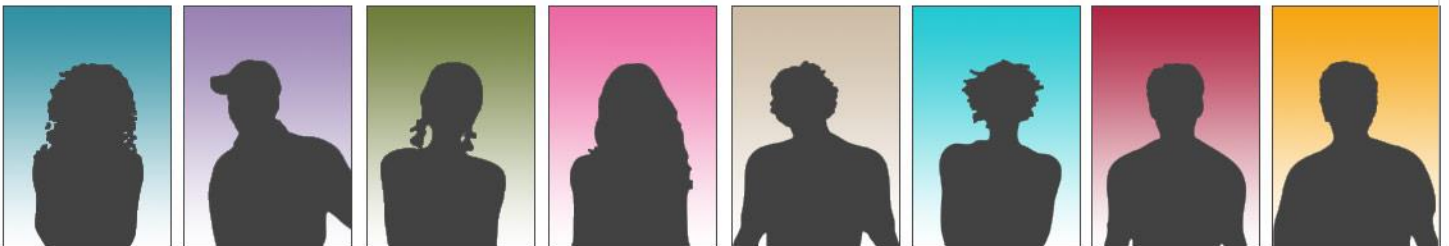


# Ungdomsenkäten *Om mig*

Hur resultat från ungdomsenkäten kan användas i skolan



*Region Östergötland i samverkan  
med länets kommuner och Länsstyrelsen Östergötland*

# Innehållsförteckning

<b>1 Vad är syftet med ungdomsenkäten <i>Om mig</i>?</b> .....	<b>3</b>
<b>2 Hur kan vi använda resultat från ungdomsenkäten i skolan?</b> .....	<b>4</b>
2.1 Resultatrapporter - skolans årliga resultat .....	4
2.2 Status Östergötland .....	4
2.3 Skolprofiler med metodstöd för hälsofrämjande och förebyggande arbete .....	4
2.4 Powerpointpresentation .....	4
2.5 Diskussionsmaterial .....	5
2.6 Ämnesartiklar .....	5
2.7 Exempel på förbättringsarbeten .....	5
<b>3 Kunskap och erfarenhetsutbyte om ungdomsenkäten</b> .....	<b>5</b>
3.1 Webinarium .....	5
3.2 Ungdomsdelaktighet .....	5

Bilaga 1. Lathund för uttag av skolresultat via webbtjänsten Status Östergötland

Bilaga 2. Diskussionsfrågor

Bilaga 3. Exempel på hur resultat från ungdomsenkäten används inom skola, kommun och region.

---

Denna manual är till för skolor som har genomfört enkätundersökningen *Om mig* 2024. Manualen innehåller tips och råd för hur resultaten kan redovisas och användas på skolan. Kontakta gärna er kommunala samordnare för att diskutera eller berätta hur ni använder er skolas resultat.

För mer information och kontaktuppgifter till kommunala samordnare, se ungdomsenkätens hemsida:

<https://www.regionostergotland.se/ommig>

Vid övergripande frågor om enkäten, genomförandet eller sammanställning av resultatet kontakta Region Östergötlands samordnare för enkäten:

[hanna.henriksson@regionostergotland.se](mailto:hanna.henriksson@regionostergotland.se)

# 1 Vad är syftet med ungdomsenkäten *Om mig*?

*Om mig* är en webbenkät om ungdomars hälsa och livsstil som har genomförts varje höst sedan 2014. Enkäten har tagits fram tillsammans med ungdomar i samverkan mellan länets kommuner, Länsstyrelsen Östergötland och Region Östergötland.

Det övergripande syftet med ungdomsenkäten *Om mig* är att kartlägga och synliggöra hälsoutveckling och behov bland ungdomar i Östergötland. Enkäten ger kunskap som kan användas i beslut och åtgärder som tar hänsyn till och förbättrar situationen för ungdomar inom skola, kommun och region.

Ett annat viktigt syfte är att göra ungdomar delaktiga i frågor som rör dem och låta dem berätta vad som är viktigt för deras välmående. Därför involveras ungdomar i att forma enkätens innehåll, välja frågor och tolka resultat.

Skolans kärnuppdrag, att få elever att klara skolan med godkända betyg, har stor betydelse för ungdomarnas hälsa och arbetsförmåga som vuxna. Sambandet mellan lärande och hälsa är dubbelriktat. Det vill säga, elever som mår bra har bättre förutsättningar att lära och lyckas i livet och vice versa<sup>1,2</sup>.

---

<sup>1</sup> Gustafsson JE, Allodi Westling M, Ahlin Åkerman B, Eriksson C, et al. School, Learning and Mental Health. A systematic review. Stockholm: Kungliga Vetenskapsakademien; Hälsokommittén, 2010.

<sup>2</sup> Skolverket. Hälsa för lärande - lärande för hälsa, 2019. Available from: <https://www.skolverket.se/publikationer?id=4071>

## 2 Hur kan vi använda resultat från ungdomsenkäten i skolan?

### 2.1 Resultatrapporter - skolans årliga resultat

Varje skola får en rapport med en enkel sammanställning av svaren på höstens enkät runt årsskiftet. Skolan kan alltid kontakta sin kommunala samordnare för närmare tidsbesked eller vid andra frågor om resultaten. Låt gärna lärare, elevhälsopersonal och/eller elever titta på materialet för att identifiera vilka frågor som är aktuella att lyfta fram och arbeta med på er skola.

### 2.2 Status Östergötland – ett resultatverktyg för att se och jämföra resultat över tid och mellan skolor och kommuner

Skolans resultat över tid kan hämtas från webbtjänsten [Status Östergötland](#) på ungdomsenkätens hemsida. På Status Östergötland kan du söka fram resultat från enkäten på läns-, kommun- och skolnivå, och jämföra dessa med varandra. Du kan även söka fram resultat över tid och fördelat på årskurs, kön och familjens ekonomi. Låt gärna eleverna själva använda resultatverktyget. För instruktioner om hur man använder Status Östergötland, se bilaga 1.

### 2.3 Skolprofiler med metodstöd för hälsofrämjande och förebyggande arbete i skolan

För att stärka skolans hälsofrämjande arbete utvecklar arbetsgruppen för *Om mig* tillsammans med elevhälsan i Östergötland *Skolprofiler* med metodstöd för hälsofrämjande och förebyggande insatser.

I *Skolprofilerna* kan skolan följa hur hälsa och mående har utvecklats hos eleverna över tid, samt fördelat på kön och självskattad ekonomi. Här finns även kunskapsunderlag och metodstöd som kan användas i det hälsofrämjande och förebyggande arbetet på skolan. Metodstödet innehåller evidensbaserade och/eller beprövade arbetsmetoder och material för skolan inom ungdomsenkätens frågeområden.

*Skolprofilerna* kommer att lanseras under våren 2025.

### 2.4 Powerpointpresentation

Till denna manual bifogas en powerpointpresentation med ett urval av resultaten på länsnivå. Det går även att söka fram resultat från er skola/kommun från Status Östergötland för att kopiera och klistra in i presentationen (använd datorns skärmsklippverktyg för att kopiera). På så vis går det att skapa en egen presentation som exempelvis kan användas på mentorstid och på föräldramöten. Det är fritt fram att lägga in skolans/kommunens egna siffror och bilder i powerpointpresentationen med enkätens logotype. Om ni inte hinner sätta ihop ett eget material för er skola/kommun går det att använda powerpointpresentationen som den är, på länsnivå.

## 2.5 Diskussionsmaterial

I manualen finns ett diskussionsmaterial som kan användas i dialog med elever på skolan (bilaga 2). Diskussionsfrågorna kan användas tillsammans med powerpointpresentationen eller i samband med att ni låter ungdomarna själva använda resultatverktyget Status Östergötland.

## 2.6 Ämnesartiklar

På ungdomsenkätens hemsida finns ämnesartiklar om fritextsvar från enkäten. Artiklarna beskriver ungdomars tankar och erfarenheter av aktuella frågor och händelser, t ex psykisk ohälsa, minskning i tillit, skolk och våldsutsatthet.

## 2.7 Exempel på förbättringsarbeten

Exempel på hur skolor och kommuner i länet redovisar och arbetar med resultat från ungdomsenkäten finns beskrivet i bilaga 3 ”Exempel på hur resultat från ungdomsenkäten används inom skola, kommun och län”.

# 3 Kunskap och erfarenhetsutbyte om ungdomsenkäten

## 3.1 Webbinarium

Varje vår arrangeras ett webbinarium för skolpersonal, tjänstepersoner och politiker inom län och kommuner. På webbinariet presenteras aktuella resultat från ungdomsenkäten. Webbinariet fokuserar på olika teman varje år och experter inom årets tema bjuds in som föreläsare. Inbjudan kommer på våren.

## 3.2 Ungdomsdelaktighet

Det är bra om ungdomar är delaktiga i att redovisa och använda resultaten från enkäten. Ungdomar i länet har berättat att de vill se resultat från de enkäter de besvarar för att det ska kännas meningsfullt att delta. Erfarenheter från arbetet med *Om mig* visar att ungdomar ofta vet vad de behöver för att må bra och har kloka förslag på vad som kan förbättra deras situation. Ungdomsdelaktighet i arbetet är därför värdefullt för skolan. Ge exempelvis elevrådet/elevkåren tillgång till den årliga resultatrapporten, resultatverktyget Status Östergötland och diskussionsfrågorna så att de kan välja vilka frågor de vill ta upp i presentation, dialog och förbättringsarbete.



# Lathund Status Östergötland


Vi hoppas att du ska ha intresse och användning för resultaten från ungdomsenkäten *Om mig*. Använd gärna resultaten för att lyfta fram frågor som du tycker är viktiga att belysa och förbättra för och tillsammans med ungdomar. Resultatet från ungdomsenkäten *Om mig* finns på webbtjänsten Status Östergötland.

Status Östergötland är en webbtjänst där du kan ta fram information om hälsa och livsstil hos befolkningen i Östergötland. Status Östergötland innehåller bland annat data om befolkningens hälsa, livsstil och socioekonomi. Webbtjänsten bygger på data från olika enkätundersökningar och register. All data presenteras på aggregerad nivå (som grupper).

På Status Östergötland kan du söka fram resultat från ungdomsenkäten om en skola, hemkommun, skolkommun eller på länsnivå och jämföra dessa med varandra. Med hemkommun menas den kommun som eleven har svarat att hen bor i. Skolkommun är den kommun där eleven går i skolan. Du kan även söka fram resultat över tid och fördelat på årskurs, kön och familjens ekonomi.

## Var hittar jag webbtjänsten Status Östergötland?

1. [Status Östergötland](https://utveckling.regionostergotland.se/ru/statistik) finns på region Östergötlands webbsida för samlad statistik (<https://utveckling.regionostergotland.se/ru/statistik>).
2. Du hittar även till Status Östergötland på ungdomsenkätens hemsida på Region Östergötlands webb: <https://www.regionostergotland.se/ommig>
  - a. Klicka på länken Resultat från enkäten
  - b. Klicka sedan på länken Status Östergötland.

Folkhälsa	—	 <p>Ungdomsenkäten Om mig är en webbenkät som genomförs årligen i årskurs 8 på grundskolan och år 2 på gymnasiet. Enkäten är ett samarbete mellan länets kommuner, Region Östergötland och Länsstyrelsen Östergötland.</p> <p>Syftet med enkäten är att kartlägga och synliggöra hälsoutveckling, skillnader i hälsa och behov bland ungdomar i Östergötland.</p> <p>Ungdomsenkäten ger underlag som kan användas i förbättringsarbete och utveckling av barn- och ungdomsfrågor inom skola, kommun och region. Ett annat viktigt syfte är att göra ungdomar delaktiga i frågor som berör dem och låta dem berätta vad som är viktigt för deras hälsa och välmående.</p>
ANDTS-strategi		
Folkhälsorapporter		
Folkhälsostrategi		
Hälsosam uppväxt - kunskapsunderlag		
Områdesprofiler Östergötland		
Status Östergötland		
Sätt Östergötland i rörelse.nu		
<b>Ungdomsenkäten Om mig</b>		
Internationellt		
Utveckling och innovation	+	

- Material för skolan ▼
- Resultat från enkäten** ▼
- Webbinarium om ungdomsenkäten ▼
- Enkätens arbetsmetod ▼

Först väljer du datakälla. Vet du vilken datakälla du är intresserad av går du direkt till den datakällan. Här på bilden är data från ungdomsenkäten Om mig inringad. Om du inte vet i vilken datakälla det du är intresserad av finns kan du söka i sökrutan. Söker du till exempel på tobak så får du fram i vilken/vilka datakällor det finns uppgifter om tobak. Därefter väljer du datakälla på knapparna till höger.

Vill du få lite mer information om datakällorna välj den grå knappen Om Status Östergötland.

**Välkommen**

I Status Östergötland kan du hitta statistik från både register och enkäter om befolkning, hälsa och livsstil. Du kan se utvecklingen i Östergötland eller välja att jämföra olika kommuner i länet.

Jämförelser kan göras för olika år och fördelat på exempelvis kön och ålder. Andelar (%) som redovisas i diagrammen är avrundade till närmaste heltal. Detaljerad information om datakällorna finns under rubriken Om Status Östergötland.

Datakällor med ljusgrön bakgrund innehåller statistik från enkäter, medan datakällor med mörkblå bakgrund innehåller statistik från register. Klicka på datakällan för att komma direkt till den.

Om du har frågor eller synpunkter kan du kontakta [Statistikuppslag@regionostergotland.se](mailto:Statistikuppslag@regionostergotland.se)

**Nyheter**

September 2023 - Lansering

**Sök**

Om du inte vet vilken fråga/uppgift du söker kan du använda sökrutan. Resultatet visar vilka datakällor som har statistik om ämnet.

Search

Fråga / Uppgift	Finns i datakälla
Alkohol - bjudits på alkohol av föräldrar	Om Mig
Alkohol - druckit alkohol	Om Mig
Alkohol - druckit alkohol flera gånger	Om Mig
Alkohol - druckit alkohol varje månad	Om Mig
Alkohol - intensiv drickande	Hälsa på lika villkor
Alkohol - intensivdrickande	Riktade hälsosamtal
Alkohol - känt sig berusad	Om Mig
Alkohol - ok att dricka alkohol enstaka gånger	Om Mig
Alkohol - ok att dricka sig berusad	Om Mig
Alkohol - riskkonsumtion	Hälsa på lika villkor
Arbetslöshet	Socioekonomi
Behörig till gymnasiet	Socioekonomi
Behörig till högskola	Socioekonomi
Besvär av blod i avföringen	Riktade hälsosamtal
Besvär av depression	Riktade hälsosamtal
Besvär av eksem	Hälsa på lika villkor
Besvär av huvudvärk	Hälsa på lika villkor
Besvär av inkontinens	Hälsa på lika villkor
Besvär av nedstämd/deprimerad	Om Mig

**Navigation:** Riktade hälsosamtal, Hälsa på lika villkor, **Om mig**, Befolkning, Socioekonomi, Om Status Östergötland

När du kommer in på Om mig så är senaste året och god självskattad hälsa förvalt liksom att diagrammet visar hemkommun det vill säga den kommun eleven bor i.

**Ungdomsenkäten Om mig**

Välj först år och fråga här:

År: 2022

Fråga: Sök

Välj sedan vad du vill fördela resultatet på:

Hemkommun | Skolkommun | Skola | Ekonomi | Årskurs | År

Fördela på kön

**Självskattad hälsa - bra**

Kommun	Andelen (%)
Boviholm	67%
Finspång	68%
Kista	68%
Linköping	70%
Mjölby	69%
Motala	68%
Norrköping	65%
Söderköping	72%
Uthmanför länet	58%
Vadstena	63%
Valdemarsvik	61%
Ydre	79%
Åtvidaberg	58%
Ödebo	62%
Östergötland	67%

Resultatet i diagrammet baseras på urvalet Östergötland valda skolor och Grundskola åk 8, Gymnasieskola år 2 för Killar och Tjejer 2022.

Begränsa ev urvalet ytterligare här:

Kommun där eleven bor

Kommun där eleven går i skolan

Hemkommun: Alla

Årskurs: Grundskola åk 8, Gymnasieskola år 2

Kön: Kille, Tjej

Rensa val

Antal svarande för valt urval: 7 583

För att göra nya val:

1. År: välj vilket årtal du vill titta på.
2. Fråga: välj den frågan du är intresserad av.
3. Välj sedan vad du vill fördela resultatet på: Här kan du välja om du vill se resultatet på hemkommun, skolkommun, skola, ekonomi, årskurs eller över tid. Du kan även välja att fördela på kön.

**Ungdomsenkäten Om mig**

Välj först år och fråga här:

År: 2022

Välj sedan vad du vill fördela resultatet på:

Hemkommun Skolkommun Skola Ekonomi Årskurs År

Fördela på kön

**Självskattad hälsa - bra**

Kommun	Andel (%)
Borgholm	67%
Finspång	68%
Kinnsås	68%
Linköping	70%
Mjölby	69%
Moråsa	68%
Norrköping	65%
Söderköping	72%
Utansjö länet	58%
Vadstena	63%
Valdemarsvik	61%
Ydre	79%
Årevidaberg	58%
Östergötland	62%
Östergötland	67%

Resultatet i diagrammet baseras på urvalet Östergötland valda skolor och Grundskola åk 8, Gymnasieskola år 2 för Killar och Tjejer 2022.

**Ungdomsenkäten Om mig**

Välj först år och fråga här:

År: 2022

Välj sedan vad du vill fördela resultatet på:

Hemkommun Skolkommun Skola Ekonomi Årskurs År

**Totalt**

**Självskattad hälsa - bra**

Kommun	Kille (%)	Tjej (%)
Borgholm	83%	57%
Finspång	74%	61%
Kinnsås	71%	65%
Linköping	81%	61%
Mjölby	80%	61%
Moråsa	78%	59%
Norrköping	77%	54%
Söderköping	80%	63%
Utansjö länet	70%	56%
Vadstena	76%	60%
Valdemarsvik	71%	46%
Ydre	88%	66%
Årevidaberg	66%	51%
Östergötland	71%	53%
Östergötland	78%	59%

Resultatet i diagrammet baseras på urvalet Östergötland valda skolor och Grundskola åk 8, Gymnasieskola år 2 för Killar och Tjejer 2022.



Om du vill begränsa urvalet ytterligare kan du:

- Välja om du vill titta enbart på resultat från en specifik hemkommun eller skolkommun
- Hem/skolkommun: här väljer du den eller de kommuner du vill titta på

### Ungdomsenkäten Om mig ?

Välj först år och fråga här:

År:

Fråga:    
 Alkohol - bjudits på alkohol av föräldrar  
 Alkohol - druckit alkohol  
 Alkohol - druckit alkohol flera gånger  
 Alkohol - druckit alkohol varje månad  
 Alkohol - kant sig berusad  
 Alkohol - ok att dricka alkohol enstaka gån...  
 Alkohol - ok dricka sig berusad  
 Besvär av nedstämd/deprimerad  
 Besvär av oro/ångest  
 Dopningspreparat tagit  
 Framtidstro  
 Fritidsaktivitet  
 Fysiskt aktiv  
 Fysiskt aktiv låg  
 Föräldrar - vill att de ska veta mer om hur j...  
 Föräldrar - vill att de ska veta mer om kom...  
 Föräldrar - vill att de ska veta mer om var ja...  
 Föräldrar hjälper till med skolarbetet  
 Föräldrar hjälper till vid problem  
 Föräldrar tar sig tid att lyssna  
 Föräldrar vill att de ska veta mer om vad ja...  
 Känsla - duger  
 Känsla - kan vara sig själv  
 Känsla - nöjd med sitt utseende  
 Lärare behandlar mig rättvist

Välj sedan vad du vill fördela resultatet på:

Hemkommun Skolkommun Skola Ekonomi Årskurs År

Fördela på kön

#### Självskattad hälsa - bra

Kommun	Andel (%)
Booaholm	67%
Finspång	68%
Kista	68%
Linköping	70%
Mjölby	69%
Motala	68%
Norrköping	65%
Söderköping	72%
Utanför länet	58%
Västena	63%
Valdemarsvik	61%
Ydre	79%
Årevisberg	58%
Ödesbög	62%
Östergötland	67%

Begränsa ev urvalet ytterligare här:

Kommun där eleven bor:

Hemkommun:

Årskurs:  Grundskola åk 8  Gymnasieskola år 2

Kön:  Kille  Tjej

Rensa val

Antal svarande för valt urval: 7 583

- Om du valt skolkommun och vilken kommun du vill titta på har du nu möjlighet att också välja en eller flera skolor i den valda kommunen.
- Årskurs: välj den årskurs du är intresserad av. Det kan du välja oavsett om du valt hemkommun eller skolkommun.
- Kön: välj det kön du är intresserad av.
- Rensa val: tryck här om du vill ta bort alla de val du gjort här på höger sida.

Startsida Riktade hälsosamtal Hälsa på lika villkor **Om mig** Befolkning Socioekonomi Om Status Östergötland

### Ungdomsenkäten Om mig ?

Välj först år och fråga här:

År:

Fråga:    
 Alkohol - bjudits på alkohol av föräldrar  
 Alkohol - druckit alkohol  
 Alkohol - druckit alkohol flera gånger  
 Alkohol - druckit alkohol varje månad  
 Alkohol - kant sig berusad  
 Alkohol - ok att dricka alkohol enstaka gån...  
 Alkohol - ok dricka sig berusad  
 Besvär av nedstämd/deprimerad  
 Besvär av oro/ångest  
 Dopningspreparat tagit  
 Framtidstro  
 Fritidsaktivitet  
 Fysiskt aktiv  
 Fysiskt aktiv låg  
 Föräldrar - vill att de ska veta mer om hur j...  
 Föräldrar - vill att de ska veta mer om kom...  
 Föräldrar - vill att de ska veta mer om var ja...  
 Föräldrar hjälper till med skolarbetet  
 Föräldrar hjälper till vid problem  
 Föräldrar tar sig tid att lyssna  
 Föräldrar vill att de ska veta mer om vad ja...  
 Känsla - duger  
 Känsla - kan vara sig själv  
 Känsla - nöjd med sitt utseende  
 Lärare behandlar mig rättvist

Välj sedan vad du vill fördela resultatet på:

Hemkommun Skolkommun Skola Ekonomi Årskurs År

Fördela på kön

#### Självskattad hälsa - bra

Kommun	Andel (%)
Booaholm	67%
Finspång	68%
Kista	68%
Linköping	70%
Mjölby	69%
Motala	68%
Norrköping	65%
Söderköping	72%
Utanför länet	58%
Västena	63%
Valdemarsvik	61%
Ydre	79%
Årevisberg	58%
Ödesbög	62%
Östergötland	67%

Begränsa ev urvalet ytterligare här:

Kommun där eleven bor:

Skolkommun:

Skola:

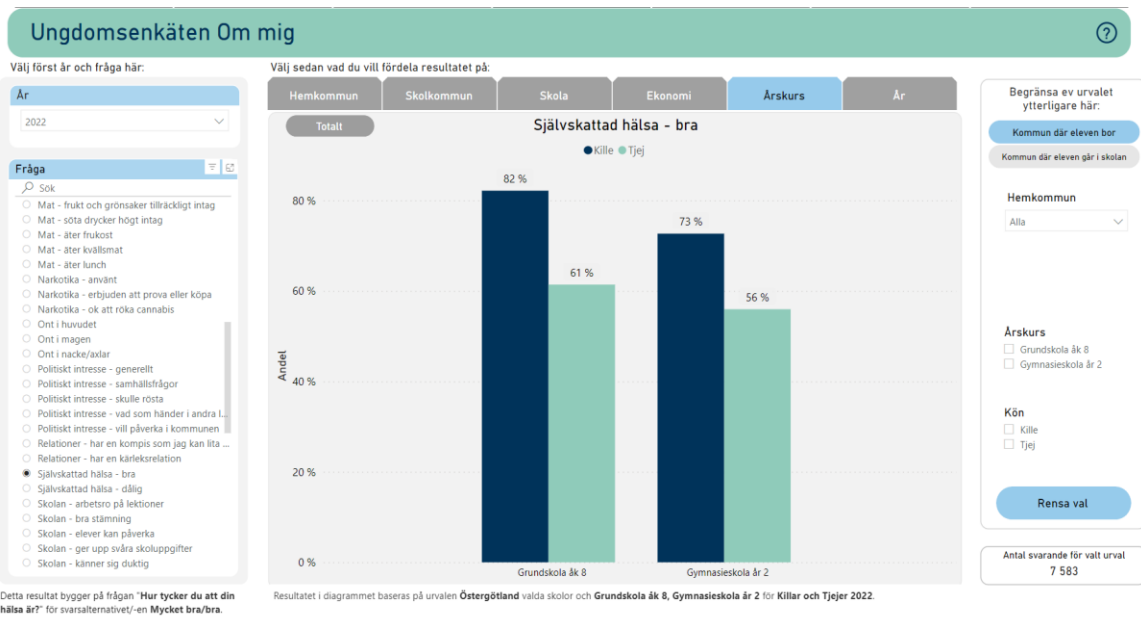
Årskurs:  Grundskola åk 8  Gymnasieskola år 2

Kön:  Kille  Tjej

Rensa val

Antal svarande för valt urval: 7 583

- Här kan du se hur den valda frågan är ställd och vilka svarsalternativ som redovisas i diagrammet.
- I rutan syns hur många som svarat på frågan totalt. Vill du se hur många som svarat på frågan per stapel så håller du muspekaren över stapeln så kommer en ruta upp med den informationen.
- Det är fritt fram att kopiera diagram och använda i egna presentationer. Använd ett skärmlippsverktyg om du vill kopiera.



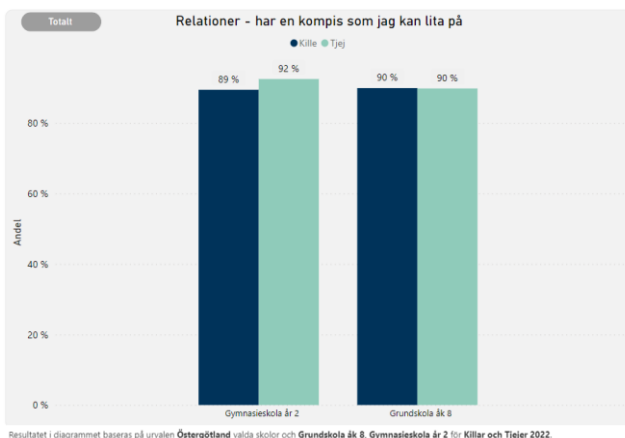
10.

11.

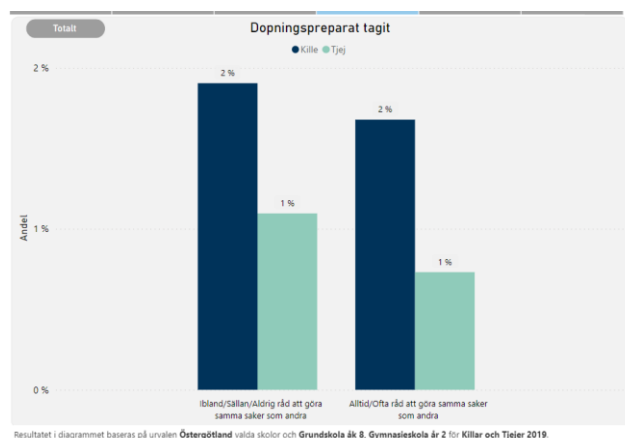
### Viktigt att tänka på:

Skalan på Y-axeln ändras beroende på vilken fråga som väljs. Ibland kan det se ut som det är stora skillnader men tittar man på skalan så är skillnaden liten. Andelar avrundas till närmaste heltal vilket gör att staplarna kan ha samma andel men de ligger inte i nivå.

Här går skalan från 0%-92%



Här går skalan från 0%-2%





## Diskussionsfrågor

Här är förslag på diskussionsfrågor att använda tillsammans med den medskickade powerpointpresentationen med länsresultat. Diskussionerna blir som mest intressanta om ni istället söker fram och använder resultat för er skola från resultatverktyget [Status Östergötland](#). Instruktioner för hur resultatverktyget används finns i bilaga 1.

Dela förslagsvis in klassen i små grupper som får välja ut ett par frågor var att diskutera. Låt gärna grupperna presentera sina tankar och idéer för varandra och skolans personal.

**Stöd från vuxna** (Indikatorer i Status Östergötland: Föräldrar – hjälper till vid problem, med läxor, tar sig tid att lyssna)

Vilket slags stöd är viktigt att få från sina föräldrar/vårdnadshavare?

Vad för slags stöd kan behövas från utomstående vuxna - när man inte kan eller vill vända sig till sina egna föräldrar/vårdnadshavare?

**Vänskap** (Indikator i Status Östergötland: Relationer – har en kompis som jag kan lita på)

Har vänskap betydelse för hur man mår?

Hur skulle vänskap och sammanhållning kunna stärkas på vår skola?

**Självskattad hälsa** (Indikator i Status Östergötland: Självskattad hälsa – bra)

Varför har killar generellt bättre självskattad hälsa än tjejer?

Kan skolan göra något för att förbättra hälsan (fysisk och psykisk) bland elever?

Vad har du för tankar om hur du själv kan förbättra din hälsa och ditt allmänna välmående?

**Oro/ångest** (Indikator i Status Östergötland: Besvär av oro/ångest)

Vad behöver göras för att unga ska få bättre psykisk hälsa? Diskutera gärna vilket stöd unga behöver från både vuxna, skolan och samhället.

Tjejer upplever generellt mer oro/ångest än killar, hur ser det ut på vår skola? Varför då?

**Att duga som man är** (Indikator i Status Östergötland: Känsla – duger)

Varför känner inte fler elever att de duger som de är?

Vad kan man göra för att fler ska känna att de duger som de är? Vad kan göras inom skolan och i samhället?

**Fysisk aktivitet** (Indikator i Status Östergötland: Fysiskt aktiv)

Ungdomar rekommenderas att vara fysiskt aktiva minst en timme per dag i genomsnitt, men ganska få uppnår det. Varför tror du att det är så få?

Hur kan man stötta ungdomar att vara mer fysiskt aktiva både i skolan och på fritiden?

**Användning av tobak, alkohol och narkotika** (Indikatorer i Status Östergötland: Tobak/Alkohol/Narkotika)

Många ungdomar menar att de röker för att känna samhörighet med andra. Hur kan ungdomar uppleva ökad samhörighet på andra sätt?

Länsresultat visar att användandet av snus har ökat, speciellt bland tjejer? Vad tror du att det beror på?

Länsresultat visar att ungdomars intag av alkohol har minskat över tid på gymnasienivå. Vad tror du att minskningen kan bero på?

Kan skolan påverka elever att inte använda alkohol, tobak och narkotika? Om ja: Hur?

**Skolmiljö** (Indikatorer i Status Östergötland: Skolan – bra stämning, arbetsro, känner sig glad/duktig/motiverad/uttråkad)

Vad kan lärare och elever göra för att öka arbetsron på vår skola?

Vad påverkar stämningen på vår skola?

Hur kan skolans lärare bli bättre på att ge varje elev stöd och hjälp att utvecklas?

Hur kan fler elever känna sig glada i skolan?

**Trygg i skolan** (Indikator i Status Östergötland: Trygg i skolan)

Hur har tryggheten utvecklats över tid på er skola?

Vad påverkar tryggheten på vår skola?

Vilka platser/situationer i skolan känns mindre trygga?

Vad kan göras för att öka tryggheten på vår skola?

**Stress** (Indikator i Status Östergötland: Skolan – känner sig stressad)

Vad innebär stress för dig och hur hanterar du stress i vardagen?

Varför är tjejer generellt mer stressade än killar?

Kan skolan göra något för att minska stress bland elever?

**Mobbning** (Indikator i Status Östergötland: Skolan – mobbad av elever eller personal)

Har mobbning förändrats över tid på vår skola?

Hur hanteras det att någon beter sig illa och/eller kränker andra på vår skola?

**Möjligheter att påverka i skolan** (Indikator i Status Östergötland: Skolan – elever kan påverka)

På vilket sätt kan elever påverka skolans miljö och undervisning?

Finns det något du skulle vilja förbättra i din skolas miljö eller undervisning?

**Samhälls- och omvärldsintresse** (Indikatorer i Status Östergötland: Politiskt intresse – generellt/samhällsfrågor/skulle rösta/vad som händer i andra länder/vill påverka i kommunen)

Hur får du kunskap om samhälls- och omvärldshändelser?

Vad påverkar ungdomars intresse för samhälls- och omvärldsfrågor?

**Självförtroende** (Indikator i Status Östergötland: Tillit till sin egen förmåga att klara saker)

Hur får man ett bra självförtroende?

Kan ungdomars självförtroende stärkas i skolan? Om ja: hur?

**Litar på andra** (Indikator i Status Östergötland: Tillit till andra människor)

Vad krävs för att du ska kunna lita på vänner, familj, lärare och klasskamrater?

Andelen elever som litar på andra skiljer sig mycket åt mellan olika skolor- vad kan det bero på tror du?

**Framtidstro** (Indikator i Status Östergötland: Framtidstro)

Vad är betydelsefullt för att ungdomar idag ska ha en positiv framtidstro?



## Exempel på hur ungdomsenkäten används inom skola, kommun och län

### I skolan

- Resultaten redovisas för alla elever och föräldrar i årskurs 8 och för all personal på skolan.
- Rektorer, skolledning och skolans elevhälsoteam får en dragning av resultaten.
- Elevrådsstyrelsen tar fram frågor från *Om mig* som elever på skolan vill arbeta vidare med.
- Minimässor anordnas för årskurs 8. Olika områden väljs då ut och redovisas på planscher och även muntligt. Eleverna får sedan möjlighet att diskutera resultaten med lärare, kurator, skolvård samt personal från ungdomsgården som finns på plats.
- Eleverna arbetar med resultatet tillsammans med mentorerna under en halvdag. Fokusområden har exempelvis varit hur man kan minska psykisk ohälsa, förbättra arbetsron i klassrummet och stärka sina sömn-mat-motionsvanor mm.
- Utifrån en hög andel stressade elever i årskurs 8 arbetade skolledningen för att få en jämnare fördelning av prov, vilket fick gott resultat.
- Utvalda resultat "ställs ut" i skolbiblioteket på gymnasieskolan. Alla årskurser får se utställningen. Därefter får man med sig diskussionsfrågor till klassrummen. Resultat av klassrumsdiskussionerna tas med i skolans likabehandlingsplan.
- Skolan har en årlig hälsodag då man redovisar resultat från *Om mig* tillsammans med personal från elevhälsan. Man diskuterar med eleverna om det man svarat i enkäten stämmer överens med det man säger på hälsosamtalen.
- På alla hjärtans dag följs resultatet upp på skolan för elever i årskurs 8 med en föreläsning och dialog om förbättringsarbeten utifrån resultaten.
- Resultat från *Om mig* presenteras på föräldramöten i årskurs 8 och enskilda aktuella frågor väljs ut för diskussion.
- Föräldrarna informeras på olika sätt om resultaten. Bland annat i och med utbildningsinsatser om exempelvis cannabis.
- Föräldrar och elever informeras om hur man kan få hjälp vid psykisk ohälsa. Både genom kunskap, tips och verktyg.

## I kommunen

- Centrala elevhälsan analyserar och använder vissa resultat i sitt utvecklingsarbete.
- Resultat från enkäten presenteras för politiker, kommunstyrelsen, kultur-och fritid, barn- och utbildning osv.
- Resultat jämförs och följs upp i kommunernas årsredovisningar och styrdokument.
- Politiken väljer ut specifika frågor att arbeta med och sedan följa upp i nästa års enkät.
- Kommunchefen lyfter resultat till utbildningschefer som sedan använder det som underlag i samverkan mellan skola och socialtjänst.
- Kommunfullmäktige håller hearing om trygghet där rektorer, elevhälsochef, ANDT-samordnare, brottsförebyggare, polis, bostadsstiftelse och politiker, diskuterar resultat som behöver förbättras och följas upp.
- Kommunala ungdomsombud följer upp *Om mig*-resultat genom fördjupade gruppintervjuer av ungdomar utifrån vad politikerna vill veta mera om, bland annat framtidstro.
- Kommunen bjuder in alla elever i årskurs 8 till "öppet stadshus" då bland annat *Om mig*-frågor diskuteras.
- Enkäten används vid diskussion med föreningsrådet (föreningar som har ungdomsverksamhet).
- Resultatet presenteras för det brottsförebyggande rådet och används som en del av det brottsförebyggande arbetet.
- Data från *Om mig* används i utbildningsinsatser om exempelvis cannabis.
- Gymnasieelever från olika bostadsområden anställs som sommarjobbare för att identifiera förbättringsområden i kommunen och arbeta med *Om mig*- resultat.
- Kunskap och resultat från enkäten sprids till lokala nyhetsmedier.

## I länet

- ANDTS-rådet får rapportering av årets resultat från *Om mig*.
- Resultat presenteras och diskuteras inom Region Östergötlands politiska nämnder, och tjänstepersonsnätverk.
- Region Östergötland sprider resultat och analyser under seminarier och på enkätens webbsida.
- Resultat används som underlag i bland annat olika projekt och rapporter.
- Kunskap om hälsa och välmående bland länets ungdomar sprids i media.