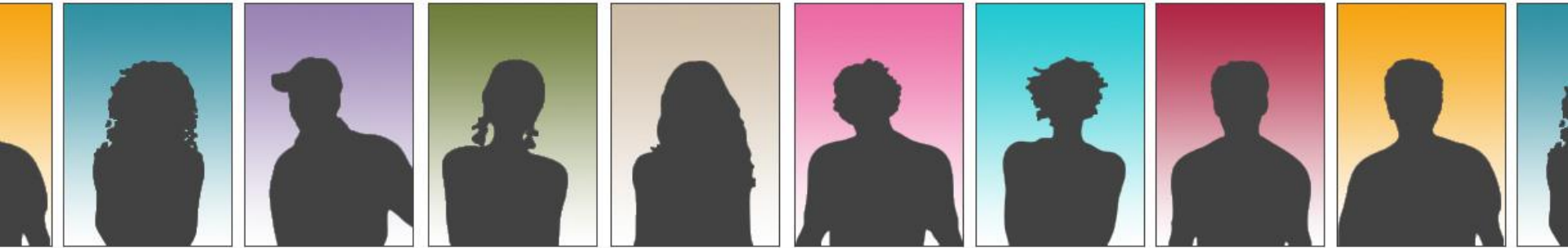


Ungdomsenkäten

Om mig

-En delaktig målgrupp ger ökad kunskap



Region Östergötland i samverkan med länets kommuner och Länsstyrelsen Östergötland

Dagens presentation



- Vad är ungdomsenkäten Om mig?
- Hur arbetar vi med ungdomsdelaktighet i Om mig?
- Resultat som illustrerar våra metoder och där ungdomar har varit delaktiga i att ta fram och tolka resultaten.
- Hur stöttar vi skolor och kommuner att använda resultaten i dialog med ungdomar?



Vad är ungdomsenkäten *Om mig?*



- En webbenkät för ungdomar i Östergötland
- Erbjuds i årskurs 8 i grundskolan och årskurs två på gymnasiet
- Ett samarbete mellan Region Östergötland, länets kommuner och Länsstyrelsen Östergötland



Vilka deltar?

- Alla 13 kommuner i Östergötland deltar
- Ca 90% av skolorna i Östergötland deltar
- Svarefrekvensen för deltagande skolor är hög, ca 80 %
- Drygt 8000 elever svarar årligen på enkäten
- Lika många tjejer som killar och ca 1,5 procent har annan könsidentitet av de som besvarar enkäten





Syfte med *Om mig*

- Ge en bra bild av hälsa och livsstil bland Östergötlands ungdomar
- Ett kunskapsunderlag för utvecklings- och förbättringsarbeten
- Att vara ett verktyg för ökad ungdomsdelaktighet och dialog



Ungdomarnas bild av enkäter



De tycker att det är konstiga frågor

De får aldrig veta varför de ska svara på frågorna

De får aldrig se några resultat eller konkreta förändringar

*"Blir
någonting
bättre av att
vi fyller i
enkäter?"*



”Det handlar om mig”



- Delaktighet i hela processen i enkätarbetet
- Möjlighet att göra sin röst hörd och kunna påverka sin kommun och skola



Ungdomsdelaktighet – HUR?



- Frågekonstruktion och revidering av frågor
 - Vid årliga enkätrevideringar
 - Testa enkäten, hur uppfattas frågan/ord/begrepp?
- Tolka resultat
 - Vad betyder detta?
 - Vad kan vi göra åt det?
- Förbättringsarbete /sprida resultat
 - Hur kan ungas liv och hälsa förbättras?



Ungdomsdelaktighet i teman och utvecklingsarbeten



Frågepaket inför valår:

- Om man vill rösta,
- Hur man vill framföra förslag till politiker,
- Intresse för samhällsfrågor,
- Vilka sakfrågor man tycker är viktiga etc.

Tema seminarier

- Barnkonventionen och rätten till delaktighet
- Ungdomars syn på politik och samhällsfrågor

Vid utvecklingsarbeten

- Regionala utvecklingsstrategin - vad är viktigt för att trivas i sin kommun?

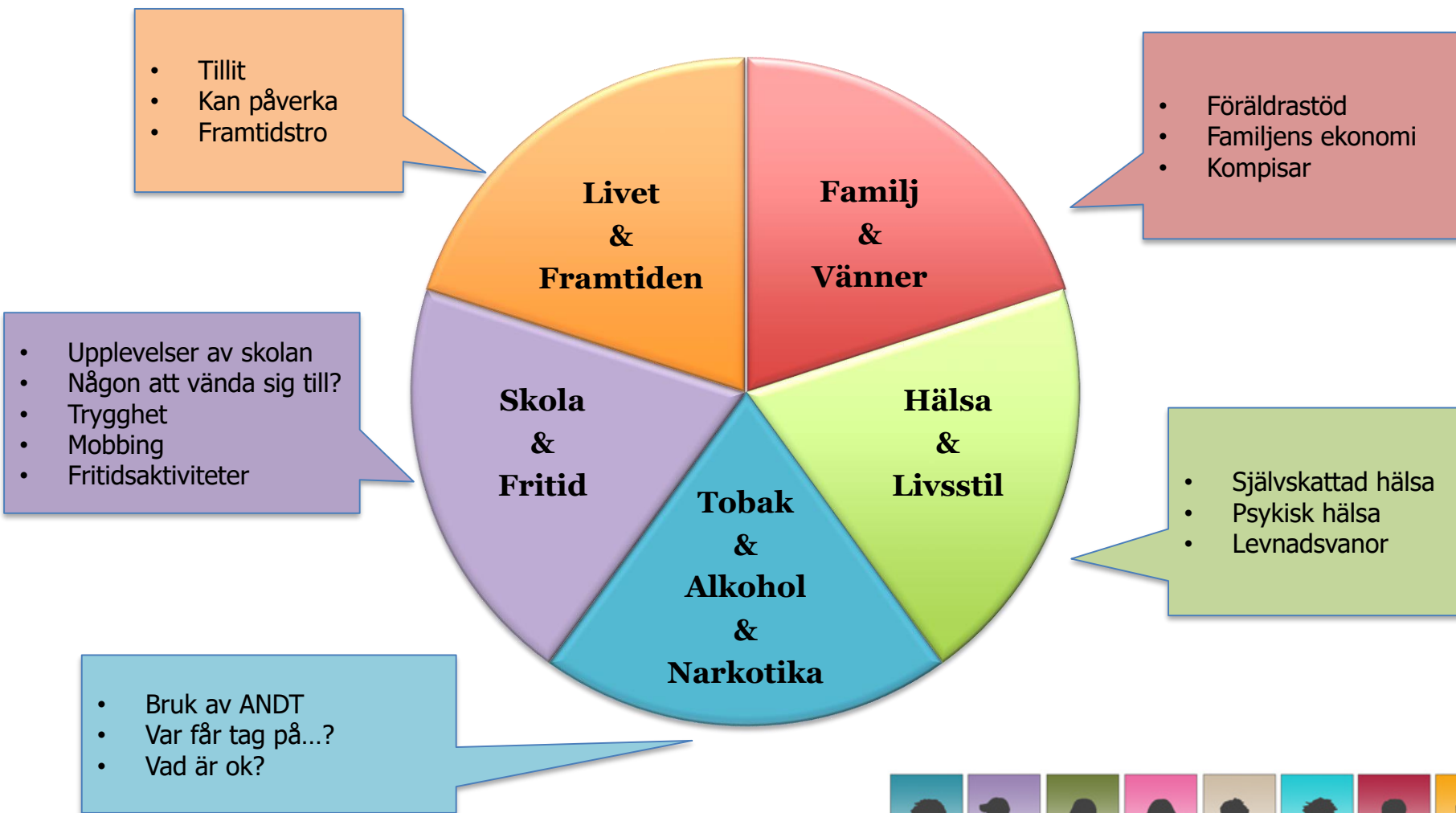


Fokusgrupper med ungdomar

- *Vad är betydelsefullt för din hälsa och välmående och vad tycker du om enkätundersökningar?*



Resultat 2014-2020



Om mig- enkätkonstruktion

"Jag önskar att man kunde göra enkäter som gör att man känner sig stark och ser möjligheter"

- Balans mellan positiva och negativa frågor och svarsalternativ
- Följdfrågor baseras på tidigare svar så att alla får relevanta frågor
- Möjligt att hoppa över frågor som de inte kan eller vill svara på
- Inte för många frågor (50 frågor /125 ställningstaganden)
- Frivillig
- Kortversion för elever på IM-program och i särskola



Vilka frågor och tekniker använder vi för att göra ungdomar delaktiga?



- **Intervjuer**

- kognitiva intervjuer (testa nya frågor/språk/begrepp)
- fokusgrupper (tolka resultat)

- **Fritextfrågor och tolkningsfrågor**

- öppna frågor i enkäten där ungdomar får beskriva med egna ord



Kognitiva intervjuer: Enkätrevidering

- Enskilda intervjuer
- Eleven besvarar enkäten –tänker högt
- Intervjuaren observerar och utforskar resonemang/uppfattningar
- Hur uppfattas frågan?
 - Är den relevant?
 - Ord/begrepp/meningar som var svåra att förstå eller missförstods?
- Resultaten från flera intervjuer vägs samman
- Enkät revideras

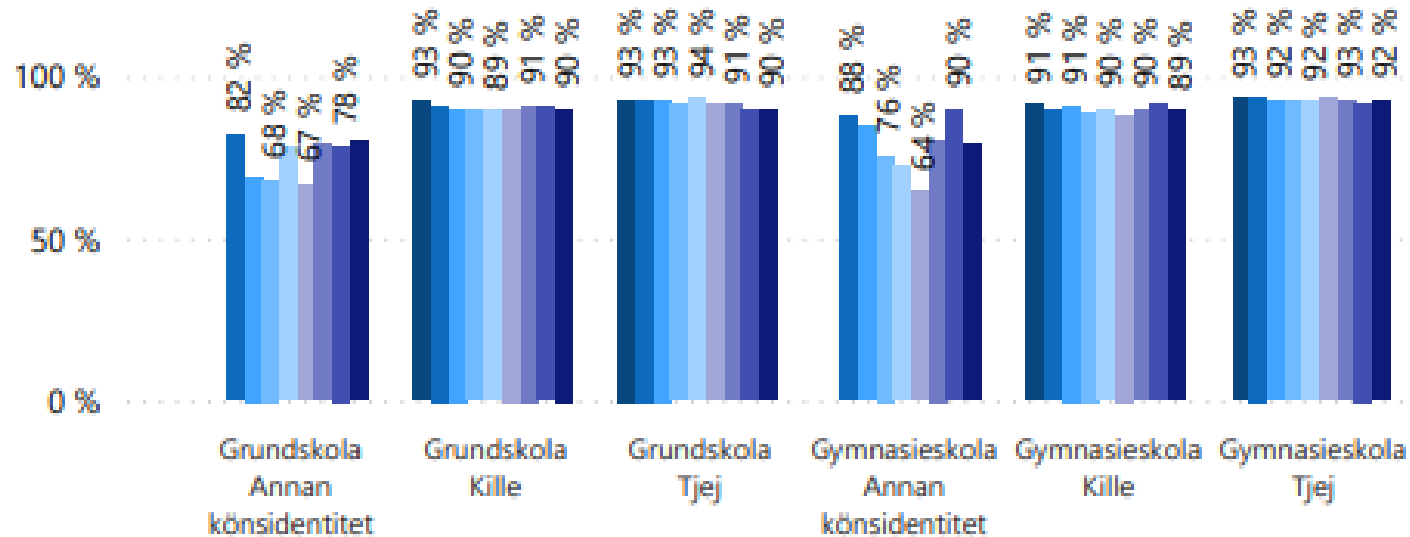


Fokus grupper- tolka resultat



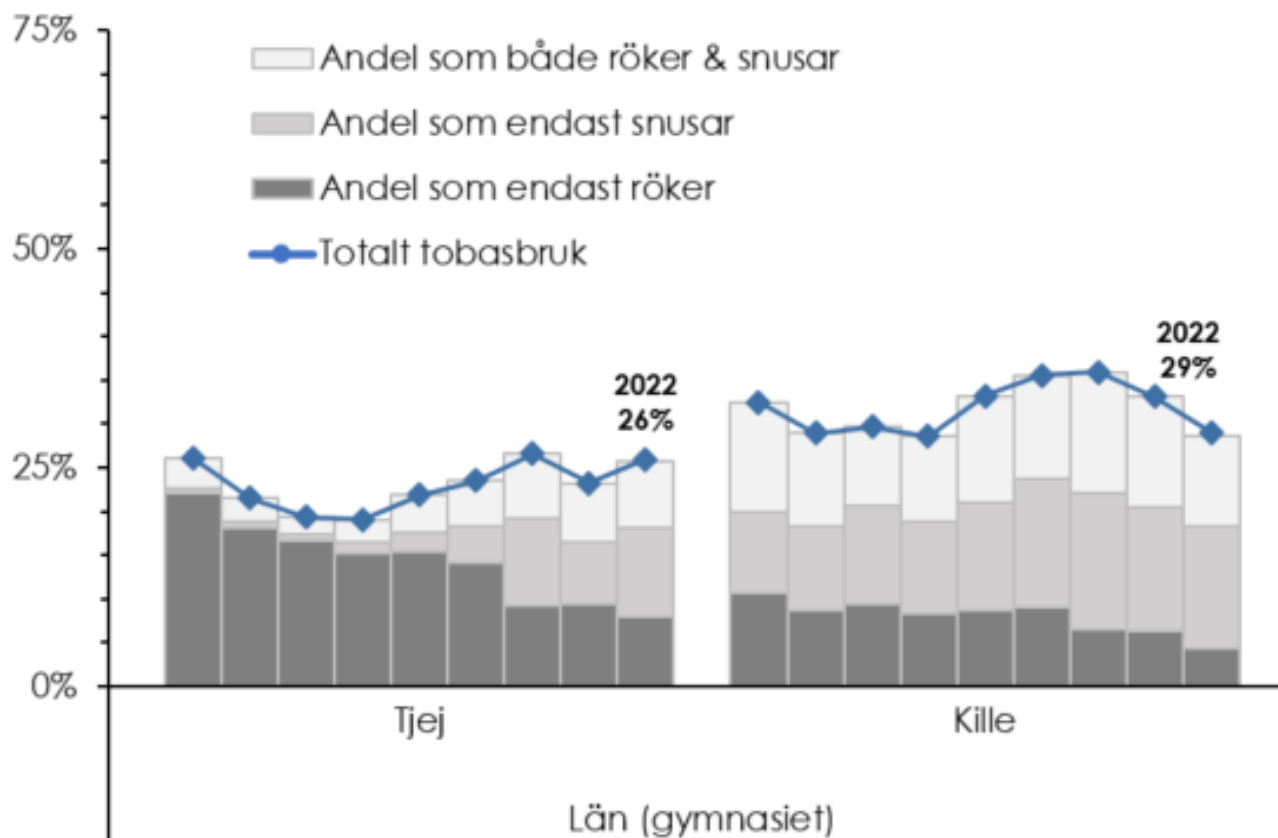
Ungdomar med minst en nära vän

● 2014 ● 2015 ● 2016 ● 2017 ● 2018 ● 2019 ● 2020 ● 2021 ● 2022



Fokusgrupper-tolka resultat

Ungdomar med tobaksbruk 2014-2022



Fokusgrupps- intervjuer

- Tolka resultat

*“Vitt snus är
fräscht och
tilltalande”*

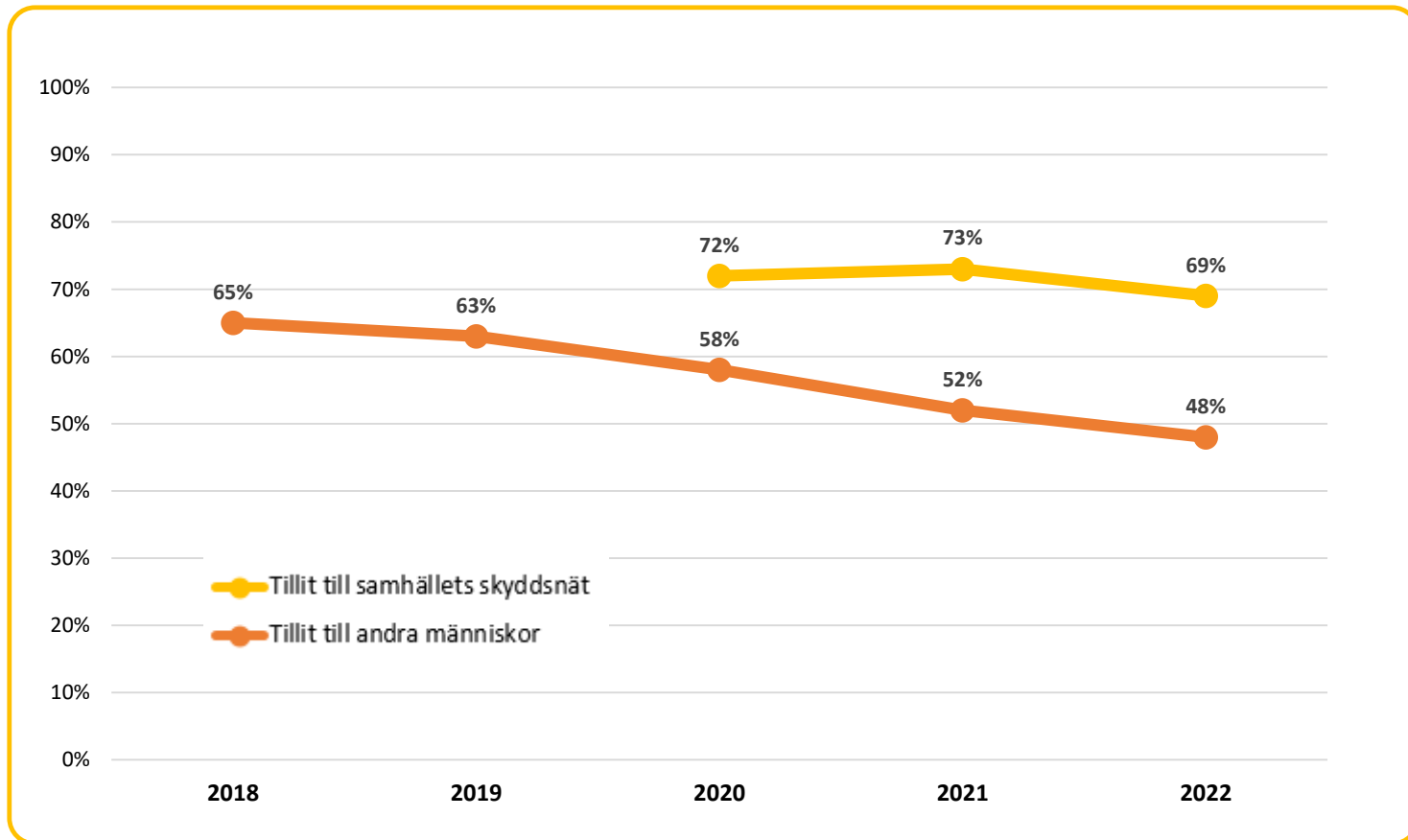
*“Rökning är omodernt
och sunkigt”*



*“Att börja röka
handlar ofta om ett
behov av att tillhöra
en grupp och känna
tillhörighet”*

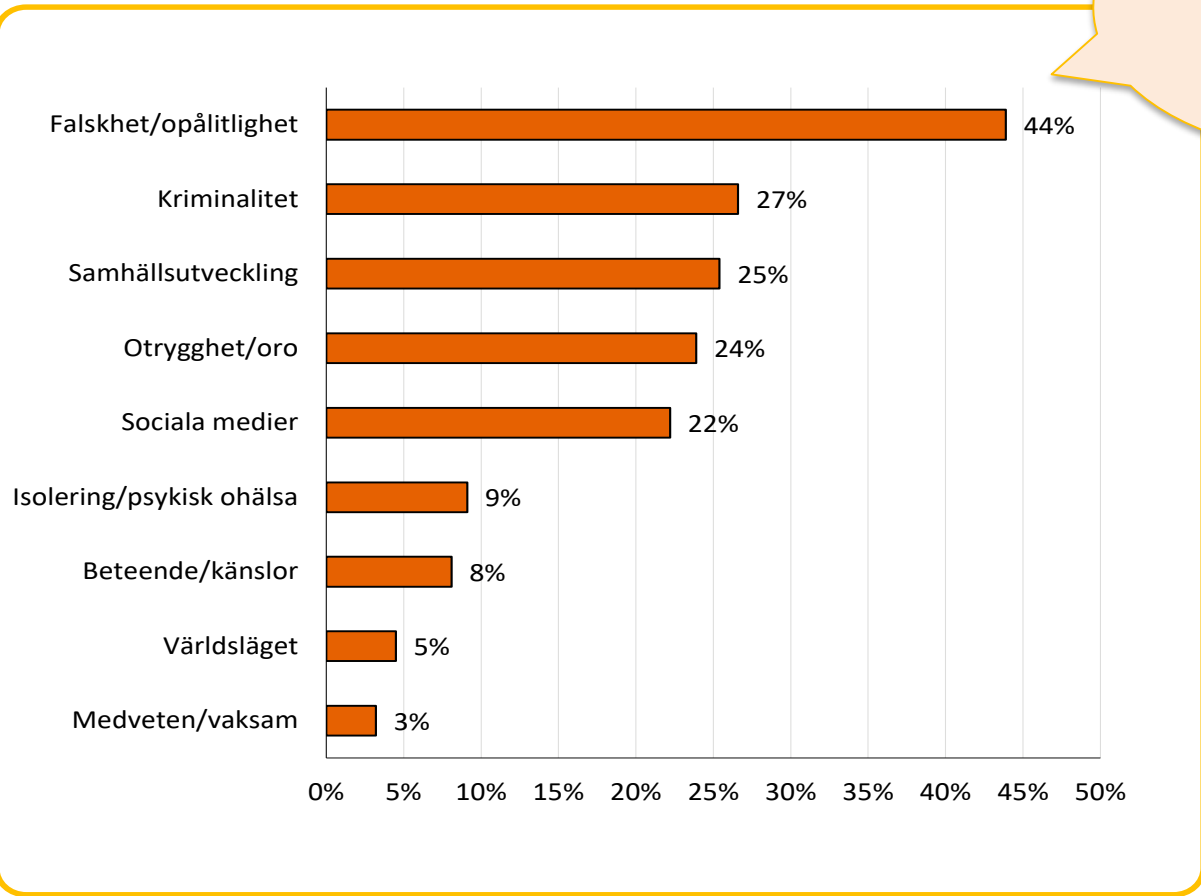


Tolkningsfråga: Tillit



Varför minskar tilliten?

"Att alla är fake och man har inte riktiga vänner som inte pratar skit om en bakom sin rygg"

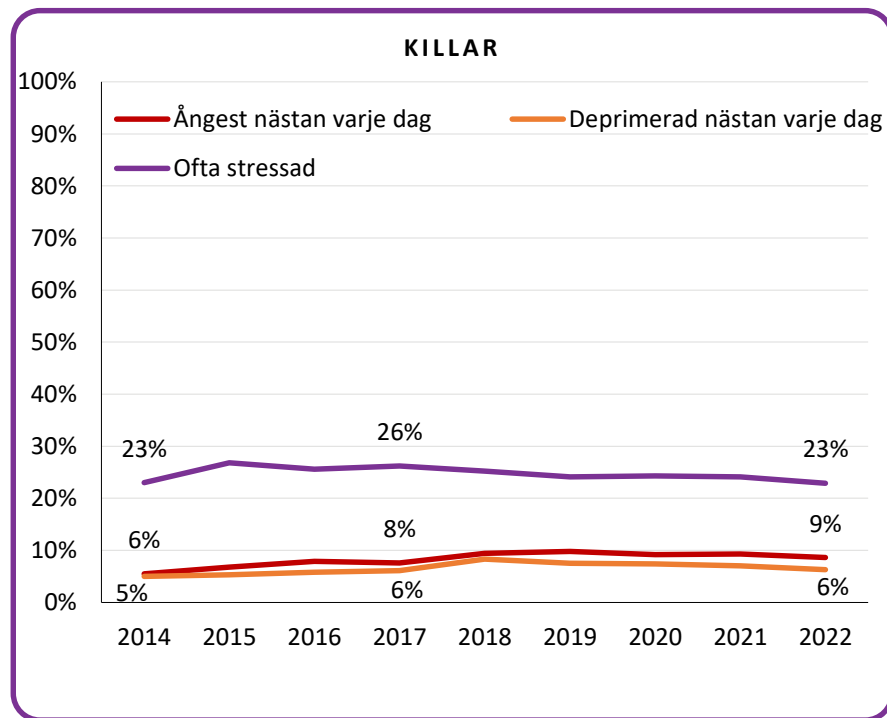
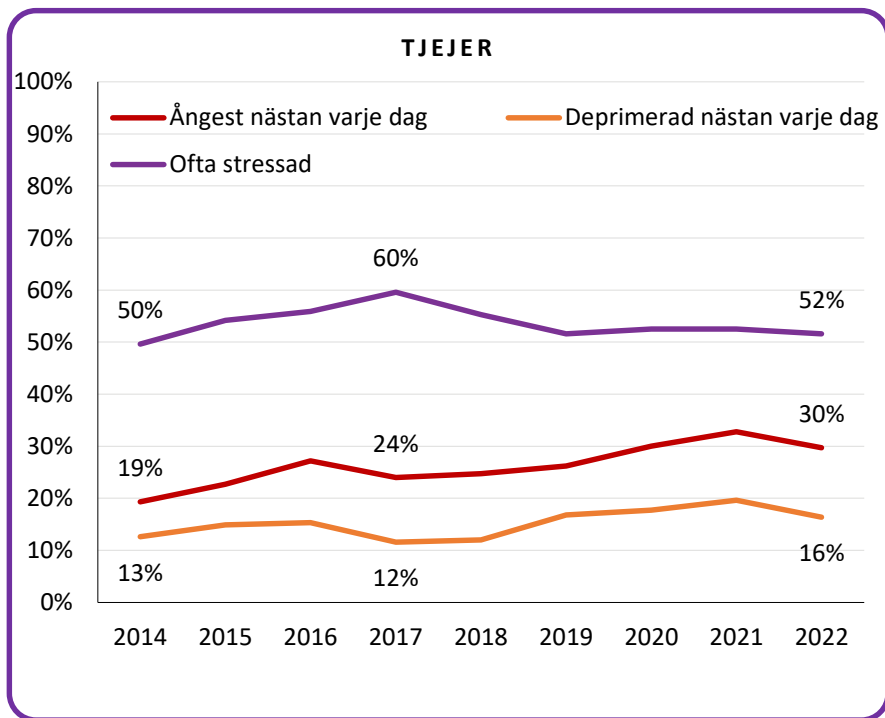




Psykisk hälsa



Psykisk ohälsa



Fritextfråga-ångest nästan varje dag

Ångest upplevs som negativa tankar och känslor eller som fysisk påverkan i form av tryck över bröstet och ont i magen.

”Jag känner mig bara stressad och lite nedstämd, jag övertänker saker mycket och tappar all fokus”



”När jag känner att jag inte räcker till riktigt, och mycket press med skolan och att jag måste prestera bra”

”Jag får ont i magen och allt känns hopplöst. Jag vill bara lägga mig ner och gråta”

”Jag är inte nöjd med att vara jag och jag jämför mig med alla andra”



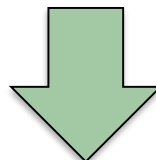
Tolkningsfråga: -ungdomars tankar om psykisk ohälsa

Vad beror psykisk ohälsa på?

- Skolstress
- Krav från samhälle och sociala medier skapar osunda ideal och jämförelsekomplex

Varför mår tjejer sämre?

- Normer och ojämställdhet
- Mer krav och press på tjejers utseende och beteende
 - Killar är offer för "machokultur"



LÖSNINGAR

Stärka ungas psykiska hälsa i skolan

Minska stress bland unga

Förändringar i skola/undervisning

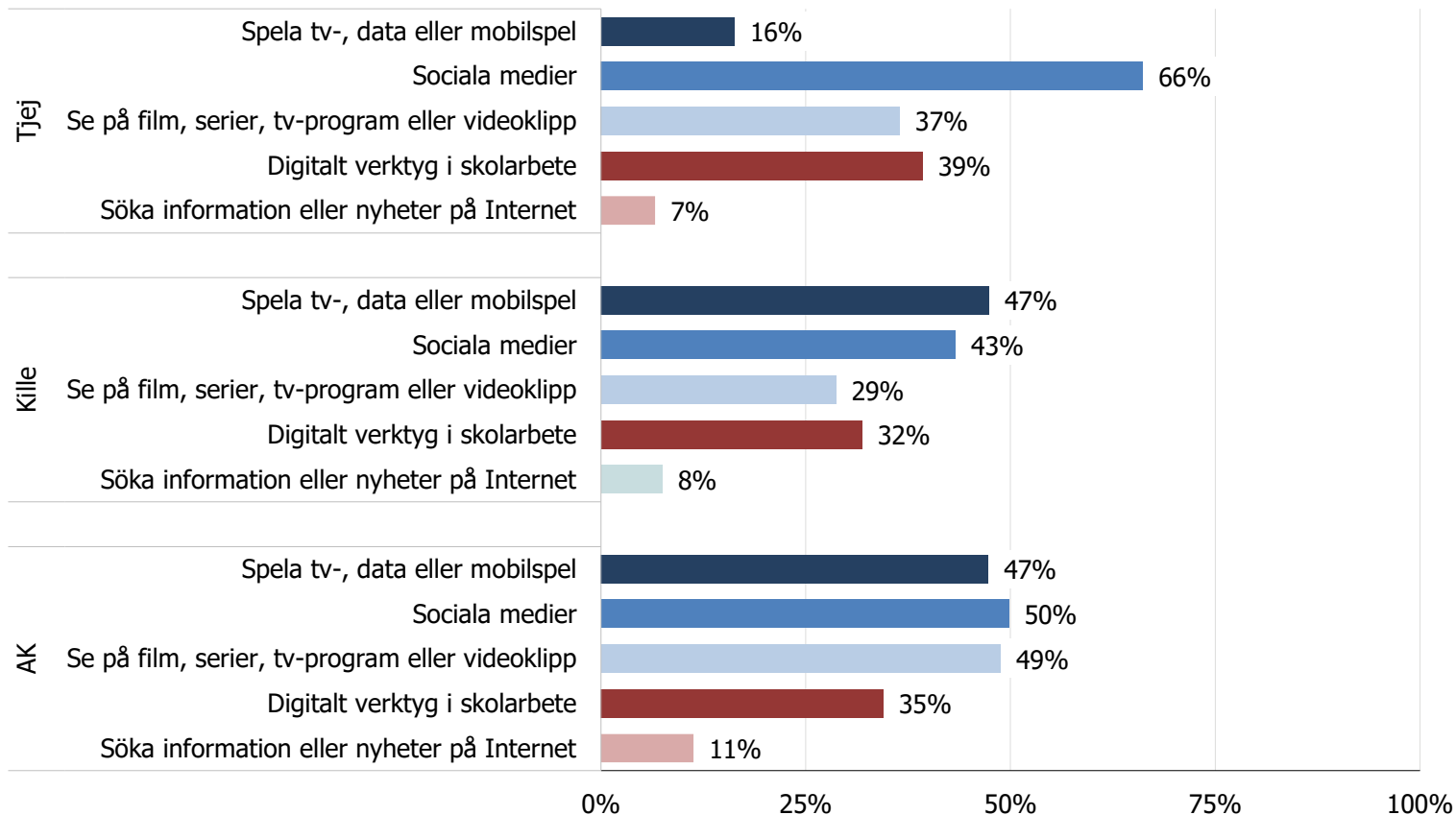
Att fler ska ha någon att prata med



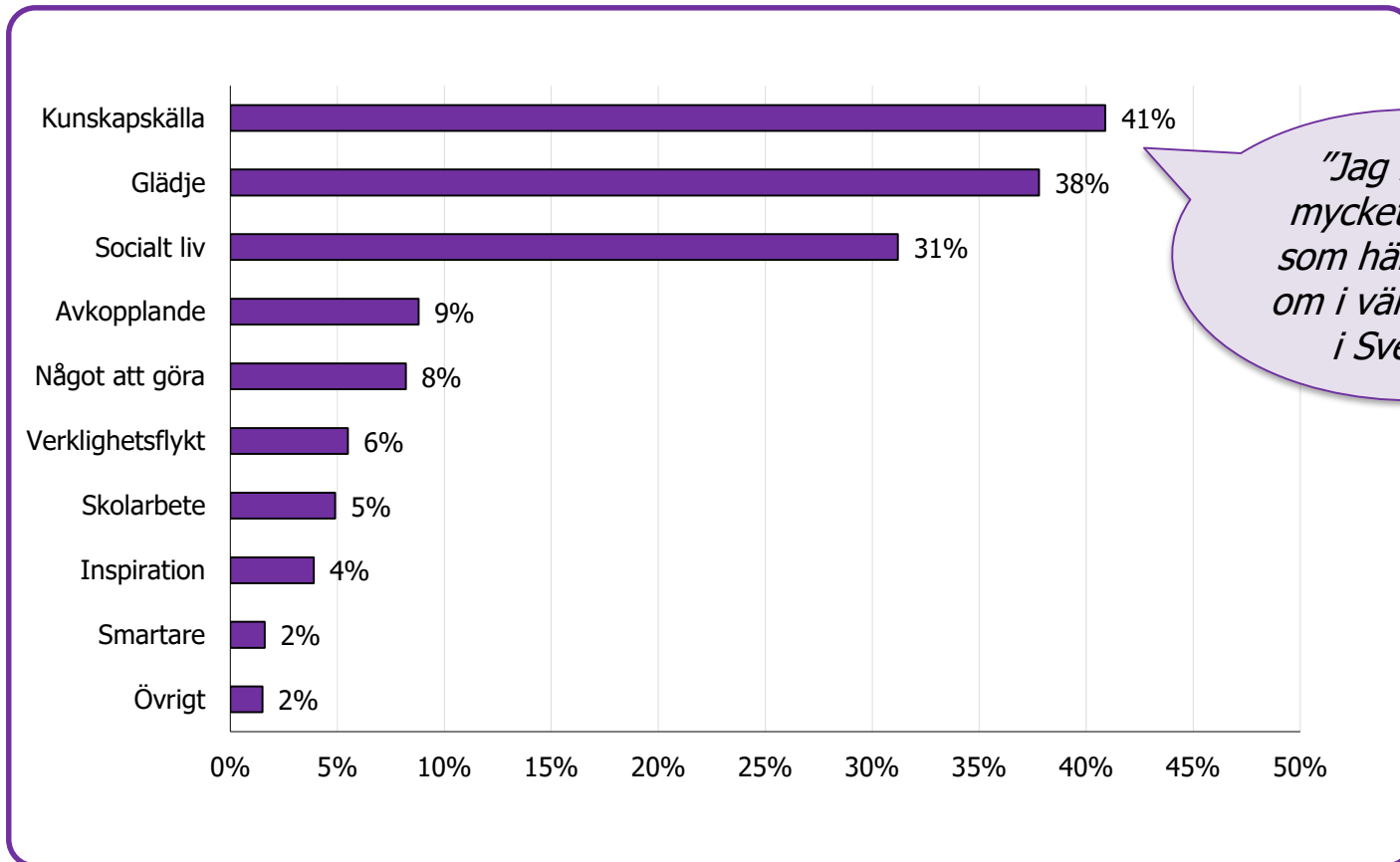
Fokus på ungas skärmtid



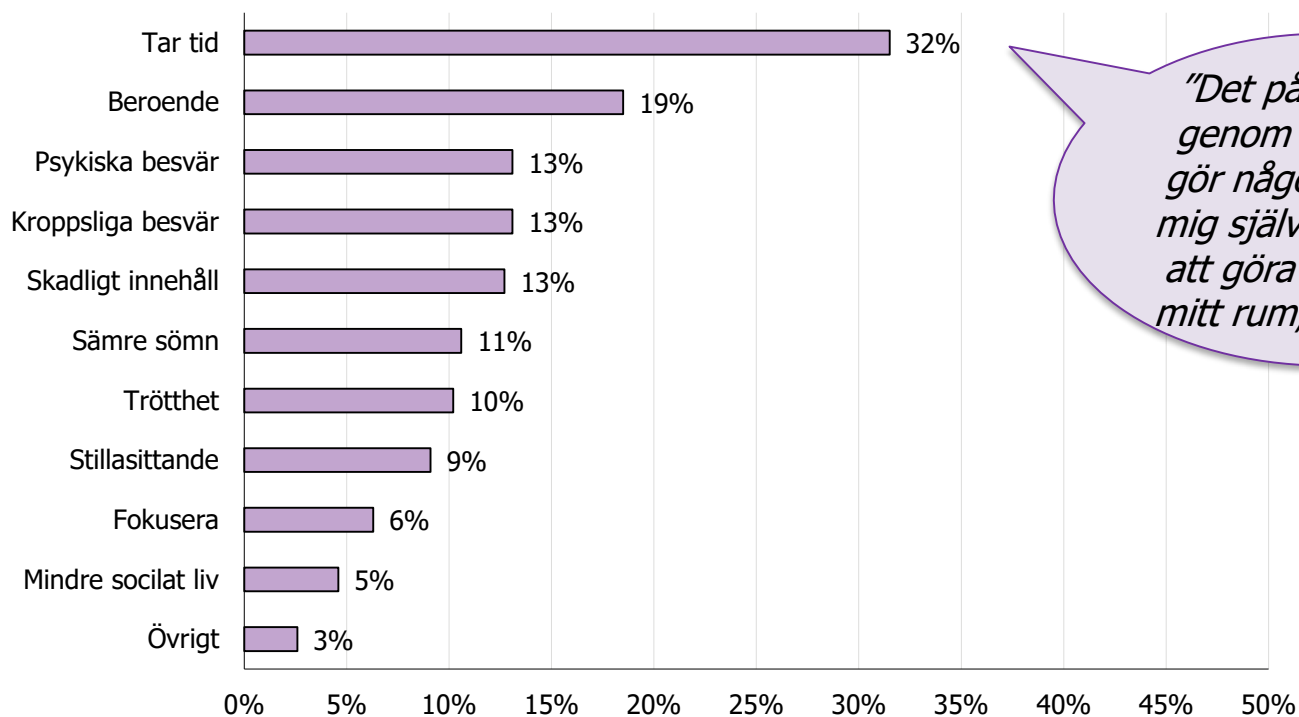
HÖGANVÄNDARE - 3 TIMMAR SKÄRMTID ELLER MER PER DAG OCH MEDIA



Fritextfråga: Positiv påverkan av skärmaktiviteter



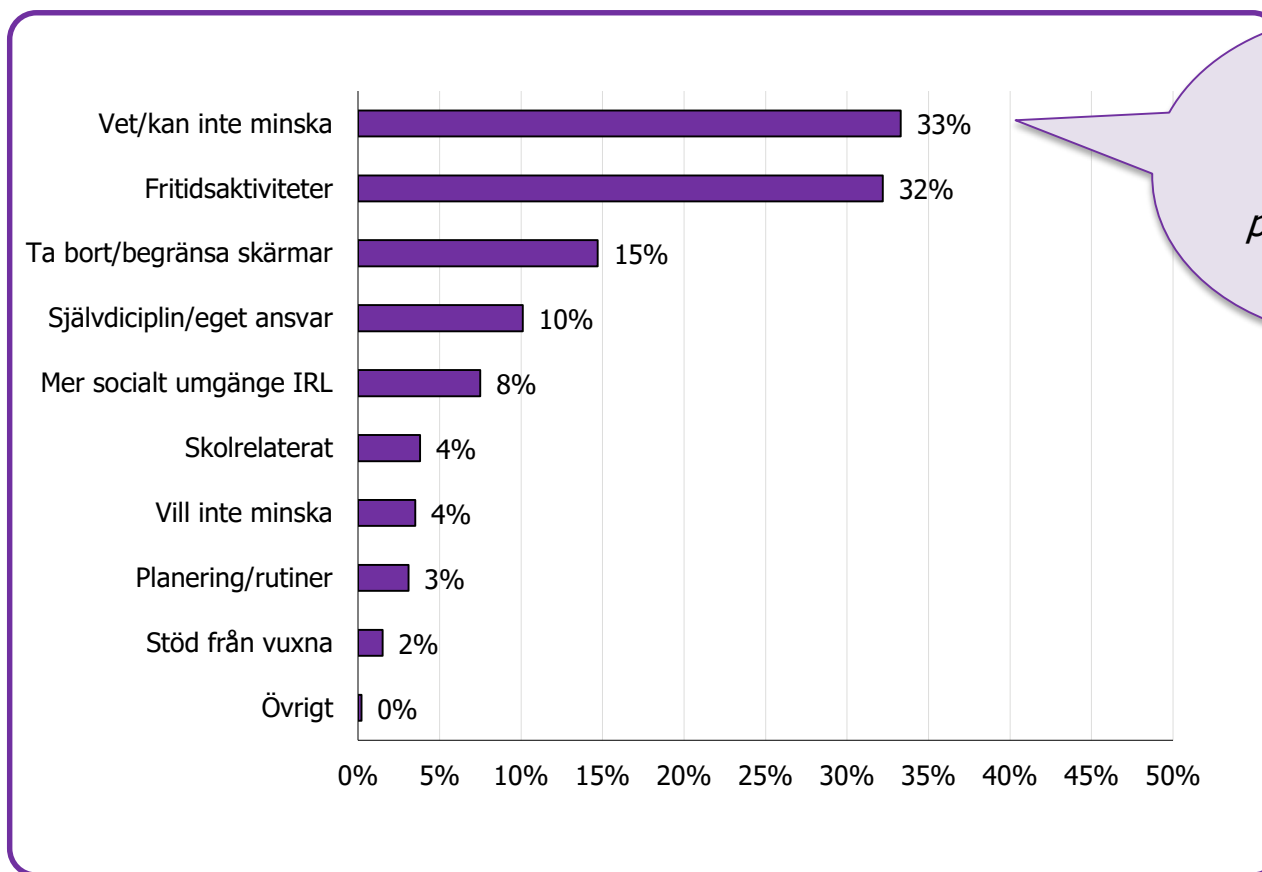
Fritextfråga: Negativ påverkan av skärmaktiviteter



"Det påverkar mig genom att jag inte gör något bättre för mig själv till exempel att göra läxor, städa mitt rum, allt viktigt."



Vad kan minska ungas skärmtid?



"Jag vet inte, det är liksom det som är problemet. Det är jobbigt."



**Minska stress
i skola och vardag**

**Stärka ungas
psykisk hälsa**

Förändra skolan

- Betygssystem
- Stöd av lärare

Ungdomars vision av en bättre framtid



**Bättre
bemötande
ungdomar
sinsemellan**

**Fler fysiska
mötesplatser
för unga**

**Mer stöd, regler
& förväntningar
från vuxna**

Hur stöttar vi skolor och kommuner att använda resultaten?



Om mig - spridning och användning

Region Östergötland

Kommun

- Boxholm
- Finspång
- Kinda
- Linköping
- Mjölby**
- Motala
- Norrköping
- Söderköping
- Vadstena
- Valdemarsvik
- Ydre
- Åtvidaberg
- Ödeshög
- Östergötland

År

- 2020
- 2021
- 2022**

Årskurs

- Grund + Gymn
- Grundskola åk 8**
- Gymnasieskola år 2

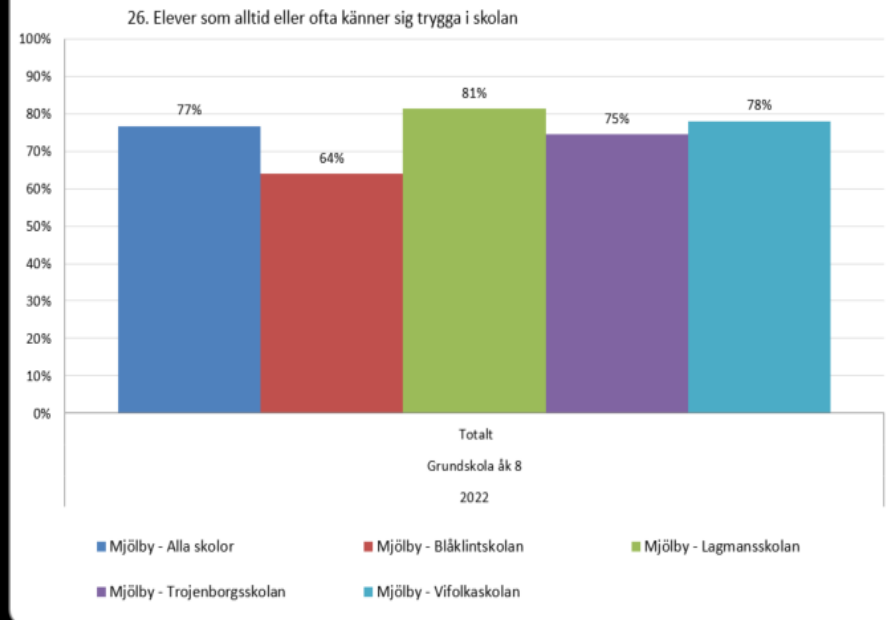
Kön

- Tjej
- Kille
- AK*
- Totalt**

*Annan könsidentitet

Skola

- Alla skolor
- Blåklintskolan**
- Lagmansskolan
- Trojenborgsskolan
- Vifolkaskolan
- Alléskolan
- Anders Ljungstedts gymnasium
- Arenaskolan
- Bergska Bildningen
- Bergska skolan
- Berzellusskolan



01. Elever som tycker att föräldrar/vårdnadshavare alltid eller ofta...
02. Elever som vill att föräldrar/vårdnadshavare ska veta mer om...
03. Elever som har minst en bra kompis
04. Elever som tycker att hälsan är bra eller mycket bra
05. Elever som har ont i huvudet nästan varje dag eller någon gång...
06. Elever som upplever oro/ångest nästan varje dag (2017-2021)
07. Elever som alltid eller ofta känner att de duger som de är
08. Elever som sover ganska eller mycket bra
09. Elever som äter skollunch varje dag
10. Elever som tycker att det skulle kännas lätt att vända sig till...
11. Elever som är fysiskt aktiva (ny 2021)
12. Elever som röker ibland eller varje dag
13. Elever som röker varje dag
14. Elever som tycker att det är okej att röka varje dag om man...
15. Elever som uppger att elever, personal eller andra röker på s...
16. Elever som snusar ibland eller varje dag
17. Elever som snusar varje dag
18. Elever som druckit alkohol flera gånger
20. Elever som druckit sig berusade en eller flera gånger
21. Elever som tycker att det är okej att dricka sig berusad om n...
22. Elever som använt narkotika en eller flera gånger
23. Elever som alltid eller ofta upplever arbetsro på lektionerna
24. Elever som alltid eller ofta upplever att det är bra stämning i...
25. Elever som alltid eller ofta upplever att de får stöd och hjälp
- 26. Elever som alltid eller ofta känner sig trygga i skolan**
27. Elever som ofta känner sig uttråkade i skolan
28. Elever som ofta känner sig glad i skolan
29. Elever som ofta känner sig stressad i skolan
32. Elever som har blivit mobbade av elever eller personal under...

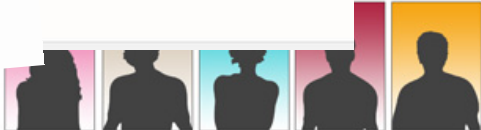
När: **ÅK 8 hjälper till med läxor/skolarbeten** 70%

Var: **tar sig tid att lyssna** 87%

Hur: **ställer upp vid problem** 91%

Ungdom: **ÅR 2 hjälper till med läxor/skolarbeten** 63%

tar sig tid att lyssna 85%



Hälsofrämjande arbete i skolan

Åtvidabergs grundskola – minimässor

- Hur kan ungdomar ta del av resultaten efteråt?
- Fyra frågeområden från skolans verksamhetsplan valdes ut: demokrati och påverkan, hälsa, sexualundervisning samt trygghet.
- Därefter anordnades en mässa dit alla elever i åk 8 blev inbjudna, en klass i taget.



Tack!



Mer info och resultat hittar ni på enkätens hemsida:

<https://vardgivarwebb.regionostergotland.se/ungdomsenkat/>

Kontakt med ungdomsenkätens regionala samordnare:

Hanna.henriksson@regionostergotland.se

