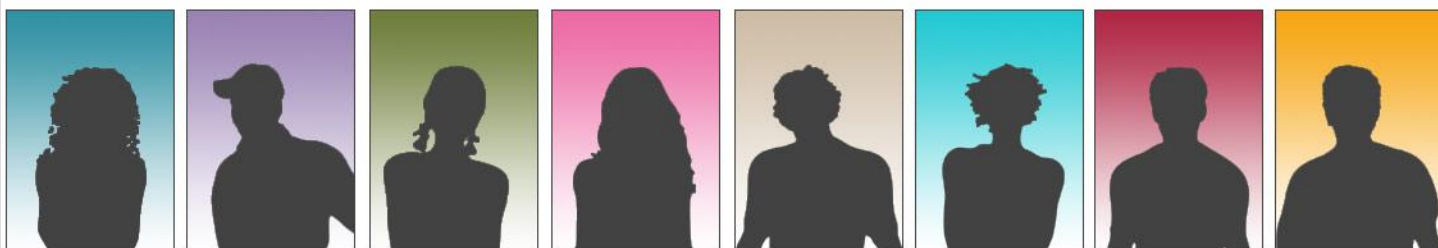


Ungdomsenkäten *Om mig*

- Manual för genomförande



*Region Östergötland i samverkan
med länets kommuner och Länsstyrelsen Östergötland*

Innehållsförteckning

En läns gemensam enkät om ungas hälsa och livsstil.....	3
Vem gör vad?.....	4
Det praktiska genomförandet på skolan.....	5
För dig som ska introducera enkäten för ungdomarna	7

Bilaga 1. Brev till elever

Bilaga 2. Brev till elever – kortversion

Bilaga 3. Brev till vårdnadshavare

Bilaga 4. Elevinformation om GDPR

Bilaga 5. Elevinformation om GDPR – kortversion med bildstöd

Denna manual guidar kommuner och skolor som genomför enkätundersökningen 2026. Manualen, som är framtagen tillsammans med ungdomar, innehåller tips och råd för det praktiska genomförandet. Kontakta gärna den person som ansvarar för ungdomsenkäten *Om mig* i kommunen för att diskutera lokala anpassningar av genomförandet.

För mer information och kontaktuppgifter till kommunala kontaktpersoner:

<https://www.regionostergotland.se/ommig>

Vid övergripande frågor om enkäten, genomförandet eller sammanställning av resultatet kontakta Region Östergötland, Hälso- och sjukvårdsstrategiska enheten:

hanna.henriksson@regionostergotland.se

En länsgemensam enkät om ungas hälsa och livsstil

Ungdomsenkäten *Om mig* är en webbenkät som riktar sig till ungdomar i årskurs 8 på grundskolan och årskurs 2 på gymnasieskolan i Östergötland.

Hösten 2014 genomfördes *Om mig* för första gången som ett samarbete mellan länets kommuner, Region Östergötland och Länsstyrelsen Östergötland.

Om mig bygger på intervjuer med ungdomar i Östergötland om vad som är viktigt för att de ska må bra i livet. Intervjuerna utmynnade i fem frågeområden: familj och vänner, hälsa och livsstil, tobak, alkohol och narkotika, skola och fritid samt livet och framtiden. Ungdomarnas förslag på frågor har kompletterats med frågor som tidigare har använts i kommunernas uppföljning och arbete med ungdomars hälsa och livsstil. Enkäten innehåller en bas av frågor som följs över tid och som kompletteras med olika fördjupningar från år till år. En fördel med en regional enkät är att den lätt kan anpassas efter lokala behov.

Förhoppningen är att ungdomar ska känna igen sig i enkäten. Den innehåller språk och begrepp som de själva använder och en balans mellan positiva och negativa frågor. Ungdomar ska också involveras i allt arbete med enkätens, i allt från enkätutformning och datainsamling till analys, tolkning och intervention. Målet är att skapa möjlighet till samarbete mellan ungdomar, skola och kommun, och bidra till att öka ungdomars delaktighet i frågor som rör dem. Ett annat syfte är att ge en gemensam regional och samtidigt lokal bild av hälsa och livsstil bland Östergötlands ungdomar som kan användas som underlag i uppföljning och beslut.

Om mig bygger på frivillighet att delta. Den ska ses som ett erbjudande för de unga att kunna påverka sin situation, men de måste ha en reell möjlighet att avstå om de önskar.

I höst kommer enkäten att genomföras mellan veckorna 38-43 och därefter får skolan tillgång till sina resultat.

Vem gör vad?

Varje kommun genomför sin enkätundersökning och har tillgång till sina data. Region Östergötland stöttar kommunerna, har tillgång till det totala datamaterialet och sammanställer resultatet på regional nivå.

Rektorer

- Informerar skolpersonal, elever och vårdnadshavare om enkäten (exempel på informationsbrev i bilaga 1, 2 och 3).
- Gör en lokal plan för undersökningen på skolan.
- Genomför enkätundersökningen på skolan under veckorna 38-43.
- Ansvarar för att resultatet återförs till elever, elevråd och skolans personal.
- Gör en plan för användning av resultaten på skolan.

Kommunen

- Informerar och vidareförmedlar material till deltagande skolor.
- Ger stöd till deltagande skolor under datainsamlingen och förmedlar till Region Östergötland om det uppstår problem.
- Tar fram och återför resultaten till deltagande skolor.
- Genomför analyser utifrån egna önskemål.

Region Östergötland

- Tillhandahåller informationsmaterial, inloggningsinformation och genomförandemanual.
- Levererar enkäten via Webropol.
- Förmedlar resultatsammanställningar på läns- och kommunnivå.
- Ger övergripande stöd och support till kommuner och skolor.
- Förvaltar webbsidan <https://www.regionostergotland.se/ommig>
- Sammanställer resultat på skol- kommun och länsnivå via digitala resultatverktyg.
- Arrangerar ett årligt webinarium i samarbete med kommunerna och Länsstyrelsen Östergötland där resultat från enkäten presenteras och diskuteras.

Länsstyrelsen Östergötland

- Sprider resultaten av undersökningen i lämpliga grupper och arrangerar seminarier i samarbete med kommunerna och Region Östergötland.
- Har en särskild samordningsfunktion för ANDTS-frågor som stödjer genomförandet av den nationella ANDTS-politiken genom att bland annat följa konsumtionsutvecklingen bland ungdomar i länet.

Det praktiska genomförandet på skolan

Vem ska ansvara för undersökningen på skolan?

Det finns en klar fördel med att ha en person som ansvarar för undersökningen på skolan. Denna person informerar eleverna om undersökningen, mailar länk till enkäten och finns tillgänglig för frågor under genomförandet. Använd gärna denna manual så att alla elever får samma information och förutsättningar för att delta. Använd gärna den nyligen framtagna introduktionsfilmen till enkäten när den ska presenteras för eleverna:

<https://qcnl.tv/p/nojbI4EUSzxc3-ojosipCQ>

Vilka elever ska erbjudas att besvara enkäten?

Målet är att så många elever som möjligt ska få en chans att besvara enkäten. Enkäten finns både som **originalversion**, **kortversion** och **kortversion med bildstöd**. Kortversionen innehåller färre antal frågor och ett förenklat språk och kan erbjudas elever med språksvårigheter eller begränsade språkkunskaper. Det finns även en ytterligare förenklad kortversion med bildstöd (widgeysymboler) framförallt framtagna för elever inom anpassad skola. Testlänkar till enkäten finns på hemsidan. Alla versioner finns även med lärarvy på hemsidan. För att kunna besvara enkäten behövs grundläggande kunskaper i svenska och förmåga att förstå och besvara frågorna i stort sett på egen hand. Om det finns elever som behöver särskilt stöd för att besvara enkäten är det viktigt att de så långt som möjligt själva väljer och uppger svarsalternativ utan att någon vuxen ser svaren.

När och hur kan eleverna fylla i enkäten?

Skolan planerar själva när under veckorna 38-43 som undersökningen ska genomföras. Enkäten tar maximalt 45 minuter inklusive tid för information och instruktioner och kan fyllas i på dator, läsplatta eller smartphone. Det har dock visat sig att vissa frågetyper kan ta längre tid att fylla i på smartphone. Webropol, som tillhandahåller verktyget tipsar om att göra enkäten på tisdagar eller torsdagar under förmiddagen då webbtrafiken har visat sig vara lägre. Flera ungdomar har uttryckt att det kan vara svårt och känsligt att besvara enkäter om det finns risk att andra kan se vad man svarar. Samtidigt kan det vara praktiskt att låta elever fylla i enkäten samtidigt i en datasal. Om det finns läsplattor eller bärbara datorer är ungdomarnas önskemål att i första hand få använda dem. Om man genomför enkäten i en datasal är det viktigt att försöka tillgodose ungdomarnas önskemål om avskildhet genom att exempelvis begränsa antalet elever som fyller i enkäten samtidigt.

Hur hanteras elever som är frånvarande?

Elever som är frånvarande kan svara på enkäten vid ett uppsamlingstillfälle, men det är också möjligt att skicka information och länk till enkäten via e-post.

Vad händer med elever som inte vill eller kan delta?

Eftersom *Om mig* bygger på frivillig samverkan med ungdomar är det mycket viktigt att respektera dem som väljer att inte delta. De skolor som låter eleverna besvara enkäten på skoltid bör erbjuda dem som inte vill delta en alternativ uppgift.

Hur kommer eleverna in i enkäten?

Eleverna loggar in i enkäten via en länk eller QR-kod. Länk och QR-kod distribueras från kommunens kontaktperson till respektive skola via mail. Det är olika länkar till original- och kortversionerna. Skolan skickar sedan vidare en länk till varje elev via mail. Se till att rätt elev får rätt version av enkäten. Så länge enkäten inte är slutförd är svaren inte inskickade. Därför är det viktigt att eleverna klickar ända fram till slutet och skickar in enkäten även om de väljer att inte besvara alla frågor. Följaktligen är det viktigt att avsätta tillräckligt med tid så att alla elever hinner svara på alla frågor.

Måste det finnas ett samtycke från föräldrarna?

Det finns inga tydliga regler om hur enkätundersökningar får genomföras i skolan. Vissa undersökningar använder ett samtycke från föräldrarna för ungdomarnas deltagande och sedan är det mer eller mindre obligatoriskt för ungdomarna att svara. *Om mig* har tydligt ungdomsfokus och innehåller frågor som ungdomar själva varit med och utformat.

Målsättningen med *Om mig* är att alla ungdomar själva ska få välja om de vill svara eller inte och att alla därmed ska få samma chans att göra sin röst hörd. Men då krävs också att de har en reell möjlighet att avstå från att besvara enkäten utan att någon vuxen har synpunkter på deras val eller försöker övertala dem. Ungdomarna ges också makt över situationen genom möjligheten att hoppa över enskilda frågor i enkäten om de så önskar. Det kan ändå vara bra att informera föräldrar på föräldramöten eller med informationsbrev (bilaga 3) och uppmärksamma dem på att det finns mer information på enkätens hemsida:

<https://www.regionostergotland.se/ommig>

När det rör barn med funktionshinder behöver den som introducerar och genomför undersökningen i skolan bedöma att barnet förstår och deltar frivilligt. Ibland kan det vara bra att inhämta samtycke från den som har föräldraansvar (som kanske kan göra en bedömning och förklara för barnet på ett annat sätt för att hen ska kunna förstå och avgöra om hen vill delta) och/eller att ha någon som finns tillgänglig i rummet när enkäten ska besvaras som kan svara på frågor för att barnet ska kunna ta ställning.

Vad händer om en elev blir illa berörd eller ledsen?

Det finns alltid en risk att frågor kan väcka minnen eller oro hos vissa ungdomar vilket kan vara bra att vara uppmärksam på. I andra enkäter har det funnits exempel på barn eller ungdomar som förväntar sig att få hjälp om de exempelvis skriver att de upplever sig mobbade i enkäten. Det måste därför framgå mycket tydligt att ingen kommer att veta kopplingen mellan ett visst svar och en viss elev. I enkäten finns informationsrutor med förslag på vem man kan vända sig till om man vill prata med någon eller behöver annat stöd.

Om det uppstår praktiska problem?

Webropols enkätverktyg är i grunden mycket driftssäkert. Om enkäten inte går att öppna så kontrollera i första hand att ni använt rätt webblänk. Prova också att stänga webbläsaren och öppna den igen.

För dig som ska introducera enkäten för ungdomarna

Information om undersökningen är viktig både för att ungdomarna har rätt att få veta varför undersökningen görs och hur den ska användas och för att de ska kunna ta ställning till om de vill svara eller inte.

Det är betydelsefullt att betona att enkäten är helt anonym och att ingen enskild pedagog har tillgång till elevernas enkätsvar. Det kan också vara betydelsefullt att informera elever som går i mindre skolor eller i en klass med mycket ojämn könsfördelning att hänsyn tas till det när resultatet presenteras (färre än 10 svar per kön redovisas inte) så att ingens identitet röjs.

Man kan gå fram och tillbaka mellan sidorna i enkäten genom att använda knapparna föregående och nästa. Om man ångrar ett svar kan man gå tillbaka och ändra. Det går också att hoppa över frågor. Enkäten har följdfrågor som beror på hur man svarar och tar därför olika lång tid att besvara.

Före enkättillfället

- Använd gärna testlänken på webbsidan (inte den riktiga länken) för att själv titta på frågorna och enkäten i förväg. Då har du en bild av enkäten när du introducerar den för eleverna.
- Förbered en alternativ uppgift till elever som inte kan eller vill delta i enkäten.
- Se till att eleverna har inloggningsuppgifter till enkäten genom att skicka inloggningslänk och/eller QR-kod till eleverna via mail. Det är olika länkar/QR-kod till original- och kortversionerna, så se till att rätt elev får rätt version av enkäten. Bifoga gärna "Brev till elever" och "Elevinformation om GDPR" (bilaga 1 och 4) i mailet så att eleverna kan läsa mer om enkäten. Båda bilagorna finns även som kortversioner (bilaga 2 och 5).

Under enkättillfället

- Presentera enkäten för eleverna och låt dem läsa igenom "Brev till elever" och "Elevinformation om GDPR" (bilaga 1 och 3). Kortversioner finns (bilaga 2 och 5).
- Använd gärna den nyligen framtagna introduktionsfilmen till enkäten när den ska presenteras för eleverna: <https://qcnl.tv/p/nojbI4EUSzxc3-ojosipCQ>
- Fråga gärna efteråt vad eleverna tyckte om enkäten och hur de vill vara delaktiga när skolan får tillbaka resultaten.

Efter enkättillfället

- Återför resultatet till eleverna när ni har mottagit skolans resultat från er kommunala kontaktperson.
- Involvera gärna elever i tolkning, dialog och förbättringsåtgärder utifrån resultaten.



Ungdomsenkäten *Om mig*

- En enkät om hälsa och livsstil till elever i Östergötland

Frågorna i ungdomsenkäten *Om mig* har tagits fram tillsammans med ungdomar i Östergötland. Resultatet från enkäten kommer att visa hur eleverna mår på din skola, vad som är bra och vad som kan bli bättre. Det finns också möjlighet att jämföra hur elever mår på andra skolor eller kommuner i Östergötland.

Vi hoppas att du ska känna att enkäten handlar om ditt liv. Du bestämmer själv om du vill svara och om du känner dig osäker kan du gå in och titta på frågorna innan du bestämmer dig. Du kan alltid hoppa över frågor som du inte kan eller vill svara på.

Det finns inget som kopplar ihop dina svar med just dig (sekretess) så ingen kan veta vad just du svarat. Så länge enkäten inte är slutförd är svaren inte inskickade. Därför är det viktigt att du klickar ända fram till slutet och skickar in enkäten även om du väljer att inte besvara alla frågor.

Vill du veta mer om enkäten eller komma i kontakt med ansvariga för enkäten inom Region Östergötland och din kommun, gå in på:

<https://www.regionostergotland.se/ommig>

På hemsidan finns även en introduktionsfilm till enkäten:

<https://qcnl.tv/p/nojbI4EUSzxc3-ojosipCQ>



Ungdomsenkäten *Om mig*

En enkät om hälsa och livsstil till ungdomar i Östergötland

Enkäten är gjord tillsammans med ungdomar i Östergötland.

Svaren visar hur unga mår. Vad som är bra, och vad som kan blir bättre.

Du väljer själv om du vill svara. Du kan titta på frågorna först.

Om en fråga känns jobbig kan du hoppa över den.

Dina svar är anonyma. Ingen kan se vad just du svarat.

Kom ihåg att trycka på **"skicka" i slutet**, annars sparas inte dina svar.

Läs mer på hemsidan: <https://www.regionostergotland.se/ommig>

Se en kort film om enkäten: <https://qcnl.tv/p/nojbI4EUSzxc3-ojosipCQ>



Ungdomsenkäten *Om mig*

- En enkät om hälsa och livsstil bland elever i Östergötland

Ungdomsenkäten *Om mig* är en enkät om ungdomars hälsa, relationer, skolgång, fritid och framtid. Enkäten har genomförts sedan 2014 och är ett samarbete mellan länets kommuner, Region Östergötland och Länsstyrelsen Östergötland. Enkäten ger kunskap om hur länets ungdomar mår och ger dem chans att göra sin röst hörd och vara delaktiga i frågor som berör dem.

Enkäten riktar sig till elever i grundskolans årskurs 8 och gymnasieskolans årskurs 2 och genomförs varje höst mellan vecka 38-43. Eleverna svarar anonymt på frågorna och det är helt frivilligt att delta.

Enkätsvaren används för uppföljning, beslut och utvecklingsarbete på skol-, kommun- och länsnivå och resultaten kan även komma att användas eller lämnas ut för forskning. Allt data hanteras enligt GDPRs föreskrifter om att skydda individers personuppgifter och integritet. Region Östergötland och länets kommuner har ett gemensamt personuppgiftsansvar.

Vill du veta mer om enkäten och dess innehåll kan du besöka

<https://www.regionostergotland.se/ommig>

Har du frågor eller klagomål om personuppgiftsbehandlingen kan du vända dig till Region Östergötlands dataskyddsombud via e-post:

dataskyddsombud@regionostergotland.se



Information om personuppgiftsbehandling till deltagare i ungdomsenkäten *Om mig*

Syftet med ungdomsenkäten är att se hur ungdomar i länet mår och från de resultaten försöka förbättra situationen för ungdomar i Östergötland. Dina svar räknas som personuppgifter, d.v.s. uppgifter om dig, och behandlas därför i enlighet med dataskyddsförordningen (GDPR). **Dina svar är helt anonyma** och ingen kan ta reda på vad just du svarat.

För att Region Östergötland och kommunen, som gemensamt ansvarar för personuppgifterna, ska få hantera dina svar om hälsa krävs lagstöd. I det här fallet är behandlingen tillåten eftersom den är nödvändig för att utföra en uppgift av allmänt intresse. Det innebär att syftet med att samla in och använda uppgifterna är så viktigt att även eventuellt känsliga uppgifter får behandlas.

Dina svar sparas både hos Region Östergötland och i din kommun. Region Östergötland och kommunen kan också, om det finns en laglig skyldighet att göra det, lämna ut svaren till någon annan tredje part. Resultaten kan även komma att användas eller lämnas ut för forskning.

Ungdomsenkäten har genomförts sedan år 2014 och resultaten följs över tid för att se om det sker någon förändring. Region Östergötland och kommunen kommer att spara svaren så länge det behövs för arbetet med förbättring och utveckling för ungdomar i Östergötland. Det kan även vara aktuellt att spara uppgifterna om det bedöms finnas ett allmänt intresse, ett vetenskapligt eller historiskt ändamål eller om de behövs för statistisk.

Att delta i ungdomsenkäten är helt frivilligt. Om du deltar har du vissa rättigheter enligt lag. Du har till exempel rätt att få veta vilka uppgifter som samlas in om dig, att få felaktiga uppgifter rättade och att begära att de raderas. Du kan också begära att hanteringen av dina uppgifter begränsas och framföra synpunkter på hur de används. Eftersom enkäten är anonym och svaren inte kan kopplas till dig, är det dock inte säkert att alla rättigheter kan utövas – det bedöms från fall till fall.

Om du har frågor om personuppgiftshanteringen eller om du vill klaga ber vi att du tar kontakt med dataskyddsombudet för Region Östergötland. Regionen kan lämna över begäran till dataskyddsombudet i din kommun som man har ett gemensamt ansvar tillsammans med. För mer hjälp kan du även kontakta dem som arbetar med enkäten via den här länken:

<https://www.regionostergotland.se/ommig>

Kontaktuppgifter till Region Östergötlands dataskyddsombud:

Post: Region Östergötland, Dataskyddsombud, 581 91 Linköping

E-post: dataskyddsombud@regionostergotland.se



Så här används dina svar i ungdomsenkäten *Om mig*



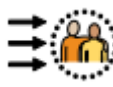
Dina svar i enkäten samlas in för att ta reda på hur unga mår i Östergötland.



Svaren hjälper till att göra saker bättre för unga.



Dina svar är anonyma, och ingen kan se vad du svarat.



Dina svar räknas som personuppgifter och skyddas enligt lagen (GDPR).



Region Östergötland och kommunen ansvarar för att dina svar skyddas.



Svaren sparas så länge de behövs i arbetet med att förbättra för unga.



Svaren får delas med andra om det krävs, till exempel för forskning.



Mer information och kontaktuppgifter hittar du på hemsidan:

<https://www.regionostergotland.se/ommig>