

1.g-elever på 16 danske gymnasier (STX)

# rappport om trivsel og brug af rusmidler

2024





## **Rapport om trivsel og brug af rusmidler: 1.g-elever på 16 danske gymnasier (STX)**

Udarbejdet som en del af forskningsprojektet **vores valg**

### **Forfattere:**

Anne Maria Lauenborg  
Camilla Krogner Caspersen  
Mette Gammelmark Bergmann  
Else-Marie Elmholdt  
Sinikka L. Kvamme  
Ulrikke Friis  
Lotte Vallentin-Holbech  
Kristine Rømer Thomsen

Udgivet af Center for Rusmiddelforskning, Aarhus Universitet, Aarhus, 2024

Tryk: Fællestrykkeriet, AU TRYK, Aarhus Universitet

ISBN elektronisk udgave: 97887-975622-1-5

ISBN trykt udgave: 97887-975622-0-8

**Med støtte fra**  
**TrygFonden**

# Indholdsfortegnelse

Introduktion.....	3
Metode.....	4
Sammenligningsgrundlag .....	4
Demografisk sammensætning.....	4
Måling af rusmidler .....	5
Sammenfatning .....	6
Forbrug af alkohol.....	7
Erfaring med alkohol .....	7
Brug af alkohol de sidste 30 dage .....	8
Konsekvenser i forbindelse med alkoholindtag .....	10
Socialt pres.....	11
Forbrug af nikotinprodukter.....	12
Erfaring med nikotinprodukter.....	12
Brug af nikotinprodukter de sidste 30 dage .....	13
Forbrug af illegale stoffer .....	14
Erfaring med illegale stoffer .....	14
Erfaring med præstationsfremmende midler .....	16
Trivsel og fællesskaber .....	16
Trivsel på gymnasiet og hjemme .....	16
Symptomer på angst og depression.....	19
Trivsel generelt .....	19
Litteraturliste.....	21

# Introduktion

Rapporten er udarbejdet på baggrund af udvalgt data fra en spørgeskemaundersøgelse foretaget i oktober/november 2023 med 1.g-elever på 16 gymnasier (STX) i Jylland og på Fyn. Rapporten er en del af projektet 'vores valg', og der vil senere hen blive publiceret videnskabelige artikler, hvor hovedresultater fra undersøgelsen fremgår. De resultater, der præsenteres i denne rapport, er foreløbige tal og kan kun anvendes til at give et øjebliksbillede fra 16 danske gymnasier (STX).

Rapporten indeholder beskrivelser af elevernes trivsel og deres brug af alkohol, nikotinprodukter og illegale stoffer. Resultaterne er ikke inddelt efter køn for at imødekomme, at eleverne kan have kønsidentiteter, som ikke bliver afspejlet i den binære opdeling af køn (dreng/pige). Ved enkelte trivselsspørgsmål vises og beskrives forskelle mellem kønskategoriene (dreng/pige/andre kønsidentiteter), da der her ses en væsentlig forskel mellem kønskategoriene, som er relevante at fremhæve.

På side 6 ses en oversigt over rapportens hovedfund.

Undersøgelsen blev foretaget af Center for Rusmiddelforskning, Aarhus Universitet, og er en del af forskningsprojektet 'vores valg'.

Vi vil gerne benytte lejligheden til at sige en stor tak til alle de involverede på de 16 gymnasier inklusiv eleverne, som har muliggjort undersøgelserne, Synnøve Xylander for hendes hjælp med dataindsamling, samt Dana Hynding Hansen og Nadine Ezzaaf Fryland, der har hjulpet med rapporten som led i deres forskningspraktik.

Rigtig god læselyst.

# Metode

I alt indgår besvarelser fra 2.830 1.g-elever fra 16 gymnasier i Jylland og på Fyn på spørgeskemaet i oktober eller november 2023 (svarprocent: 91,9%).

## Sammenligningsgrundlag

En del af data fra denne rapport sammenholdes med tal fra nationale undersøgelser for at give et sammenligningsgrundlag. Afsnittet "Alkohol" sammenlignes med tal fra rapporten §ALKOHOL, der inkluderer information om forbruget af alkohol hos danske 16-17-årige, indsamlet i efteråret 2022 (Pisinger et al., 2023). Afsnittene "Nikotinprodukter" og "Illegale stoffer" sammenlignes med tal fra rapporten §RØG, der inkluderer information om forbruget af nikotinprodukter og stoffer hos danske 15-17-årige i efteråret 2021 (Jarlstrup et al., 2023). Afsnittet "Trivsel og fællesskaber" sammenlignes med tal fra Skolebørnsundersøgelsen, der inkluderer information om trivsel blandt danske elever i 9. klasse i 2022 (Madsen et al., 2023).

## Demografisk sammensætning

Den demografiske sammensætning blandt 1.g-eleverne i denne rapport er sammenlignelig med deltagerne i §ALKOHOL, §RØG og Skolebørnsundersøgelsen. Dog er det vigtigt at bemærke, at §ALKOHOL og §RØG undersøger unge generelt (dvs. på tværs af uddannelses- og beskæftigelsesområder samt unge uden for disse), og der ses derfor en relativt lige kønsfordeling sammenlignet med 1.g-eleverne i denne rapport (se Tabel 1).

**Tabel 1: Sammenligning af fordelingen af alder og køn**

	Denne rapport	§ALKOHOL	§RØG	Skolebørnsundersøgelsen
<b>Population</b>	1.g-elever fra 16 gymnasier	Danske 16-17-årige (under udd., i job, uden for job og udd.)	Danske 15-17-årige (under udd., i job, uden for job og udd.)	Danske 9. klasse-elever i grundskolen (15-16 år)
<b>Antal deltagere</b>	2.830	2.143	2.256	1.630
<b>Dreng</b>	33,6%	41%	51,2%	48,9%
<b>Piger</b>	64,1%	59%	48,8%	47,9%
<b>Andre kønsidentiteter</b>	2,2%*	Ikke angivet	Ikke angivet	3,2%**
<b>Gennemsnitsalder</b>	17,0 år	16,5 år	16,1 år	15,8 år

\*I denne rapport dækker kategorien "Andre kønsidentiteter" over svarmulighederne "Nonbinær", "Andet" samt "Ønsker ikke at svare".

\*\*I Skolebørnsundersøgelsen dækker kategorien "Andre kønsidentiteter" over svarmulighederne "Både dreng og pige", "Hverken dreng eller pige", samt "Andet".

## Måling af rusmidler

Eleverne i vores undersøgelse blev bedt om at tænke tilbage på de sidste 30 dage og for hver dag notere det antal genstande, de havde drukket de pågældende dage. For at hjælpe dem med at huske tilbage på deres alkoholindtag, fik de en oversigt over de sidste 30 dage (i kalenderform), hvor både dato og ugedag fremgik. Denne metode til at estimere alkoholindtag hedder Timeline Followback (TLFB). Metoden er bredt anerkendt som den mest valide metode til at selvrapporere brug af fx alkohol (Hareskov Jensen et al., 2023). På baggrund af TLFB har vi beregnet, hvor mange dage de har drukket alkohol, samt hvor mange dage de har drukket flere end 5 genstande. Elevernes brug af nikotinprodukter og illegale stoffer blev målt ved at spørge eleverne, hvor mange dage inden for de sidste 30 dage de havde brugt nikotinprodukter og/eller illegale stoffer.

I SALKOHOL og SRØG blev deltagerne bedt om at angive deres brug af alkohol og andre rusmidler ved at svare på faste svarkategorier. Vi har derfor organiseret vores data, så de er sammenlignelige med denne type af besvarelser.

# Sammenfatning

Nedenfor har vi sammenfattet hovedfundene fra spørgeskemaundersøgelsen blandt de 2.830 1.g-elever, der deltog i spørgeskemaundersøgelsen i oktober/november 2023.

## Alkohol

I alt havde 82% af eleverne nogensinde prøvet at være fulde, og 80% af eleverne havde drukket alkohol inden for de sidste 30 dage.

Eleverne havde i løbet af de sidste 30 dage i gennemsnit 1,8 dage, hvor de havde drukket flere end 5 genstande på samme dag.

Eleverne, der havde drukket alkohol inden for de sidste 30 dage, havde oplevet en række negative konsekvenser relateret til at drikke alkohol: ca. hver tredje elev havde oplevet at komme til skade, og omkring 29% af eleverne havde haft blackout. Ca. hver fjerde elev (24%) havde haft intim kontakt, som de efterfølgende fortrød. 5% af både drenge og piger havde haft sex, som de efterfølgende fortrød, hvilket eleverne med andre kønsidentiteter oplevede hyppigere (10%). Over halvdelen af pigerne (53%) og næsten halvdelen af eleverne med andre kønsidentiteter havde haft moralske tømmermænd, hvilket drengene i mindre grad oplevede (29%).

## Nikotinprodukter og illegale stoffer

I alt havde 60% af eleverne nogensinde prøvet ét eller flere nikotinprodukter, og 33% af eleverne havde brugt én eller flere former for nikotinprodukter inden for de sidste 30 dage. Næsten halvdelen af eleverne, der havde brugt én eller flere former for nikotinprodukter inden for de sidste 30 dage, havde brugt snus/tyggetobak. Det næstmest brugte nikotinprodukt, blandt eleverne der havde anvendt nikotinprodukter inden for de sidste 30 dage, var cigaretter, som 43% af de pågældende elever havde brugt.

I alt havde 17% af eleverne nogensinde prøvet at bruge cannabis, og 3,5% havde nogensinde prøvet andre illegale stoffer end cannabis.

## Trivsel

I alt angav 79% af eleverne at have det godt eller meget godt i gymnasiet, og 85% havde det godt eller meget godt derhjemme. Størstedelen (79%) var enige i, at de følte sig som en del af fællesskabet på gymnasiet.

I alt havde over halvdelen af både pigerne (55%) og eleverne med andre kønsidentiteter (54%) i større eller mindre grad været påvirket af ensomhed de sidste 30 dage. Det samme gjaldt for 39% af drengene.

25% af pigerne, 23% af eleverne med andre kønsidentiteter og 11% af drengene viste inden for de sidste 14 dage tegn på moderat til alvorlig grad af risiko for angst eller depression.

94% af drengene, 89% af pigerne og 82% af eleverne med andre kønsidentiteter scorede så højt på WHO's trivselsindeks, at de anses for at trives godt og ikke anses for at være i risikozonen for langvarig stressbelastning og depression.

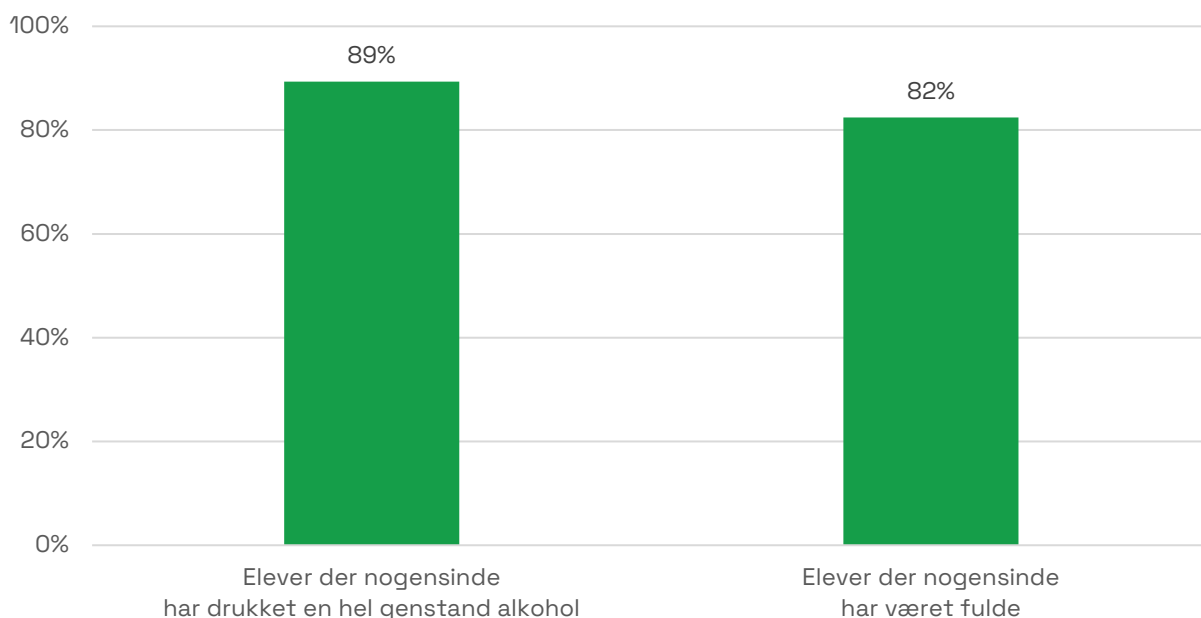
# Forbrug af alkohol

Danske unge har fortsat "europarekord" i druk blandt 15-årige. I Danmark siger 40% af elever i 9. klasse "ja" til at have været fulde den seneste måned, mens gennemsnittet for Europa er 13% (ESPAD Group, 2020). De seneste år har alkoholforbruget været stigende i Danmark blandt elever i 9. klasse (Madsen et al., 2023). Flere undersøgelser peger på, at forbruget af alkohol stiger i overgangen til ungdomsuddannelserne, i særlig grad på gymnasierne (Meyer et al., 2019). Det store alkoholforbrug i en tidlig alder er bekymrende af flere grunde, bl.a. grundet **1)** negativ påvirkning af hjernen, som er under udvikling ind til midten af 20'erne; **2)** alkoholrelaterede ulykker, som fx fald eller styrt på cykel; **3)** 'her og nu'-konsekvenser, som fx skænderier, slagsmål eller at gøre noget man efterfølgende fortryder (fx intim kontakt, sex eller indtag af stoffer); **4)** langsigtede konsekvenser, som kræft og andre sygdomme, samt; **5)** det faktum, at der hver måned dør et ungt menneske i Danmark pga. druk (Rømer Thomsen et al., 2024). Derudover er der en stærk sammenhæng mellem brug af alkohol og illegale stoffer, dvs., at unge, som drikker meget, også er mere tilbøjelige til at bruge illegale stoffer som hash og kokain (Pedersen et al., 2023). Det samme gælder for alkohol og nikotinprodukter. Endeligt er det bekymrende, at alkohol ofte er en adgangsbillet til de sociale fællesskaber.

## Erfaring med alkohol

Som ses i figur 1, har 89% af eleverne prøvet at drikke en hel genstand alkohol, og 82% af eleverne har prøvet at være fulde.

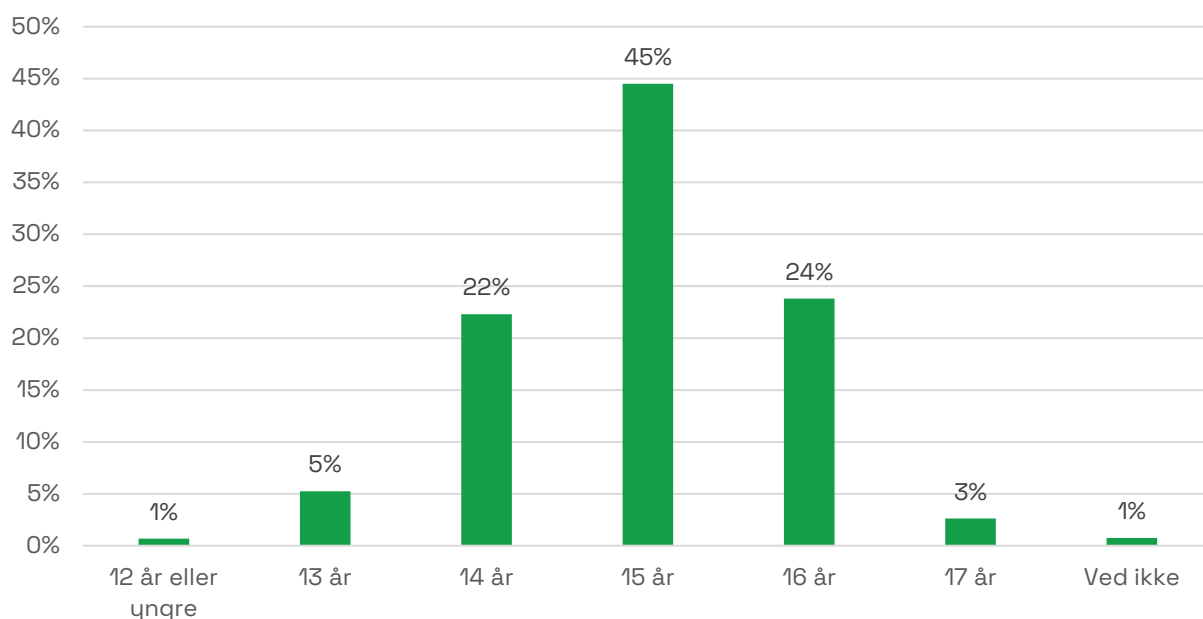
**Figur 1: Erfaring med at drikke alkohol**



Eleverne, som har prøvet at drikke en hel genstand alkohol, blev spurgt til deres debutalder. Som figur 2 på næste side viser, rapporterede næsten halvdelen af eleverne (69%), at de var 15 eller 16 år første gang, de havde følt sig fulde af at drikke alkohol.



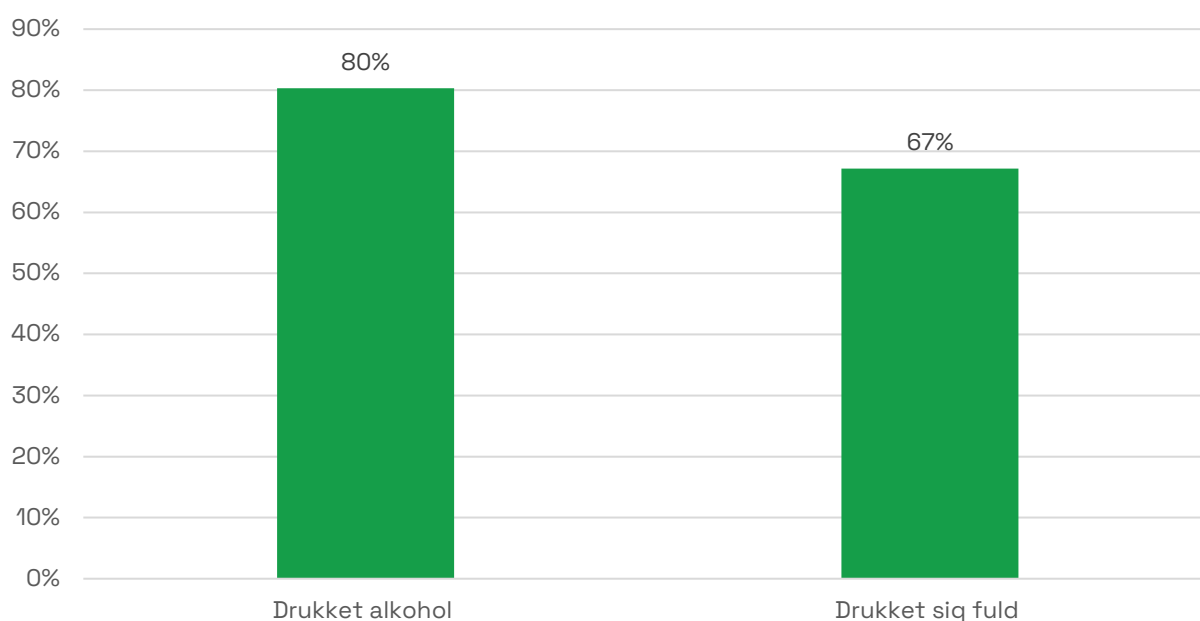
**Figur 2: Debutalder for at have drukket sig fuld for første gang**



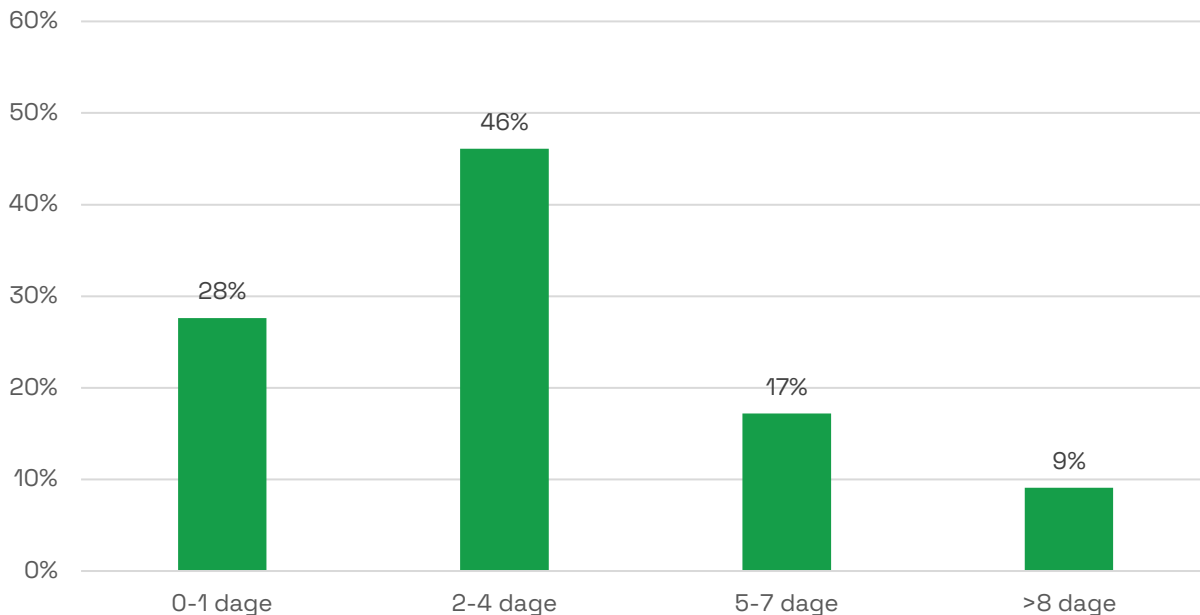
### Brug af alkohol de sidste 30 dage

Figur 3 viser, at 80% af eleverne (2.268 elever) rapporterede, at de havde drukket alkohol inden for de sidste 30 dage, og 67% af eleverne havde været fulde. Eleverne havde i gennemsnit drukket alkohol på 3,3 dage ud af de sidste 30 dage, og de havde i gennemsnit 1,8 dage, hvor de havde drukket flere end fem genstande på samme dag. Til sammenligning rapporterede deltagerne i SALKOHOL at have drukket fem eller flere genstande ved samme lejlighed hhv. 0 gange (23,9%), 1 gang (18,8%), 2-3 gange (31,2%), 4 eller flere gange (26%) månedligt.

**Figur 3: Druknet alkohol og drukket sig fuld de sidste 30 dage**

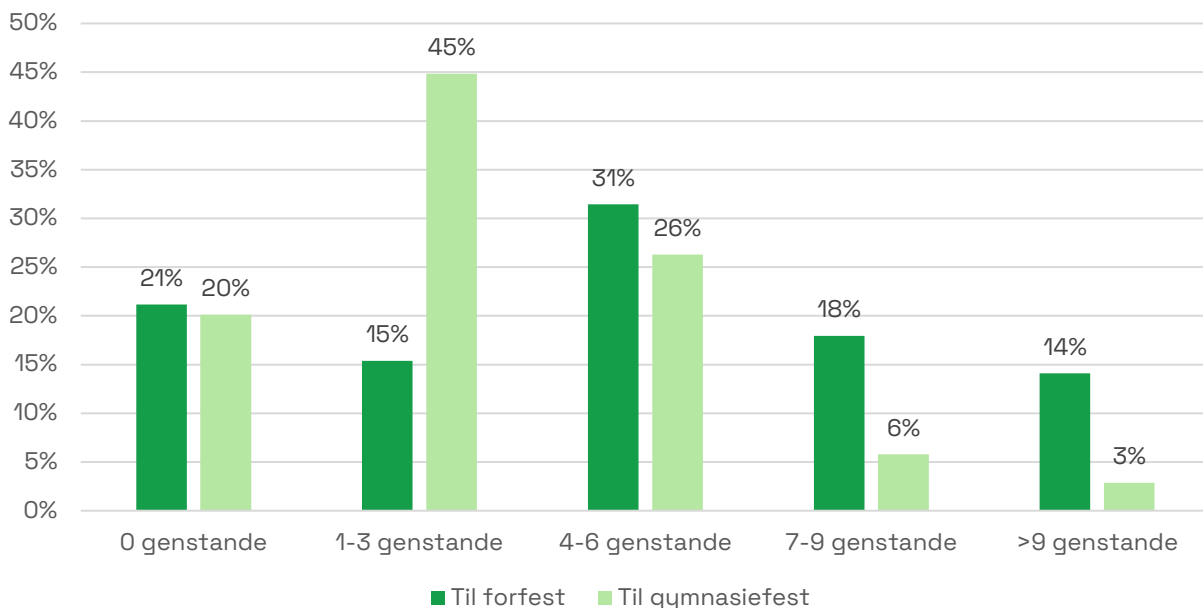


**Figur 4: Antal dage eleverne har drukket alkohol de sidste 30 dage**



Eleverne blev også spurgt ind til deres alkoholvaner ifm. forfester og fester på gymnasiet inden for de sidste 30 dage. Figur 5 viser, at størstedelen af eleverne (79%) drak alkohol til den seneste forfest – i gennemsnit drak hver elev 5 genstande til den seneste forfest. Størstedelen af eleverne (71%) drak 1-6 genstande til den seneste gymnasiefest - i gennemsnit drak eleverne knap 3 (2,95) genstande til gymnasiefesten. Samlet set drak hver elev i gennemsnit således ca. 8 genstande til den seneste forfest og gymnasiefest. Figuren viser også, at ca. hver femte elev ikke drak alkohol til forfesten eller til gymnasiefesten.

**Figur 5: Antal genstande eleverne har drukket til seneste forfest og gymnasiefest**



Figuren viser antal genstande, eleverne har drukket til seneste forfest og gymnasiefest blandt de 2538 elever, som deltog i en fest på gymnasiet.

I SALKOHOL blev de unges alkoholvaner ifm. forfester og fester også undersøgt, og endda særskilt for unge på gymnasiale uddannelser. Til sammenligning med figur 4 rapporterede de unge i SALKOHOL at have drukket alkohol på følgende antal dage de sidste 30 dage: 0-1 dage (38%), 2-4 dage (35%); 5-7 dage (17%) og 8 eller flere dage (10%) (Pisinger et al., 2023). Derudover drak de unge i SALKOHOL-undersøgelsen i gennemsnit 4,6 genstande før den seneste gymnasiefest og 3 genstande til selve festen. Det samlede antal genstande var dermed lidt højere for 1.g-eleverne i denne undersøgelse.

## Konsekvenser i forbindelse med alkoholindtag

De elever, der angav at have drukket alkohol de sidste 30 dage, blev spurgt, om de havde oplevet en række negative konsekvenser, mens de havde drukket alkohol, eller fordi de havde drukket alkohol (de sidste 30 dage).

**Tabel 2: Alkoholrelaterede konsekvenser de sidste 30 dage**

Konsekvenser	Piger	Dreng	Andre køns-identiteter
Er kommet til skade eller har været ude for selvforskyldte ulykker	34%	32%	37%
Har haft blackout og ikke kunnet huske dele af eller hele aftenen	29%	29%	24%
Har haft og fortrudt intim kontakt (fx kysse, kramme og/eller holde i hånd)	25%	23%	24%
Har haft og fortrudt sex	5%	5%	10%
Er blevet uvenner med venner, klassekammerater, kæreste og/eller familie	23%	19%	15%
Har haft moralske tømmermænd (fx sagt eller gjort noget dumt og/eller pinligt)	54%	41%	49%

Tabellen viser alkoholrelaterede konsekvenser de sidste 30 dage blandt de 2268 elever, der havde drukket alkohol de sidste 30 dage.

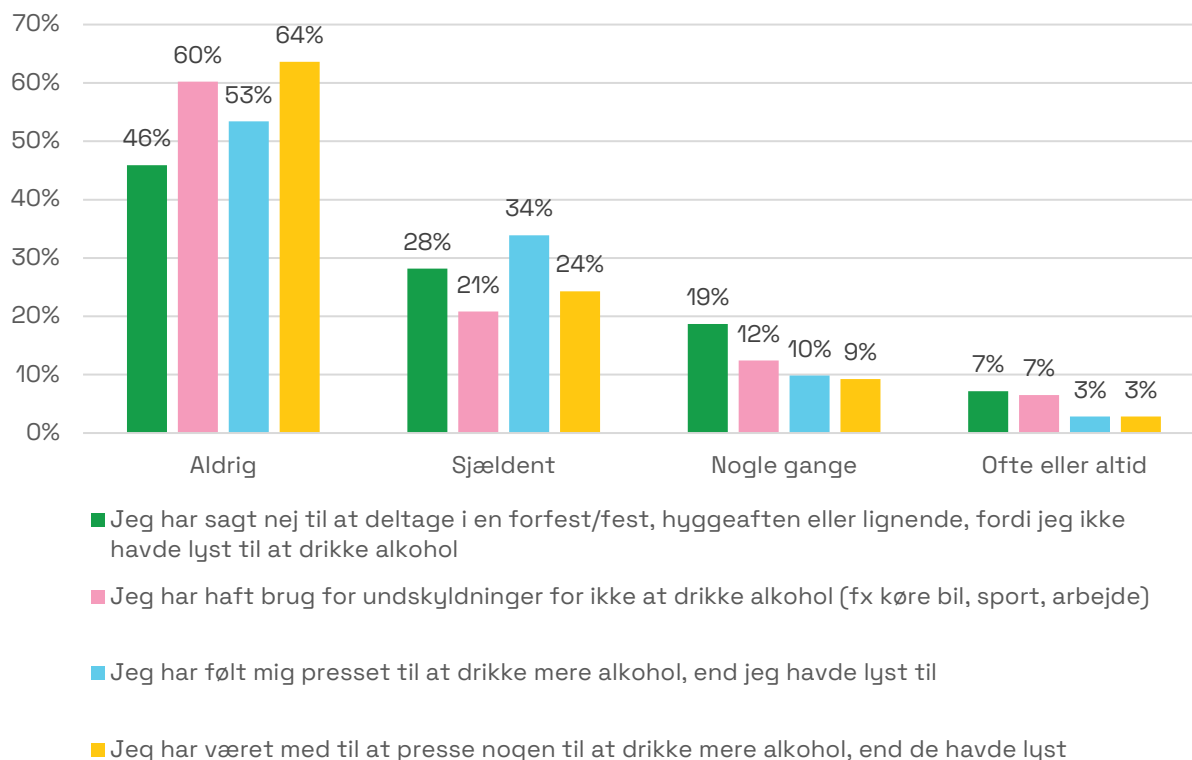
Af tabel 2 fremgår det, at ca. hver tredje elev havde oplevet at komme til skade ifm. alkoholindtag inden for de sidste 30 dage. Tabel 2 viser også, at 29% af både pigerne og drengene havde haft blackout, hvilket færre af eleverne med andre kønsidentiteter (24%) havde oplevet. 25% af pigerne, 23% af drengene og 24% af eleverne med andre kønsidentiteter havde haft intim kontakt, som de efterfølgende fortrød. 5% af både dreng og piger havde haft sex, som de efterfølgende fortrød, hvilket eleverne med andre kønsidentiteter oplevede hyppigere (10%). Over halvdelen af pigerne (54%) og næsten halvdelen af eleverne med andre kønsidentiteter (49%) havde haft moralske tømmermænd, hvilket færre af drengene oplevede (41%).

I SALKOHOL undersøgte de lignende konsekvenser, men her rapporterede de unge, hvilke konsekvenser de havde oplevet *mindst én gang det sidste år*. Her havde 26% af de unge oplevet at komme til skade ifm. alkoholindtag, 47% havde haft blackout, 31% havde kysset med nogen og fortrudt det, og 9% havde haft sex og fortrudt det (Pisinger et al., 2023).

## Socialt pres

Figur 6 viser, hvordan eleverne kan opleve et socialt pres, fx ved behovet for at have en undskyldning for ikke at drikke alkohol eller ved helt at fravælge en fest/forfest for ikke at skulle drikke alkohol, hvilket hhv. 19% og 26% af eleverne enten nogle gange eller ofte/altid har oplevet. Figuren viser også, at 12% af eleverne enten nogle gange eller ofte/altid har oplevet, at de selv har været med til at presse andre til at drikke mere alkohol, end de havde lyst til.

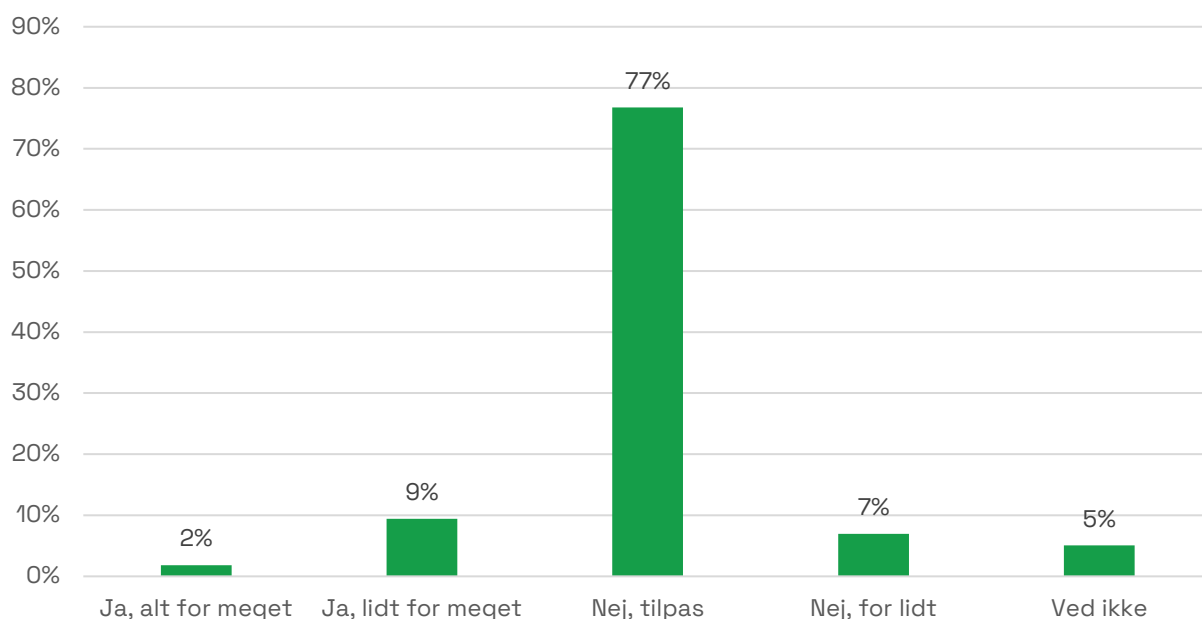
**Figur 6: Socialt pres**



Samtidig rapporterede 68% af de 2.268 elever, der havde drukket alkohol inden for de sidste 30 dage, at de følte sig mere som en del af fællesskabet, mens de drak alkohol, eller fordi de havde drukket alkohol.

Eleverne blev også spurgt til, om de oplevede, at alkohol fylder for meget på gymnasiet, fx til fester/fredagsbarer, introture og i snakken generelt samt i hvilke situationer, de særligt oplevede, der er et stort fokus på alkohol. Jf. figur 7 (på næste side) synes langt de fleste af eleverne (77%), at alkohol fylder tilpas meget på gymnasiet. Ud af de elever, der havde angivet, at alkohol fylder alt for meget eller lidt for meget (11%), har størstedelen af eleverne rapporteret, at det særligt er til forfester og gymnasiefester, der er et for stort fokus på alkohol.

Figur 7: Oplevelsen af om alkohol fylder for meget på gymnasiet



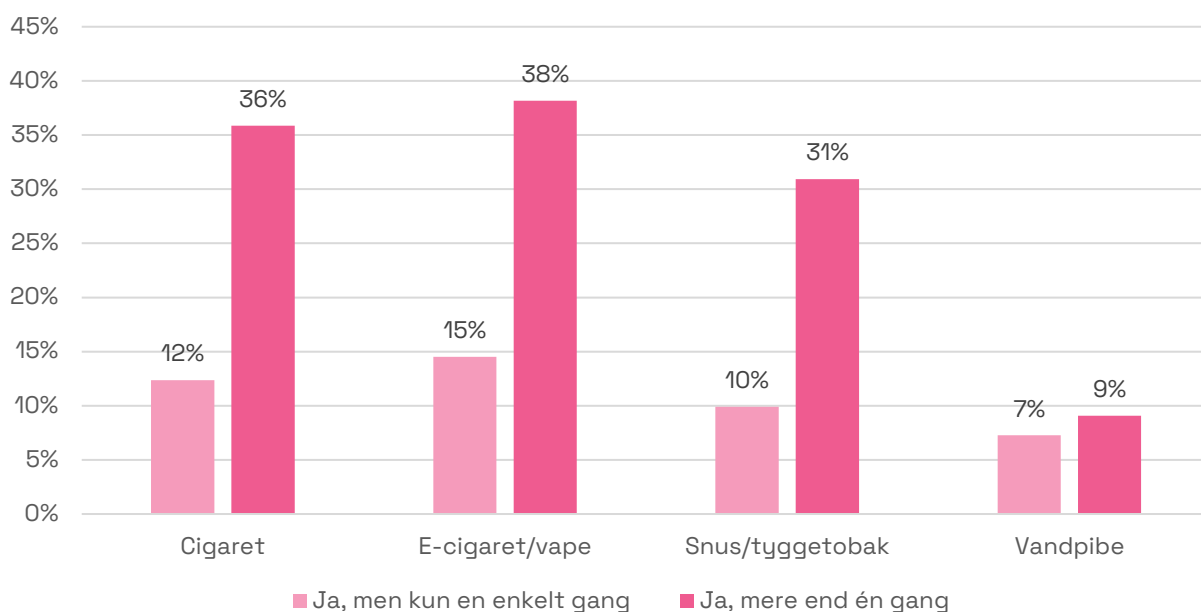
## Forbrug af nikotinprodukter

I det sidste årti er nikotinprodukter, som e-cigaretter og røgfrie produkter (fx snus), kommet på markedet og er steget meget i popularitet. Blandt 15-17-årige i Danmark steg brugen af fx røgfrie nikotinprodukter fra 8,7% i 2020 til 12% i 2022, og brugen af e-cigaretter blev mere end fordoblet fra 4,5% i 2020 til 10,1% i 2022. Mens 18,1% rapporterede at bruge mindst ét nikotinprodukt i 2020, steg dette til 30,4% i 2022 (Jarlstrup et al., 2023). Samtidigt steg brugen af cigaretter også; blandt de 15-17-årige rapporterede 11,9% at ryge cigaretter i 2020, hvilket steg til 13,7% i 2022 (Jarlstrup et al., 2023). Denne udvikling er bekymrende på grund af de omfattende sundhedsmæssige konsekvenser af tobaks- og nikotinbrug, herunder den øgede risiko for en lang række sygdomme (WHO, 2021). Unge menneskers hjerner er under udvikling, og er derfor mere følsomme over for tobak og nikotin. Blandt unge er der derfor øget risiko for negativ indvirkning på fx kognitive funktioner (som indlæring) og mental sundhed (fx symptomer på angst og depression) samt øget risiko for at udvikle afhængighed sammenlignet med voksne (Vestbo et al., 2018).

### Erfaring med nikotinprodukter

Eleverne blev spurgt ind til, om de nogensinde havde prøvet et eller flere nikotinprodukter. Det havde 60% af eleverne. I figur 8 på næste side ses, at de nikointyper, som flest elever havde prøvet mere end én gang, var e-cigaretter/vape (38%), og dernæst cigaretter, som 36% af eleverne havde prøvet mere end én gang. Den type nikotin, som færrest af eleverne havde erfaring med mere end én gang, var vandpibe (9%). I SRØG havde 24% af de unge prøvet cigaretter, 20% e-cigaretter og 16,5% snus/tyggetobak mindst én gang (Jarlstrup et al., 2023).

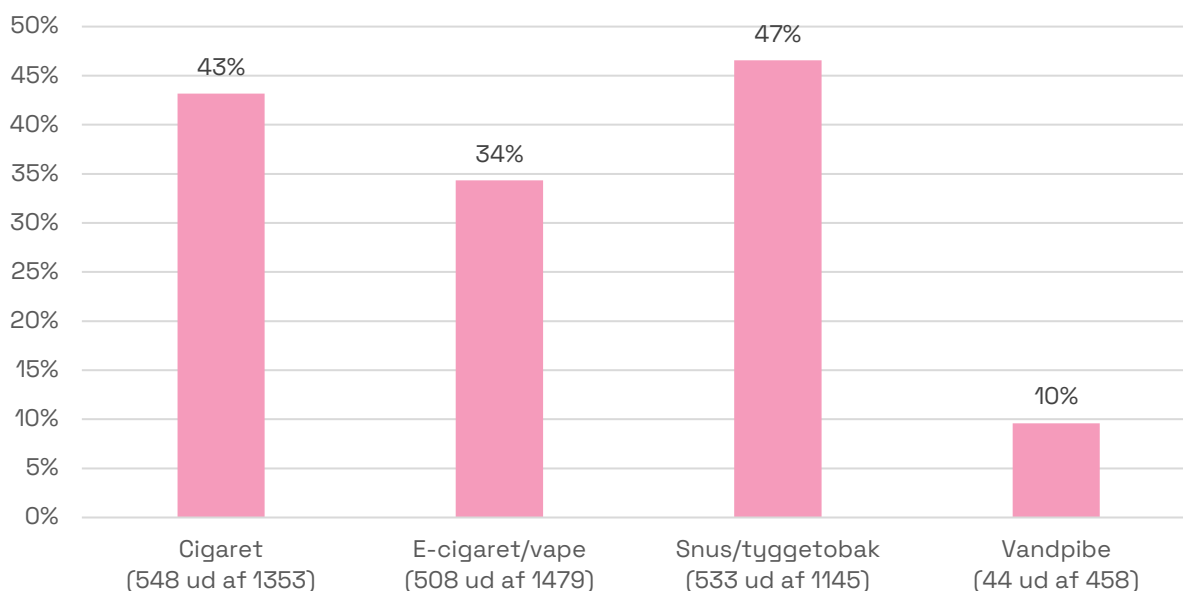
**Figur 8: Erfaring med nikotinprodukter**



## Brug af nikotinprodukter de sidste 30 dage

I alt havde 33% af eleverne brugt ét eller flere nikotinprodukter inden for de sidste 30 dage. Figur 9 viser, at blandt de elever, der nogensinde havde brugt de pågældende nikotinprodukter, havde næsten halvdelen (47%) brugt snus/tyggetobak inden for de sidste 30 dage, og 43% havde brugt cigaretter.

**Figur 9: Elevernes brug af nikotinprodukter de sidste 30 dage**

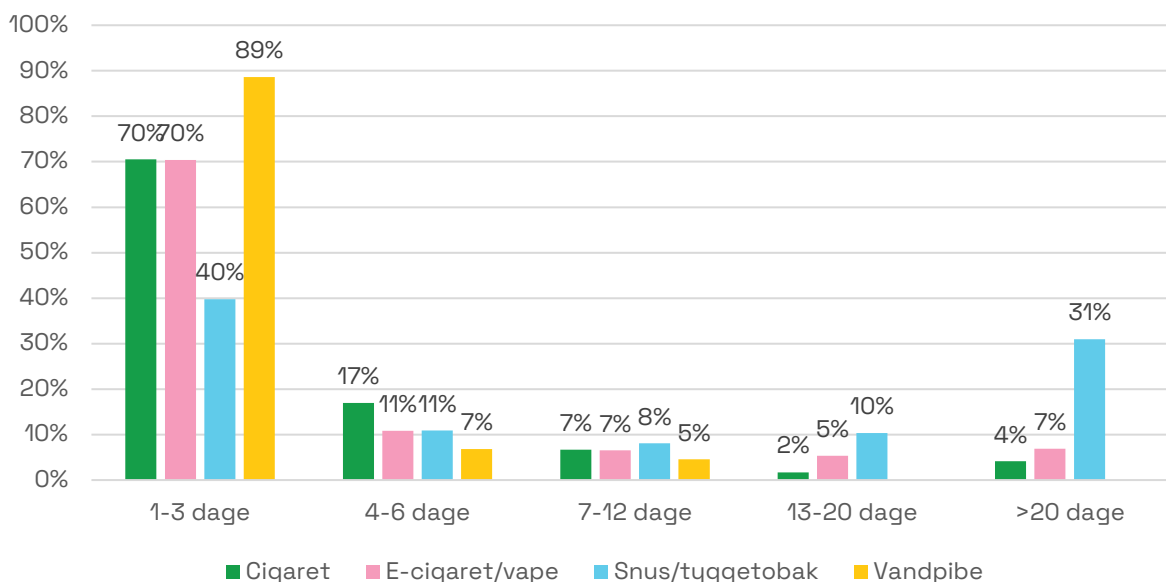


Figuren er baseret på de elever, som nogensinde har brugt et eller flere af nikotinprodukterne.

Figur 10 på næste side viser, at de elever, der brugte nikotinprodukter de sidste 30 dage, overvejende brugte dem 1-3 dage. Det fremgår, at 70% af de elever, som brugte hhv. cigaretter eller e-cigaretter/vape, gjorde det på 1-3 dage inden for de sidste 30 dage.

89% af de elever, som brugte vandpibe (44 elever), gjorde det på 1-3 dage inden for de sidste 30 dage. I den anden ende af grafen ses det, at 31% af de elever, som brugte snus/tyggetobak, gjorde det på mere end 20 dage inden for de sidste 30 dage.

**Figur 10: Antal dage med nikotinprodukter de sidste 30 dage**



Figuren er baseret på de elever, som brugte nikotinprodukter de sidste 30 dage.

## Forbrug af illegale stoffer

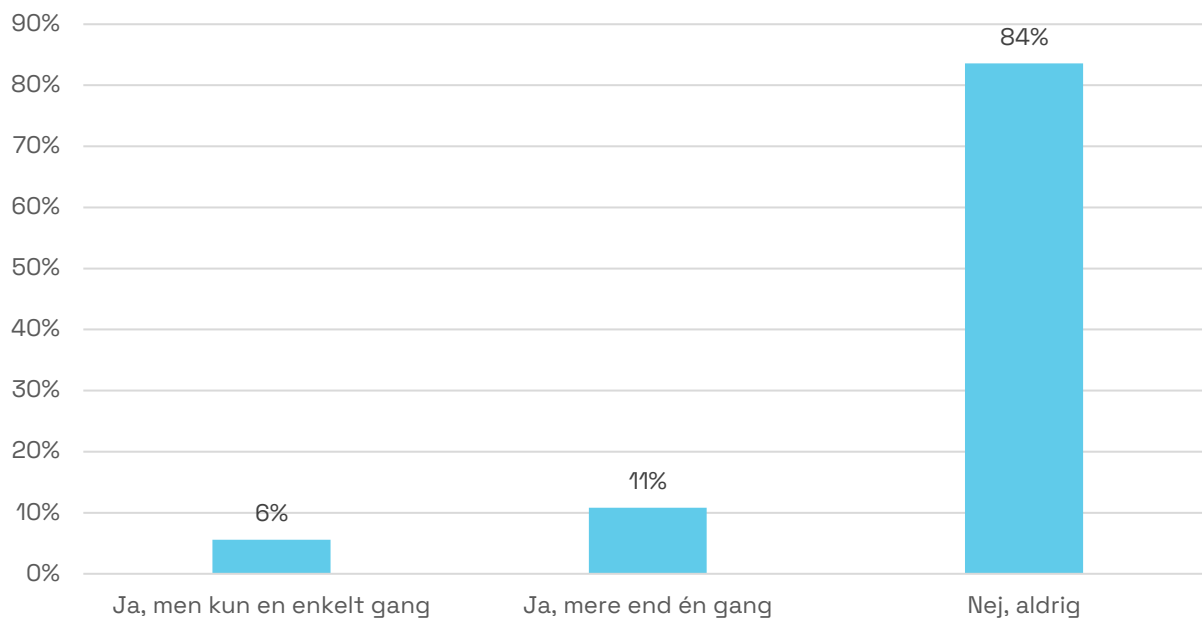
At eksperimentere med illegale stoffer finder typisk sted i ungdomsårene og toppe i alderen 16-19 år (Sundhedsstyrelsen, 2022). Blandt danske unge er hash det mest anvendte illegale rusmiddel efterfulgt af kokain (Pedersen et al., 2023). Blandt 15-25-årige svarede ca. 10%, at de har brugt cannabis den seneste måned, mens ca. 3% svarede, at de har brugt kokain i 2022 (Pedersen et al., 2023). Brug af cannabis (fx hash) og andre illegale stoffer (fx kokain) kan øge risikoen for en lang række fysiske og mentale sundhedsproblemer. Regelmæssig brug af hash øger fx risikoen for problemer relateret til kognitive funktioner, psykotiske symptomer og sygdom, samt selvfølgelig afhængighed af hash (Rømer Thomsen et al., 2019). Kokain er stærkt afhængighedsskabende, dvs., man kan blive afhængig efter at have indtaget det ganske få gange (Institut for Retsmedicin, Aarhus et al., 2023).

### Erfaring med illegale stoffer

Eleverne blev spurgt ind til, om de nogensinde har prøvet at bruge cannabis (fx hash, pot, skunk eller cannabisolie), samt hvor gamle de var første gang, de prøvede det. Figur 11 på næste side viser, at 84% af eleverne aldrig har prøvet at bruge cannabis, mens 6% har prøvet det en enkelt gang og 11% mere end én gang. Eleverne, der angav at have brugt cannabis, var i gennemsnit 15,6 år, første gang de prøvede at bruge cannabis. I

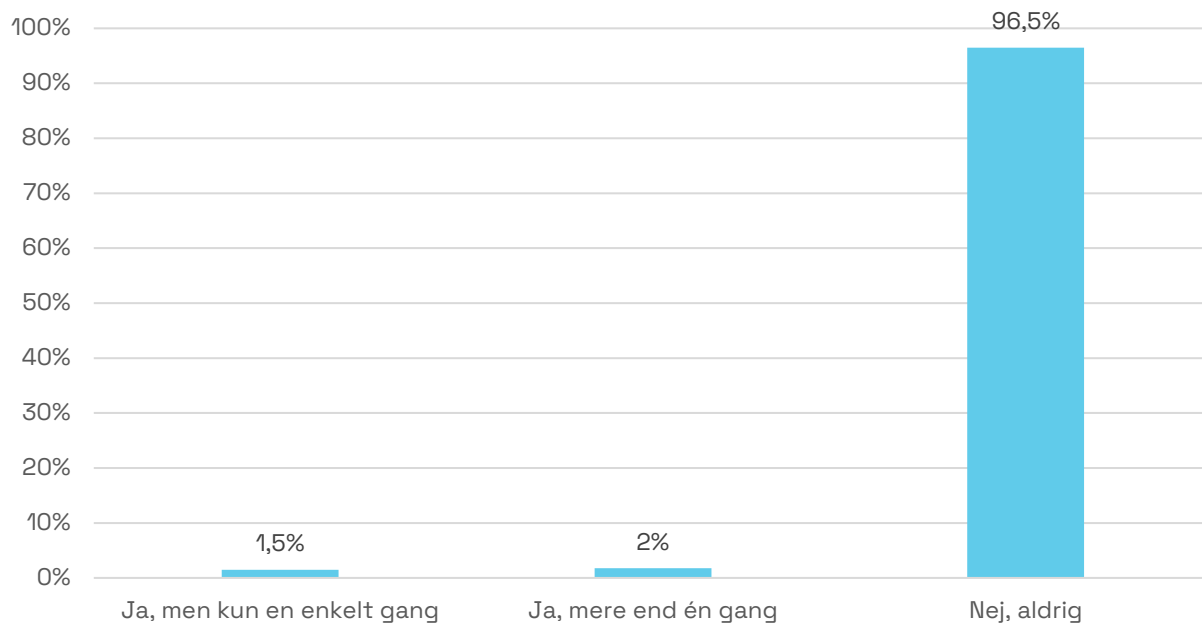
Skolebørnsundersøgelsen havde 11% af drengene og 9% af pigerne i 9. klasse prøvet at bruge cannabis (Madsen et al., 2023).

**Figur 11: Erfaring med cannabis**



Eleverne blev spurgt, om de har erfaring med andre illegale stoffer end cannabis. Figur 12 viser, at 1,5% af eleverne rapporterede at have prøvet andre illegale stoffer en enkelt gang og 2% mere end én gang. Størstedelen af eleverne (96,5%) havde således ingen erfaring med andre illegale stoffer end cannabis.

**Figur 12: Erfaring med andre illegale stoffer end cannabis**





## Erfaring med præstationsfremmende midler

Eleverne besvarede også spørgsmål ang. brug af præstationsfremmende midler med henblik på at præstere bedre på deres uddannelse, fx betablokkere eller Ritalin. Tabel 3 viser, at 6% af eleverne havde overvejet at bruge præstationsfremmende midler, men aldrig brugt det, mens 1,5% angav at have brugt det inden for de sidste 30 dage. Størstedelen af eleverne (91,5%) havde aldrig overvejet at bruge præstationsfremmende midler.

**Tabel 3: Elevernes erfaring med præstationsfremmende midler**

Erfaring med præstationsfremmende midler	Total
Ja, jeg har brugt det inden for de sidste 30 dage	1,5%
Ja, jeg har brugt det inden for det seneste år	0,5%
Ja, jeg har tidligere brugt det, men gør det ikke mere	0,5%
Ja, jeg har overvejet det, men aldrig brugt det	6,0%
Nej, jeg har aldrig overvejet det	91,5%

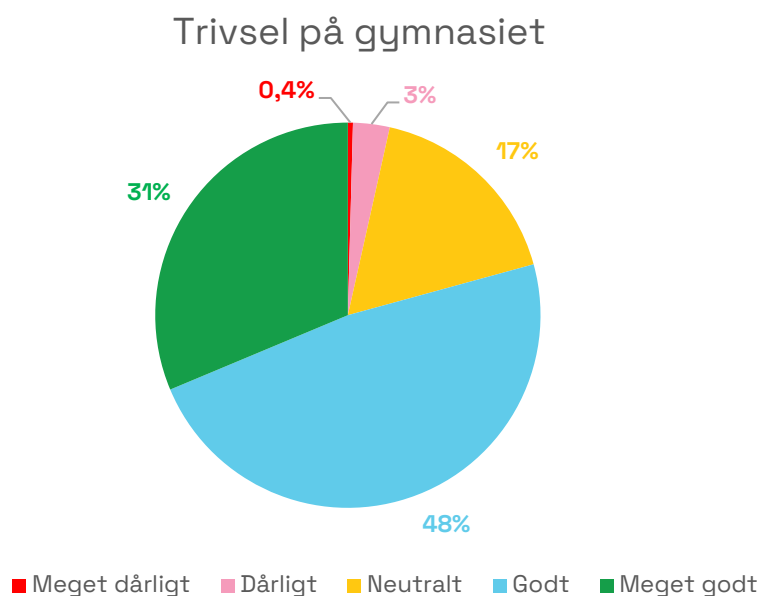
## Trivsel og fællesskaber

De seneste 12 år har vi set en bekymrende stigning i mistrivsel blandt børn og unge, både internationalt og nationalt. Den negative udvikling var tydelig før covid-19-pandemien, men er blevet forværret af pandemien og restriktionerne. En ny undersøgelse viser indikationer på, at trivsel (herunder livstilfredshed, selv vurderet helbred og psykosocial trivsel) er blevet forværret de sidste 12 år. I 2021 rapporterede fx 25% af 15-årige i Danmark, at de havde haft en psykisk lidelse (fx angst, depression) på et tidspunkt i deres liv, og 8% af drengene og 19% af pigerne udviste lav livstilfredshed (Ottosen et al., 2022). Det samme mønster ses tydeligt i den nye Skolebørnsundersøgelse, der viser en forværring det seneste årti på stort set alle mål for mental sundhed blandt danske skolebørn, især iblandt pigerne (Madsen et al., 2023).

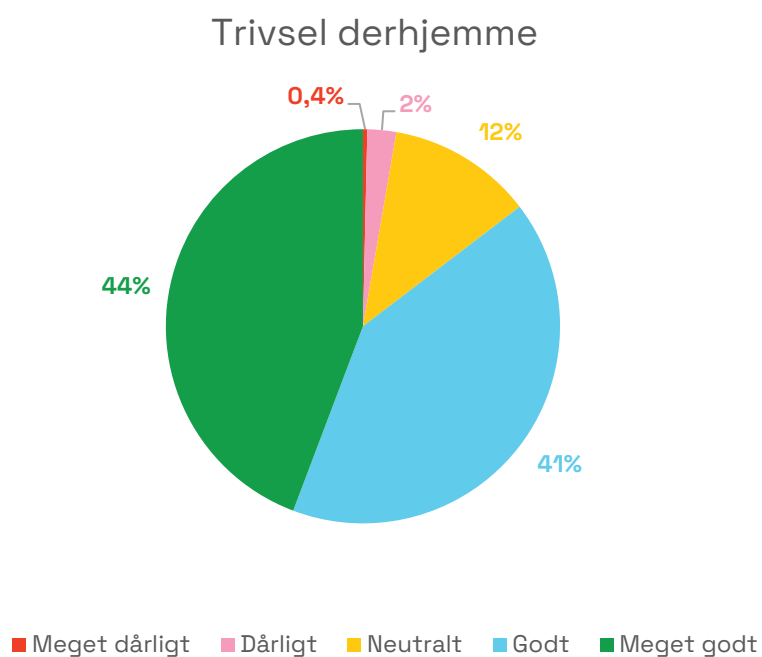
### Trivsel på gymnasiet og hjemme

Eleverne blev bedt om at vurdere, hvordan de har det for tiden (oktober/november 2023) både på gymnasiet og derhjemme. Figur 13 og 14 på næste side viser, at størstedelen af eleverne rapporterede at have det godt eller meget godt på gymnasiet (79%) og derhjemme (85%), og ganske få angav at have det dårligt eller meget dårligt begge steder.

Figur 13: Trivsel på gymnasiet

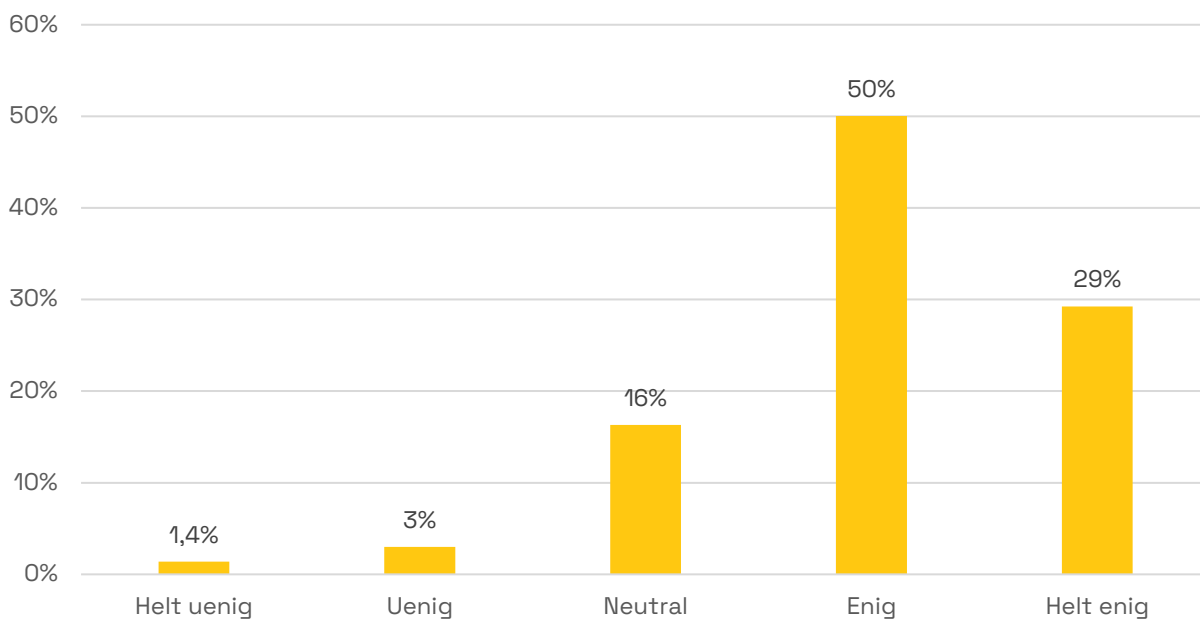


Figur 14: Trivsel derhjemme



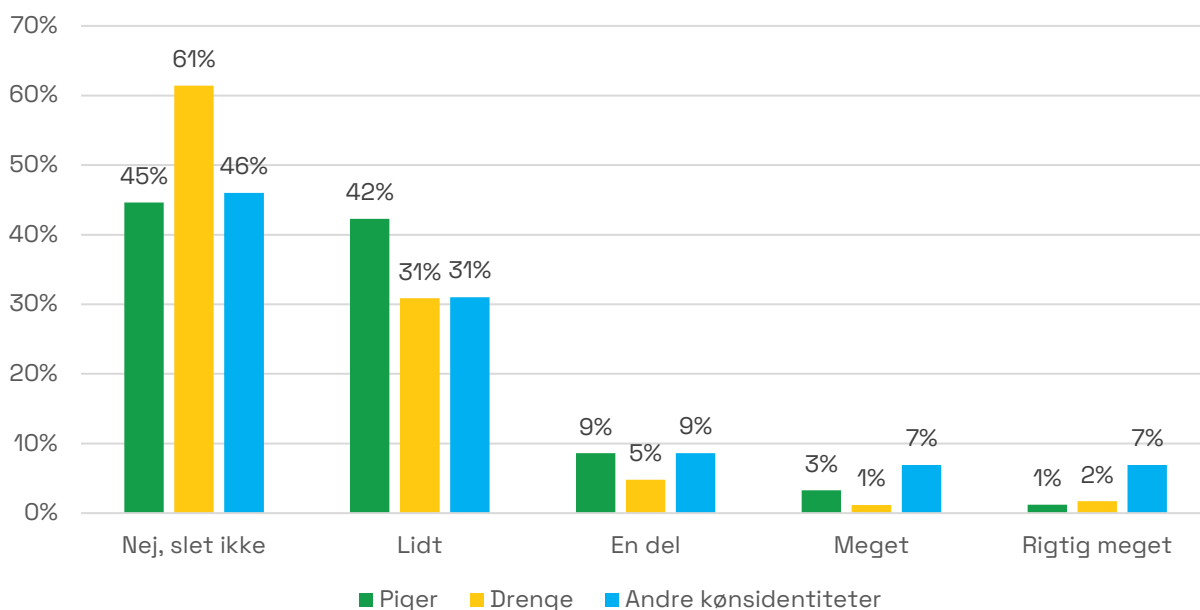
Eleverne blev desuden bedt om at vurdere, om de føler sig som en del af fællesskabet på gymnasiet. Figur 15 på næste side viser, at størstedelen (79%) af eleverne føler sig som en del af fællesskabet på gymnasiet, mens 4,4% af eleverne angav, at de ikke føler sig som en del af fællesskabet.

**Figur 15: Føler sig som en del af fællesskabet på gymnasiet**



I figur 16 ses, hvor mange af 1.g-eleverne der havde været påvirket af ensomhed inden for de sidste 30 dage. 61% af drengene rapporterede, at de slet ikke havde været påvirket af ensomhed inden for de sidste 30 dage, mens det gjaldt for færre af pigerne og eleverne med andre kønsidentiteter, hhv. 45% og 46%. Over halvdelen af pigerne (51%) rapporterede, at de havde været lidt eller en del påvirket af ensomhed inden for de sidste 30 dage. Det gjorde sig gældende for 40% af eleverne med andre kønsidentiteter og 36% af drengene. 14% af eleverne med andre kønsidentiteter rapporterede desuden at have været meget eller rigtig meget påvirket af ensomhed inden for de sidste 30 dage, mens det gjaldt for 4% af pigerne og 3% af drengene.

**Figur 16: Påvirket af ensomhed de sidste 30 dage**



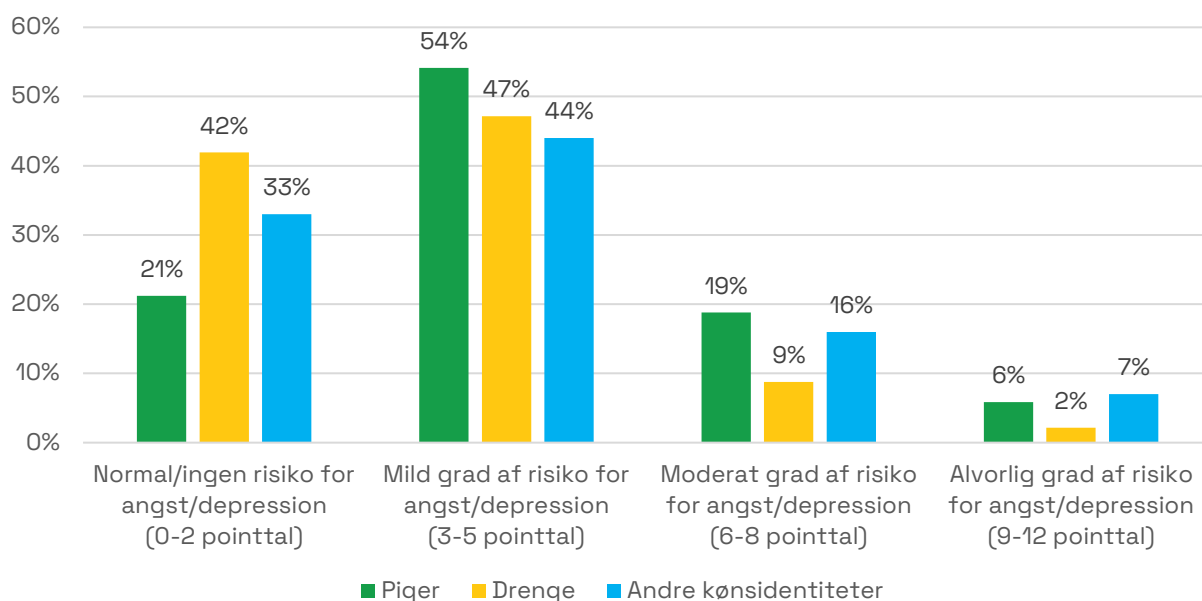
## Symptomer på angst og depression

PHQ-4 består af fire spørgsmål, der spørger ind til kernesymptomerne på angst og depression de sidste to uger (Kroenke et al., 2009). PHQ-4 er sammensat af to screeningsinstrumenter: General Anxiety Disorder-2 (GAD-2) og Patient Health Questionnaire-2 (PHQ2) og anvendes i de Nationale Sundhedsprofiler.

Hvert svar giver et pointtal, og det samlede resultat giver en score på 0-12. En lav score (0-2 pointtal) beskriver personer, der ikke har symptomer på angst eller depression, og de øvrige kategorier beskriver sværhedsgraden af symptomerne for angst og depression: mild: 3-5, moderat: 6-8, alvorlig: 9-12.

Hver fjerde pige (25%) viste tegn på moderat til alvorlig grad af risiko for angst eller depression inden for de sidste 14 dage. Blandt eleverne med andre kønsidentiteter udviste 23% tegn på moderat til alvorlig grad af risiko for angst eller depression, mens det gjaldt for færre af drengene (11%), se figur 17.

**Figur 17: Risiko for symptomer på angst/depression vurderet ud fra PHQ-4**



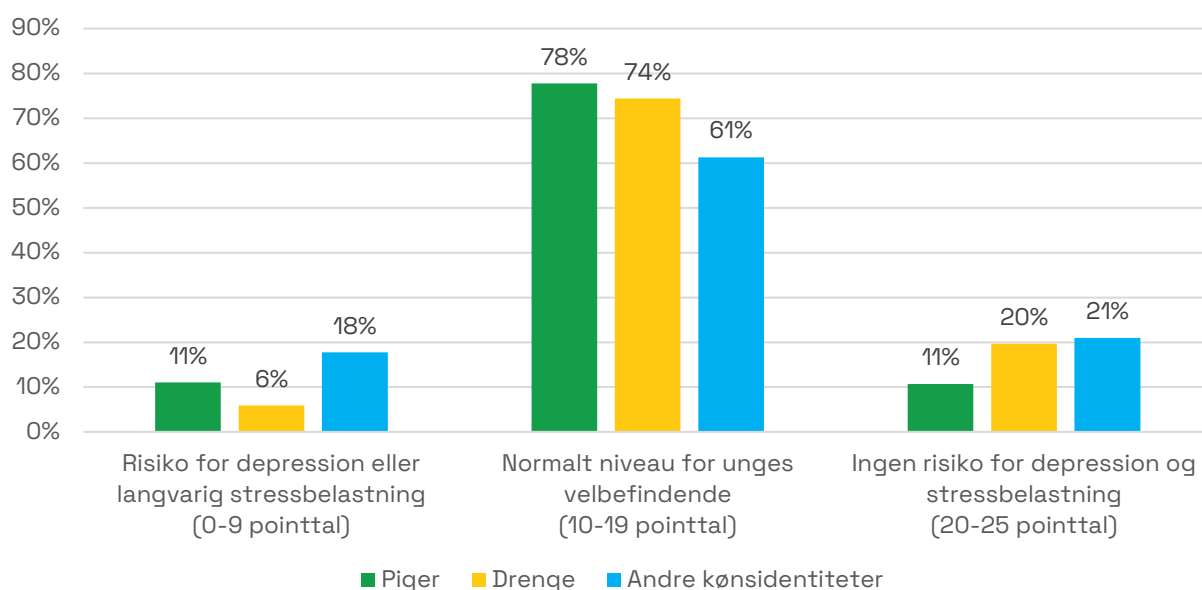
## Trivsel generelt

WHO-5 er et mål for trivsel. Det består af fem spørgsmål, som måler graden af positive oplevelser de sidste to uger, og kan anvendes som et mål for personers generelle trivsel og emotionelle velbefindende. WHO-5 er blevet testet og valideret i både nationale og internationale studier (Topp et al., 2015).

Hvert svar giver et pointtal, og det samlede resultat giver en score mellem 0 og 25 pointtal. En høj score (20-25) indikerer højere trivsel og ingen risiko for depression eller dårligt velbefindende. Ved et lavt pointtal (0-9) kan der være stor risiko for depression eller langvarig stressbelastning. En score på 10-19 pointtal anses for at være normalområdet for børn og unges velbefindende (Christensen et al., 2015).

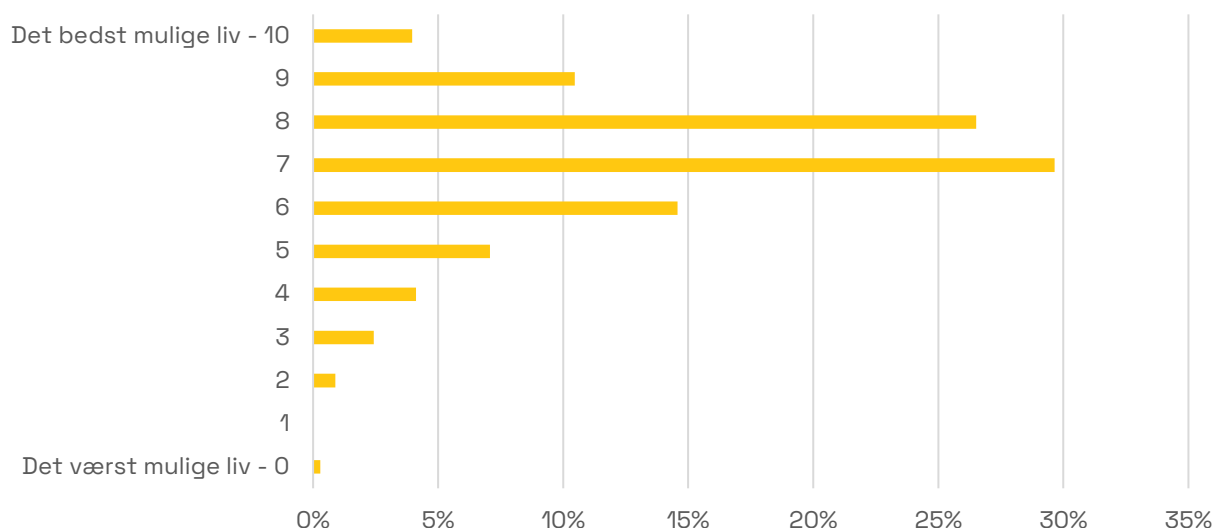
På figur 18 ses det, at 94% af drengene ligger i normalområdet (10-19 pointtal) eller over (20-25 pointtal). Det samme gør sig gældende for 89% af pigerne og 82% af eleverne med andre kønsidentiteter. Den gennemsnitlige score for eleverne på de 16 gymnasier er 15,3 pointtal, hvilket indikerer, at langt de fleste trives og ikke umiddelbart er i risiko for depression eller stressbelastning. I Skolebørnsundersøgelsen scorede 17% af pigerne i 9. klasse mellem 0-9 point, 74% scorede mellem 10-19 point og 9% mellem 20-25 point. Blandt drengene scorede 5% mellem 0-9 point, 69% mellem 10-19 point og 26% mellem 20-25 point.

**Figur 18: Elevernes velbefindende vurderet ud fra WHO-5**



Derudover blev eleverne bedt om at vurdere, hvordan de synes, deres liv er for tiden, angivet på en skala fra 10: 'det bedst mulige liv for dig' til 0: 'det værst mulige liv for dig' (inspireret af Cantril's Ladder Scale, 1965). Den gennemsnitlige score for eleverne er 7, hvilket indikerer trivsel, der er over middel.

**Figur 19: Elevernes vurdering af hvor godt deres liv er for tiden**



# Litteraturliste

Cantril, H. (1965). *The pattern of human concerns* (1st ed.). Rutgers University Press.

Hareskov Jensen, J., Vallentin-Holbech, L., Dash, G.F., Feldstein, S.F.E., & Rømer Thomsen, K. (2023). Validity of an online, self-administered Timeline Followback for alcohol use with adolescents. *Frontiers in Psychiatry*. Vol 14.

Jarlstrup, N.S., Pedersen, M.T., Lund, L., & Bast, L.S. (2023). SRØG – En undersøgelse af tobak, adfærd og regler. Udvalgte tendenser 2022, rapport 4. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Institut for Retsmedicin Aarhus Universitet, Retsmedicinsk Institut Odense Universitet, Retsmedicinsk Institut Københavns Universitet (2023). Sundhedsfaglig vurdering af skadevirkning og farlighed af euforiserende stoffer

Lowe, B., Wahl, I., Rose, M., Spitzer, C., Glaesmer, H., Wingenfeld, K., Schneider, A., & Brahler, E. (2010). A 4-item measure of depression and anxiety: Validation and standardization of the Patient Health Questionnaire-4 (PHQ-4) in the general population. *Journal of Affective Disorders*. Vol 122 (1–2).

Madsen, K.R., Román, J. E. I., Damsgaard, M. T., Holstein, B. E., Kristoffersen, M. J., Pedersen, T. P., Michelsen, S. I., Rasmussen, M., & Toftager, M. (2023). Skolebørnsundersøgelsen 2022. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Meyer, M.K.H., Lundgaard, P. B., Zachariasen, E. & Christensen, A.S.P. (2020). *Unge alkoholvaner i Danmark 2019*. København: Kræftens Bekæmpelse og Trygfonden smba.

Ottosen, M.H., Andreasen, A. G., Dahl, K. M., Lausten, M., Rayce, S. B., & Tagmose, B. B. (2022). Børn og unge i Danmark: Velfærd og trivsel 2022. København: VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.

Pedersen, M.U., Karsberg, S. H., Pedersen, M. M., Skov, K. B. E., Frederiksen, K. S., & Fabricius, V. A. V. (2023). Danske unges brug af rusmidler 2022: Hverdagsfunktion, mistrivsel og traumeoplevelser. Center for Rusmiddelforskning, Aarhus Universitet.

Pisinger, V., Hagsholm Kjeldsen, A., & Tolstrup, J. (2023). SALKOHOL – En undersøgelse af unges alkoholforbrug, holdninger til alkohol og oplevelse af tilgængelighed. København: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet.

Rømer Thomsen, K., Lindholst, C., Thylstrup, B., Kvamme, S., Reitzel, L. A., Worm-Leonhard, M., Englund, A., Freeman, T. P., & Hesse, M. (2019). Changes in the composition of cannabis from 2000-2017 in Denmark: Analysis of confiscated samples of cannabis resin. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*. Vol. 27, 3.

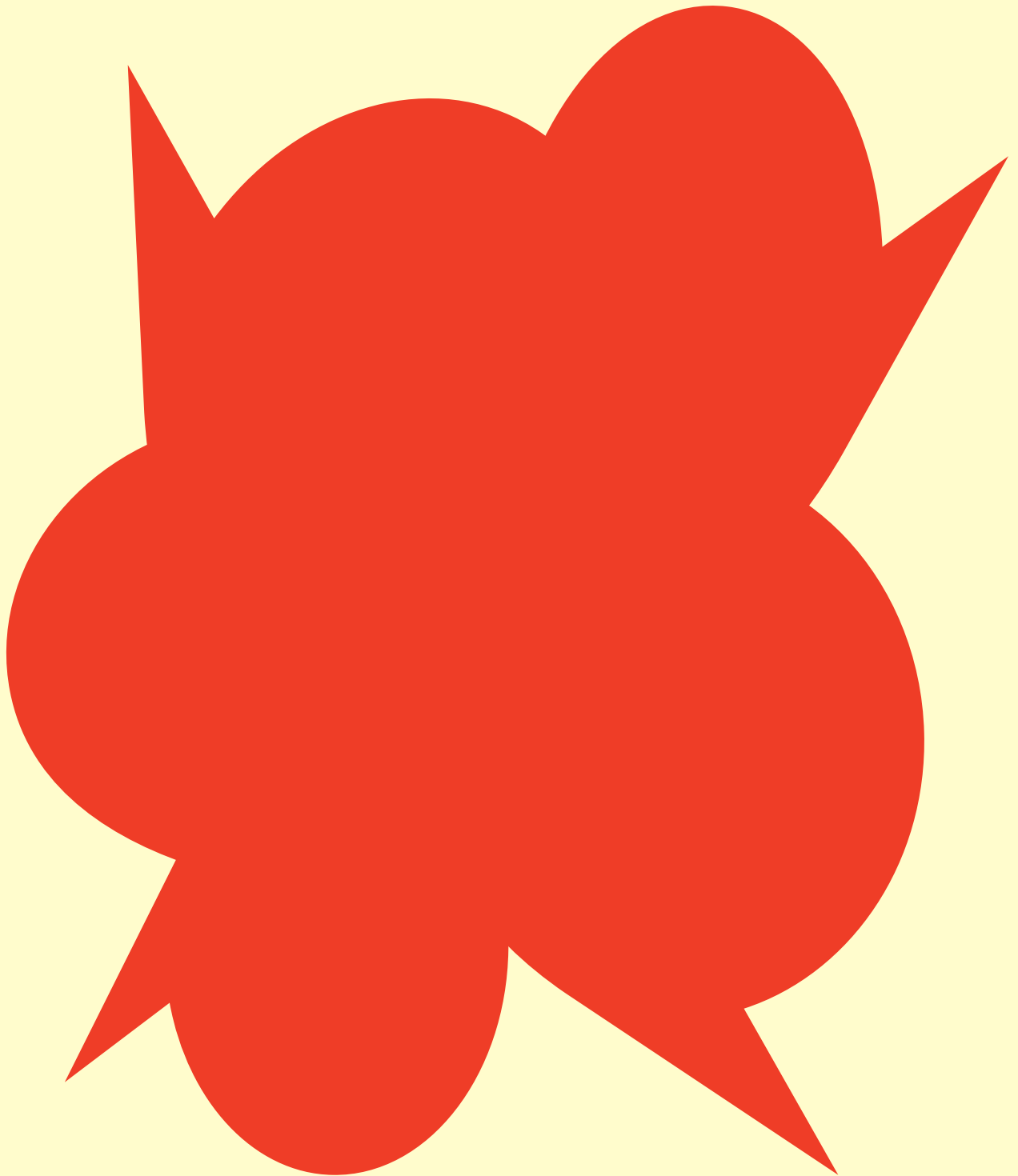
Rømer Thomsen, K., Tolstrup, J., & Vallentin-Holbech, L. (2024). A missed opportunity: The recent political agreement on a new tobacco, nicotine, and alcohol prevention plan in Denmark. *Nordic Studies on Alcohol and Drugs*.

Sundhedsstyrelsen (2022). *Notat: Sundhedsstyrelsens udmeldinger om indtag af alkohol*. [https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2022/Alkohol/Notat-om-Sundhedsstyrelsens-alkoholudmeldinger\\_version-1\\_2.ashx](https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2022/Alkohol/Notat-om-Sundhedsstyrelsens-alkoholudmeldinger_version-1_2.ashx)

Topp, C.W., Østergaard, S.D., Søndergaard, S., & Bech, P. (2015). The WHO-5 Well-Being Index: A systematic review of the literature. *Psychotherapy and Psychosomatics*. Vol 84.

Vestbo, J., Pisinger, C., Bast, L.S., & Gyrd-Hansen, D. (2018). Forebyggelse af rygning blandt børn og unge. Hvad virker? København: Vidensråd for Forebyggelse.

WHO (2021). WHO report on the global tobacco epidemic 2021: addressing new and emerging products.



CENTER FOR RUSMIDDELFORSKNING  
PSYKOLOGISK INSTITUT  
AARHUS UNIVERSITET

Med støtte fra  
**TrygFonden**