



ÍSLENSKA ÆSKULÝÐSRANNSÓKNIN

Samantekt á niðurstöðum grunnskólakönnunar í
Reykjavík

Vorönn 2026

Efnisyfirlit

Inngangur	1
Framkvæmd og þátttakendur	2
Lykiltölur	2
Menntun	2
Heilsa og vellíðan	5
Öryggi og vernd	7
Vímuefni	9
Þátttaka og félagsleg tengsl	10
Lífsgæði og félagsleg staða	12
Menntun	14
Færni og áhugi	14
Mikilvægt að leggja sig fram í námi	14
Líkar vel í skólanum	17
Skróp heilan dag	18
Líðan í skóla	23
Gaman í skólanum	23
Líðan í kennslustund	24
Líðan í frímínútum	26
Fullorðinn í skólanum sem gott er að tala við	27
Hávaði í kennslustofu	30
Útundan í skólanum	32
Þreyta í skólanum	34
Hlustað á hugmyndir nemenda	36
Heilsa og vellíðan	38
Lífsánægja	39
Líkamleg hreyfing	41
Depurð	48
Kvíði	50
Öryggi og vernd	54
Öryggi í hverfi/byggðarlagi	54
Öryggi á heimili	54
Ofbeldi og einelti	56
Slagsmál eða líkamsárás	56
Kynferðislegt ofbeldi/áreiti af hálfu fullorðins	57
Kynferðislegt ofbeldi af hálfu unglings	58
Reynsla af heimilisofbeldi	59
Einelti - þolandi	60
Einelti - gerandi	63
Einelti á netinu - þolandi	64
Skilin út undan í skólanum	65
Vímuefni	66

Áfengisnotkun	66
Drukkin um ævi	67
Kannabis um ævi	68
Spice um ævi	69
Rafrettur/Vape	71
Nikótínþúðar	72
Kynlíf og klám	73
Klámnotkun	73
Hafa stundað kynlíf	75
Samfélagsmiðlar	76
Samfélagsmiðlanotkun	76
Pátttaka og félagsleg tengsl	77
Vinátta	77
Eiga góða vini eða góðar vinkonur	77
Einmanaleiki	83
Íþróttir og tómstundir	85
Íþróttir	85
Reglulegar íþróttir	86
Listnám eða listastarf	87
Reglulegt listnám eða listastarf	88
Ungmennaráð og réttindaráð	90
Lífsgæði og félagsleg staða	92
Meta fjárhagsstöðu heimilis góða	94
Vinna með skóla	95
Aðstoð við heimanám	96
Stuðningur frá fjölskyldu	99
Gera skemmtilega hluti með foreldrum	102
Samskipti við foreldra	105
Matur með fjölskyldu	106
Íslenska aðaltungumál á heimili	107



Inngangur

Íslenska æskulýðsrannsóknin (ÍÆ) er rannsókn sem Menntavísindasvið Háskóla Íslands framkvæmir fyrir mennta- og barnamálaráðuneytið á grundvelli 12. gr. æskulýðslaga nr. 70/2007. Markmið rannsóknarinnar er að safna gögnum um upplifun barna og ungmenna af ýmsum þáttum sem tengjast þeirra eigin velferð. Niðurstöður á hverjum tíma skulu nýtast til þess að meta hvar helst þurfi að bregðast við og setja inn stuðningi við börn og fjölskyldur þeirra eins og kveðið er á um í löggjöf um samþætta þjónustu í þágu farsældar barna nr. 86/2021.

Vorið 2026 var spurningalisti ÍÆ lagður fyrir í 4.-10. bekk grunnskóla en helmingur nemenda í 6., 8. og 10. bekk var slembivalinn til þess að svara spurningalistakönnun HBSC (Health Behaviour in School-aged Children). Sú fjölþjóðarannsókn er unnin í samstarfi við Alþjóðaheilbrigðisstofnunina (WHO) og hefur verið lögð fyrir hér á landi á fjögurra ára fresti frá 2006. Niðurstöður úr HBSC könnuninni gefa því tækifæri til þess að bera saman niðurstöður mælinga bæði yfir tíma og á milli landa.

Í þessari skýrslu hafa verið teknar saman meginniðurstöður fyrir ykkar sveitarfélag með samanburði við landsniðurstöður. Einnig er þar að finna lykiltölublöð með helstu niðurstöðum sveitarfélagsins í hverri af fimm farsældarstöðunum: Menntun; Heilsa og vellíðan; Þátttaka og félagsleg tengsl; Lífsgæði og félagsleg staða; Öryggi og vernd.

Við minnum á að þrátt fyrir að nú hafi elsti árgangur grunnskólans útskrifast í ykkar sveitarfélagi, þá er það heildarmynstrið í skýrslunni sem gott er að horfa til. Til að mynda hvernig er líðan nemenda í grunnskólunum og kennslustundum, hver eru viðhorf nemenda til námsins, hvernig meta nemendur heilsu sína og hversu mikið hreyfa þeir sig, hversu margir taka þátt í íþróttum og öðrum tómstundum og síðast en ekki síst hvernig hafa lykilþættir farsældar þróast yfir tíma í ykkar sveitarfélagi.

Aðstandendur ÍÆ vilja þakka sveitarfélaginu fyrir að veita skólum sínum leyfi til að taka þátt í könnuninni.

Með bestu kveðjum,

Ragný Þóra Guðjohnsen, faglegur stjórnandi ÍÆ og dósent við Háskóla Íslands

Hans Haraldsson, verkefnisstjóri hjá Menntavísindasviði Háskóla Íslands

Unnar Geirdal Arason, verkefnisstjóri hjá Menntavísindasviði Háskóla Íslands

Gunnhildur Steinarsdóttir, verkefnisstjóri hjá Menntavísindasviði Háskóla Íslands



Framkvæmd og þátttakendur

Niðurstöður sem hér eru sýndar eru úr grunnskólakönnun Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar (ÍÆ) vorið 2026.

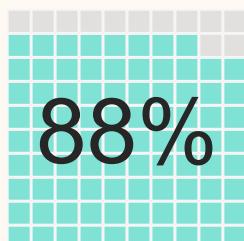
Grunnskólakönnun vorið 2026 fór fram á tímabilinu 3. febrúar til 27. maí 2026. Voru allir starfandi grunnskólar á landinu beðnir um að taka þátt og urðu 152 skólar við beiðninni. Könnunin var lögð fyrir í 4.-10. bekk. Í töflunum hér fyrir neðan má sjá fjölda svarenda eftir kyni og bekk. Þátttakendur í Reykjavík voru 8542. Á öllu landinu tóku 23881 í 4.-10. bekk þátt í könnuninni.

Þátttakendum og framkvæmd er lýst nánar í aðalskýrslu.

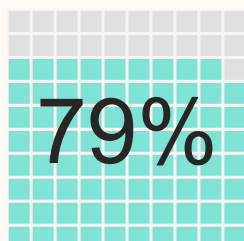
MENNTUN

4. og 5. bekkur

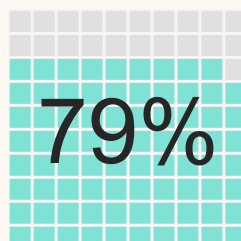
Telja mikilvægt
að leggja sig
fram í námi



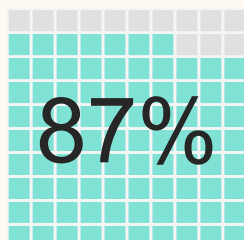
Finnst gaman í
skólanum



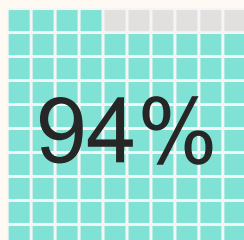
Finnst gaman að
lesa í frítíma



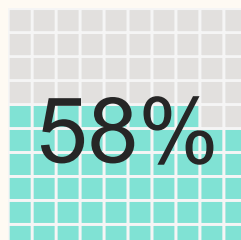
Líður vel í
kennslustundum



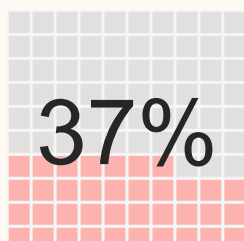
Líður vel í
frímínútum



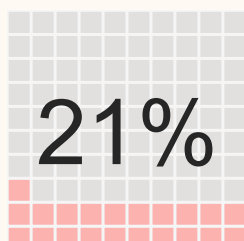
Geta leitað til
fullorðins í
skólanum



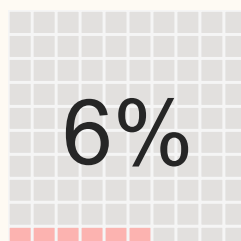
Oft truflandi
hávaði í
kennslustund



Oft þreytt í
skólanum



Oft skilin
útundan í
skólanum



MENNTUN

6.-10.bekkur

Mikilvægt að
leggja sig fram
við námið

92%

Líkar vel í
skólanum

87%

Líður vel í
kennslustundum

90%

Geta leitað til
fullorðins í
skólanum

43%

Lesi sér til
ánægju vikulega
eða oftar

51%

Finnst tekið
mark á
hugmyndum
nemenda

57%



Oft þreytt í
skólanum

29%

Upplifa mikið
álag vegna
námsins

14%

Upplifa sig
útundan í
skólanum

14%

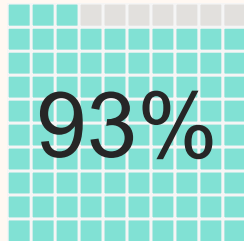
Hafa skrópað
síðastliðnar
tvær vikur

10%

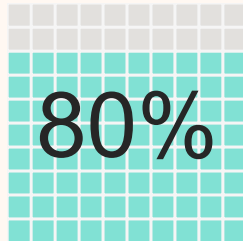
HEILSA OG VELLÍÐAN

4. og 5. bekkur

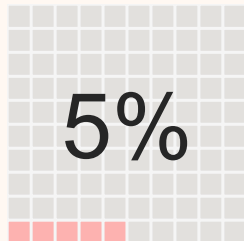
Eru ánægð með lífið



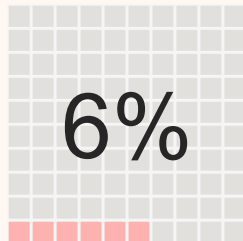
Hreyfa sig mikið



Tíð líkamleg óþægindi



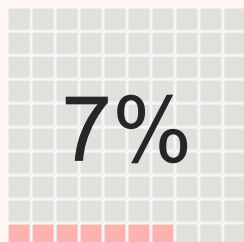
Tíð andleg vanlíðan



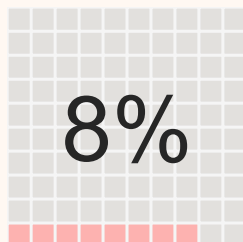
Upplifa að minnsta kosti tvö einkenni oft.



Finna oft fyrir depurð



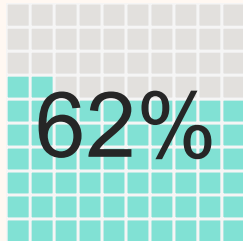
Finna oft fyrir kvíða



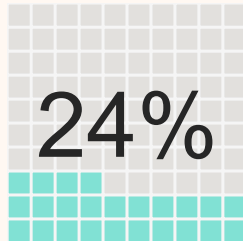
HEILSA OG VELLÍÐAN

6.-10.bekkur

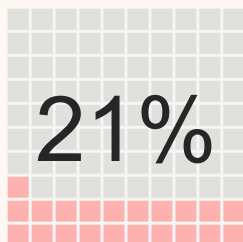
Eru ánægð með lífið



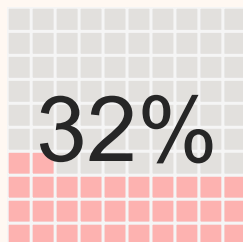
Hreyfa sig 60 mínútur á dag



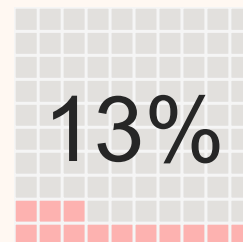
Tíð líkamleg óþægindi



Tíð andleg vanlíðan



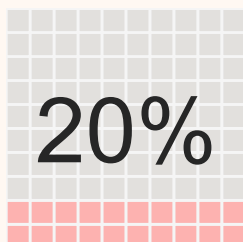
Hafa stundað sjálfsskaða



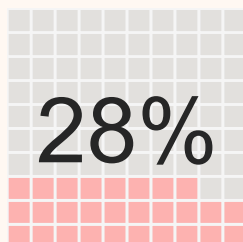
Upplifa að minnsta kosti tvö einkenni oftar en einu sinni í viku

Aðeins spurt í 10. bekk

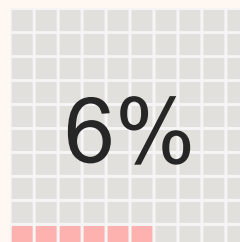
Depurð oftar en einu sinni í viku



Kvíði oftar en einu sinni í viku



Orkudrykkir 5 sinnum í viku eða oftar



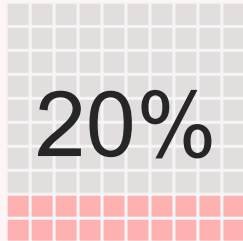
6., 8. og 10. bekkur



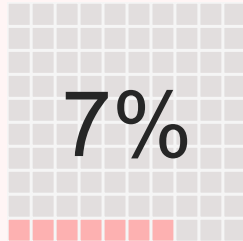
ÖRYGGI OG VERND

4. og 5. bekkur

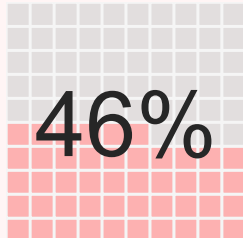
Orðið fyrir
einelti



Orðið fyrir
einelti á
netinu



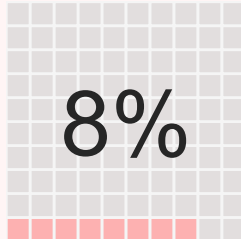
Nota
samfélagsmiðla
oft



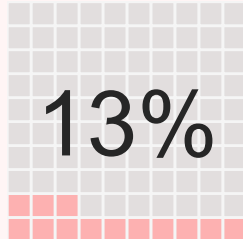
ÖRYGGI OG VERND

6.-10.bekkur

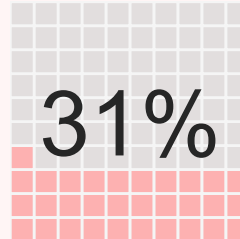
Orðið fyrir
einelti



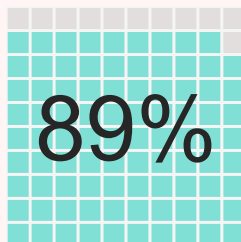
Hafa tekið þátt
í einelti



Lent í
slagsmálum eða
orðið fyrir
líkamsárás

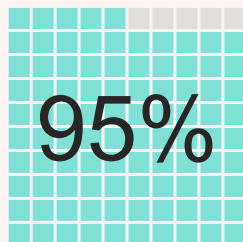


Örugg í sínu
hverfi



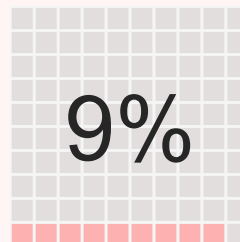
7.-10. bekkur

Örugg á eigin
heimili



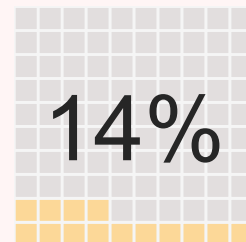
7.-10. bekkur

Horfa á klám
vikulega eða
oftar



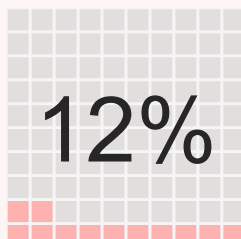
9. og 10. bekkur

Kynferislega
virk



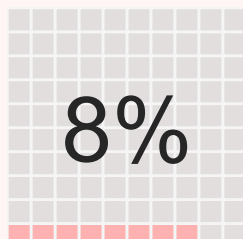
9. og 10. bekkur

Reynsla af
heimilisofbeldi



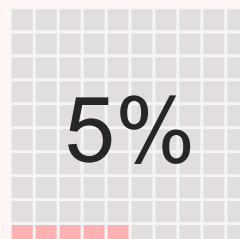
8.-10. bekkur

Kynferðislegt
ofbeldi/áreiti
af hálfu
fullorðins



8.-10. bekkur

Kynferðislegt
ofbeldi af
hálfu unglings



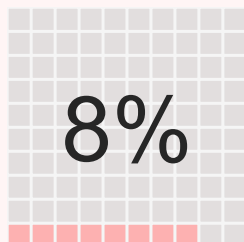
8.-10. bekkur



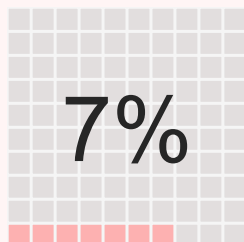
VÍMUEFNI

9. og 10. bekkur

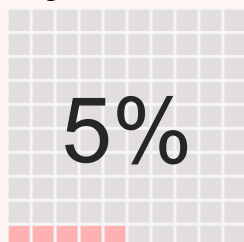
Áfengi
undanfarna 30
daga



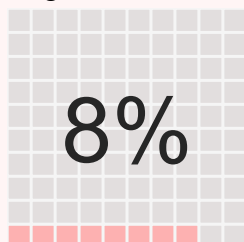
Drukkin um ævi



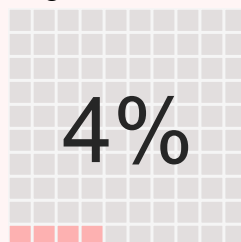
Nikótínþúðar
undanfarna 30
daga



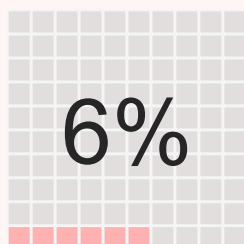
Rafrettur
undanfarna 30
daga



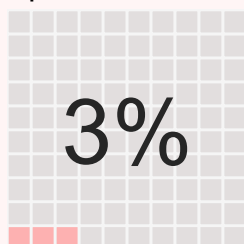
Sígarettur
undanfarna 30
daga



Kannabis um ævi



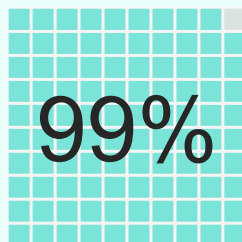
Spice um ævi



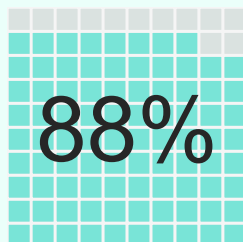
ÞÁTTAKA OG FÉLAGSLEG TENGSL

4. og 5. bekkur

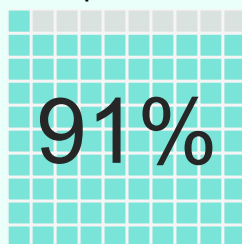
Eiga einn eða
fleiri góða
vini



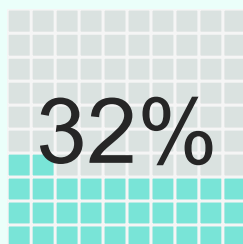
Finnst gaman að
þjóða vinum
heim



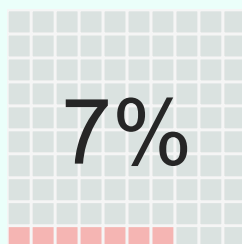
Stunda eina eða
fleiri íþróttir



Stunda listnám



Oft einmana



ÞÁTTTAKA OG FÉLAGSLEG TENGSL

6.-10.bekkur

Eiga einn eða fleiri góða vini

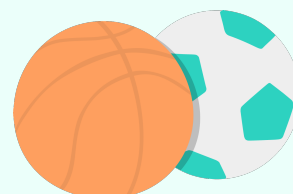
98%

Eiga auðvelt með að eignast nýja vini

77%

Gaman að bjóða vinum heim

73%



Sækja félagsmiðstöð reglulega

36%

Taka þátt í nemendaráðum eða öðrum ráðum

25%



Eru í reglulegum íþróttum

65%

Stunda reglulegt listnám

20%

Oft einmana

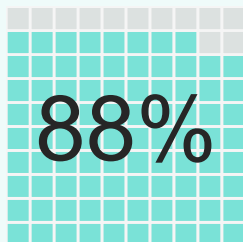
11%



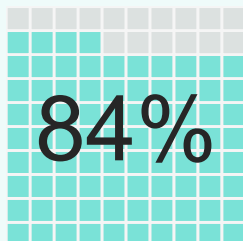
LÍFSGÆÐI OG FÉLAGSLEG STAÐA

4. og 5. bekkur

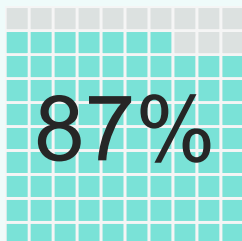
Fá aðstoð við
heimanám



Geta talað við
foreldra sína
um áhyggjur



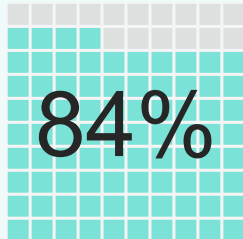
Gera
skemmtilega
hluti með
foreldrum



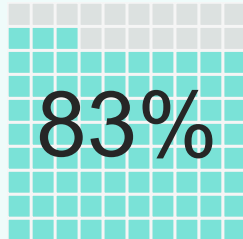
LÍFSGÆÐI OG FÉLAGSLEG STAÐA

6.-10.bekkur

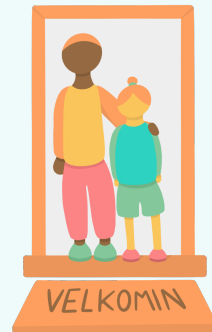
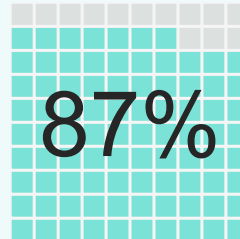
Upplifa
fjárhagsstöðu
heimilis góða



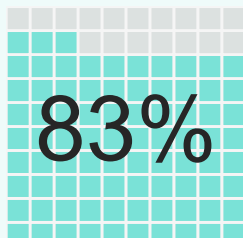
Geta fengið
aðstoð við
heimanám



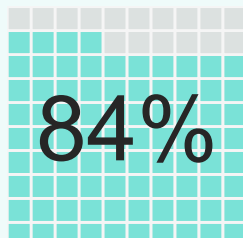
Með góða
aðstöðu til
náms heima



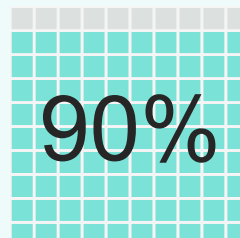
Gera
skemmtilega
hluti með
foreldrum



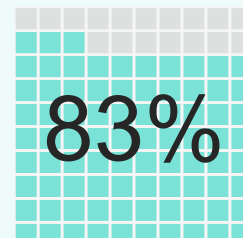
Auðvelt með að
tala við að
minnsta kosti
annað foreldri



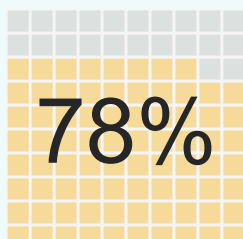
Upplifa
stuðning
fjölskyldu



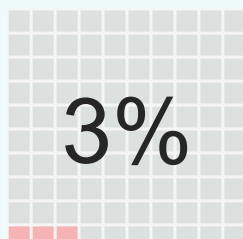
Borða oftast
kvöldmat með
fjölskyldu



Íslenska
aðaltungumál á
heimili



Unnu 10 tíma
eða meira með
skóla
síðastliðna
viku



8.-10. bekkur



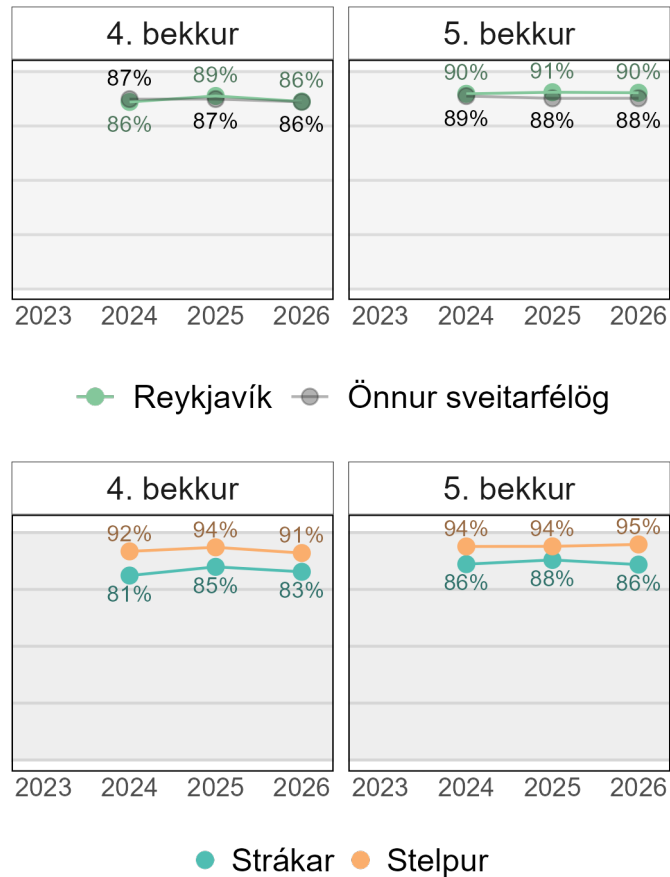


Færni og áhugi

Mikilvægt að leggja sig fram í námi

Spurning: „Finnst þér mikilvægt að leggja þig fram í skólanum?“

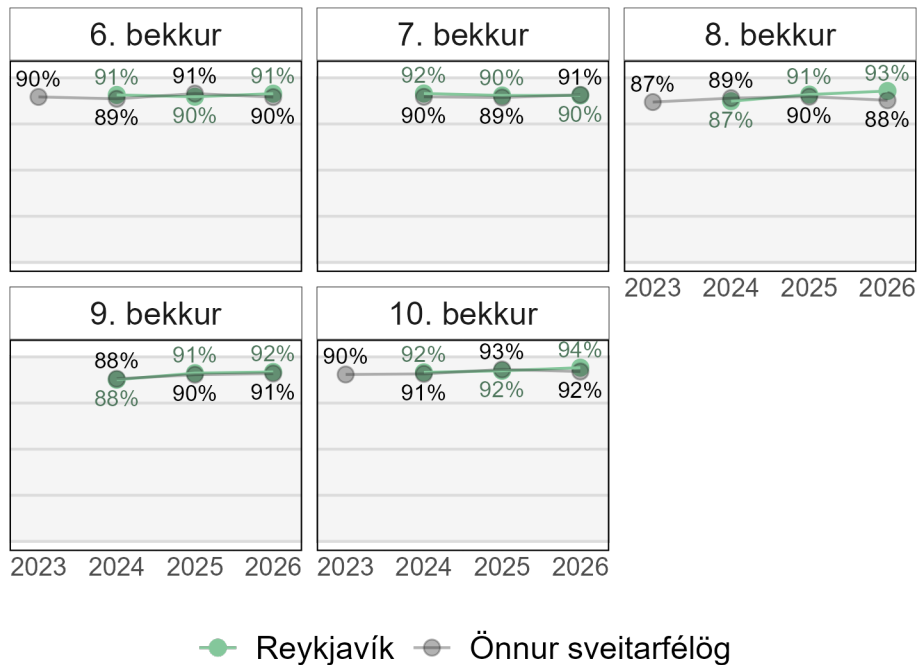
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög mikilvægt“ eða „Frekar mikilvægt“





Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ert þú þessari staðhæfingu? Það er mikilvægt að leggja sig fram við námið.“

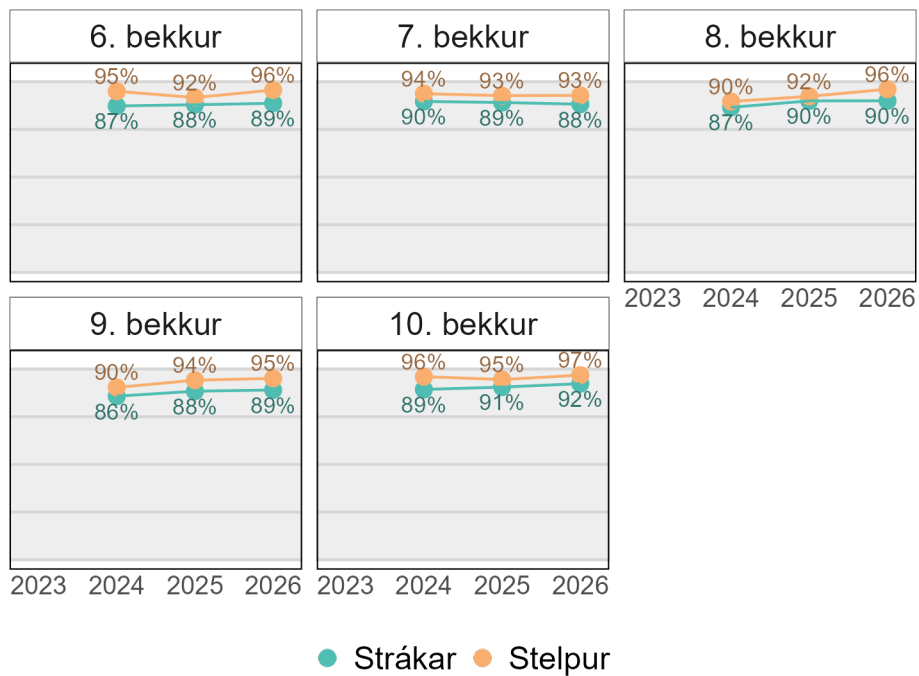
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“





Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ert þú þessari staðhæfingu? Það er mikilvægt að leggja sig fram við námið.“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“



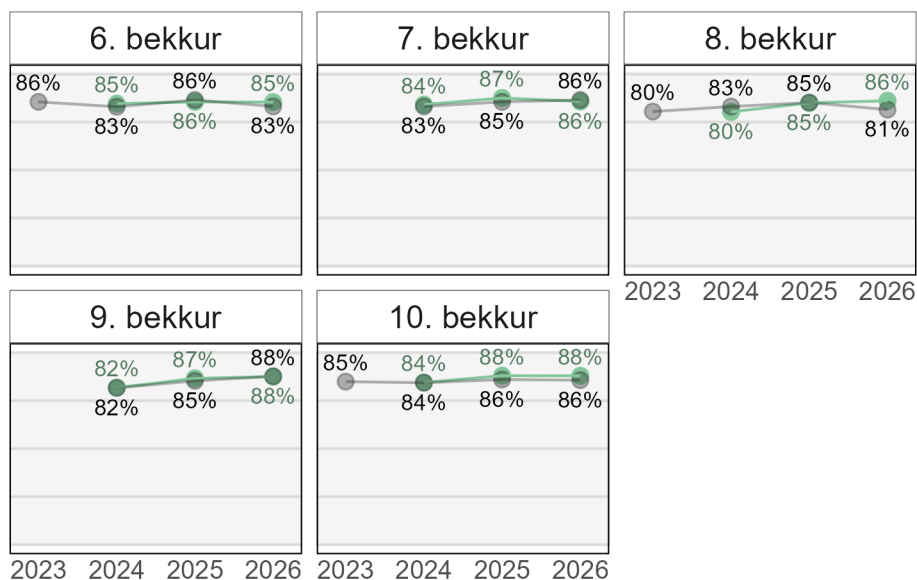
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



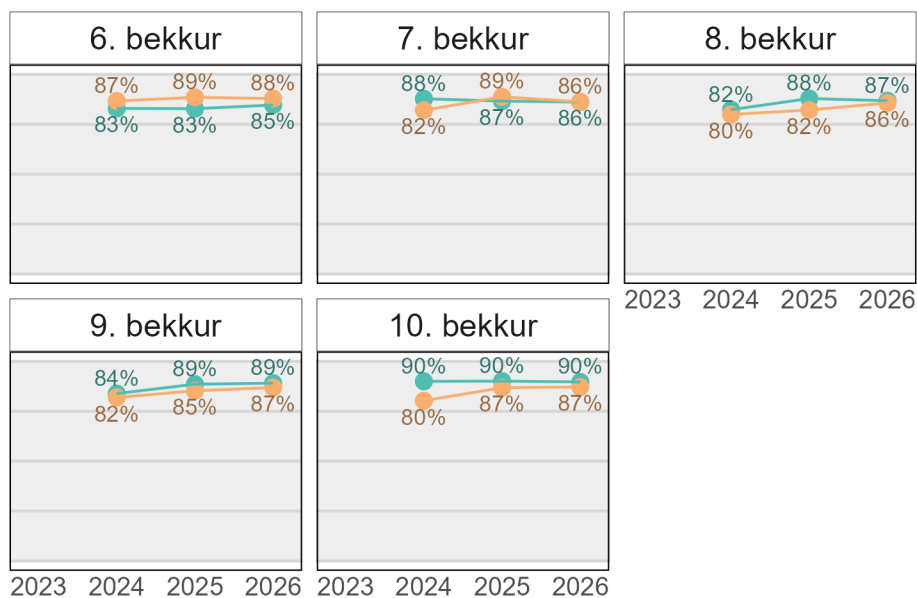
Líkar vel í skólanum

Spurning: „Hvernig líkar þér í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mér líkar mjög vel í skólanum“ eða „Mér líkar þokkalega í skólanum“



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög



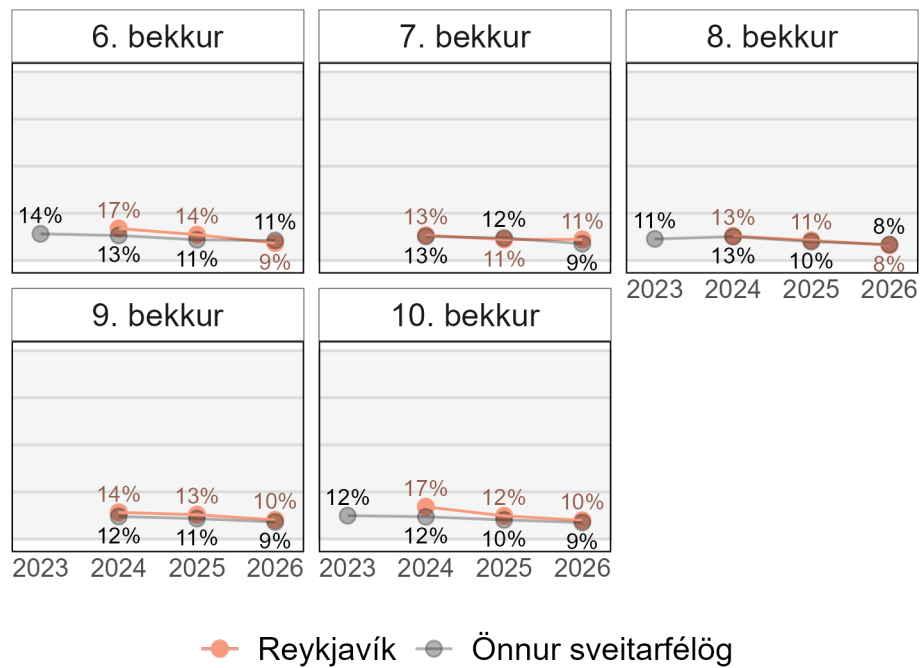
● Strákar ● Stelpur



Skróp heilan dag

Spurning: „Undanfarnar 2 vikur, hversu oft hefur þú... Skrópað heilan dag?“

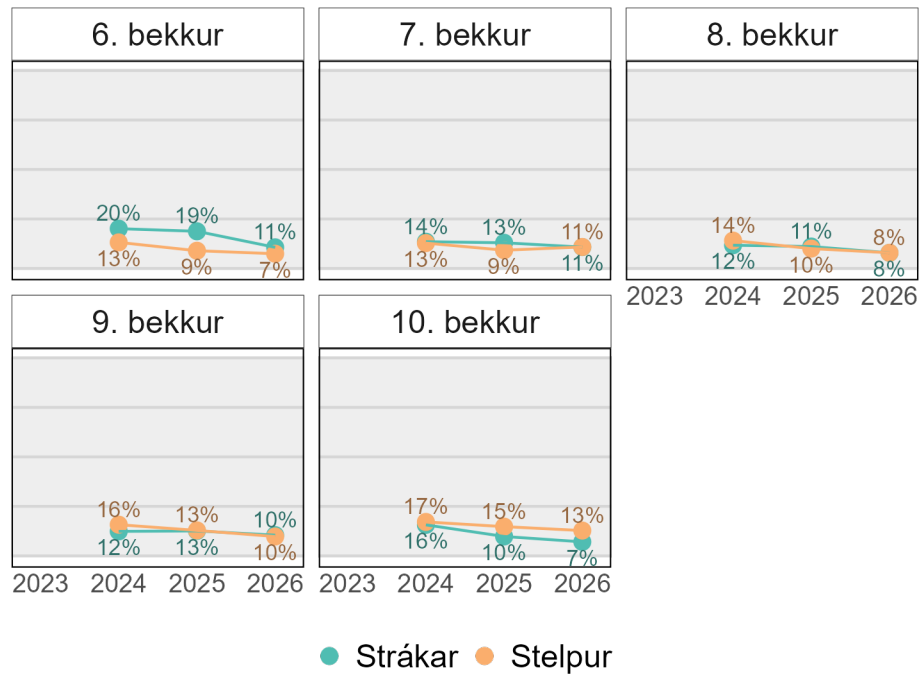
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Einu sinni“, „Tvisvar eða þrisvar“ eða „Oftar en þrisvar“





Spurning: „Undanfarnar 2 vikur, hversu oft hefur þú... Skrópað heilan dag?“

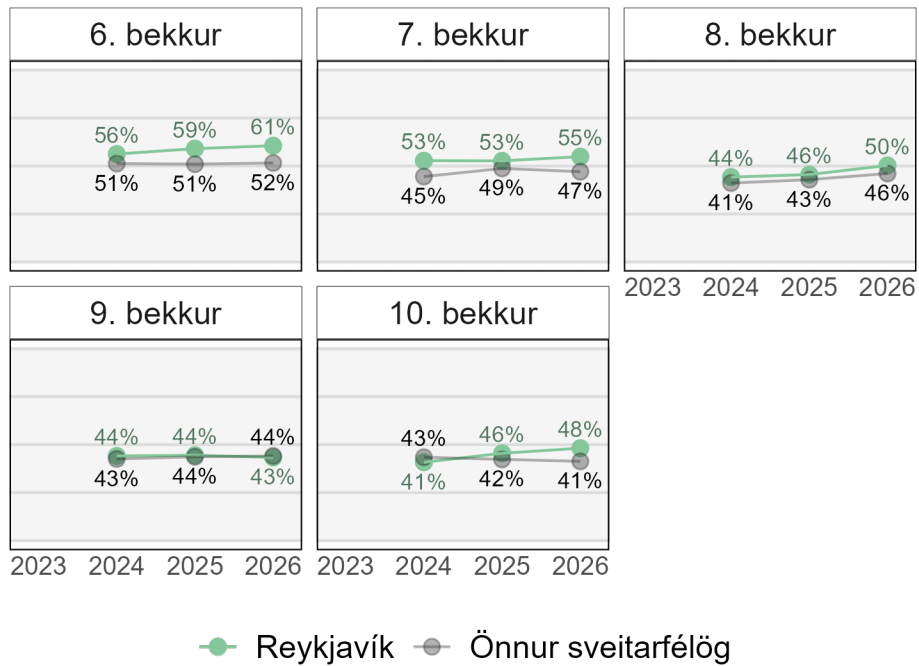
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Einu sinni“ „Tvisvar eða þrisvar“ eða „Oftar en þrisvar“



Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta

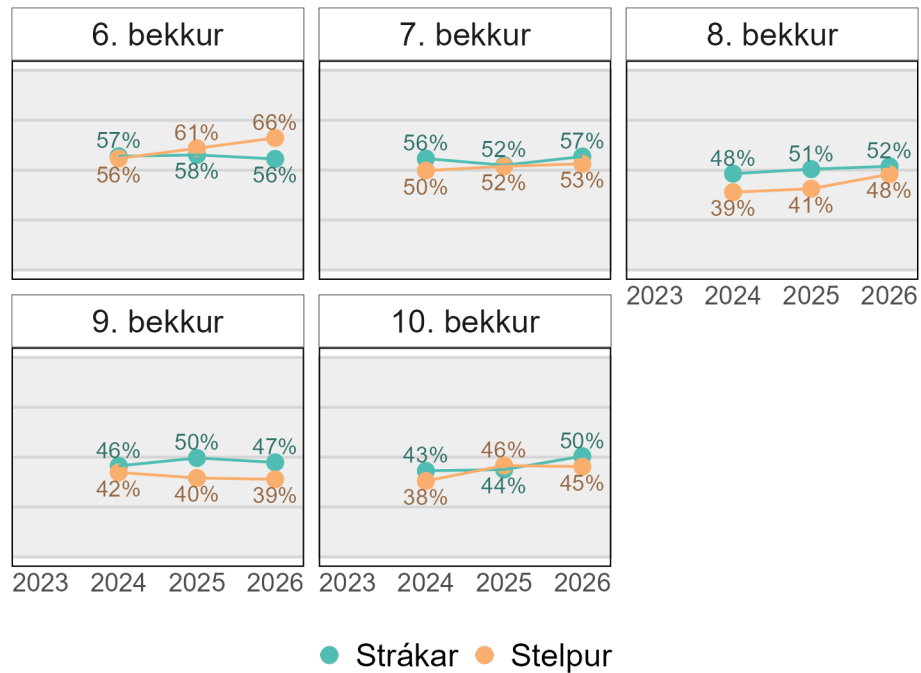


Hlutfall svarenda sem segist lesa skáldsögur, fræðslubækur, fréttamiðla eða fræðsluefni á netinu í frítíma vikulega eða oftar





Hlutfall svarenda sem segist lesa skáldsögur, fræðslubækur, fréttamiðla eða fræðsluefni á netinu í frítíma vikulega eða oftar

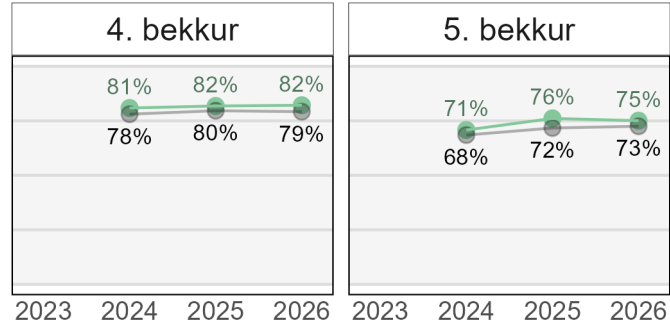


Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta

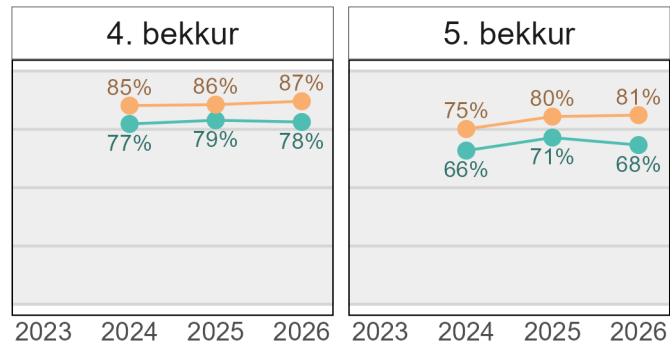


Spurning: „Hvað finnst þér um að lesa eitthvað sem þú velur sjálf(ur) í frítíma þínum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög skemmtilegt“ eða „Frekar skemmtilegt“



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög



● Strákar ● Stelpur

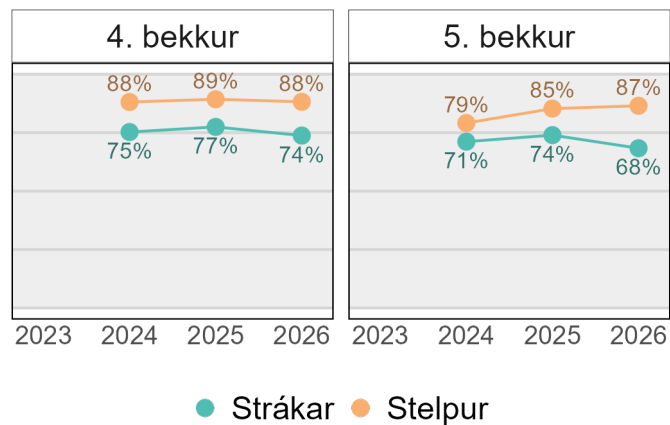
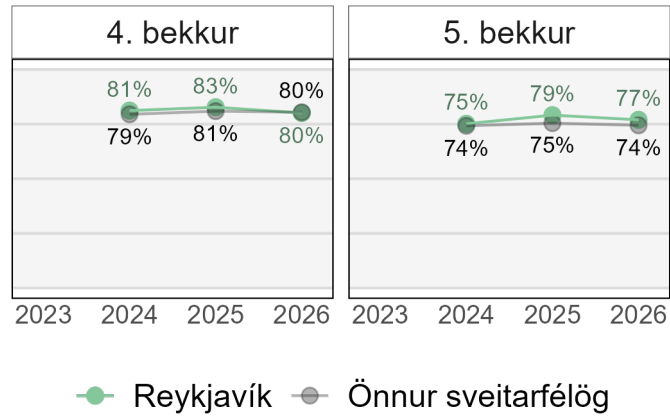


Líðan í skóla

Gaman í skólanum

Spurning: „Finnst þér gaman í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög gaman“ eða „Frekar gaman“

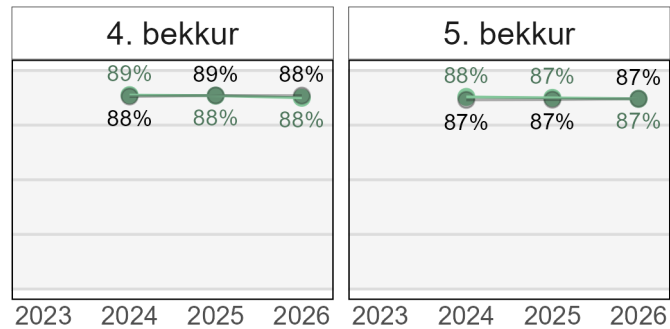




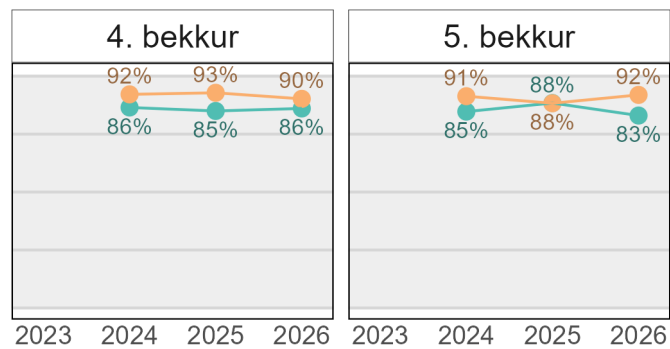
Líðan í kennslustund

Spurning: „Hvernig líður þér í kennslustundum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög vel“ eða „Frekar vel“



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög

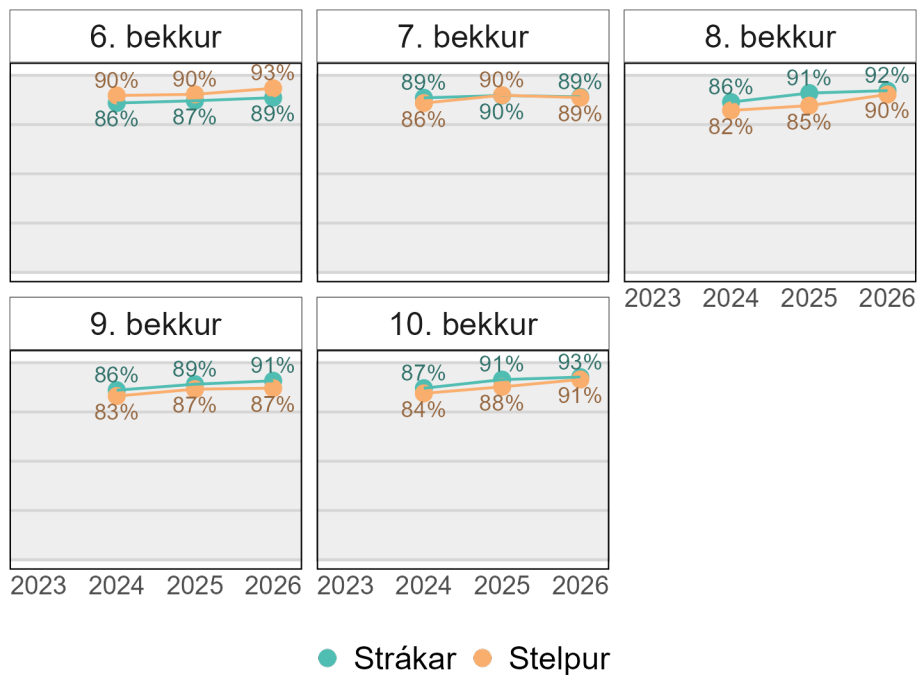
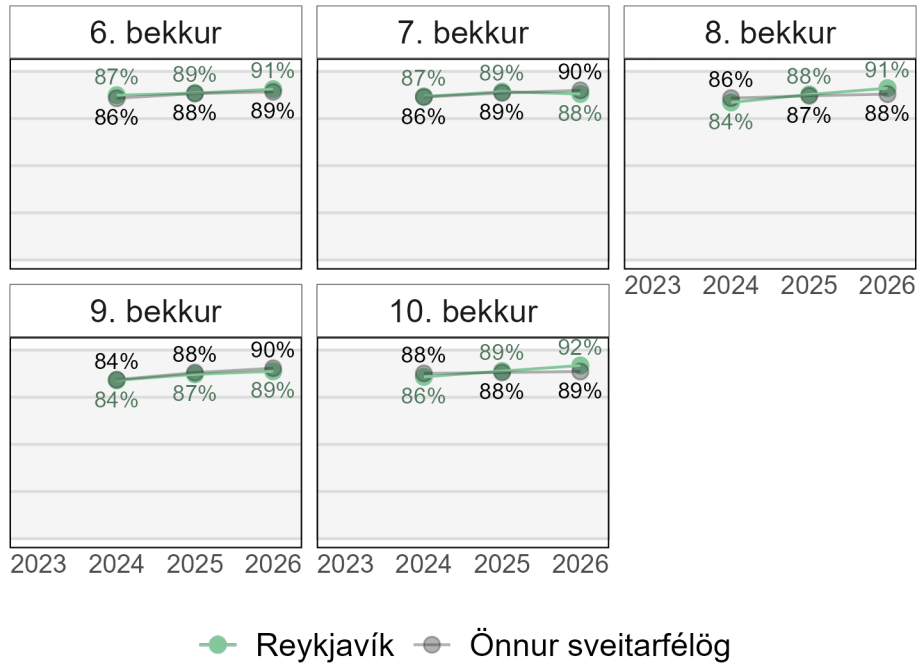


● Strákar ● Stelpur



Spurning: „Hvernig líður þér í kennslustundum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög vel“ eða „Frekar vel“



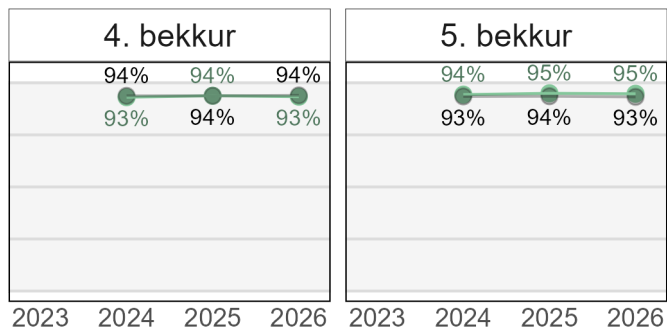
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



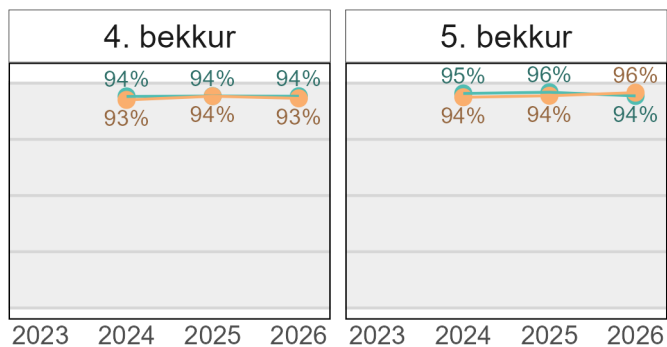
Líðan í frímínútum

Spurning: „Hvernig líður þér í frímínútum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög vel“ eða „Frekar vel“



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög



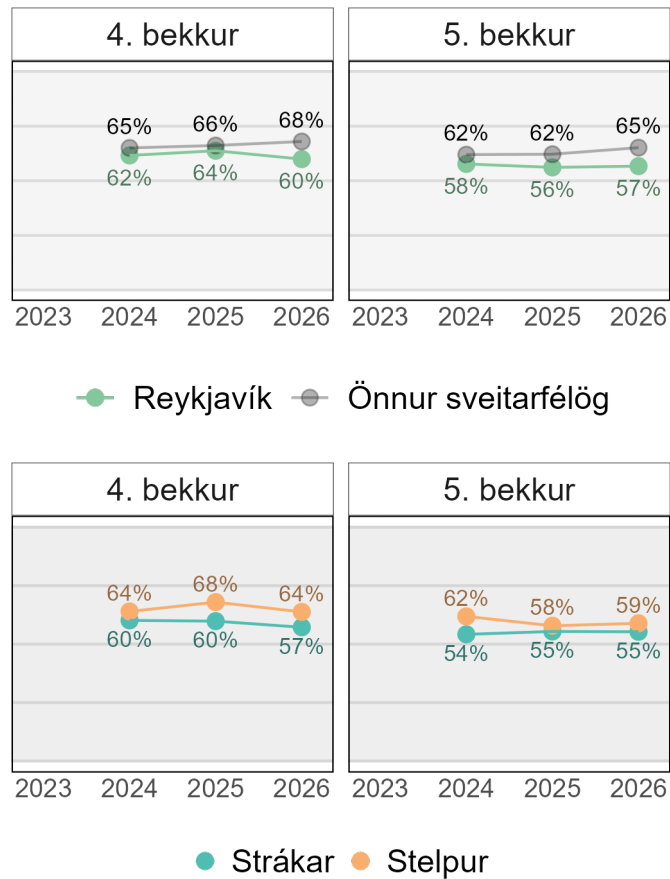
● Strákar ● Stelpur



Fullorðinn í skólanum sem gott er að tala við

Spurning: „Er einhver fullorðinn í skólanum sem þú getur talað við þegar þú hefur áhyggjur eða líður illa?“

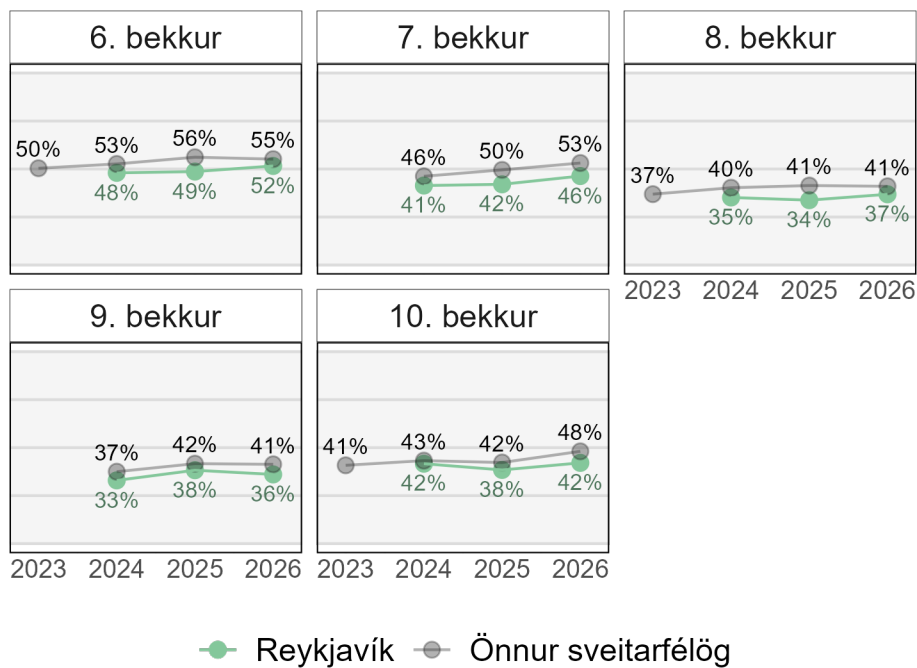
Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Já“





Spurning: „Er einhver fullorðinn starfsmaður í skólanum sem þér finnst gott að tala við þegar þú hefur áhyggjur eða líður illa? (t.d. kennari, deildarstjóri, námsráðgjafi, gangavörður, skólahjúkrunarfræðingur)“

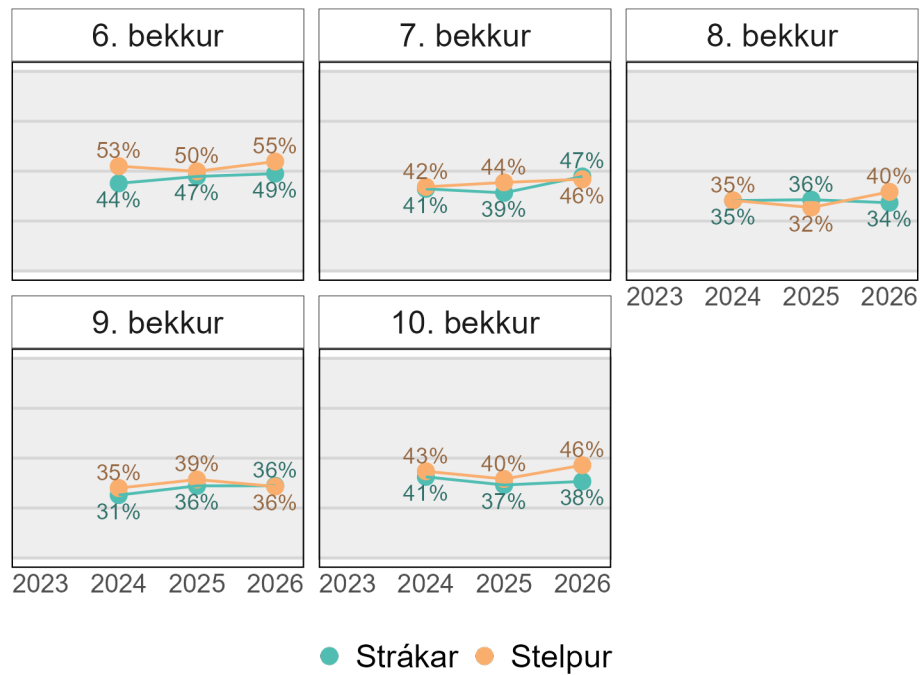
Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Já“





Spurning: „Er einhver fullorðinn starfsmaður í skólanum sem þér finnst gott að tala við þegar þú hefur áhyggjur eða líður illa? (t.d. kennari, deildarstjóri, námsráðgjafi, gangavörður, skólahjúkrunarfræðingur)“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Já“



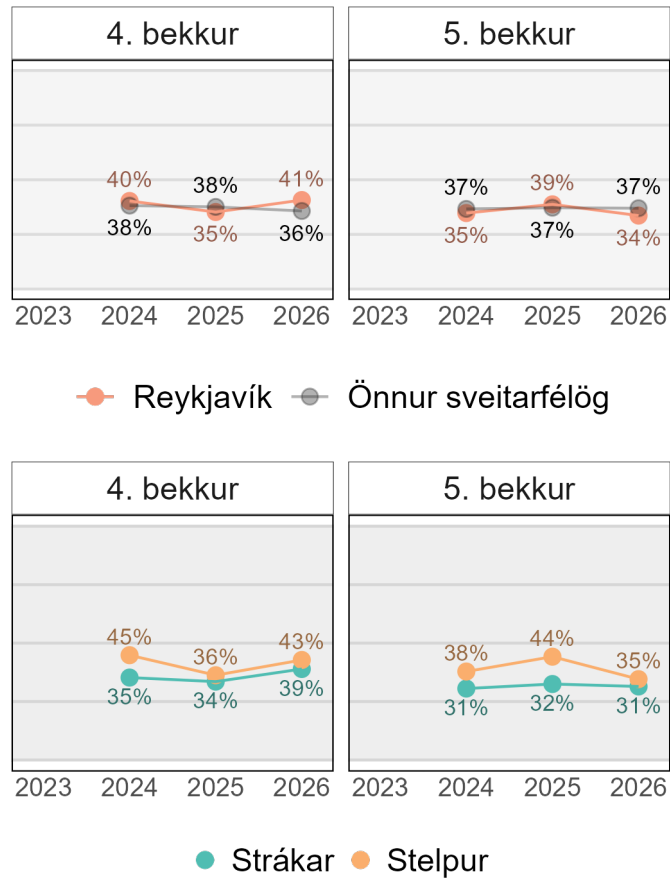
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Hávaði í kennslustofu

Spurning: „Hversu oft finnst þér vera truflandi hávaði í kennslustofunni?“

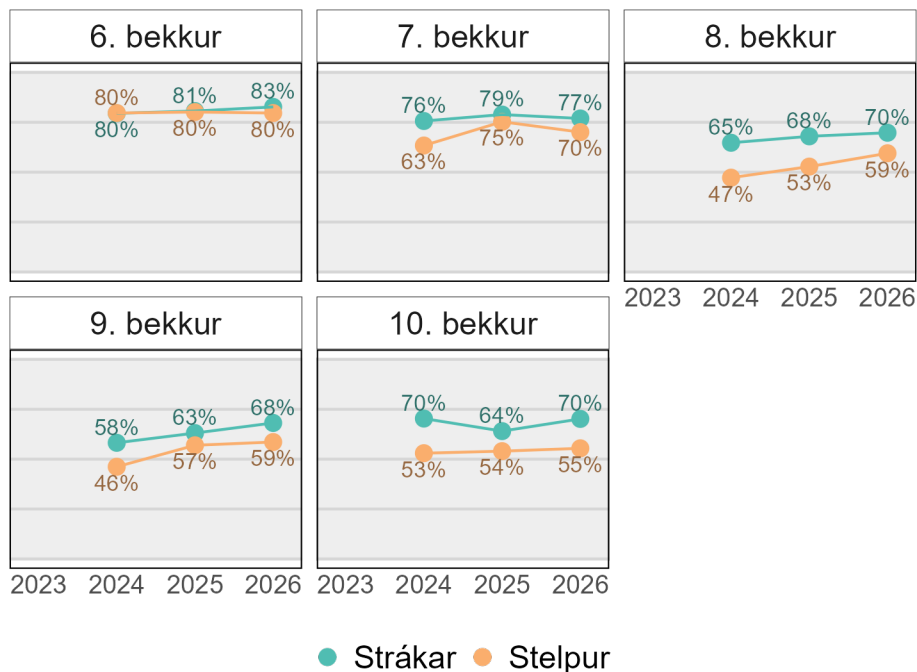
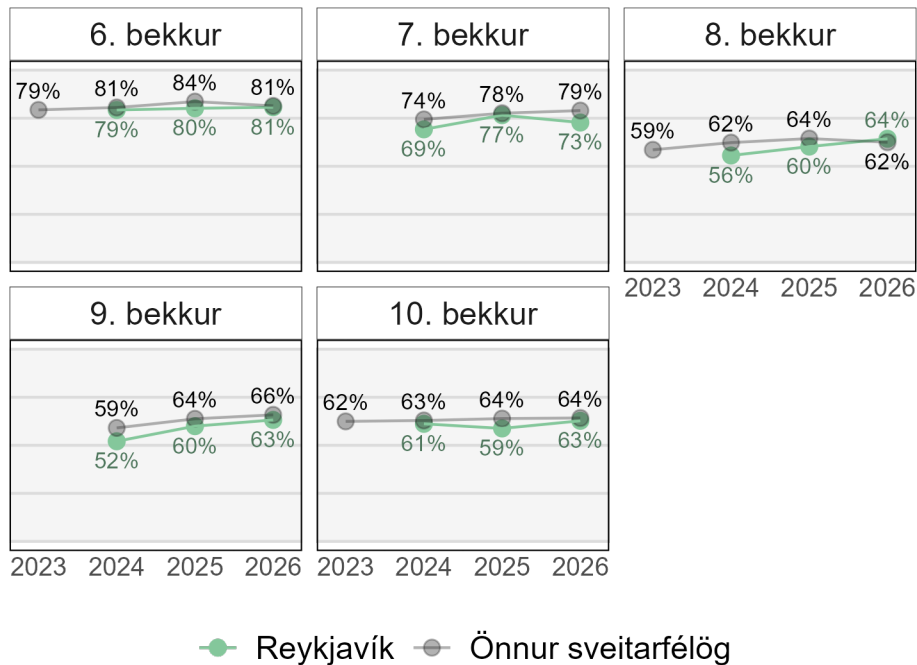
Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ert þú þessari staðhæfingu? Ég treysti kennurunum mínum“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“

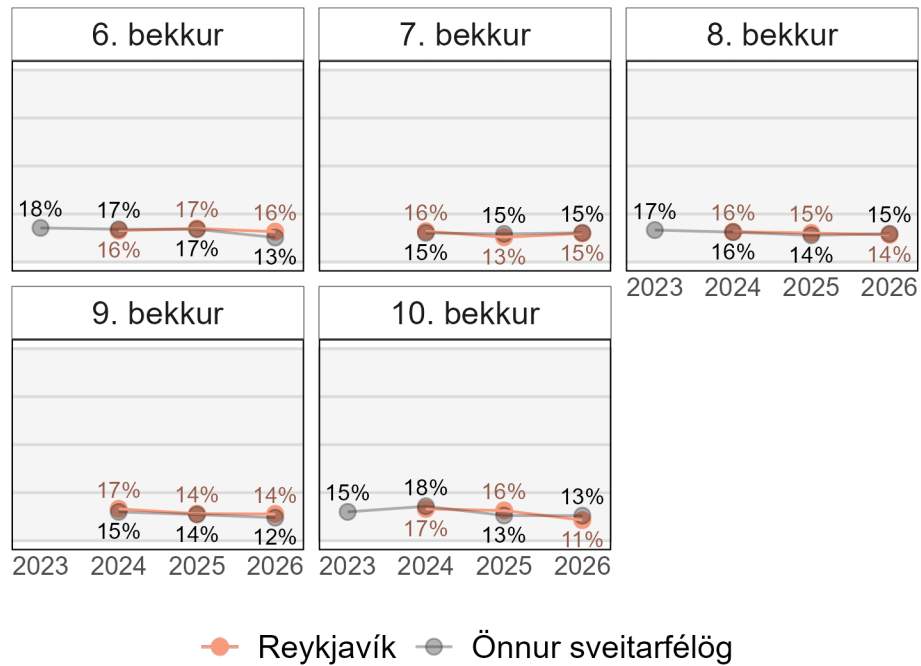




Útundan í skólanum

Spurning: „Ef þú hugsar um skólann þinn: Að hve miklu leyti ertu sammála eða ósammála eftirfarandi staðhæfingu? Mér finnst ég vera utangarðs (eða skilin(n) útundan) í skólanum“

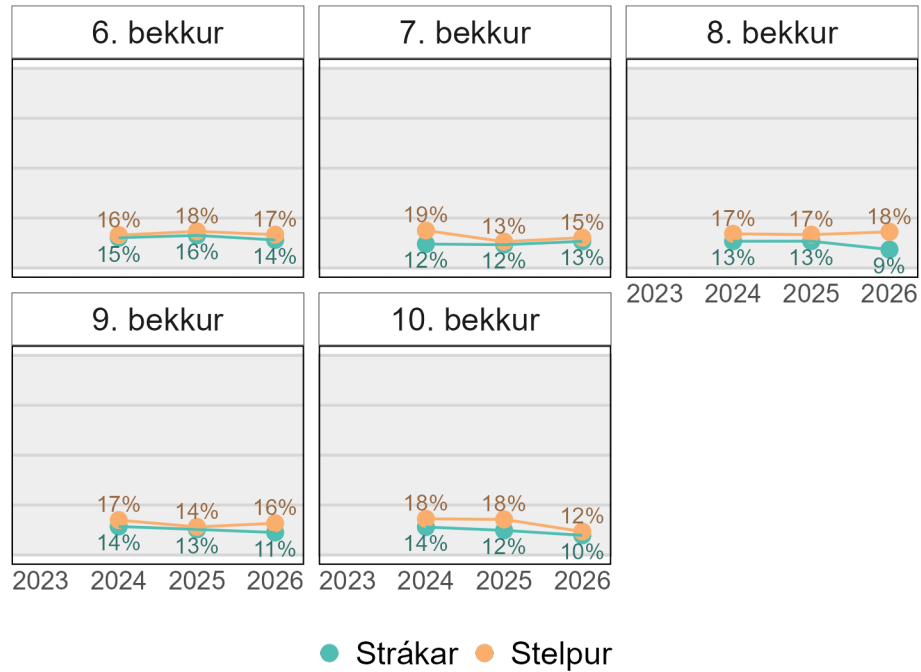
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“





Spurning: „Ef þú hugsar um skólann þinn: Að hve miklu leyti ertu sammála eða ósammála eftirfarandi staðhæfingu? Mér finnst ég vera utangarðs (eða skilin(n) útundan) í skólanum“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“



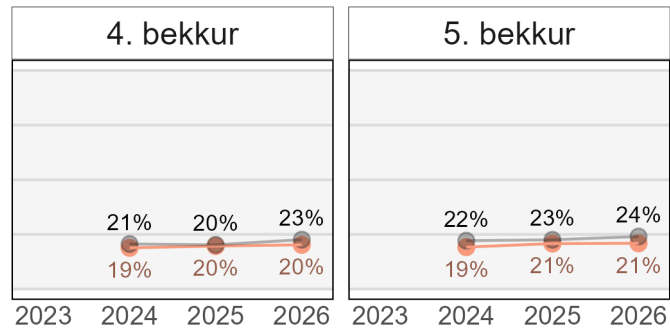
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



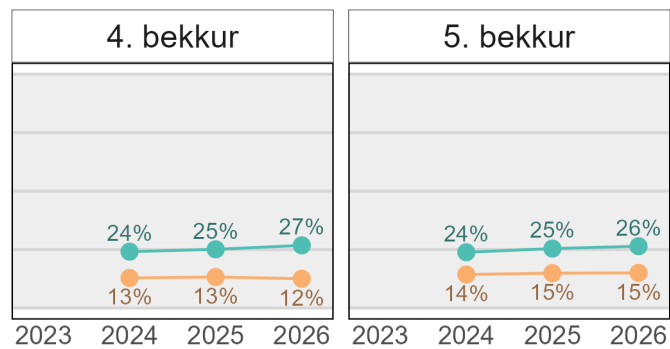
Preyta í skólanum

Spurning: „Finnst þér þú vera þreytt(ur) í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“



—●— Reykjavík —●— Önnur sveitarfélög

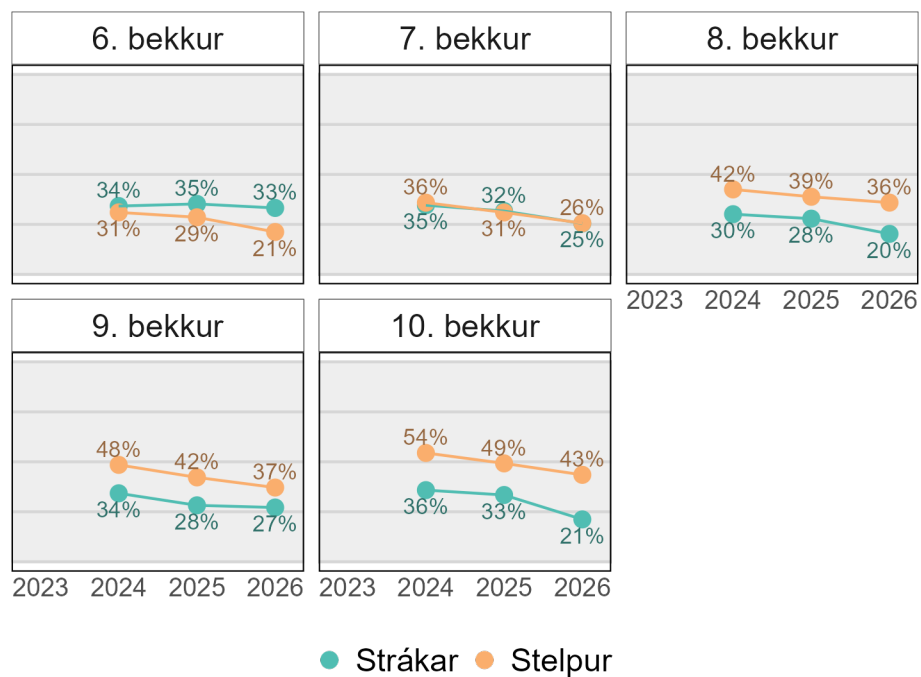
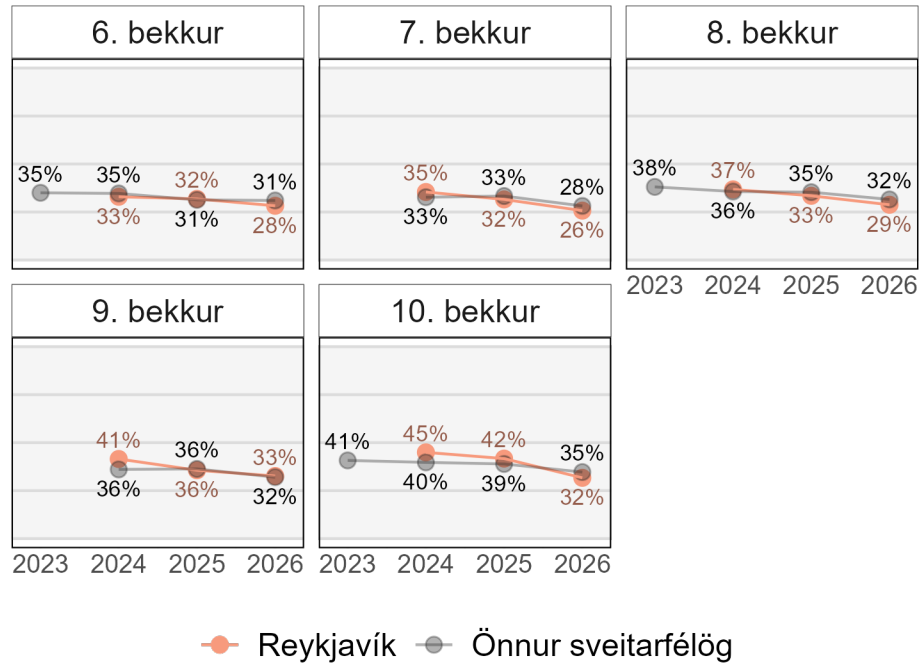


—●— Strákar —●— Stelpur



Spurning: „Hve oft finnst þér þú vera þreytt(ur) í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Næstum alla skóladaga“ eða „Flesta skóladaga“



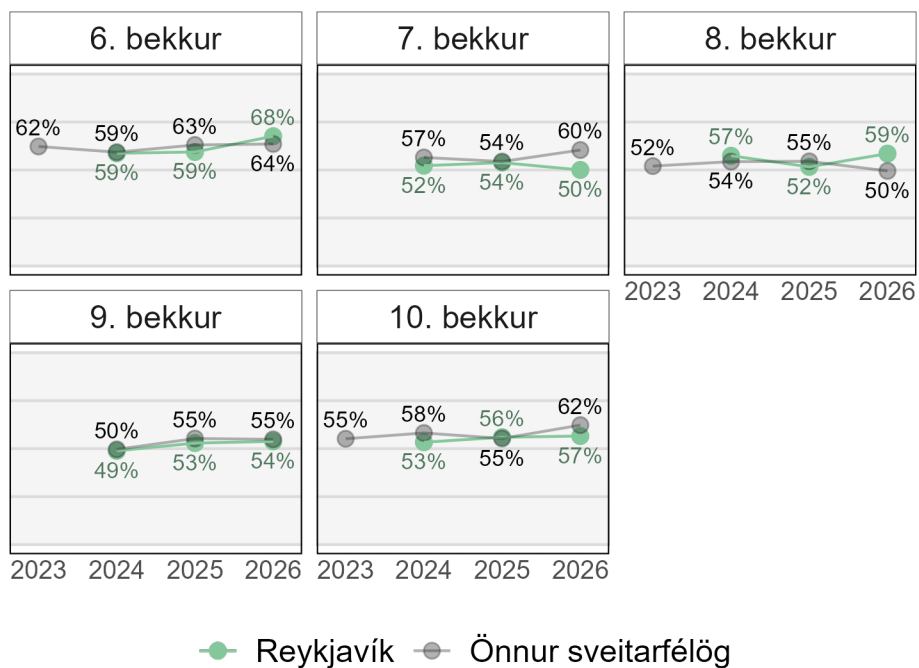
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Hlustað á hugmyndir nemenda

Spurning: „Ef þú hugsar um skólann þinn: Að hve miklu leyti ertu sammála eftirfarandi staðhæfingu? Í skólanum mínum er tekið mark á hugmyndum nemenda“

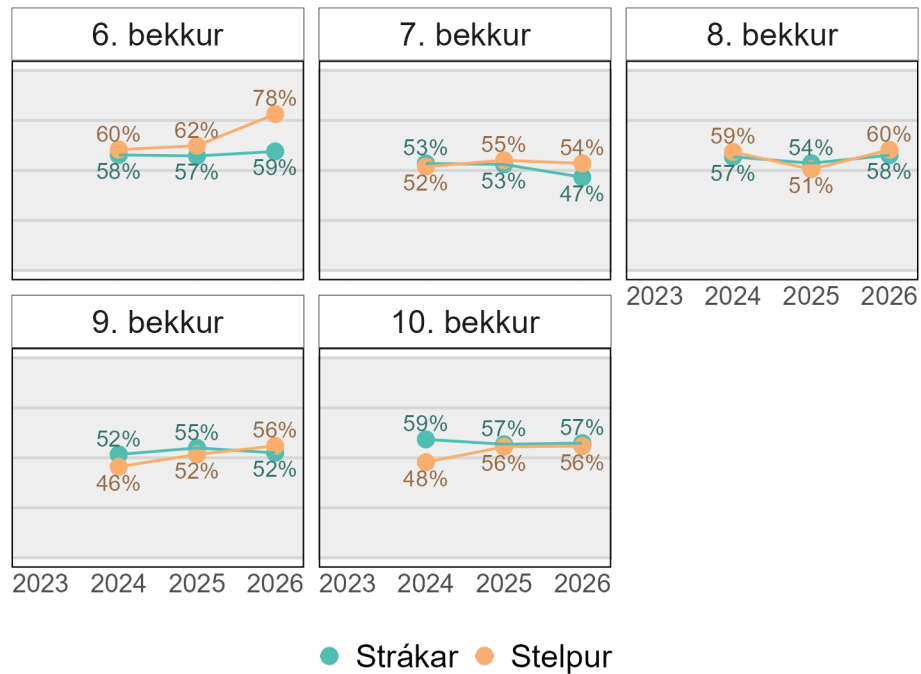
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“





Spurning: „Ef þú hugsar um skólann þinn: Að hve miklu leyti ertu sammála eftirfarandi staðhæfingu? Í skólanum mínum er tekið mark á hugmyndum nemenda“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“

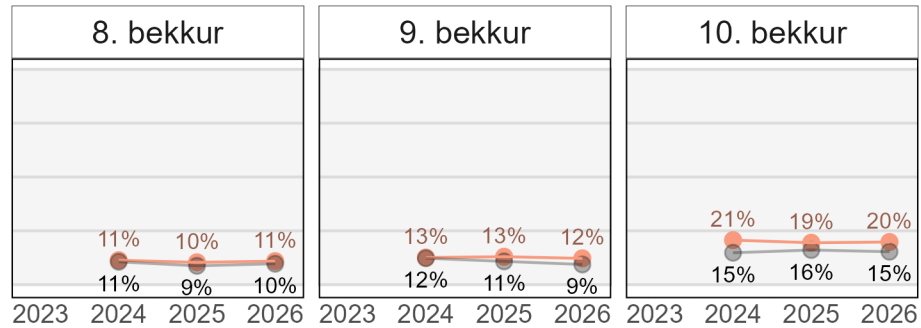


Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta

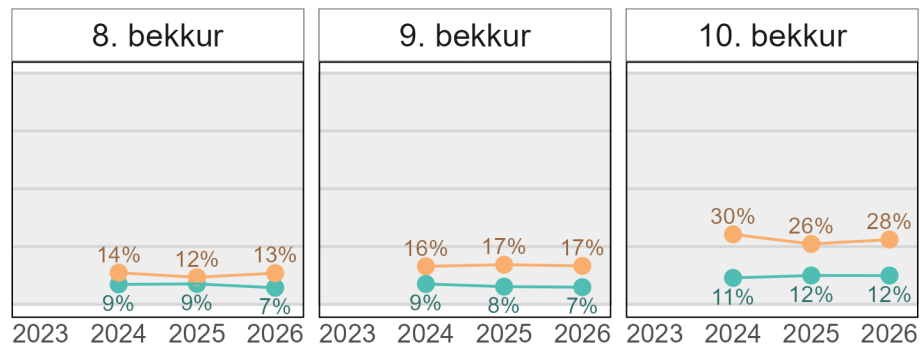


Spurning: „Hversu miklu álagi verður þú fyrir vegna skólanámsins?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Miklu“



— Reykjavík — Önnur sveitarfélög



● Strákar ● Stelpur

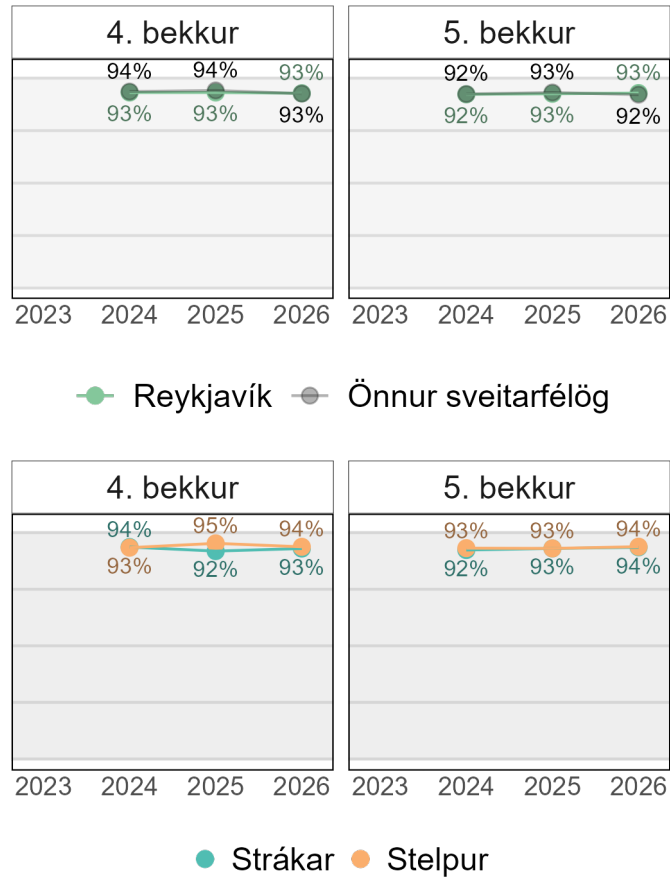
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Lífsánægja

Spurning: „Hversu ánægð(ur) ertu með lífið?“

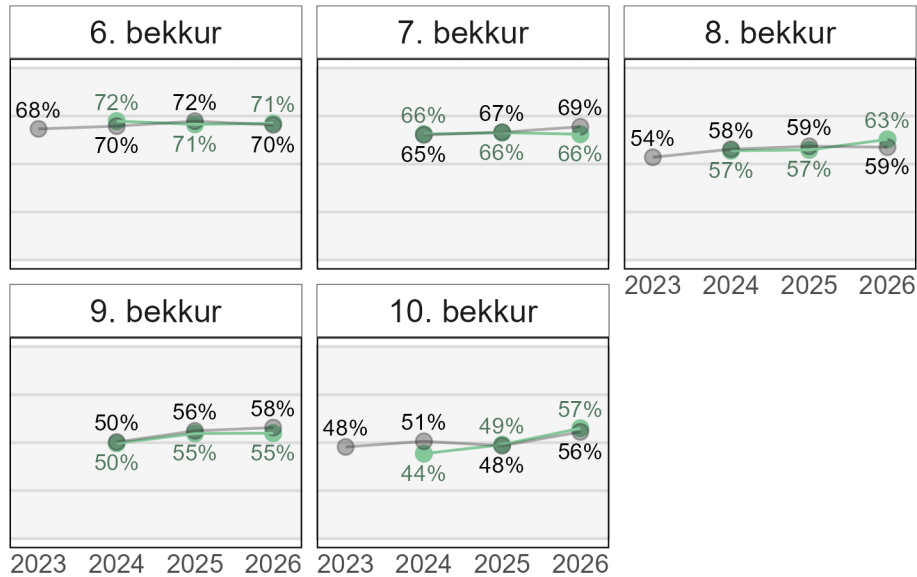
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög ánægð(ur)“ eða „Frekar ánægð(ur)“



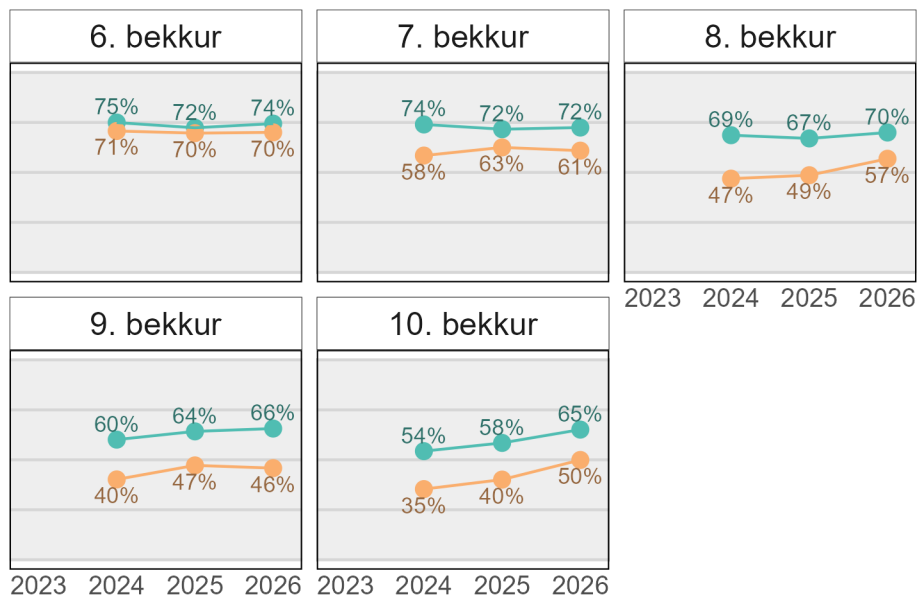


Spurning: „Hér fyrir neðan er kvarði. Efst í honum er talan '10' sem táknar besta hugsanlega lífið sem þú gætir átt og neðst er talan '0' sem táknar versta hugsanlega lífið sem að þú gætir átt. Hvar á þessum kvarða er líf þitt núna?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Þeir sem völdu 8 eða hærra“



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög



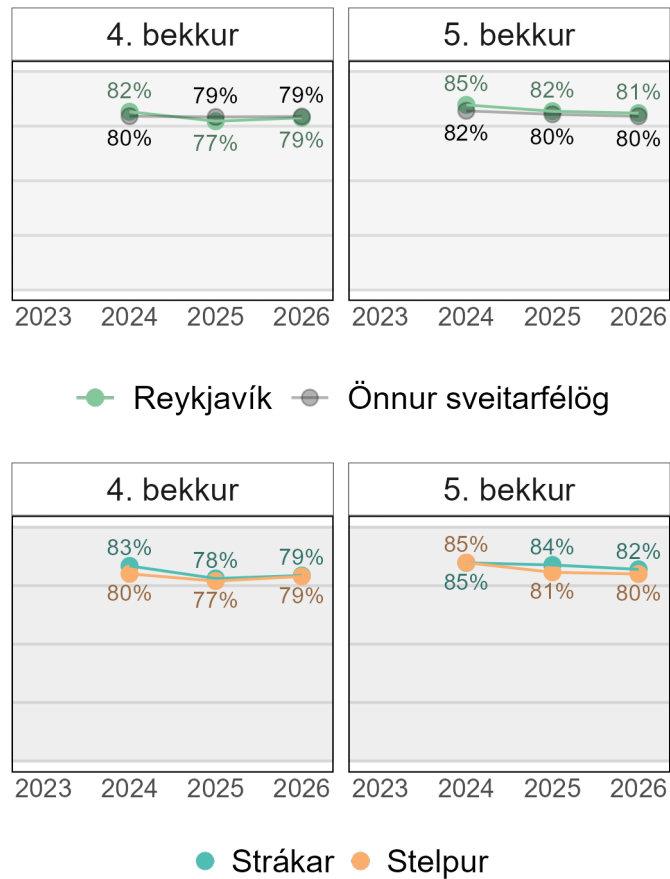
● Strákar ● Stelpur



Líkamleg hreyfing

Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hreyfðir þú þig mikið (t.d. með því að hjóla, spila fótbolta, hlaupa eða stunda aðrar íþróttir?)“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög mikið“ eða „Frekar mikið“

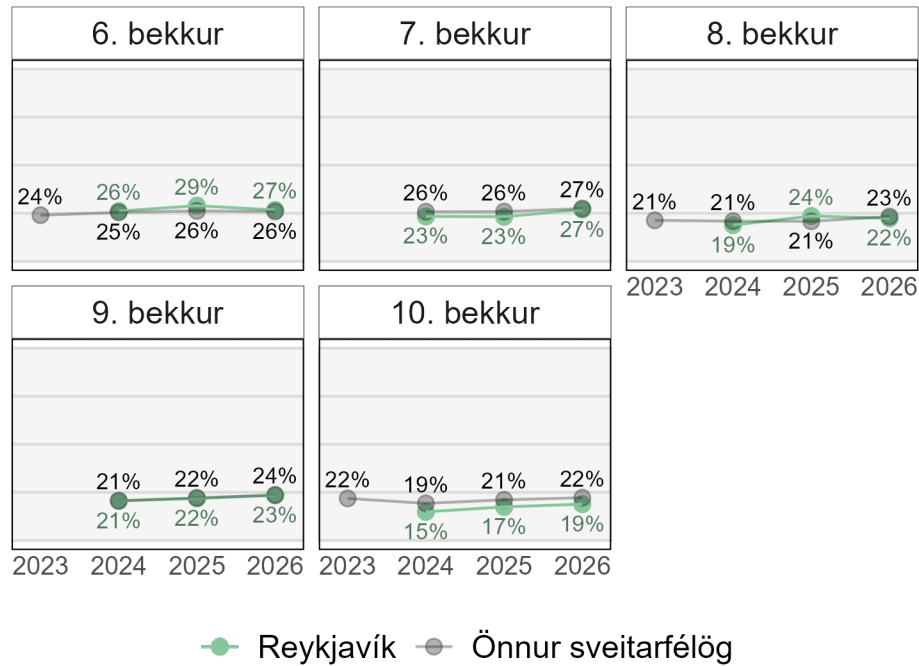




Formáli: „Líkamleg hreyfing er hvers konar hreyfing sem eykur hjartslátt þinn og gerir þig stundum móða(n). Líkamleg hreyfing getur meðal annars átt sér stað í íþróttum, í skólanum, í leik með vinum eða á leiðinni í og úr skóla. Dæmi um líkamlega hreyfingu eru hlaup, röskleg ganga, línuskautar, hjólreiðar, dans, hjólabretti, sund, fótbolti, körfubolti, handbolti, skíði og snjóþretti.“

Spurning: „Af síðastliðnum 7 dögum, hversu marga daga hefur þú stundað líkamlega hreyfingu samanlagt í 60 mínútur eða meira á dag?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „7 daga“.

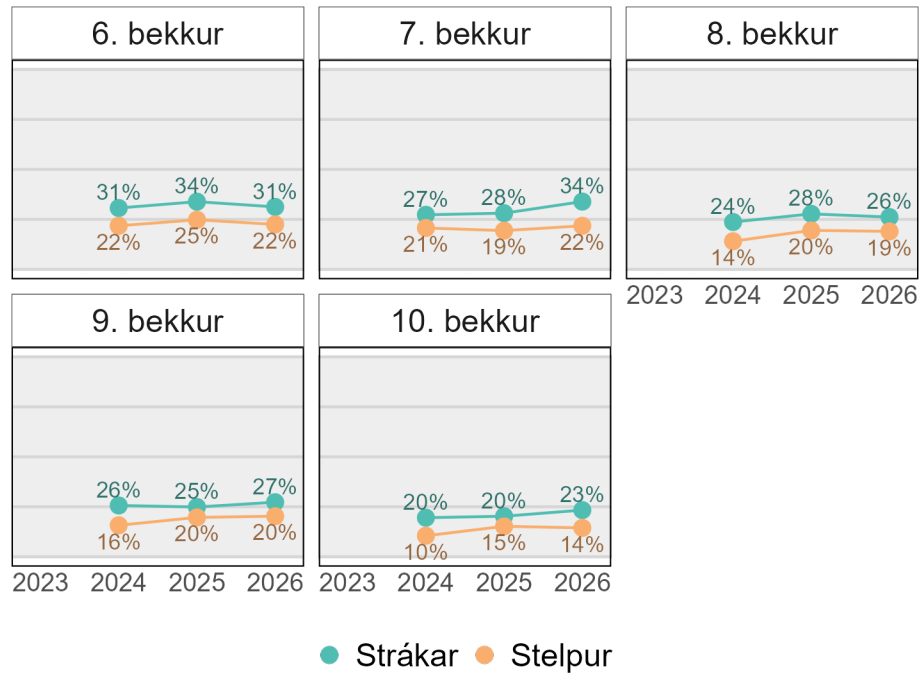




Formáli: „Líkamleg hreyfing er hvers konar hreyfing sem eykur hjartslátt þinn og gerir þig stundum móða(n). Líkamleg hreyfing getur meðal annars átt sér stað í íþróttum, í skólanum, í leik með vinum eða á leiðinni í og úr skóla. Dæmi um líkamlega hreyfingu eru hlaup, röskleg ganga, línuskautar, hjólreiðar, dans, hjólabretti, sund, fótbolti, körfubolti, handbolti, skíði og snjóþretti.“

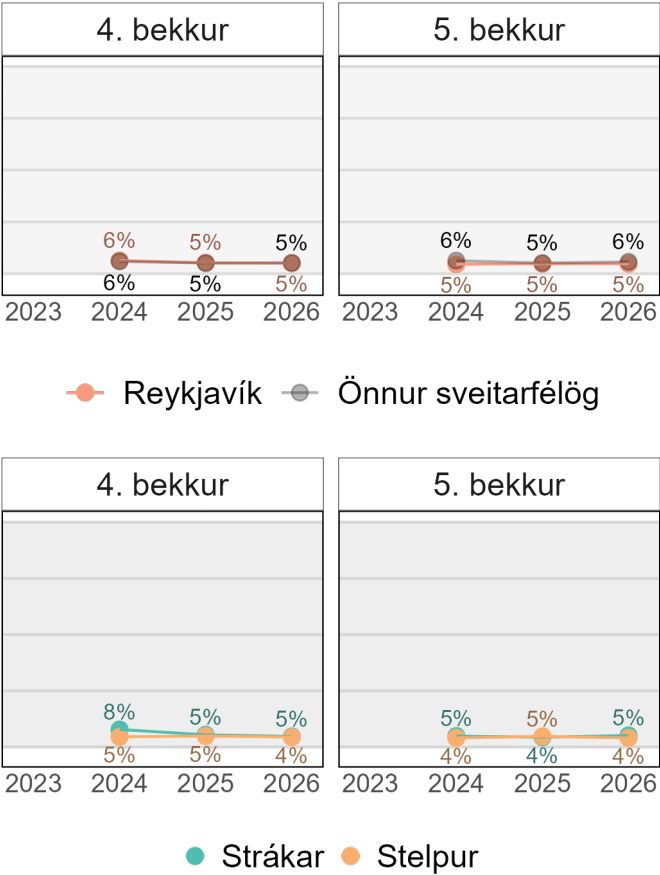
Spurning: „Af síðastliðnum 7 dögum, hversu marga daga hefur þú stundað líkamlega hreyfingu samanlagt í 60 mínútur eða meira á dag?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „7 daga“.



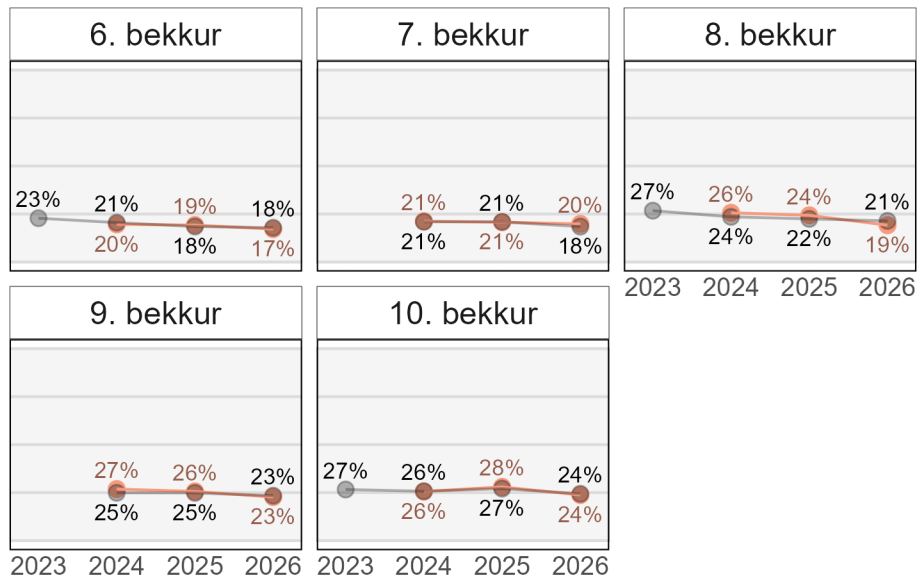


Hlutfall sem fann fyrir tvennu af eftirtöldu oft síðustu sjö daga: Höfuðverkur, magaverkur og svimi

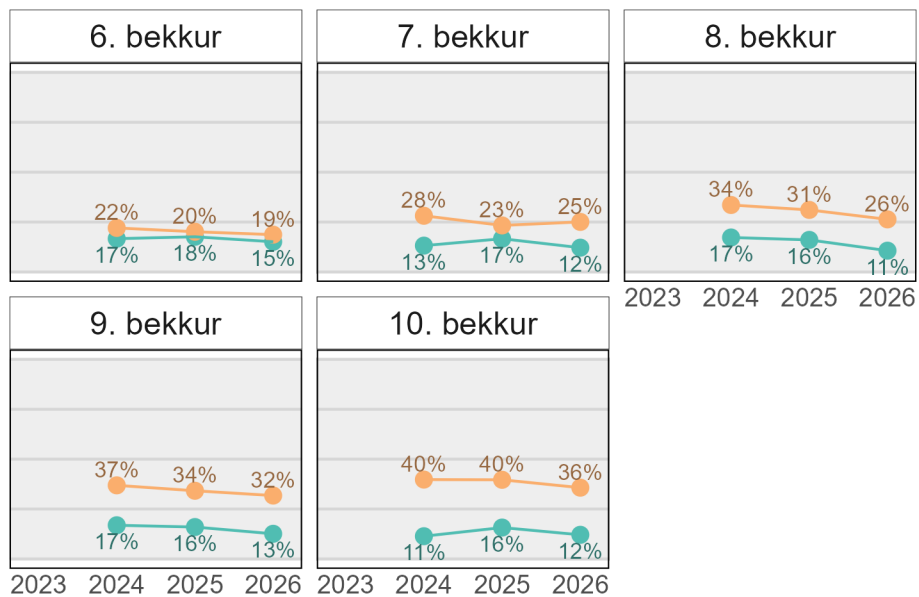




Hlutfall sem fann fyrir tvennu af eftirtöldu oftari en vikulega á síðustu 6 mánuðum:
Höfuðverkur, bakverkur, magaverkur og svimi.



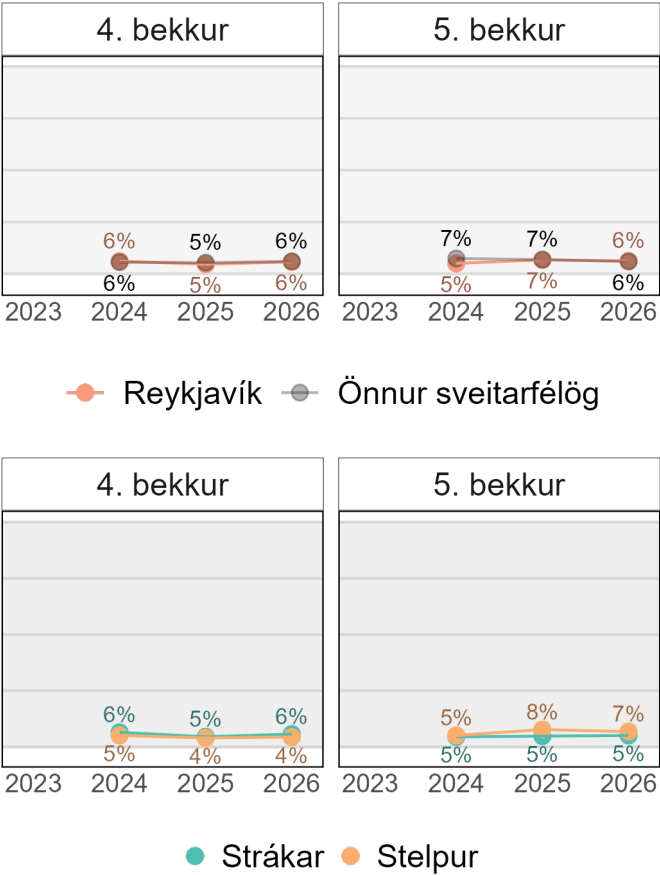
● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög



● Strákar ● Stelpur

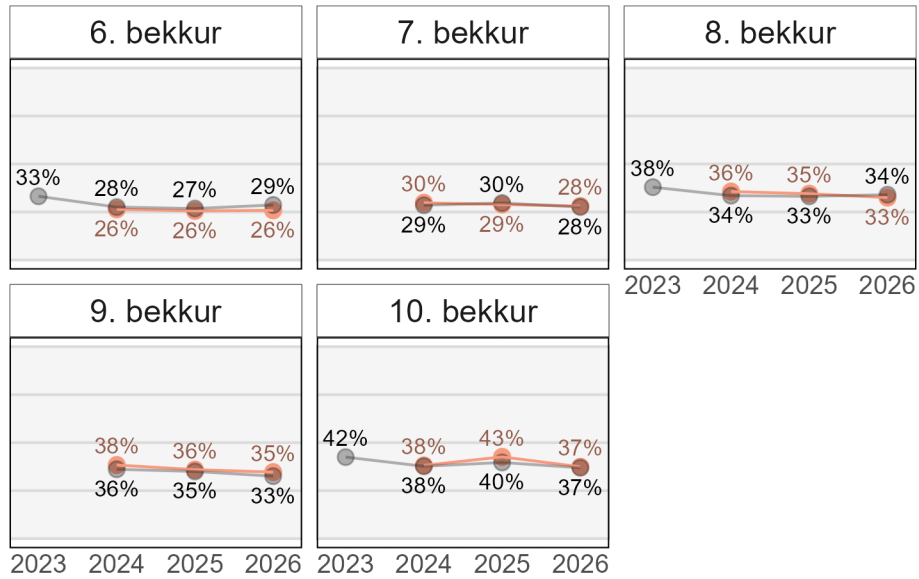


Hlutfall sem fann fyrir tvennu af eftirtöldu oft síðustu sjö daga: Depurð, kvíði og þirringur.

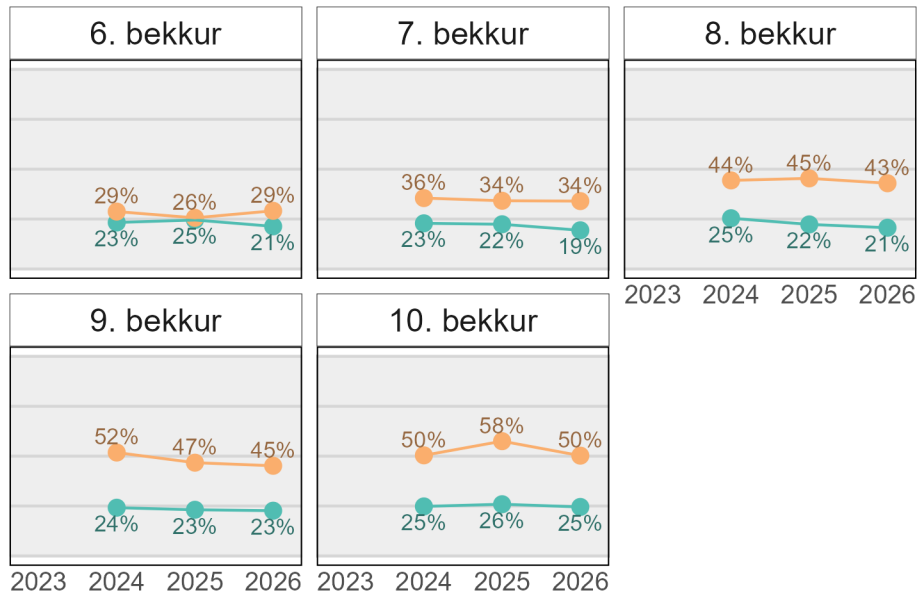




Hlutfall sem fann fyrir tvennu af eftirtöldu oftari en vikulega á síðustu 6 mánuðum: Kvíði, depurð, þirringur og erfiðleikar með svefn.



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög

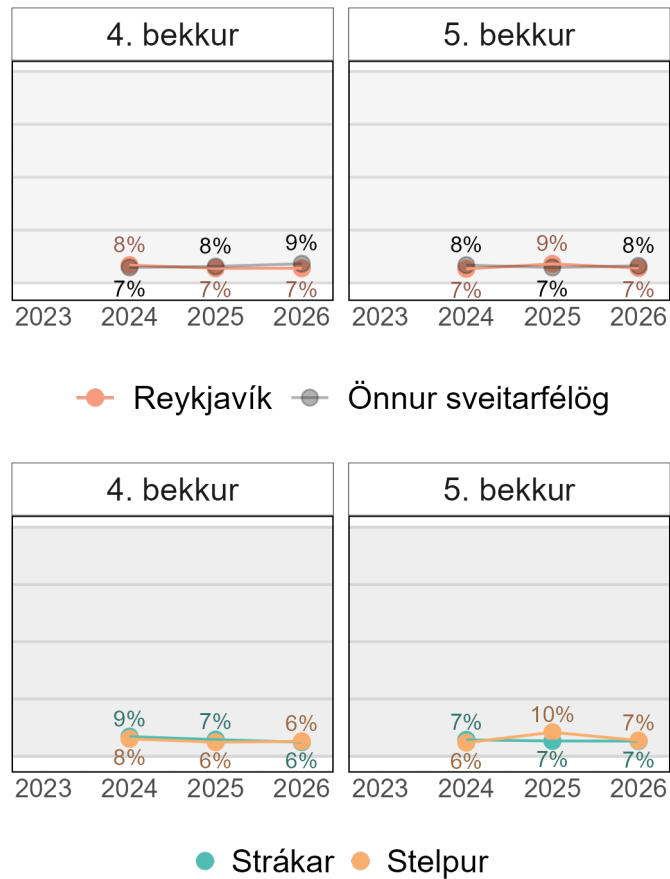


● Strákar ● Stelpur



Depurð \Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft varstu dapur/döpur?“

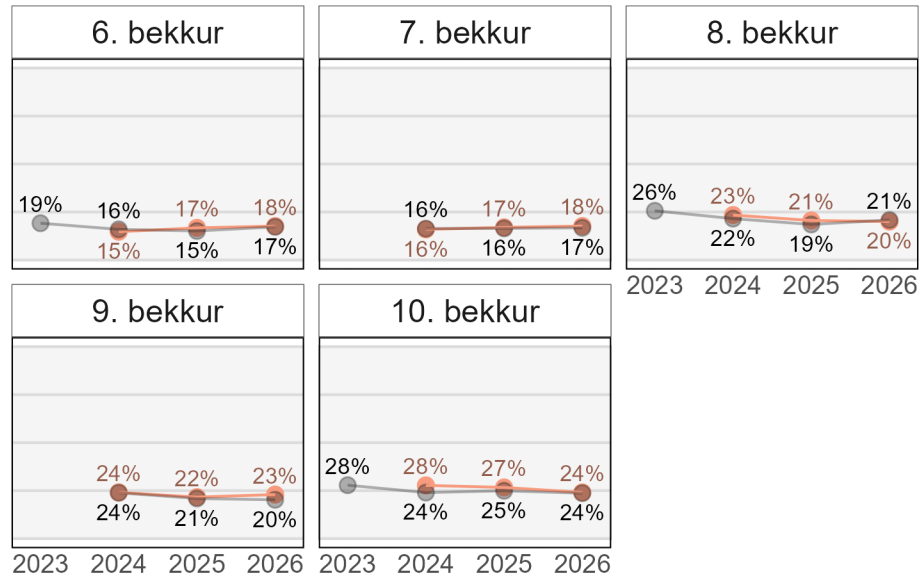
Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“



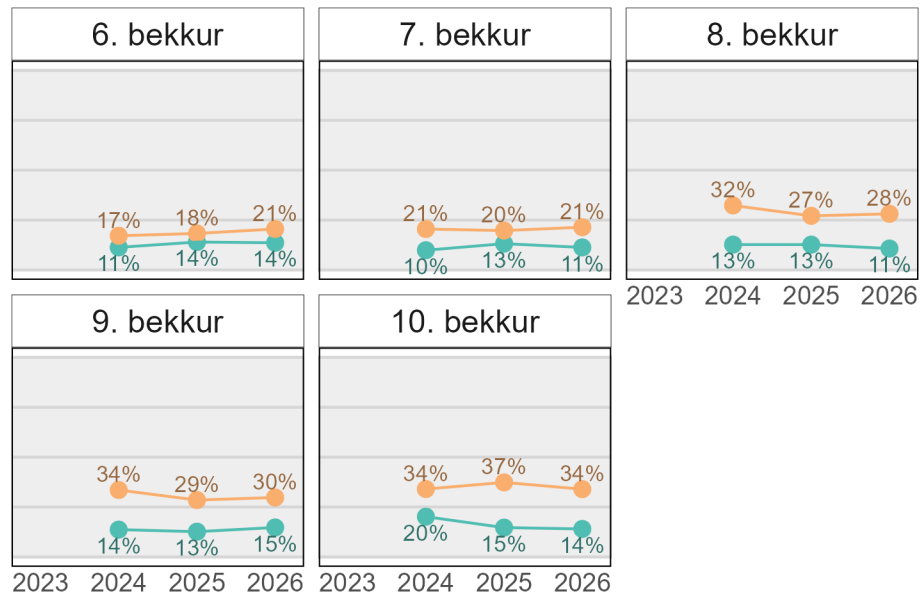


Spurning: „Á síðastliðnum 6 mánuðum, hversu oft hefur þú fundið fyrir depurð?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oftar en einu sinni í viku“ eða „Um það bil vikulega“



—●— Reykjavík —●— Önnur sveitarfélög

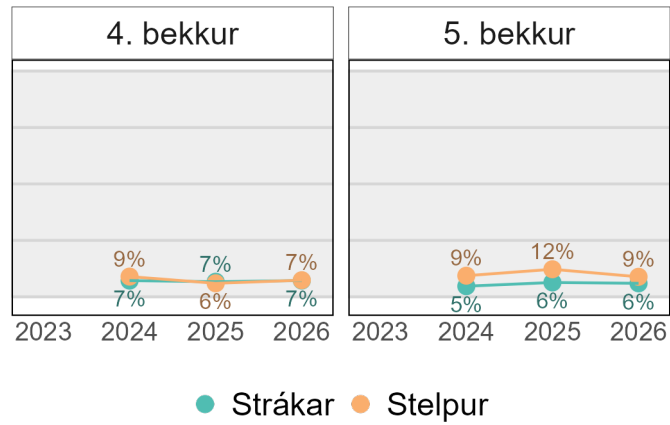
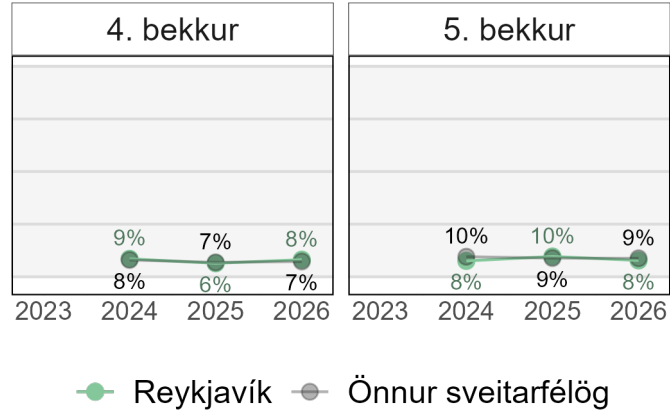


● Strákar ● Stelpur



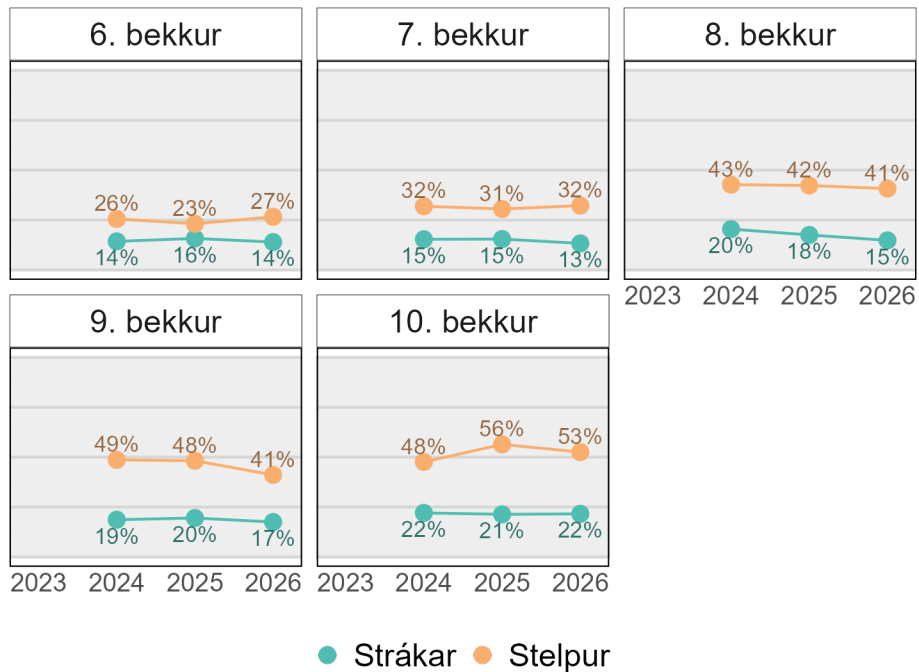
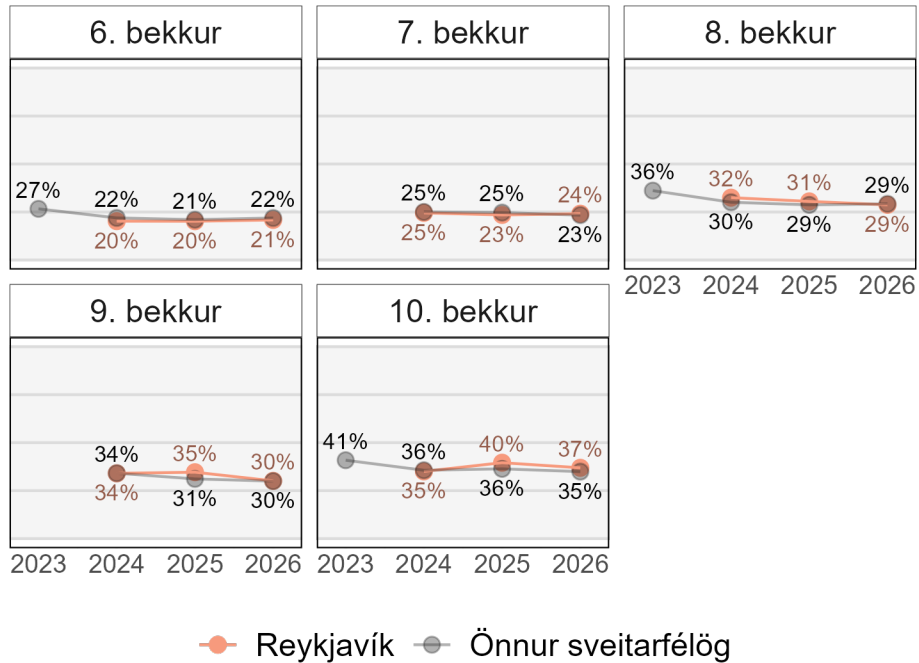
Kvíði \Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft varstu kvíðin(n)?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





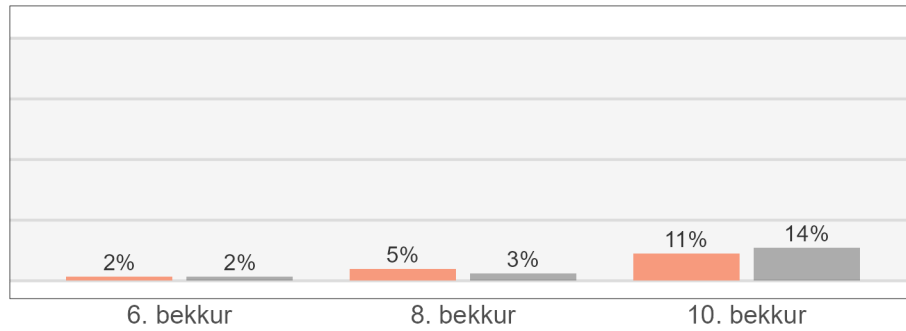
Spurning: „Á síðastliðnum 6 mánuðum, hversu oft hefur þú fundið fyrir kvíða?“
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oftar en einu sinni í viku“ eða „Um það bil vikulega“



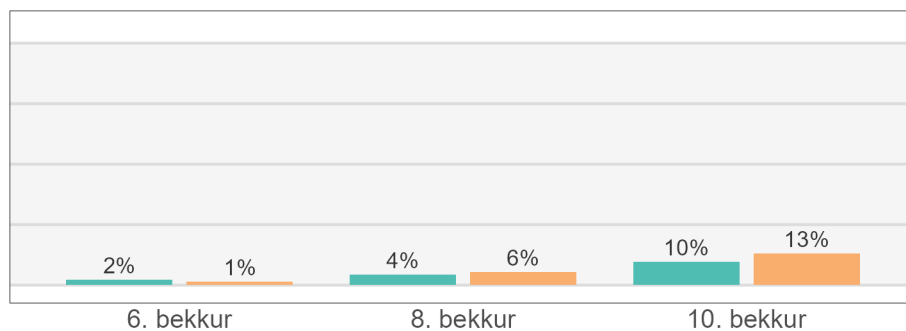


Spurning: „Hversu oft í viku borðar þú eða drekkur...? - Orkudrykki (t.d. Nocco, Collab, Monster)“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oft á dag“, „Einu sinni á dag“ eða „5-6 daga í viku“



Reykjavík Önnur sveitarfélög



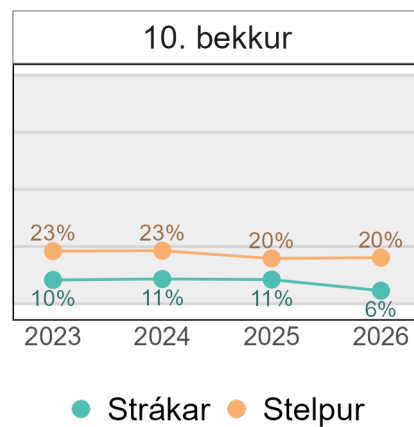
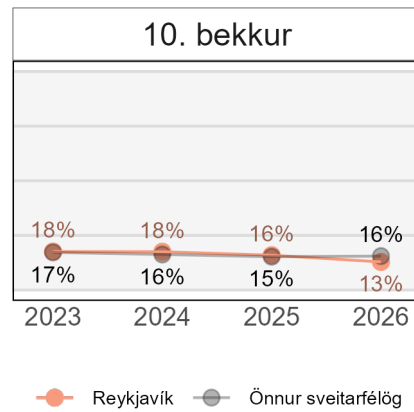
Strákar Stelpur

Þessi spurninga var eingöngu í HBSC-hluta



Spurning: „Á síðastliðnum 12 mánuðum, hefur þú skaðað þig viljandi (t.d. með að skera í húð)?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Já, einu sinni“ eða „Já, oftár en einu sinni“



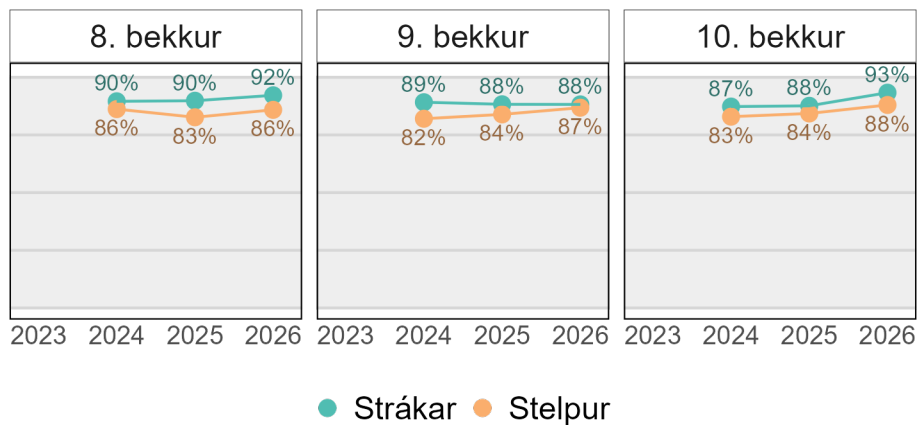
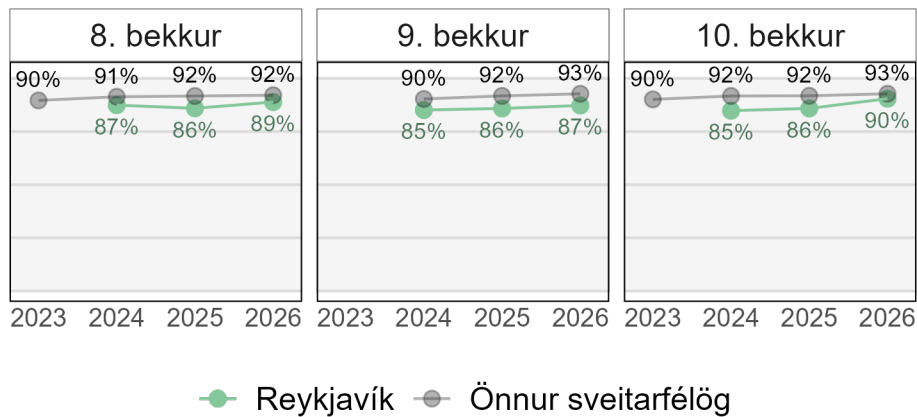
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Öryggi í hverfi/byggðarlagi

Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ertu þessari staðhæfingu? Ég er örugg(ur) í hverfinu eða byggðarlaginu sem ég bý í“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“

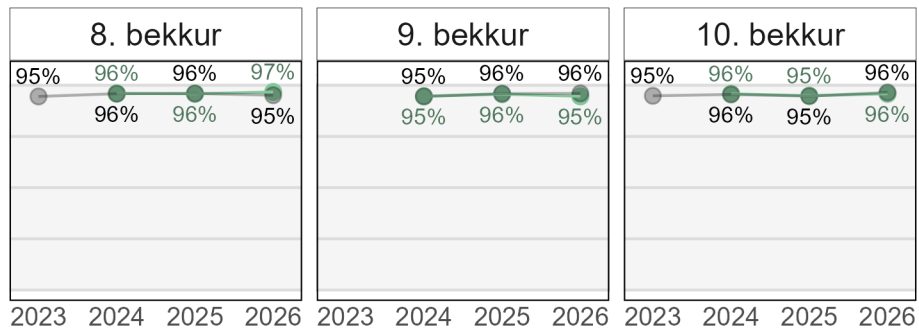


Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta

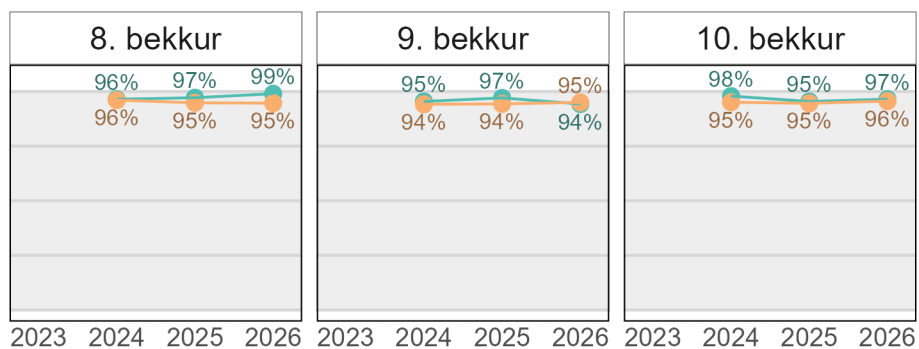
Öryggi á heimili

Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ertu þessari staðhæfingu? Ég er örugg(ur) heima hjá mér“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög



● Strákar ● Stelpur

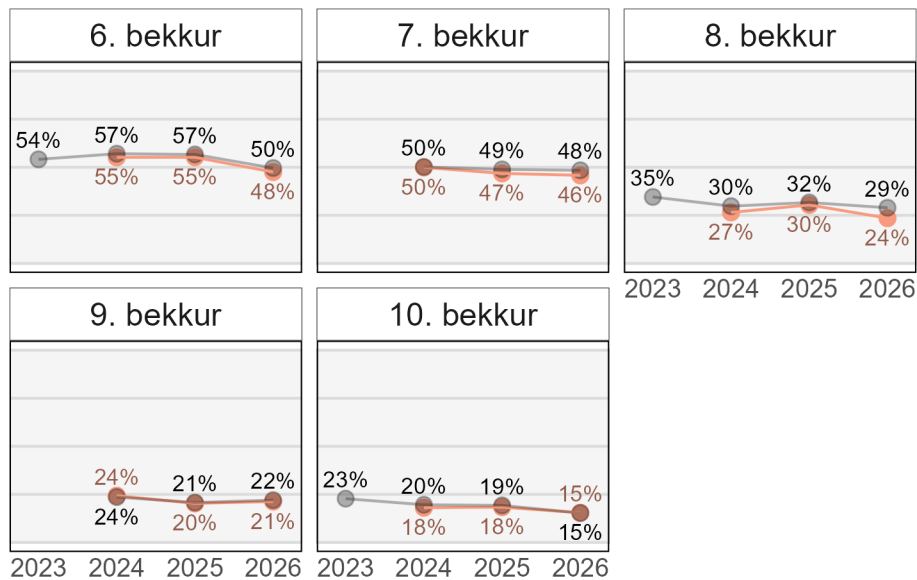
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



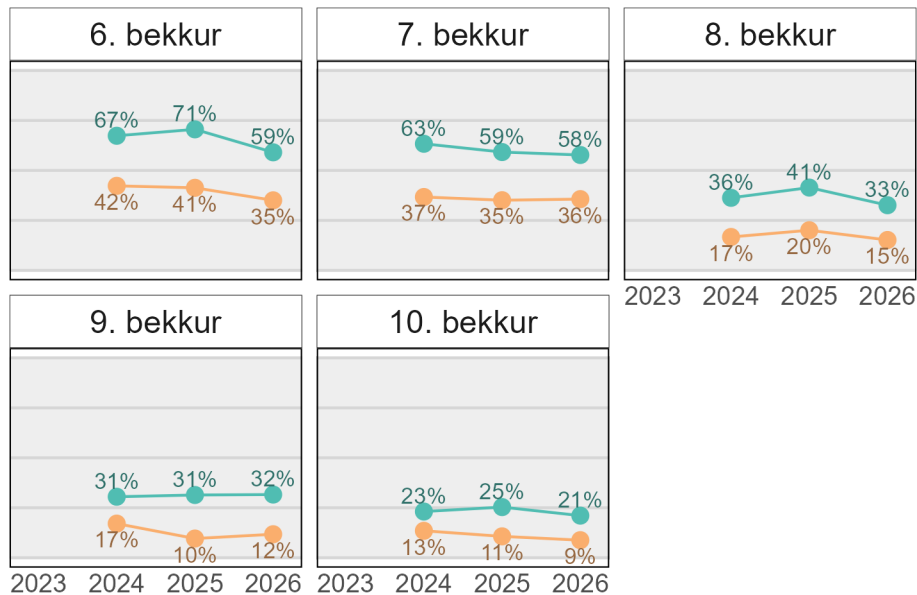
Ofbeldi og einelti

Slagsmál eða líkamsárás

Hlutfall svarenda sem hefur lent í slagsmálum eða orðið fyrir líkamsárás undanfarna 12 mánuði



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög

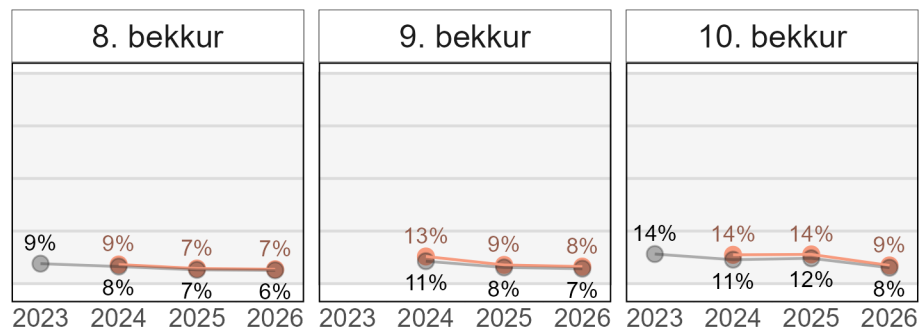


● Strákar ● Stelpur

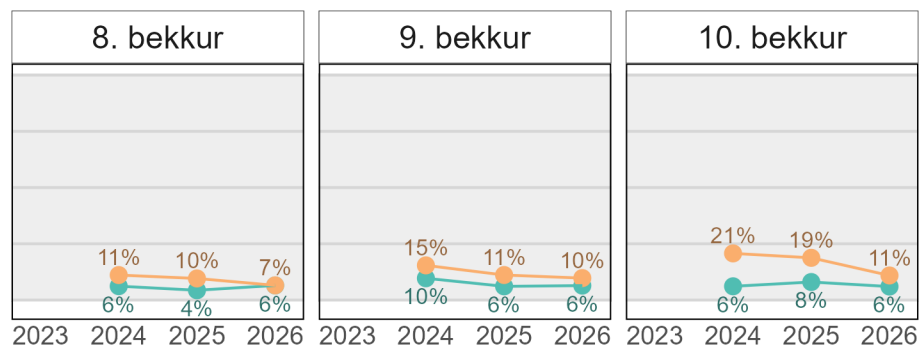


Kynferðislegt ofbeldi/áreiti af hálfu fullorðins

Myndin sýnir hlutfall svarenda sem hefur einhverja reynslu af kynferðislegu ofbeldi eða áreiti af hálfu fullorðins um ævina. Undir kynferðislegt ofbeldi eða áreiti fellur kynferðisleg snerting, þvingun til að snerta hinn fullorðna kynferðislega, tilraun til kynmaka eða kynmök.



— Reykjavík — Önnur sveitarfélög



— Strákar — Stelpur

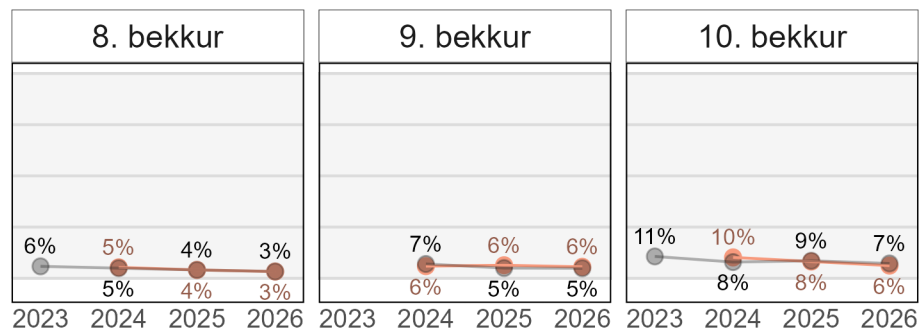
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



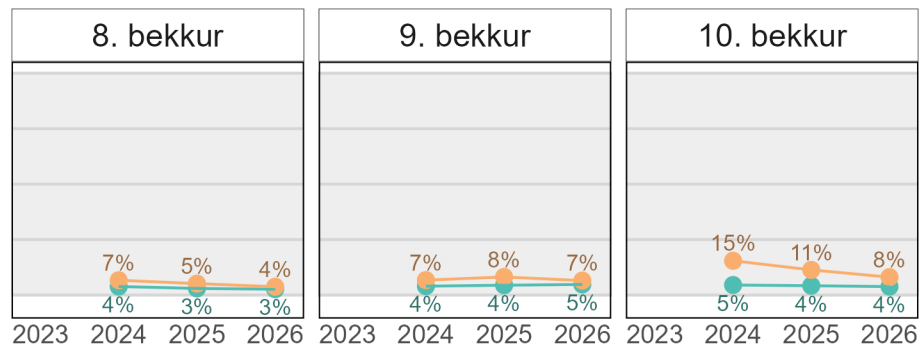
Kynferðislegt ofbeldi af hálfu unglings

Spurning: „Hefur einhver annar unglingur haft munnmök eða samfarir við þig gegn vilja þínum einhvern tímann um ævina?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Einu sinni eða tvisvar“ eða „Oftar en tvisvar“



Reykjavík Önnur sveitarfélög



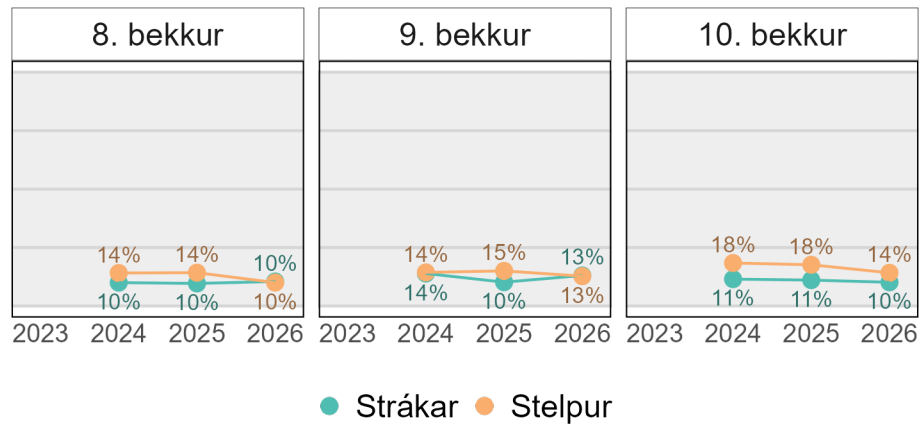
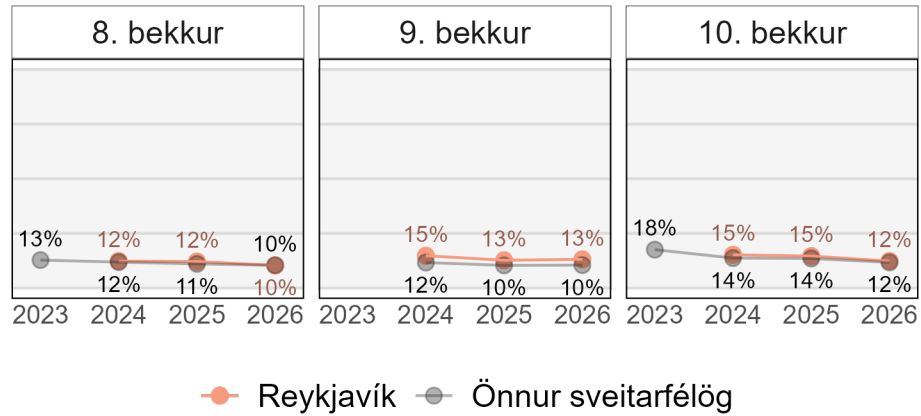
Strákar Stelpur

Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Reynsla af heimilisofbeldi

Myndin sýnir hlutfall svarenda sem hafa upplifað eða orðið vitni að heimilisofbeldi um ævina



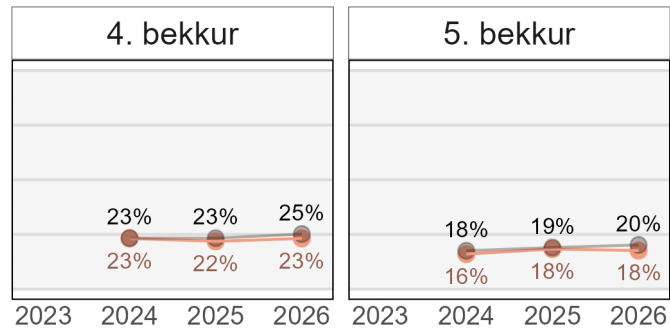
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



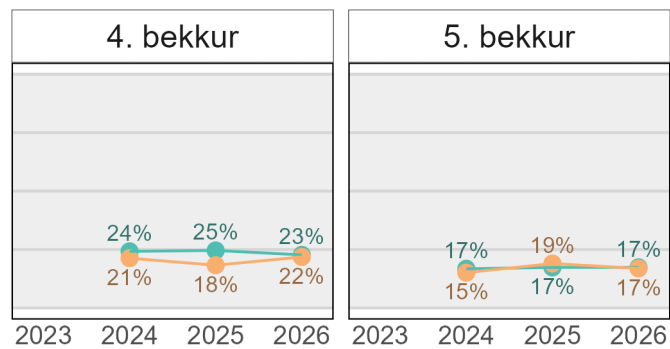
Einelti - þolandi

Spurning: „Ef þú hugsar um 4./5. bekk, hversu oft hefur þú verið lögð/lagður í einelti?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oft“ eða „Stundum“



—●— Reykjavík —●— Önnur sveitarfélög



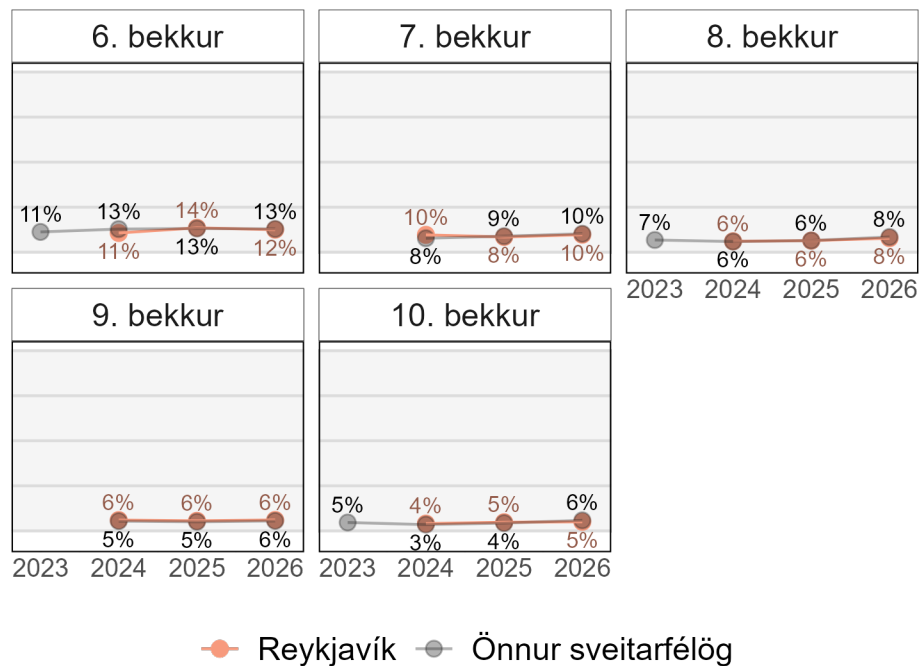
—●— Strákar —●— Stelpur



Formáli: „Einstaklingur er sagður lagður í einelti þegar einn eða fleiri aðilar segja oft ótrúlega ljóta og óþægilega hluti við hann. Það er líka einelti þegar einstaklingi er strítt á særandi hátt eða hann skilinn viljandi útundan. Sá sem leggur annan í einelti hefur meira vald heldur en sá sem fyrir eineltinu verður. Það er ekki einelti þegar tveir svipað sterkir einstaklingar rífast eða slást.“

Spurning: „Hversu oft hefur þú verið lögð/lagður í einelti í skólanum undanfarna tvo mánuði?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „2 eða 3 sinnum í mánuði“, „Um það bil einu sinni í viku“ eða „Nokkrum sinnum í viku“.

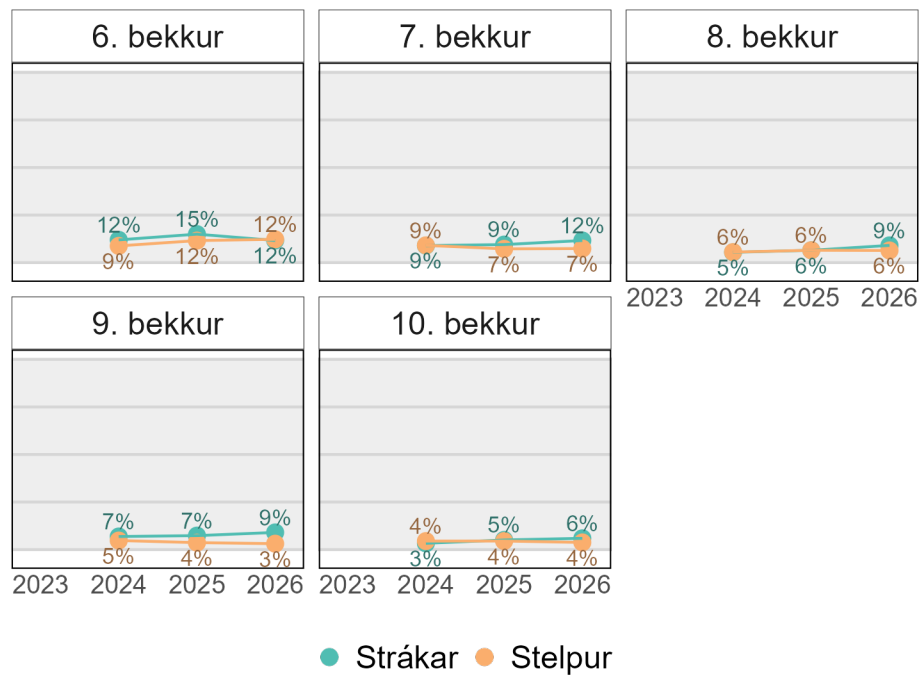




Formáli: „Einstaklingur er sagður lagður í einelti þegar einn eða fleiri aðilar segja oft ótrúlega ljóta og óþægilega hluti við hann. Það er líka einelti þegar einstaklingi er strítt á særandi hátt eða hann skilinn viljandi útundan. Sá sem leggur annan í einelti hefur meira vald heldur en sá sem fyrir eineltinu verður. Það er ekki einelti þegar tveir svipað sterkir einstaklingar rífast eða slást.“

Spurning: „Hversu oft hefur þú verið lögð/lagður í einelti í skólanum undanfarna tvo mánuði?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „2 eða 3 sinnum í mánuði“, „Um það bil einu sinni í viku“ eða „Nokkrum sinnum í viku“.

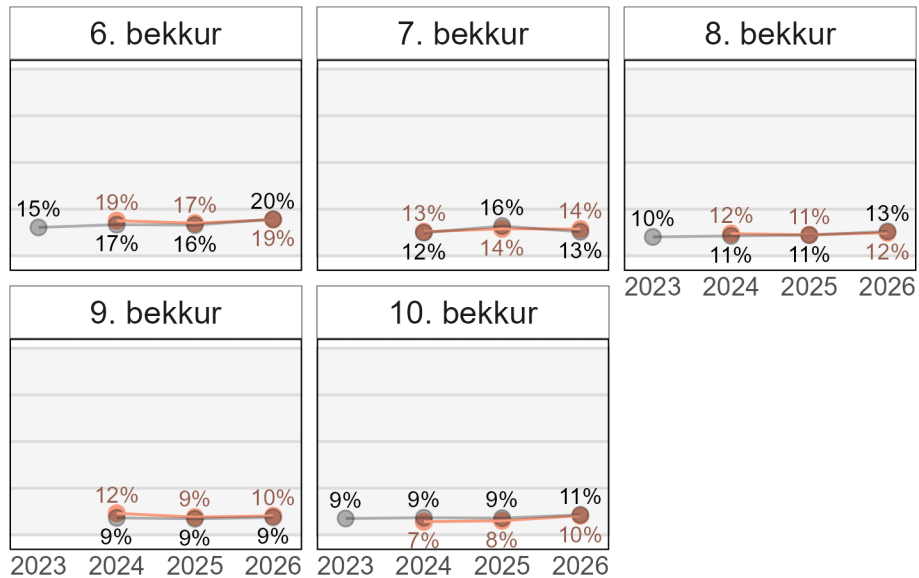




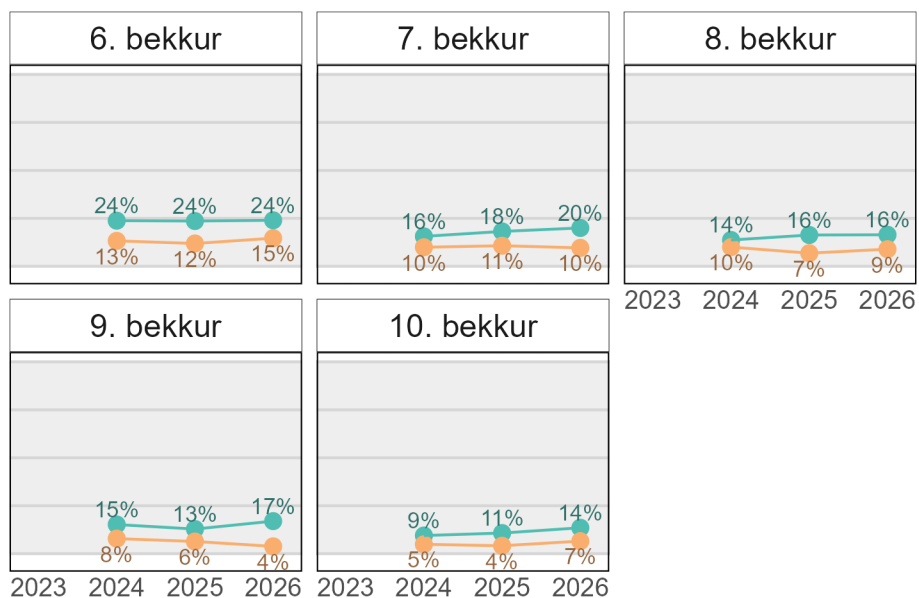
Einelti - gerandi

Spurning: „Hversu oft hefur þú tekið þátt í að leggja annan nemanda í einelti í skólanum undanfarna tvo mánuði?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Það hefur komið fyrir einu sinni eða tvisvar“, „2 eða 3 sinnum í mánuði“, „Um það bil einu sinni í viku“ eða „Nokkrum sinnum í viku“



—●— Reykjavík —●— Önnur sveitarfélög



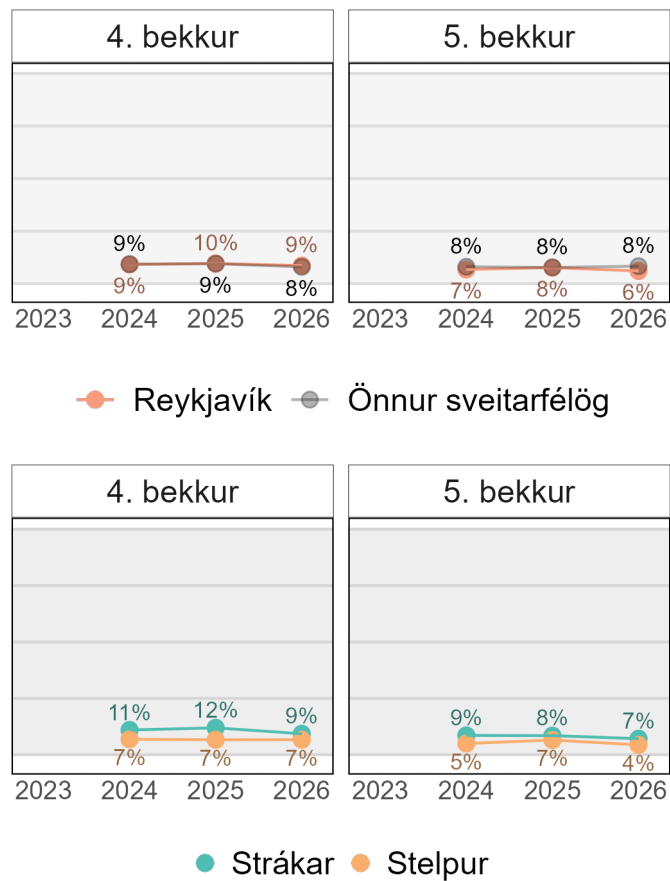
—●— Strákar —●— Stelpur



Einelti á netinu - þolandi

Spurning: „Ef þú hugsar um 4./5. bekk, hversu oft hefur þú verið lögð/lagður í einelti á netinu?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oft“ eða „Stundum“

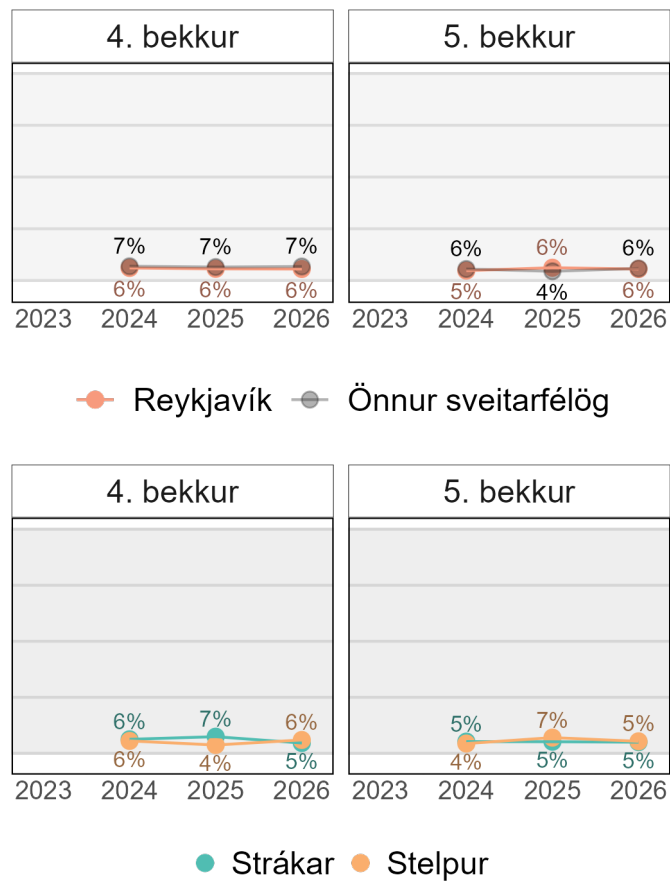




Skilin út undan í skólanum

Spurning: „Ef þú hugsar um 4./5. bekk, hversu oft hefur þú verið skilin/skilinn útundan í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“



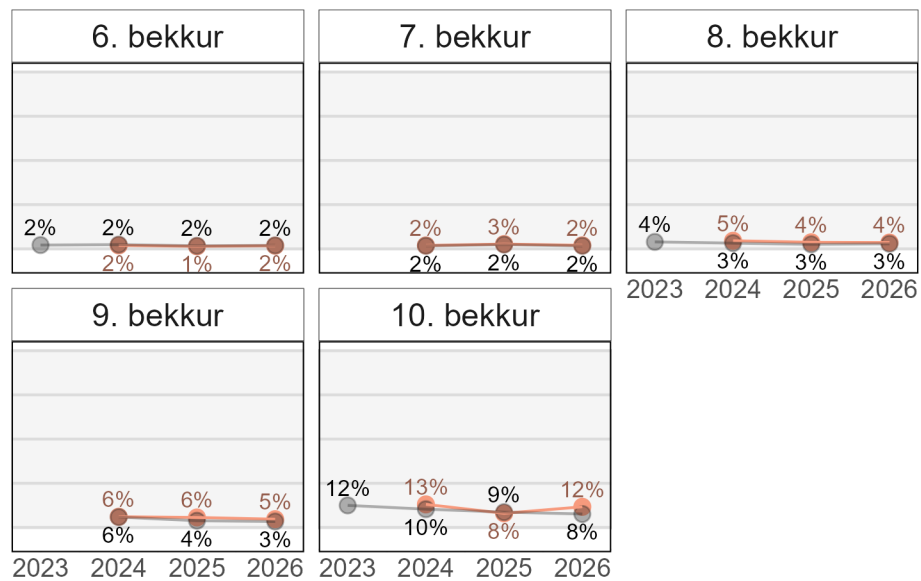


Vímuefni

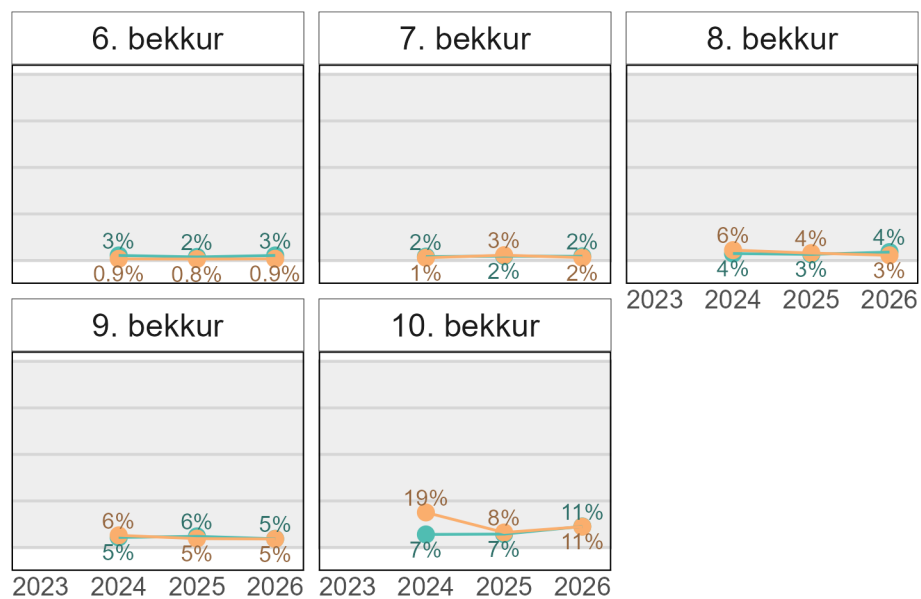
Áfengisnotkun

Spurning: „Hversu marga daga (ef nokkra) hefur þú drukkið áfengi síðustu 30 daga?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1-2 daga“, „3-5 daga“, „6-9 daga“, „10-19 daga“, „20-29 daga“ eða „30 daga“



—●— Reykjavík —●— Önnur sveitarfélög



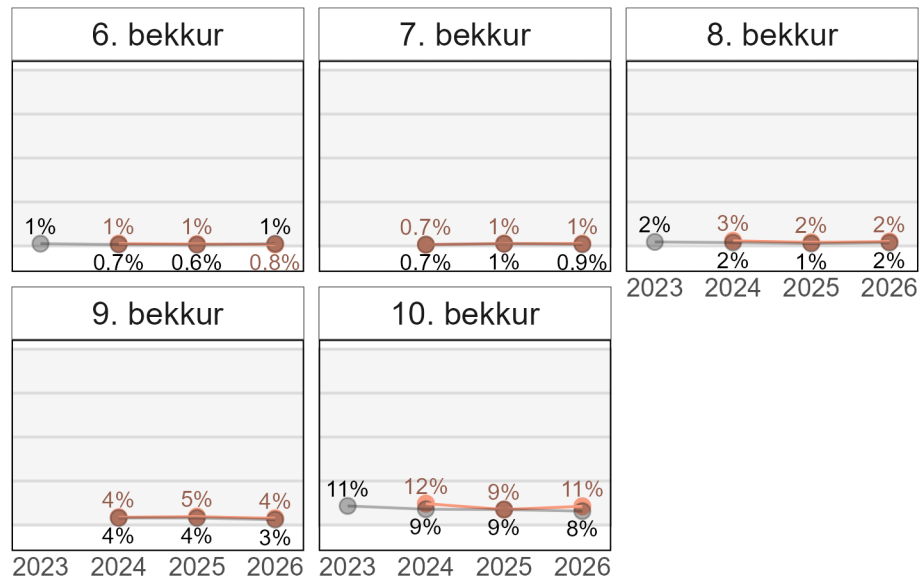
● Strákar ● Stelpur



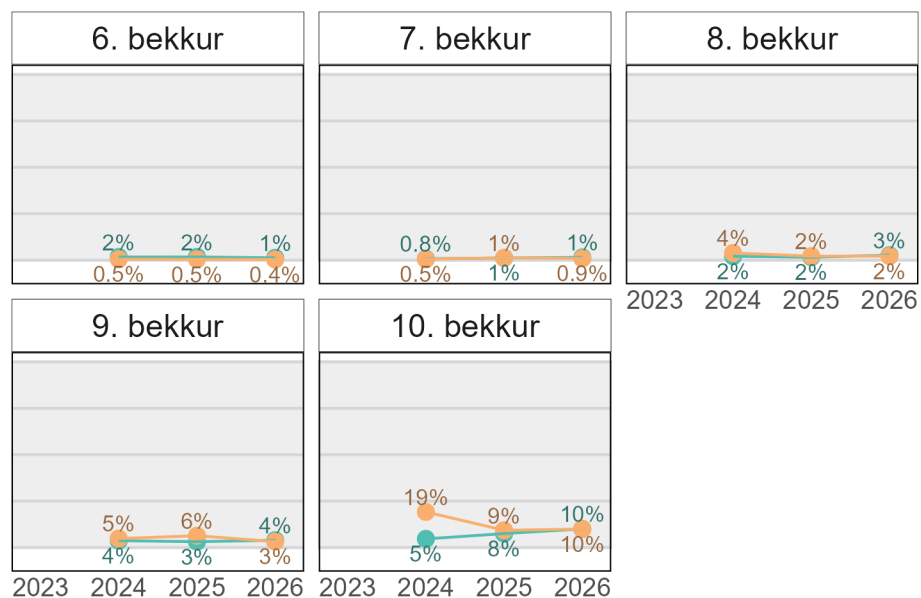
Drukkin um ævi

Spurning: „Hefur þú einhvern tímann um ævina drukkið svo mikið áfengi að þú hefur orðið blindfull(ur)?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Já, einu sinni“ „Já, 2-3 sinnum“ „Já, 4-10 sinnum“ eða „Já, oftár en 10 sinnum“



—●— Reykjavík —●— Önnur sveitarfélög



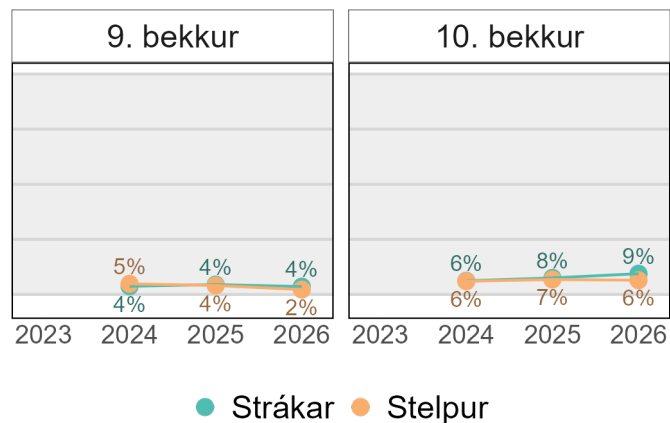
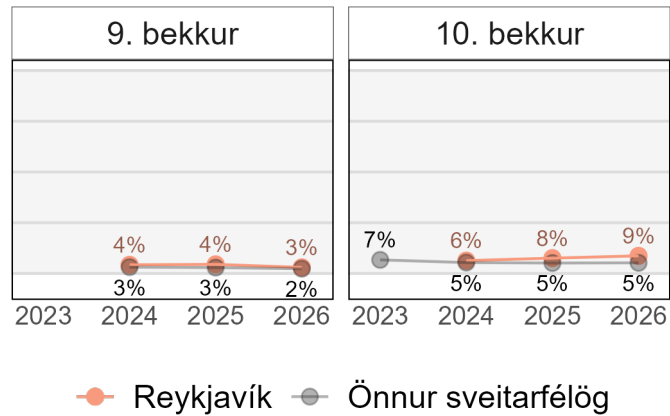
—●— Strákar —●— Stelpur



Kannabis um ævi

Spurning: „Hversu marga daga (ef nokkra) hefur þú notað kannabis (hass eða maríjúana) um ævina?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1-2 daga“, „3-5 daga“, „6-9 daga“, „10-19 daga“, „20-29 daga“ eða „30 daga eða oftar“

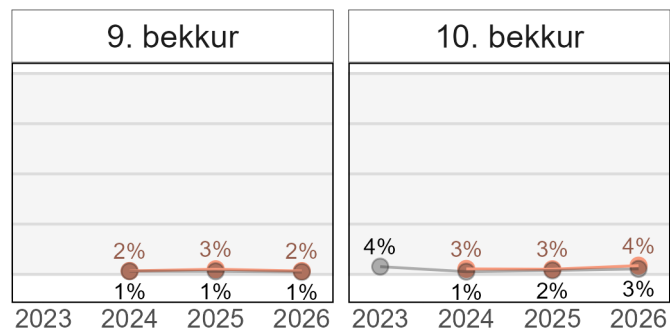




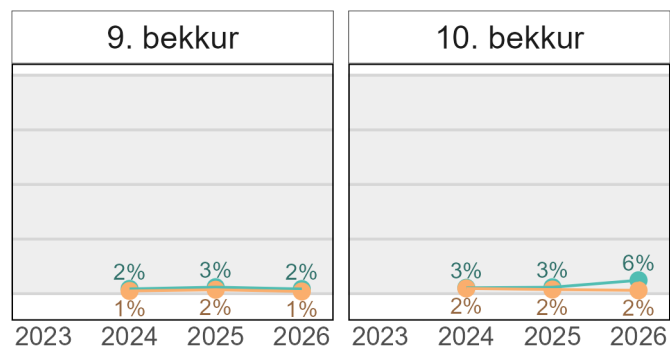
Spice um ævi

Spurning: „Hversu marga daga (ef nokkra) hefur þú notað Spice um ævina?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1-2 daga“, „3-5 daga“, „6-9 daga“, „10-19 daga“, „20-29 daga“ eða „30 daga eða oftar“



Reykjavík Önnur sveitarfélög

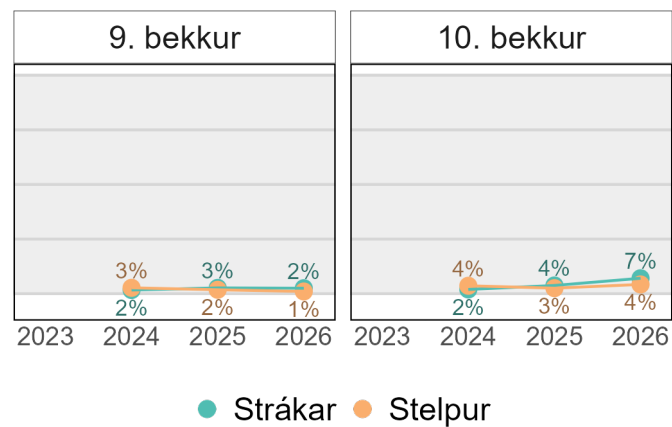
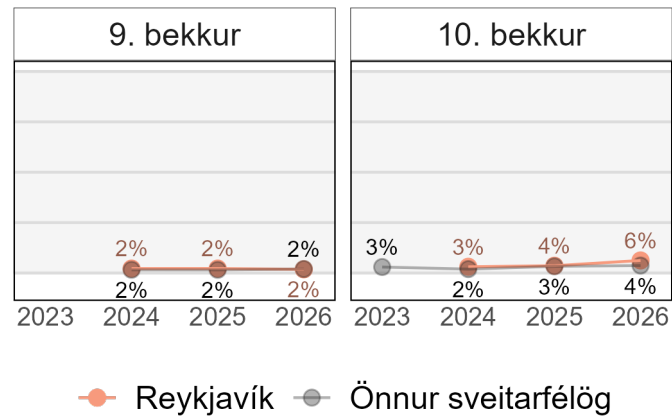


Strákar Stelpur



Spurning: „Hversu marga daga (ef nokkra) hefur þú reykt sígarettur síðustu 30 daga?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1-2 daga“, „3-5 daga“, „6-9 daga“, „10-19 daga“, „20-29 daga“ eða „30 daga“

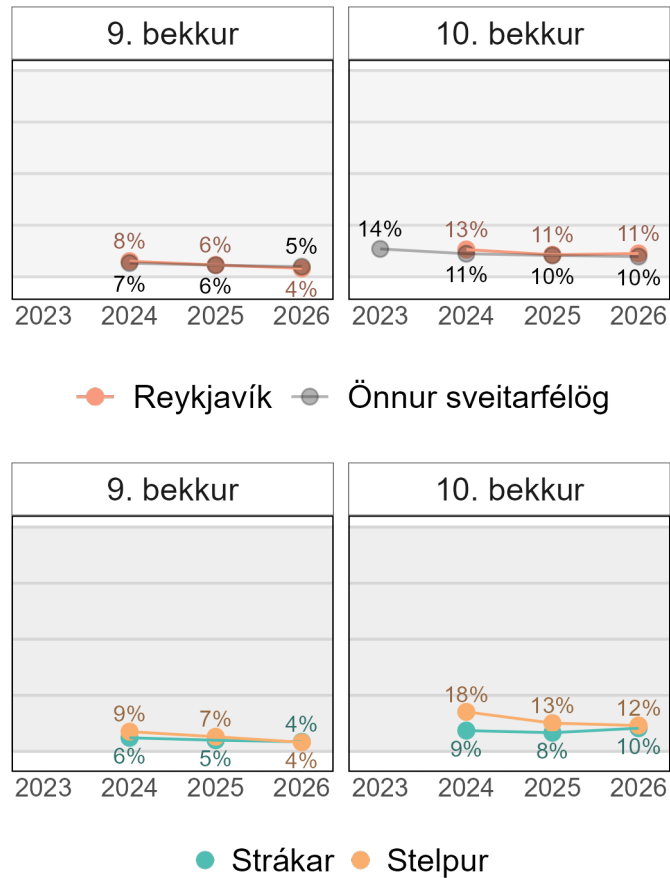




Rafrettur/Vape

Spurning: „Hversu marga daga (ef nokkra) hefur þú notað rafrettur (veip) síðustu 30 daga?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1-2 daga“, „3-5 daga“, „6-9 daga“, „10-19 daga“, „20-29 daga“ eða „30 daga“

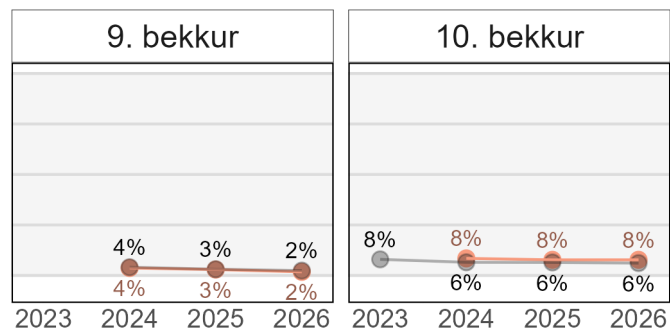




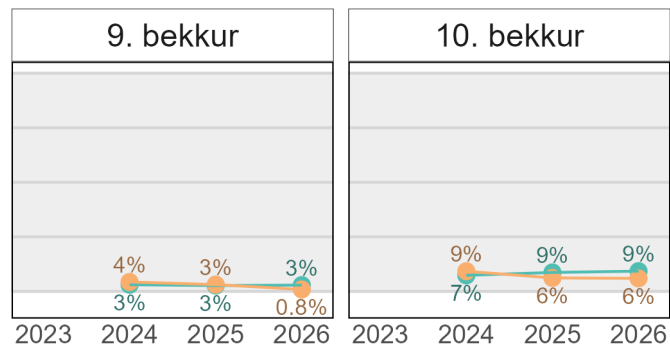
Nikótínþúðar

Spurning: „Hversu marga daga (ef nokkra) hefur þú notað nikótínþúða síðustu 30 daga?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1-2 daga“, „3-5 daga“, „6-9 daga“, „10-19 daga“, „20-29 daga“ eða „30 daga“



—●— Reykjavík —●— Önnur sveitarfélög



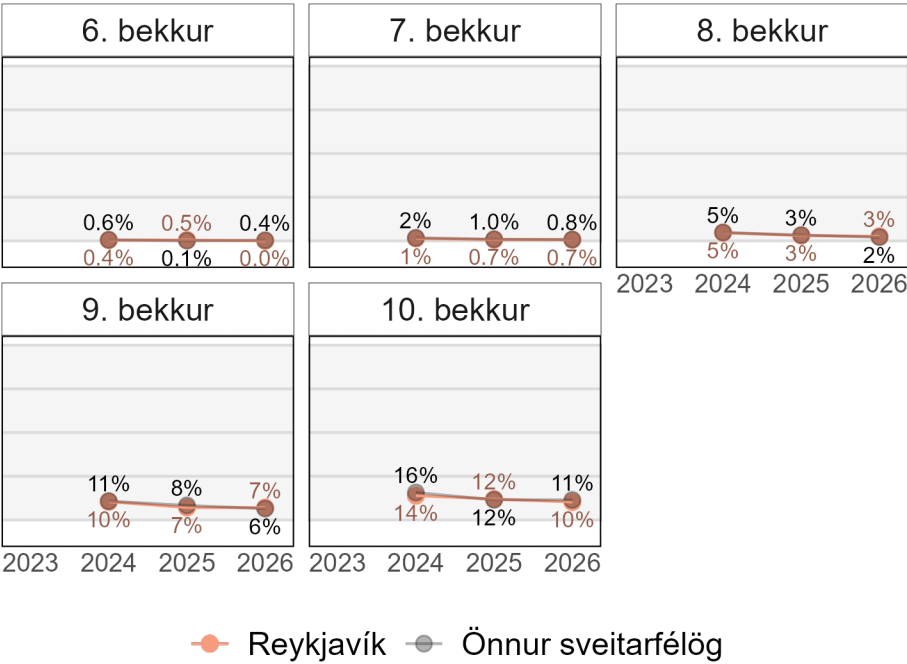
● Strákar ● Stelpur



Kynlíf og klám

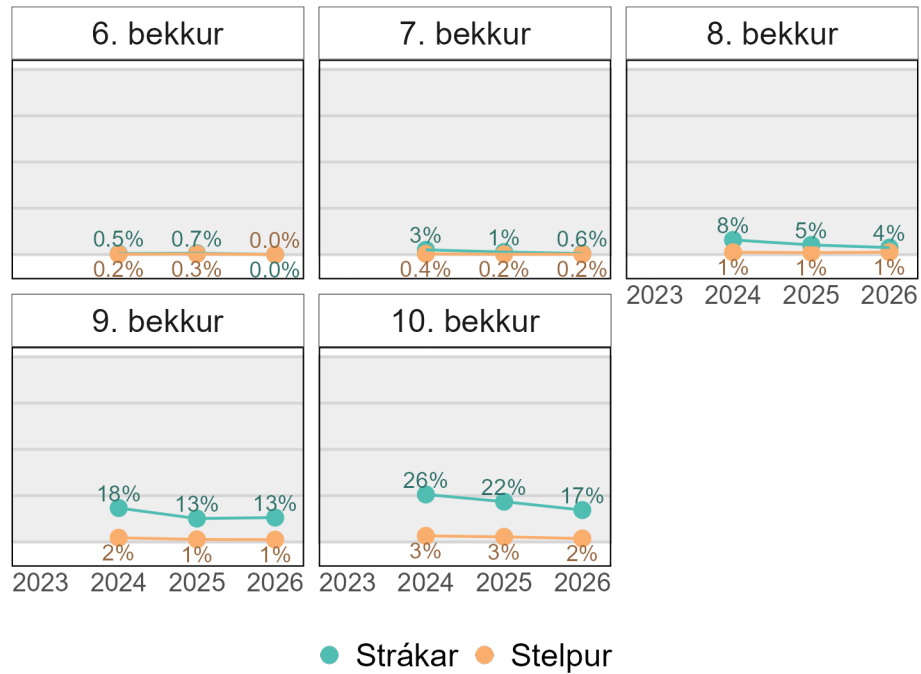
Klámnotkun

Þáttakendur eru spurðir hvort þeir hafi horft á klám á undanfögnu ári. Hafi þeir horft oftar en 10 sinnum eru þeir spurðir hvað þeir horfja venjulega oft á klám. Myndin sýnir hlutfall svarenda sem horfa á klám vikulega eða oftar.





Þáttakendur eru spurðir hvort þeir hafi horft á klám á undanfögnu ári. Hafi þeir horft oftar en 10 sinnum eru þeir spurðir hvað þeir horfja venjulega oft á klám. Myndin sýnir hlutfall svarenda sem horfa á klám vikulega eða oftar.



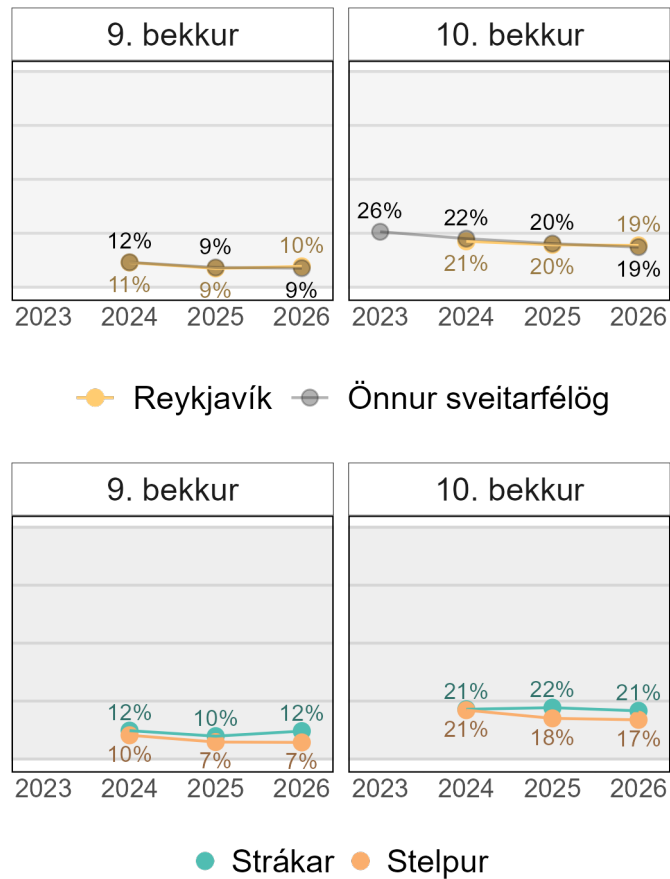
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Hafa stundað kynlíf

Spurning: „Hefur þú einhvern tímann stundað kynlíf (stundum kallað að sofa hjá)?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Já, með strák“, „Já, með stelpu“, „Já, með einhverjum sem er kynsegin“ eða „Já, með einstaklingum af fleiri en einu kyni“



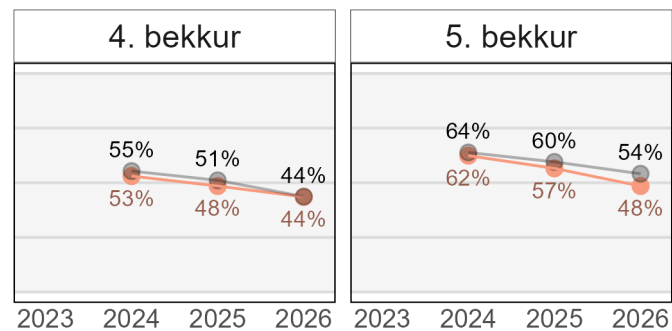


Samfélagsmiðlar

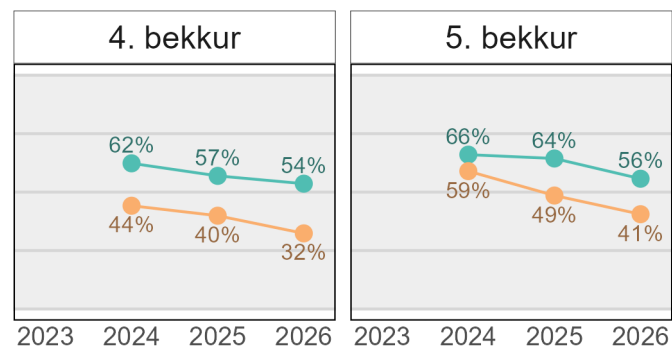
Samfélagsmiðlanotkun

Spurning: „Okkur langar að vita um hvernig þú notar samfélagsmiðla, eins og t.d. TikTok, YouTube, Roblox, Facebook eða spjallþræði, eins og Snapchat, Discord, Messenger eða WhatsApp. Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft notaðir þú samfélagsmiðla?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög oft“ eða „Frekar oft“



Reykjavík Önnur sveitarfélög



Strákar Stelpur

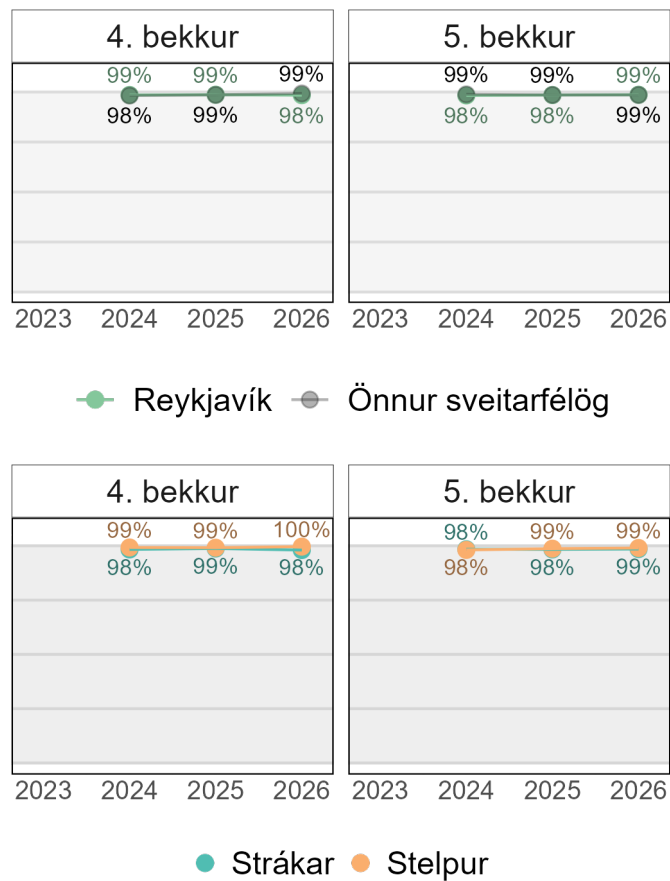


Vinátta

Eiga góða vini eða góðar vinkonur

Spurning: „Átt þú góða vini?“

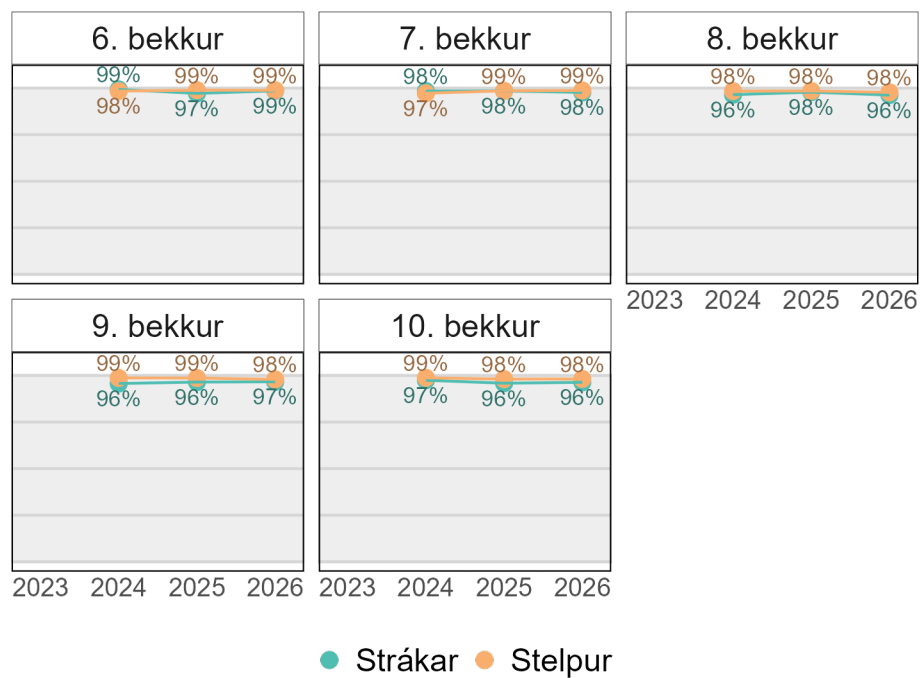
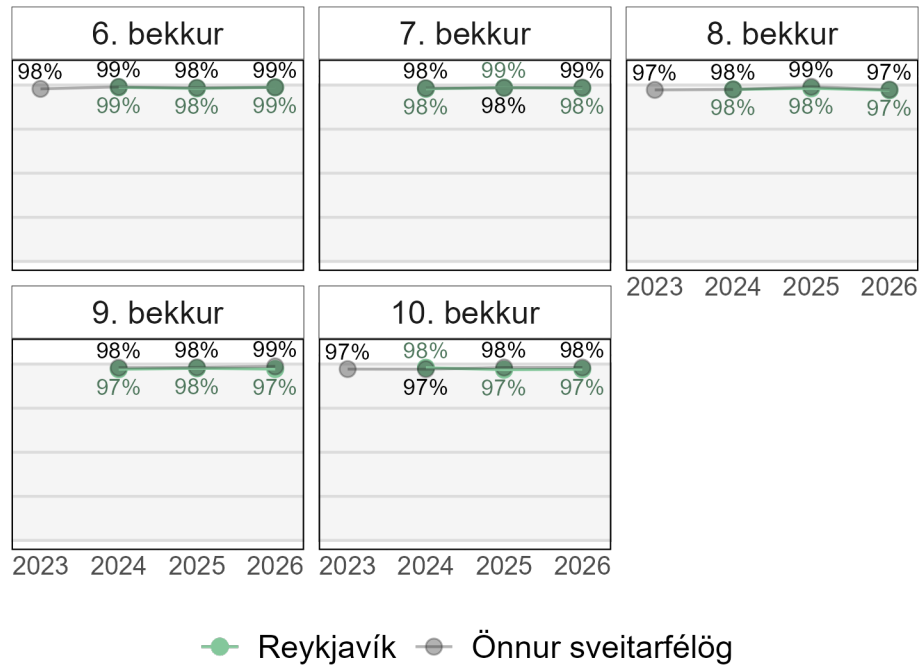
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Já, ég á einn góðan vin“ eða „Já, ég á fleiri en einn góðan vin“





Spurning: „Hversu marga góða vini eða góðar vinkonur átt þú?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1“ „2“ „3“ „4“ eða „Fleiri en fjóra/fjórar“

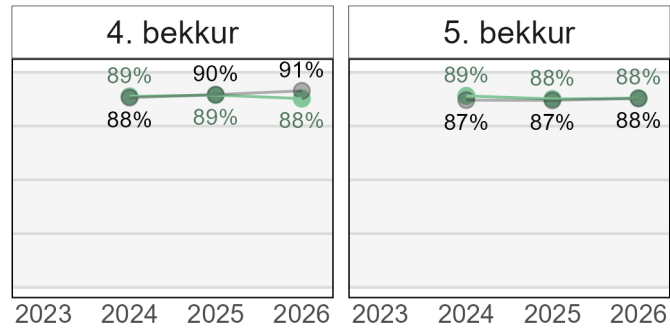


Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta

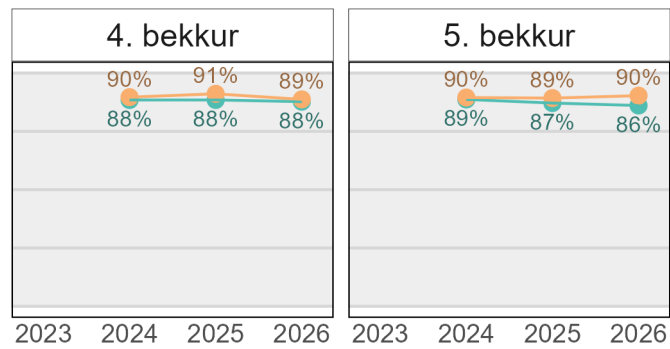


Spurning: „Finnst þér gaman að fá vini heim til þín?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög gaman“ eða „Frekar gaman“



Reykjavík Önnur sveitarfélög

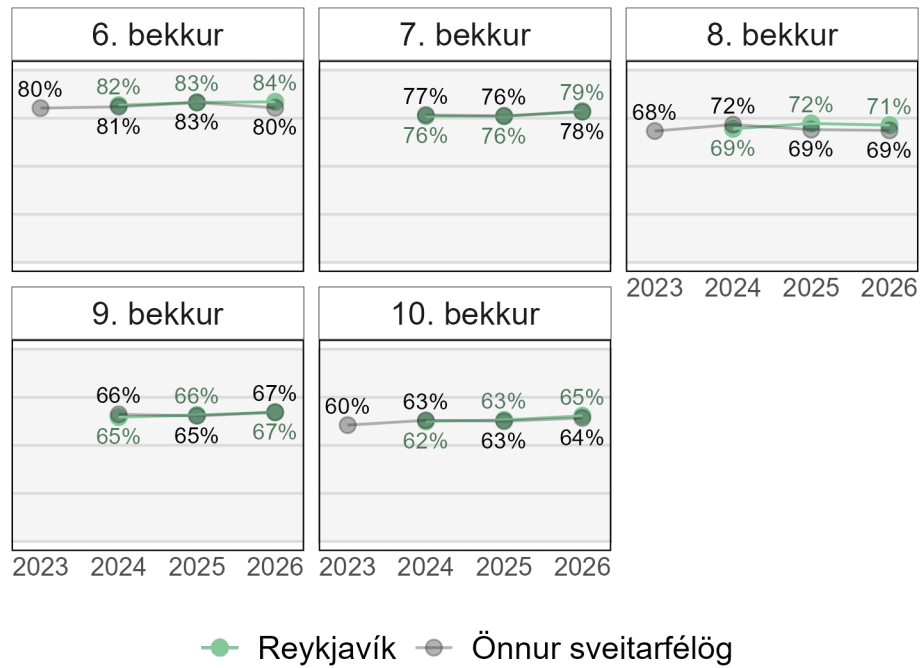


Strákar Stelpur



Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ert þú þessari staðhæfingu? Mér finnst gaman að bjóða vinum mínum heim til mín“

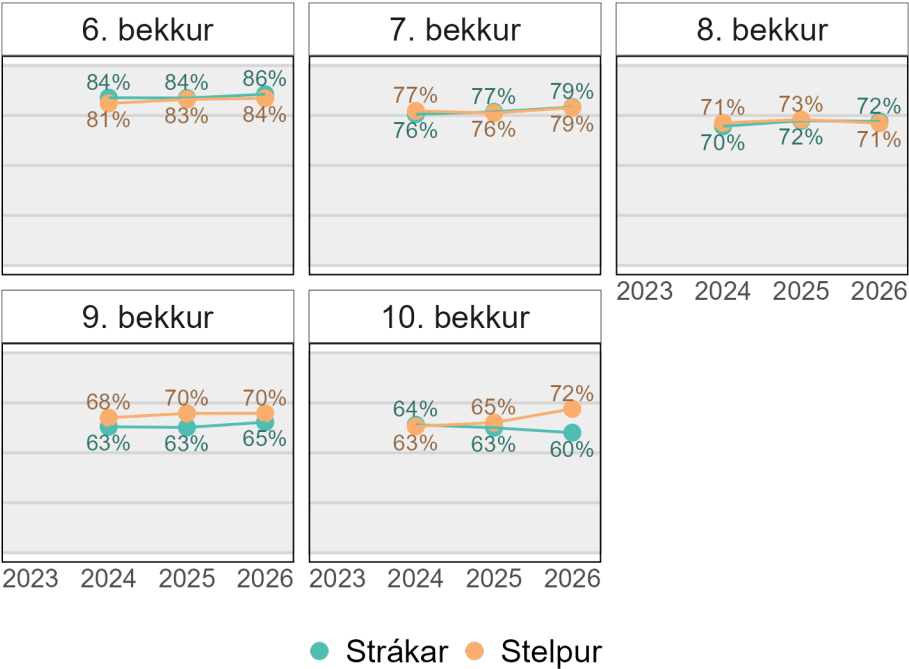
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“





Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ert þú þessari staðhæfingu? Mér finnst gaman að bjóða vinum mínum heim til mín“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“

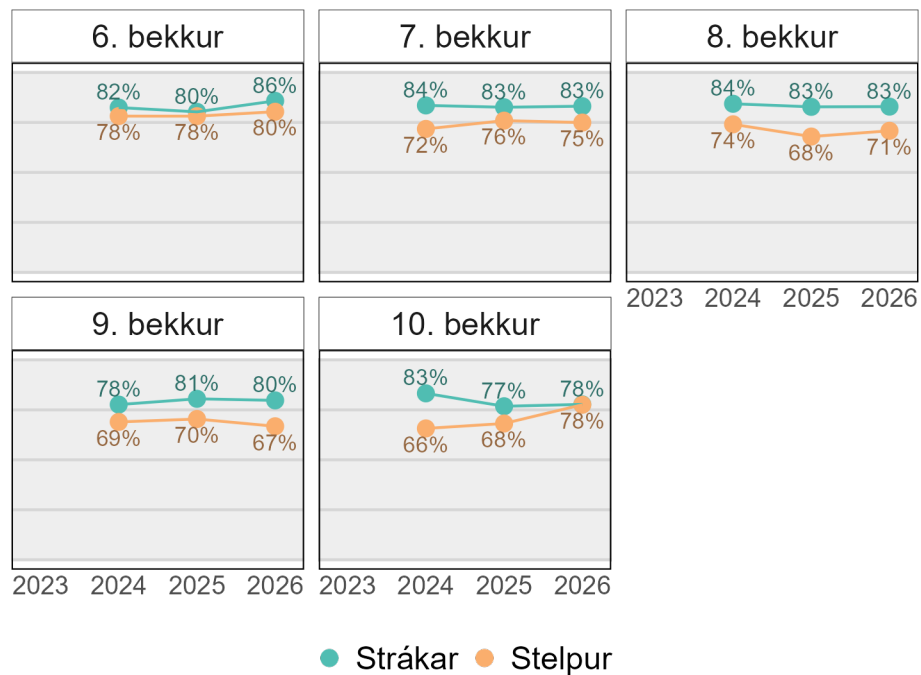
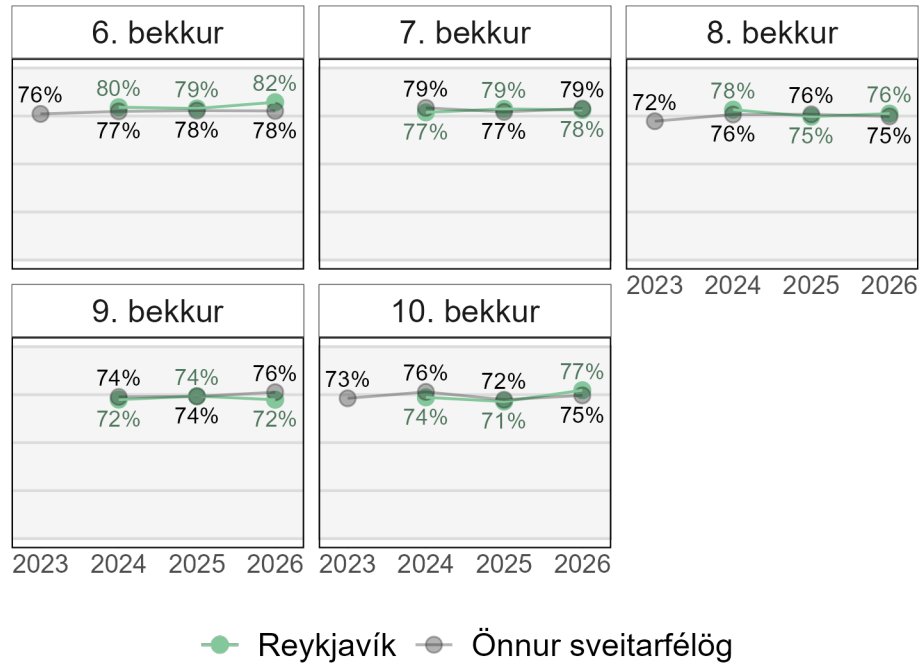


Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Spurning: „Hversu auðvelt eða erfitt áttu með að eignast nýja vini?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög auðvelt“ eða „Frekar auðvelt“



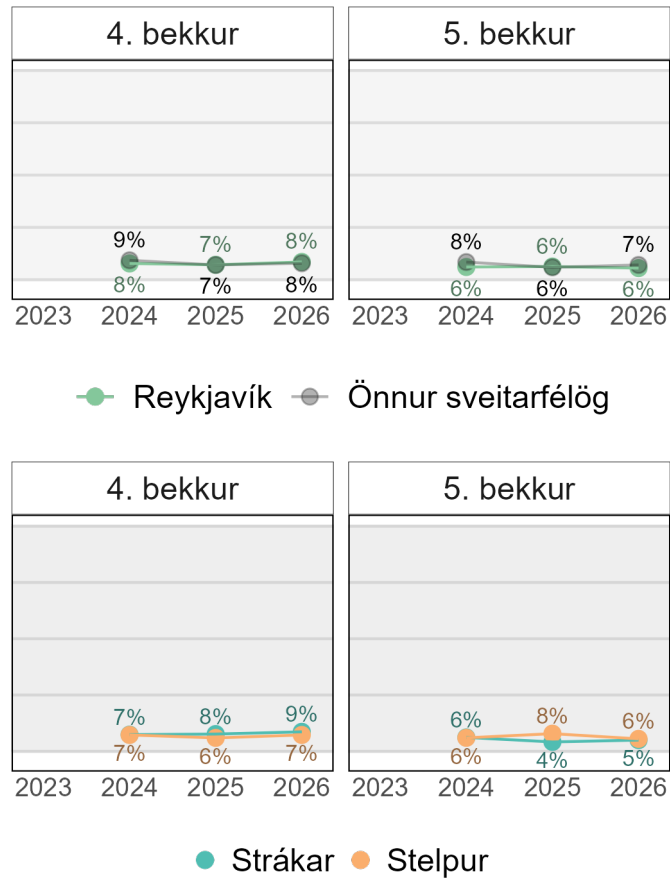
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Einmanaleiki

Spurning: „Hversu oft hefur þú verið einmana í 4./5. bekk?“

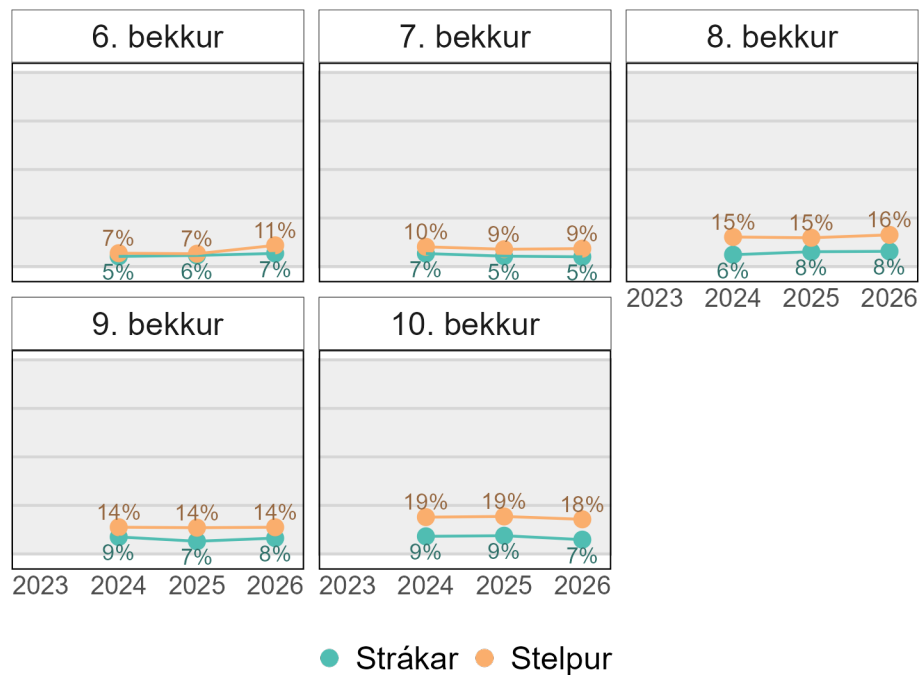
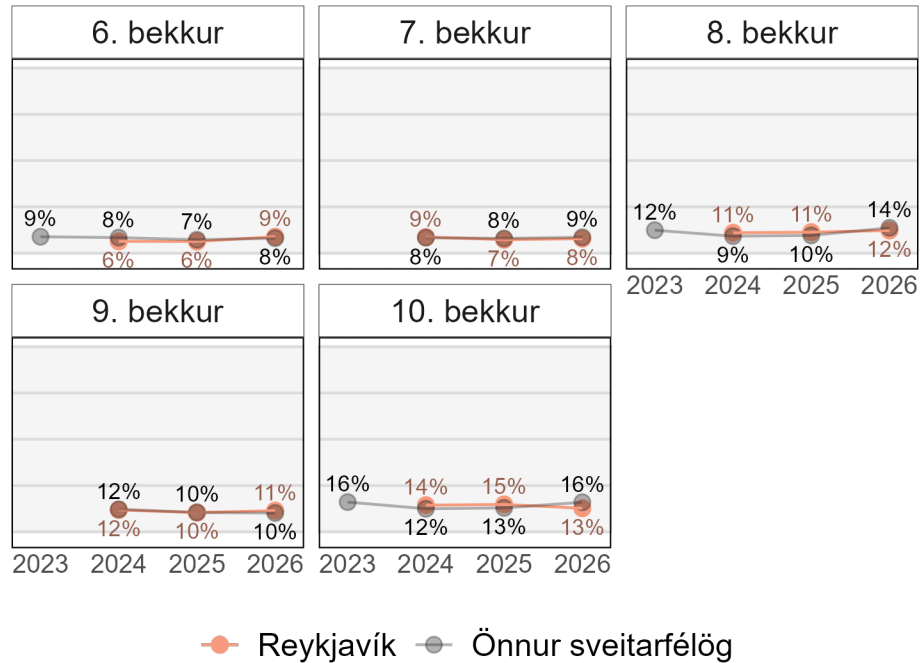
Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





Spurning: „Síðastliðna 12 mánuði, hversu oft hefur þér fundist þú einmana?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Alltaf“ eða „Oft“



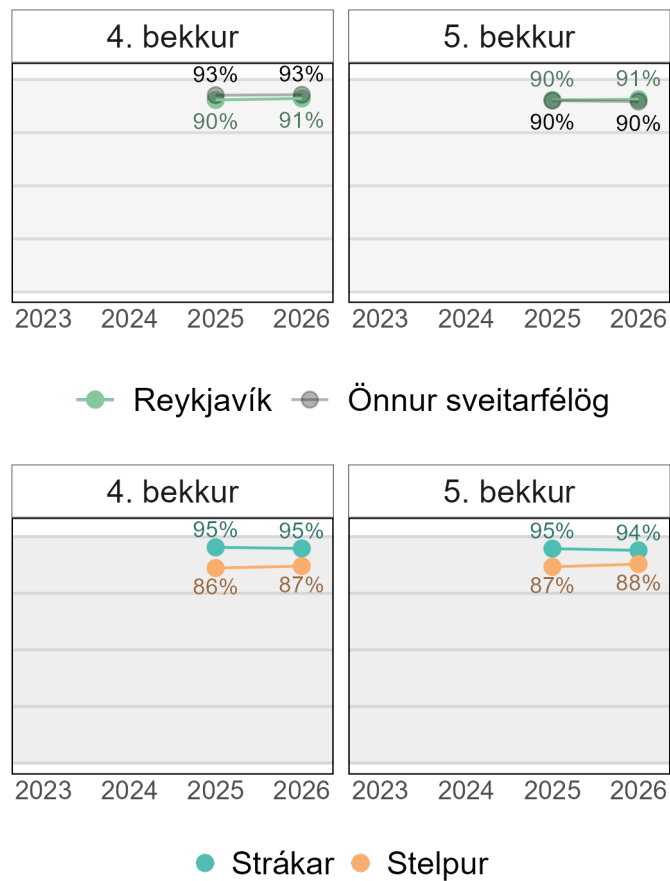


Íþróttir og tómstundir

Íþróttir

Spurning: „Merktu við allt sem passar við þig:“

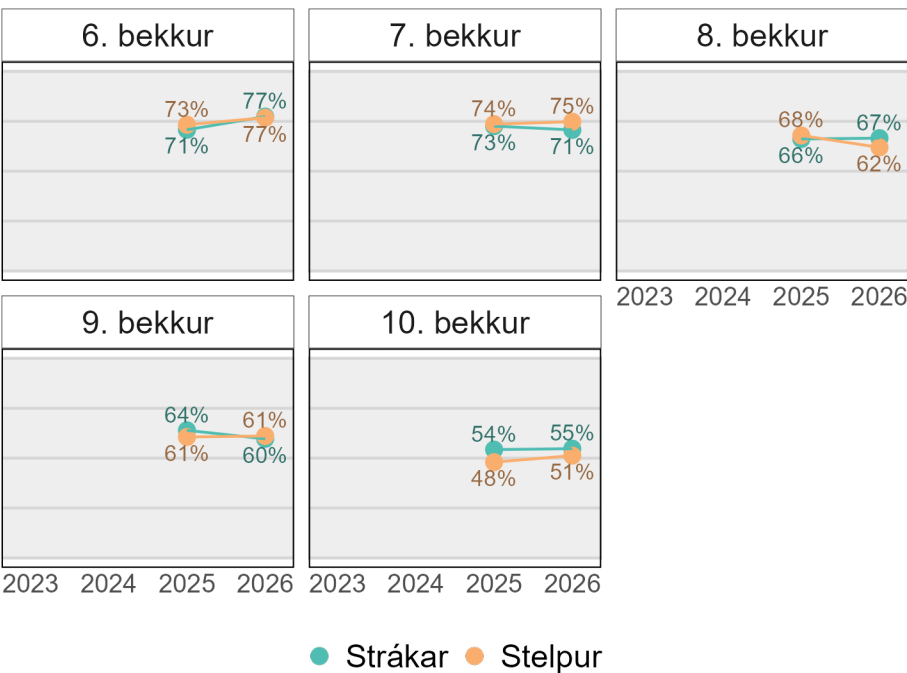
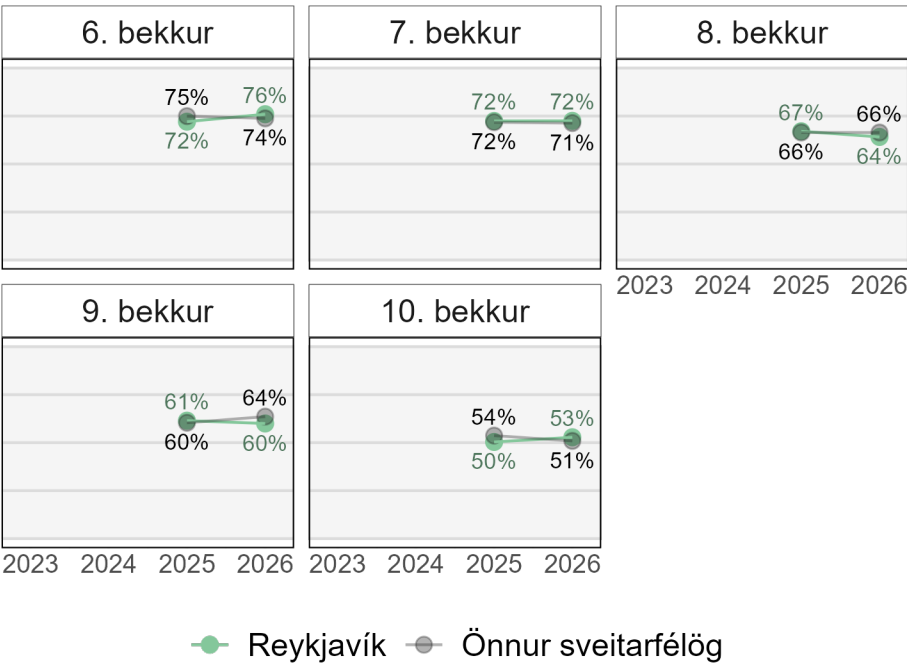
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Ég æfi eina íþrótt“ eða „Ég æfi meira en eina íþrótt“





Reglulegar íþróttir

Hlutfall þeirra sem æfa sína íþrótt að minnsta kosti tvisvar í viku



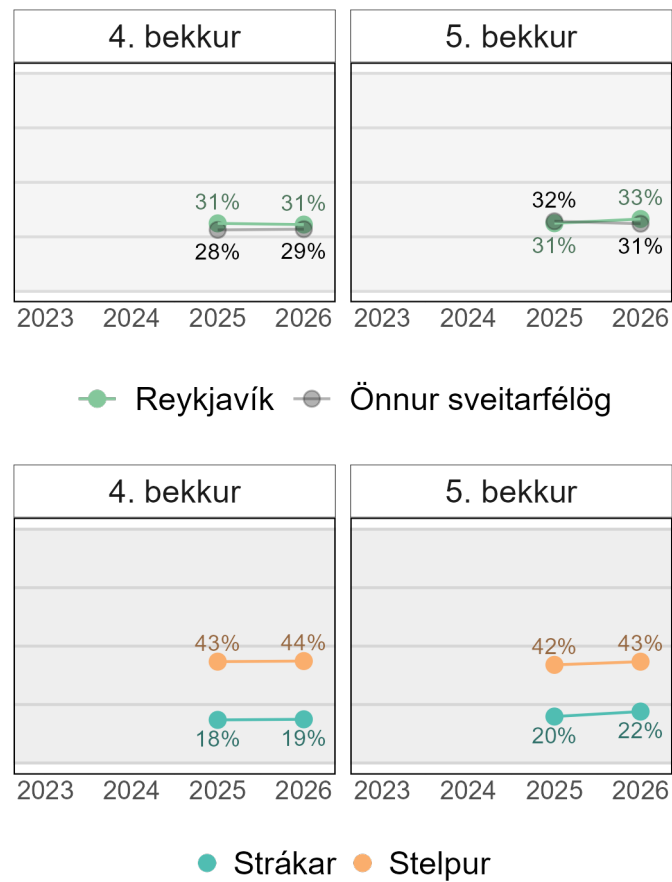
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Listnám eða listastarf

Spurning: „Merktu við allt sem passar við þig:“

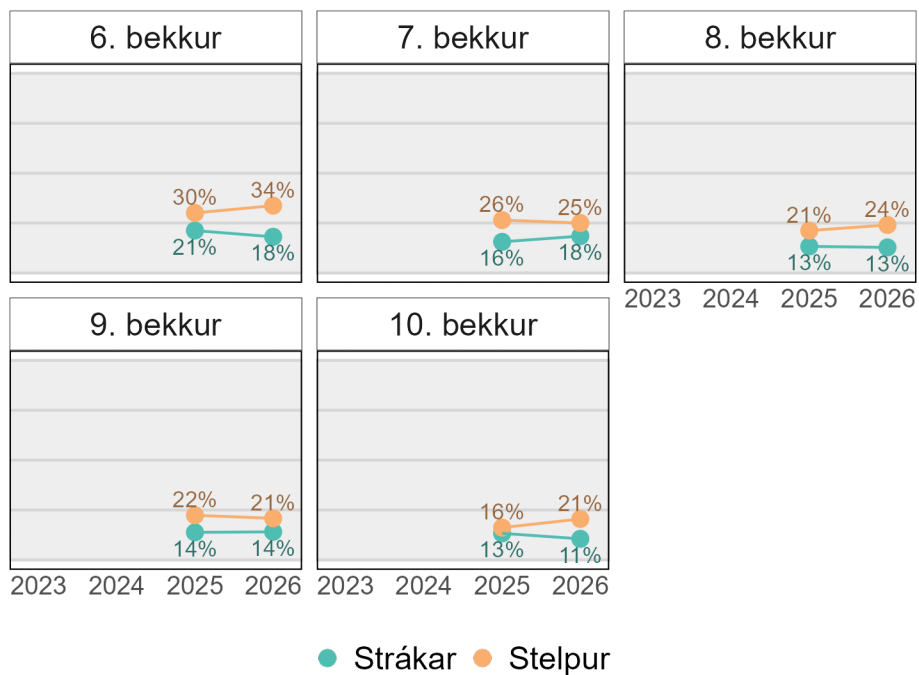
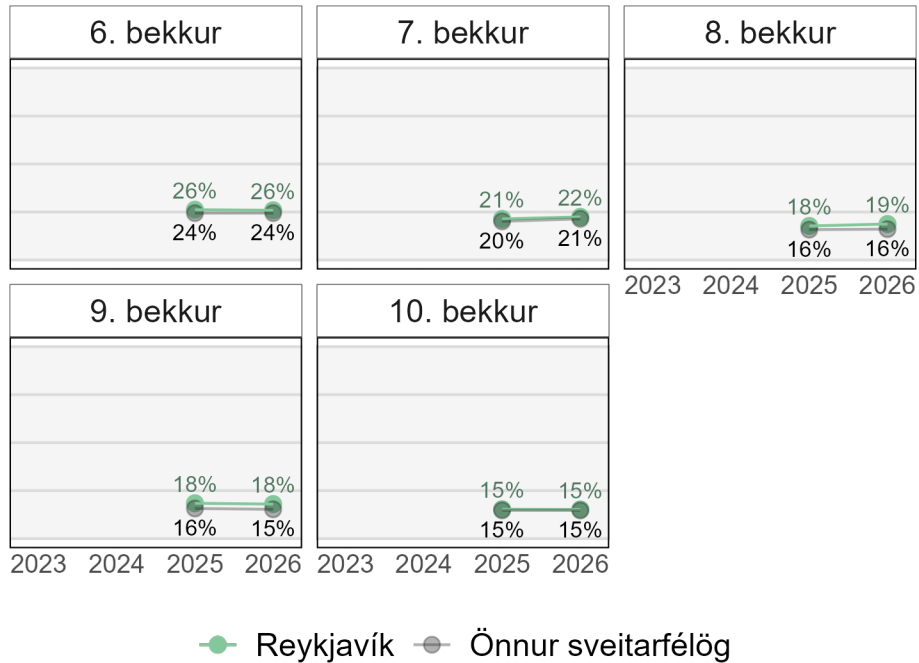
Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Ég stunda listnám (t.d. tónlist, myndlist, leiklist, dans, syng í kór)“





Reglulegt listnám eða listastarf

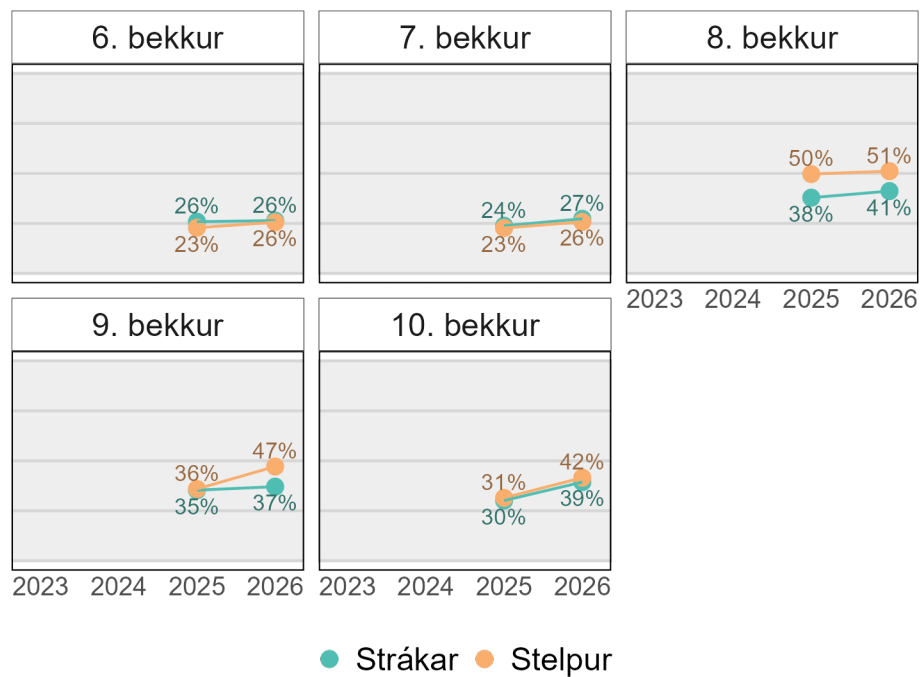
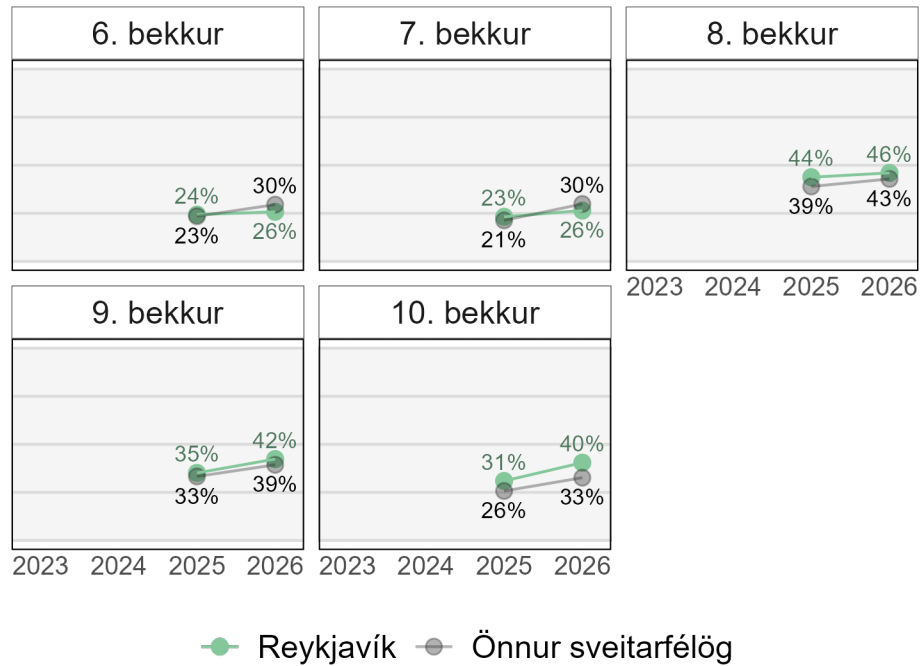
Hlutfall þeirra sem stundar listnám eða listastarf vikulega eða oftár



Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Hlutfall nemenda sem sækir félagsmiðstöð 2-4 sinnum í mánuði eða oftar



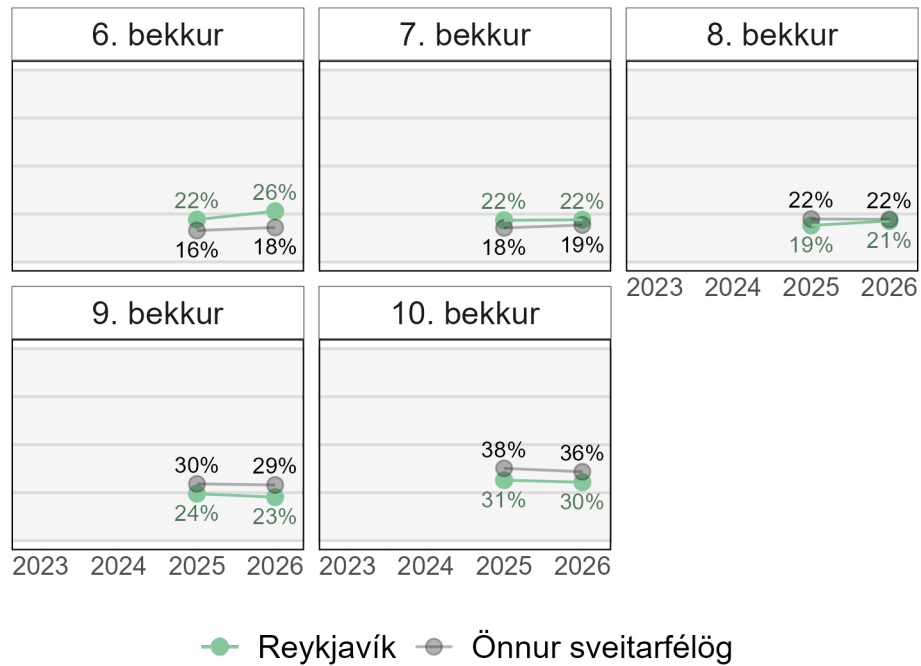
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Ungmennaráð og réttindaráð

Spurningar: „Hefur þú tekið þátt í nemendaráði í skólanum þínum?“ og „Hefur þú tekið þátt í ungmennaráði, réttindaráði, skólaráði, umhverfisteymi eða slíku starfi í skólanum þínum eða sveitarfélaginu þínu?“

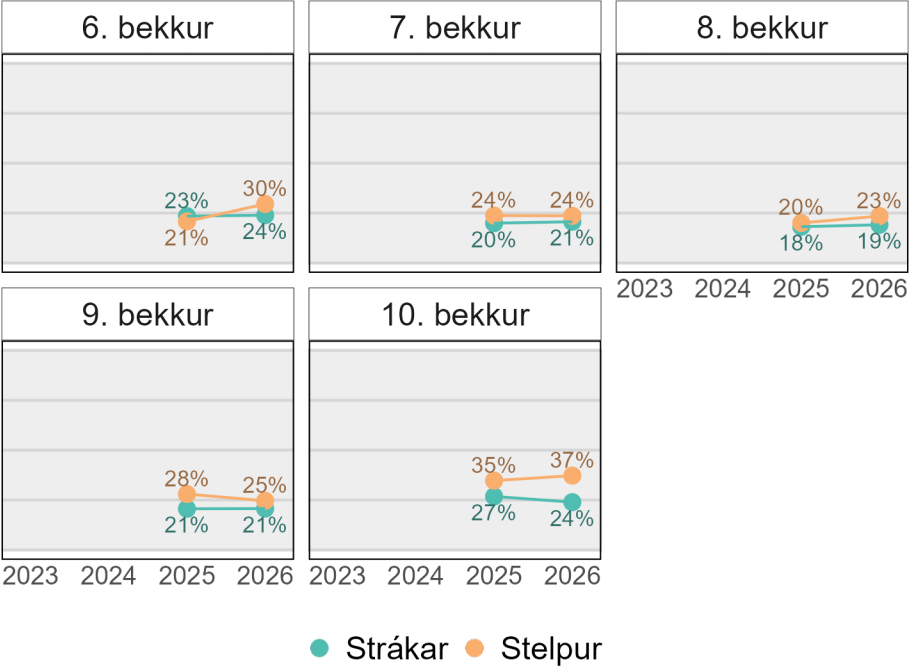
Hlutfall sem svarar annarri eða báðum játandi





Spurningar: „Hefur þú tekið þátt í nemendaráði í skólanum þínum?“ og „Hefur þú tekið þátt í ungmennaráði, réttindaráði, skólaráði, umhverfisteymi eða slíku starfi í skólanum þínum eða sveitarfélaginu þínu?“

Hlutfall sem svarar annarri eða báðum játandi



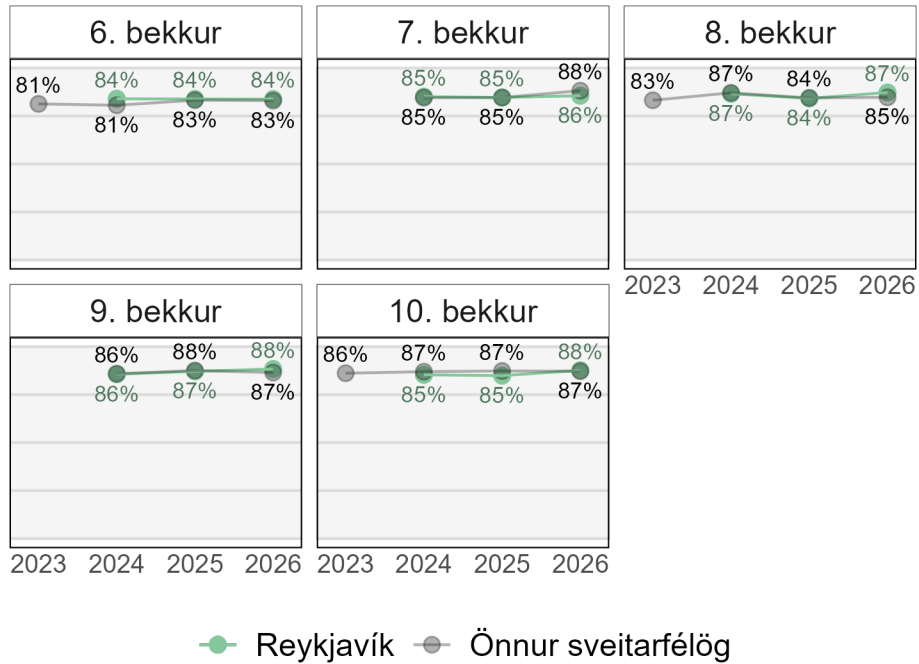
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Spurning: „Getur þú fengið að vera einhvers staðar í ró og næði heima hjá þér þegar þú þarft að vinna heimavinnu?“

Hlutfall sem hakar við: „Já, alltaf“ eða „Já, oftast“

Þeir svarendur sem segjast ekki fá heimavinnu eru ekki með í tölum

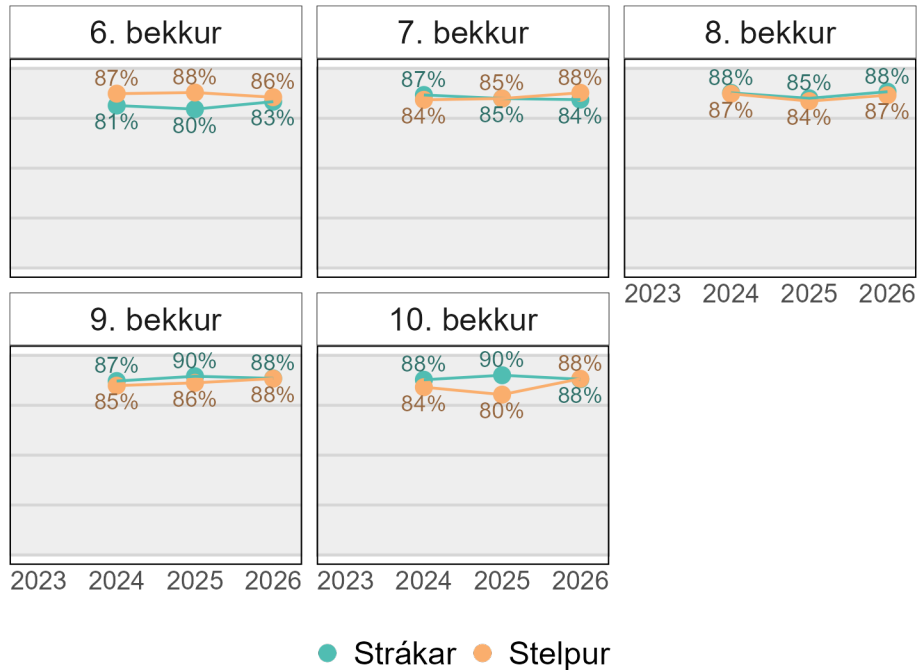




Spurning: „Getur þú fengið að vera einhvers staðar í ró og næði heima hjá þér þegar þú þarft að vinna heimavinnu?“

Hlutfall sem hakar við: „Já, alltaf“ eða „Já, oftast“

Þeir svarendur sem segjast ekki fá heimavinnu eru ekki með í tölum



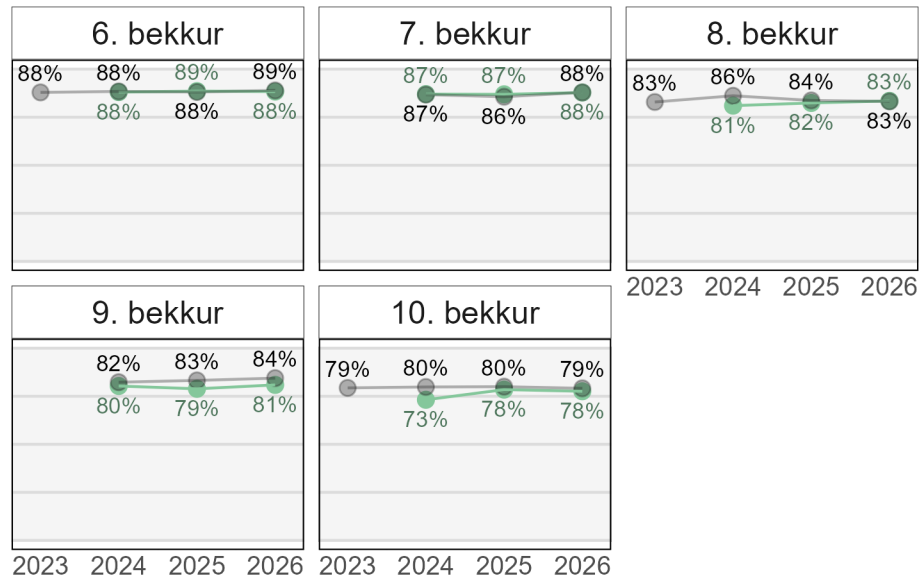
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



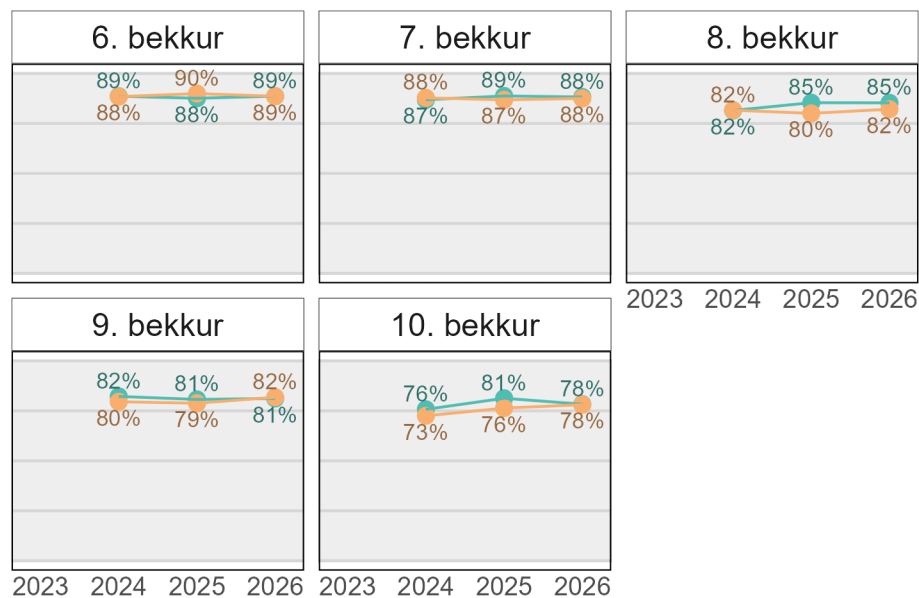
Meta fjárhagsstöðu heimilis góða

Spurning: „Hversu gott telur þú fjölskyldu þína hafa það peningalega?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög gott“ eða „Gott“



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög



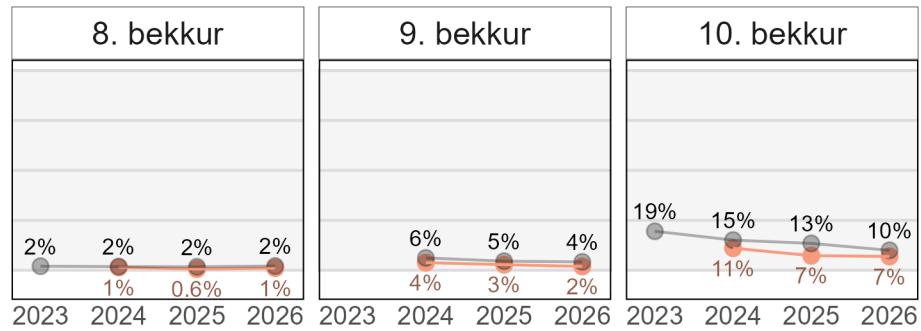
● Strákar ● Stelpur

Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta

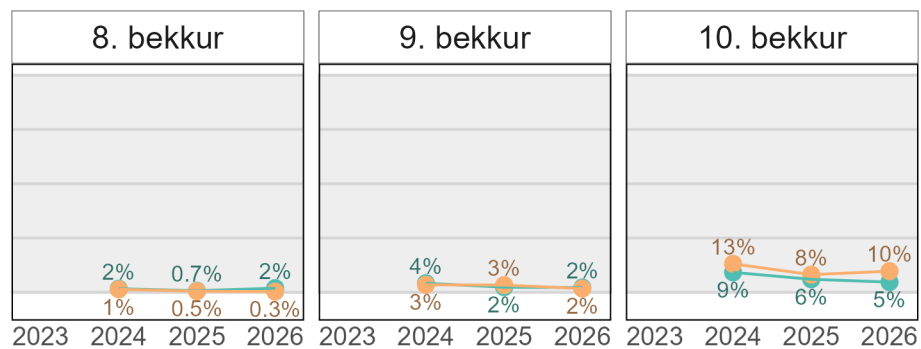


Vinna með skóla

Þátttakendur eru spurðir hvort þeir séu í vinnu með skóla þar sem þeir fá laun. Svari þeir játandi eru þeir spurðir hversu marga tíma þeir unnu í síðustu viku. Myndin sýnir hlutfall sem vann 10 tíma eða meira.



—●— Reykjavík —●— Önnur sveitarfélög



● Strákar ● Stelpur

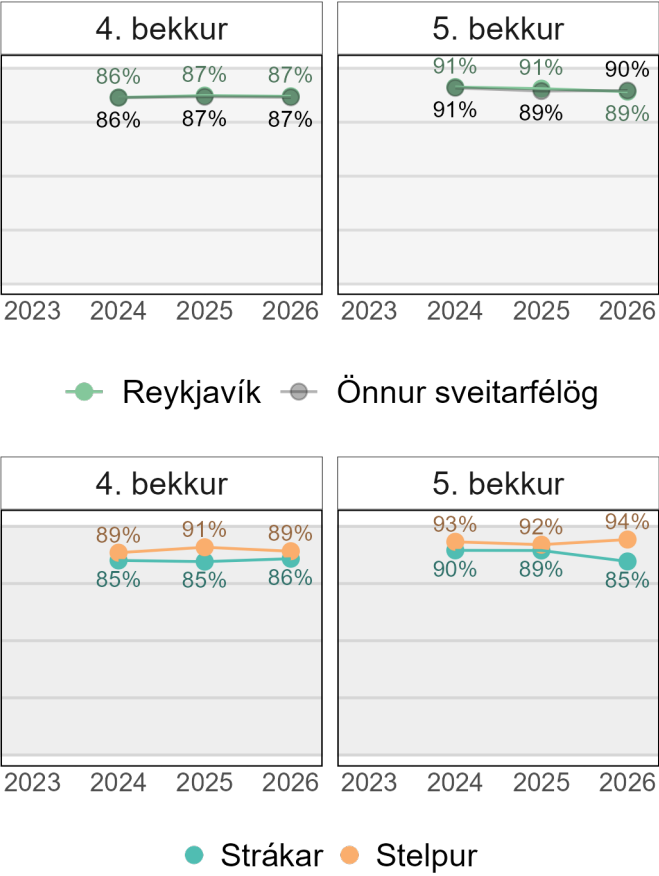
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Aðstoð við heimanám

Spurning: „Getur einhver á heimilinu hjálpað þér með heimanám?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Já, alltaf“ eða „Já, oftast“

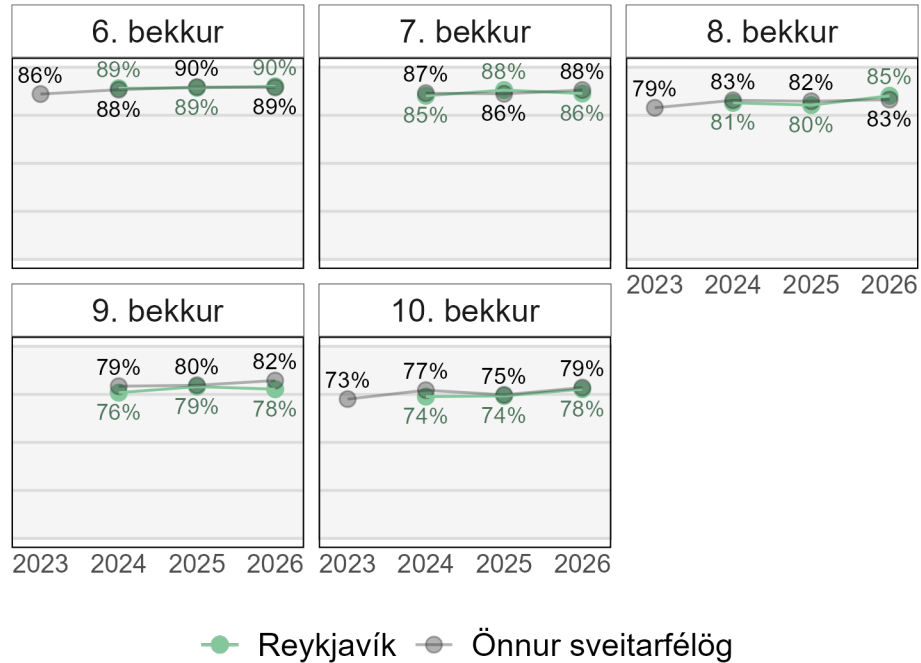




Spurning: „Getur einhver á heimilinu hjálpað þér með heimanám þegar þú þarft það?“

Hlutfall sem hakar við: „Já, alltaf“ eða „Já, oftast“

Þeir svarendur sem segjast ekki fá heimavinnu eru ekki með í tölum

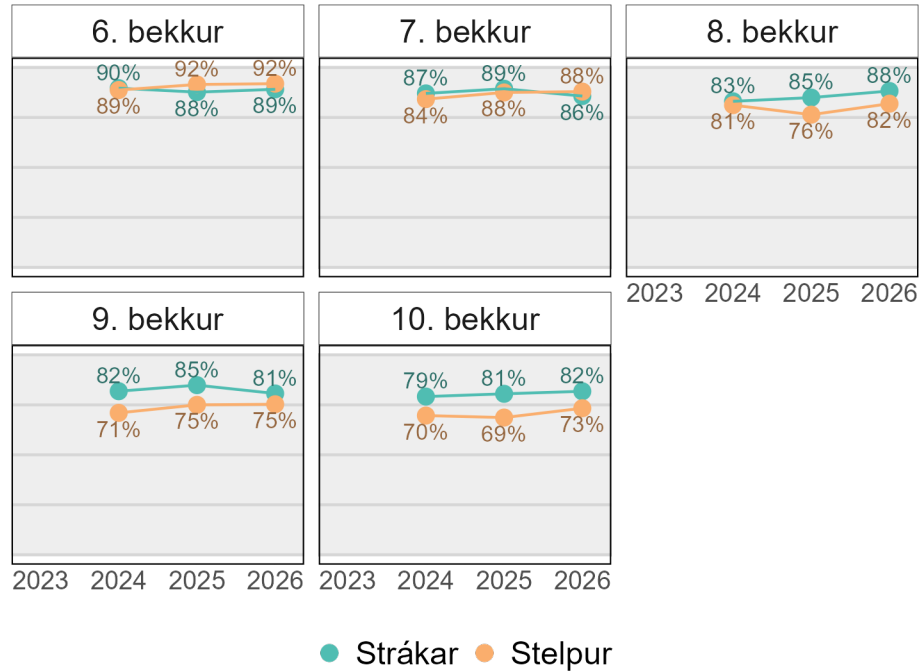




Spurning: „Getur einhver á heimilinu hjálpað þér með heimanám þegar þú þarft það?“

Hlutfall sem hakar við: „Já, alltaf“ eða „Já, oftast“

Þeir svarendur sem segjast ekki fá heimavinnu eru ekki með í tölum



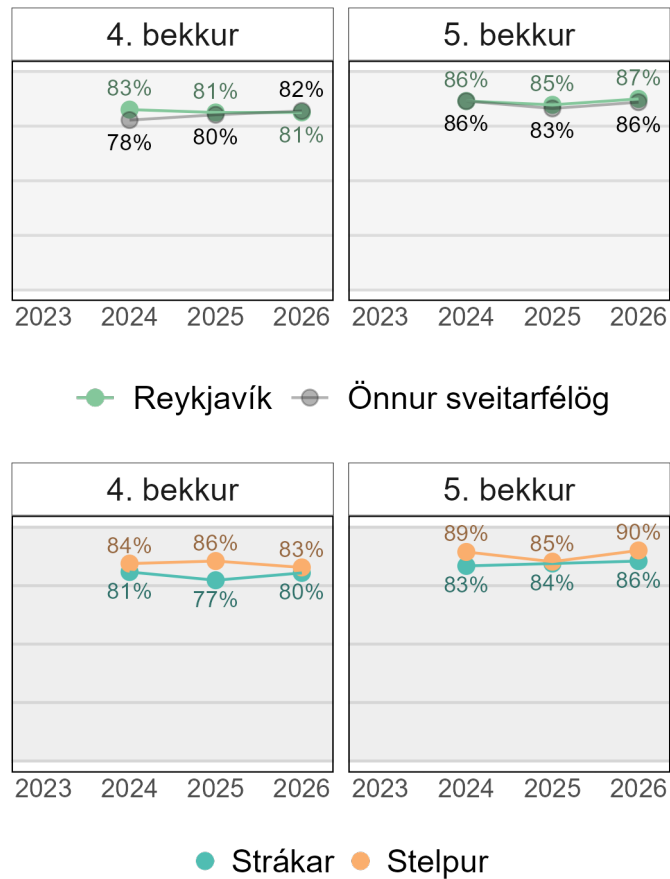
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Stuðningur frá fjölskyldu

Spurning: „Getur þú talað við foreldra þína eða einhvern annan fullorðinn á heimilinu þegar þú hefur áhyggjur eða líður illa?“

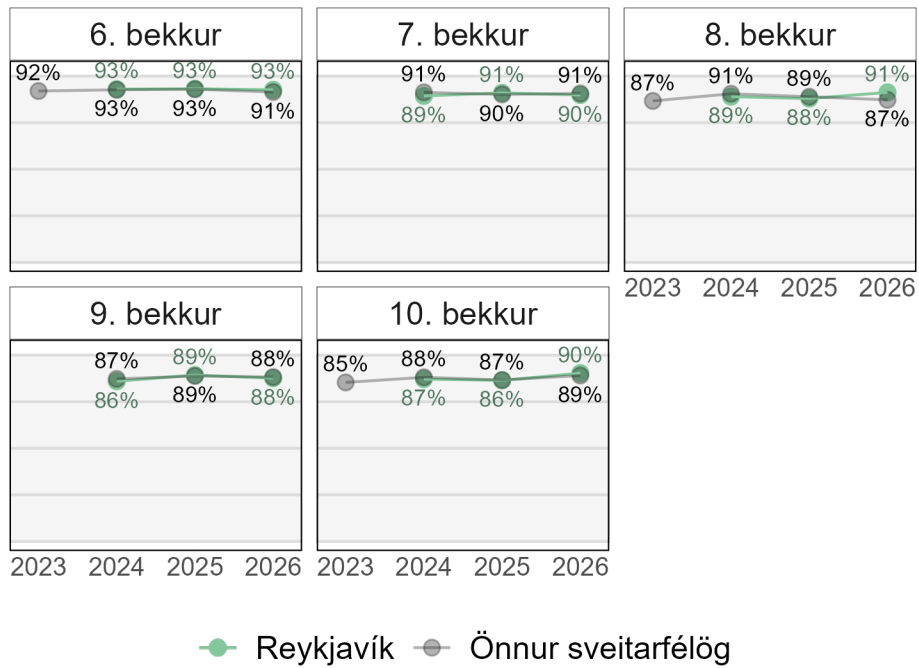
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Alltaf“ eða „Oftast“





Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ert þú þessari staðhæfingu? Ég fæ þann tilfinningalega stuðning og hjálp sem ég þarf frá fjölskyldu minni“

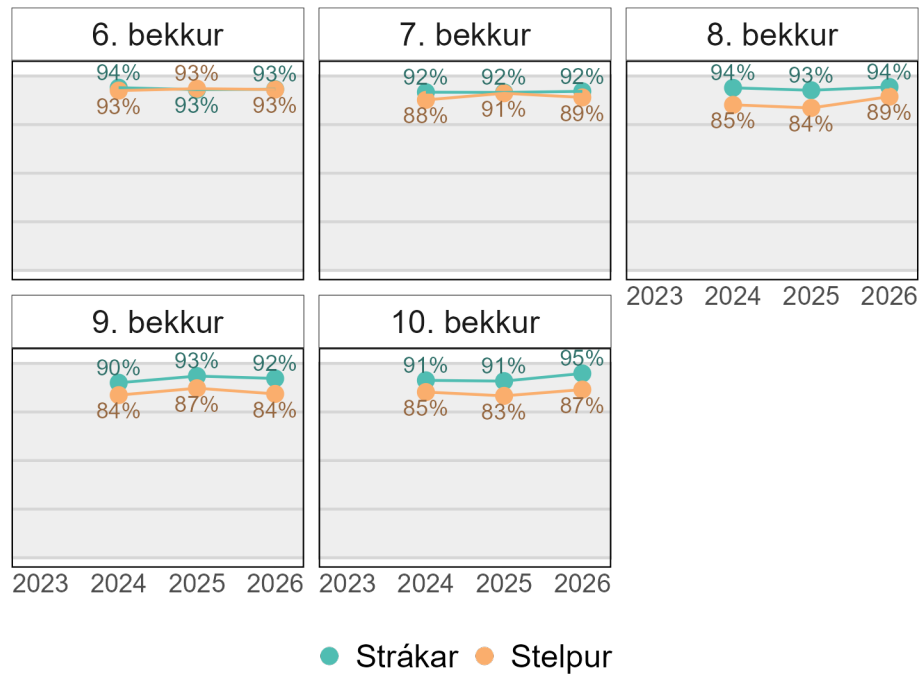
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“





Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ert þú þessari staðhæfingu? Ég fæ þann tilfinningalega stuðning og hjálp sem ég þarf frá fjölskyldu minni“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“



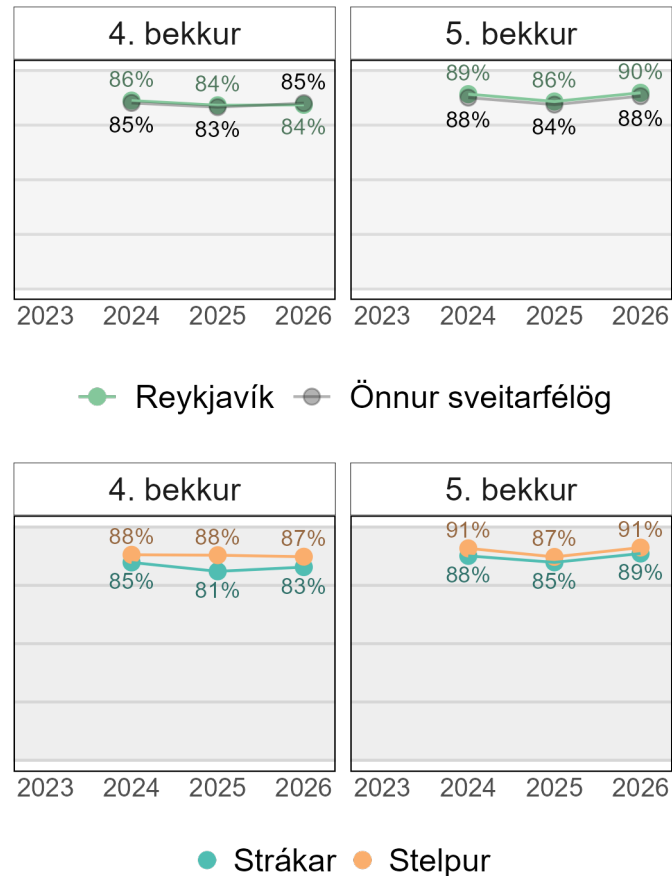
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Gera skemmtilega hluti með foreldrum

Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, gerðir þú eitthvað með foreldrum þínum (öðru eða báðum) sem þér fannst skemmtilegt (t.d. spjalla í rólegheitum, fara á íþróttaviðburði, í göngutúr, á kaffihús, í bíó)?“

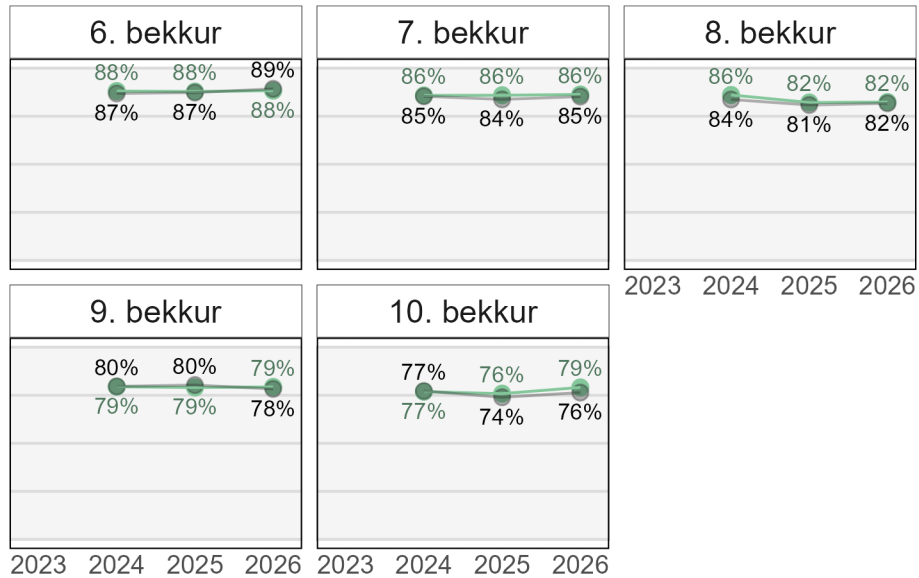
Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Já“





Spurning: „Hversu oft gerir þú eitthvað skemmtilegt með foreldrum þínum? (t.d. ferð í göngutúr, horfir á sjónvarp, spilar, spjallar, eldar mat, stundar útivist)“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Á hverjum degi“ „Oft í viku en ekki á hverjum degi“ eða „Einu sinni í viku“

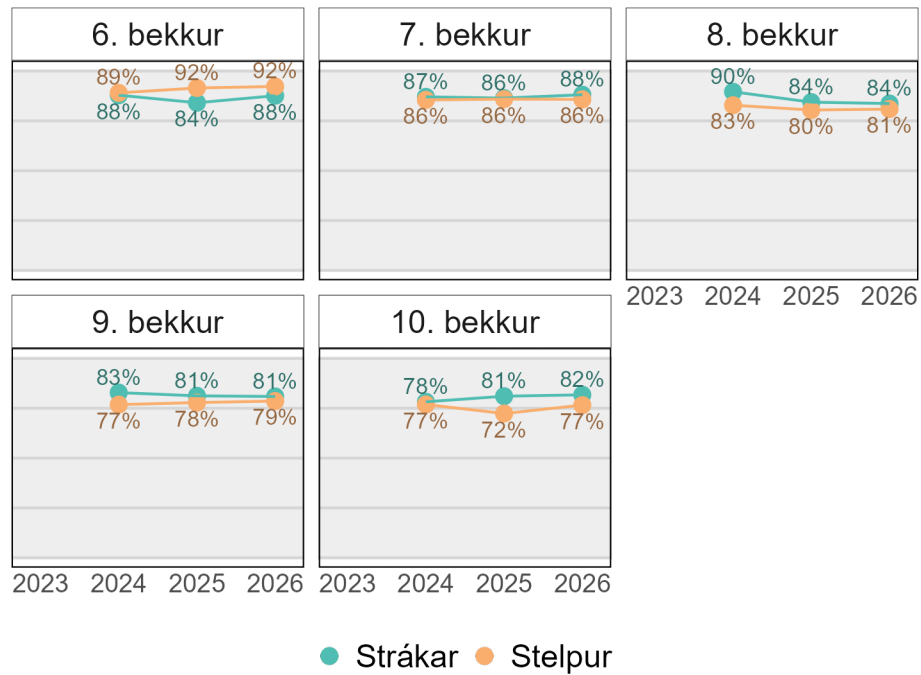


— Reykjavík — Önnur sveitarfélög



Spurning: „Hversu oft gerir þú eitthvað skemmtilegt með foreldrum þínum? (t.d. ferð í göngutúr, horfir á sjónvarp, spilar, spjallar, eldar mat, stundar útivist)“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Á hverjum degi“ „Oft í viku en ekki á hverjum degi“ eða „Einu sinni í viku“

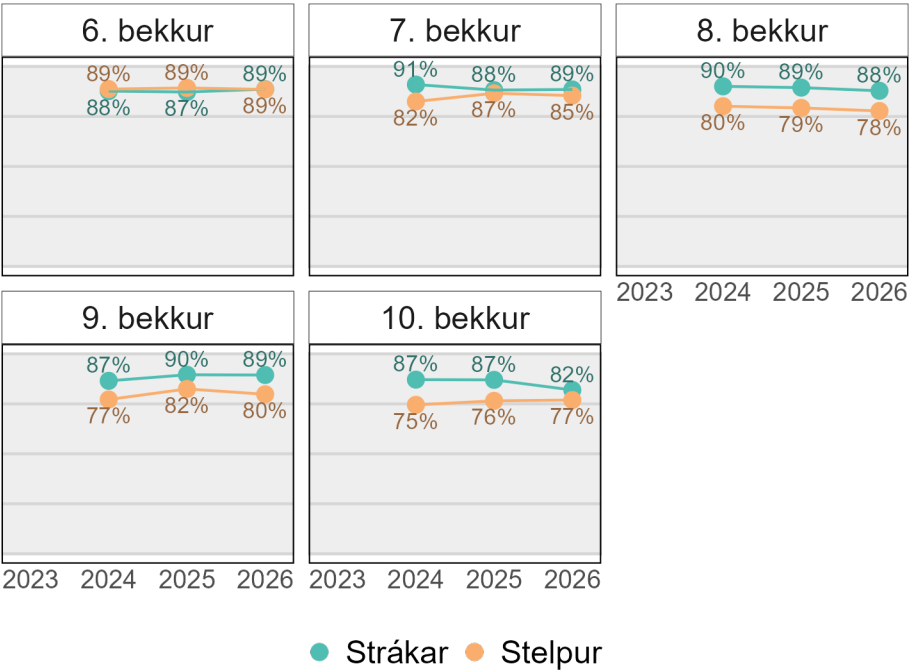
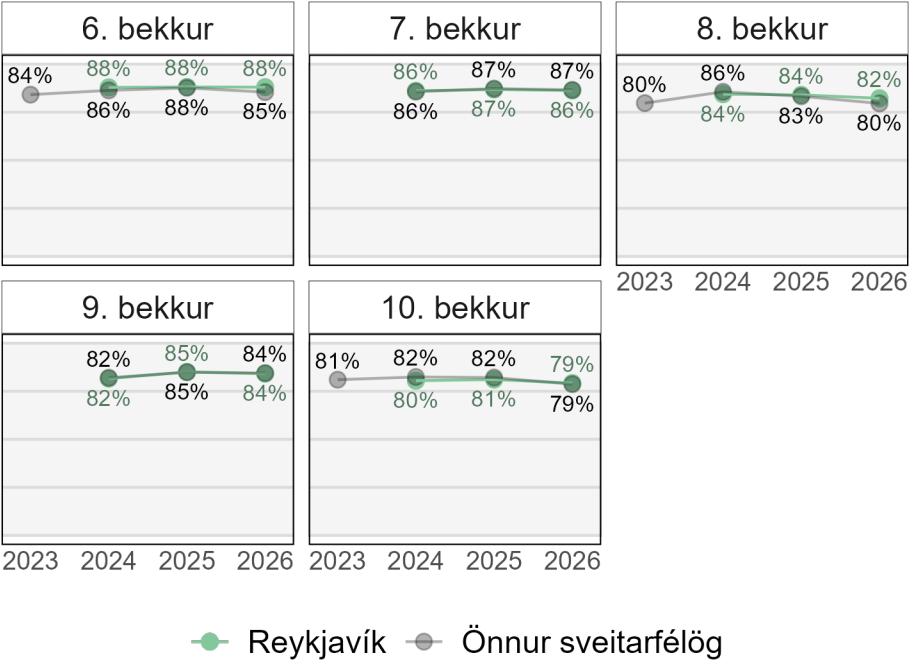


Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Samskipti við foreldra

Hlutfall svarenda sem á auðvelt með að ræða vandamál við að minnsta kosti annað foreldri sitt

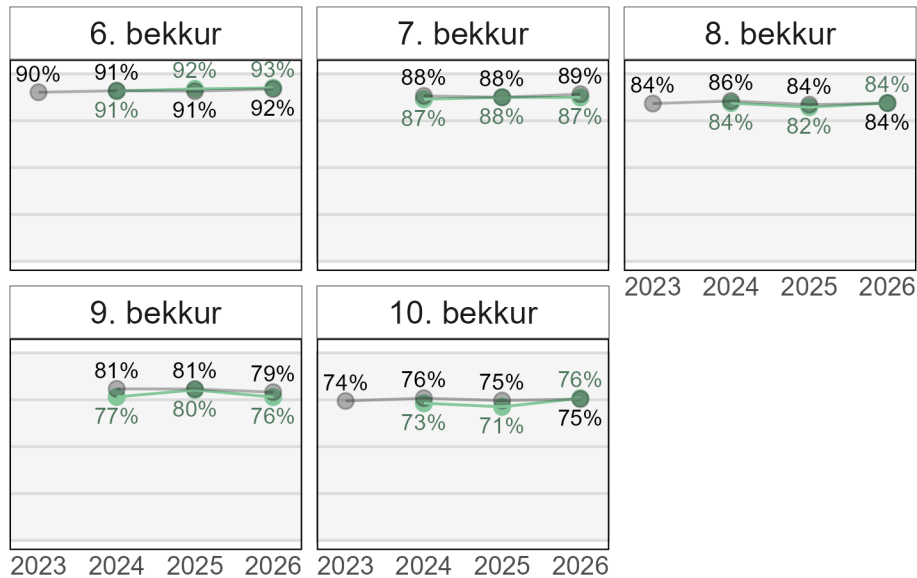




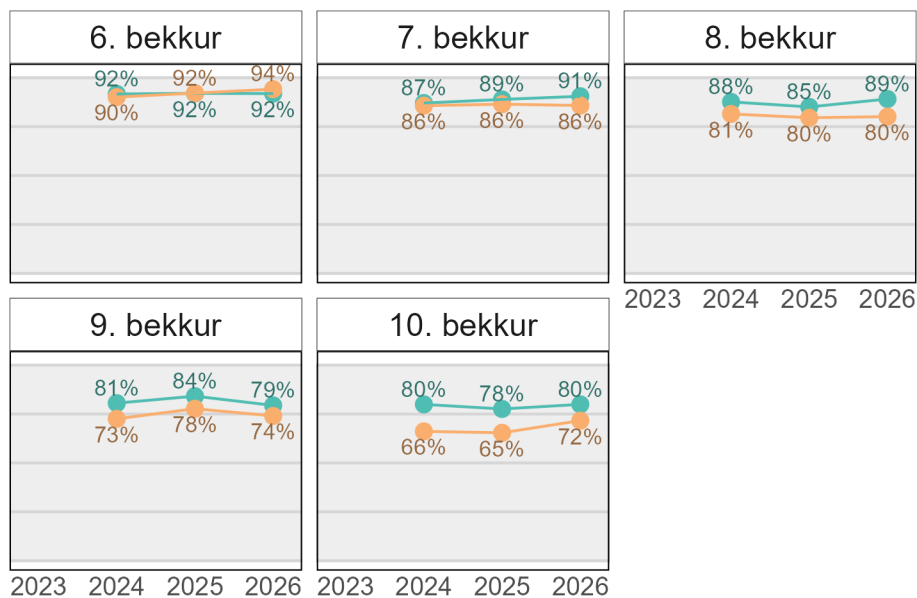
Matur með fjölskyldu

Spurning: „Hversu oft borðar þú kvöldmat með foreldrum þínum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Á hverjum degi“ eða „4-6 kvöld í viku“



● Reykjavík ● Önnur sveitarfélög



● Strákar ● Stelpur

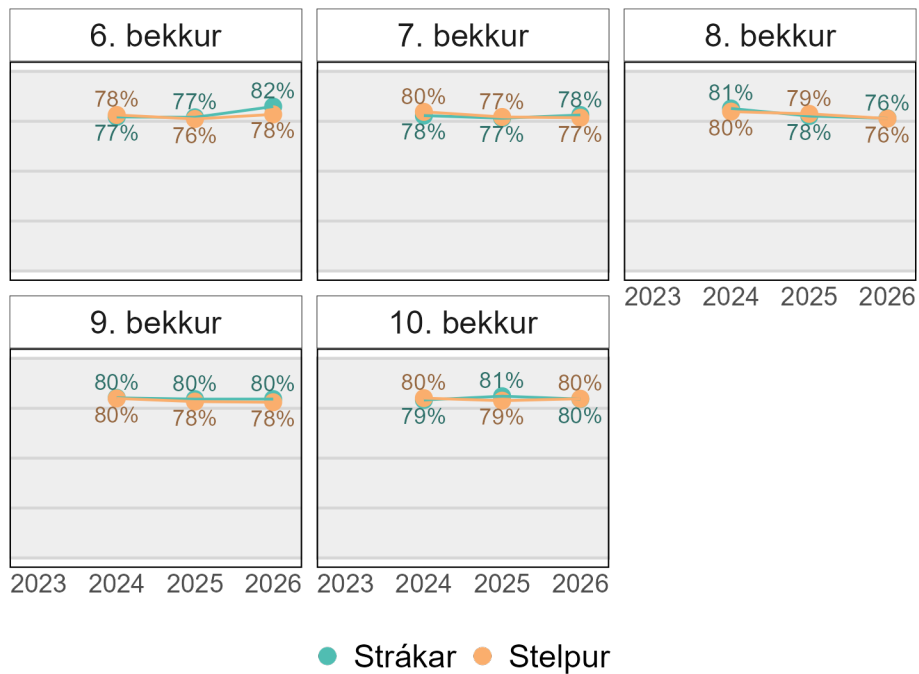
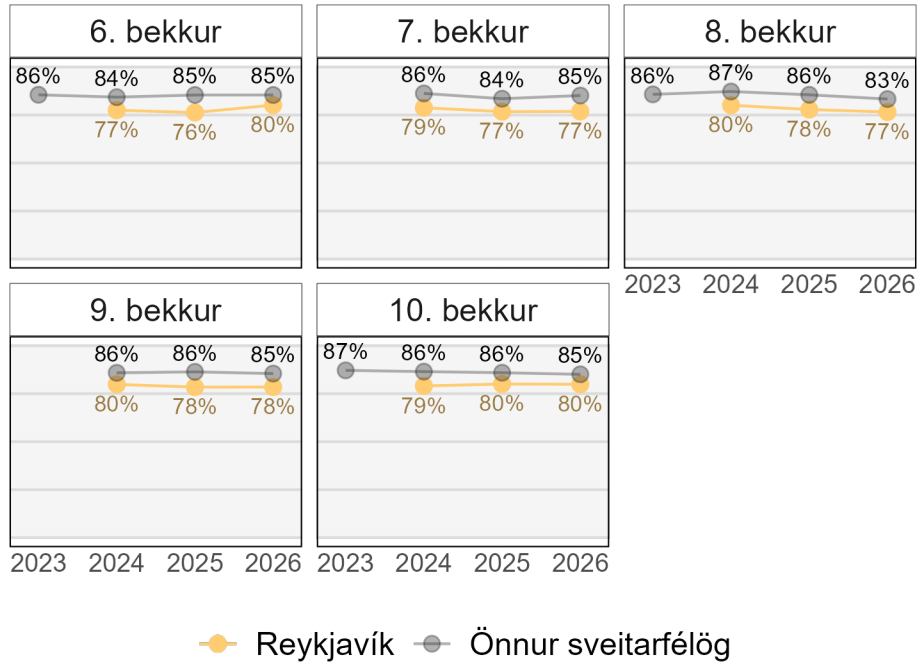
Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta



Íslenska aðaltungumál á heimili

Spurning: „Hvaða tungumál talar þú oftast við fjölskylduna þína?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Íslensku“



Þessi spurning var ekki notuð í HBSC-hluta