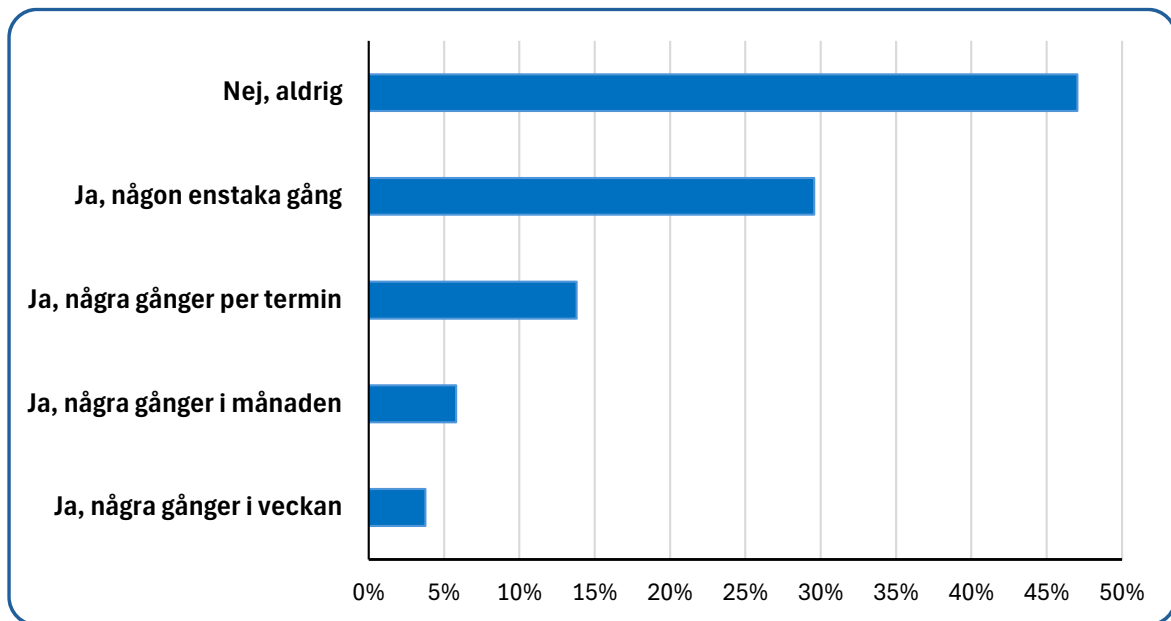


Anledningar till skolk och frånvaro bland ungdomar

I Ungdomsenkäten Om mig svarar ungdomar i Östergötland i årskurs 8 och år 2 på gymnasiet årligen på frågor om hälsa och livsstil. I 2025 års enkät fick ungdomarna svara på frågan "Har du i högstadiet/gymnasiet skolkat eller varit frånvarande från skolan trots att du inte varit sjuk?". De som svarade ja fick därefter med egna ord besvara en följdfråga om anledningen till sin frånvaro/skolk. Ungdomarnas svar har kategoriserats och sammanställts i text och figur med tillhörande citat.

Hur många har uppgett skolk och frånvaro?

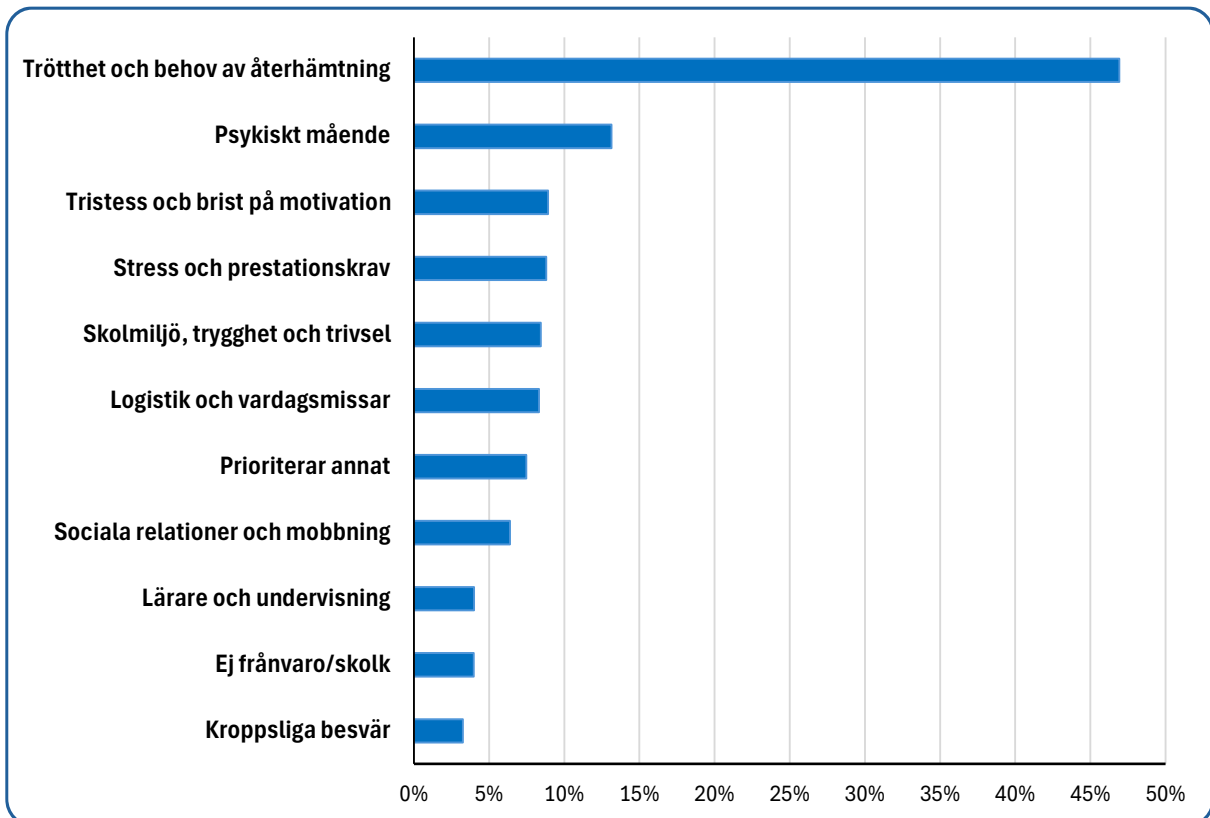


Figur 1. Andel som uppgett skolk och frånvaro utan att vara sjuk, 2025.

En hög andel (97 %) svarade på frågan om skolk/frånvaro. Drygt hälften (53 %) av eleverna i årskurs 8 och år 2 på gymnasiet uppgav att de någon gång i högstadiet respektive gymnasiet skolkat eller varit frånvarande från skolan trots att de inte varit sjuka. För majoriteten rör det sig om enstaka tillfällen, men cirka var tionde elev uppgav frånvaro varje månad eller vecka.

Skolk/frånvaro någon gång uppgavs oftare bland tjejer (60 %) och ungdomar med annan könsidentitet (64 %) än bland killar (46 %). Skolk varje månad eller vecka var också vanligare bland tjejer och ungdomar med annan könsidentitet (13 och 18 % jämfört med 6 % för killar). Det var vanligare att rapportera skolk/frånvaro bland ungdomar med svensk bakgrund jämfört med utländsk bakgrund (56 jämfört med 42 %) samt bland ungdomar med en funktionsnedsättning jämfört med övriga (62 jämfört med 50 %).

Vad finns det för anledningar till skolk/frånvaro?



Figur 2. Uppgivna anledningar till skolk och frånvaro utan att vara sjuk, 2025.

Den vanligaste orsaken till skolk/frånvaro var **trötthet och behov av återhämtning**, vilket stod för nära hälften av svaren (47 %). Det handlade ofta om att inte orka, mentalt eller fysiskt, samt behov av paus och återhämtning efter perioder av hög belastning. Flera ungdomar beskrev att kroppen eller huvudet helt enkelt inte orkade mer.

”För att ibland så känner jag att jag inte orkar gå till skolan även fast det är viktigt.”

”Min kropp behöver en vilodag, alltså stanna hemma och bara ligga i sängen för återhämtning.”

Drygt var tionde (13 %) svar rörde **psykiskt mående**. Här beskrev ungdomar att psykisk ohälsa, som nedstämdhet och ångest, gjorde det svårt eller omöjligt att ta sig till skolan. Flera uttryckte att de mått dåligt under längre perioder.

”Mått så dåligt psykiskt att jag bara inte kunde gå till skolan.”

”För jag har för mycket ångest för att gå till skolan.”

Tristess och brist på motivation (9 %) handlade om att skolan upplevdes som tråkig eller meningslös. Ungdomarna beskrev att motivationen saknades, särskilt tidiga morgnar eller under perioder då de redan kände sig trötta.

”Ingen lust att gå till skolan för det är tråkigt.”

”När man vaknar en tidig morgon och har noll motivation så orkar man verkligen inte ta sig till skolan.”

Stress och prestationskrav (9 %) rörde framför allt prov, inlämningar och känslan av att inte hinna med eller leva upp till kraven.

”Orkade inte med all stress.”

”Inför ett prov. Hade inte pluggat tillräckligt och det var ett viktigt prov.”

Även **skolmiljö, trygghet och trivsel** (8 %) var ett återkommande tema. Ungdomar beskrev att skolan upplevdes som jobbig eller otrygg, särskilt efter negativa händelser.

”Ibland orkar jag inte med skolan för att det är jobbigt där.”

”Om det har hänt något känner jag mig inte trygg att vara i skolan om det kanske händer igen.”

Logistik och vardagsmissar (8 %) handlade om sena bussar, försovningar eller att komma sent.

”Försov mig.”

”Bussen var sen.”

Att **prioritera annat** (7 %) innebar att välja bort skolan till förmån för fritidsintressen, träning, resor eller att stanna hemma.

”För att jag tränar och hinner inte vara i skolan.”

”Det är gött att vara hemma och spela.”

Sociala relationer och mobbning (6 %) rörde både konflikter och ensamhet. För vissa påverkade detta skolnärvaron under längre tid.

”Mobbning och utfrysning. Var hemma från skolan tills jag bytte klass.”

”För att jag hade inga vänner i min klass.”

Lärare och undervisning (4 %) handlade om missnöje med undervisningsformer eller specifika lärare.

”För att jag inte ville ha en lärare jag inte gillar.”

”Tycker det är bättre att vara hemma och plugga på prov eller läxa.”

Ej frånvaro/skolk rörde sig om att vissa angav skolk eller frånvaro, trots att det i själva verket handlade om giltig frånvaro, såsom till exempel besök inom hälso- och sjukvården

"Jag har varit hos tandläkaren."

"När jag är hos läkaren eller något sånt."

Slutligen rörde en mindre andel svar **kroppsliga besvär** (3 %), såsom huvudvärk eller mensvärk.

"Jag hade ont i huvudet."

"Hade mensvärk."

Svarsfrekvens

Drygt 97 % av ungdomarna svarade på frågan om skolk/frånvaro och av dessa svarade 999 (24 %) på följdfrågan om anledningar.