Børnesundheds-profilen 2021

En spørgeskemaundersøgelse
om sundhed, trivsel og fritidsliv blandt børn på københavnske skoler

Skolen ved Sundet

Indholdsfortegnelse

Introduktion **4**

Mental sundhed og trivsel

Almen trivsel 6
Sociale relationer 9
Voksenrelationer 10
Forskelsbehandling og grænsesætning 13

Præstationskultur

Forventninger og præstationer 15
Tilfredshed med udseende 17

Fysisk aktivitet og fritidsliv

Bevægelse 19
Faciliteter i nærområdet 20
Transport til skole og brug af cykelhjelm 22
Foreningsliv og fritid - 3. klasse 24
Foreningsliv og fritid - 6. og 9. klasse 26

Digital adfærd

Mobilbrug blandt børn i 3. klasse 34
Digital adfærd og mobning 35

Sundhedsadfærd

Søvn og skærmbrug før sengetid 39
Spisevaner 42
Seksuel sundhed 44

Nikotin, alkohol og andre rusmidler

Nikotin og tobak 46
Alkohol 47
Andre rusmidler 48

Introduktion

Børnesundhedsprofilen er en digital spørgeskemaundersøgelse, som børn i 3., 6. og 9. klasse på både folkeskoler og privatskoler i Københavns Kommune har besvaret i efteråret 2021.

Denne rapport indeholder svar fra eleverne fra Skolen ved Sundet. Undersøgelsen baserer sig på i alt 231 besvarelser fordelt på de tre klassetrin: 89 besvarelser fra 3. klasse, 74 besvarelser fra 6. klasse, samt 68 besvarelser fra 9. klasse. Dermed er skolens besvarelsesprocent 87%.

Børnesundhedsprofilens formål er at danne grundlag for udvikling af rammerne for et godt børneliv i København. Med Børnesundhedsprofilen får skolen viden om elevernes liv, blandt andet deres mentale og fysiske velbefindende, deres idræts- og foreningsliv samt brug af tobak og alkohol.

Børnesundhedsprofilen supplerer den nationale trivselsmålings fokus på skolelivet og undervisningsmiljøet ved at handle om centrale aspekter i børnenes hverdagsliv - også i hjemmet og i fritiden. Der er ikke overlap mellem spørgsmålene i de to spørgeskemaundersøgelser.

Antallet af besvarelser varierer fra spørgsmål til spørgsmål (n=antal besvarelser). Det skyldes dels, at børnene kan fravælge at besvare enkelte spørgsmål, og dels at nogle spørgsmål er betinget af de svar, som eleven tidligere har afgivet. I hver graf fremgår det, hvor mange børn der har besvaret spørgsmålet.

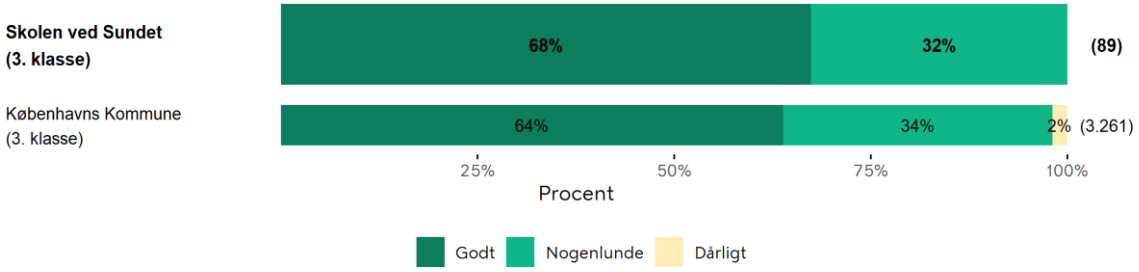
Alle besvarelser er behandlet fortroligt, og det er ikke muligt at spore besvarelser fra enkelte børn. Det betyder at der kan være grafer i rapporten, hvor svar fra skolens elever er slettet af hensyn til elevernes anonymitet.

For hvert spørgsmål i undersøgelsen kan skolen se sine egne resultater sammenholdt med resultaterne for alle de deltagende skoler i København. Hvis skolen ønsker yderligere viden om undersøgelsen kan den samlede rapport for alle skoler findes her: Resultater i Børnesundhedsprofilen 2021 | Københavns Kommunes hjemmeside (kk.dk).

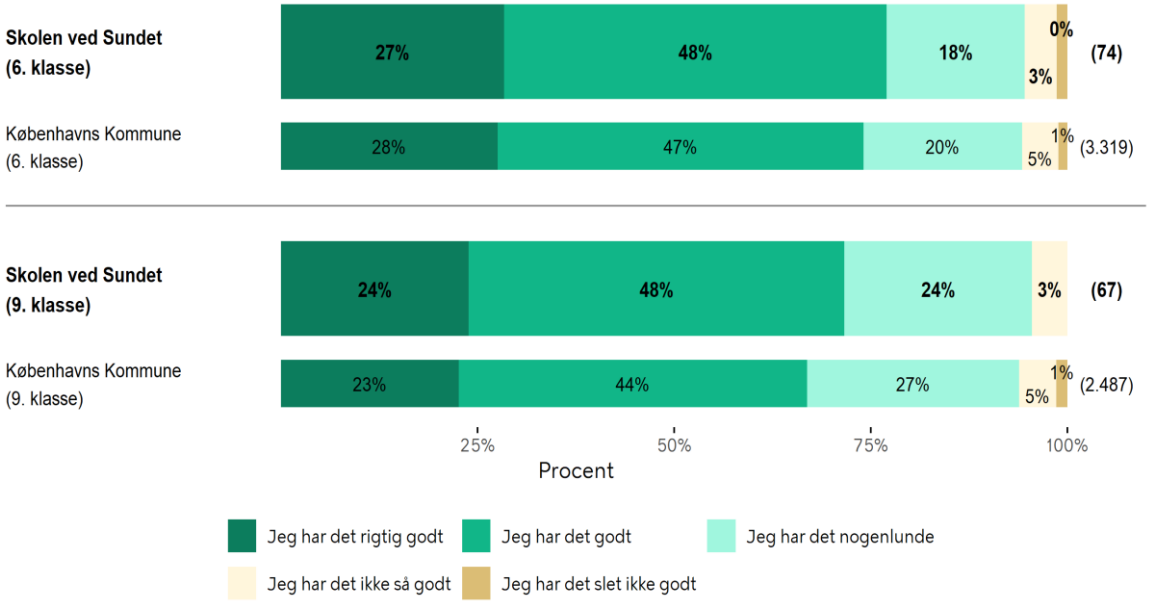
Mental sundhed og trivsel

Almen trivsel

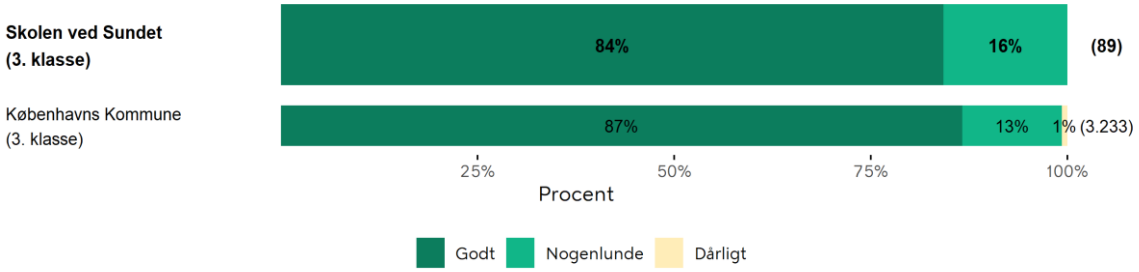
1.1. Hvordan har du det i skolen?



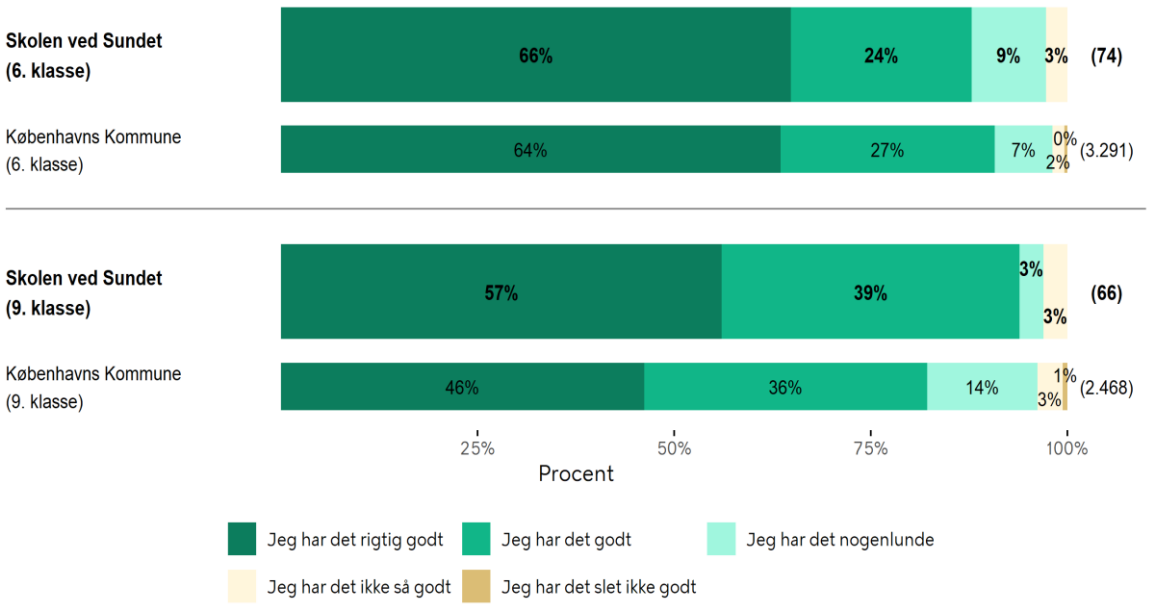
1.2. Hvordan har du det for tiden i skolen?



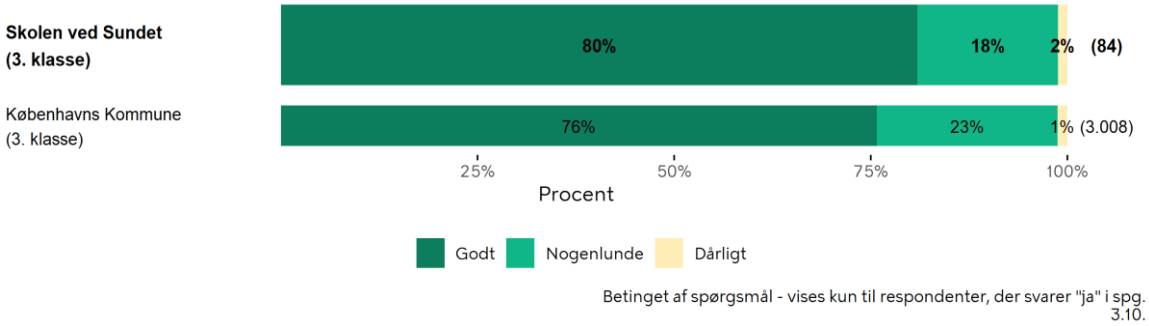
1.3. Hvordan har du det derhjemme?



1.4. Hvordan har du det for tiden derhjemme?

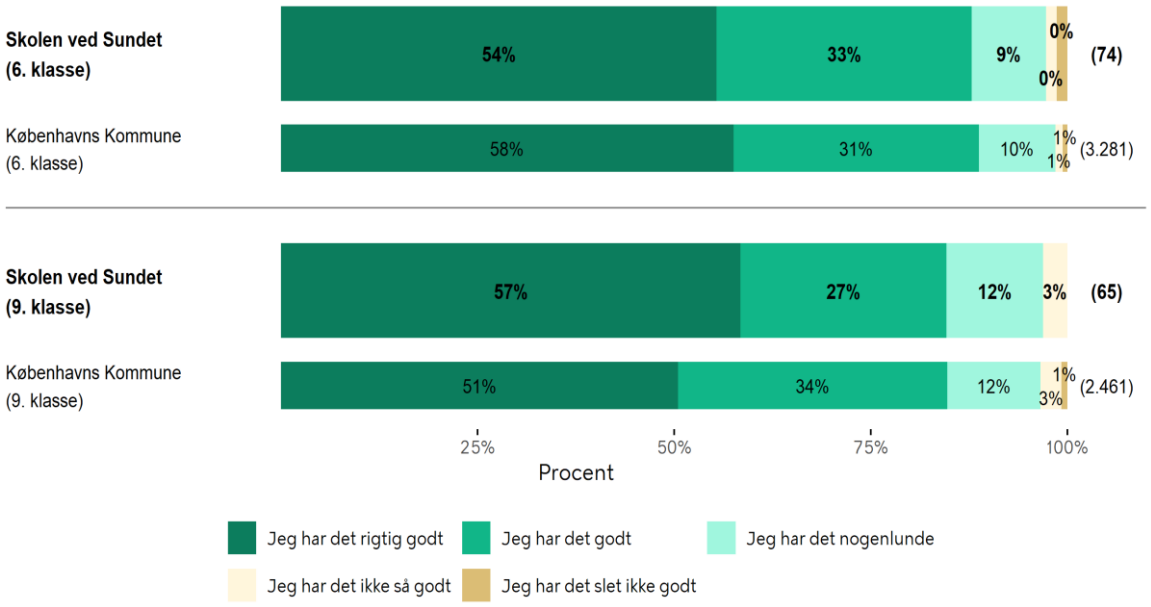


1.5. Hvordan har du det i SFO'en eller fritidshjemmet?



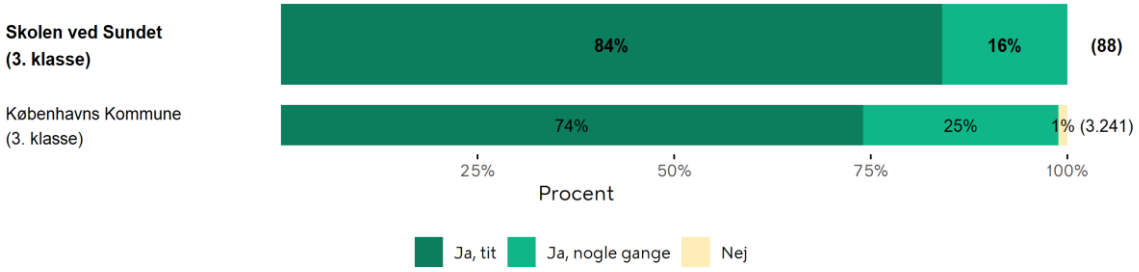
Betinget af spørgsmål - vises kun til respondenter, der svarer "ja" i spg. 3.10.

1.6. Hvordan har du det for tiden med venner/i fritiden?

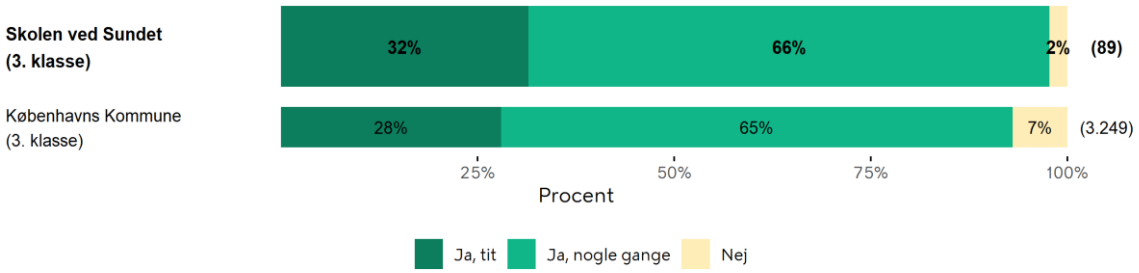


Sociale relationer

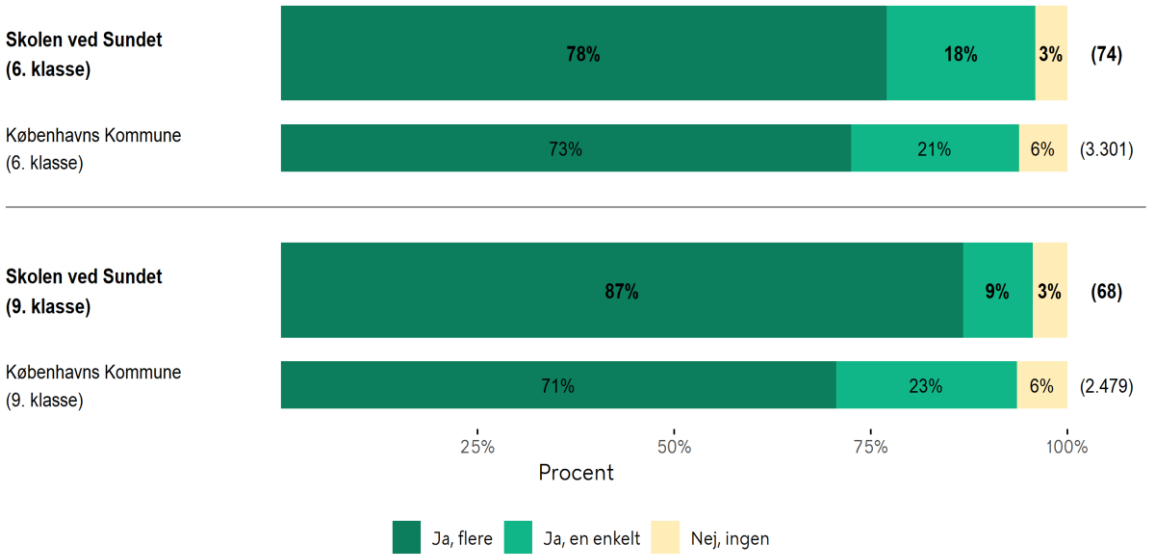
1.7. Har du nogen at lege med i frikvartererne?



1.8. Leger du med venner efter skole eller i weekenden?

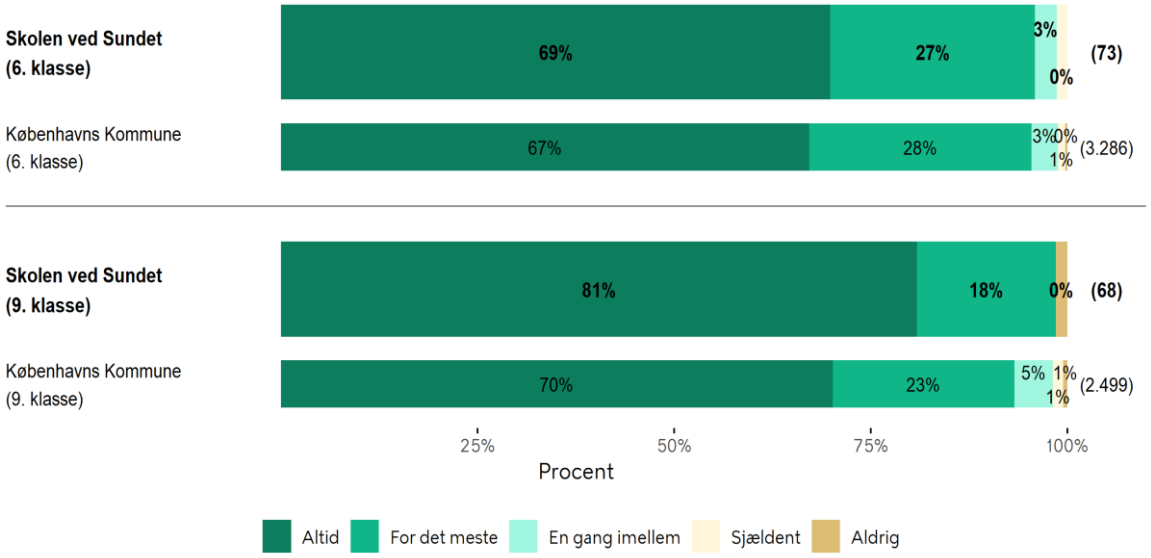


1.9. Har du nogen venner eller veninder at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?

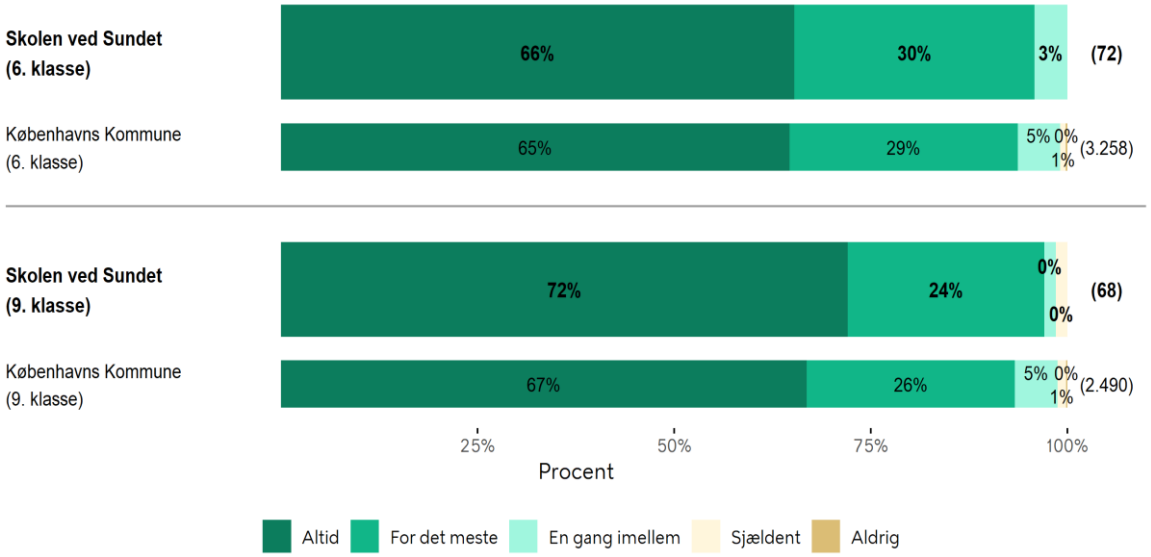


Voksenrelationer

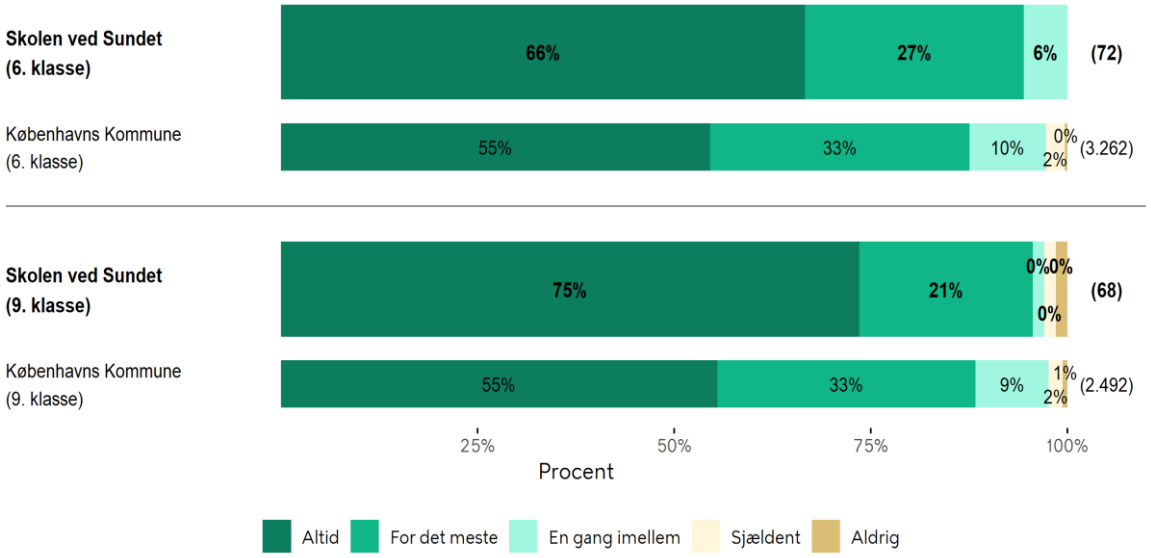
1.10. Er en eller flere af dine forældre der, når du har brug for dem?



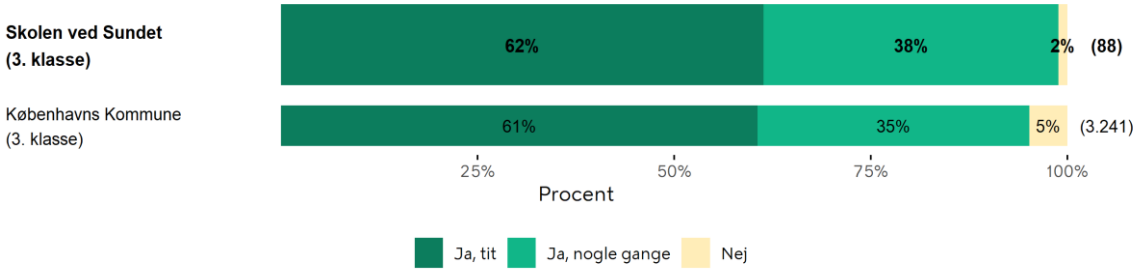
1.11. Viser dine forældre interesse for din skolegang?



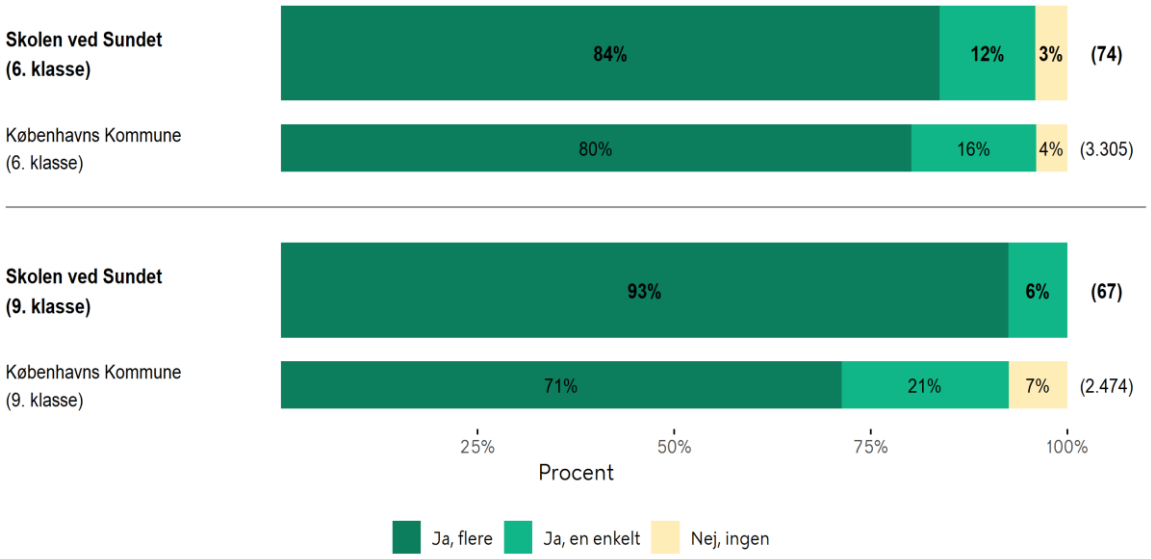
1.12. Viser dine forældre interesse for, hvad du laver i din fritid?



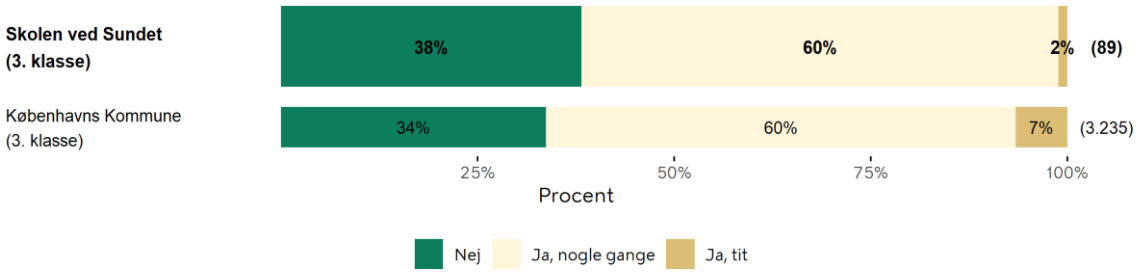
1.13. Er der en voksen i skolen, du kan tale med, hvis du er ked af det?



1.14. Har du nogen voksne at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?

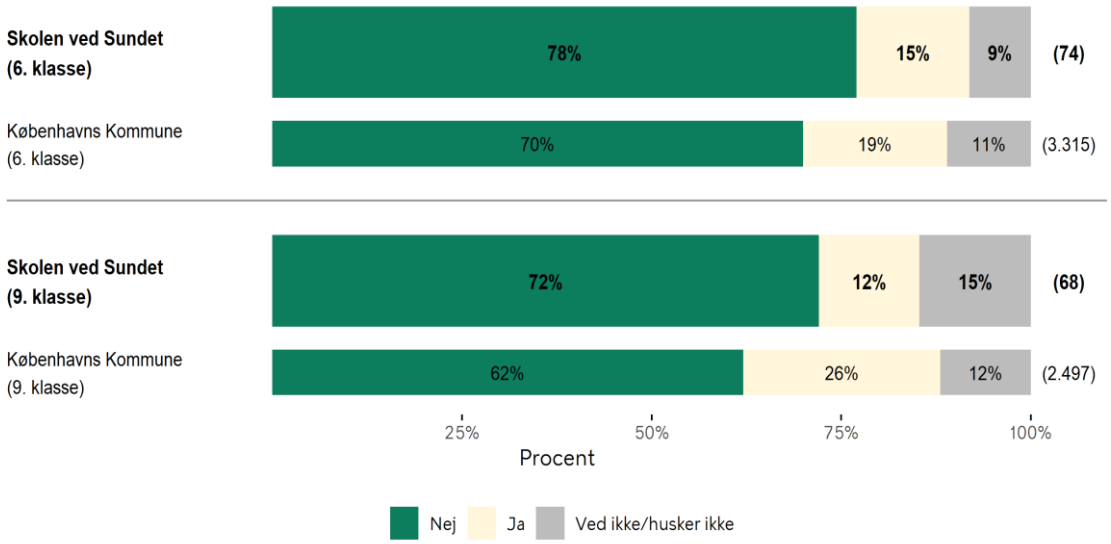


1.15. Skælder de voksne i skolen ud?

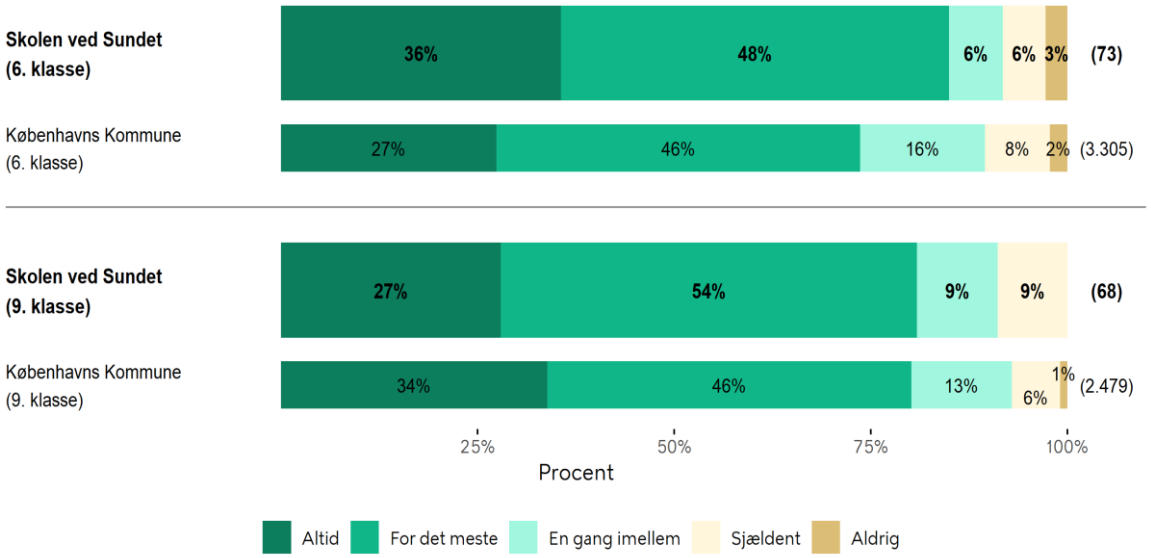


Forskelsbehandling og grænsesætning

1.16. Tænk på de sidste 2 måneder: Har du oplevet at blive forskelbehandlet, dvs. blive behandlet dårligere end andre på grund af fx køn, udseende, fødeland, hudfarve, religion eller handicap?



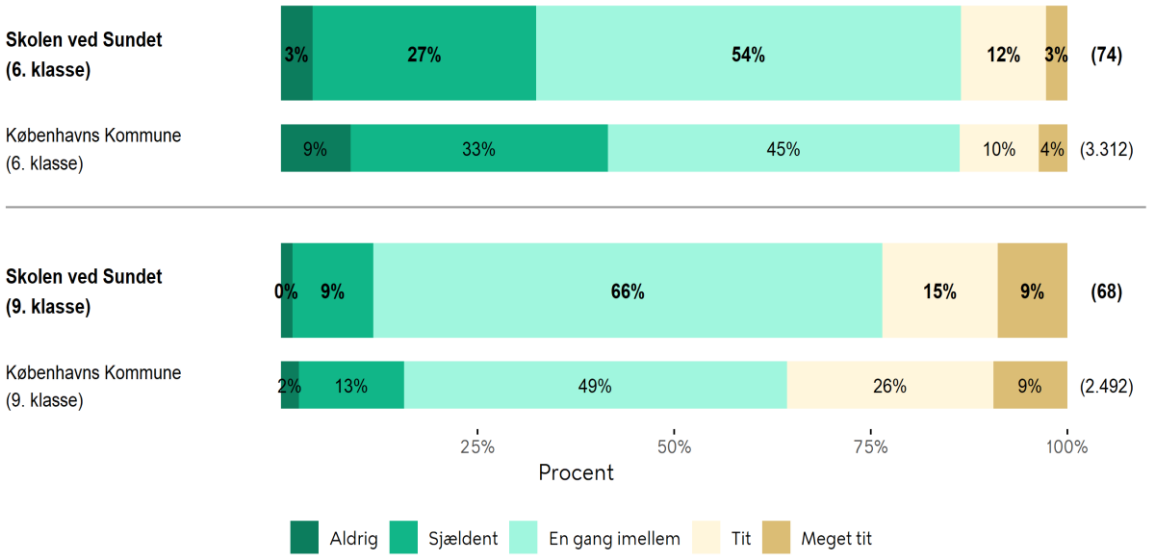
1.18. Siger du fra, hvis nogen overskrider dine grænser? Fx gør noget overfor dig, som du ikke har lyst til



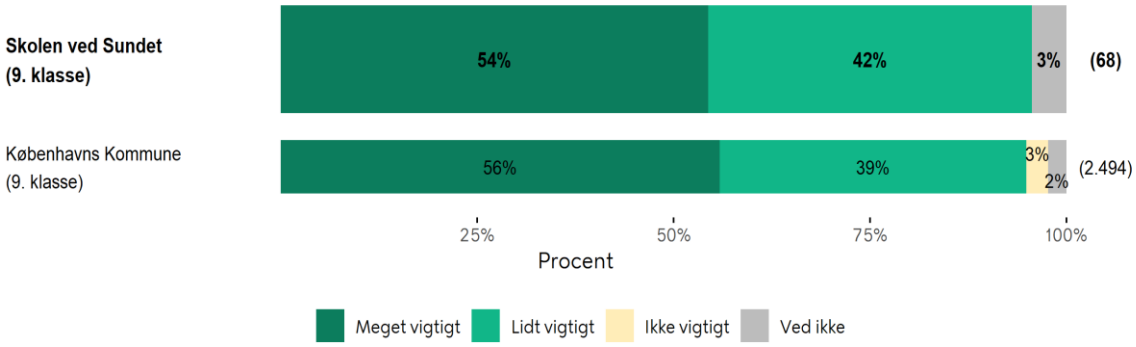
Præstationskultur

Forventninger og præstationer

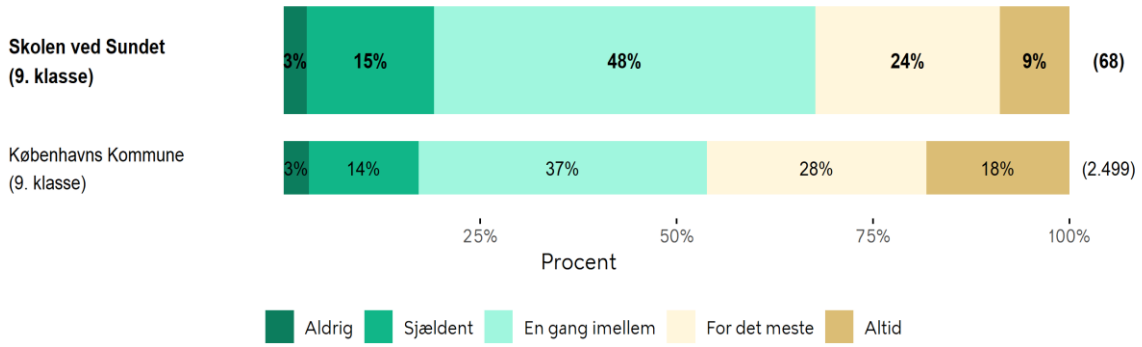
2.1. Synes du, at du har for meget at se til?



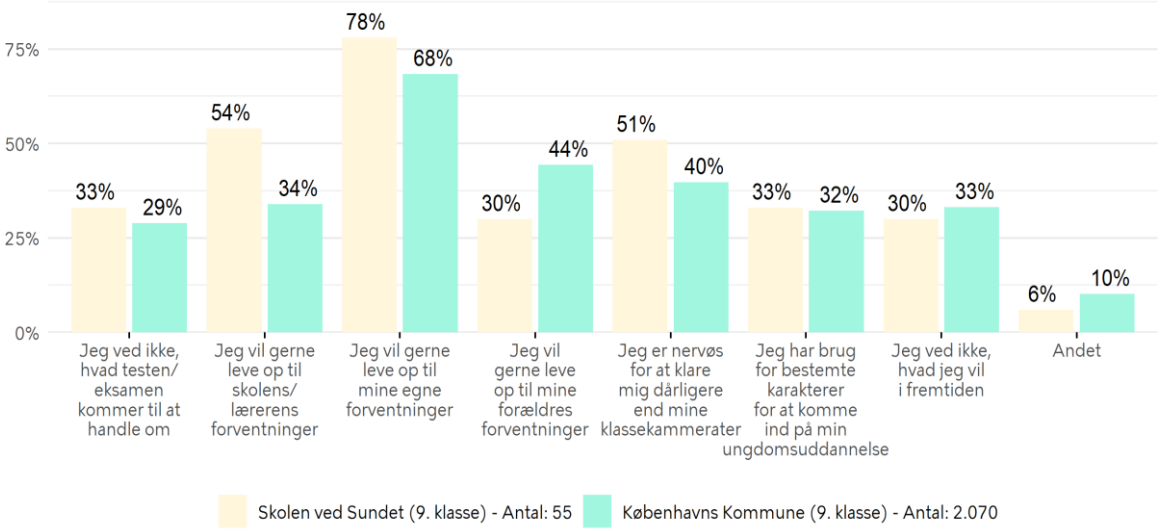
2.2. Hvor vigtigt er det for dig, at du klarer dig godt i skolen?



2.3. Føler du dig presset af test, eksamener og karakterer?



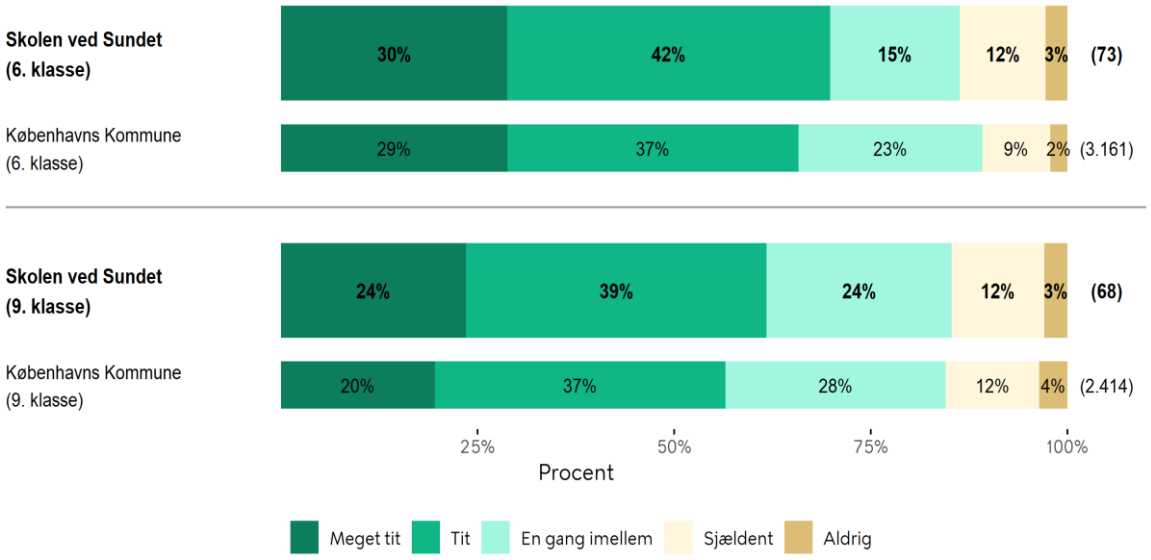
2.4. Hvad presser dig ved test, eksamener og karakterer?



Betinget spørgsmål - vises til elever som svarer "En gang imellem", "For det meste" og "Ja, altid" i spg. 2.3.

Tilfredshed med udseende

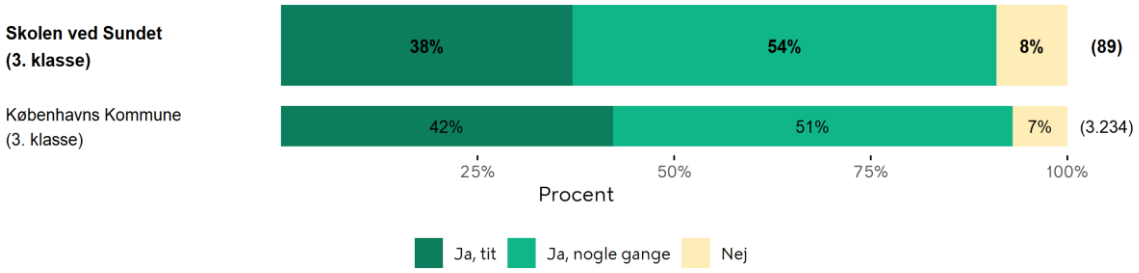
2.5. Hvor tit er du tilfreds med, hvordan du ser ud?



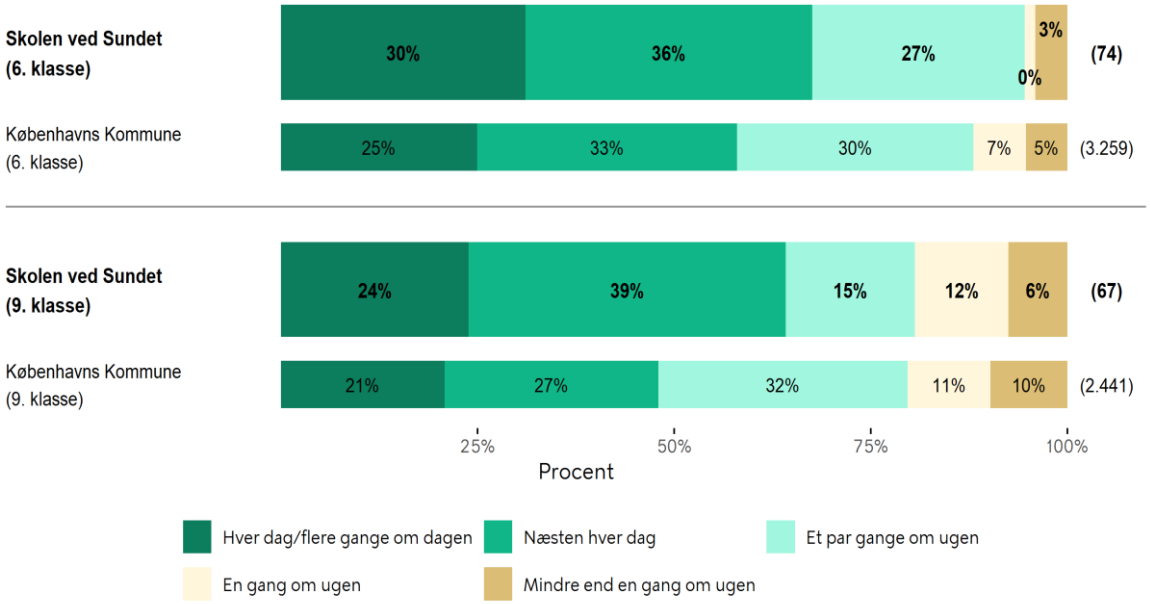
Fysisk aktivitet og foreningsliv

Bevægelse

3.1. Bevæger du dig, så du bliver forpustet?

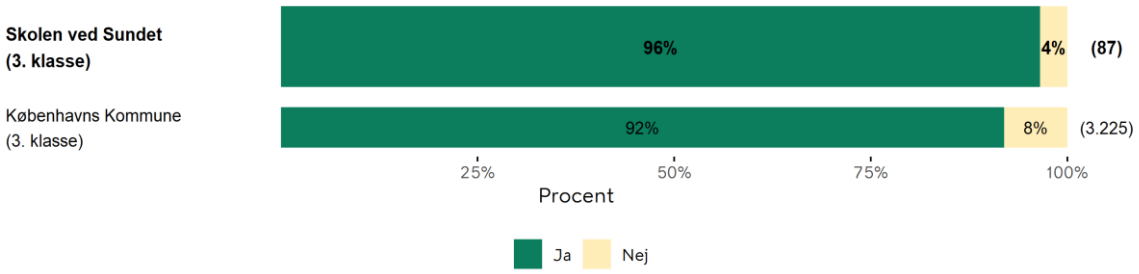


3.2. Hvor tit bevæger du dig, så du bliver svedig eller forpustet?

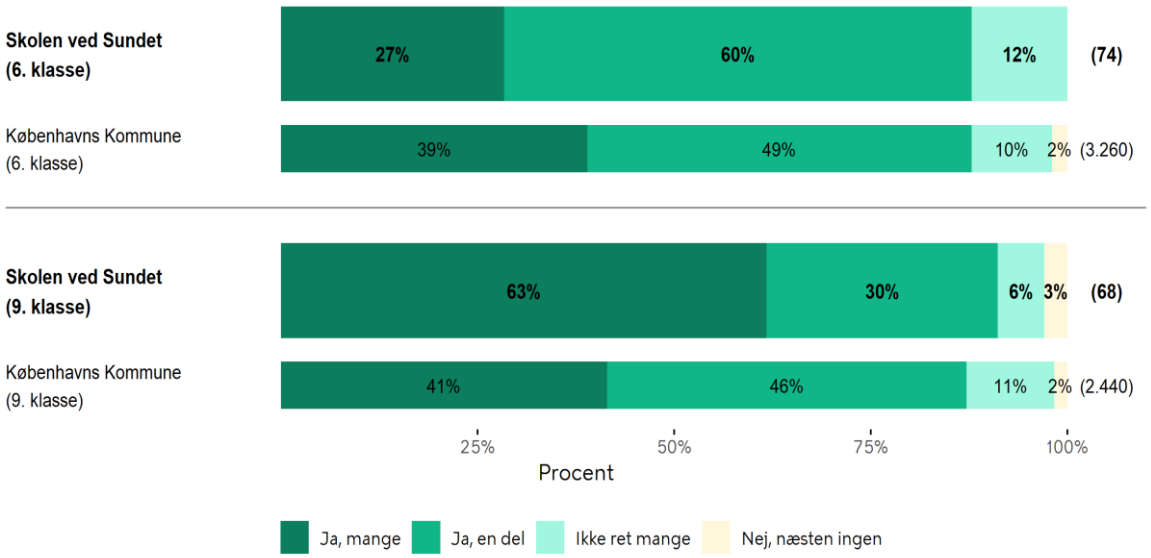


Faciliteter i nærområdet

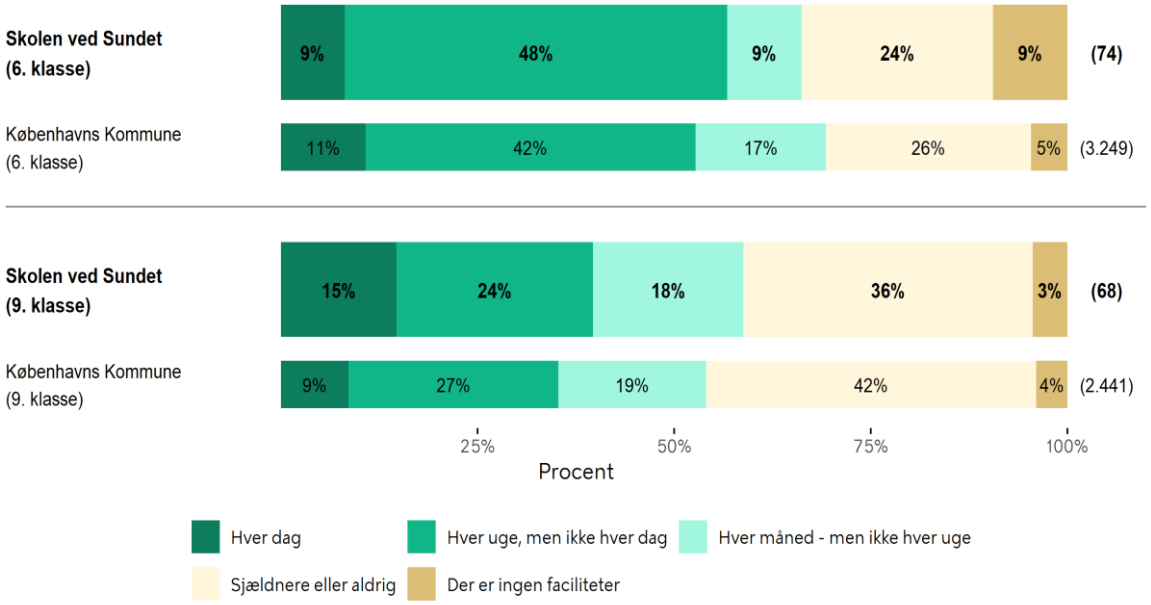
3.3. Er der gode steder, hvor man kan lege eller bevæge sig udenfor i nærheden af, hvor du bor?



3.4. Er der gode steder i nærheden af hvor du bor, hvor man kan bevæge sig? Fx lege og dyrke sport

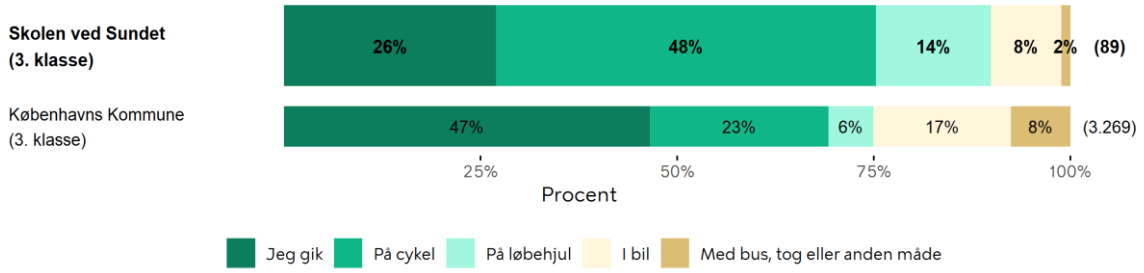


3.5. Hvor tit bruger du faciliteter som fx fodboldbane, hal og basketbane i nærheden af, der hvor du bor?

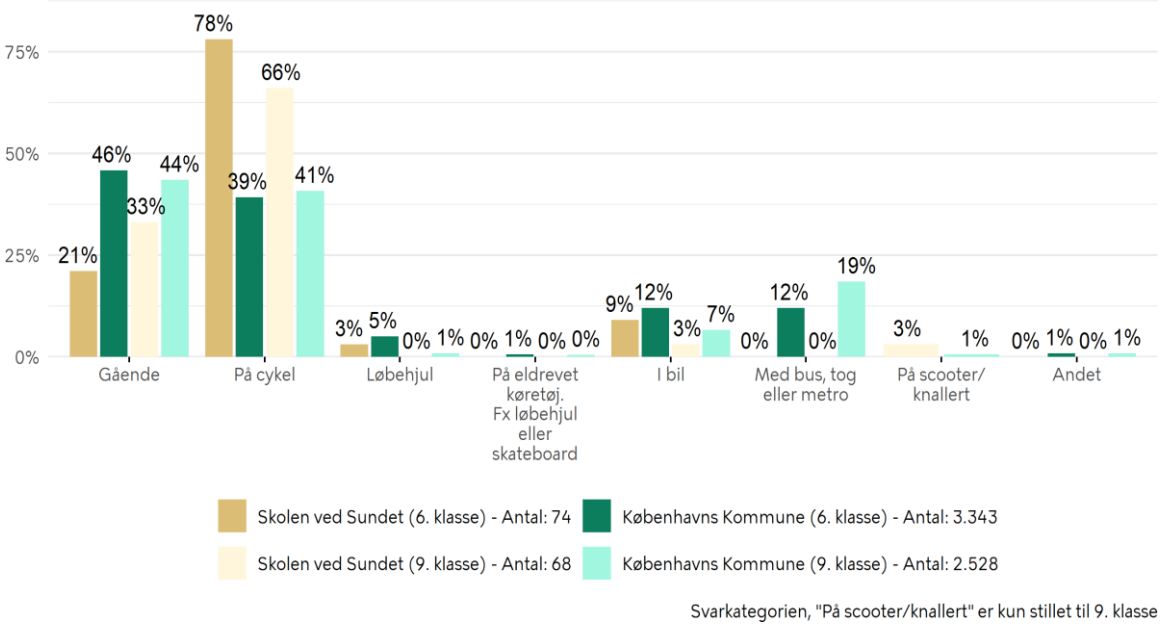


Transport til skole og brug af cykelhjelm

3.6. Hvordan kom du i skole i dag? Hvis du gjorde mere end en ting, så vælg den, der tog længst tid.

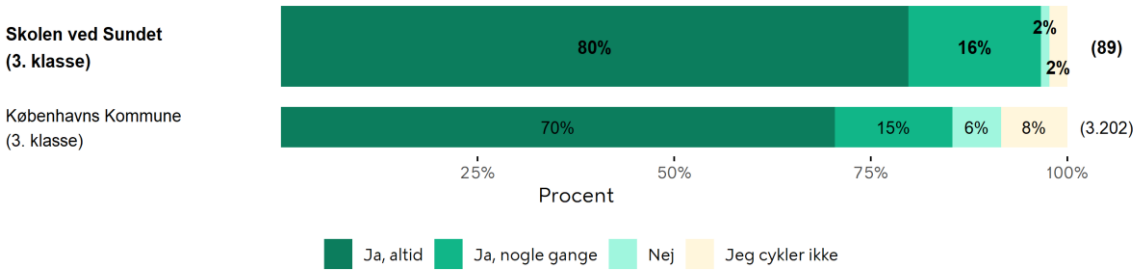


3.7. Hvordan kom du i skole i dag?

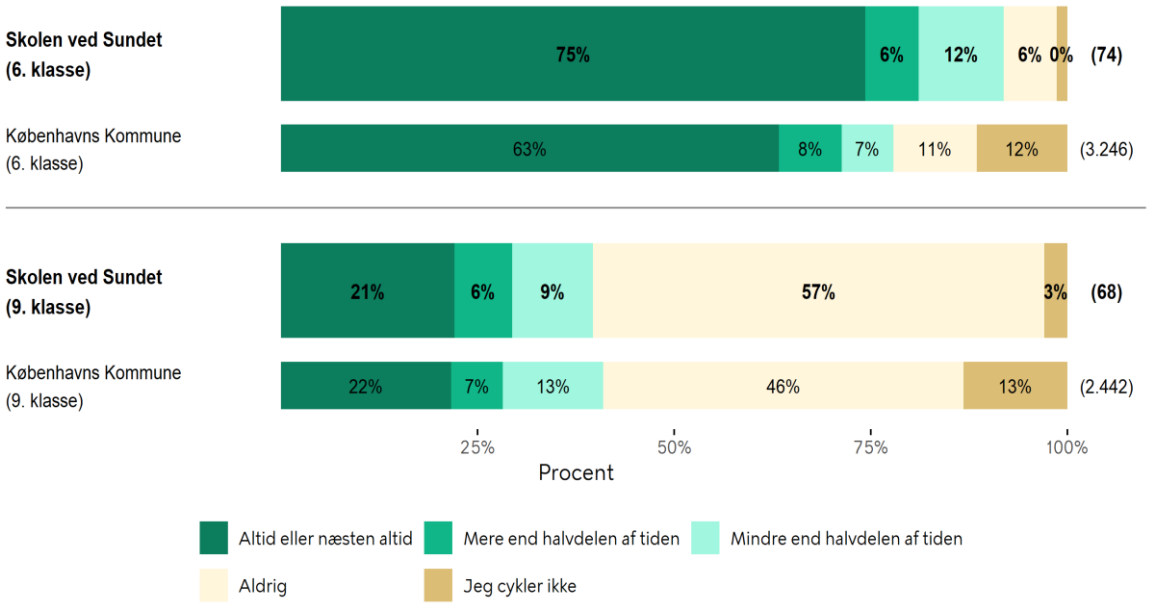


Svarkategorien, "På scooter/knallert" er kun stillet til 9. klasse

3.8. Har du cykelhjelm på, når du cykler?

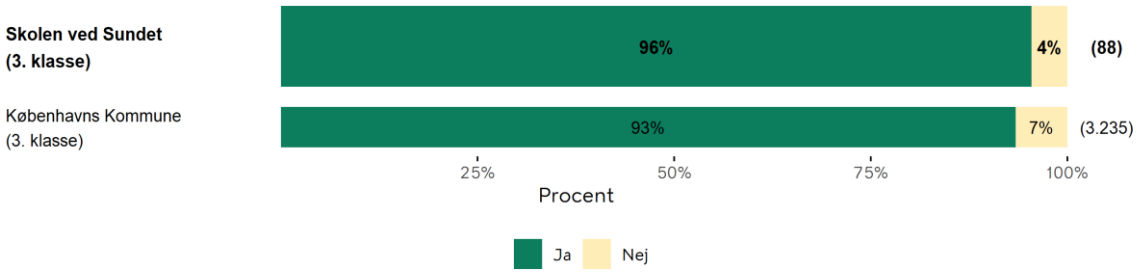


3.9. Hvor ofte har du cykelhjelm på, når du cykler?

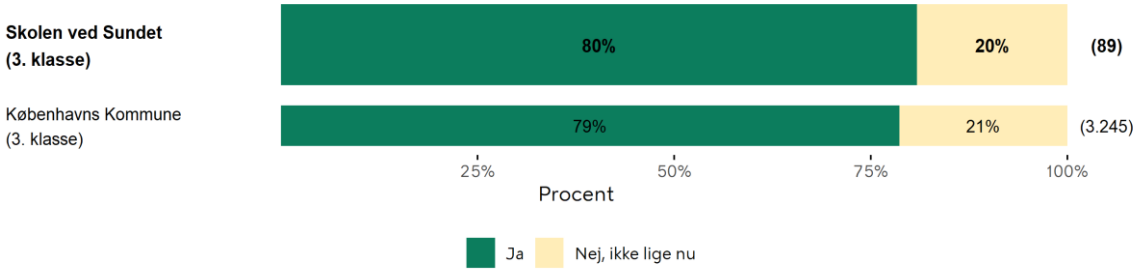


Foreningsliv og fritid – 3. klasse

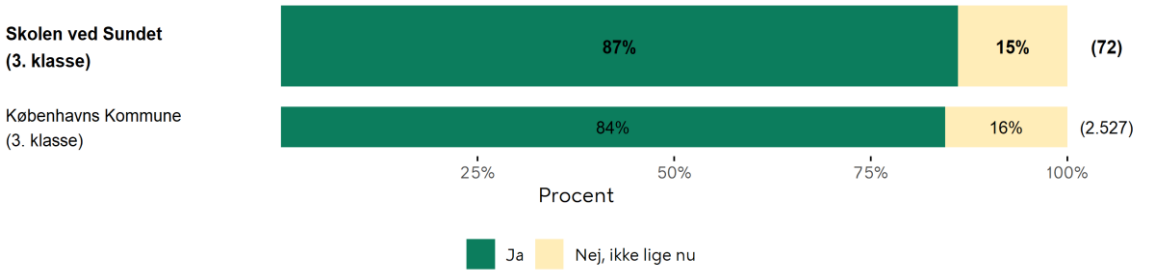
3.10. Går du i SFO eller fritidshjem?



3.11. Går du til noget efter skole eller i weekenden?

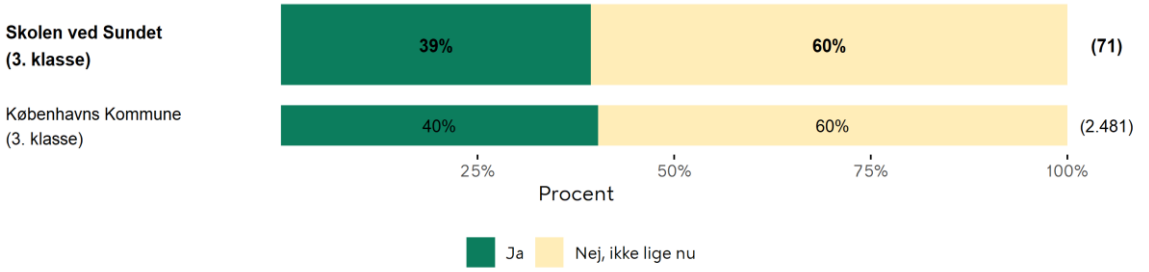


3.12. Går du til sport i en klub? Det kan være fodbold, håndbold, svømning, karate, badminton, dans, ridning eller lignende.



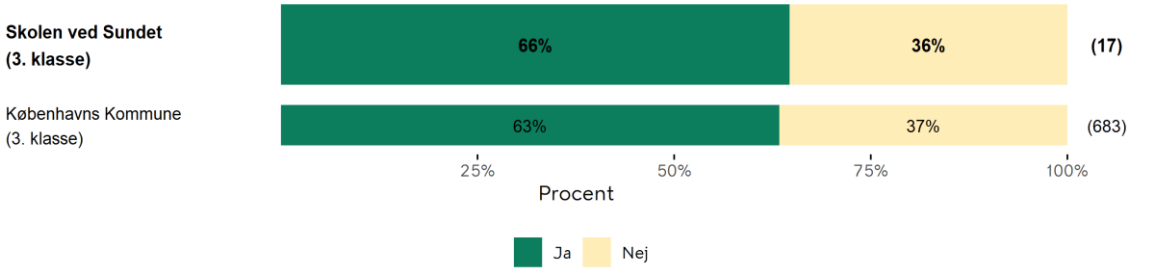
Betinget spørgsmål - vises kun til respondenter, der har svaret "ja" i spg. 3.11.

3.13. Går du til andre ting i en klub? Det kan være spejder, musik, teater, rollespil, billedkunst eller lignende.



Betinget spørgsmål - vises kun til respondenter, der har svaret "ja" i spg. 3.11.

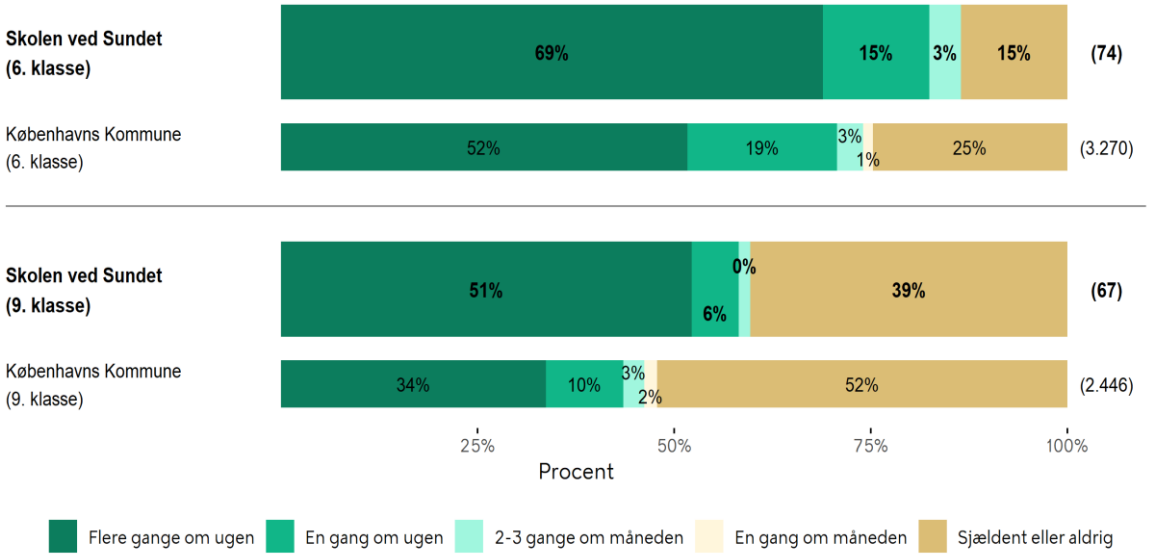
3.14. Ville du gerne gå til noget efter skole eller i weekenden?



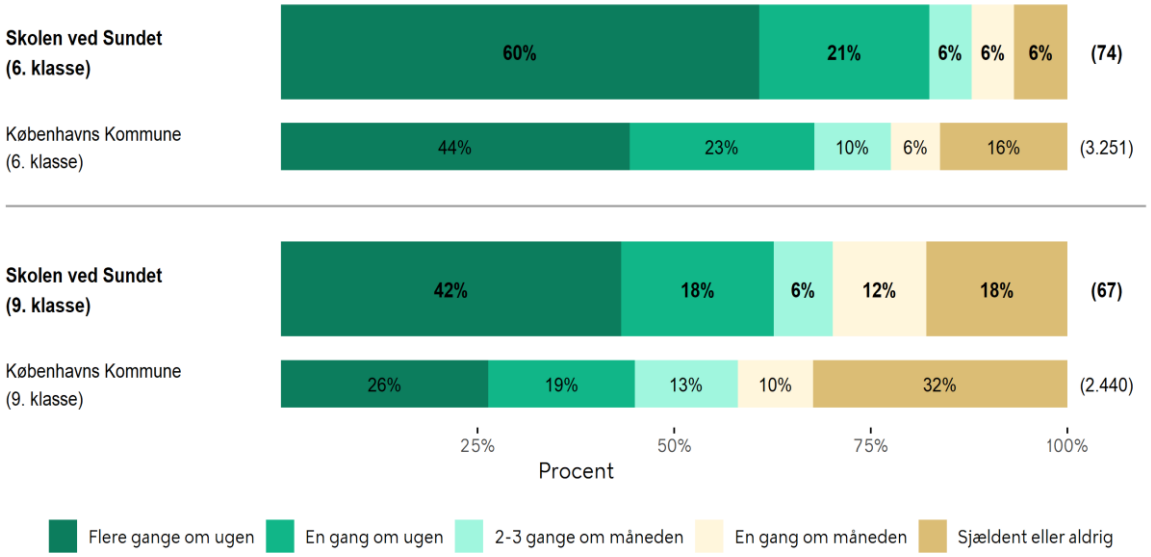
Betinget spørgsmål - vises kun til respondenter, der har svaret "nej" i spg. 3.11.

Foreningsliv og fritid - 6. og 9. klasse

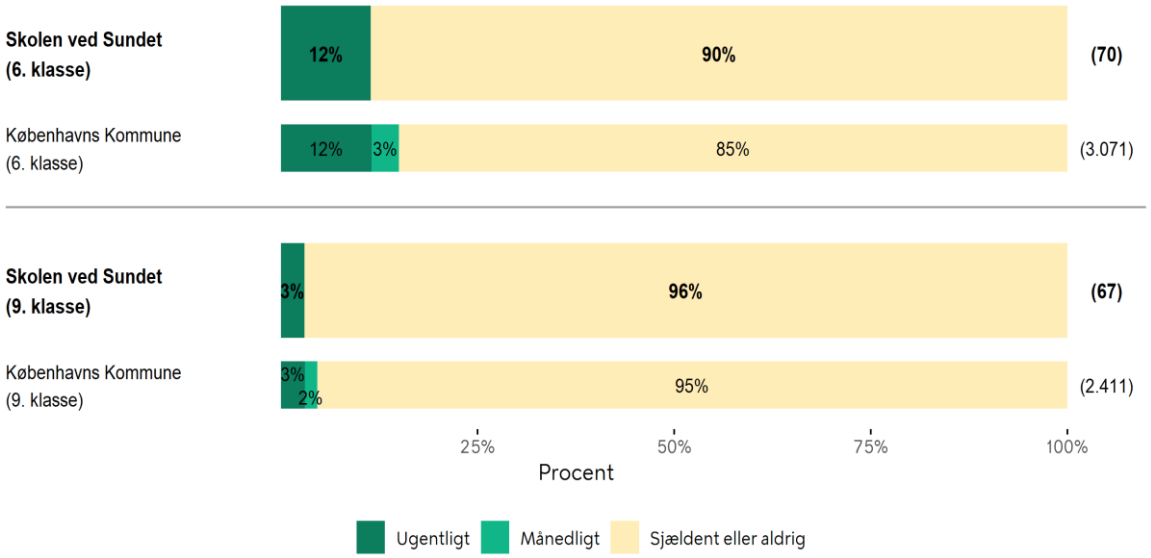
3.15. Hvor tit går du til sport i en forening eller klub. Fx fodbold, håndbold, svømning eller ridning?



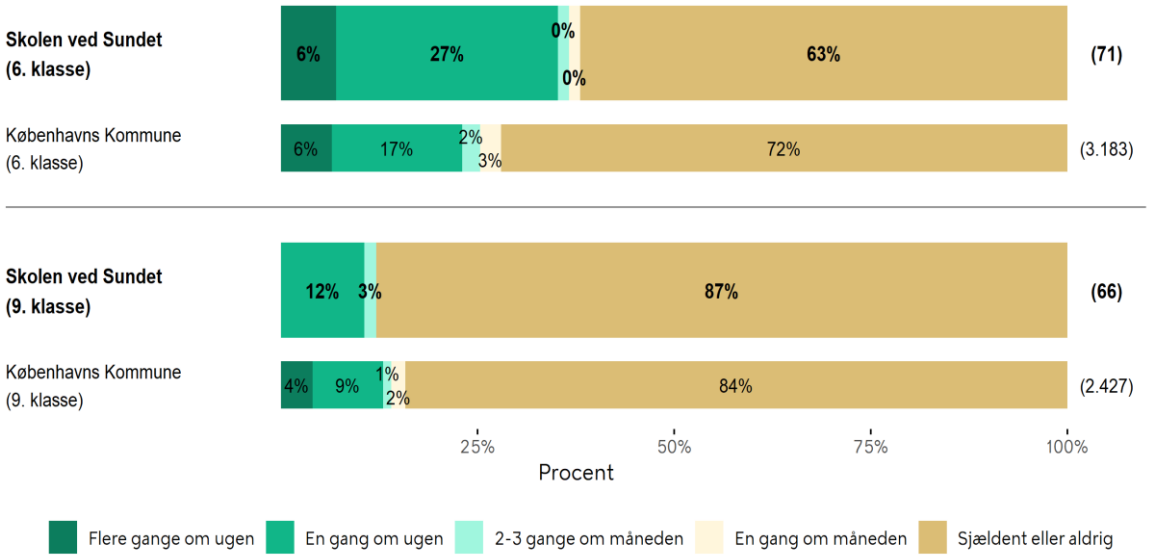
3.16. Hvor tit dyrker du motion eller sport udenfor en forening eller fitnesscenter. Fx løber, skater,spiller streetbasket eller hopper trampolin?



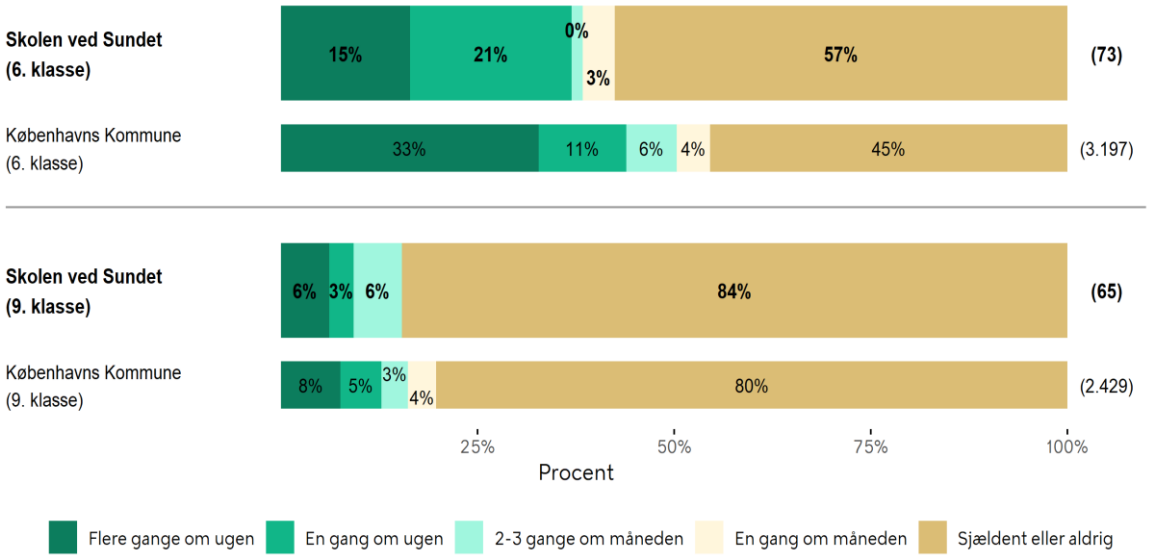
3.17. Hvor tit går du til e-sport i forening eller klub?



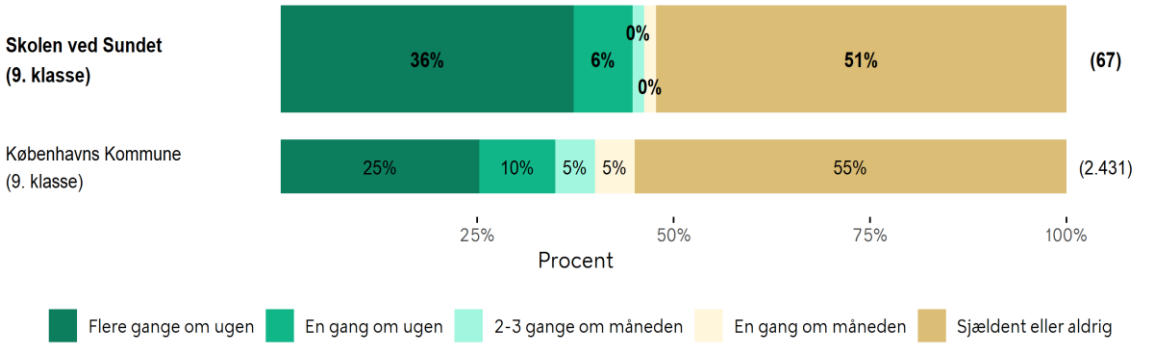
3.18. Hvor tit går du til teater, musik, spejder, rollespil, skak eller lignende aktivitet. Fx i forening?



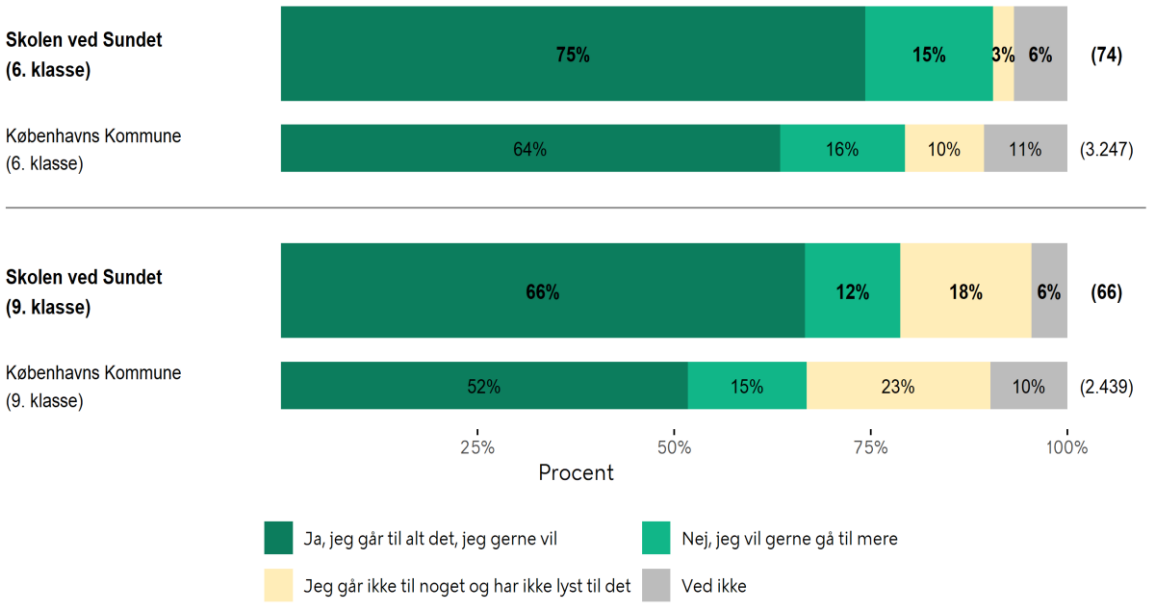
3.19. Hvor tit går du i klub. Fx juniorklub eller ungdomsklub?



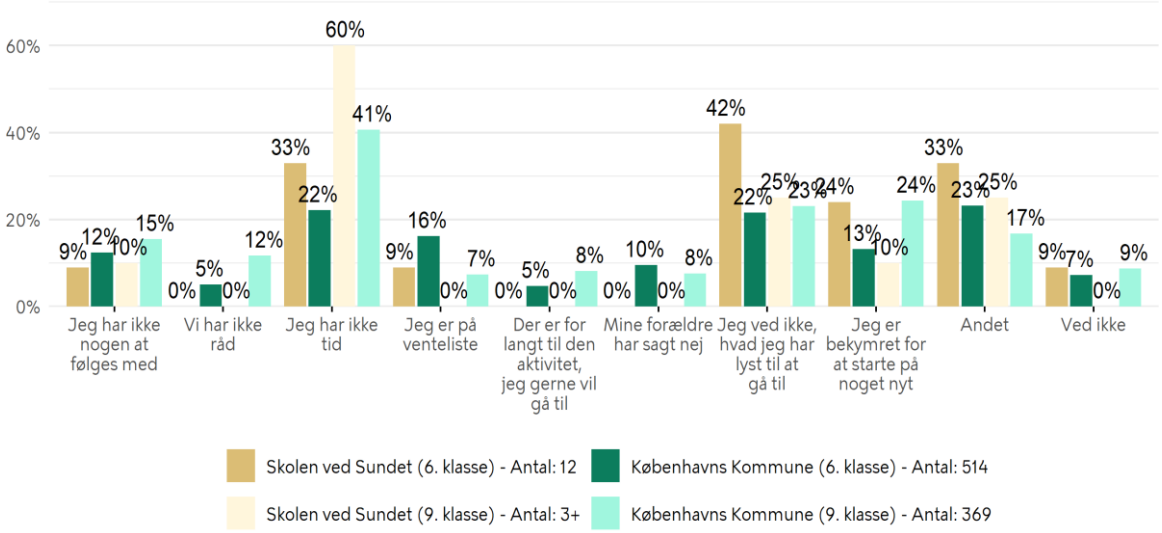
3.20. Hvor tit dyrker du fitness eller styrketræning i et fitnesscenter i din fritid?



3.21. Går du til de fritidsaktiviteter, du gerne vil?

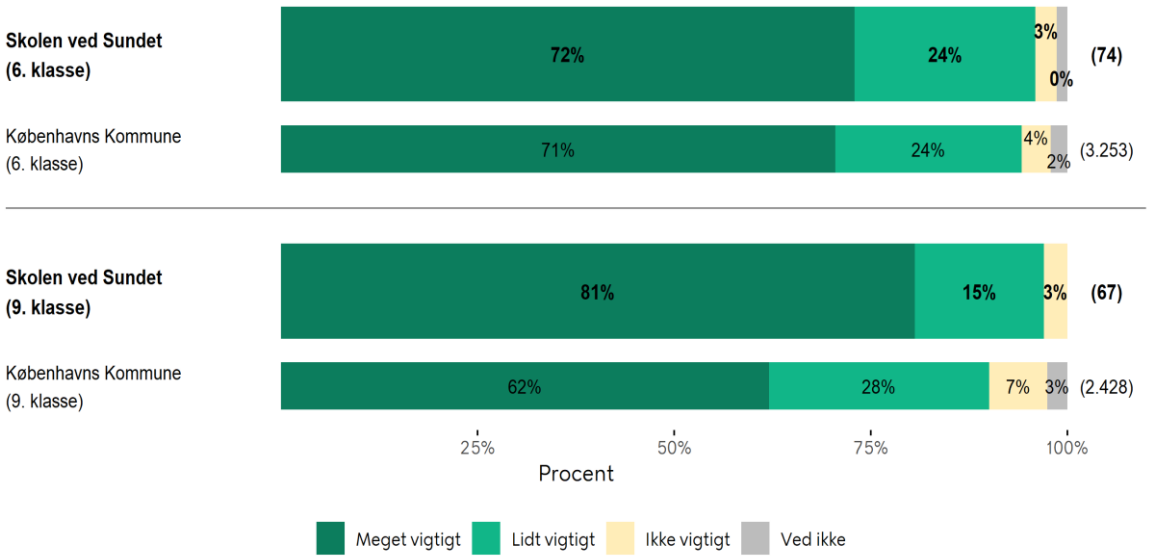


3.22. Hvorfor går du ikke til de fritidsaktiviteter, du gerne vil?

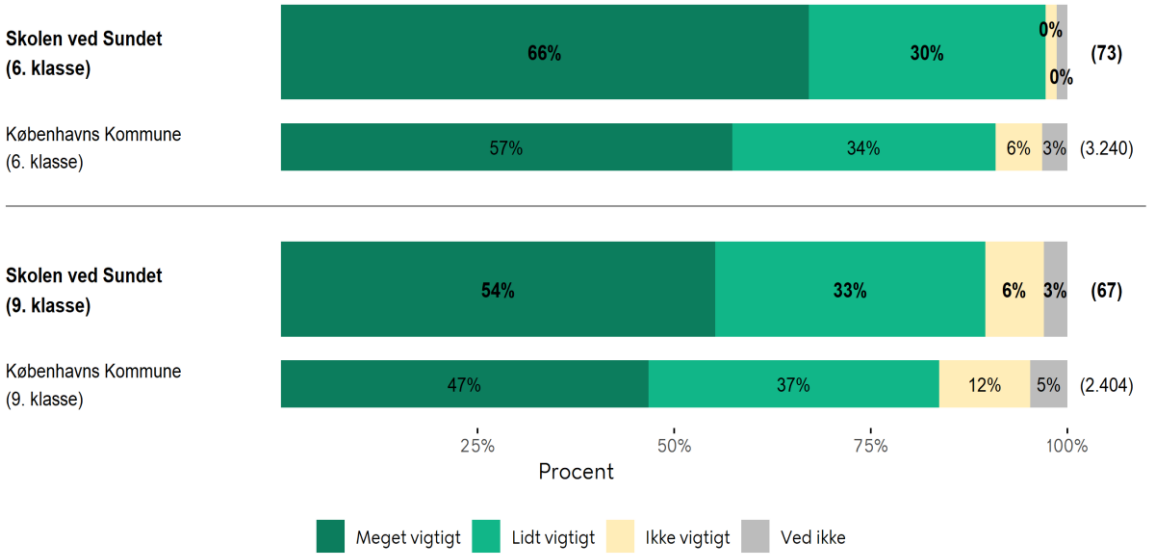


Betinget spørgsmål - vises kun til respondenter, der har svaret "Nej" til spg. 3.21.

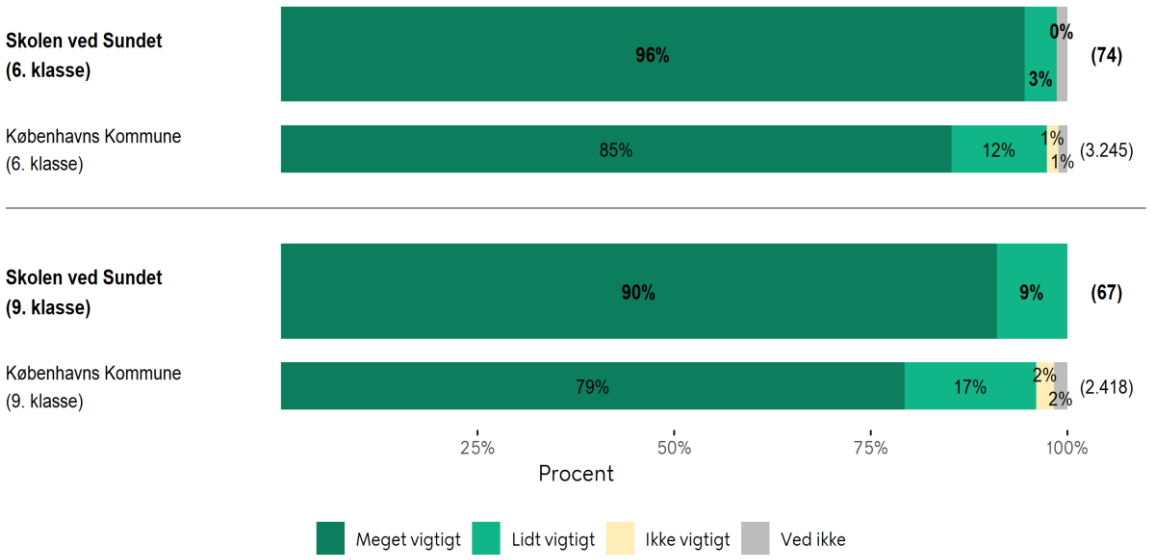
3.23. Hvor vigtigt er det at være sammen med mine venner, når jeg går til noget i min fritid?



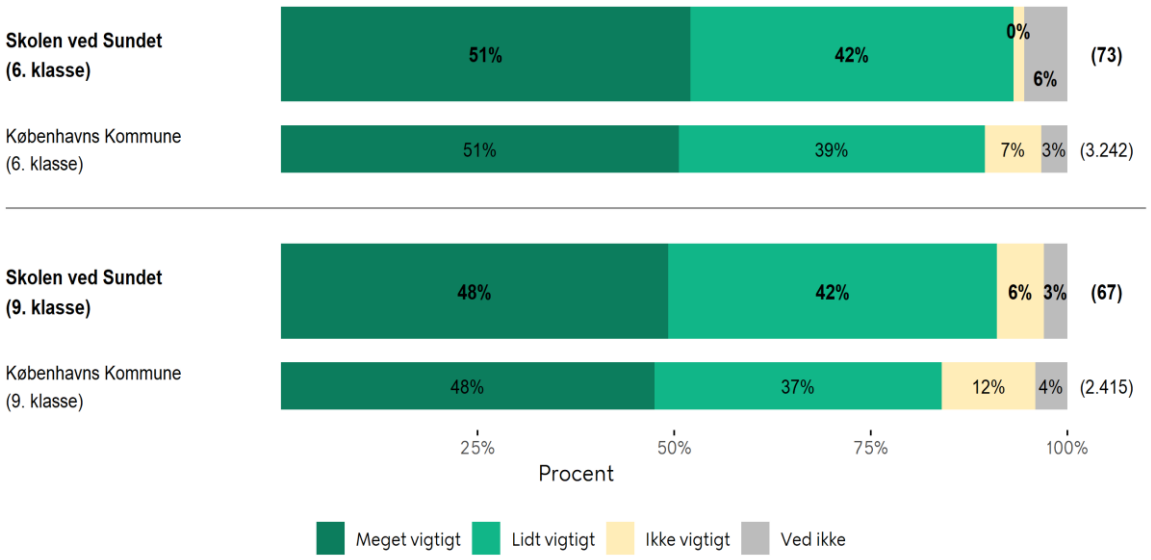
3.24. Hvor vigtigt er det at blive bedre/dygtigere til aktiviteten, når jeg går til noget i min fritid?



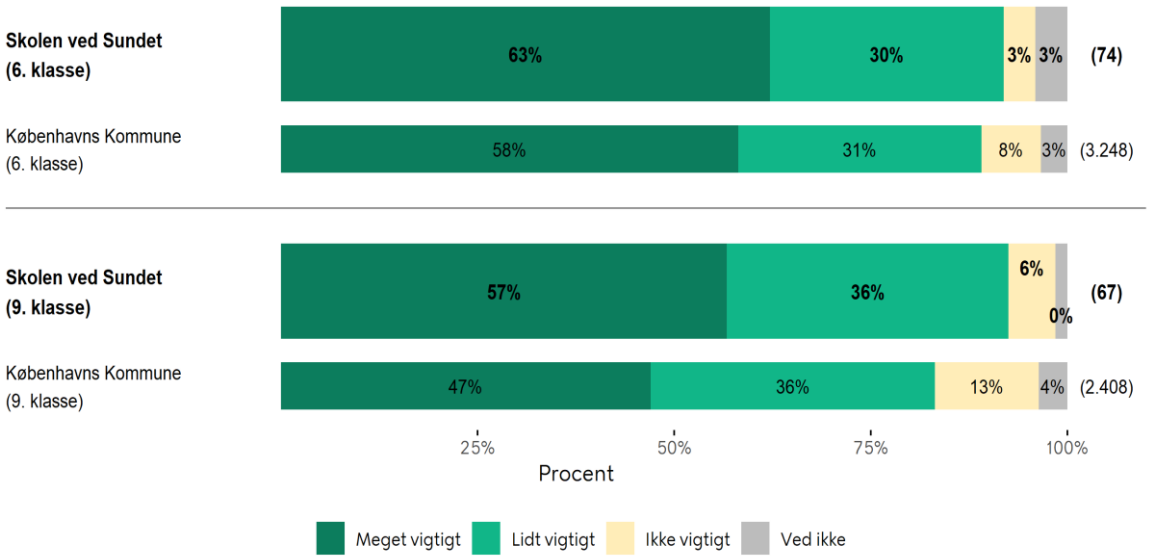
3.25. Hvor vigtigt er det at have det sjovt, når jeg går til noget i min fritid?



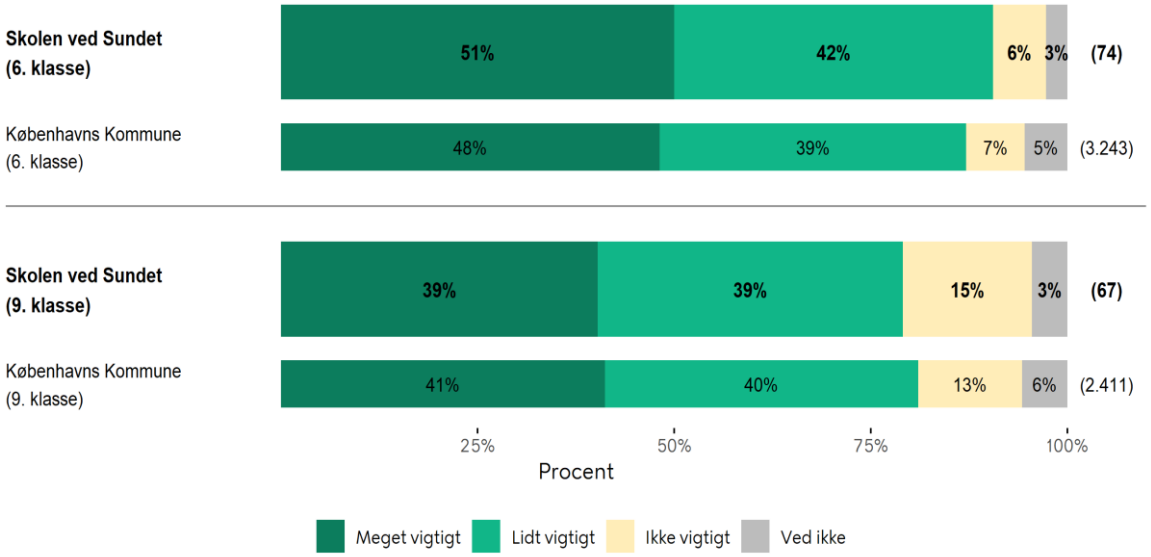
3.26. Hvor vigtigt er det at holde mig i form, når jeg går til noget i min fritid?



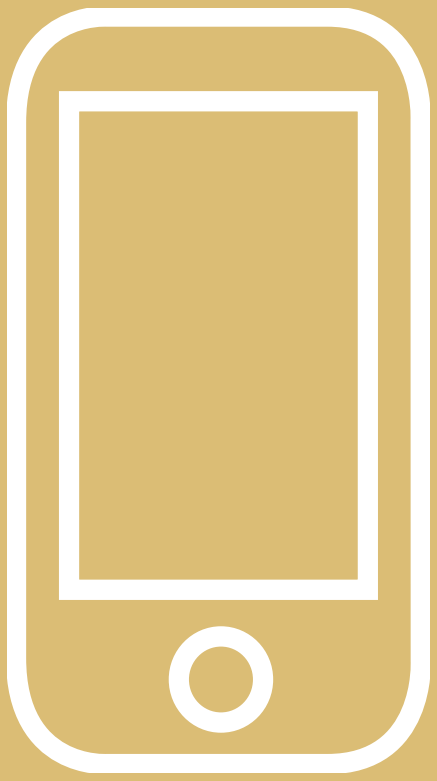
3.27. Hvor vigtigt er det at jeg kan komme ind i et fællesskab, når jeg går til noget i min fritid?



3.28. Hvor vigtigt er det at tidspunkt og sted passer mig godt, når jeg går til noget i min fritid?

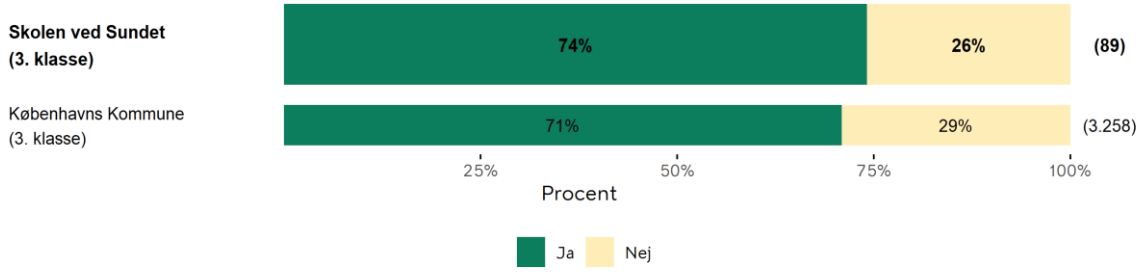


Digital adfærd

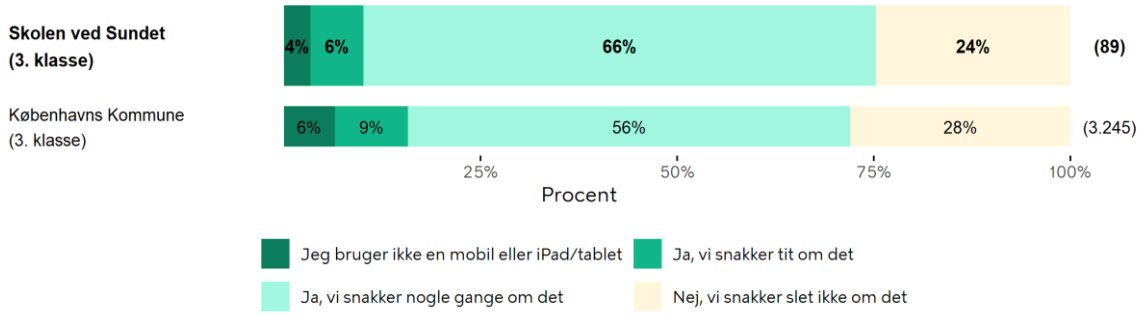


Mobilbrug blandt børn i 3. klasse

4.1. Har du din egen mobil?

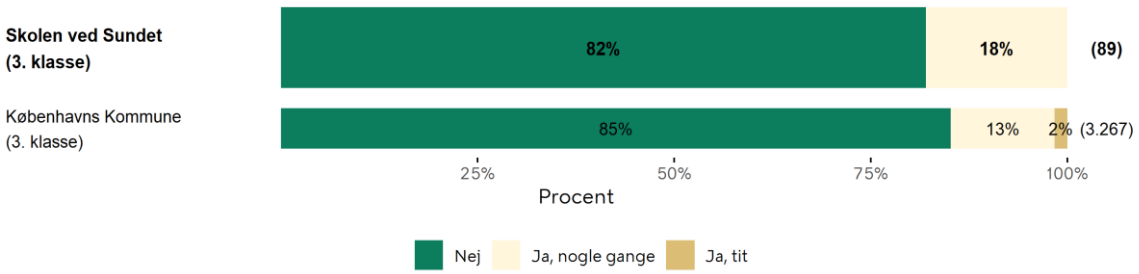


4.2. Snakker du med dine forældre om, hvad du laver på din mobil eller iPad/tablet?

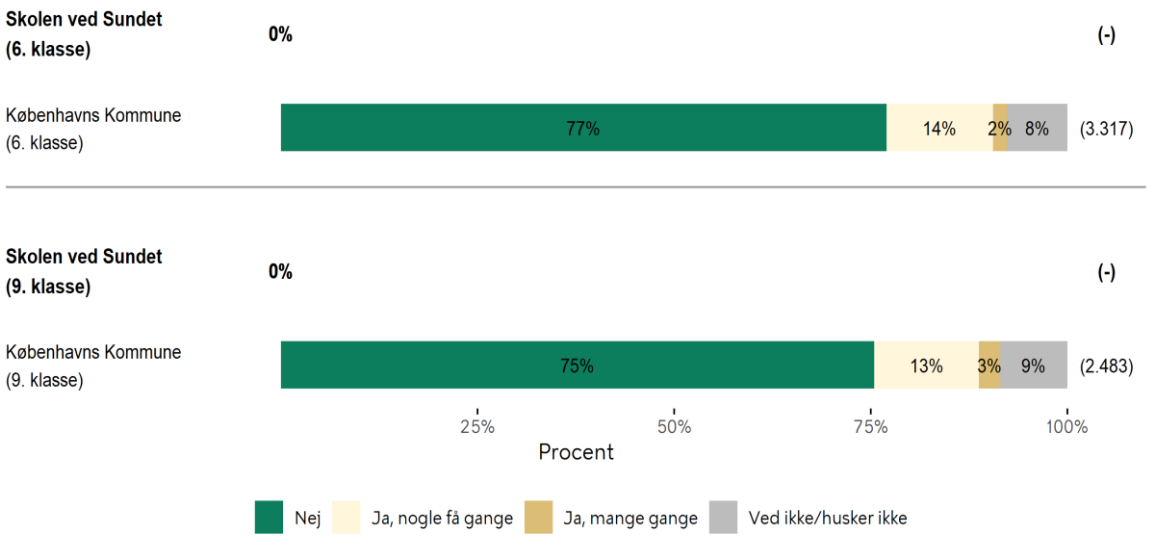


Digital adfærd og mobning

4.3. Har du fået beskeder, billeder eller videoer, som har gjort dig ked af det?

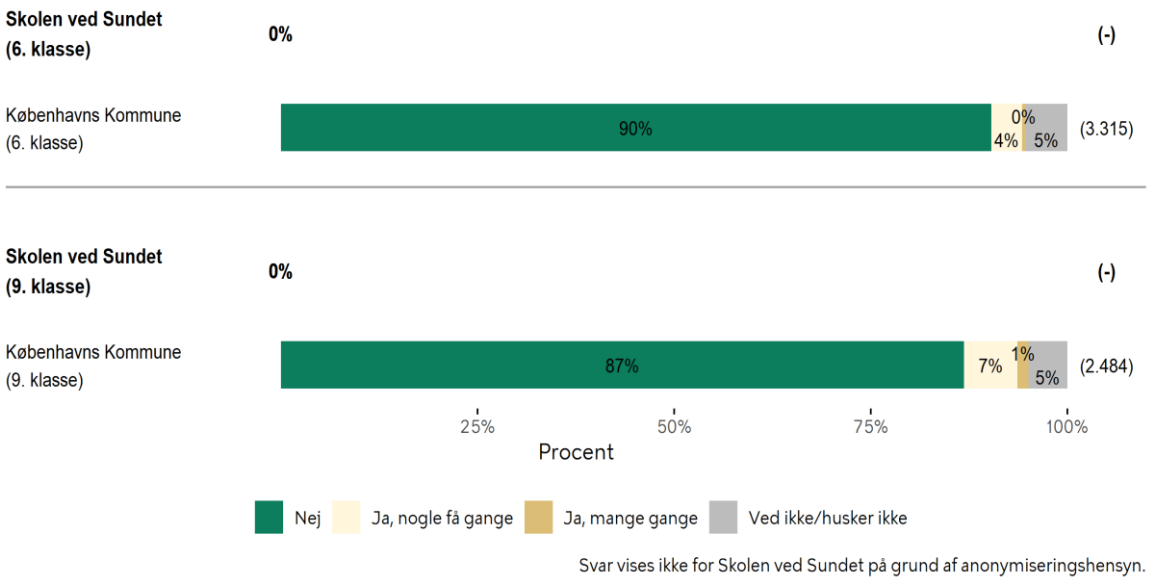


4.4. Tænk tilbage på de sidste to måneder: Har du fået beskeder, billeder eller videoer, som har gjort dig ked af det, bange eller vred?



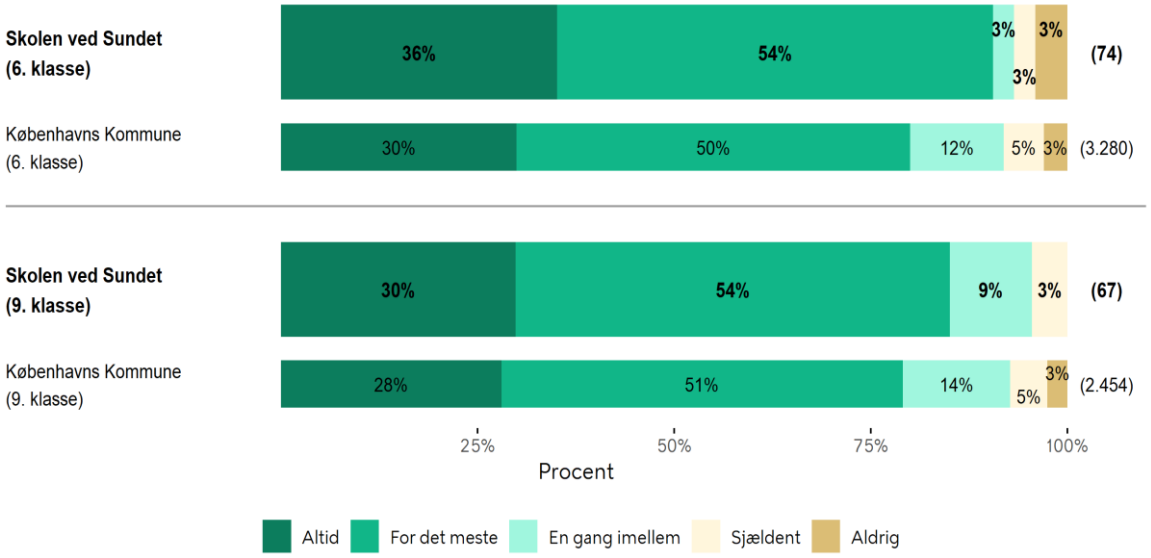
Svar vises ikke for Skolen ved Sundet på grund af anonymiseringshensyn.

4.5. Tænk tilbage på de sidste to måneder: Har du sendt beskeder, billeder eller videoer til andre, der havde til formål at gøre personen ked af det, bange eller vred?

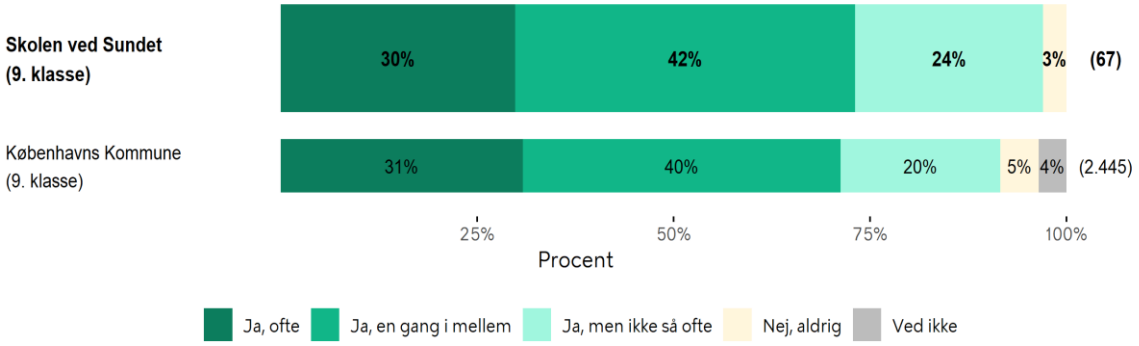


Svar vises ikke for Skolen ved Sundet på grund af anonymiseringshensyn.

4.6. Er du med i de online fællesskaber, du gerne vil?



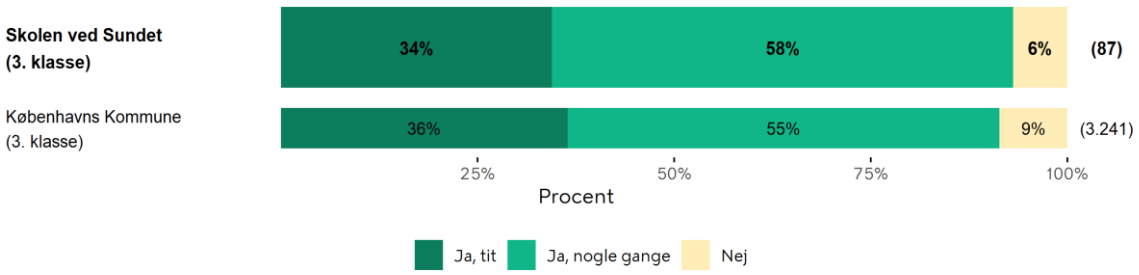
4.7. Tænker du over, om det du læser på internettet, er rigtigt?



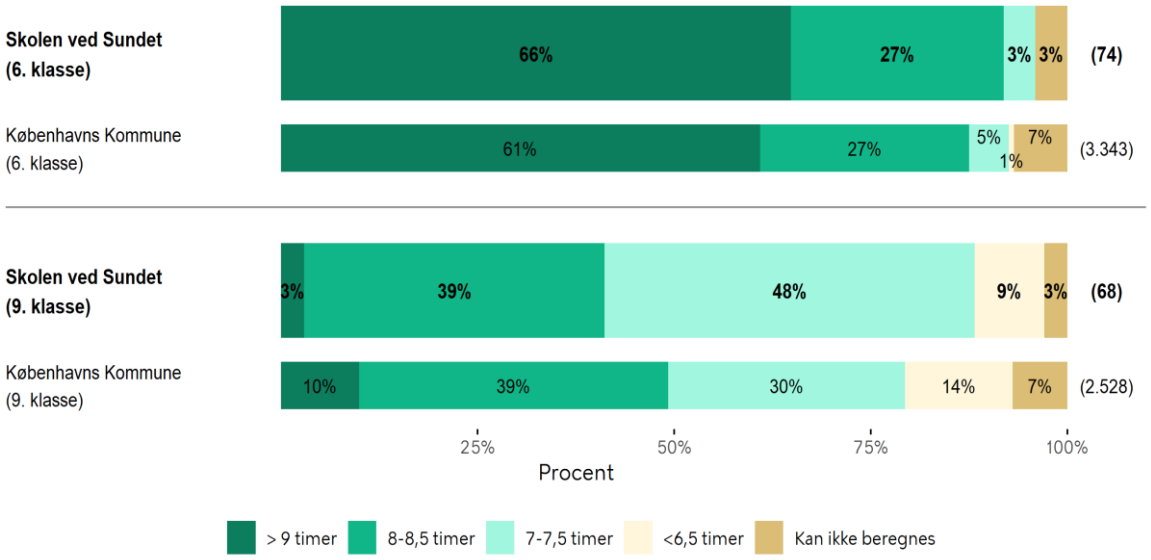
Sundhedsadfærd

Søvn og skærmbrug før sengetid

5.1. Er du frisk og udhvilet, når du kommer i skole?

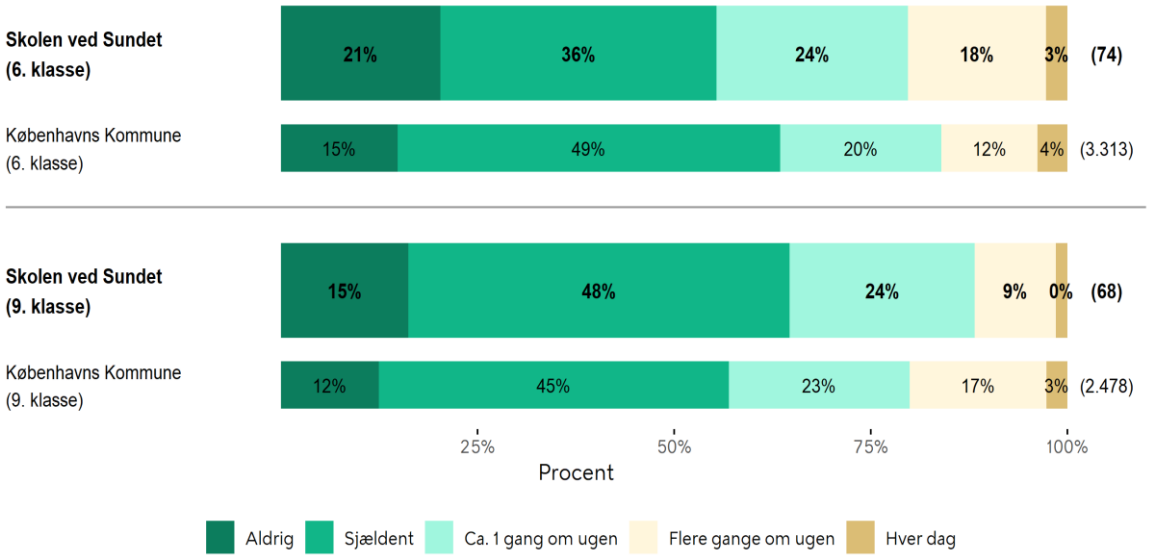


5.2. Antal timers søvn om natten op til en skoledag

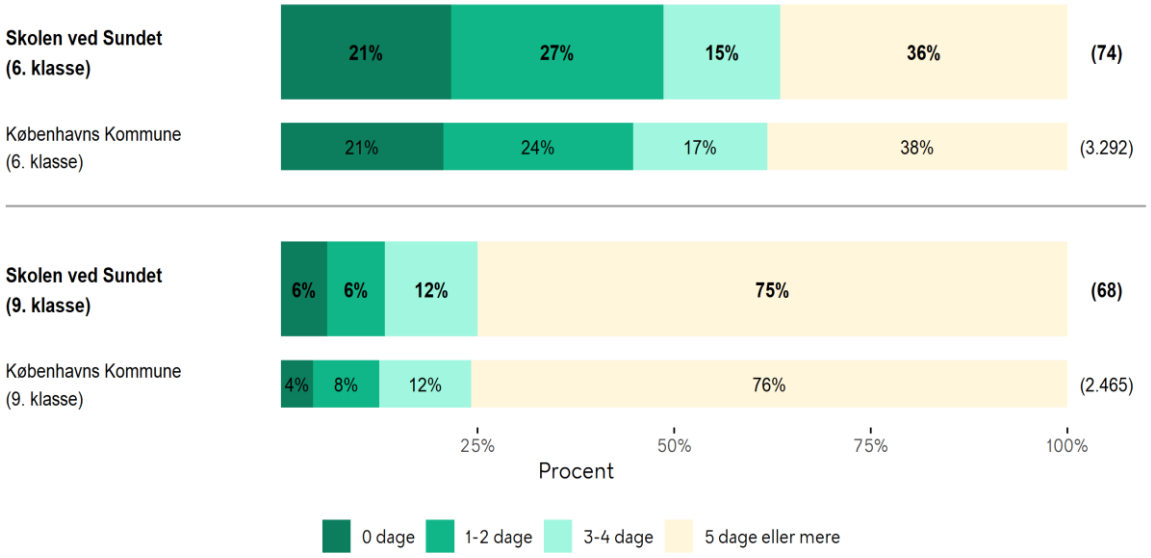


For 6. klasse anbefales minimum 9 timers søvn, og for 9. klasse minimum 8 timers søvn.

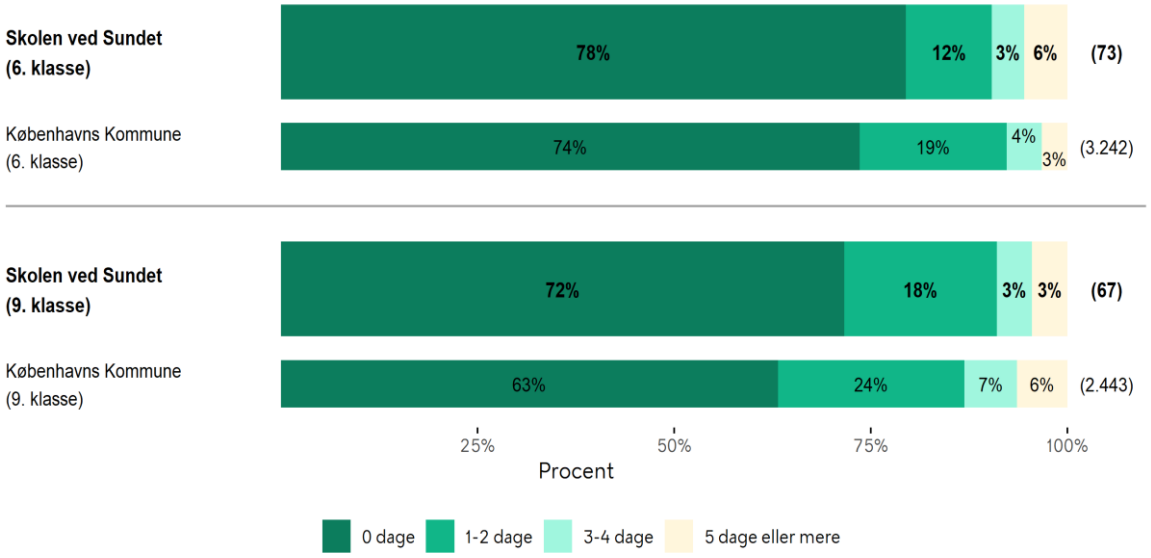
5.3. Hvor ofte sover du dårligt eller uroligt om natten?



5.4. I løbet af de sidste 7 dage, hvor mange dage har du brugt din mobiltelefon, tablet eller computer (fx i sengen), lige inden du lagde dig til at sove?

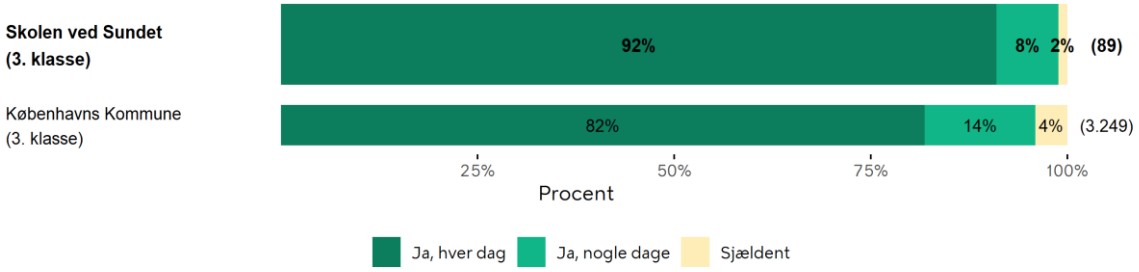


5.5. I løbet af de sidste 7 dage, hvor mange dage har du følt dig forstyrret af din mobiltelefon, tablet eller computer efter at du har lagt dig til at sove?

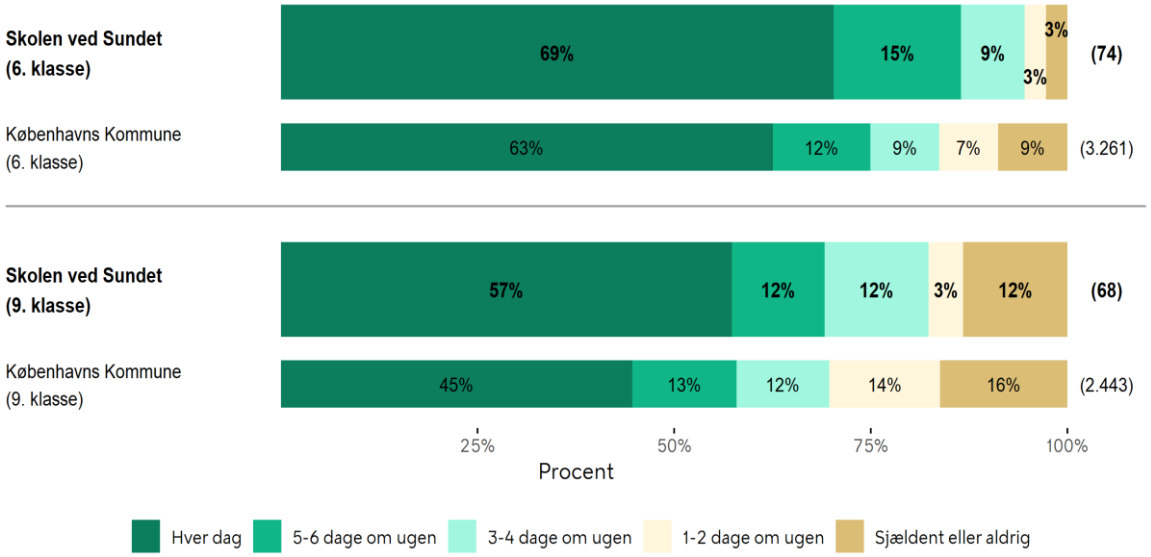


Spisevaner

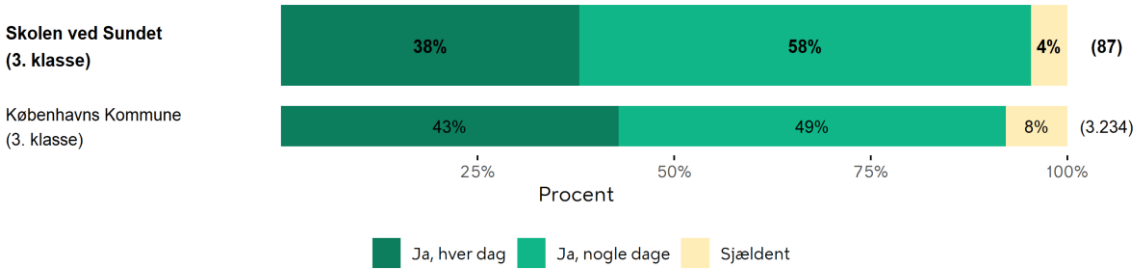
5.6. Spiser du morgenmad?



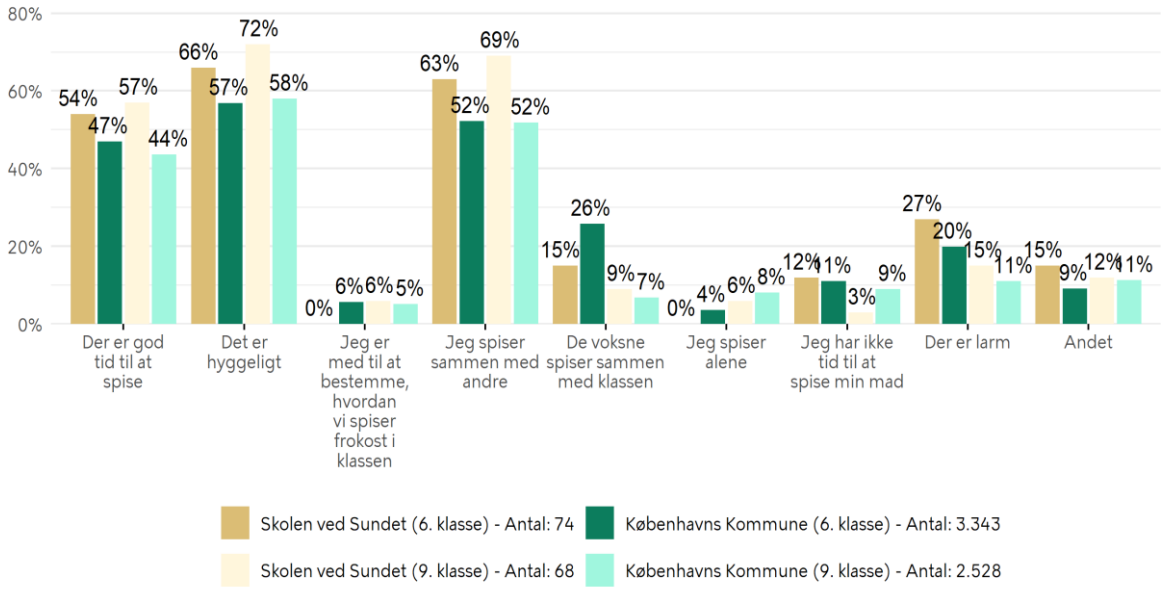
5.7. Hvor tit spiser du morgenmad?



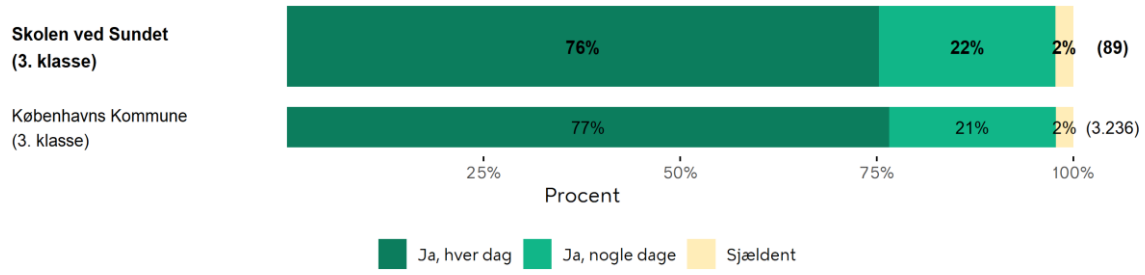
5.8. Har du tid nok til at spise din mad i skolen?



5.9. Hvad beskriver bedst din frokostpause i skolen?

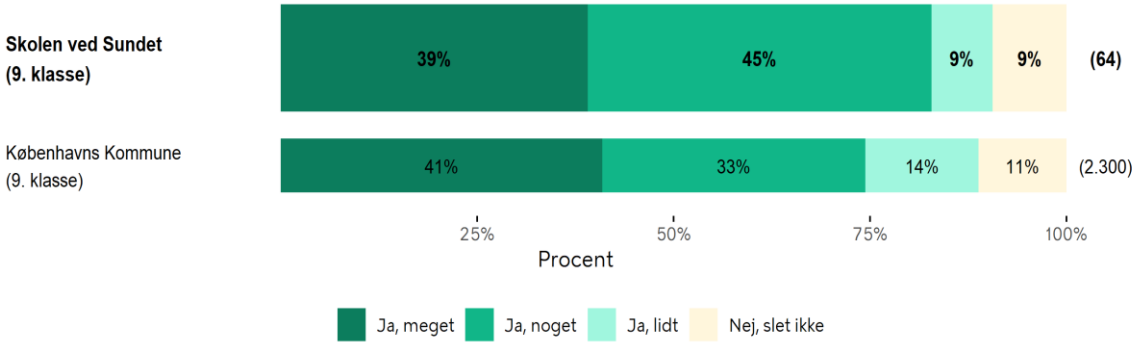


5.10. Spiser du aftensmad sammen med din familie?

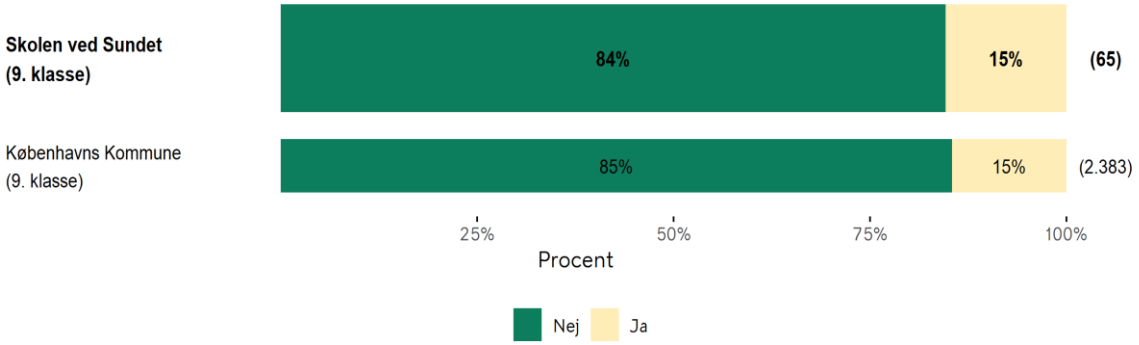


Seksuel sundhed

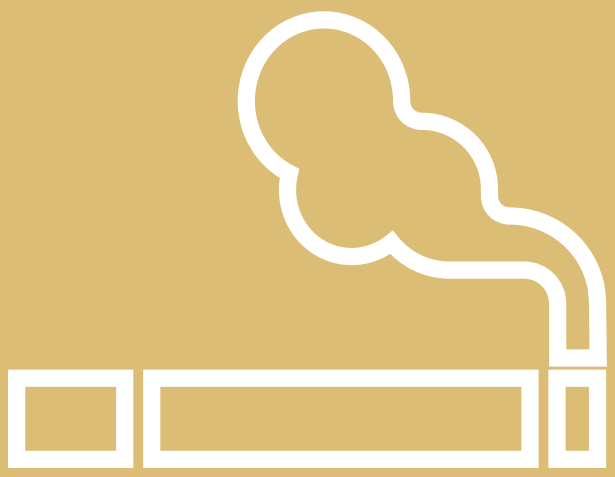
5.11. Føler du, at du har viden om sexsygdomme og hvordan du beskytter dig mod dem?



5.12. Har du nogensinde haft sex?

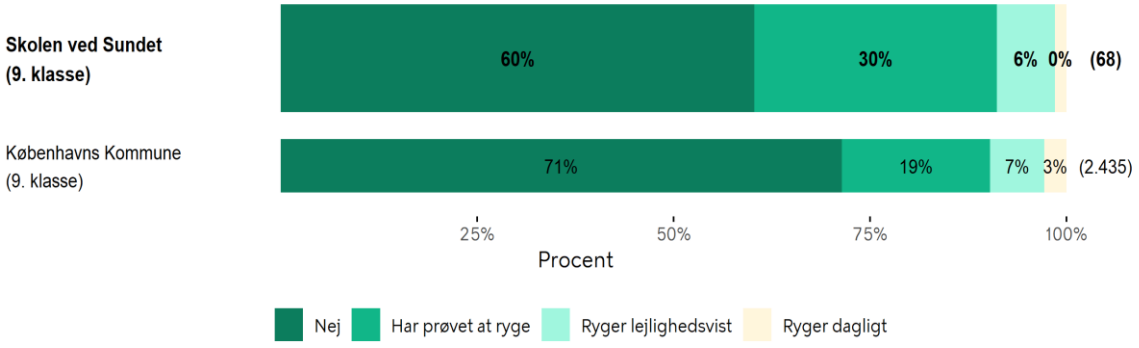


Nikotin, alkohol og andre rusmidler

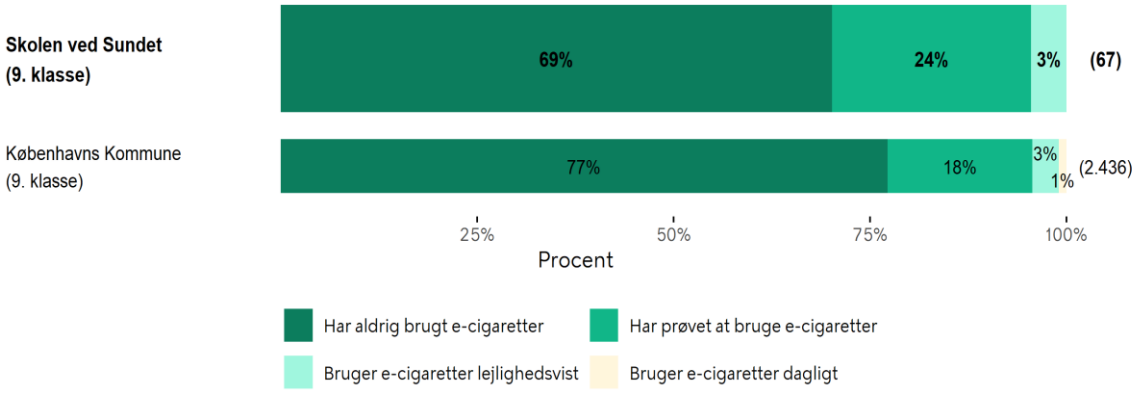


Nikotin og tobak

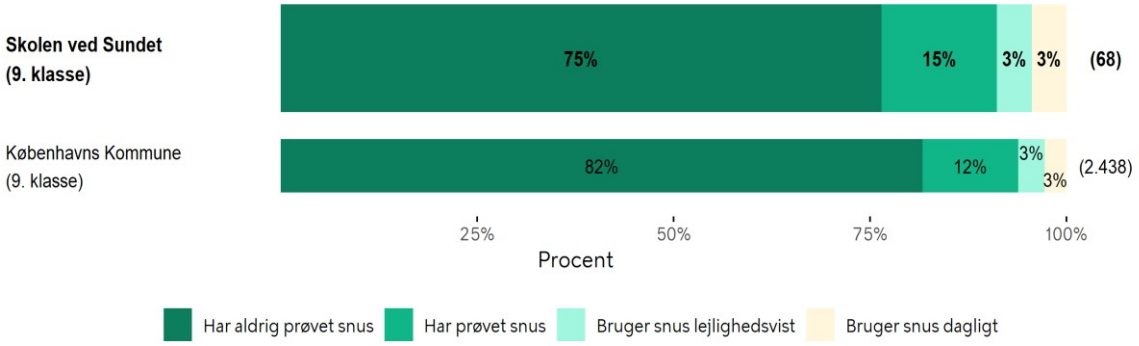
6.1. Ryger du cigaretter?



6.2. Bruger du e-cigaretter?

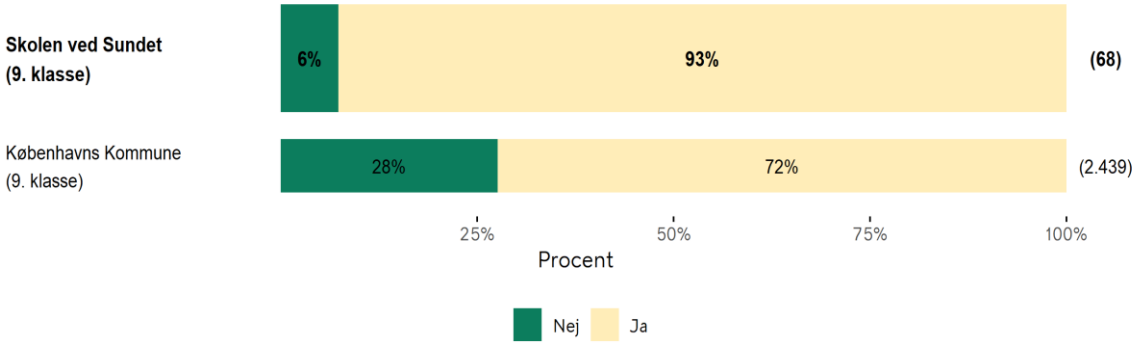


6.3. Bruger du snus eller tyggetobak?



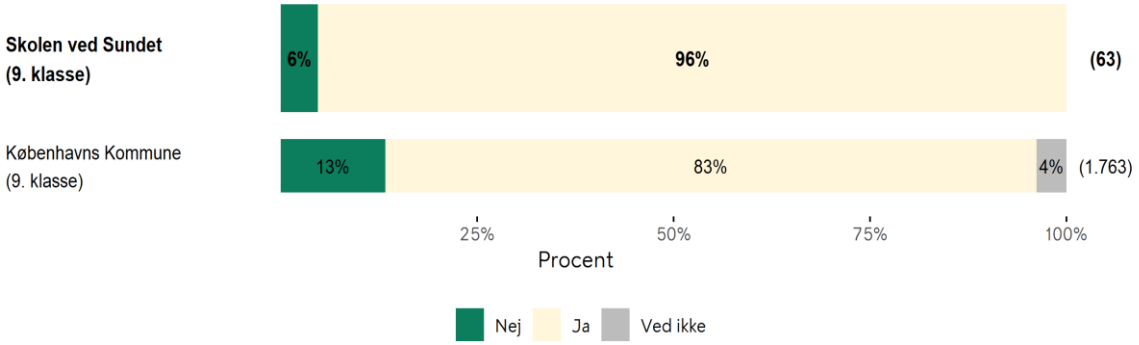
Alkohol

6.4. Har du prøvet at drikke alkohol?



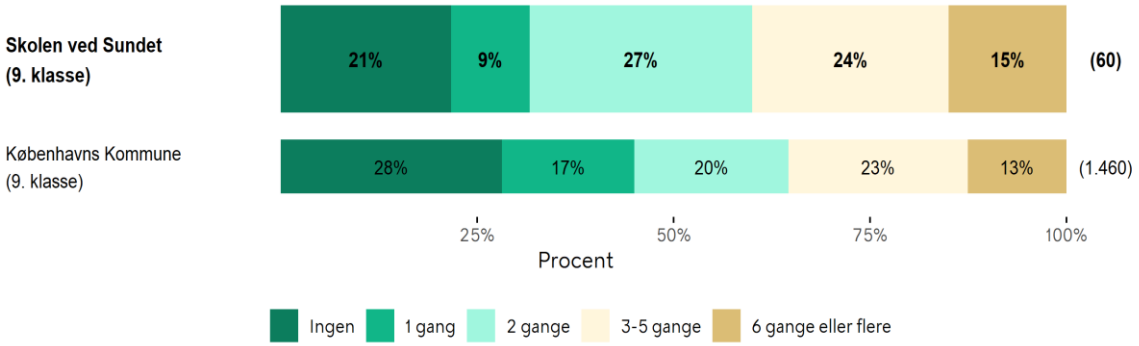
Faktaboks: 1 genstand = 1 almindelig øl, 1 glas vin, 1 alkoholcider/-sodavand (fx Breezer, Mokai, Somersby), 1drink/cocktail, 2 store shorts, som er mindre stærke (fx Gajol, Fisk, Småsure). 1 flaske vin = ca. 6 genstande. 1 flaske spiritus = ca. 20 genstande.

6.5. Har du nogensinde drukket en hel genstand?



Betinget spørgsmål - vises kun til respondenter, der svarer "Ja" i spg 6.4.

6.6. Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Hvor mange gange har du drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed?

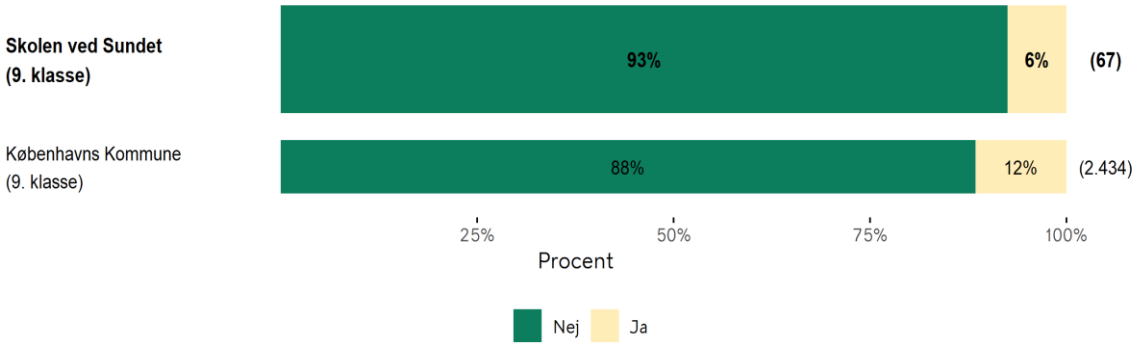


Betinget spørgsmål - vises kun til respondenter, der svarer "Ja" i spg 6.5.

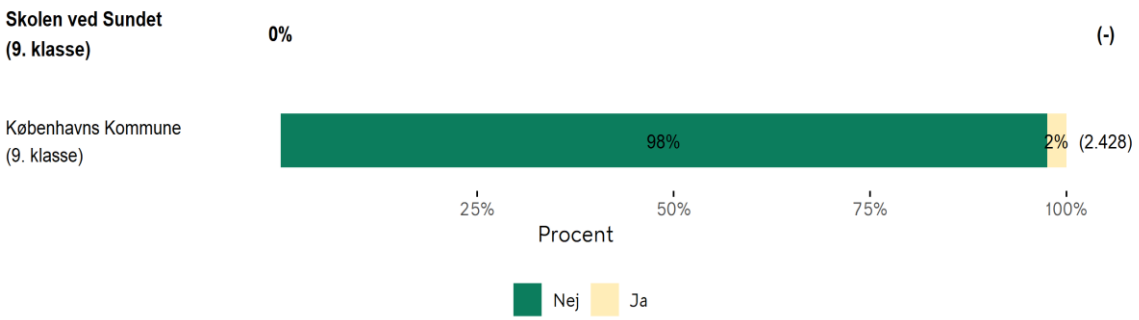
Andre rusmidler

Faktaboks: I dette spørgeskema bruger vi ordet hash som udtryk for både hash, marihuana, pot og skunk

6.7. Har du nogensinde prøvet at ryge hash?



6.8. Har du prøvet at tage lattergas sammen med venner, til fest eller alene?



Svar vises ikke for Skolen ved Sundet på grund af anonymiseringshensyn.