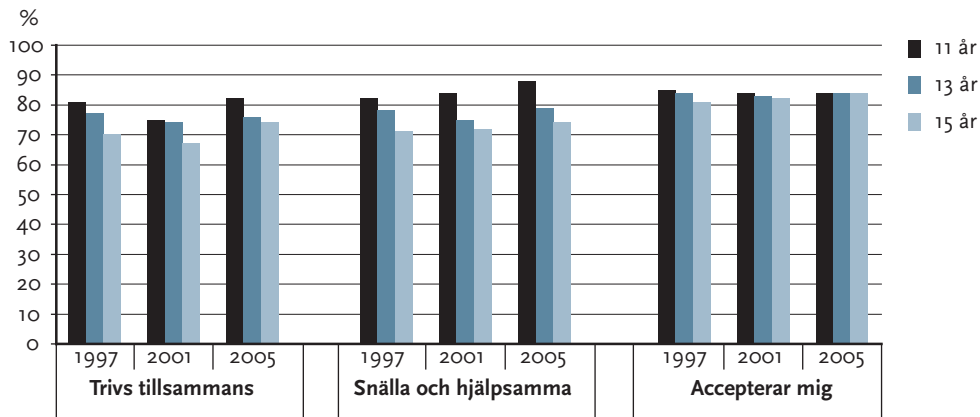
...KLASSKAMRATER

Tidigare under avsnittet sociala relationer har en bild av ungdomarnas vänskapsband och nätverk redovisats. Här presenteras hur relationerna mellan eleverna i klassen eller klasserna ser ut. Andelen pojkar och flickor som instämmer i att de trivs tillsammans i klassen och att deras klasskamrater är snälla och hjälpsamma minskar med åldern. Det finns inga skillnader mellan pojkars och flickors uppfattning när det gäller deras klasskamrater, med ett undantag; 13-åriga flickor tycker i högre utsträckning än jämnåriga pojkar att deras klasskamrater är snälla och hjälpsamma.



Figur 45. Andelen pojkar och flickor i de olika åldrarna som instämmer eller instämmer absolut i följande påståenden om stöd från klasskamrater: "Eleverna i min klass trivs tillsammans", "De flesta av mina klasskamrater är snälla och hjälpsamma" och "De andra eleverna accepterar mig som jag är".

Mellan åren 1997 och 2005 har inga generella signifikanta förändringar skett när det gäller stöd från klasskamrater.



Figur 46. Andelen 11-, 13- och 15-åringar som instämmer eller instämmer absolut i följande påståenden om stöd från klasskamrater: "Eleverna i min klass trivs tillsammans", "De flesta av mina klasskamrater är snälla och hjälpsamma" och "De andra eleverna accepterar mig som jag är" åren 1997–2005.

Referenser

1. Bremberg S, red. Barnrapporten. Kunskapsbaserat folkhälsoarbete för barn och ungdom i Stockholms län: Centrum för Barn och Ungdomshälsa (CBU), Samhällsmedicin, Stockholms läns landsting; 1998.
2. Sundquist J, Johansson S-E, Qvist J, Moradi T, Johansson L. Födelselandets betydelse. En rapport om hälsan hos olika invandrargrupper i Sverige. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2002.
3. Marklund U. Skolbarns hälsovanor under ett decennium – Tabellrapport. Stockholm: Folkhälsoinstitutet; 1997. Rapport 1996:110.
4. Danielson M, Marklund U. Svenska skolbarns hälsovanor 1997/98 – Tabellrapport. Stockholm: Folkhälsoinstitutet; 2000. Rapport 2000:5.
5. Danielson M. Svenska skolbarns hälsovanor 2001/02 – Grundrapport. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2003. Rapport 2003:50.
6. Medin J, Alexanderson K. Begreppen hälsa och hälsofrämjande. En litteraturstudie. Lund: Studentlitteratur; 2000.
7. Scheidt P, Overpeck MD, Wyatt W, Azmann A. Adolescents' health and wellbeing. I: Currie C, Hurrelman K, Settertobulte W, Smith R, Todd J, red. Health and Health Behaviour among Young People. Köpenhamn: WHO; 2000. s. 24–38.
8. Alvé G. Barnpsykosomatik. Lund: Studentlitteratur; 1999.
9. Engström I. Psykosomatiska tillstånd hos barn och ungdomar. I: Sivik T, Theorell T, red. Psykosomatisk medicin. Lund: Studentlitteratur; 1995. s. 180–213.
10. Haugland S, Wold B. Subjective health complaints in adolescence: Reliability and validity of survey methods. *J Adolescence* 2001;24(5):611–624.
11. Haugland S, Wold B, Stevenson J, Aaroe LE, Woynarowska B. Subjective health complaints in adolescence: A cross-national comparison of prevalence and dimensionality. *European J Public Health* 2001;11(1):4–10.
12. Jensen B. Borns sundhed og trivsel – en kvalitativ undersøgelse af borns oplevelse af sundhed. *Nordisk Psykologi* 1999;3:224–232.
13. King A, Wold B, Tudor-Smith C, Harel Y. The Health of Youth: A Cross-National Survey. Canada: WHO regional publications. European series; 1996. Report 69.
14. Health21 – The health for all policy framework for the WHO European Region – 21 targets for the 21st century. Köpenhamn: WHO Regional Office for Europe; 1998. Report 6.
15. Trends in Substance Use and Associated Health Problems: WHO; 1996. Fact Sheet 127.
16. Hälsorelaterade levnadsvanor – Vad vet vi och vad behöver vi veta? Stockholm: Statens folkhälsoinstitut; 2003. Rapport 2003:17.
17. Currie C, Samdal O, Boyce W, Smith B, red. Health Behaviour in School-Aged Children: A World Health Organization Cross-National Study. Research Protocol for the 2001/02 Survey. Edinburgh; 2002.
18. Melinder K. Alkohol och olycksfall – en kunskapsöversikt. Stockholm: Socialstyrelsen; 1988. Rapport Nr. Socialstyrelsen redovisar 1988:4.
19. Drogutvecklingen i Sverige, Rapport 2001: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning 2001. Rapport 63.
20. Guidelines for school health programs to promote lifelong healthy eating. *J School Health* 1997;67(1):9–26.
21. Sallis JF, Prochaska JJ, Taylor WC. A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine and science in sports and exercise* 2000;32(5):963–75.
22. Fuhrer R, Stansfeld SA. How gender affects patterns of social relations and their impact on health: A comparison of one or multiple sources of support from "close persons". *Social Science & Medicine* 2002;54:811–825.
23. Kaltiala-Heino R, Rimpelä AJ. Bullying at school – an indicator of adolescents at risk for mental disorders. *J Adolescence* 2000;23(6):661–674.
24. Samdal O. The School environment as a risk or a resource for students' health-related behaviours and subjective well-being (Doctor of Philosophy). Bergen: University of Bergen; 1998.

Bilaga 1.

Tabeller med resultat från 2005/06 års undersökning

Procentbasen är det antal individer som procenttalen grundar sig på. Då procenttalen avrundats blir summan inte alltid 100 procent.

Tabell 1. Tabellunderlag för kapitel Hälsa. Variabler efter kön och ålder i procent.

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
SJÄLVUPPLEVD HÄLSA						
1:1 Hur frisk tycker du att du är?						
Mycket frisk	75	77	67	58	61	42
Ganska frisk	24	22	31	39	36	52
Inte särskilt frisk	1	2	2	3	3	6
Procentbas	775	742	654	709	756	772
SYMPTOM						
1:2 Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna haft huvudvärk?						
I stort sett varje dag	2	2	3	6	4	11
Mer än en gång i veckan	5	9	9	11	10	20
Ca en gång i veckan	12	15	15	19	15	24
Ca en gång i månaden	29	27	27	33	31	25
Sällan eller aldrig	52	47	45	31	39	20
Procentbas	749	734	648	701	751	767
1:3 Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna haft ont i magen?						
I stort sett varje dag	1	4	1	5	3	5
Mer än en gång i veckan	5	7	4	10	5	14
Ca en gång i veckan	11	14	12	15	12	17
Ca en gång i månaden	29	27	29	38	30	46
Sällan eller aldrig	54	48	54	33	50	17
Procentbas	736	729	644	701	752	769
1:4 Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna haft ont i ryggen?						
I stort sett varje dag	2	2	4	4	5	8
Mer än en gång i veckan	2	5	4	6	8	11
Ca en gång i veckan	6	5	6	9	11	13
Ca en gång i månaden	13	14	20	19	23	25
Sällan eller aldrig	76	73	66	62	53	43
Procentbas	734	728	642	700	751	767
1:5 Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna känt dig yr?						
I stort sett varje dag	1	2	2	4	2	6
Mer än en gång i veckan	4	6	4	7	7	10
Ca en gång i veckan	5	4	6	8	9	13
Ca en gång i månaden	16	13	17	18	18	23
Sällan eller aldrig	74	75	71	63	64	48
Procentbas	732	730	642	702	750	767

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
1:6 Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna känt dig nere?						
I stort sett varje dag	1	3	2	7	5	14
Mer än en gång i veckan	5	7	7	12	10	23
Ca en gång i veckan	9	11	10	17	14	20
Ca en gång i månaden	24	25	29	31	31	27
Sällan eller aldrig	61	53	52	32	40	16
Procentbas	729	727	642	698	748	768
1:7 Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna varit irriterad eller på dåligt humör?						
I stort sett varje dag	3	5	5	8	6	10
Mer än en gång i veckan	13	16	14	20	20	30
Ca en gång i veckan	23	22	27	30	28	28
Ca en gång i månaden	32	30	30	28	28	24
Sällan eller aldrig	29	27	24	13	19	8
Procentbas	735	731	643	702	754	766
1:8 Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna känt dig nervös?						
I stort sett varje dag	1	3	2	4	3	5
Mer än en gång i veckan	5	10	9	11	11	18
Ca en gång i veckan	14	17	17	23	22	25
Ca en gång i månaden	31	31	35	31	33	32
Sällan eller aldrig	48	39	38	31	32	20
Procentbas	728	727	641	699	750	767
1:9 Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna haft svårt att somna?						
I stort sett varje dag	7	8	7	9	7	15
Mer än en gång i veckan	10	11	9	13	13	18
Ca en gång i veckan	13	13	14	15	17	17
Ca en gång i månaden	21	22	21	23	21	21
Sällan eller aldrig	49	47	48	40	42	29
Procentbas	740	732	644	699	751	767
MEDICINANVÄNDNING						
1:10 Har du under den senaste månaden ätit tabletter eller någon annan medicin mot följande besvär: Huvudvärk						
Nej	68	66	62	48	60	39
Ja, en gång	20	21	23	34	23	29
Ja, mer än en gång	12	14	15	18	17	32
Procentbas	732	727	636	699	742	762
1:11 Har du under den senaste månaden ätit tabletter eller någon annan medicin mot följande besvär: Ont i magen						
Nej	89	88	90	77	93	64
Ja, en gång	6	6	5	14	3	18
Ja, mer än en gång	4	6	4	10	3	18
Procentbas	700	720	619	688	740	755

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
1:12 Har du under den senaste månaden ätit tabletter eller någon annan medicin mot följande besvär: Svårt att somna						
Nej	92	94	95	96	97	94
Ja, en gång	2	3	2	1	1	2
Ja, mer än en gång	5	4	3	2	2	4
Procentbas	697	714	621	681	732	733
1:13 Har du under den senaste månaden ätit tabletter eller någon annan medicin mot följande besvär: Känt mig nervös						
Nej	94	94	97	96	98	97
Ja, en gång	3	3	1	2	1	1
Ja, mer än en gång	3	3	2	2	2	2
Procentbas	696	711	619	680	733	732
VÄLBEFINNANDE OCH KROPPSUPPFATTNING						
1:14 Hur trivs du i stort sett med livet just nu?						
Mycket bra	73	69	59	48	46	28
Ganska bra	25	27	36	42	46	55
Inte så bra	2	3	4	7	6	14
Inte alls	0	1	0	3	2	3
Procentbas	775	744	653	707	756	771
1:15 Tycker du att du är...?						
Alldeles för mager	1	1	2	2	2	2
Lite för mager	13	9	13	9	18	8
Lagom	70	65	62	54	57	42
Lite för tjock	15	22	21	30	20	41
Alldeles för tjock	1	3	2	5	3	7
Procentbas	775	739	652	707	756	769
1:16 Försöker du gå ner i vikt just nu?						
Nej, väger lagom	76	73	70	62	68	52
Nej, behöver gå ner	9	12	12	18	10	26
Nej, behöver gå upp	9	8	12	8	17	8
Ja	6	7	6	11	5	15
Procentbas	773	734	653	699	757	768

Tabell 2. Tabellunderlag för kapitel Levnadsvanor. Variabler efter kön och ålder i procent.

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
TOBAK						
2:1 Har du någonsin rökt?						
Ja	8	3	22	24	43	46
Nej	92	97	78	76	57	54
Procentbas	772	738	654	708	754	766

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
2:2 Hur ofta röker du nuförtiden?						
Varje dag	0	0	1	2	4	6
Minst en gång i veckan, men inte varje dag	0	0	1	2	4	4
Mindre än en gång i veckan	0	0	1	2	3	6
Jag röker inte	99	100	98	94	89	84
Procentbas	761	740	617	678	674	699
2:3 Har du någonsin snusat?						
Nej	93	99	77	93	59	76
Ja, 1–2 ggr.	5	1	13	4	14	14
Ja, mer än 2 ggr.	2	0	9	3	28	10
Procentbas	611	566	488	598	576	619
2:4 Hur ofta snusar du nu för tiden?						
Varje dag	0	0	2	1	11	1
Minst en gång i veckan, inte varje dag	0	0	1	1	4	1
Mindre än en gång i veckan	1	0	2	1	5	2
Snusar inte	99	100	96	97	80	96
Procentbas	595	557	486	591	573	615
ALKOHOL						
2:5 Har du någonsin druckit så mycket att du blivit riktigt full?						
Nej, aldrig	95	99	91	88	64	60
Ja, 1 gång	5	0	5	8	10	14
Ja, 2–3 gånger	1	0	2	2	11	11
Ja, 4–10 gånger	0	0	1	1	6	9
Ja, mer än 10 gånger	0	0	1	1	9	6
Procentbas	765	739	654	707	756	771
2:6 Hur ofta dricker du öl nu för tiden (även lite grann)?						
Varje dag	0	0	0	0	1	0
Varje vecka	1	0	1	0	8	3
Varje månad	1	0	2	4	14	12
Sällan	11	3	18	14	28	29
Aldrig	88	96	78	82	49	56
Procentbas	728	719	639	685	752	757
2:7 Hur ofta dricker du vin nu för tiden (även lite grann)?						
Varje dag	0	0	0	0	1	0
Varje vecka	0	0	0	0	1	1
Varje månad	0	0	1	2	3	6
Sällan	5	2	8	7	19	26
Aldrig	95	98	91	91	77	66
Procentbas	716	712	631	686	744	754

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
2:8 Hur ofta dricker du sprit nu för tiden (även lite grann)?						
Varje dag	0	0	0	0	1	0
Varje vecka	0	0	1	0	4	3
Varje månad	0	0	1	2	12	13
Sällan	1	1	6	9	22	28
Aldrig	98	99	92	88	61	56
Procentbas	718	715	631	684	748	756
CANNABIS						
2:9 Har du någon gång använt cannabis (hasch eller marihuana) i ditt liv?						
Aldrig					95	96
1–2 gånger					3	3
3–9 gånger					1	1
10 gånger eller mer					2	0
Procentbas					745	763
MATVANOR						
2:10 Hur ofta äter du vanligtvis frukost på vardagar?						
Äter ej frukost	5	3	6	11	11	12
1 dag	1	2	2	4	3	4
2 dagar	1	1	3	3	3	6
3 dagar	3	2	5	7	6	8
4 dagar	4	6	5	8	8	9
5 dagar	86	85	79	68	69	61
Procentbas	757	732	648	700	754	767
2:11 Hur ofta äter du vanligtvis frukost på helger?						
Äter ej frukost	3	2	6	5	9	5
1 helgdag	6	5	9	9	10	13
2 helgdagar	91	93	86	86	80	83
Procentbas	751	737	635	699	738	763
2:12 Hur många gånger per vecka äter du vanligtvis frukt?						
Aldrig	2	1	4	2	6	2
Mindre än en gång i veckan	4	3	10	7	12	7
1 gång per vecka	8	6	15	11	17	12
2–4 dagar per vecka	29	27	34	32	31	31
5–6 dagar per vecka	20	19	11	19	13	15
1 gång per dag	16	20	12	15	11	16
> 1 gång per dag	21	24	14	14	11	17
Procentbas	763	735	651	706	754	772

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
2:13 Hur många gånger per vecka äter du vanligtvis grönsaker?						
Aldrig	4	2	6	3	6	3
Mindre än en gång i veckan	5	3	7	7	8	3
1 gång per vecka	7	7	13	8	11	7
2-4 dagar per vecka	28	19	28	28	30	25
5-6 dagar per vecka	16	22	18	19	18	21
1 gång per dag	20	25	17	20	16	22
> 1 gång per dag	19	22	12	13	11	20
Procentbas	728	725	640	699	750	769
2:14 Hur många gånger per vecka äter du vanligtvis sötsaker?						
Aldrig	7	6	4	6	1	4
Mindre än en gång i veckan	14	14	9	8	10	9
1 gång per vecka	42	48	28	25	19	21
2-4 dagar per vecka	30	25	40	45	47	45
5-6 dagar per vecka	3	3	10	10	13	11
1 gång per dag	2	1	4	3	5	5
> 1 gång per dag	2	2	5	3	5	4
Procentbas	726	726	639	701	751	769
2:15 Hur många gånger per vecka dricker du vanligtvis cola/läsk?						
Aldrig	7	9	5	8	3	10
Mindre än en gång i veckan	21	25	16	21	11	24
1 gång per vecka	30	35	24	27	20	23
2-4 dagar per vecka	33	25	38	35	41	30
5-6 dagar per vecka	4	2	9	5	12	6
1 gång per dag	2	2	2	3	6	4
> 1 gång per dag	2	2	5	2	7	3
Procentbas	727	726	643	699	751	769
2:16 Hur ofta borstar du tänderna?						
> 1 gång per dag	81	86	78	86	76	86
1 gång per dag	16	11	18	13	20	12
Minst 1 gång per vecka	3	2	3	1	3	2
< 1 gång per vecka	1	1	0	0	0	0
Aldrig	0	0	0	0	1	0
Procentbas	769	738	653	707	755	769
FYSISK AKTIVITET						
2:17 Hur ofta tränar du på fritiden så att du blir andfädd/svettas?						
Varje dag	12	7	11	6	9	4
4-6 gånger per vecka	26	20	29	21	25	18
2-3 gånger per vecka	38	46	39	41	33	36
1 gång per vecka	14	17	12	21	14	18
1 gång per månad	3	2	3	3	4	7
< 1 gång per månad	3	4	3	6	6	8
Aldrig	4	4	4	4	9	10
Procentbas	772	738	652	707	745	766

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
2:18 Hur många timmar per vecka tränar du på fritiden så att du blir andfådd/svettas?						
Inga	6	7	7	8	13	16
Ca en halvtimme	11	11	8	10	10	11
Ca 1 timme	26	30	18	25	17	19
Ca 2–3 timmar	30	30	28	30	25	25
Ca 4–6 timmar	19	18	24	20	19	20
7 timmar eller mer	8	5	15	8	17	9
Procentbas	764	730	651	707	748	767
2:19 Hur många dagar har du varit fysiskt aktiv minst 1 timme per dag den senaste veckan?						
0 dagar	2	2	4	3	7	5
1 dag	6	5	3	4	6	9
2 dagar	12	13	9	13	16	18
3 dagar	15	14	16	18	17	19
4 dagar	15	19	18	19	18	18
5 dagar	15	15	18	19	16	13
6 dagar	11	12	11	10	9	9
7 dagar	23	20	21	14	11	10
Procentbas	724	707	613	648	725	734
STILLASITTANDE FRITIDSAKTIVITETER						
2:20 Hur många timmar per dag brukar du titta på tv/DVD/video på vardagar?						
Inte alls	4	6	3	3	4	5
Ca en halvtimme per dag	14	18	10	11	10	12
Ca 1 timme per dag	27	29	20	21	24	25
Ca 2 timmar per dag	30	29	34	31	26	28
Ca 3 timmar per dag	14	12	16	20	19	17
Ca 4 timmar per dag	7	6	10	9	9	8
Ca 5 timmar per dag	2	1	4	3	3	4
Ca 6 timmar per dag	1	0	1	1	1	1
Ca 7 timmar per dag eller mer	1	1	2	2	2	1
Procentbas	766	739	650	703	744	770
2:21 Hur många timmar per dag brukar du titta på tv/DVD/video på helger?						
Inte alls	2	3	2	2	3	2
Ca en halvtimme per dag	6	8	4	6	4	5
Ca 1 timme per dag	18	21	10	13	14	15
Ca 2 timmar per dag	27	29	24	24	24	24
Ca 3 timmar per dag	22	20	26	24	22	25
Ca 4 timmar per dag	13	12	17	18	16	17
Ca 5 timmar per dag	6	5	9	8	9	7
Ca 6 timmar per dag	2	1	4	3	3	4
Ca 7 timmar per dag eller mer	3	1	5	3	5	2
Procentbas	754	734	635	698	736	764

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
2:22 Hur många timmar om dagen använder du vanligtvis en dator för att skicka e-mail/chatta/göra läxor eller surfa på nätet på din fritid under vardagar?						
Inte alls	28	25	14	14	10	7
Ca en halvtimme per dag	22	27	20	18	16	14
Ca 1 timme per dag	23	25	24	23	20	23
Ca 2 timmar per dag	15	13	17	20	19	24
Ca 3 timmar per dag	7	5	10	10	12	14
Ca 4 timmar per dag	2	3	4	6	9	9
Ca 5 timmar per dag	1	1	4	4	5	5
Ca 6 timmar per dag	1	1	2	2	3	2
Ca 7 timmar per dag eller mer	1	1	4	4	5	2
Procentbas	768	741	648	707	750	769
2:23 Hur många timmar om dagen använder du vanligtvis en dator för att skicka e-mail/chatta/göra läxor eller surfa på nätet på din fritid under helger?						
Inte alls	30	29	17	15	12	10
Ca en halvtimme per dag	20	22	17	16	12	11
Ca 1 timme per dag	20	23	20	17	17	18
Ca 2 timmar per dag	14	14	17	18	19	21
Ca 3 timmar per dag	7	5	10	12	11	14
Ca 4 timmar per dag	4	3	5	8	9	11
Ca 5 timmar per dag	2	2	4	4	7	7
Ca 6 timmar per dag	1	1	2	3	4	4
Ca 7 timmar per dag eller mer	2	1	6	6	8	5
Procentbas	766	737	638	703	740	763

Tabell 3. Tabellunderlag för kapitel Sociala Relationer. Variabler efter kön och ålder i procent.

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
3:1 Hur många pojkar har du som nära vänner just nu?						
Inga	1	18	1	18	2	15
En	3	15	3	14	4	12
Två	7	12	6	15	7	16
Tre eller fler	89	55	91	54	87	57
Procentbas	761	666	648	648	745	719
3:2 Hur många flickor har du som nära vänner just nu?						
Inga	26	1	19	1	16	2
En	10	3	10	3	8	4
Två	12	7	9	7	12	9
Tre eller fler	52	89	62	90	65	86
Procentbas	677	735	598	689	693	768

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
3:3 Hur många dagar i veckan brukar du vara tillsammans med kompisar direkt efter skolan?						
0 dagar	6	5	7	10	14	16
1 dag	15	13	15	16	18	21
2 dagar	19	21	24	19	22	26
3 dagar	24	29	24	28	21	20
4 dagar	16	18	14	14	9	10
5 dagar	20	14	15	13	16	7
Procentbas	761	732	649	694	742	765
3:4 Hur många kvällar i veckan brukar du vara ute med kompisar?						
0 dagar	42	51	26	29	19	18
1 kväll	14	20	20	20	16	21
2 kvällar	14	12	17	21	19	25
3 kvällar	11	6	12	10	16	16
4 kvällar	6	4	9	8	10	9
5 kvällar	7	2	6	4	8	6
6 kvällar	2	2	3	5	4	3
7 kvällar	5	3	6	4	8	2
Procentbas	762	740	647	695	744	765
3:5 Hur ofta pratar du med kompisar i telefon, skickar dem SMS eller har kontakt med dem via e-mail/Internet?						
Sällan eller aldrig	18	9	8	3	7	2
1–2 dagar i veckan	20	20	16	11	11	10
3–4 dagar i veckan	20	25	20	18	14	12
5–6 dagar i veckan	15	19	19	19	14	17
Varje dag	26	27	36	49	53	59
Procentbas	768	741	651	696	747	772
STÖD						
3:6 Hur lätt har du för att prata med din pappa om saker som bekymrar dig?						
Mycket lätt	54	38	36	20	28	11
Lätt	35	39	42	40	42	38
Svårt	7	17	15	27	18	29
Mycket svårt	2	3	5	8	7	16
Har ingen/Vi träffas inte	3	3	2	4	4	6
Procentbas	756	726	645	685	741	763
3:7 Hur lätt har du för att prata med din mamma om saker som bekymrar dig?						
Mycket lätt	66	68	50	45	37	32
Lätt	27	24	36	40	40	42
Svårt	4	5	9	11	16	18
Mycket svårt	1	1	4	3	5	6
Har ingen/Vi träffas inte	1	2	2	1	2	2
Procentbas	749	717	641	682	735	760

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
3:8 Hur lätt har du för att prata med äldre bror/bröder om saker som bekymrar dig?						
Mycket lätt	21	13	18	7	16	7
Lätt	21	21	18	19	19	17
Svårt	9	13	11	17	13	16
Mycket svårt	7	10	10	11	7	11
Har ingen/Vi träffas inte	42	43	42	45	45	50
Procentbas	681	664	593	654	705	736
3:9 Hur lätt har du för att prata med äldre syster/systrar om saker som bekymrar dig?						
Mycket lätt	22	18	16	16	15	15
Lätt	20	24	21	23	17	20
Svårt	8	6	10	8	11	11
Mycket svårt	7	4	7	4	10	4
Har ingen/Vi träffas inte	43	48	46	49	47	50
Procentbas	674	664	593	653	695	737
3:10 Hur lätt har du för att prata med bästa vännen om saker som bekymrar dig?						
Mycket lätt	49	48	37	55	40	59
Lätt	35	39	42	36	42	30
Svårt	10	8	14	6	12	7
Mycket svårt	5	2	5	1	4	1
Har ingen/Vi träffas inte	2	2	2	2	2	2
Procentbas	723	721	625	686	736	759
3:11 Hur lätt har du för att prata med vänner av samma kön om saker som bekymrar dig?						
Mycket lätt	36	29	24	29	25	30
Lätt	41	50	48	53	48	52
Svårt	13	16	18	15	19	14
Mycket svårt	8	4	8	3	6	3
Har ingen/Vi träffas inte	3	1	2	1	1	1
Procentbas	715	712	633	673	737	758
3:12 Hur lätt har du för att prata med vänner av motsatt kön om saker som bekymrar dig?						
Mycket lätt	19	8	17	11	22	18
Lätt	32	26	35	30	43	44
Svårt	24	37	26	34	24	26
Mycket svårt	16	22	15	19	8	8
Har ingen/Vi träffas inte	9	8	7	6	2	4
Procentbas	712	696	629	668	735	762

		11 år		13 år		15 år	
		Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
MOBBNING							
3:13	Hur ofta har du blivit mobbad i skolan under de senaste månaderna?						
	Jag har inte blivit mobbad i skolan de senaste månaderna	85	84	81	86	86	89
	Det har hänt en eller 2 gånger	11	11	14	11	9	8
	2 eller 3 gånger i månaden	2	1	2	2	1	1
	Ungefär en gång i veckan	2	2	2	1	1	1
	Flera gånger i veckan	1	2	1	1	3	1
	Procentbas	756	738	651	694	747	771
3:14	Hur ofta har du varit med och mobbat andra elever under de senaste månaderna?						
	Jag har inte varit med och mobbat andra elever i skolan de senaste månaderna	86	94	78	88	74	88
	Det har hänt en eller 2 gånger	12	5	18	11	17	10
	2 eller 3 gånger i månaden	2	0	2	0	3	1
	Ungefär en gång i veckan	1	1	1	0	2	0
	Flera gånger i veckan	0	0	1	1	3	1
	Procentbas	760	739	650	695	749	772
SLAGSMÅL							
3:15	Hur många gånger under de senaste 12 månaderna har du varit i slagsmål?						
	Jag har inte varit i slagsmål de senaste 12 månaderna	46	83	57	84	64	84
	1 gång	19	9	20	9	17	8
	2 gånger	14	3	9	2	8	3
	3 gånger	7	2	5	1	4	2
	4 gånger eller fler	14	3	8	3	8	2
	Procentbas	766	738	651	692	750	772

Tabell 4. Tabellunderlag för kapitel Skolan. Variabler efter kön och ålder i procent.

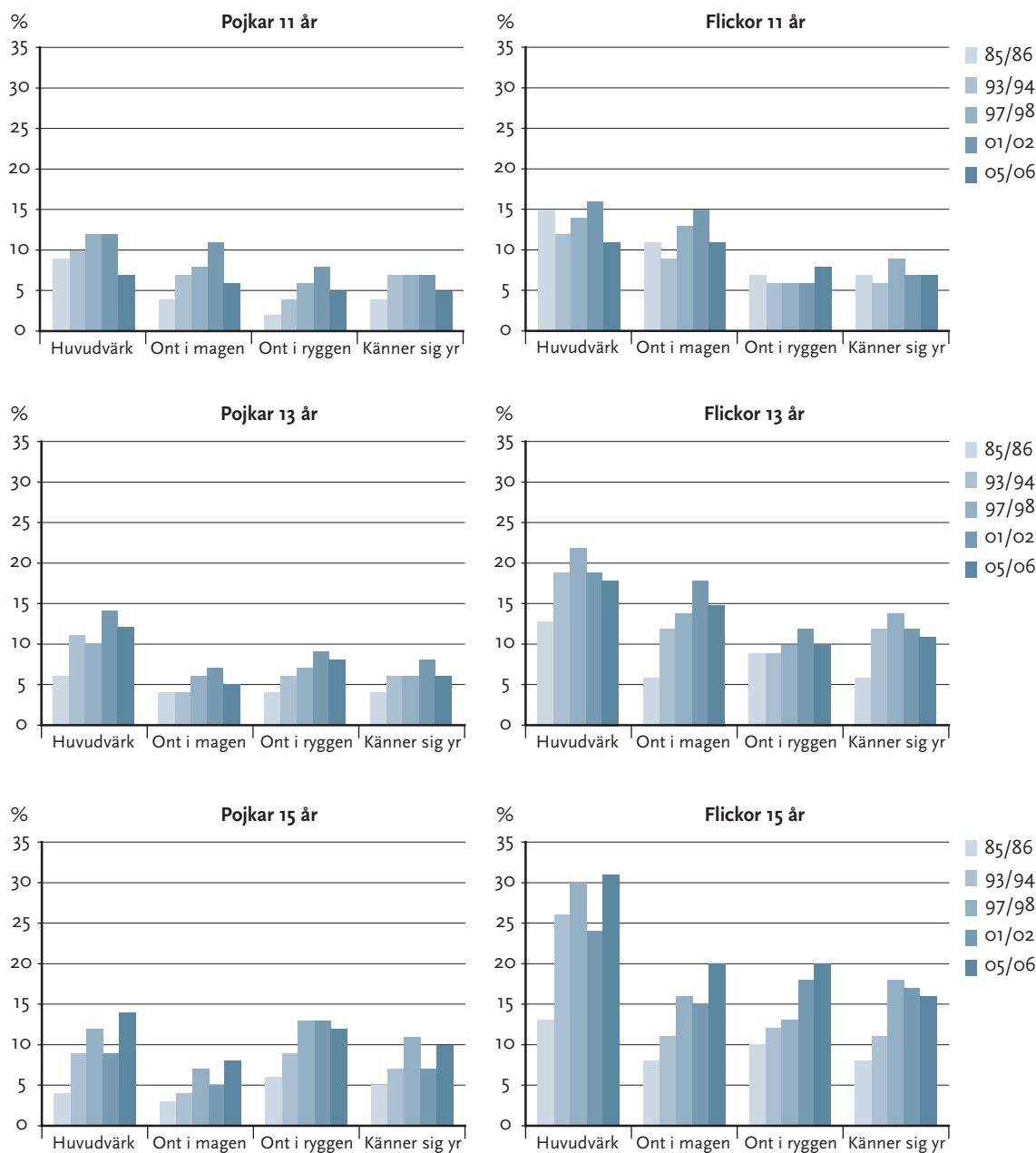
		11 år		13 år		15 år	
		Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
INSTÄLLNING TILL SKOLAN							
4:1	Vad tycker du om skolan nu för tiden?						
	Jag tycker mycket bra om den	30	48	22	22	11	11
	Jag tycker ganska bra om den	53	44	56	62	51	56
	Jag tycker inte särskilt bra om den	11	6	16	12	25	23
	Jag tycker inte alls om den	5	3	7	4	13	9
	Procentbas	768	741	649	697	742	769
4:2	Hur duktig tror du din klassföreståndare/ dina lärare tycker du är i skolan jämfört med dina klasskamrater?						
	Mycket duktig	23	30	20	14	14	14
	Duktig	54	52	50	55	44	48
	Medelbra	21	17	26	28	36	33
	Under genomsnittet	2	1	3	3	7	5
	Procentbas	767	740	651	697	744	769

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
4:3 Hur pass stressad känner du dig av ditt skolarbete?						
Inte alls	33	35	22	15	9	3
Lite grann	57	54	57	61	48	30
Ganska mycket	7	8	15	18	28	40
Mycket	3	3	6	6	14	28
Procentbas	765	742	649	696	742	770
SKOLMILJÖ – KRAV						
4:4 Jag har för mycket skolarbete						
Instämmer absolut	9	6	16	10	30	35
Instämmer	20	16	30	30	36	40
Tveksam	34	33	33	44	27	21
Instämmer inte	26	26	16	14	5	5
Instämmer absolut inte	11	18	6	2	2	1
Procentbas	757	739	639	687	736	767
4:5 Jag tycker skolarbetet är svårt						
Instämmer absolut	3	2	5	3	12	8
Instämmer	8	7	14	15	24	27
Tveksam	32	29	36	42	38	40
Instämmer inte	36	39	33	30	21	21
Instämmer absolut inte	22	23	12	10	6	4
Procentbas	748	732	629	685	736	762
4:6 Jag blir trött av skolarbetet						
Instämmer absolut	13	8	22	14	35	40
Instämmer	23	16	30	35	40	41
Tveksam	30	32	25	33	17	13
Instämmer inte	20	24	16	13	6	4
Instämmer absolut inte	14	20	6	4	2	1
Procentbas	753	732	632	685	738	765
SKOLMILJÖ – PÅVERKANSMÖJLIGHETER						
4:7 På vår skola är eleverna med och bestämmer reglerna						
Instämmer absolut	23	22	11	10	8	3
Instämmer	39	43	39	37	29	33
Tveksam	25	25	33	41	36	44
Instämmer inte	7	8	9	8	15	13
Instämmer absolut inte	6	2	8	4	13	7
Procentbas	761	739	646	692	735	763
4:8 Eleverna är med och bestämmer vilka aktiviteter de skall ägna sig åt på lektionerna						
Instämmer absolut	8	7	6	5	5	4
Instämmer	19	20	19	14	15	19
Tveksam	32	37	40	47	42	44
Instämmer inte	24	26	21	25	23	23
Instämmer absolut inte	17	10	15	9	15	10
Procentbas	750	728	629	685	733	761

	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
4:9 Reglerna på den här skolan är rättvisa						
Instämmer absolut	32	40	16	18	10	9
Instämmer	43	43	50	53	45	52
Tveksam	17	14	25	23	31	29
Instämmer inte	4	2	5	4	8	7
Instämmer absolut inte	4	1	4	1	7	3
Procentbas	750	735	637	691	735	761
SKOLMILJÖ – STÖD						
4:10 Våra lärare behandlar oss rättvist						
Instämmer absolut	43	53	27	29	20	13
Instämmer	34	32	43	43	39	45
Tveksam	14	11	20	19	26	32
Instämmer inte	4	4	5	5	8	6
Instämmer absolut inte	4	2	5	3	7	4
Procentbas	756	733	645	691	734	769
4:11 Om jag behöver extra hjälp får jag det (av lärare)						
Instämmer absolut	45	53	34	34	24	19
Instämmer	39	36	46	49	52	52
Tveksam	11	8	13	13	19	25
Instämmer inte	3	1	3	2	3	3
Instämmer absolut inte	3	1	3	2	2	1
Procentbas	758	737	647	695	737	771
4:12 Om jag har problem i skolan försöker mina föräldrar hjälpa mig						
Instämmer absolut	72	79	69	69	56	57
Instämmer	21	16	26	26	35	33
Tveksam	2	3	2	4	6	6
Instämmer inte	1	1	1	0	1	2
Instämmer absolut inte	3	1	2	0	2	1
Procentbas	756	740	642	689	731	766
4:13 Mina föräldrar kommer gärna till skolan och pratar med mina lärare						
Instämmer absolut	40	48	36	37	27	31
Instämmer	37	35	42	37	39	41
Tveksam	16	13	16	18	22	19
Instämmer inte	4	3	4	6	7	7
Instämmer absolut inte	3	1	2	2	4	2
Procentbas	748	736	636	685	731	761
4:14 Mina föräldrar uppmuntrar mig att vara duktig i skolan						
Instämmer absolut	67	72	63	61	56	58
Instämmer	28	23	33	31	37	34
Tveksam	4	5	3	7	5	6
Instämmer inte	0	0	1	1	1	2
Instämmer absolut inte	1	0	1	0	1	1
Procentbas	746	737	635	688	731	761

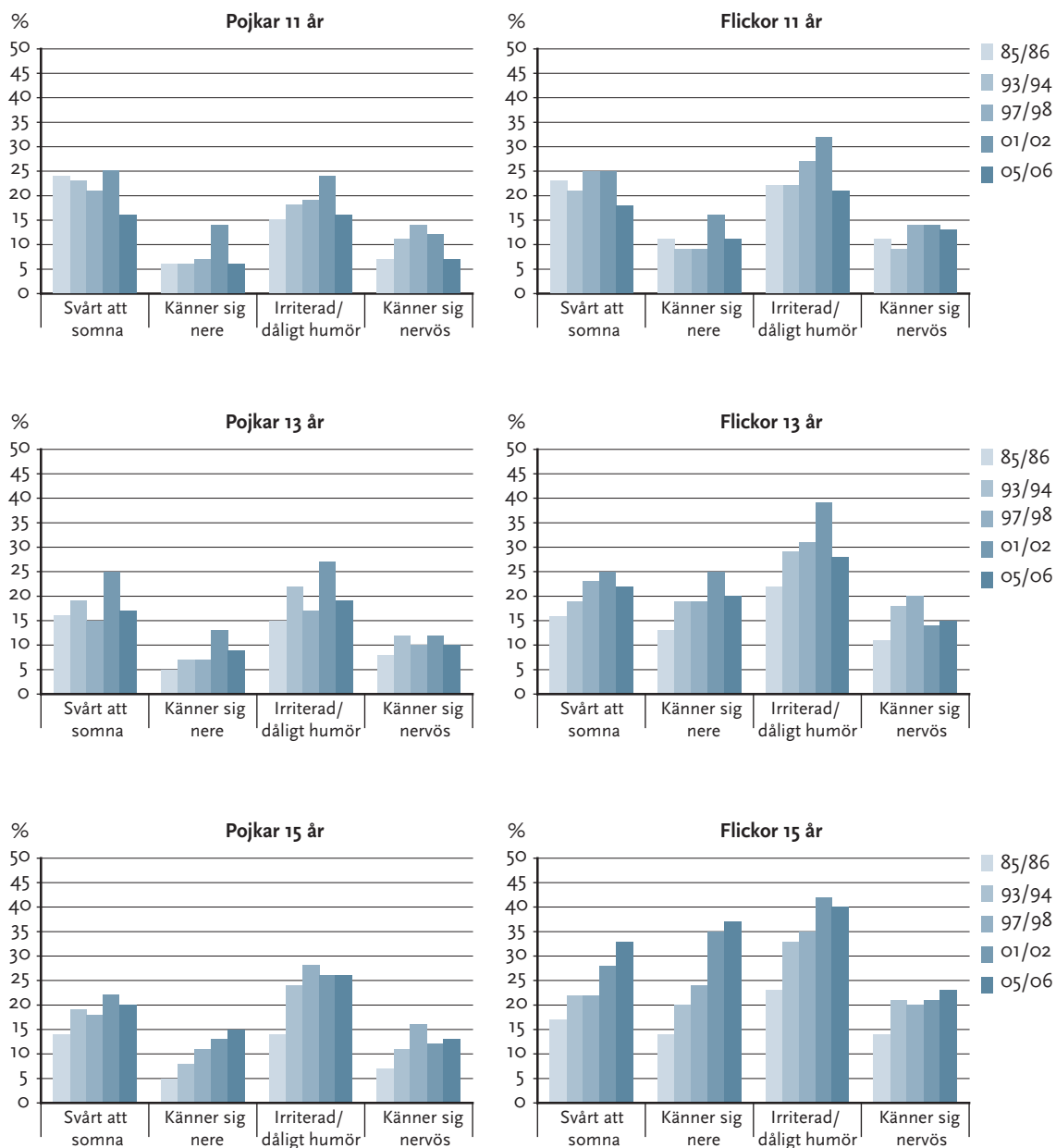
	11 år		13 år		15 år	
	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor
4:15 Eleverna i min klass trivs tillsammans						
Instämmer absolut	34	35	26	25	26	23
Instämmer	50	46	52	51	50	47
Tveksam	15	17	19	21	20	24
Instämmer inte	1	1	2	3	2	3
Instämmer absolut inte	1	1	1	1	2	2
Procentbas	760	738	648	695	740	767
4:16 De flesta av mina klasskamrater är snälla och hjälpsamma						
Instämmer absolut	39	50	22	31	21	25
Instämmer	47	39	53	51	53	50
Tveksam	11	10	19	14	20	20
Instämmer inte	1	1	3	3	3	4
Instämmer absolut inte	1	1	1	1	2	1
Procentbas	751	732	645	693	740	767
4:17 De andra eleverna accepterar mig som jag är						
Instämmer absolut	47	49	36	36	36	36
Instämmer	39	34	48	48	48	46
Tveksam	12	14	13	12	12	13
Instämmer inte	2	2	2	2	2	4
Instämmer absolut inte	1	1	1	1	2	1
Procentbas	746	730	643	686	740	768

Bilaga 2 a. Figurer med utvecklingen över tid av somatiska besvär



Andelen pojkar och flickor i olika åldrar som har somatiska besvär mer än en gång i veckan genom åren. Tyvärr har dessa frågor omformulerats något genom åren, mest år 1989 varför uppgifter från det året inte finns med. År 1985 löd frågan "Hur ofta har du följande besvär?" Från år 1993 och framåt löd frågan "Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna haft följande besvär?" Svartalternativen har varit desamma.

Bilaga 2 b. Figurer med utvecklingen över tid av psykiska besvär



Andelen pojkar och flickor i olika åldrar som har psykiska besvär mer än en gång i veckan genom åren. Tyvärr har dessa frågor omformulerats något genom åren, mest år 1989 varför uppgifter från det året inte finns med. År 1985 löd frågan "Hur ofta har du följande besvär?" Från år 1993 och framåt löd frågan "Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna haft följande besvär?" Svarsalternativen har varit desamma.

Bilaga 3. Enkät 2005/06 (version åk 9)

FRÅGEFORMULÄR – INTERNATIONELL STANDARDISERAD VERSION

SKOLBARNNS HÄLSOVANOR

HEALTH BEHAVIOUR IN SCHOOL-AGED CHILDREN

ÅK 9



STATENS
FOLKHÄLSOINSTITUT

EN NATIONSJÄMFÖRANDE KARTLÄGGNING
FRÅN VÄRLDSHÄLSOORGANISATIONEN

A WHO CROSS NATIONAL SURVEY

Till dig som svarar på denna enkät

Genom att svara på de här frågorna hjälper du oss att få reda på mer om hur unga människor har det idag. Samma frågor ställs till skolbarn i många länder runt om i Europa, USA och Canada.

- ➔ Du skall inte skriva ditt namn – dina svar kommer att hållas hemliga.
- ➔ Ingen i skolan kommer att få se ditt ifyllda frågeformulär.
- ➔ Läs frågorna i tur och ordning. Försök svara så ärligt du kan.
- ➔ Du ska endast sätta ETT kryss för varje fråga annars kan vi inte räkna ditt svar.
- ➔ Om det är svårt att välja bara ett svar, försök tänka på det som stämmer in bäst eller på det som stämmer för det mesta.

1. Är du pojke eller flicka?

- Pojke Flicka

2. Vilken årskurs går du i?

- Årskurs 5
 Årskurs 7
 Årskurs 9

3. Vilken månad är du född?

- | | |
|-----------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Januari | <input type="checkbox"/> Juli |
| <input type="checkbox"/> Februari | <input type="checkbox"/> Augusti |
| <input type="checkbox"/> Mars | <input type="checkbox"/> September |
| <input type="checkbox"/> April | <input type="checkbox"/> Oktober |
| <input type="checkbox"/> Maj | <input type="checkbox"/> November |
| <input type="checkbox"/> Juni | <input type="checkbox"/> December |

4. Vilket år är du född?

- 1989 eller tidigare
 1990
 1991
 1992
 1993
 1994
 1995 eller senare

5. I vilket land är du född?

- I Sverige
 I annat land, vilket?

6. Var är dina föräldrar födda?

- | | I Sverige | I ett annat land, vilket? | Vet ej/
Har ingen |
|-------|--------------------------|--------------------------------|--------------------------|
| Mamma | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Pappa | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

7. Hur bor du?

- I lägenhet
 I radhus/kedjehus
 I villa

8. Hurdan plats bor du på?

- Storstad
 Förort till storstad
 Stad
 Samhälle
 Landsbygd

9. Nu kommer några frågor om dina föräldrars arbete.

Har din pappa ett arbete?

- Ja
 Nej
 Vet inte
 Har ingen pappa eller träffar honom inte

Om du svarat JA, var snäll och skriv var han jobbar t.ex. sjukhus, bank, restaurang

Beskriv vad för slags arbete han har där (t.ex. sjukskötare, kassör, lärare, elektriker)

Om NEJ, varför har inte din pappa något arbete? Kryssa i det svar som bäst passar in.

- Han är sjuk, pensionär eller studerar
 Han söker arbete
 Han är hemmaman
 Jag vet inte

Har din mamma ett arbete?

- Ja
 Nej
 Vet inte
 Har ingen mamma eller träffar henne inte

Om du svarat JA, var snäll och skriv var hon jobbar t.ex. sjukhus, bank, restaurang

Beskriv vad för slags arbete hon har där t.ex. sjukskötare, kassör, lärare, elektriker

Om NEJ, varför har inte din mamma något arbete? Kryssa i det svar som bäst passar in.

- Hon är sjuk, pensionär eller studerar
 Hon söker arbete
 Hon är hemmafru
 Jag vet inte

10. Tycker du att din hälsa är...?

- Mycket bra
 Bra
 Ganska bra
 Dålig

11. Hur mycket väger du utan kläder?

Svara i hela kilon utan decimal

kg									

12. Hur lång är du utan skor?

/	cm								

FYSISK AKTIVITET är all aktivitet som får ditt hjärta att slå snabbare och som gör dig andfådd.

Fysisk aktivitet kan man hålla på med i idrotts-sammanhang, i olika aktiviteter på skolan, när man leker med kamrater eller då man går till skolan.

Några exempel på fysisk aktivitet är att springa, gå snabba promenader, åka skridskor eller rullskridskor, simma, spela fotboll, cykla, dansa...

När du svarar på denna fråga, lägg ihop all tid som du är fysiskt aktiv varje dag.

13. Hur många dagar har du varit fysiskt aktiv sammanlagt minst 1 timme om dagen under den senaste veckan?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
0	1	2	3	4	5	6	7
dag				dagar			

14. Hur ofta äter du vanligtvis frukost (mer än t.ex. ett glas mjölk eller juice)Sätt ett kryss för *vardagar* och ett kryss för *helgen*.**Vardagar:**

- Jag äter aldrig frukost på vardagar
- En dag
- Två dagar
- Tre dagar
- Fyra dagar
- Fem dagar

Helg:

- Jag äter aldrig frukost under helgen
- Jag äter vanligen frukost en av helgdagarna (lördag ELLER söndag)
- Jag äter vanligen frukost båda helgdagarna (lördag OCH söndag)

15. Hur många gånger i veckan äter eller dricker du vanligtvis...?

Sätt ett kryss på varje rad

	Aldrig	Mindre än en gång i veckan	En gång i veckan	2-4 dagar per vecka	5-6 dagar per vecka	En gång om dagen, varje dag	Varje dag, mer än en gång om dagen
Frukt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Grönsaker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sötsaker (godis eller choklad)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Coca-cola eller andra läskedrycker som innehåller socker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. Håller du på att banta eller gör du något annat för att gå ned i vikt just nu?

- Nej, jag väger lagom mycket
- Nej, men jag behöver gå ned i vikt
- Nej, för jag behöver gå upp i vikt
- Ja

17. En del barn och ungdomar går till skolan eller till sängs hungriga för att det inte finns tillräckligt med mat hemma. Hur ofta händer detta dig?

- Alltid
- Ofta
- Ibland
- Aldrig

18. Hur dags brukar du gå och lägga dig, när du ska upp till skolan nästa morgon?

Ej senare än 21.00	21.30	22.00	22.30	23.00	23.30	24.00	00.30 eller senare
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

19. Hur dags brukar du stiga upp de dagar du ska till skolan?

Senast 06.00	06.30	07.00	07.30	08.00 eller senare
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

20. Hur ofta känner du dig trött när du ger dig iväg till skolan på morgonen?

- Mer än en gång om dagen
 En gång om dagen
 Åtminstone en gång i veckan, men inte varje dag
 Mindre än en gång i veckan
 Aldrig

21. Hur ofta borstar du tänderna?

- Mer än en gång om dagen
 En gång om dagen
 Åtminstone en gång i veckan, men inte varje dag
 Mindre än en gång i veckan
 Aldrig

22. Har du någonsin rökt?

Minst en cigarett, cigarr eller pipa.

- Ja
 Nej

23. Hur ofta röker du nu för tiden?

- Varje dag
 Minst en gång i veckan, men inte varje dag
 Mindre än en gång i veckan
 Jag röker inte

24. Har du någonsin snusat?

- Nej
 Ja, 1-2 gånger
 Ja, mer än 2 gånger

25. Hur ofta snusar du nu för tiden?

- Varje dag
 Minst en gång i veckan, men inte varje dag
 Mindre än en gång i veckan
 Jag snusar inte

26. Hur ofta dricker du alkohol nu för tiden, som t.ex. öl, vin eller sprit?

Försök även ta med de gånger då du bara dricker lite grann.

Sätt ett kryss på varje rad

	Varje dag	Varje vecka	Varje månad	Sällan	Aldrig
Öl	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sprit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkoläsk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cider	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

27. Har du någonsin druckit så mycket att du blivit riktigt full?

- Nej, aldrig
 Ja, en gång
 Ja, 2-3 gånger
 Ja, 4-10 gånger
 Ja, mer än 10 gånger

28. Hur gammal var du när du första gången gjorde något av följande?*Om det är något du inte har gjort kryssar du i rutan "aldrig".*

	Aldrig	11 år eller yngre	12 år	13 år	14 år	15 år	16 år eller äldre
Drack alkohol (mer än bara smakade)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Blev full	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rökte en cigarett (mer än ett bloss)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

29. Har du någon gång använt cannabis (hasch eller marijuana) ... ?*Sätt ett kryss på varje rad*

	Aldrig	1-2	3-9	10 gånger eller mer
... i ditt liv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... under de senaste 12 månaderna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... under de senaste 30 dagarna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

30. Det här är en bild av en stega.

Överst på stegen "10" motsvarar det bästa liv du kan tänka dig och nederst "0" det sämsta liv du kan tänka dig.

Om du tänker på **ditt liv** i största allmänhet, var tycker du att du står nuförtiden?

Kryssa i rutan vid det nummer som bäst passar in på dig.

<input type="checkbox"/>	10	Bästa tänkbara liv
<input type="checkbox"/>	9	
<input type="checkbox"/>	8	
<input type="checkbox"/>	7	
<input type="checkbox"/>	6	
<input type="checkbox"/>	5	
<input type="checkbox"/>	4	
<input type="checkbox"/>	3	
<input type="checkbox"/>	2	
<input type="checkbox"/>	1	
<input type="checkbox"/>	0	Sämsta tänkbara liv

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

Sätt ett kryss på varje rad

	I stort sett varje dag	Mer än en gång i veckan	Ungefär en gång i veckan	Ungefär en gång i månaden	Sällan eller aldrig
Huvudvärk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ont i magen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ont i ryggen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känt mig nere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Varit irriterad eller på dåligt humör	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känt mig nervös	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haft svårt att somna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känt mig yr	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

32. Har du under den senaste månaden ätit tabletter eller någon annan medicin mot följande besvär: Sätt ett kryss på varje rad

	Nej	Ja, en gång	Ja, mer än en gång
Huvudvärk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ont i magen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Svårt att somna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Känt mig nervös	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Något annat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

33. Tycker du att du är...?

- Alldeles för mager
 Lite för mager
 Lagom
 Lite för tjock
 Alldeles för tjock

DENNA FRÅGA SKA BARA NI FLICKOR SVARA PÅ.

34. Har du fått din menstruation?

- Nej, jag har ännu inte fått min menstruation
 Ja, jag fick den då jag var:

år och månader gammal

RESTEN AV FRÅGORNA SKA BÅDE POJKAR OCH FLICKOR SVARA PÅ.

35. Har du någonsin haft samlag med någon?

- Nej. *Gå till fråga 39*
 Ja ▼

36. Hur gammal var du första gången du hade samlag?

- Jag har inte haft samlag
 13 år eller yngre
 14 år
 15 år
 16 eller äldre

37. Vilken preventivmetod använde du och din partner för att inte bli gravid senaste gången ni hade samlag?

Vi använde ingen preventivmetod *Gå till fråga 38*

Vi använde... *Sätt ett kryss på varje rad*

	Ja	Nej
... p-piller	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... kondomer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... avbrutet samlag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... akut-p-piller ("dagen-efter piller")	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... någon annan metod	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... vet inte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

38. Använde du eller din partner kondom senaste gången ni hade samlag?

- Ja
 Nej

Många unga människor gör sig illa eller skadas då de exempelvis idrottar eller är i slagsmål med andra på olika platser som gatan eller hemma. Att skada sig kan innebära att man får i sig något giftigt eller att man bränner sig. Att skada sig innebär inte att man får sjukdomar som mässlingen eller influensa.

Följande fråga handlar om skador som du kan ha råkat ut för under de senaste 12 månaderna.

39. Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna skadat dig så illa att du blivit behandlad av en läkare eller sjuksköterska?

- Jag har inte skadat mig de senaste 12 månaderna
 1 gång
 2 gånger
 3 gånger
 4 gånger eller fler

40. Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna varit i slagsmål?

- Jag har inte varit i slagsmål de senaste 12 månaderna
 1 gång
 2 gånger
 3 gånger
 4 gånger eller fler

HÄR KOMMER NÅGRA FRÅGOR OM DINA RELATIONER TILL ANDRA MÄNNISKOR.

41. Hur många pojkar och flickor har du som nära vänner just nu?

- Pojkar:** **Flickor:**
 Ingen Ingen
 En En
 Två Två
 Tre eller fler Tre eller fler

42. Hur lätt har du för att prata med följande personer om saker som bekymrar dig?

Sätt ett kryss på varje rad

	Mycket lätt	Lätt	Svårt	Mycket svårt	Har ingen/ vi träffas inte
Pappa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Styvpappa (eller mammas sambo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mamma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Styvmamma (eller pappas sambo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äldre bror/bröder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Äldre syster/systrar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bästa vännen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vänner av samma kön	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vänner av motsatt kön	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

43. Hur ofta pratar du med kompisar i telefon, skickar dem sms eller har kontakt med dem via e-mail/ internet?

- Sällan eller aldrig
 1-2 dagar i veckan
 3-4 dagar i veckan
 5-6 dagar i veckan
 Varje dag

Här kommer några frågor om mobbning.

Vi menar att en elev **MOBBAS** då en annan elev, eller en grupp elever, säger eller gör elaka och otrevliga saker mot honom/henne. Det är också mobbning då en elev upprepade gånger blir retad på ett sätt som han/hon inte tycker om eller om han/hon lämnas utanför. Men det är **INTE MOBBNING** då två ganska jämstarka elever grälar eller slåss. Det är heller inte mobbning när en elev retas på ett snällt och vänligt sätt.

44. Hur ofta har du blivit mobbad i skolan under de senaste månaderna?

- Jag har inte blivit mobbad i skolan de senaste månaderna
- Det har hänt en eller två gånger
- 2 eller 3 gånger i månaden
- Ungefär en gång i veckan
- Flera gånger i veckan

45. Hur ofta har du varit med och mobbat andra elever under de senaste månaderna?

- Jag har inte varit med och mobbat andra elever i skolan de senaste månaderna
- Det har hänt en eller två gånger
- 2 eller 3 gånger i månaden
- Ungefär en gång i veckan
- Flera gånger i veckan

NU KOMMER NÅGRA FRÅGOR OM DIN FAMILJ.

46. Alla familjer är olika (till exempel så lever inte alla med båda sina föräldrar, ibland bor man med bara en förälder, ibland har man två hem och lever med två familjer). Vi skulle vilja veta mer om hur du bor. Den första frågan handlar om det hem där du **bor hela tiden eller för det mesta.**

Kryssa för vilka du bor tillsammans med där:

VUXNA

- Mamma
- Pappa
- Styvmamma (eller pappas sambo)
- Styvpappa (eller mammas sambo)
- Farmor/mormor
- Farfar/morfar
- Jag bor i fosterhem eller liknande
- Jag bor tillsammans med någon annan vuxen eller någon annanstans.

BARN

Var snäll och skriv hur många bröder och systrar som bor där (räkna med halv-, styv- eller fostersyskon). Du ska inte räkna med dig själv. Skriv antalet eller skriv 0 (noll) om det inte bor något annat barn här.

Hur många bröder?

Hur många systrar?

47. Har du ytterligare ett hem eller en annan familj, t.ex. om dina föräldrar är skilda?

- Nej. *Gå till fråga 48*
 Ja ▼

Hur ofta bor du i det andra hemmet?

- Hälften av tiden
 Regelbundet men mindre än hälften av tiden
 Ibland
 Nästan aldrig

Var snäll och kryssa i nedan vilka som bor där:

VUXNA

- Mamma
 Pappa
 Styvmamma (eller pappas sambo)
 Styvpappa (eller mammas sambo)
 Farmor/mormor
 Farfar/morfar
 Jag bor i fosterhem eller liknande
 Jag bor tillsammans med någon annan vuxen eller någon annanstans.

BARN

Var snäll och skriv hur många bröder och systrar som bor där (räkna med halv-, styv- eller foster-syskon). Ta inte med de syskon som du räknat upp i den förra frågan eller dig själv. Skriv antalet här eller skriv 0 (noll) om det inte bor något annat barn här.

Hur många bröder?

Hur många systrar?

48. Hur pass bra ställt ekonomiskt tycker du att din familj har det?

- Mycket bra
 Ganska bra
 Genomsnittligt
 Inte så bra
 Inte alls bra

OCH HÄR KOMMER MER FRÅGOR OM DIG SJÄLV.

49. Hur frisk tycker du att du är?

- Mycket frisk
 Ganska frisk
 Inte särskilt frisk

50. Hur trivs du i stort sett med livet just nu?

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

STYRKOR OCH SVÅRIGHETER

51. Kryssa för något av "stämmer inte", "stämmer delvis" och "stämmer helt" för varje fråga. Sätt bara ett kryss på varje fråga och försök att besvara alla frågor. Frågorna gäller hur Du har haft det de senaste 6 månaderna.

	Stämmer inte	Stämmer delvis	Stämmer helt
Jag försöker att vara vänlig mot andra. Jag bryr mig om deras känslor...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag är rastlös. Jag kan inte vara stilla länge.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har ofta huvudvärk, ont i magen eller illamående	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag delar ofta med mig till andra (t.ex. godis, spel, pennor)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag blir mycket arg och tappar ofta humöret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag är ofta för mig själv. Jag gör oftast saker ensam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag gör oftast som jag blir tillsagd av vuxna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag oroar mig mycket.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag är hjälpsam om någon är ledsen, upprörd eller känner sig dålig ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har svårt att sitta stilla, jag vill jämt vrida och röra på mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har en eller flera kompisar.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag slåss eller bråkar mycket. Jag kan tvinga andra att göra som jag vill..	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag är ofta ledsen, nedstämd eller gråtfärdig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jämnåriga verkar gilla mig för det mesta.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har svårt att koncentrera mig, jag är lättstörd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag blir nervös i nya situationer. Jag blir lätt osäker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag är snäll mot yngre barn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag blir ofta anklagad för att ljuga eller fuska	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Andra barn eller ungdomar retar eller mobbar mig.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag ställer upp och hjälper andra (t.ex. föräldrar, lärare, jämnåriga)....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag tänker mig för innan jag gör olika saker	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag tar saker som inte tillhör mig, t.ex. från skolan eller andra ställen ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag kommer bättre överens med vuxna än med jämnåriga	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag är rädd för många olika saker, jag är lättskrämd.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag kan koncentrera mig, göra klart det jag arbetar med	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Skriv gärna i rutan nedan om Du har kommentarer eller vill tillägga något:

52. Tycker Du att Du har svårigheter med något av följande:
Dina känslor, Din koncentrationsförmåga, Ditt beteende
eller med att komma överens och umgås med andra?

- Nej *Gå till fråga 57* ▶
 Ja, små svårigheter
 Ja, klara svårigheter
 Ja, allvarliga svårigheter

Om ja på fråga 52:

53. Hur länge har svårigheterna funnits?

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Mindre än
1 månad | 1–5 månader | 6–12 månader | Mer än 1 år |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

54. Besväras eller oroas Du av svårigheterna?

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Inte alls | Bara lite | Ganska mycket | Väldigt mycket |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

55. Stör svårigheterna Ditt vardagsliv inom följande områden?

	Inte alls	Bara lite	Ganska mycket	Väldigt mycket
Hemma/i familjen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Med kamrater	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
I skolarbetet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vid fritidsaktiviteter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

56. Tror Du att svårigheterna blir jobbiga för människor omkring Dig
(familj, kamrater, lärare osv)?

- Inte alls
 Bara lite
 Ganska mycket
 Väldigt mycket

NU KOMMER NÅGRA FRÅGOR OM DIN FRITID.

57. Hur många dagar i veckan brukar du vara tillsammans med kompisar direkt efter skolan?

- 0 1 2 3 4 5
dag dagar

58. Hur många kvällar i veckan brukar du vara ute med kompisar?

- 0 1 2 3 4 5 6 7
kväll kvällar

59. Om Du tänker på förra veckan...

	Aldrig	Sällan	Ibland	Ofta	Alltid
Hade Du tillräckligt med pengar för att kunna göra samma saker som dina kompisar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hade Du tillräckligt med pengar för dina utgifter?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

60. Hur många timmar om dagen brukar du vanligtvis titta på TV (eller video/DVD) på din fritid?

*Sätt ett kryss för vardagar och ett för helger.***Vardagar:**

- Inte alls
 Ca en halvtimme om dagen
 Ca 1 timme om dagen
 Ca 2 timmar om dagen
 Ca 3 timmar om dagen
 Ca 4 timmar om dagen
 Ca 5 timmar om dagen
 Ca 6 timmar om dagen
 Ca 7 timmar eller mer om dagen

Helg:

- Inte alls
 Ca en halvtimme om dagen
 Ca 1 timme om dagen
 Ca 2 timmar om dagen
 Ca 3 timmar om dagen
 Ca 4 timmar om dagen
 Ca 5 timmar om dagen
 Ca 6 timmar om dagen
 Ca 7 timmar eller mer om dagen

61. Hur många timmar om dagen spelar du vanligtvis dataspel eller TV-spel på din fritid?

*Sätt ett kryss för vardagar och ett för helger.***Vardagar:**

- Inte alls
 Ca en halvtimme om dagen
 Ca 1 timme om dagen
 Ca 2 timmar om dagen
 Ca 3 timmar om dagen
 Ca 4 timmar om dagen
 Ca 5 timmar om dagen
 Ca 6 timmar om dagen
 Ca 7 timmar eller mer om dagen

Helg:

- Inte alls
 Ca en halvtimme om dagen
 Ca 1 timme om dagen
 Ca 2 timmar om dagen
 Ca 3 timmar om dagen
 Ca 4 timmar om dagen
 Ca 5 timmar om dagen
 Ca 6 timmar om dagen
 Ca 7 timmar eller mer om dagen

62. Hur många timmar om dagen använder du vanligtvis en dator till skicka e-mail, chatta, göra läxor eller surfa på nätet på din fritid?

Sätt ett kryss för vardagar och ett för helger.

Vardagar:

- Inte alls
- Ca en halvtimme om dagen
- Ca 1 timme om dagen
- Ca 2 timmar om dagen
- Ca 3 timmar om dagen
- Ca 4 timmar om dagen
- Ca 5 timmar om dagen
- Ca 6 timmar om dagen
- Ca 7 timmar eller mer om dagen

Helg:

- Inte alls
- Ca en halvtimme om dagen
- Ca 1 timme om dagen
- Ca 2 timmar om dagen
- Ca 3 timmar om dagen
- Ca 4 timmar om dagen
- Ca 5 timmar om dagen
- Ca 6 timmar om dagen
- Ca 7 timmar eller mer om dagen

63. Hur många datorer har din familj?

- Ingen
- En
- Två
- Fler än två

64. Har din familj någon bil?

- Nej
- Ja, en
- Ja, två eller fler

65. Har du ett eget rum?

- Nej
- Ja

66. Hur många gånger har du rest bort på semester med din familj under det senaste året?

- Ingen gång
- En gång
- Två gånger
- Mer än två gånger



67. Hur ofta brukar du träna på din fritid, (dvs utanför skoltid) så att du blir andfådd eller svettas?

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

68. Hur många timmar i veckan brukar du träna på din fritid, (dvs utanför skoltid), så att du blir andfådd eller svettas?

- Aldrig
- Ca en halv timme
- Ca en timme
- Ca 2–3 timmar
- Ca 4–6 timmar
- 7 timmar eller mer

NU KOMMER NÅGRA FRÅGOR OM SKOLAN.

69. Hur duktig tror du din klassföreståndare/dina lärare tycker du är i skolan jämfört med dina klasskamrater?

- Mycket duktig
- Duktig
- Medelbra
- Under genomsnittet

70. Vad tycker du om skolan nu för tiden?

- Jag tycker mycket bra om den
- Jag tycker ganska bra om den
- Jag tycker inte särskilt bra om den
- Jag tycker inte alls om den

71. Här är några påståenden om dina klasskamrater. Läs dem noga och sätt ett kryss för varje påstående.

	Instämmer absolut	Instämmer	Tveksam	Instämmer inte	Instämmer absolut inte
Eleverna i min klass trivs tillsammans	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
De flesta av mina klasskamrater är snälla och hjälpsamma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
De andra eleverna accepterar mig som jag är	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

72. Hur pass stressad känner du dig av ditt skolarbete?

- Inte alls
 Lite grann
 Ganska mycket
 Mycket

73. Kryssa i en ruta för varje påstående om dina lärare. Om du bara har en lärare, tänk då på den personen när du svarar.

	Instämmer absolut	Instämmer	Tveksam	Instämmer inte	Instämmer absolut inte
Om jag behöver extra hjälp, så får jag det	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Våra lärare behandlar oss rättvist	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
De flesta av mina lärare är vänliga	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

74. Här är några påståenden om din skola. Läs dem noga och sätt ett kryss för varje påstående.

	Instämmer absolut	Instämmer	Tveksam	Instämmer inte	Instämmer absolut inte
På vår skola är eleverna med och bestämmer reglerna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eleverna behandlas för strängt på den här skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reglerna på den här skolan är rättvisa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eleverna är med och bestämmer hur de ska använda lektionstiden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eleverna är med och bestämmer vilka aktiviteter de ska ägna sig åt på lektionerna	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag känner mig trygg på den här skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

75. Här kommer några påståenden om hur man kan uppleva arbetet i skolan (tänk då både på det arbete som du gör i skolan och läxor som du gör hemma). Sätt ett kryss för varje påstående.

	Instämmer absolut	Instämmer	Tveksam	Instämmer inte	Instämmer absolut inte
Jag har för mycket skolarbete	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag tycker skolarbetet är svårt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag blir trött av skolarbetet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

76. Kryssa i en ruta för varje påstående om dina föräldrar. Om din mamma och pappa bor på olika platser, ska dina svar gälla det hem där du bor mest.

	Instämmer absolut	Instämmer	Tveksam	Instämmer inte	Instämmer absolut inte
Om jag har problem i skolan försöker mina föräldrar hjälpa mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina föräldrar kommer gärna till skolan och pratar med mina lärare	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina föräldrar uppmuntrar mig att vara duktig i skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina föräldrar är intresserade av vad som händer mig i skolan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mina föräldrar hjälper gärna mig med mina läxor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

77. Hur lång tid brukar det ta för dig att gå eller åka till skolan hemifrån?

Kryssa bara i en ruta

- Mindre än 5 minuter
- 5–15 minuter
- 16–30 minuter
- Mellan 30 minuter och en timme
- Mer än en timme

78. Hur tar du dig vanligtvis till skolan, den större delen av vägen?

Kryssa bara i en ruta

- Går
- Cyklar
- Åker buss, tåg, spårvagn, tunnelbana eller båt
- Åker bil, motorcykel eller moped
- På något annat sätt

79. Hur tar du dig vanligtvis från skolan, den större delen av vägen?

Kryssa bara i en ruta

- Går
- Cyklar
- Åker buss, tåg, spårvagn, tunnelbana eller båt
- Åker bil, motorcykel eller moped
- På något annat sätt

TILL SIST

80. Vad tror du att du kommer att göra när du slutat grundskolan?

- Gå på något av gymnasiets teoretiska program
- Gå på något av gymnasiets praktiska/yrkesinriktade program
- Få ett arbete
- Få praktik- eller lärlingsjobb
- Bli arbetslös
- Jag vet inte

Tack ska du ha för hjälpen!

Hoppas du tycker det var intressant att svara på frågorna.

Så småningom kommer du att få läsa i tidningarna om hur svenska elever har svarat jämfört med elever i andra europeiska länder.

Sverige deltar sedan mitten av 1980-talet i WHO-projektet Health Behavior in School-Aged Children (HBSC) tillsammans med ett drygt 20-tal europeiska länder. I Sverige heter projektet Skolbarns hälsovanor. Det är en jämförande studie som kartlägger hälsa och hälsovanor hos 11-, 13- och 15-åringar. Sverige har hittills deltagit vid alla sex undersökningstillfällen: 1985, 1989, 1993, 1997, 2001 och 2005. Genom att enkätundersökningen genomförts återkommande under en följd av år och även ger möjlighet till jämförelser med andra europeiska länder, har den blivit en viktig resurs när det gäller att följa upp skolbarns hälsa.

Denna tabellrapport innehåller delar av resultaten från 2005 års undersökning och jämför också med de föregående årens resultat.



**STATENS
FOLKHÄLSOINSTITUT**

*Statens folkhälsoinstitut
Distributionstjänst
12088 Stockholm*

*Fax 08-4498811
E-post fhi@strd.se
Internet www.fhi.se*

*R 2006:10
ISSN 1651-8624
ISBN 91-7257-459-3*