



ÍSLENSKA ÆSKULÝÐSRANNSÓKNIN

Niðurstöður grunnskólakönnunar í Valsárskóla

Vorönn 2026

Efnisyfirlit

Inngangur	1
Framkvæmd og þátttakendur	2
Niðurstöður eftir kyni	3
HBSC	3
Tölur eftir sameinuðum bekkjum	3
Efnisflokkar	4
Lykiltölur	5
Menntun	7
Færni og áhugi	7
Mikilvægt að leggja sig fram í námi	7
Líkar vel í skólanum	8
Lestur í frítíma	9
Lestur í skólanum	10
Líðan í skóla	11
Gaman í skólanum	11
Líðan í kennslustund	12
Líðan í frímínútum	13
Fullorðinn í skólanum sem gott er að tala við	14
Hávaði í kennslustofu	15
Traust til kennara	16
Þreyta í skólanum	17
Heilsa og vellíðan	18
Lífsánægja	18
Erfiðleikar með svefn	20
Líkamleg hreyfing	21
Tíð líkamleg óþægindi	23
Tíð andleg vanlíðan	25
Höfuðverkur	27
Magaverkur	29
Depurð	31
Kvíði	33
Þrillingur	35
Öryggi og vernd	37
Samfélagsmiðlanotkun	37
Slagsmál	38
Einelti - þolandi	39
Einelti - gerandi	41
Einelti á netinu - þolandi	42
Skilin út undan í skólanum	43

Áfengisnotkun	44
Drukkinn um ævi	45
Pátttaka og félagsleg tengsl	46
Vínátta	46
Eiga góða vini eða góðar vinkonur	46
Gaman að bjóða vinum heim	47
Einmanaleiki	48
Íþróttir og tómstundir	50
Íþróttir	50
Listnám eða listastarf	51
Lífsgæði og félagsleg staða	52
Efnahagsleg lífsgæði	52
Eigið herbergi	52
Fjölskyldulíf	54
Aðstoð við heimanám	54
Stuðningur frá fjölskyldu	55
Gera skemmtilega hluti með foreldrum	56
Samskipti við foreldra	57



Inngangur

Íslenska æskulýðsrannsóknin (ÍÆ) er rannsókn sem Menntavísindasvið Háskóla Íslands framkvæmir fyrir mennta- og barnamálaráðuneytið á grundvelli 12 gr. æskulýðslaga nr. 70/2007. Markmið rannsóknarinnar er að safna gögnum um upplifun barna og ungmenna af ýmsum þáttum sem tengjast þeirra eigin velferð. Niðurstöður á hverjum tíma skulu nýtast til þess að meta hvar helst þurfi að bregðast við og setja inn stuðningi við börn og fjölskyldur þeirra eins og kveðið er á um í löggjöf um samþætta þjónustu í þágu farsældar barna nr. 86/2021.

Vorið 2026 var spurningalisti ÍÆ lagður fyrir í 4. -10. bekk grunnskóla en helmingur nemenda í 6., 8. og 10. bekk var slembivalinn til þess að svara spurningalistakönnun HBSC (Health Behaviour in School-aged Children). Sú fjölþjóðarannsókn er unnin í samstarfi við Alþjóðaheilbrigðisstofnunina (WHO) og hefur verið lögð fyrir hér á landi á fjögurra ára fresti frá 2006. Niðurstöður úr HBSC könnuninni gefa því tækifæri til þess að bera saman niðurstöður mælinga bæði yfir tíma og á milli landa.

Í þessari skýrslu hafa verið teknar saman meginniðurstöður fyrir ykkar skóla. Einnig er þar að finna lykiltölublöð með helstu niðurstöðum skólans.

Við minnum á að þrátt fyrir að nú hafi elsti árgangurinn í ykkar skóla útskrifast þá er það heildarmynstrið í skýrslunni sem gott er að horfa til. Til að mynda hvernig er líðan nemendanna í skólanum og kennslustundum, hvert er viðhorf nemenda til námsins, heilsu sinnar, hversu margir taka þátt í tómstundum og síðast en ekki síst hvernig hafa lykिल्ættir þróast yfir tíma í ykkar skóla.

Aðstandendur ÍÆ vilja þakka skóla- og fræðsluskrifstofum fyrir að veita skólum sínum leyfi til að taka þátt í könnuninni. Þá ber að þakka skólastjórnendum, kennurum og tengiliðum ÍÆ í skólanum, sem samþykktu góðfúslega að sjá um fyrirlögn könnunarinnar og öllum þeim börnum og ungmennum sem svöruðu spurningalistanum því án þeirra þátttöku væri lítið um niðurstöður.

Með bestu kveðjum,

Ragný Þóra Guðjohnsen, faglegur stjórnandi ÍÆ og dósent við Háskóla Íslands

Hans Haraldsson, verkefnisstjóri hjá Menntavísindasviði Háskóla Íslands

Unnar Geirdal Arason, verkefnisstjóri hjá Menntavísindasviði Háskóla Íslands

Gunnhildur Steinarsdóttir, verkefnisstjóri hjá Menntavísindasviði Háskóla Íslands



Framkvæmd og þátttakendur

Niðurstöður sem hér eru sýndar eru úr grunnskólakönnun Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar (ÍÆ) vorið 2026.

Grunnskólakönnun vorið 2026 fór fram á tímabilinu 3. febrúar til 27. maí 2026. Voru allir starfandi grunnskólar á landinu beðnir um að taka þátt og urðu 152 skólar við beiðninni. Könnunin var lögð fyrir í 4.-10. bekk. Í töflunum hér fyrir neðan má sjá fjölda svarenda eftir kyni og bekk.

Athugið að mögulega er fjöldi lítilla breyttur frá þeim fjölda sem fram kom í svörunarsamantekt þar sem gögn hafa verið fínhreinsuð. Við fínhreinsun hreinsar starfsfólk ÍÆ út svör sem eru með óeðlilega og óskýrða tímastimpla, líkleg tvísvör eða bera þess skýr merki að svarandi hafi ekki svarað af alvöru.

Við minnum á að árið 2024 var helmingur svarenda í 10. bekk slembivalinn til að svara könnun Evrópsku vímuefnarannsóknarinnar (ESPAD). Því eru færri svarendur á bak við tölur úr 10. bekk það árið og rétt að túlka sveiflur það árið með varúð.

Í sumum tilfellum geta verið of fáir svarendur til að hægt sé að birta tölur fyrri einstaka bekki eða eftir bekki og kyni. Þetta gerist einkum í smærri skólum og getur verið bundið við einstaka breytur vegna atriðabrottfalls. Þá eru niðurstöður ekki sýndar í skýrslum.

Skipting svarenda eftir kyni

Kyn	Valsárskóli	Aðrir skólar	Samtals
Strákar	26	12110	12136
Stelpur	14	11539	11553
Stálp, annað eða vilja ekki svara	1	462	463

Skipting svarenda eftir bekk

Bekkur	Valsárskóli	Aðrir skólar	Samtals
4. bekkur	4	3195	3199
5. bekkur	7	3416	3423
6. bekkur	5	3446	3451
7. bekkur	2	3396	3398
8. bekkur	11	3636	3647
9. bekkur	4	3412	3416
10. bekkur	8	3610	3618



Niðurstöður eftir kyni

Spurning um kyn var með fjórum svarmöguleikum. Svarendur gátu sagst vera karlkyns, kvenkyns eða kynsegin. Þá var boðið upp á svarmöguleikann „Annað/vil ekki svara“. Svarendur sem sögðust kynsegin eða gáfu ekki upp kyn voru fáir. Þegar niðurstöður eru birtar eftir kyni eru því aðeins sýndar niðurstöður fyrir stráka og stelpur.

Oftast eru þeir svarendur sem skilgreina sig hvorki sem stelpur né stráka mjög fáir í einstökum skólum. Því getur skapast hætt á að hægt sé að greina svör þeirra einstaklinga með því að bera saman tölur með og án kynjaskiptingar. Þess vegna eru svör einstaklinga sem skilgreina sig hvorki sem stráka né stelpur ekki með í tölum ÍÆ fyrir litlar einingar á borð við staka skóla og minni sveitarfélög.

HBSC

Í ár var alþjóðlega könnunin Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) lögð fyrir hlutaúrtak af svarendum ÍÆ. HBSC er könnun um heilsu og líðan skólabarna sem framkvæmd er í samvinnu við Alþjóðaheilbrigðisstofnunina (World Health Organization, WHO) og fer fram á fjögurra ára fresti.

Framkvæmdin á Íslandi er útfærð þannig að svarendum í 6., 8. og 10. bekk er skipt í tvo hópa af handahófi. Helmingur fékk allan kjarnaspurningalista ÍÆ og hinn helmingurinn allan kjarnaspurningalista HBSC.

Kjarnaspurningalisti ÍÆ var þróaður út frá spurningalista HBSC. Því er töluverð skörun á milli listanna og margar spurningar eru lagðar fyrir svarendur í báðum hópum. Í ár eru efnistökin í skólaskýrslum fyrir minni skóla bundin við þær spurningar sem er að finna í báðum spurningalistum.

Tölur eftir sameinuðum bekkjum

Í skýrslum Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar fyrir skóla eru bekkir oft felldir saman, bæði til að tryggja nafnleynd svarenda og til þess að svarendur á bak við einstakar tölur séu ekki of fáir. Þegar tölur fyrir sameinaða bekki eru reiknaðar eru bekkirnir vigtaðir eins og það séu jafn margir svarendur í þeim öllum.



Efnisflokkar

Menntun

Menntun er mikilvægur þáttur í að hlúa að þekkingu barna, ýmis konar færni og gagnrýnni hugsun sem er mikilvæg við að leita lausna í samfélaginu en einnig til að glíma við áskoranir sem heimurinn stendur frammi fyrir í umhverfis-, friðar- og mannréttindamálum.

Heilsa og vellíðan

Góð heilsa, andleg og líkamleg, er lykilþáttur í velferð barna og möguleikum þeirra til að blómstra og nýta hæfileika sína. Heilbriggt líferni, hreyfing, gott matarræði og nægur svefn skiptir sköpum fyrir þroska barna og ungmenna og styður við farsæld þeirra bæði í samtið og framtíð. Markaðssetningu á ýmsum tiskuvörum sem ekki styðja við velferð er gjarnan beint að börnum og því þarf samfélagið að fá upplýsingar um lífsstílsþætti og heilbrigði barna og ungs fólks til þess að geta sinnt virkum forvörnum og boðið rétta stuðningsþjónustu.

Öryggi og vernd

Það er skylda samfélagsins að tryggja börnum öryggi og vernd á heimili sínu og í nærumhverfi þeirra. Þrátt fyrir það er vitað að mörg börn sæta ýmis konar ofbeldi eða verða vitni að því. Margs konar hættur steðja jafnframt að þeim sem snúa að aðgengi að vímuefnum og varasömu efni á netmiðlum eins og ofbeldi. Því skiptir máli að vita á hverjum tíma hver staðan er á þessu sviði.

Þátttaka og félagsleg tengsl

Virk þátttaka barna og félagsleg tengsl eru mikilvægur þáttur í að efla trú barna á eigin getu, sjálfsmynd og þrautseigju. Börn og ungt fólk sem eru að takast á við áskoranir hafa lýst því að virk þátttaka og félagsleg tengsl hafi verið bjargráð í erfiðum aðstæðum og aukið seiglu þeirra.

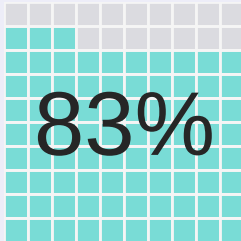
Lífsgæði og félagsleg staða

Fjölmargar alþjóðlegar og íslenskar rannsóknir hafa bent á mikilvægi þess að tryggja félags- og efnahagslega stöðu barna þar sem lakari staða eykur líkur á að þeim farnist verr í lífinu; heilsa og líðan verði lakari, menntun þeirra og þátttaka í samfélaginu minni og að þau verði útsettari fyrir áföllum og að njóta minni verndar og öryggis.

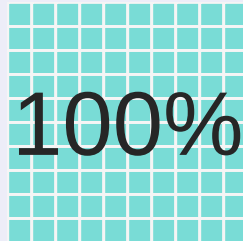


4. og 5. bekkur

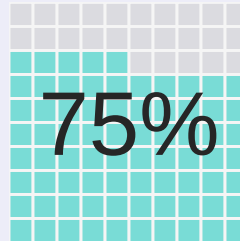
Líður vel í
kennslustundum



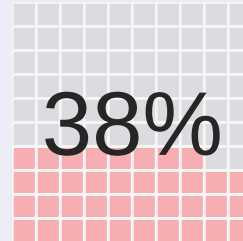
Líður vel í
frímínútum



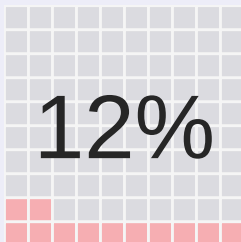
Geta leitað til
fullorðins í
skólanum



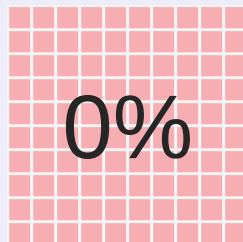
Orðið fyrir
einelti



Tíð líkamleg
ópægindi



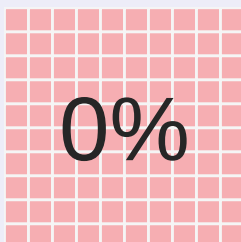
Tíð andleg
vanlíðan



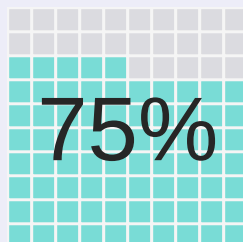
Upplifa að minnsta kosti tvö einkenni oft.



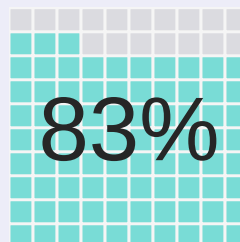
Oft einmana



Geta talað við
foreldra sína
um áhyggjur



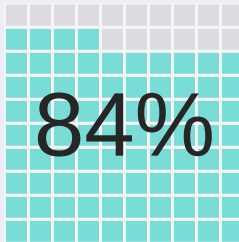
Gera
skemmtilega
hluti með
foreldrum



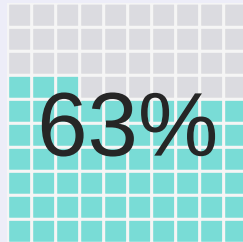


6.–10.bekkur

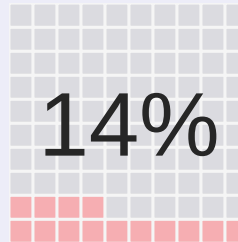
Líkar vel í
skólanum



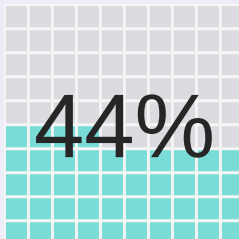
Treysta
kennurum



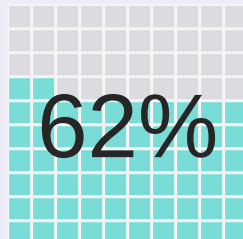
Orðið fyrir
einelti



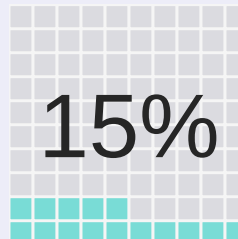
Eru ánægð með
lífið



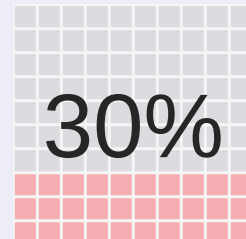
Auðvelt með að
tala við að
minnsta kosti
annað foreldri



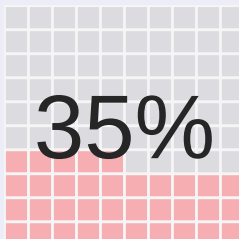
Hreyfa sig 60
mínútur á dag



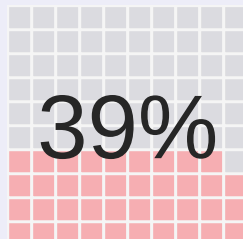
Depurð oftar en
einu sinni í
viku



Tíð líkamleg
ópægindi



Tíð andleg
vanlíðan



Upplifa að minnsta kosti tvö einkenni oft.



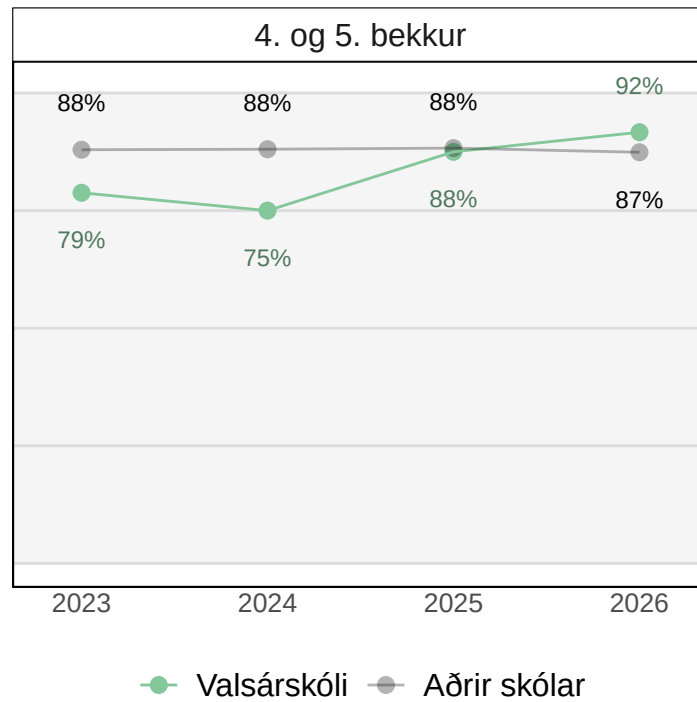


Færni og áhugi

Mikilvægt að leggja sig fram í námi

Spurning: „Finnst þér mikilvægt að leggja þig fram í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög mikilvægt“ eða „Frekar mikilvægt“

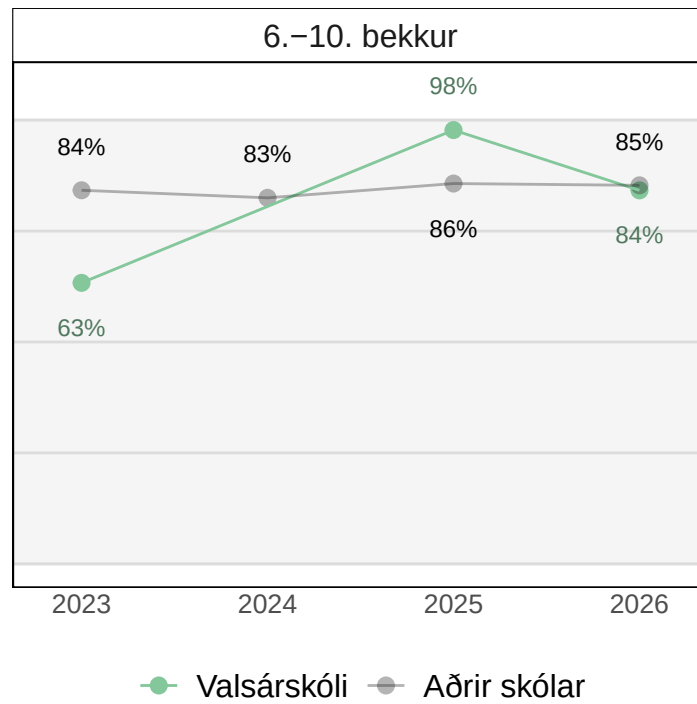




Líkar vel í skólanum

Spurning: „Hvernig líkar þér í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mér líkar mjög vel í skólanum“ eða „Mér líkar þokkalega í skólanum“

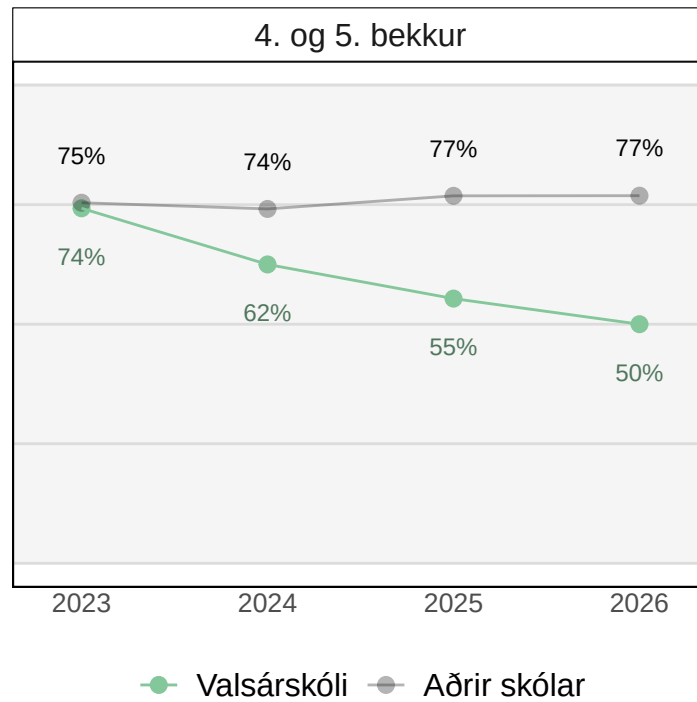




Lestur í frítíma

Spurning: „Hvað finnst þér um að lesa eitthvað sem þú velur sjálf(ur) í frítíma þínum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög skemmtilegt“ eða „Frekar skemmtilegt“

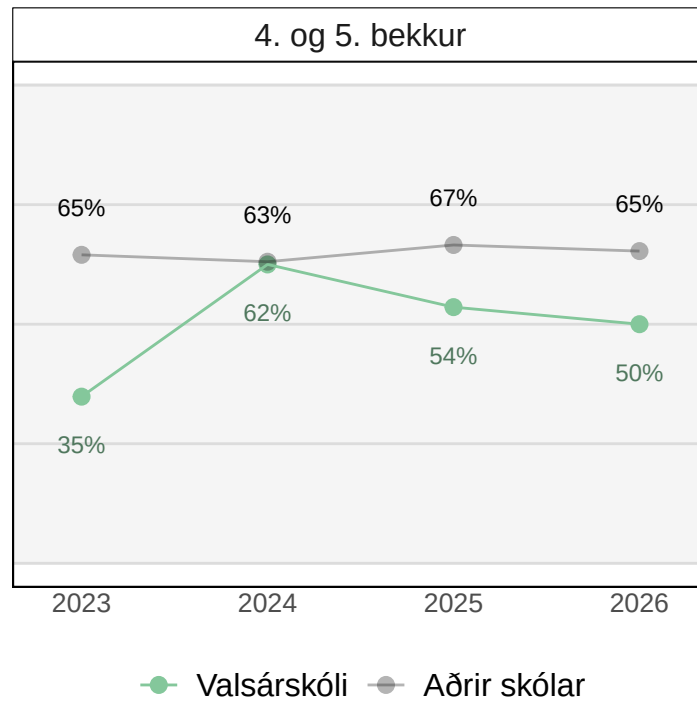




Lestur í skólanum

Spurning: „Hvað finnst þér um að lesa í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög skemmtilegt“ eða „Frekar skemmtilegt“



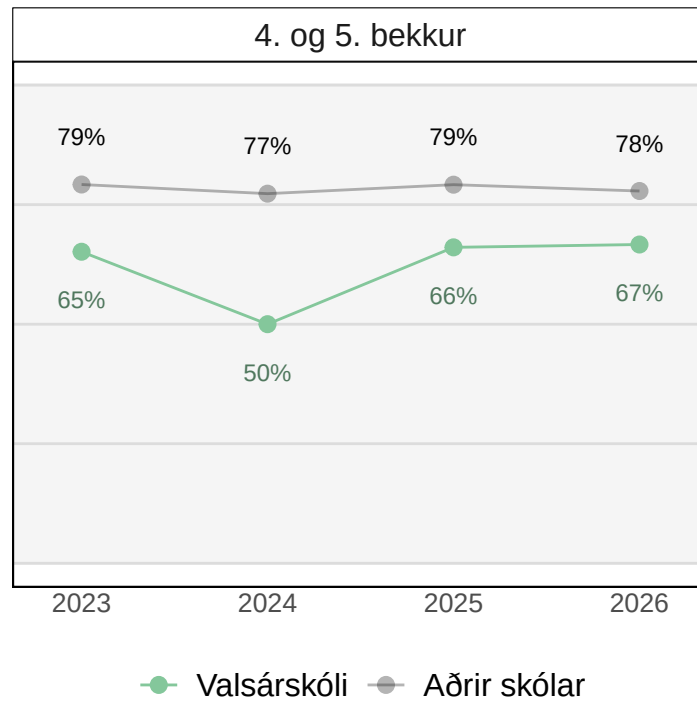


Líðan í skóla

Gaman í skólanum

Spurning: „Finnst þér gaman í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög gaman“ eða „Frekar gaman“

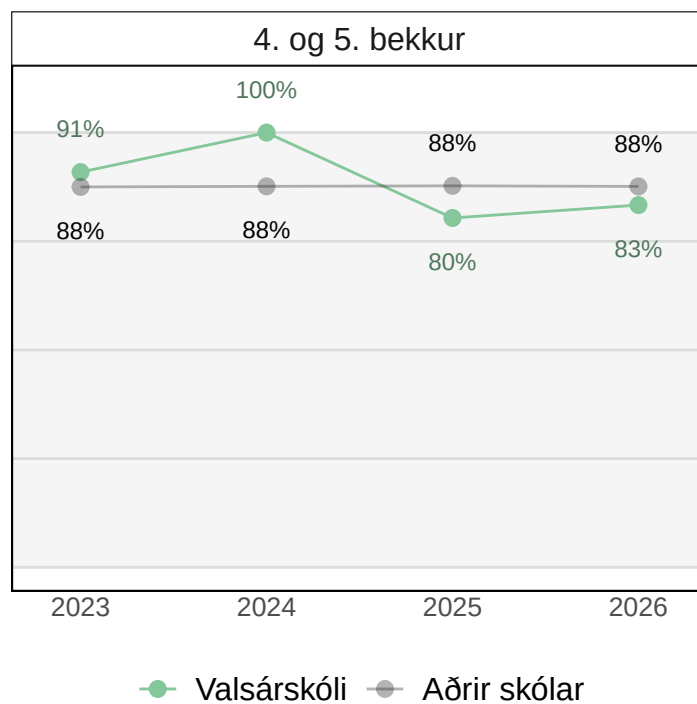




Líðan í kennslustund

Spurning: „Hvernig líður þér í kennslustundum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög vel“ eða „Frekar vel“

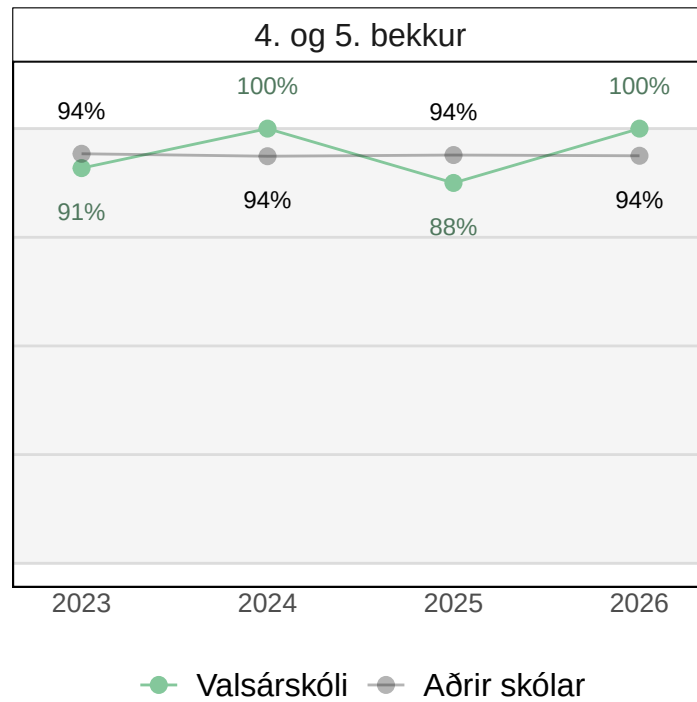




Líðan í frímínútum

Spurning: „Hvernig líður þér í frímínútum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög vel“ eða „Frekar vel“

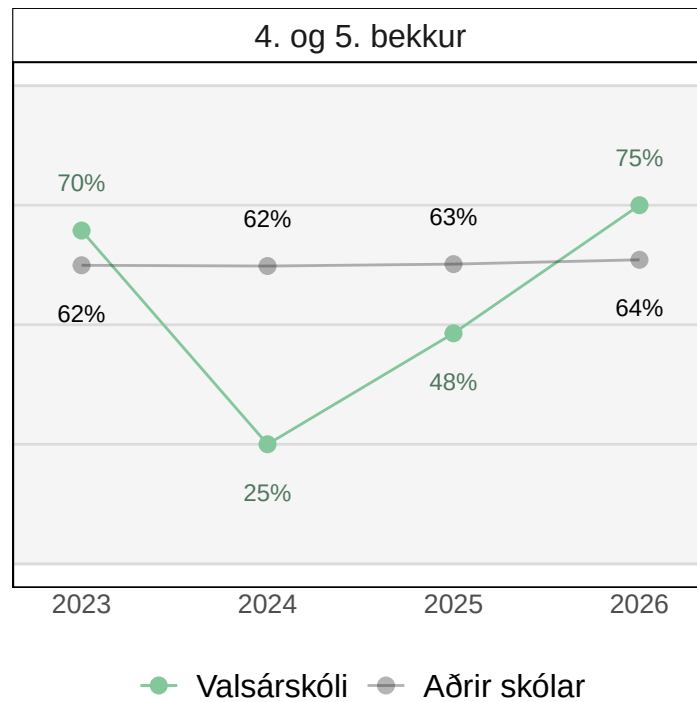




Fullorðinn í skólanum sem gott er að tala við

Spurning: „Er einhver fullorðinn í skólanum sem þú getur talað við þegar þú hefur áhyggjur eða líður illa?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Já“

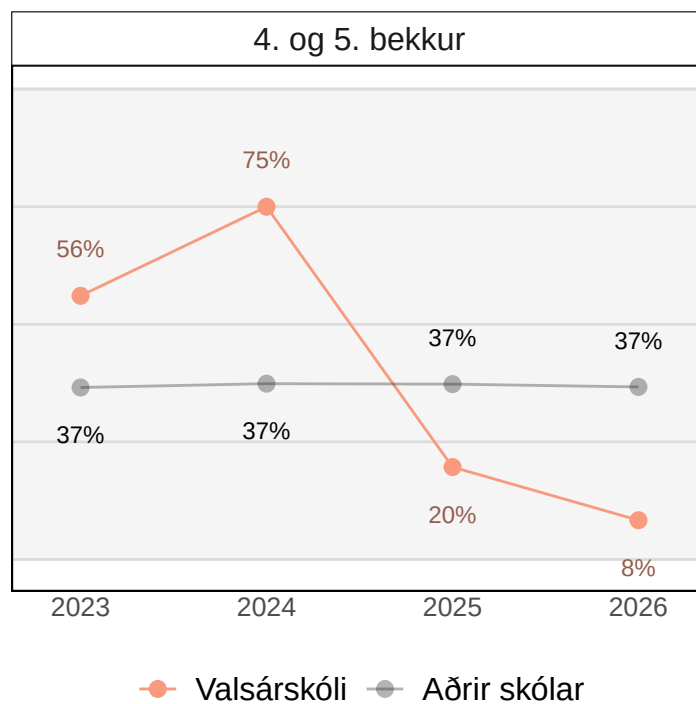




Hávaði í kennslustofu

Spurning: „Hversu oft finnst þér vera truflandi hávaði í kennslustofunni?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“

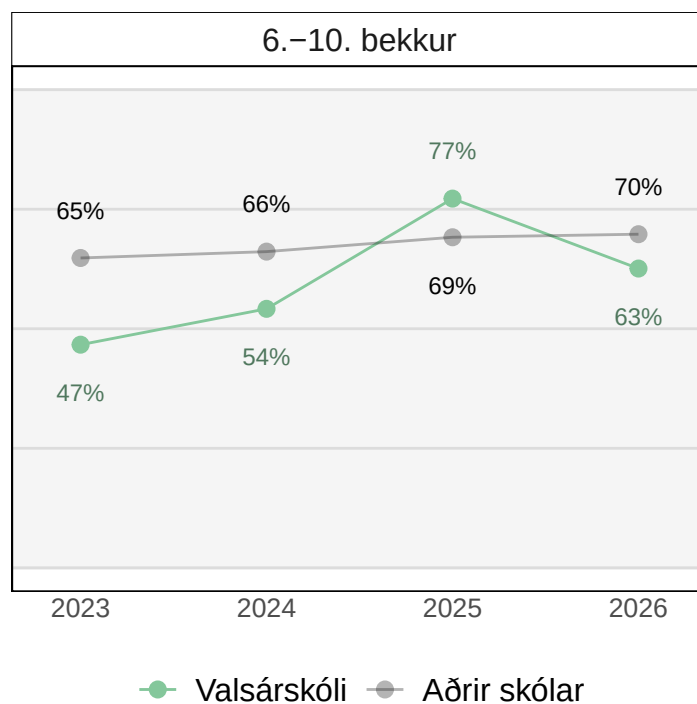




Traust til kennara

Spurning: „Hversu sammála eða ósammála ert þú þessari staðhæfingu? Ég treysti kennurunum mínum“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög sammála“ eða „Sammála“

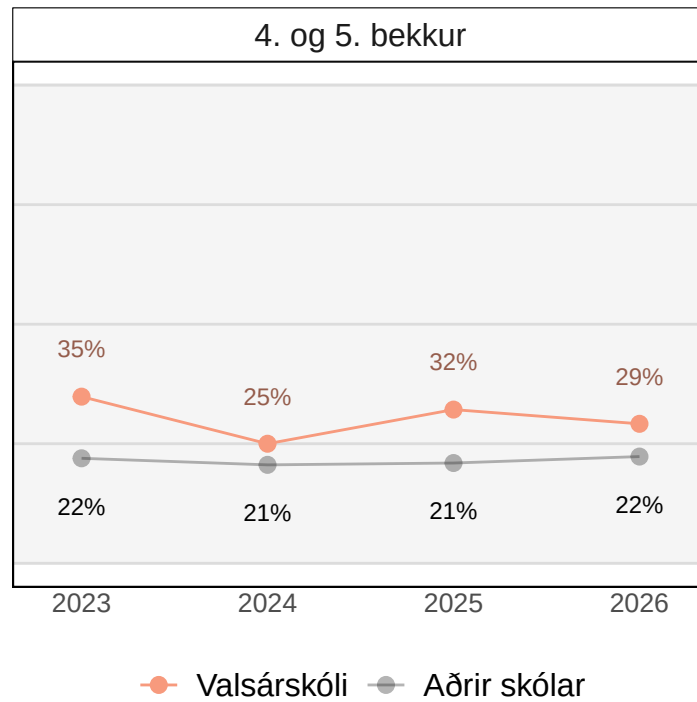




Preyta í skólanum

Spurning: „Finnst þér þú vera þreytt(ur) í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“

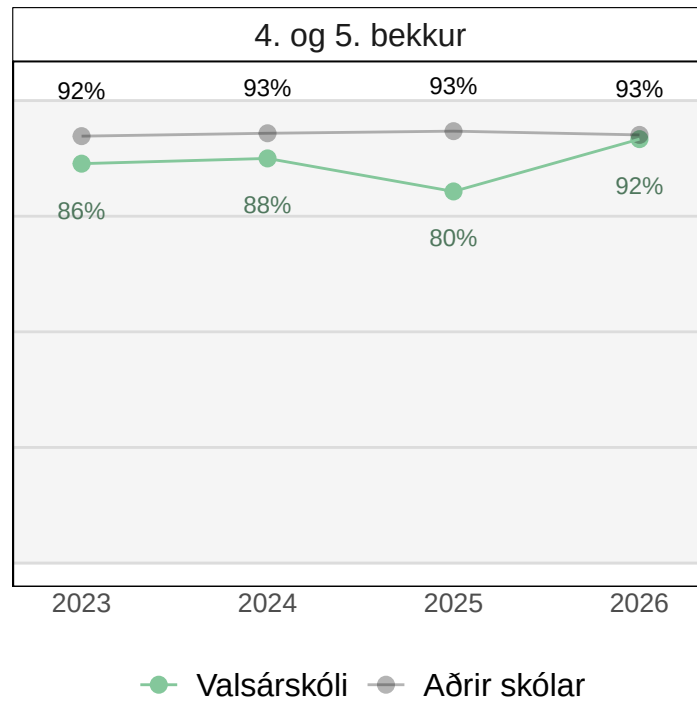




Lífsánægja

Spurning: „Hversu ánægð(ur) ertu með lífið?“

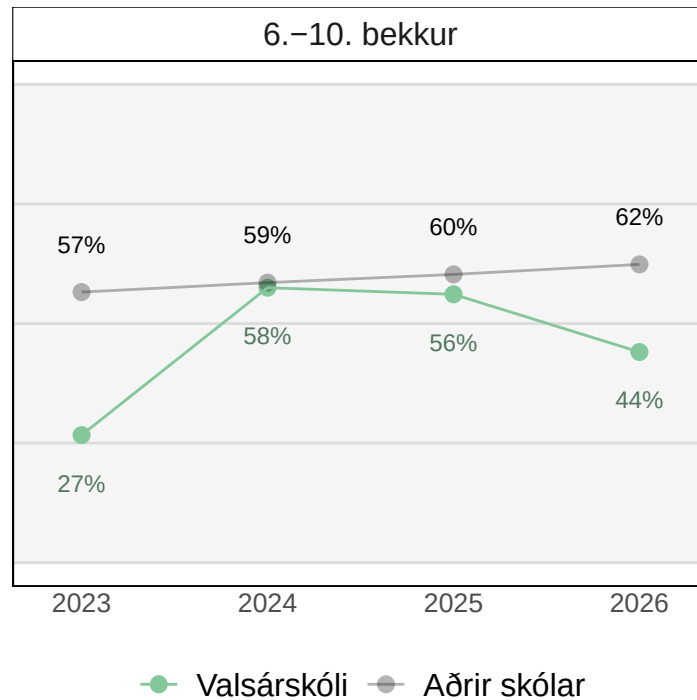
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög ánægð(ur)“ eða „Frekar ánægð(ur)“





Spurning: „Hér fyrir neðan er kvarði. Efst í honum er talan '10' sem táknar besta hugsanlega lífið sem þú gætir átt og neðst er talan '0' sem táknar versta hugsanlega lífið sem að þú gætir átt. Hvar á þessum kvarða er líf þitt núna?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Þeir sem völdu 8 eða hærra“

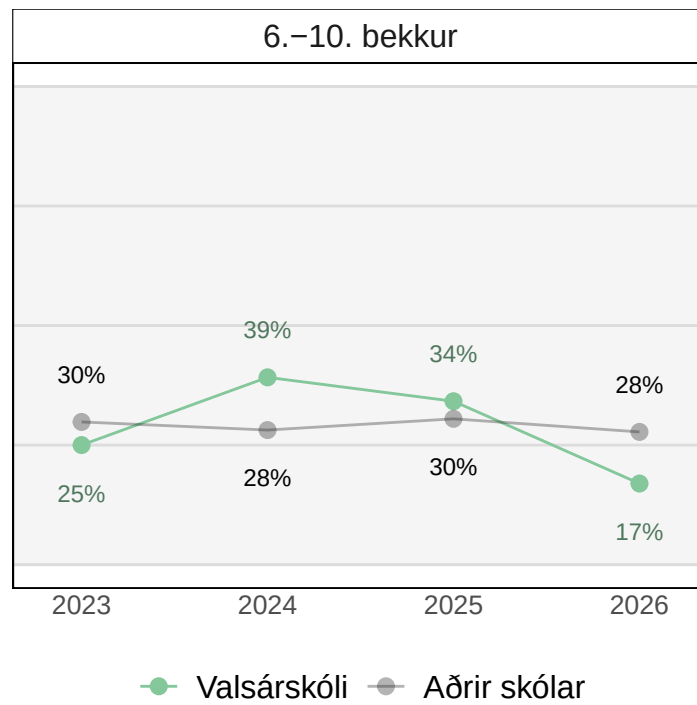




Erfiðleikar með svefn

Spurning: „Á síðastliðnum 6 mánuðum, hversu oft hefur þú átt erfitt með að sofna?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oftar en einu sinni í viku“ eða „Um það bil vikulega“

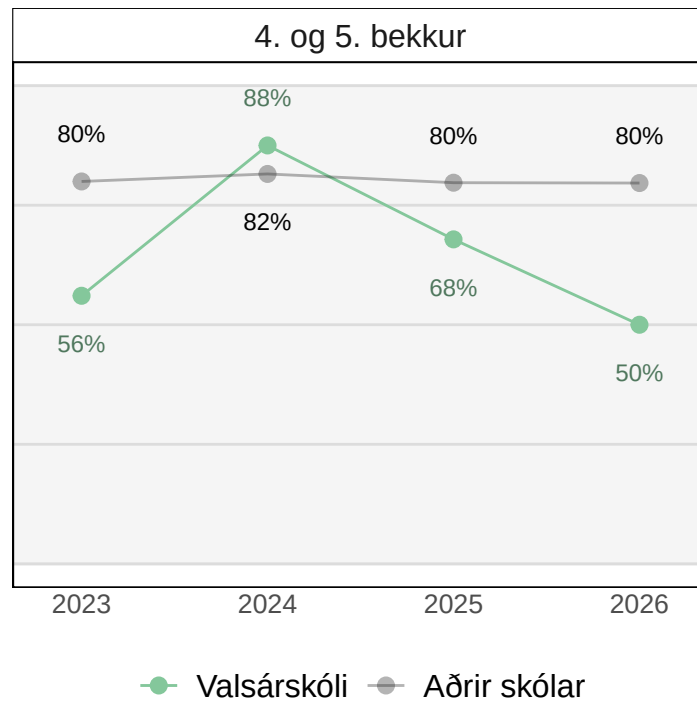




Líkamleg hreyfing

Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hreyfðir þú þig mikið (t.d. með því að hjóla, spila fótbolta, hlaupa eða stunda aðrar íþróttir?)“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög mikið“ eða „Frekar mikið“

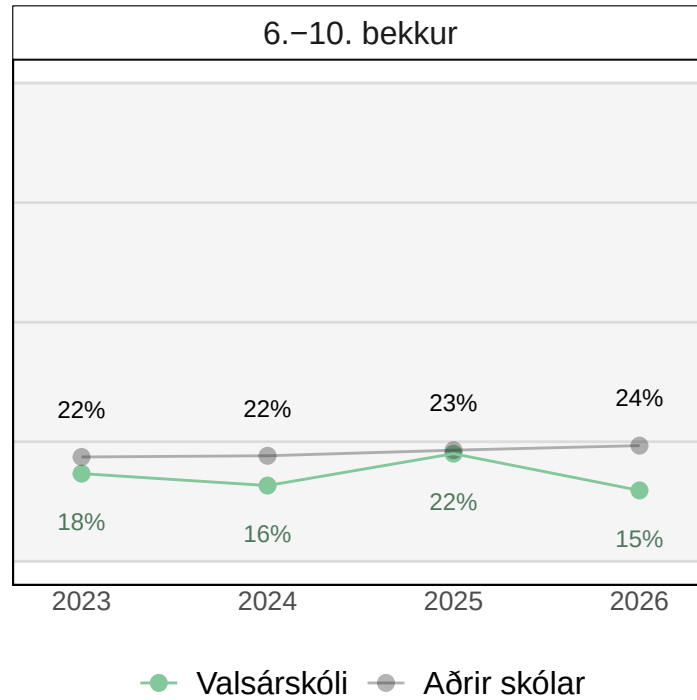




Formáli: „Líkamleg hreyfing er hvers konar hreyfing sem eykur hjartslátt þinn og gerir þig stundum móða(n). Líkamleg hreyfing getur meðal annars átt sér stað í íþróttum, í skólanum, í leik með vinum eða á leiðinni í og úr skóla. Dæmi um líkamlega hreyfingu eru hlaup, röskleg ganga, línuskautar, hjólreiðar, dans, hjólabretti, sund, fótþolti, körfubolti, handbolti, skíði og snjóþretti.“

Spurning: „Af síðastliðnum 7 dögum, hversu marga daga hefur þú stundað líkamlega hreyfingu samanlagt í 60 mínútur eða meira á dag?“

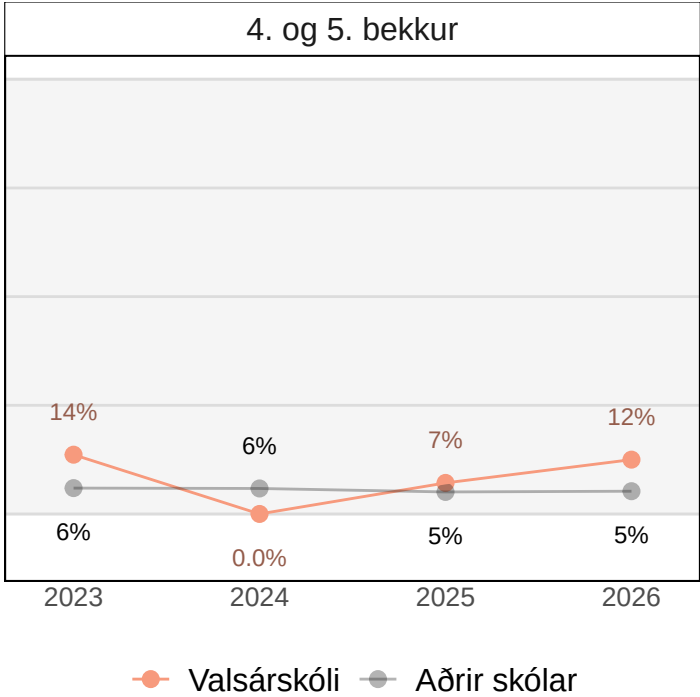
Hlutfall sem velur svarmöguleikann „7 daga“.





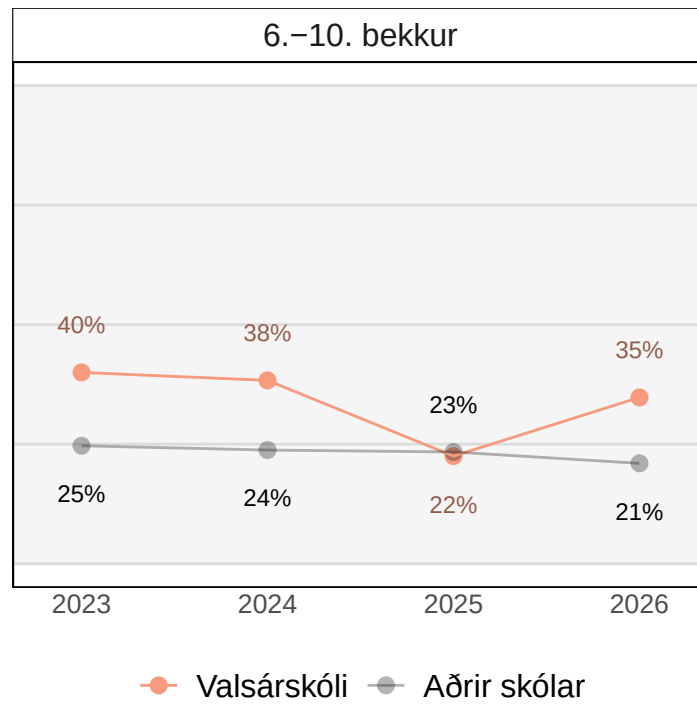
Tíð líkamleg óþægindi

Hlutfall sem fann fyrir tvennu af eftirtöldu oft síðustu sjö daga: Höfuðverkur, magaverkur og svimi





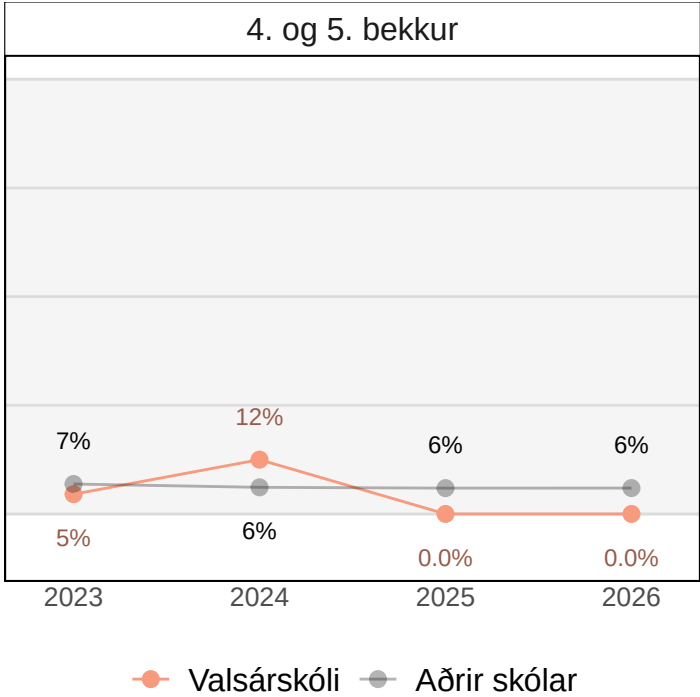
Hlutfall sem fann fyrir tvennu af eftirtöldu oftari en vikulega á síðustu 6 mánuðum:
Höfuðverkur, bakverkur, magaverkur og svimi.





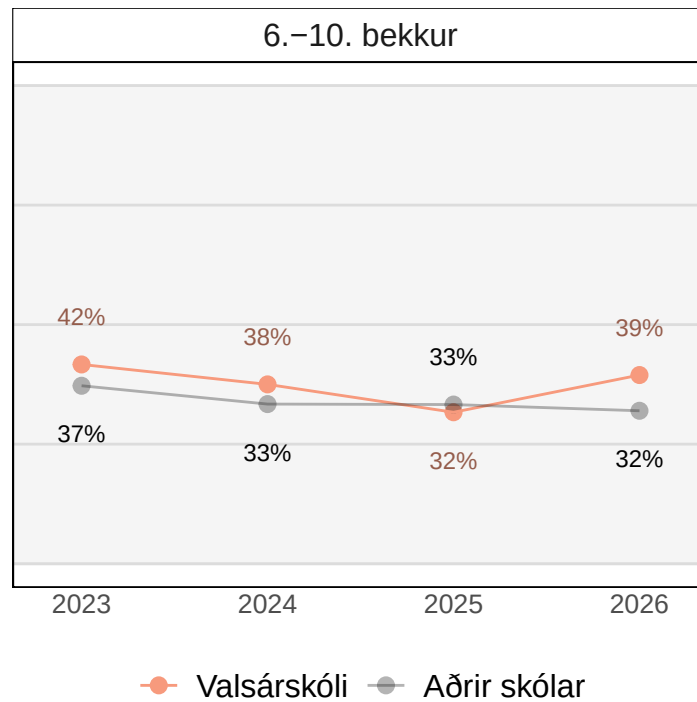
Tíð andleg vanlíðan

Hlutfall sem fann fyrir tvennu af eftirtöldu oft síðustu sjö daga: Depurð, kvíði og pirringur.





Hlutfall sem fann fyrir tvennu af eftirtöldu oftari en vikulega á síðustu 6 mánuðum:
Kvíði, depurð, þirringur og erfiðleikar með svefn.

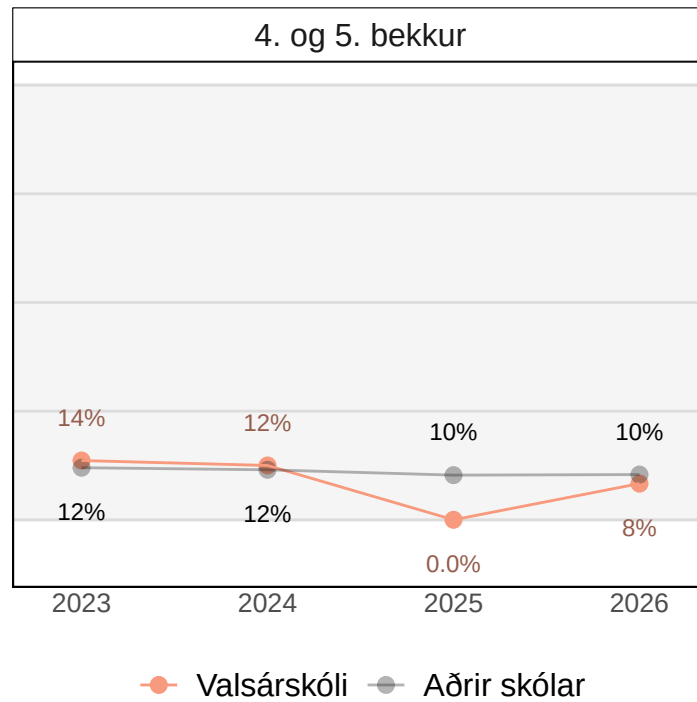




Höfuðverkur

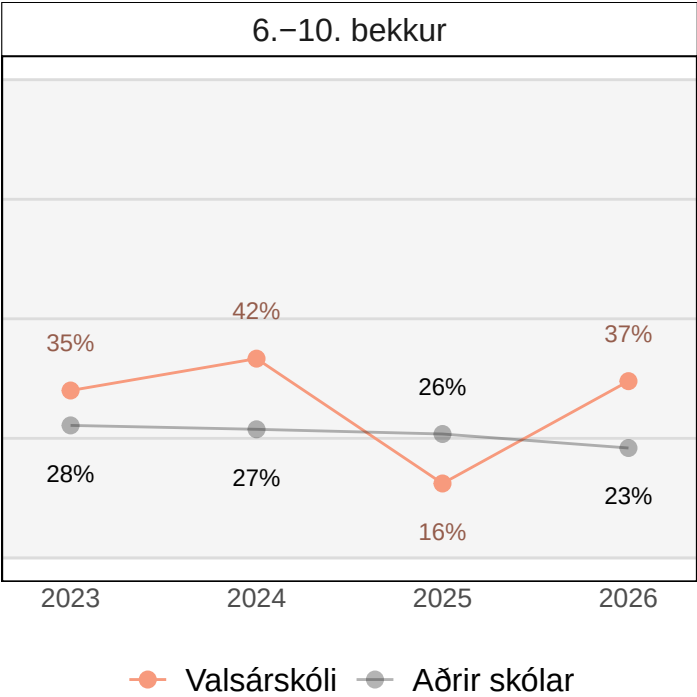
Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft fannstu fyrir höfuðverk?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





Spurning: „Á síðastliðnum 6 mánuðum, hversu oft hefur þú fundið fyrir höfuðverk?“
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oftar en einu sinni í viku“ eða „Um það bil vikulega“

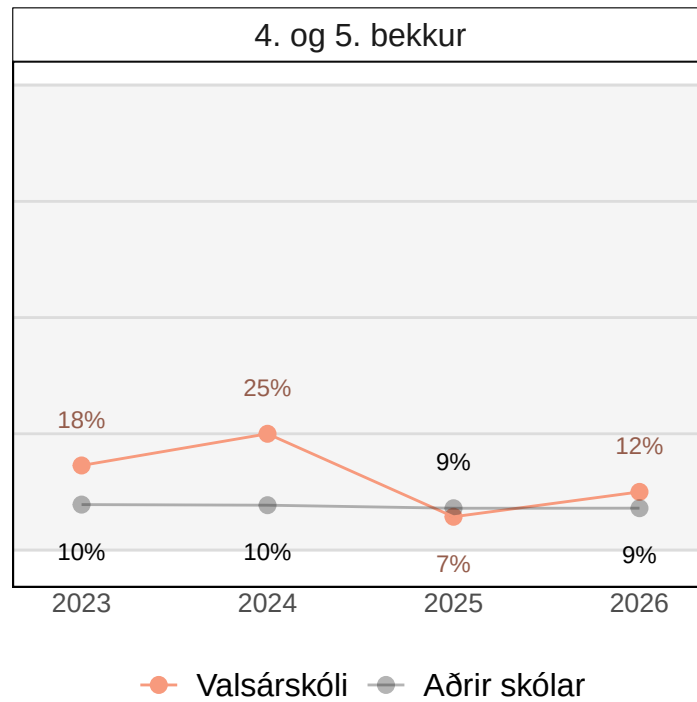




Magaverkur

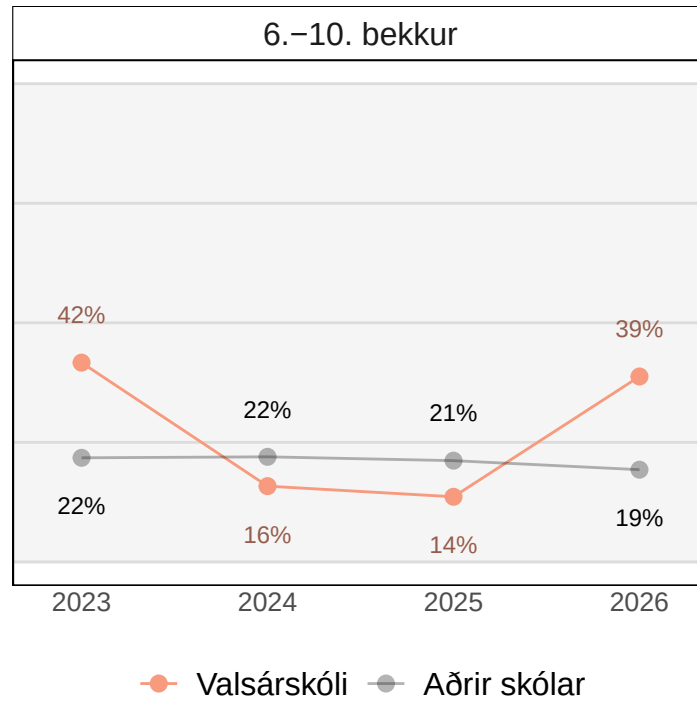
Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft fannstu fyrir magaverk?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





Spurning: „Á síðastliðnum 6 mánuðum, hversu oft hefur þú fundið fyrir magaverk?“
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oftar en einu sinni í viku“ eða „Um það bil vikulega“

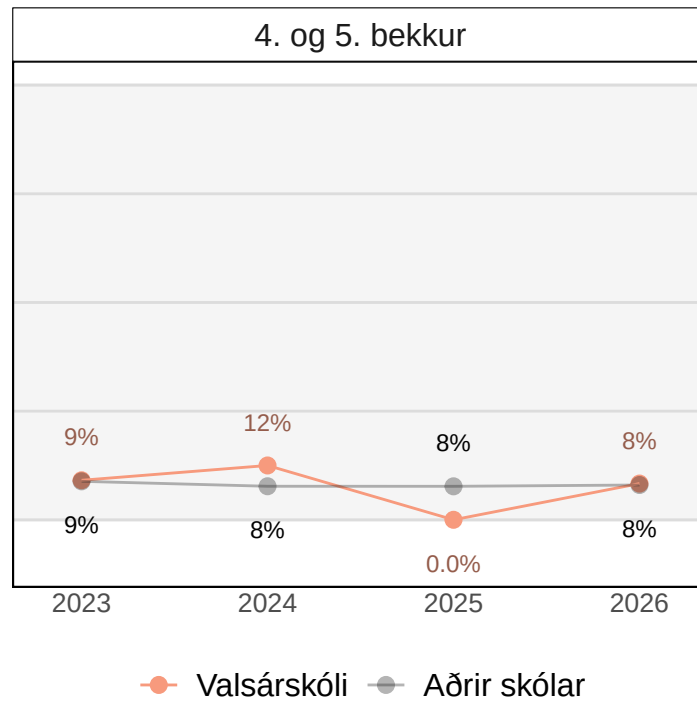




Depurð

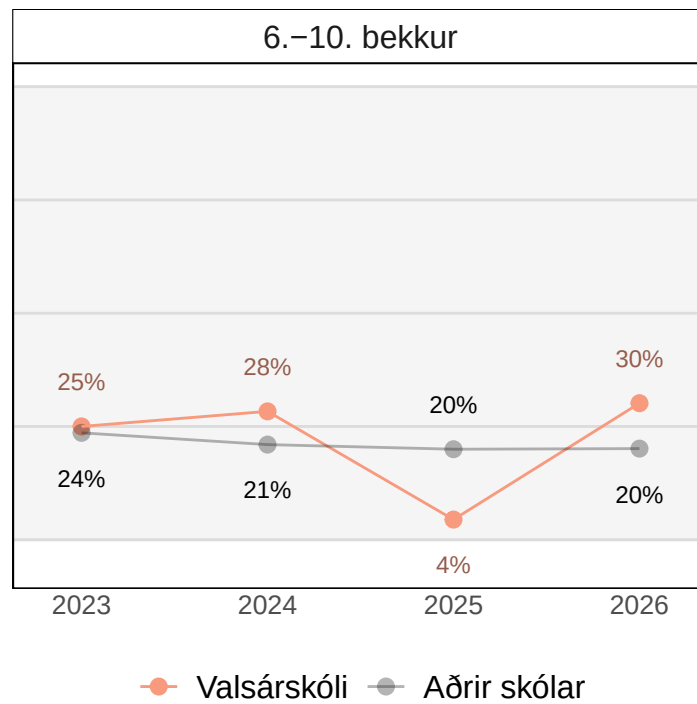
Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft varstu dapur/döpur?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





Spurning: „Á síðastliðnum 6 mánuðum, hversu oft hefur þú fundið fyrir depurð?“
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oftar en einu sinni í viku“ eða „Um það bil vikulega“

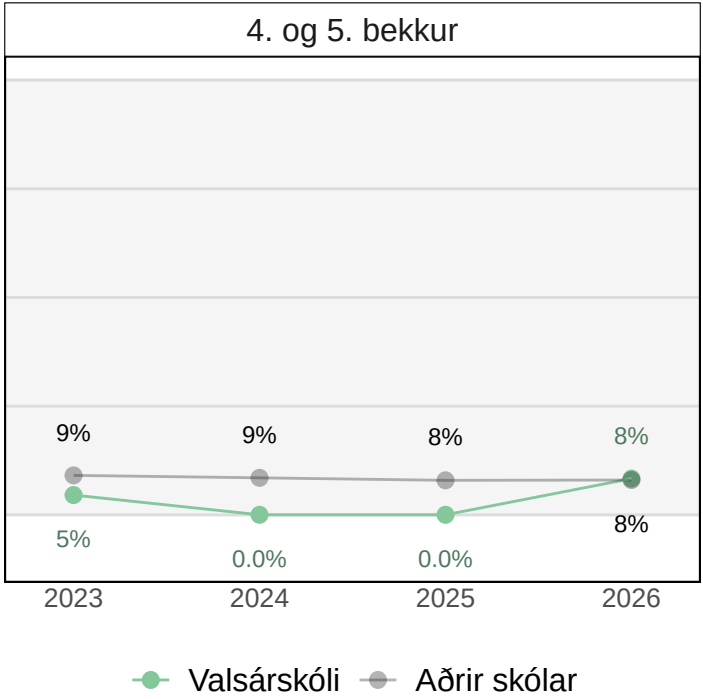




Kvíði

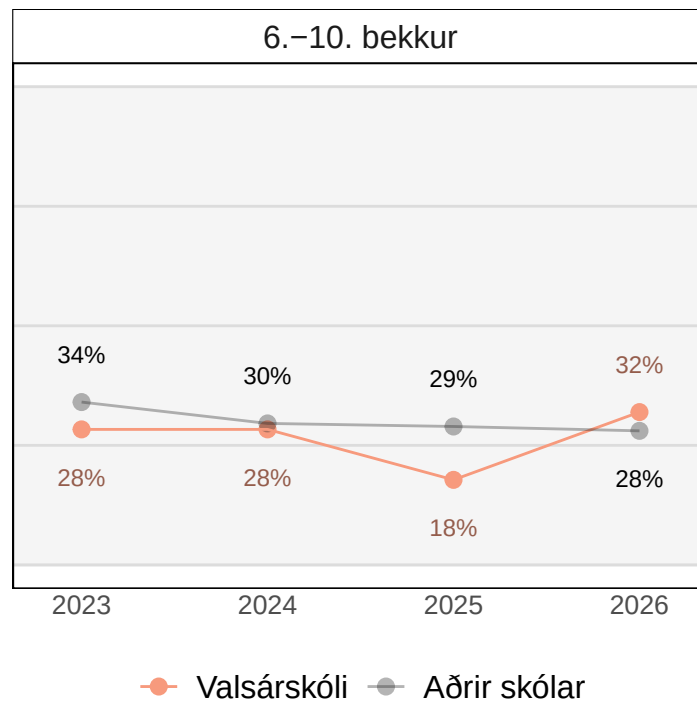
Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft varstu kvíðin(n)?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





Spurning: „Á síðastliðnum 6 mánuðum, hversu oft hefur þú fundið fyrir kvíða?“
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oftar en einu sinni í viku“ eða „Um það bil vikulega“

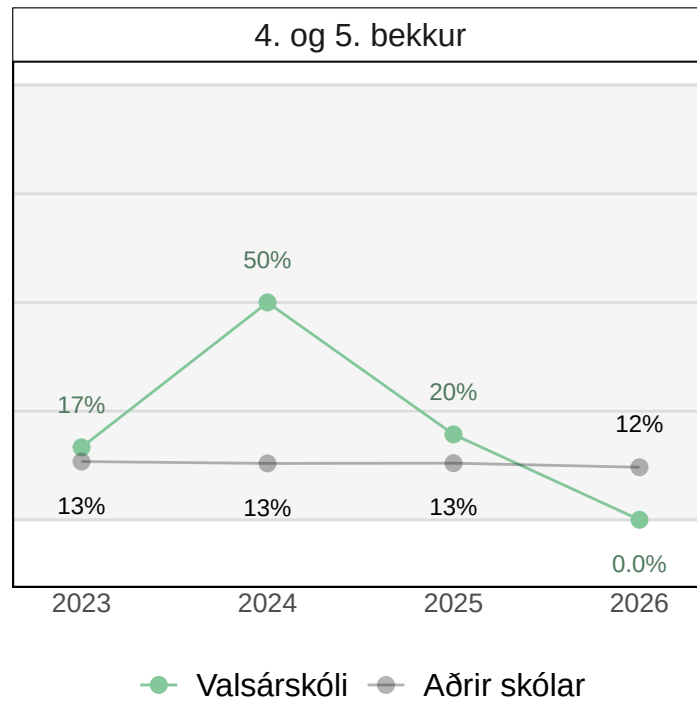




Pirringur

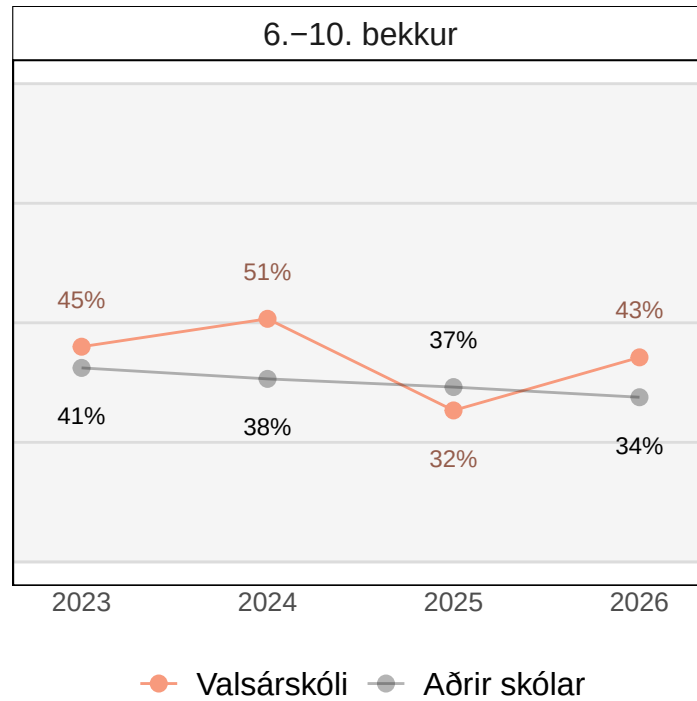
Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft varstu pirraður/pirruð?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





Spurning: „Á síðastliðnum 6 mánuðum, hversu oft hefur þú fundið fyrir þirringi?“
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oftar en einu sinni í viku“ eða „Um það bil vikulega“

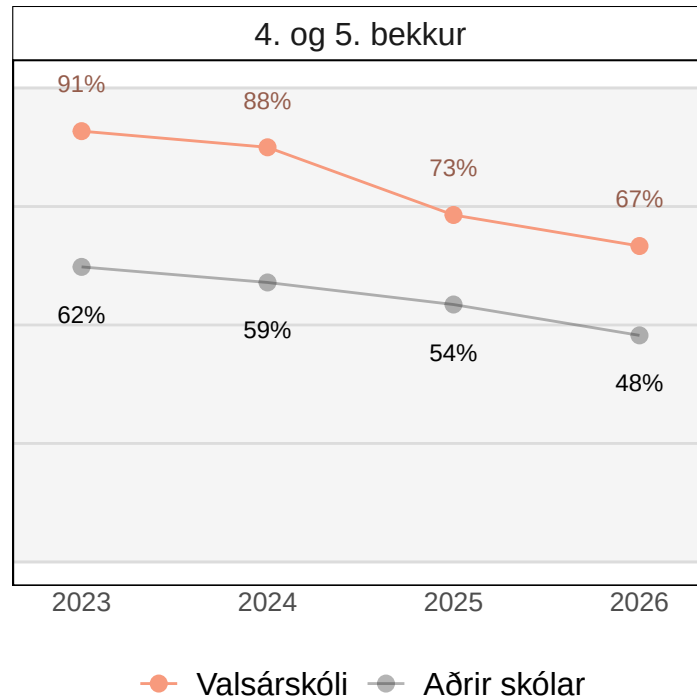




Samfélagsmiðlanotkun

Spurning: „Okkur langar að vita um hvernig þú notar samfélagsmiðla, eins og t.d. TikTok, YouTube, Roblox, Facebook eða spjallpræði, eins og Snapchat, Discord, Messenger eða WhatsApp. Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, hversu oft notaðir þú samfélagsmiðla?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög oft“ eða „Frekar oft“

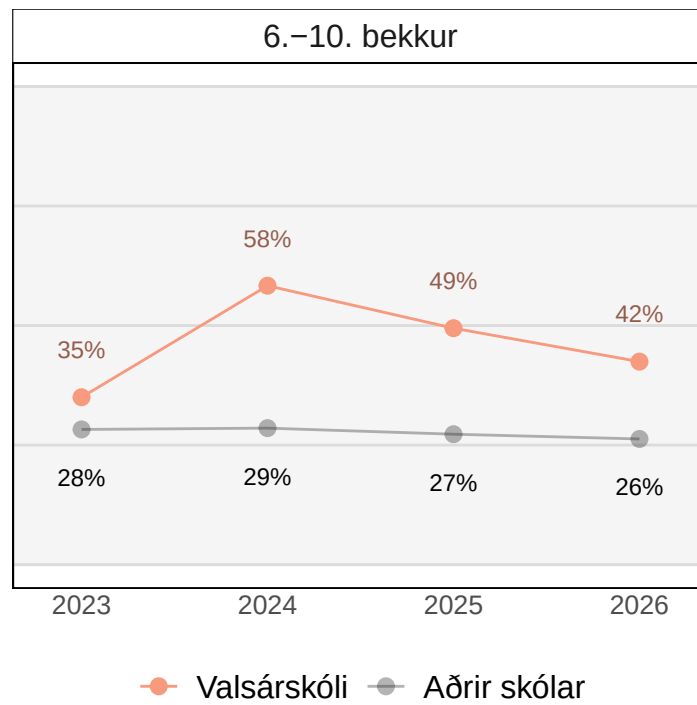




Slagsmál

Spurning: „Síðastliðna 12 mánuði, hversu oft hefur þú lent í slagsmálum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1 sinni“ „2 sinnum“ „3 sinnum“ eða „4 sinnum eða oftár“

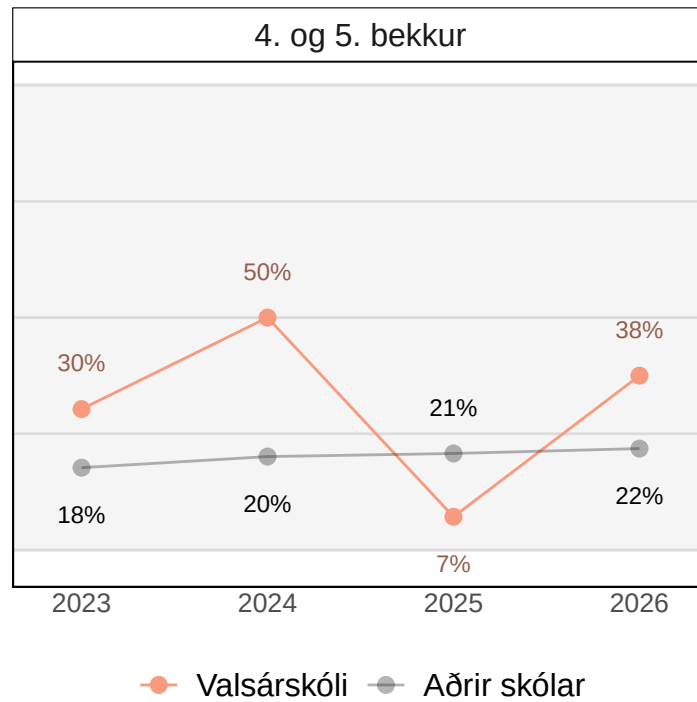




Einelti - þolandi

Spurning: „Ef þú hugsar um 4./5. bekk, hversu oft hefur þú verið lögð/lagður í einelti?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oft“ eða „Stundum“

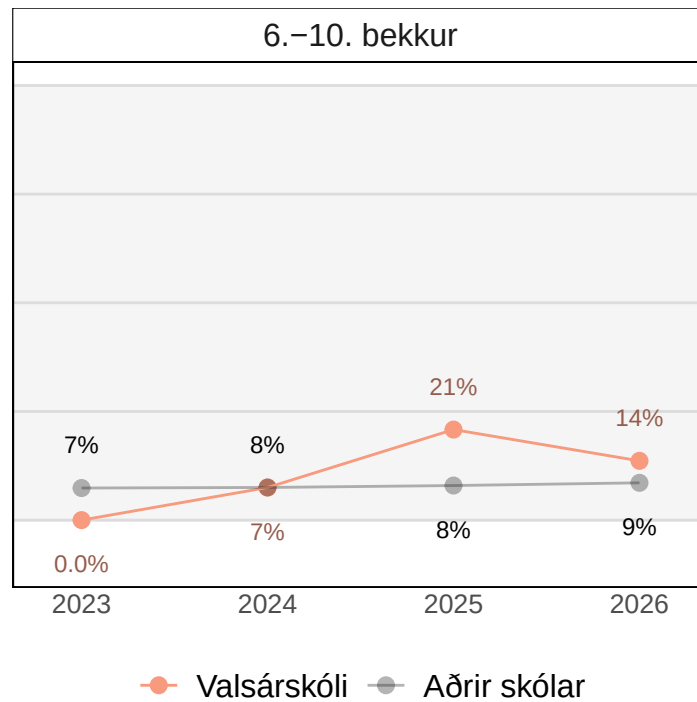




Formáli: „Einstaklingur er sagður lagður í einelti þegar einn eða fleiri aðilar segja oft ótrúlega ljóta og óþægilega hluti við hann. Það er líka einelti þegar einstaklingi er strítt á særandi hátt eða hann skilinn viljandi útundan. Sá sem leggur annan í einelti hefur meira vald heldur en sá sem fyrir eineltinu verður. Það er ekki einelti þegar tveir svipað sterkir einstaklingar rífast eða slást.“

Spurning: „Hversu oft hefur þú verið lögð/lagður í einelti í skólanum undanfarna tvo mánuði?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „2 eða 3 sinnum í mánuði“, „Um það bil einu sinni í viku“ eða „Nokkrum sinnum í viku“.

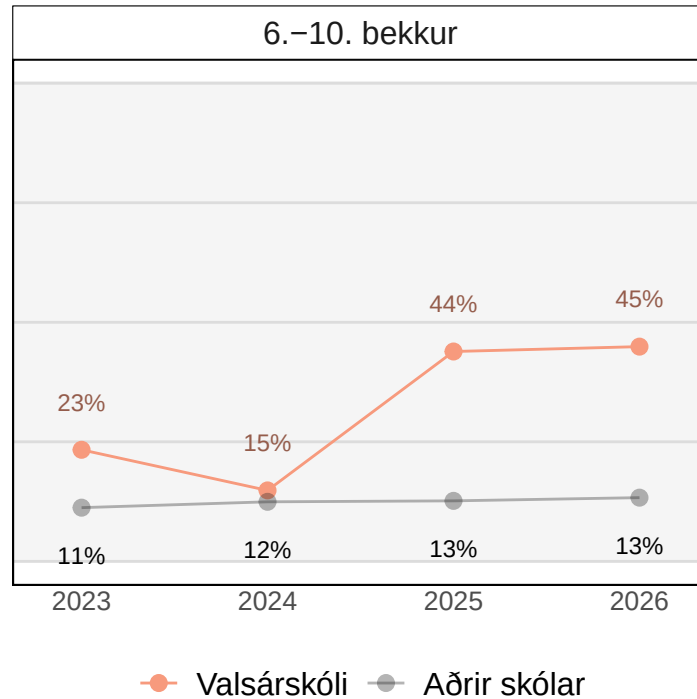




Einelti - gerandi

Spurning: „Hversu oft hefur þú tekið þátt í að leggja annan nemanda í einelti í skólanum undanfarna tvo mánuði?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Það hefur komið fyrir einu sinni eða tvisvar“, „2 eða 3 sinnum í mánuði“, „Um það bil einu sinni í viku“ eða „Nokkrum sinnum í viku“

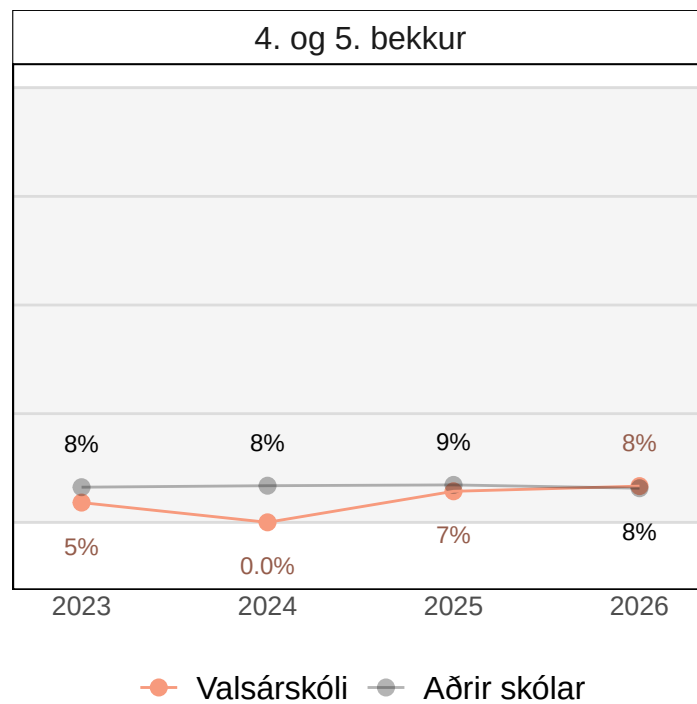




Einelti á netinu - þolandi

Spurning: „Ef þú hugsar um 4./5. bekk, hversu oft hefur þú verið lögð/lagður í einelti á netinu?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Oft“ eða „Stundum“

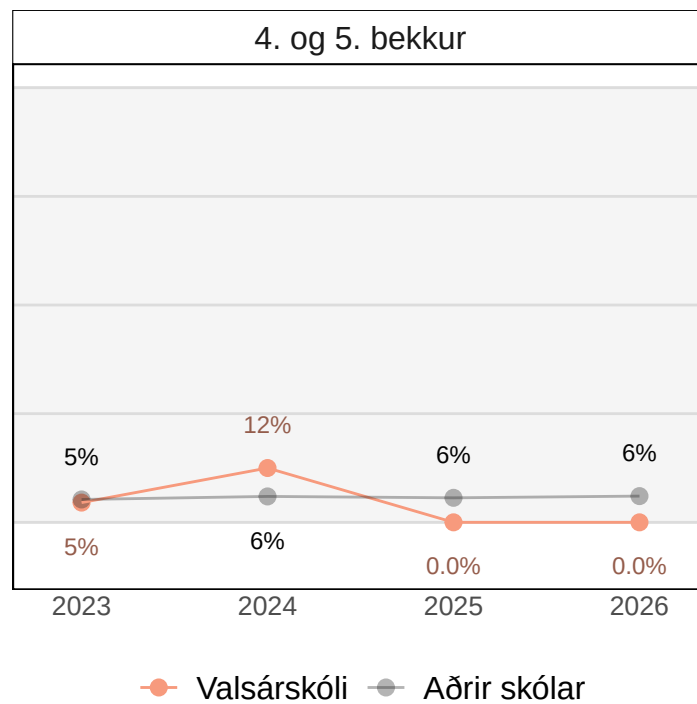




Skilin út undan í skólanum

Spurning: „Ef þú hugsar um 4./5. bekk, hversu oft hefur þú verið skilin/skilinn útundan í skólanum?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“

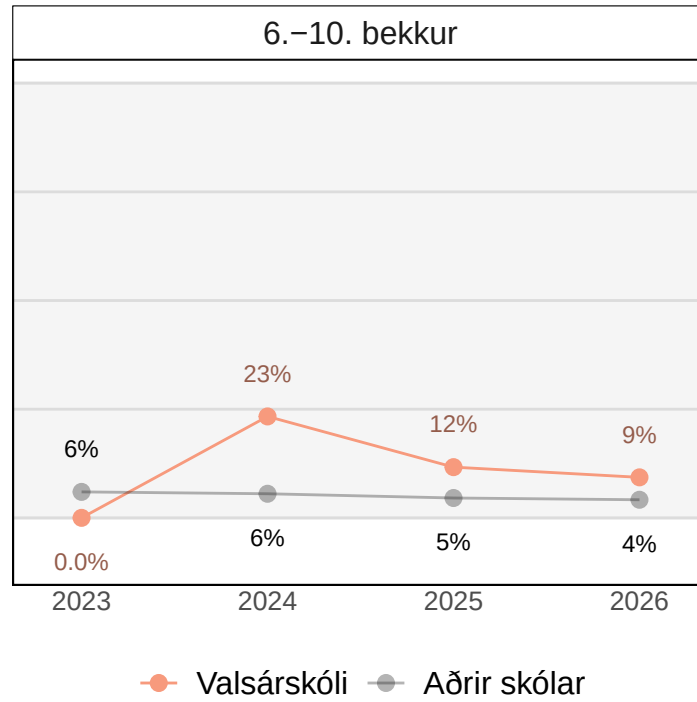




Áfengisnotkun

Spurning: „Hversu marga daga (ef nokkra) hefur þú drukkið áfengi síðustu 30 daga?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „1-2 daga“, „3-5 daga“, „6-9 daga“, „10-19 daga“, „20-29 daga“ eða „30 daga“

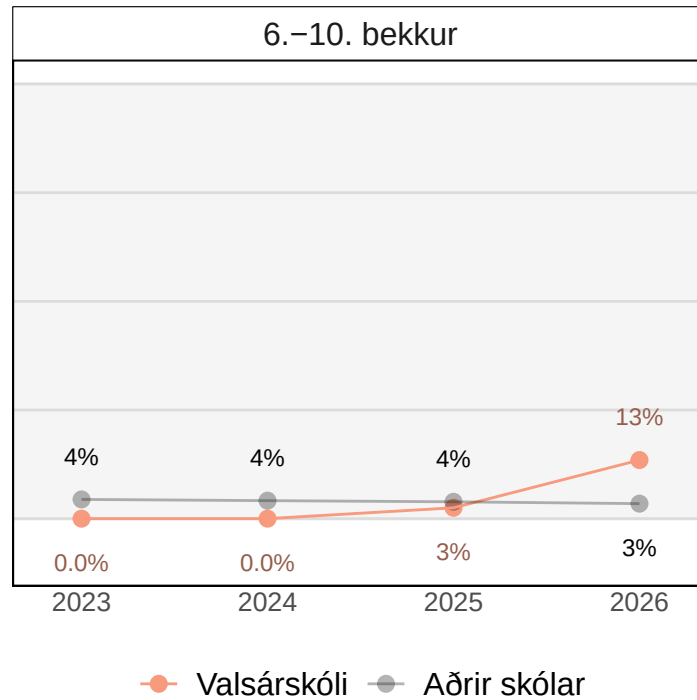




Drukinn um ævi

Spurning: „Hefur þú einhvern tímann um ævina drukkið svo mikið áfengi að þú hefur orðið blindfull(ur)?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Já, einu sinni“ „Já, 2-3 sinnum“ „Já, 4-10 sinnum“ eða „Já, oftar en 10 sinnum“



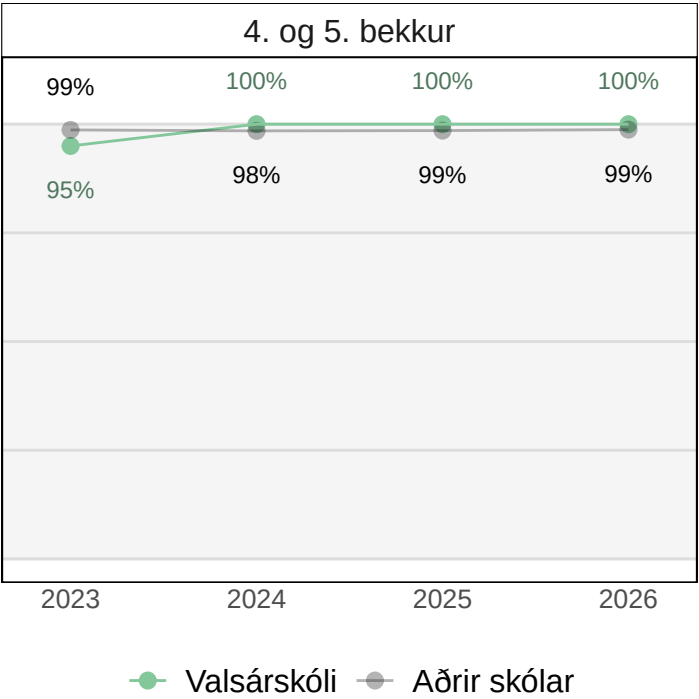


Vinátta

Eiga góða vini eða góðar vinkonur

Spurning: „Átt þú góða vini?“

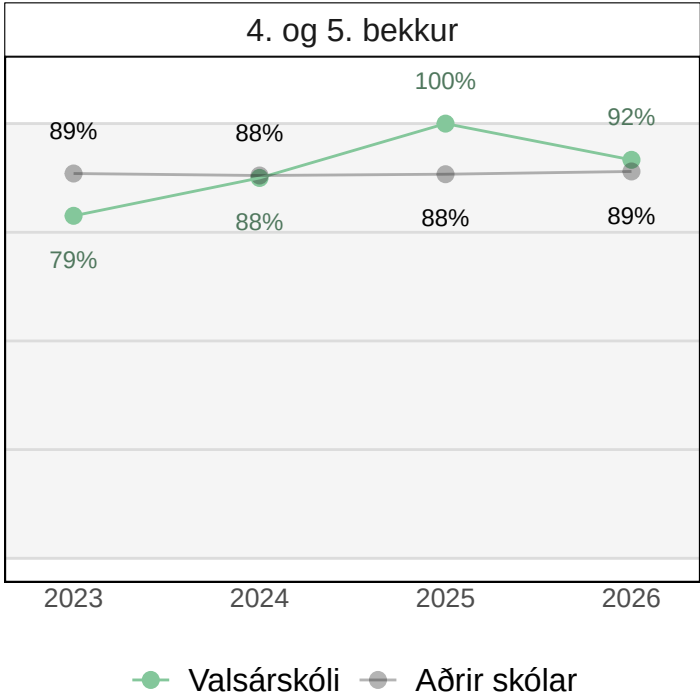
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Já, ég á einn góðan vin“ eða „Já, ég á fleiri en einn góðan vin“





Gaman að bjóða vinum heim

Spurning: „Finnst þér gaman að fá vini heim til þín?“
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Mjög gaman“ eða „Frekar gaman“

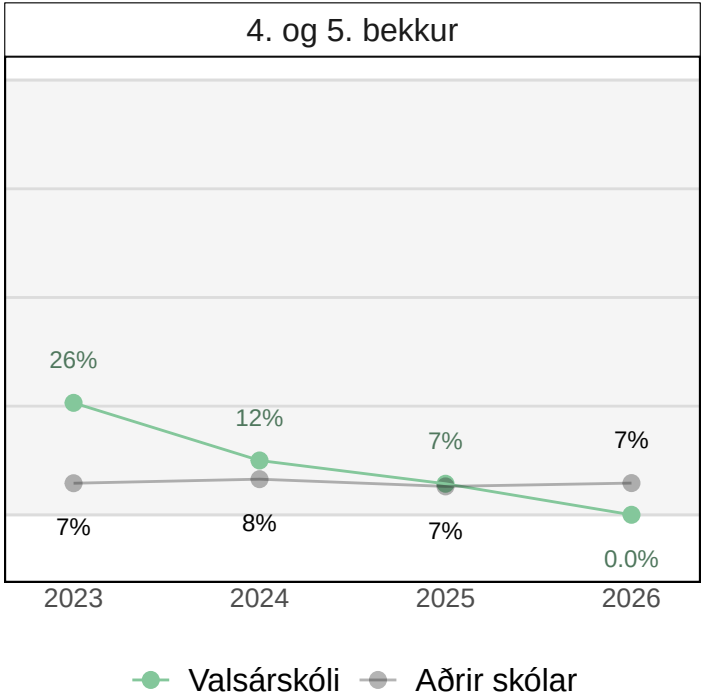




Einmanaleiki

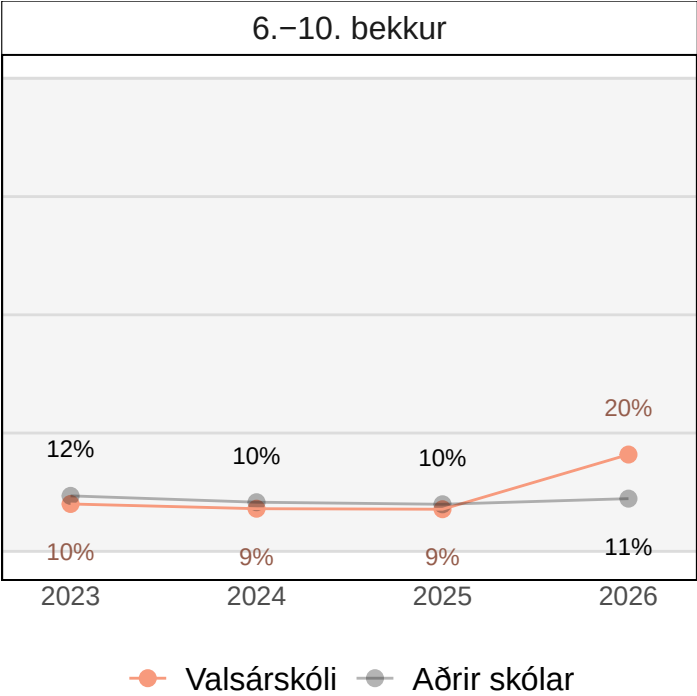
Spurning: „Hversu oft hefur þú verið einmana í 4./5. bekk?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Oft“





Spurning: „Síðastliðna 12 mánuði, hversu oft hefur þér fundist þú einmana?“
Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Alltaf“ eða „Oft“



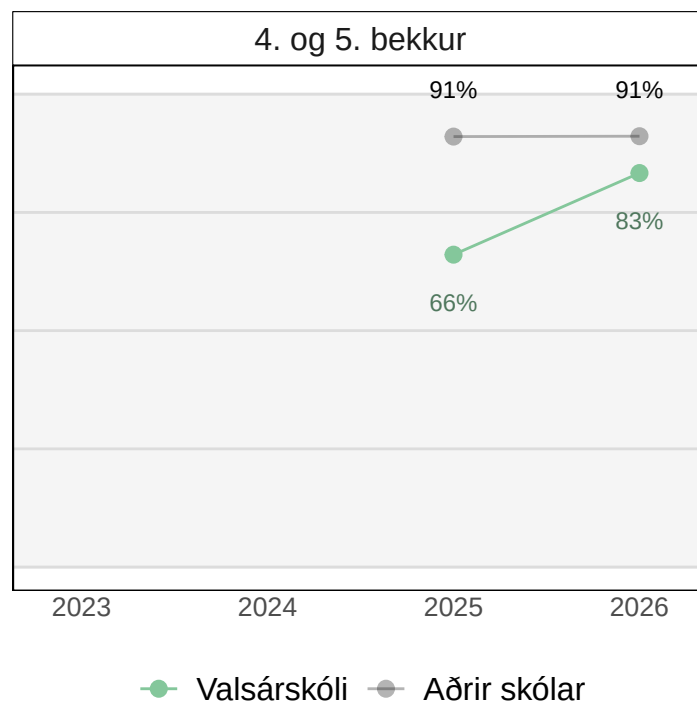


Íþróttir og tómstundir

Íþróttir

Spurning: „Merktu við allt sem passar við þig:“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Ég æfi eina íþrótt“ eða „Ég æfi meira en eina íþrótt“

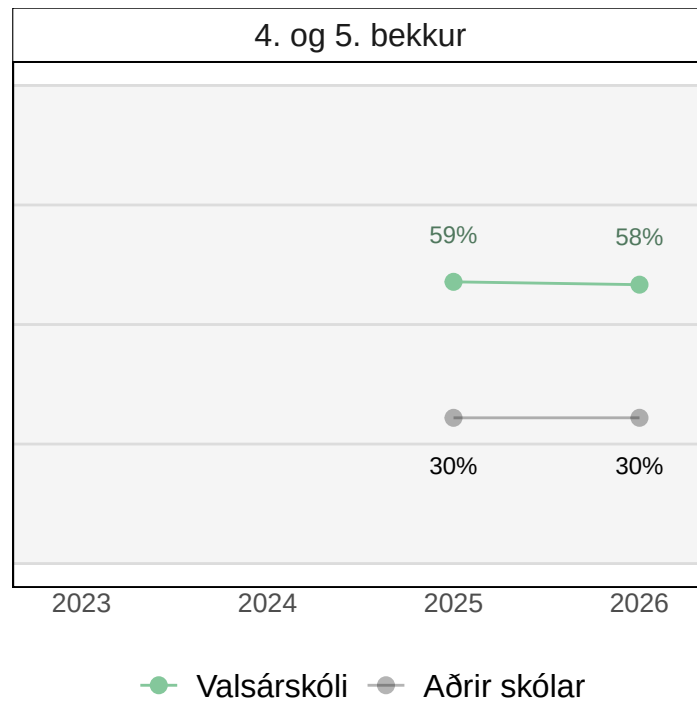




Listnám eða listastarf

Spurning: „Merktu við allt sem passar við þig:“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Ég stunda listnám (t.d. tónlist, myndlist, leiklist, dans, syng í kór)“



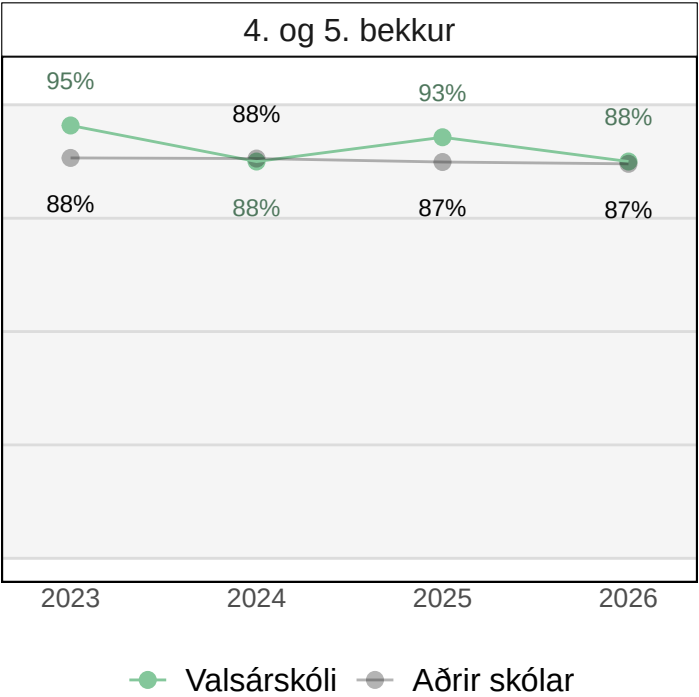


Efnahagsleg lífsgæði

Eigið herbergi

Spurning: „Áttu þitt eigið herbergi?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Já“





Spurning: „Ert þú með sérherbergi heima hjá þér?“

Hlutfall sem á eigið herbergi. Ef foreldrar búa ekki saman telst svarandi með ef hann á eigið herbergi hjá að minnsta kosti öðru foreldrinu



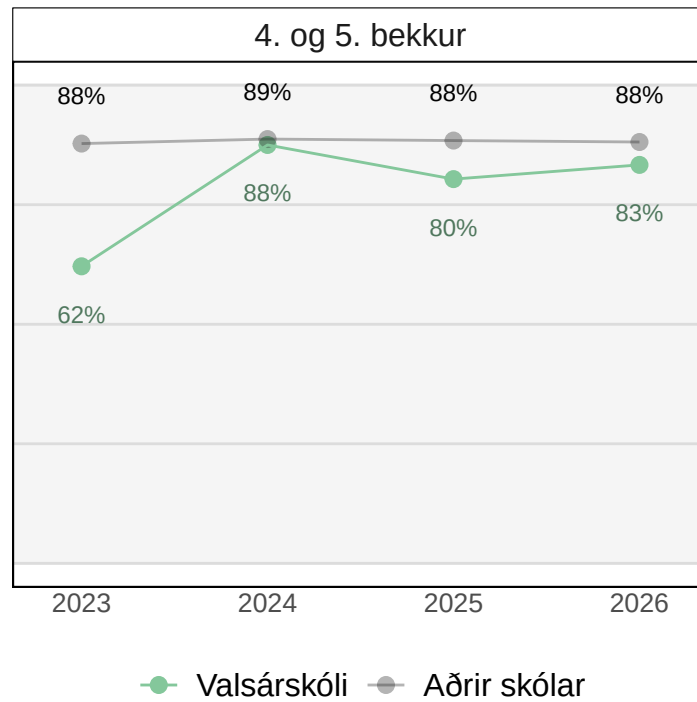


Fjölskyldulíf

Aðstoð við heimanám

Spurning: „Getur einhver á heimilinu hjálpað þér með heimanám?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Já, alltaf“ eða „Já, oftast“

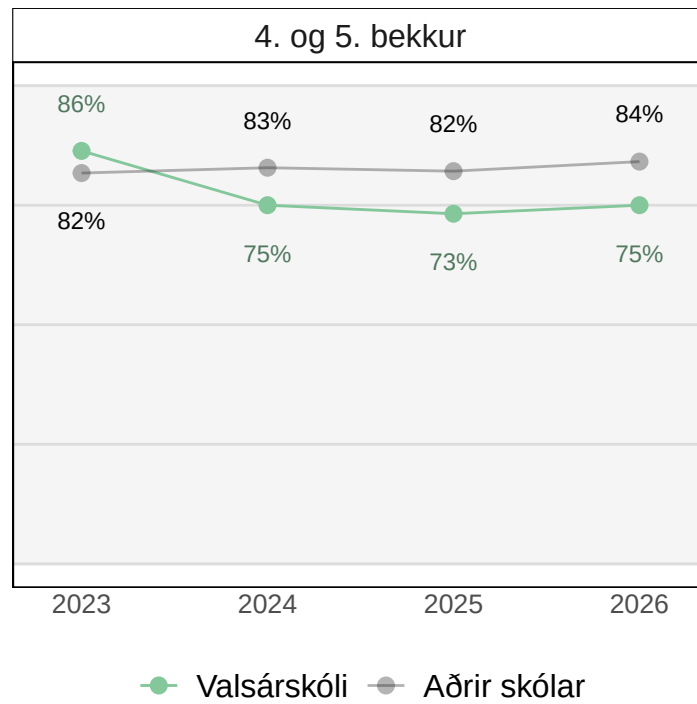




Stuðningur frá fjölskyldu

Spurning: „Getur þú talað við foreldra þína eða einhvern annan fullorðinn á heimilinu þegar þú hefur áhyggjur eða líður illa?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikana „Alltaf“ eða „Oftast“

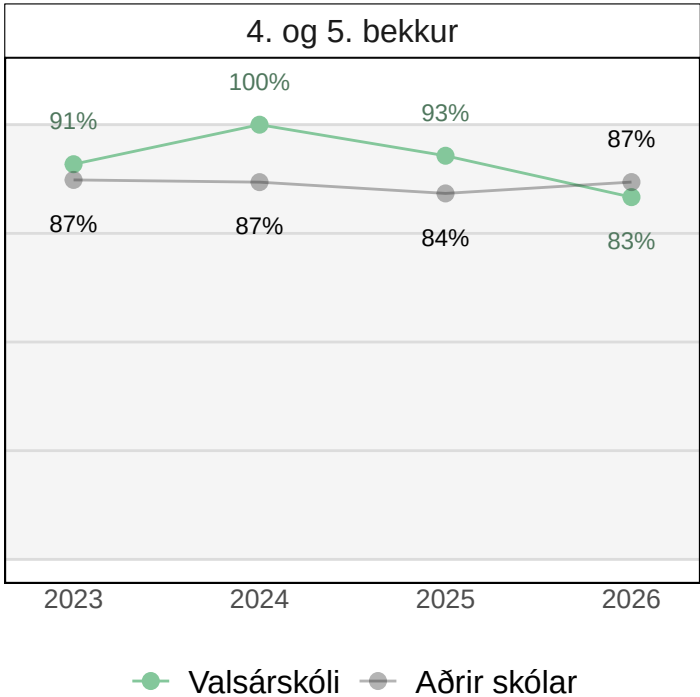




Gera skemmtilega hluti með foreldrum

Spurning: „Ef þú hugsar um síðustu sjö daga, gerðir þú eitthvað með foreldrum þínum (öðru eða báðum) sem þér fannst skemmtilegt (t.d. spjalla í rólegheitum, fara á íþróttaviðburði, í göngutúr, á kaffihús, í bíó)?“

Hlutfall sem velur svarmöguleikann „Já“





Samskipti við foreldra

Hlutfall svarenda sem á auðvelt með að ræða vandamál við að minnsta kosti annað foreldri sitt

