



Íslenska æskulýðsrannsóknin



FRAMHALDSSKÓLAKÖNNUN 2025-2026

Lykilniðurstöður í fimm farsældarflokkum

Ragný Þóra Guðjohnsen, Unnar Geirdal Arason og Hans Haraldsson

EFNISYFIRLIT

01 MENNTUN

02 HEILSA OG VELFERÐ

03 ÖRYGGI OG VERND

04 ÞÁTTAKA OG FÉLAGSLEG TENGSL

05 LÍFSGÆÐI OG FÉLAGSLEG STAÐA

ÞÁTTTAKENDUR

Fyrir framhaldsskólakönnun Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar (ÍÆ) 2025-2026 var tekið slembivalið úrtak úr hópi framhaldsskólanemenda haustið 2025 í þeim framhaldsskólum sem samþykktu þátttöku.

Gögnin voru hreinsuð og vigtuð til þess að endurspegla þýði 16–23 ára nemenda eftir skóla, kyni og aldri. Niðurstöður í landsskýrslu framhaldsskólakönnunar Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar byggja á 2.025 svörum nemenda úr 32 framhaldsskólum og eru niðurstöður flokkaðar eftir aldri nemenda, hvort þau eru undir 18 ára aldri eða 18 ára og eldri.

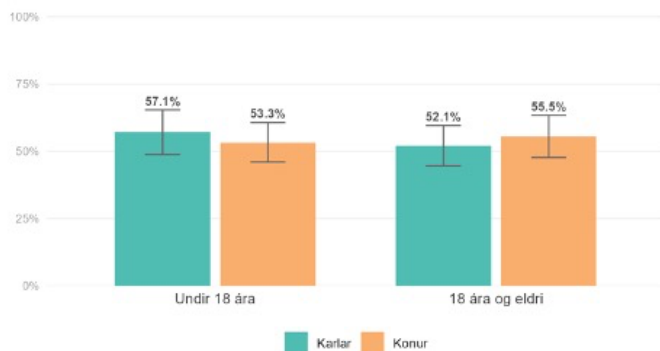


NIÐURSTÖÐUR Í FIMM FARSÆLDARFLOKKUM

Hér á eftir verða teknar saman niðurstöður úr svörum nemenda í framhaldsskólakönnun ÍÆ 2025-2026. Dregnir verða fram áhugaverðir þættir í niðurstöðunum sem skólar geta haft í huga í stefnumótun sinni.

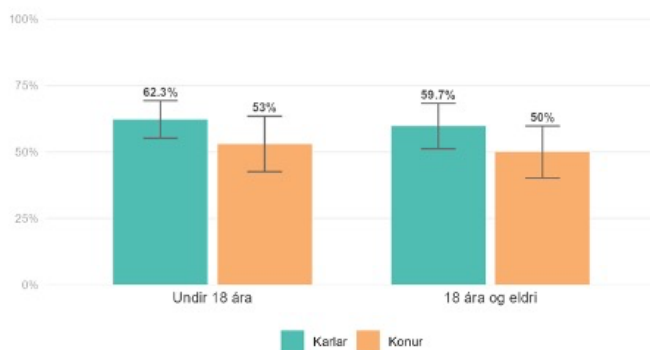
1. MENNTUN

Mikinn/mjög mikinn áhuga á náminu



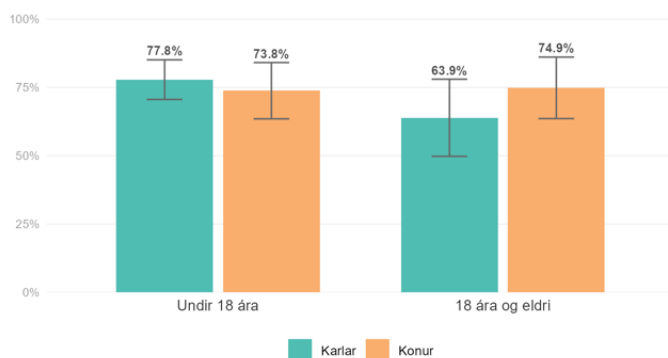
Ánægjulegt er að meginþorra nemenda (88%) líður vel í skólanum og rúmlega helmingur nemenda segist hafa mikinn eða mjög mikinn áhuga á náminu (54,6%)

Ánægja af því sem gert er í kennslustundum



Svipaður hópur nemenda (56,7%) segist hafa ánægju af því sem þau gera í kennslustundum.

Námið veitir gagnlegan undirbúning

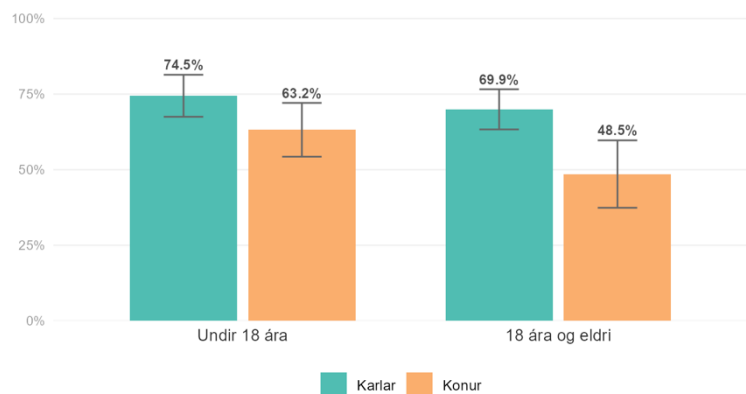


Vel yfir helmingur nemenda (70,2%) telur sig læra færni í náminu sem er mikils virði og að námið hafi tilgang (82,7%) og veiti sér gagnlegan undirbúning fyrir það sem þau stefni á að gera í lífinu (72,4%).

2. HEILSA OG VELLÍÐAN

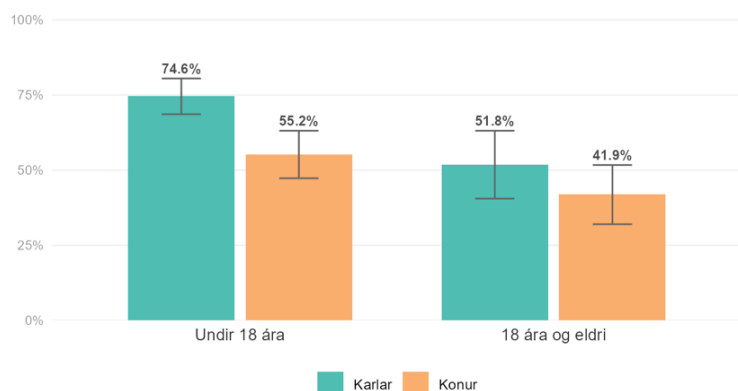
Þegar unga fólkið var spurt um eigin heilsu sögðu 64% að líkamleg heilsa sín væri góð eða mjög góð en heldur dregur úr upplifun þeirra af góðri heilsu með hækkandi aldri. Stúlkur meta líkamlega heilsu sína verri en við síðustu mælingar 2023 og talsvert verri en drengir gera.

Líkamleg heilsa góð/mjög góð

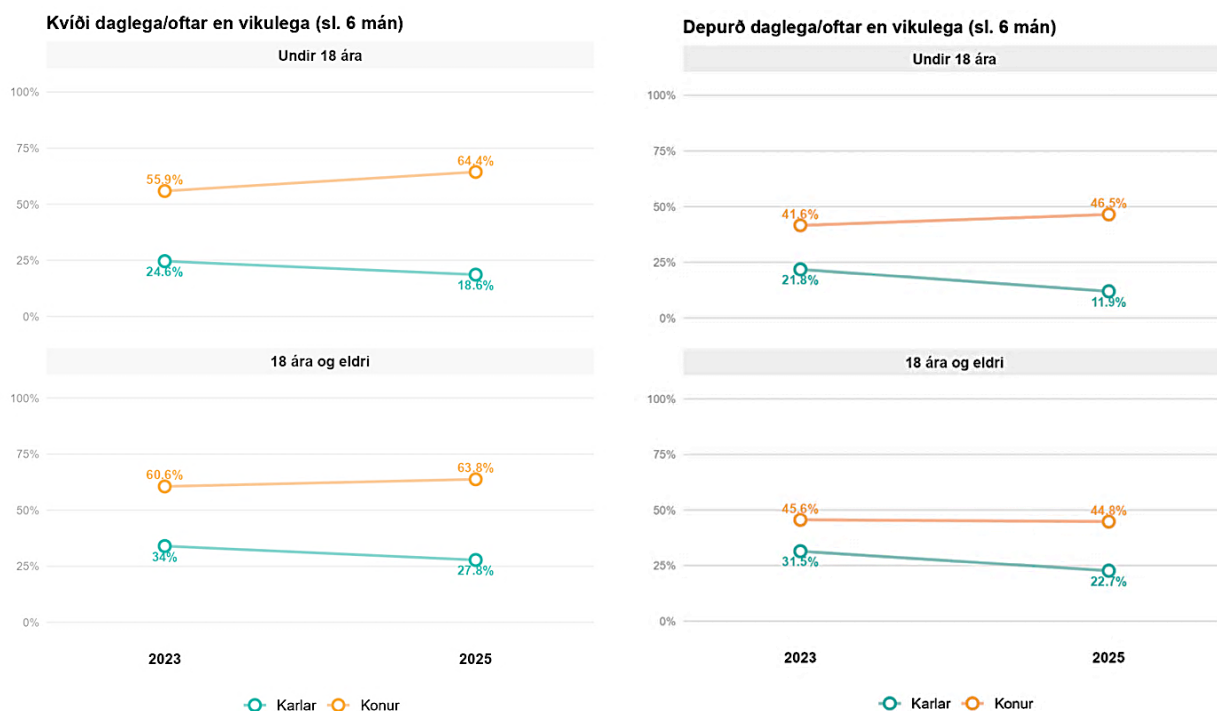


Í niðurstöðum má sjá að andleg heilsa ungs fólks er ekki nægilega góð en aðeins rúmlega helmingur ungmennanna (57%) segir hana góða eða mjög góða. Stúlkur mátu heilsu sína verr en drengir (49,2% stúlkur; 64,4% drengir). Að sama skapi mátu þau sem voru yngri en 18 ára heilsu sína heldur betri en þau sem voru eldri en 18 ára.

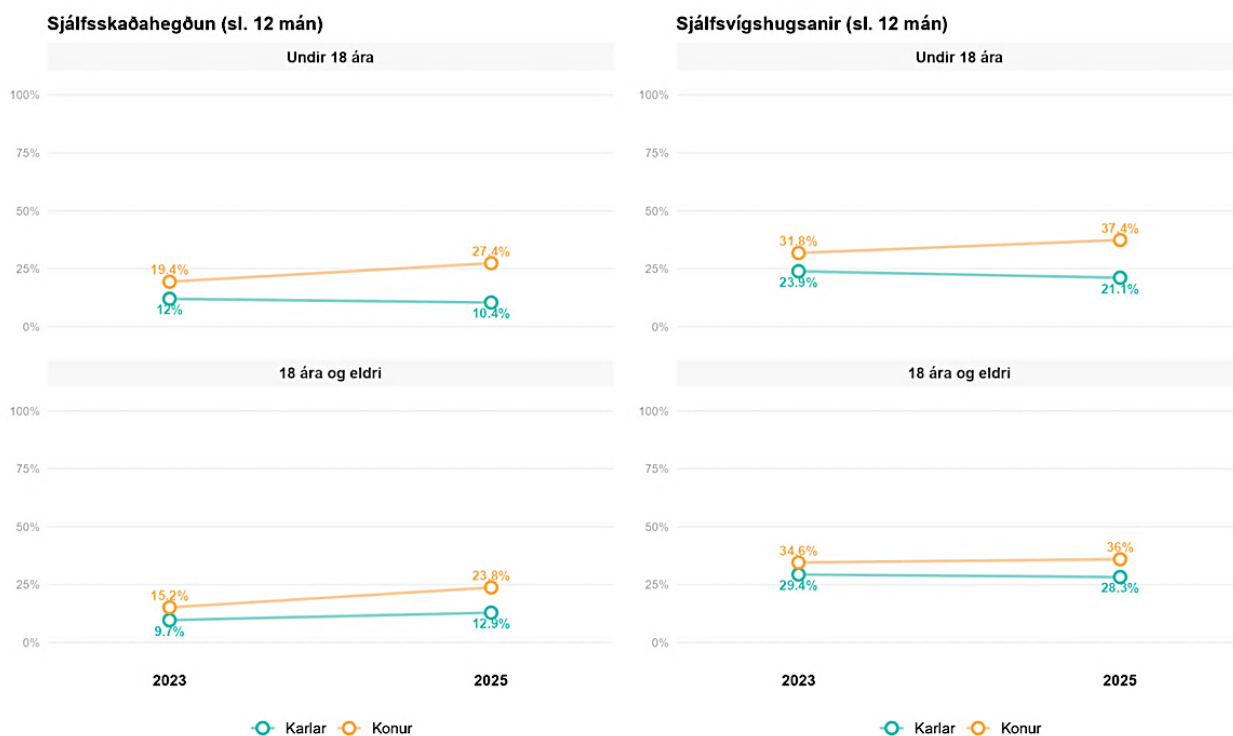
Andleg heilsa góð/mjög góð



Þegar horft var til niðurstaðna um vanlíðan í daglegu lífi, kom fram að 44% sögðust finna fyrir kvíða og rúmlega 31% fyrir depurð nær daglega eða oftár en einu sinni í viku sl. 6 mánuði.



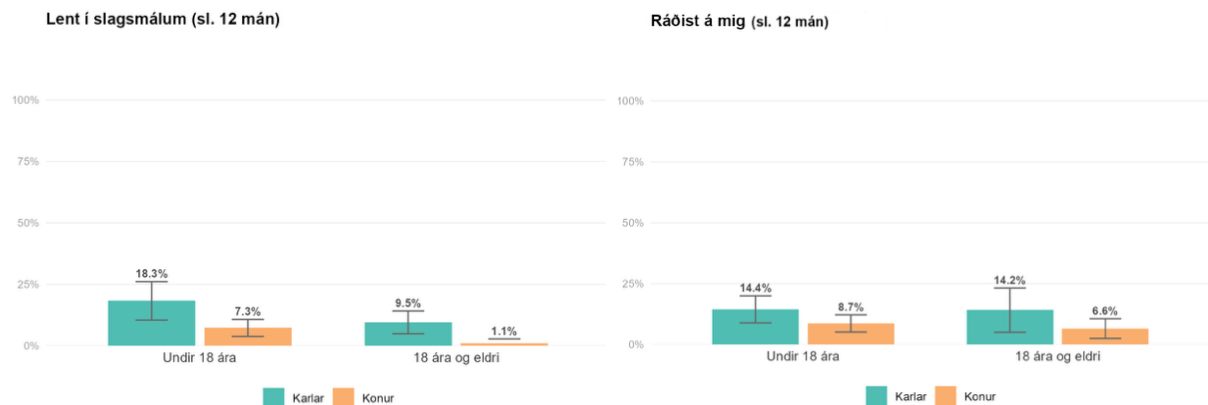
Sömuleiðis sögðust 19% ungmennanna hafa stundað sjálfskaðahæðun og 31% haft sjálfsvígshugsanir sl. 12 mánuði. Stúlkur voru fleiri í báðum hópum, sér í lagi þær sem voru yngri en 18 ára.



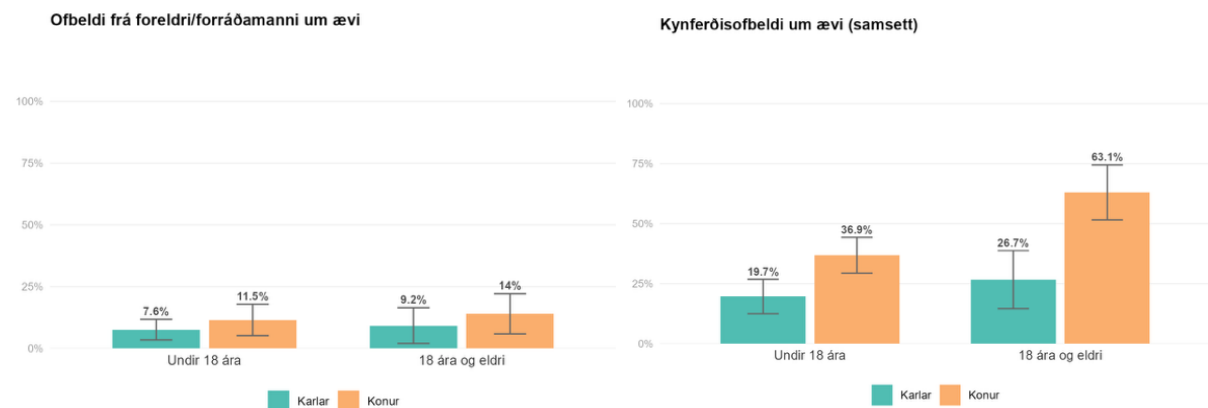
3. ÖRYGGI OG VERND

90% ungmennanna sögðust örugg í hverfinu sínu en ungmenni af erlendum uppruna upplifðu þó minna öryggi en íslensku ungmennin.

Svipað hlutfalli sagðist hafa lent í slagsmálum (rúmlega 10%) og að ráðist hafi verið á þau (11%) sl. 12 mánuði.

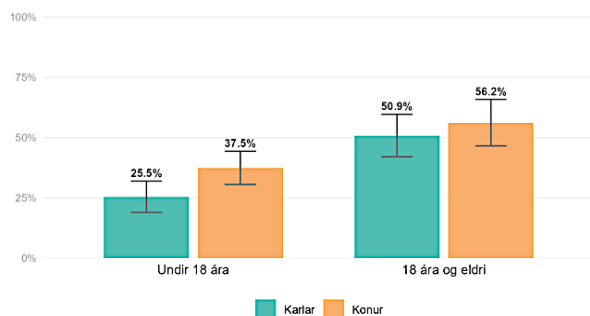


Niðurstöður fjölmargra rannsókna hafa sýnt að það að upplifa áföll í æsku dregur úr líkum á að einstaklingum farnist vel til framtíðar. Ef horft er til niðurstaðna framhaldsskólakönnunar ÍÆ má sjá að ákveðinn hópur svarenda á að baki áfallasögu. Tíundi hver nemandi hafði upplifað ofbeldi af hálfu foreldra eða forráðamanna (10%) og þriðjungur nemenda hafði orðið fyrir einhvers konar kynferðisofbeldi (34%) og voru stúlkur mun fleiri í þeim hópi.

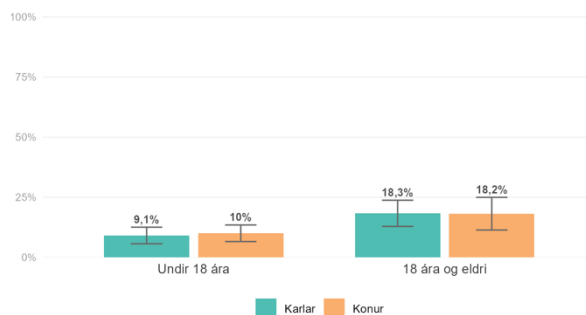


Þegar skoðuð var áhættuhegðun ungmenna í framhaldsskólum haustið 2025-2026, hafði 41% ungmennanna drukkið áfengi síðustu 30 daga og voru stúlkur fleiri í þeim hópi en drengir. 13% ungmennanna höfðu orðið drukkin síðustu 30 daga, svipað hlutfall kynja og fleiri í hópi íslensku ungmennanna.

Drukkið áfengi (sl. 30 daga)

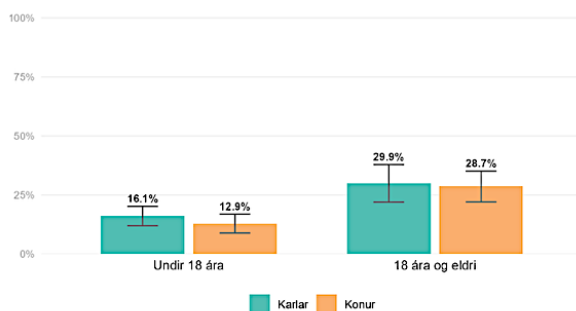


Orðið ólúuð (sl. 30 daga)



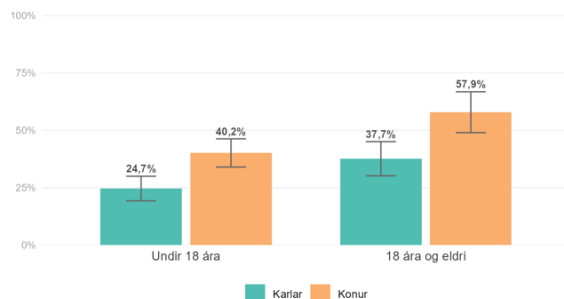
Síðustu 30 daga höfðu 21% ungmennanna notað nikótínþúða.

Notað nikótínþúða (sl. 30 daga)



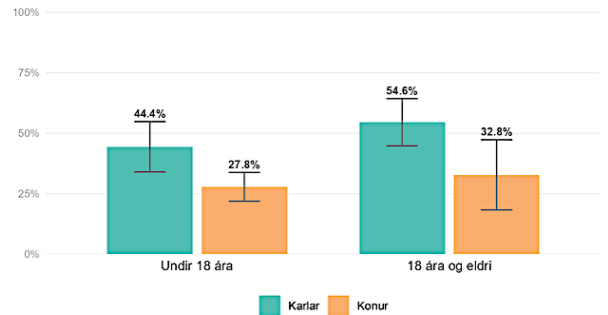
Um ævina sögðust 30% hafa reykt sígarettur, 38% rafrettur (mun fleiri stúlkur) og 4,7% notað kannabisefni.

Notað rafrettur (um ævina)

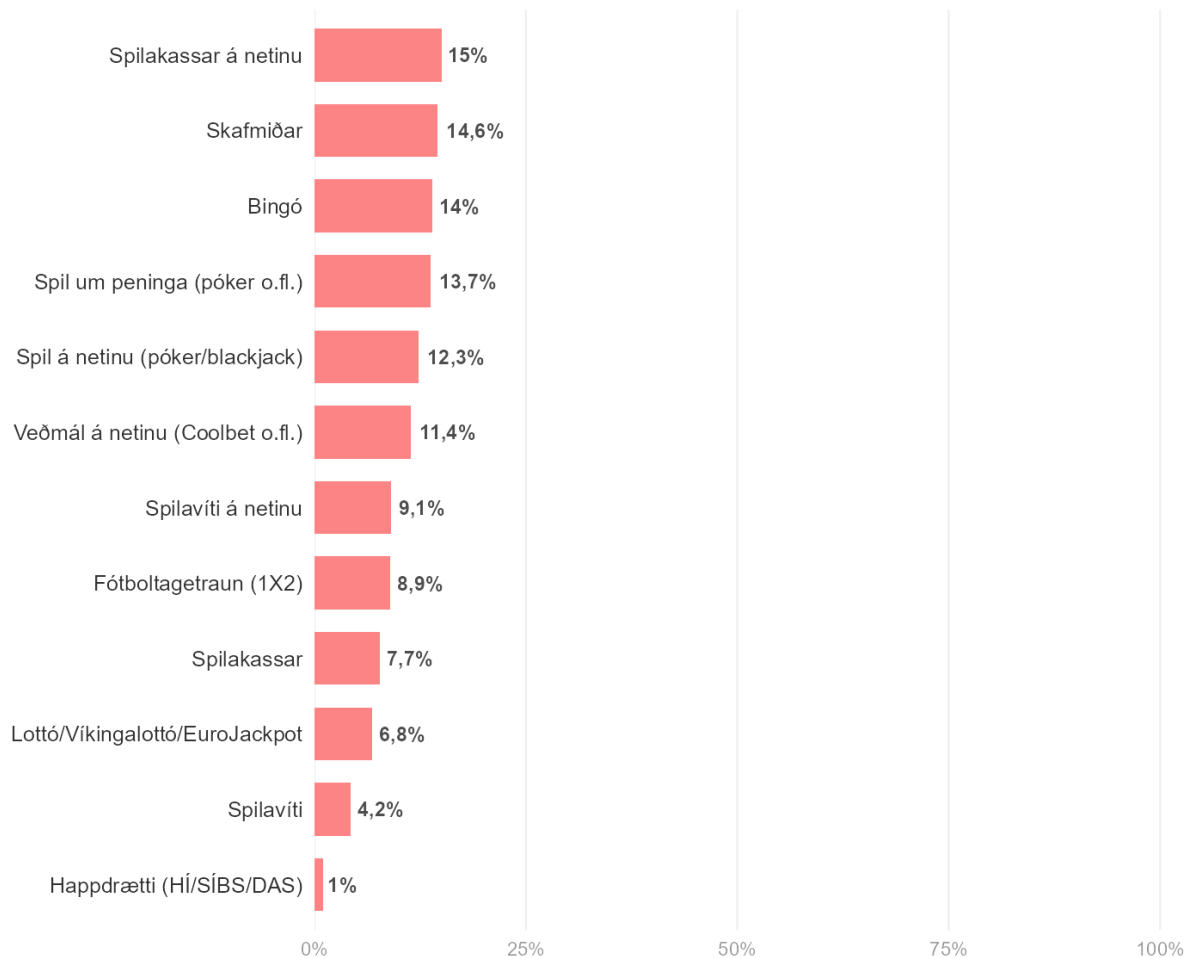


Í fyrsta sinn í framhaldsskólakönnun ÍÆ var spurt um fjárhættuspílahegðun ungs fólks og athygli vakti að 40% ungmenna hafði á síðustu 12 mánuðum spilað einhvers konar fjárhættuspil og voru spílakassar, spílavíti og veðmál meðal þeirra tegunda. Mun fleiri strákar og ungir karlar stunda fjárhættuspil en þó er þátttaka stelpna og ungra kvenna töluverð. Í grunnskóla-könnun ÍÆ var einnig spurt um fjárhættu-spilun ungmenna og niðurstöður sýndu á sama hátt og í framhaldsskólanum að þátttaka ungmenna í fjárhættuspilum væri veruleg.

Stundað fjárhættuspil (sl. 12 mán)



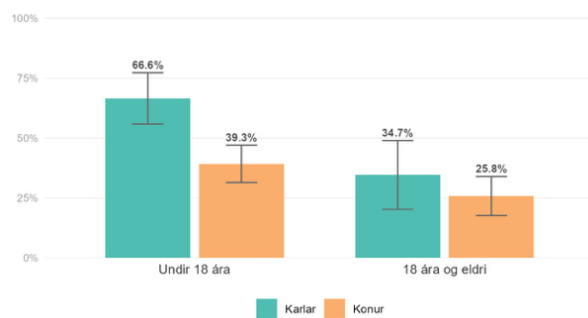
Fjárhættuspil eftir tegund (12 mán)



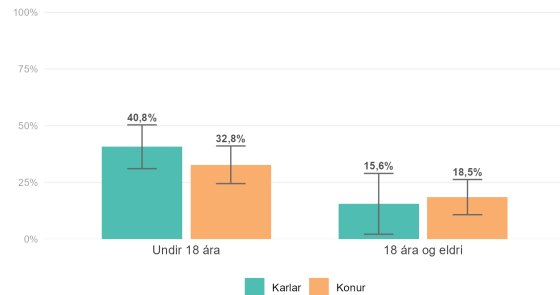
4. ÞÁTTTAKA OG FÉLAGSLEG TENGSL

Verulega dregur úr íþróttapátttöku ungmenna frá því í grunnskóla en 43% framhaldsskólanemenda segjast stunda íþróttir og voru fleiri strákar (52%) en stelpur (33%) í þeim hópi. Aðeins hluti þeirra ungmenna sem stunda íþróttir stunda þær með íþróttafélagi.

Stundar íþróttir

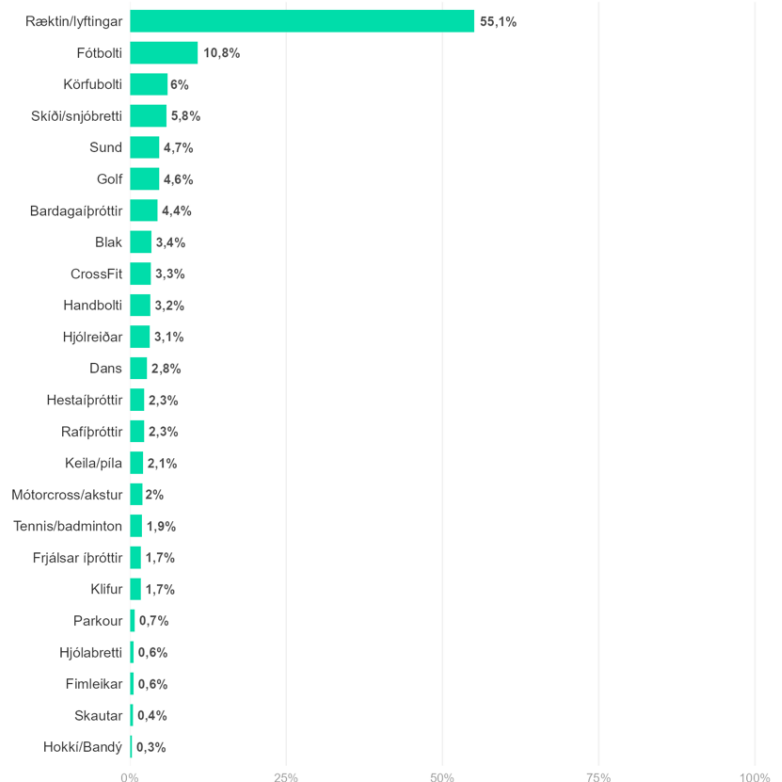


Stunda íþróttir með íþróttafélagi



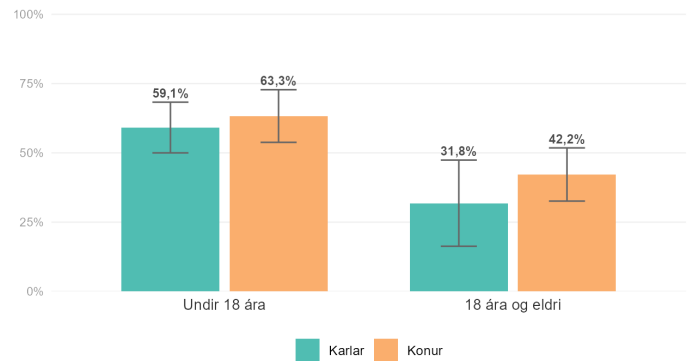
Algengasta íþróttapátttakan var að fara í ræktina (55%), því næst fótbolti (11%), körfubolti (6%), skíði (6%), sund (5%), golf (5%) og bardagaíþróttir (4%).

Íþróttategund (2025)



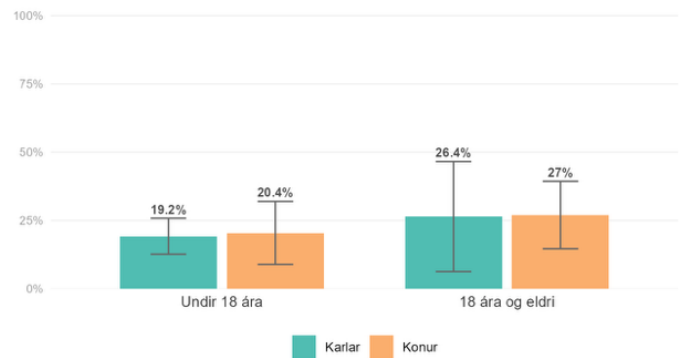
Yfir helmingur ungmennanna sem eru yngri en 18 ára (61%) taka þátt í félagslífinu í skólanum en sú tala lækkar töluvert með hækkandi aldri (36%). Þátttaka í nemendaráði mældist 21% og sjálfboðaliðastarfi 10%.

Tekur virkan þátt í félagslífi skólans

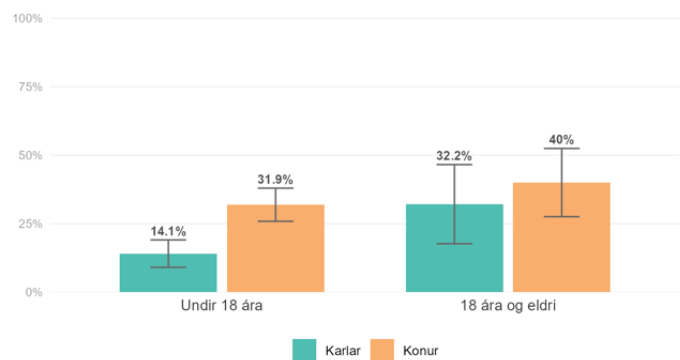


Eftirtektaarverðar voru niðurstöður um félagsfærni ungmennanna sem sýndu að tæplega fjórðungur (23%) nemenda upplifði að þeim gengi illa í samskiptum við aðra nemendur. Sömuleiðis sögðust 29% ungmennanna alltaf eða oft upplifa sig einmana. Stúlkur mælast meira einmana en drengir og einmanaleikinn vex með hækkandi aldri.

Gengur illa í samskiptum við nemendur



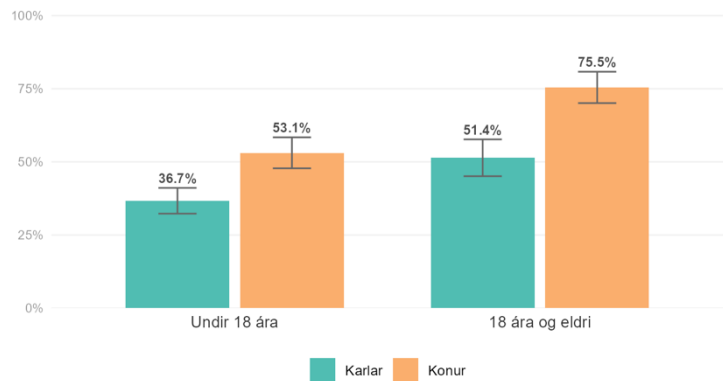
Einmana oft eða alltaf (sí. 12 mán)



5. LÍFSGÆÐI OG FÉLAGSLEG STAÐA

73% ungmennanna segja fjárhag fjölskyldu sinnar góðan. Rúmlega helmingur (52%) stundaði launaða vinnu, nokkuð fleiri stúlkur en drengir og fleiri eldri en 18 ára en yngri en 18 ára. Hlutfall eftir uppruna var svipað.

Í launaðri vinnu með skóla



SAMANTEKT

Í heildina endurspegla niðurstöður að ungmenni á Íslandi búa við stöðugleika og tækifæri til að mennta sig. Meginþorri þeirra metur félagslega stöðu sína góða og mörg þeirra eru virk í félagslífi, íþróttum og öðru tómstundastarfi. Hins vegar þarf einnig að horfa til þeirra áskorana sem blasa við og jafnframt tækifæri til að grípa inn í og styðja farsæld þeirra betur. Með það í huga tókum við saman eftirfarandi töflu:

 Styrkleikar	 Áskoranir	 Tækifæri
 Líðan í skólanum	 Auka ástundun heima	 Auka áhugahvöt
 Öryggi heima og í hverfi	 Preyta í skólanum	 Auka hreyfingu
 Þátttaka í félagslífi skólans	 Andleg heilsa	 Efla félagsfærni
 Félagsleg staða	 Áföll	 Styrkja lýðheilsuáherslur
 Atvinnumöguleikar	 Nikótínnotkun	
	 Áfengi og önnur vímuefni	
	 Fjárhættuspilun	
	 Félagsfærni og einmanaleiki	

Það er von okkar í teymi Íslensku æskulýðsrannsóknarinnar að niðurstöður megi nýtast ykkur í því umbótastarfi sem stöðugt fer fram í skólastofnunum.