

Frågebatteri med förslag på elevhälsofrågor

År 1–3 i Gymnasiet

Innehåll

SKOLMILJÖ	3
MAT	5
FYSISK AKTIVITET, RÖRELSE OCH FRITID	6
FYSISK OCH PSYKISK HÄLSA	8
SÖMNVANOR	10
RELATIONER	11
TOBAK, ALKOHOL OCH NARKOTIKA	13
KROPPSUTVECKLING, SEXUALITET OCH RÄTTIGHETER	14
LIVET OCH FRAMTIDEN	15

OM MIG

Språk som talas i hemmet

ÖPPET FÄLT

Jag bor för det mesta tillsammans med/i:

- ☐ Båda föräldrarna
- ☐ En förälder
- ☐ Växelsvis boende (till exempel varannan vecka)
- ☐ Annan vuxen
- ☐ Familjehem
- ☐ Annat boende (till exempel HVB-hem)

SKOLMILJÖ

Sätt ett kryss i rutan som passar in bäst på *just dig!*

1. Jag tycker att...

a. klassrummen är

- ☐ Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dåliga ☐ Dåliga ☐ Mycket dåliga

b. toaletterna är

- ☐ Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dåliga ☐ Dåliga ☐ Mycket dåliga

c. skolgården är

- ☐ Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dålig ☐ Dålig ☐ Mycket dålig

d. idrottshallen är

- ☐ Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dålig ☐ Dålig ☐ Mycket dålig

e. duscharna är

- ☐ Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dåliga ☐ Dåliga ☐ Mycket dåliga

f. matsalen/matplatsen är

- ☐ Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dålig ☐ Dålig ☐ Mycket dålig

2. Hur ofta störs du av buller eller höga ljud... **INDIKATOR**

a. från andra elever till exempel prat och skrik?

- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid

b. från skrapljud av stolar i klassrummet?

- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid

c. från fläktar eller ventilation?

- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid

d. från trafik?

- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid

e. när du vistas i matsalen?

☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid

f. från något annat, vad?

ÖPPET FÄLT

3. Om du tänker på **den senaste veckan**, hur trivs du i skolan? **EMQ**
☐ Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dåligt ☐ Dåligt ☐ Mycket dåligt
4. Känner du dig trygg i skolan?
☐ Alltid ☐ Oftast ☐ Sällan ☐ Aldrig
5. Har du arbetsro på lektionerna?
☐ Alltid ☐ Oftast ☐ Sällan ☐ Aldrig
6. Kan du koncentrera dig på lektionerna?
☐ Alltid ☐ Oftast ☐ Sällan ☐ Aldrig
7. Känner du dig stressad över skolarbetet?
☐ Alltid ☐ Oftast ☐ Sällan ☐ Aldrig
8. Får du den hjälp och stöd i skolarbetet som du behöver?
☐ Alltid ☐ Oftast ☐ Sällan ☐ Aldrig
9. Trivs du med det program du går på?
☐ Alltid ☐ Oftast ☐ Sällan ☐ Aldrig
10. Är du nöjd med dina studieresultat?
☐ Alltid ☐ Oftast ☐ Sällan ☐ Aldrig
11. Om du tänker på **de två senaste veckorna**, hur många dagar var du borta från skolan vid minst en lektion (utöver vanlig ledighet)?
☐ Ingen dag ☐ 1–2 dagar ☐ 3–5 dagar ☐ 6–9 dagar ☐ 10 dagar

12. Om du varit borta från skolan, varför var du inte där? Fler svarsalternativ är möjliga.

☐ Jag mådde dåligt för att:

ÖPPET FÄLT

- ☐ För att undvika en viss lektion
☐ Det var någon i skolan som jag inte ville träffa
☐ För att vara med kompisar
☐ Annat

MAT

13. Om du tänker på **en vanlig vecka**, hur ofta brukar du äta...
- a. frukost? **EMQ INDIKATOR**
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
- b. lunch?
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
- c. middag?
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
14. Om du tänker på **en vanlig vecka**, hur ofta brukar du äta eller dricka...
- a. grönsaker och/eller rotfrukter (ej potatis)? **INDIKATOR**
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
- b. frukt och/eller bär? **INDIKATOR**
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
- c. fisk och skaldjur?
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
- d. sötsaker (till exempel choklad, godis, glass, bullar eller kakor)? **INDIKATOR**
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
- e. söta drycker (till exempel läsk, saft, chokladdryck eller energidryck)?
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
- f. salta snacks (till exempel chips, jordnötter eller popcorn)?
- | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|
| ☐ Varje dag | ☐ 5-6 dagar | ☐ 3-4 dagar | ☐ 1-2 dagar | ☐ Sällan/Aldrig |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|--|

FYSISK AKTIVITET, RÖRELSE OCH FRITID

15. Hur ofta deltar du på lektionerna i idrott och hälsa? **INDIKATOR**
☐ Alltid ☐ Ofta ☐ Ibland ☐ Sällan ☐ Aldrig
16. Hur tar du dig oftast till och från skolan? Flera svarsalternativ är möjliga.
☐ Promenerar
☐ Cyklar/sparkcykel/skateboard
☐ Buss/skolskjuts
☐ Egen bil, moped, mopedbil eller liknande
☐ Skjuts av förälder eller annan
17. Sysslar du med någon aktivitet/sport? Till exempel fotboll, dans, musik, teater, scouter, friluftsförmedling
INDIKATOR
☐ Ja ☐ Nej
18. Om ja, vilken/vilka?

ÖPPET FÄLT
19. Om du tänker på **den senaste veckan**, hur många **timmar** har du varit fysiskt aktiv? **EMQ** Fysisk aktivitet är all aktivitet som gör dig varm och/eller andfådd (till exempel promenader, skolidrott, jogging, gymnastik, cykling, simning, bollsport eller dans).
☐ Mindre än en timme
☐ 1–2 timmar
☐ 3–4 timmar
☐ 5–6 timmar
☐ Mer än 6 timmar
20. Om du tänker på **den senaste veckan**, hur många **gånger** har du tränat/rört på dig så intensivt att du blivit *andfådd och svettig*? **EMQ**
☐ Ingen gång ☐ 1–2 gånger ☐ 3–4 gånger ☐ 5 eller fler gånger
21. Hur många timmar **totalt per dag** (utanför skoltid och på fritiden) sitter du still framför tv/datorn eller med mobil/surfplatta? **INDIKATOR**
a. Vardagar
☐ Mindre än 2 ☐ 2–3 timmar ☐ 4–5 timmar ☐ 6–7 timmar ☐ Mer än 7 timmar
b. Helger
☐ Mindre än 2 ☐ 2–3 timmar ☐ 4–5 timmar ☐ 6–7 timmar ☐ Mer än 7 timmar
22. Hur lång **tid i sträck** (utan avbrott) brukar du använda dator, surfplatta eller mobil? **INDIKATOR**
☐ Mer än 2 timmar
☐ 1–2 timmar
☐ 20–59 minuter
☐ Mindre än 20 minuter
☐ Använder inte dator, surfplatta eller mobil
23. Om du arbetar med laptop/surfplatta i skolan, kan du då...
a. variera arbetet genom att sitta eller stå?

- ☐ Ja
- ☐ Ibland (till exempel under vissa lektioner)
- ☐ Nej
- ☐ Använder inte laptop/surfplatta i skolan

b. använda extern datorutrustning till laptopen/surfplattan, som till exempel separat mus, tangentbord och skärm?

- ☐ Ja
- ☐ Delvis (till exempel endast mus/tangentbord/skärm eller under vissa lektioner)
- ☐ Nej
- ☐ Använder inte laptop/surfplatta i skolan

24. Arbetar du på fritiden?

- ☐ Ja
- ☐ Nej

FYSISK OCH PSYKISK HÄLSA

25. Hur mår du just nu? **INDIKATOR**
- ☐ Mycket bra ☐ Bra ☐ Varken bra eller dåligt ☐ Dåligt ☐ Mycket dåligt
26. Om du tänker på **de senaste tre månaderna**. Hur ofta har du haft besvär (smärta, värk, obehag) i...
- a. huvud **EMQ**
- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid
- b. mage **EMQ**
- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid
- c. nacke eller axlar
- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid
- d. rygg
- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid
- e. ögon (trötta, torra eller kliande)
- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid
27. Använder du värktabletter?
- ☐ Aldrig ☐ Några gånger per år ☐ Några gånger per månad ☐ Några gånger per vecka ☐ Dagligen
- Om du tänker på **de senaste tre månaderna**. Hur ofta har du känt dig...
28. ledsen och nedstämd? **EMQ INDIKATOR**
- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid
29. orolig eller haft ångest? **INDIKATOR**
- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid
30. irriterad eller på dåligt humör? **EMQ**
- ☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid
31. Om du tänker på **de senaste tre månaderna**, har du känt dig stressad? **EMQ** Till exempel på grund av högt tempo, psykisk press eller liknande. **INDIKATOR**
- ☐ Inte alls ☐ Lite grann ☐ Ganska mycket ☐ Mycket
- Läs igenom påståendena nedan och markera det som stämmer för dig.
32. Jag känner att jag är en värdefull person
- ☐ Instämmer inte alls ☐ Instämmer något ☐ Instämmer ganska mycket ☐ Instämmer helt
33. Jag tycker att jag har en massa goda egenskaper
- ☐ Instämmer inte alls ☐ Instämmer något ☐ Instämmer ganska mycket ☐ Instämmer helt
34. Jag önskar att jag hade mer respekt för mig själv

☐ Instämmer inte alls ☐ Instämmer något ☐ Instämmer ganska mycket ☐ Instämmer helt

35. Då och då tycker jag att jag är värdelös

☐ Instämmer inte alls ☐ Instämmer något ☐ Instämmer ganska mycket ☐ Instämmer helt

36. Om du tänker på **de senaste tre månaderna**, hur ofta har du haft besvärande...

a. allergi eller överkänslighet?

☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid

b. astma?

☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid

c. eksem?

☐ Aldrig ☐ Sällan ☐ Ibland ☐ Ofta ☐ Alltid

37. Vad besväras du av? Flera svarsalternativ är möjliga.

☐ Pollen (från till exempel träd, gräs eller gråbo)

☐ Pälsdjur

☐ Mat eller dryck

☐ Dofter (från till exempel parfym)

☐ Kosmetika (smink) eller andra produkter för hudvård eller personlig hygien

☐ Annat:

ÖPPET FÄLT

38. Förvärras dina besvär i skolmiljön? Flera svarsalternativ är möjliga.

☐ Nej

☐ Ja, utomhus runt skolan

☐ Ja, inomhus på skolan

SÖMNVANOR

Försök att välja svarsalternativ som kommer närmast hur det vanligtvis är för dig, även om det inte blir exakt.

39. Ungefär när brukar du gå till sängs (släcker lampan) **när det är skola nästa dag?**
- | | | | | |
|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---|
| ☐ 21:00 eller tidigare | ☐ 21:30 | ☐ 22:00 | ☐ 22:30 | ☐ 23:00 |
| ☐ 23:30 | ☐ 00:00 | ☐ 00:30 | ☐ 01:00 | ☐ 01:30 |
| ☐ 02:00 | ☐ 02:30 | ☐ 03:00 | ☐ 03:30 | ☐ 04:00 eller senare |
40. Ungefär när brukar du gå till sängs (släcker lampan) på **helgerna eller på löven?**
- | | | | | |
|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---|
| ☐ 21:00 eller tidigare | ☐ 21:30 | ☐ 22:00 | ☐ 22:30 | ☐ 23:00 |
| ☐ 23:30 | ☐ 00:00 | ☐ 00:30 | ☐ 01:00 | ☐ 01:30 |
| ☐ 02:00 | ☐ 02:30 | ☐ 03:00 | ☐ 03:30 | ☐ 04:00 eller senare |
41. Ungefär när brukar du gå upp **en vanlig skoldag?**
- | | | | | |
|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---|
| ☐ 05:00 eller tidigare | ☐ 05:30 | ☐ 06:00 | ☐ 06:30 | ☐ 07:00 |
| ☐ 07:30 | ☐ 08:00 | ☐ 08:30 | ☐ 09:00 | ☐ 09:30 eller senare |
42. Ungefär när brukar du gå upp på **helgerna eller på löven?**
- | | | | | |
|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---|
| ☐ 05:00 eller tidigare | ☐ 05:30 | ☐ 06:00 | ☐ 06:30 | ☐ 07:00 |
| ☐ 07:30 | ☐ 08:00 | ☐ 08:30 | ☐ 09:00 | ☐ 09:30 eller senare |
43. Om du tänker på **den senaste veckan**. Hur har du sovit? **EMQ INDIKATOR**
- | | | | | |
|-------------------------------------|------------------------------|--|---------------------------------|--|
| ☐ Mycket bra | ☐ Bra | ☐ Varken bra eller dåligt | ☐ Dåligt | ☐ Mycket dåligt |
|-------------------------------------|------------------------------|--|---------------------------------|--|
44. Ungefär vilken tid **börjar du oftast skolan?** Om det skiljer sig från dag till dag, ange den tid som majoriteten av skoldagarna börjar.
- | | | | | |
|---|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---|
| ☐ 08:00 eller tidigare | ☐ 08:00 | ☐ 08:15 | ☐ 08:30 | ☐ 08:45 |
| ☐ 09:00 | ☐ 09:15 | ☐ 09:30 | ☐ 09:45 | ☐ 10:00 eller senare |

RELATIONER

45. Har du någon vuxen att prata med om det som är viktigt för dig? **EMQ**
☐ Ja ☐ Nej
46. Känner du att dina föräldrar/vårdnadshavare eller någon vuxen i din familj stöttar och hjälper dig fatta viktiga beslut?
☐ Ja ☐ Ja, till viss del ☐ Nej
47. Har du någon kompis på skolan?
☐ Ja ☐ Nej ☐ Vet inte
48. Har du någon kompis utanför skolan?
☐ Ja ☐ Nej ☐ Vet inte
49. Har du någon kompis att prata med om det som är viktigt för dig? **EMQ**
☐ Ja ☐ Nej
50. Känner du dig ensam?
☐ Nej ☐ Ja
51. Känner du dig oroad eller bekymrad för någon i din närhet, till exempel eller kompis eller familjemedlem?
EMQ
☐ Nej ☐ Ja
52. Har du varit utsatt för fysiskt våld? Till exempel blivit slagen, sparkad eller knuffad. Flera alternativ kan anges. Om du inte vet hur gammal personen var, välj alternativet som du tror stämmer. **INDIKATOR**
☐ Ja, av vuxen (över 18 år) ☐ Ja, av barn eller ungdom (under 18 år) ☐ Nej
53. Har du sett eller varit med om våld i din familj eller närhet?
☐ Nej ☐ Ja
54. Om du tänker på **den senaste månaden**, har *du* blivit kränkt, hotad, utstött eller på annat sätt illa behandlad av någon på skolan? Flera svarsalternativ är möjliga. **INDIKATOR**
☐ Ja, av en annan elev ☐ Ja, av någon i personalen på skolan ☐ Nej/Vet inte

Hoppa direkt till fråga 56 om du svarat "Nej/Vet inte" på frågan innan (fråga 53).

55. Var hände det någonstans? Flera svarsalternativ är möjliga.
☐ På skolan ☐ Utanför skolan ☐ På mobilen/internet
56. Av vilken eller vilka orsaker tror du att du blev illa behandlad? Flera svarsalternativ är möjliga. **INDIKATOR**
☐ Etnisk tillhörighet (var jag eller min familj kommer ifrån)
☐ Kön
☐ Könsidentitet eller könsuttryck*
☐ Sexuell läggning

- ☐ Funktionsnedsättning
- ☐ Religion eller trosuppfattning
- ☐ Annan orsak:

ÖPPET FÄLT

- ☐ Vet inte

*) Med könsidentitet menas om du upplever dig som kille, tjej eller annan könstillhörighet. Med könsuttryck menas de uttrycksformer en person kan använda sig av i form av kläder, kroppsspråk, beteende eller annat som har med kön att göra.

57. Om du tänker på **den senaste månaden**, har *någon annan* på skolan blivit kränkt, hotad, utstött eller på annat sätt illa behandlad av någon på skolan? Flera svarsalternativ är möjliga.

- ☐ Ja, av en annan elev ☐ Ja, av någon i personalen på skolan ☐ Nej/Vet inte

58. Var hände det någonstans? Flera svarsalternativ är möjliga.

- ☐ På skolan ☐ Utanför skolan ☐ På mobilen/internet

TOBAK, ALKOHOL OCH NARKOTIKA

Har du **någonsin** (under hela ditt liv)...

59. provat att *röka*? (till exempel cigaretter, e-cigarett, vattenpipa med tobak) **INDIKATOR**

☐ Ja ☐ Nej

60. provat att *snusa*? **INDIKATOR**

☐ Ja ☐ Nej

61. druckit *alkohol*? (till exempel öl, cider, starkcider, vin, alkoholisk sprit) **INDIKATOR**

☐ Ja ☐ Nej

62. provat röka *hasch eller marijuana*?

☐ Ja ☐ Nej

63. provat *annan narkotika* (till exempel amfetamin, kokain, heroin, spice)?

☐ Ja ☐ Nej

Ungefär **hur många gånger** (om några) har du...

64. *rökt* under **den senaste månaden...** **INDIKATOR** (räkna med alla gånger du rökt till exempel cigaretter, e-cigarett, vattenpipa)

☐ Inte alls ☐ 1–10 gånger ☐ 11–19 gånger ☐ 20 gånger eller fler

65. *snusat* under **den senaste månaden...** **INDIKATOR**

☐ Inte alls ☐ 1–10 gånger ☐ 11–19 gånger ☐ 20 gånger eller fler

66. druckit *alkohol* under **den senaste månaden...** **INDIKATOR**

☐ Inte alls ☐ Har provat ☐ Enstaka tillfällen ☐ Varje vecka

67. *rökt hasch eller marijuana* under **den senaste månaden...**

☐ Inte alls ☐ Har provat ☐ Enstaka tillfällen ☐ Varje vecka

68. använt *annan narkotika* under **den senaste månaden...** (till exempel amfetamin, kokain, heroin, spice)

☐ Inte alls ☐ Har provat ☐ Enstaka tillfällen ☐ Varje vecka

Vad säger du om du blir *erbjuden*...

69. att *röka*? (till exempel cigaretter, e-cigarett, vattenpipa)

☐ Bestämt nej! ☐ Kanske nej ☐ Troligen ja ☐ Ja

70. *alkohol*? (till exempel öl, cider, starkcider, vin, alkoholisk sprit)

☐ Bestämt nej! ☐ Kanske nej ☐ Troligen ja ☐ Ja

71. *narkotika*? (till exempel hasch, marijuana, amfetamin, kokain, heroin, spice)

☐ Bestämt nej! ☐ Kanske nej ☐ Troligen ja ☐ Ja

KROPPSUTVECKLING, SEXUALITET OCH RÄTTIGHETER

Vid hälsosamtalet hos skolsköterskan finns det möjlighet att prata om din kropp och/eller hälsa. Har du frågor kring ...

72. din pubertet och utveckling? (till exempel hur kroppen förändras, mens, målbrottet)
☐ Ja ☐ Nej
73. sex och samtycke? (till exempel kondomer, preventivmedel, lust och gränser)
☐ Ja ☐ Nej
74. din könsidentitet? (vilket kön du känner dig som)
☐ Ja ☐ Nej
75. din sexuella läggning? (vem du blir kär i och/eller attraherad av)
☐ Ja ☐ Nej
76. Har du några *andra frågor* om exempelvis kroppen, känslor, relationer och/eller nätvanor inklusive porr?
☐ Ja ☐ Nej
77. Om du redan nu vet vad du vill fråga skolsköterskan, skriv gärna här:

ÖPPET FÄLT
78. Hur tänker du på din kropp?
☐ Jag är nöjd ☐ Jag är varken nöjd eller missnöjd ☐ Jag är missnöjd
79. Har du försökt förändra din vikt?
☐ Nej ☐ Ja, jag har försökt att gå upp i vikt ☐ Ja, jag har försökt gå ned i vikt
80. Alla har rätt att bestämma över sin egen kropp. Har någon mot din vilja rört dig på ett sexuellt sätt eller tvingat dig att utföra sexuella handlingar? Om du inte vet hur gammal personen var, välj alternativet som du tror stämmer. **INDIKATOR**
☐ Ja, av vuxen (över 18 år) ☐ Ja, av barn eller ungdom (under 18 år) ☐ Nej
81. Har du under **de senaste 12 månaderna** upplevt att någon skickat oönskade meddelanden eller bilder/filmer med sexuellt innehåll, kommit med oönskade sexuella förslag eller kommentarer, blottat sig eller spridit bilder/filmer/rykten om dig med sexuellt innehåll. **INDIKATOR**
☐ Ja, vid upprepade tillfällen ☐ Ja, vid enstaka tillfällen ☐ Nej
82. Är det någon som har begränsat eller kontrollerat dig när det gäller till exempel val av partner, umgänge, klädsel eller fritidsaktiviteter? **INDIKATOR**
☐ Ja ☐ Nej ☐ Vet inte
83. Sex ska vara ömsesidigt och med samtycke. Hur är det *för dig*?
☐ Jag känner att jag inte alltid kan säga nej till sex även fast jag vill
☐ Jag har ibland sex på ett sätt som jag inte vill

- ☐ Jag känner att jag inte alltid kan föreslå och/eller använda kondom vid sex även fast jag vill **INDIKATOR**
- ☐ Jag har tagit emot ersättning för sexuella handlingar och/eller bilder/filmer med sexuellt innehåll
- ☐ Inget av ovanstående

LIVET OCH FRAMTIDEN

Avslutningsvis kommer här två frågor om hur du ser på ditt liv och din framtid. Fyll i det svar som bäst passar in på dig.

84. Om du tänker på ditt liv i största allmänhet, hur du har det, var tycker du att du står just nu? Ringa in ditt svar. Toppen (10) motsvarar det bästa liv du kan tänka dig, och botten (0) det sämsta liv du kan tänka dig.



Botten



Toppen

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

85. Jag ser positivt på framtiden

☐ Alltid ☐ Oftast ☐ Sällan ☐ Aldrig