



## Informationsbrev Liv och hälsa ung 2019

### Vad är Liv och hälsa ung?

Snart är det dags att genomföra Uppsala läns gemensamma enkätundersökning Liv och hälsa ung. Det är en enkätundersökning som ger kunskap om unga i länet och är en arena för unga att få komma till tals i frågor som rör dem. Eleverna i länets årskurs 7, 9 och årskurs 2 i gymnasiet får i Liv och hälsa ung besvara frågor om hälsa och trygghet, sin fritid, om inflytande och demokrati, och hur de ser på framtiden, för dem själva och för världen i stort. Enkäten skickas ut till eleverna och genomförs under skoltid, mellan v. 6 och 9 med undantag för sportlovsveckan.

Skiljer sig hälsa och upplevelser mellan killar och tjejer, om du är född i Sverige eller ett annat land, om du har en funktionsnedsättning eller beroende på var du bor? För att kunna bryta ur resultatet och kunna få säkert underlag på till exempel stadsdelar eller olika bakgrund, är det viktigt att länets elever får möjlighet att besvara enkäten.

Med resultatet från Liv och hälsa ung kan vi titta på om hälsan och livsvillkoren är ojämnt fördelade bland unga i vårt län. Genom att använda Liv och hälsa ung ihop med annan kunskap och erfarenheter om unga, kan vi lägga upp strategier och insatser för att göra samhället och hälsan bättre och mer jämlik.

### Information om innehållet i enkäten

I enkäten finns frågor av olika karaktär; bakgrundsvariabler, risk- och skyddsvariabler. Samtliga variabler ställs för att skapa en helhetsbild av barn och ungas fysiska och psykiska hälsa och levnadsvillkor. Vissa frågor i enkäten kan därför upplevas som svåra, känsliga och kräver en förklaring till varför de ställs.

*Bakgrundsvariabler* som exempelvis, kommun, längd och vikt (BMI och IsoBMI), om eleven har utlandsfödda föräldrar med mera, ställs för att skapa en eller flera olika bakgrundsbilder utifrån risk- och skyddsvariabler. *Riskvariabler* är frågor som rör beteenden som ökar sannolikheten för att individen ska utveckla problem, som exempelvis droganvändning och underkända betyg. *Skyddsvariabler* är frågor som anger individens motståndskraft mot ohälsa och ohälsosamma val. Dessa variabler, som exempelvis att eleven trivs i skolan, är med i förenings- och fritidsaktiviteter, känsla av tillit och trygghet, fungerar som en buffert mot riskbeteenden.

I årets enkät ingår två frågor som rör tankar kring att ta sitt eget liv. Frågorna kommer att finnas med till elever i åk 9 samt åk 2 på gymnasiet. Frågorna är inkluderade mot bakgrund av att psykisk ohälsa ökar bland barn och unga, och det gör även andelen självmord i åldersgruppen 15–24 år, så det är viktigt att få en bild av hur omfattande tankar på att ta sitt eget liv är i denna grupp i vårt län.

Det finns många myter kring området självmord, en av dem är att det är farligt att prata om det. Så är inte fallet. Genom att uppmärksamma detta område ökar vi möjligheten att hjälpa de som mår så

dåligt att de överväger att ta sitt liv. Vi har haft kontakt med andra regioner som inkluderat liknande frågor och även forskningscentret NASP i Stockholm innan vi inkluderat dessa frågor i enkäten.

I enkäten finns en textruta med information till eleverna om var de kan vända sig om de själva eller någon annan mår dåligt. Om du som vuxen är orolig för hur ett barn mår kan du alltid vända dig till 1177 för att få hjälp med information och vägledning.

<https://www.1177.se/Uppsala-lan/Tema/Psykisk-halsa/Att-vara-narstaende/Stod-och-rad1/Att-stodja-nagon-som-har-sjalvmordstankar/>

### Definitioner:

- *Vad är SDQ?*

SDQ är en bedömningsmetod som används för att mäta barns och ungdomars psykiska hälsa. Formuläret bygger på erfarenheter från två andra etablerade och internationellt väl spridda instrument, Rutters formulär och Child Behavior Checklist (CBCL). Instrumentet mäter "prosocialt beteende", till exempel omtänksamhet och generositet, men också hyperaktivitet/koncentrationsproblem, beteendeproblem, kamratrelationsproblem och emotionella symptom.

- *Vad är BMI?*

Body Mass Index eller kroppsmasseindex anger relationen mellan vikt och längd enligt beräkningen kroppsvikt i kilogram dividerat med kroppslängd i meter kvadrat. BMI mäter fyra viktklasser; undervikt, normalvikt, övervikt och fetma. IsoBMI är kroppsmasseindex utifrån bedömning av barn.

### Vad händer sedan?

Resultatet av LHU -19 återkopplas till kommunens kontaktperson för Liv och hälsa ung, när all data har hanterats och resultatet planeras komma i april/maj. Skolorna får därefter också ta del av sitt eget resultat.

