

Liv och hälsa åk 7

02:32

Liv och hälsa ung 2020

Du är viktig!

Region Västmanland gör en undersökning om ungas hälsa, levnadsvanor och livssituation, för mer information om undersökningen titta på filmen ovan.

Tack för din medverkan!

There are 80 questions in this survey.

Är du...?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Tjej
- Kille
- Annat/osäker

Hur gammal är du?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- 12 år
 13 år
 14 år
 15 år
 16 år
 17 år
 18 år
 19 år
 20 år
 Äldre än 20 år

Vilken är dina föräldrars/vårdnadshavares huvudsakliga sysselsättning?

(Välj det alternativ som stämmer bäst)

Förälder/vårdnadshavare A och B kan till exempel vara mamma och pappa eller mamma och mamma.

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Arbetar	Studerar	Arbetslös	Långtids- sjukskriven/ sjukpensionär	Annat	Vet inte/har ingen
Förälder/vårdnadshavare A	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Förälder/vårdnadshavare B	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Var bor du?

Om du bor på flera ställen välj det område/kommun där du bor oftast. Välj det område som ligger närmast, om inte ditt område finns med.

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Arboga
- Fagersta
- Hallstahammar
- Kungsör
- Köping
- Norberg
- Sala
- Skinnskatteberg
- Surahammar
- Västerås
- Annan kommun/stad

Var i Västerås bor du?

Om du bor på flera ställen välj det område där du bor oftast. Kryssa i det område som ligger närmast, om inte ditt område finns med.

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q5.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4035/qid/44564) == 10)

📌 Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Skälby
- Bäckby
- Hammarby
- Råby
- Erikslund
- Viksäng
- Östermälarstrand
- Bjurhovda
- Centrum
- Vetterstorp, Stohagen, Djäkneberget
- Aroslund, Kristiansborg
- Skallberget, Gideonsberg
- Skiljebo, Klockartorp, Hemdal, Brandthovda
- Ekbacken, Enhagen, Dingtuna, Barkarö
- Jakobsberg, Pettersberg
- Vallby, Brottberga, Hagaberg
- Hamre, Lillhamra, Talltorp, Framnäs
- Rönaby, Billsta
- Önsta, Gryta
- Irsta, Kungsåra, Gäddeholm
- Hökåsen, Tillberga, Sevalla
- Haga, Malmaberg
- Skultuna

Vem bor du tillsammans med?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Båda mina föräldrar/vårdnadshavare som bor tillsammans
- Växelsvis lika mycket hos separerade föräldrar/vårdnadshavare
- Växelsvis hos separerade föräldrar/vårdnadshavare men mer hos den ena
- En av mina föräldrar/vårdnadshavare
- Annat alternativ

Var är...?

Förälder/vårdnadshavare A och B kan till exempel vara mamma och pappa eller mamma och mamma.

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	I Sverige	I övriga Europa	I övriga världen	Vet inte
...du född	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...din förälder/vårdnadshavare A född	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...din förälder/vårdnadshavare B född	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hur länge har du bott i Sverige?

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q8_1.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4035/qid/44567) == 2) or (q8_1.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4035/qid/44567) == 3) or

(q8_1.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4035/qid/44567) == 4)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Har du någon av följande funktionsnedsättningar?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Nej	Ja, lätt	Ja, svår
Hörselnedsättning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Synnedsättning där glasögon eller linser inte hjälper	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rörelsehinder	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Läs/skrivsvårigheter, dyslexi, dyskalkyli	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ADHD, ADD, Tourettes eller liknande	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Autism eller autismliknande problem t.ex. Asperger	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annan funktionsnedsättning	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Om din funktionsnedsättning gör att du har behov av hjälpmedel eller stöd, har du tillgång till dessa i skolan?

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q14_1.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 2) or (q14_1.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 3) or

(q14_2.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 2) or (q14_2.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 3) or

(q14_3.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 3) or (q14_3.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 2) or

(q14_3.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 3) or (q14_4.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 2) or

(q14_4.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 3) or (q14_5.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 2) or

(q14_5.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 3) or (q14_6.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 2) or

(q14_6.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 3) or (q14_7.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 2) or

(q14_7.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4010/qid/44571) == 3)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Ja, helt
- Ja, delvis
- Nej
- Jag har inget behov av hjälpmedel

Är du orolig för din familjs ekonomi?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Hur noga är det hemma hos dig med...

(Sätt ett kryss på varje rad)

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Inte alls noga	Inte så noga	Ganska noga	Mycket noga
... att säga var du går?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... att du sköter skolarbetet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... att du talar om var du går på fest?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... när du ska vara hemma?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... när du ska lägga dig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... att du hjälper till hemma?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... att du inte skolkar?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... hur du uppför dig mot andra människor?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... hur mycket du är på nätet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... vad du gör på nätet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ta ställning till följande påstående:

Jag kan alltid lita på någon av mina föräldrar/vårdnadshavare när det verkligen gäller

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

Stämmer mycket bra	Stämmer bra	Stämmer varken bra eller dåligt	Stämmer dåligt	Stämmer mycket dåligt
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hur stämmer följande påståenden in på dina föräldrar/vårdnadshavare?

Markera med ett kryss för varje rad under den siffra som stämmer för dig.

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Stämmer inte alls 1	2	3	Varken eller 4	5	6	Stämmer precis 7
Mina föräldrar/vårdnadshavare bryr sig om mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mina föräldrar/vårdnadshavare ägnar tid åt mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mina föräldrar/vårdnadshavare lyssnar på mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Har det hänt att någon av dina föräldrar/vårdnadshavare eller deras partner knuffat, slagit eller använt annat våld mot dig eller något syskon?

(Sätt ett eller flera kryss)

🗳️ Välj de alternativ som stämmer

Välj **alla** som stämmer:

- Nej
- Ja, mot mig
- Ja, mot syskon

Har det under de senaste 3 åren varit svåra och uppslitande gräl mellan dina föräldrar/vårdnadshavare eller din förälder/vårdnadshavare och dennes partner?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Nej
- Ja, mindre än en gång per år
- Ja, någon gång per år
- Ja, någon gång i månaden
- Ja, någon gång i veckan
- Ja, varje eller nästan varje dag

Har det under de senaste 3 åren hänt att någon av dina föräldrar knuffat, slagit eller använt annat våld mot den andra föräldern/partnern?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Nej
- Ja, mindre än en gång per år
- Ja, någon gång per år
- Ja, någon gång i månaden
- Ja, någon gång i veckan
- Ja, varje eller nästan varje dag

Tänk på att...

...du kan vända dig till elevhälsan på din skola, en lärare eller till en ungdomsmottagning om du behöver prata med någon vuxen.

Vill du anmäla ett brott till polisen? Ring 114 14 eller sök upp en polisstation

Behöver du eller en kompis skydd eller stöd? Kontakta socialtjänsten i din kommun. Kontaktuppgifter hittar du på: www.kollpasoc.se (<http://www.kollpasoc.se>)

Vill du lära dig mer om dina rättigheter?

Läs mer på:

www.minarattigheter.se (<http://www.minarattigheter.se>)

www.bris.se (<http://www.bris.se>)

www.1177.se (<http://www.1177.se>)

Du kan också chatta med Rädda barnen på

www.raddabarnen.se (<http://www.raddabarnen.se>)

Vill du ha tips om livet känns jobbigt?

Läs mer på:

www.1177.se (<http://www.1177.se>) sök på "Ung och må dåligt"

www.umo.se (<http://www.umo.se>)

Hur mår du rent allmänt?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Ange nedan hur väl följande påståenden stämmer med dina tankar och känslor de senaste två veckorna.

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Aldrig	Sällan	Ibland	Ofta	Alltid
Jag har haft en positiv syn på framtiden	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har känt att jag varit till nytta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har känt mig avslappnad	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har hanterat problem på ett bra sätt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har kunnat tänka klart och tydligt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har känt mig nära andra människor (känt gemenskap med andra)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har kunnat bestämma mig för saker och ting (utan att tveka för mycket)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Har en läkare sagt att du har någon av följande sjukdomar?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Nej	Ja, lätta besvär	Ja, svåra besvär
Astma	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Diabetes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Epilepsi & krampanfall	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hudsjukdom (t ex psoriasis, akne, eksem)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Inflammatorisk tarmsjukdom (t.ex. Mb Crohn, Ulcerös kolit, glutenintolerans)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Depression	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ångest	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Annan sjukdom	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Har du under de senaste 12 månaderna blivit skadad, råkat ut för någon olycka och fått åka till vårdcentral, tandläkare eller sjukhus?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Nej
- Ja, en gång
- Ja, minst två gånger

Ungefär hur ofta under den senaste månaden har du...

Sätt ett kryss per rad

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Hela tiden	För det mesta	En del av tiden	En liten del av tiden	Inte alls
... känt dig nervös?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... känt hopplöshet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... känt dig rastlös eller orolig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... känt dig så deprimerad att inget har kunnat muntra upp dig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... känt att allt varit en ansträngning?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... känt dig värdelös?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Tänk på att...

...du kan vända dig till elevhälsan på din skola, en lärare eller till en ungdomsmottagning om du behöver prata med någon vuxen.

Vill du ha tips om livet känns jobbigt?

Läs mer på: www.1177.se (<http://www.1177.se>) sök på "Ung och må dåligt"

Vill du hitta svar på frågor om sex, hälsa och relationer?

Läs mer på: www.umo.se (<http://www.umo.se>)

Behöver du prata med någon om tankar kring döden?

Läs mer på:

Chatta med någon på www.mind.se (<http://www.mind.se>) eller ring Mind på 90 101

Du kan även hitta mer information på www.1177.se (<http://www.1177.se>) sök på "Självordstankar"

Känner du dig stressad?

Med stress menas då man känner sig spänd, rastlös, nervös, orolig, eller okoncentrerad.

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Inte alls
- Till viss del
- Ganska mycket
- Våldigt mycket

Hur stämmer följande påstående in på dig?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Stämmer mycket bra	Stämmer ganska bra	Stämmer varken eller	Stämmer ganska dåligt	Stämmer inte alls
Jag känner mig ofta ensam	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Har du någon som du kan prata med om dina innersta känslor?

❗ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Ja
- Nej
- Vet inte

Vem pratar du helst med om dina innersta känslor?

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q99.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4014/qid/44595) == 1)

❗ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Mamma
- Pappa
- Syskon
- Annan släkting
- Kompis/vän
- Pojk- eller flickvän
- Skolpersonal
- Annan vuxen

Hur trivs du i skolan?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Brukar du skolka?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Beskriv kortfattat varför du skolkar.

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q111.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4015/qid/44602) == 2) or (q111.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4015/qid/44602) == 3) or

(q111.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4015/qid/44602) == 4) or (q111.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4015/qid/44602) == 5) or

(q111.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4015/qid/44602) == 6)

Skriv ditt svar här:

Har du betyget F eller streck (inget betyg alls) i några ämnen/kurser?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Hur väl stämmer dessa påståenden om dig, din skola och ditt skolarbete?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Stämmer mycket bra	Stämmer bra	Stämmer varken bra eller dåligt	Stämmer dåligt	Stämmer mycket dåligt
Skolarbetet gör mig nyfiken och intresserad så jag får lust att lära mig mer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag får regelbundet veta hur det går för mig i skolarbetet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag vet vem jag kan prata med om jag känner mig otrygg eller blir illa behandlad i skolan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har studiero på lektionerna	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Har du stödundervisning eller anpassad skolgång?

📌 Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Nej
- Ja, stöd i enskilt ämne
- Ja, anpassad skolgång eller särskild undervisningsgrupp

Har du svårt att koncentrera dig i skolan?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Aldrig
- Sällan
- Ibland
- För det mesta
- Hela tiden

Hur väl stämmer dessa påståenden?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Stämmer bra	Stämmer ganska bra	Stämmer ganska dåligt	Stämmer dåligt
Jag har kompisar i skolan som vill vara med mig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har studiero hemma när jag behöver göra läxor eller plugga till prov	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hur väl stämmer dessa påståenden?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Stämmer mycket bra	Stämmer bra	Stämmer varken bra eller dåligt	Stämmer dåligt	Stämmer mycket dåligt
Mina lärare förväntar sig att jag ska nå målen i alla ämnen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag känner att jag blir uppmärksammad av lärarna när jag gör något bra	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag känner att mina lärare lyssnar på mina åsikter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag upplever att jag får den hjälp jag behöver i skolarbetet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tycker att mina lärare ger killar och tjejer samma förutsättningar att klara av skolarbetet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag har fått veta vad vi elever ska ha inflytande över och ska kunna påverka i skolan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag vet i vilka forum (grupper, elevråd m.fl.) som åsikterna kan föras fram	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag tycker att skolans personal lyssnar på våra åsikter och tar dem på allvar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vad tycker du om följande under din skoldag...

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Mycket bra	Ganska bra	Mindre bra	Inte alls bra	Ej relevant på min skola
...miljön där du äter skollunch?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...miljön i omklädningsrum inför idrott?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...miljön på skolans toaletter?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...skollunchen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

När du tänker på klassrummen i din skola, vad tycker du då om...

Med den fysiska miljön menar vi t.ex. bord, stolar, belysning, ventilation, hjälpmedel, buller/hög ljudnivå osv. Med den psykosociala miljön menar vi den sociala stämningen i klassen t.ex. fungerar samarbeten bra, förekommer det ofta konflikter eller kränkningar, blir man respekterad för den man är osv.

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Mycket bra	Ganska bra	Mindre bra	Inte alls bra
...den fysiska miljön?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...den psykosociala miljön?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ta ställning till följande påståenden om elevhälsoteamet (Skolkurator, studieyrkesvägledare, skolsköterska, specialpedagog, eller mentor) vid din skola:

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Stämmer bra	Stämmer mindre bra	Stämmer inte alls	Har ingen uppfattning
Jag kan få hjälp av elevhälsoteamet om jag behöver	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Om elevhälsoteamet inte kan ge mig den hjälp jag behöver hänvisar teamet mig och mina föräldrar/vårdnadshavare vidare	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hur väl stämmer följande påståenden in på dig?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Stämmer helt och hållet	Stämmer ganska bra	Stämmer ganska dåligt	Stämmer inte alls
Jag har hört talas om barnkonventionen (FN:s konvention om barnets rättigheter)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag vet vad barnkonventionen innehåller	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jag vet vilka rättigheter jag har enligt barnkonventionen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hur nöjd eller missnöjd är du med hur din kropp ser ut?

📌 Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Mycket nöjd
- Ganska nöjd
- Ganska missnöjd
- Mycket missnöjd

Hur tycker du att din tandhälsa är?

📌 Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Mycket bra
- Ganska bra
- Varken bra eller dålig
- Ganska dålig
- Mycket dålig

Hur lång är du? (Ange hela cm)

📌 Ditt svar måste vara mellan 134 och 210

📌 Endast ett heltal kan skrivas in i detta fält.

Skriv ditt svar här:

Hur mycket väger du? (Ange hela kg)

📌 Endast siffror kan skrivas i detta fält.

📌 Ditt svar måste vara mellan 35 och 150

Skriv ditt svar här:

Hur många timmar brukar du sova per natt på vardagar?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Mindre än 5 timmar
- 5 timmar
- 6 timmar
- 7 timmar
- 8 timmar
- 9 timmar
- 10 timmar
- 11 timmar
- 12 timmar
- Mer än 12 timmar

Hur många gånger vaknar du i genomsnitt per natt på vardagar?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Aldrig, jag sover hela nätter
- 1-2 gånger
- 3-4 gånger
- 5 gånger eller mer

Har du under den senaste månaden haft sömnsvärigheter?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Nej
- Ja, lätta besvär
- Ja, svåra besvär

När går du vanligtvis och lägger dig för att sova före en skoldag?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Före 20:00
- 20:00
- 20:30
- 21:00
- 21:30
- 22:00
- 22:30
- 23:00
- 23:30
- 00:00
- 00:30
- 01:30
- 02:00
- Efter 02:00

Hur ofta äter du frukost en vanlig vecka?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Varje dag
- 4-6 dagar
- 1-3 dagar
- Sällan/aldrig

Varför hoppar du över frukosten vissa/alla dagar?

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q148.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4017/qid/44622) == 2) or (q148.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4017/qid/44622) == 3) or

(q148.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4017/qid/44622) == 4)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Är inte hungrig
- Hinner inte
- Det som jag vill äta finns inte hemma
- Ingen äter frukost i min familj
- Annan anledning

Hur många dagar äter du skollunch en vanlig vecka?

Gäller även dig som går i skola som saknar egen matsal.

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- 5 dagar
- 3-4 dagar
- 1-2 dagar
- Mer sällan/aldrig

Varför hoppar du över skollunchen vissa/alla dagar?

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q149.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4017/qid/44624) == 2) or (q149.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4017/qid/44624) == 3) or

(q149.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4017/qid/44624) == 4)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Är inte hungrig
- Hinner inte
- Maten är inte god
- Miljön (kan vara social eller fysisk)
- Ingen av mina kompisar äter
- Annan anledning

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Mer än en gång per dag	Så gott som dagligen	Några gånger i veckan	En gång i veckan	Mer sällan eller aldrig
Hur ofta äter du frukt och/eller grönsaker?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hur ofta äter du fisk eller skaldjur?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hur ofta dricker du läsk?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hur ofta dricker du energidryck?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

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

📌 Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Mindre än 30 minuter
- 30-60 minuter
- Mer än 60 minuter

Hur ofta tränar du, mer än 30 minuter, så att du blir andfådd/svettig?

Här ska du tänka in all form av träning på såväl fritid som i skolan.

📌 Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Känner du dig trygg på följande ställen?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Ja, alltid	Ja, oftast	Nej, sällan eller aldrig
I skolan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Beskriv kortfattat varför du inte känner dig trygg i skolan.

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q157_1.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4019/qid/44630) == 3)

Skriv ditt svar här:

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Ja, alltid	Ja, oftast	Nej, sällan eller aldrig
I hemmet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Utomhus i mitt bostadsområde på dagen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Utomhus i mitt bostadsområde på kvällen och natten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På stan eller på allmän plats på dagen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På stan eller på allmän plats på kvällen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
På buss, tåg eller liknande	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Har du under de senaste 12 månaderna blivit utsatt för trakasserier eller kränkningar via mobil, surfplatta eller dator?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Har du under det senaste läsåret blivit utsatt för någon form av kränkande behandling i skolan av en eller flera skolkamrater? (T.ex. trakasserier, diskriminering eller mobbning)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Har du under det senaste läsåret blivit utsatt för någon form av kränkande behandling i skolan av en eller flera vuxna? (T.ex. trakasserier, diskriminering eller mobbning)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Har du under det senaste läsåret blivit slagen, sparkad eller utsatt för annat våld av någon/några av dina skolkamrater?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Deltar du regelbundet i organiserade fritidsaktiviteter med ledare?

(Välj ett eller flera alternativ)

🗳️ Välj de alternativ som stämmer

Välj **alla** som stämmer:

- Nej
- Ja, idrottsaktiviteter/sport/gruppträning
- Ja, kulturskola
- Ja, studiecirklar
- Ja, musik, teater eller annan kulturverksamhet
- Ja, scout eller friluftsförbund
- Ja, annan

Har du möjlighet att delta i de fritidsaktiviteter du vill?

(Välj det alternativ som passar bäst för dig)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Ja
- Nej, det jag vill göra finns inte i min kommun/närhet
- Nej, har inte möjlighet att ta mig dit
- Nej, har inte tid
- Nej, har inte råd
- Nej, får inte
- Nej, annan anledning

Hur nöjd eller missnöjd är du med din fritid?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Mycket nöjd
- Ganska nöjd
- Ganska missnöjd
- Mycket missnöjd

Är du med i någon idrottsförening?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Ja, en
- Ja, flera
- Nej

Är du med i någon annan förening eller organisation?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

Ja

Nej

Hur är din bild av kommunen som du bor i?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

Mycket positiv

Ganska positiv

Ganska negativ

Mycket negativ

Varför är din bild negativ?

Svara med så få ord som möjligt, tack!

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q185.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4022/qid/44649) == 3) or (q185.NAOK

(/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4022/qid/44649) == 4)

Skriv ditt svar här:

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

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Ja
- Nej

Hur ser du på framtiden...?

Välj det korrekta svaret för varje punkt:

	Mycket ljus	Ganska ljus	Varken ljus eller mörkt	Ganska mörkt	Mycket mörkt
... för din personliga del	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... för världen i stort	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Vilken anser du är den viktigaste framtidsfrågan...?

Svara med så få ord som möjligt, tack!

Har du någon gång druckit alkohol?

Med "alkohol" menas folköl, mellan-/starköl, alkoholstark cider, alkoläsk, vin, starkvin och sprit.

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Nej
- Ja, under de senaste 30 dagarna
- Ja, under de senaste 12 månaderna
- Ja, för mer än 12 månader sedan

Hur ofta under de senaste 12 månaderna har du druckit alkohol?

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q197.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4024/qid/44660) == 2) or (q197.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4024/qid/44660) == 3) or

(q197.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4024/qid/44660) == 4)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Varannan månad eller mer sällan
- Ungefär 1 gång per månad
- 2-4 gånger per månad
- 2-3 gånger per vecka
- 4 gånger i veckan eller mer

Hur ofta under de senaste 12 månaderna har du druckit så mycket alkohol att du känt dig berusad?

Svara bara på denna fråga om följande villkor är uppfyllda:

(q197.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4024/qid/44660) == 2) or (q197.NAOK (/a/index.php?r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4024/qid/44660) == 3) or

(q197.NAOK (/a/index.php?

r=admin/questions/sa/view/surveyid/858967/gid/4024/qid/44660) == 4)

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Aldrig
- Varannan månad eller mer sällan
- 1 gång per månad
- 2-3 gånger per månad
- Någon eller några gånger per vecka

Har du under de senaste 12 månaderna blivit erbjuden att köpa narkotika?

Med narkotika menas t.ex. hasch/marijuana (cannabis), amfetamin, heroin, kokain, LSD, GHB, ecstasy, spice eller andra så kallade "nättdroger". Välj ett eller flera svarsalternativ.

📌 Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

- Nej
- Ja, i området där jag bor
- Ja, på stan
- Ja, i närheten av fritidsgården
- Ja, i närheten av skolan
- Ja, på annan plats

Röker du?

📌 Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Snusar du?

🗳️ Välj ett av följande svar

Välj **bara en** av följande:

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

Klicka på Skicka in enkät - sedan är du klar!

ETT STORT TACK FÖR DIN MEDVERKAN, DINA SVAR ÄR NU INSKICKADE!

Avsluta och läs information om enkäten (<https://regionvastmanland.se/lhu/information>)

Skicka in din enkät.

Tack för att du svarat på denna enkät.