

Børnesundhedsprofilen 2025/26

- spørgsmål til 6. klasse

1. Er du en dreng eller en pige?

- ☐ Dreng
- ☐ Pige
- ☐ Andet
- ☐ Ønsker ikke at svare

2. Hvilket sprog taler I mest i din familie?

- ☐ Dansk
- ☐ Lige meget dansk og et andet sprog
- ☐ Et andet sprog

De næste spørgsmål handler om dig og dine forældre. Dine forældre skal forstås som en eller flere af dine forældre, bonusforældre og/eller plejeforældre. Hvis du bor skiftevis hos dine forældre, så tænk på dem, du bor mest med.

Sæt ét kryds i hver linje	Altid	For det meste	En gang imellem	Sjældent	Aldrig
3. Er en eller flere af dine forældre der, når du har brug for dem?	☐	☐	☐	☐	☐
4. Viser en eller flere af dine forældre interesse for din skolegang?	☐	☐	☐	☐	☐
5. Viser en eller flere af dine forældre interesse for, hvad du laver i din fritid?	☐	☐	☐	☐	☐

Hvordan har du det for tiden...

Sæt ét kryds i hver linje

	Jeg har det rigtig godt	Jeg har det godt	Jeg har det nogenlunde	Jeg har det ikke så godt	Jeg har det slet ikke godt
6. i skolen?	☐	☐	☐	☐	☐
7. derhjemme?	☐	☐	☐	☐	☐
8. med vennerne/i fritiden?	☐	☐	☐	☐	☐

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

- ☐ Aldrig
- ☐ Sjældent
- ☐ En gang imellem
- ☐ Tit
- ☐ Meget tit

Tænk på de sidste 2 måneder.

10. Har du oplevet at blive forskelsbehandlet, dvs. blive behandlet dårligere end andre, på grund af fx køn, udseende, fødeland, hudfarve, religion eller handicap?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, nogle få gange
- ☐ Ja, mange gange
- ☐ Ved ikke/husker ikke

11. Hvad er grunden til, at du er blevet behandlet dårligere?

Du kan vælge flere svar

- ☐ Køn
- ☐ Udseende
- ☐ Fødeland og/eller hudfarve
- ☐ Religion
- ☐ Handicap
- ☐ Andet

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

- ☐ Ja, flere
- ☐ Ja, en enkelt
- ☐ Nej, ingen

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

- ☐ Ja, flere
- ☐ Ja, en enkelt
- ☐ Nej, ingen

14. Er du med i de online fællesskaber, du kunne tænke dig?

- ☐ Altid
- ☐ For det meste
- ☐ En gang imellem
- ☐ Sjældent
- ☐ Aldrig

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

- ☐ Altid
- ☐ For det meste
- ☐ En gang imellem
- ☐ Sjældent
- ☐ Aldrig

Tænk tilbage på de sidste 2 måneder.

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

- ☐ Nej
- ☐ Ja, nogle få gange
- ☐ Ja, mange gange
- ☐ Ved ikke/husker ikke

17. Har du sendt beskeder, billeder eller videoer til andre, der havde til formål at gøre personen ked af det, bange eller vred?

- ☐ Nej
- ☐ Ja, nogle få gange
- ☐ Ja, mange gange
- ☐ Ved ikke/husker ikke

18. Hvornår plejer du at falde i søvn, hvis du skal i skole næste dag?

- ☐ Kl. 20.00 eller tidligere
- ☐ 20.30
- ☐ 21.00
- ☐ 21.30
- ☐ 22.00
- ☐ 22.30

- ☐ 23.00
- ☐ 23.30
- ☐ 00.00 eller senere

19. Hvornår plejer du at vågne om morgenen, når du skal i skole?

- ☐ Kl. 5.00 eller tidligere
- ☐ 05.30
- ☐ 06.00
- ☐ 06.30
- ☐ 07.00
- ☐ 07.30
- ☐ 08.00 eller senere

20. Tænk på, hvordan du har sovet på det sidste

Sæt ét kryds i hver linje

	Aldrig	Sjældent	Ca. 1 gang om ugen	Flere gange om ugen	Hver dag
Hvor ofte sover du dårligt eller uroligt om natten?	☐	☐	☐	☐	☐

I løbet af de sidste 7 dage, hvor mange dage har du...

Sæt ét kryds i hver linje

	0 dage	1-2 dage	3-4 dage	5 dage eller mere
21. brugt din mobiltelefon, tablet eller computer (fx i sengen), lige inden du lagde dig til at sove?	☐	☐	☐	☐
22. følt dig forstyrret af din mobiltelefon, tablet eller computer efter at du har lagt dig til at sove?	☐	☐	☐	☐

Hvor tit gør du følgende i din fritid?

Sæt ét kryds i hver linje	Flere gange om ugen	En gang om ugen	2-3 gange om måneden	En gang om måneden	Sjældent eller aldrig
23. Går til sport i en forening eller klub. Fx fodbold, håndbold, svømning eller ridning	☐	☐	☐	☐	☐
24. Dyrker motion eller sport uden for en forening eller fitnesscenter. Fx løber, skater, spiller streetbasket, hopper trampolin	☐	☐	☐	☐	☐
25. Går til e-sport i forening eller klub	☐	☐	☐	☐	☐
26. Går til teater, musik, spejder, rollespil, skak eller lignende aktivitet. Fx i forening	☐	☐	☐	☐	☐
27. Går i klub. Fx juniorklub eller ungdomsklub	☐	☐	☐	☐	☐

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

- ☐ Ja, jeg går til alt det, jeg gerne vil
- ☐ Nej, jeg vil gerne gå til mere
- ☐ Jeg går ikke til noget og har ikke lyst til det
- ☐ Ved ikke

29. Hvorfor går du ikke i de fritidsaktiviteter, du gerne vil?

Du kan vælge flere svar

- ☐ Jeg har ikke nogen at følges med
- ☐ Vi har ikke råd
- ☐ Jeg har ikke tid
- ☐ Jeg er på venteliste
- ☐ Der er for langt til den aktivitet, jeg gerne vil gå til
- ☐ Mine forældre har sagt nej
- ☐ Jeg ved ikke, hvad jeg har lyst til at gå til
- ☐ Jeg er bekymret for at starte på noget nyt
- ☐ Ved ikke
- ☐ Andet

Her ser du forskellige grunde til, at nogle børn og unge kan lide at gå til noget i deres fritid (Fx sport, klub, musik og teater). Hvor vigtige er de for dig?

<i>Sæt ét kryds i hver linje</i>	Meget vigtigt	Lidt vigtigt	Ikke vigtigt	Ved ikke
30. At være sammen med mine venner	☐	☐	☐	☐
31. At blive bedre/dygtigere til aktiviteten	☐	☐	☐	☐
32. At have det sjovt	☐	☐	☐	☐
33. At holde mig i form	☐	☐	☐	☐
34. At jeg kan komme med i et fællesskab	☐	☐	☐	☐
35. At tidspunkt og sted passer mig godt	☐	☐	☐	☐

De følgende spørgsmål handler om det sted, hvor du bor. Hvis du bor skiftevis hos dine forældre, skal du tænke på det sted, hvor du bor lige nu.

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

- ☐ Ja, mange
- ☐ Ja, en del
- ☐ Ikke ret mange
- ☐ Nej, næsten ingen

37. Hvor tit bruger du faciliteter som fx fodboldbane, hal og basketbane, der hvor du bor?

- ☐ Hver dag
- ☐ Hver uge – men ikke hver dag
- ☐ Hver måned – men ikke hver uge
- ☐ Sjældnere eller aldrig
- ☐ Der er ingen faciliteter

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

- ☐ Hver dag/flere gange om dagen
- ☐ Næsten hver dag
- ☐ Et par gange om ugen
- ☐ En gang om ugen
- ☐ Mindre end en gang om ugen
- ☐ Aldrig/meget sjældent

	Meget tit	Tit	En gang imellem	Sjældent	Aldrig
<i>Sæt ét kryds i hver linje</i>					
39. Hvor tit er du tilfreds med, hvordan du ser ud?	☐	☐	☐	☐	☐

40. Hvor tit spiser du morgenmad?

- ☐ Hver dag
- ☐ 5-6 dage om ugen
- ☐ 3-4 dage om ugen
- ☐ 1-2 dage om ugen
- ☐ Sjældent eller aldrig

41. Hvad beskriver bedst din frokostpause i skolen?

Du kan vælge flere svar

- ☐ Der er god tid til at spise
- ☐ Det er hyggeligt
- ☐ Jeg er med til at bestemme, hvordan vi spiser frokost i klassen
- ☐ Jeg spiser sammen med andre
- ☐ De voksne spiser sammen med klassen
- ☐ Jeg spiser alene
- ☐ Jeg har ikke tid til at spise min mad
- ☐ Der er larm
- ☐ Andet

42. Hvordan kom du i skole i dag?

Du kan vælge flere svar

- ☐ Gående
- ☐ På cykel
- ☐ I bil
- ☐ Med bus, tog eller metro
- ☐ På løbehjul, skateboard, rulleskøjter eller lignende
- ☐ På eldrevet køretøj. Fx løbehjul eller skateboard
- ☐ Andet

43. Hvor ofte har du cykelhjeml på, når du cykler?

- ☐ Altid eller næsten altid
- ☐ Mere end halvdelen af tiden
- ☐ Mindre end halvdelen af tiden
- ☐ Aldrig
- ☐ Jeg cykler ikke