



RANNSÓKNIR & GREINING
Icelandic Centre for Social Research & Analysis

Lýðheilsa framhaldsskólanema

Niðurstöður rannsókna meðal framhaldsskólanema
á Íslandi í nóvember 2021

Heildarniðurstöður

Niðurstöður rannsókna meðal framhaldsskólanema á Íslandi í nóvember 2021

Heildarniðurstöður

©Rannsóknir & greining 2022

Margrét Lilja Guðmundsdóttir, Jón Sigfússon, Erla María Tölgyes, Ingibjörg Eva Þórisdóttir,
Þorfinnur Skúlason, Steinunn Sigurjónsdóttir, Inga Dóra Sigfúsdóttir og Álfgeir Logi
Kristjánsson

Rit þetta má ekki afrita með nokkrum hætti, svo sem með ljósmyndun, prentun, hljóðritun eða á sambærilegan hátt, að hluta eða í heild, án skriflegs leyfis Rannsókna og greiningar.

Efnisyfirlit

| | |
|--|----|
| Efnisyfirlit..... | 3 |
| Yfirlit mynda | 4 |
| Yfirlit taflna | 6 |
| Inngangur | 7 |
| Aðferð og gögn..... | 8 |
| Þátttakendur..... | 8 |
| Mælitæki..... | 8 |
| Framkvæmd og úrvinnsla gagna | 9 |
| Niðurstöður | 10 |
| Vímuefnaneysla..... | 10 |
| Daglegar reykingar | 10 |
| Rafrettur | 10 |
| Nikótínþúðar..... | 12 |
| Notkun munn- og neftóbaks | 13 |
| Ölvun..... | 15 |
| Ólögleg vímuefni..... | 16 |
| Samanburður á milli framhaldsskóla 2021 | 20 |
| Félagslegir þættir | 22 |
| Viðhorf og vandi í námi | 22 |
| Líðan og heilsa | 26 |
| Klám og sexting..... | 32 |
| Covid-tengdar spurningar í fyrirlögn árin 2020 og 2021. | 35 |
| Spurningar varðandi eigin líðan í Covid-19..... | 35 |
| Spurningar varðandi fjarkennslu vegna Covid-19 | 38 |

Yfirlit mynda

| | | |
|----------|---|----|
| Mynd 1. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2000-2021 sem segjast reykja sígarettur daglega. | 10 |
| Mynd 2. | Hve oft hefur þú notað rafrettur að jafnaði síðustu 30 daga. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árið 2021. | 10 |
| Mynd 3. | Hve oft um ævina hefur þú notað nikótínþoka/nikótínþúða í vör? Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2020 og 2021 sem hafa prófað einu sinni eða oft um ævina. | 12 |
| Mynd 4. | Hve oft um síðastliðna 30 daga hefur þú notað nikótínþoka/nikótínþúða í vör? Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2020 og 2021 sem hafa prófað einu sinni eða oft síðastliðna 30 daga. | 12 |
| Mynd 5. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2007-2021 sem hafa notað munntóbak 3x eða oft sl. 30 daga. | 13 |
| Mynd 6. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2007-2021 sem hafa notað neftóbak 3x eða oft sl. 30 daga. | 14 |
| Mynd 7. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa orðið ölvuð einu sinni eða oft síðastliðna 30 daga, árin 2000-2021, greint eftir aldri. | 15 |
| Mynd 8. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árið 2021 eftir því hversu oft þau hafa drukkið áfengi blandað saman við orkudrykk: Einu sinni eða oft sl. 30 daga, greint eftir kyni og aldri. | 15 |
| Mynd 9. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa notað marjúúana einu sinni eða oft um ævina, árin 2010-2021. | 16 |
| Mynd 10. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árið 2021 sem hafa notað amfetamín einu sinni eða oft um ævina, greint eftir kyni og aldri. | 16 |
| Mynd 11. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árið 2021 sem hafa notað spice einu sinni eða oft um ævina, greint eftir kyni og aldri. | 17 |
| Mynd 12. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa notað svefntöflur eða róandi lyf án lyfseðils einu sinni eða oft um ævina, árið 2021. | 18 |
| Mynd 13. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa notað morfínskyld verkjalyf án lyfseðils einu sinni eða oft um ævina, árið 2021. | 18 |
| Mynd 14. | Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa notað örvandi lyf án lyfseðils einu sinni eða oft um ævina, árið 2021. | 19 |
| Mynd 15. | Hlutfall nemenda í hverjum framhaldsskóla landsins árið 2021 sem reykja sígarettur daglega. | 20 |
| Mynd 16. | Hlutfall nemenda í hverjum framhaldsskóla landsins árið 2021 sem hafa orðið ölvaðir sl. 30 daga. | 20 |
| Mynd 17. | Hlutfall nemenda í hverjum framhaldsskóla landsins árið 2021 sem hafa notað marjúúana einu sinni eða oft um ævina. | 21 |
| Mynd 18. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að námið sé tilgangslaust. | 23 |

| | | |
|----------|--|----|
| Mynd 19. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig leggja ekki nægjanlega rækt við námið. | 23 |
| Mynd 20. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að leiðast námið. | 24 |
| Mynd 21. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að sér líði illa í skólanum. | 24 |
| Mynd 22. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að námið sé of létt. | 25 |
| Mynd 23. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að námið sé of þungt. | 25 |
| Mynd 30. | Hlutfall framhaldsskólanema árin 2018, 2020 og 2021 sem segja að eftirfarandi staðhæfingar eigi oft eða alltaf við um þau. | 29 |
| Mynd 31. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2020 og 2021 sem segjast drekka eitt/einn til þrjú/þrjá glös/bolla daglega af kaffi, kóladykk eða orkudrykk sem inniheldur koffín daglega. | 30 |
| Mynd 32. | Hlutfall framhaldsskólanema árin 2004-2021 eftir því hve oft þeir segjast reyna á sig líkamlega þannig að þeir mæðist verulega eða svitni. | 31 |
| Mynd 33. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2020 og 2021 eftir því hve oft þau segjast reyna á sig líkamlega þannig að þau mæðist verulega eða svitni. | 31 |
| Mynd 34. | Hve oft (ef einhvern tíma) skoðar þú klám (t.d. á netinu, í sjónvarpi eða í blöðum)? Hlutfall nemenda á landinu í heild greint eftir kynferði árið 2021. | 32 |
| Mynd 35. | Hve oft (ef einhvern tíma) skoðar þú klám (t.d. á netinu, í sjónvarpi eða í blöðum)? Hlutfall nemenda á landinu í heild greint eftir kynferði og aldri árið 2021. | 33 |
| Mynd 36. | Hversu mikil áhrif hefur kórónuveirufaraldurinn á streitu hjá þér í dag? Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. | 35 |
| Mynd 37. | Á síðustu önn var skólum lokað og kennsla breyttist tímabundið vegna samkomubanns Hversu margar kennslustundir sóttir þú vikulega í formi fjarkennslu á meðan samkomubannið stóð yfir? Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. | 38 |
| Mynd 38. | Kennslufyrirkomulagið í skólanum hentaði mér vel. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. | 39 |
| Mynd 39. | Ég átti auðvelt með að læra á meðan kennslan var með breyttu sniði. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. | 39 |
| Mynd 40. | Kennslufyrirkomulagið hafði slæm áhrif á árangur minn á síðustu önn. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. | 40 |
| Mynd 41. | Ég fékk þann stuðning í náminu sem ég þurfti frá kennaranum. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. | 40 |
| Mynd 42. | Ég fékk tækifæri til að eiga í beinum samskiptum við kennara (t.d. í gegnum vefkennslukerfi, tölvupóst, síma, spjall). Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. | 41 |
| Mynd 43. | Ég hafði allt sem ég þurfti á heimili mínu til að taka fullan þátt í náminu (t.d. tölvu, skrifborð og næði). Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. | 42 |

Mynd 44. Ég fékk þann stuðning í náminu sem ég þurfti frá foreldrum/forráðamönnum eða öðrum fjölskyldumeðlimum. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021. 42

Yfirlit taflna

| | | |
|----------|---|----|
| Tafla 1. | Þátttakendur í framhaldsskólakönnun 2021, greint eftir aldri og kyni. | 9 |
| Tafla 2. | Rafrettur, hlutfall framhaldsskólanema árin 2016, 2018, 2020 og 2021..... | 11 |
| Tafla 3. | Munn- og neftóbaksnotkun nema á landinu árið 2021..... | 13 |
| Tafla 4. | Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem eru mjög eða frekar sammála fullyrðingum um námið og skólann. | 22 |
| Tafla 5. | Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2020 og 2021 eftir fjölda klukkustunda sem þau sofa á hverri nóttu á virkum dögum. | 30 |
| Tafla 6. | Ögrandi myndir eða nektarmyndir. Hlutfall framhaldsskólanema árið 2021 greint eftir kynferði. | 34 |
| Tafla 7. | Vegna kórónuveirufaraldursins (Covid-19), hversu miklar eða litlar áhyggjur hefurðu af eftirfarandi atriðum? Hlutfall nemenda á landinu í heild árið 2021..... | 36 |
| Tafla 8. | Hversu vel áttu eftirfarandi fullyrðingar við um þig meðan á samkomubanninu stóð síðastliðið vor, miðað við núverandi stöðu? Hlutfall nemenda á landinu í heild árið 2021.. | 37 |

Inngangur

Öflugt forvarnarstarf hefur verið rekið undanfarin ár meðal nemenda í efstu bekkjum grunnskóla á Íslandi. Árangurinn hefur verið einstakur og er vímuefnaneysla ungmenna á þessum aldri með því lágsta sem gerist í hinum vestræna heimi. Þessum góða árangri ber að þakka þeirri samstöðu sem tókst að skapa meðal flestra þeirra sem komið hafa að umönnun og uppeldi barna og unglunga undanfarin ár. Fjöldi rannsókna á málefnum barna og unglunga á mið- og efsta stigi grunnskóla sem Rannsóknir & greining hefur gert undanfarin rúman áratug gefur raunsanna mynd af stöðu þessara mála. Þá hefur afstaða fólks til vímuefnaneyslu unglunga breyst á þessum tíma og sýnt að unnt er að ná árangri í forvarnarstarfi ef rétt er á spilum haldið og sem flestir láti sig málið varða. Starfið hefur þó á þessum tíma, einkum og aðallega beinst að nemendum í efstu bekkjum grunnskóla og vímuefnaforvarnir meðal eldri ungmenna hafa hlotið minni athygli. Sá árangur sem náðst hefur meðal unglunga á grunnskólastigi á undanföllum árum mun ekki nást meðal eldri ungmenna, nema að við notum svipaðar grunnaðferðir og þar voru nýttar. Lykilatriðið er samstarf allra þeirra aðila sem koma að uppeldi og daglegu lífi þessara ungmenna.

Rannsóknir & greining stóð fyrir fyrirlögn meðal framhaldsskólanema í nóvember 2020. Á þeim tíma voru umtalsverðar takmarkanir á skólastarfi sökum kórónuveirufaraldursins (Covid-19). Kennsla framhaldsskólanna fór að megninu til fram í formi fjarkennslu og engir viðburðir voru haldnir á vegum skólanna. Niðurstöðurnar sýndu þá að verulega hafði dregið úr vímuefnaneyslu og merki voru um að andleg líðan framhaldsskólanema væri lakari samanborðið við kannanir fyrri ára. Sérfræðingar Rannsókna & greiningar töldu því mikilvægt að leggja könnun aftur fyrir ári síðan – eða í nóvember 2021. Sú framkvæmd fór fram í góðu samstarfi við skólameistara framhaldsskólanna sem og Samband íslenskra framhaldsskólanema (SÍF). Í þessari skýrslu eru helstu niðurstöður dregnar saman.

Aðferð og gögn

Rannsóknirnar *Ungt fólk* eru þýðisrannsóknir en í því felst að þær eru ekki byggðar á hefðbundnum úrtökum heldur er reynt að ná til sem flestra í úrtaksrammanum innan þýðisins. Þetta er gert með því að leggja spurningalista fyrir alla nemendur sem mættir eru til dagsskóla á tilteknum degi með það að leiðarljósi að lágmarka vikmörk niðurstaðnanna. Niðurstöður þessara kannana eru því mjög áreiðanlegar, hvort sem litið er til tiltekinna landssvæða og/eða mismunandi hópa. Fyrirlögnin árið 2021 var rafræn vegna þeirra samkomutakmarkana sem Covid-19 hefur haft í för með sér.

Þátttakendur

Niðurstöður þær sem birtar eru í þessari skýrslu byggja á könnun sem Rannsóknir & greining lagði fyrir nemendur í framhaldsskólum á Íslandi í október og nóvember 2021. Þátttakendur voru þeir dagsskólanemendur framhaldsskólanna sem mættir voru í kennslustundir á þeim tíma sem kannanirnar voru lagðar fyrir. Spurningalistar voru lagðir rafrænt fyrir nemendur í öllum framhaldsskólum á Íslandi. Árið 2021 fengust gild svör frá 7300 nemendum af þýðinu og var svarhlutfall því tæp 60,6% í könnuninni árið 2021. Svarhlutfallið var mjög misjafnt eftir skólum, lægst var það um 23% en tíu skólar náðu svarhlutfalli vel yfir 70%.

Mælitæki

Mælitæki kannananna eru ítarlegir spurningalistar sem hafa verið þróaðir ár frá ári, fyrst af starfsfólki Rannsóknastofnunar uppeldis- og menntamála, í samstarfi við menntamálaráðuneytið, en á síðari árum af Rannsóknum & greiningu. Spurningarnar eru mótaðar af fagfólki í félagsvísindum þar sem farið er eftir ströngum kröfum um að þær leiði til öruggra niðurstaðna og að áreiðanleiki og réttmæti séu ávallt í fyrirrúmi.

Framkvæmd og úrvinnsla gagna

Hlekkur á spurningalistann var sendur tengiliðum í öllum framhaldsskólum landsins, þar sem kennarar sáu um að leggja þá fyrir samkvæmt ákveðnum tilmælum. Nafnleyndar þátttakenda var gætt með því að hvergi var hægt að skrifa inn upplýsingar í könnunina. Nemendur voru beðnir um að svara spurningalistanum eftir bestu samvisku og biðja um hjálp ef þörf var á. Nemendum var gert ljóst að þátttaka í könnunni var algjörlega valfrjáls og að það hefði engar afleiðingar að sleppa þátttöku. Í skýrslunni er tíðni í prósentum sett fram í myndum og töflum með hlutföllum og samanburði á milli ára þegar við á.

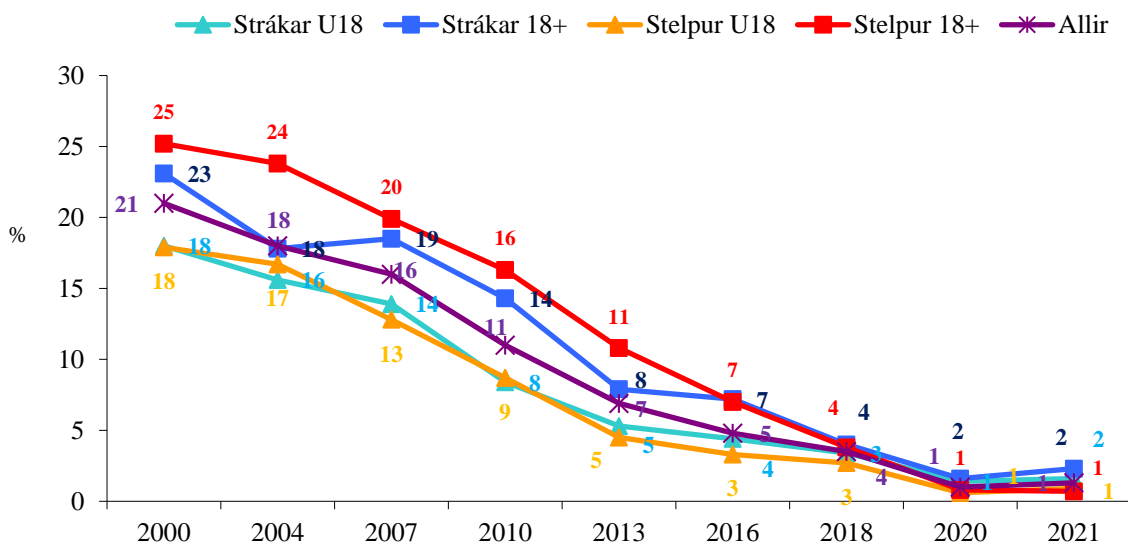
Tafla 1. Þátttakendur í framhaldsskólakönnun 2021, greint eftir aldri og kyni.

| Aldur | Strákur % | Stelpa % | Kynsegin | Heild % |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-----------|-------------|
| Yngri en 18 ára | 64,6 | 64,4 | 68 | 64,7 |
| 18 ára og eldri | 35,4 | 35,6 | 33 | 35,3 |
| Fjöldi: | 3174 | 3704 | 75 | 7040 |
| Kyn og aldur ekki tilgreint: | | | | 260 |
| Samtals fjöldi: | | | | 7300 |

Niðurstöður

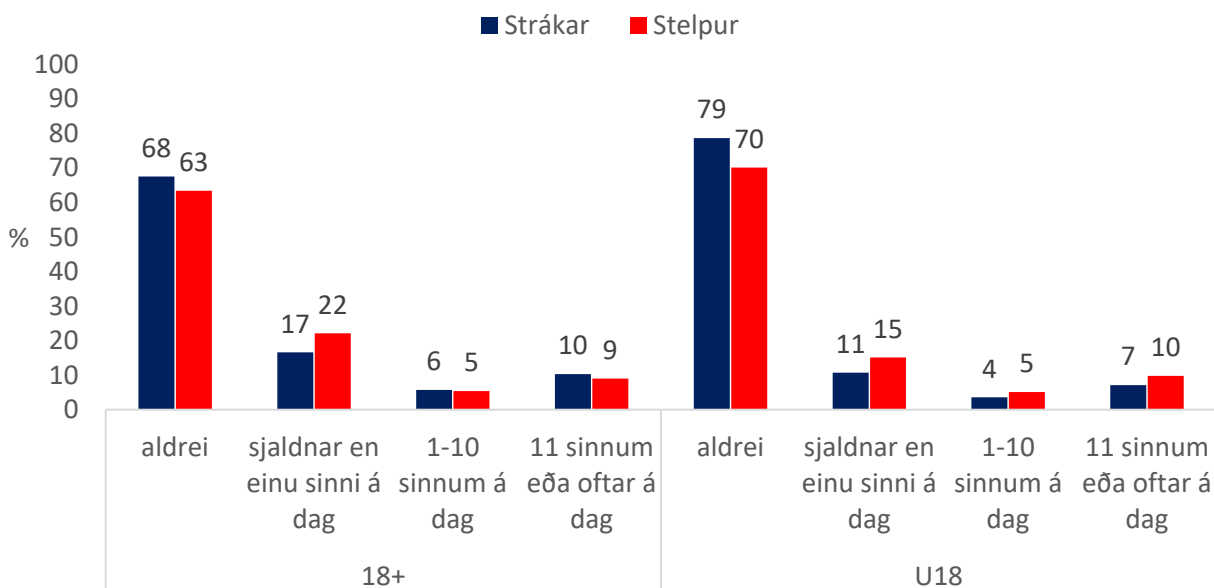
Vímuefnaneysla

Daglegar reykingar



Mynd 1. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2000-2021 sem segjast reykja sígarettur daglega.

Rafrettur

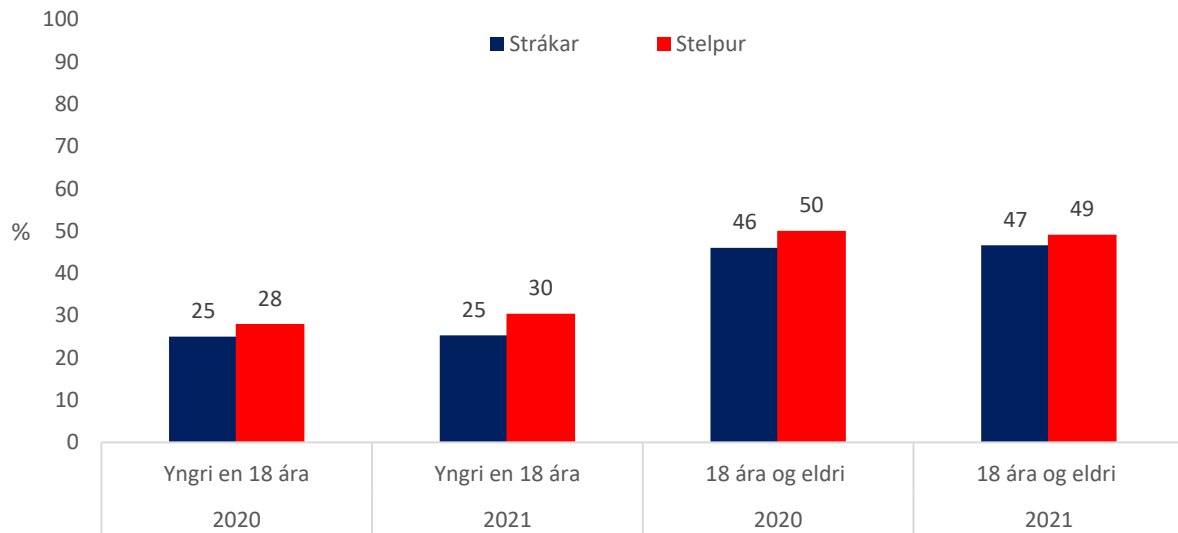


Mynd 2. Hve oft hefur þú notað rafrettur að jafnaði síðustu 30 daga. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árið 2021.

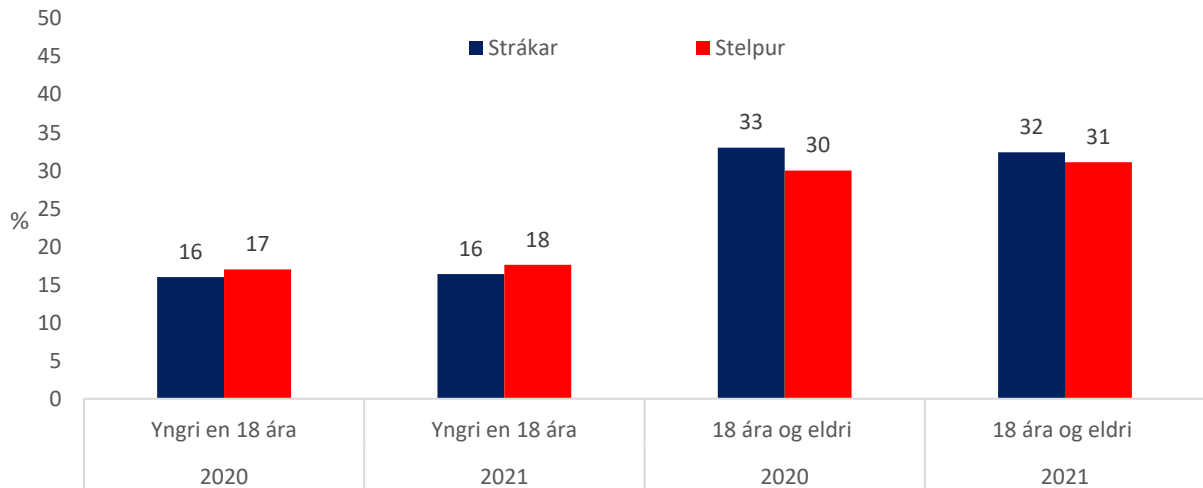
Tafla 2. Rafrettur, hlutfall framhaldsskólanema árin 2016, 2018, 2020 og 2021

| | 2016 | 2018 | 2020 | 2021 |
|--|------|------|------|------|
| Prófað einu sinni eða oftár um ævina | 48.9 | 62.2 | 48,5 | 49,9 |
| Notað einu sinni eða oftár sl. 30 daga | 29.4 | 41.8 | 18,6 | 28,8 |
| Notað daglega sl. 30 daga | 9.8 | 23.3 | 10,5 | 13,8 |

Nikótínþúðar



Mynd 3. Hve oft um ævina hefur þú notað nikótínþoka/nikótínþúða í vör? Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2020 og 2021 sem hafa prófað *einu sinni eða oftar um ævina*.

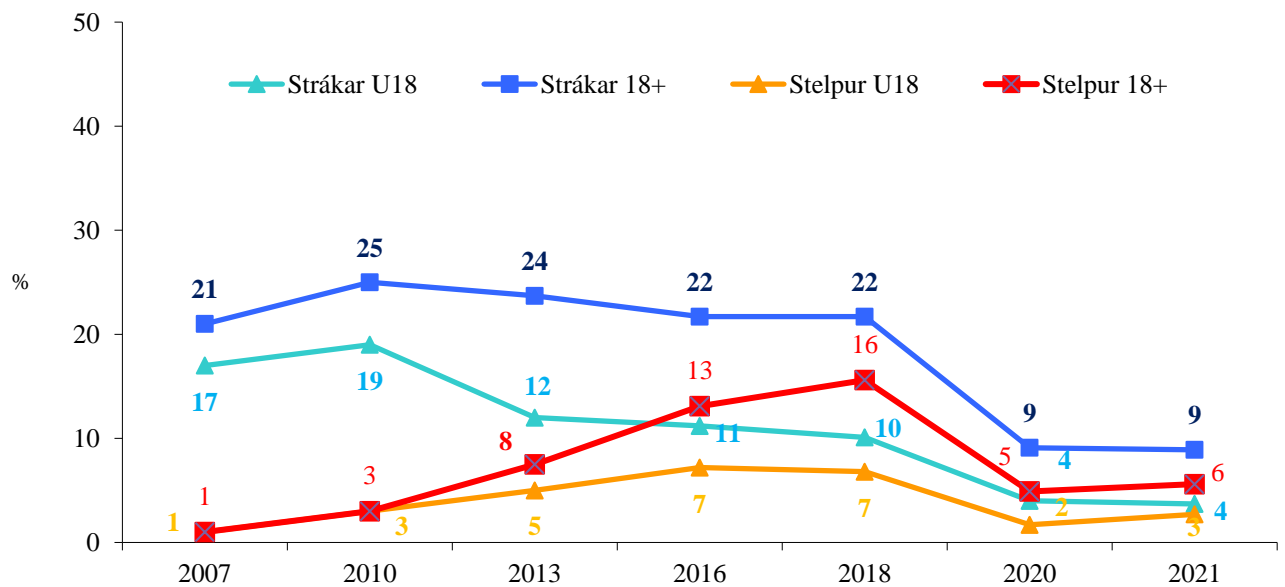


Mynd 4. Hve oft um síðastliðna 30 daga hefur þú notað nikótínþoka/nikótínþúða í vör? Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2020 og 2021 sem hafa prófað *einu sinni eða oftar síðastliðna 30 daga*.

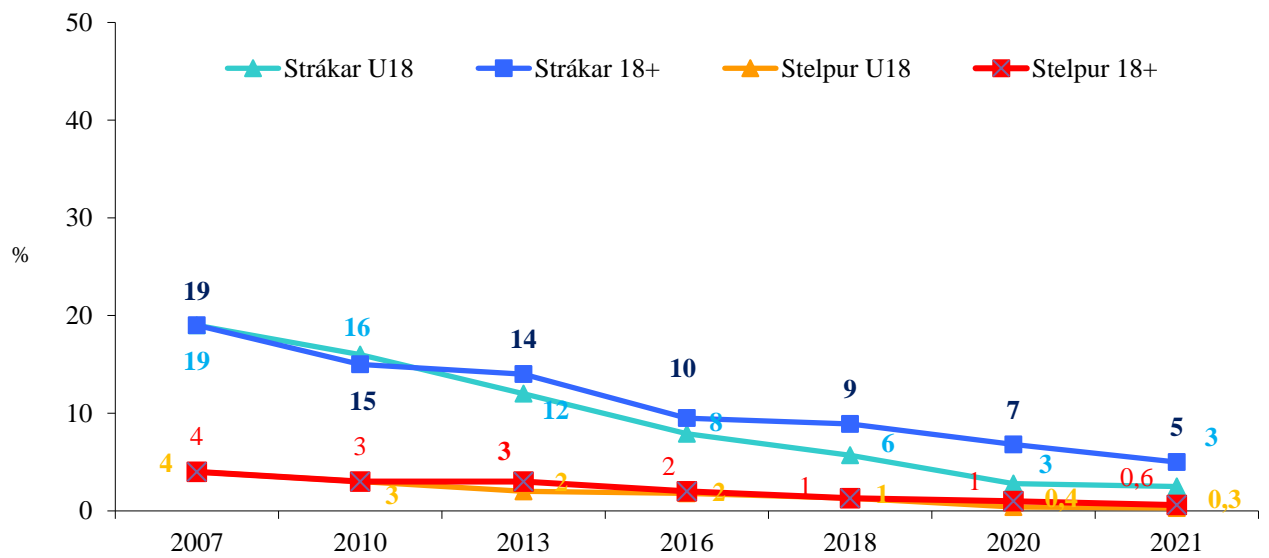
Notkun munn- og neftóbaks

Tafla 3. Munn- og neftóbaksnotkun nema á landinu árið 2021.

| | Landið % | | | |
|--|----------|------|---------|-----|
| | Strákar | | Stelpur | |
| | U18 | 18+ | U18 | 18+ |
| Notað munntóbak 1x eða oftar sl. 30 daga | 5,3 | 12,0 | 3,6 | 8,0 |
| Notað neftóbak 1x eða oftar sl. 30 daga | 5,4 | 10,1 | 1,0 | 2,0 |

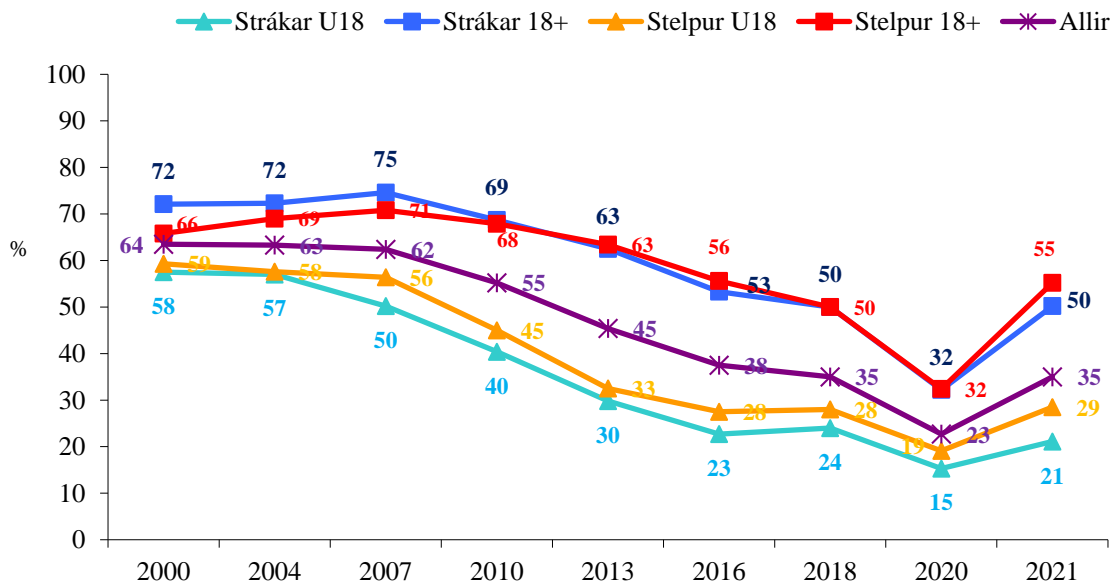


Mynd 5. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2007-2021 sem hafa notað munntóbak 3x eða oftar sl. 30 daga.

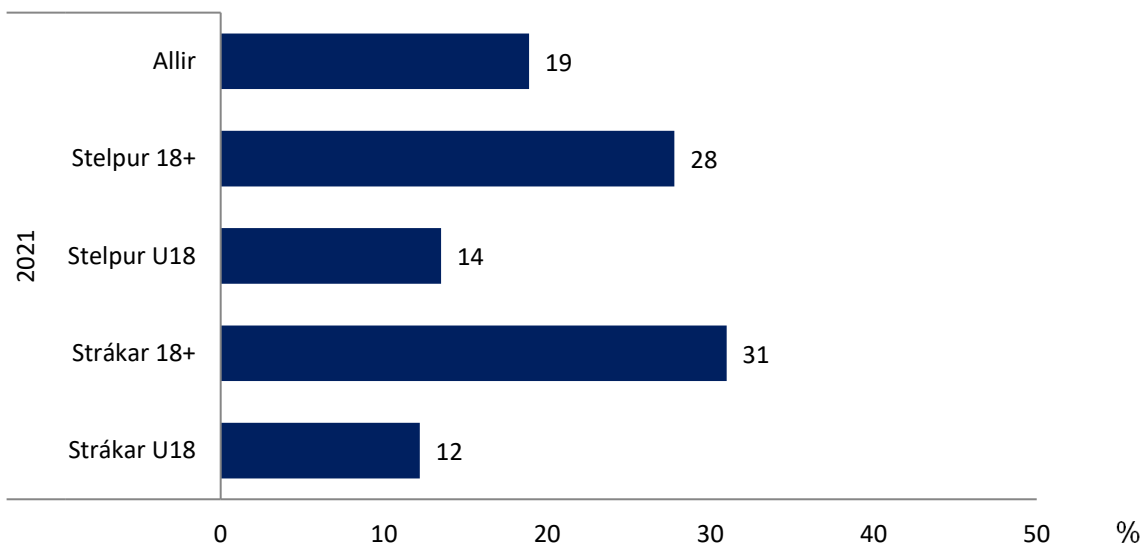


Mynd 6. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árin 2007-2021 sem hafa notað neftóbak 3x eða oftar sl. 30 daga.

Ölvun

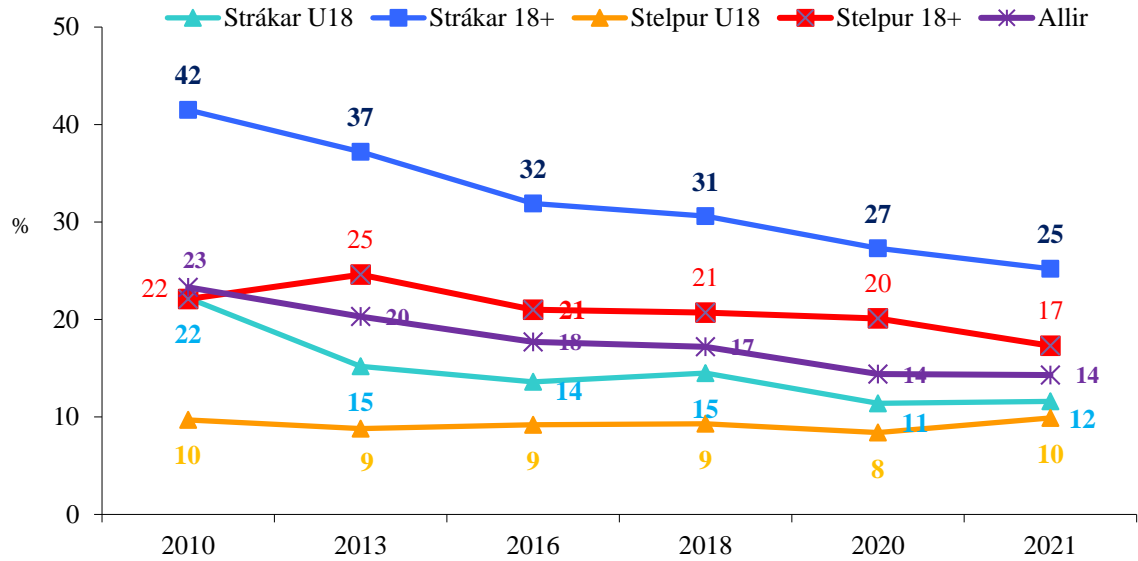


Mynd 7. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa orðið ölvuð einu sinni eða oftár síðastliðna 30 daga, árin 2000-2021, greint eftir aldri.

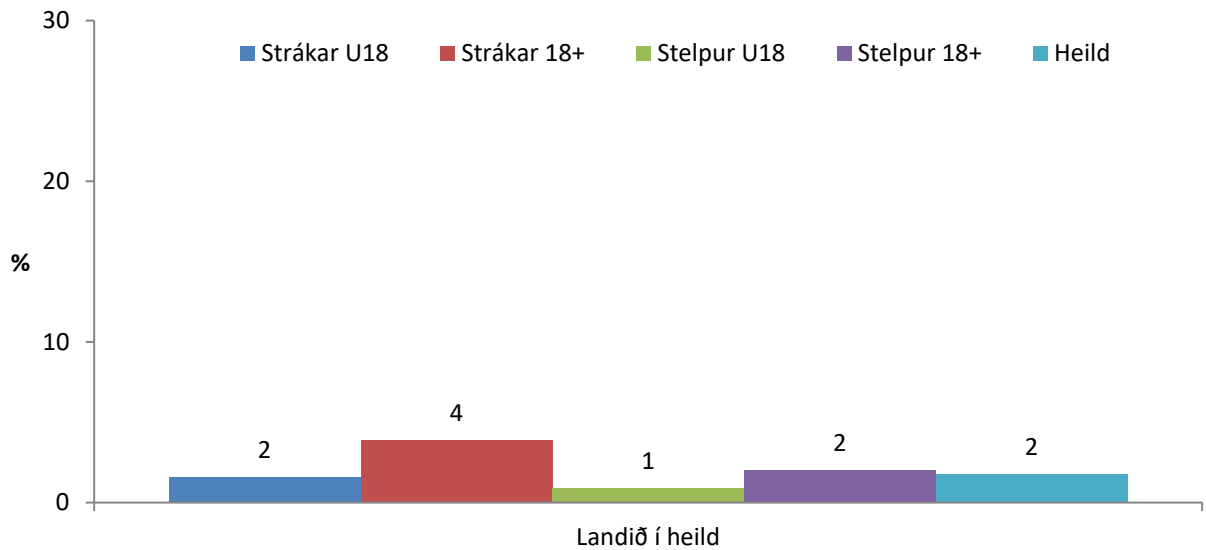


Mynd 8. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árið 2021 eftir því hversu oft þau hafa drukkið áfengi blandað saman við orkudrykk: Einu sinni eða oftár sl. 30 daga, greint eftir kyni og aldri.

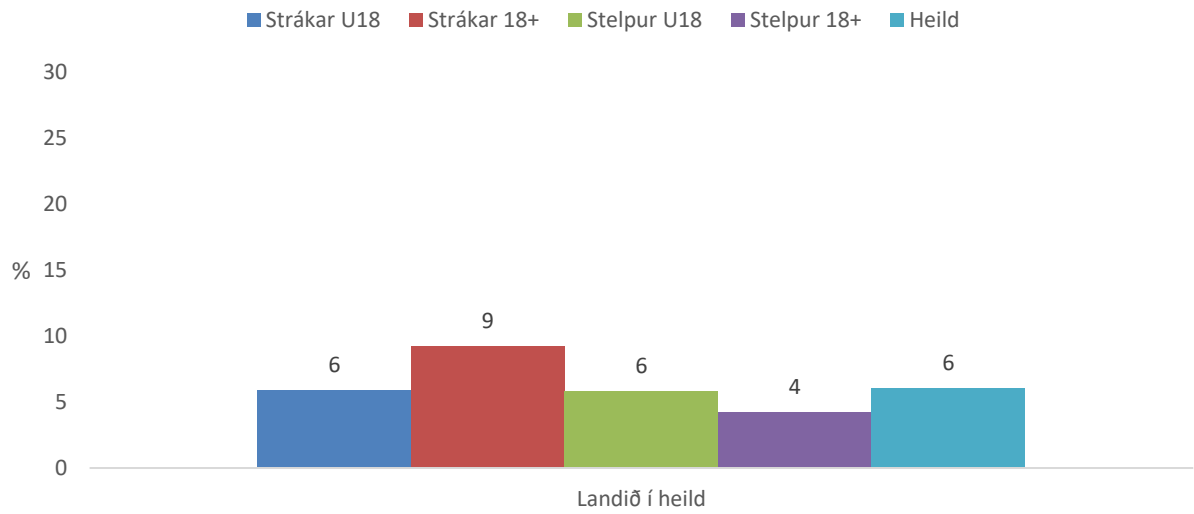
Ólögleg vímuefni



Mynd 9. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa notað maríjúana einu sinni eða oftár um ævina, árin 2010-2021.

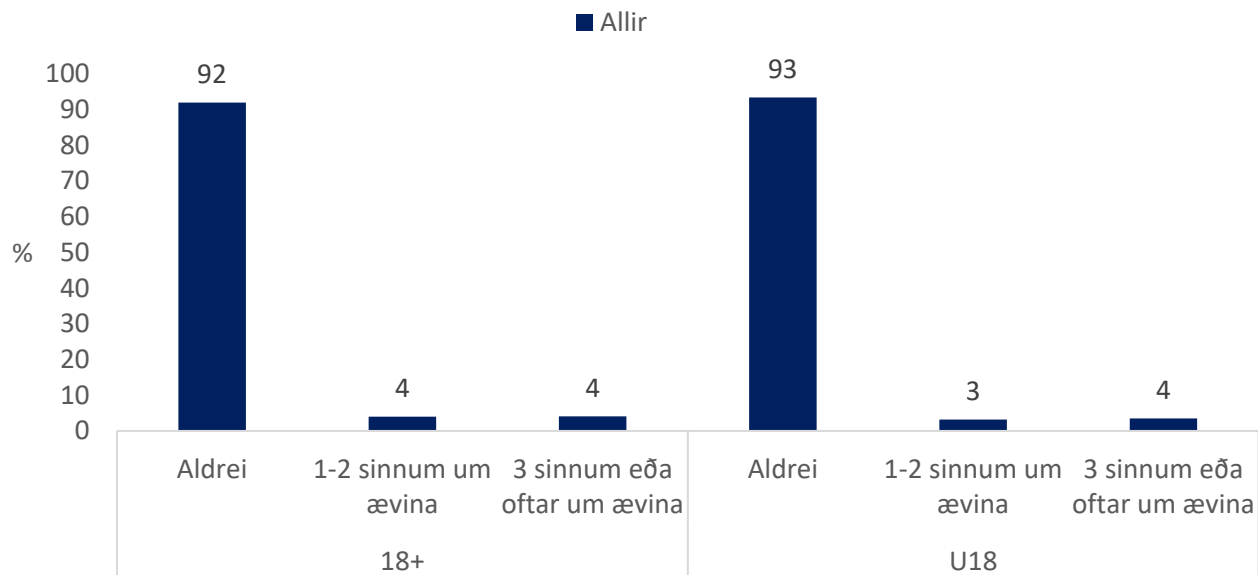


Mynd 10. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árið 2021 sem hafa notað amfetamín einu sinni eða oftár um ævina, greint eftir kyni og aldri.

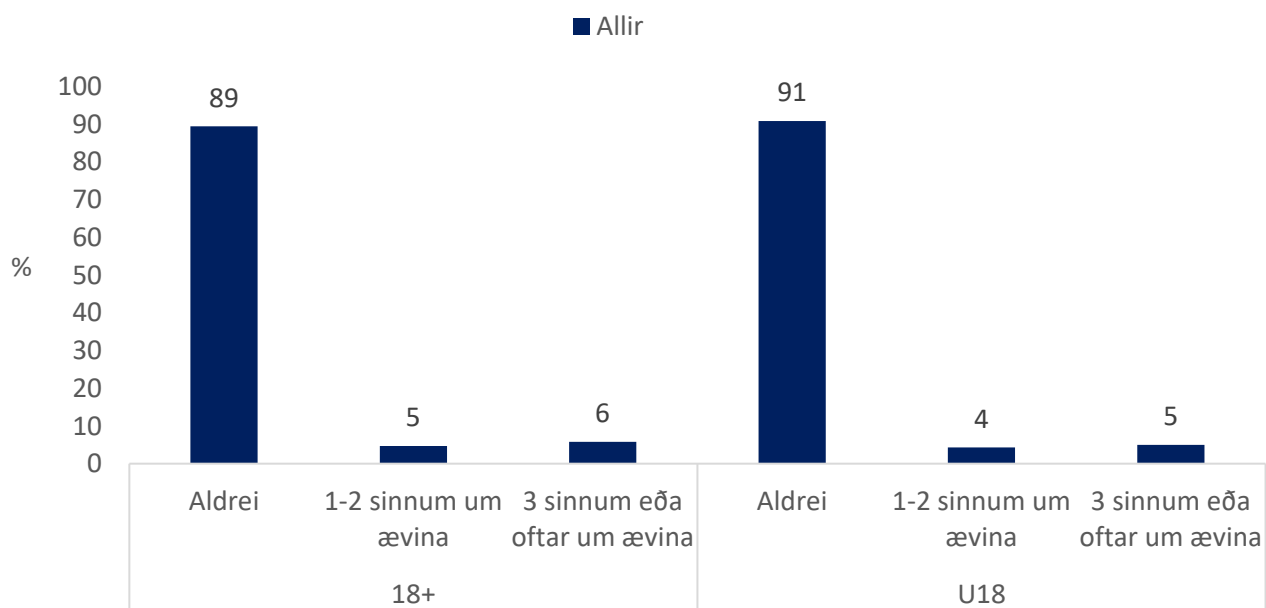


Mynd 11. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi árið 2021 sem hafa notað spice einu sinni eða oftár um ævina, greint eftir kyni og aldri.

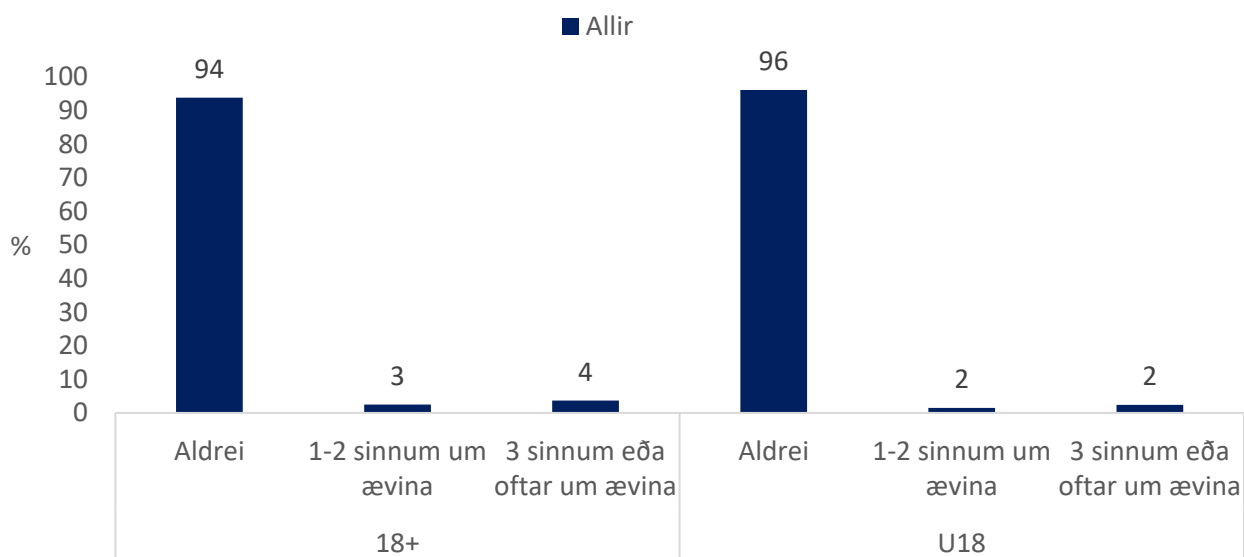
Lyfseðilsskyld lyf án lyfseðils



Mynd 12. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa notað svefntöflur eða róandi lyf án lyfseðils einu sinni eða oftar um ævina, árið 2021.



Mynd 13. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa notað morfínskyld verkjalyf án lyfseðils einu sinni eða oftar um ævina, árið 2021.

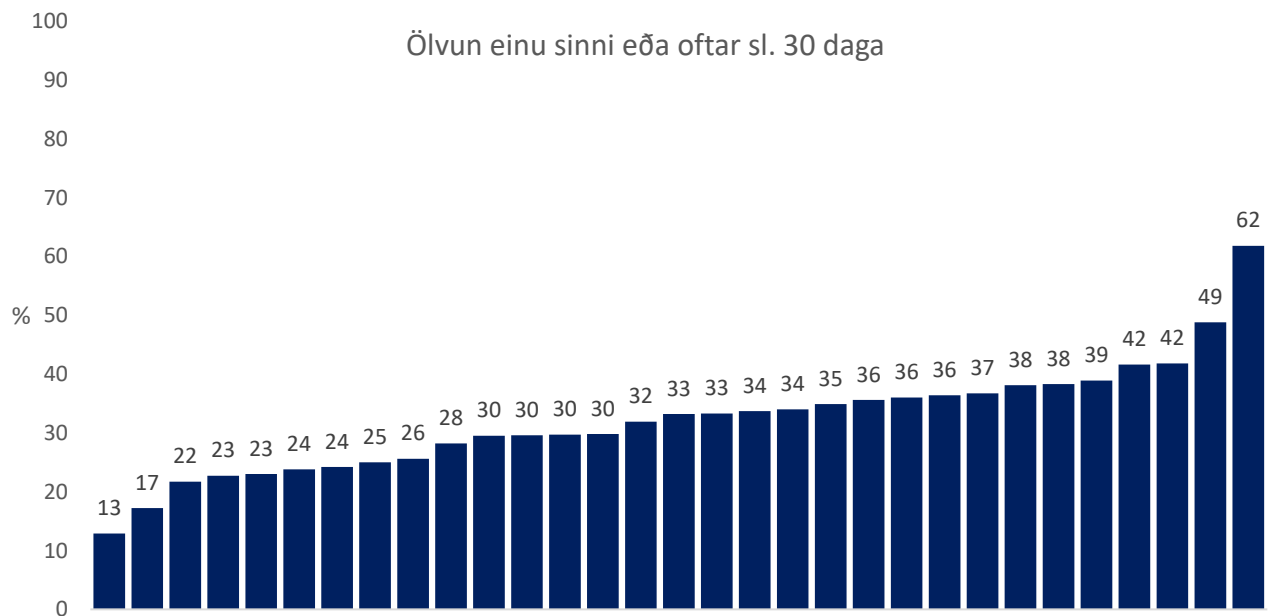


Mynd 14. Hlutfall framhaldsskólanema á Íslandi sem hafa notað örvandi lyf án lyfseðils einu sinni eða oftar um ævina, árið 2021.

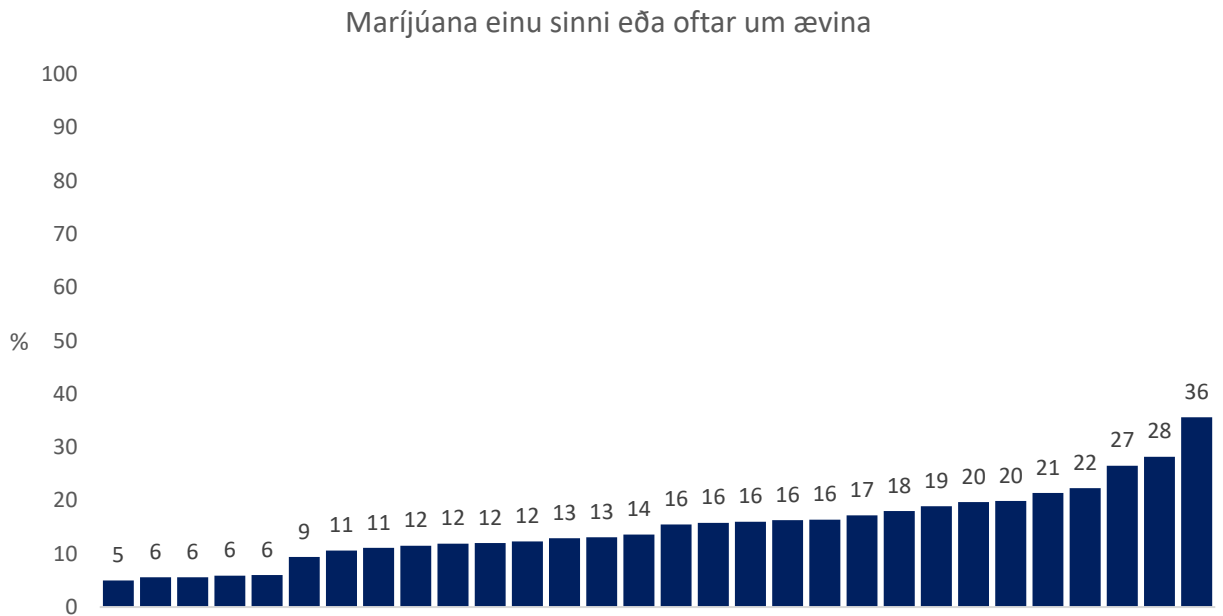
Samanburður á milli framhaldsskóla 2021



Mynd 15. Hlutfall nemenda í hverjum framhaldsskóla landsins árið 2021 sem reykja sígarettur daglega.



Mynd 16. Hlutfall nemenda í hverjum framhaldsskóla landsins árið 2021 sem hafa orðið ölvaðir sl. 30 daga.



Mynd 17. Hlutfall nemenda í hverjum framhaldsskóla landsins árið 2021 sem hafa notað marjúana einu sinni eða oftár um ævina.

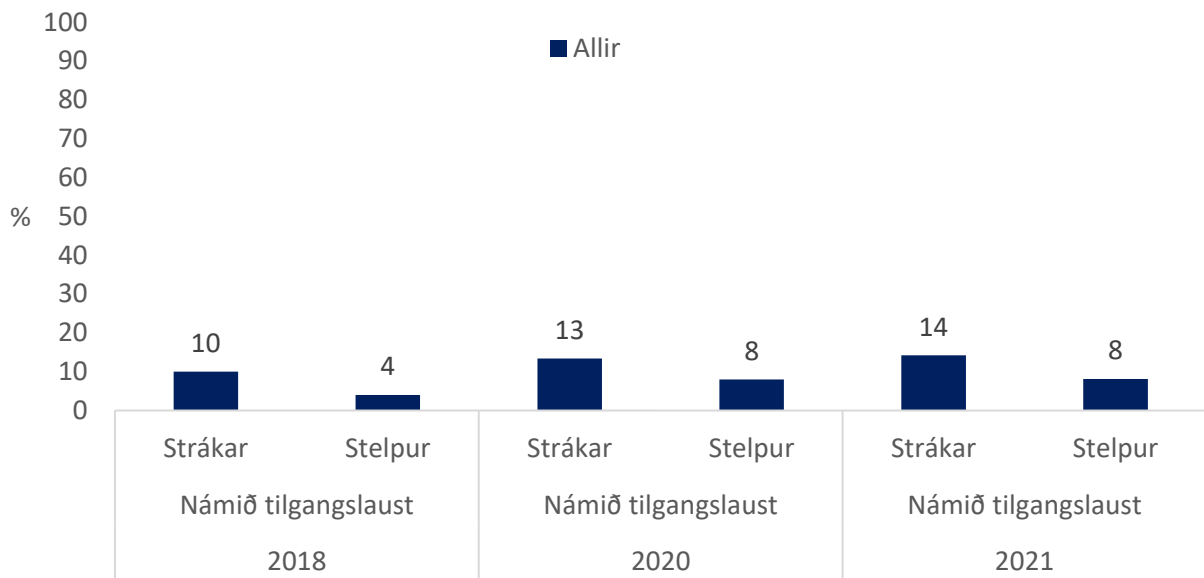
Félagslegir þættir

Viðhorf og vandi í námi

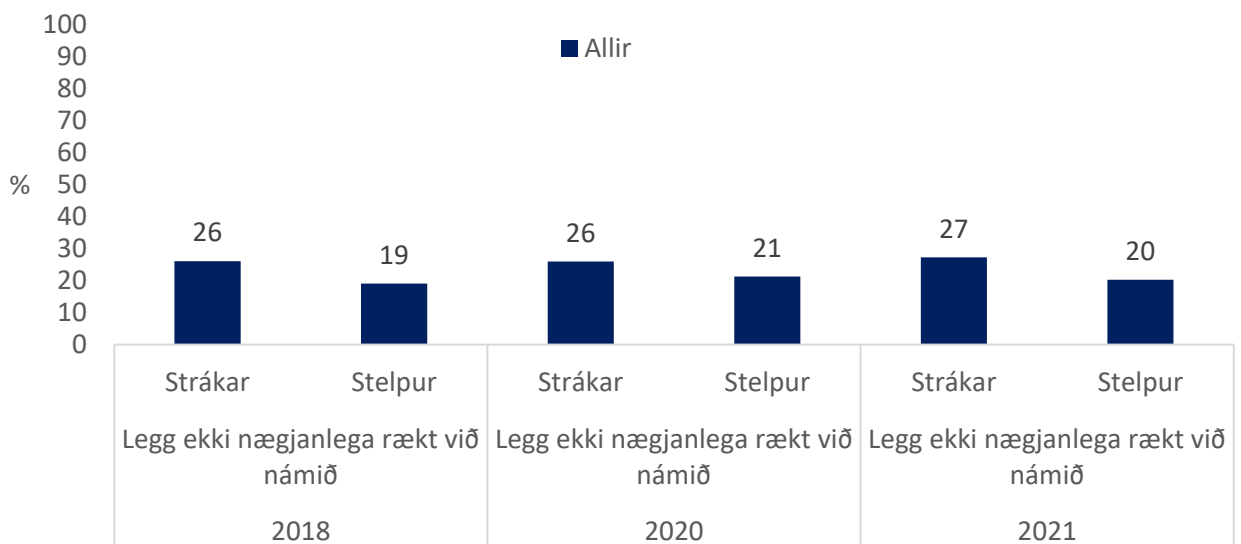
Tafla 4. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem eru mjög eða frekar sammála fullyrðingum um námið og skólann.

| | 2018 | 2020 | 2021 |
|---|------------------|------------------|------------------|
| Fullyrðingar: | Heild (%) | Heild (%) | Heild (%) |
| Mér finnst kennslan vera fjölbreytt | 76 | 79 | 79 |
| Mér finnst að gerðar séu miklar kröfur til mín í náminu | 84 | 94 | 92 |
| Mér finnst auðvelt að fá ráðgjöf frá kennurum | 78 | 76 | 80 |
| Ég hefði viljað taka einhvern eða fleiri framhaldsskólaáfanga á meðan ég var í grunnskóla | 61 | 61 | 62 |
| Ég hef greiðan aðgang að námsráðgjöf í skólanum | 91 | 90 | 92 |
| Ég hef greiðan aðgang að hjúkrunarfræðingi í skólanum | 47 | 52 | 46 |
| Ég hef greiðan aðgang að sálfræðingi í skólanum ¹ | - | - | 63 |
| Framhaldsnámið er auðveldara en ég átti von á | 52 | 47 | 52 |

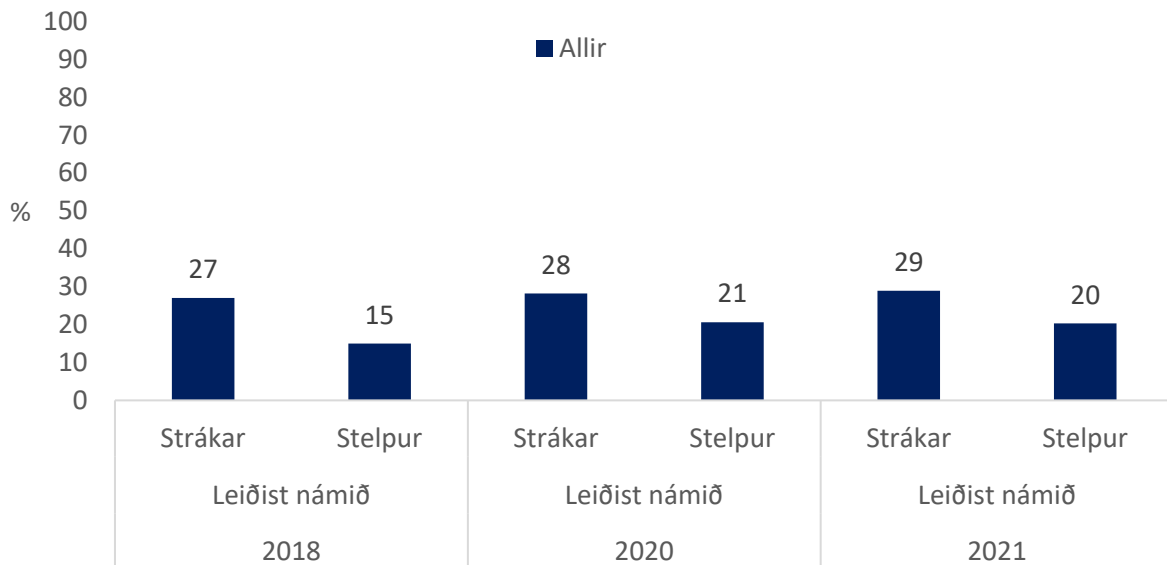
¹ Árið 2021 var í fyrsta skipti spurt um aðgang að sálfræðingi í skólanum.



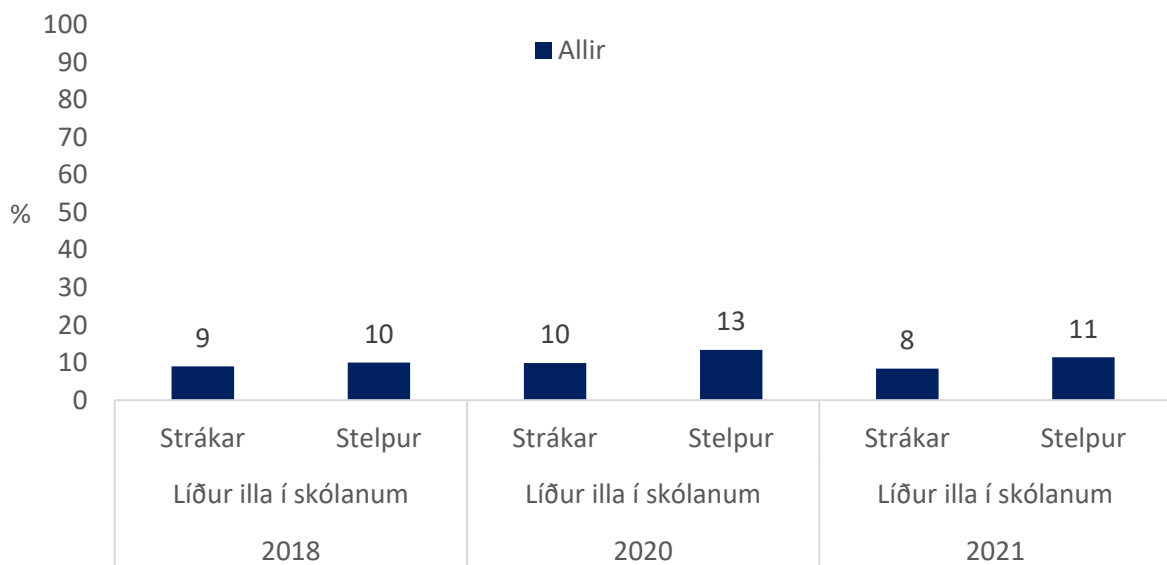
Mynd 18. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að námið sé tilgangslaust.



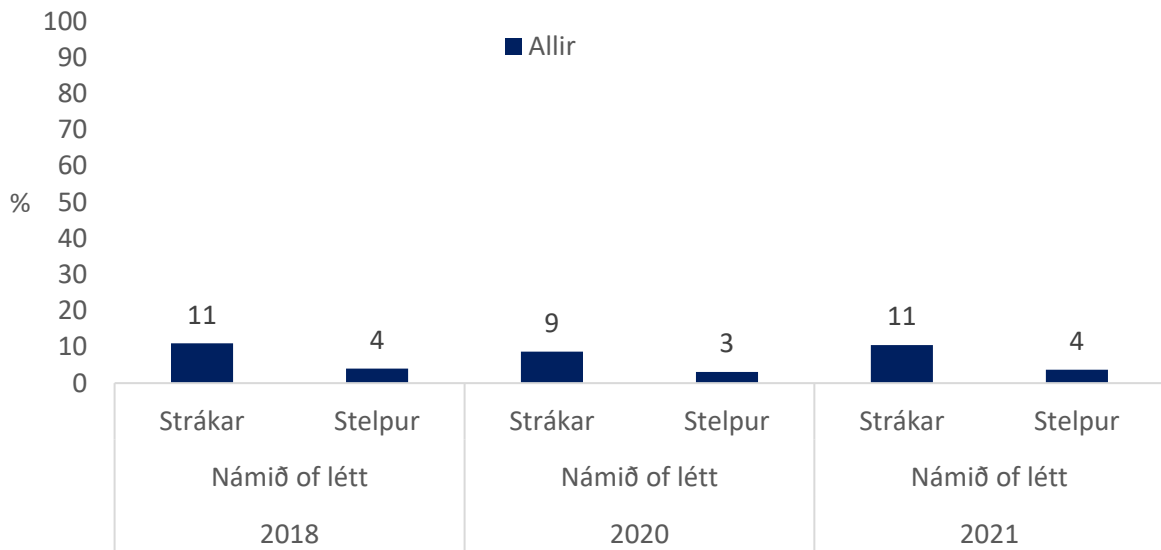
Mynd 19. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig leggja ekki nægjanlega rækt við námið.



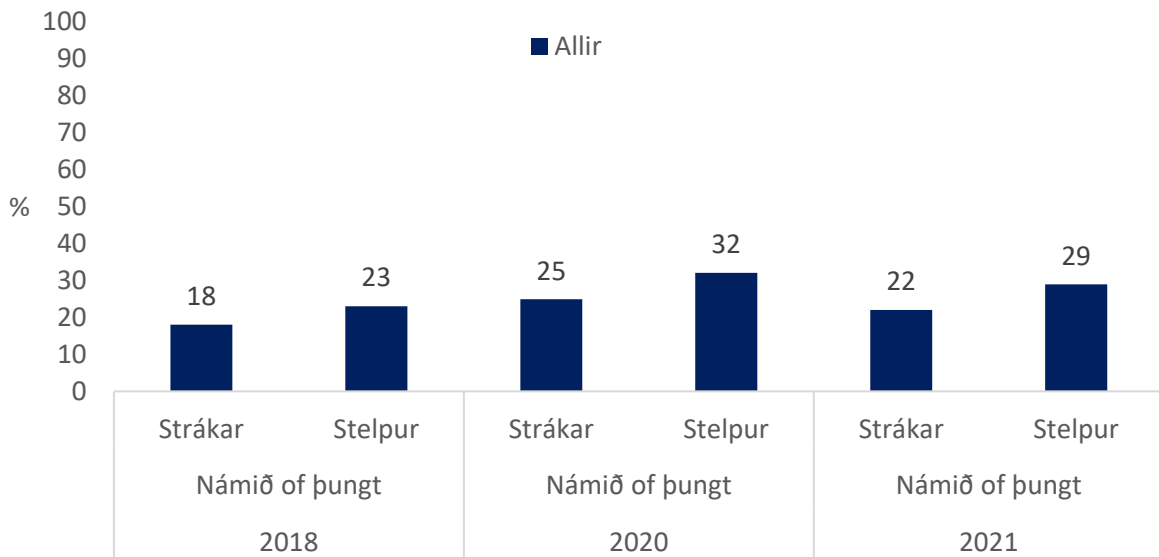
Mynd 20. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að leiðast námið.



Mynd 21. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að sér líði illa í skólanum.



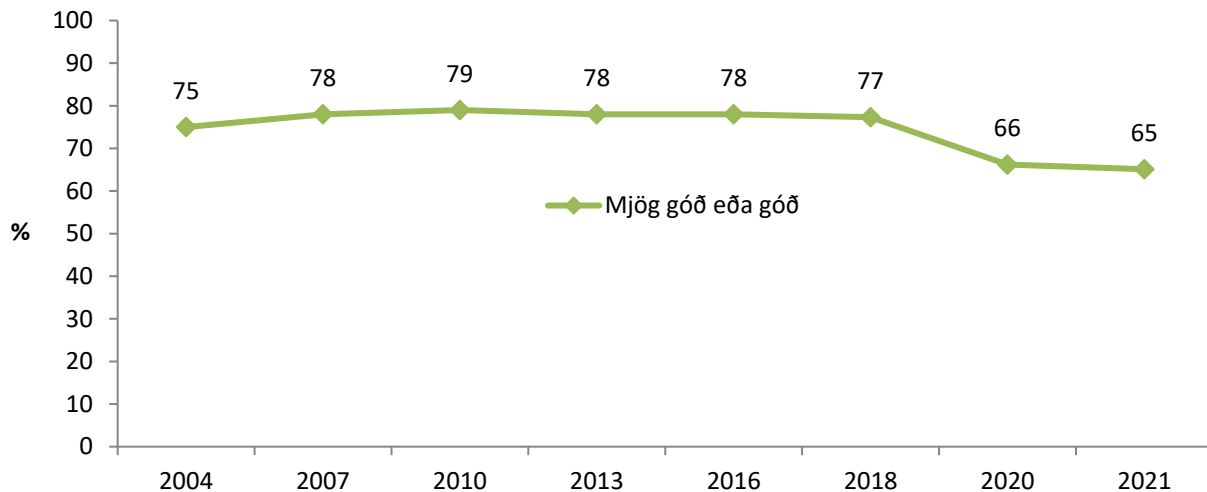
Mynd 22. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að námið sé of létt.



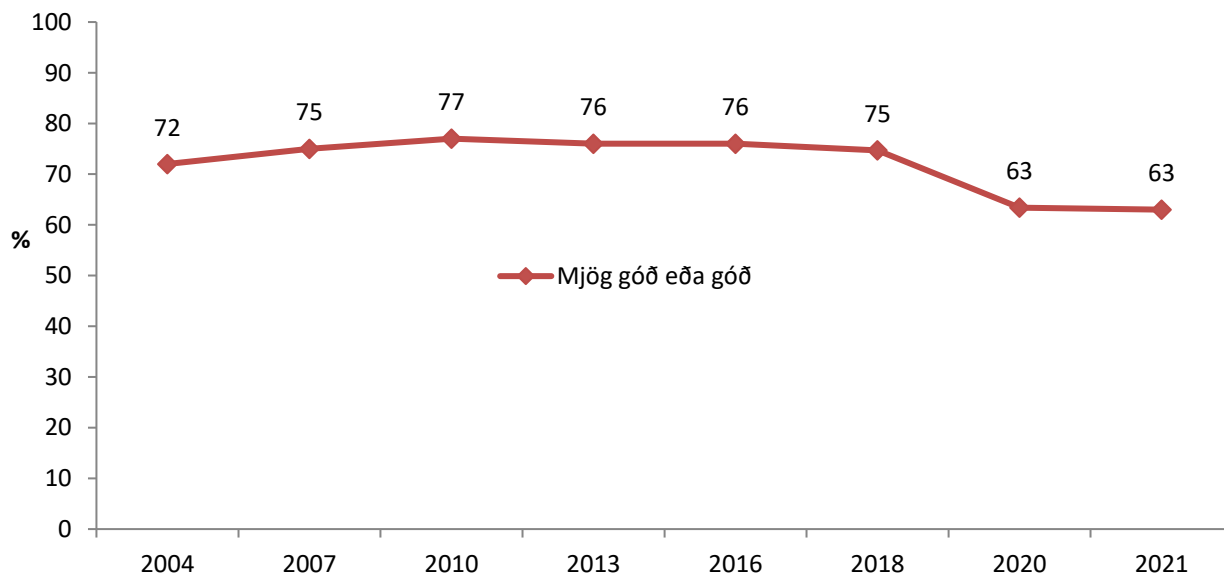
Mynd 23. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2018, 2020 og 2021 sem segja það oft eða alltaf eiga við um sig að námið sé of þungt.

Líðan og heilsa

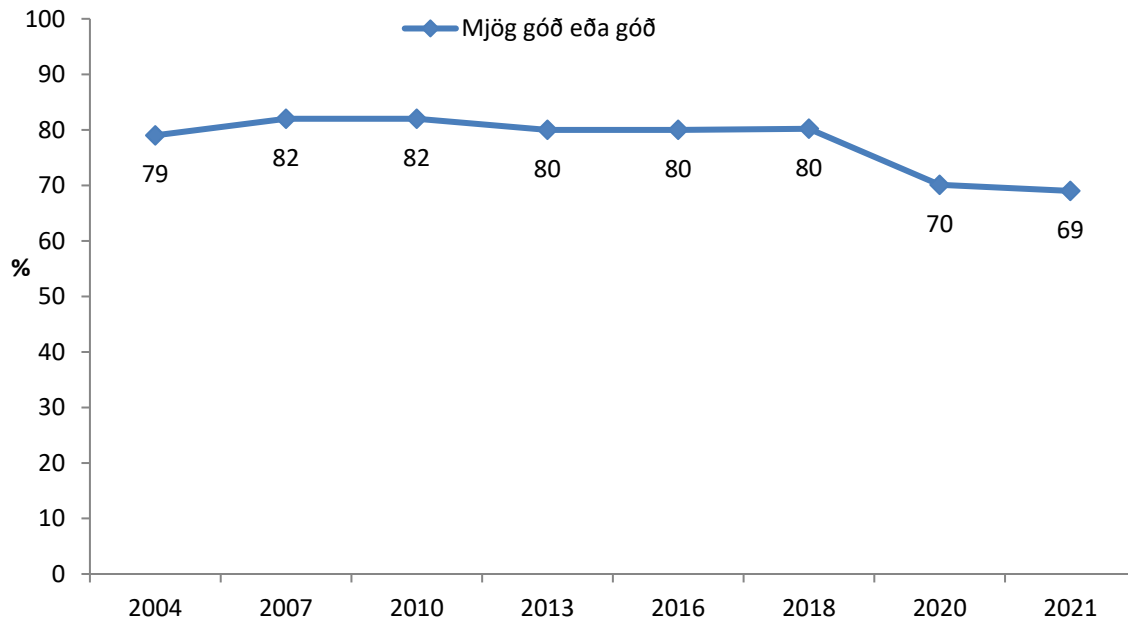
Líkamleg heilsa



Mynd 24. Hlutfall framhaldsskólanema árin 2004-2021 sem segja líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða.

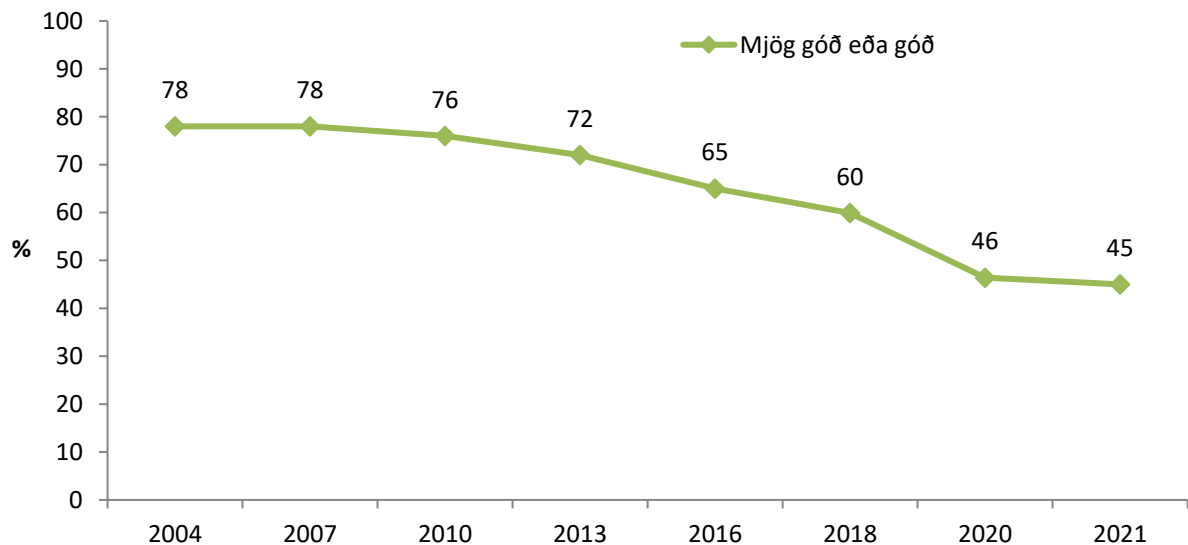


Mynd 25. Hlutfall stelpna í framhaldsskólum árin 2004-2021 sem segja líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða.

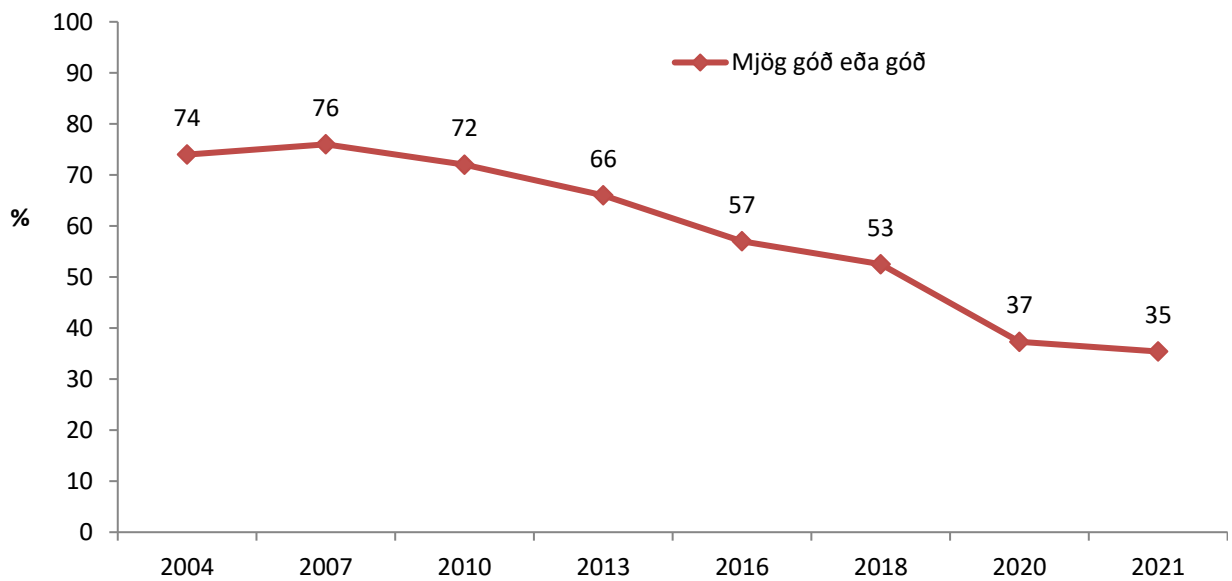


Mynd 26. Hlutfall stráka í framhaldsskólum árin 2004-2021 sem segja líkamlega heilsu sína góða eða mjög góða.

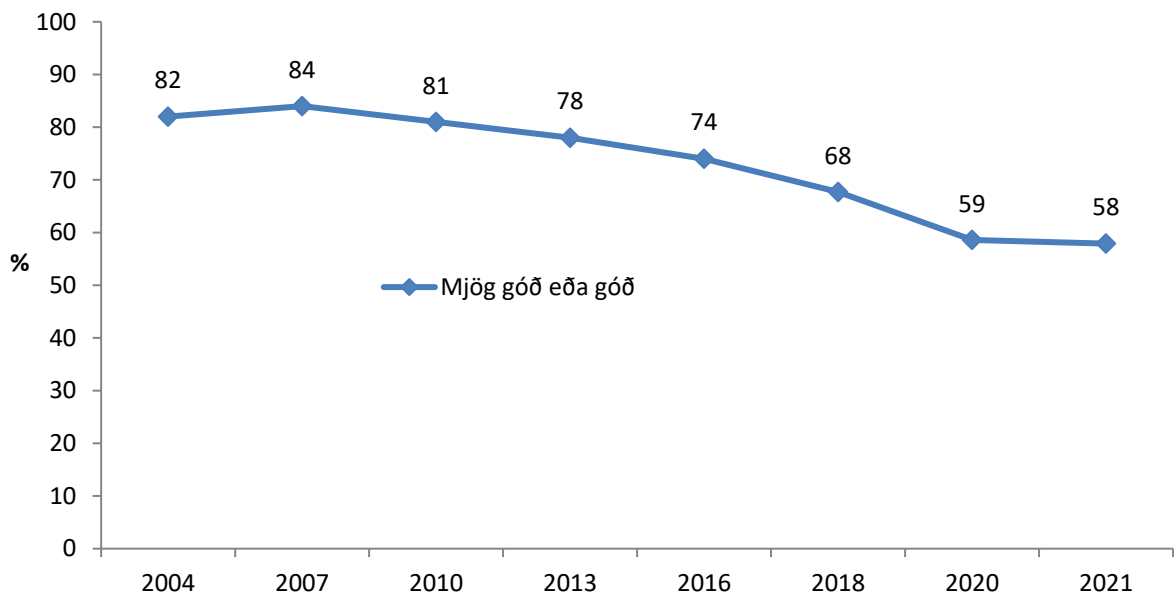
Andleg heilsa



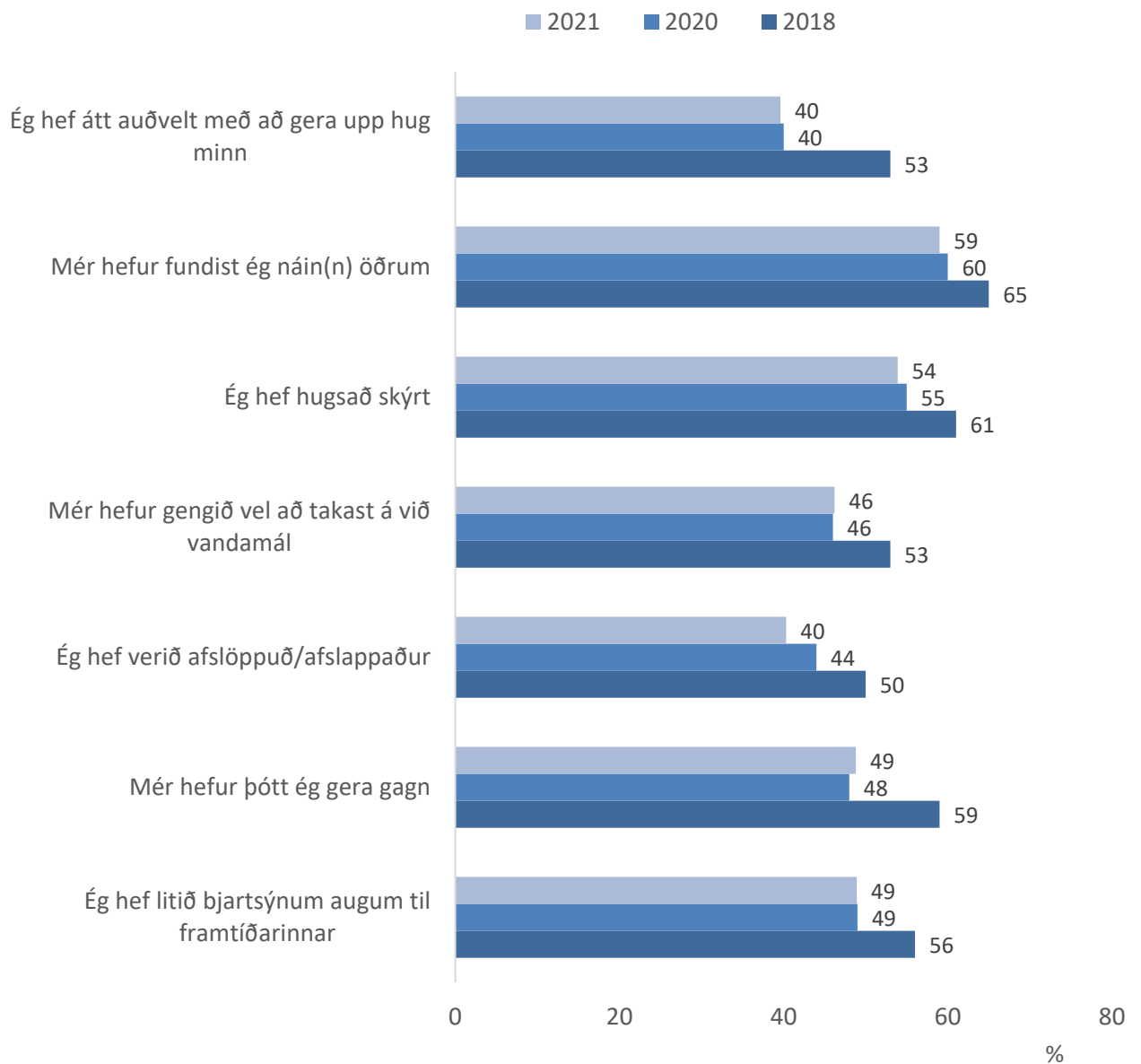
Mynd 27. Hlutfall framhaldsskólanema árin 2004-2021 sem segja andlega heilsu sína góða eða mjög góða.



Mynd 28. Hlutfall stelpna í framhaldsskólum árin 2004-2021 sem segja andlega heilsu sína góða eða mjög góða.



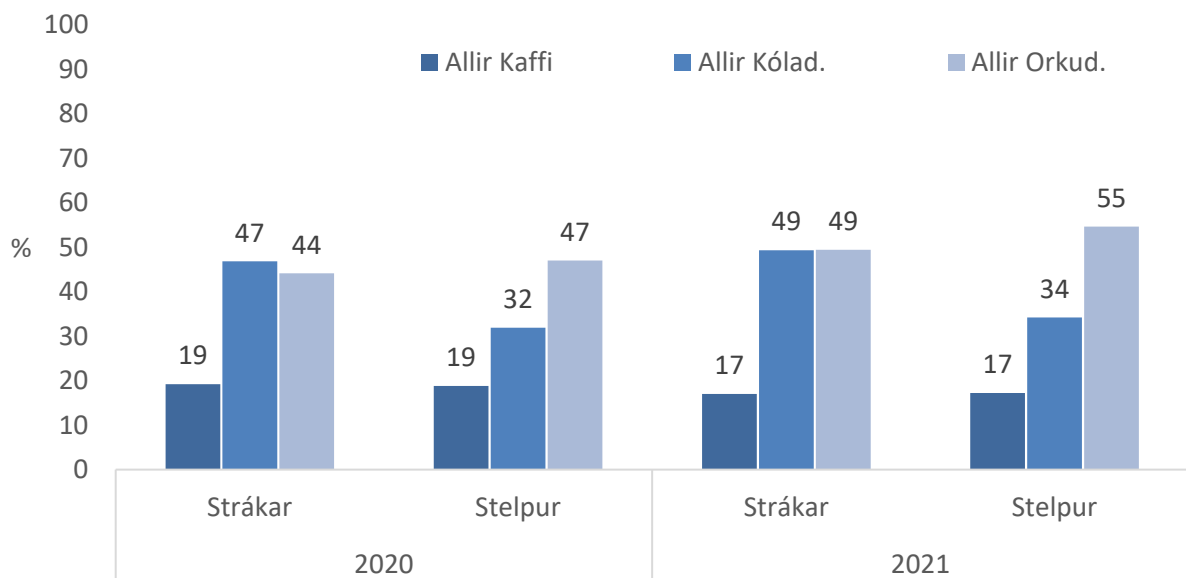
Mynd 29. Hlutfall stráka í framhaldsskólum árin 2004-2021 sem segja andlega heilsu sína góða eða mjög góða.



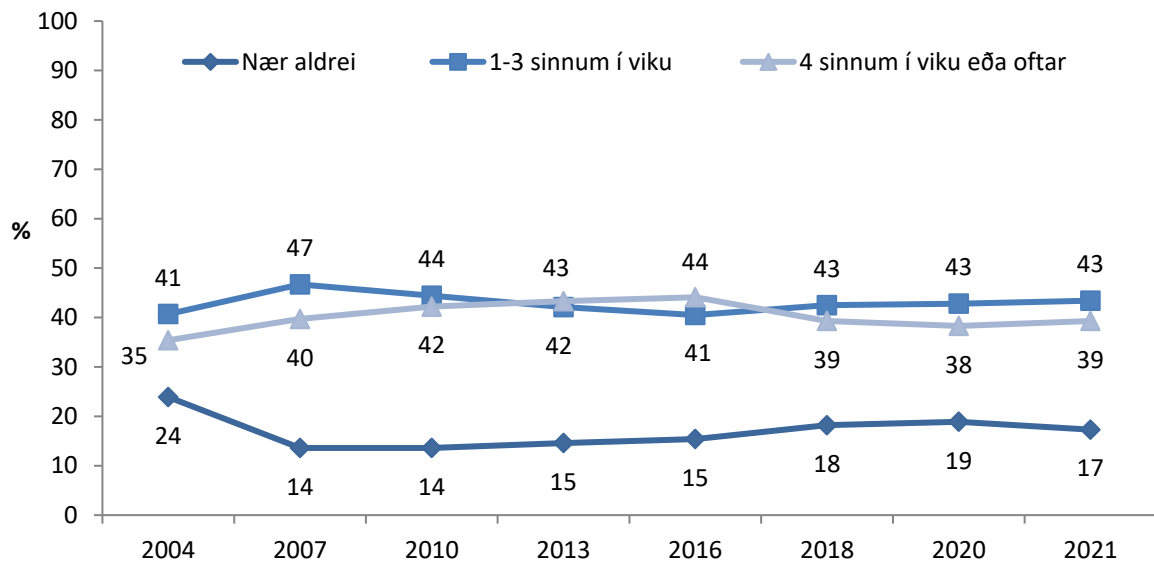
Mynd 30. Hlutfall framhaldsskólanema árin 2018, 2020 og 2021 sem segja að eftirfarandi staðhæfingar eigi oft eða alltaf við um þau.

Tafla 5. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2020 og 2021 eftir fjölda klukkustunda sem þau sofa á hverri nóttu á virkum dögum.

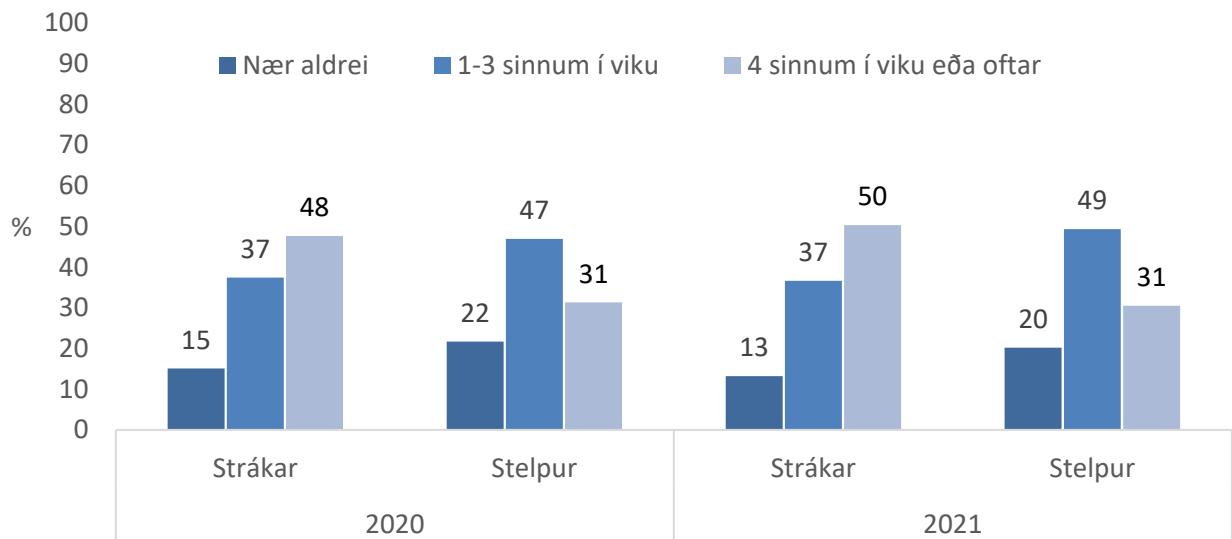
| | Strákar (%) | | Stelpur (%) | |
|-----------------|-------------|------|-------------|------|
| | 2020 | 2021 | 2020 | 2021 |
| Meira en 9 | 2,1 | 1,8 | 2,2 | 1 |
| Um 9 klst | 7,2 | 5 | 7,5 | 4,7 |
| Um 8 klst | 30,8 | 25,1 | 29,5 | 22,8 |
| Um 7 klst | 34,4 | 38,6 | 34,2 | 38,8 |
| Um 6 klst | 16,6 | 20,4 | 17,4 | 21,9 |
| Minna en 6 klst | 8,9 | 9 | 9,3 | 10,9 |



Mynd 31. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2020 og 2021 sem segjast drekka eitt/einn til þrjú/þrjú glös/bolla daglega af kaffi, kóladrykk eða orkudrykk sem inniheldur koffín daglega.

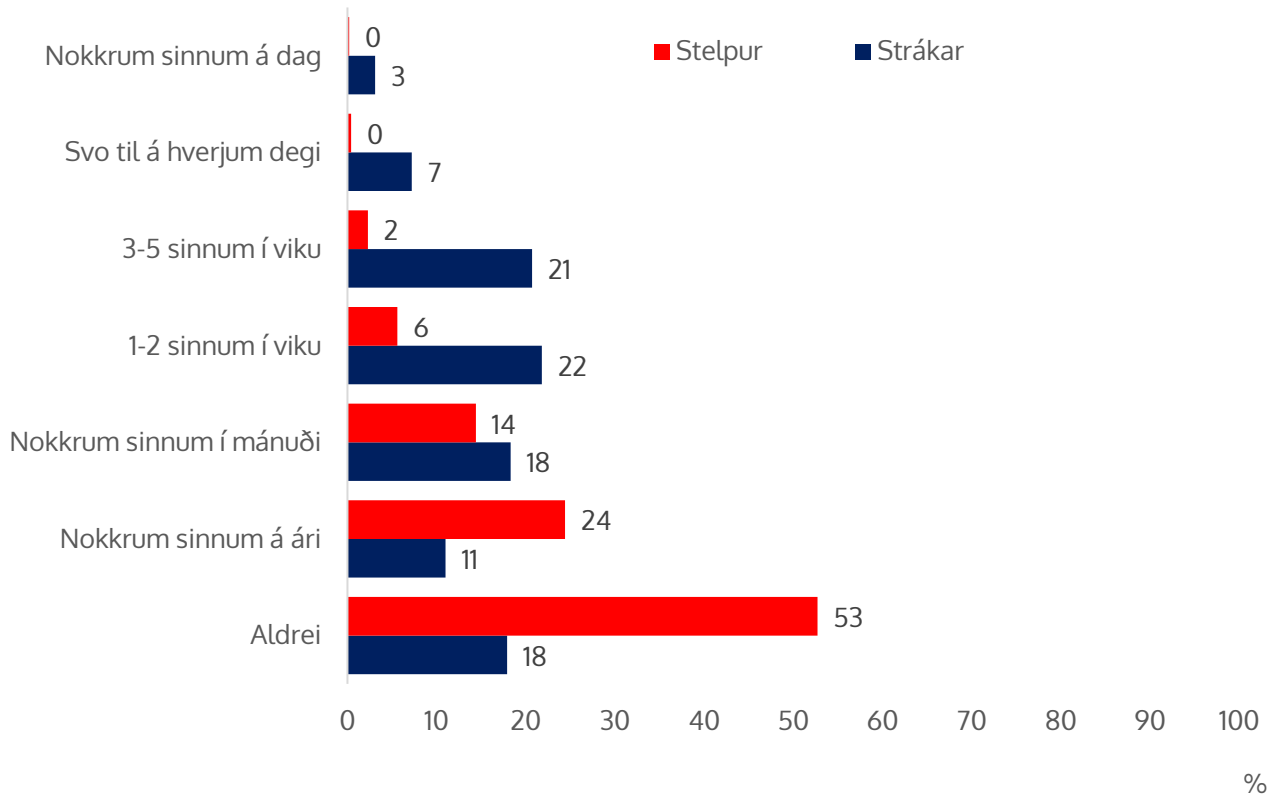


Mynd 32. Hlutfall framhaldsskólanema árin 2004-2021 eftir því hve oft þeir segjast reyna á sig líkamlega þannig að þeir mæðist verulega eða svitni.

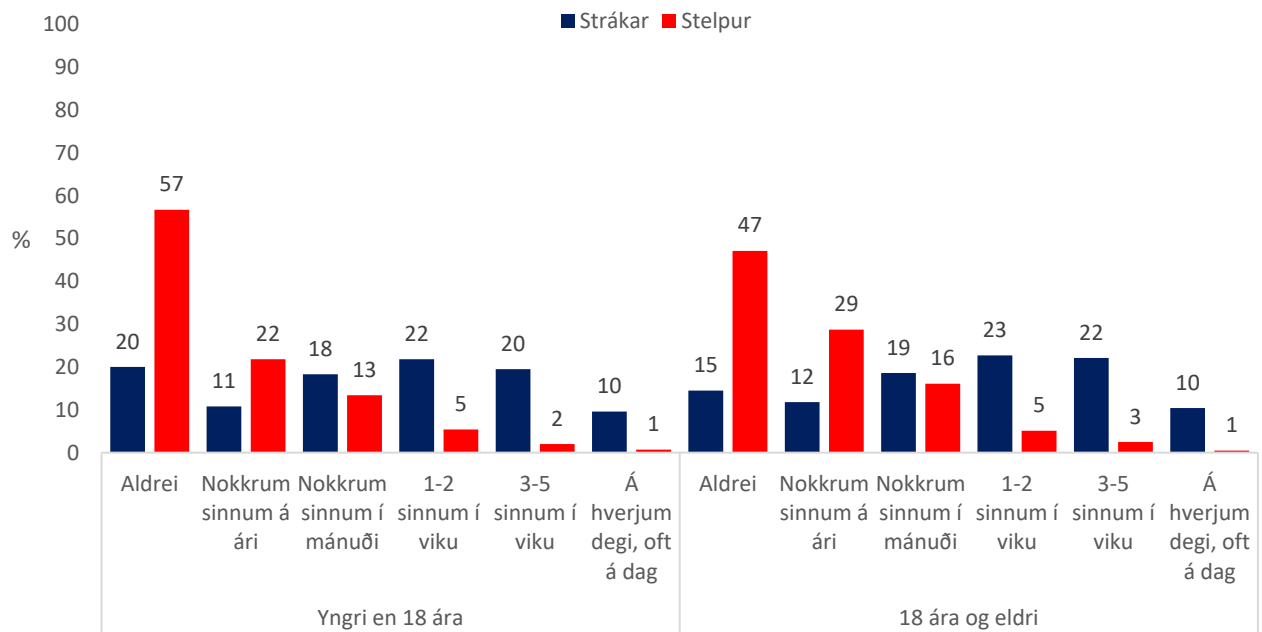


Mynd 33. Hlutfall stráka og stelpna á landinu í heild árin 2020 og 2021 eftir því hve oft þau segjast reyna á sig líkamlega þannig að þau mæðist verulega eða svitni.

Klám og sexting



Mynd 34. Hve oft (ef einhvern tíma) skoðar þú klám (t.d. á netinu, í sjónvarpi eða í blöðum)? Hlutfall nemenda á landinu í heild greint eftir kynferði árið 2021.



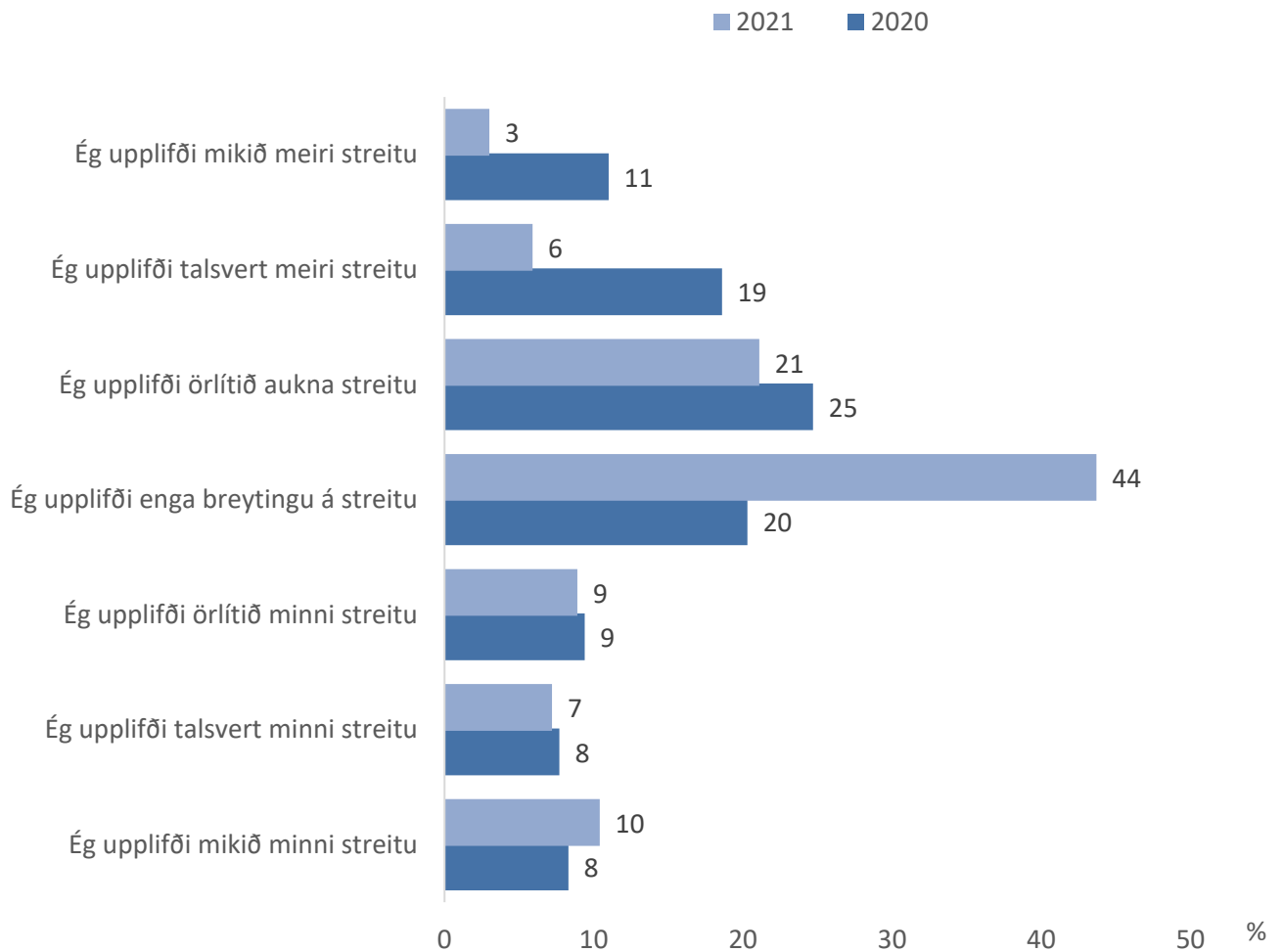
Mynd 35. Hve oft (ef einhvern tíma) skoðar þú klám (t.d. á netinu, í sjónvarpi eða í blöðum)? Hlutfall nemenda á landinu í heild greint eftir kynferði og aldri árið 2021.

Tafla 6. Ögrandi myndir eða nektarmyndir. Hlutfall framhaldsskólanema árið 2021 greint eftir kynferði.

| Hve oft (ef einhvern tíma) hefur þú? | Svarmöguleikar | Strákar (%) | Stelpur (%) | Heild (%) |
|--|--------------------|-------------|-------------|-----------|
| Þú sent ögrandi mynd eða nektarmynd af þér til einhvers í gegnum netið eða í sms | Aldrei | 79 | 60 | 69 |
| | 1-2 sinnum | 8 | 12 | 10 |
| | 3-5 sinnum | 4 | 8 | 6 |
| | 6 sinnum eða oftár | 9 | 20 | 15 |
| Þú beðið einhvern annan um að senda þér ögrandi mynd eða nektarmynd í gegnum netið eða í sms | Aldrei | 80 | 87 | 84 |
| | 1-2 sinnum | 8 | 6 | 7 |
| | 3-5 sinnum | 5 | 3 | 4 |
| | 6 sinnum eða oftár | 7 | 4 | 6 |
| Þú verið beðin/nn af einhverjum öðrum að senda ögrandi mynd eða nektarmynd af þér gegnum netið eða í sms | Aldrei | 73 | 42 | 57 |
| | 1-2 sinnum | 10 | 9 | 10 |
| | 3-5 sinnum | 7 | 10 | 8 |
| | 6 sinnum eða oftár | 10 | 39 | 26 |
| Verið tekin ögrandi mynd eða nektarmynd af þér | Aldrei | 93 | 85 | 89 |
| | 1-2 sinnum | 4 | 8 | 6 |
| | 3-5 sinnum | 1 | 4 | 3 |
| | 6 sinnum eða oftár | 2 | 3 | 3 |

Covid-tengdar spurningar í fyrirlögn árin 2020 og 2021.

Spurningar varðandi eigin líðan í Covid-19



Mynd 36. Hversu mikil áhrif hefur kórónuveirufaraldurinn á streitu hjá þér í dag? Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.

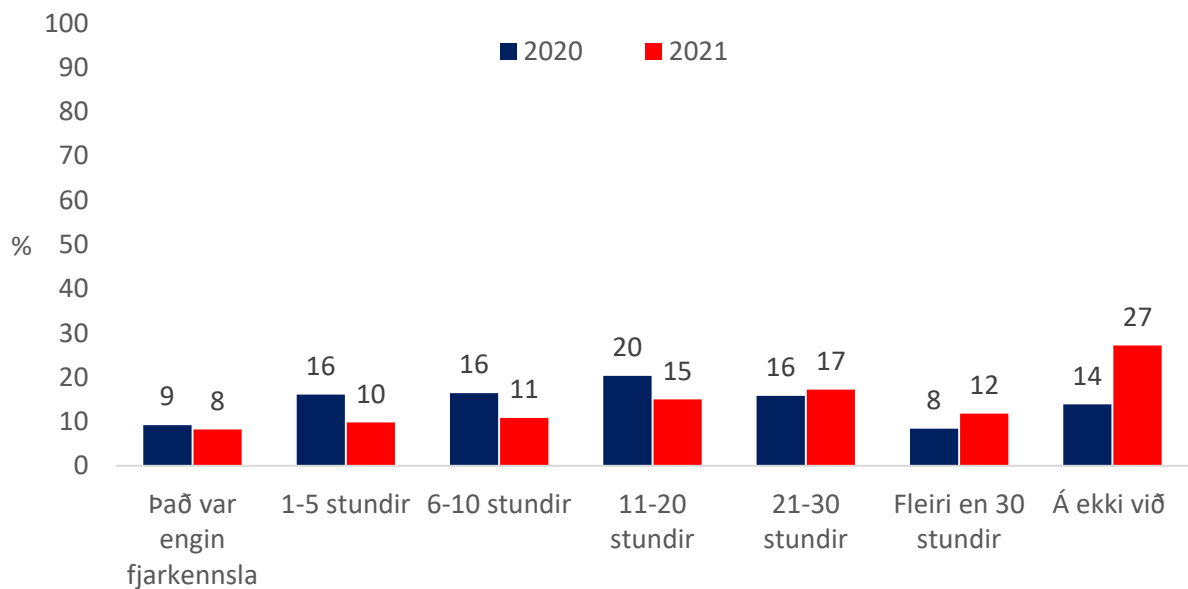
Tafla 7. Vegna kórónuveirufaraldursins (Covid-19), hversu miklar eða litlar áhyggjur hefurðu af eftirfarandi atriðum? Hlutfall nemenda á landinu í heild árið 2021.

| | Engar áhyggjur (%) | Örlitlar áhyggjur (%) | Talsverðar áhyggjur (%) | Miklar áhyggjur (%) |
|--|--------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| | Heild | Heild | Heild | Heild |
| Líkamlegri heilsu þinni | 51 | 34,4 | 10,7 | 3,8 |
| Líkamlegri heilsu annarra aðila í kringum þig | 26,8 | 38 | 25,3 | 10 |
| Andlegri heilsu þinni | 38 | 61,6 | 19,4 | 11 |
| Andlegri heilsu annarra aðila í kringum þig | 24,1 | 37,4 | 26,5 | 12 |

Tafla 8. Hversu vel áttu eftirfarandi fullyrðingar við um þig meðan á samkomubanninu stóð síðastliðið vor, miðað við núverandi stöðu? Hlutfall nemenda á landinu í heild árið 2021.

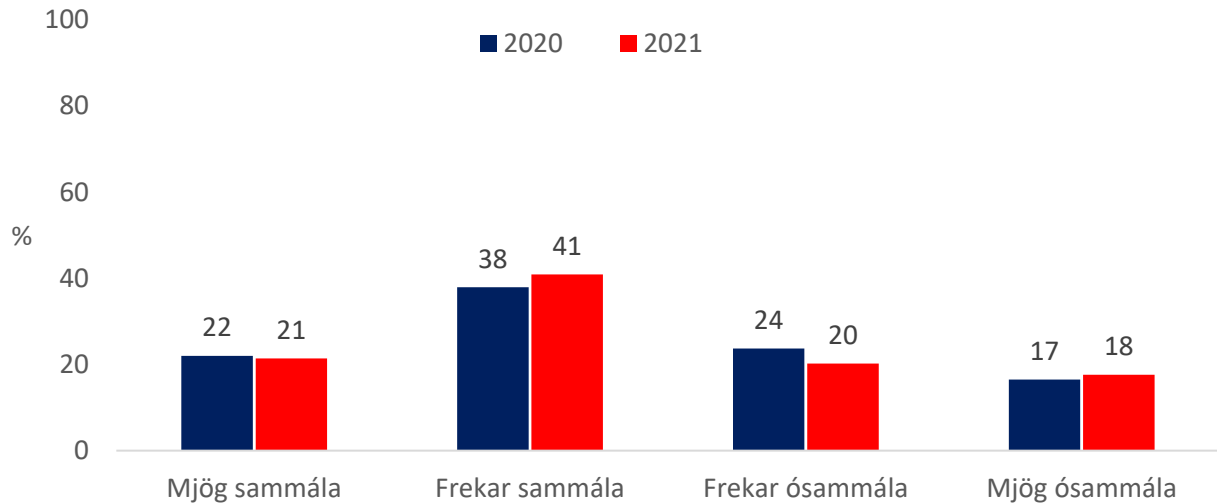
| | Mun meira en venjulega (%) | Aðeins meira en venjulega (%) | Engin breyting (%) | Aðeins minna en venjulega (%) | Mun minna en venjulega (%) |
|---|----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------|--|-------------------------------------|
| | Heild | Heild | Heild | Heild | Heild |
| Þú upplifðir einmanaleika | 16,5 | 34,9 | 42 | 3,1 | 3,4 |
| Þú upplifðir kvíða | 16,7 | 28,5 | 43,8 | 6,5 | 4,4 |
| Þú varðir tíma á netinu (online) | 40,8 | 34,9 | 21 | 1,9 | 1,5 |
| Þú áttir í samskiptum við vini og vinkonur á netinu | 27,6 | 35,3 | 29 | 5,6 | 2,5 |
| Þú upplifðir stuðning frá kennurum og skóla | 4,1 | 17,8 | 60,4 | 12,6 | 5 |

Spurningar varðandi fjarkennslu vegna Covid-19

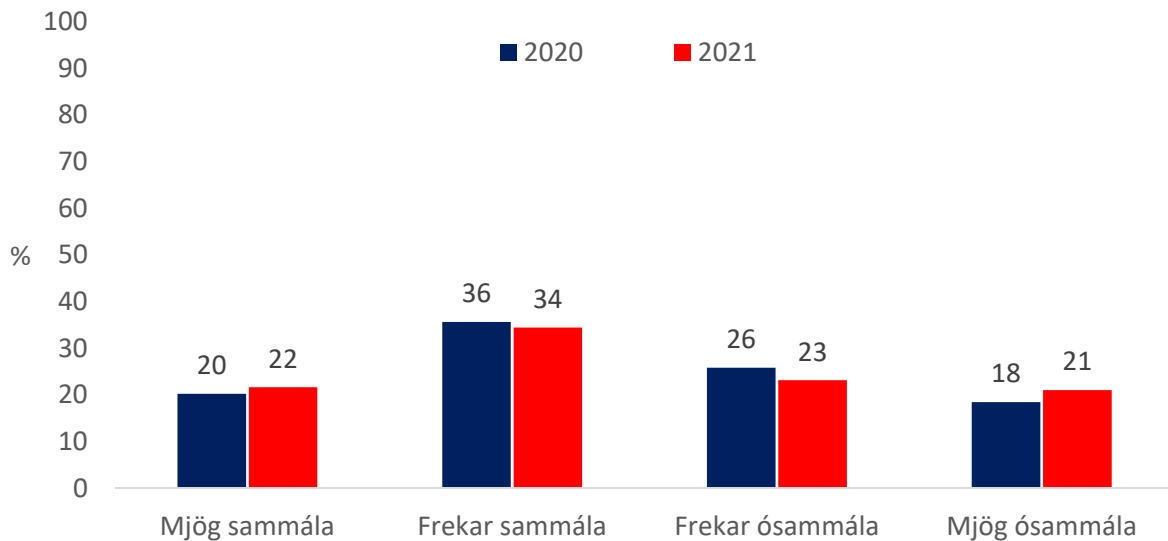


Mynd 37. Á síðustu önn var skólum lokað og kennsla breyttist tímabundið vegna samkomubanns. Hversu margar kennslustundir sóttir þú vikulega í formi fjarkennslu á meðan samkomubannið stóð yfir? Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.

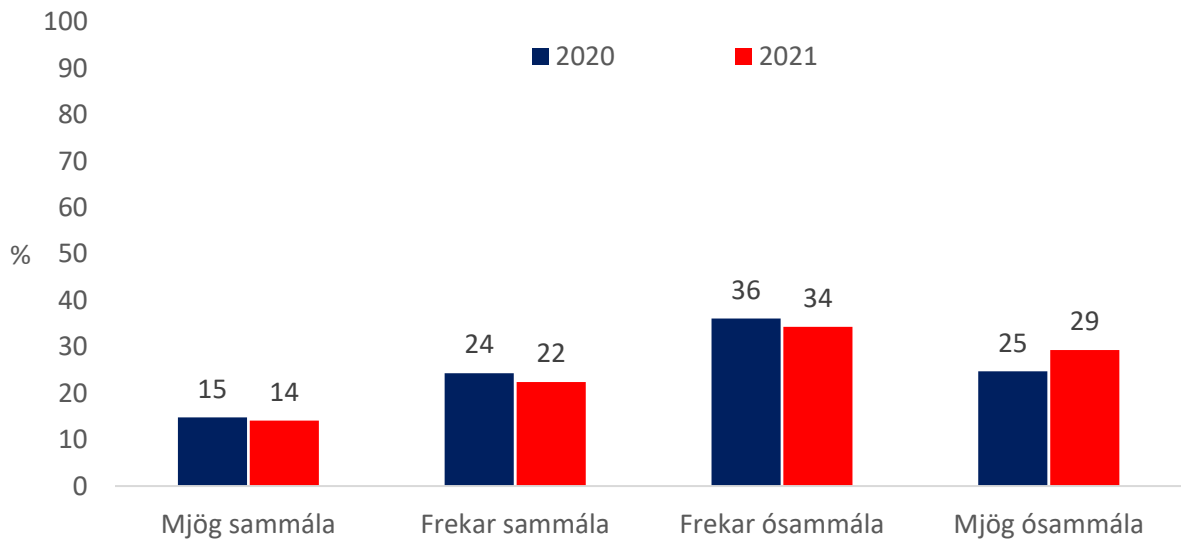
Hugsaðu um síðustu önn þegar skólinn lokaði og kennsla breyttist tímabundið vegna samkomubanns. Hversu sammála eða ósammála ertu eftirfarandi fullyrðingum?



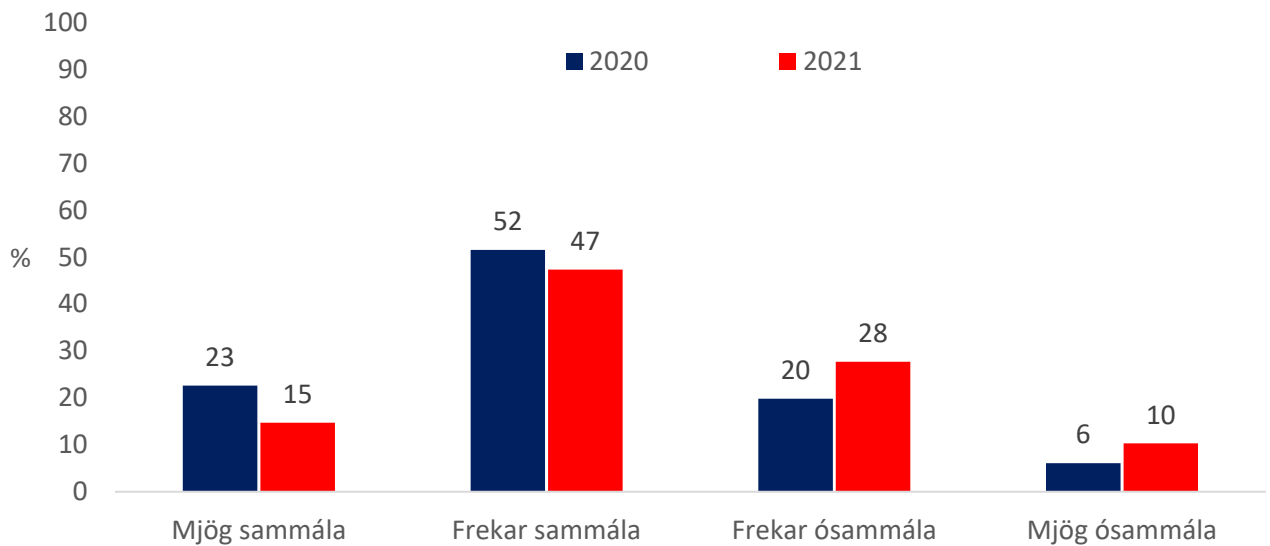
Mynd 38. Kennslufyrirkomulagið í skólanum hentaði mér vel. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.



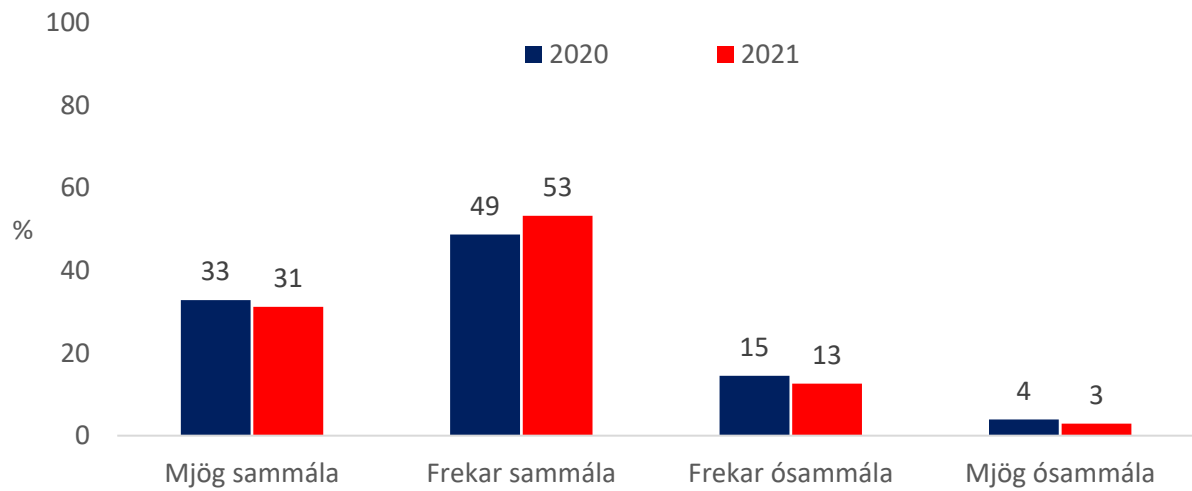
Mynd 39. Ég átti auðvelt með að læra á meðan kennslan var með breyttu sniði. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.



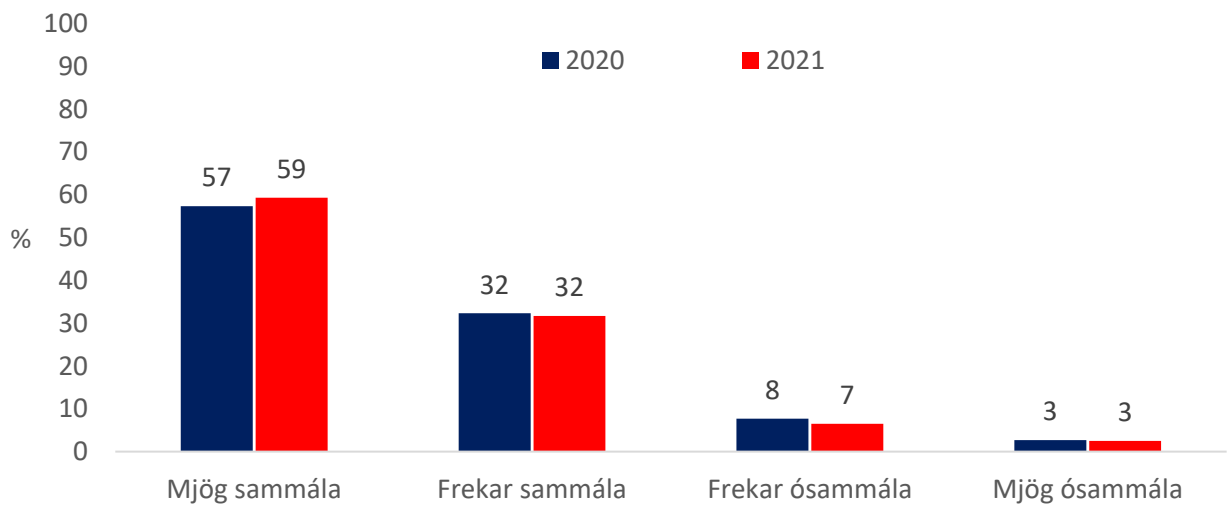
Mynd 40. Kennslufyrirkomulagið hafði slæm áhrif á árangur minn á síðustu önn. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.



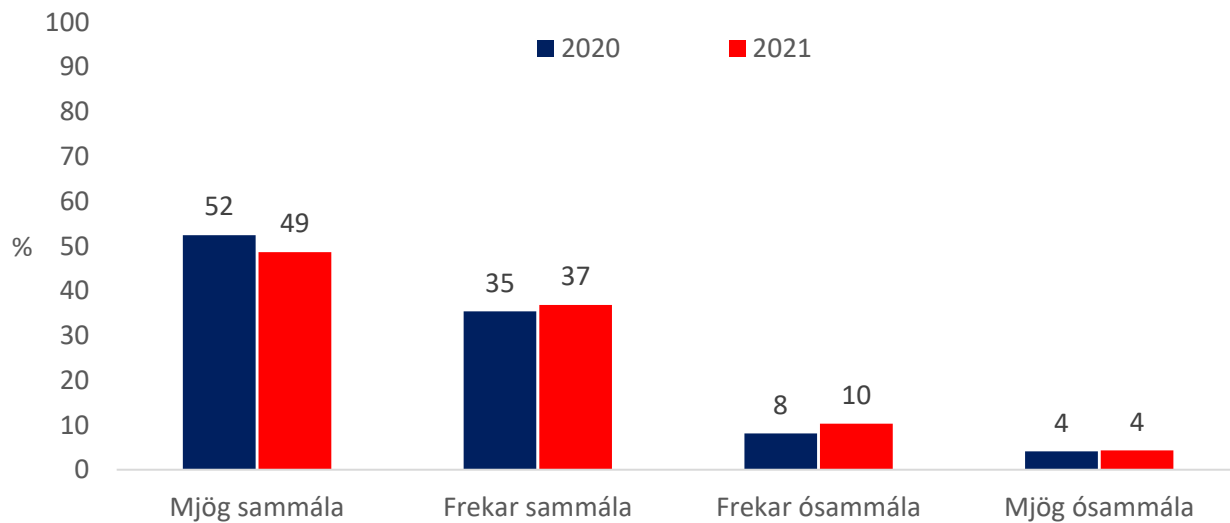
Mynd 41. Ég fékk þann stuðning í náminu sem ég þurfti frá kennaranum. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.



Mynd 42. Ég fékk tækifæri til að eiga í beinum samskiptum við kennara (t.d. í gegnum vefkennslukerfi, tölvupóst, síma, spjall). Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.



Mynd 43. Ég hafði allt sem ég þurfti á heimili mínu til að taka fullan þátt í náminu (t.d. tölvu, skrifborð og næði). Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.



Mynd 44. Ég fékk þann stuðning í náminu sem ég þurfti frá foreldrum/forráðamönnum eða öðrum fjölskyldumeðlimum. Hlutfall nemenda á landinu í heild árin 2020 og 2021.