

Liv och hälsa ung

Särskolan 2017

”Att vara
i särklass”

En
undersökning
om ungas hälsa,
livsvillkor och
levnads-
vanor

Kort-
version

Innehåll

Inledning	2
Om Liv och hälsa ung	3
Förklaring till vanliga ord i rapporten	4
Om dig och din familj	5
Hälsa	6
Livsvillkor	8
Levnadsvanor	10
Framtidstro	14
Sammanfattning	15
Kontakt	Omslagets baksida

Inledning

Den här rapporten är skriven främst till Dig.

Tack för att du valde att delta i undersökningen Liv och hälsa ung särskolan våren 2017.

Du har bidragit till att vi vet mer om hur unga mår och om vardagen i skolan.

Rapporten är också skriven till politiker, det är de som bestämmer i Västmanland.

De behöver sådan kunskap, för att de ska kunna ta beslut som gör ungas hälsa bättre.

Rapporten är även tänkt till andra som arbetar med att göra din vardag bättre.

Om Liv och hälsa ung...

Undersökningen Liv och hälsa ung beskriver hur barn och ungdomar mår i Västmanland.

I Västmanland har undersökningen genomförts sedan år 1995.

Det har saknats kunskap om hur unga i särskolan mår, därför bjöds särskolan att delta i undersökningen våren 2017.

Det omfattade årskurserna 7-9 vid grundsärskolan (inte träningskolan) och 1-4 vid gymnasiesärskolans nationella program.

Två enkäter gjordes, skillnaden var att gymnasiesärskolan fick två frågor om kärlek och sex.

Denna rapport är en kortversion, vill du läsa mer om metoden så kan du göra det i den längre rapporten (se information på rapportens sista sida).

Totalt deltog 175 barn och unga, vilket motsvarade en svarsfrekvens på 81 procent (tabell 1).

Tabell 1. Totalt antal elever, besvarade enkäter och svarsfrekvens (%).

Totalt antal elever	Antal besvarade enkäter	Svarsfrekvens (andel)
217	175	81 %

Medan du läser, tänk på...

Då det är få elever som går i särskolan är det inte lämpligt att redovisa på skolnivå.

Därför presenteras resultatet endast på länsnivå.

Resultatet bör läsas försiktigt, då få elever i undersökningen kan ge hög procent.

För att göra det enklare att tolka presenteras resultatet som delar av 100.

Exempel: 20 procent redovisas som 20 av 100.

Förklaring till vanliga ord i rapporten

Hälsa

Hälsa handlar om hur du mår, men också om vad du kan göra för att må bra.

Ohälsa

Ohälsa betyder att en person mår dåligt, det kan vara man känner sig ledsen ofta.

Det kan också vara att man har svårt att sova på natten eller har huvudvärk.

Att man mår så kan bero på att man inte trivs i skolan eller hemma.

Matvanor

Matvanor betyder vad man äter, till exempel är det bra att äta frukost, lunch och middag.

Att äta så gör att kroppen lättare kan ta hand om maten.

Det är också lättare att orka med skolarbetet och göra roliga saker på fritiden.

Fysisk aktivitet

Fysisk aktivitet innebär att motionera.

Motion gör även att kroppen kan skydda sig mot sjukdomar.

Motion kan vara att man cyklar eller går till skolan.

Man behöver även röra sig så man blir svettig och trött några gånger i veckan.

Tobak och alkohol

Ibland säger man tobak för både att röka och snusa.

Tobak mår kroppen väldigt dåligt av och det bästa är att inte använda det alls.

Alkohol är inte heller bra för kroppen.

Både tobak och alkohol kan göra att man blir sjuk om man använder det för mycket.

Fritid

Innebär din tid utanför skolan, när du är ledig.

Det kan vara att man vill vara med sin familj och kompisar.

Eller att man vill hålla på med någon sport, gå på bio eller att dansa.

Kärlek och sex

Varje människa har rätt att bestämma om sin egen kropp.

Att du bestämmer om du vill ha sex eller inte (i enkäten stod det att ligga eller knulla).

Eller om du vill ha en flickvän- eller en pojkvän.

Om du i framtiden vill ha barn, så är det ditt val.

Framtidstro

Framtidstro innebär hur man ser på sin framtid.

Att se ljust på framtiden gör att man mår bra.

Om dig och din familj

Det är en ganska jämn fördelning mellan tjejer och killar som medverkade i undersökningen (figur 1).

Om dina föräldrar/annan vårdnadshavare har arbete och hur mycket pengar din familj har, kan ha verkan hur livet ser ut för dig och din framtid.

Det är vanligast bland tjejer och killar att ha två föräldrar som arbetar (figur 2).

20 av 100 har en förälder som arbetar.

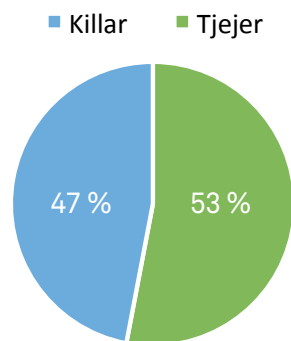
Av ungdomarna har över hälften föräldrar som bor tillsammans.

Efter det är det något vanligare att bo tillsammans med mamma jämfört med pappa.

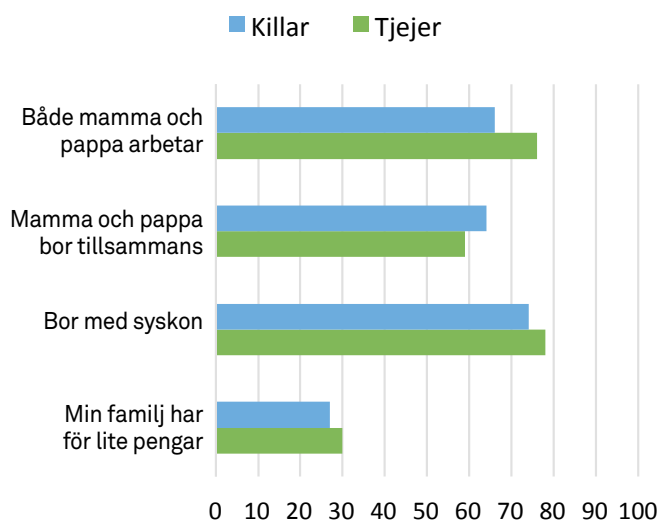
Över 70 av 100 unga bor tillsammans med syskon.

Unga har för det mesta svarat att deras familj inte har för lite pengar.

Men 25 av 100 har uppgett att deras familj har för lite pengar.



Figur 1.
Uppdelat för kön för de som svarat på undersökningen angett i andel (%).



Figur 2.
Frågor om dig och din familj angett i andel (%).

Hälsa

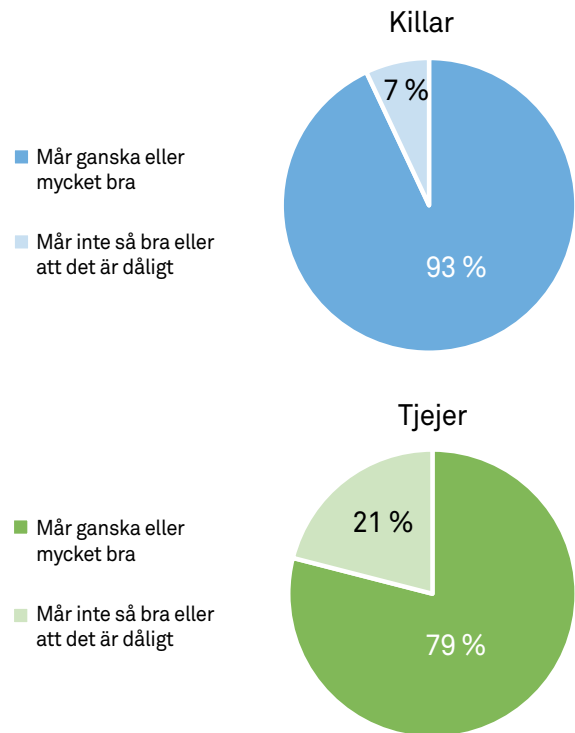
Hur du upplever din hälsa är viktigt.

Självskattad hälsa

Andelen unga som upplever att de mår bra är ganska hög.

Killar svarar att de mår bättre jämfört med tjejer.

21 av 100 tjejer svarar att deras hälsa inte är så bra eller dåligt (figur 3).



Figur 3.
Andel unga som mår bra eller dåligt (%).

Ohälsa

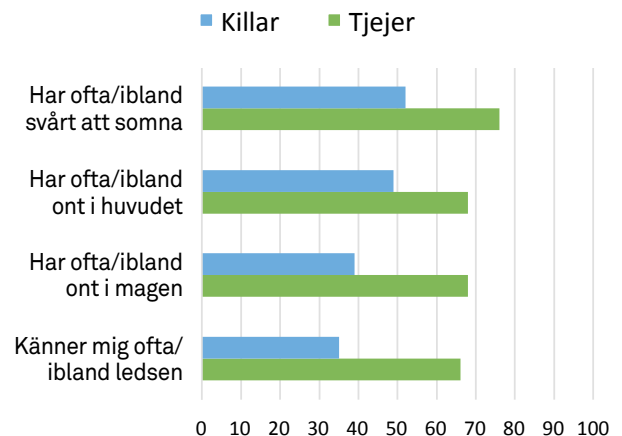
Det vanligaste besväret hos både tjejer och killar är svårigheter att somna.

Tjejer har svårare att somna än killar.

För tjejer är det lika vanligt att ha ont i huvudet som att ha ont i magen.

För killar är vanligare att ha ont i huvudet jämfört med att ha ont i magen.

Det är dubbelt så vanligt att tjejer känner sig ledsna jämfört med killar (figur 4).



Figur 4.
Andel unga med ohälsa uppdelat på kön (%)



Livsvillkor

Livsvillkor innebär det som berör dig i din vardag.

Det kan till exempel vara skolan, området där du bor och att du ska känna dig trygg.

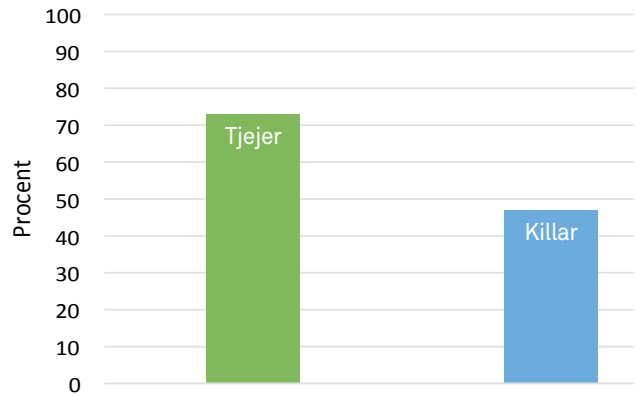
Familjen

Tjejer svarar att deras föräldrar ofta eller ibland brukar fråga vilka kompisar de är med.

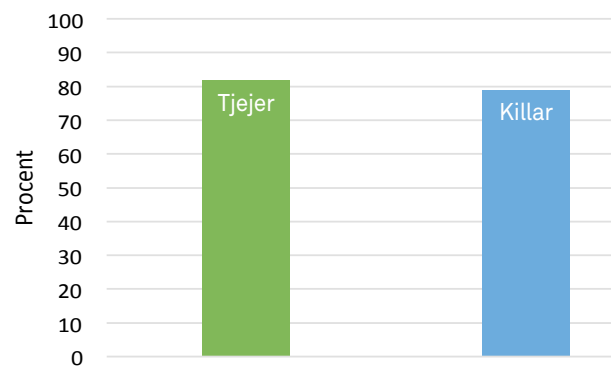
För killar är det ungefär lika vanligt att deras föräldrar brukar fråga dem vilka kompisar de är med som att de inte gör det (figur 5).

De flesta unga upplever att de kan prata med någon av sina föräldrar om de har problem (figur 6).

Ungefär 20 av 100 unga har svarat att de sällan kan prata med sina föräldrar.



Figur 5. Andel unga som angett att deras föräldrar ofta/ibland frågar vilka kompisar de är med (%).



Figur 6. Andel unga som ofta/ibland angett att de kan prata med sina föräldrar vid problem (%).

Skolan

Skolan har en viktig uppgift; att lära ut bra vanor.

Skolan ska också stödja att alla ska få vara med i samhället och arbeta för allas lika värde.

Skolan ska också vara en plats där man känner sig trygg och trivs.

De flesta unga upplever att de får den hjälp de behöver i skolarbetet.

Tjejer upplever mindre arbetsro i klassrummet än killar.

Omkring 70 av 100 unga svarar att de aldrig har skolkat (figur 7).

I figur 8 kan man se att många unga känner sig trygga på rasten.

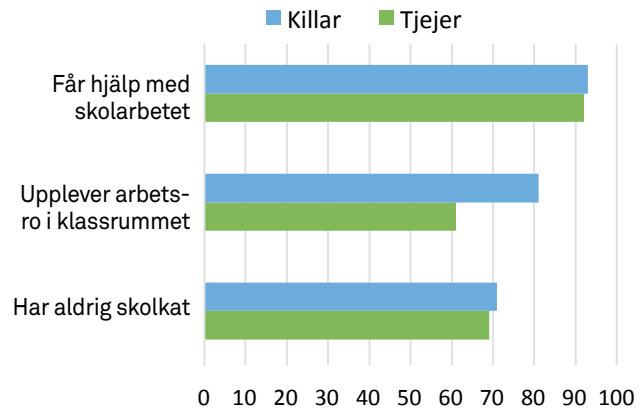
Men det finns en skillnad i upplevelse av trygghet mellan tjejer och killar.

Flera tjejer än killar känner sig inte trygga på rasten.

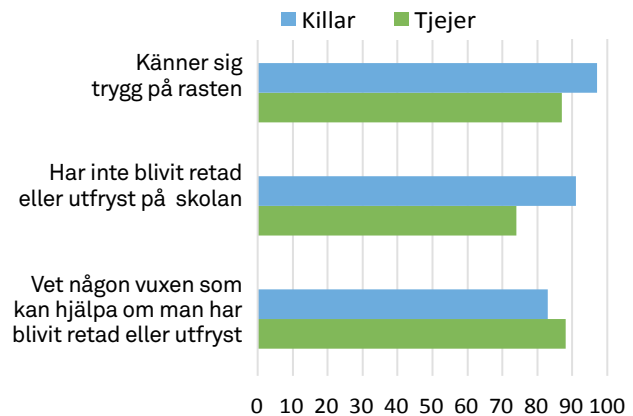
Många unga har svarat att de inte har blivit retade eller utfryssta på skolan.

Men flera tjejer än killar har blivit retade eller utfryssta flera gånger.

De flesta unga har svarat att de vet någon vuxen som kan hjälpa dem om de har blivit retad eller utfrysst.



Figur 7.
Andel unga som upplever trivsel i skolan (%).



Figur 8.
Andel unga som upplever trygghet i skolan (%).

Levnadsvanor

Levnadsvanor betyder till exempel: vad man äter, om man tränar eller det man gör på fritiden.

Matvanor

Frukost är dagens viktigaste mål och det gör det lättare att koncentrera sig när man är i skolan.

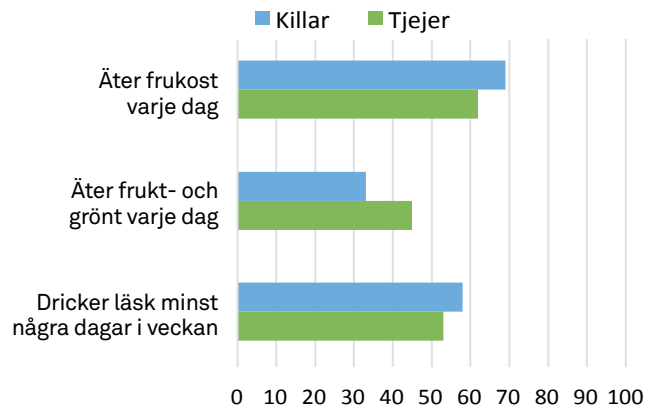
Fler killar än tjejer äter frukost varje dag.

Kroppen mår bra av frukt och grönsaker.

Både tjejer och killar äter för lite frukt och grönt varje dag.

Kroppen mår inte bra av för mycket godis, fika eller läsk.

Över hälften av unga har svarat att de dricker läsk minst några dagar i veckan (figur 9).



Figur 9.
Matvanor bland tjejer och killar angett i andel (%).



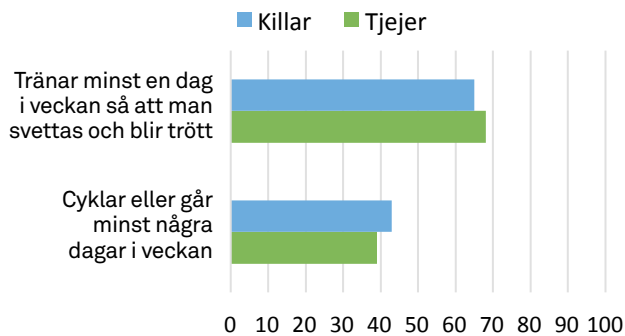
Fysisk aktivitet

Man mår bra av att motionera och träna.

Ungefär 70 av 100 ungdomar tränar på fritiden minst en dag i veckan så att de blir svettiga och trötta.

Omkring 40 av 100 unga cyklar eller går till skolan minst några dagar i veckan (figur 10).

Frågor om idrott redovisas inte, då de var svåra att förstå.



Figur 10. Fysisk aktivitet bland tjejer och killar angett i andel (%).

Tobak och alkohol

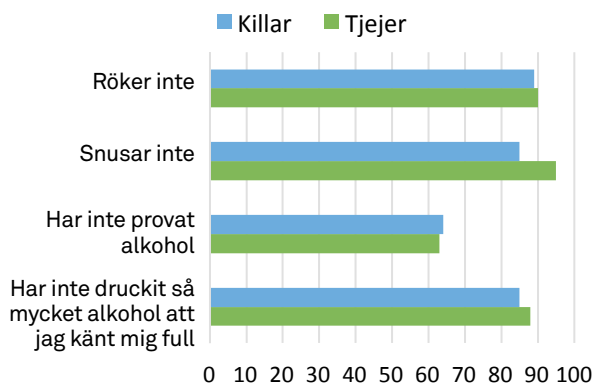
Kroppen mår inte bra av tobak eller alkohol.

De flesta unga har svarat att de inte röker.

Det är något mer vanligt att killar snusar jämfört med tjejer.

Omkring 65 av 100 unga har inte druckit alkohol.

De flesta har inte druckit så mycket att de har känt sig fulla (figur 11).



Figur 11. Andel unga som varken använder tobak eller alkohol (%).



Fritid och kompisar

Att känna att man har kompisar som man kan vara med är viktigt.

Omkring 60 av 100 unga har svarat att de minst en dag i veckan träffar kompisar (figur 12).



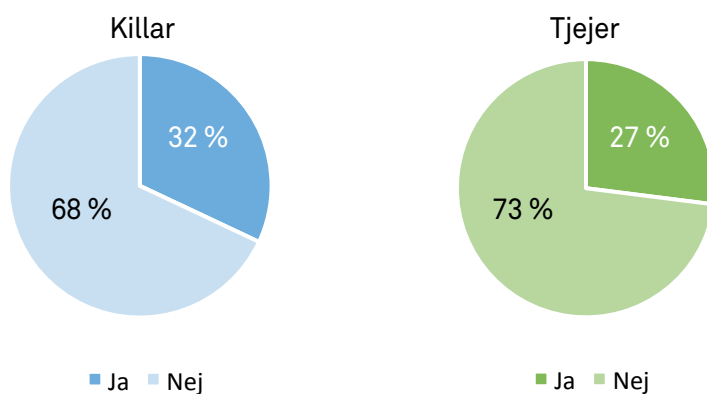
Figur 12. Andel unga som träffar kompisar minst en dag i veckan (%).

På fritiden kan man vara med i någon idrottsförening eller klubb.

Till exempel kan det vara innebandy, fotboll eller dans.

Eller att man sjunger eller målar.

Endast omkring 30 av 100 unga har svarat att de är med i någon idrottsförening eller klubb (figur 13).



Figur 13.

Andel unga som angett att de är med i någon idrottsförening eller klubb (%).

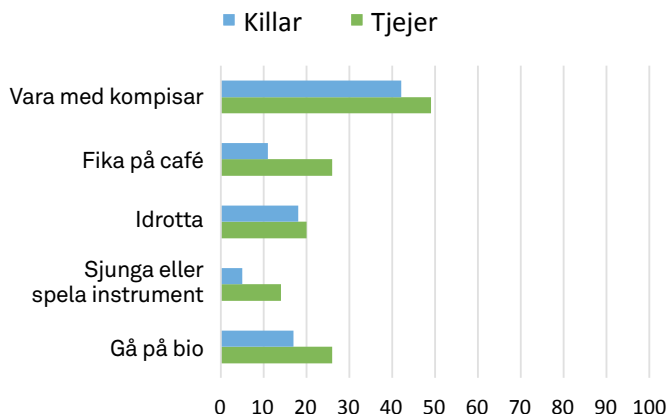
Många av de unga som har svarat vill umgås mer med kompisar efter skolan (figur 14).

Fler tjejer än killar vill fika på café.

Många vill idrotta mer, exempelvis fotboll eller ridning.

Unga vill också gå på bio efter skolan.

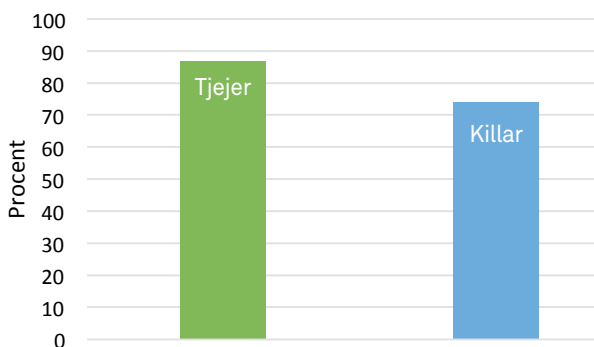
Annat som de önskar att göra mer av: umgås med familj, pojkvän- eller flickvän, titta på film, dator, rida, bada, park-our, spela innebandy eller gå på gym.



Figur 14. Andel unga som angett vad de skulle vilja göra mer av när de är lediga från skolan (%).

Många unga har svarat att de har någon kompis som de kan prata med om de upplever att de har problem (figur 15).

Färre killar än tjejer har någon att prata med om de har problem.



Figur 15. Andel unga som angett att de har någon kompis som de kan prata med om de har problem (%).

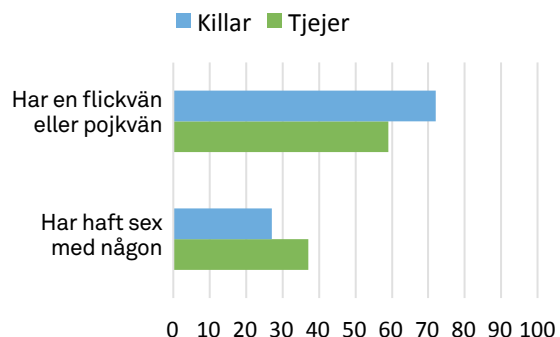
Kärlek och sex

Enkäten till gymnasiesärskolorna innehöll två frågor om kärlek och sex.

Fler än hälften har svarat att de har en flickvän eller pojkvän.

Omkring 40 av 100 tjejer har svarat att de har haft sex med någon.

Cirka 30 av 100 killar har svarat att de har haft sex med någon (figur 16).



Figur 16. Kärlek och sex bland unga i gymnasiesärskolorna angett i andel (%).

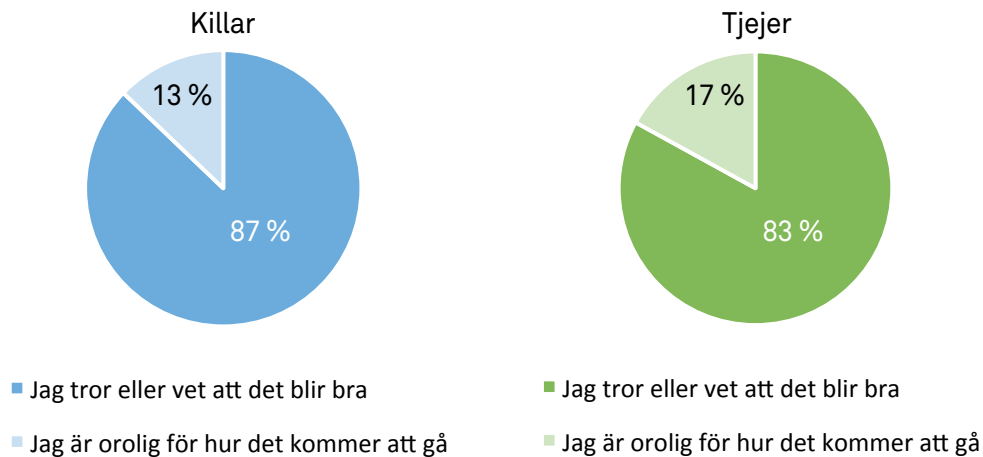
Framtidstro

Att tro att framtiden kommer att bli bra bidrar till en god hälsa.

Många unga ser ljust på framtiden.

Det är ganska jämnt mellan tjejer och killar.

Omkring 20 av 100 tjejer har dock svarat att de är oroliga över hur framtiden kommer att bli. För killar är det cirka 10 av 100 som är oroliga (figur 17).

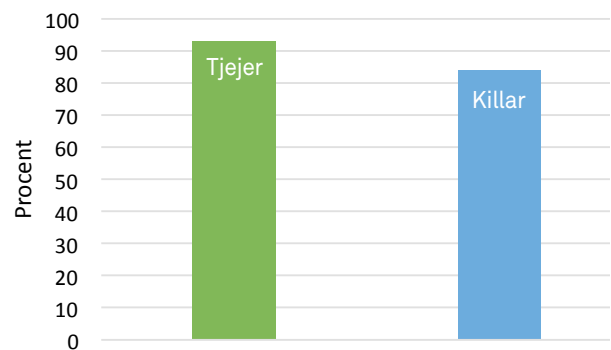


Figur 17.
Andel unga som ser ljust eller mörkt på sin framtid (%).

Frågan: "Vad vill du göra efter att du gått ut skolan?" har cirka 75 av 100 unga svarat att de vill jobba.

Omkring hälften vill gå på folkhögskola. Färre unga vill gifta sig eller bli sambo, skaffa barn, åka på en längre resa eller något annat. Tjejer och killar hade svarat ganska jämnt.

De flesta unga har fyllt i enkäten själv (figur 18).



Figur 18.
Andel unga som uppgett att de har fyllt i enkäten själv (%).

Sammanfattning

De flesta unga vid särskolan i Västmanland mår bra.

En skillnad kan ses i mående mellan tjejer och killar.

Tjejer har oftare huvudvärk och svårare att somna.

Tjejer känner sig även ledsna oftare än killar.

Frukostvanorna är något bättre hos killar, medan tjejer oftare äter frukt och grönt.

Att äta frukt och grönt är i stort sett lågt för både killar och tjejer.

Över hälften av både tjejer och killar dricker läsk minst några gånger i veckan.

Det är bra att många unga varken röker, snusar eller dricker alkohol.

Över hälften av unga träffar kompisar minst en dag i veckan.

Få unga är med i en idrottsförening eller klubb.

Färre tjejer upplever arbetsro och trygghet i skolan jämfört med killar.

De flesta unga tror eller vet att framtiden kommer att bli bra.

Det är tänkt att rapporten ska kunna användas av politiker (de som bestämmer i Västmanland).

Även av andra som arbetar för att göra din vardag så bra som möjligt.

Genom att de vet hur du mår, hur du har det i skolan och i familjen. Så kan de arbeta för att göra det ännu bättre.

Vi hoppas också att Liv och hälsa ung särskolan genomförs tillsammans med andra län (Sörmland, Uppsala, Värmland och Örebro) i nästa undersökning.

Vill du veta mer om Liv och hälsa ung särskolan?

www.regionvastmanland.se

Har du frågor kring materialet? Vänligen maila till:
lhu@regionvastmanland.se

Genomförande av undersökning:

Malin Udén och Bo Simonsson,
Kompetenscentrum för hälsa vid Region Västmanland

Sammanställning av rapport:

Irma Nordin,
Kompetenscentrum för hälsa vid Region Västmanland

