

Samlede datasæt for tematikker behandlet i §17, stk. 4 udvalget Sammen om alle unges trivsel i perioden 2023-25

(Opdateret med nyeste data for 2025)



Indholdsfortegnelse

Tema	Side
Rusmidler	3
Søvn	29
Perfekthedskultur	37
Præstationskultur	64
Fællesskaber	79
Forældre	120

Unge og Rusmidler

Data og tendenser

§17, stk. 4 Udvalget Sammen om alle unges trivsel



Baggrund

Politisk afsæt

Arbejdet hviler på anbefalingerne fra Opgaveudvalget Unges sundhed og trivsel, vedtaget i Kommunalbestyrelsen i 2020 med en række mål og delmål for unges rusmiddelbrug, samt en række principper for arbejdet med at skabe den ønskede forandring: At fremme beskyttende faktorer, arbejde med afsæt i data og inddragelse af unge.

Mål

- ❖ Ingen Gentofte-unge ryger
- ❖ Ingen Gentofte-unge tager stoffer
- ❖ Gentofte-unge har et begrænset alkoholforbrug

Delmål

- ❖ Øget engagement blandt unge
- ❖ Øget engagement blandt forældre
- ❖ Flere unge deltager i positive fritidsaktiviteter
- ❖ Vi skal arbejde med en ny ungekultur

Tendens

Unge i Danmark drikker tidligere, oftere og mere rusorienteret end unge i resten af Europa. Unge i Gentofte drikker mere og oftere end andre unge i Danmark. Igennem de senere år ses dog en tendens i Gentofte at færre i 7.-9. kl. har prøvet at drikke alkohol. Siden indførelsen af røgfri skoletid er andelen af Gentofte-unge, der ryger på daglig basis, faldet markant. Samtidig er brugen af nikotinprodukter dog øget, særligt nikotinposer og engangsvapes.

Potentiale

Der er dokumentation for, at alkoholforebyggende rammer og strukturelle indsatser bidrager til at udskyde unges alkoholdebut og reducere forbruget, også af andre rusmidler. Regler fra den enkelte forældre har betydning for unges brug af rusmidler, derfor er voksne omkring unge det vigtigste udgangspunkt for det forebyggende arbejde.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger

- Børn og unge frarådes at drikke alkohol.
- Unge på 18-25 år bør være særligt opmærksomme på ikke at overskride anbefalingerne.
- Anbefalinger til alle over 18 år
 - ❖ Højest 10 genstande om ugen
 - ❖ Højest 4 genstande på samme dag

Ingen brug af tobaks- eller nikotin-produkter, medmindre der er tale om godkendt rygestopmedicin i forbindelse med rygeophør.

Det overordnede mål for den danske narkotikapolitik er at begrænse tilgangen af nye stofbrugere mest muligt, at begrænse udbredelsen af stoffer mest muligt, og at tilbyde behandling og mindske skaderne af den brug, der trods alt finder sted



Unge og Rusmidler

Alkohol



Må du drikke for dine forældre?

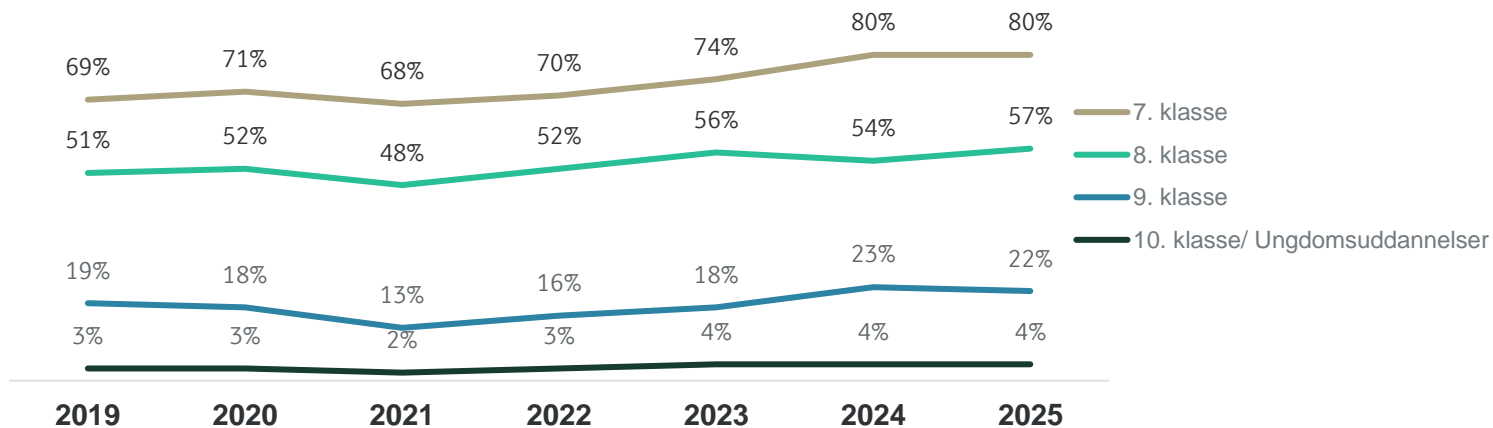
Tendenser

- Fra 2019 til 2024 er der sket en stigning i andelen af elever i 7.-9. klasse, der ikke må drikke for deres forældre. Stigning er størst blandt 7. klasser.
- Andelen er stabil for 10. klasse og ungdomsuddannelser.
- Der er en tydelig forskel mellem hvert klassetrin over tid.

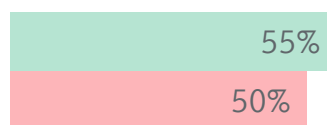
Kønsforskel

- Der er en større andel af drenge i udskolingen, som ikke må drikke for deres forældre sammenlignet med pigerne.
- Der er ingen eller lille forskel for 10. klasse og ungdomsuddannelser.

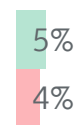
Andel som svarer "Nej"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger

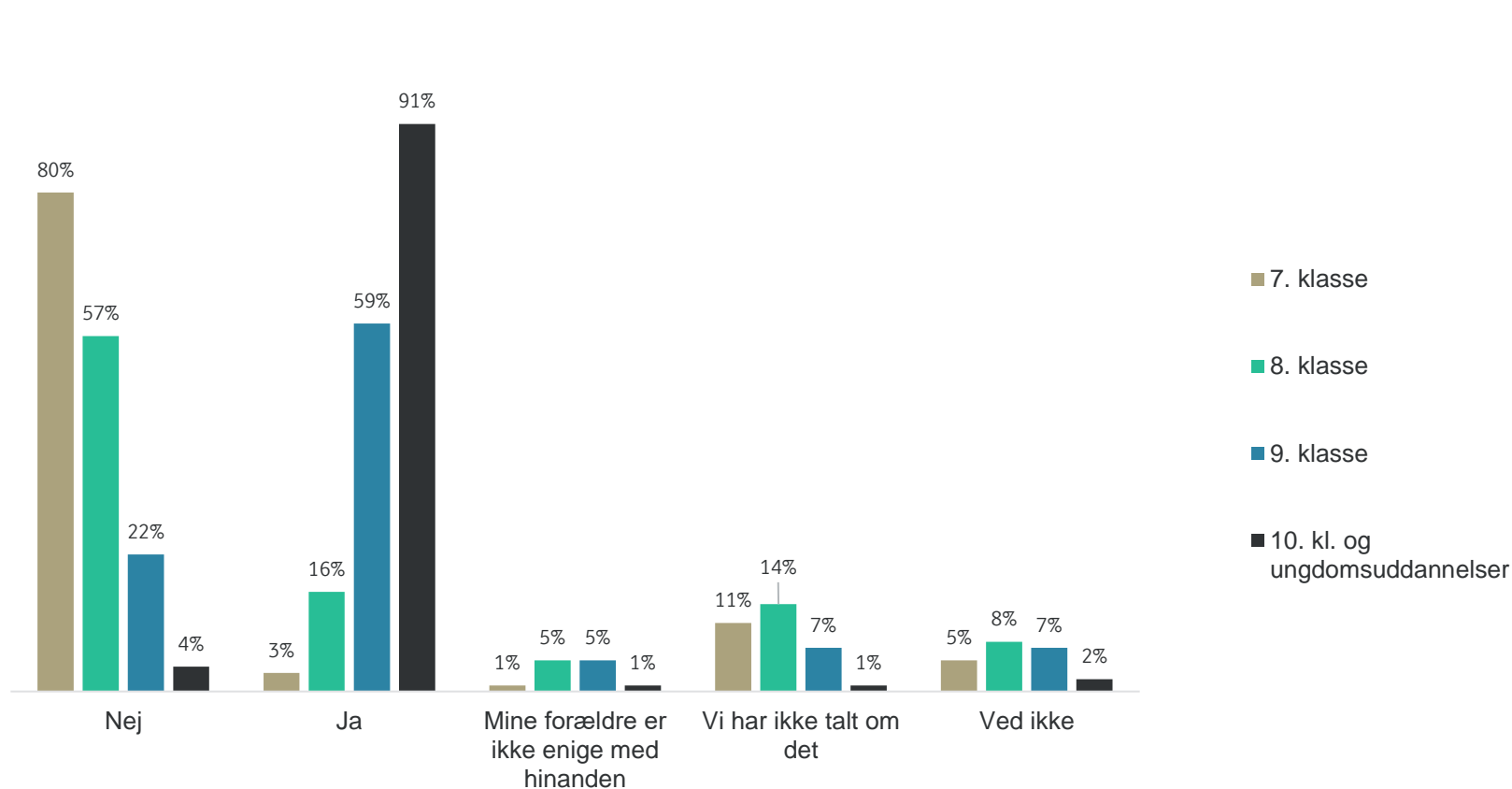


Aftaler om alkohol

Tendenser

- Der er en markant forskel på klassetrin ift. at unge i højere grad må drikke for deres forældre jo højere klassetrinnet, de befinder sig på (og omvendt ift. om de ikke må drikke)
- Andelen af elever, der ikke har talt med deres forældre om de må drikke eller ikke ved om de må drikke, er størst blandt udskolingselever. Andelen er størst blandt elever i 8. kl. (26%)
- Over halvdelen må drikke, når unge går i 9. klasse, hvilket stiger til næsten alle unge, når de går i 10. klasse og ungdomsuddannelser.

Må du drikke for dine forældre? (2025 tal)





Alkoholdebut

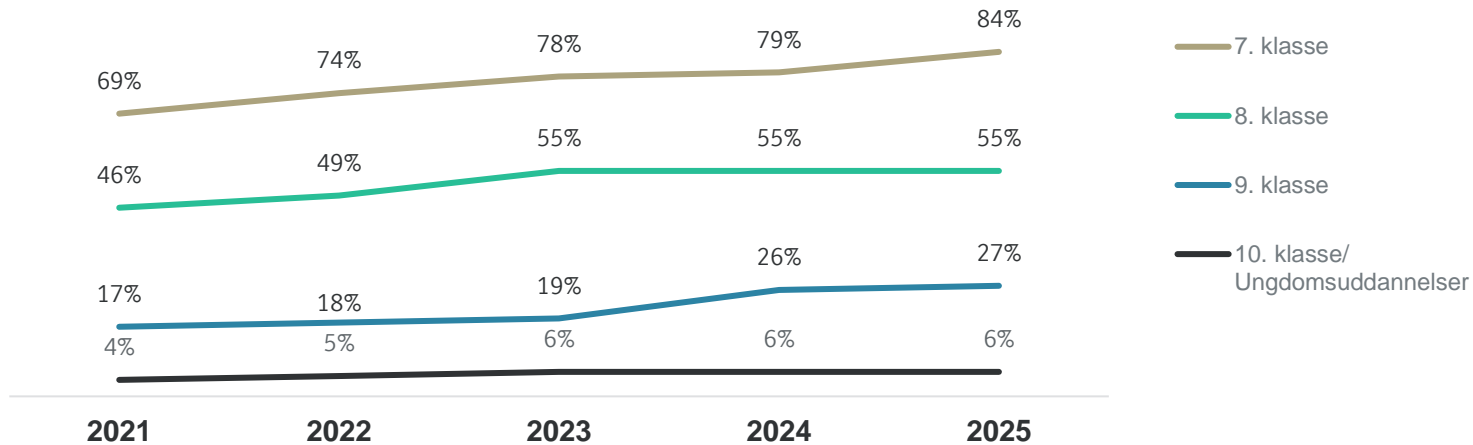
Tendenser

- Der er en klar forskel mellem klassetrin ift. andelen som aldrig har drukket en hel genstand.
- Der er flest i 7. klasse som aldrig har drukket en hel genstand (84%) og færrest i 10. klasse og ungdomsuddannelser (6%).

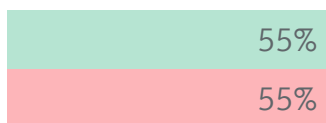
Kønsforskel

- Der er ingen forskel i udskoling. For 10. klasse og ungdomsuddannelser er der få procentpoint flere drenge sammenlignet med piger.

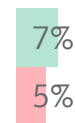
Andel som svarer "Nej" til om de nogensinde drukket en hel genstand



Udskoling 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





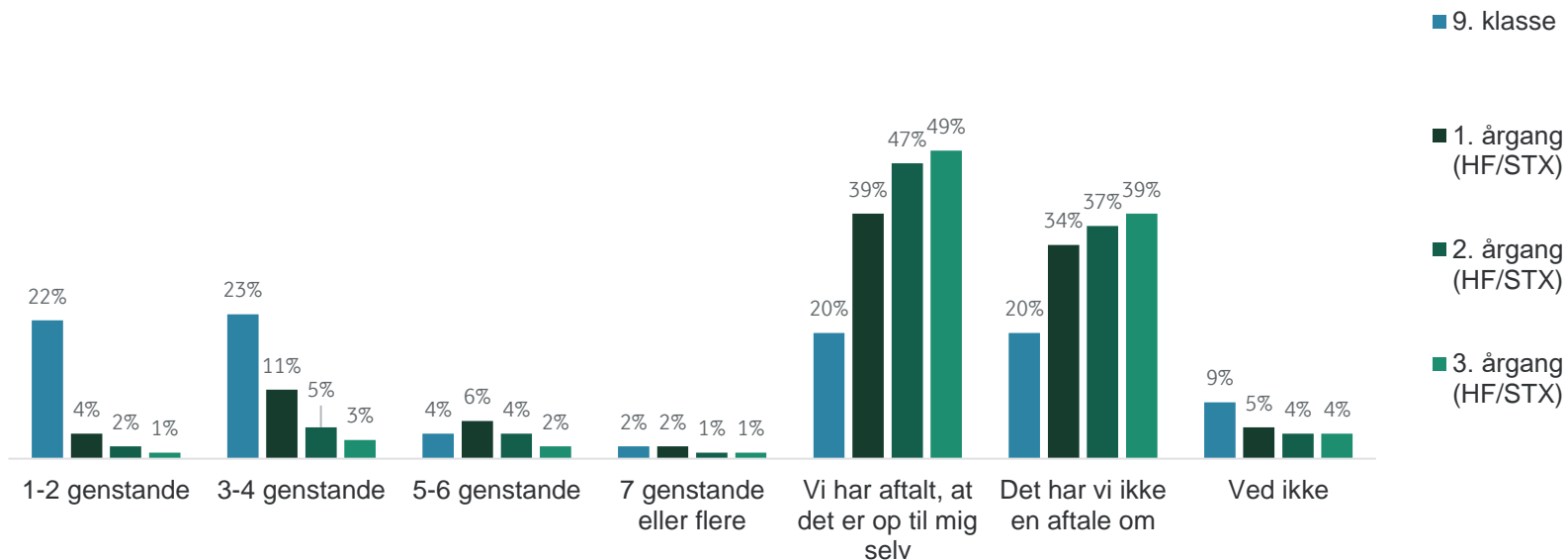
Aftaler om alkohol

Tendenser

- Blandt unge i 9. klasse, som må drikke for deres forældre, er det 40%, som enten ikke har en aftale med deres forældre eller har en aftale om, at det er den unges egen beslutning.
- Tilsvarende stiger dette tal for 1. årgang til 73 %.

Hvor mange genstande må du drikke for dine forældre, når du er til fest eller lign. med dine venner? (2025)

(Blandt elever som må drikke for deres forældre eller hvor forældrene ikke er enige.)





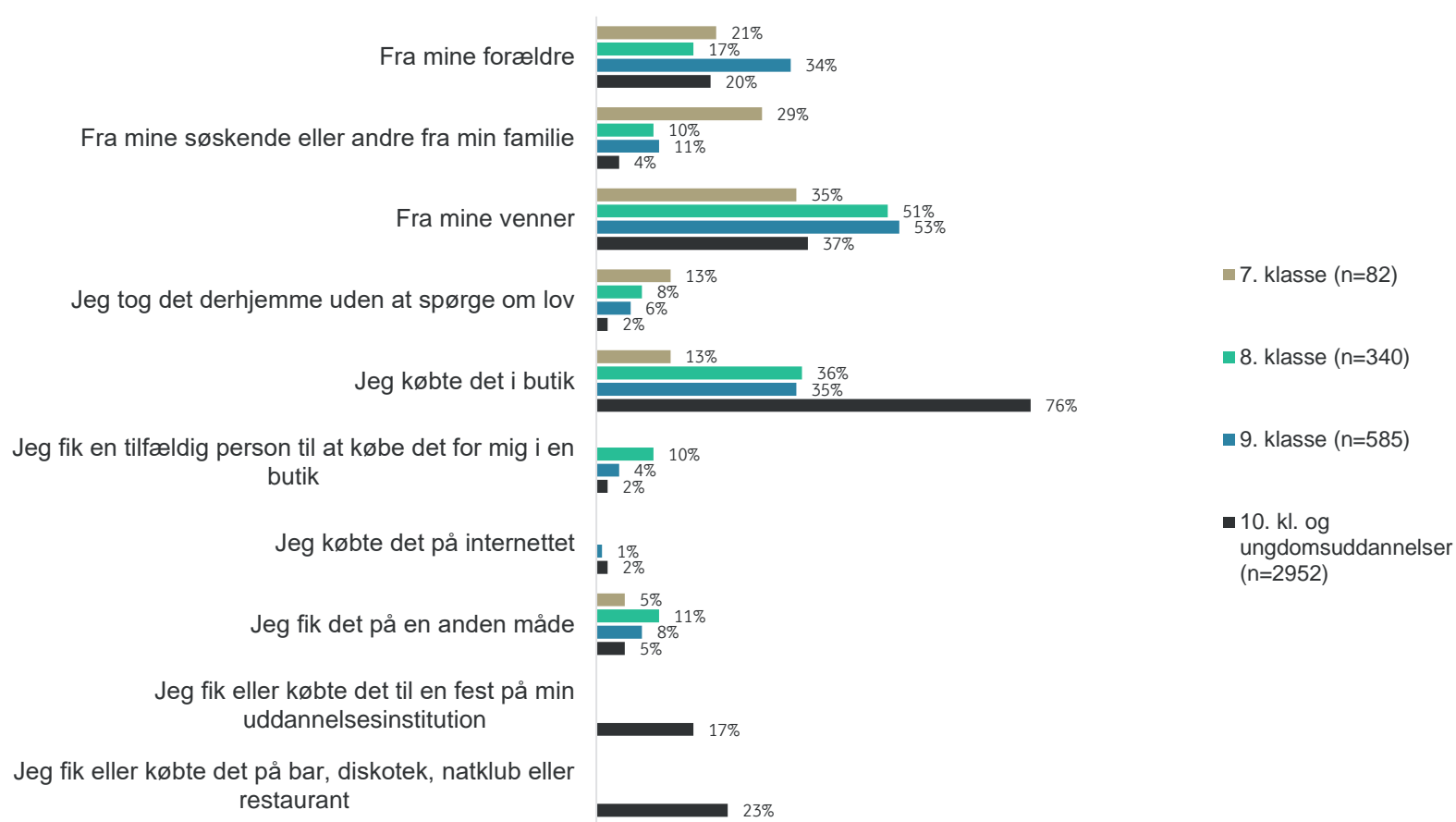
Tilgængelighed

Tendenser

- OBS at dette er et betinget spørgsmål, og det kan være relativt få antal respondenter.
- De fleste udskolingselever, der har prøvet at drikke en hel genstand, fik alkohol fra deres venner, køber det i butik eller får det fra deres forældre.
- Langt den største andel i 10. kl./ungdomsuddannelse købte alkohol i butik, sidst de drak.

Sidst du drak alkohol, hvordan fik du fat i det? (2025)

(Af dem der svarede "ja" til at have prøvet at drikke en hel genstand)





Rusdrikkeri

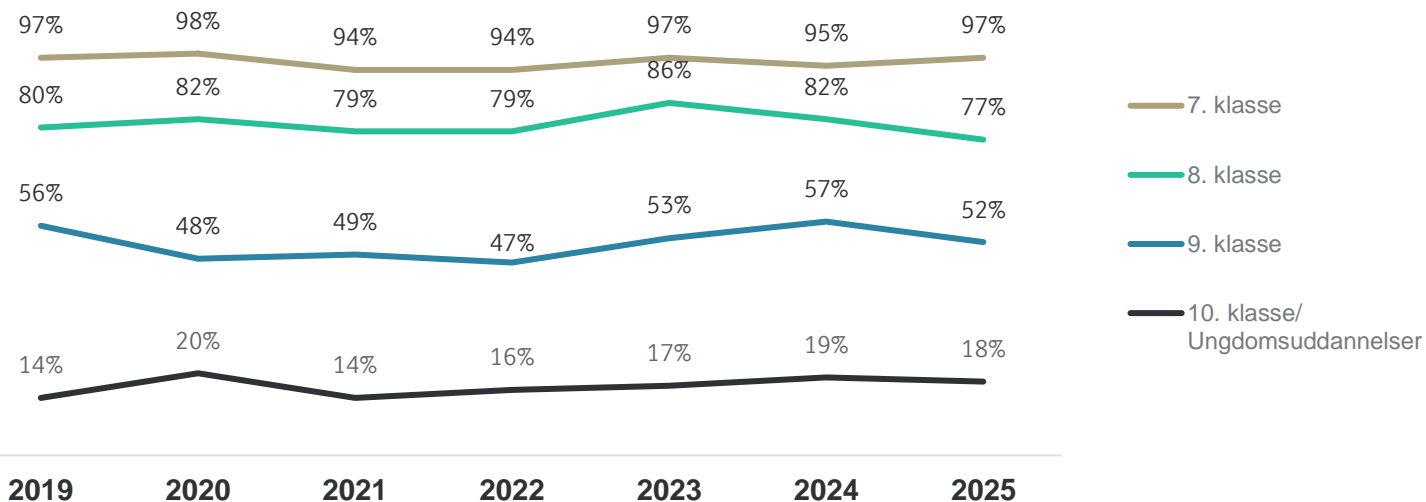
Tendenser

- Andelen der ikke har rusdrukket de sidste 30 dage er lavere jo højere klassetrin og der er færrest der ikke har rusdrukket de sidste 30 dage i 10. kl./ungdomsuddannelse.
- Fra 2019-2025 er der sket et lille fald i andelen der ikke rusdrikker i 8.-9. kl., men en lille stigning i 10. kl./ungdomsuddannelse.

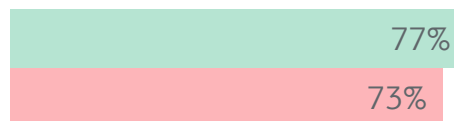
Kønsforskel

- Der ses en lille forskel mellem piger og drenge, hvor der er lidt flere drenge der ikke rusdrikker.

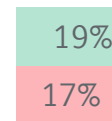
Har ikke drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed de sidste 30 dage



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Ugentlig rusdrikkeri

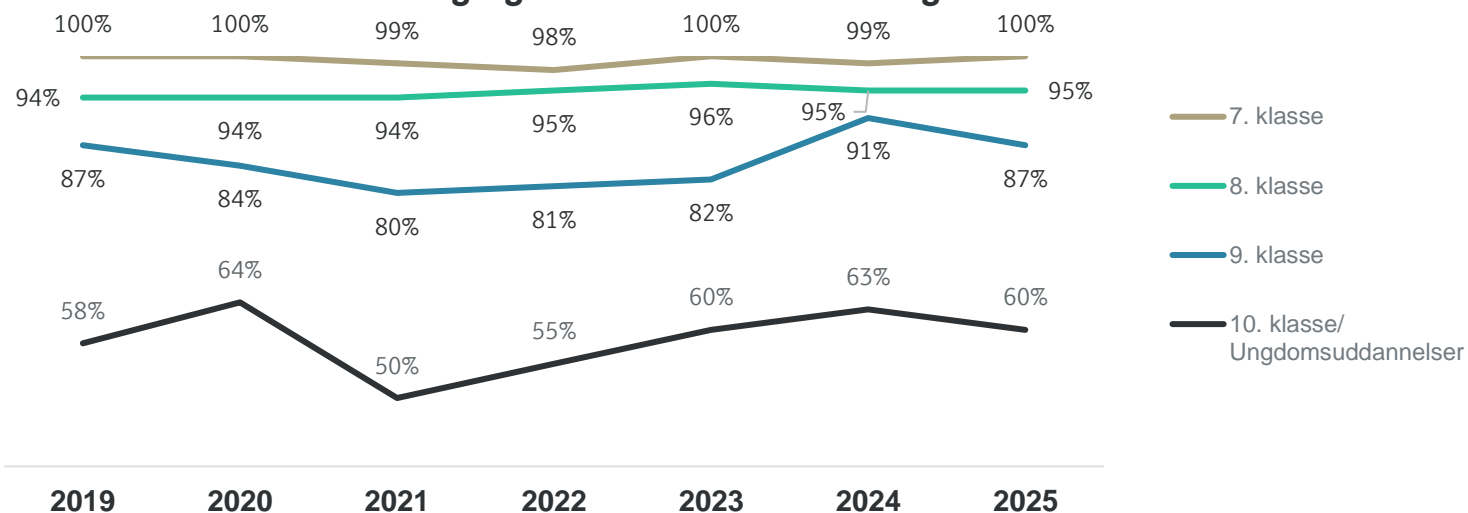
Tendenser

- Andelen der ikke har rusdrukket 4 gange eller mere de sidste 30 dage er lavere jo højere klassetrin og der er færrest der ikke har rusdrukket ugentligt i 10. kl. og ungdomsuddannelse.
- Fra 2019-21 er der sket et fald i andelen der ikke rusdrikker ugentligt blandt 9. kl. og 10. kl./ungdomsuddannelse. Andelen er steget igen fra 2021-2025

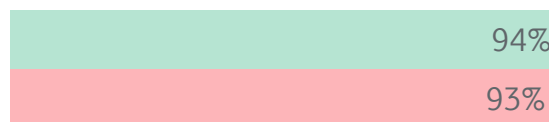
Kønsforskel

- Der er markant færre drenge end piger, som ikke rusdrikker ugentligt i 10. kl./ungdomsuddannelse.

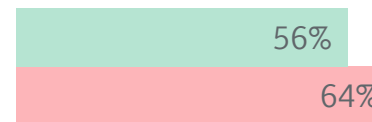
Har ikke drukket 5 eller flere genstande ved samme lejlighed
4 gange eller mere de sidste 30 dage



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





Alkohol og festkultur

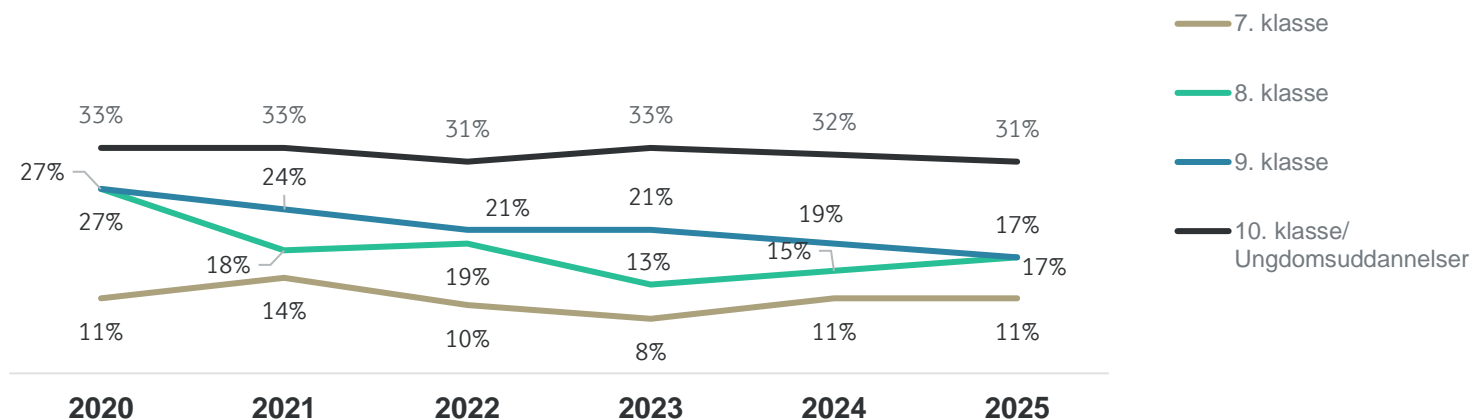
Tendenser

- Der sker en stigning i andelen som har sagt nej til at deltage i en fx en hyggeaften, fordi de ikke har lyst til at drikke alkohol, i takt med klassetrin.
- 7. Klasse ligger lavest med 11 %, som har sagt nej til at deltage.
- For 8. kl. og 9. kl. er der siden 2020 sket et fald i andelen over tid frem til 2025.

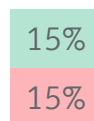
Kønnsforskel

- Der er ingen forskelle mellem køn.

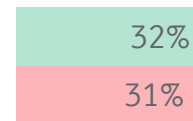
Har sagt nej til at deltage i en hyggeaften, til en fest eller lignende, fordi jeg ikke havde lyst til at drikke alkohol?



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Alkohol og festkultur

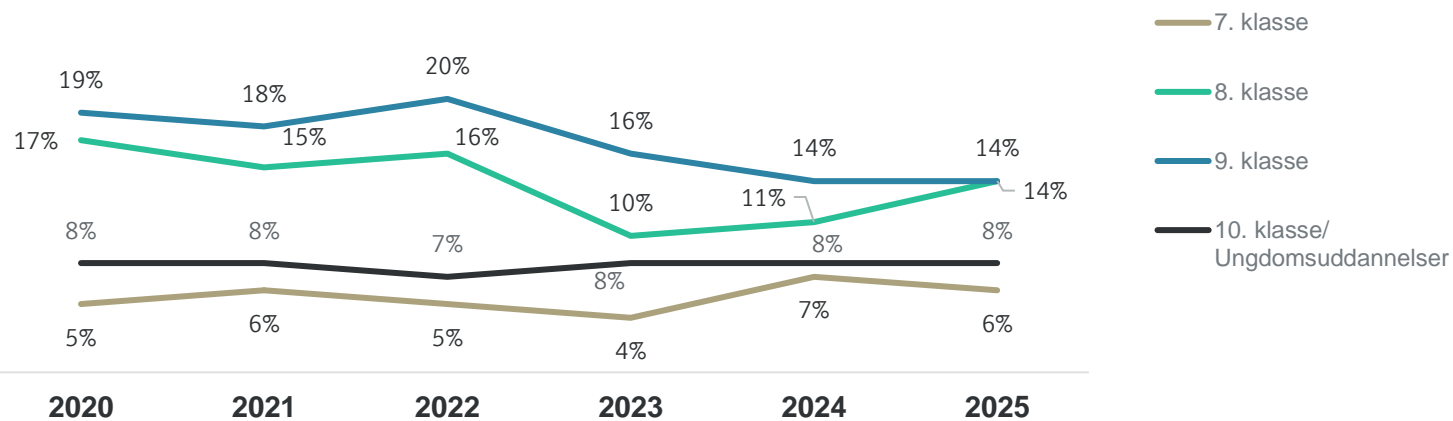
Tendenser

- Andelen der har oplevet ikke at blive inviteret med til fester eller lign. fordi de ikke drikker/drak alkohol er størst blandt elever i 8. og 9. kl. Andelen er dog faldet fra 2020 til 2025.

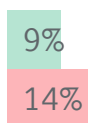
Kønsforskel

- Væsentlig flere piger end drenge i udskolingen har oplevet ikke at blive inviteret med til fester eller lign. fordi de ikke drikker/drak alkohol.

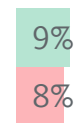
Har oplevet ikke at blive inviteret med til hygge-aftner, fester eller lignende fordi jeg ikke drikker/drak alkohol



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Hvor ofte oplever du, at der bliver drukket alkohol i forbindelse med dine fritidsaktiviteter – det kan være lige før, under eller efter?

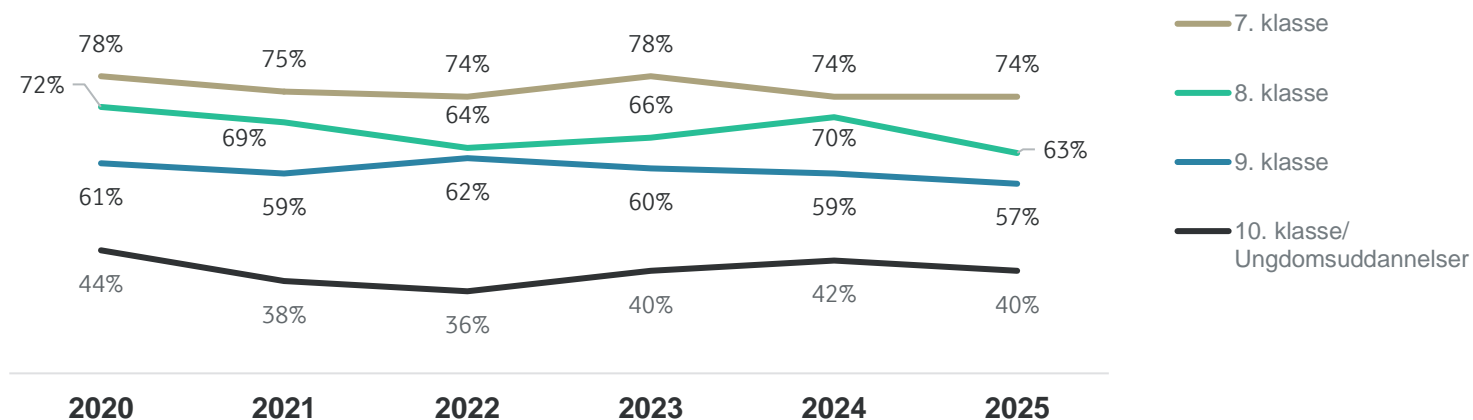
Tendenser

- For eleverne i udskolingen er det over halvdelen, som aldrig oplever, at der bliver drukket alkohol i forbindelse med deres fritidsaktiviteter.
- For elever i 10. klasse og ungdomsuddannelser ligger andelen lavere på 40 %.
- For alle klasstrin har der været et fald siden 2020.

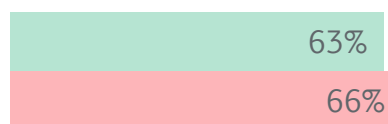
Kønsforskel

- Der er flere piger end drenge, som 'aldrig' oplever at der bliver drukket alkohol i forbindelse med fritidsaktiviteter.

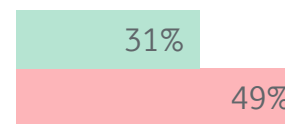
Andel som svarer "Aldrig"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





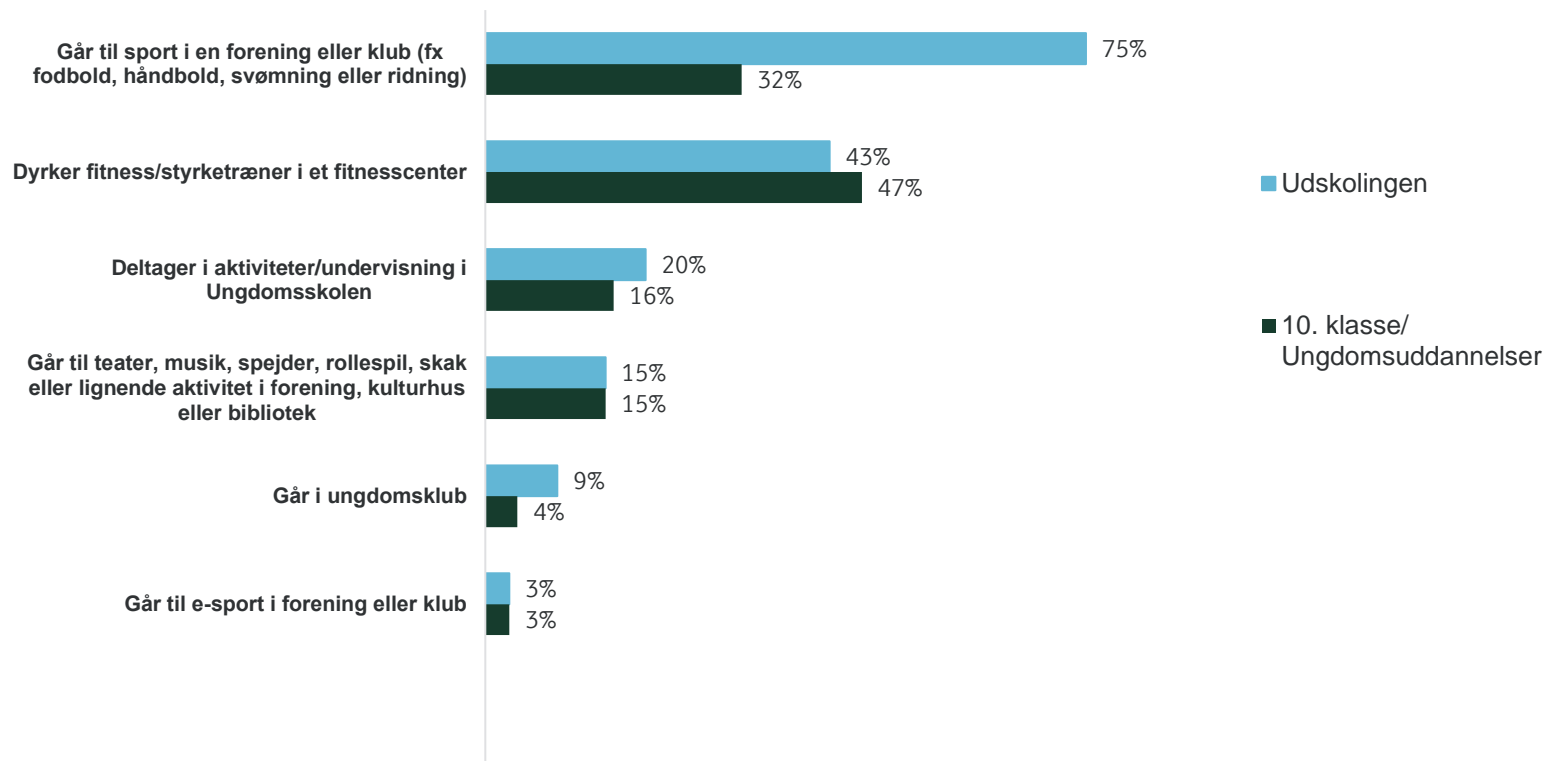
Deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter

- en beskyttende faktor for unges brug af rusmidler

Tendenser

- Langt færre går til foreningsidræt i 10. kl./ungdomsuddannelse sammenlignet med udskoling.
- Andelen der går i ungdomsklub eller deltager i aktiviteter i ungdomsskolen er lidt lavere i 10. kl./ungdomsuddannelse sammenlignet med udskoling.

Andel elever, der minimum 1 gang om ugen går til (2025):



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen, Gentofte Kommune



Unge og Rusmidler

Forældre



Forældres kendskab

Tendenser

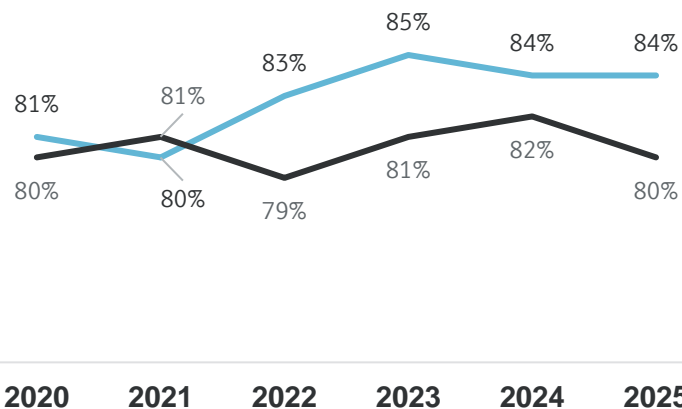
- Flertallet af unge mener, at deres forældre 'altid' eller 'ofte' ved, hvor de er, og hvem de er sammen med om aftenen i weekenden.
- Der ses en lille stigning fra 2020 til 2025 blandt elever i udskolingen.
- For begge spørgsmål ligger udskolingen højere end de ældre klassetrin.

Kønsskel

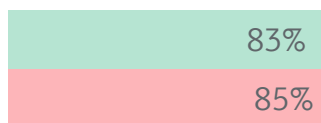
- For alle klassetrin og for begge spørgsmål er der lidt flere piger end drenge.

Ved dine forældre, hvor du er om aftenen i weekenden?

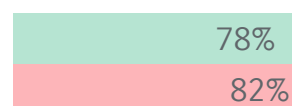
Andel som svarer "Altid" eller "Ofte"



Udskolingen 2025

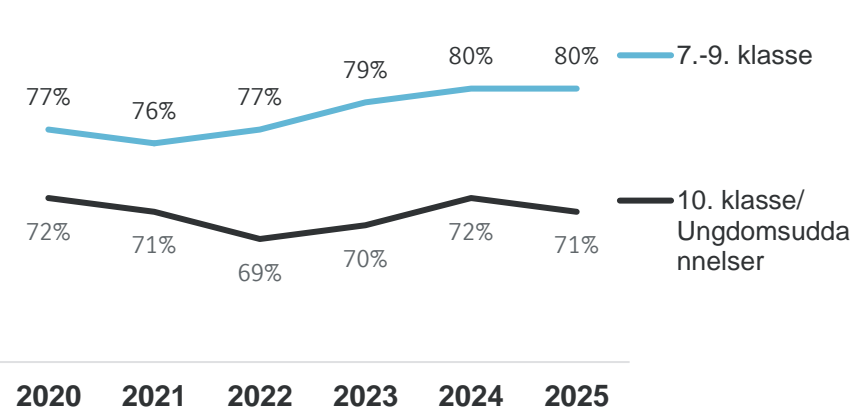


10. Klasse/
Ungdomsuddannelser 2025

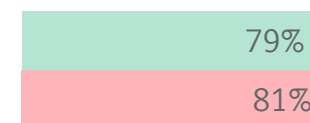


Ved dine forældre, hvem du er sammen med om aftenen i weekenden?

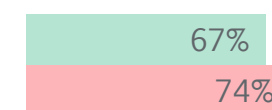
Andel som svarer "Altid" eller "Ofte"



Udskolingen 2025



10. Klasse/
Ungdomsuddannelser 2025



✿ Har du og dine forældre aftaler om, hvornår du skal være hjemme om aftenen i weekenden?

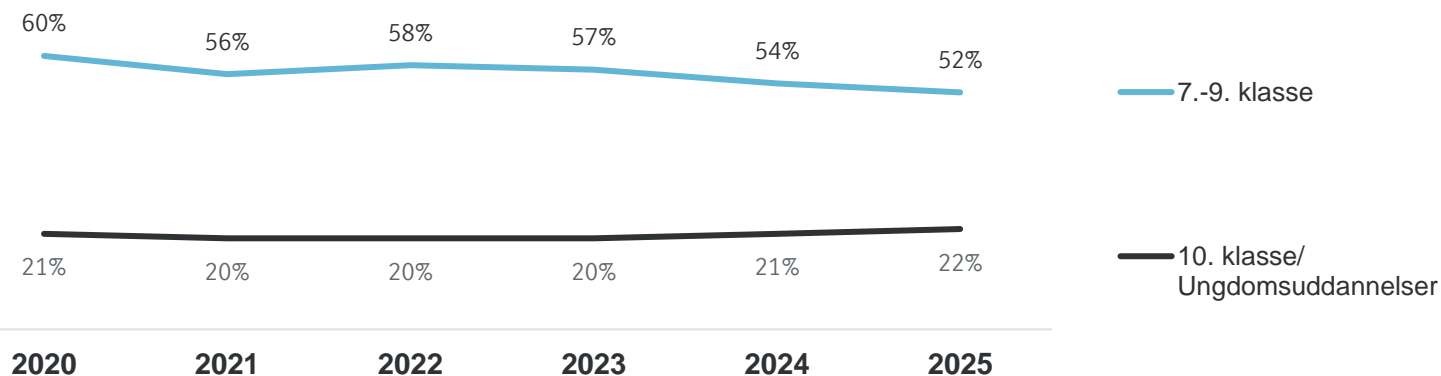
Tendenser

- Der er sket et fald i andelen af unge i udskolingen, som 'Altid' eller 'Ofte' har aftaler med deres forældre om, hvornår de skal være hjemme om aftenen i weekenden.
- For 10. klasse og ungdomsuddannelserne er der ingen mærkbar forskel over tid.

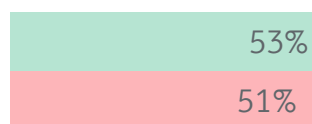
Kønsforskkel

- Der er lidt flere drenge end piger, som har aftaler med deres forældre om hvornår de skal være hjemme om aftenen i weekenden.

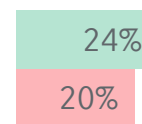
Andel som svarer "Altid" eller "Ofte"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Kender dine forældre dine venner?

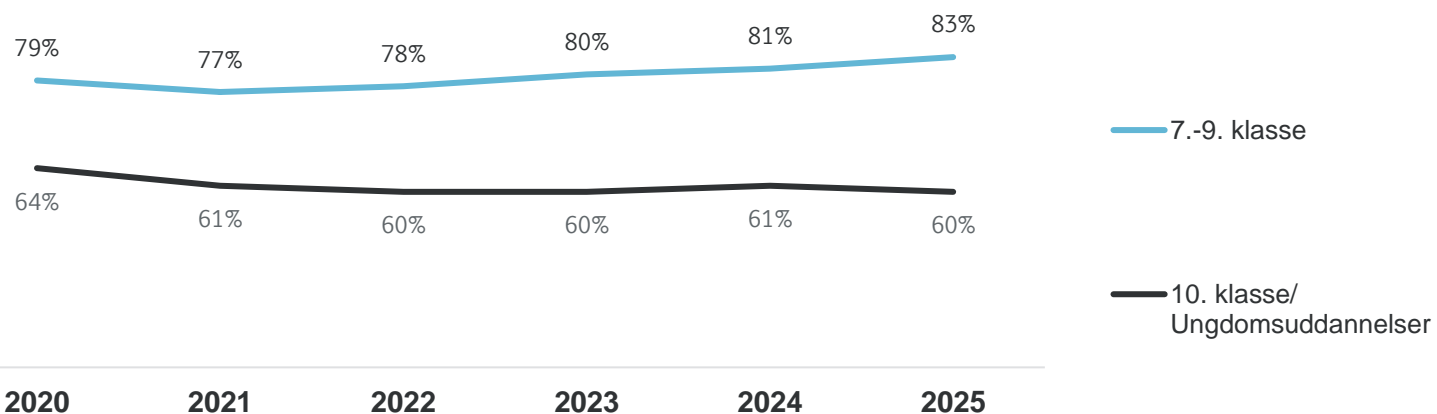
Tendenser

- De fleste unge oplever, at deres forældre kender deres venner. Dette er mere udpræget for udskolingen sammenlignet med 10. kl. og ungdomsuddannelserne.
- Der ingen eller meget lidt udvikling over tid.

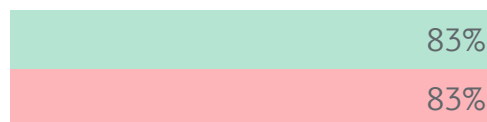
Kønsforskel

- Der er ingen forskel mellem køn for udskolingen.
- Der er lidt flere piger end drenge, som oplever, at deres forældre kender deres venner.

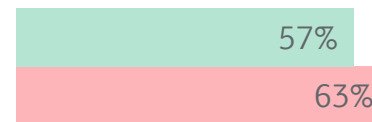
Andel som svarer "Ja, alle" eller "Ja, de fleste"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





Kender dine forældre dine venners forældre?

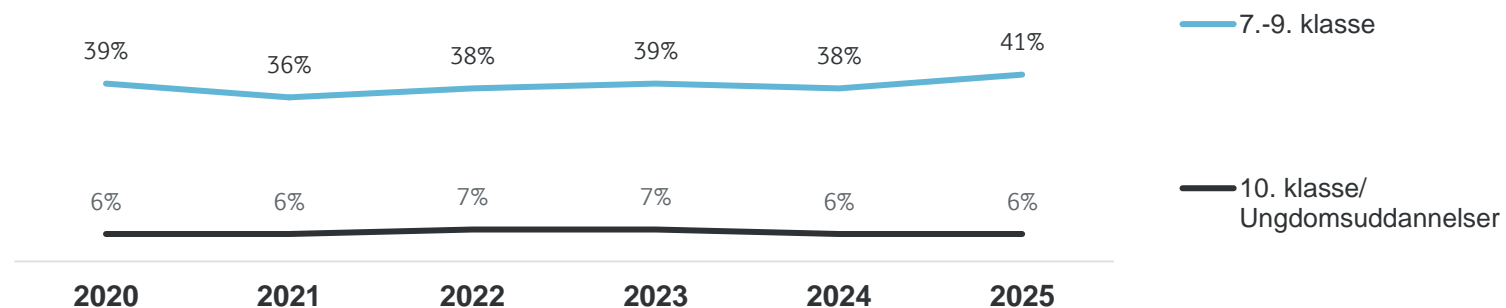
Tendenser

- Der er stor forskel mellem andelen af elever i udskolingen og i 10. klasse/ungdomsuddannelser.
- 41 % af elever i udskolingen har forældre, som kender deres venners forældre. For 7. klasse isoleret er denne andel højest på lidt over halvdelen)
- Ingen forskel over tid.

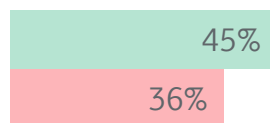
Kønsforskel

- Der er generelt flere drenge end piger, som har forældre, der kenderes deres venners forældre.

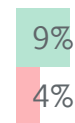
Andel som svarer "Ja, alle" eller "Ja, de fleste"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





Unge og Rusmidler

Nikotin og stoffer



Cigaretter – forældres holdning

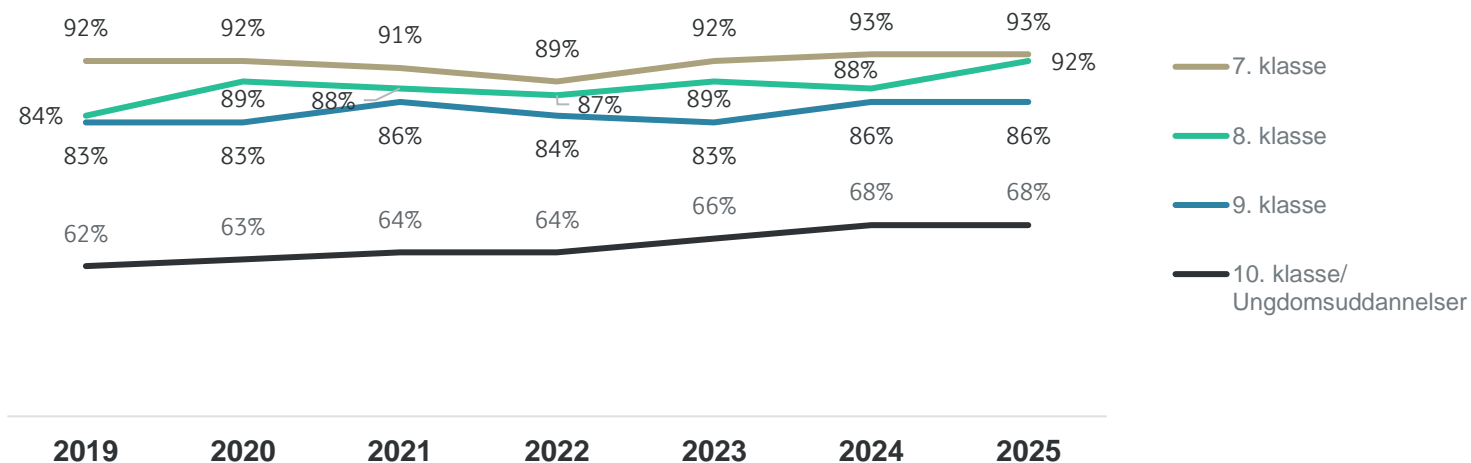
Tendenser

- Der er væsentligt flere i 10. kl. og ungdomsuddannelser der må ryge for deres forældre sammenlignet med udskolingen.
- Der er sket en stigning fra 2019-25 i andelen af elever, der ikke må ryge for deres forældre.

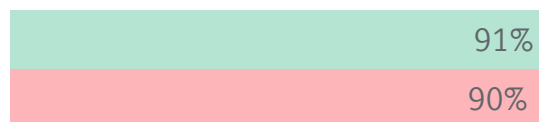
Kønsforskel

- Der er ingen markante forskelle mellem køn.

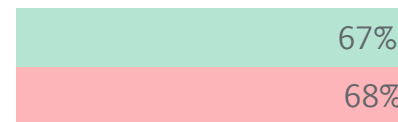
Må ikke ryge for mine forældre



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





Cigaretter

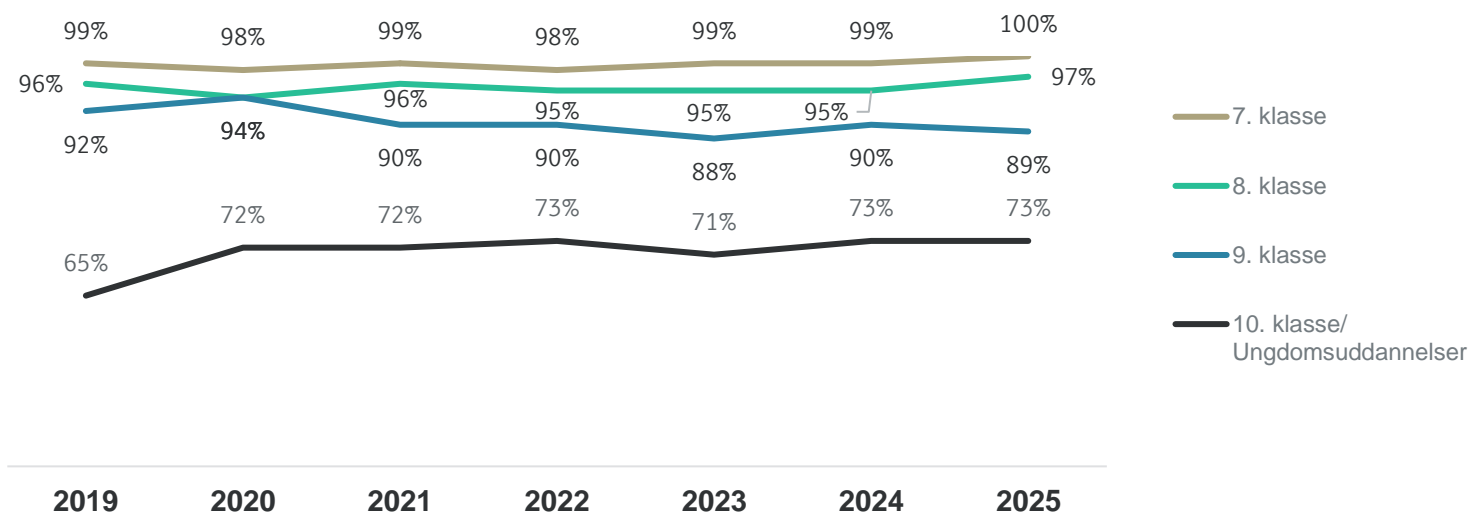
Tendenser

- Andelen der ikke ryger cigaretter er lavere jo højere klassetrin og der er færrest der ikke ryger i 10. kl./ungdomsuddannelse.
- Der er en markant stigning fra 2019-20 blandt elever i 10. kl./ungdomsuddannelser, som ikke ryger cigaretter, men ellers er der ikke markant forskelle over tid.

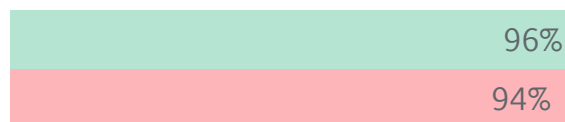
Kønnsforskel

- Der er ingen markante forskelle mellem køn.

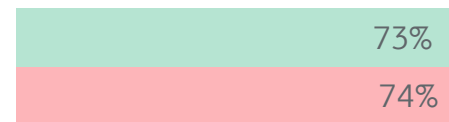
Ryger ikke cigaretter



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





Snus

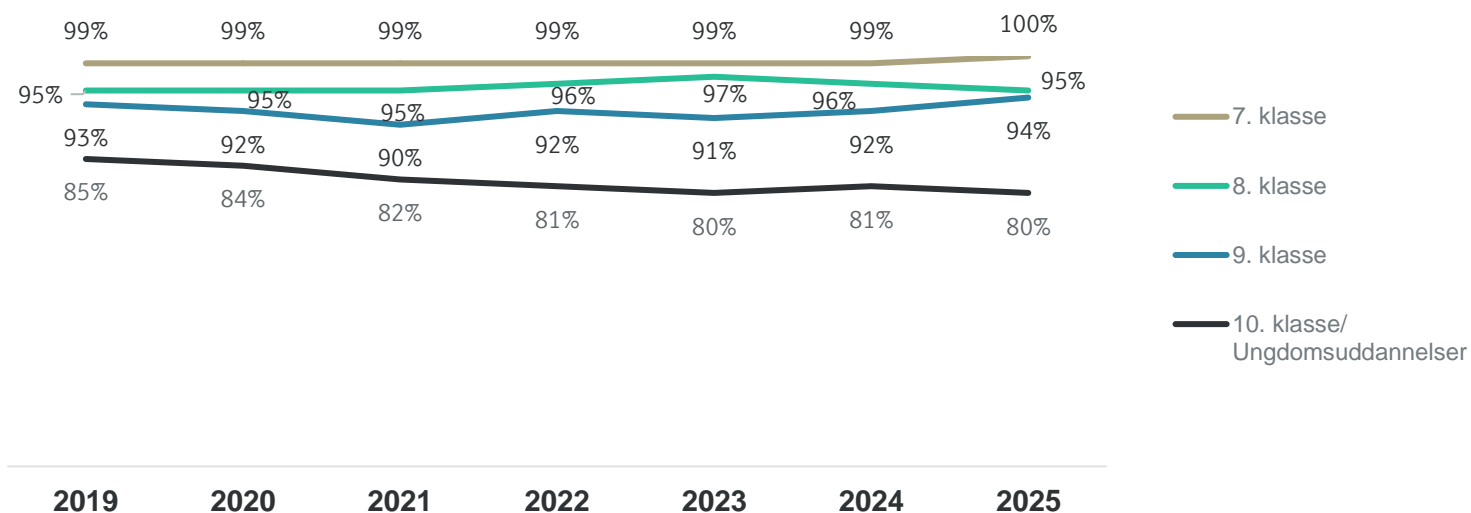
Tendenser

- Andelen der ikke bruger snus er lavere jo højere klassetrin og der er færrest der ikke bruger snus i 10. kl./ungdomsuddannelse.
- Der er ses et fald i andelen der ikke bruger snus blandt elever i 10. kl./ungdomsuddannelse.

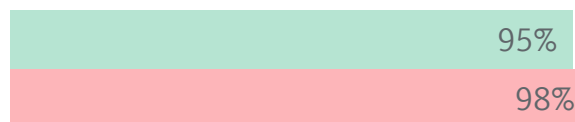
Kønsforskel

- Der er færre drenge som ikke bruger snus sammenlignet med piger. Forskellen er størst for 10. kl./ungdomsuddannelser.

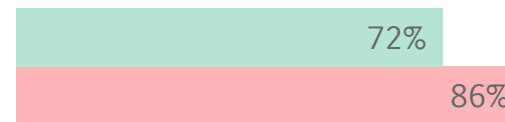
Bruger ikke snus, tyggetobak eller nikotinposer



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





E-cigaretter/vapes

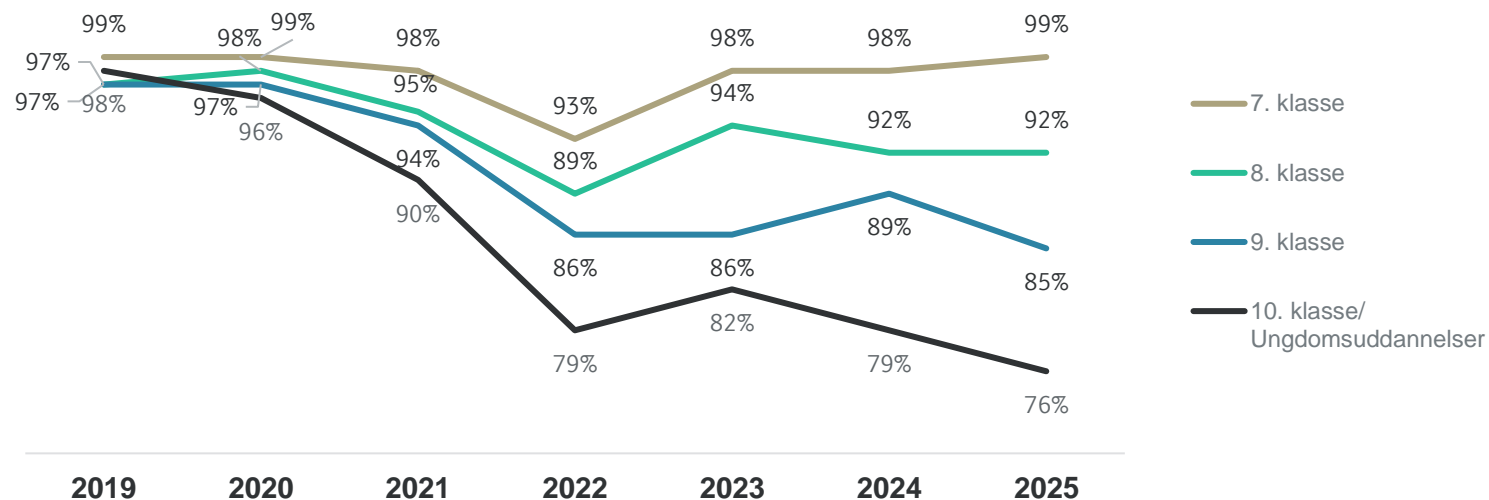
Tendenser

- Der er et markant fald fra 2020-2022 i andelen som ikke ryger e-cigaretter/vapes blandt alle elever. Andelen er steget igen fra 2022-25 blandt 7. og 8. klasser.
- Andelen der ikke ryger e-cigaretter/vapes er lavere jo højere klassetrin og der er færrest der ikke bruger snus i 10. kl./ungdomsuddannelse.

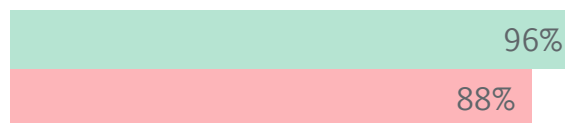
Kønsforskel

- Der er færre piger som ikke ryger e-cigaretter/vapes sammenlignet med drenge. Forskellen er størst for 10. kl./ungdomsuddannelser.

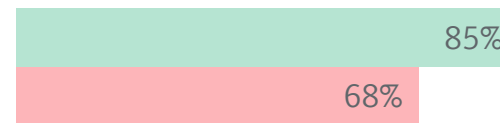
Ryger ikke e-cigaretter, vapes eller lignende



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





Hash

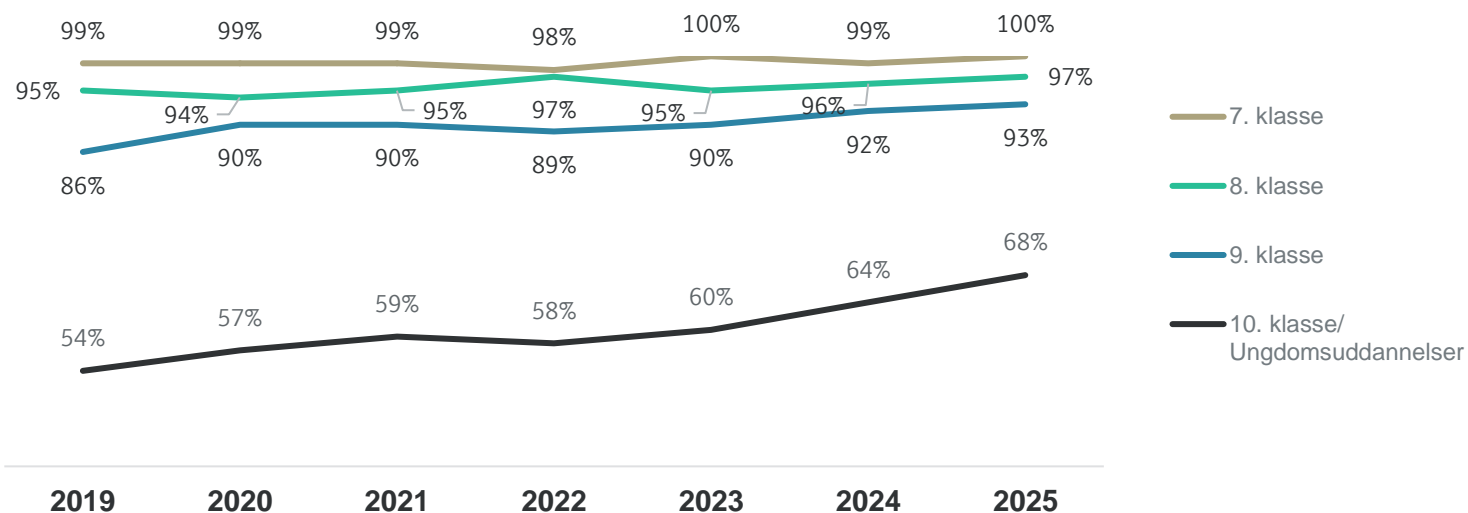
Tendenser

- Der er sket en stigning fra 2019-25 i andelen af elever der aldrig har prøvet hash. Dette gælder især for elever i 10. kl./ungdomsuddannelse.
- Andelen der aldrig har prøvet hash er lavere jo højere klassetrin og der er færrest der aldrig har prøvet hash i 10. kl./ungdomsuddannelse.

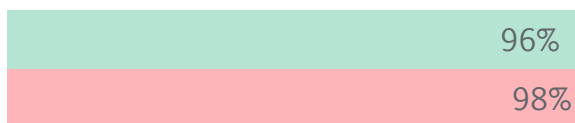
Kønsskel

- Der er færre drenge som aldrig har prøvet hash sammenlignet med piger. Forskellen er størst for 10. kl./ungdomsuddannelser.

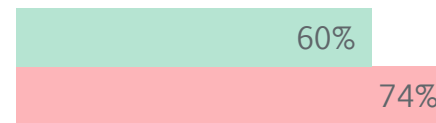
Har aldrig prøvet at ryge hash



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025





Stoffer

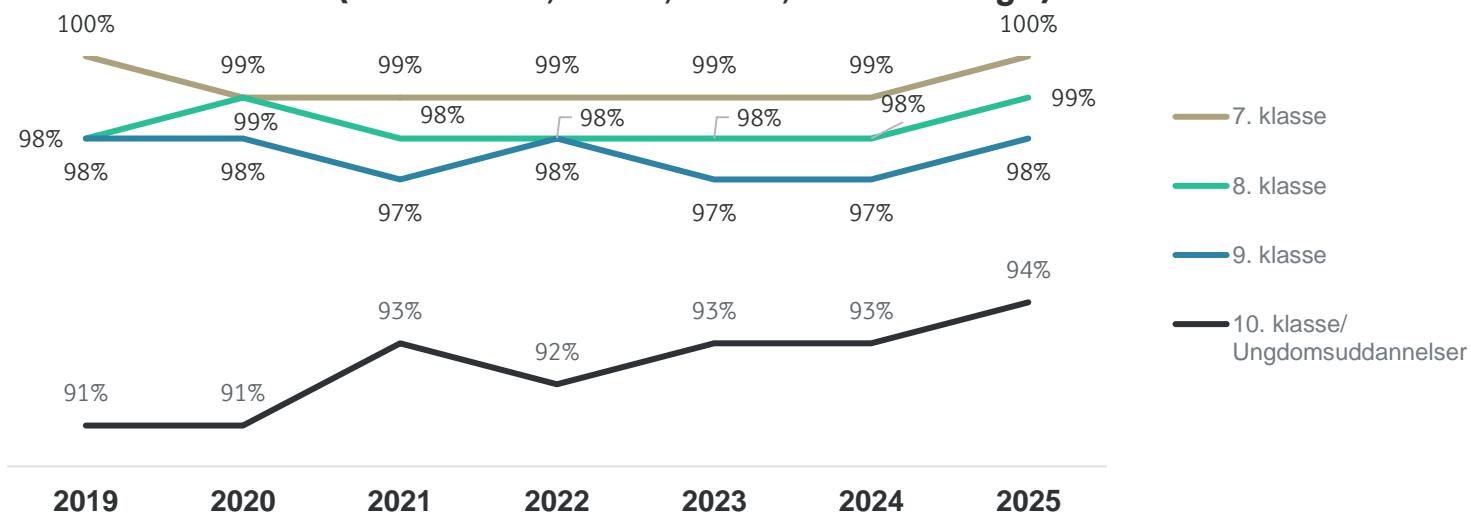
Tendenser

- Der er sket en stigning fra 2019-25 i andelen af elever i 10. kl./ungdomsuddannelse der aldrig har prøvet andre stoffer.
- Andelen der aldrig har prøvet andre stoffer er lavere jo højere klassetrin og der er færrest der aldrig har prøvet andre stoffer i 10. kl./ungdomsuddannelse.

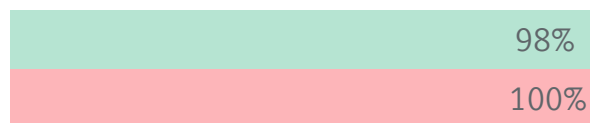
Kønsforskel

- Der er færre drenge som aldrig har prøvet andre stoffer sammenlignet med piger. Forskellen er størst for 10. kl./ungdomsuddannelser.

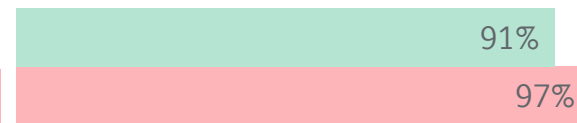
Har aldrig prøvet at tage andre stoffer
(fx amfetamin, kokain, MDMA, morfin eller lign.)



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



Unge og søvn

Data og tendenser

§17, stk. 4 Udvalget Sammen om alle unges trivsel



Søvnens betydning for trivsel

God og nok søvn er lige så afgørende for, at vi trives og har det godt, som sund kost og motion. Søvn styrker immunforsvar, hukommelse, kreativitet og er med til at forebygge stress, angst og depression.

Alligevel får alt for mange unge og voksne for lidt og for dårlig søvn. Det har betydning for bl.a. deres trivsel, sundhed, indlæring og evne til at indgå positivt i fællesskaber

Teenagere har brug for meget søvn, fordi deres krop og hjerne stadig er under udvikling. Samtidig forskyder søvnens rytmer sig i teenageårene, så de bliver senere trætte og står senere op.

Tendenser

Under halvdelen af eleverne på 7. årgang får de 9 timers søvn, som anbefales af Sundhedsstyrelsen, mens to tredjedele i 8. og 9. årgang får den anbefalede mængde (min. 8 timer). Det er særligt pigerne, der sover for lidt. På ungdomsuddannelserne sover kun 4 ud af 10 nok, hvor det særligt er drengene som sover for lidt.

Potentiale

For at skabe forandringer i unges søvnadfærd kræver det, at unge og voksne omkring dem har viden om søvnens betydning for trivsel, læring og fællesskaber, og at unge mødes af rammer, der understøtter forudsætningerne for god og nok søvn.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger

- Børn på 6-13 år anbefales at sove 9-11 timer på et døgn med regelmæssige sove- og opvågningstidspunkter.
- Unge på 14-17-årige bør sove 8-10 timer på et døgn med regelmæssige sove- og opvågningstidspunkter.
- Unge på 18-25-årige bør sove 7-9 timer på et døgn med regelmæssige sove- og opvågningstidspunkter.



Sammenhæng mellem unges søvn og deres trivsel

VIVE's analyse af data om unge i Gentofte viser, at søvn er en stærk markør for unges trivsel.

Der ses en stærk statistisk sammenhæng mellem unges trivsel og om de sover 8 timer eller mere.

Søvn og trivsel påvirkes gensidig. For lidt søvn kan føre til mistrivsel og mistrivsel kan udfordre søvnen.

Søvn og trivsel påvirkes samtidig af fx.

- Regelmæssig og forudsigelig dagligdag
- Fysisk aktivitet
- Måltider
- Udendørs dagslys

Unge, der ikke får nok søvn, har oftere udfordringer i forbindelse med uddannelse og beskæftigelse

Tabel 8.1 Søvn, mad og sundhed

Tema	Styrke
Søvn	Stærk
Mad (ifm. skole/udd.)	Moderat
Sundhed	Meget stærk

Kilde: "Unge trivsel i Gentofte Kommune", VIVE. 2024



Unge og Søvn – 7. årgang

Sundhedsstyrelsens anbefalinger

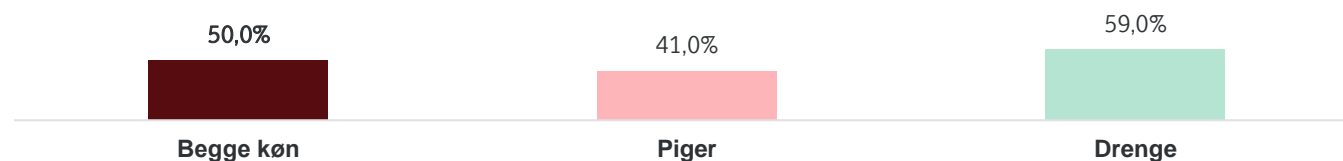
Børn 6-13 år

Børn på 6-13 år anbefales at sove 9-11 timer på et døgn med regelmæssige sove- og opvågningstidspunkter.

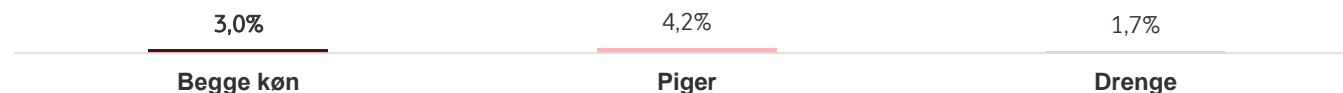
Søvn længde på både 7-8 timer og 12 timer kan være passende for nogle børn på 6-13 år.

OBS: Data er opdelt på klassetrin og ikke på alder. Sundhedsstyrelsens anbefaling til 6-13 årige vurderes at ramme hovedparten af elever i 7 klasse kun med undtagelse af et mindretal.

Andelen af elever i 7. klasse, som får minimum 9 timers søvn



Andelen af elever i 7. klasse, som får 6,5 eller færre timers søvn



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen 2025



Unge og søvn – 8. og 9. årgang og ungdomsuddannelse

Sundhedsstyrelsens anbefalinger

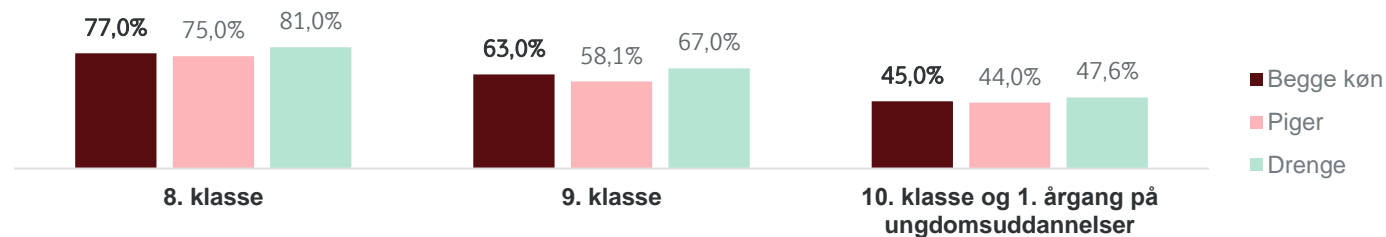
Børn 14-17 år

Unge på 14-17 år anbefales at sove 8-10 timer på et døgn med regelmæssige sove- og opvågningstidspunkter.

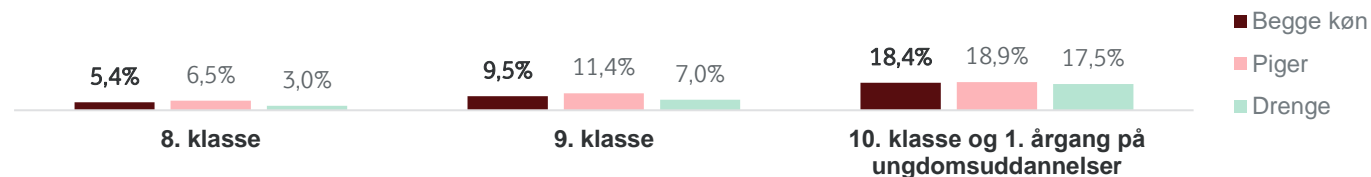
Søvn længde på både 7 og 11 timer kan være passende for nogle unge på 14-17 år.

OBS: Data er opdelt på klassetrin og ikke på alder. Sundhedsstyrelsens anbefaling til 14-17 årige vurderes at ramme hovedparten af elever i 8.- 10. kl. samt 1. årgang på ungdomsuddannelser kun med undtagelse af et mindretal.

Andelen af elever, som får minimum 8 timers søvn



Andelen af elever, som får 6,5 eller færre timers søvn



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen 2025

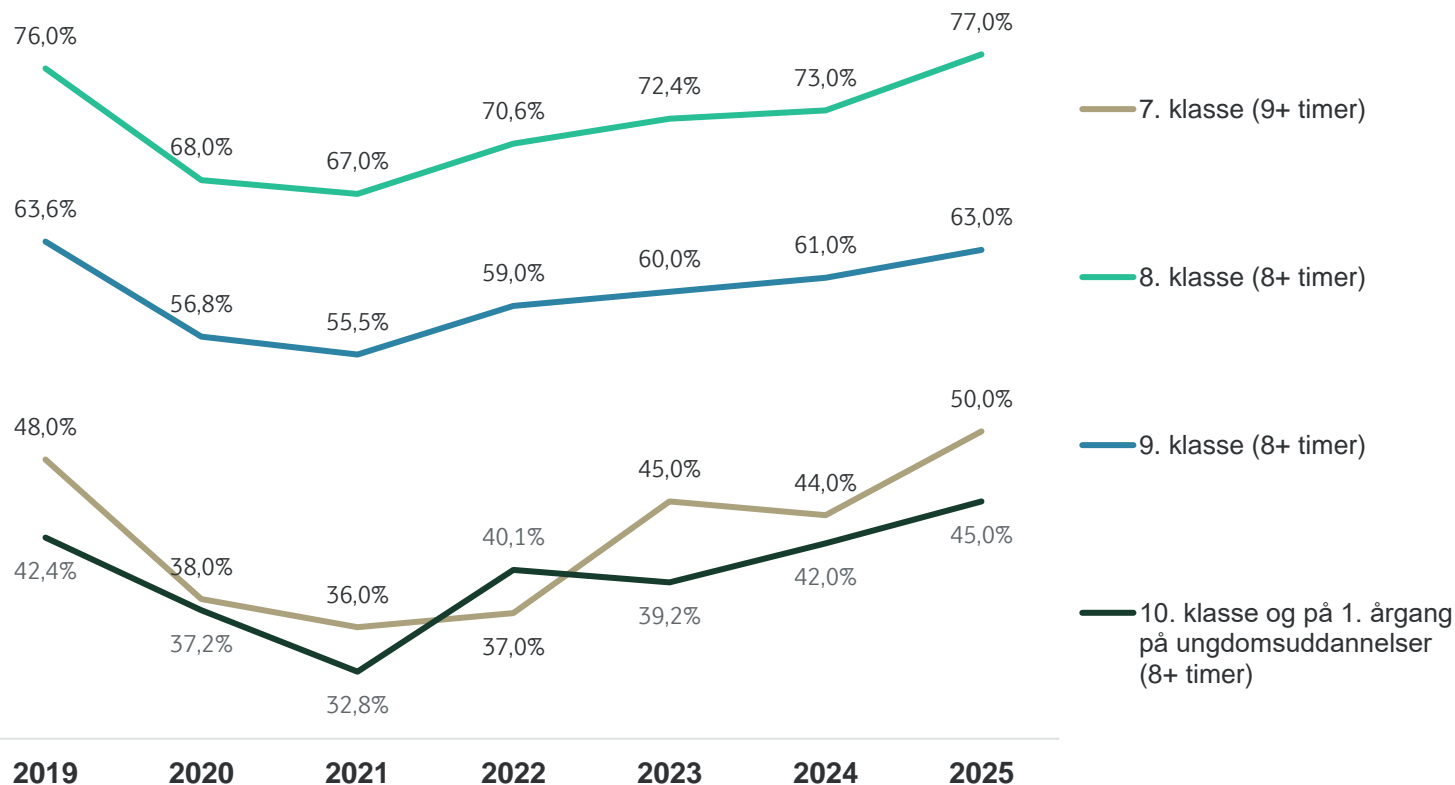


Søvnlængde – udvikling over tid

Tendenser

- Andelen af elever der sover de anbefalede 8 timer falder markant fra 8. klasse til 10. klasse/1. årgang på ungdomsuddannelser
- På tværs af alle årgange har der været et fald fra 2019 til 2021 i andelen af elever, som har sovet den anbefalede søvnlængde. Fra 2021 til 2025 stiger andelen igen op til ca. samme andel som i 2019.

Andelen af elever, som får den anbefalede søvnlængde



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

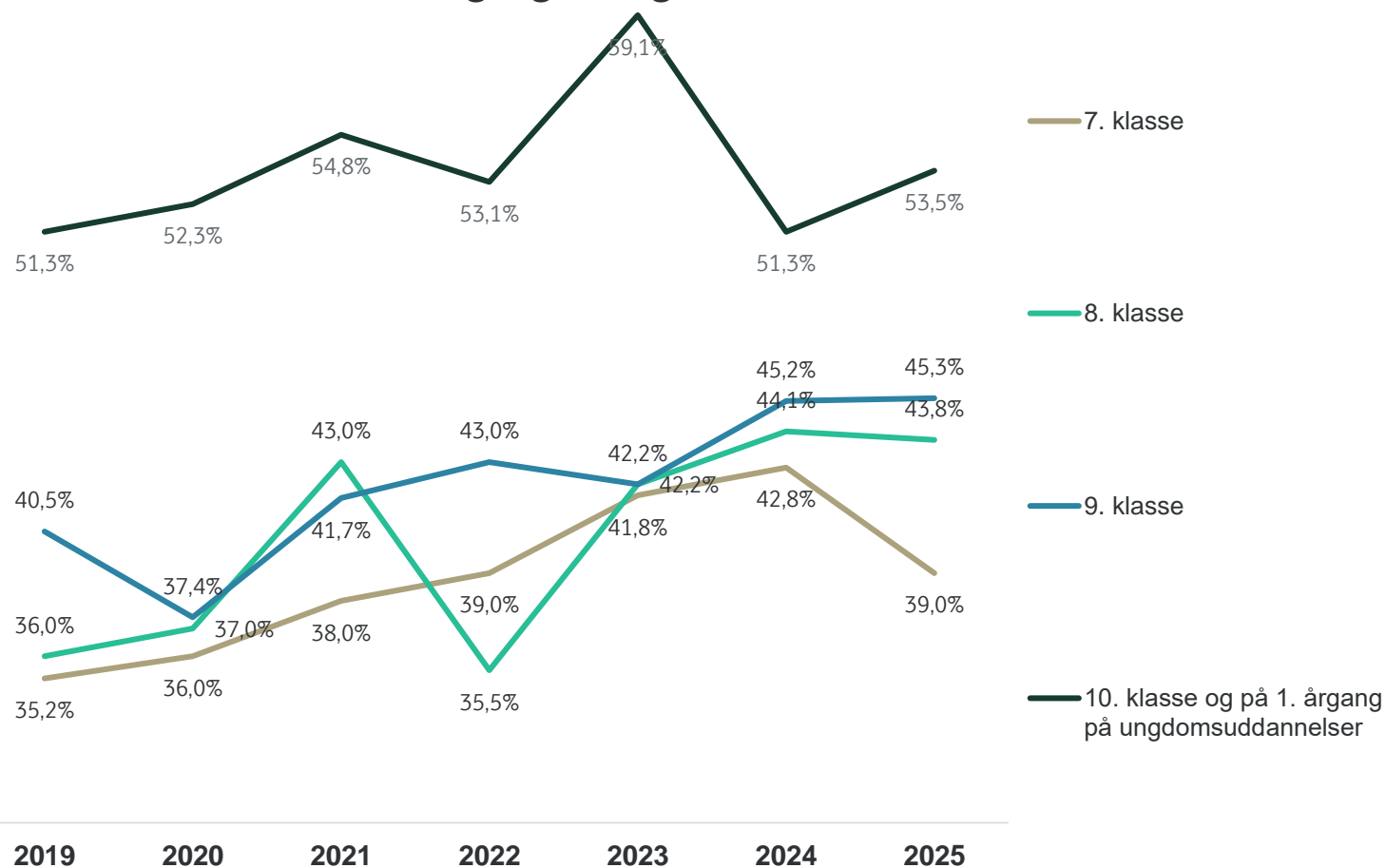


Søvnkvalitet – udvikling over tid

Tendenser

- Markant flere elever i 10. klasse og på 1. årgang på ungdomsuddannelser sover dårligt eller uroligt om natten sammenlignet med udskolingselever
- På tværs af alle årgange ses en stigning i andelen af elever som sover dårligt eller uroligt om natten sammenlignet med 2019.
- Fra 2023 stiger andelen af elever i 10. klasse og på 1. årgang på ungdomsuddannelser, der sover dårligt eller uroligt. I 2024-25 falder det tilbage til ca. samme andel som før 2023.
- I 2025 falder andelen af elever, der sover dårligt eller uroligt i 7. klasse.

Andel af elever, som sover dårligt eller uroligt om natten én gang om ugen eller oftere



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

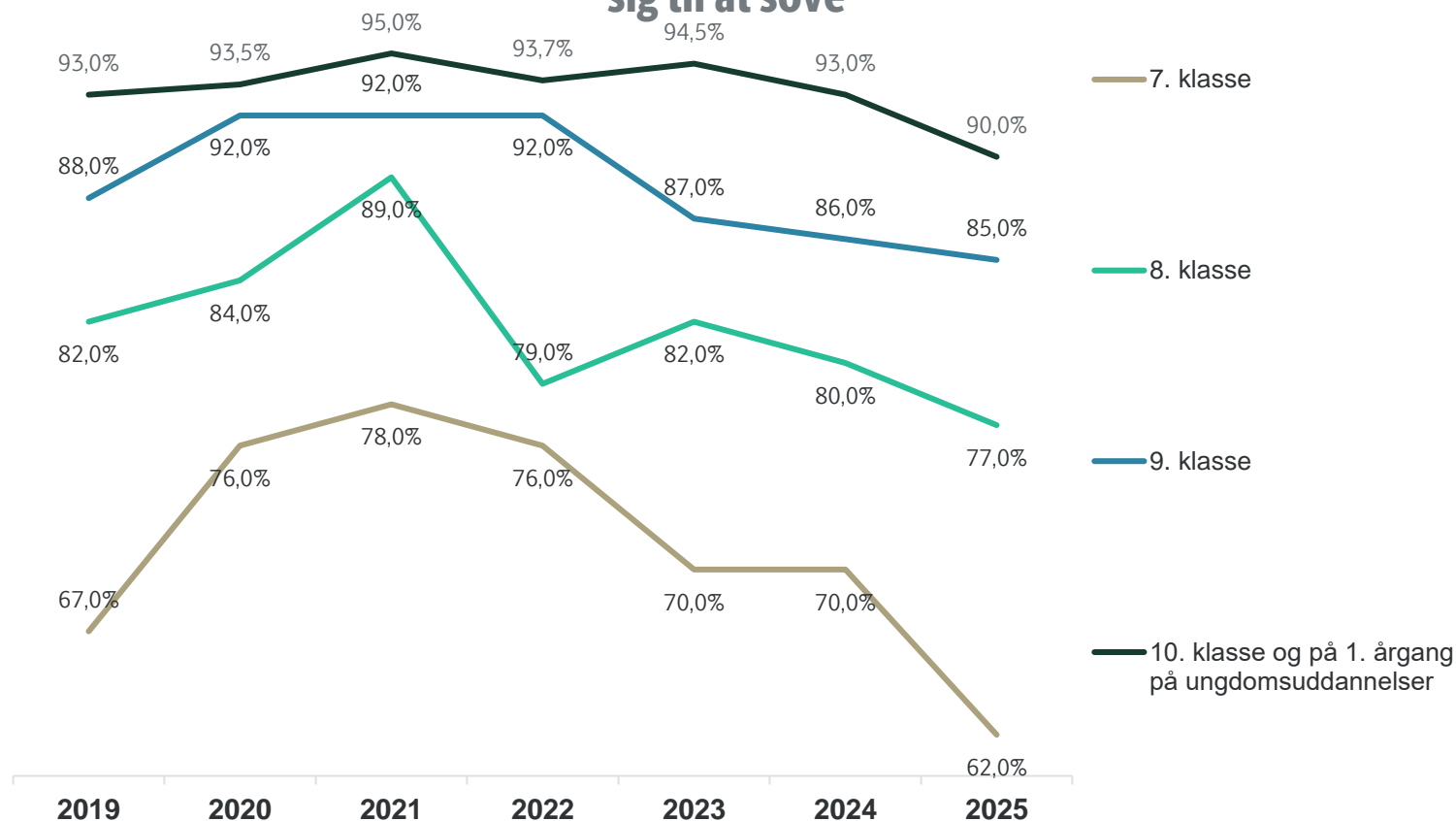


Skærm inden sengetid – udvikling over tid

Tendenser

- Andelen af elever som bruger skærm inden sengetid stiger fra 7. klasse til 10. klasse/1. årgang på ungdomsuddannelser
- Andelen af elever, der bruger skærm inden sengetid er lavere i 2025 end i 2019.
- I 2025 er der et markant fald i brugen af skærm inden sengetid i 7. klasse.

Andel af elever, som har brugt mobiltelefon, tablet eller computer tre dage eller mere den sidste uge lige inden de lagde sig til at sove



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

Unge og perfektionskultur

Data og tendenser

§17, stk. 4. udvalget Sammen om alle unges trivsel



Perfekthedskulturens betydning for unges trivsel

Perfekthedskultur er et fænomen, der i stigende grad præger unges liv og deres selvopfattelse. Det handler om forventninger til konstant at fremstå perfekt i både skole, sociale relationer, udseende, fritidsaktiviteter og, i nogle tilfælde, familien. På den ene side kan det motivere unge til at yde deres bedste, men kan også medføre alvorlige negative konsekvenser for deres mentale sundhed.

Mens nogle unge formår at balancere de høje krav og bruge dem som motivation, oplever mange, at de bliver overvældet af pres og urealistiske forventninger. Det er vigtigt at være opmærksom på den indflydelse perfektionisme kan have på mental og fysisk sundhed.

Tendenser

Der er en faldende andel i udskolingen, som er tilfredse med deres udseende. Samtidig er der en stigende andel, som mener, at det at se godt ud har betydning for ens popularitet, og flere der føler, at de skal se godt ud hver dag. Flere er tilfredse med deres vægt siden 2019, samtidig spiser færre morgenmad og frokost. Der er en kønnet slagside, idet pigerne i højere grad ikke er tilfredse med deres vægt samt ikke spiser morgenmad og frokost. Tendenserne gør sig også gældende på ungdomsuddannelserne.

Potentiale

Der kan med fordel arbejdes med at skabe en kultur, hvor fejl og ufuldkommenheder bliver accepteret som en naturlig del af livet. Der er stort set ingen viden om, hvordan man forebygger en overoptagethed af krop og mad. Ekspertter foreslår at sætte fokus på fx at der reageres på kropsudskamning, fremme sund spisekultur, at understøtte digital dannelse samt foreningsidræt, arbejde med mobilfrie skoler og regler for skærmb brug

Sundhedsstyrelsens anbefalinger til :

Skærmtid og digital adfærd

Vær opmærksom på dit forbrug af sociale medier, og hvordan brug af skærm påvirker din trivsel.

- Børn og unge ml. 5-17 år bør ikke bruge mere end 1-2 timer om dagen i fritiden afhængig af alderen – mindre er bedre.
- Voksne 18+ år bør ikke bruge mere end 3 timer om dagen i fritiden.

Sund spisekultur

Regelmæssige måltider i løbet af en dag fremmer muligheden for at holde fast i sunde madvaner, mens uregelmæssige måltidsmønstre kan medføre øget risiko for indtag af usund mad mellem måltiderne, lavt indtag af frugt og grønt samt udvikling af overvægt.

Måltidet er derudover et sted for etablering og fastholdelse af gode fællesskaber.



Sammenhæng mellem trivsel og perfektionskultur

Sammenhæng mellem trivsel og selvbillede

- Der er en **stærk statistisk** sammenhæng mellem selvbillede og trivsel. Det dækker over sammenhæng mellem unges tilfredshed med egen vægt og udseende og deres trivsel.
- Der er **ingen statistisk** sammenhæng mellem popularitet og trivsel. Det dækker over sammenhæng mellem unges oplevelse af, hvad der gør en mere populær i vennegruppen.

Gensidig påvirkning

- Der er ikke tale om kausal sammenhæng. Dårlig trivsel kan forværre de unges selvbillede og omvendt. Herudover kan andre parametre påvirke sammenhængen.

Øvrige perspektiver

- Perfektionskultur er en kompleks størrelse. VIVEs rapport Unges trivsel i Gentofte Kommune belyser kun en del af dennes indflydelse på ungdomslivet. Derfor er det fortsat relevant at vurdere flere aspekter af perfektionskultur ex. popularitetsparametre, sociale medier og generel sundhed .

Sammenhæng til trivsel	Tema	Spørgsmål
Stærk statistisk sammenhæng til unges trivsel	Selvbillede	Jeg er tilfreds med mit udseende
		Jeg er tilfreds med min vægt
Ingen statistisk sammenhæng til unges trivsel	Popularitet	Det gør en mere populær i min vennegruppe at have mange følgere og likes på sociale medier
		Det gør en mere populær i min vennegruppe at være god i skolen
		Det gør en mere populær i min vennegruppe at være god til sport
		Det gør en mere populær i min vennegruppe at se godt ud

Kilde: "Unge trivsel i Gentofte Kommune", VIVE-rapporten 2024



Unge og Perfekthedskultur

Selvbillede

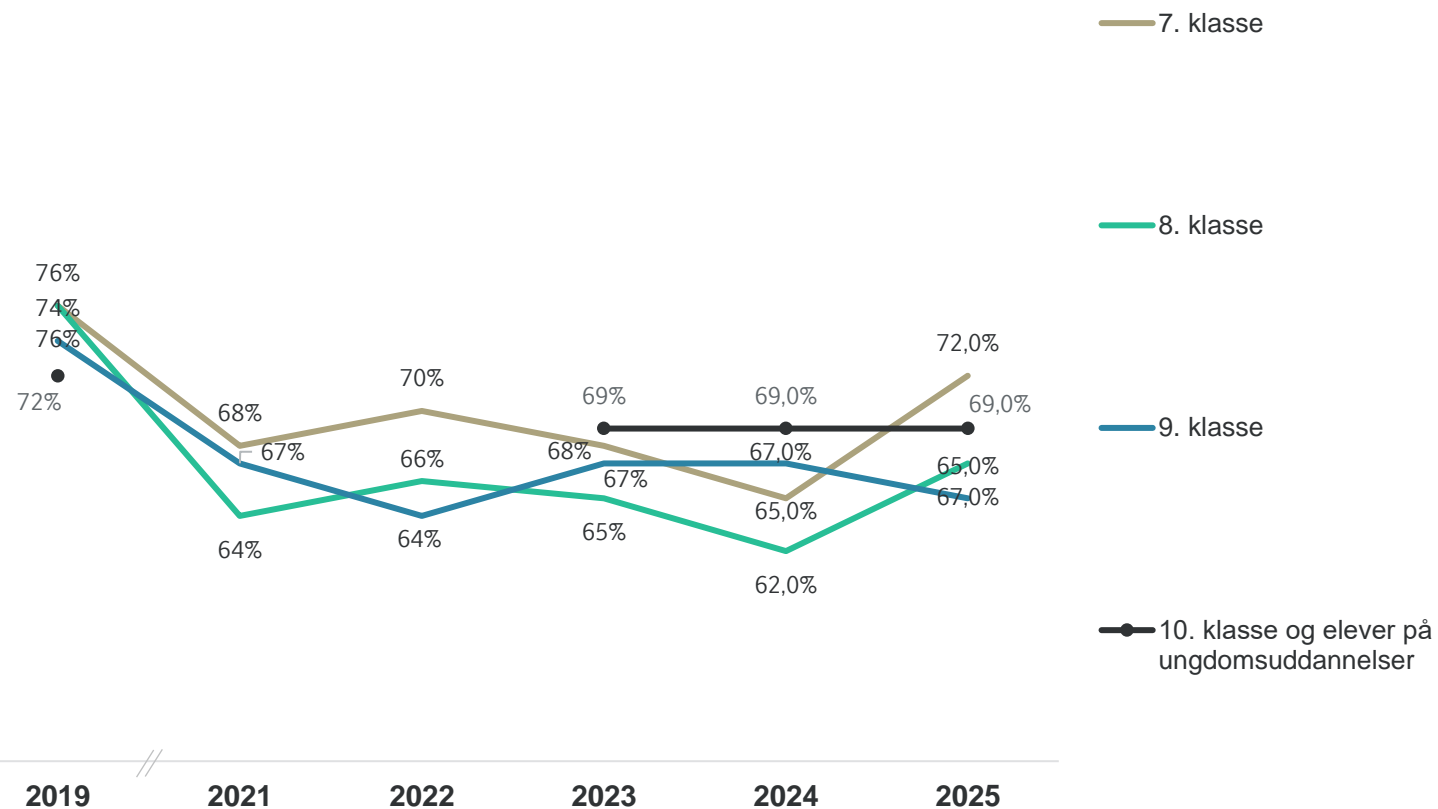


Jeg er tilfreds med mit eget udseende

Tendenser

- Over halvdelen af Gentoftes unge er tilfredse med eget udseende.
- Overordnet set er alle tal i 2025 lavere end i 2019. Dog følger grafen udsving over tid, hvorfor det er vanskeligt at vurdere tendensen.

Andel af elever, som har svaret "helt enig" eller "delvist enig"



OBS: Data ikke tilgængelig for 2020.
Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

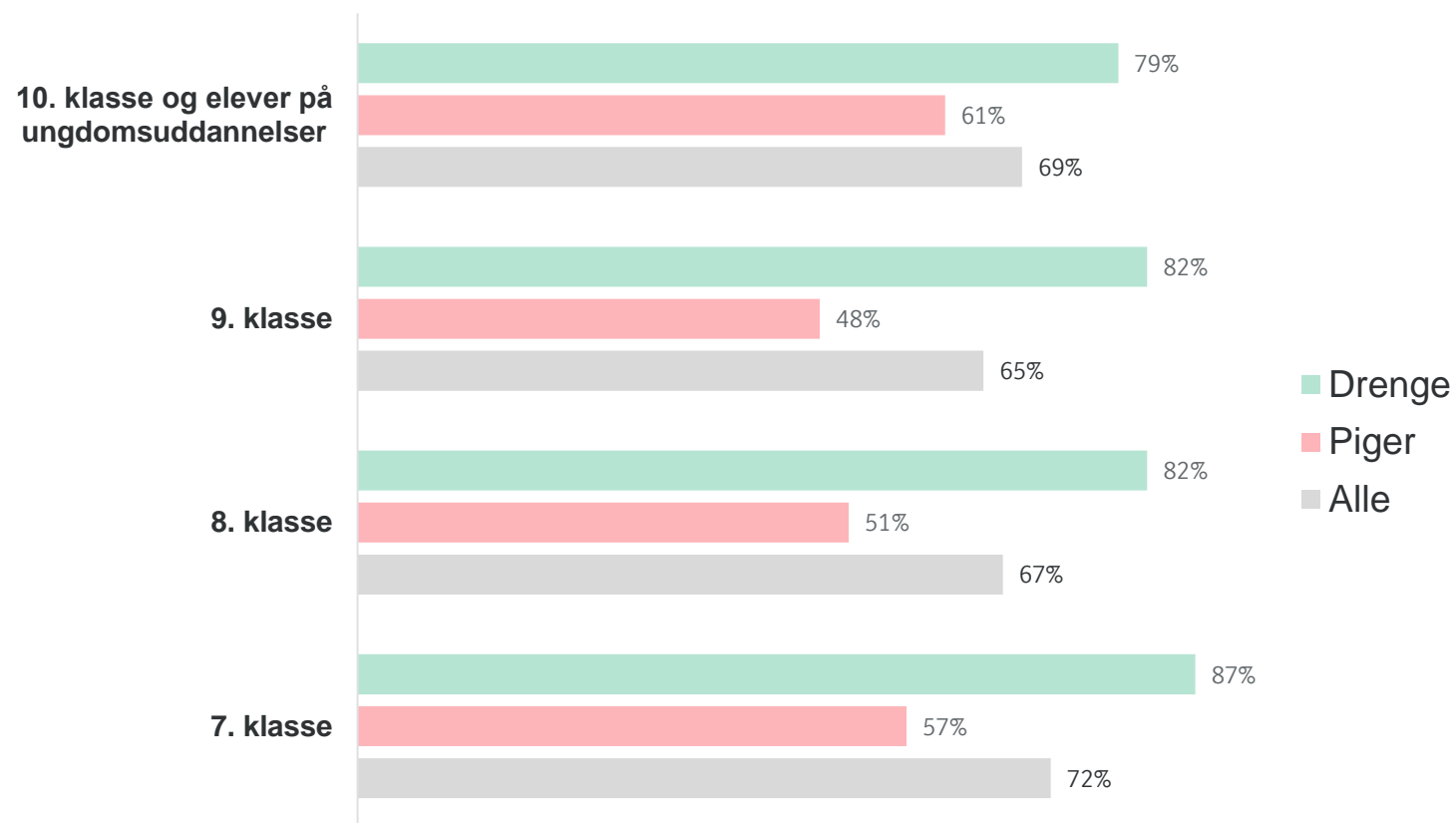


”Jeg er tilfreds med mit eget udseende”

Tendenser

- På alle klassetrin er der markant færre piger end drenge, der er tilfredse med eget udseende.
- Forholdet mellem køn er nogenlunde den samme uanset klassetrin.

Andele af elever, som har svaret ”Helt enig” eller ”Delvist enig” (Kønsopdelt 2025)



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen



Fordelingen af overvægt, normalvægt og undervægt for eleverne i 8. klasse i Gentofte Kommune

Tendenser

- Der er i perioden 2021/22 til 2024/25 ikke sket en væsentlig ændring i fordelingen af elever med henholdsvis undervægt, normal vægt og overvægt.
- Hovedparten af unge i Gentofte vurderes at være normalvægtige (88 %).
- I Ungeprofilundersøgelsen angiver ml. 63-67% af eleverne, at de er helt eller delvist enige i udsagnet jeg er tilfreds med min vægt
- 19-21% af eleverne angiver, at de er uenig/helt uenig i udsagnet, at de er tilfredse med deres vægt.

8. klasserne	Antal elever	Undervægt 3% perc.	Normal vægt 50% perc.	Overvægtige (IOTF-25)	Svært overvægtige (IOTF-30)
2024/25	972 = 100 %	28 = 2,9 %	857 = 88,1 %	80 = 8,2%	9 = 0,8 %
2023/24	937=100%	24= 2,6 %	829= 88,5 %	80=8,5%	4= 0,4%
2022/23	929=100%	22= 2,4 %	824=88,6%	78= 8,4%	6=0,6%
2021/22	958=100%	25= 2,6%	842= 87,9%	75= 7,8 %	16= 1,7%

Kilde: Targit, baseret på Sundhedsplejens undersøgelser journaliseret i NOVAX.

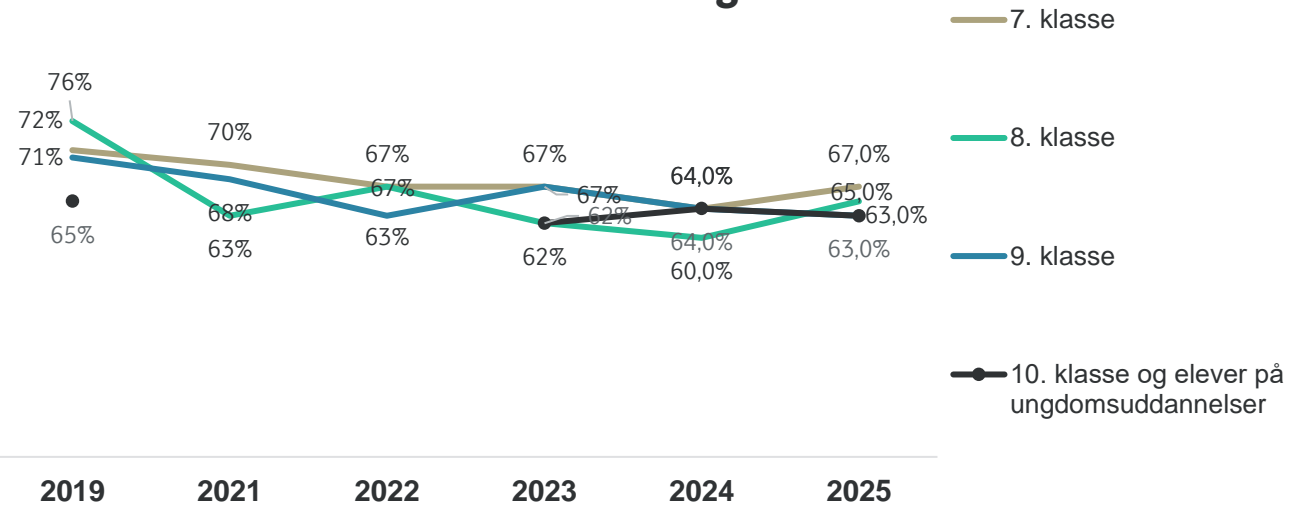


Jeg er tilfreds med min vægt

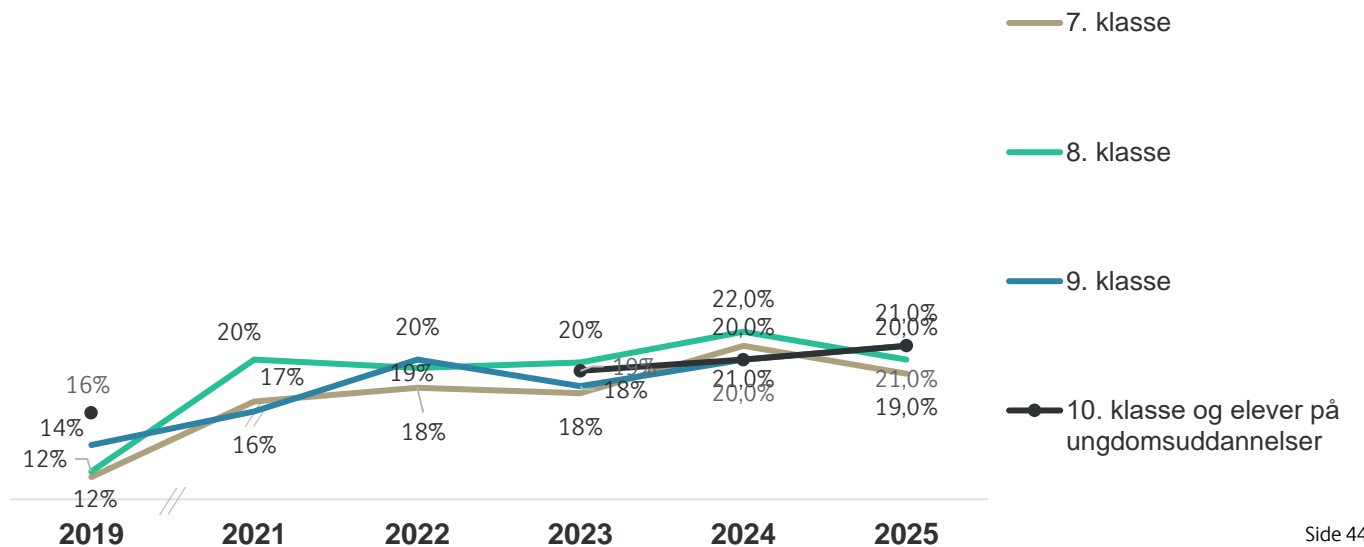
Tendenser

- Generelt er over halvdelen af unge tilfredse med egen vægt på alle klassetrin siden 2019.
- For alle klassetrin har der siden 2019 været et fald i andelen som er tilfredse.
- Andelen af unge, som ikke er tilfredse med egen vægt gradvist steget siden 2019.
- OBS: Data ikke tilgængelig for 2020.

Andel af elever, som har svaret "helt enig" eller "delvist enig"



Andel af elever, som har svaret "delvist uenig" eller "uenig" på om de er tilfredse med egen vægt



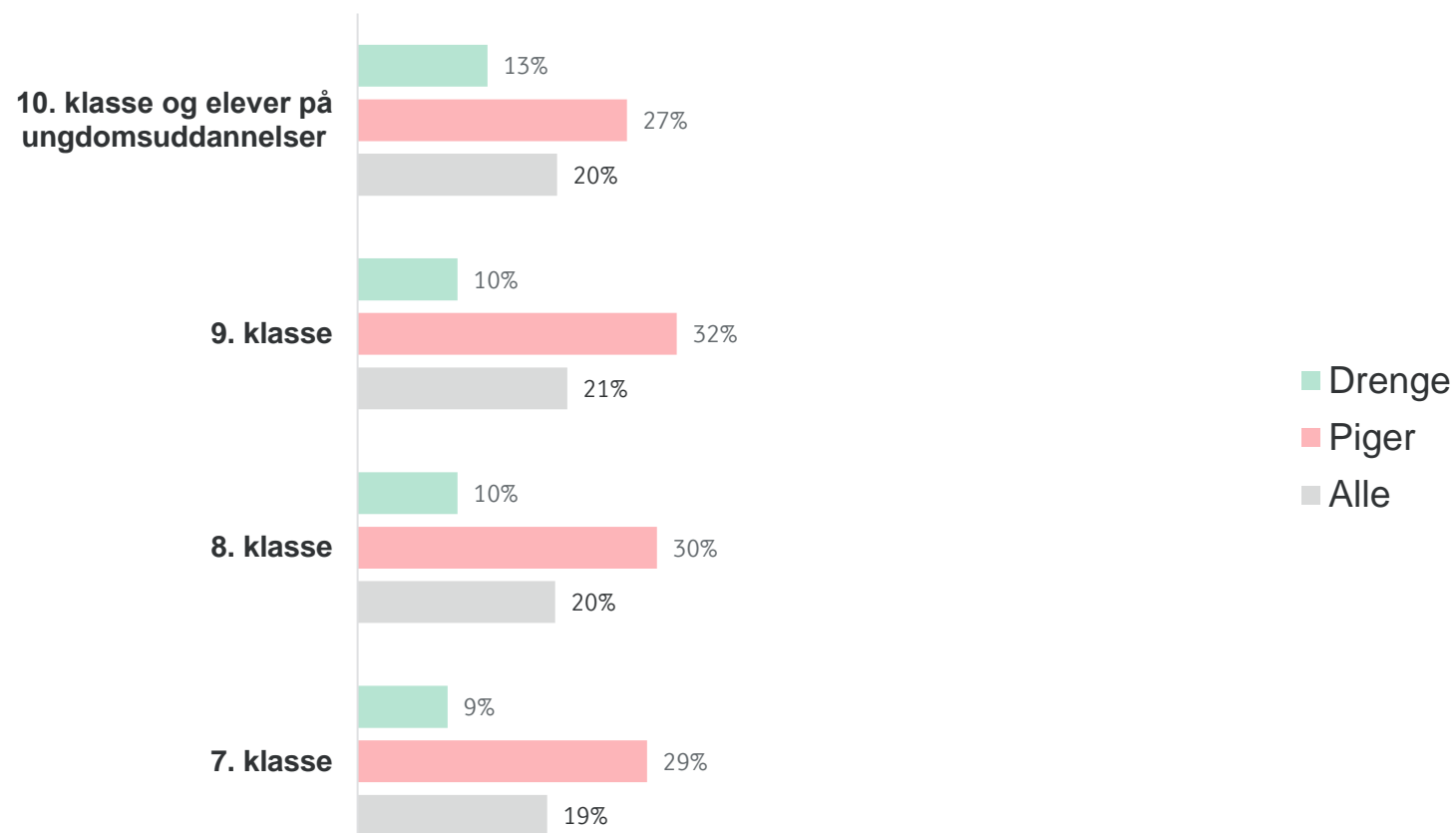


Utilfredshed med egen vægt

Tendenser

- Af de unge, som ikke er tilfredse med egen vægt er der på alle årgange flere piger end drenge på alle klassetrin .
- Forskellen mellem køn er cirka den samme uanset klassetrin.

Andel af elever, som har svaret ”delvist uenig” eller ”uenig” på, om de er tilfredse med egen vægt (Kønsopdelt 2025)



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen 2025

Unge, der får en bemærkning til spisning, kost og motion ved den obligatoriske undersøgelse i 8. kl. hos sundhedsplejerskerne

(Nyeste rapport for 2023/2024)

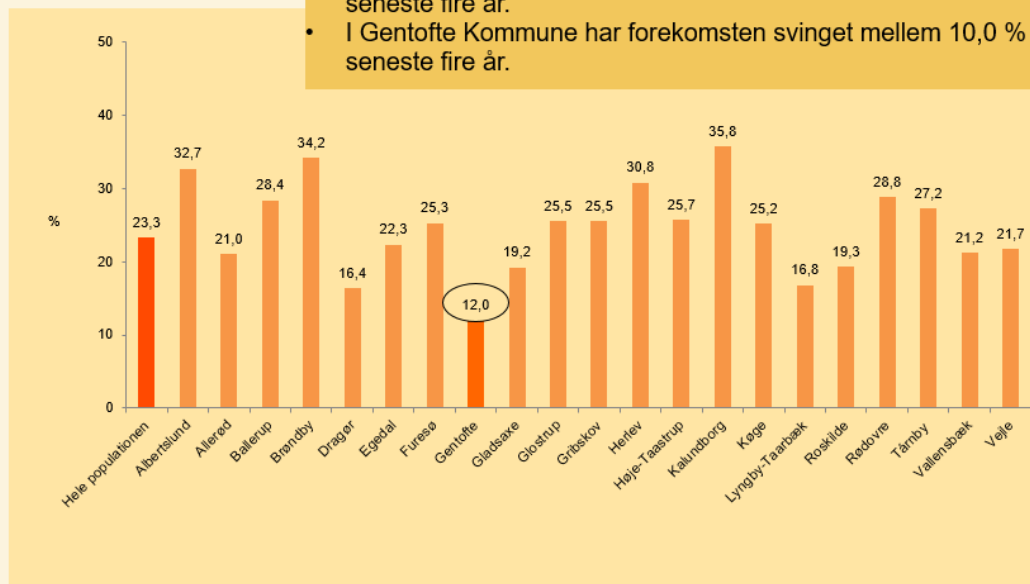
Statens Institut for Folkesundhed

Bemærkning til spisning, kost og/eller motion

Udskolingsdata

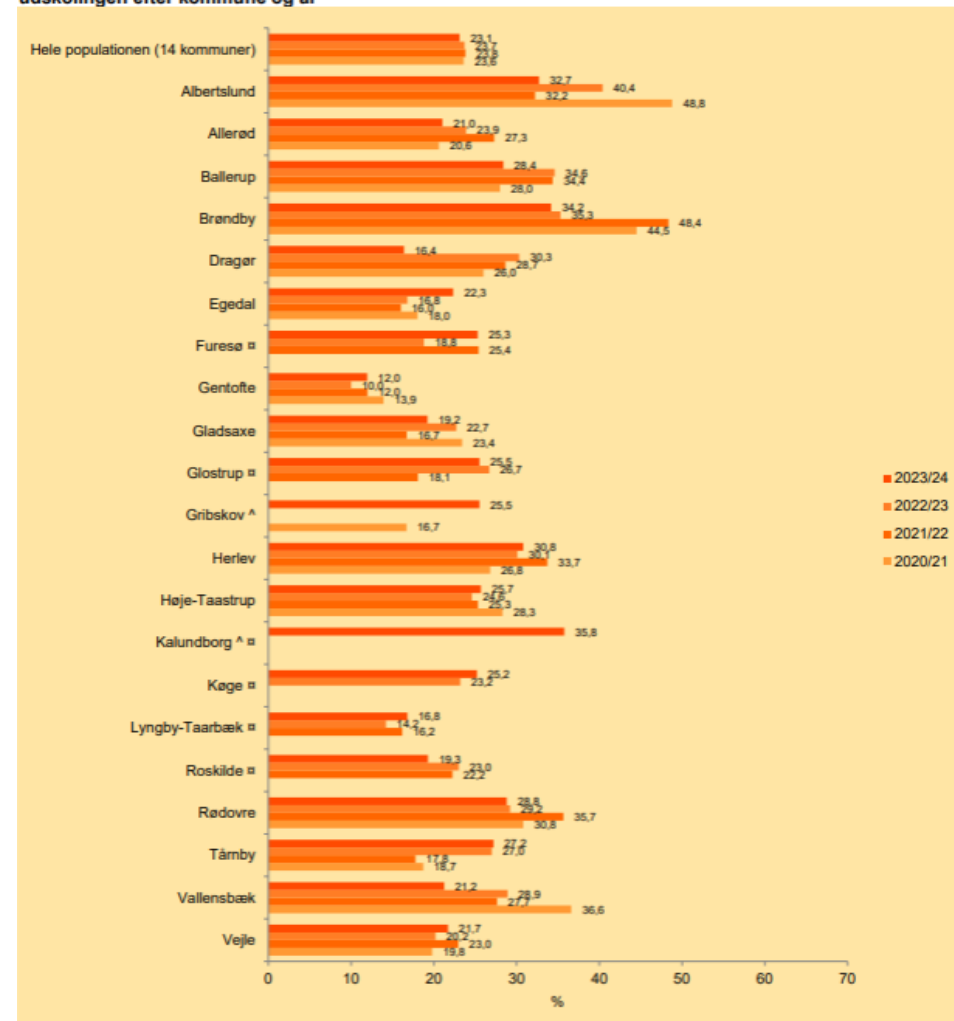
Andelen af unge med mindst én bemærkning til spisning, kost og/eller motion efter kommune (N= 9.282)

- I hele populationen har 23,3 % af de unge mindst én bemærkning til spisning, kost og/eller motion. I Gentofte Kommune er andelen 12,0 %.
- I hele populationen har forekomsten svinget mellem 23,1 % og 23,8 % de seneste fire år.
- I Gentofte Kommune har forekomsten svinget mellem 10,0 % og 13,9 % de seneste fire år.



Kilde: Sundhedsprofil for børn og unge ind- og udskolingsundersøgt i skoleåret 2023/24, Databasen Børns Sundhed, Gentofte Kommune, Statens Institut for Folkesundhed 2025

Figur 33. Udviklingen i andelen af unge med mindst én bemærkning til spisning, kost og/eller motion ved udskolingen efter kommune og år



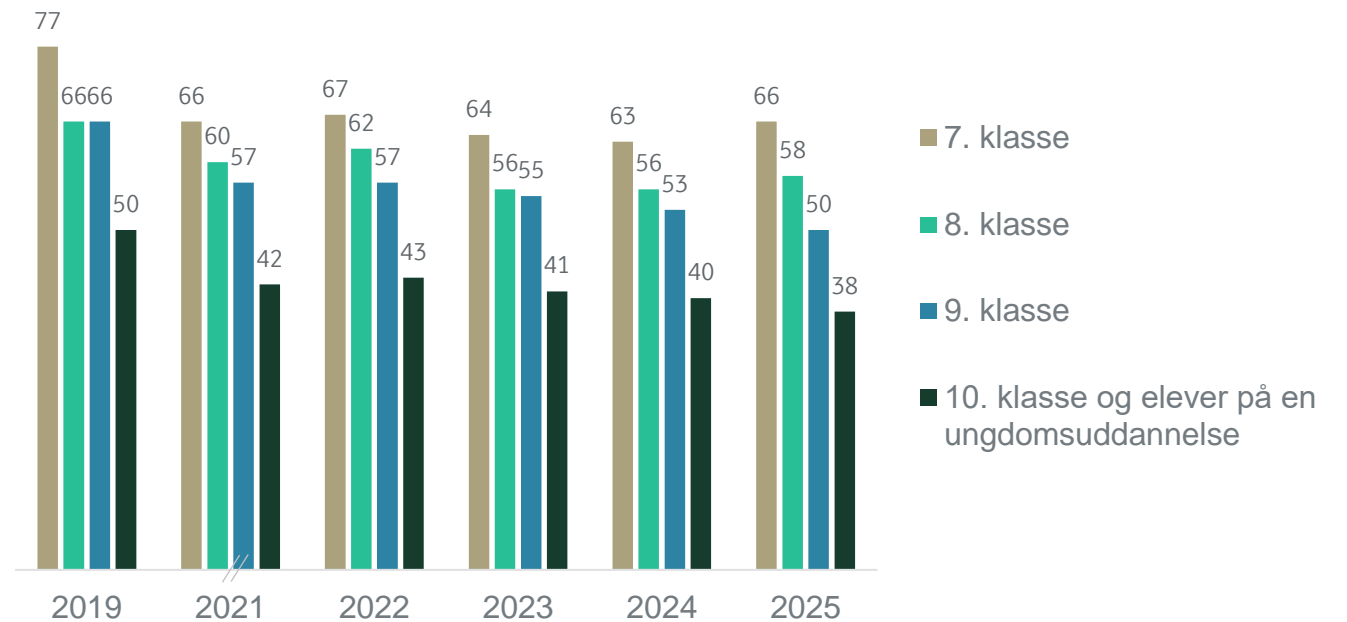


Unge der spiser morgenmad dagligt

Tendenser

- Andelen af unge, som spiser morgenmad dagligt er faldende siden 2019 på alle klassetrin.
- Der er en generel tendens til, at unge spiser morgenmad mindre hyppigt jo højere klassetrin, de befinder sig på.

Andel unge, der spiser morgenmad hver dag i en skoleuge



OBS: Data ikke tilgængelig for 2020.

Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

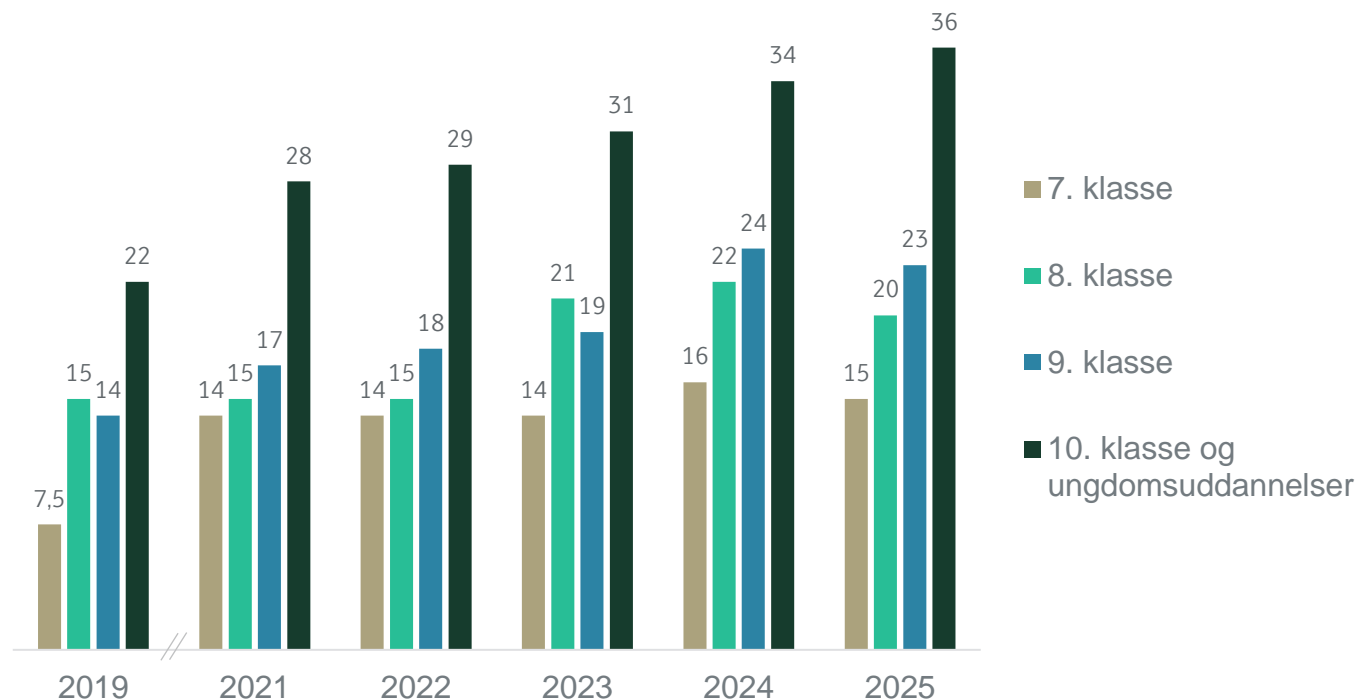


Unge, der sjældent eller aldrig spiser morgenmad

Tendenser

- Andelen af unge, som sjældent eller aldrig spiser morgenmad er generelt stigende på alle klassetrin siden 2019.
- For de fleste år med få undtagelser gælder, at unge i højere grad spiser morgenmad sjældent eller aldrig jo højere klassetrin, de befinder sig på.
- Andel der sjældent eller aldrig spiser morgenmad er markant højere hos 10. klasse og ungdomsuddannelserne til sammenligning med lavere klassetrin.

Andel unge, der sjældent eller aldrig spiser morgenmad



OBS: Data ikke tilgængelig for 2020.

Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

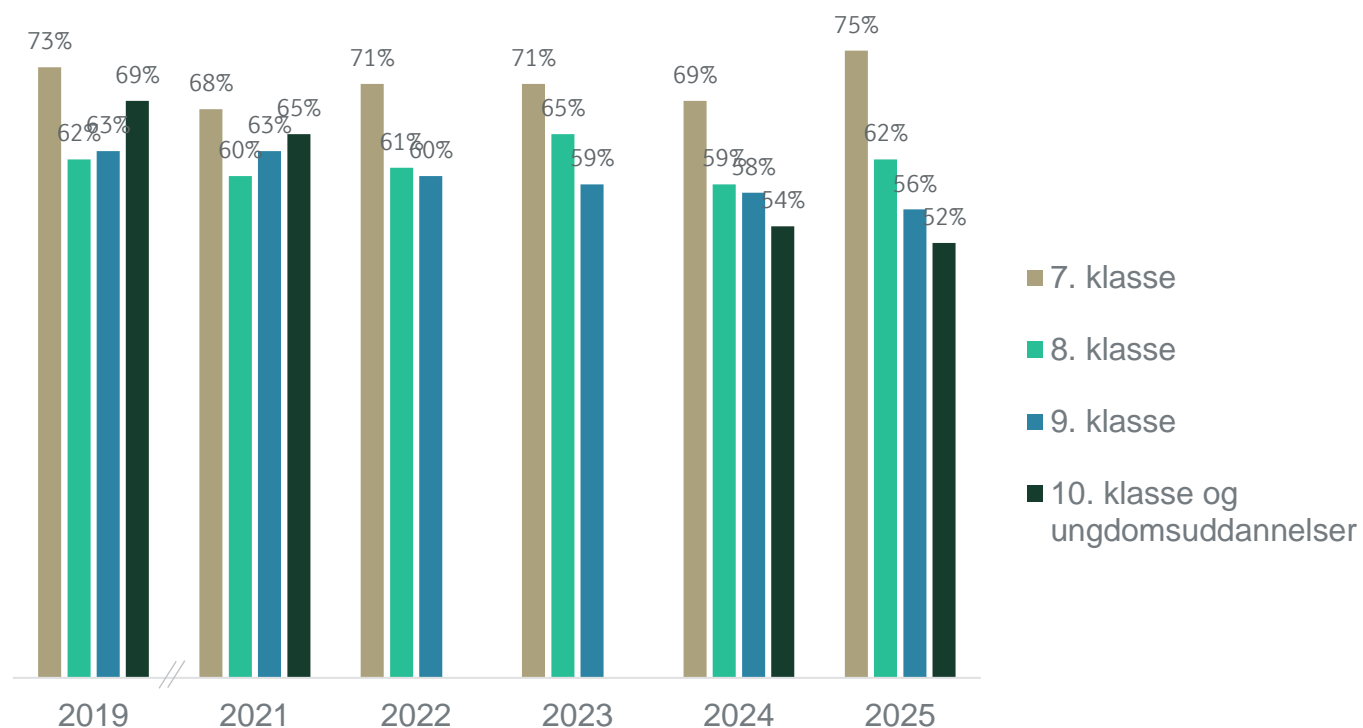


Unge der spiser frokost i skolen hver dag

Tendenser

- Andelen af unge, der spiser frokost hver dag i skolen er siden 2019 faldet for 9. klasse og for 10. kl. og ungdomsuddannelserne.
- Andele af unge som spiser frokost hver dag i 7. og 8. klasse har været relativt uændret over tid.
- Generelt er der flest i 7. klasse, der dagligt får frokost.

Andel unge, der spiser frokost hver dag i en skoleuge



OBS: Data ikke tilgængelig for 2020. Data ikke tilgængelig for 10. klasse og ungdomsuddannelse i 2022 og 2023.

Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

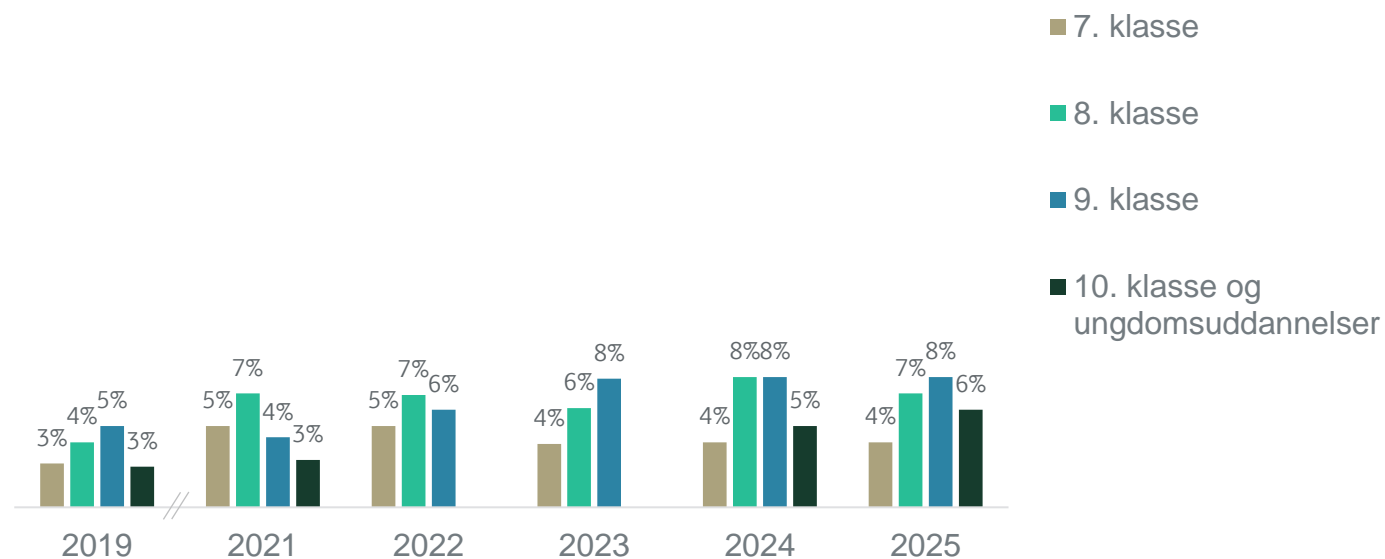


Unge der sjældent eller aldrig spiser frokost i skolen

Tendenser

- Andelen af unge, der sjældent eller aldrig spiser frokost i skolen er steget med ganske få procent siden 2019.
- Andelen af unge, som sjældent eller aldrig spiser frokost har de sidste par år været størst for 8. og 9. klasse.

Andel unge, der sjældent eller aldrig spiser frokost i skolen



OBS: Data ikke tilgængelig for 2020. Data ikke tilgængelig for 10. klasse og ungdomsuddannelse i 2022 og 2023.

Kilde: Ungeprofilundersøgelsen



Unge og Perfekthedskultur

Popularitet



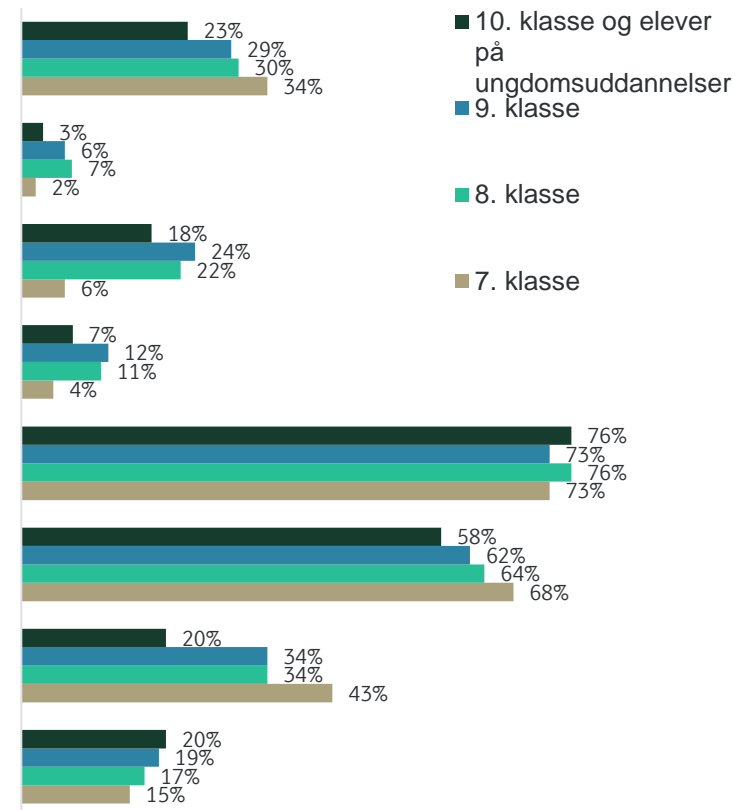
Hvad har betydning for at blive populær i din vennegruppe?

Tendenser

- At være til at stole på, er topscorer blandt unges vurdering af, hvad der har betydning for popularitet.
- "At se godt ud" har næststørst betydning for at blive populær i vennegruppen.
- At være god til sport og have mange følgere/likes har også betydning for populariteten. Begge har dog faldende betydning efterhånden, som de unge bliver ældre.
- VIVE's rapport viser ikke statistisk sammenhæng mellem trivsel og popularitet, Men data indikerer, at udseende spiller en væsentlig rolle for unges sociale status.

Andelen der har svaret "Det gør én mere populær"

At have mange følgere og likes på sociale medier



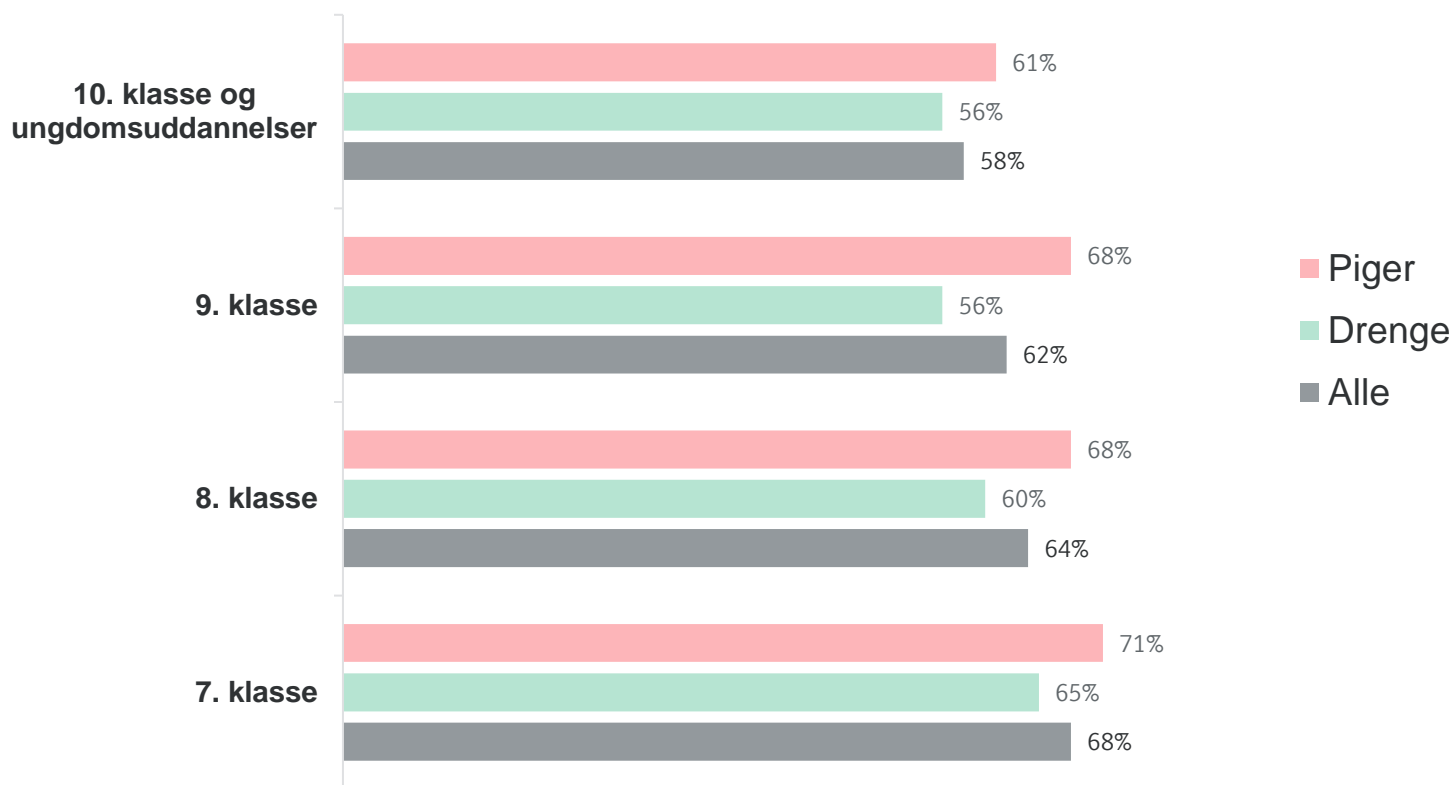


At se godt ud

Tendenser

- Lidt over halvdelen af eleverne på alle klassetrin synes, at man bliver mere populær af at se godt ud.
- På alle klassetrin er der flere piger end drenge, der synes, at se godt ud gør én mere populær.
- Der ses en svag tendens til, at unge i mindre grad synes at udseende gør en mere populær jo ældre de bliver.

Andel der har svaret "Det gør én mere populær" (Kønsopdelt 2025)



Kilde: Ungeprofilundersøgelse

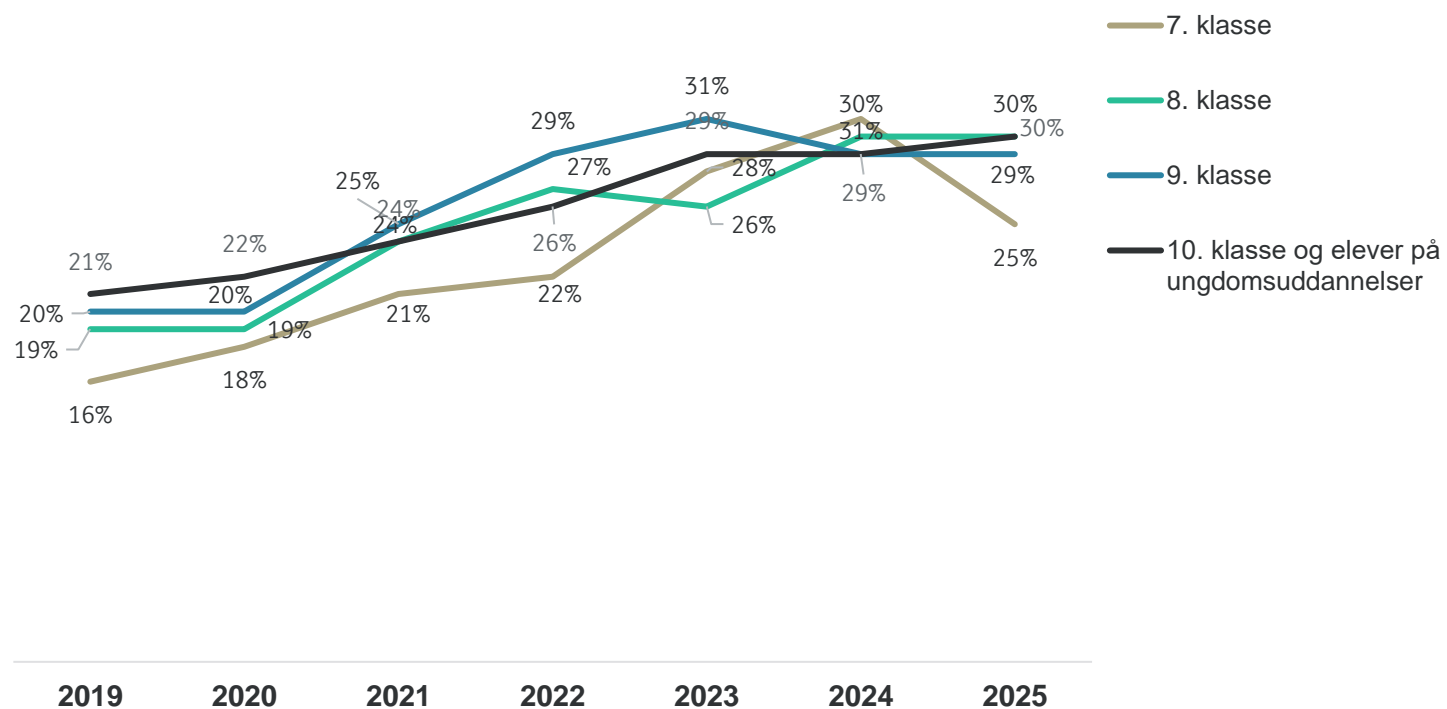


Se godt ud hver dag

Tendenser

- Andelen, som føler de skal godt ud hver dag er steget siden 2019 for alle klassetrin.
- Der er for 7. klasse sket et relativt stort fald mellem 2024 og 2025. Det er ikke muligt på nuværende tidspunkt at vurdere om det er udtryk for normale udsving, en tendens eller andet.
- Der er generelt ikke de store forskelle i andelen på tværs af klassetrin.

Andel af elever, som føler, de skal se godt ud hver dag



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

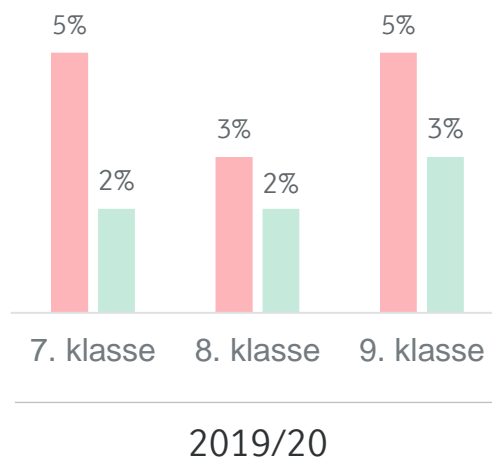


Andre elever accepterer mig, som den jeg er

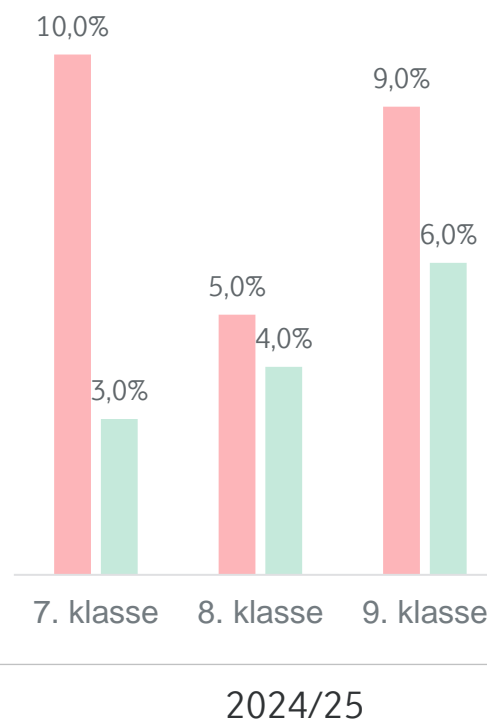
Tendenser

- Siden 2019 har der været en stigning på alle klassetrin i grundskolen for begge køn, der har svaret, at de er uenige/helt uenige i, at de andre elever accepterer mig, som den jeg er.
- Der er en større andel af piger end drenge, som angiver, at de er uenige/helt uenige i, at de andre elever accepterer mig, som den jeg er.
- Over tid er der også sket en større stigning hos pigerne sammenlignet med drengene.

Kønsfordeling i andelen, der har svaret "uenig" og "helt uenig"



Kønsfordelingen i andelen, der har svaret "uenig" og "helt uenig"



Kilde: Trivselsundersøgelsen via Uddannelsesstatistik.dk



Unge og Perfekthedskultur

Digitalt liv



Statistisk sammenhæng mellem trivsel og digitalt liv

Sammenhæng mellem digitalt liv og trivsel

- I VIVES's regresionsanalyse ses en svag sammenhæng mellem unges trivsel og deres tid brugt på skærm.
- Den svage tendens ses først og fremmest ved jo mere tid de unge bruger foran skærmen, desto mindre trives de.
- Samme svage tendens spores blandt unge, som deler og modtager nøgenbilleder (også uden samtykke) end unge, der ikke gør.
- Både for tidsforbrug og eksponeringen for seksuelt indhold fremhæves, at der er tale om ganske svage statistiske sammenhænge.
- Der findes i analysen ingen statistisk sammenhæng mellem trivsel og forældres involvering i de unges digitale liv (fx være venner på snapchat) eller de unges adfærd i forhold til at beskytte sig selv og deres identitet, når de er online.

Tabel 7.1 Digitalt liv

Tema	Styrke
Tid	Svag
Seksuelt indhold	Svag
Forældre	Ingen
Adfærd	Ingen

Kilde: Ungeprofilundersøgelsen 2023, Gentofte Kommune.

Digitalt liv: Tid	Tænk på en gennemsnitsdag. Hvor lang tid bruger du på følgende? Se TV, film, serier og YouTube
	Tænk på en gennemsnitsdag. Hvor lang tid bruger du på følgende? Spille på computer, konsol, telefon, tablet
	Tænk på en gennemsnitsdag. Hvor lang tid bruger du på følgende? Være på sociale medier

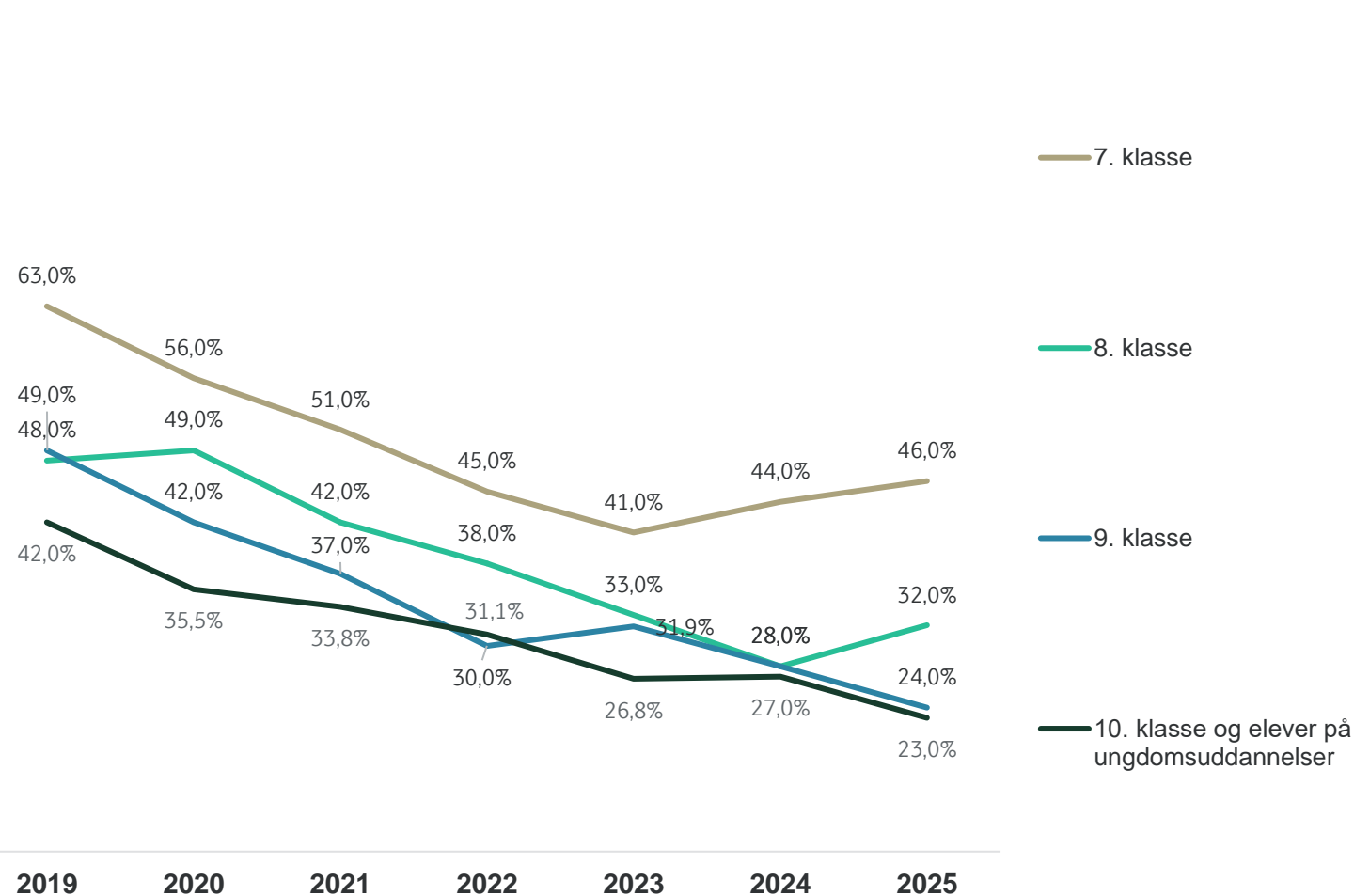


Hvor lang tid bruger du dagligt på sociale medier?

Tendenser

- Andelen af unge, som bruger max. 1 tim) på sociale medier er faldende siden 2019 for alle klassetrin
- Jo lavere klasse jo flere er der som bruger sociale medier max 1 time dagligt.

Andel der er på sociale medier i maks. 1 time dagligt



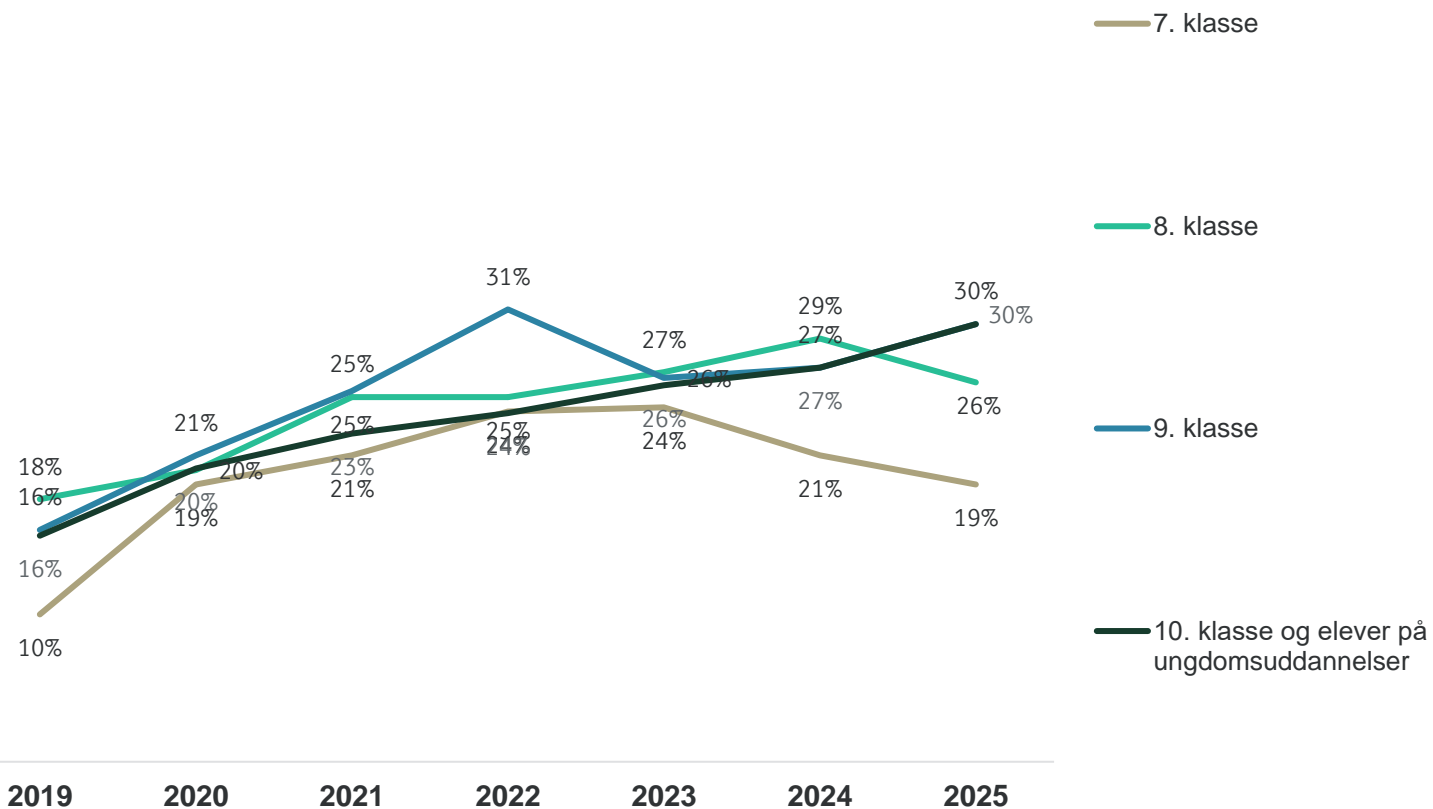


Hvor lang tid bruger du dagligt på sociale medier?

Tendenser

- Der kan være risiko for, at unge har undervurderet deres angivelse af timeforbrug. Mange unge bliver overraskede, når de tjekker det faktiske timeforbrug via deres mobil.
- Andelen af unge, som bruger 3 timer eller mere på sociale medier er steget siden 2019 for alle klassetrin.
- Andelen af unge i 7. klasse, som er på sociale medier i 3 timer eller mere dagligt ligger generelt lavest sammenlignet med andre klassetrin, selvom forskellen varierer.

Andel der dagligt er på sociale medier 3 timer eller mere

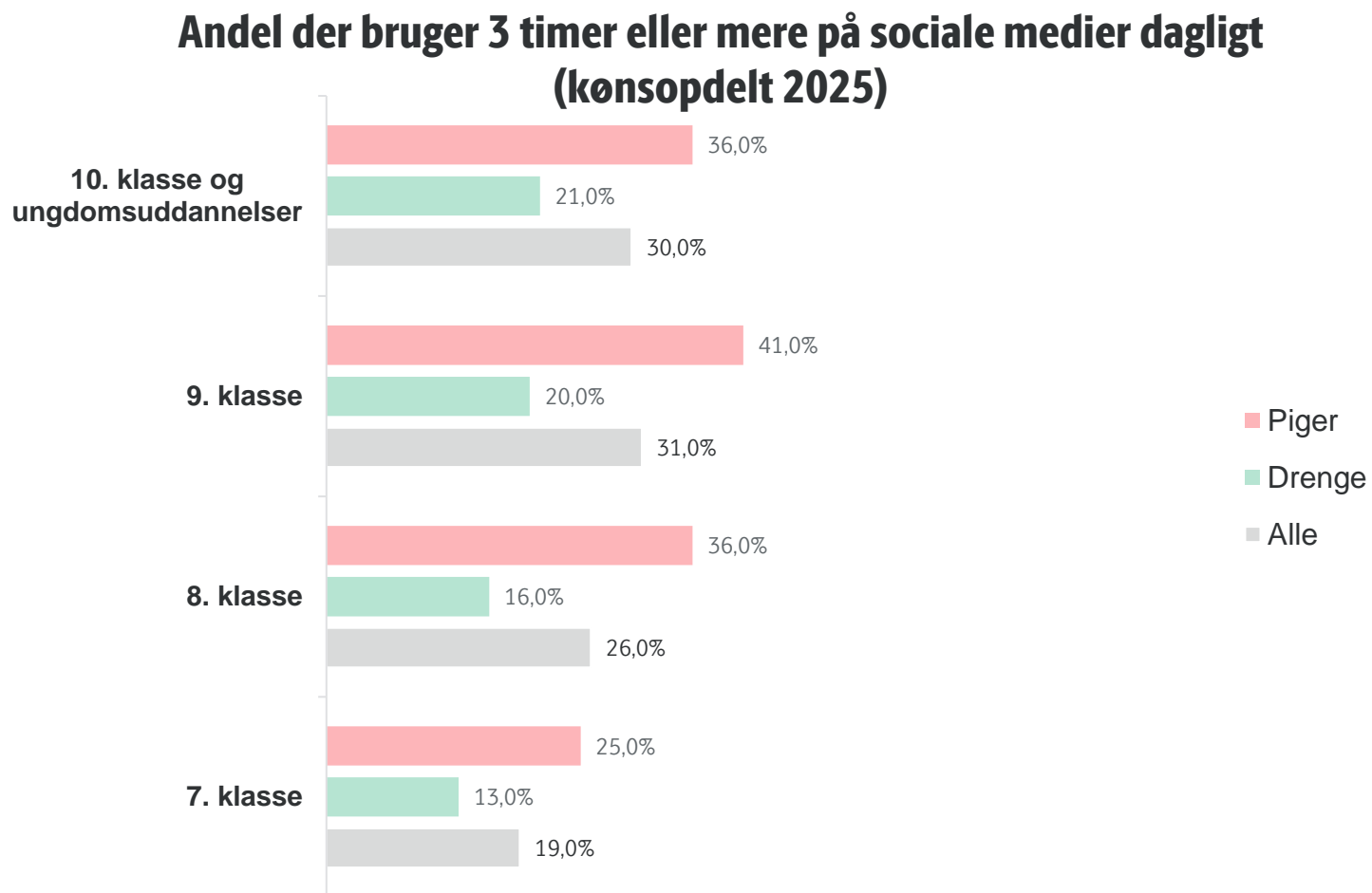




Hvor lang tid bruger du dagligt på sociale medier?

Tendenser

- På alle klassetrin er der flere piger end drenge, der dagligt bruger 3 timer eller mere på sociale medie.
- Kønsforskellen er omtrent den samme på tværs af klassetrin



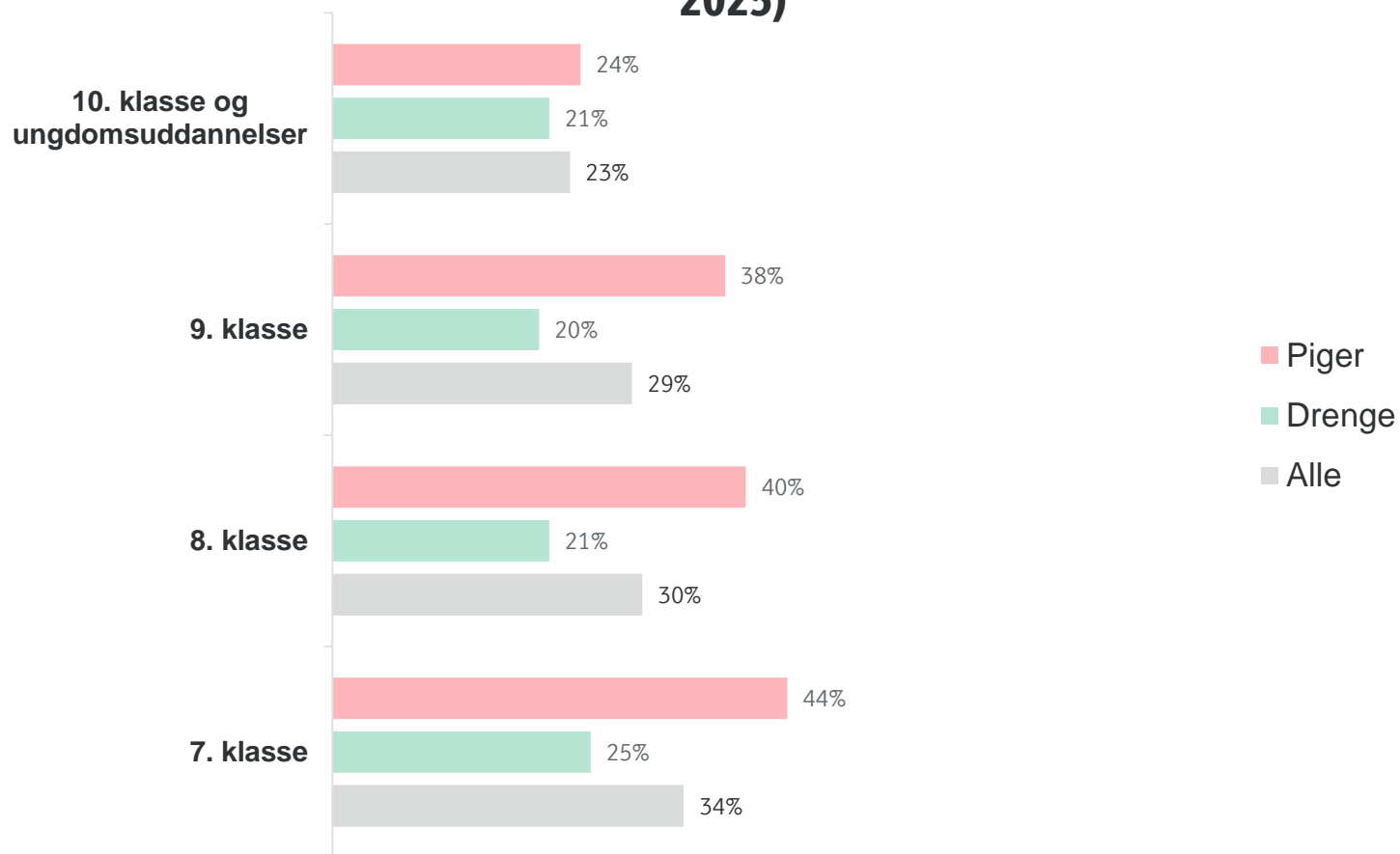


At have mange følgere og likes på sociale medier

Tendenser

- At det har betydning for popularitet blandt venner, at have mange følgere og likes på sociale kan muligvis anspore nogle unge til øget tidsforbrug på sociale medier.
- Flere piger end drenge på alle klassetrin, angiver "At havde mange følgere og likes på sociale medier" gør én mere populær.
- Forskellen mellem køn er større i udskolingen end i 10. kl. og ungdomsuddannelsen.

Andel der har svaret "Det gør én mere populær" (Kønsopdelt 2025)



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

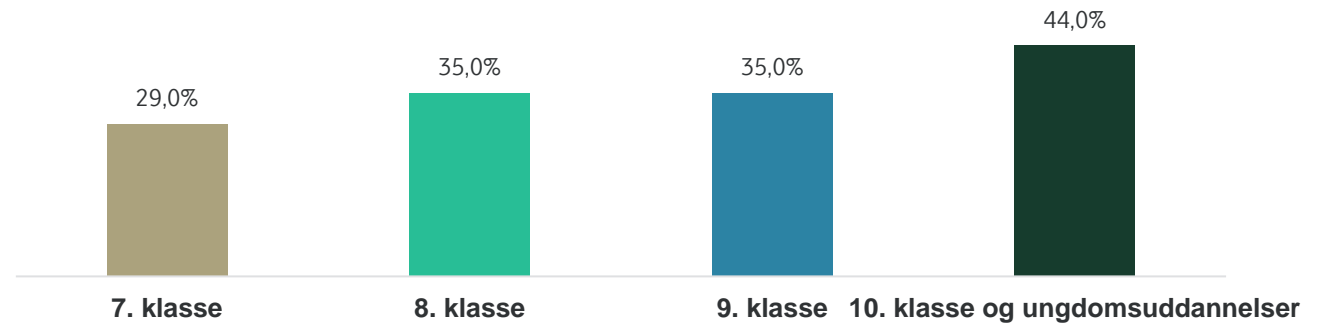


Synes du, at du bruger for meget tid på mobil, tablet, computer og spillekonsol?

Tendenser

- Andelen er størst i 10. klasse og ungdomsuddannelserne og mindst i 7. klasse.

Andelen der har svaret "Altid" eller "For det meste" (2025)



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

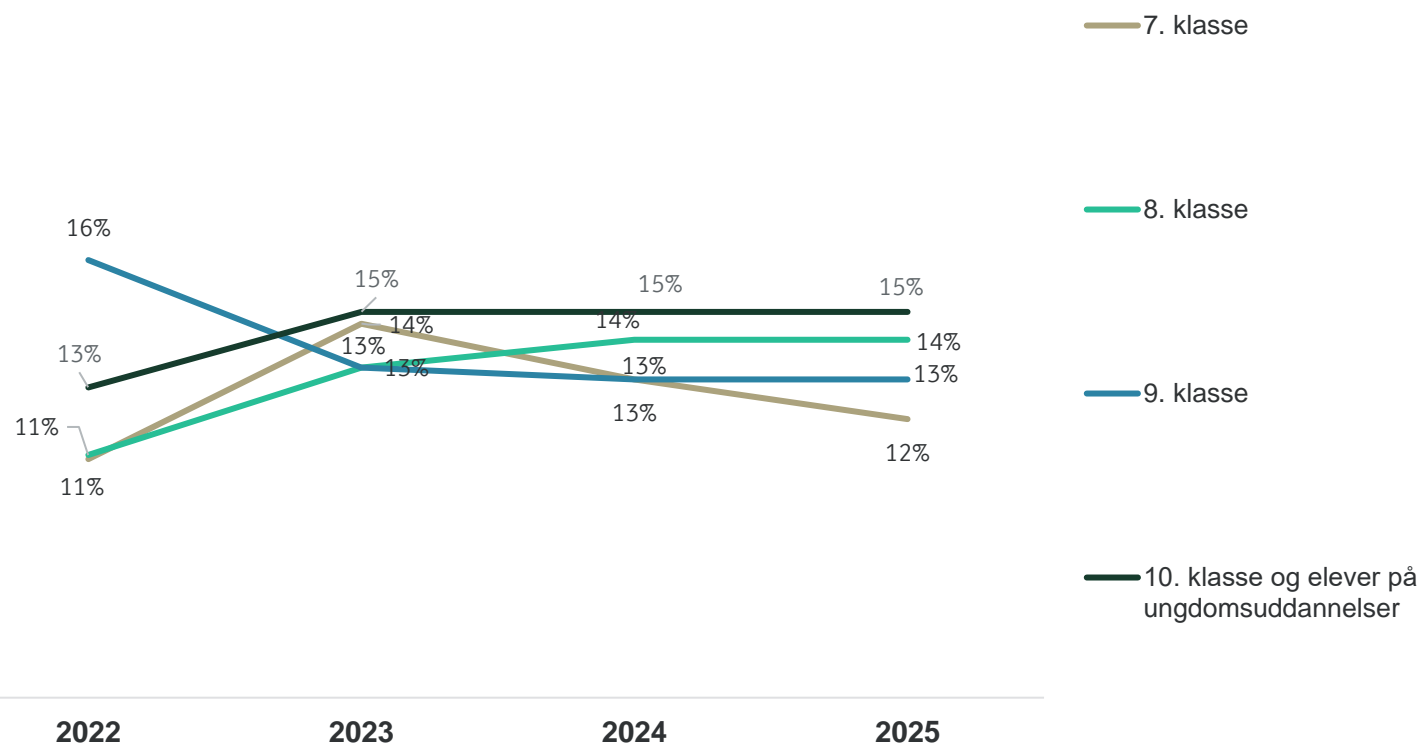


Oplever at en eller flere af deres forældre bruger for meget tid på deres mobil, tablet og computer

Tendenser

- Andelen af unge, som oplever at en eller flere af deres forældre bruger for meget tid på deres mobil 'tit' eller 'meget tit' er relativt uændret over tid.
- Andelen ligger på mellem 12-15 % fordelt på klassetrinnene.

Andel der synes en eller flere forældre tit eller meget tit bruger for meget tid på skærm



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen

Unge og Præstationskultur

Data og tendenser

§17, stk. 4 Udvalget Sammen om alle unges trivsel



Baggrund for anbefalinger

Unge vil gerne præstere og motiveres af at gøre det godt, samtidig oplever en del unge et øget forventningspres til hvor, hvad og hvor meget de skal præstere. Center for Ungdomsforskning fremhæver i bogen "Mistrivsel i lyset af tempo, præstation og psykologisering" særlig to samfundstendenser, der kan påvirke unges trivsel i relation til præstation. For det første at den generelle samfundsmæssige acceleration og pres på tiden, betyder at unge kan opleve ikke at kunne følge med og leve op til kravene i uddannelse, på arbejdsmarkedet eller i sociale sammenhænge, sammen med oplevelsen af, at man altid halser bagefter og aldrig helt når i mål, inden man skal i gang med det næste. For det andet kan præstationskulturen forårsage en omsiggribende bedømmelses- og konkurrencekultur, der hænger sammen med et øget fokus på og mulighed for at betragte og bedømme sig selv i forhold til andre..

Tendenser

Præstationskultur øger risiko for negative følelser som oplevelsen af utilstrækkelighed, stress og udbændthed, kritisk introspektion, ængstelighed og søvnproblemer.

I Gentofte er pigerne mere presset af præstationskulturen end drengene – pigerne føler i højere grad, at de ikke kan nå det de skal/vil samt at de dagligt skal klare sig godt i skolen (dog faldende andel). Der er færrest piger på ungdomsuddannelserne, som deltager i fritidsaktiviteter, men flest der gerne ville gå til noget. En stigende andel af elever i udskolingene føler, de skal være gode til sport, mens niveauet er uændret på ungdomsudd. På ungdomsuddannelserne er det især drengene der føler de skal være gode til sport.

Potentiale

Unge vil gerne præstere og motiveres af at gøre det godt, men det skal komme fra dem selv. Der kan være en gevinst ved at flytte fokus fra slutresultat til læringsproces i uddannelsessystemet og ved at skabe rum for at tale om præstationskultur.

Præstationskultur kan øge risiko for negative følelser

- ❖ **Utilstrækkelighed:** Oplevelsen af ikke at kunne slå til, når barren er sat højt. Sammenhæng mellem utilstrækkelighed, tristhed og depression.
- ❖ **Kritisk introspektion:** "Jeg har tendens til, at hvis noget går dårligt, så bebrejder jeg mig selv alt for meget, hvilket jeg nok burde stoppe med" (citater ung mand).
- ❖ **Ængstelighed:** Særligt i forhold til at blive afsløret i at være fejlbarlig samt sociale sanktioner/negativ bedømmelse.
- ❖ **Stress og udbændthed:** Det høje tempo og følelse af en konstant omskiftelighed. Især hvis samtlige dele af ens hverdagsliv opleves som værende præstationsbetonede.
- ❖ **Søvnproblemer:** Især i forhold til tanker om, hvad man ikke lykkedes med i løbet af dagen, eller pres for at opretholde og pleje et stort netværk på sociale medier.

Søren Kristian Krogh, Post.Doc, Ph.d. i Sociologi



Sammenhæng mellem trivsel og præstationskultur

Sammenhæng mellem trivsel og temaet "Præstationskultur"

I VIVEs rapport Unges trivsel i Gentofte Kommune 2024, er udarbejdet et bud på de ti stærkeste markører for unges trivsel.

Som nummer 8 er: **Jeg når de ting, jeg gerne vil**

Et datadrevet bud på de 10 stærkeste trivselsmarkører i Gentofte

1. Jeg har det for tiden godt i skolen
2. Jeg føler mig sund og rask
3. Jeg har det for tiden godt derhjemme
4. Jeg føler mig ikke ensom
5. Jeg er tilfreds med mit udseende
6. **Jeg er i god fysisk form**
7. Jeg får nok motion
8. Jeg når de ting, jeg gerne vil
9. Jeg spiser sundt
10. Jeg sover aldrig dårligt eller uroligt.



Kan du til daglig nå de ting, du skal eller gerne vil?

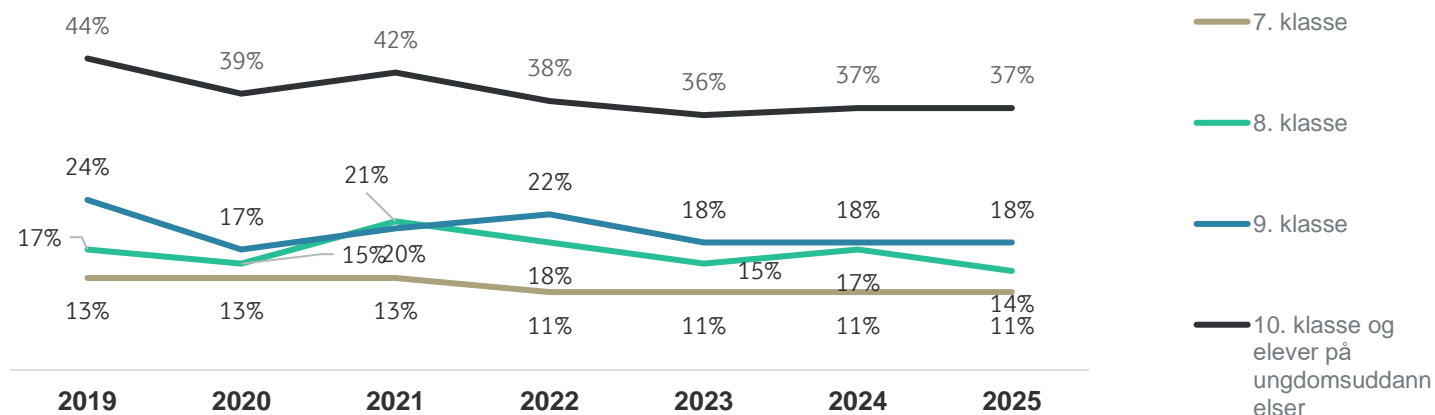
Tendenser

- Andelen af elever som har svært ved at nå de ting, de skal eller gerne vil, er relativt stabil over tid.
- Andelen som har svært ved at nå de ting, de skal eller gerne vil stiger gradvist i takt med klassetrin.

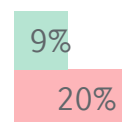
Kønsforskel

- Der ses en generel kønsforskel med en overvægt af piger, hvilken stiger med klassetrin.
- Også opdelt på 7., 8. og 9. klasse er der en overvægt af piger.

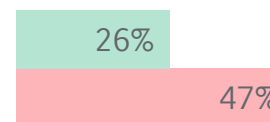
Andel, som svarer "nej" eller "nej, af og til kniber det"



Udskolingen 2025



10. Klasse og Ungdomsuddannelser 2023





Unge og Præstationskultur

Skole og ungdomsuddannelser



Hvor ofte føler du, at du skal klare dig godt i skolen?

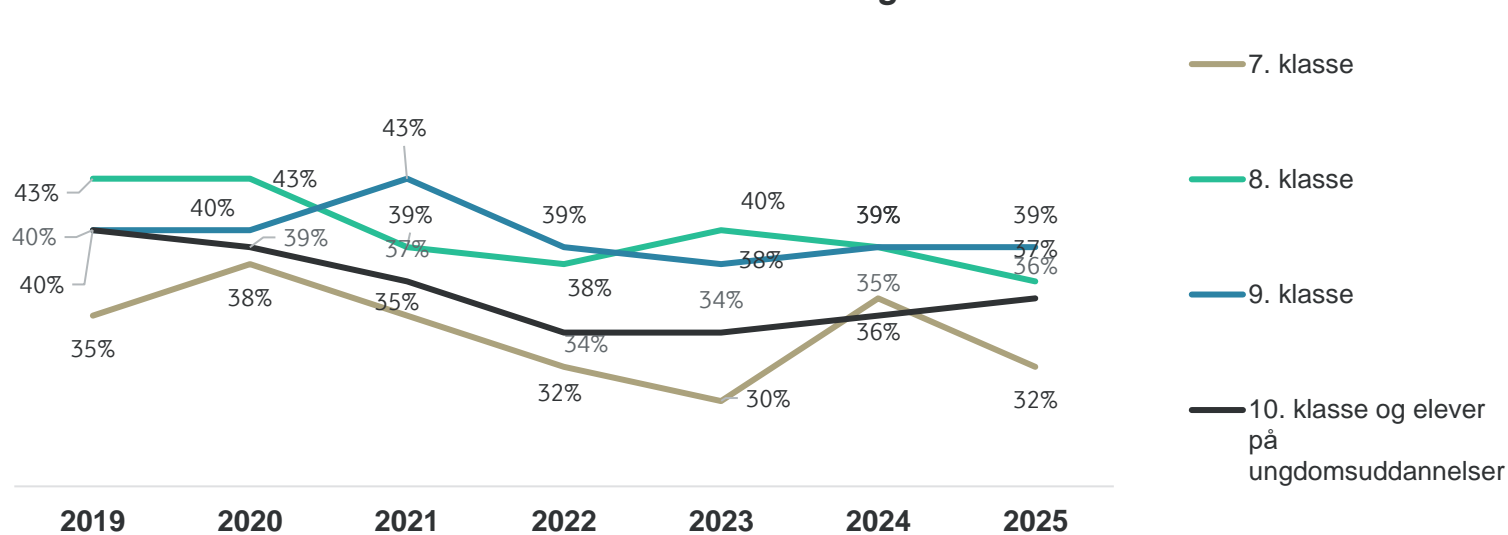
Tendenser

- Andelen som føler de skal klare sig godt i skolen hver dag er faldet enkelte procent over tid.

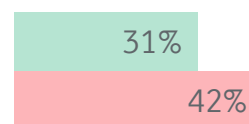
Kønsforskel

- Der er generelt flere piger end drenge som oplever, at de dagligt skal klare sig godt i skolen.

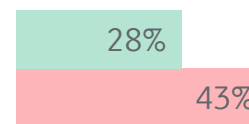
Andel som svarer "hver dag"



Udskolingen 2025



10. Klasse og Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Karaktergennemsnittet i de bundne prøfefag

Tendenser

- Karaktergennemsnittet er lavere på folkeskolerne end det er på privatskolerne i Gentofte Kommune.
- Karaktergennemsnittet på folkeskolerne og privatskolerne i Gentofte Kommune ligger over landsgennemsnittet.

Folkeskoler (inkl. Ungdomsskolen og Søgårdsskolen):

Skoleår	Gentofte	Gladsaxe	Lyngby-Taarbæk	Rudersdal	Landsplan
2019/2020	8,8	7,7	8,7	8,4	7,4
2020/2021	9,0	8,0	9,2	8,9	7,9
2021/2022	8,9	8,0	9,1	8,7	7,8
2022/2023	8,3	7,4	8,6	8,1	7,2
2023/2024	8,1	7,5	8,6	8,0	7,2
2024/2025	8,5	7,7	8,5	8,2	7,3

Privatskoler:

Skoleår	Gentofte	Gladsaxe	Lyngby-Taarbæk	Rudersdal	Landsplan
2019/2020	9,2	8,8	9,2	7,9	8,2
2020/2021	9,6	9,4	9,7	8,9	8,7
2021/2022	9,5	9,2	9,7	9,9	8,6
2022/2023	9,0	8,6	8,9	8,6	8,0
2023/2024	9,0	8,4	9,2	8,7	8,1
2024/2025	9,1	8,2	9,5	9,1	8,2

Karaktergennemsnittet på folkeskolerne i Gentofte Kommune er, uden de elever som modtager specialundervisning, **8,6**.



Tænk tilbage på de sidste 30 dage. Har der været dage, hvor du ikke er kommet i skole, fordi du ikke har lavet lektier eller er bekymret for fx test, prøver eller fremlæggelser?

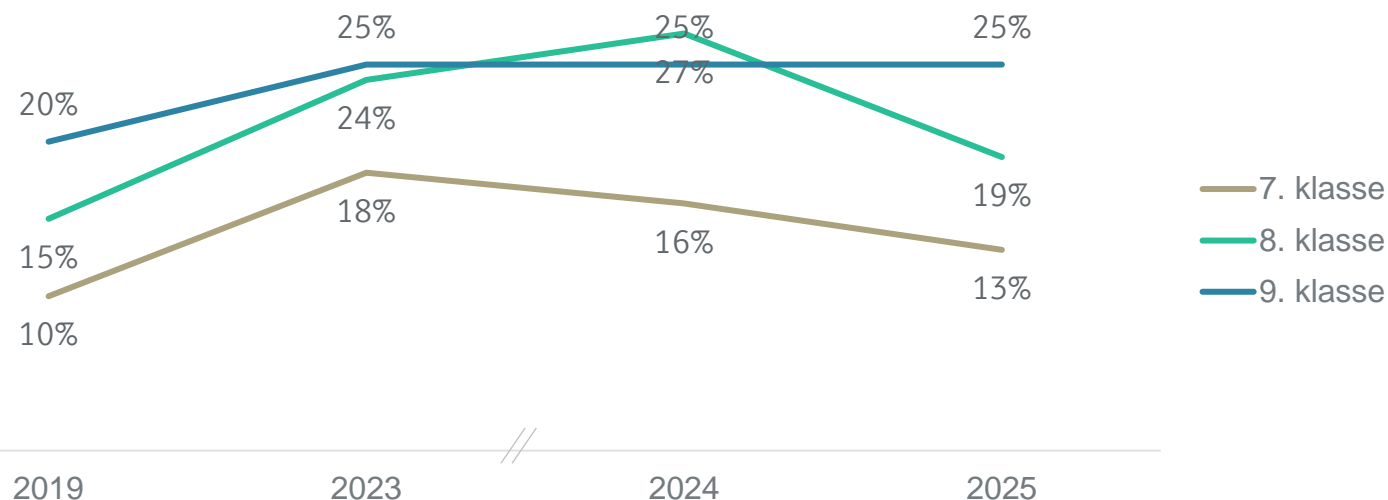
Tendenser

- OBS at der mangler data mellem 2019 til 2023. Og at data kun er tilgængelig for udskolingen.
- Siden 2019 er det sket en stigning frem til 2023, hvor andelen enten forbliver uændret til 2025 (9. kl.) eller falder med få procentpoint.

Kønsforskel

- I alle klassetrin er der flere piger end drenge, som angiver ikke at være kommet i skole grundet bekymring eller manglende lektier.
- For alle klassetrin udgør kategorien "Ja, flere dage" en meget lille andel.

Andel af elever, som har svaret "Ja, en enkelt dag" og "Ja, flere dage"



Udskolingen 2025





Hvor ofte føler du dig presset pga. karakterer?

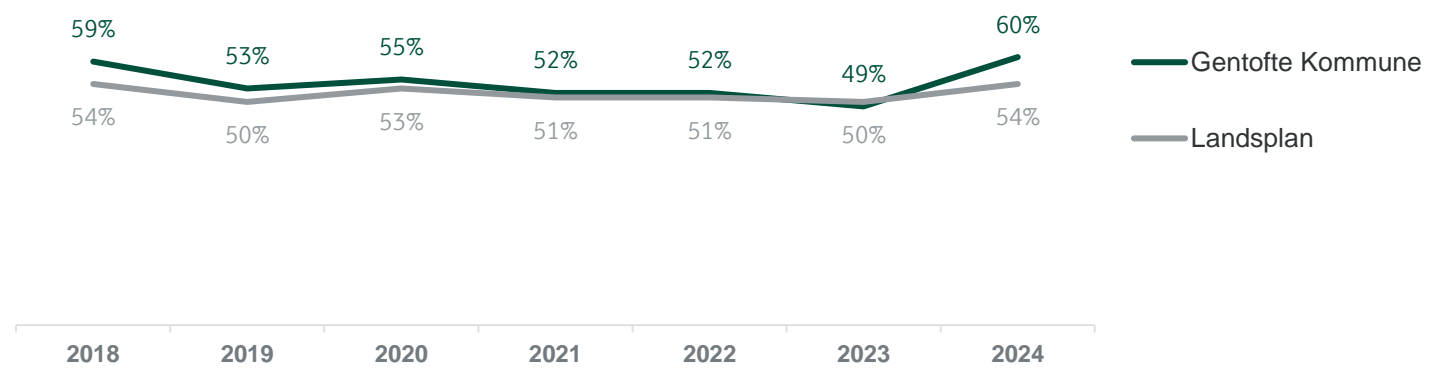
Tendenser

- Ca. halvdelen af de adspurgte unge føler sig presset pga. karakterer tit eller meget tit. Andelen har været faldende både i Gentofte og på landsplan frem til 2023.
- Der er sket en stor stigning særligt for Gentofte fra 2023 til 2024.

Kønsforskel

- Generelt er der flere piger end drenge, som føler sig presset pga. karakterer tit eller meget tit.

Andel, som har svaret "tit" eller "meget tit" (elever på STX eller HF)



STX og HF 2024





Hvor ofte føler du dig presset pga. egne krav og forventninger til skolearbejdet?

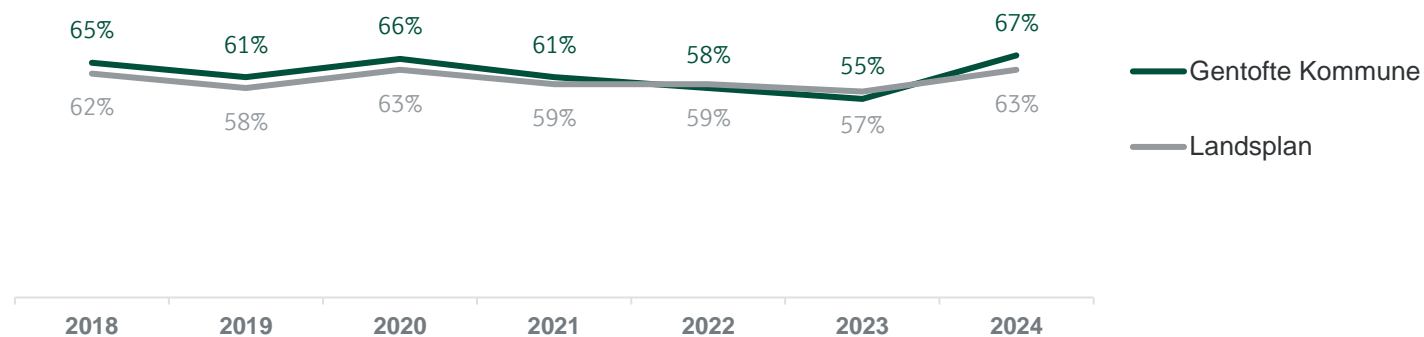
Tendenser

- Over halvdelen af de adspurgte unge føler pres fra sig selv over skolearbejdet.
- Andelen er faldende siden 2018 og følger landsplan frem til 2024.
- Mellem 2023 og 2024 er der sket en stor stigning særligt for Gentofte.

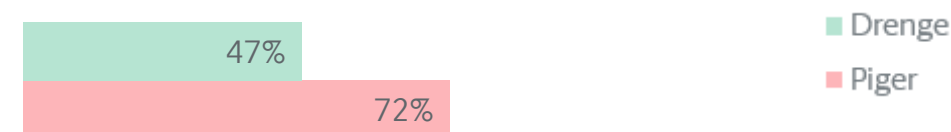
Kønsforskel

- Pigerne oplever i højere grad pres fra sig selv over skolearbejde end drengene.

Andel, som har svaret "tit" eller "meget tit"
(elever på STX eller HF)



STX og HF 2024





Unge og Præstationskultur

Fritidsliv



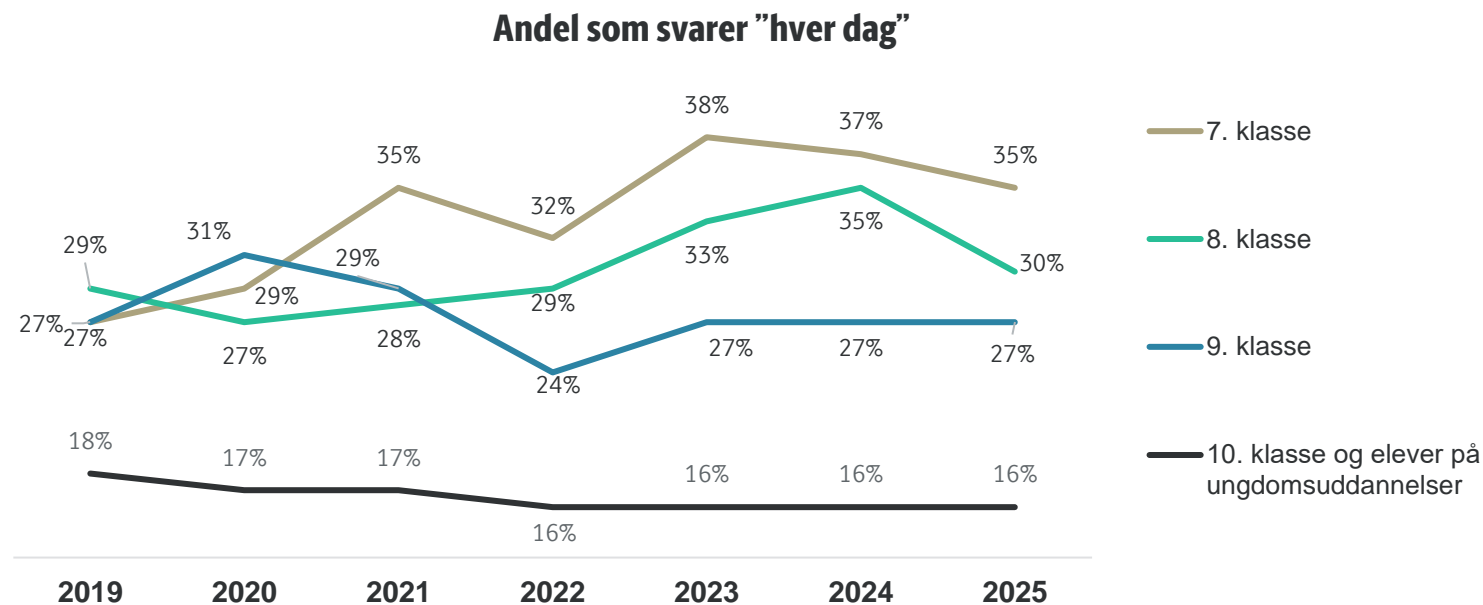
Hvor ofte føler du, at du skal være god til sport?

Tendenser

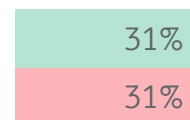
- Andelen af unge i 7. kl., som føler at de skal være gode til sport hver dag har udsving, men er steget siden 2019.
- Øvrige klassetrin har enkelte udsving i data over tid, men er generelt på samme niveau som i 2019.

Kønsforskel

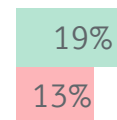
- I udskolingen er der ingen forskel mellem piger og drenge.
- I 10. kl. og ungdomsuddannelserne er der en overvægt af drenge.



Udskolingen 2025



10. Klasse og Ungdomsuddannelser 2025



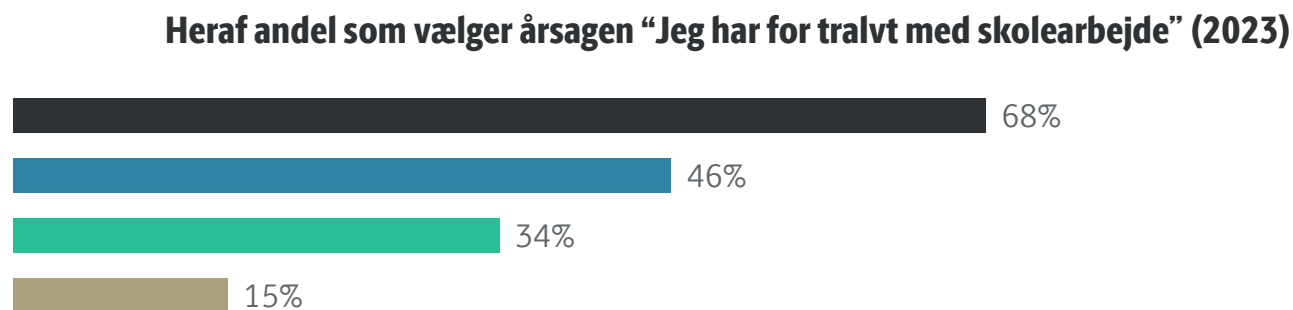
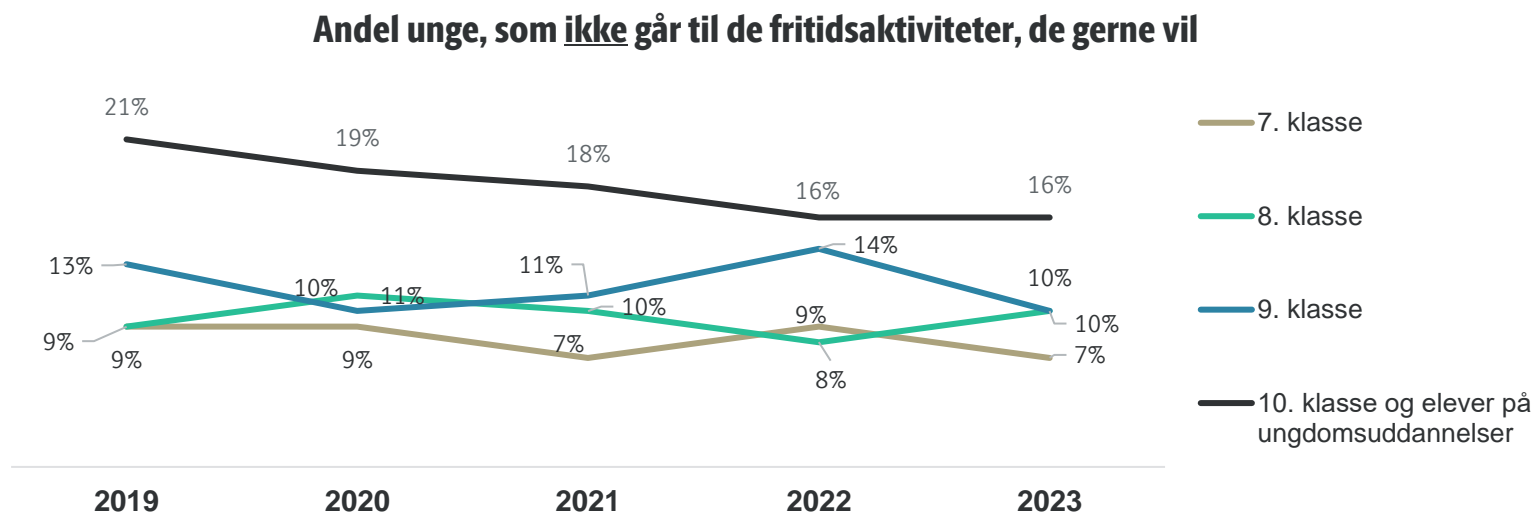
■ Drenge
■ Piger



Nogle unge oplever, at de har for travlt med skolearbejde til at kunne gå til de fritidsaktiviteter, de gerne vil (Ny spørgsmålsformulering fra 2024)

Tendenser

- Andel som svarer "nej" til spørgsmålet "Deltager du i de fritidsaktiviteter, som du kunne tænke dig?"
- Relativt stabil tendens for udskolingen, mens andelen er faldende for 10. og ungdomsuddannelser.
- Andel som vælger årsagen "Jeg har for travlt med skolearbejde" stiger markant pr klassetrin og er den mest anvendte årsag for 10. klasse og elever på ungdomsuddannelser.
- Dette spørgsmål har ændret ordlyd i 2024, hvorfor der kun er data frem til 2023.





Andel der ikke deltager i de fritidsaktiviteter, de kunne tænke sig grundet, at de har for travlt med skolearbejde (Data fra 2024 og 2025 foreligger ikke pga. af ny spørgsmålsformulering fra 2024)

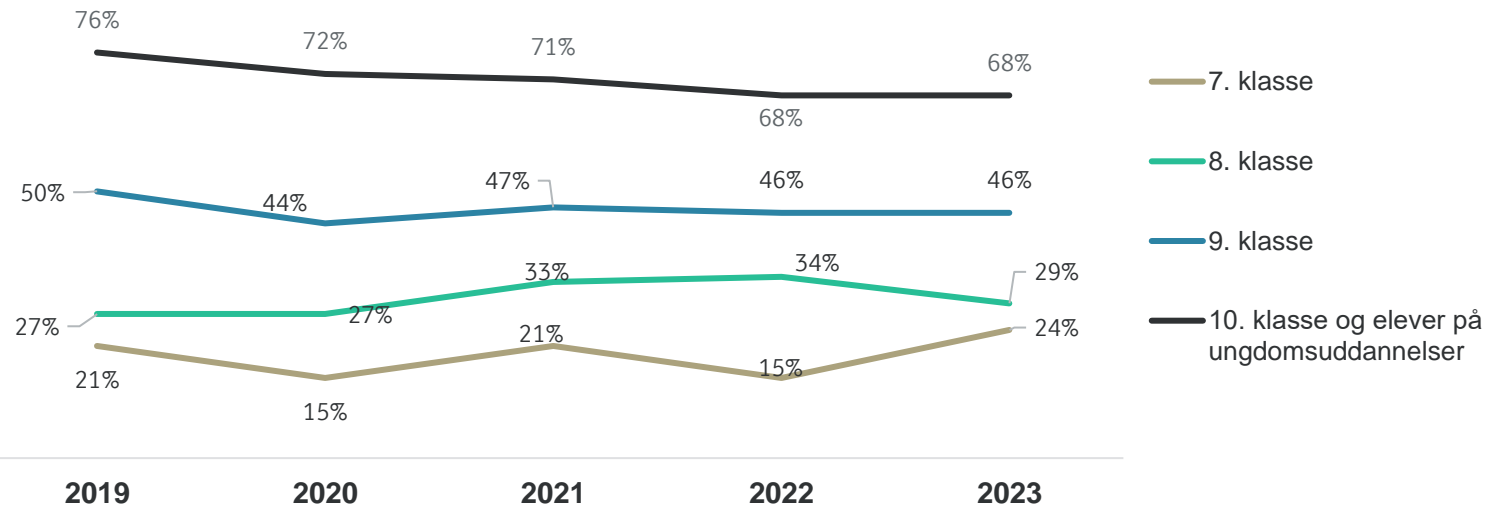
Tendenser

- Andel, der angiver at have for travlt med skolearbejder som årsag til ikke at deltage i ønskede fritidsaktiviteter stiger med hvert klassetrin.
- Siden 2019 har tallene ligget relativt stabilt for udskolingen. For 10. og ungdomsuddannelser er andelen faldet 8 %-point.
- Dette spørgsmål har ændret ordlyd i 2024, hvorfor der kun er data frem til 2023.

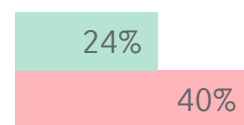
Kønsskel

- Det er flere piger end drenge som vælger travlheden med skolearbejde som årsag. I alle klassetrin stiger andel af piger og drenge pr. klassetrin
- Forskellen i udskolingen er størst for 7. klasse hvor andelen er 8% og 33% for hhv. drenge og piger.

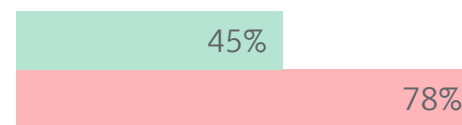
Andel, der svarer "Jeg har for travlt med skolearbejde for tiden"



Udskolingen 2023



10. Klasse og Ungdomsuddannelser 2023



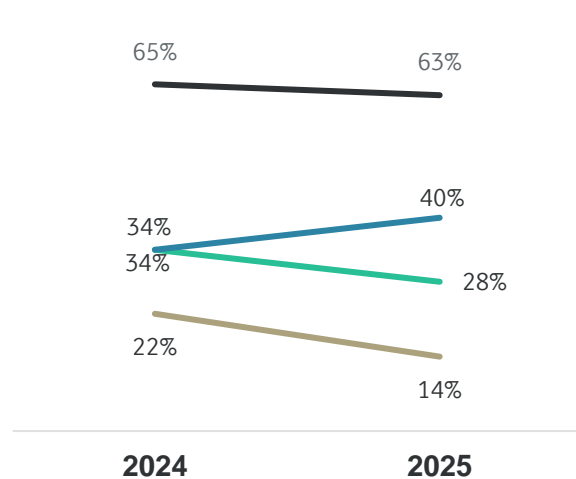


Travlhed med skolearbejde, som årsag til ikke at gå til sport/fitness eller kulturaktiviteter

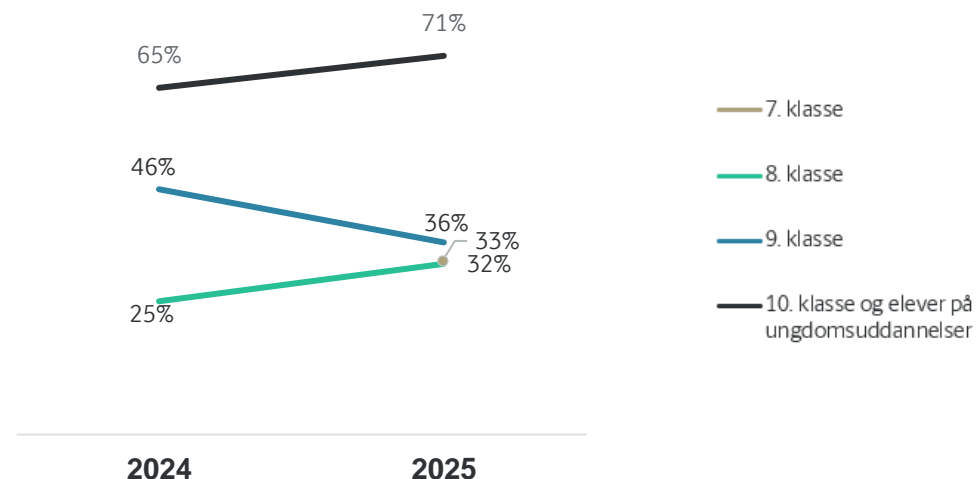
Tendenser

- Dette spørgsmål er indført i 2024. Der kan derfor ikke siges noget om tendens over tid endnu.
- Der er tale om en række filterspørgsmål, hvorfor der skal være en opmærksomhed på antal respondenter*
- For begge typer aktiviteter er skolearbejde en hyppigt brugt grund til ikke at gå til mere sport/fitness eller kulturaktiviteter særligt for elever i 10. kl. og ungdomsuddannelser.
- Samlet for udskolingen er det ca. en tredjedel, der oplever at have for travlt med skolearbejde til at kunne gå til det sport/fitness eller kulturaktiviteter, som de gerne vil.

Andel, som gerne vil gå til mere sport og fitness, men angiver at have for travlt med skolearbejde*



Andel, som gerne vil gå til flere kulturaktiviteter, men angiver at have for travlt med skolearbejde*



* OBS at der er tale om en række filterspørgsmål. Andelen i denne graf udgør de elever, som først har svaret enten "Jeg vil gerne gå til mere end jeg allerede gør" eller "Jeg går ikke til noget, men vil gerne" til spørgsmålet "Går du til de fritidsaktiviteter, du gerne vil?" OG derefter har svaret, at de gerne vil gå til mere "Sport og fitness" eller "Kulturaktiviteter" til spørgsmålet "Hvad kunne du tænke dig at gå til".

Kilde: Ungeprofilundersøgelsen, Gentofte Kommune

Unge og Fællesskaber

Data og tendenser

§17, stk. 4 Udvalget Sammen om alle unges trivsel



Fællesskabers betydning for unges trivsel

Fællesskaber er afgørende for unges trivsel og udvikling. De skaber en følelse af tilhørsforhold og værdi, men kan også være en kilde til stress og ubehag, hvis den unge føler sig udenfor. Trygge og inkluderende fællesskaber understøtter læring og udvikling i skolen. Voksne og forældre er afgørende for at skabe trygge og inkluderende fællesskaber. De kan styrke de sociale bånd, spotte unge på kanten af fællesskabet og støtte dem i deres udvikling gennem pædagogisk støtte. Det er en naturlig del af livet at opleve en følelse af at blive ramt af ensomhed og stå uden for fællesskabet. Langvarig ensomhed og udenforskab kan skade sociale kompetencer og kan føre til alvorlige helbredsproblemer.

Tendenser

I Gentofte er der en faldende andel elever i både udskoling og på ungdomsuddannelserne, der føler sig som en del af klassen (udskoling) eller det sociale fællesskab på deres ungdomsuddannelse. Der er en stigende andel i udskoling, som oplever at blive mobbet. Der er et markant frafald i deltagelse i organiserede fritidsaktiviteter (forenings-/kulturliv) ved overgangen fra grundskole til ungdomsuddannelse. Det gælder særligt pigerne. Pigerne bruger mere tid på sociale medier end drengene, mens drengene gamer mere.

Potentialer

Der er ingen enkle løsninger, men en bred tilgang er nødvendig for at skabe gode rammer for unges fællesskaber. Her kan der med fordel arbejdes med sundhedsstyrelsens anbefalinger til positive, trygge og udviklende fællesskaber. Samtidig tage afsæt i unges ønsker for deres fritidsliv fx et større fokus på fællesskab frem for præstation. Unge, der får ansvar i foreningslivet, føler sig mere forbundne og engagerede. Frivilligt arbejde fremmer demokratiforståelse og aktivt medborgerskab.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger

Organiserede fællesskaber kan styrke unges trivsel, når de indeholder fem ingredienser:

- ❖ **Social forbundethed:** Unge oplever venskaber, sammenhold og positive sociale relationer med hinanden og den involverede voksne.
- ❖ **Udvikling af kompetencer:** Den unge oplever at blive bedre til de færdigheder, som aktiviteten kræver.
- ❖ **Udvikling af selvtillid:** Unge udvikler en tro på egne evner og kan bidrage til aktiviteten med deres kompetencer.
- ❖ **Lystbetonet deltagelse:** Unge deltager i fritidsfællesskabet af egen lyst og motivation, og ikke grundet andres forventninger.
- ❖ **Tryghed og tillid:** Unge oplever fællesskabet som trygt og tillidsfuldt, og som et sted, hvor der er plads til at 'være sig selv'.



Sammenhæng mellem trivsel og oplevelsen af ensomhed

Sammenhæng mellem trivsel og temaet "Fællesskaber"

- I VIVEs rapport Unges trivsel i Gentofte Kommune 2024, er udarbejdet et bud på de ti stærkeste markører for unges trivsel.
- Som nummer 4 er: **Jeg føler mig ikke ensom**

Et datadrevet bud på de 10 stærkeste trivselsmarkører i Gentofte

1. Jeg har det for tiden godt i skolen
2. Jeg føler mig sund og rask
3. Jeg har det for tiden godt derhjemme
4. Jeg føler mig ikke ensom
5. Jeg er tilfreds med mit udseende
6. Jeg er i god fysisk form
7. Jeg får nok motion
8. Jeg når de ting, jeg gerne vil
9. Jeg spiser sundt
10. Jeg sover aldrig dårligt eller uroligt.



Unge og Fællesskaber

Fællesskaber i skolen



Fællesskabet i skole eller uddannelse

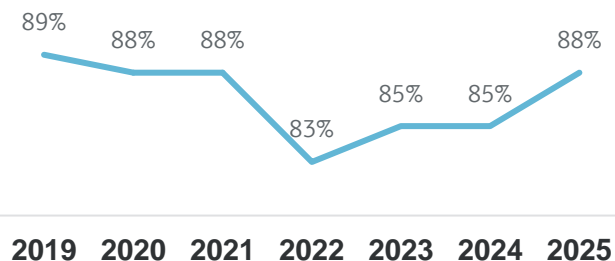
Tendenser

- Andelen som 'for det meste' eller 'ofte' er med i fællesskabet i klassen (udskolingen) er 88 % og er dermed steget stødt siden 2022.
- Andelen som 'for det meste' eller 'ofte' er en del af det sociale fællesskab på skolen/uddannelsen (10. klasse/Ungdomsuddannelser) er 83%. Det er en lille stigning sammenlignet med 2024, men stadig et fald fra 2019.

Kønsskel

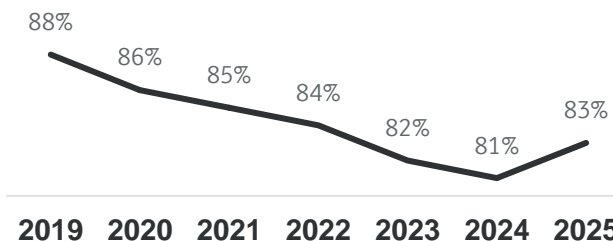
- Generelt er der flere drenge end piger som 'for det meste' eller 'ofte' føler sig som en del af fællesskabet.

Er du med i fællesskabet i klassen?
Andel som svarer "ja, for det meste" eller "ja, altid"



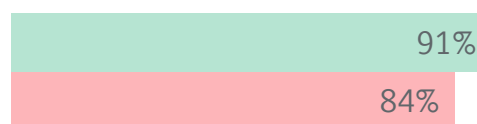
— Udskolingen

Føler du dig som en del af det sociale fællesskab på din skole/uddannelse?
Andel som svarer "ja, for det meste" eller "ja, altid"

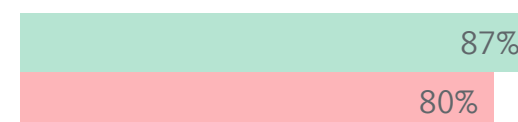


— 10. klasse/
Ungdomsuddannelser

Udskolingen 2025



10. Klasse / Ungdomsuddannelser 2024



■ Drenge
■ Piger



Er du blevet mobbet i dette skoleår? (Trivselsmåling)

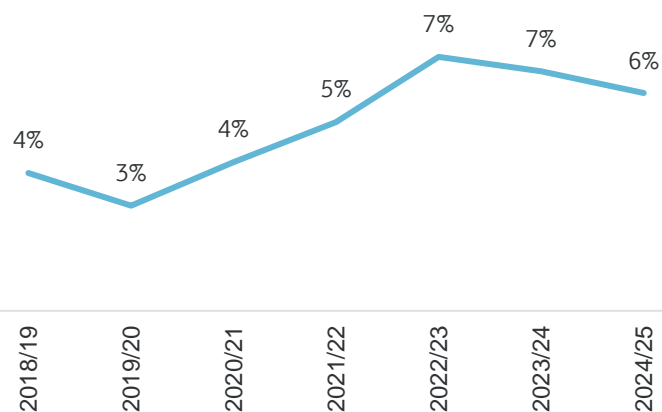
Tendenser

- Unge der er blevet mobbet 'en gang imellem' eller 'tit' eller 'meget tit' er generelt steget et par procentpoint siden 2018.

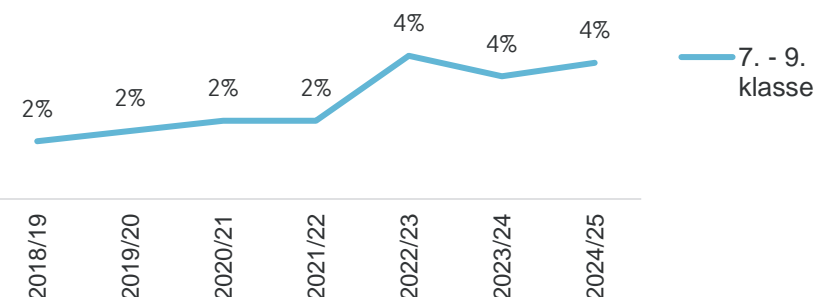
Kønsforskel

- Der er lidt flere piger end drenge som er blevet mobbet 'en gang imellem' og lidt flere drenge som er blevet mobbet 'tit' eller 'meget tit'. Forskellen er dog lille og grundet lille andel respondenter er det vanskeligt at lave en tolkning.

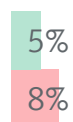
Andel som svarer "En gang imellem"



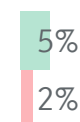
Andel som svarer "Tit" eller "Meget tit"



7.-9. kl. (2024/25)



7.-9. kl. (2024/25)



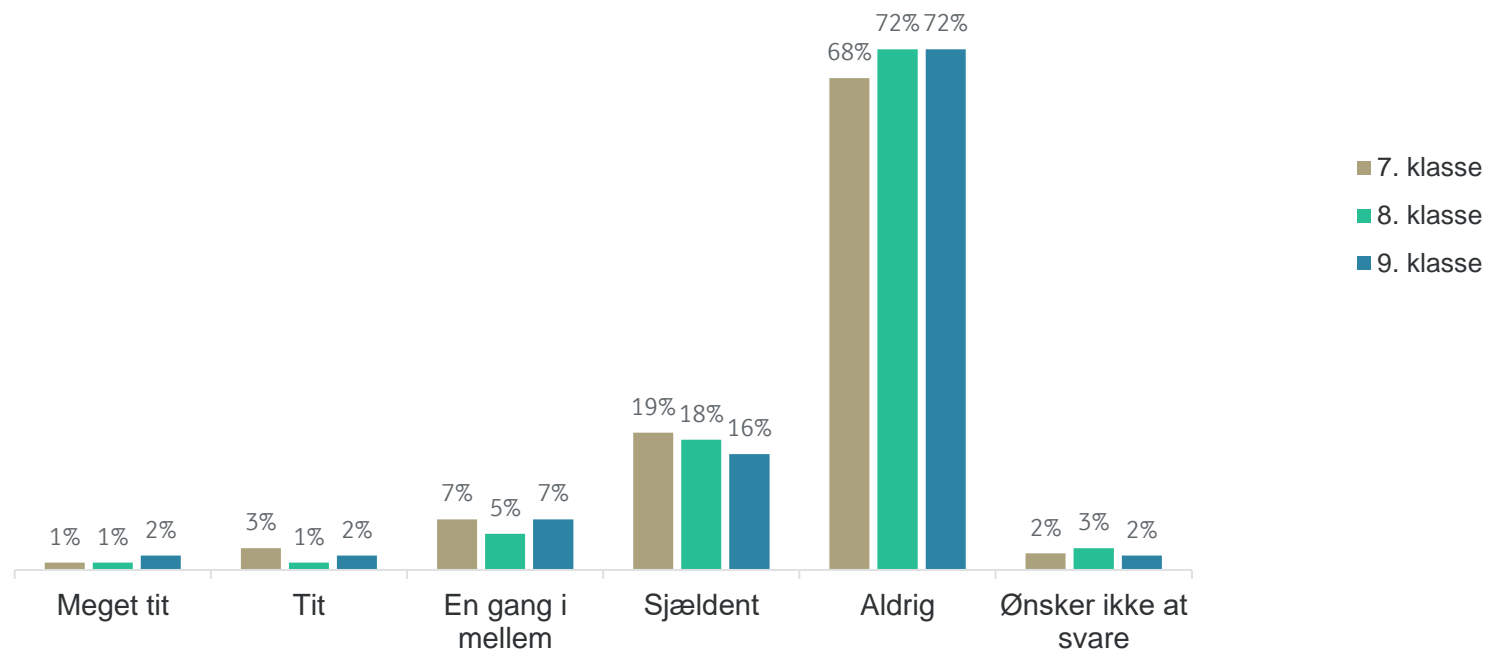
■ Drenge
■ Piger



Er du blevet mobbet i dette skoleår? (Trivselsmåling 2024/25)

Tendenser

- Der er ikke store forskelle mellem 7.-9. klasse i hvor ofte de oplever at blive mobbet.
- Størstedelen oplever sjældent eller aldrig at blive mobbet (87%-89%)





Tænk på det sidste halve år. Er du blevet mobbet i skolen?

Mobning er, når man gentagne gange bliver holdt udenfor, drillet eller generet på en ubehagelig måde.

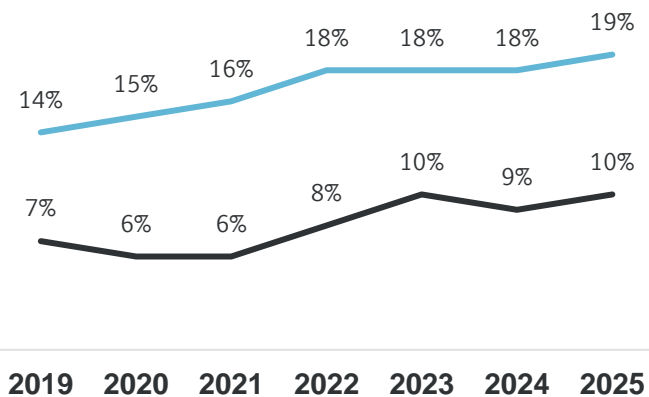
Tendenser

- Der ses en gradvis stigning siden 2019 i andelen af elever i 7.-9. klasse, der oplever at være blevet mobbet nogle få gange. Andelen er også stigende for 10. kl. og STX/HF men i mindre grad.
- Andelen som oplever sig mobbet "mange gange" er relativt stabil over tid.
- Andelen der oplever sig mobbet er generelt højere for udskolingens sammenlignet med 10. kl. og STX/HF.

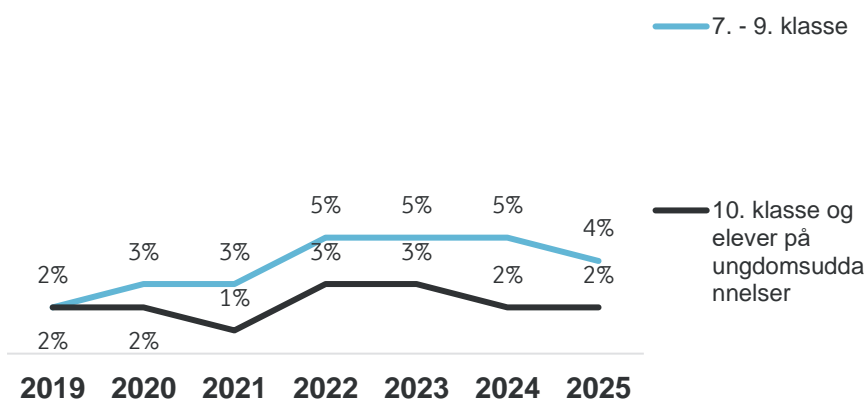
Kønsforskelle

- Der er ingen mærkbare kønsforskelle.

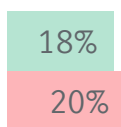
Andel som svarer "ja, nogle få gange"



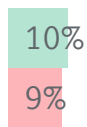
Andel som svarer "ja, mange gange"



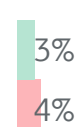
7.-9. kl. 2025



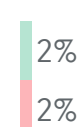
10. Klasse og Ungdomsuddannelser 2025



7.-9. kl. 2025



10. Klasse og Ungdomsuddannelser 2025



■ Dreng
■ Pige



Unge og Fællesskaber

Støtte, ensomhed og oplevelse af at være alene



Har du nogen venner eller veninder at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?

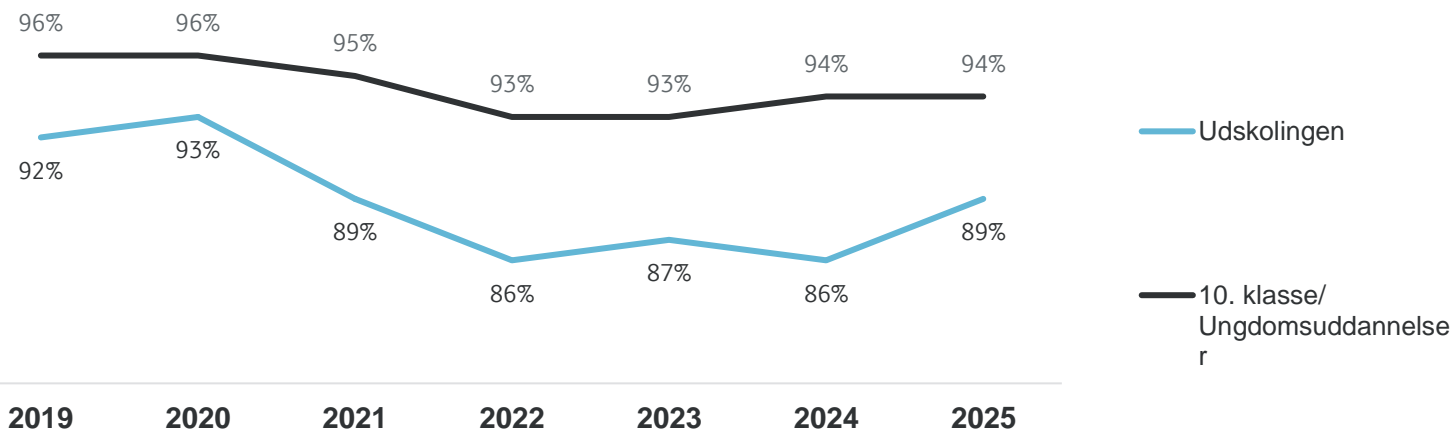
Tendenser

- Unge skal ikke nødvendigvis være tætte med alle i et fællesskab, men det er vigtigt for trivslen at have enkelte tætte relationer.
- Hovedparten i 10. klasse/ Ungdomsuddannelser har venner/veninder at tale med (94 %). Dette har ligget relativt stabilt siden 2019.
- Færre unge i udskoling har venner/veninder at tale med, og andelen på 89% er faldet 4%point siden 2019.

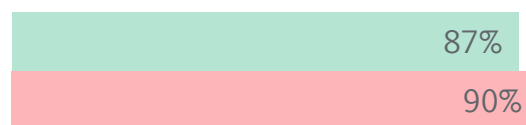
Kønsforskel

- Der er ingen tydelig kønsforskel, men dog en lille overvægt af piger sammenlignet med drenge, som har venner eller veninder at tale med.

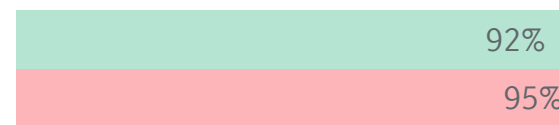
Andel som svarer "ja, for det meste" eller "ja, altid"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



❖ Sker det nogensinde, at du er alene, selvom du mest har lyst til at være sammen med andre?

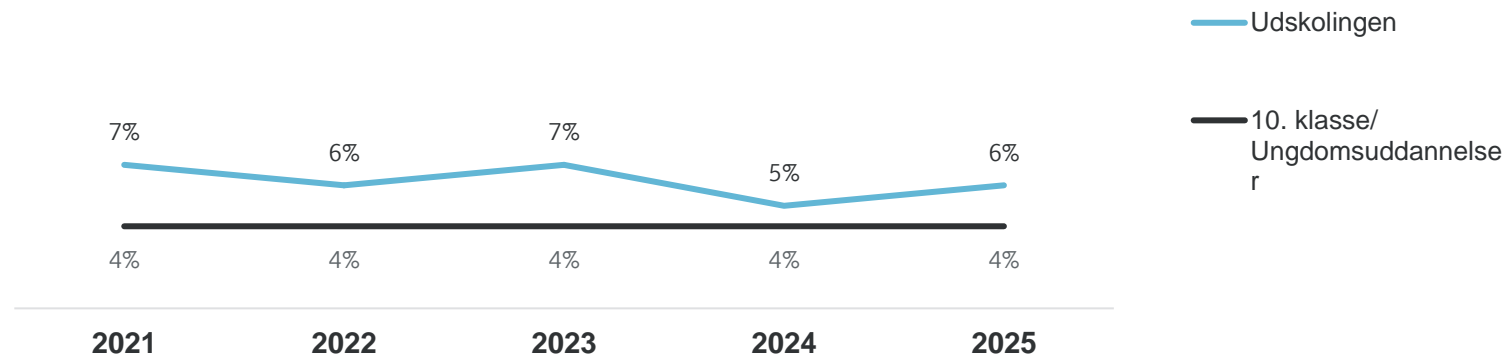
Tendenser

- Dette spørgsmål supplerer spørgsmålet om ensomhed. Ensomhed er et tabu, hvor det er vanskeligt at spørge ind til og svare på.
- 6% (udskoling) og 4% (10. kl./ungdomsuddannelse) af unge oplever 'ofte' at de er alene, selvom de har lyst til at være sammen med andre.
- Det er et par procentpoint lavere end andelen af unge, der svarer at de ofte eller meget ofte føler sig ensomme.

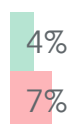
Kønsskel

- Der er ingen tydelig forskel mellem kønnene.

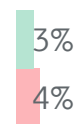
Andel som svarer "ja, ofte"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Føler du dig ensom?

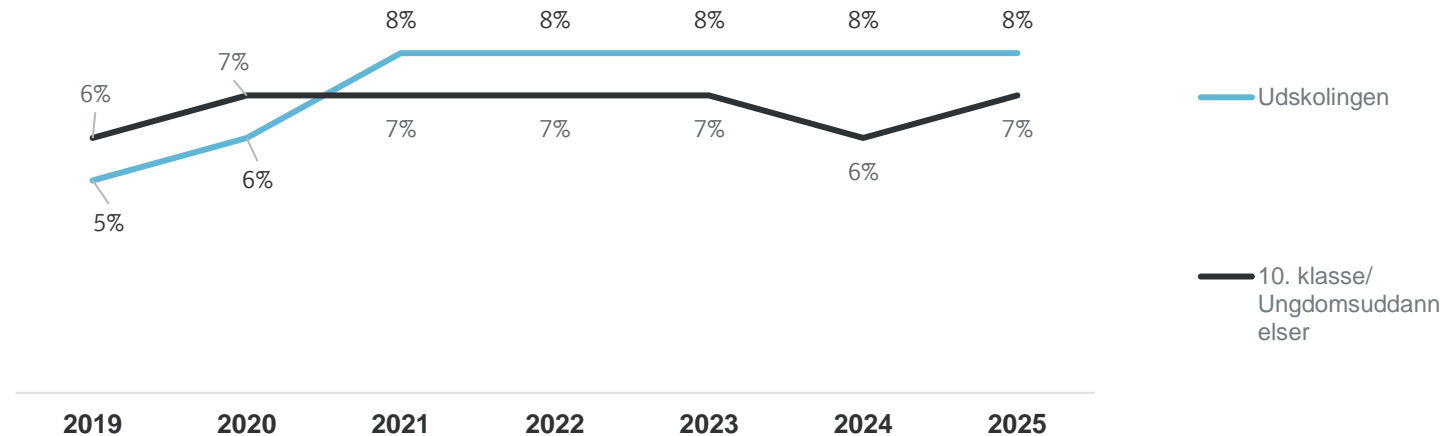
Tendenser

- Unge kan være ramt af ensomhed, både når de er med i og udenfor fællesskabet. De kan fx. være helt ekskluderet, opleve hele tiden at skulle kæmpe for deres plads eller at de ikke kan være sig selv eller dele det, der fylder med de andre.
- 8% og 7% føler sig ensomme 'ofte' eller 'meget ofte' i hhv. udkolingen og 10. klasse/ungdomsuddannelser.
- For 10. klasse/ungdomsuddannelser har dette ligget stabilt siden 2019
- For udkolingen giver stigningen på 3%point anledning til ekstra opmærksomhed.

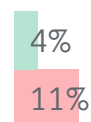
Kønsforskel

- Flere piger end drenge føler sig ensomme 'ofte' eller 'meget ofte'. Forskellen er størst i udkolingen.

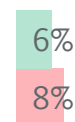
Andel, som svarer "ja, ofte" eller "ja, meget ofte"



Udkolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Føler du dig ensom?

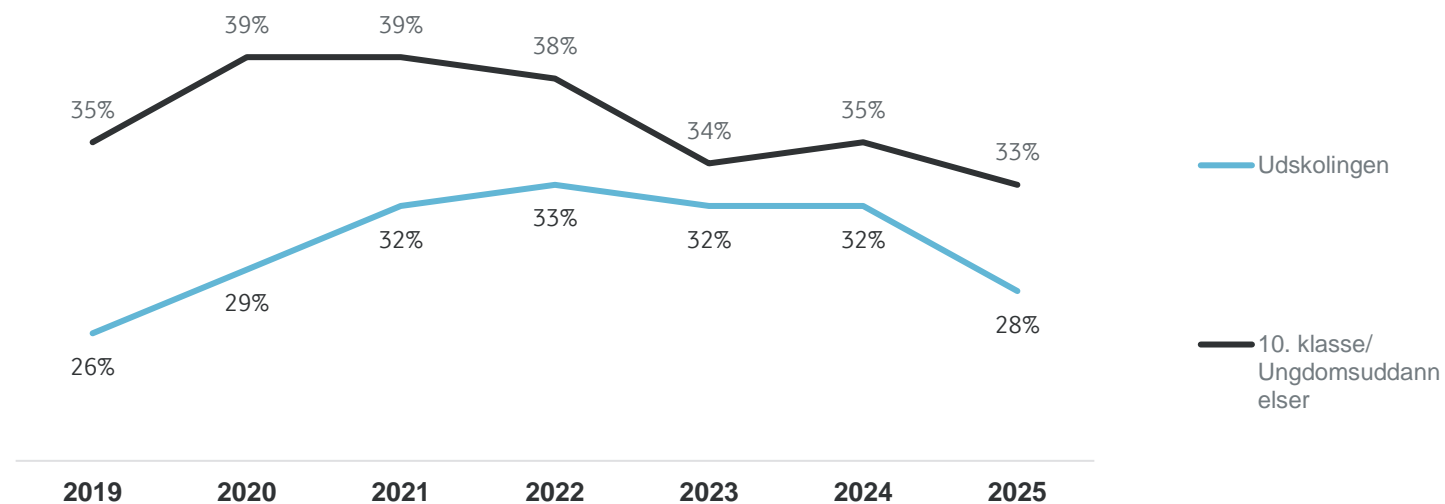
Tendenser

- Det er naturligt ind imellem at føle sig ramt af ensomhed. Unge, der oplever sig ensomme 'af og til' kan både rumme de, der i en forbigående periode oplever ensomhed og unge i eller på vej i mistrivsel. Der er væsentlig at være opmærksom på denne gruppe.
- Ca. hver tredje (28% i udkolingen og 33% i 10. klasse/ungdomsuddannelser føler sig af og til ensomme).

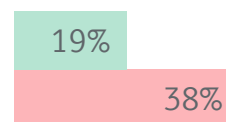
Kønsskel

- Der er næsten dobbelt så mange piger som drenge, som føler sig ensomme 'af og til'.

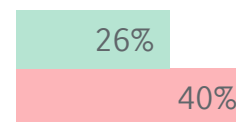
Andel, som svarer "ja, af og til"



Udkolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen, Gentofte Kommune



Unge og Fællesskaber

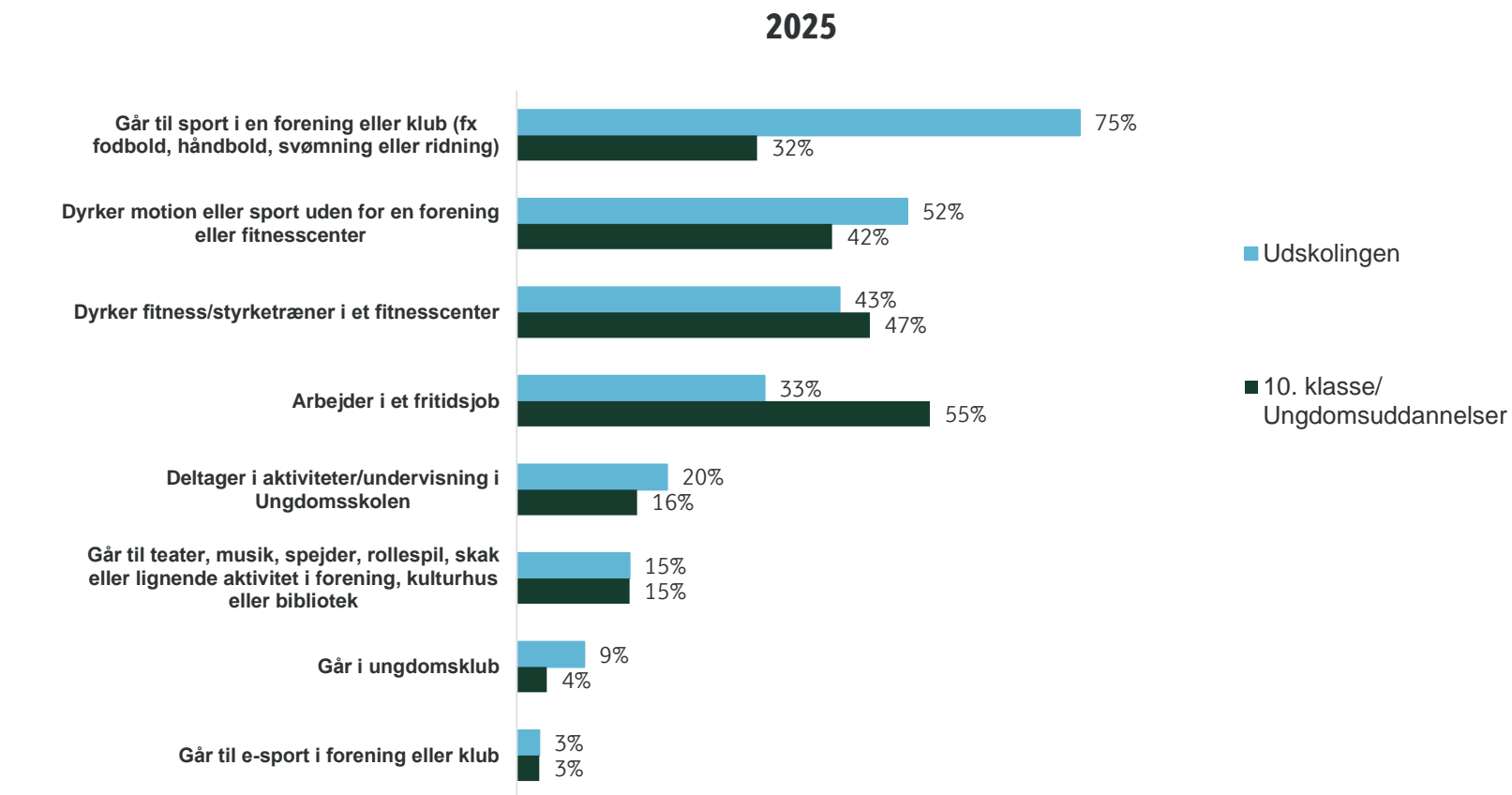
Fritidsliv



Andel elever, der minimum 1 gang om ugen går til:

Tendenser

- For udskolingen fylder sport og motion det meste i fritiden uanset om det er i forening, uden for en forening eller i fitnesscenter.
- For 10.Klasse/ Ungdomsuddannelser fylder fritidsjob og fitnesscenteret mest.
- Det ses en stor forskel mellem klassetrin ift. foreningssport. Dette kan blandt andet hænge sammen med øget travlhed med skolearbejde, og at unges præferencer til fritidslivet generelt ændrer sig med alderen fx i form af ønske om større fleksibilitet.
- Kulturaktiviteter er ensartet på tværs af klassetrin.



Kilde: Ungeprofilundersøgelsen, Gentofte Kommune



Elever, der ikke deltager i organiserede fritidsaktiviteter en gang om ugen eller oftere* (2025 tal)

Tendenser

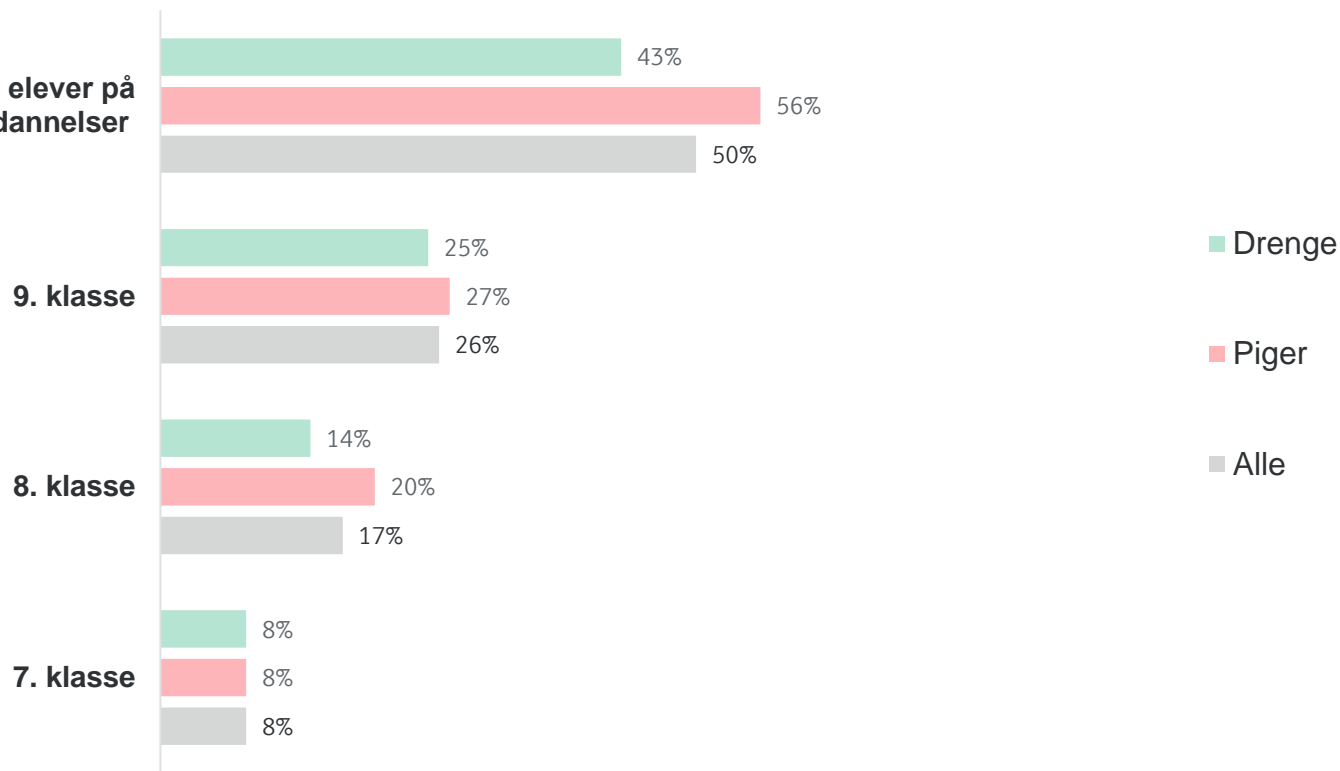
- Andelen af unge der ikke deltager i organiserede fritidsaktiviteter én gang om ugen eller oftere stiger fra 7. klasse frem til ungdomsuddannelse.

Kønsskel

- Der er en større andel af piger, der ikke deltager i organiserede fritidsaktiviteter sammenlignet med drenge. Forskellen mellem drenge og piger ses fra 8. klasse og bliver større frem mod ungdomsuddannelse.

*Elever der har svaret "sjældent eller aldrig" eller "1-3 gange om måneden" til at de deltager i alle følgende aktiviteter: sport i en forening eller klub (fx fodbold, håndbold, svømning eller ridning)/ e-sport i forening eller klub/ teater, musik, spejder, rollespil, skak eller lignende aktivitet i forening, kulturhus eller bibliotek/ ungdomsklub/ aktiviteter/ undervisning i Ungdomsskolen

10. klasse og elever på ungdomsuddannelser





Går ugentligt til sport i en forening eller klub

(fx fodbold, håndbold, svømning eller ridning)

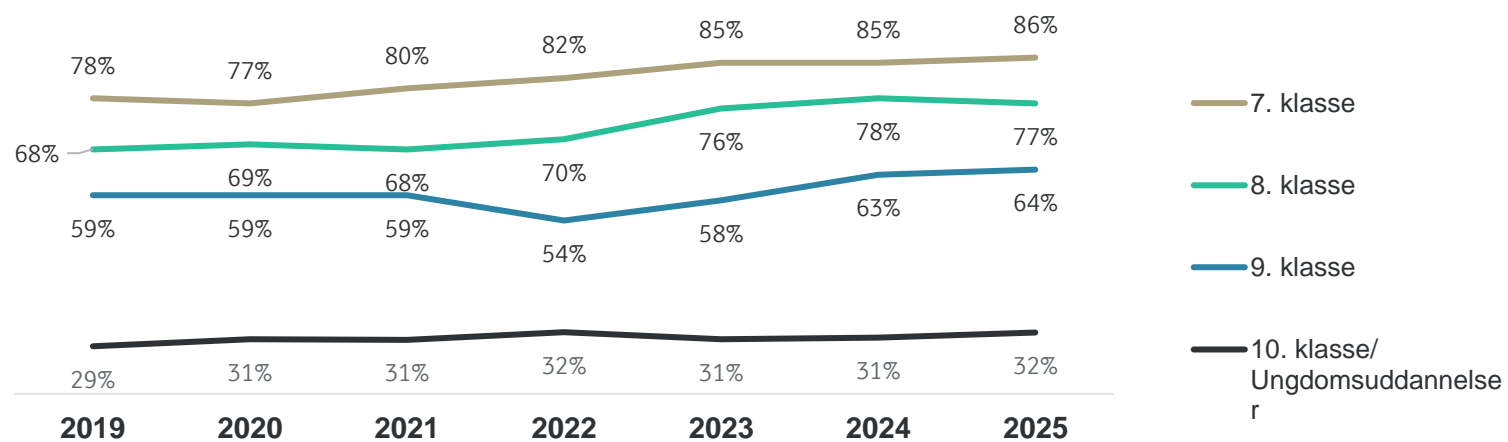
Tendenser

- Siden 2019 er der for unge i 7.-9. kl. sket en gradvist stigning i andelen af unge som ugentligt går til sport i en forening eller klub.
- For unge i 10. kl./ungdomsuddannelser har andelen ligget relativt stabilt siden 2019.
- Der er en tydelig gradient mellem klassetrin, som viser, at foreningsidræt er mest brugt jo lavere klassetrinnet.

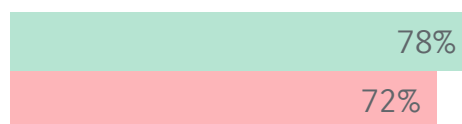
Kønsforskel

- Generelt er der flere drenge end piger, som går til sport i en forening eller klub minimum en gang om ugen.
- Kønsforskellen er markant større for unge i 10. kl./ungdomsuddannelser.

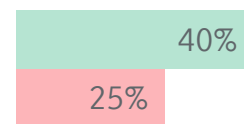
Andel som svarer en gang om ugen eller oftere



Udskolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



✿ Dyrker ugentligt fitness/styrketræning i et fitnesscenter

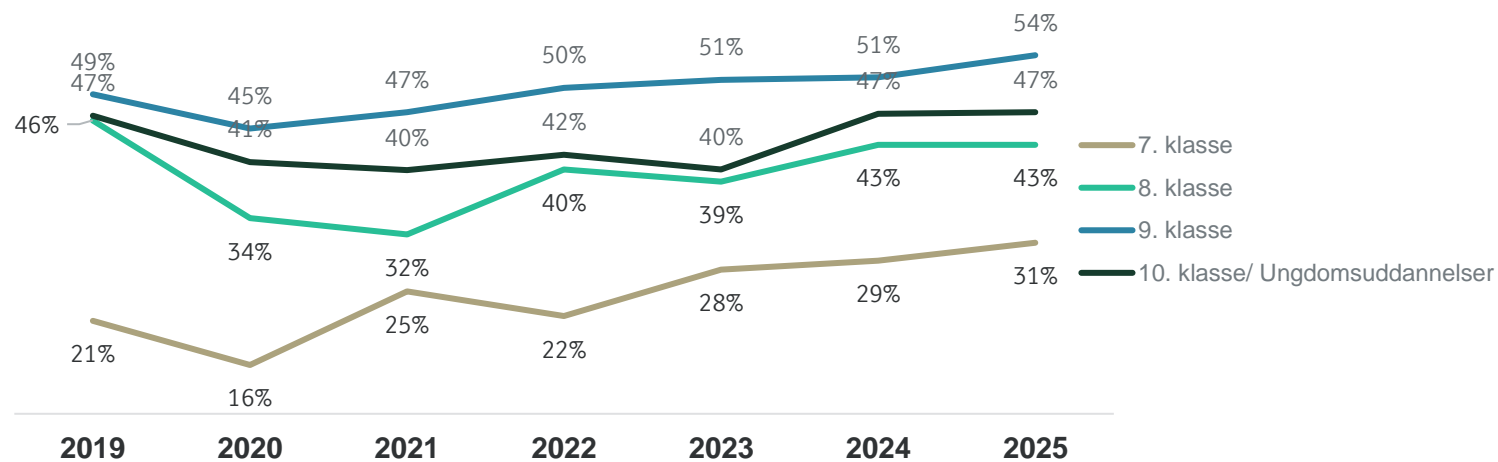
Tendenser

- Relativt mange unge går i fitnesscenter. Det er mest udbredt i 9. klasse efterfulgt af 10. klasse/ Ungdomsuddannelser. Lavest ligger 7. klasse.
- Siden 2019 er der sket en stigning særligt for unge i 7. klasser.

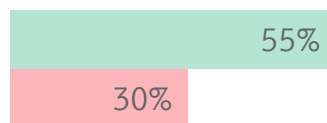
Kønsforskel

- På alle klassetrin er der flere drenge end piger, som går i fitnesscenter.

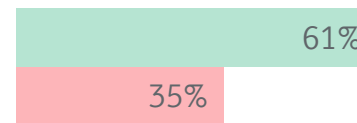
Andel som svarer en gang om ugen eller oftere



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Går ugentligt til teater, musik, spejder, rollespil, skak eller lignende aktivitet i forening, kulturhus eller bibliotek

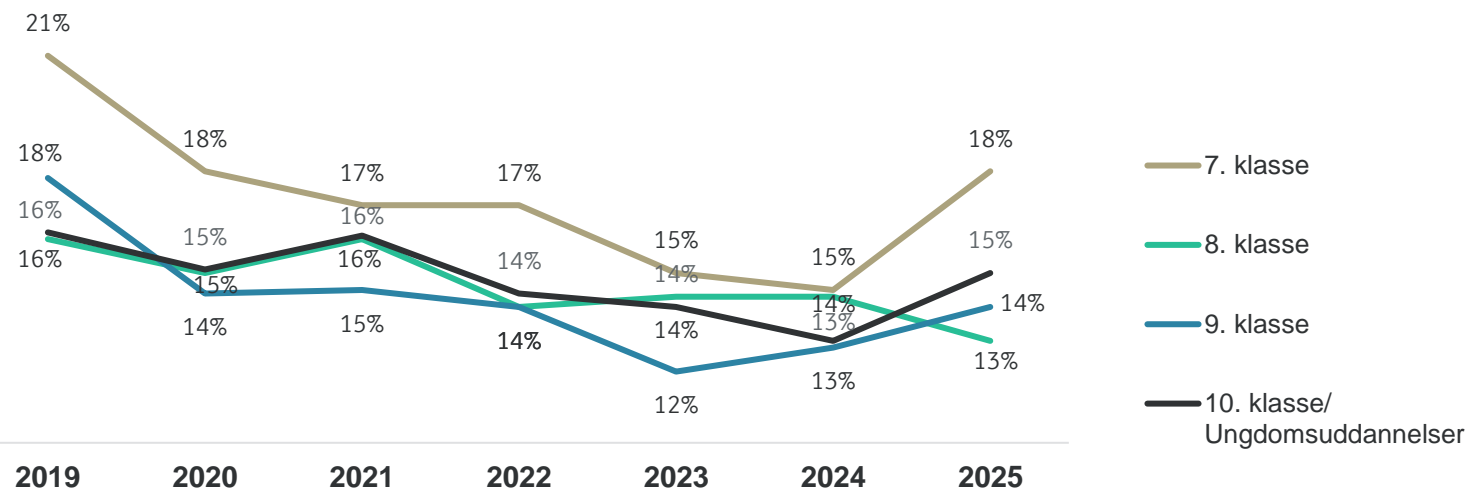
Tendenser

- Generelt er der en del udsving på tallene for alle årgange siden 2019. Det er derfor ikke entydigt om andelen af unge er relativt uændret over tid, eller om der er en svagt faldende tendens.

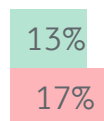
Kønsforskel

- Der er et mindre flertal af piger end drenge i udskoling.
- Der er ingen forskel for unge i 10. kl./ungdomsuddannelser.

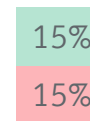
Andel som svarer en gang om ugen eller oftere



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Deltager i aktiviteter i Ungdomsklubben minimum 1 gang om måned

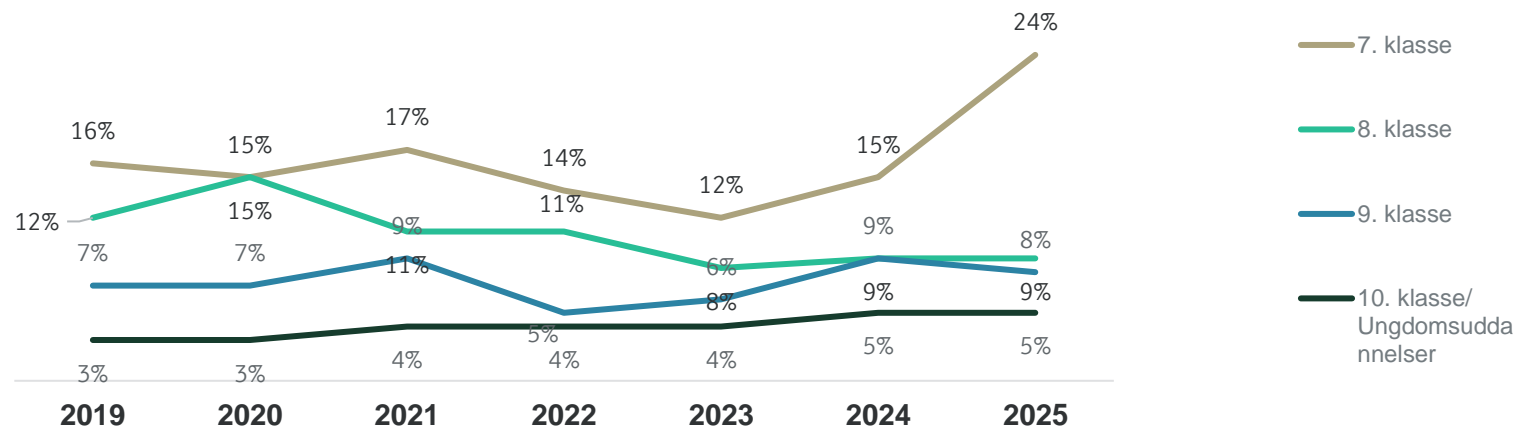
Tendenser

- OBS at denne er opgivet som deltagelse minimum 1 gang om måneden (ikke om ugen), da deltagelse i ungdomsklubben er anderledes end foreningstilbud.
- Andelen af unge i 7. klasse, som deltager i ungdomsklubben er steget markant siden 2024.
- For de øvrige klassetrin er deltagelsen relativt stabil over tid.

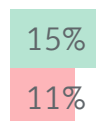
Kønsforskel

- Der er flere drenge end piger, som gør brug af ungdomsklubben, hvilket særligt gør sig bemærket for unge i 10. klasse/ungdomsuddannelser.

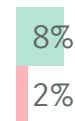
Andel som svarer en gang om måned eller oftere



Udskolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Deltager i aktiviteter i Ungdomsskolen minimum 1 gang om måned

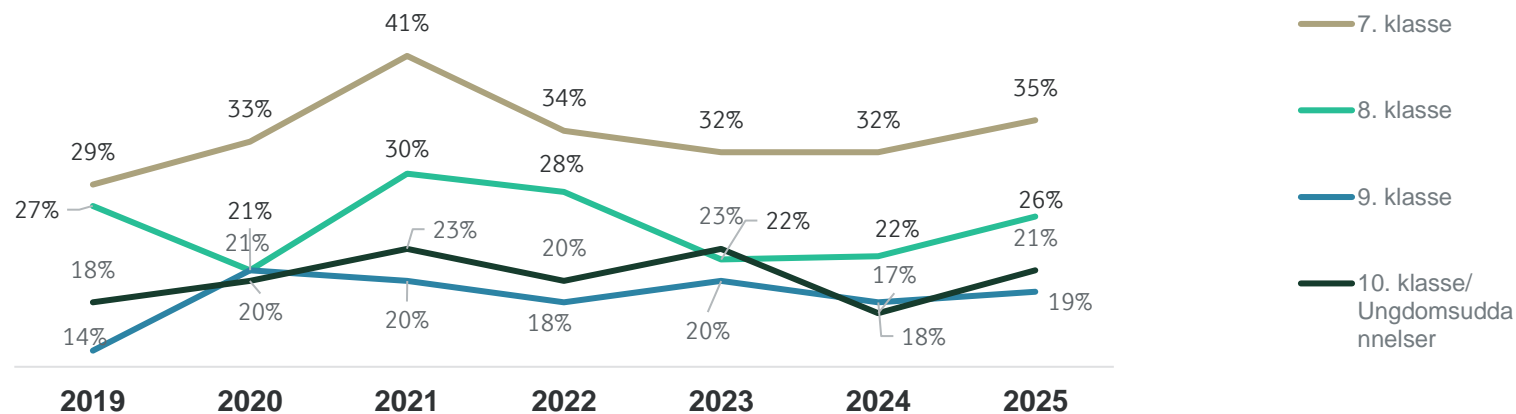
Tendenser

- Ungdomsskolen tilbyder aktiviteter fra bevægelses, mad, musik og til knallertkørekort og boost af boglige fag.
- OBS at denne er opgivet som deltagelse minimum 1 gang om måneden (ikke om ugen), da hold i ungdomsskole kan være anderledes end foreningstilbud.
- Gennem alle årene er den største andel af unge at finde i 7. klasse.
- Der er del udsving for de øvrige klassetrin, men det holder sig relativt stabilt over tid.

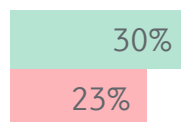
Kønsforskel

- Der er flere drenge end piger, som gør brug af Ungdomsskolens aktiviteter.

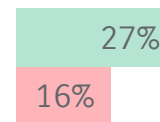
Andel som svarer en gang om måned eller oftere



Udskolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger

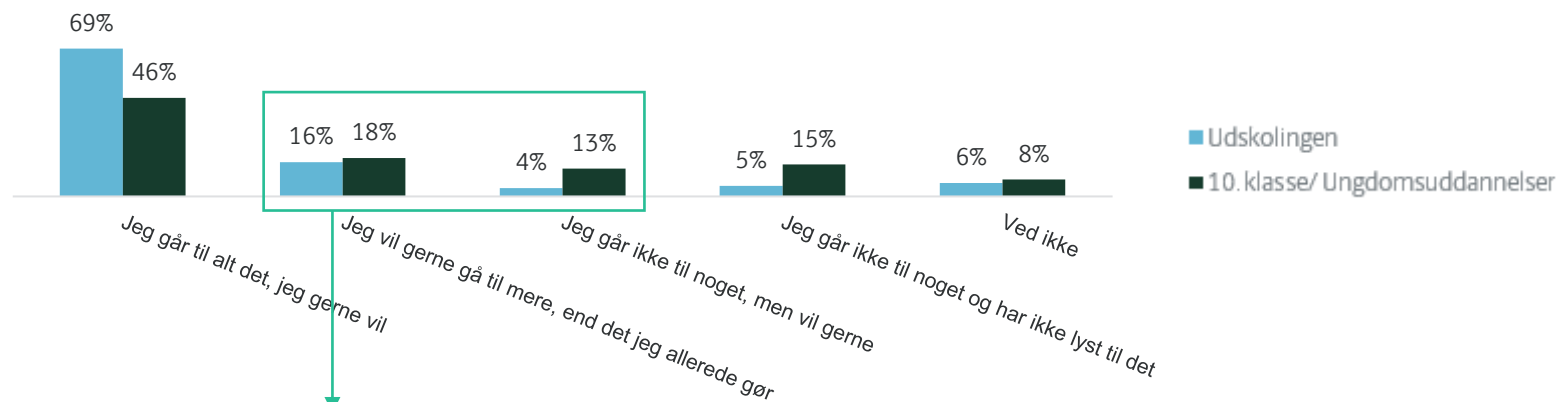


Går du til de fritidsaktiviteter, du gerne vil? Og hvad vil du gerne gå til?

Tendenser

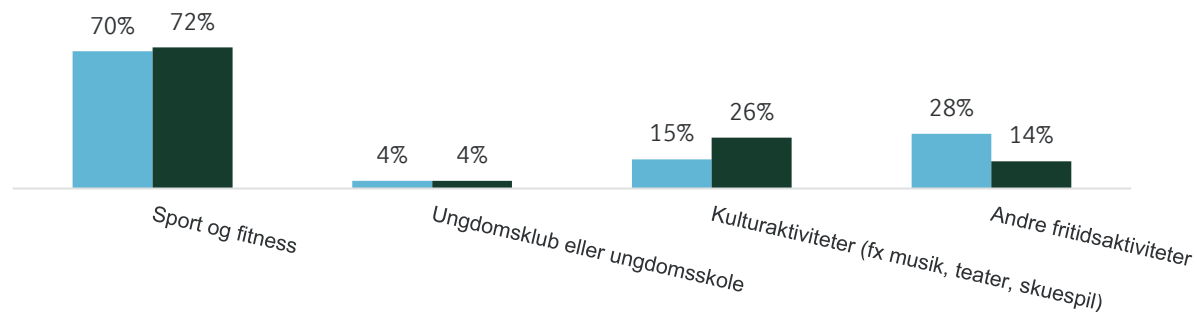
- Dette spørgsmål er indført i 2024
- Hovedparten af unge i udskolingen går til alt det, de gerne vil, mens det er lidt under halvdelen i 10. kl./Ungdomsuddannelser.
- Mellem 16-18% vil gerne gå til mere end de gør. 4% i udskolingen går ikke til noget men vil gerne mens andelen er 18 % i 10. kl./ungdomsuddannelser.
- Af den markerede gruppe vil de unge primært gå til sport og fitness. Herefter fylder kulturaktiviteter og kategorien "andet".

Går du til de fritidsaktiviteter, du gerne vil? (2025)



Hvad kunne du tænke dig at gå til?

(Af dem der svarede: "Jeg vil gerne gå til mere, end det jeg allerede gør" og "Jeg går ikke til noget, men vil gerne")



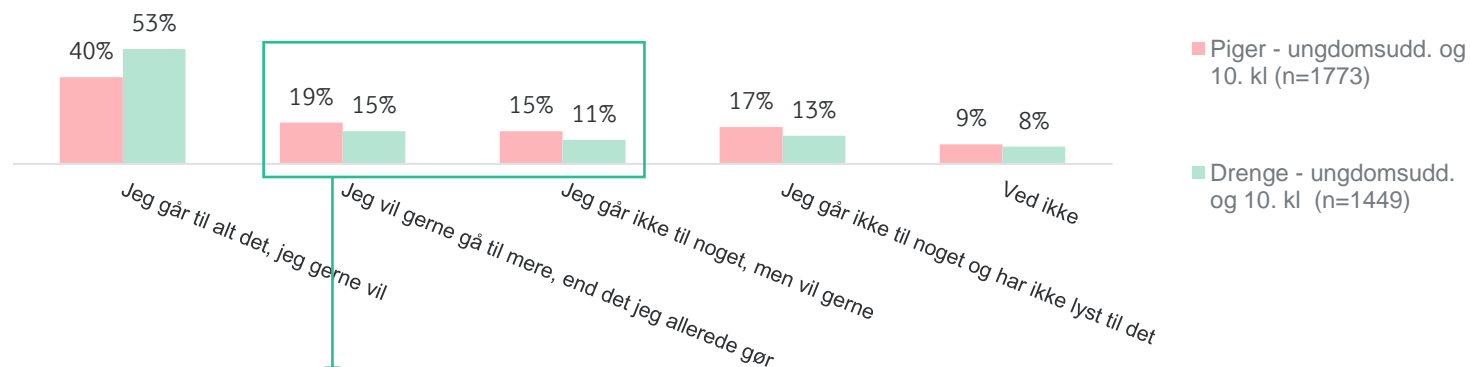


Forskelle blandt piger og drenge på ungdomsuddannelser og 10. kl.

Tendenser

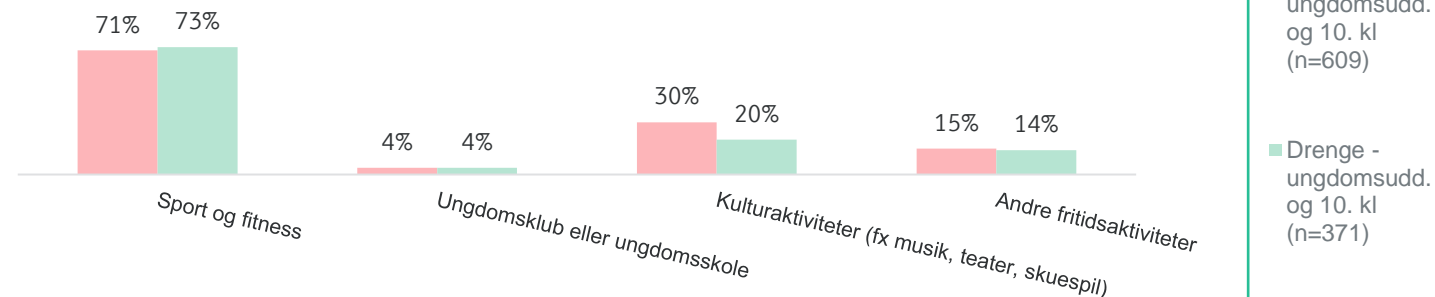
- 40 % piger og 53 % drenge går til alt det, de gerne vil.
- Generelt er der flere piger end drenge, som angiver, at de gerne vil gå til mere.
- Sport og fitness er den type aktivitet, som flest angiver at ville gøre mere af.
- Særligt piger sammenlignet med drenge vil gerne gå mere til kulturaktiviteter.
- 17 % piger og 13 % drenge får slet ikke noget og har heller ikke lyst.

Går du til de fritidsaktiviteter, du gerne vil? (2025)



Hvad kunne du tænke dig at gå til?

(Af dem der svarede: "Jeg vil gerne gå til mere, end det jeg allerede gør" og "Jeg går ikke til noget, men vil gerne")





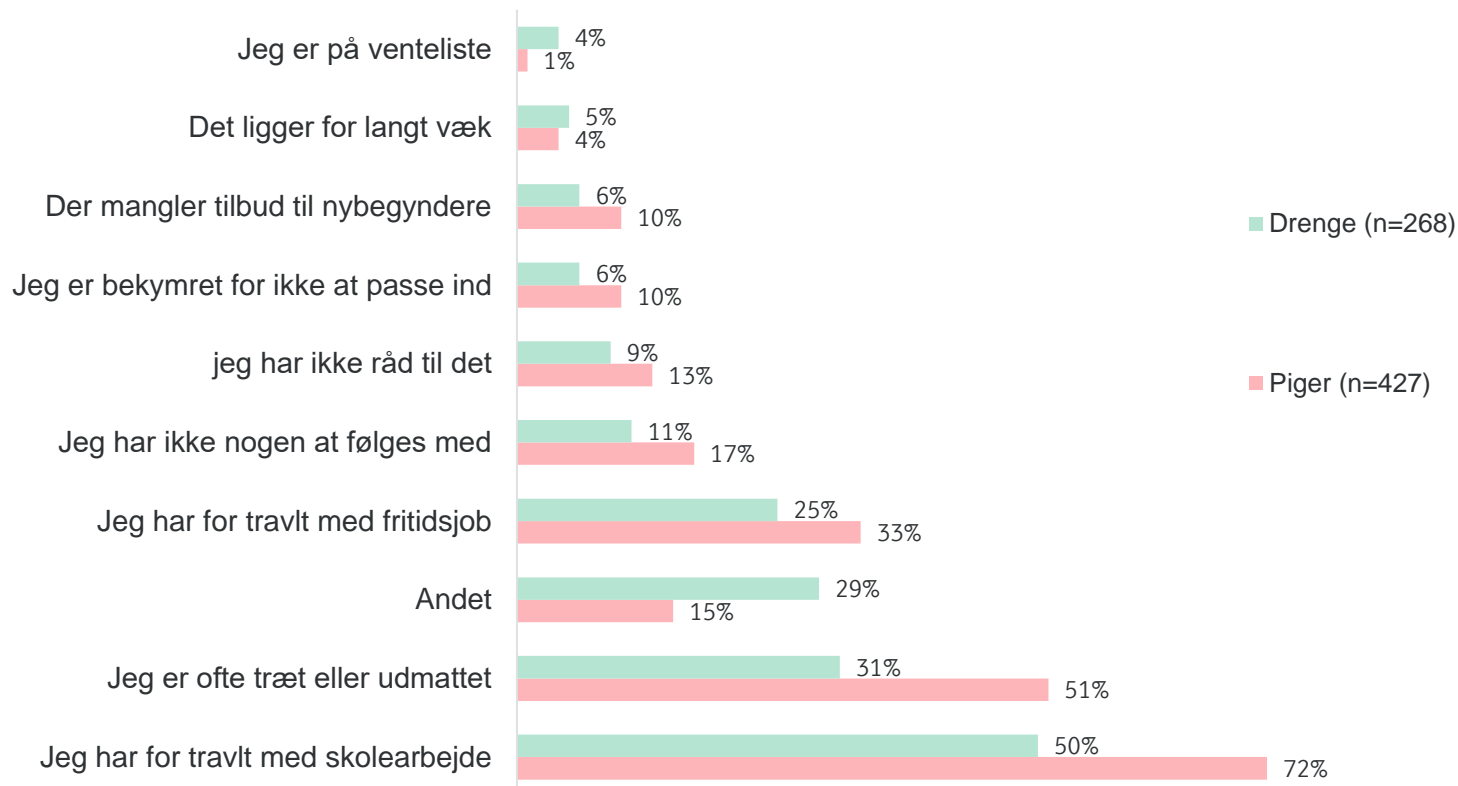
Hvad er grunden til, at du ikke går til sport og fitness?

(blandt unge på ungdomsuddannelse og 10. kl. der vil gå til (mere) sport og fitness)

Tendenser

- Travlhed med skolearbejde fylder mest for både piger og drenge. Dog er der en markant større andel piger (72%) end drenge (50%)
- For pigerne fylder derudover, træthed og udmattelse, travlhed med fritidsjob og ikke at have nogen at følges med.
- For drengene fylder desuden træthed og udmattelse, andet og travlhed med fritidsjob.

10. klasse/Ungdomsuddannelse

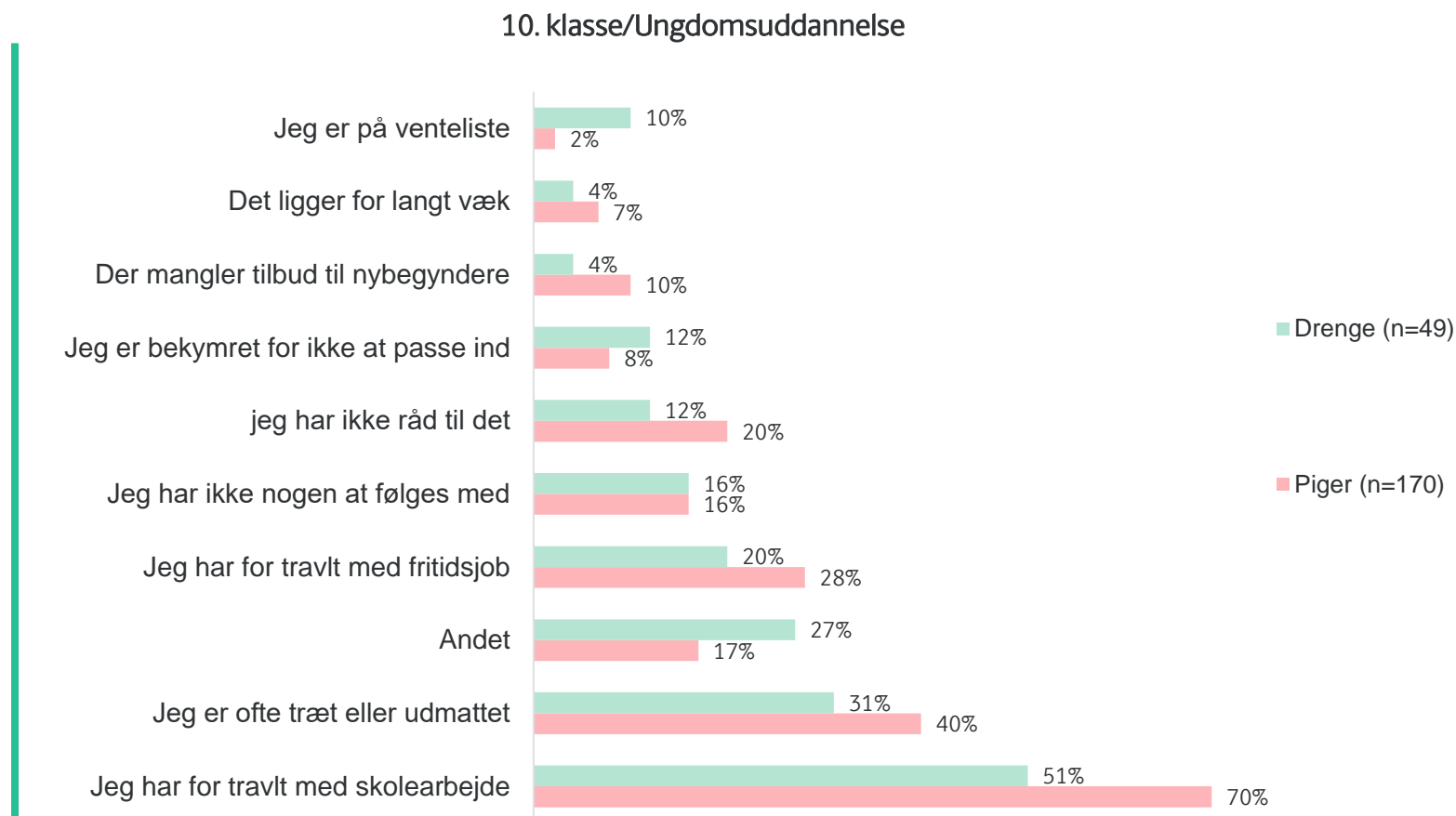




Hvad er grunden til, at du ikke går til kulturaktiviteter (fx musik, teater, skuespil)? (blandt unge på ungdomsuddannelse og 10. kl. der vil gå til (flere) kulturaktiviteter)

Tendenser

- Unge, som gerne vil gå til kulturaktiviteter, angiver primært travlhed med skole og job, træthed og andet, som årsag til, at de ikke går til kulturaktiviteter. Dette gælder især pigerne.





Unge og Fællesskaber

Online fællesskaber og skærmbrug



Sundhedsstyrelsens anbefalinger til daglig skærmtid

Børn og unge mellem 5-17 år bør ikke bruge mere end 1-2 timer om dagen i fritiden afhængig af alderen – mindre er bedre

- ❖ Børn og unges hverdag vil være karakteriseret ved, at der er brug for skærm for at være en del af samfundet, og for at kunne kommunikere med hinanden, og derfor er der valgt en tidsangivelse.

Voksne 18+ år bør ikke bruge mere end 3 timer om dagen i fritiden

- ❖ Voksnes hverdag er i dag afhængig af brug af skærm til løsning af en lang række opgaver for at være en del af samfundet, og derfor er der valgt en tidsangivelse.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger om børn, unges og forældres brug af skærm

- ❖ Brug ikke skærm op til sovetid og lad din telefon eller tablet blive ude af soveværelset
- ❖ Brug tid væk fra skærmen og husk at være fysisk aktiv
- ❖ Vær opmærksom på dit forbrug af sociale medier, og hvordan brug af skærm påvirker din trivsel.



Sociale medier kan hjælpe med at holde sig opdateret og i kontakt med venner og familie i en travl hverdag.



Meget tid brugt på skærmen, f.eks. på sociale medier, kan bidrage til en følelse af stress, at være udenfor et fællesskab, og ensomhed, skabe bekymringer og lavt selvværd



Gaming kan give en kærkommen pause fra hverdagens udfordringer, når man spiller sammen med sine venner.



Aldersspecifikke tidsangivelser løser ikke udfordringerne med fx brug af sociale medier/digitale platforme, ikke kan reducere mobning eller et u hensigtsmæssigt selvbillede blandt børn og unge samt at sociale medier/digitale platforme kan rumme indhold, som kan være skadelig for brugerens mentale sundhed og trivsel,



På ganske få minutter vil det, under de forkerte omstændigheder, være muligt at blive eksponeret for meget skadeligt indhold. Det er der ingen tidsangivelse, der kan løse.



Er du med i de onlinefællesskaber, du gerne vil?

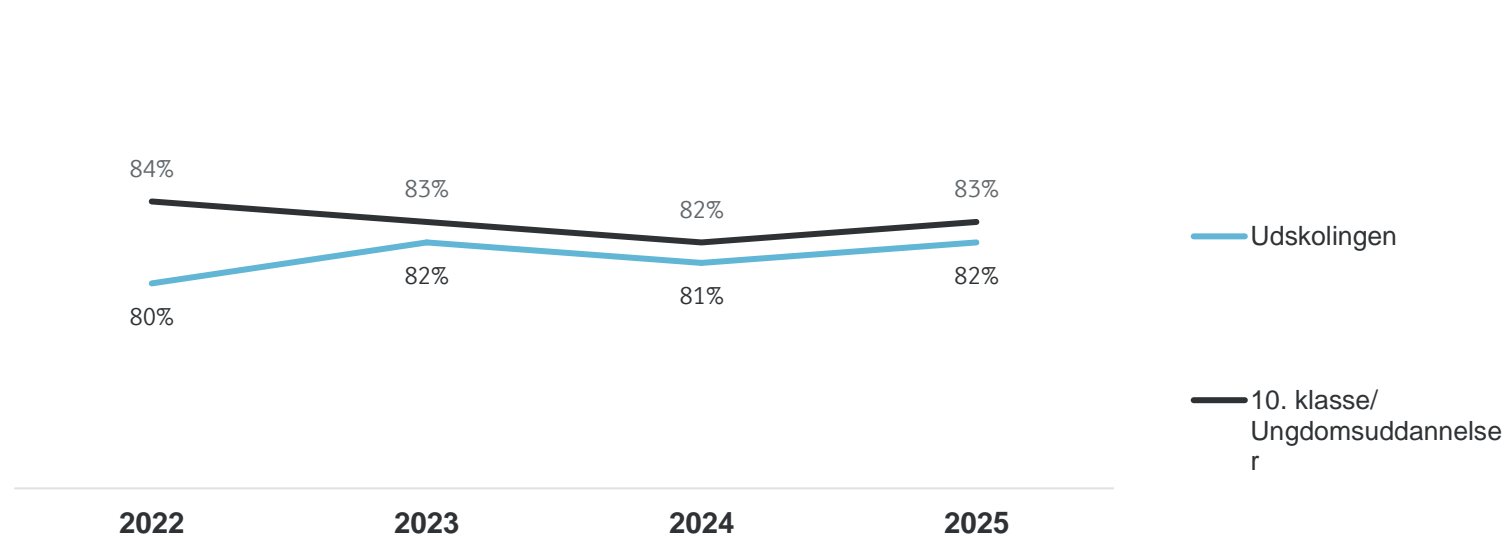
Tendenser

- Hovedparten af alle unge deltager i fællesskaber online, da det er en integreret del af ungelivet og bruges bl.a. til at opdyrke nye fællesskaber og til at vedligeholde eksisterende – også fysiske.
- 83% og 82% af de unge oplever 'for det meste' eller 'altid' at være med i de onlinefællesskaber, som de ønsker.

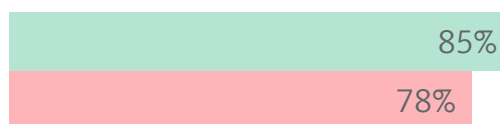
Kønsskel

- Der er lille overvægt af drenge sammenlignet med piger, som er med i de online fællesskaber, de ønsker. Forskellen er størst i udskoling.

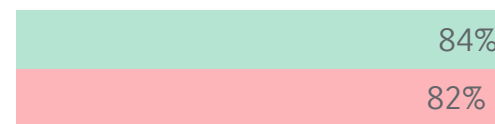
Andel som svarer "for det meste" eller "altid"



Udskoling 2025



10. Klasse / Ungdomsuddannelser 2025





Er du nogle gange på et socialt medie eller spiller spil online for ikke at føle dig udenfor?

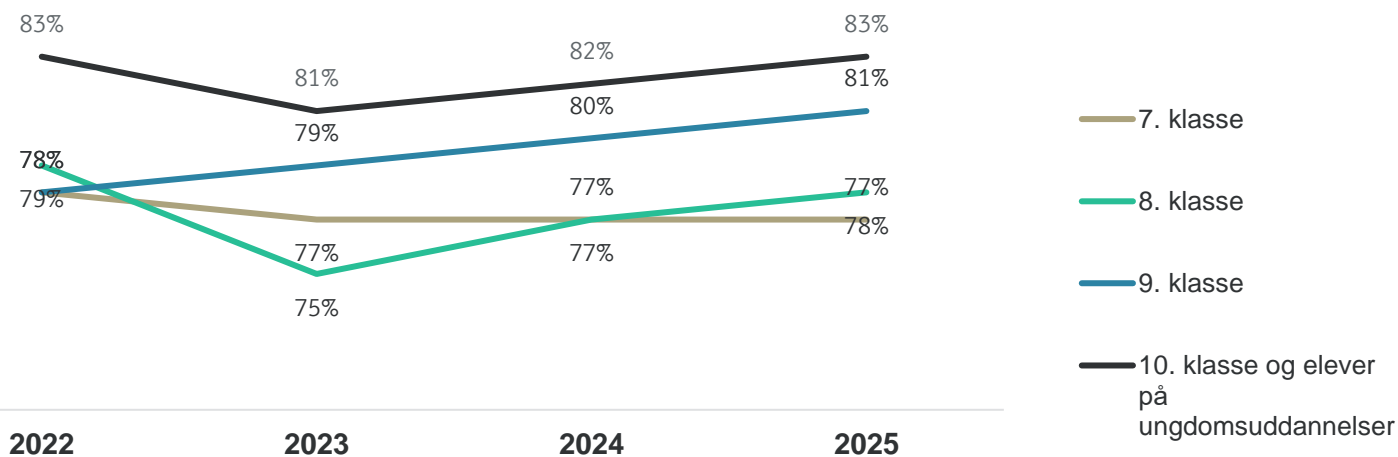
Tendenser

- De fleste unge i alle klassetrin oplever aldrig eller sjældent at være presset til at deltage på et socialt medie for ikke at føle sig udenfor.
- Andelen falder med klassetrin, og der er således færre i 7. klasse sammenlignet med 10. kl. og ungdomsuddannelserne, som aldrig eller sjældent er med online for ikke at føle sig udenfor.
- Relativt stabile tal over tid.

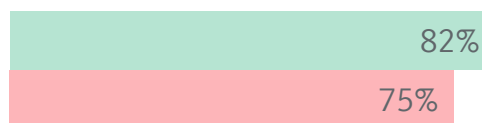
Kønnsforskel

- Drengene er generelt mindre på sociale medier for ikke at føle sig udenfor sammenlignet med piger.

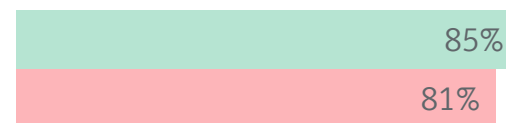
Andel som svarer "aldrig" eller "sjældent"



Udskolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





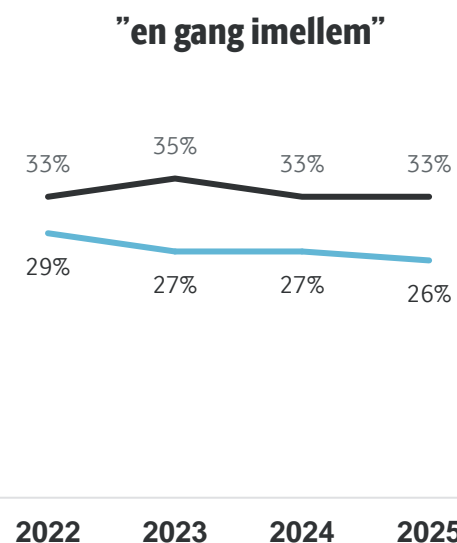
Har du haft følelsen af at være udenfor, når du kan se på sociale medier, dine venner er sammen?

Tendenser

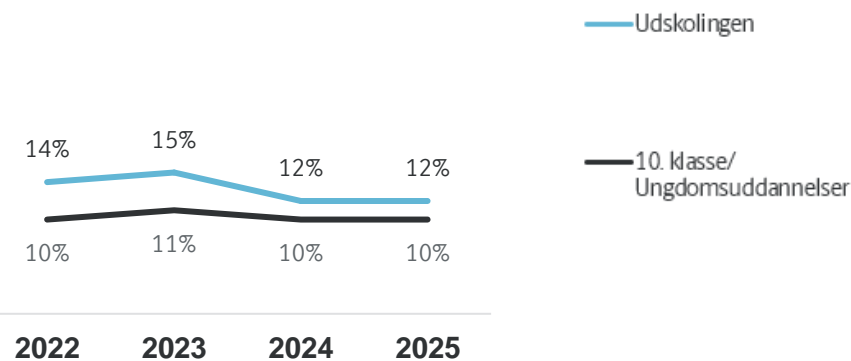
- 12% og 10% oplever for det meste eller 'altid' at føle sig udenfor, når de på sociale medier kan se, at vennerne er sammen, og de ikke er med.
- Ca. 1/3 oplever at være udenfor 'en gang imellem'.
- Ingen væsentlig forskel over tid.

Kønsforskkel

- Generelt har pigerne oftere en følelse af at være udenfor på sociale medier end drenge.

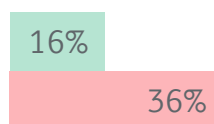


"for det meste" eller "altid"

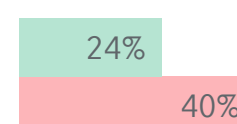


"En gang imellem"

Udskolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Tænk på det sidste halve år. Har nogen mobbet dig på internettet?

Mobning er, når man gentagne gange bliver holdt udenfor, drillet eller generet på en ubehagelig måde.

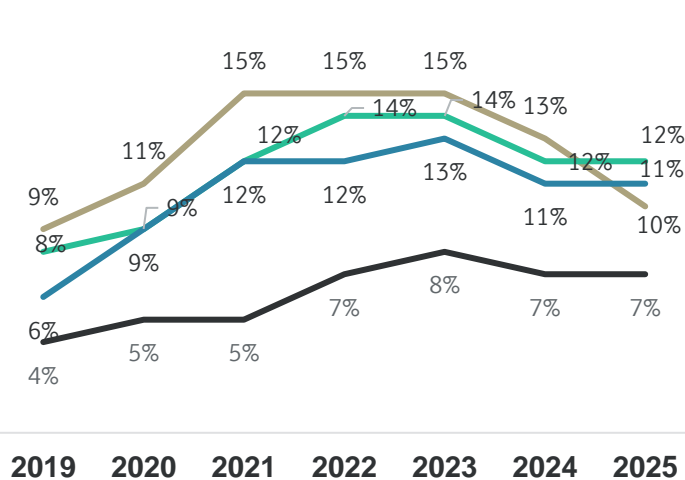
Tendenser

- Fællesskaber på nettet kan være positive og negative. Mobning og eksklusion ses som i fysiske fællesskaber- også i de digitale.
- Mellem 7% og 12% er 'nogle få gange' eller 'mange gange' blevet mobbet på internettet de sidste halve år.
- Andelen er generelt større i udskoling.
- Samlet er andelen af unge, der er blevet mobbet 'mange gange' skiftende mellem 1-3 % siden 2019.

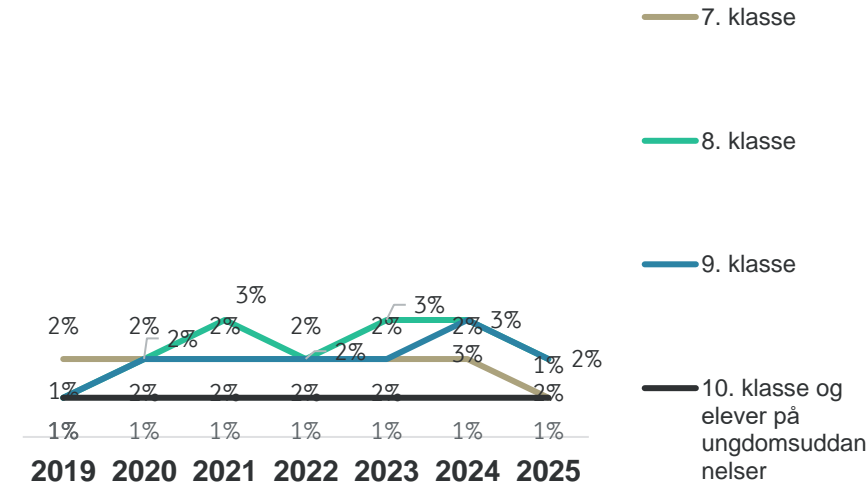
Kønsforskel

- Der er ingen mærkbare forskelle mellem kønnene.

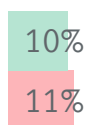
Andel som svarer "ja, nogle få gange" eller "ja, mange gange"



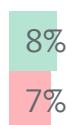
Andel som svarer "ja, mange gange"



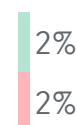
Udskoling 2025



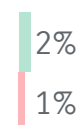
10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025



Dreng

Piger

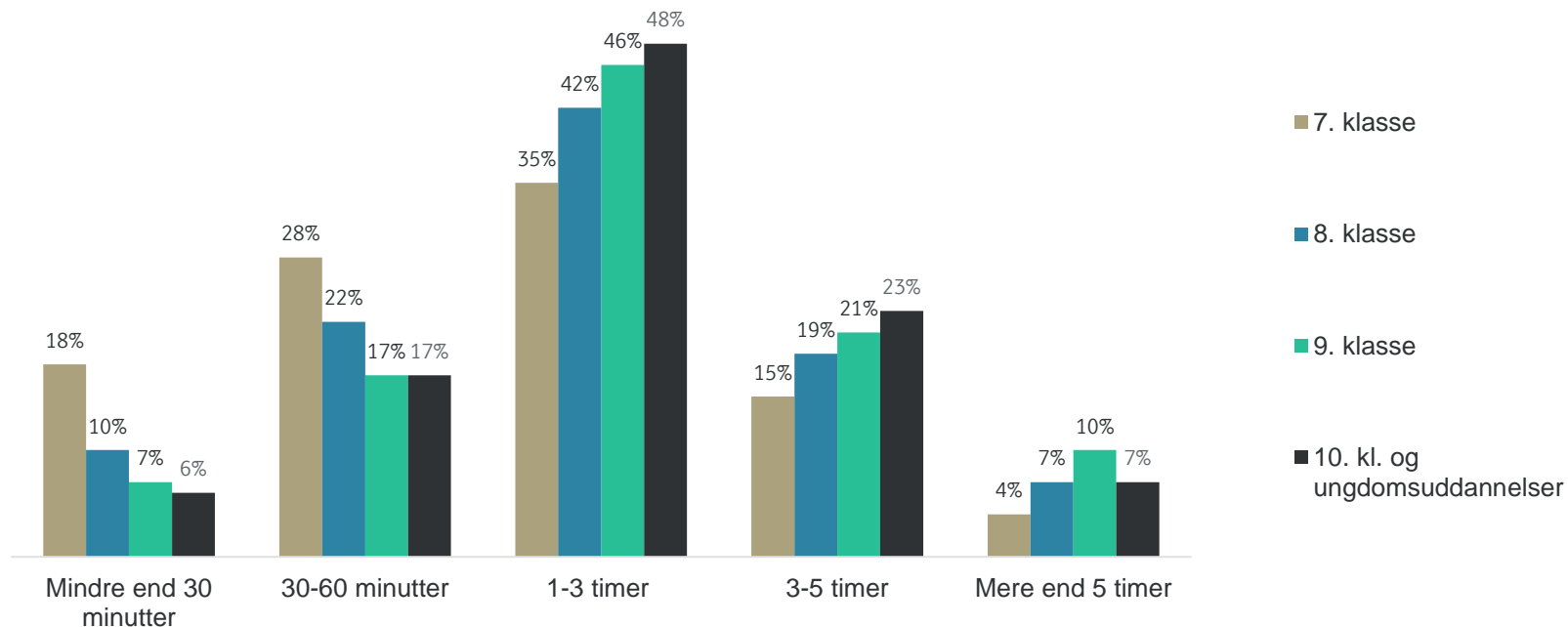


Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på at være på sociale medier?

Tendenser

- For alle aldersgrupper angiver flest at bruge 1-3 timer på sociale medier på en almindelig hverdag.
- Der er en overvægt af elever i 7. klasse, som bruger mindre tid på sociale medier (mindre end 30 minutter og 30-60 minutter)
- Omkring en femtedel af elever i 8. kl., 9. og 10. kl. og ungdomsuddannelserne bruger 3-5 timer på sociale medier dagligt.

Være på sociale medier (2025)





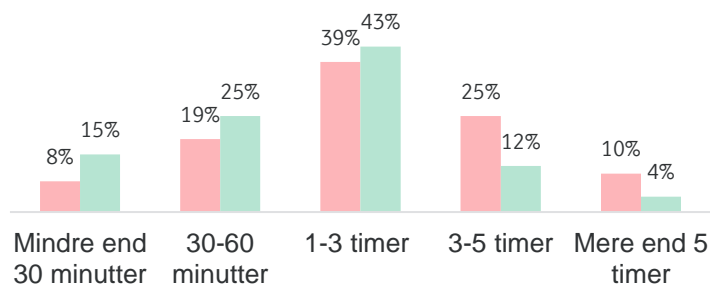
Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på at være på sociale medier?

Tendenser

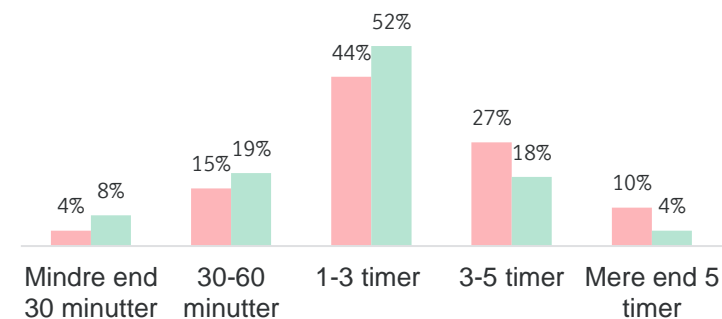
- Der flere piger end drenge i de højere tidsintervaller (fra 3 timer eller mere) i både udskolingen og 10. klasse og ungdomsuddannelserne.
- I de øvrige tidsintervaller er der overvægt af drenge i både udskolingen og 10. klasse og ungdomsuddannelserne.

Være på sociale medier (2025)

Udskolingen



10. klasse/ Ungdomsuddannelser



■ Drenge
■ Piger



Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på at være på sociale medier?

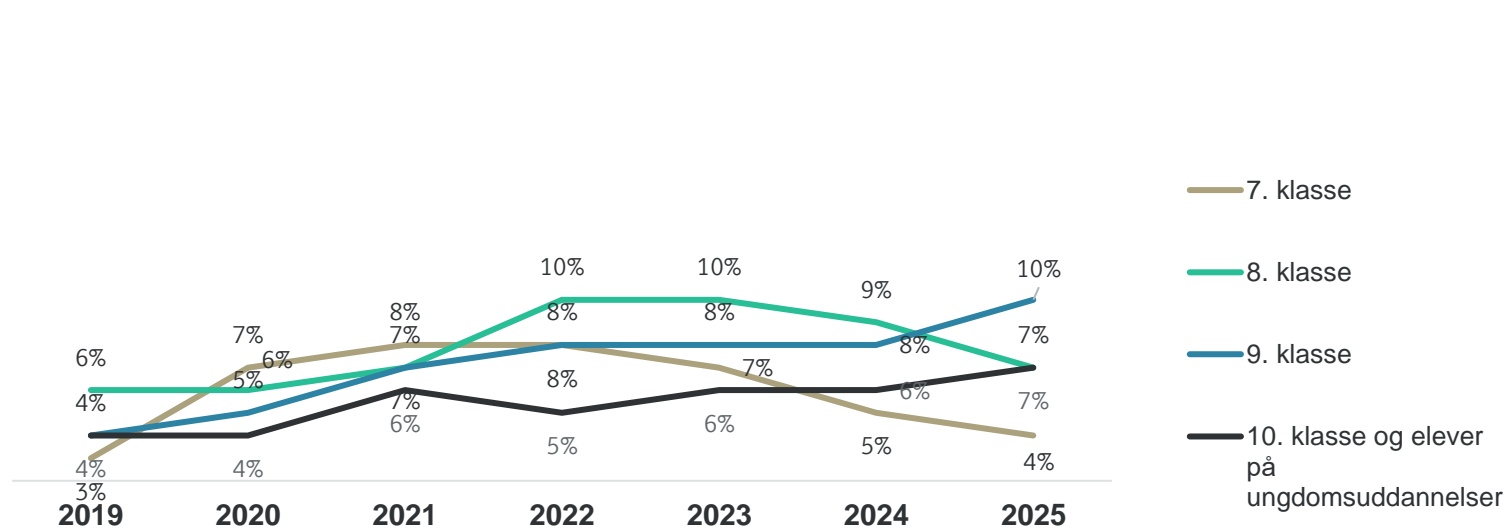
Tendenser

- Andelen som bruger mere end 5 timer på sociale medier er steget svagt med gradvist siden 2019 for 9. klasse og 10. kl. og ungdomsuddannelserne.
- For 7. kl. og 8. kl. er andelen svingende, men er i 2025 på ca. samme niveau som 2019.

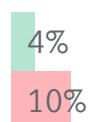
Kønsforskel

- Flere piger end drenge er på sociale medier mere end 5 timer om dagen uanset klassetrin.

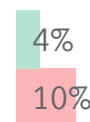
Elevener der har svaret "Mere end 5 timer"



7.-9. kl. 2025



10. Klasse og Ungdomsuddannelser 2025



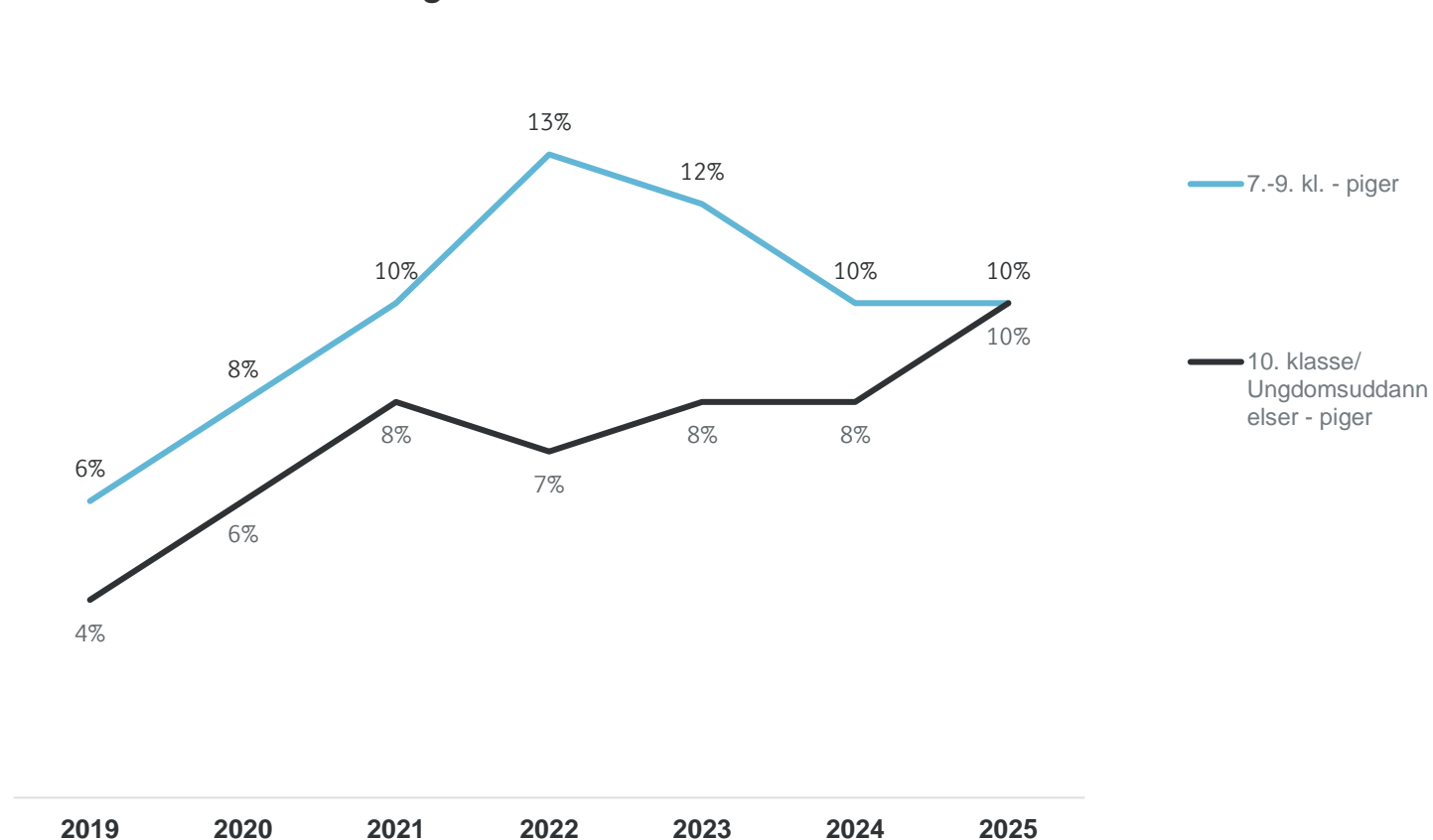


Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på at være på sociale medier?

Tendenser

- Andelen af piger, der er på sociale medier mere end 5 timer om dagen er steget fra 2019 til 2025.

Piger der har svaret "Mere end 5 timer"



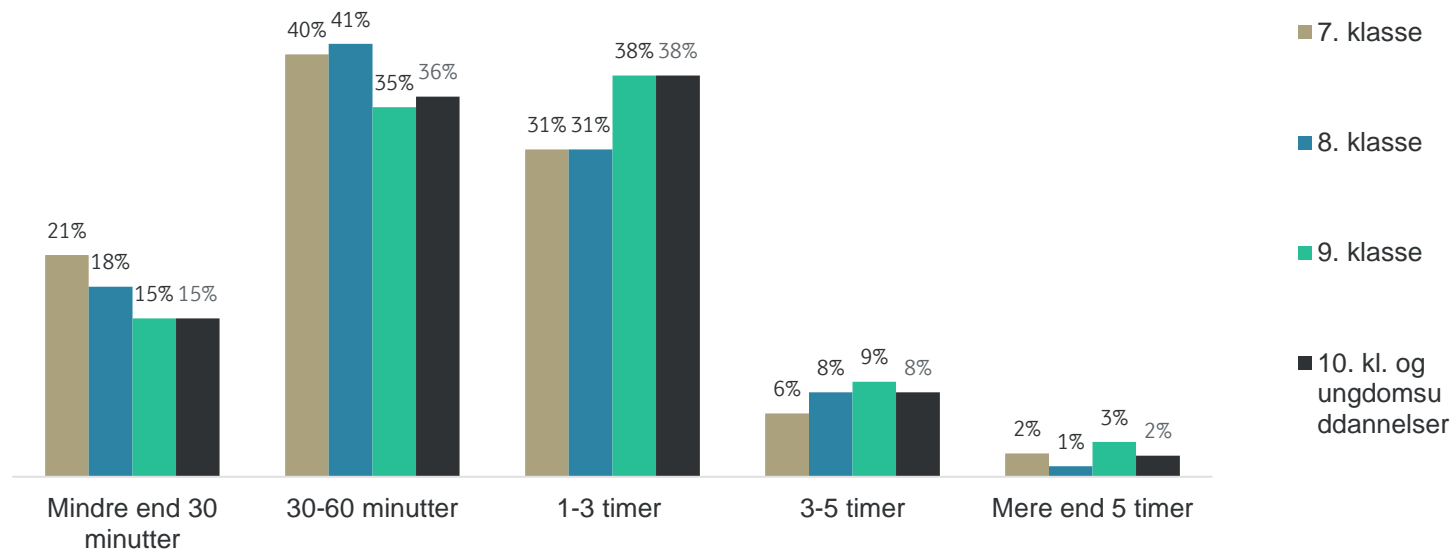


Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på at se TV, film, serier og YouTube ?

Tendenser

- De største andele af unge ser TV, film, serier, Youtube i 30-60 min eller 1-3 timer.
- I de lave tidsintervaller på mindre end 30 min og 30-60 min er der en lille overvægt af elever i 7. og 8. klasse sammenlignet med de andre klassetrin.
- Der er ingen mærkbar forskel mellem klassetrin i de højeste tidsangivelser 3-5 timer og mindre end 5 timer.

Se TV, film, serier og YouTube (2025)



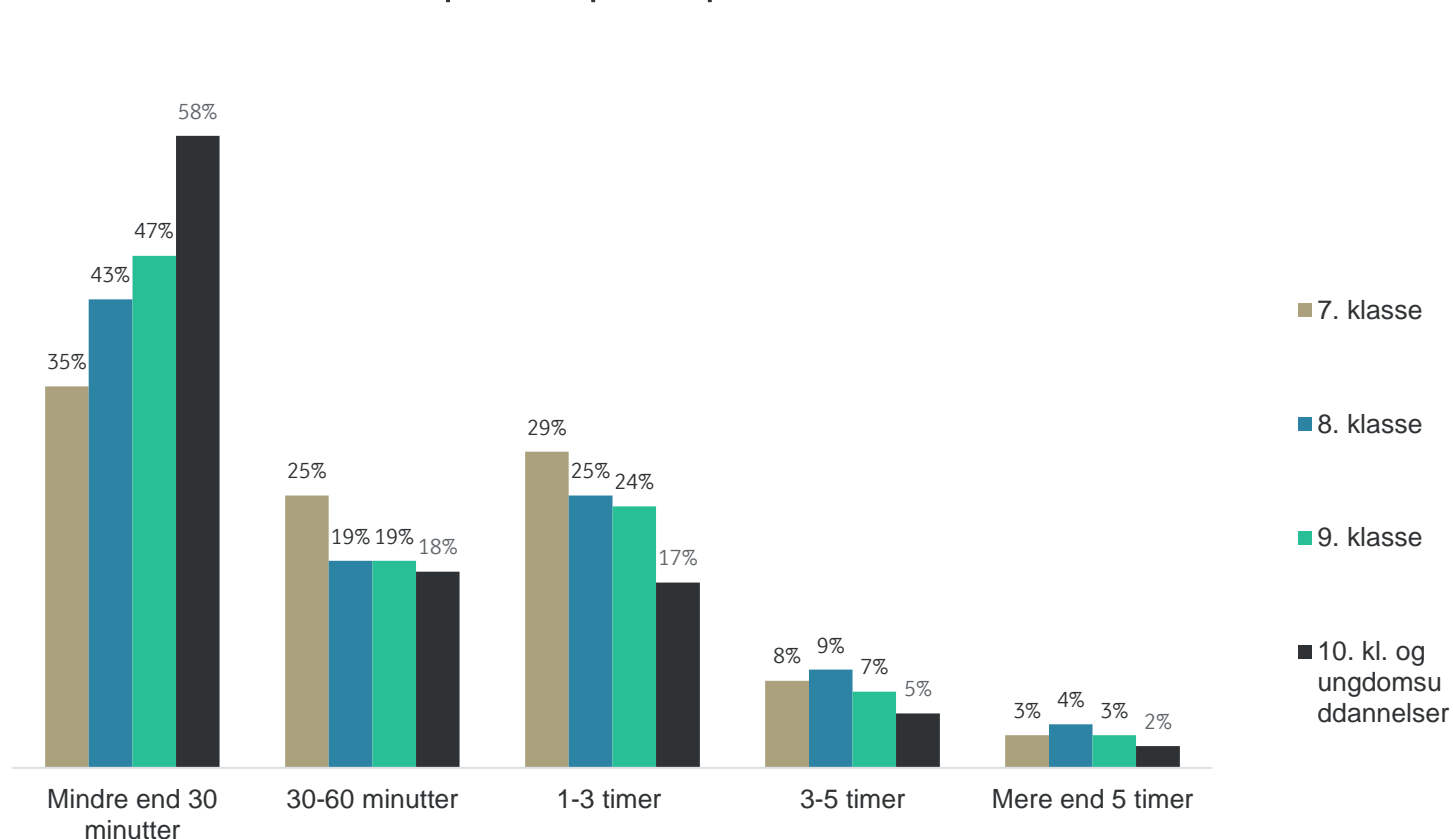


Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på at spille computer, spillekonsol, mobil, tablet ?

Tendenser

- Lidt over halvdelen af elever i 10. kl. og ungdomsuddannelser spiller mindre end 30 min om dagen.
- For elever i 7. klasse er der flest (35%), som spiller mindre end 30 min, men der er stadig knap en fjerdedel, af unge i 7. kl. som spiller enten 30-60 min eller 1-3 timer.
- Der er ingen forskelle mellem klassetrin i andelen som spille mere end 5 timer om dagen.

Spille computer, spillekonsol, mobil, tablet (2024)



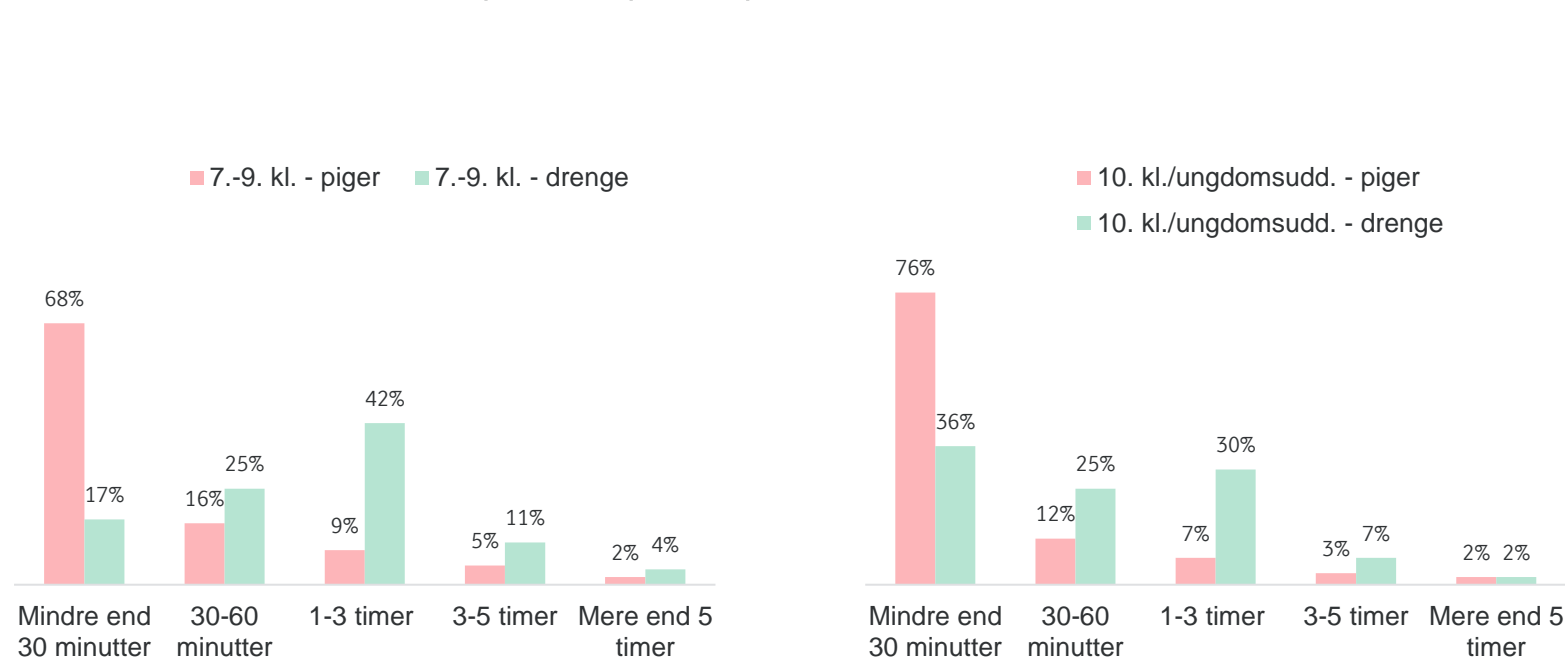


Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på Spille computer, spillekonsol, mobil, tablet ?

Tendenser

- Der er markante forskelle mellem piger og drenge i mængden af tid brugt på at spille computer/konsol mm.
- Pigerne er markant større repræsenterede i andelen som spiller i mindre end 30 min om dagen. I de øvrige kategorier er der flere drenge (undtagen hos unge i 10. kl og ungdomsuddannelser som spiller mere end 5 timer, hvor det er lige fordelt)

Spille computer, spillekonsol, mobil, tablet (2025)





Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på at spille på computer, spillekonsol, mobil, tablet?

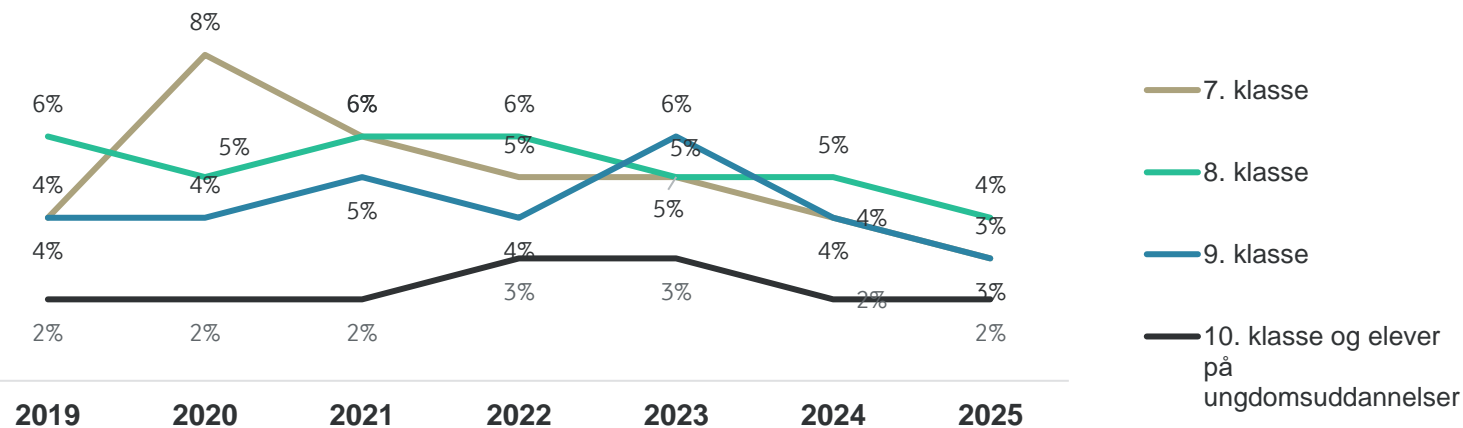
Tendenser

- Andelen af elever der spiller computer/konsol mm. 5 timer eller mere om dagen er nogenlunde stabil fra 2019 til 2025.

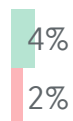
Kønsforskel

- Der er ingen nævneværdige forskelle mellem køn.

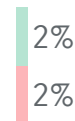
Elever der har svaret "Mere end 5 timer"



7.-9. kl. 2025



10. Klasse og Ungdomsuddannelser 2025



Drenge
Piger

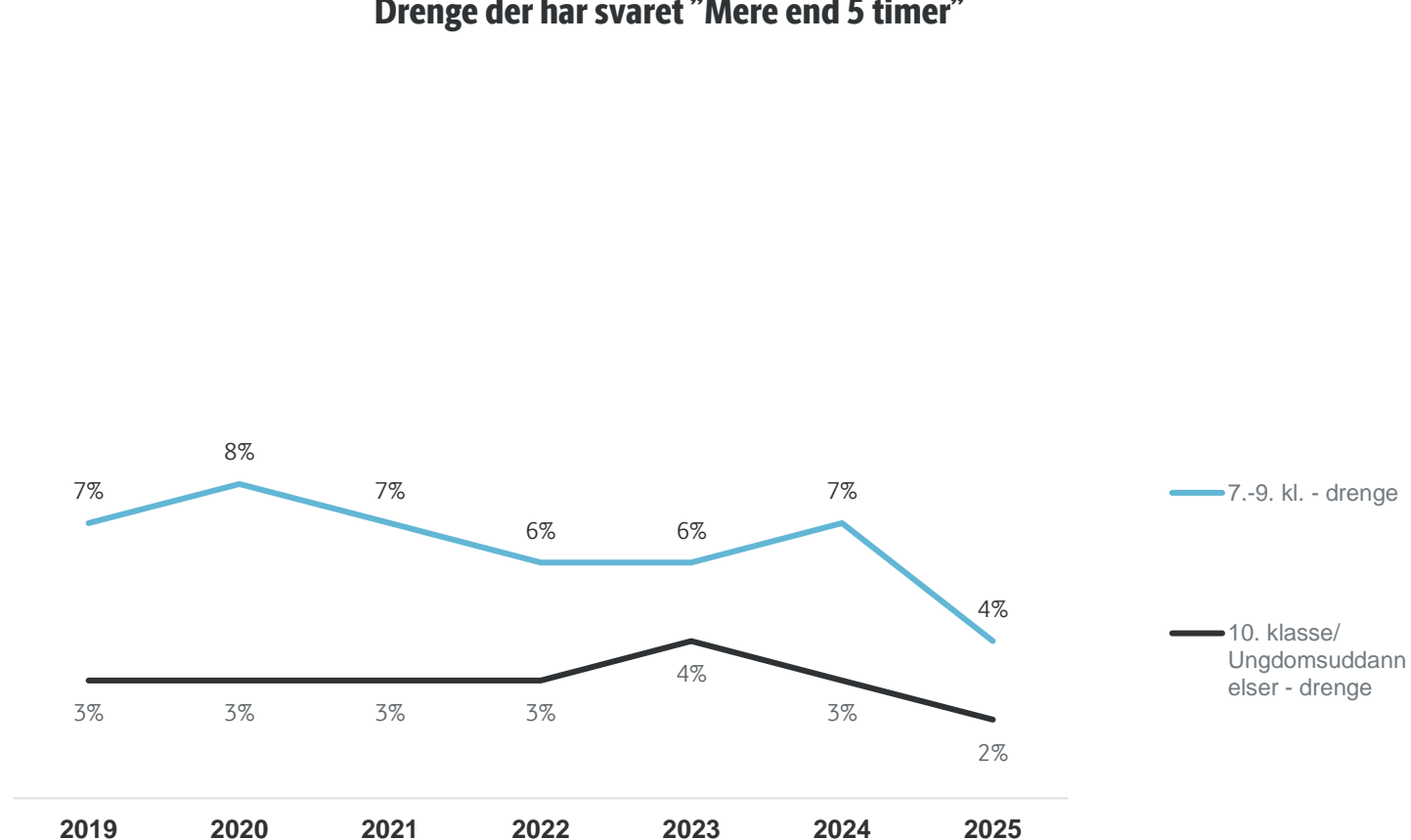


Tænk på en almindelig hverdag. Hvor lang tid bruger du i gennemsnit på at spille på computer, spillekonsol, mobil, tablet?

Tendenser

- Andelen af drenge der spiller computer/konsol mm. 5 timer eller mere om dagen er nogenlunde stabil fra 2019 til 2025.
- Der er sket et fald fra 2024 til 2025, men da andelen af respondenter i denne gruppe er relativt lille, er det for tidligt at tolke om det er udtryk for en ændret tendens blandt drengene.

Drenge der har svaret "Mere end 5 timer"





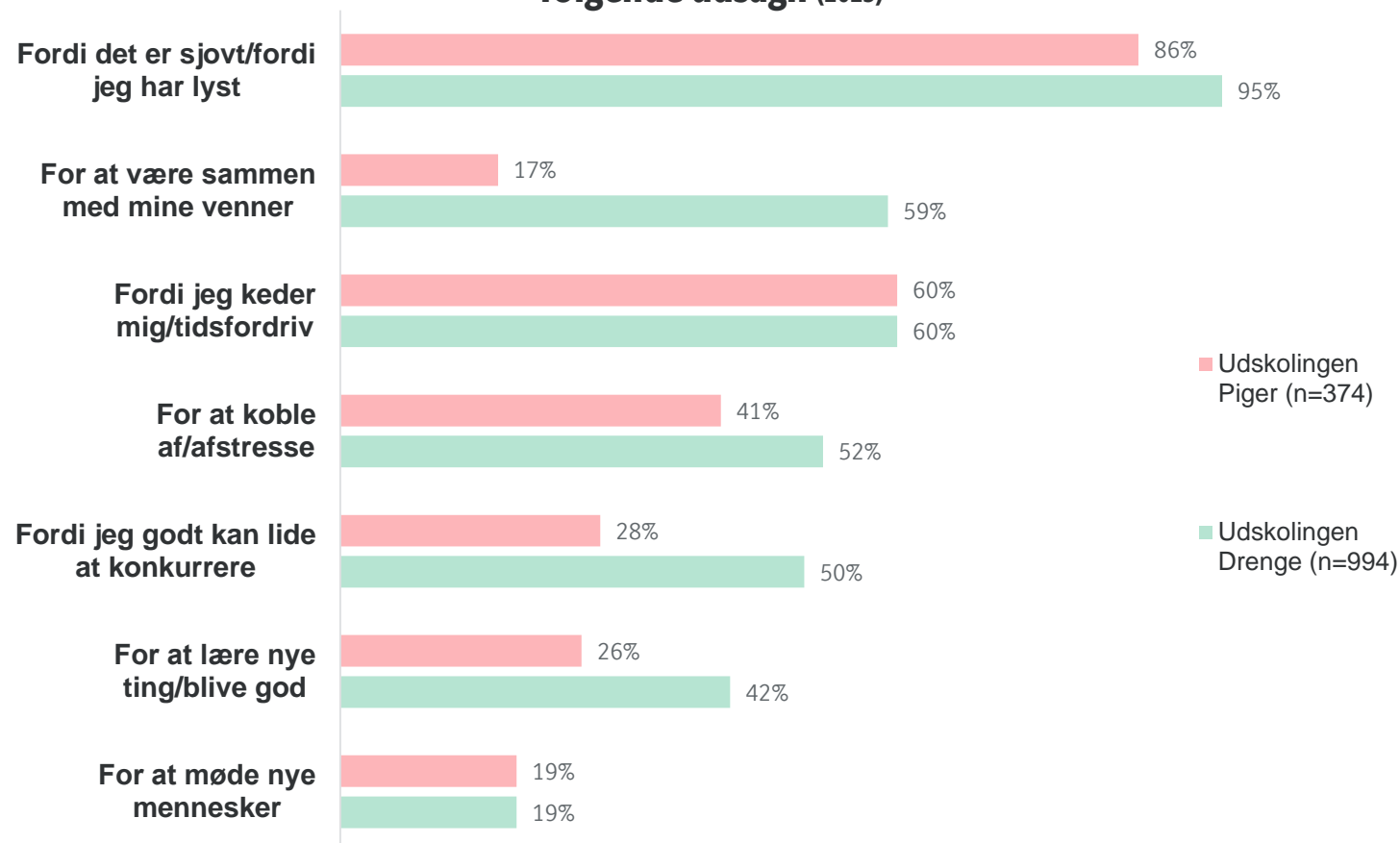
Hvorfor spiller du?

(Af de, der angivet, at de spiller computer, spillekonsol, mobil eller tablet mere end 30. min dagligt)

Tendenser

- Både piger og drenge angiver, at de spiller fordi det er sjovt/fordi de har lyst.
- For pigerne gælder desuden kedsomhed/tidsfordriv og at koble af/afstresse
- For drengene gælder desuden kedsomhed/tidsfordriv og for at være sammen med deres venner.

Andel af elever, som har svaret "Helt enig" eller "Delvist enig" på følgende udsagn (2025)



Unge og Forældre

Data og tendenser

§17, stk. 4 Udvalget Sammen om alle unges trivsel



Forældres betydning for unges trivsel

En god relation mellem forældre og barn er en af de mest beskyttende faktorer for unges trivsel, og kan understøtte den unges kompetencer og selvstændighed ved at give den unge ejerskab til egen udvikling og ansvar i takt med sin udvikling. Det kræver, at man som forælder tager førertrøjen på, tager beslutninger, sætter grænser, og hjælper barnet med at forstå og håndtere følelser – også i teenageårene. Her ændrer rollen karakter, og kræver at den voksne i endnu højere grad skal balancere mellem grænsesætning og kontrol og give plads og rum til, at den unge kan udvikle selvstændighed.

Forældres rolle som beskyttende faktor for unges trivsel udfoldes ikke i et vakuum. Den er afhængig af, at den unge mødes af andre voksne fx lærere, voksne i deres fritidsliv, andre forældre m.fl., som også agerer og medvirker positivt til at fremme beskyttende faktorer og være gode rollemodeller.

Tendenser

Langt de fleste unge i Gentofte har gode relationer til deres forældre, oplever at deres forældre er der for dem, når de har brug for det og kan godt lide at være sammen med dem. Færre forældre interesser sig dog for deres børns digitale liv. Der er en stigende andel i udskolingen, som ikke må drikke for deres forældre. På ungdomsuddannelserne gælder det kun få og de fleste af dem, som må drikke har ikke en aftale med forældre om, hvor meget de må drikke.

Potentiale

Familien spiller en afgørende rolle for børn og unges trivsel. En tryk og tillidsfuld relation til forældrene styrker barnets evne til at udvikle selvstændighed og modstandskraft over for pres og risici. Det har en stor betydning for de unges sundhedsadfærd og trivsel, at forældrene fortsætter med at involvere sig og sætte rammer, også i teenageårene.

Sundhedsstyrelsens anbefalinger

Forældre har stor betydning for deres børns sundhedsadfærd og trivsel – også i teenageårene

Når forældre sætter rammer, er de med til at hjælpe unge til at sige fra i svære situationer. Fx har forældrenes rammer direkte indflydelse på de unges alkoholforbrug.

På [TeenageForældre | Sundhedsstyrelsen](#) findes gode råd til forældre udarbejdet i samarbejde med førende eksperter på området.

Den autoritative forælderrolle

Forskning viser, at børn, der vokser op med autoritative forældre og voksne, ofte har flere venner, klarer sig bedre fagligt og udvikler stærkere sociale færdigheder. Autoritative forældre kendetegnes ved:

- Stor indsigt og medleven
- Følelsesmæssigt tætte bånd til unge
- Tydelige regler og normer
- Få sanktioner



Baggrund

VIVEs regressionsanalyse

Sammenhæng mellem trivsel og temaet "Forældre"

I VIVEs rapport Unges trivsel i Gentofte Kommune 2024 er udarbejdet et bud på de ti stærkeste markører for unges trivsel.

Som nummer 3 ligger: **Jeg har det godt for tiden derhjemme.**

Et datadrevet bud på de 10 stærkeste trivselsmarkører i Gentofte

1. Jeg har det for tiden godt i skolen
2. Jeg føler mig sund og rask
3. Jeg har det for tiden godt derhjemme
4. Jeg føler mig ikke ensom
5. Jeg er tilfreds med mit udseende
6. Jeg er i god fysisk form
7. Jeg får nok motion
8. Jeg når de ting, jeg gerne vil
9. Jeg spiser sundt
10. Jeg sover aldrig dårligt eller uroligt.



Unge og Forældre

Forholdet mellem forældre og unge

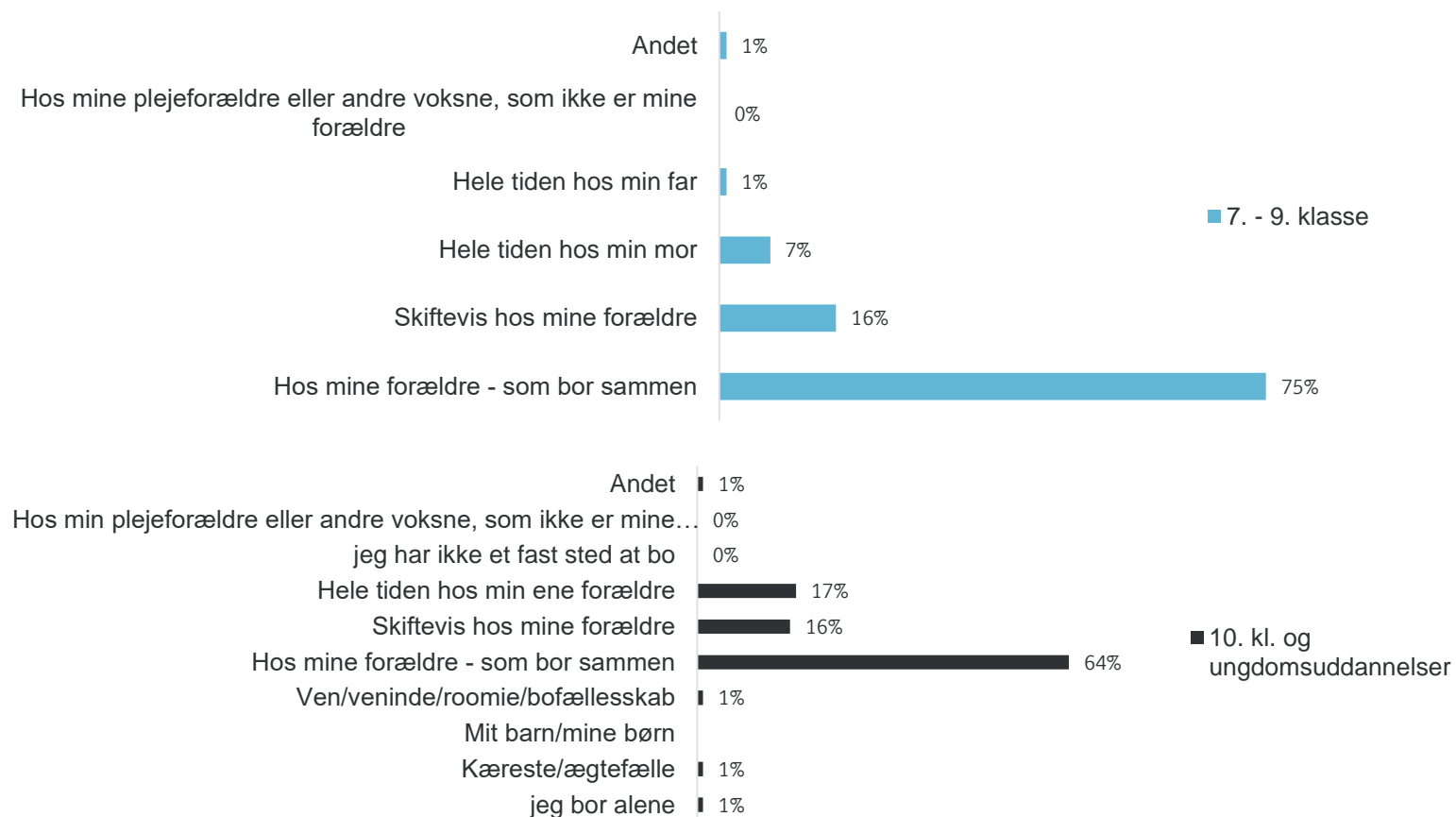


Familie og boligforhold

Tendenser

- Langt de fleste unge i udskoling og 10.kl/ungdomsuddannelse bor sammen med én eller begge deres forældre.
- Andelen af unge som bor hos sine forældre, som bor sammen er højere i udskolingen end de højere klassetrin.

Hvem bor du sammen med? (2025)





Familie og boligforhold

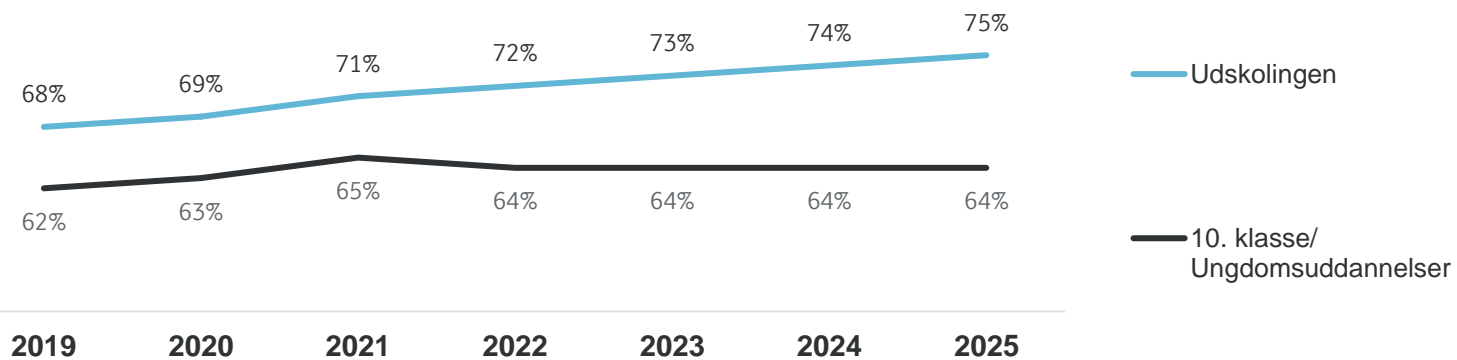
Tendenser

- At forældrene bor sammen kan være indikator for om forældrene er skilt eller ej.
- Andelen af unge, der bor hos deres forældre, som bor sammen, er steget fra 2019 til 2025 særligt for elever i udskoling.

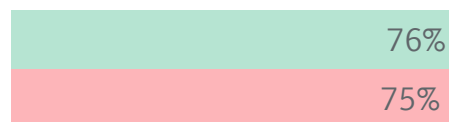
Kønsforskel

- Der er ingen mærkbar forskel mellem køn.

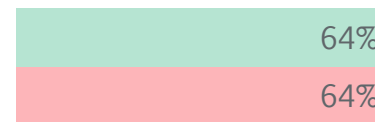
Hvem bor du sammen med?
Andel som svarer "Hos mine forældre, som bor sammen"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Hvordan har du det for tiden derhjemme?

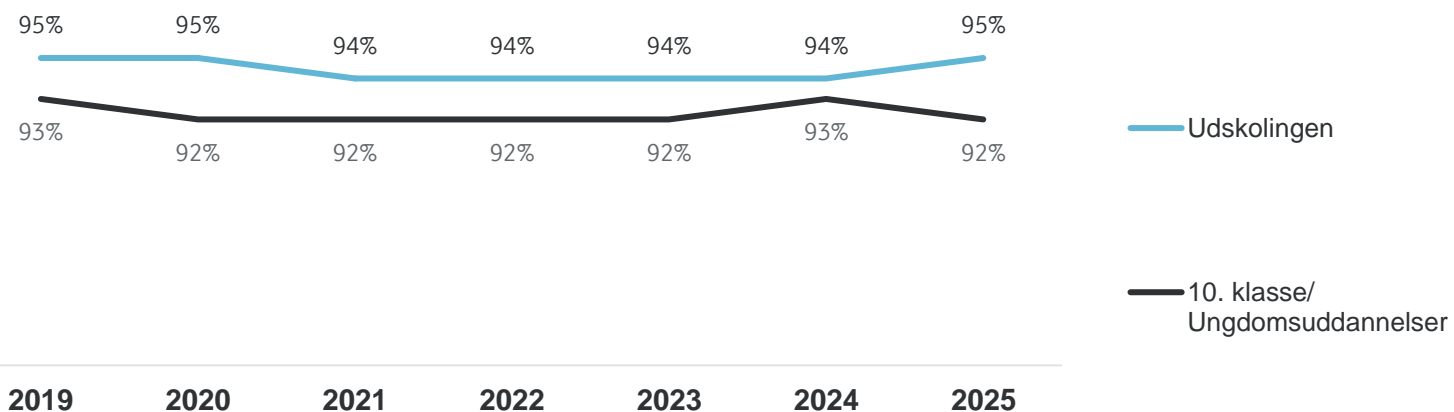
Tendenser

- Hovedparten af alle unge, har det godt eller rigtig godt i derhjemme
- Udviklingen er relativt stabil fra 2019 til 2025
- Der er næsten ikke forskel mellem udskoling og ungdomsuddannelse.

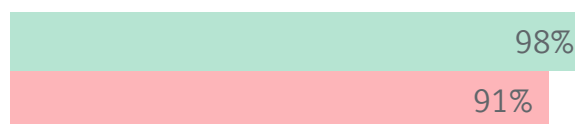
Kønsforskel

- En lidt større andel drenge angiver, de har det godt eller rigtig godt i derhjemme sammenlignet med piger.
- Fordelingen er relativt ensartet på tværs af klassetrin.

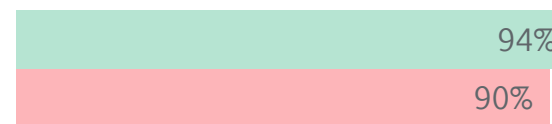
Andel som svarer "Jeg har det godt" eller "Jeg har det rigtig godt"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Har du nogen voksne at tale med, hvis noget går dig på eller gør dig ked af det?

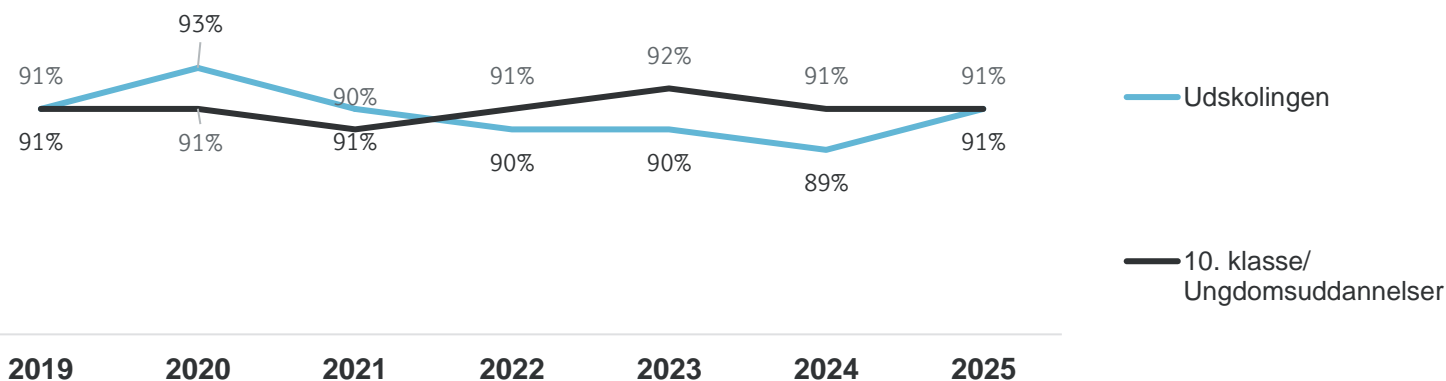
Tendenser

- Det er hovedparten af alle unge, som har voksne at tale med, hvis noget går dem på eller de er kede af det.
- Der er ingen væsentlig forskel mellem udskoling og 10. klasse og ungdomsuddannelser.

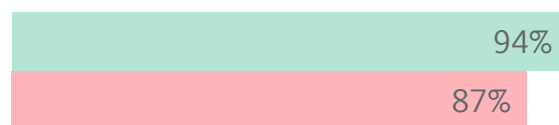
Kønsforskelle

- For udskoling er der en lidt større andel drenge end piger i 2024, som har voksne at tale med.
- For 10. kl./ungdomsuddannelse er der ingen væsentlig kønsforskelle.

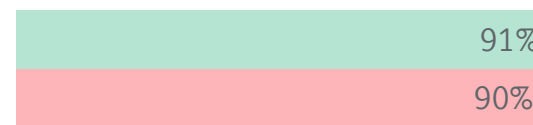
Andel som svarer "ja, for det meste" eller "ja, altid"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Hvor tit er du sammen med en eller flere af dine forældre i hverdagen?

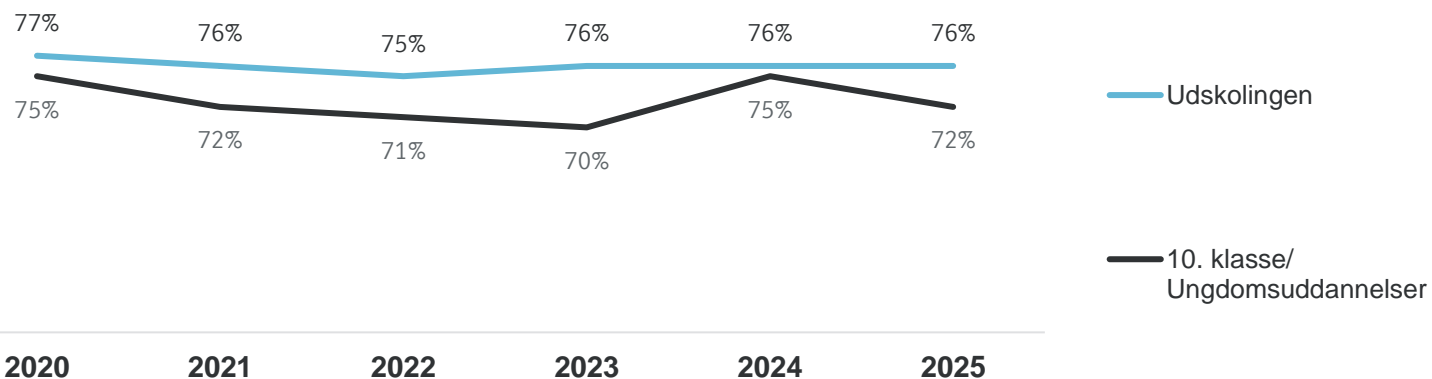
Tendenser

- Hovedparten af unge er sammen med en eller flere af deres forældre i hverdage altid eller ofte.
- Andelen er lidt højere for unge i udskoling.
- Der er ingen mærkbar forskel over tid.

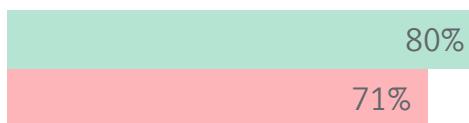
Kønsforskel

- En større andel drenge er ofte eller altid sammen med deres forældre i hverdagen sammenlignet med pigerne.

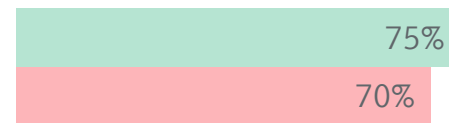
Andel som svarer "Altid" eller "Ofte"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Hvor tit er du sammen med en eller flere af dine forældre i weekenden?

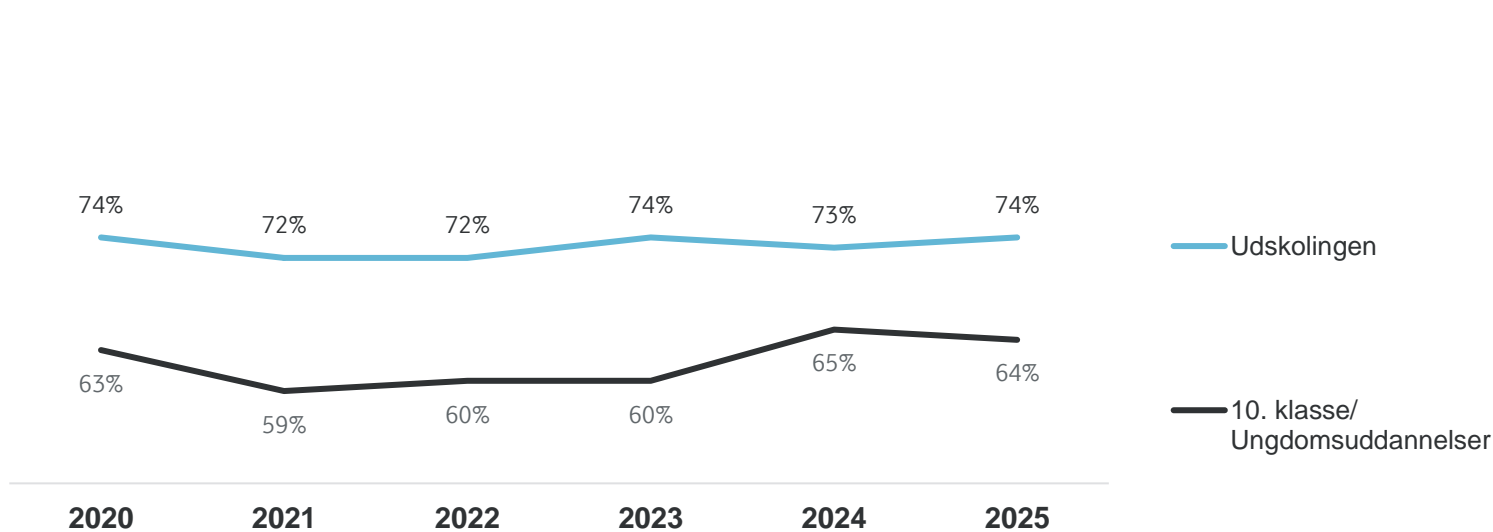
Tendenser

- Over halvdelen af unge er sammen med en eller flere af deres forældre i weekenden altid eller ofte.
- Andelen er lidt højere for unge i udskoling.
- Der er ingen mærkbar forskel over tid.

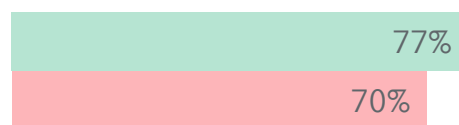
Kønsforskel

- En større andel drenge er ofte eller altid sammen med deres forældre i weekenden sammenlignet med pigerne.

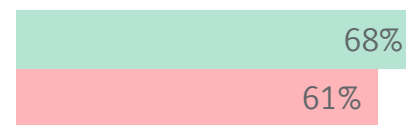
Andel som svarer "Altid" eller "Ofte"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Kan du lide at være sammen med dine forældre?

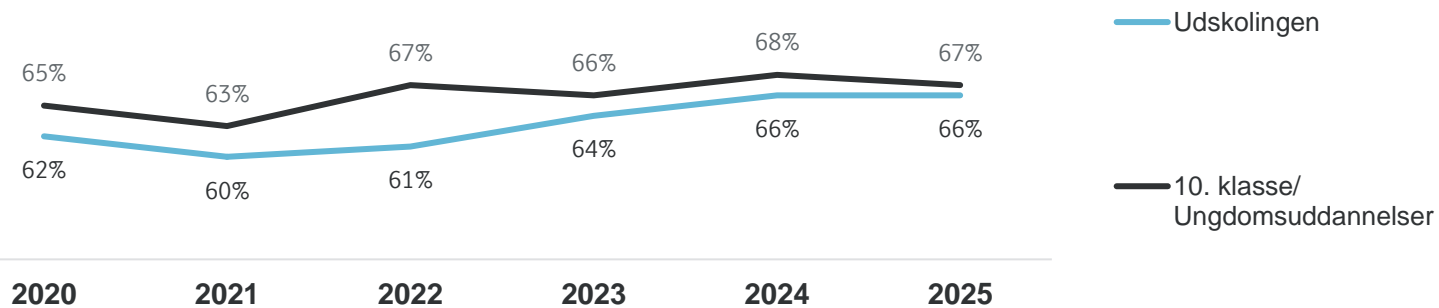
Tendenser

- Ca. 2/3 af unge kan 'i høj grad' lide at være sammen med deres forældre.
- Andelen er lidt højere i 2025 end i 2020.

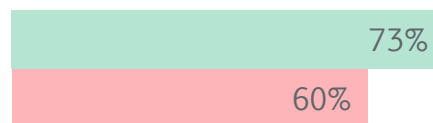
Kønsskel

- En større andel drenge kan 'i høj grad' lide at være sammen med deres forældre sammenlignet med pigerne.

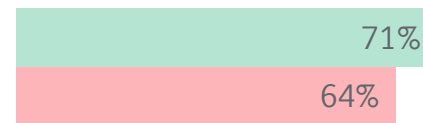
Andel som svarer "I høj grad"



Udskolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Er dine forældre der, når du har brug for dem?

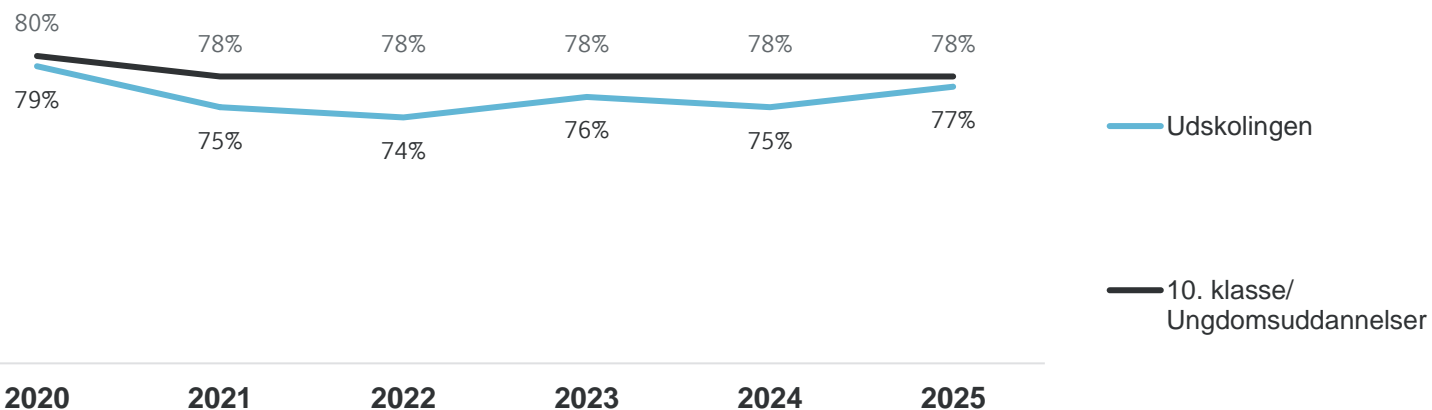
Tendenser

- Størstedelen af unge oplever 'i høj grad' at deres forældre er der, når de har brug for det.
- Andelen er relativt stabil over tid.
- Andelen i udkolingen ligger lavere alle år, men kun med få procentpoint.

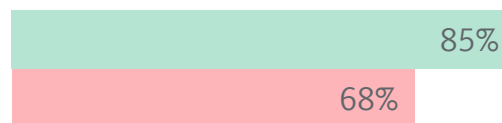
Kønsforskel

- En større andel drenge unge oplever 'i høj grad' at deres forældre er der, når de har brug for det sammenlignet med pigerne. Forskellen er størst for unge i udkolingen.

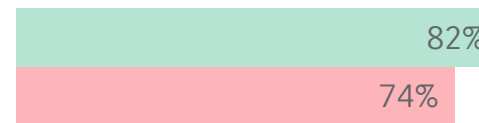
Andel som svarer "I høj grad"



Udkolingen 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Viser dine forældre interesse for din skolegang?

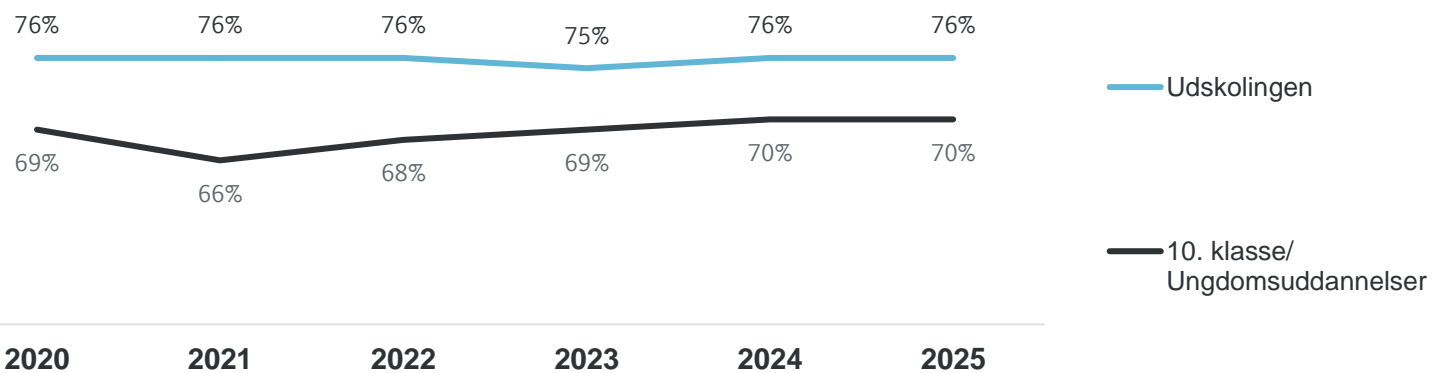
Tendenser

- Hovedparten af unge oplever at deres forældre viser interesse for deres skolegang.
- Der ses ingen eller meget lille forskel over tid.
- Andelen er generelt størst for unge i udskoling.

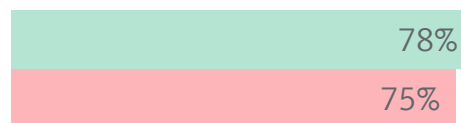
Kønssforskel

- Der er ingen eller meget lille forskel mellem køn.

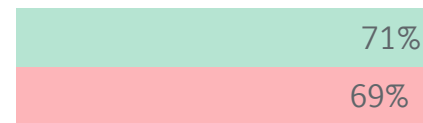
Andel som svarer "I høj grad"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Viser dine forældre interesse for, hvad du laver i din fritid?

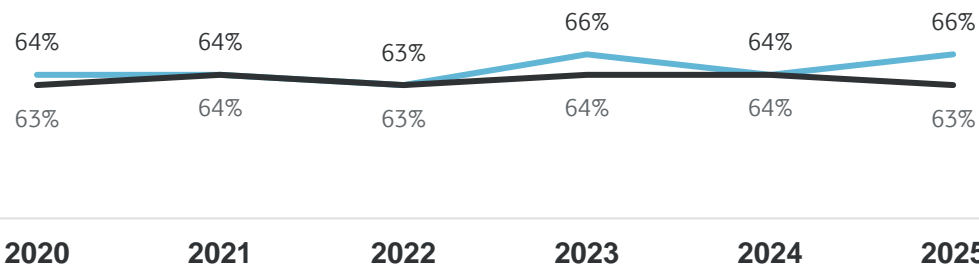
Tendenser

- Over halvdelen af alle unge oplever, at deres forældre viser interesse for hvad de laver i deres fritid.
- Der ses ingen eller meget lille forskel over tid.
- Der ses eller meget lille forskel mellem udskoling og 10. kl./ungdomsuddannelse.

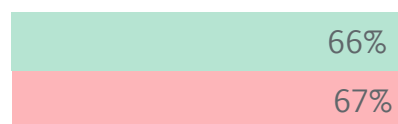
Kønnsforskel

- Der er ingen eller meget lille forskel mellem køn.

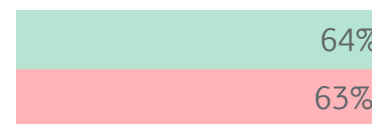
Andel som svarer "I høj grad"



Udskoling 2025



10. Klasse/ Ungdomsuddannelser 2025





Unge og Forældre

Forældre i relation til unges digital adfærd



Sundhedsstyrelsens anbefalinger

Børn og unge mellem 5-17 år bør ikke bruge mere end 1-2 timer om dagen i fritiden afhængig af alderen – mindre er bedre

- ❖ Børn og unges hverdag vil være karakteriseret ved, at der er brug for skærm for at være en del af samfundet, og for at kunne kommunikere med hinanden, og derfor er der valgt en tidsangivelse.

Anbefalinger om børns, unges og forældres brug af skærm

- ❖ Brug ikke skærm op til sovetid og lad din telefon eller tablet blive ude af soveværelset
- ❖ Brug tid væk fra skærmen og husk at være fysisk aktiv
- ❖ Vær opmærksom på dit forbrug af sociale medier, og hvordan brug af skærm påvirker din trivsel.

Anbefalinger til forældre med hjemmeboende børn

Interessér dig for dit barns digitale liv

Dit barn kan have positive oplevelser med skærmen, men kan også få ubehagelige oplevelser ved brug af skærm. Lige som det er vigtigt at tale om positive ting og gode oplevelser ved at bruge skærm, er det vigtigt, at barnet har nogle at tale med om de bekymringer, der kan opstå ved brug af skærm. Vær også opmærksom på barnets eventuelle bekymringer for at stå uden for fællesskabet eller for at gå glip af noget online, og tal med dit barn om det

Lav aftaler om skærmb brug i familien, som gælder både barn og voksen

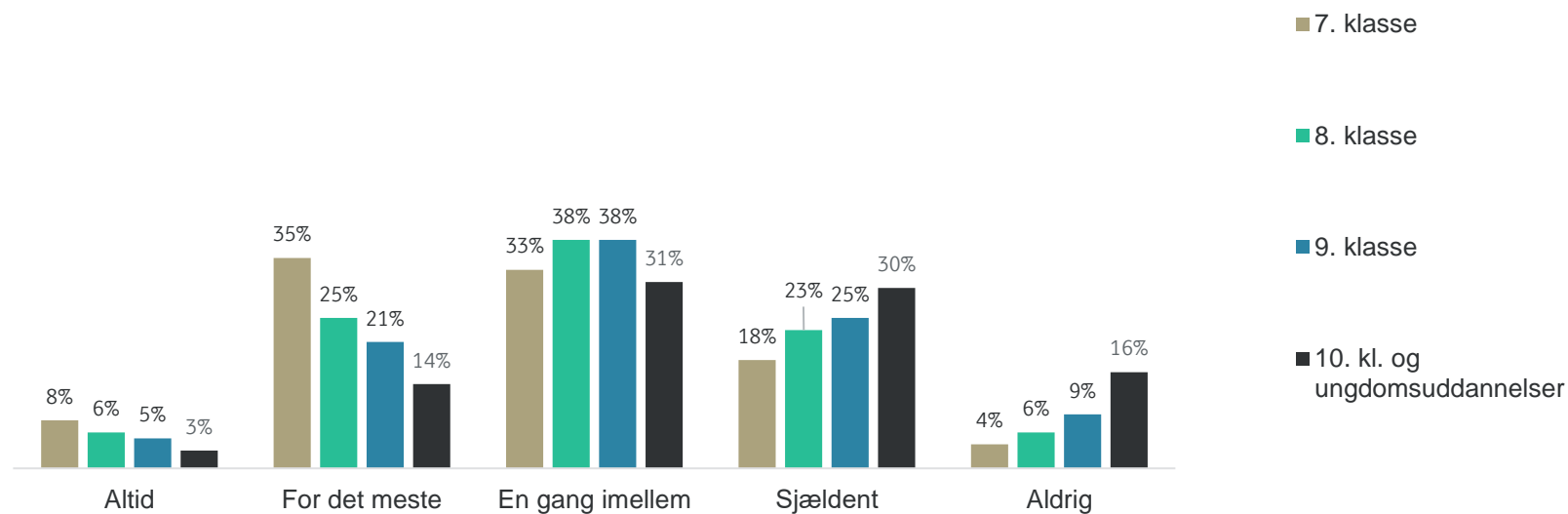
Det er vigtigt, at familiens voksne er enige om, hvad reglerne for at bruge skærm skal være i hjemmet. Dit barn orienterer sig imod dig som rollemodel og spejler din adfærd – også dit brug af skærm. Dialogen om, hvor meget I bruger skærm og til hvilke formål, er vigtig. Aftal hvornår I har skærmfri tid i familien. Det kan være, når I spiser eller laver andre aktiviteter sammen, hvor skærm ikke behøver at blive brugt. F.eks. når I er på legepladsen eller til arrangementer, hvor der er brug for jeres fulde opmærksomhed.

✿ Viser en eller flere af dine forældre interesse for, hvad du laver på internettet?

Tendenser

- Der er en tendens til, at forældre viser mere interesse jo lavere klassetrin.
- Omkring en femtedel unge i 7. klasse oplever at deres forældre 'sjældent' eller 'aldrig' viser interesse for hvad de laver på internettet. Dette tal vokser til knap halvdelen i 10. kl. og ungdomsuddannelsen.

Ungeprofilundersøgelsen (2025)





Viser en eller flere af dine forældre interesse for, hvad du laver på internettet?

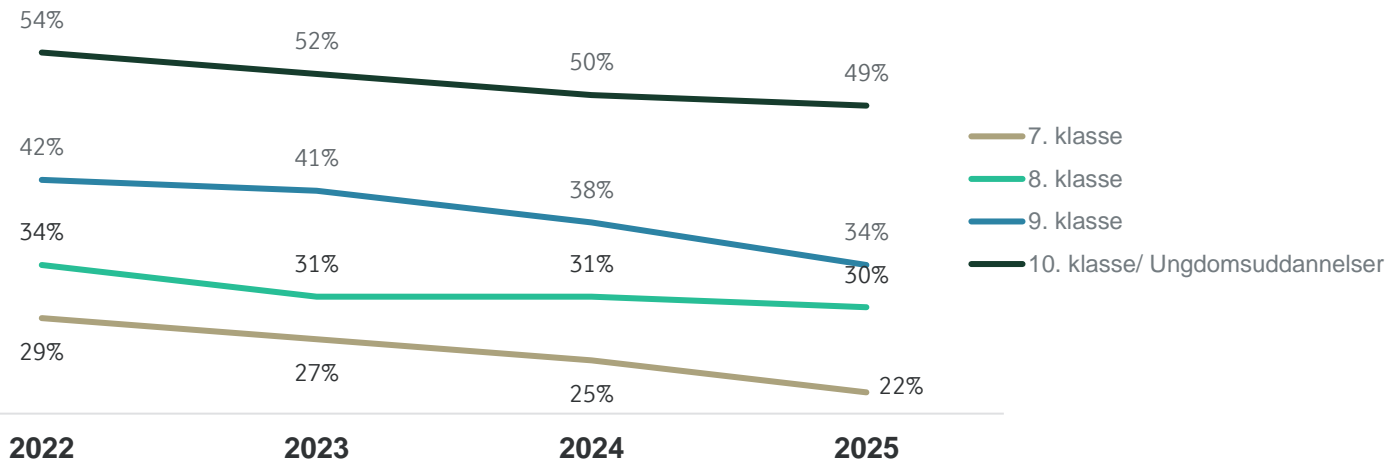
Tendenser

- Siden 2022 er der et gradvist fald i andelen af unge, med forældre som 'sjældent' eller 'aldrig' viser interesse for hvad de laver på internettet.
- Der er tydelig forskel mellem klassetrin således at forældre viser mere interesse jo lavere klassetrinnet er.

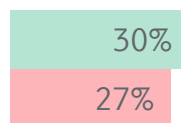
Kønnsforskel

- Der er en lidt større andel drenge end piger, som oplever, at forældre 'sjældent' eller 'aldrig' har interesse i hvad de laver på internettet.

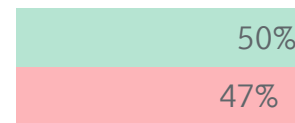
Andel som svarer "Sjældent" eller "Aldrig"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger

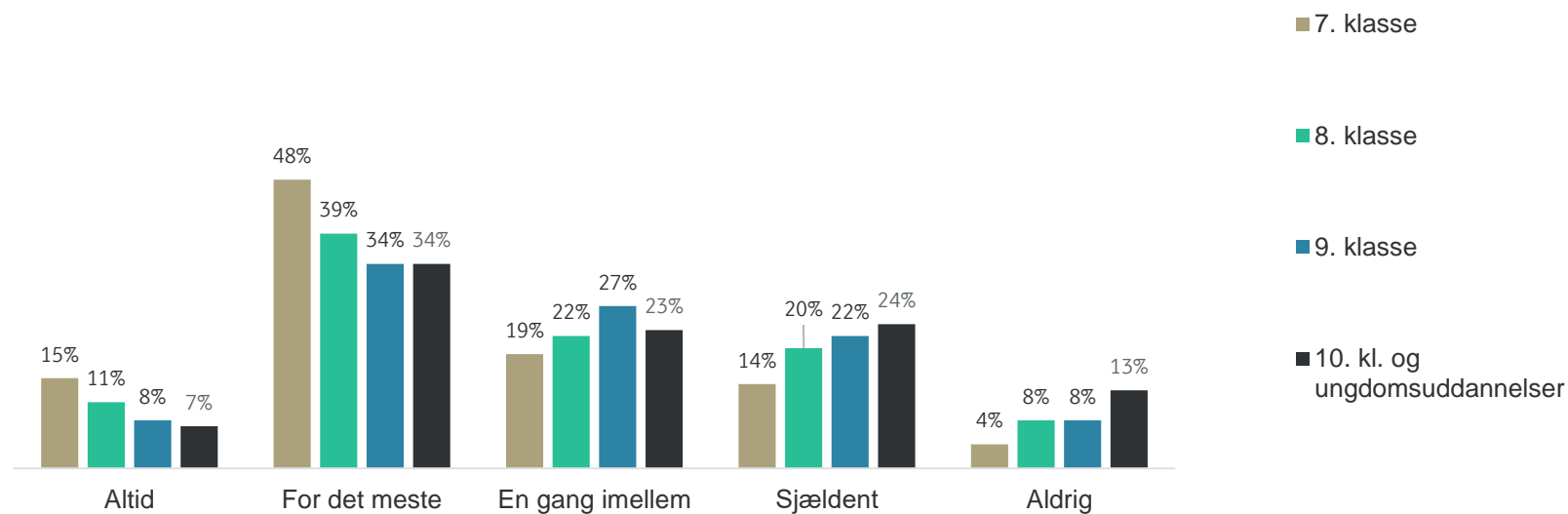


Ved dine forældre, hvem du skriver eller taler med på internettet?

Tendenser

- De største andele af unge findes i kategorierne 'for det meste' efterfulgt af 'En gang i mellem' uanset klassetrin.
- Jo højere klassetrin, jo større andel elever oplever, at deres forældre sjældent eller aldrig ved, hvem de skriver eller taler med på internettet.

Ungeprofilundersøgelsen (2025)





Ved dine forældre, hvem du skriver eller taler med på internettet?

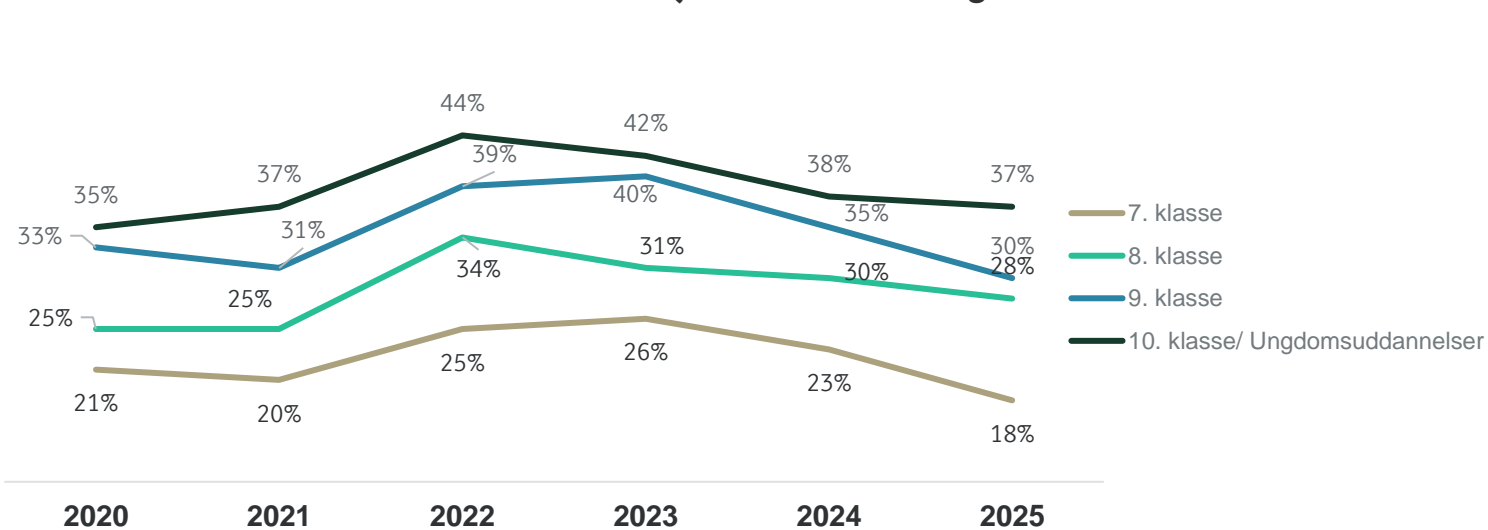
Tendenser

- Andelen af elever, der oplever at deres forældre sjældent eller aldrig ved, hvem de skriver eller taler med på internettet, stiger fra 2020 til 2022, men falder igen fra 2022 til 2025.

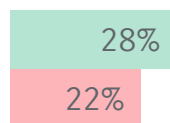
Kønsforskel

- Der er en større andel drenge end piger, der oplever at deres forældre sjældent eller aldrig ved, hvem de skriver eller taler med på internettet.

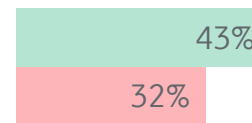
Andel som svarer "Sjældent" eller "Aldrig"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger

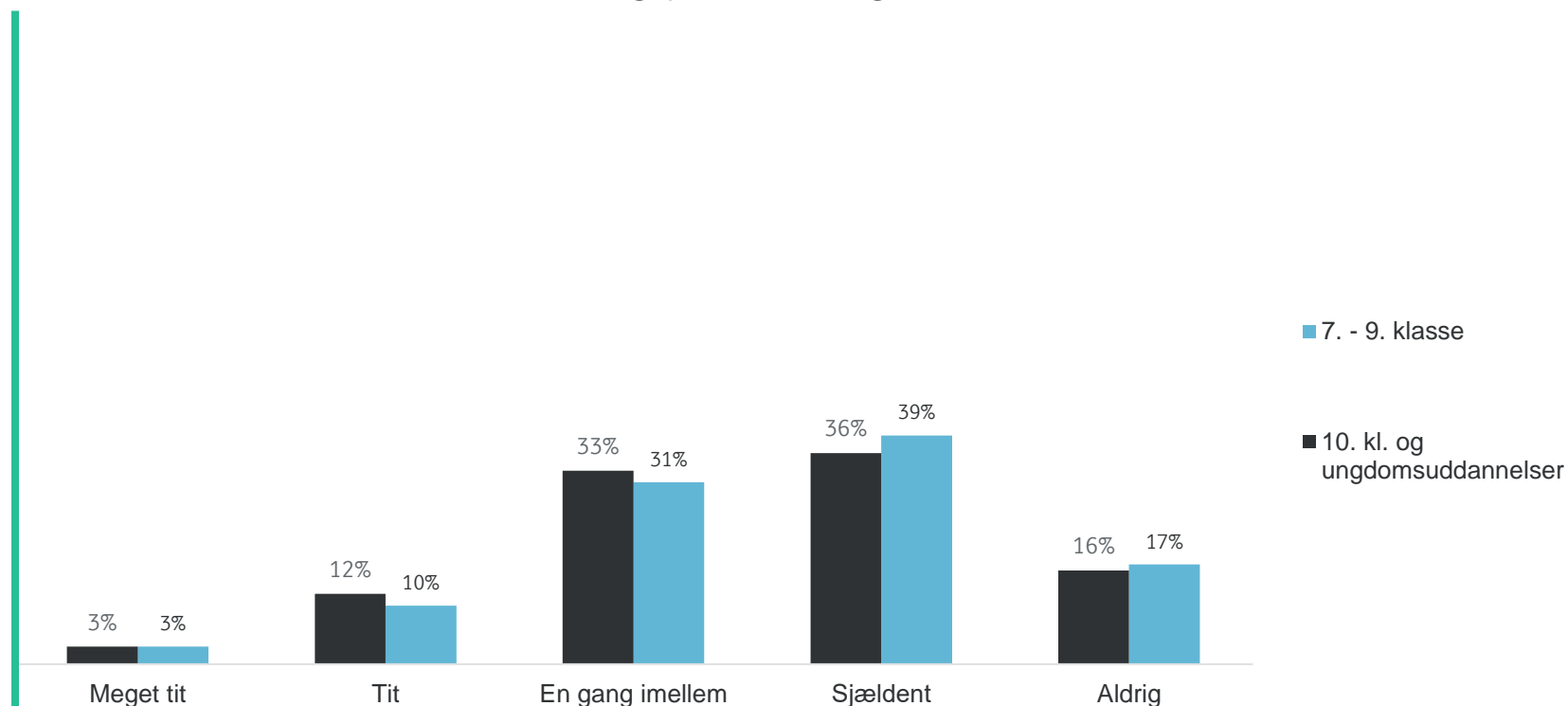


Synes du, at en eller flere af dine forældre bruger for meget tid på deres mobil, tablet og computer i deres fritid?

Tendenser

- Den største andel (lidt mere end 1/3) unge angiver at de 'sjældent' synes deres forældre bruger for tid på mobil, tablet eller computer.
- Den næststørste andel (ca. 1/3) svarer 'en gang imellem'
- Der er meget lille forskel mellem de enkelte klassetrin.

Ungeprofilundersøgelsen (2025)



☼ Synes du, at en eller flere af dine forældre bruger for meget tid på deres mobil, tablet og computer i deres fritid?

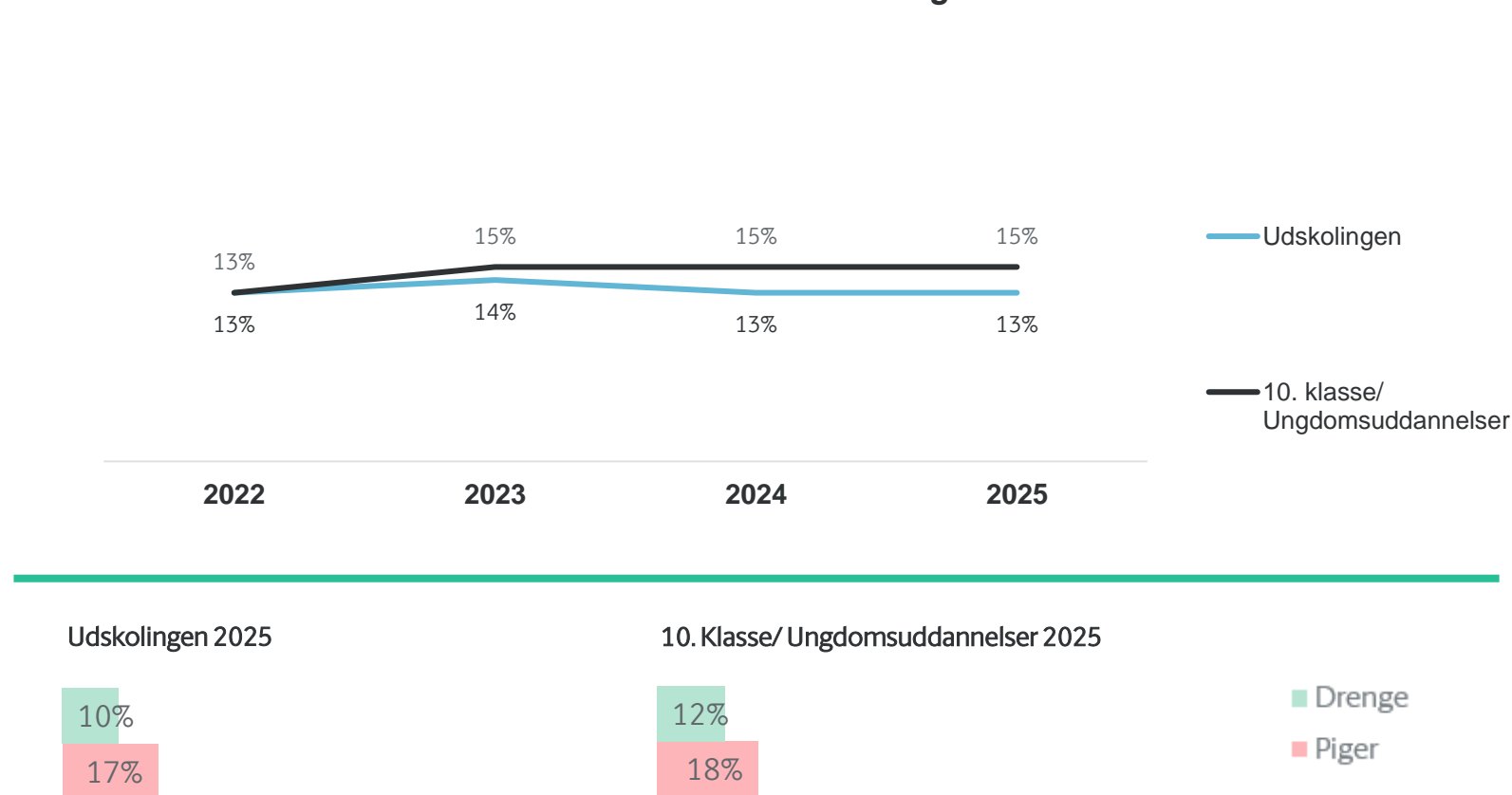
Tendenser

- 13-15 % af unge synes at deres forældre bruger for tid på mobil, tablet eller computer 'tit' eller 'meget tit'.
- Der er ingen eller lille forskel over tid.
- Der er ingen eller lille forskel mellem klassetrin.

Kønsforskkel

- En større andel piger end drenge synes 'Meget tit' eller 'tit', at en eller flere af deres forældre bruger for meget tid på mobil/tablet/computer i deres fritid.

Andel som svarer "Tit" eller "Meget tit"





Unge og Forældre

Forældre i relation til unges brug af rusmidler



Forældre som beskyttende faktor for unges brug af rusmidler

Forældre er en beskyttende faktor og har en stor betydning i forhold til deres børns brug af alkohol og andre rusmidler.

Der ses dog en tendens til, at mange forældre i Danmark tror, at de ikke længere har en betydningsfuld rolle, når barnet bliver teenager. Forældre skal derfor have viden om og være bevidste om deres betydning - også når barnet bliver teenager.

Undersøgelser viser, at unge drikker senere og mindre og bruger færre andre rusmidler, hvis:

- Forældre ved, hvor den unge er, og kender vennerne.
- Forældre og den unge har en tæt og tillidsfuld relation.
- Forældre og den unge har en god dialog og laver aftaler om alkohol og andre rusmidler.
- Forældre udviser tydelige holdninger mod alkohol og andre rusmidler.
- Forældre bruger tid sammen med deres børn.
- Forældre kender og snakker med de andre forældre.

Forældrenes eget forbrug af alkohol og andre rusmidler har også betydning for de unges rusmiddelforbrug, og der ses en tendens til, at unge, der får alkohol af deres forældre eller drikker sammen med forældrene, har et højere indtag af alkohol end unge, der ikke får alkohol af deres forældre. Ligesom unge drikker mere, hvis deres egne eller venners forældre lægger hus til fester med alkohol.



Forældres kendskab

Tendenser

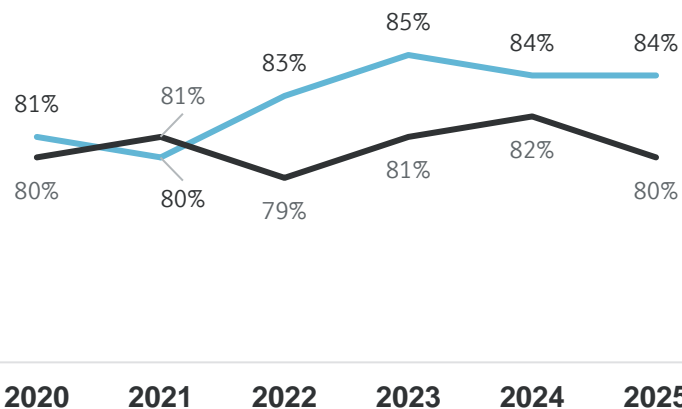
- Flertallet af unge mener, at deres forældre 'altid' eller 'ofte' ved, hvor de er, og hvem de er sammen med om aftenen i weekenden.
- Der ses en lille stigning fra 2020 til 2025 blandt elever i udskolingen.
- For begge spørgsmål ligger udskolingen højere end de ældre klassetrin.

Kønsskel

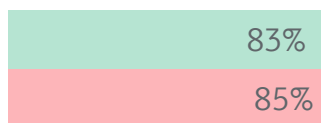
- For alle klassetrin og for begge spørgsmål er der lidt flere piger end drenge.

Ved dine forældre, hvor du er om aftenen i weekenden?

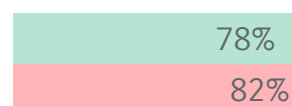
Andel som svarer "Altid" eller "Ofte"



Udskolingen 2025

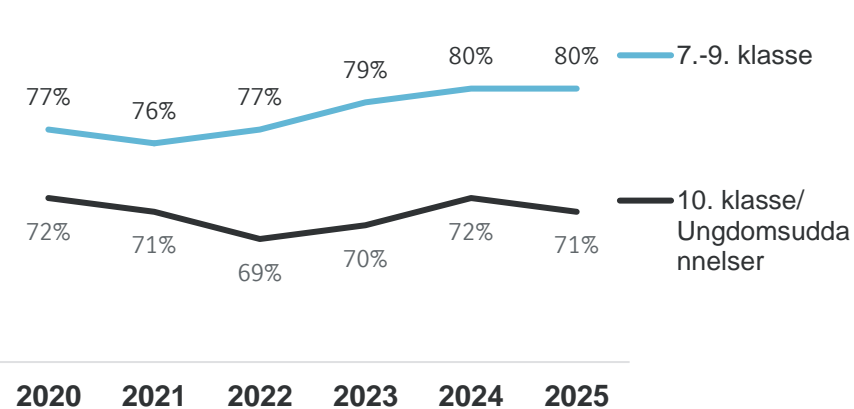


10. Klasse/
Ungdomsuddannelser 2025

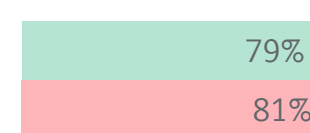


Ved dine forældre, hvem du er sammen med om aftenen i weekenden?

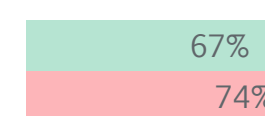
Andel som svarer "Altid" eller "Ofte"



Udskolingen 2025



10. Klasse/
Ungdomsuddannelser 2025



Drenge
Piger

✿ Har du og dine forældre aftaler om, hvornår du skal være hjemme om aftenen i weekenden?

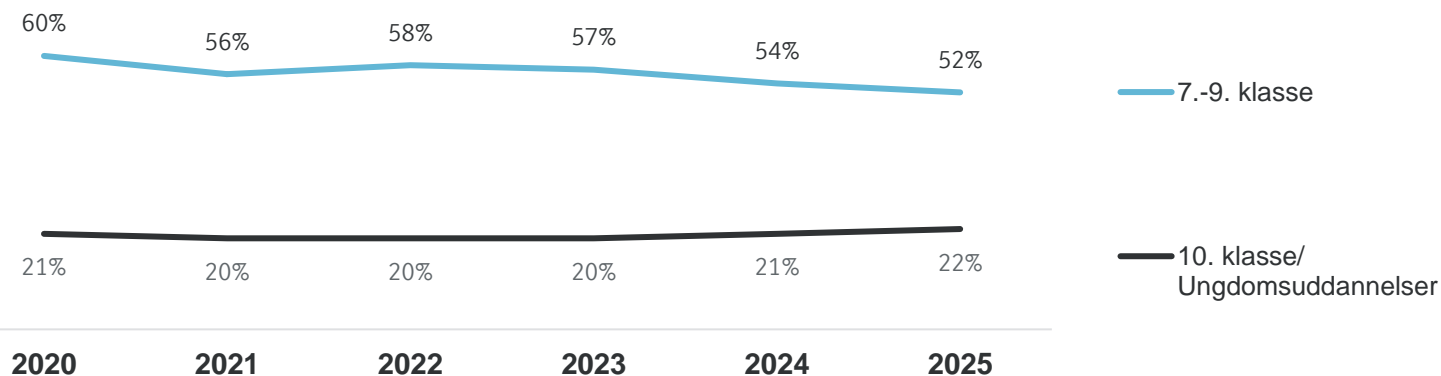
Tendenser

- Der er sket et fald i andelen af unge i udskolingen, som 'Altid' eller 'Ofte' har aftaler med deres forældre om, hvornår de skal være hjemme om aftenen i weekenden.
- For 10. klasse og ungdomsuddannelserne er der ingen mærkbar forskel over tid.

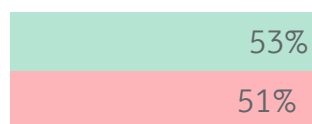
Kønsforskel

- Der er lidt flere drenge end piger, som har aftaler med deres forældre om hvornår de skal være hjemme om aftenen i weekenden.

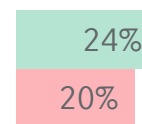
Andel som svarer "Altid" eller "Ofte"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



Kender dine forældre dine venner?

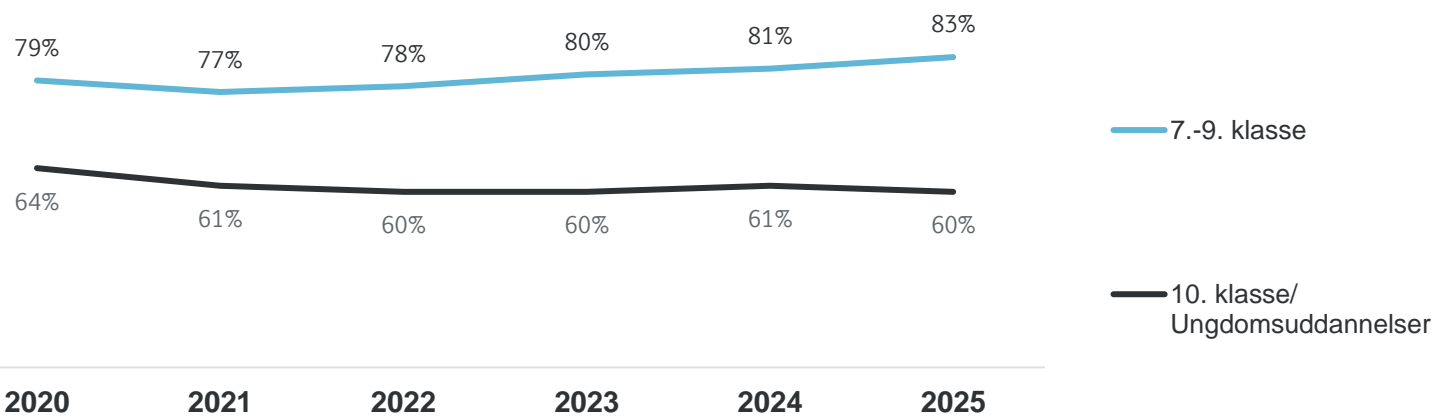
Tendenser

- De fleste unge oplever, at deres forældre kender deres venner. Dette er mere udpræget for udskolingens sammenligner med 10. kl. og ungdomsuddannelserne.
- Der ingen eller meget lidt udvikling over tid.

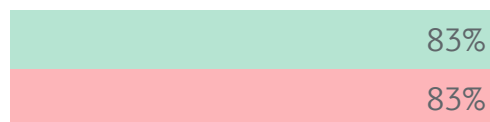
Kønsforskel

- Der er ingen forskel mellem køn for udskolingens.
- Der er lidt flere piger end drenge, som oplever, at deres forældre kender deres venner.

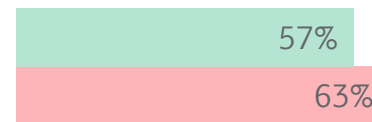
Andel som svarer "Ja, alle" eller "Ja, de fleste"



Udskolingens 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



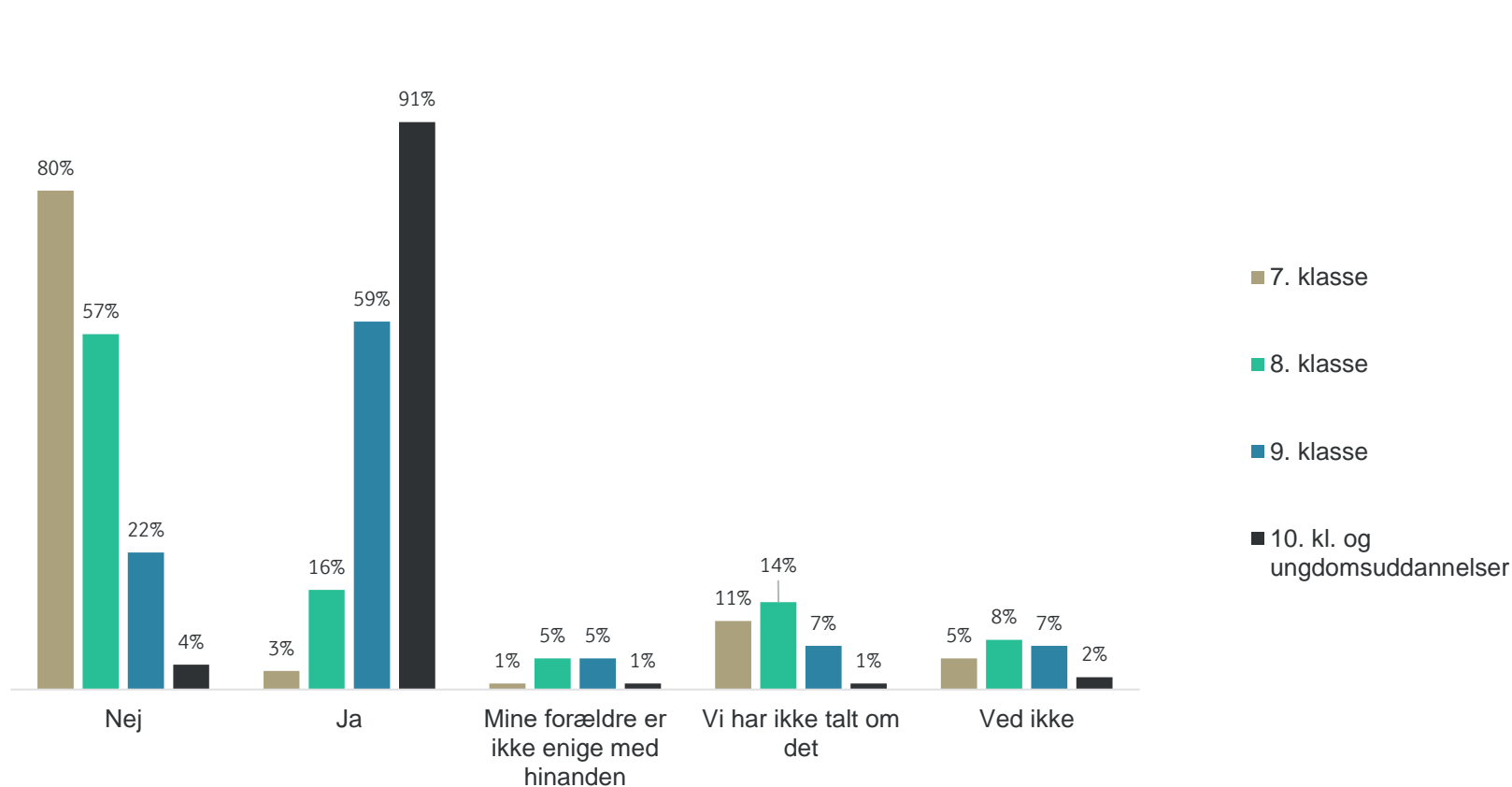


Aftaler om alkohol

Tendenser

- Der er en markant forskel på klassetrin ift. at unge i højere grad må drikke for deres forældre jo højere klassetrinnet, de befinder sig på (og omvendt ift. om de ikke må drikke)
- Andelen af elever, der ikke har talt med deres forældre om de må drikke eller ikke ved om de må drikke, er størst blandt udskolingselever. Andelen er størst blandt elever i 8. kl. (26%)
- Over halvdelen må drikke, når unge går i 9. klasse, hvilket stiger til næsten alle unge, når de går i 10. klasse og ungdomsuddannelser.

Må du drikke for dine forældre? (2025 tal)





Må du drikke for dine forældre?

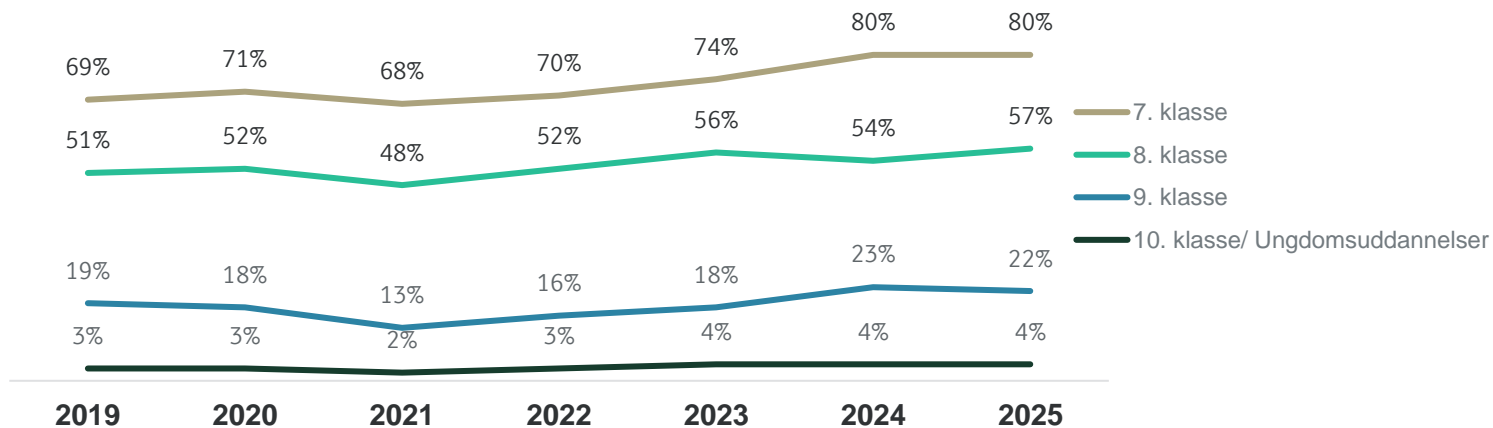
Tendenser

- Fra 2019 til 2024 er der sket en stigning i andelen af elever i 7.-9. klasse, der ikke må drikke for deres forældre. Stigning er størst blandt 7. klasser.
- Andelen er stabil for 10. klasse og ungdomsuddannelser.
- Der er en tydelig forskel mellem hvert klassetrin over tid.

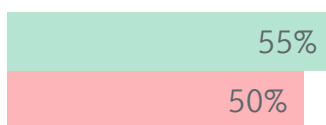
Kønsforskel

- Der er en større andel af drenge i udskolingen, som ikke må drikke for deres forældre sammenlignet med pigerne.
- Der er ingen eller lille forskel for 10. klasse og ungdomsuddannelser.

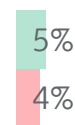
Andel som svarer "Nej"



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025



■ Drenge
■ Piger



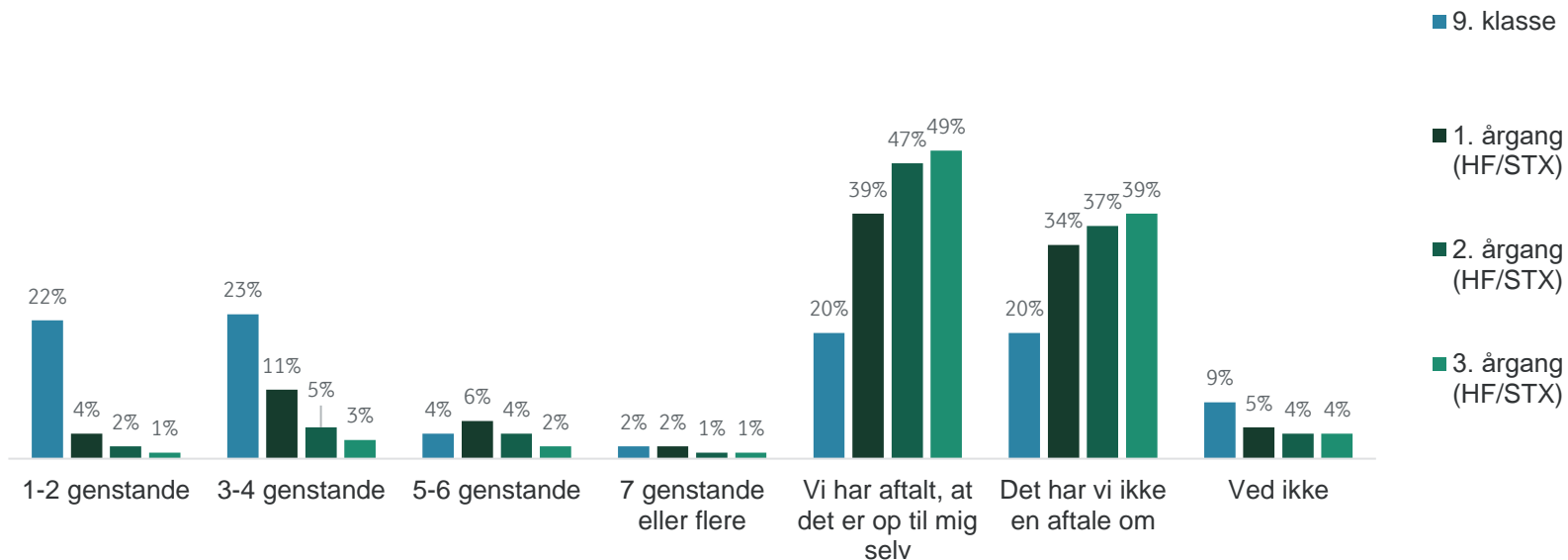
Aftaler om alkohol

Tendenser

- Blandt unge i 9. klasse, som må drikke for deres forældre, er det 40%, som enten ikke har en aftale med deres forældre eller har en aftale om, at det er den unges egen beslutning.
- Tilsvarende stiger dette tal for 1. årgang til 73 %.

Hvor mange genstande må du drikke for dine forældre, når du er til fest eller lign. med dine venner?

(Blandt elever som må drikke for deres forældre eller hvor forældrene ikke er enige.)





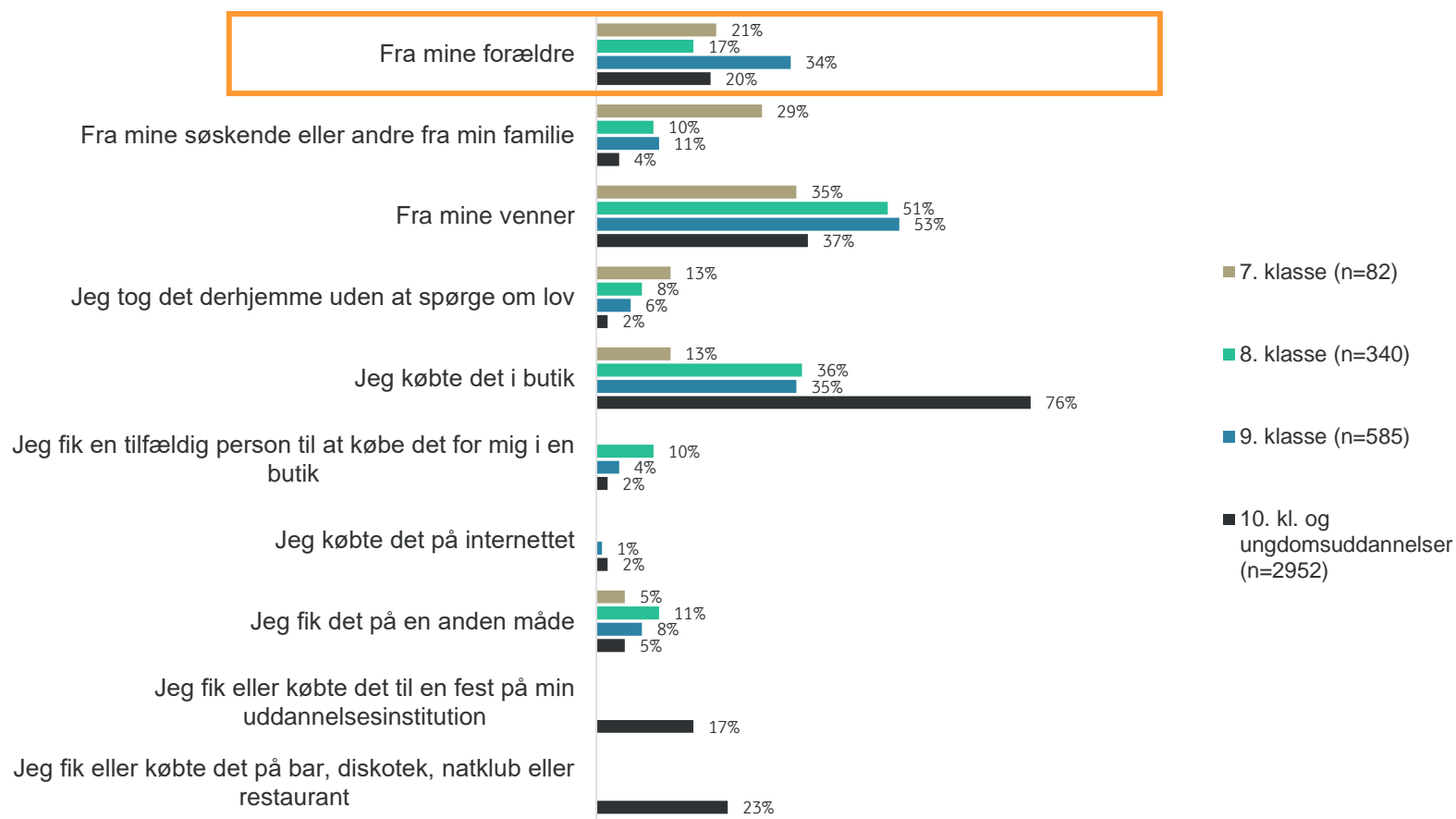
Unge der får alkohol fra deres forældre

Tendenser

- OBS at dette er et betinget spørgsmål, og det kan være relativt få antal respondenter.
- De fleste udskolingselever, der har prøvet at drikke en hel genstand, fik alkohol fra deres venner, køber det i butik eller får det fra deres forældre.
- Langt den største andel i 10. kl./ungdomsuddannelse købte alkohol i butik, sidst de drak.

Sidst du drak alkohol, hvordan fik du fat i det?

(Af dem der svarede "ja" til at have prøvet at drikke en hel genstand)





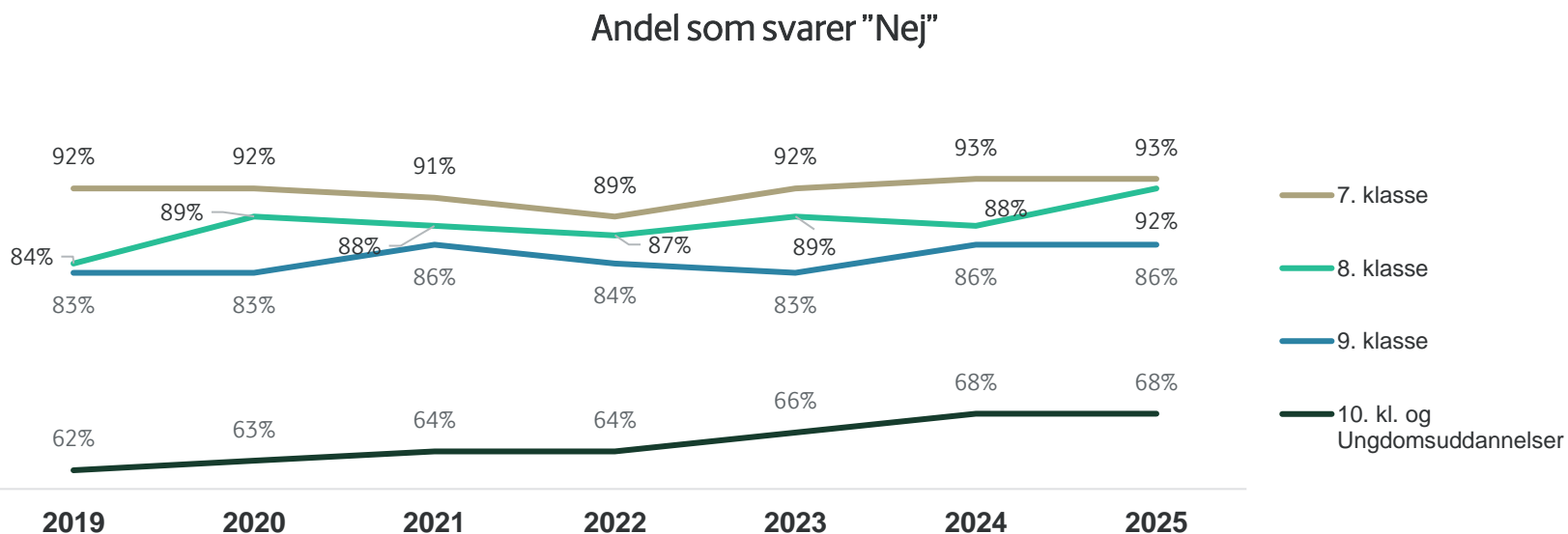
Må du ryge for dine forældre?

Tendenser

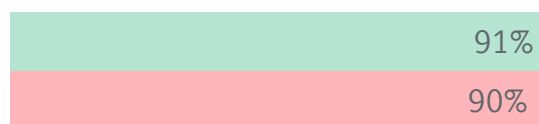
- Over halvdelen af alle unge må ikke ryge for deres forældre.
- Andelen i størst jo lavere klassetrinnet.
- Siden 2019 er der sket en mindre stigning for 8. og 9. klasse samt 10. kl. og ungdomsuddannelserne.

Kønsforskel

- Der er ingen eller lille forskel mellem køn.



Udskolingen 2025



10. Klasse/Ungdomsuddannelser 2025

