

Hei,
spørsmålene du får her handler om hvordan du har det med venner, på skolen, med foreldrene dine og om hva du gjør på fritiden. Det er ingen riktige eller gale svar. Det tar ca. 5 minutter å svare på mobilen. At du svarer betyr mye for oss!

Aidentifisert-ID: *



1. Hvor mange venner har du som du er fortrolig med/kan snakke om ulike problemer med?

- Ingen
- 1
- 2-3
- 4-9
- 10 eller flere



Hvor godt stemmer følgende påstander for deg?

2. Jeg synes det er ganske vanskelig å få venner

- Stemmer svært dårlig
- Stemmer ganske dårlig
- Stemmer ganske godt
- Stemmer svært godt

3. Jeg har mange venner

- Stemmer svært dårlig
- Stemmer ganske dårlig

Stemmer ganske godt

Stemmer svært godt

4. Andre ungdommer har vanskelig for å like meg

Stemmer svært dårlig

Stemmer ganske dårlig

Stemmer ganske godt

Stemmer svært godt



Side 4

5. Jeg er populær blant andre ungdommer

Stemmer svært dårlig

Stemmer ganske dårlig

Stemmer ganske godt

Stemmer svært godt

6. Jeg føler at andre godtar meg

Stemmer svært dårlig

Stemmer ganske dårlig

Stemmer ganske godt

Stemmer svært godt



Side 5

7. Går du på skole?

Ja

Nei

7.1 Hvis nei, beskriv:

Dette elementet vises kun dersom alternativet «Nei» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


- Jeg jobber
- Jeg er syk og kan ikke gå på skole
- Jeg er lærling/i praksis (uten lønn)
- Jeg har tatt fri
- Annet

7.2 Hvilket trinn?

-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»
- 10.trinn
 - VG1 studieforbereende
 - VG1 yrkesfaglig opplæring
 - VG2 studieforbereende
 - VG2 yrkesfaglig opplæring
 - VG3 studieforbereende
 - VG3 yrkesfaglig opplæring
 - Annet




Side 6


-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

Hva synes du om skolen din? Fortell hvor enig du er i disse utsagnene.

7.3 Jeg liker å være på skolen


-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»
- Helt enig
 - Litt enig
 - Litt uenig
 - Helt uenig

7.4 Jeg føler meg trygg på skolen

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- Helt enig
- Litt enig
- Litt uenig
- Helt uenig

7.5 Jeg føler at jeg hører til på denne skolen


 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- Helt enig
- Litt enig
- Litt uenig
- Helt uenig

 Sideskift


Side 7

7.6 Lærerne er rettfærdige mot meg

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- Helt enig
- Litt enig
- Litt uenig
- Helt uenig

7.7 Jeg er stolt av å gå på denne skolen

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- Helt enig
- Litt enig


- Litt uenig
- Helt uenig



-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


Hvordan er du vanligvis på skolen?

7.8 Hører godt etter når læreren snakker og gir beskjeder

-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


- Sjelden/aldri
- Noen ganger
- Nesten alltid

7.9 Følger lærerens beskjed

-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


- Sjelden/aldri
- Noen ganger
- Nesten alltid

7.10 Viser god arbeidsinnsats

-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- Sjelden/aldri
- Noen ganger
- Nesten alltid


7.11 Sitter ved plassen din og jobber når det er forventet

-  Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- Sjelden/aldri
- Noen ganger
- Nesten alltid




7.12 Ber om hjelp på en hensiktsmessig måte (f.eks. rekker opp hånden)

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


- Sjelden/aldri
- Noen ganger
- Nesten alltid

7.13 Oppfører deg som forventet i klasse- og undervisningsrommet

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


- Sjelden/aldri
- Noen ganger
- Nesten alltid

7.14 Følger regler selv om jevnaldrende oppmuntrer til å bryte dem

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


- Sjelden/aldri
- Noen ganger
- Nesten alltid



 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


7.15 Hvilke karakterer fikk du ved forrige halvårsvurdering (terminkarakter) i disse fagene:

Norsk

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»


- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- Fikk ikke karakter

Matte

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- Fikk ikke karakter

Engelsk

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

- 6
- Fikk ikke karakter

7.16 Har du (hatt) spesialundervisning i skolen?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

- Ja
- Nei

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.16 Har du (hatt) spesialundervisning i skolen?»

Klikk i hvilket trinn og for hvilket fag du fikk spesialundervisning:

	Matematikk	Norsk	Engelsk	Annet
8. trinn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. trinn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. trinn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VG1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VG2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
VG3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Hvordan ble spesialundervisningen vanligvis gjennomført?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7.16 Har du (hatt) spesialundervisning i skolen?»

- Som en del av fellesundervisningen i klassen
- I mindre grupper
- Alene sammen med en spesialpedagog/assistent

7.17 Har pedagogisk-psykologisk tjeneste vurdert om du trenger spesialundervisning?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Nei» er valgt i spørsmålet «7.16 Har du (hatt) spesialundervisning i skolen?»

- Ja
- Nei
- Vet ikke



Her kommer en del utsagn om hvordan ungdom kan ha det sammen med foreldrene sine. Svar på hvor ofte du synes du har det slik i din familie.

8. Foreldrene mine forstår meg

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Nesten hele tiden

9. Jeg kommer godt overens med foreldrene mine

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Nesten hele tiden

10. Foreldrene mine liker meg

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Nesten hele tiden

11. Jeg liker foreldrene mine

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Nesten hele tiden

12. Foreldrene mine kritiserer meg

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Nesten hele tiden

13. Foreldrene mine irriterer meg

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Nesten hele tiden

14. Foreldrene mine sårer meg

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Nesten hele tiden

15. Foreldrene mine og jeg krangler

- Aldri
- Av og til
- Ofte
- Nesten hele tiden


Om fysisk aktivitet, mosjon og trening

16. Hvor ofte driver du mosjon? (Ta et gjennomsnitt.)

Med mosjon mener vi at du f.eks. går tur, går på ski, sykler, svømmer eller driver trening/idrett.


- Aldri
- Sjeldnere enn en gang i uken
- En gang i uken
- 2-3 ganger i uken
- 4-6 ganger per uke
- Hver dag

16.1 Hvor hardt mosjonerer du? (Ta et gjennomsnitt.)

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «En gang i uken», «Sjeldnere enn en gang i uken», «4-6 ganger per uke», «2-3 ganger i uken» eller «Hver dag» er valgt i spørsmålet «16. Hvor ofte driver du mosjon? (Ta et gjennomsnitt.)»


- Tar det rolig uten å bli andpusten eller svett
- Tar det så hardt at jeg blir andpusten og svett
- Tar meg nesten helt ut

16.2 Hvor lenge holder du på hver gang? (Ta et gjennomsnitt.)

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «En gang i uken», «Sjeldnere enn en gang i uken», «4-6 ganger per uke», «2-3 ganger i uken» eller «Hver dag» er valgt i spørsmålet «16. Hvor ofte driver du mosjon? (Ta et gjennomsnitt.)»

- Mindre enn 15 minutter
- 15-29 minutter
- 30 minutter – 1 time
- Mer enn 1 time

16.3 Anser du deg selv som en toppidrettsutøver?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «En gang i uken», «Sjeldnere enn en gang i uken», «4-6 ganger per uke», «2-3 ganger i uken» eller «Hver dag» er valgt i spørsmålet «16. Hvor ofte driver du mosjon? (Ta et gjennomsnitt.)»

- Ja
- Nei

- Ja
- Nei, men gjorde det tidligere
- Nei

17.1 Hvor gammel var du da du sluttet med organisert idrett?

- i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Nei, men gjorde det tidligere» er valgt i spørsmålet «17. Driver du med organisert trening (trening gjennom idrettslag eller forening)?»

Velg ...



Side 15

18. Hvor mange timer i uka deltar du aktivt i kroppsøvingstimene på skolen?

- i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «7. Går du på skole?»

Dette inkluderer eventuelle valgfag med fysisk aktivitet og praktiske idrettsfagtimer.

Velg ...

19. Sykler eller går du til skolen og/eller fritidsaktiviteter?

- Ja
- Nei

19.1 Hvor mange timer i uken har du syklet eller gått til skolen og/eller fritidsaktiviteter?

- i Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «19. Sykler eller går du til skolen og/eller fritidsaktiviteter?»

Velg ...



Side 16

20.1 Omtrent hvor mange timer sitter du i ro på en vanlig hverdag (regn med både skole og fritid)?

Ved PC, TV, nettbrett, lesing, bil/buss/tog-kjøring o.l..

Velg ...

20.2 Omtrent hvor mange timer sitter du i ro på en fridag?

Ved PC, TV, nettbrett, lesing, bil/buss/tog-kjøring o.l..

Velg ...



Side 17

Utenom skoletid: I løpet av en uke, hvor mange dager gjør du vanligvis følgende?

21. Er sammen med venner

- Aldri/sjelden
- 1 dag
- 2-3 dager
- 4-5 dager
- 6-7 dager

22. Trener (f.eks. fotball, håndball, ski, løping, dans, turn)

- Aldri/sjelden
- 1 dag
- 2-3 dager
- 4-5 dager
- 6-7 dager

23. Andre organiserte aktiviteter (f.eks. teater, musikk, politikk, frivillig arbeid)

- Aldri/sjelden
- 1 dag
- 2-3 dager
- 4-5 dager
- 6-7 dager



Side 18

24. Er hjemme hele ettermiddagen og kvelden

- Aldri/sjelden
- 1 dag
- 2-3 dager
- 4-5 dager
- 6-7 dager

25. Leser bok eller hører på lydbok

- Aldri/sjelden
- 1 dag
- 2-3 dager
- 4-5 dager
- 6-7 dager

26. Jobber

- Aldri/sjelden
- 1 dag
- 2-3 dager
- 4-5 dager
- 6-7 dager



Utenom skoletid: Hvor lang tid bruker du vanligvis i løpet av en ukedag (hverdag) på følgende aktiviteter?

27. Ser på film/serier/TV

- Aldri/sjelden
- Under 1 time
- 1-2 timer
- 3-4 timer
- 5-6 timer
- 7 timer eller mer

28. Gjør lekser

- Aldri/sjelden
- Under 1 time
- 1-2 timer
- 3-4 timer
- 5-6 timer
- 7 timer eller mer

29. Spiller spill (på PC, TV, nettbrett, mobil etc.)

- Aldri/sjelden
- Under 1 time
- 1-2 timer
- 3-4 timer
- 5-6 timer
- 7 timer eller mer



30. Sitter/ligger med PC, mobil, eller nettbrett (uansett aktivitet)

- Aldri/sjelden
- Under 1 time
- 1-2 timer
- 3-4 timer
- 5-6 timer
- 7 timer eller mer

31. Kommuniserer med venner ved hjelp av sosiale medier

- Aldri/sjelden
- Under 1 time
- 1-2 timer
- 3-4 timer

- 5-6 timer
- 7 timer eller mer

32. Er utendørs (uansett aktivitet)

- Aldri/sjelden
- Under 1 time
- 1-2 timer
- 3-4 timer
- 5-6 timer
- 7 timer eller mer



Når du bruker sosiale medier, hvor ofte gjør du følgende?

33. Bruker sosiale medier tilknyttet skolen

- Flere ganger daglig
- Daglig
- Ukentlig
- Sjeldnere
- Aldri

34. Legger ut statusoppdateringer, bilder eller filmer av meg selv/venner

- Flere ganger daglig
- Daglig
- Ukentlig
- Sjeldnere
- Aldri

35. Lager avtaler med venner, organiserer hverdagen min

- Flere ganger daglig
- Daglig

- Ukentlig
- Sjeldnere
- Aldri

36. Chatter med venner (enkeltvis eller i grupper)

- Flere ganger daglig
- Daglig
- Ukentlig
- Sjeldnere
- Aldri



Side 22

37. Orienterer meg om hva som skjer blant venner, grupper jeg er med i, eller om kulturtilbud

- Flere ganger daglig
- Daglig
- Ukentlig
- Sjeldnere
- Aldri

38. Skriver innlegg, legger ut lenker eller kommenterer saker eller debatter knyttet til nyheter, samfunn, kultur eller politikk

- Flere ganger daglig
- Daglig
- Ukentlig
- Sjeldnere
- Aldri

39. Leser nyheter

- Flere ganger daglig
- Daglig
- Ukentlig

Sjeldnere

Aldri



Side 23

I hvilken grad stemmer følgende utsagn for deg?

40. Sosiale medier tar fokuset bort fra viktigere ting

Ikke i det hele tatt

Ganske lite

Noe

Ganske mye

Svært mye

41. Jeg synes andre sin bruk av smarttelefon i sosiale sammenhenger er plagsom

Ikke i det hele tatt

Ganske lite

Noe

Ganske mye

Svært mye

42. Jeg opplever meg selv som avhengig av sosiale medier

Ikke i det hele tatt

Ganske lite

Noe

Ganske mye

Svært mye



Side 24

43. Jeg opplever at det andre legger ut (bilder/statusoppdateringer) gjør at jeg føler meg mindre fornøyd med meg selv og mitt eget liv

- Ikke i det hele tatt
- Ganske lite
- Noe
- Ganske mye
- Svært mye

44. Mobilen min er alltid tilgjengelig, også når jeg har lagt meg

- Ikke i det hele tatt
- Ganske lite
- Noe
- Ganske mye
- Svært mye



Side 25

45. Nedenfor er det en skala fra 0 til 10, der 0 er det verst mulige livet for deg og 10 er det beste. Hvor synes du at du står på denne skalaen nå for tiden?