



Fakta om ungelivet i Danmark

Hvad vil det sige at være ung i Danmark? Det er der ikke et enkelt svar på. Men der er nogle arenaer, der går på tværs af ungegruppen, og som er betydningsfulde for deres adfærd, trivsel og udvikling. Det handler blandt andet om relationen til forældre, skole, fritid, venner og festkultur.

Unge relation til forældre

Familien er central for børn og unges hverdag. I løbet af ungdomsårene sker der en stigende løsrivelse fra forældrene. Relationerne til vennerne får en større betydning i de år, hvor unge udvikler deres egen identitet. Selvom børn i stigende grad orienterer sig mod venner og sociale miljøer uden for hjemmet, er forældre stadig en vigtig base.

- Over 80 % af unge oplever at have fortrolighed med mindst én forælder.¹
- I 9. klasse oplever 72 % af pigerne og 81 % af drengene støtte fra familien.²

Unge skoleliv

Børn og unge tilbringer mange timer i skolen, og skolen udgør derfor en helt central arena i børn og unges liv. Skolen danner en afgørende ramme for børn og unges sociale og psykiske udvikling og spiller en væsentlig rolle for børn og unges trivsel og udvikling generelt.

- I 9. klasse oplever 63 % af pigerne og 78 % af drengene et positivt elevfællesskab, mens tallet i 7. klasse er 60 % for piger og 76 % for drenge.³
- 88 % af eleverne i udskoling har det rigtig godt i skolen.⁴
- 89 % af gymnasieeleverne har det rigtig godt i skolen.⁵

Unge fritid

Venner er en vigtig del af unges liv – både i og uden for skolen. Forskning peger på, at deltagelse i og tilknytning til fællesskaber har afgørende betydning for unges mentale sundhed og trivsel⁶. I organiserede fritidsaktiviteter, kan de unge opbygge og nyde venskaber og have nærværende og betroede, ansvarsfulde voksne at gå til.⁷

- Blandt elever i 5.-9. klasse føler 12 % af pigerne og 6 % af drengene sig ensomme. Andelen af elever, der føler sig ensomme, er lavest i 5. klasse og stiger en smule i 7. og 9. klasse.⁸

¹ HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

² HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

³ HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

⁴ Nøgletalsrapport - Ungeprofilundersøgelsen 2024

⁵ Nøgletalsrapport - Ungeprofilundersøgelsen 2024

⁶ Karakteristika af det mentalt sundhedsfremmende fritidsfællesskab for unge, Sundhedsstyrelsen, SDU 2023

⁷ [Fritidsaktiviteter giver børn positive fællesskaber - Det Kriminalpræventive råd \(dkr.dk\)](#)

⁸ HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

- Ca. 75 % af drenge i 5.-9. klasse går til organiseret idræt, mens det gælder for ca. 68 % af pigerne. Både blandt drenge og piger ses der ingen nævneværdige forskelle mellem klassetrin.⁹
- Cirka 20 % af pigerne i 5.-9. klasse er sammen med venner fire til fem dage om ugen i hverdagen. Blandt drenge på samme klassetrin er det cirka 25 %.¹⁰
- 35 % af eleverne i 5.-9. klasse angiver at have online kontakt med andre hele tiden, og andelen stiger med alderen.¹¹
- Blandt elever i 9. klasse gamer 24 % af drengene mindst 4 timer dagligt i fritiden, mens det gælder for 8 % af pigerne. Omvendt bruger 31 % af pigerne mindst 4 timer på sociale medier, hvor det gælder for 18 % af drengene. Knap en femtedel (18 % og 19 %) af både drenge og piger bruger mindst 4 timer dagligt på at se film, serier, YouTube eller andet underholdning.¹²

Unge brug af alkohol, tobak og andre nikotinprodukter samt stoffer

Danske unges brug af rusmidler adskiller sig fra unges rusmiddelbrug i mange af de lande, vi normalt sammenligner os med. Danske skoleelever starter med at drikke alkohol i en yngre alder og har et mere fuldsksabsorienteret alkoholforbrug end skoleelever i andre europæiske lande. Et højt alkoholindtag hænger sammen med en række skadelige konsekvenser, for eksempel skader, ulykker og vold eller konflikter. Alkoholkulturen blandt unge i Danmark er i overvejende grad en beruselseskultur, hvor alkohol bruges ved specielle lejligheder, i sociale sammenhænge og for at opnå en 'virkning'.¹³

Der er overordnet sket et fald i andelen af børn og unge, der ryger dagligt, ugentligt eller sjældnere. Sammenlignet med andre europæiske lande ses i ESPAD-undersøgelsen fra 2015 en forholdsvis lav rygeforekomst blandt danske elever i 9. klasse, når man ser på andelen, der nogensinde har røget (39 % blandt danske unge og 46 % blandt europæiske unge generelt). Derimod er der stort set ingen forskel i andelen, der har røget i løbet af de sidste 30 dage (19 % blandt danske unge og 21 % blandt europæiske unge generelt)¹⁴

Hash er langt det mest udbredte stof, som 16 % af de unge svarer, at de har prøvet. Sammenlignet med gennemsnittet blandt europæiske unge har færre danske unge brugt stoffer, herunder både hash, ecstasy, amfetamin og metamfetamin. På tværs af de forskellige former for illegale stoffer ses et mønster, hvor en større andel blandt drenge end blandt piger har brugt stoffer.¹⁵

⁹ HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

¹⁰ HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

¹¹ HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

¹² HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

¹³ HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

¹⁴ Den Europæiske Rusmiddelundersøgelse (ESPAD) 2019 -

https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2020/den_europaeiske_rusmiddelundersogelse_rapport

¹⁵ Den Europæiske Rusmiddelundersøgelse (ESPAD) 2019 -

https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2020/den_europaeiske_rusmiddelundersogelse_rapport

Alkohol

- 92,2 % af de 15-16-årige har prøvet at drikke alkohol.¹⁶
- 22 % af pigerne og 27 % af drengene i 9. klasse drikker alkohol ugentligt.¹⁷
- 58 % af de 18-34-årige synes, det er svært at være en del af det sociale fællesskab på en uddannelse, hvis man ikke drikker alkohol.¹⁸
- 27 % af drengene og 19 % af pigerne har drukket mere end fire genstande ved samme lejlighed inden for de seneste 30 dage.¹⁹
- 16 % af de 15-årige, 27 % af de 16-17-årige og 23 % af de 18-24-årige har drukket mere end fire genstande ved samme lejlighed inden for de seneste 30 dage.²⁰
- 44 % af pigerne og 48 % af drengene i 9. klasse har prøvet at være fulde mindst to gange.²¹

Ryging

- 21 % af eleverne i 9. klasse har prøvet e-cigaretter.²²
- 12 % af eleverne i 9. klasse har brugt snus, hvoraf 5 % gør det dagligt.²³

Hash og andre stoffer

- Blandt de 15-16-årige har 17 % prøvet hash.²⁴
- 10 % af eleverne i 9. klasse har prøvet hash.²⁵

Forskning viser en stærk sammenhæng mellem brug af alkohol, tobak/nikotin, hash og andre stoffer. Eksempelvis er det ofte de samme unge, der har et stort alkoholforbrug og er dagligrygere, som ryger hash. Unge med en tidlig alkoholdebut og/eller et storforbrug af alkohol har en større risiko for at eksperimentere med stoffer end unge, der har et begrænset alkoholforbrug. God mental sundhed og trivsel er beskyttende faktorer i forhold til at starte et forbrug af stoffer.

¹⁶ Den Europæiske Rusmiddelundersøgelse (ESPAD) 2019 -

https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2020/den_europaeiske_rusmiddelundersogelse_rapport

¹⁷ HBSC Skolebørnsundersøgelsen 2022 - <https://www.hbsc.dk/>

¹⁸ TrygFondens forebyggelsesmåling 2024 – notat 2

¹⁹ §Alkohol 2023

²⁰ §Alkohol 2023

²¹ §Alkohol 2023

²² §Alkohol 2023

²³ §Alkohol 2023

²⁴ Den Europæiske Rusmiddelundersøgelse (ESPAD) 2019 -

https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2020/den_europaeiske_rusmiddelundersogelse_rapport

²⁵ Den Europæiske Rusmiddelundersøgelse (ESPAD) 2019 -

https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2020/den_europaeiske_rusmiddelundersogelse_rapport