

---

# Framhaldsskólapúlsinn 2025-2026

## Menntaskólinn á Tröllaskaga

### Niðurstöður

Síðast uppfærðar 10. desember 2025

---

Vinnsluaðili: Vísar rannsóknir ehf.

☎ +354.583.0700

✉ [skolapulsinn@skolapulsinn.is](mailto:skolapulsinn@skolapulsinn.is)

## Um rannsóknina

### Námsumhverfi

- [1.1. Viðhorf og hollusta gagnvart skólanum](#)
- [1.2. Samsömun við nemendahópinn](#)
- [1.3. Stuðningur kennara við nemendur](#)
- [1.4. Virk þátttaka nemenda í tímum](#)
- [1.5. Tíðni leiðsagnarmats \(endurgjöf til nemenda\)](#)
- [1.6. Hvatning til ígrundunar \(vitsmunaleg örvun\)](#)
- [1.7. Jafnrétti í skólanum](#)
- [1.8. Hlutfall sem hafa notað gervigreind](#)
- [1.9. Tíðni gervigreindarnotkunar sl. 30 daga](#)

### Virkni í námi

- [2.1. Námsáhugi](#)
- [2.2. Vinnulag í námi](#)
- [2.3. Ástæður fyrir fjarveru](#)
- [2.4. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku](#)
- [2.5. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Skólinn](#)
- [2.6. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Heimanám](#)
- [2.7. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Launuð vinna](#)
- [2.8. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Tómstundir og æfingar](#)

### Líðan

- [3.1. Vellíðan](#)
- [3.2. Hamingja](#)
- [3.3. Sjálfsálit](#)
- [3.4. Stjórn á eigin lífi](#)
- [3.5. Þunglyndi](#)
- [3.6. Kvíði](#)
- [3.7. Svefnleysi](#)
- [3.8. Ástæður svefnleysis](#)
- [3.9. Einelti](#)
- [3.10. Áreitni og ofbeldi](#)

### Opin svör

- [4.1. Mat á líðan](#)
- [4.2. Kennslumat](#)
- [4.3. Lýstu því hvað þér þykir gott við skólann þinn](#)
- [4.4. Lýstu því hvað þér þykir slæmt við skólann þinn](#)

# Um rannsóknina

Nemendakönnun framhaldsskólanna fer fram í nóvember á hverju ári. Könnunin fer fram á netinu og er send með tölvupósti og SMS til allra nemenda samkvæmt nemendalista sem tengiliður Skólapulssins sendir inn í október. Könnunin miðar að því að gera framhaldsskólum mögulegt að meta stöðu og árangur af því þróunarstarfi sem snýr að líðan, námsumhverfi, virkni og skólabrag. Valið á spurningunum sem í þeim eru byggir að mestu á rannsóknum á íslenskum PISA gögnunum og kvörðum frá Námsmatsstofnun og HBSC (Health Behaviour in School-Aged Children) rannsókninni sem er samstarfsverkefni Háskólans á Akureyri og Lýðheilsustöðvar. Valið er endurskoðað árlega að vori á samráðsfundi með notendum kerfisins. Niðurstöður einstakra matsþátta eru í flestum tilfellum settar fram á stöðluðum kvarða sem kallast staðalníur (e. stanines). Staðalníur eru með meðaltalið 5 og staðalfrávikíð 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig á staðalníukvarða ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur. Túlkun á mikilvægi munarins fer eftir efni og dreifingu hvers matsþáttar fyrir sig. Í undantekningatilfellum eru niðurstöður settar fram sem hlutfall svara við ákveðnum svarmöguleikum. Í þeim tilfellum er engin almenn viðmiðunarregla um túlkun. Viðmiðunarhópur þessarar rannsóknar samanstendur af nemendum þeirra framhaldsskóla sem tóku þátt í könnuninni í ár. Öryggismörk í marktektarprófum voru 90%. Lágmarks svarhlutfall í hverjum skóla var 80%. Þegar svarhlutfall er lægra en 70% eru niðurstöður birtar með fyrirvara um að þær endurspegli mögulega ekki almennt viðhorf nemenda í skólanum. Niðurstöður skóla með minna en 60% svarhlutfall eru ekki birtar. Hér fyrir neðan má sjá tölulegar upplýsingar um þá nemendur sem skráðir voru til þátttöku í skólanum og fjöldann sem tók þátt. Taflan neðst á síðunni sýnir fjölda svara á bak við hverja spurningu. Þegar um er að ræða óáreiðanlegan svarstíl eða ósamræmi í svörum eru svör viðkomandi nemanda fjarlægð.

Könnun hafin: okt. 1, 2025, miðnætti

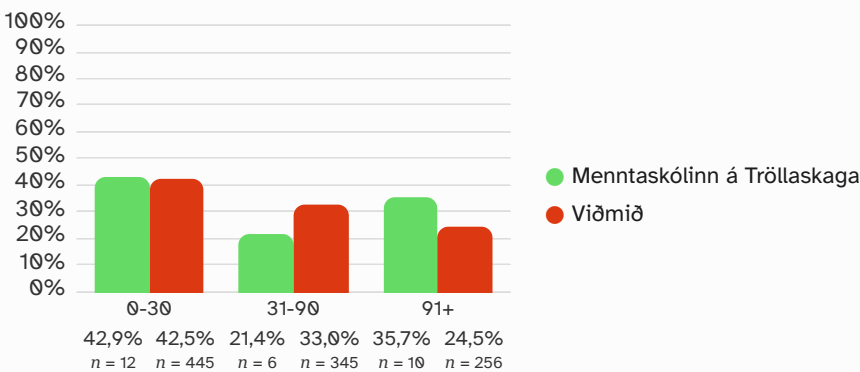
Könnun lýkur: maí 15, 2026, miðnætti

Fjöldi þátttakenda: 31

Fjöldi svarenda: 28

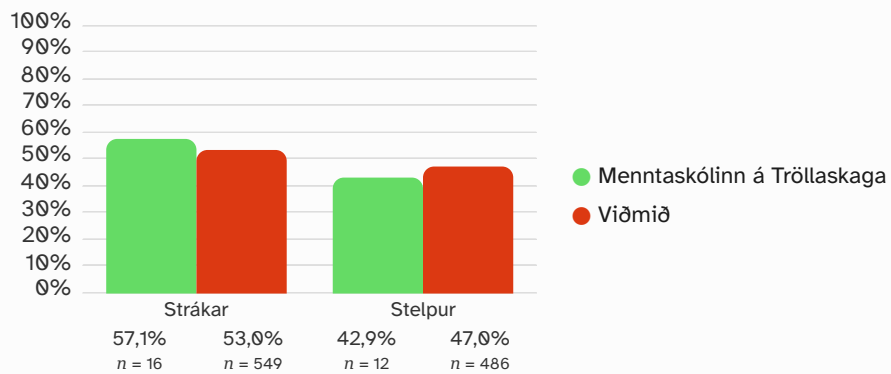
Svarhlutfall: 90,3%

Einingum lokið



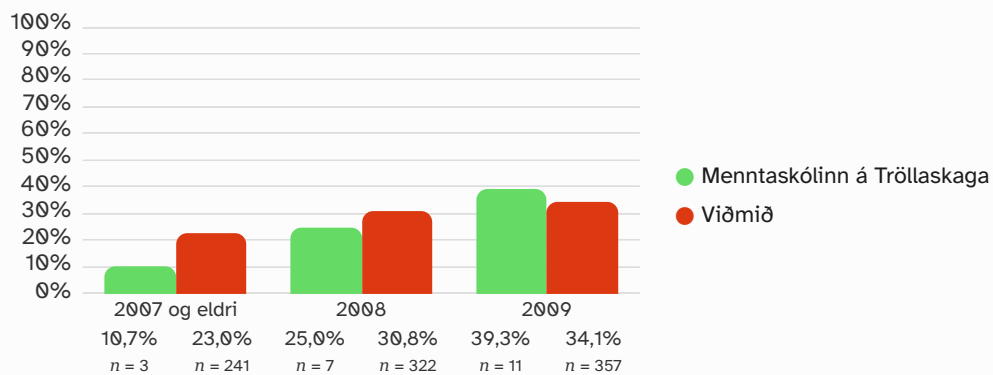
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda. Framhaldskólaeiningar (fein) eru sýndar innan sviga.

## Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

## Fæðingarár



Á þessari mynd sést hlutfall þátttakenda eftir fæðingarári.

## Pátttaka eftir spurningum

| Spurningar ↑ ↓                                                                           | Svör | Sleppt | Svarhlutfall (%) |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|------------------|
| 1.1.1 Á heildina litið líður mér vel í skólanum                                          | 24   | 4      | 85,7%            |
| 1.1.2 Á heildina litið er ég ánægð(ur) með skólann minn                                  | 24   | 4      | 85,7%            |
| 1.1.3 Ég get mælt með skólanum mínum við vini mína                                       | 24   | 4      | 85,7%            |
| 1.1.4 Ég er stolt(ur) af skólanum mínum                                                  | 24   | 4      | 85,7%            |
| 1.2.1 Í skólanum finnst mér ég vera útundan                                              | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.2.2 Í skólanum líður mér eins og ég passi ekki inn í hópinn                            | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.2.3 Í skólanum á ég marga góða vini                                                    | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.2.4 Í skólanum líkar öðrum vel við mig                                                 | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.2.5 Í skólanum er ég hamingjusöm/hamingjusamur                                         | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.2.6 Í skólanum er allt í besta lagi                                                    | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.2.7 Í skólanum er ég sátt(ur)                                                          | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.3.1 Kennarinn sýnir áhuga á námi sérhvers nemanda                                      | 24   | 4      | 85,7%            |
| 1.3.2 Kennarinn veitir auka aðstoð ef nemendur þurfa á henni að halda                    | 24   | 4      | 85,7%            |
| 1.3.3 Kennarinn heldur áfram að útskýra þar til nemendurnir skilja                       | 24   | 4      | 85,7%            |
| 1.3.4 Kennarinn gefur nemendum tækifæri til að tjá skoðanir sínar                        | 24   | 4      | 85,7%            |
| 1.4.1 Nemendur fá tækifæri til að útskýra hugmyndir sínar                                | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.4.2 Nemendur fá tækifæri til að koma skoðunum sínum um ákveðin viðfangsefni á framfæri | 22   | 6      | 78,6%            |
| 1.4.3 Í tímum eru haldnar rökræður eða skipulagðar umræður                               | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.4.4 Nemendur ræða saman um námsefnið                                                   | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.5.1 Kennararnir láta mig vita hve vel mér gengur í náminu                              | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.5.2 Kennararnir ræða við mig um styrkleika mína og veikleika í náminu                  | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.5.3 Kennararnir segja okkur hvers er vænst af okkur í prófi, skyndiprófi eða verkefni  | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.5.4 Kennararnir segja mér hvað ég þarf að gera til að verða betri í náminu             | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.6.1 Kennararnir spyrja spurninga sem fá okkur til að velta námsefninu fyrir okkur      | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.6.2 Kennararnir setja fyrir verkefni sem krefjast þess að við hugsum í talsverðan tíma | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.6.3 Kennararnir biðja okkur að ákveða sjálf aðferðir við að leysa verkefni             | 23   | 5      | 82,1%            |

| Spurningar ↑ ↓                                                                                                                                                    | Svör | Sleppt | Svarhlutfall (%) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|------------------|
| 1.6.4 Kennararnir koma með verkefni þar sem aðferðin til að leysa þau er ekki augljós                                                                             | 22   | 6      | 78,6%            |
| 1.6.5 Kennararnir sýna lausnir verkefna í mismunandi samhengi svo nemendur viti hvort þeir hafi skilið þau                                                        | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.6.6 Kennararnir hjálpa okkur að læra af mistökum okkar                                                                                                          | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.6.7 Kennararnir biðja okkur að útskýra hvernig við höfum leyst verkefni                                                                                         | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.6.8 Kennararnir leggja fyrir verkefni sem krefjast þess að nemendur beiti því sem þeir hafa lært, í nýju samhengi                                               | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.6.9 Kennararnir setja fyrir verkefni sem hægt er að leysa á nokkra mismunandi vegu                                                                              | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.7.1 Í skólanum mínum er lögð áhersla á jafnrétti.                                                                                                               | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.7.2 Nemendum eru tryggð jöfn tækifæri til þátttöku í tímum.                                                                                                     | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.7.3 Nemendum eru tryggð jöfn tækifæri til þátttöku í félagsstarfi                                                                                               | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.8.1 Hefur þú notað snjallmenni (t.d. ChatGPT) til að leysa skólaverkefni?                                                                                       | 23   | 5      | 82,1%            |
| 1.9.1 <u>Hve oft á síðustu 12 mánuðum</u> hefur þú notað snjallmenni (t.d. ChatGPT) til að leysa skólaverkefni?†                                                  | 15   | 1      | 93,8%            |
| 2.1.1 Ég hef gaman af því sem ég læri í skólanum                                                                                                                  | 23   | 5      | 82,1%            |
| 2.1.2 Ég hlakka til kennslutíma í skólanum                                                                                                                        | 23   | 5      | 82,1%            |
| 2.1.3 Ég sinni náminu vegna þess að mér finnst gaman í fögunum sem ég er í                                                                                        | 23   | 5      | 82,1%            |
| 2.1.4 Ég hef áhuga á því sem ég læri í skólanum                                                                                                                   | 23   | 5      | 82,1%            |
| 2.2.1 Ég klára heimavinnuna áður en ég fer í tíma                                                                                                                 | 23   | 5      | 82,1%            |
| 2.2.2 Ég legg mikið á mig við heimavinnuna                                                                                                                        | 24   | 4      | 85,7%            |
| 2.2.3 Ég er undirbúin(n) fyrir prófin                                                                                                                             | 24   | 4      | 85,7%            |
| 2.2.4 Ég læri þangað til ég skil efnið                                                                                                                            | 24   | 4      | 85,7%            |
| 2.2.5 Ég tek eftir í tímum                                                                                                                                        | 24   | 4      | 85,7%            |
| 2.2.6 Ég forðast truflanir þegar ég er að læra                                                                                                                    | 24   | 4      | 85,7%            |
| 2.2.7 Ég skipulegg nám mitt vel                                                                                                                                   | 24   | 4      | 85,7%            |
| 2.5.1 Hversu margir klukkutímar eru í stundartöflunni þinni í skólanum í dæmigerðri viku? (Til viðmiðunar er fullt nám um 24–29 klukkutímar á viku í stundatöflu) | 24   | 4      | 85,7%            |
| 2.6.1 Hversu margir klukkutímar fara í heimanám í dæmigerðri viku?                                                                                                | 21   | 7      | 75,0%            |
| 2.7.1 Hversu margir klukkutímar fara í launaða vinnu í dæmigerðri viku?                                                                                           | 20   | 8      | 71,4%            |

| Spurningar ↑ ↓                                                                                                                                           | Svör | Sleppt | Svarhlutfall (%) |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|------------------|
| 2.8.1 Hversu margir klukkutímar fara í tómstundir eða æfingar sem þú stundar reglulega, í dæmigerðri viku (t.d. íþróttir, tónlistarnám eða sambærilegt)? | 20   | 8      | 71,4%            |
| 3.1.1 Ég hef litið bjartsýnum augum til framtíðarinnar                                                                                                   | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.1.2 Mér hefur þótt ég gera gagn                                                                                                                        | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.1.3 Mér hefur gengið vel að takast á við vandamál                                                                                                      | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.1.4 Ég hef hugsað skýrt                                                                                                                                | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.1.5 Mér hefur fundist ég nán(n) öðrum                                                                                                                  | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.1.6 Ég hef átt auðvelt með að taka ákvarðanir                                                                                                          | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.2.1 Þegar á heildina er litið, hversu hamingjusama(n) telur þú þig vera?                                                                               | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.1 Mér finnst ég vera að minnsta kosti jafn mikils virði og aðrir                                                                                     | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.2 Ég hef marga góða eiginleika                                                                                                                       | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.3 Ég er misheppnuð/misheppnaður                                                                                                                      | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.4 Ég get gert hlutina jafn vel og flestir aðrir                                                                                                      | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.5 Mér finnst ég ekki hafa mikið til að vera stolt(ur) af                                                                                             | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.6 Ég hef jákvætt viðhorf til sjálfrar mín/sjálfs mín                                                                                                 | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.7 Í heildina er ég ánægð(ur) með sjálfa(n) mig                                                                                                       | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.8 Ég vildi óska að ég bæri meiri virðingu fyrir sjálfri/sjálfum mér                                                                                  | 26   | 2      | 92,9%            |
| 3.3.9 Stundum finnst mér ég einskis virði                                                                                                                | 25   | 3      | 89,3%            |
| 3.4.1 Það er í raun útilokað fyrir mig að ráða fram úr sumum vandamálum mínum                                                                            | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.4.2 Stundum finnst mér að aðrir séu að ráðskast með líf mitt                                                                                           | 23   | 5      | 82,1%            |
| 3.4.3 Ég hef litla stjórn á því sem kemur fyrir mig í lífinu                                                                                             | 25   | 3      | 89,3%            |
| 3.4.4 Ég get gert næstum allt sem ég ætla mér                                                                                                            | 25   | 3      | 89,3%            |
| 3.4.5 Mér finnst ég oft standa hjálparvana frammi fyrir vandamálum í lífinu                                                                              | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.4.6 Framtíð mín ræðst að miklu leyti af mér sjálfri/sjálfum                                                                                            | 23   | 5      | 82,1%            |
| 3.4.7 Það er ekki margt sem ég get gert til að breyta mikilvægum atriðum í lífi mínu                                                                     | 25   | 3      | 89,3%            |
| 3.5.1 Ég virtist alls ekki geta fundið fyrir neinum góðum tilfinningum                                                                                   | 23   | 5      | 82,1%            |
| 3.5.2 Mér fannst ég ekki geta hlakkað til neins                                                                                                          | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.5.3 Ég var dapur/döpur og niðurdregin(n)                                                                                                               | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.5.4 Ég gat ekki fengið brennandi áhuga á neinu                                                                                                         | 24   | 4      | 85,7%            |

| Spurningar ↑ ↓                                                                                                                                                                                  | Svör | Sleppt | Svarhlutfall (%) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------|------------------|
| 3.5.5 Mér fannst ég ekki vera mikils virði sem manneskja                                                                                                                                        | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.5.6 Mér fannst lífið vera tilgangslaust                                                                                                                                                       | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.6.1 Ég átti í erfiðleikum með að anda (t.d. allt of hröð öndun, mæði án líkamlegrar áreynslu)                                                                                                 | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.6.2 Ég fann fyrir skjálfta (t.d. í höndum)                                                                                                                                                    | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.6.3 Ég hafði áhyggjur af aðstæðum þar sem ég gæti fengið ofsakvíðakast (panic) og gert mig að fífla                                                                                           | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.6.4 Mér leið eins og ég væri alveg að fá ofsakvíðakast (panic)                                                                                                                                | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.6.5 Ég varð vör/var við hjartsláttinn í mér þó ég hefði ekki reynt á mig (t.d. hraðari hjartsláttur, hjartað sleppti úr slagi)                                                                | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.6.6 Ég fann fyrir ótta án nokkurrar skynsamlegrar ástæðu                                                                                                                                      | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.7.1 Hversu oft hefur þú verið útsofin(n) eftir nætursvefn á <u>síðustu 30 dögum?</u>                                                                                                          | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.9.1 Mér fannst að einhver væri að baktala mig                                                                                                                                                 | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.9.2 Ég var útilokuð/útilokaður) úr hópnum                                                                                                                                                     | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.9.3 Einhver sagði eitthvað særandi við mig                                                                                                                                                    | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.9.4 Mér leið mjög illa yfir því hvernig aðrir komu fram við mig                                                                                                                               | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.9.5 Mér leið mjög illa yfir því sem aðrir sögðu um mig eða við mig á netinu                                                                                                                   | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.10.1 Ég varð fyrir barsmíðum eða öðru líkamlegu ofbeldi                                                                                                                                       | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.10.2 Mér var hótad eða ógnað þannig að ég óttaðist um öryggi mitt                                                                                                                             | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.10.3 Ég var niðurlægð(ur) fyrir framan aðra                                                                                                                                                   | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.10.4 Ég varð fyrir kynferðislegri áreitni (t.d. snerting sem ég vildi ekki, kynferðislegar athugasemdir eða uppnefni)                                                                         | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.10.5 Ég varð fyrir kynferðislegu ofbeldi (þvinguð/þvingaður til kynlífsathafna sem ég vildi ekki eða tilraun gerð til þess, t.d. samfara, munnmaka, endaparmsmaka eða annarra kynlífsathafna) | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.10.6 Ég varð fyrir því að persónulegum eignum mínum var stolið                                                                                                                                | 24   | 4      | 85,7%            |
| 3.10.7 Ég varð fyrir kynbundinni áreitni eða mismunun vegna kyns míns (t.d. óviðeigandi athugasemdir eða framkoma sem tengist kyni eða kynhneigð minni).                                        | 24   | 4      | 85,7%            |

Taflan sýnir fjölda þeirra sem svöruðu eða slepptu spurningu. Þeir sem merktu við „Veit ekki / Á ekki við“ eru taldir með þeim sem svöruðu.

† Spurningin var aðeins lögð fyrir hluta svarenda.

# Framhaldsskólapúlsinn 2025-2026

Á þessari síðu má sjá yfirlit yfir alla matsþætti rannsóknarinnar. Niðurstaða hvers matsþáttar er borin saman við heildarútkomu allra þátttökuskóla (dálkurinn „Viðmið“). Hægt er að raða töflunum með því að smella á viðkomandi dálkaheiti. Niðurstaða hvers þáttar er annað hvort meðaltal mæligilda á bilinu 1 til 9 (staðalníur) eða hlutfall svarenda sem velja tiltekna svarmöguleika. Sem viðmiðunarregla er munur á staðalníukvarða uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur. Túlkun á mikilvægi munarins fer eftir efni og dreifingu hvers matsþáttar fyrir sig. Breyting skólans frá síðasta þátttökuári er jafnframt gefinn upp í dálkinum Breyting. Bæði breyting frá fyrri mælingu og munur á gildi skólans miðað við landsmeðaltal eru tilgreind með lituðum stöfum, rauðum ef samanburðurinn er neikvæður en grænum ef hann er jákvæður. Túlkun á mikilvægi munarins eða breytingar fer eftir efni og dreifingu hvers matsþáttar fyrir sig. Nánar má lesa um túlkun hvers matsþáttar með því að smella á viðkomandi matsþátt. Nánar má lesa um viðmiðunarhópinn, öryggismörk og rannsóknina sjálfa með því að smella á krækjuna „Um rannsóknina“ hér að ofan. Hægt er að raða matsþáttunum með því að smella á viðkomandi dálkaheiti.

\* Ef mæling skólans á tilteknum þætti er marktækt fyrir ofan eða fyrir neðan niðurstöðu annarra skóla miðað við 90% öryggismörk er mismunurinn í aftasta dálki fyrir aftan nafn þáttarins stjórnumerktur og með feitletrun. Þetta merkir að hægt sé að fullyrða með 90% vissu að munurinn sé raunverulega til staðar í þýðinu.

## 1. Námsumhverfi

| Matsþættir ↑ ↓                                    | Niðurstaða | N                 | Breyting | Viðmið | N                   | Mismunur |
|---------------------------------------------------|------------|-------------------|----------|--------|---------------------|----------|
| 1.1. Viðhorf og hollusta gagnvart skólanum        | 87,5%      | 21 <sub>/24</sub> | 4,2%     | 70,2%  | 597 <sub>/855</sub> | 17,3%    |
| 1.2. Samsömun við nemendahópinn                   | 5,2        | 23                | -0,2     | 4,5    | 855                 | 0,7*     |
| 1.3. Stuðningur kennara við nemendur              | 7,4        | 24                | 0,5      | 5,4    | 857                 | 2,0*     |
| 1.4. Virk þátttaka nemenda í tímum                | 7,3        | 23                | 0,8      | 5,4    | 853                 | 1,9*     |
| 1.5. Tíðni leiðsagnarmats (endurgjöf til nemenda) | 7,9        | 23                | 0,6      | 5,9    | 845                 | 2,0*     |
| 1.6. Hvatning til ígrundunar (vitsmunaleg örvun)  | 7,5        | 23                | 0,7      | 6,1    | 840                 | 1,4*     |
| 1.7. Jafnrétti í skólanum                         | 5,6        | 23                | -0,1     | 4,7    | 869                 | 0,9*     |
| 1.8. Hlutfall sem hafa notað gervigreind          | 69,6%      | 16 <sub>/23</sub> | -4,1%    | 60,9%  | 557 <sub>/866</sub> | 8,7%     |
| 1.9. Tíðni gervigreindarnotkunar sl. 30 daga      | 13,3       | 15                | 2,5      | 25,1   | 501                 | -11,8*   |

## 2. Virkni í námi

| Matsþættir ↑ ↓                                                 | Niðurstaða | N  | Breyting   | Viðmið     | N   | Mismunur    |
|----------------------------------------------------------------|------------|----|------------|------------|-----|-------------|
| 2.1. Námsáhugi                                                 | 6,3        | 23 | 0,9        | 5,9        | 867 | 0,4         |
| 2.2. Vinnulag í námi                                           | 5,7        | 24 | 0,8        | 5,0        | 869 | 0,7*        |
| 2.3. Ástæður fyrir fjarveru                                    | -          | 18 | -          | -          | -   | -           |
| 2.4. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku                       | 43,9 klst. | 21 | -2,2 klst. | 43,6 klst. | 781 | 0,3 klst.   |
| 2.5. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Skólinn              | 23,4 klst. | 24 | -0,1 klst. | 23,8 klst. | 869 | -0,4 klst.  |
| 2.6. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Heimanám             | 6,4 klst.  | 21 | -0,5 klst. | 5,3 klst.  | 775 | 1,1 klst.   |
| 2.7. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Launuð vinna         | 9,2 klst.  | 20 | -1,3 klst. | 8,2 klst.  | 744 | 1,0 klst.   |
| 2.8. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Tómsundir og æfingar | 5,0 klst.  | 20 | -0,2 klst. | 6,4 klst.  | 750 | -1,4 klst.* |

## 3. Líðan

| Matsþættir ↑ ↓           | Niðurstaða | N                 | Breyting | Viðmið | N                   | Mismunur |
|--------------------------|------------|-------------------|----------|--------|---------------------|----------|
| 3.1. Velliðan            | 4,0        | 26                | -0,4     | 4,4    | 979                 | -0,4     |
| 3.2. Hamingja            | 65,4%      | 17 <sub>/26</sub> | -3,0%    | 73,5%  | 703 <sub>/977</sub> | -8,1%    |
| 3.3. Sjálfsálit          | 4,4        | 26                | 0,3      | 4,5    | 961                 | -0,1     |
| 3.4. Stjórn á eigin lífi | 3,8        | 25                | -0,5     | 4,0    | 925                 | -0,2     |
| 3.5. Þunglyndi           | 17,4%      | 4 <sub>/23</sub>  | 17,4%    | 13,3%  | 124 <sub>/877</sub> | 4,1%     |
| 3.6. Kvíði               | 20,8%      | 5 <sub>/24</sub>  | 5,0%     | 29,1%  | 262 <sub>/886</sub> | -8,3%    |
| 3.7. Svefnleysi          | 37,5%      | 9 <sub>/24</sub>  | -4,6%    | 32,2%  | 295 <sub>/891</sub> | 5,3%     |
| 3.8. Ástæður svefnleysis | -          | 22                | -        | -      | -                   | -        |
| 3.9. Einnelti            | 8,3%       | 2 <sub>/24</sub>  | 3,0%     | 13,4%  | 136 <sub>/877</sub> | -5,1%    |
| 3.10. Áreitni og ofbeldi | 20,8%      | 5 <sub>/24</sub>  | 10,3%    | 26,5%  | 238 <sub>/871</sub> | -5,7%    |

## 4. Opín svör

| Matsþættir ↑ ↓                                       | Niðurstaða | N  | Breyting | Viðmið | N | Mismunur |
|------------------------------------------------------|------------|----|----------|--------|---|----------|
| 4.1. Mat á líðan                                     | -          | 14 | -        | -      | - | -        |
| 4.2. Kennslumat                                      | -          | 12 | -        | -      | - | -        |
| 4.3. Lýstu því hvað þér þykir gott við skólann þinn  | -          | 22 | -        | -      | - | -        |
| 4.4. Lýstu því hvað þér þykir slæmt við skólann þinn | -          | 21 | -        | -      | - | -        |

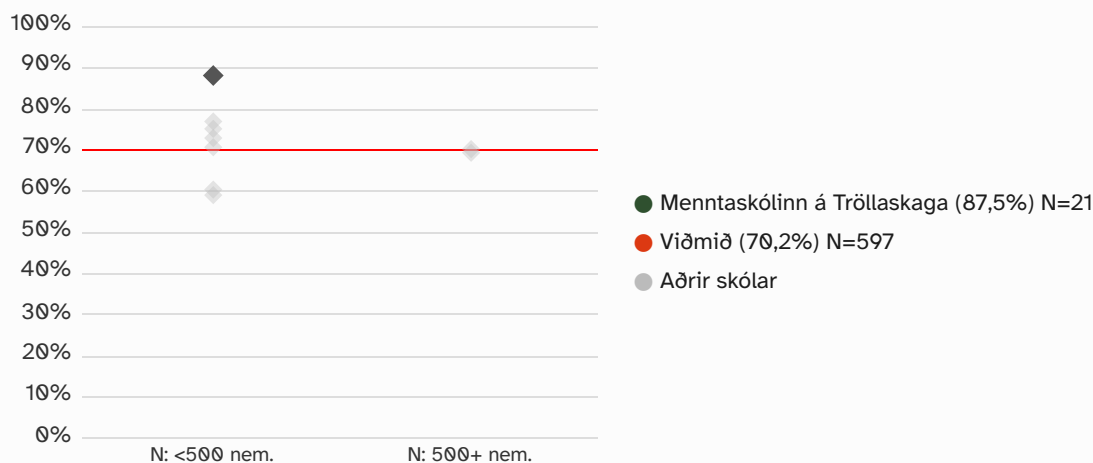


## 1.1. Viðhorf og hollusta gagnvart skólanum

Viðhorf og hollusta til skólans er metin með því að spyrja nemendur hve sammála þeir eru fjórum staðhæfingum um skólann. Birt er hlutfall nemenda sem líður vel í skólanum, eru ánægðir með hann, mæla með honum og eru stoltir af honum (eru sammála öllum fjórum atriðum).

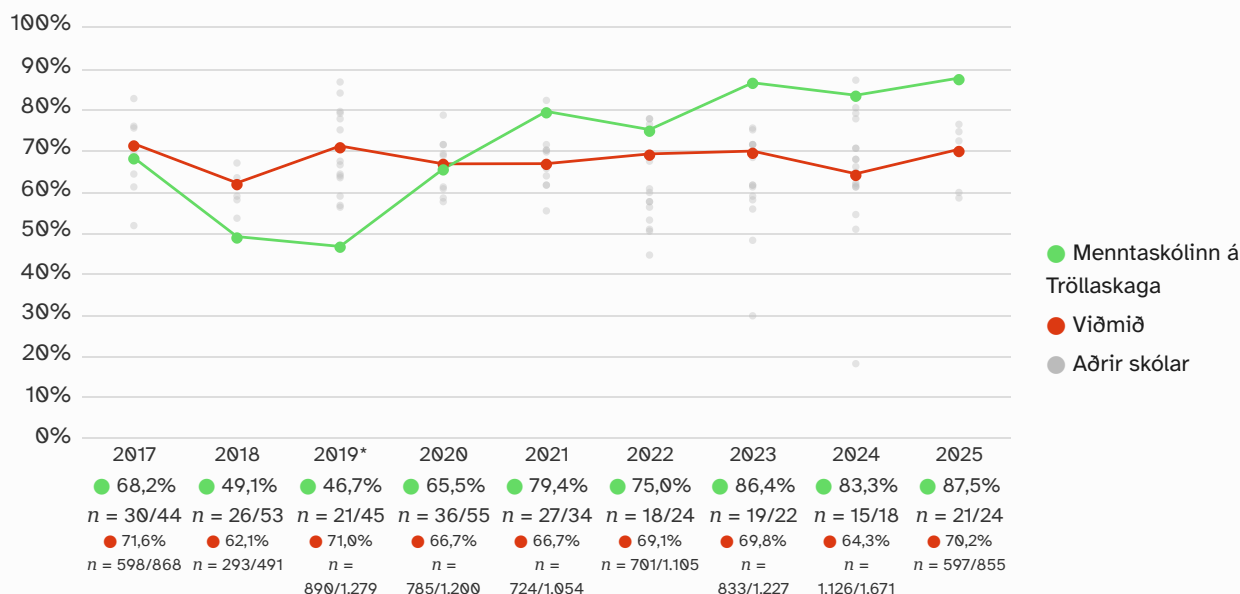
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.

### 1.1. Viðhorf og hollusta gagnvart skólanum — Röðun



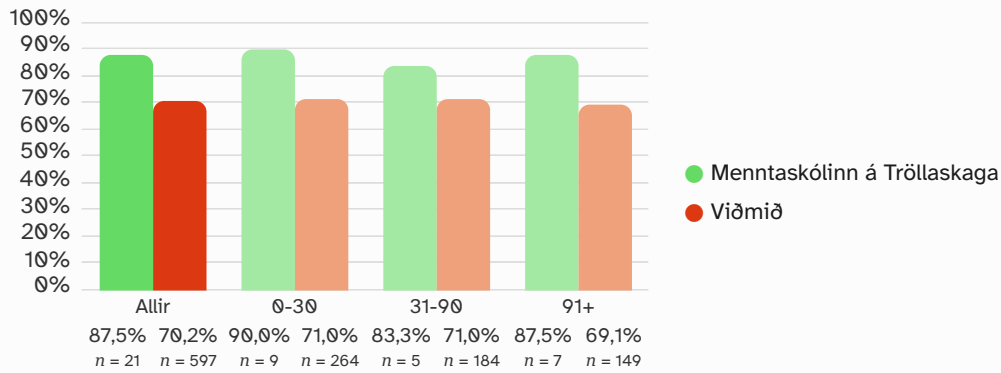
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 1.1. Viðhorf og hollusta gagnvart skólanum — Ársmeðaltöl



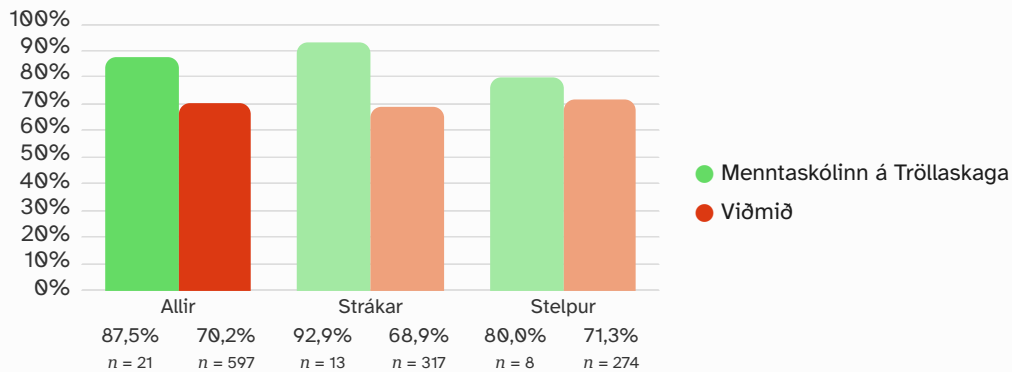
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 1.1. Viðhorf og hollusta gagnvart skólanum — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 1.1. Viðhorf og hollusta gagnvart skólanum — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

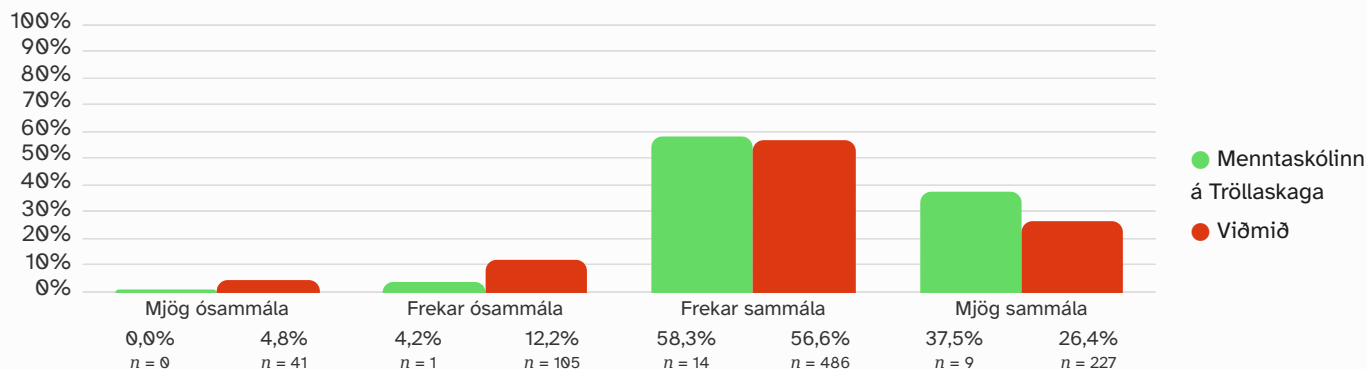
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

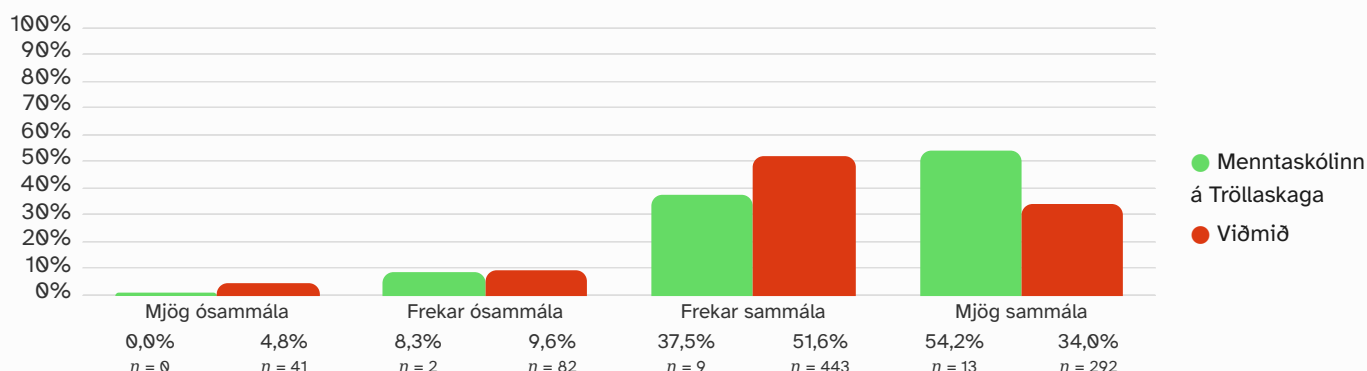
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Hve sammála eða ósammála ertu eftirfarandi setningum?

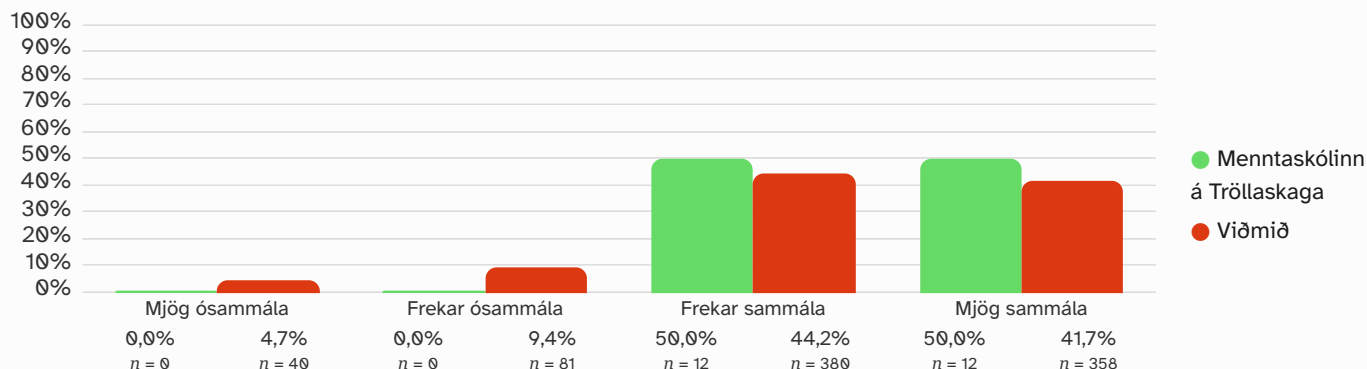
## 1.1.1 Á heildina litið líður mér vel í skólanum



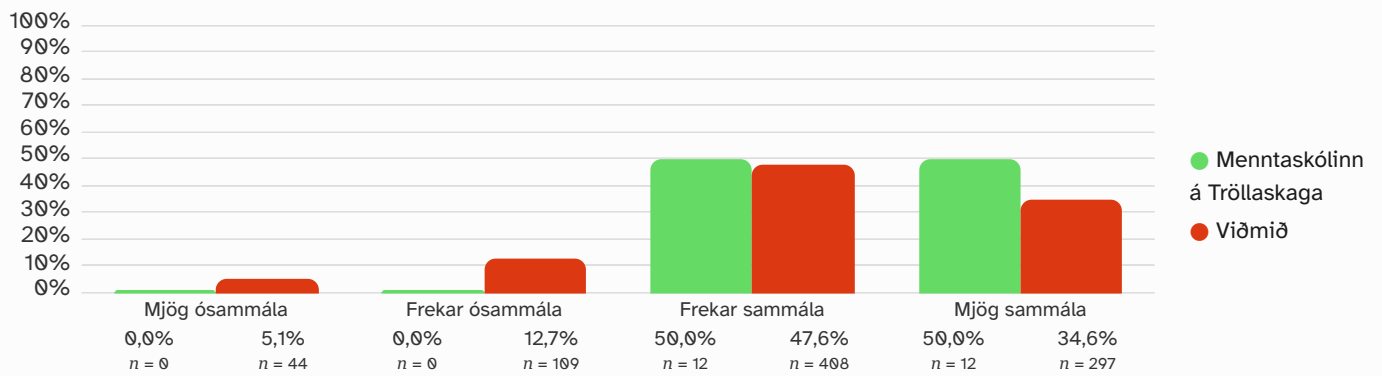
## 1.1.2 Á heildina litið er ég ánægð(ur) með skólann minn



## 1.1.3 Ég get mælt með skólanum mínum við vini mína



### 1.1.4 Ég er stolt(ur) af skólanum mínum

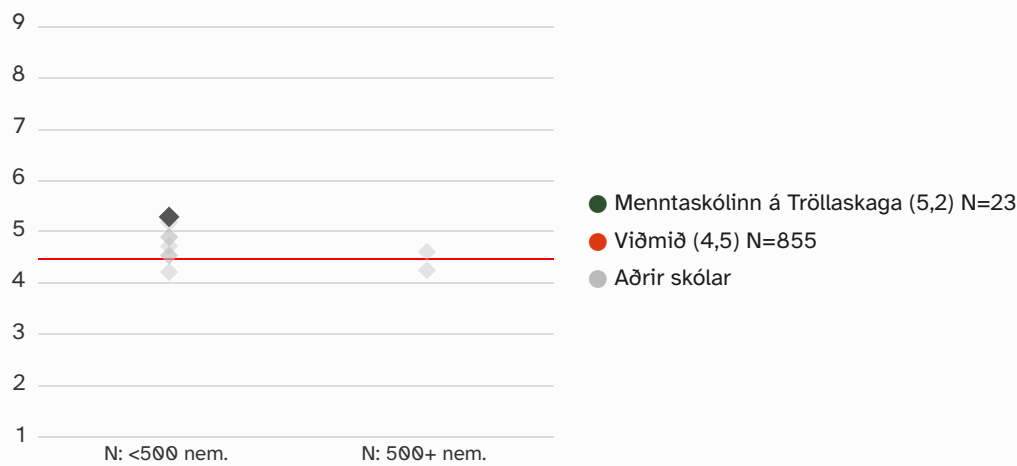


## 1.2. Samsömun við nemendahópinn

Mælikvarðinn er upphaflega úr PISA rannsókn OECD frá 2000 sem lögð er fyrir 15 ára grunnskólanemendur og kallast á ensku „Sense of Belonging to School“. Kvarðinn inniheldur 7 spurningar. Orðalag hefur verið aðlagð að eldri nemendum í framhaldsskóla. Þessari mælingu er ætlað að meta að hve miklu leyti nemendum þykir þeir tilheyra skólamenningunni og að skólinn sé staður þar sem þeim líði vel. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

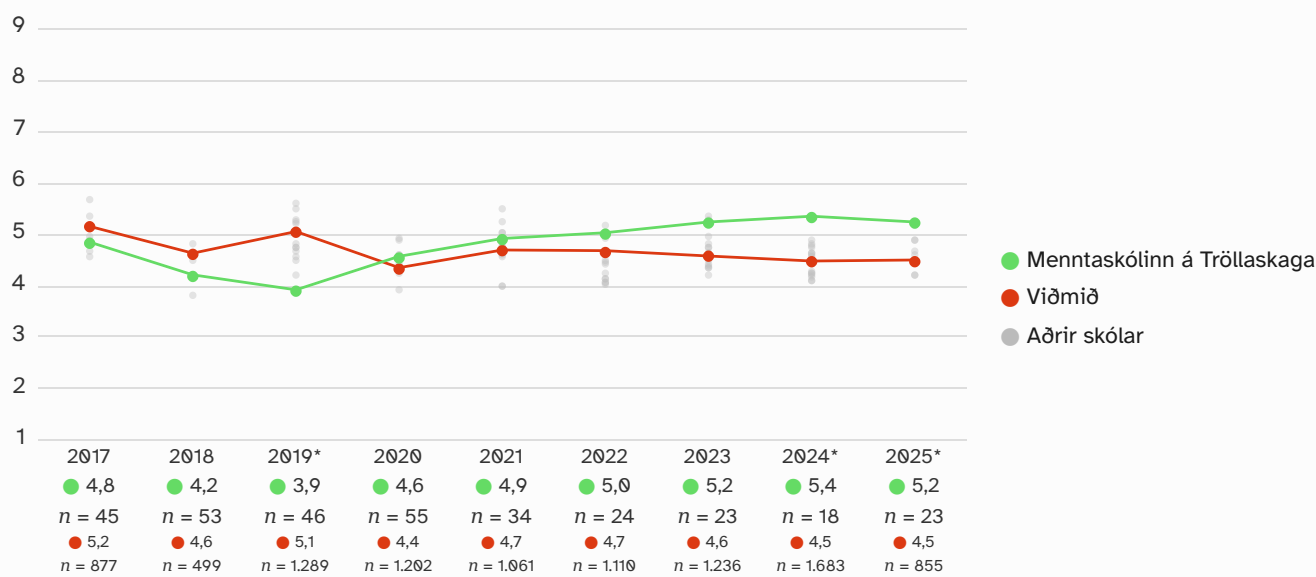
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

1.2. Samsömun við nemendahópinn — Röðun\*



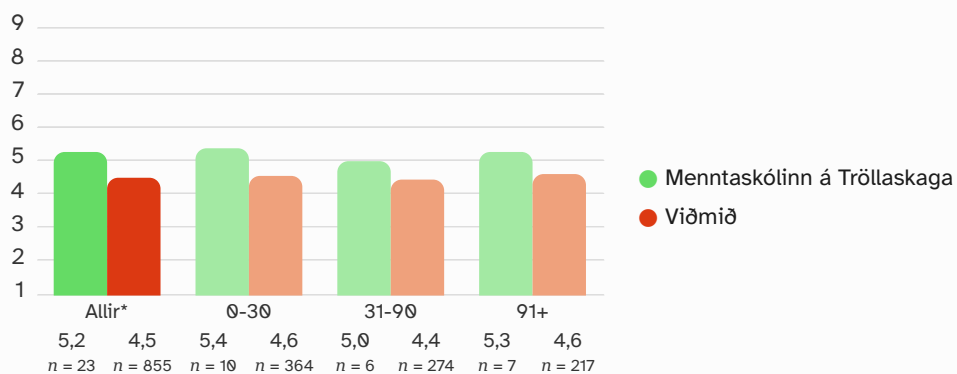
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

1.2. Samsömun við nemendahópinn — Ársmeðaltöl



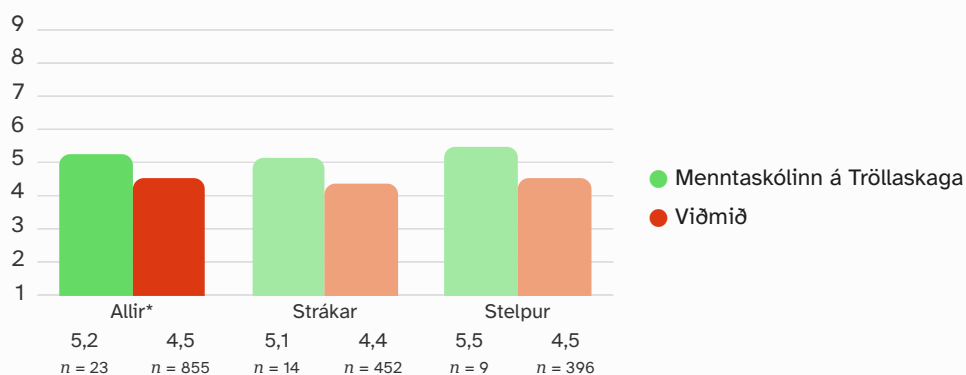
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

## 1.2. Samsömun við nemendahópinn — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

## 1.2. Samsömun við nemendahópinn — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

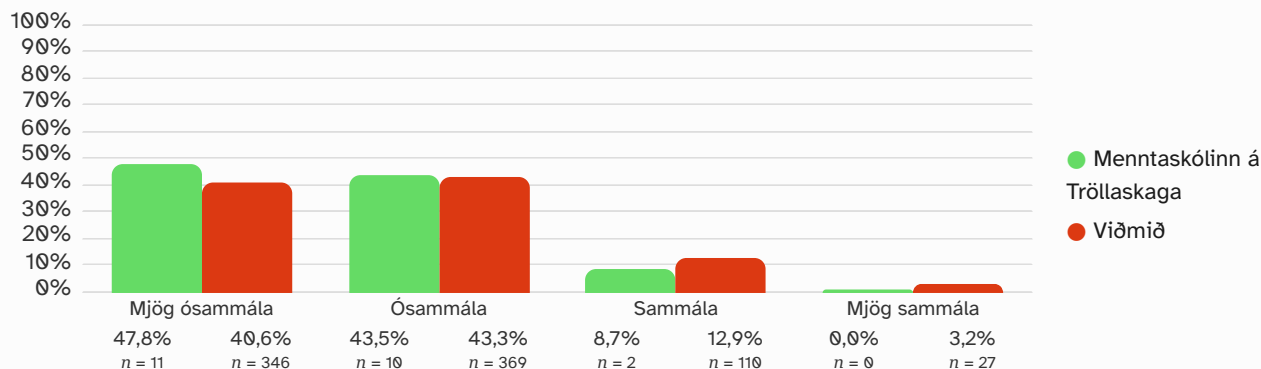
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

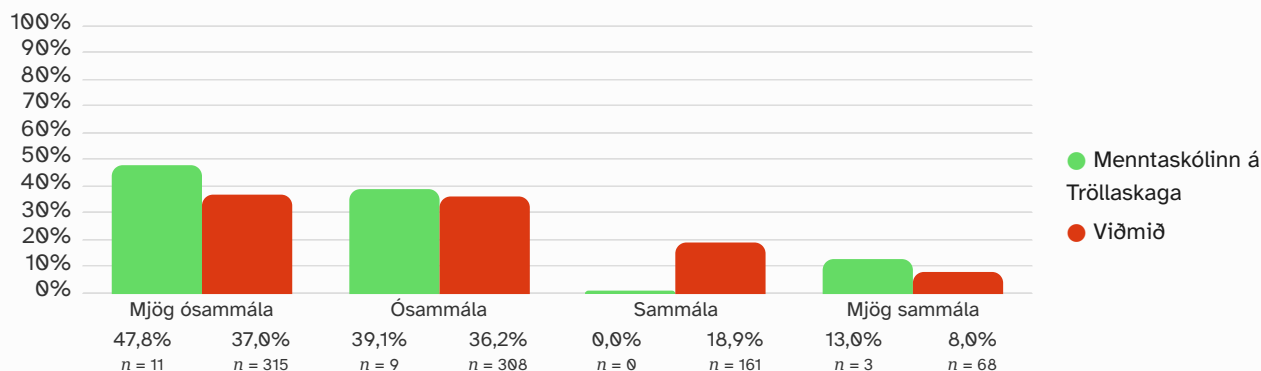
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Vinsamlegast merktu við þann svarmöguleika sem á best við um þig:

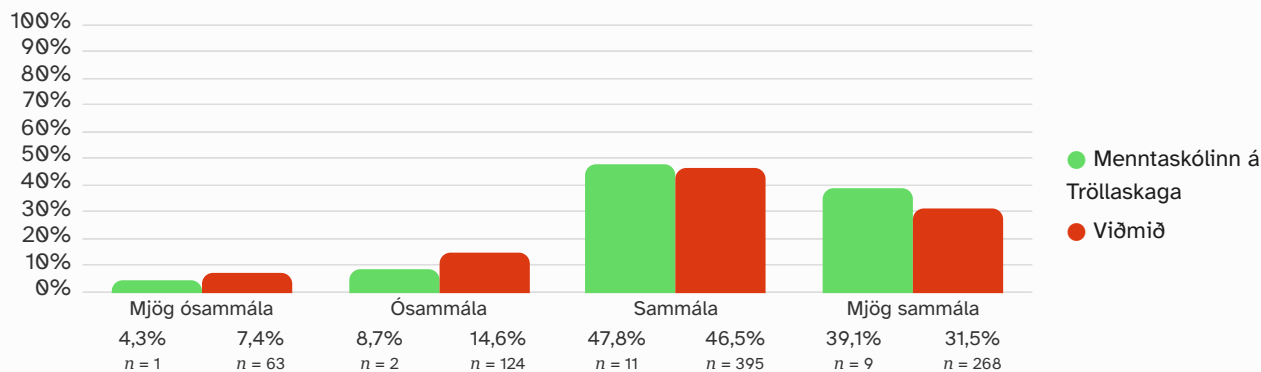
## 1.2.1 Í skólanum finnst mér ég vera útundan



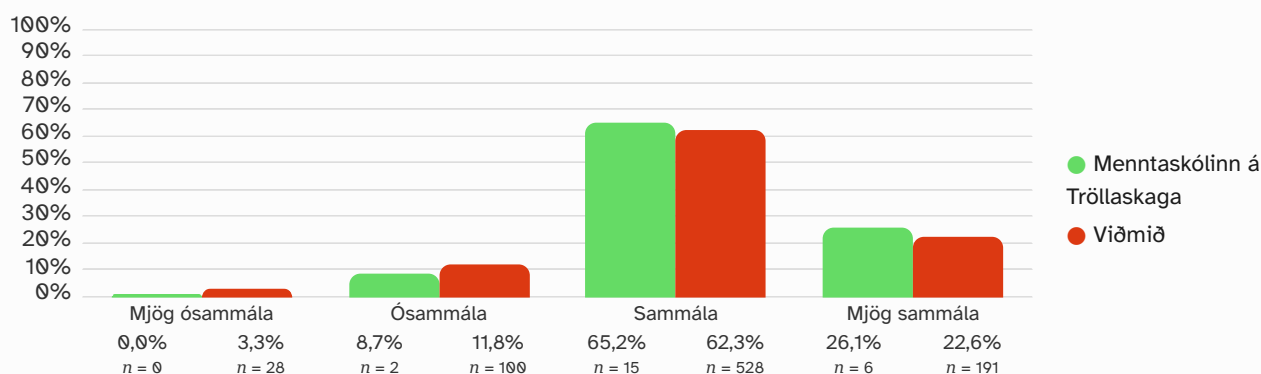
## 1.2.2 Í skólanum líður mér eins og ég passi ekki inn í hópinn



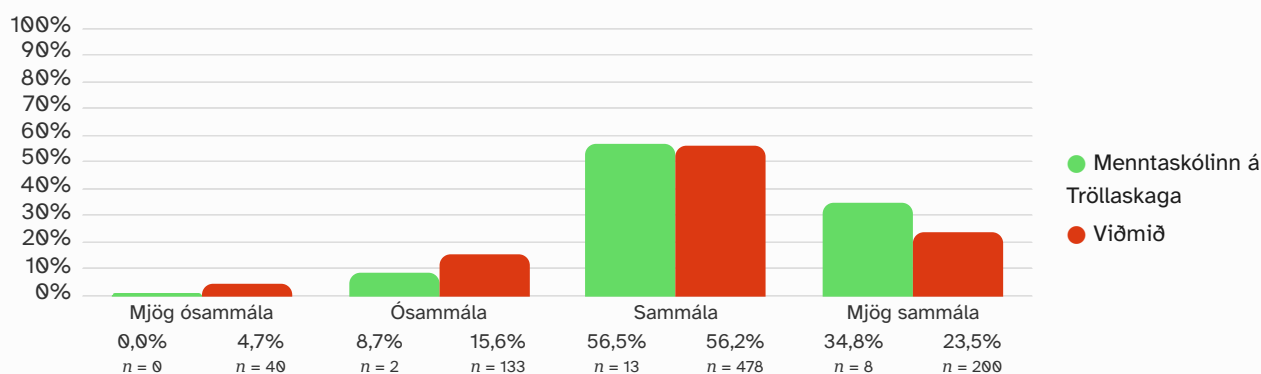
## 1.2.3 Í skólanum á ég marga góða vini



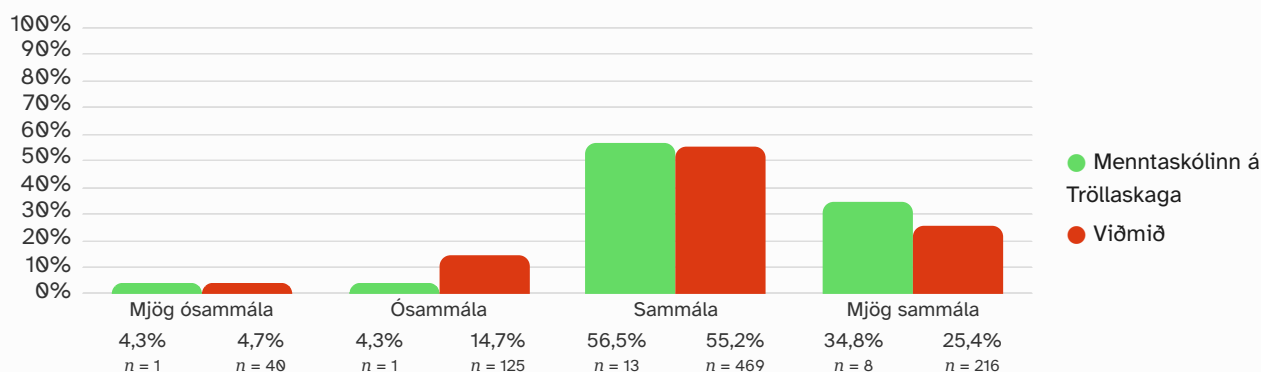
### 1.2.4 Í skólanum líkar öðrum vel við mig



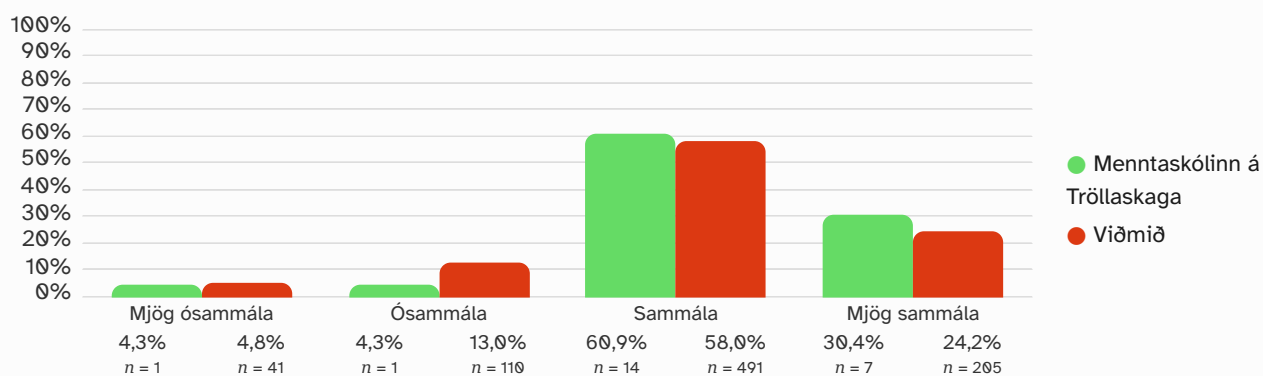
### 1.2.5 Í skólanum er ég hamingjusöm/hamingjusamur



### 1.2.6 Í skólanum er allt í besta lagi



### 1.2.7 Í skólanum er ég sátt(ur)

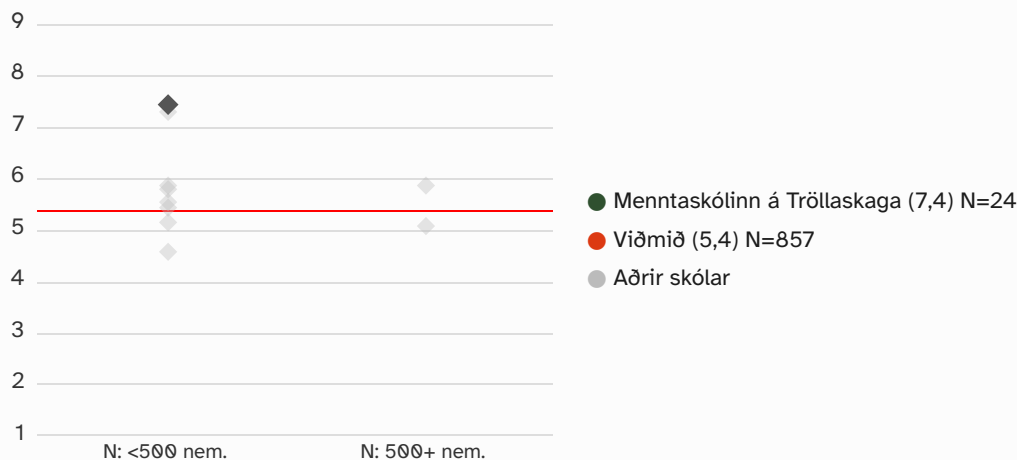


## 1.3. Stuðningur kennara við nemendur

Mælikvarðinn er upphaflega úr PISA rannsókn OECD frá 2000 sem lögð er fyrir 15 ára grunnskólanemendur og inniheldur fimm spurningar. Orðalag hefur verið aðlagð að eldri nemendum í framhaldsskólum. Þessari mælingu er ætlað að meta hve vel nemendum finnst þeir studdir af kennurum skólans í náminu. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

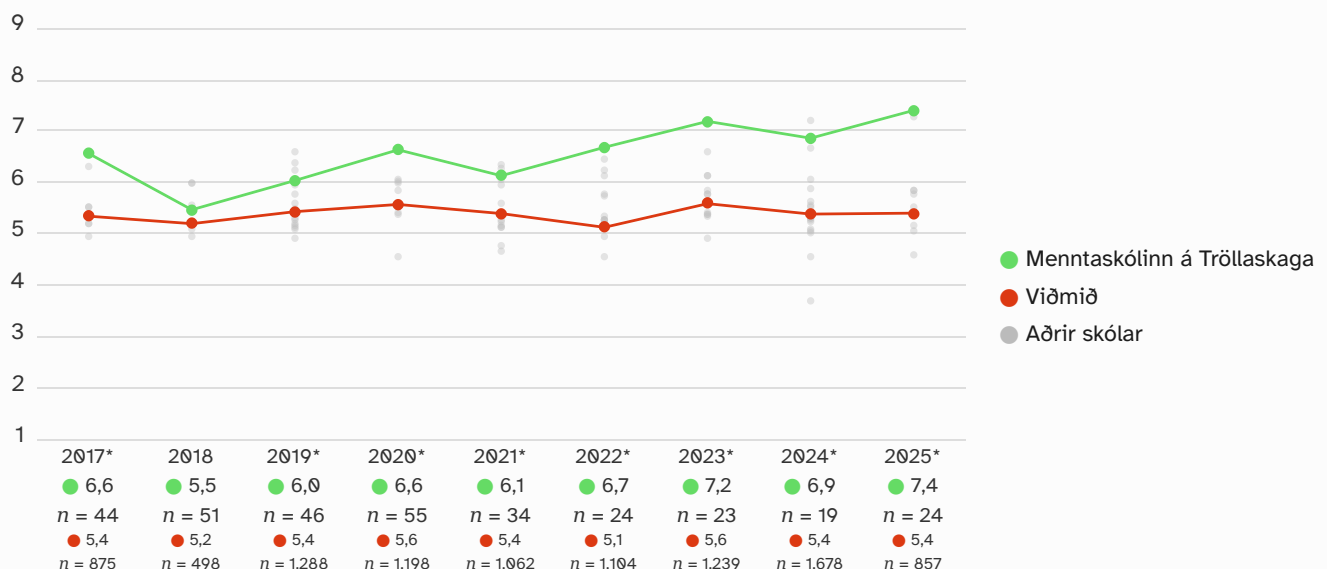
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. ANOVA prófi.

### 1.3. Stuðningur kennara við nemendur — Röðun\*



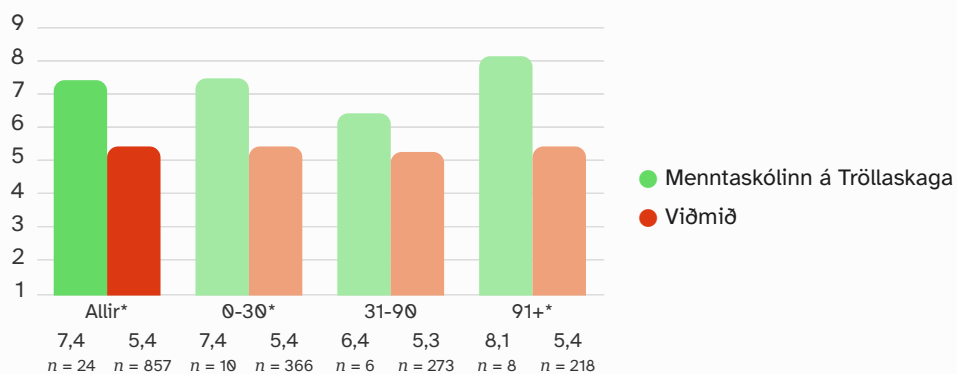
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 1.3. Stuðningur kennara við nemendur — Ársmeðaltöl



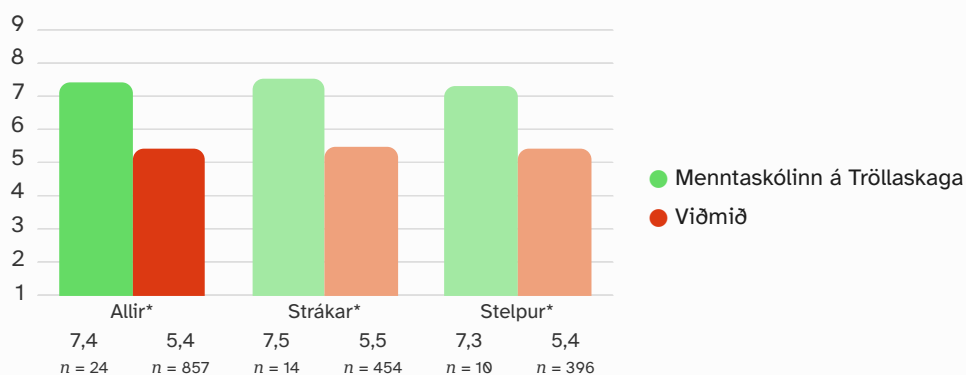
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 1.3. Stuðningur kennara við nemendur — Einingum lokið\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 1.3. Stuðningur kennara við nemendur — Kyn\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

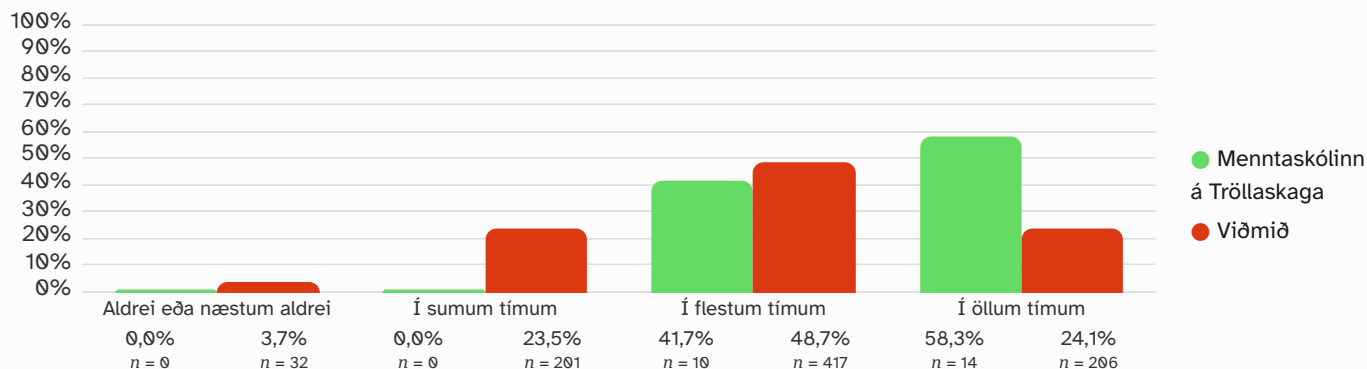
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

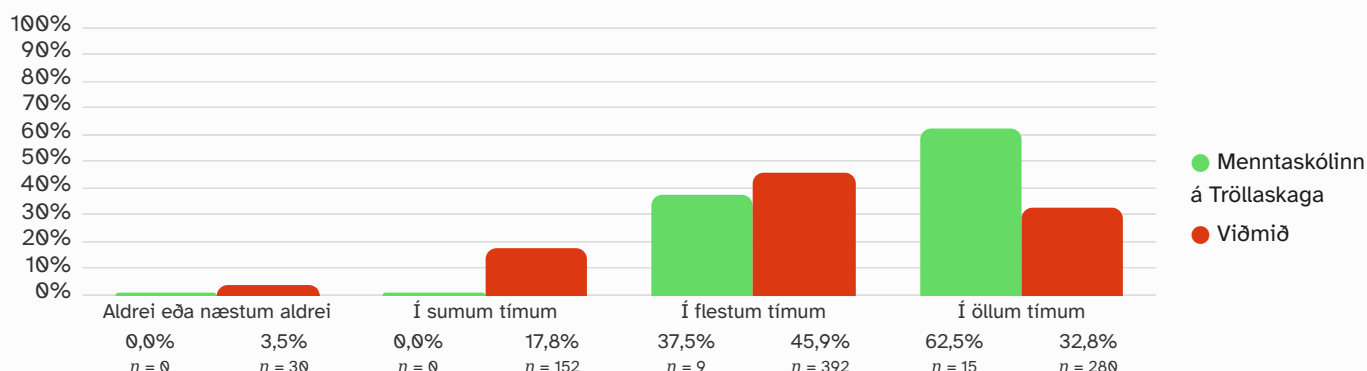
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum innan skólans skv. kí-kvaðrat prófi.

Hversu oft gerist eftirfarandi í kennslutímum hjá þér?

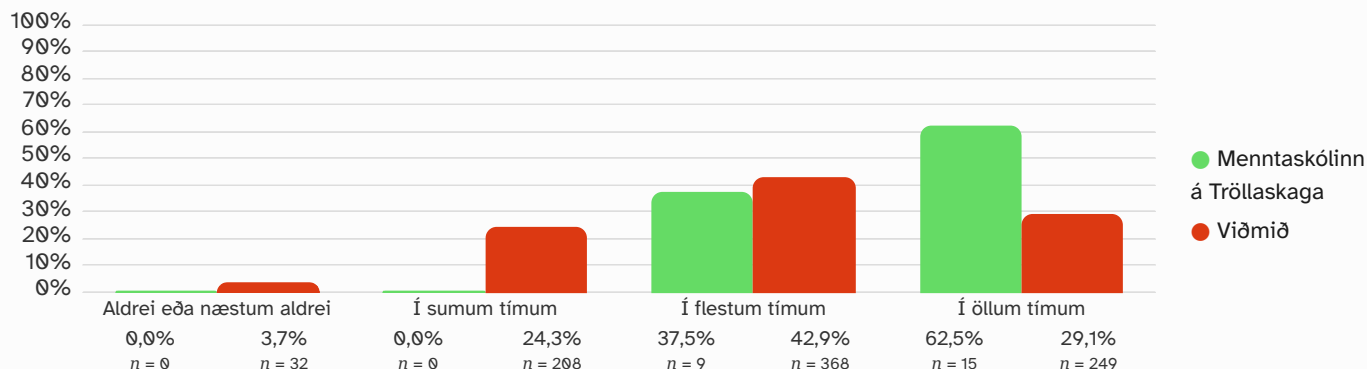
## 1.3.1 Kennarinn sýnir áhuga á námi sérhvers nemanda\*



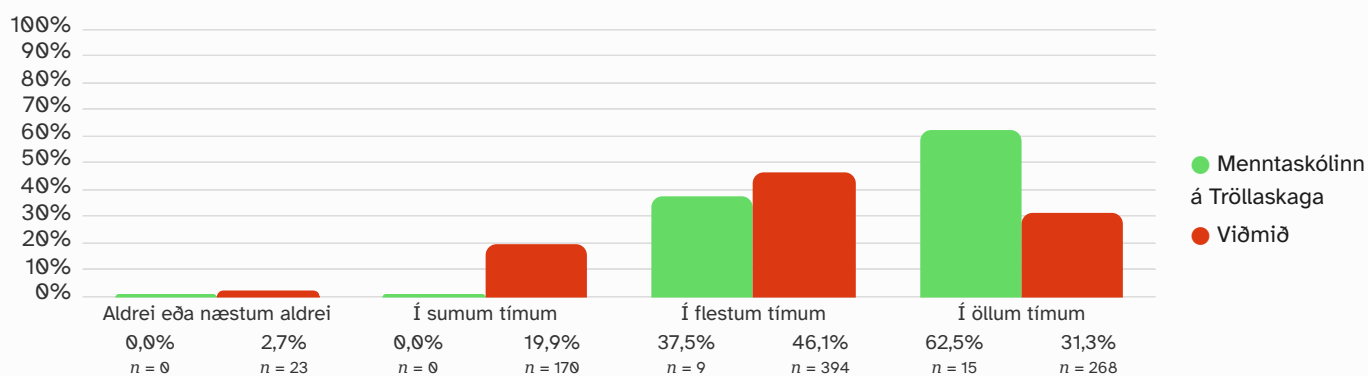
## 1.3.2 Kennarinn veitir auka aðstoð ef nemendur þurfa á henni að halda\*



## 1.3.3 Kennarinn heldur áfram að útskýra þar til nemendurnir skilja\*



### 1.3.4 Kennarinn gefur nemendum tækifæri til að tjá skoðanir sínar\*

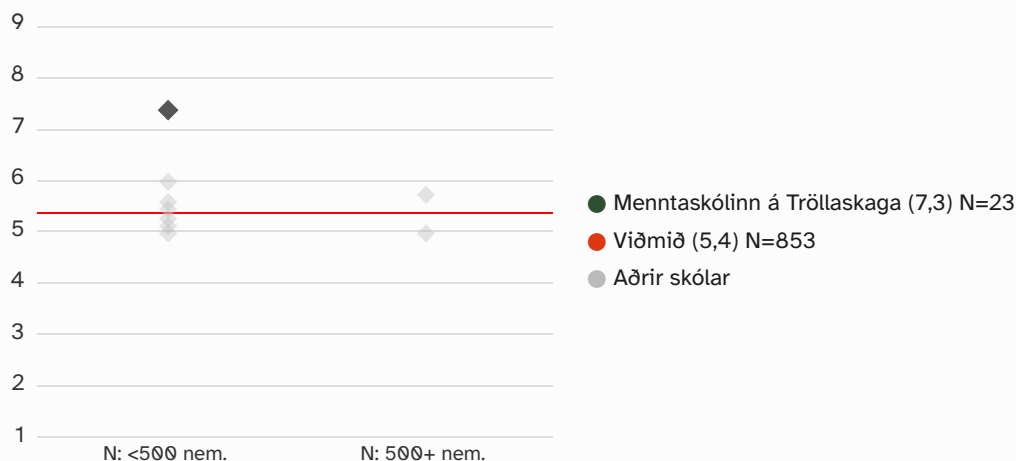


## 1.4. Virk þátttaka nemenda í tímum

Mælikvarðinn er upphaflega úr PISA rannsókn OECD frá 2000 sem lögð er fyrir 15 ára grunnskólanemendur og inniheldur fjórar spurningar. Orðalag hefur verið aðlagð að eldri nemendum í framhaldsskóla. Virk þátttaka nemenda í tímum er mæld með fjórum spurningum sem gefa til kynna hversu oft nemendur fá tækifæri til að tjá skoðanir sínar og taka þátt í opnum og skipulögðum umræðum um námsefnið. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

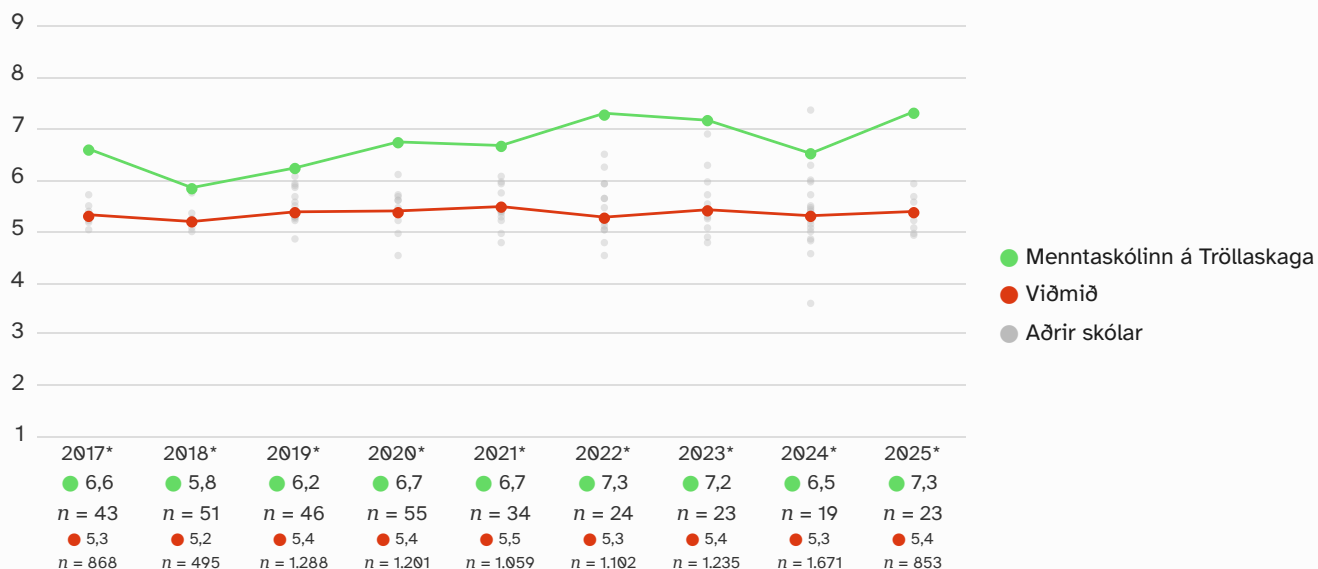
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

### 1.4. Virk þátttaka nemenda í tímum — Röðun\*



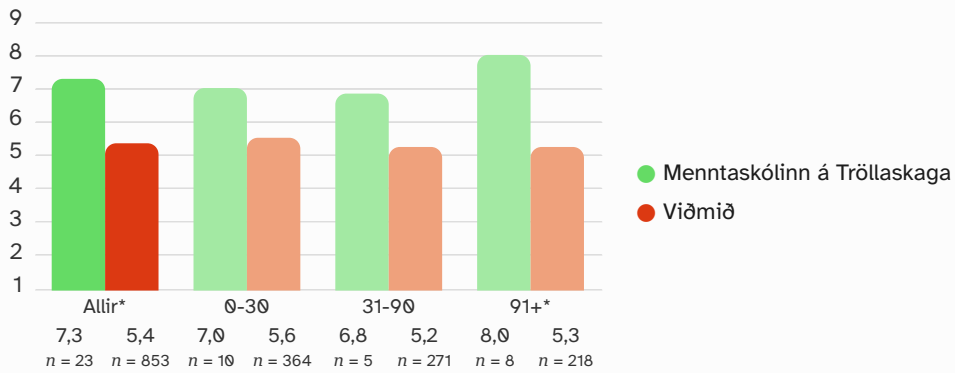
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 1.4. Virk þátttaka nemenda í tímum — Ársmeðaltöl



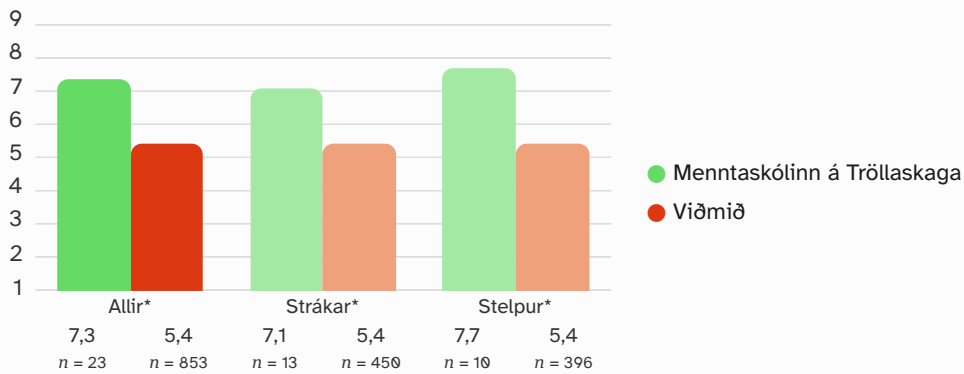
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

#### 1.4. Virk þátttaka nemenda í tímum — Einingum lokið\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

#### 1.4. Virk þátttaka nemenda í tímum — Kyn\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

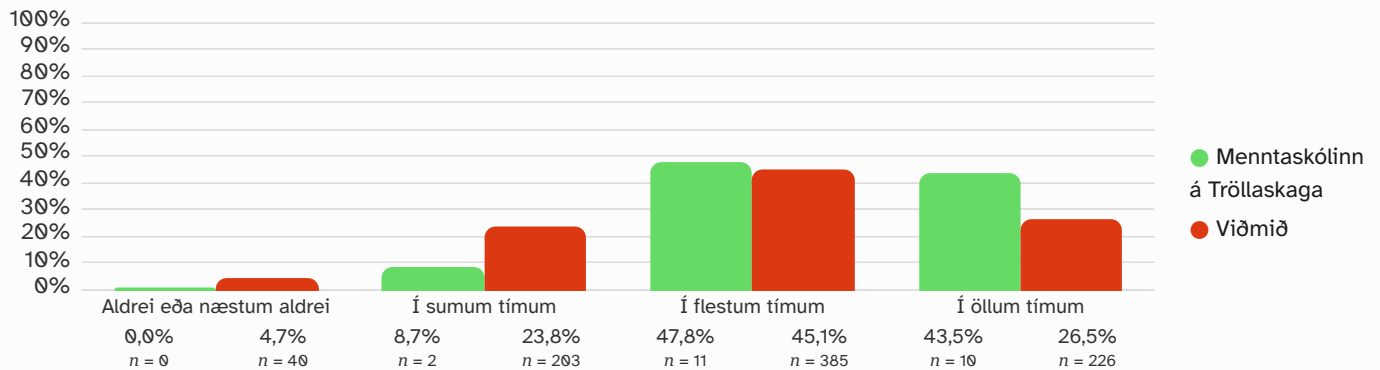
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

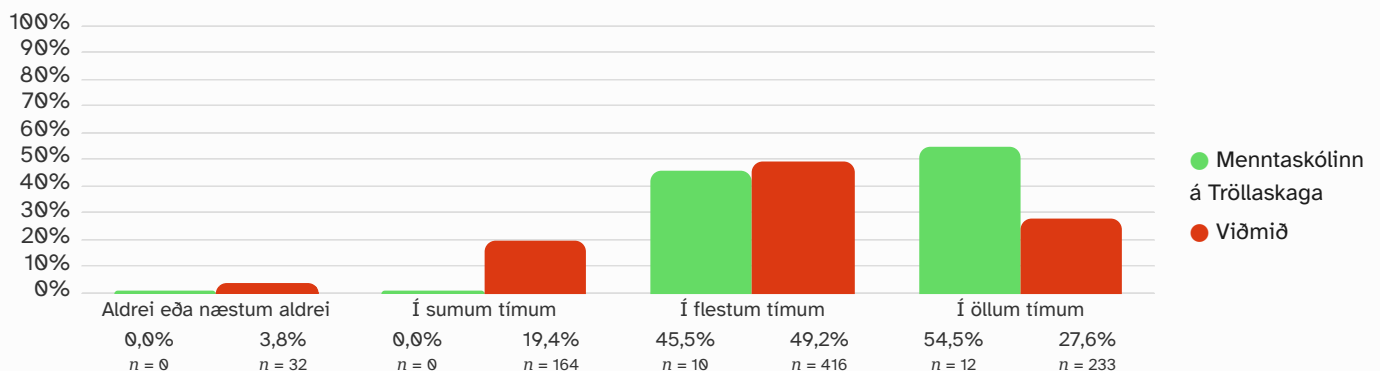
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Hversu oft gerist eftirfarandi í kennslustundum hjá þér?

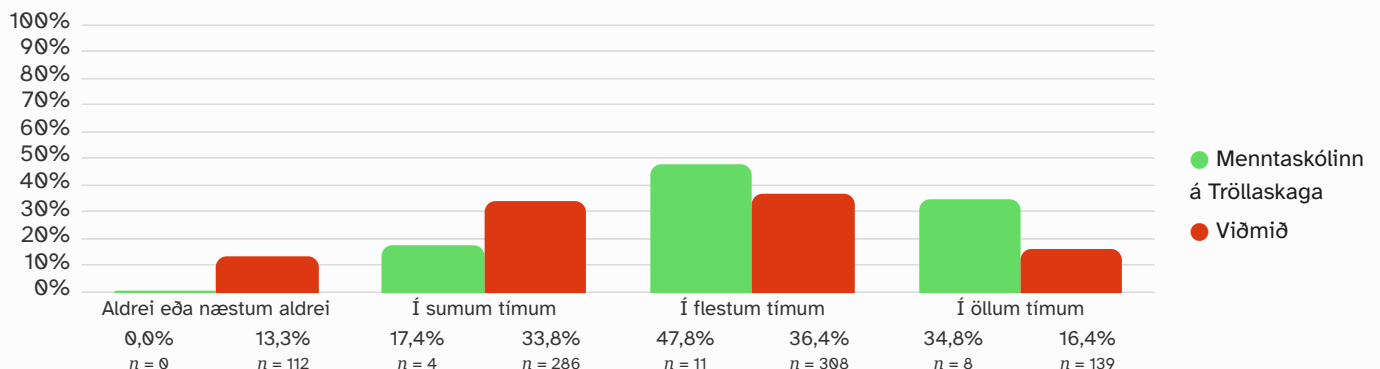
## 1.4.1 Nemendur fá tækifæri til að útskýra hugmyndir sínar



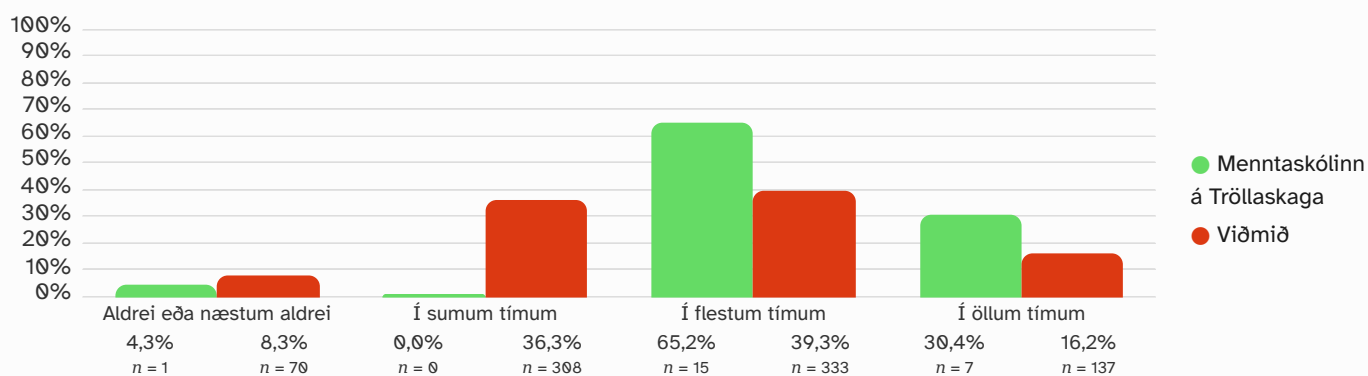
## 1.4.2 Nemendur fá tækifæri til að koma skoðunum sínum um ákveðin viðfangsefni á framfæri\*



## 1.4.3 Í tímum eru haldnar rökræður eða skipulagðar umræður\*



#### 1.4.4 Nemendur ræða saman um námsefnið\*

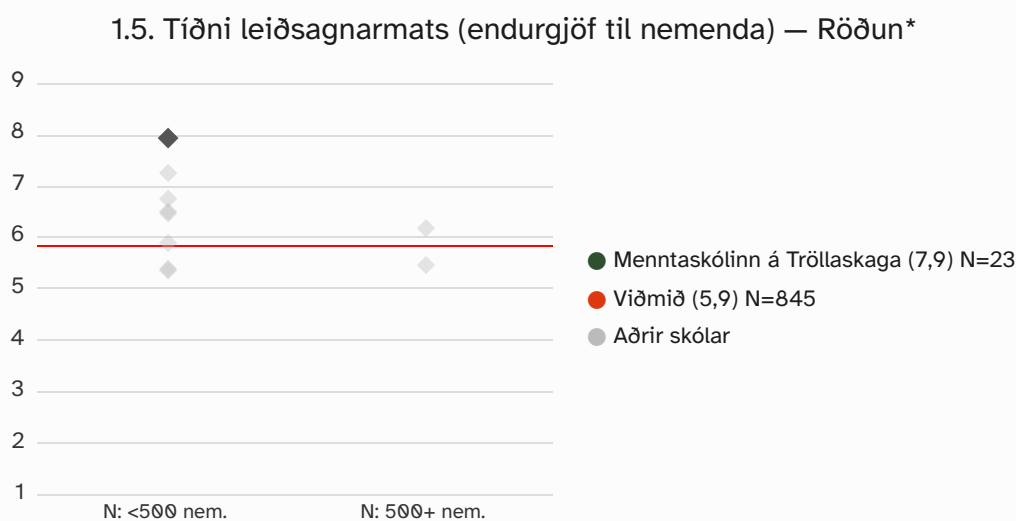


## 1.5. Tíðni leiðsagnarmats (endurgjöf til nemenda)

Mælikvarðinn er úr PISA rannsókn OECD frá 2012 sem lögð er fyrir 15 ára grunnskólanemendur og inniheldur fjórar spurningar sem spyrja um tíðni leiðsagnarmats í stærðfræðitímum. Ástæðan fyrir því að stærðfræðitímar urðu þar fyrir valinu er að á öllum Norðurlöndum, fyrir utan Finnland, er kennsla í stærðfræðitímum áberandi nemendamiðuð. Orðalag og innihald hefur verið aðlagð að eldri nemendum í framhaldsskóla og er hér spurt hve mikla endurgjöf nemendur telja sig fá frá kennurum sínum í kennslutímum þar sem ekki allir framhaldsskólanemar sækja stærðfræðitíma. Hærra gildi á matsþættinum tilgreinir aukið leiðsagnarmat. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

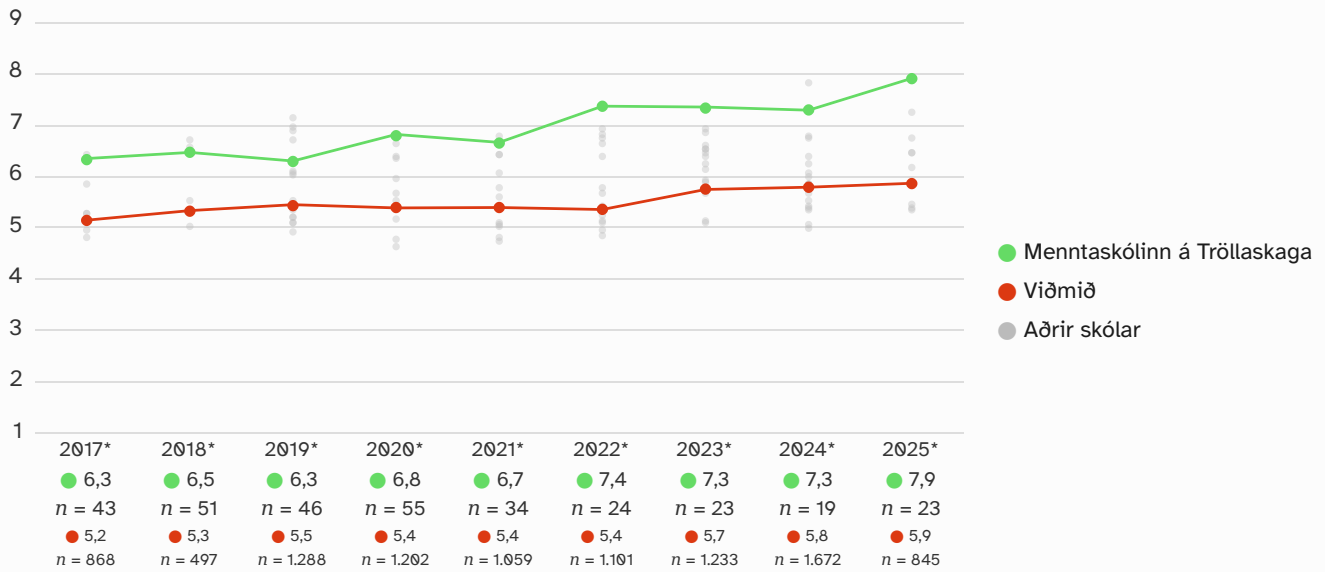
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.

Heimild: OECD (2013), PISA 2012 Assessment and Analytical Framework: Mathematics, Reading, Science, Problem Solving and Financial Literacy, OECD Publishing.



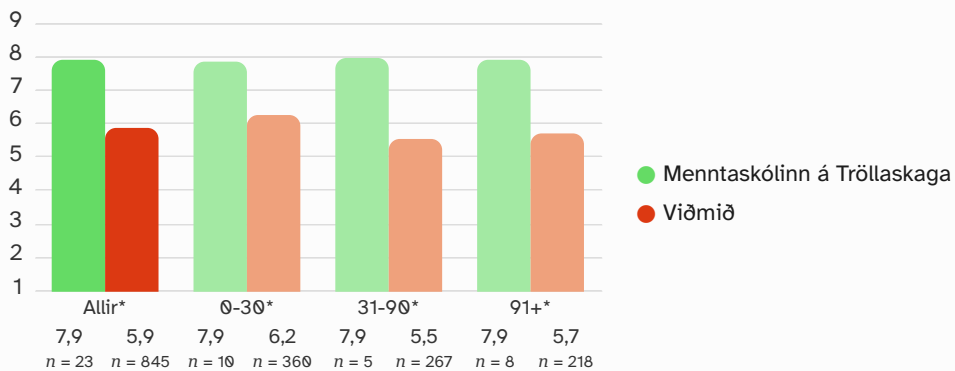
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 1.5. Tíðni leiðsagnarmats (endurgjöf til nemenda) — Ársmeðaltöl



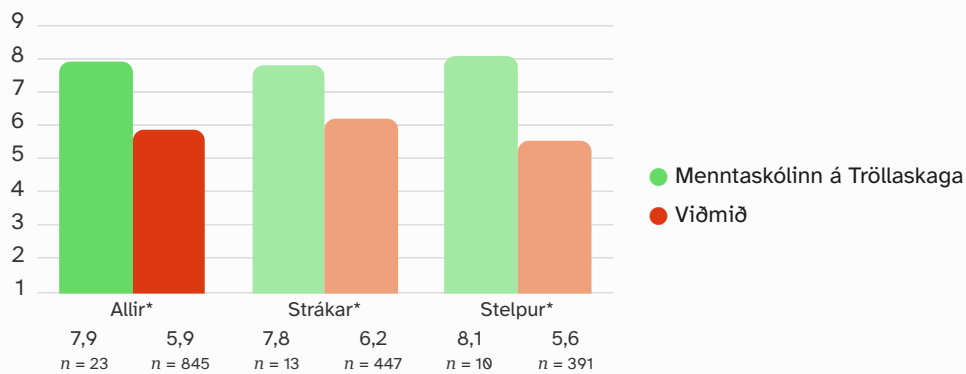
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 1.5. Tíðni leiðsagnarmats (endurgjöf til nemenda) — Einingum lokið\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 1.5. Tíðni leiðsagnarmats (endurgjöf til nemenda) — Kyn\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

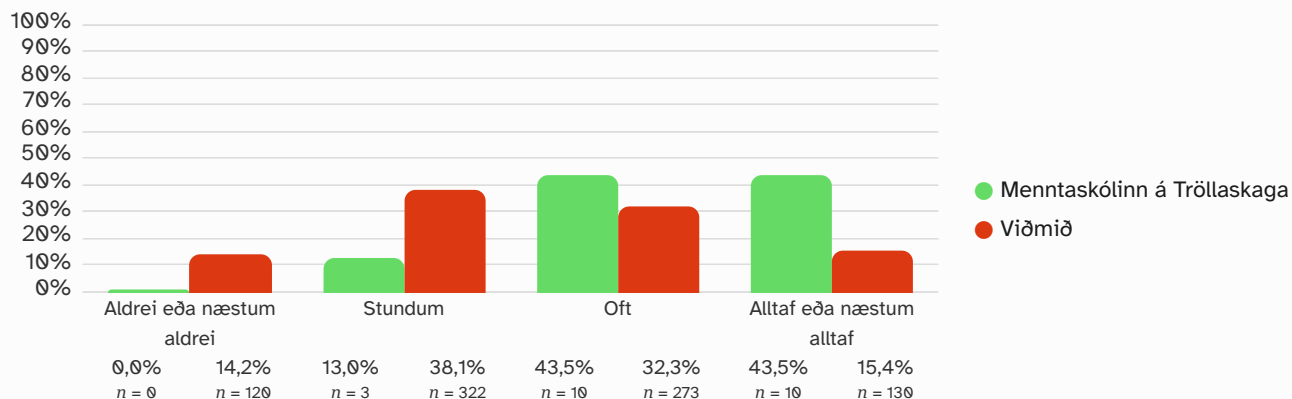
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

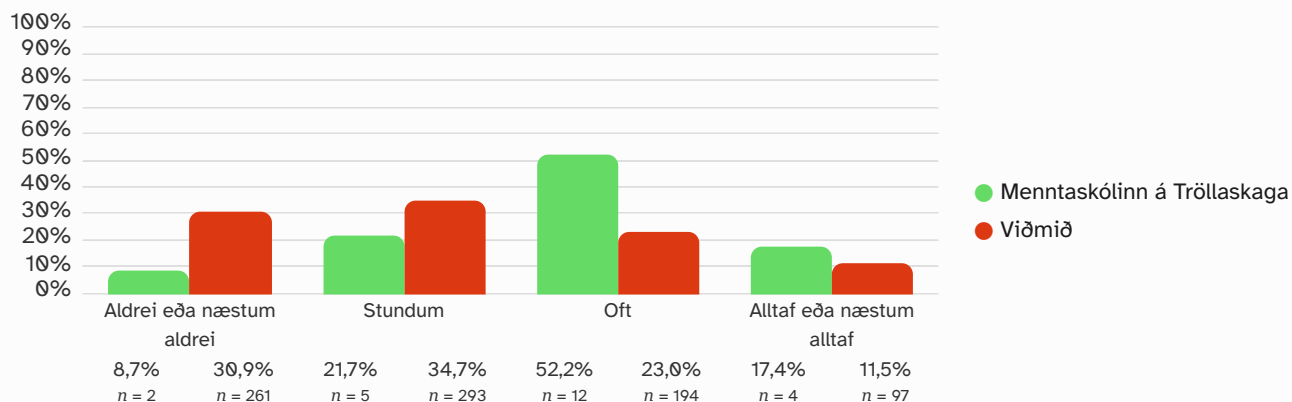
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Hve oft á eftirfarandi við í náminu?

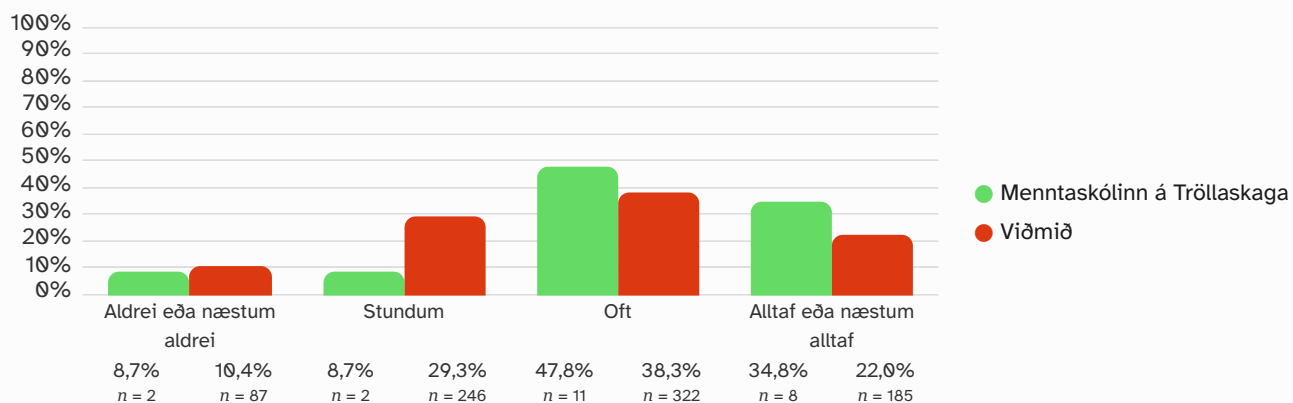
## 1.5.1 Kennararnir láta mig vita hve vel mér gengur í náminu\*



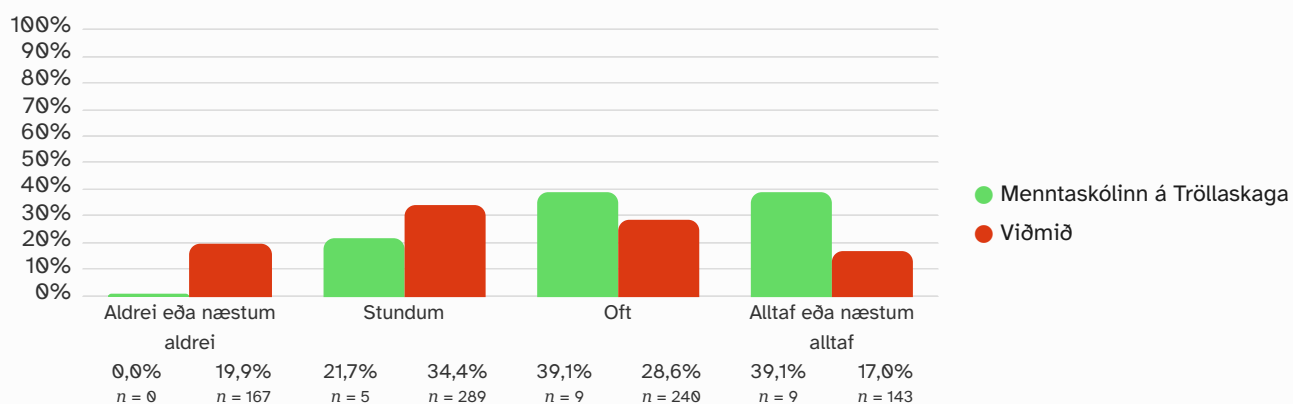
## 1.5.2 Kennararnir ræða við mig um styrkleika mína og veikleika í náminu\*



### 1.5.3 Kennararnir segja okkur hvers er vænst af okkur í prófi, skyndiprófi eða verkefni



### 1.5.4 Kennararnir segja mér hvað ég þarf að gera til að verða betri í náminu\*

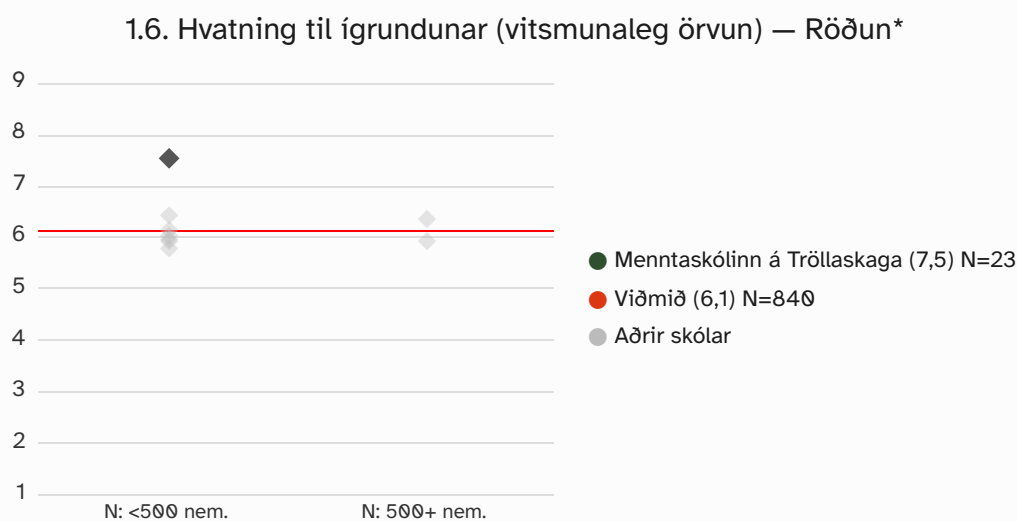


## 1.6. Hvatning til ígrundunar (vitsmunaleg örvun)

Mælikvarðinn er úr PISA rannsókn OECD frá 2012 sem lögð er fyrir 15 ára grunnskólanemendur og inniheldur níu spurningar sem spyrja um hvatningu til ígrundunar með krefjandi opnum stærðfræðiverkefnum. Ástæða þess að stærðfræðitímar urðu fyrir valinu er að á öllum Norðurlöndum, fyrir utan Finnland, er kennsla í stærðfræðitímum áberandi nemendamiðuð. Innihald og orðalag hefur verið aðlagð að eldri nemendum í framhaldsskóla og er hér spurt hve oft þeir telja kennara sína hvetja sig til að velta námsefninu nánar fyrir sér í kennslunni almennt þar sem ekki allir framhaldsskólanemar sækja stærðfræðitíma. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

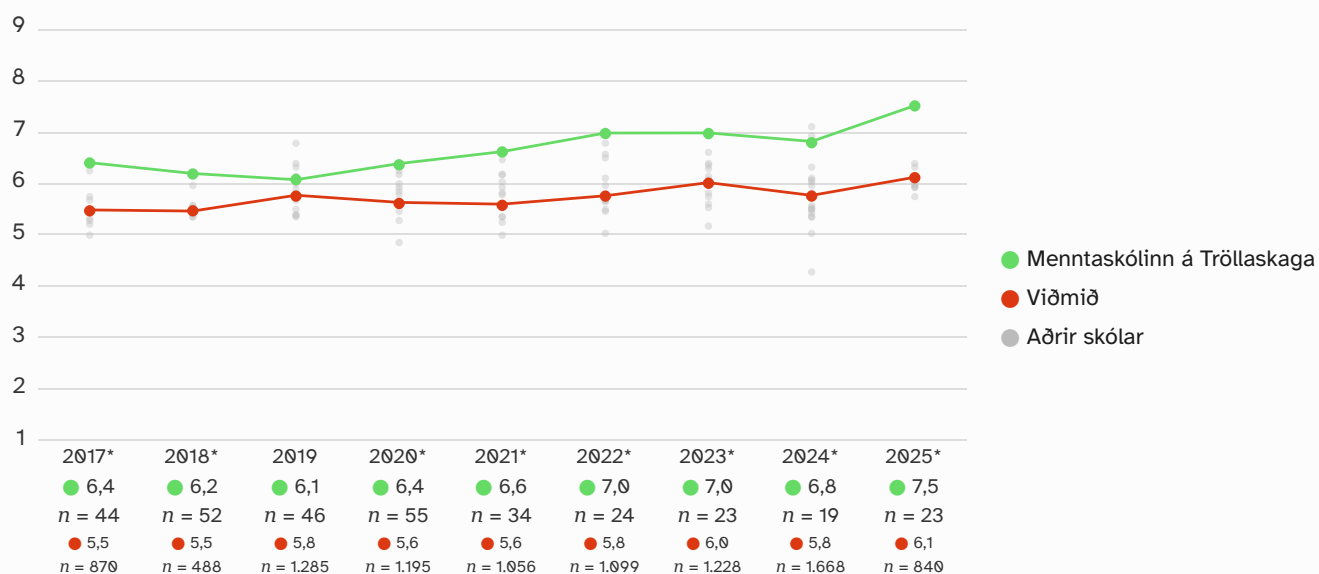
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

Heimild: OECD (2013), PISA 2012 Assessment and Analytical Framework: Mathematics, Reading, Science, Problem Solving and Financial Literacy, OECD Publishing.



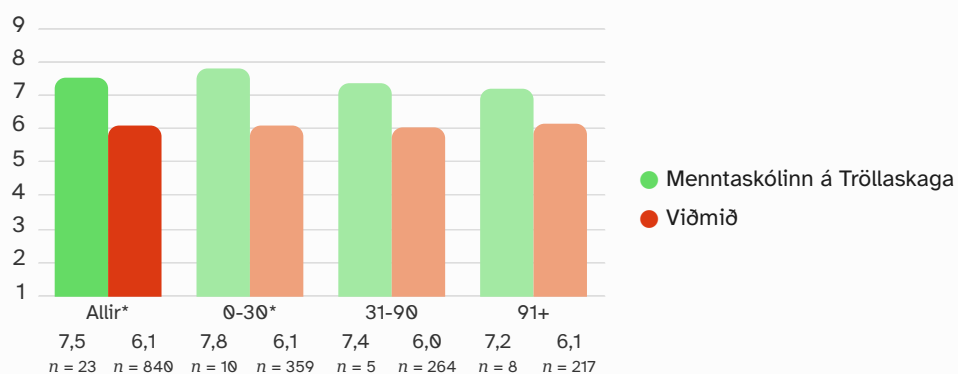
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

## 1.6. Hvatning til ígrundunar (vitsmunaleg örvun) — Ársmeðaltöl



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

## 1.6. Hvatning til ígrundunar (vitsmunaleg örvun) — Einingum lokið\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 1.6. Hvatning til ígrundunar (vitsmunaleg örvun) — Kyn\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

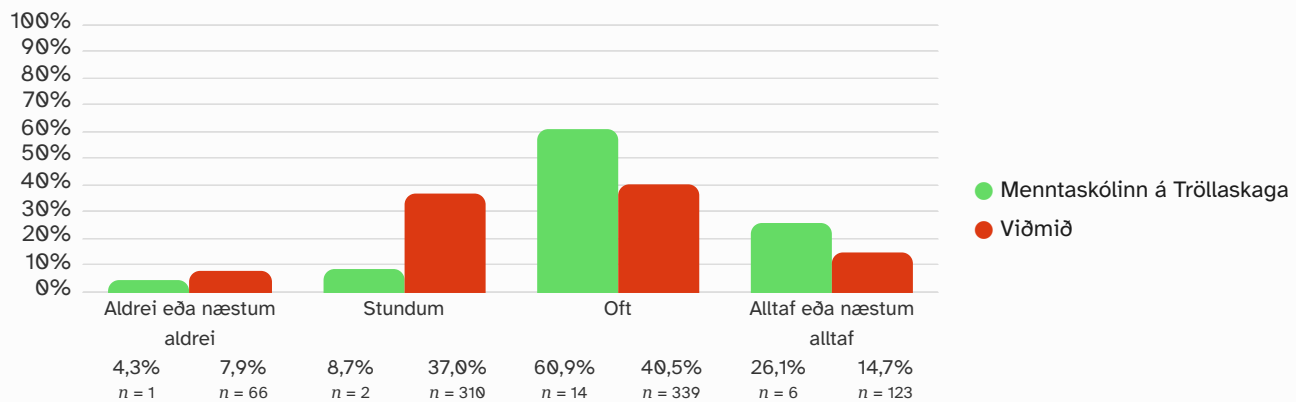
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

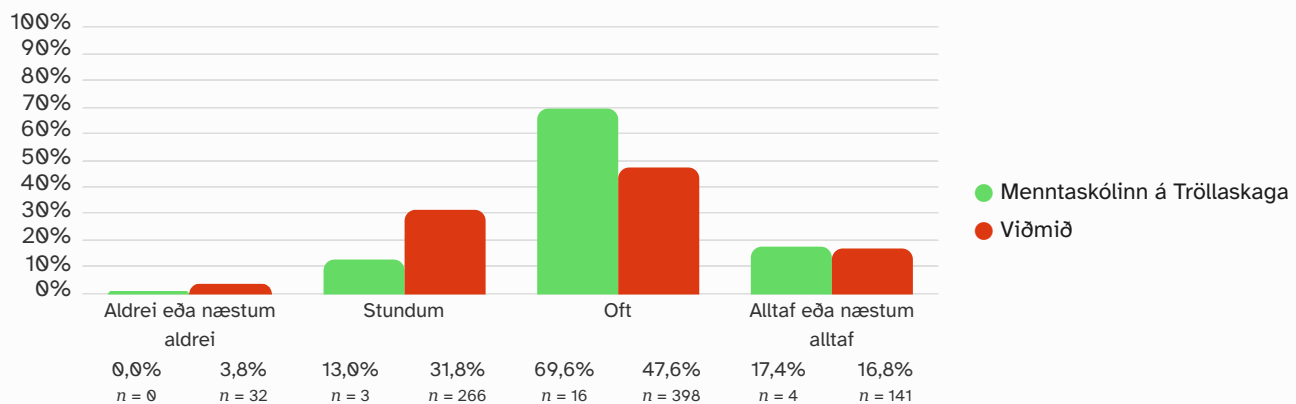
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Hve oft á eftirfarandi við í náminu?

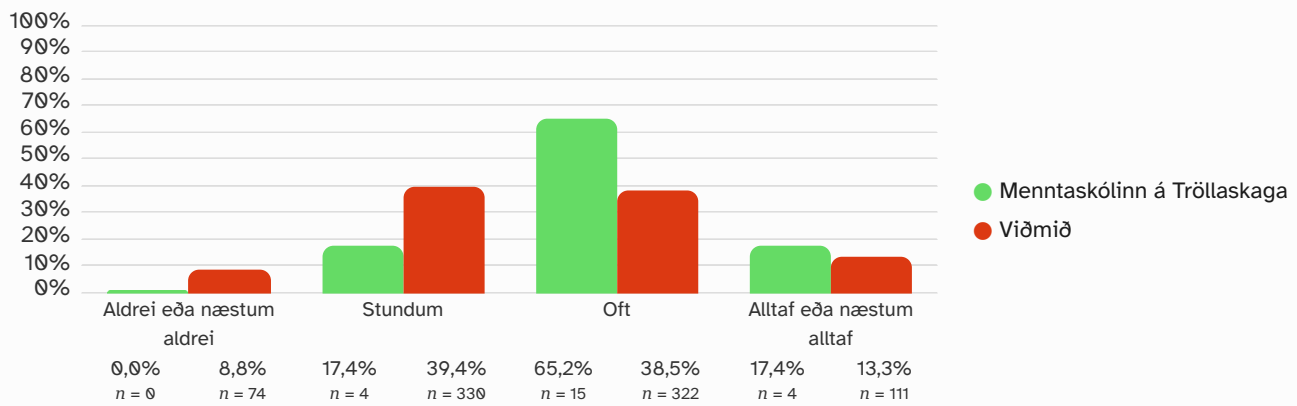
## 1.6.1 Kennararnir spyrja spurninga sem fá okkur til að velta námsefninu fyrir okkur\*



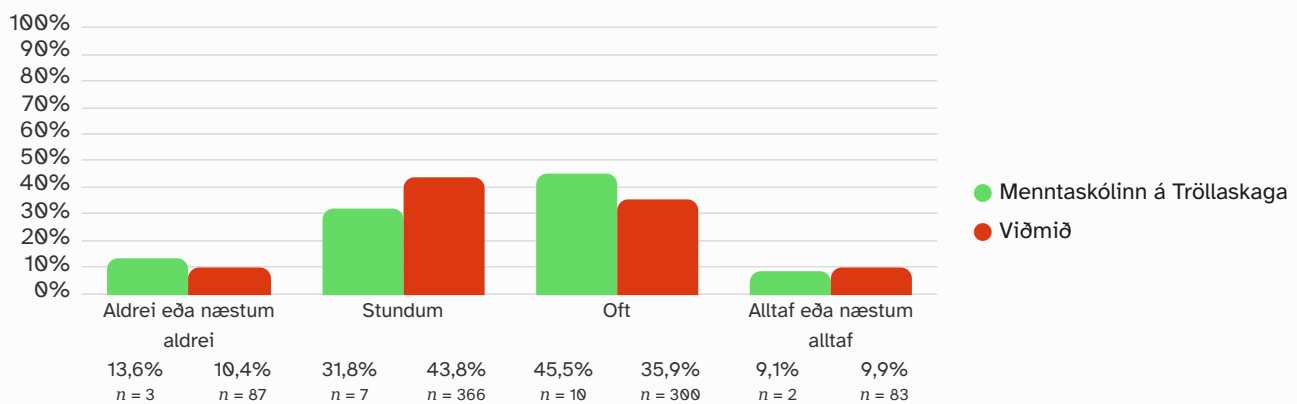
## 1.6.2 Kennararnir setja fyrir verkefni sem krefjast þess að við hugsum í talsverðan tíma



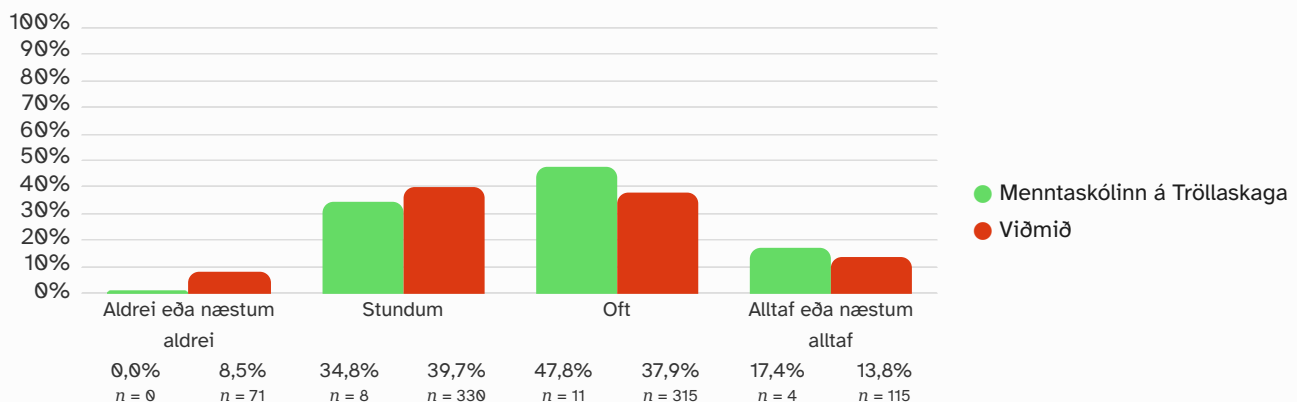
### 1.6.3 Kennararnir biðja okkur að ákveða sjálf aðferðir við að leysa verkefni\*



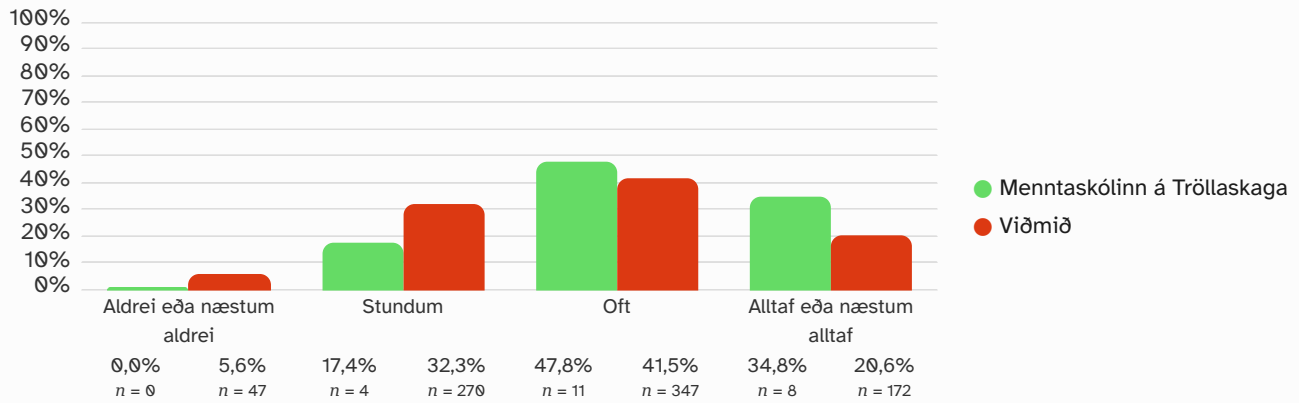
### 1.6.4 Kennararnir koma með verkefni þar sem aðferðin til að leysa þau er ekki augljós



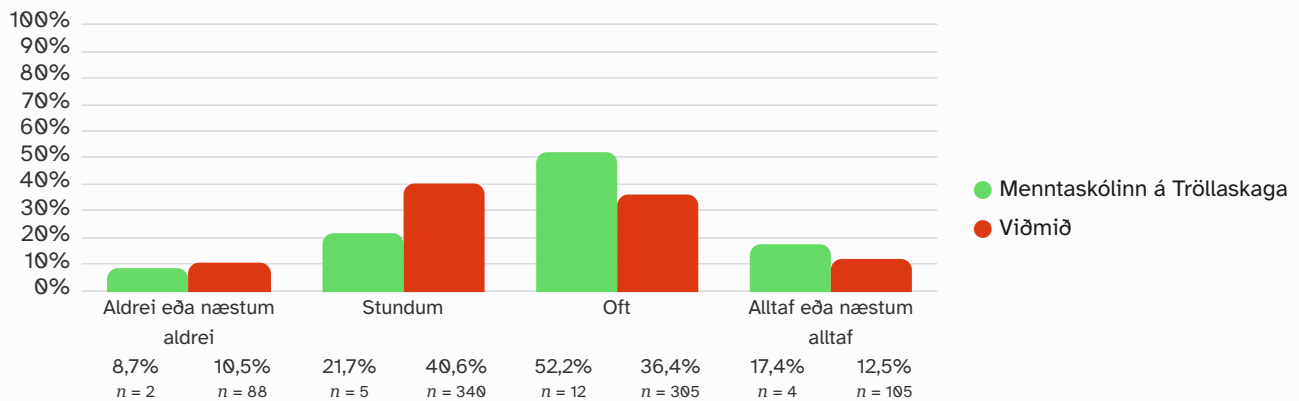
### 1.6.5 Kennararnir sýna lausnir verkefna í mismunandi samhengi svo nemendur viti hvort þeir hafi skilið þau



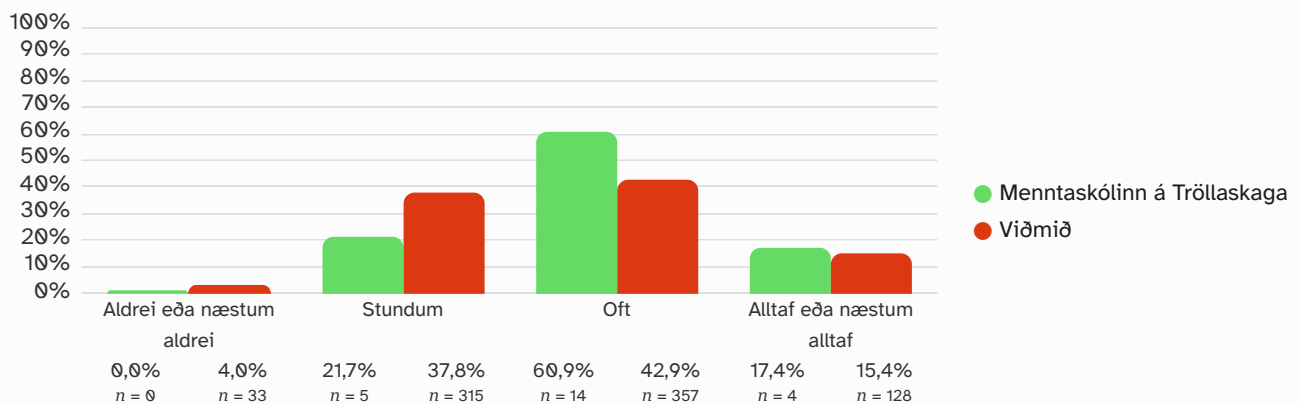
### 1.6.6 Kennararnir hjálpa okkur að læra af mistökum okkar



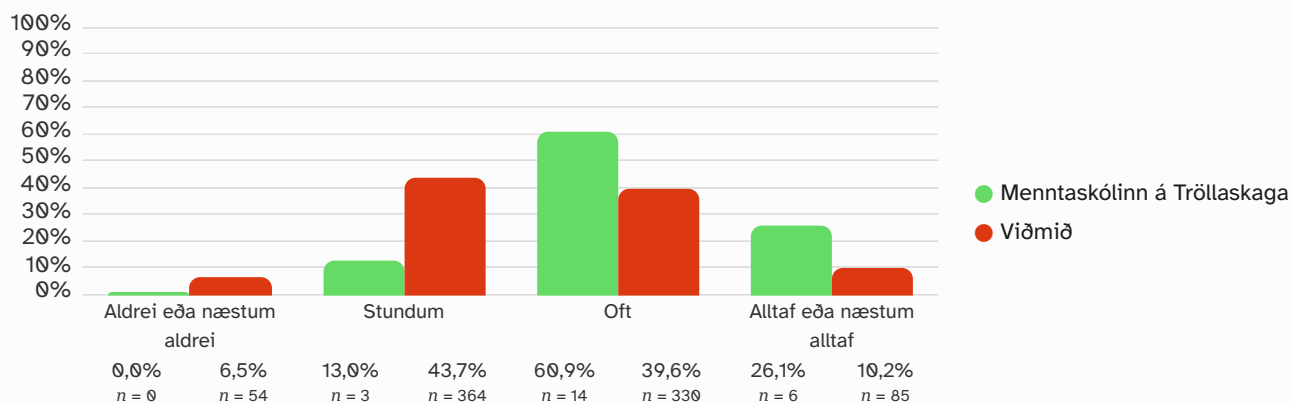
### 1.6.7 Kennararnir biðja okkur að útskýra hvernig við höfum leyst verkefni



### 1.6.8 Kennararnir leggja fyrir verkefni sem krefjast þess að nemendur beiti því sem þeir hafa lært, í nýju samhengi



### 1.6.9 Kennararnir setja fyrir verkefni sem hægt er að leysa á nokkra mismunandi vegu\*

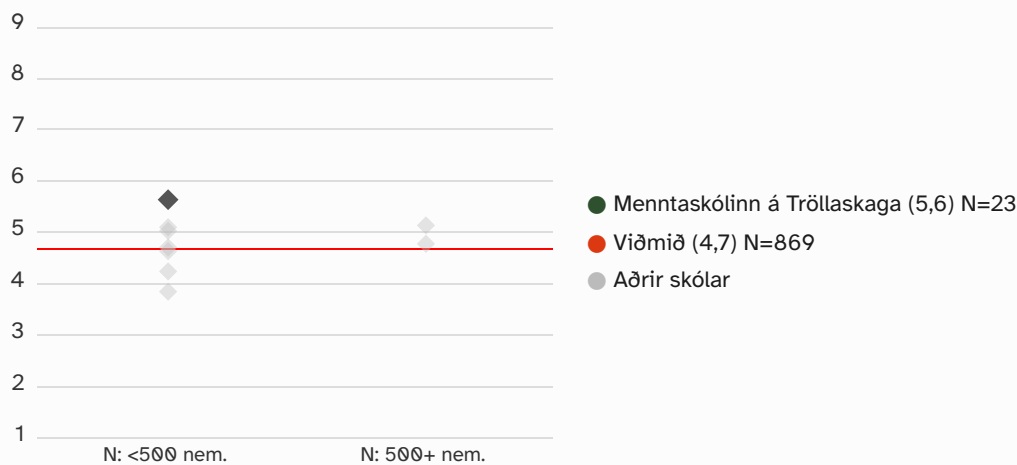


## 1.7. Jafnrétti í skólanum

Mælikvarðinn samanstendur af þremur staðhæfingum um jafnrétti í skólanum sem nemendur eru beðnir að taka afstöðu til. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

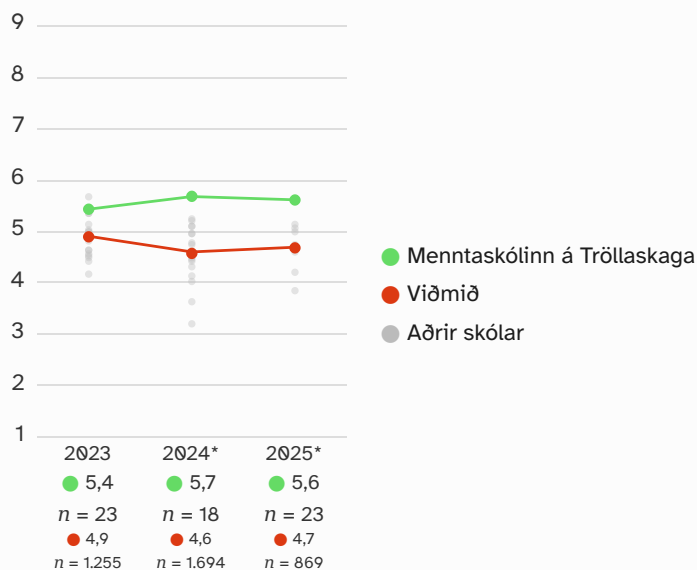
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. ANOVA prófi.

### 1.7. Jafnrétti í skólanum — Röðun\*



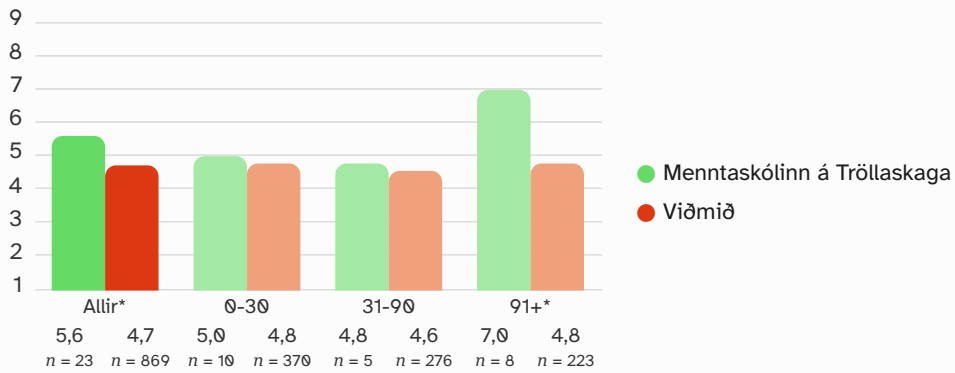
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 1.7. Jafnrétti í skólanum — Ársmeðaltöl



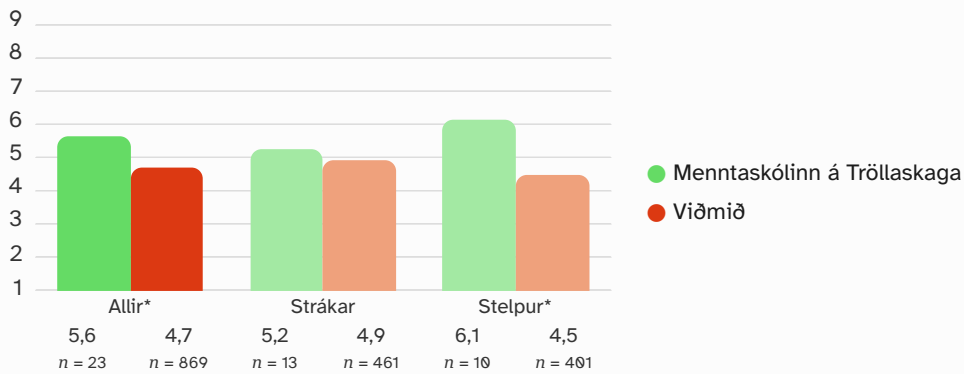
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 1.7. Jafnrétti í skólanum — Einingum lokið\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 1.7. Jafnrétti í skólanum — Kyn\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

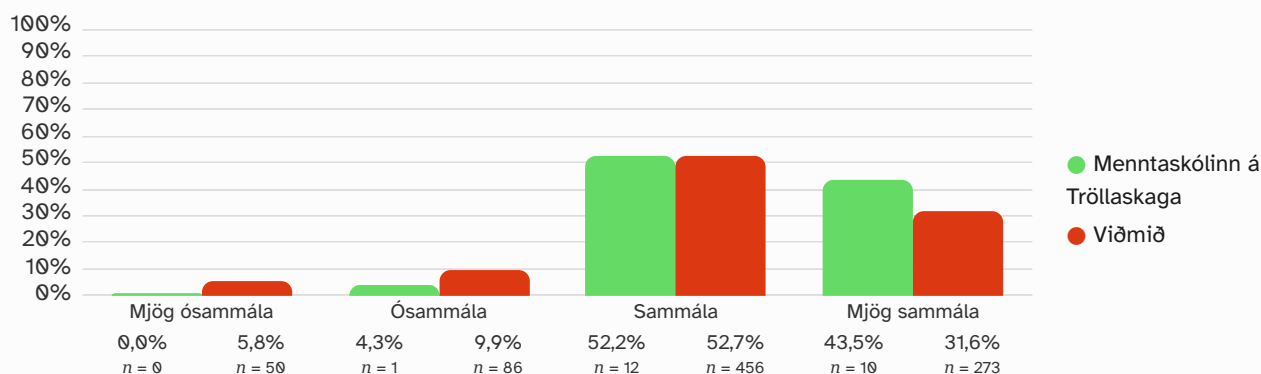
# Spurningar sem mynda matspátt

Vinsamlegast lestu lýsinguna hér fyrir neðan og svaraðu svo spurningunum um skólann þinn.

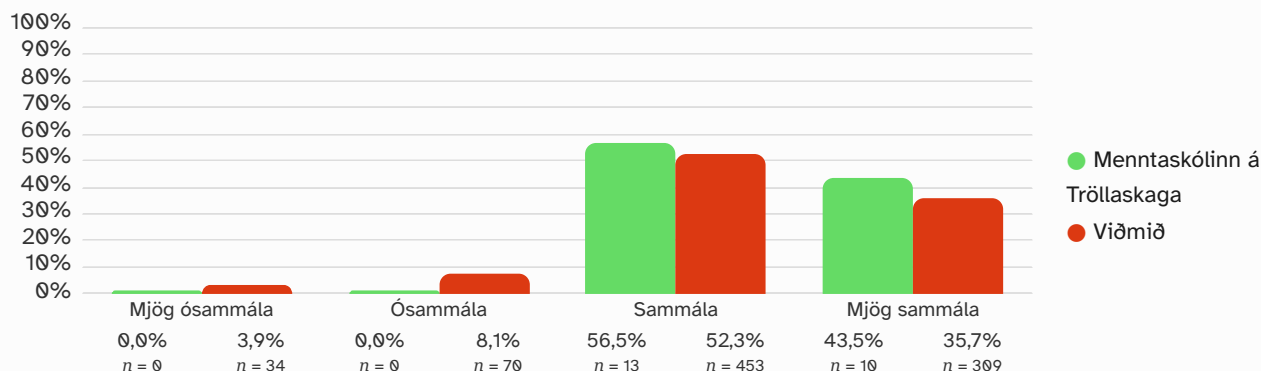
*Jafnrétti er það þegar staða fólks í samfélaginu og tækifæri í lífinu eru ekki mismunandi eftir persónueinkennum þeirra, þ.e. kyni, útliti, uppruna, kynhneigð, kyntjáningu, trúarbrögðum, lífsskoðunum, fötlun eða aldri.*

Hve sammála eða ósammála ertu eftirfarandi um skólann þinn?

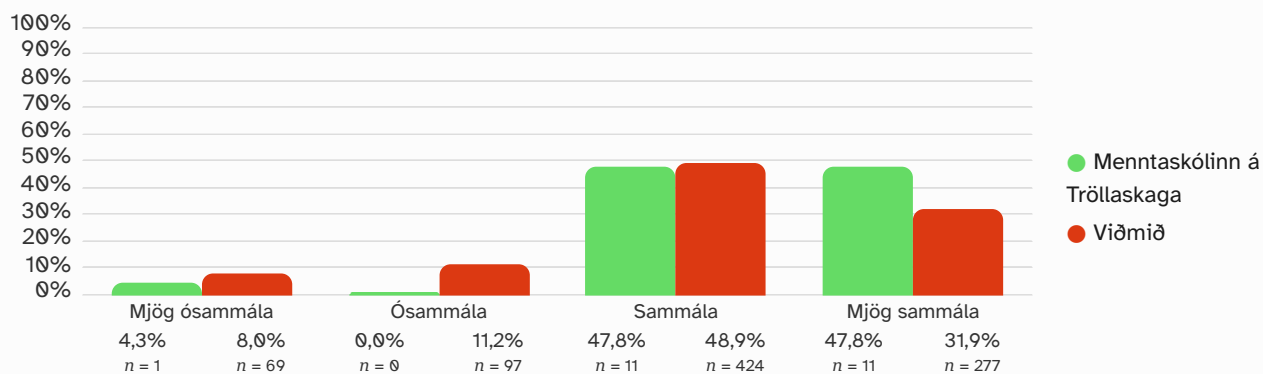
## 1.7.1 Í skólanum mínum er lögð áhersla á jafnrétti.



## 1.7.2 Nemendum eru tryggð jöfn tækifæri til þátttöku í tímum.



### 1.7.3 Nemendum eru tryggð jöfn tækifæri til þátttöku í félagsstarfi

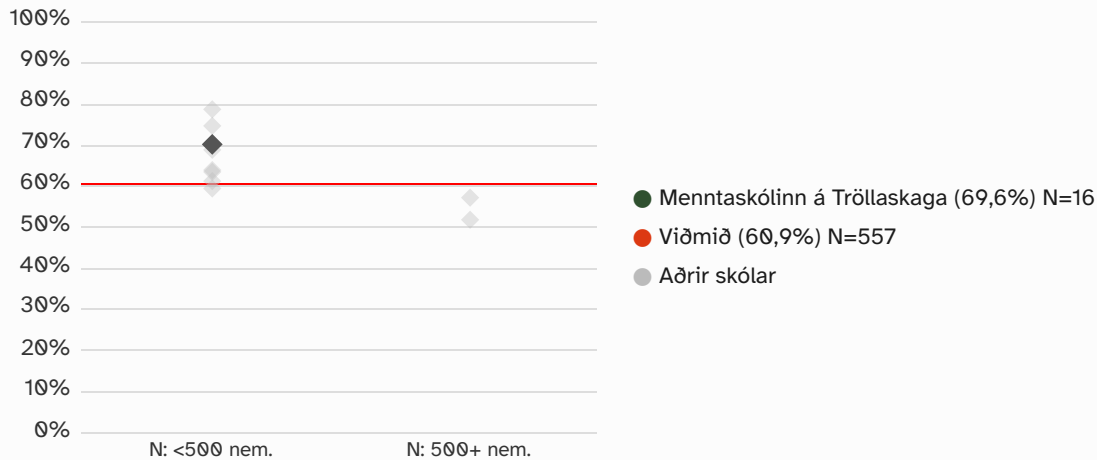


## 1.8. Hlutfall sem hafa notað gervigreind

Birt er hlutfall nemenda sem segjast hafa notað spjallmenni (t.d. ChatGPT) til að leysa skólaverkefni.

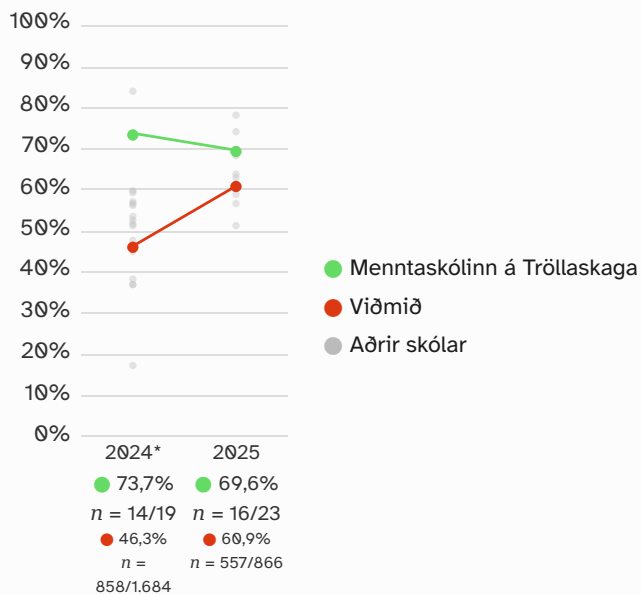
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.

### 1.8. Hlutfall sem hafa notað gervigreind — Röðun



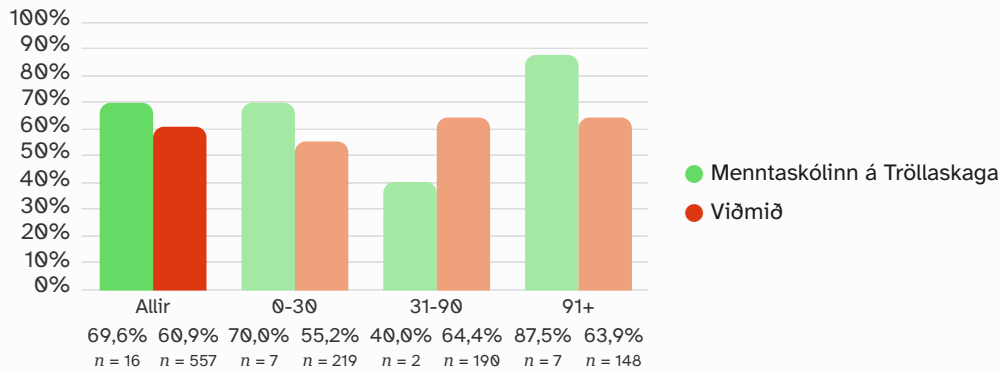
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 1.8. Hlutfall sem hafa notað gervigreind — Ársmeðaltöl



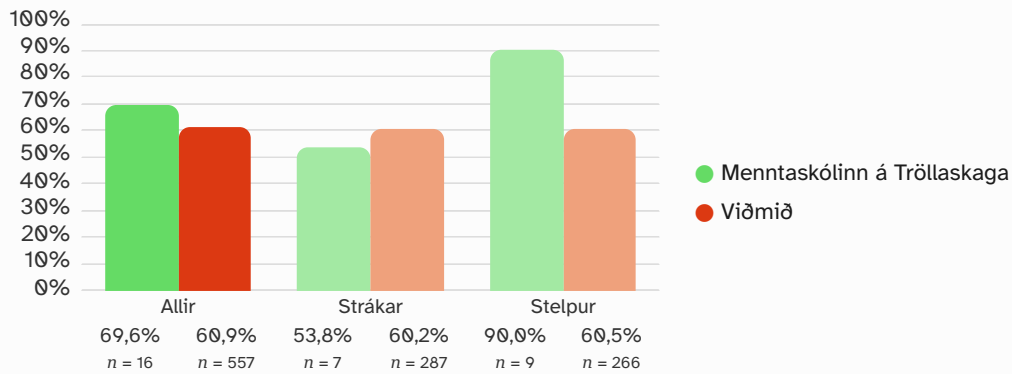
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 1.8. Hlutfall sem hafa notað gervigreind — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

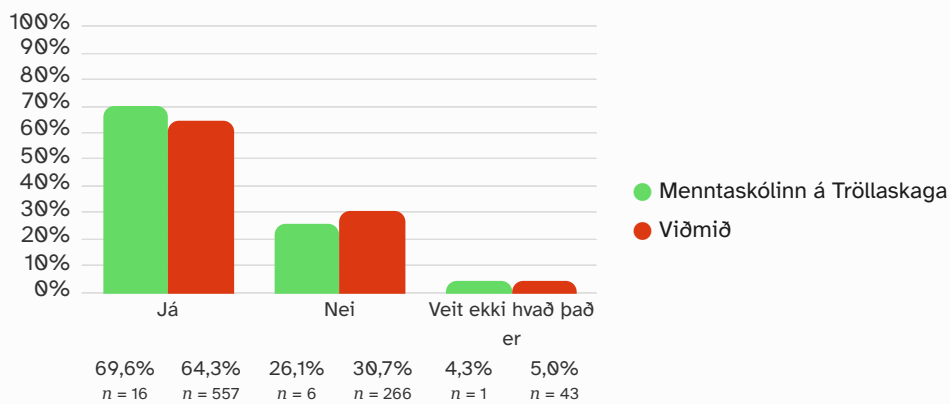
### 1.8. Hlutfall sem hafa notað gervigreind — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

# Spurningar sem mynda matspátt

1.8.1 Hefur þú notað snjallmenni (t.d. ChatGPT) til að leysa skólaverkefni?

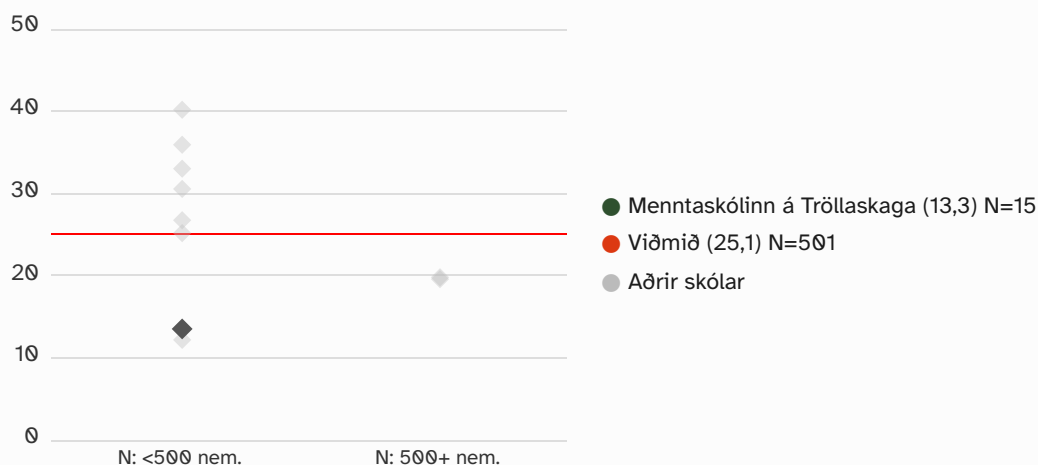


## 1.9. Tíðni gervigreindarnotkunar sl. 30 daga

Nemendur sem segjast hafa notað spjallmenni (t.d. ChatGPT) til að leysa skólaverkefni eru spurðir að því hve oft þeir hafi notað spjallmenni sl. 30 daga. Birt er meðaltal af tíðninni.

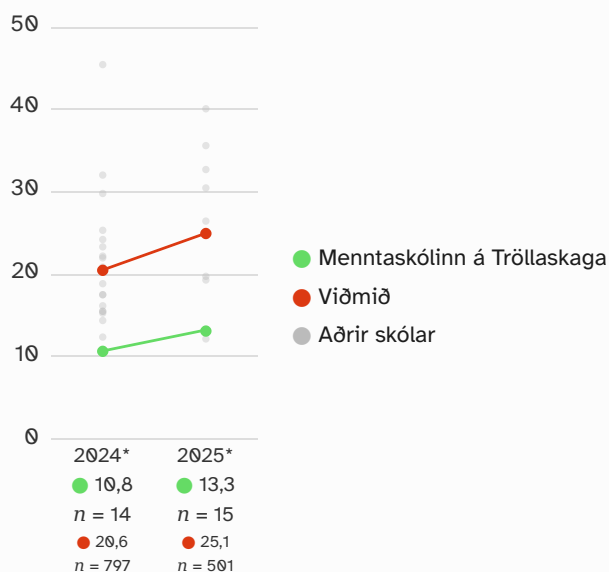
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

### 1.9. Tíðni gervigreindarnotkunar sl. 30 daga — Röðun\*



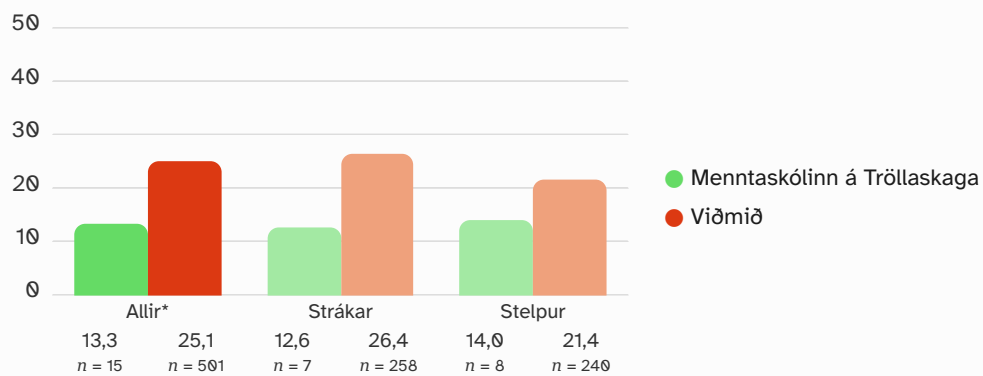
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 1.9. Tíðni gervigreindarnotkunar sl. 30 daga — Ársmeðaltöl



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 1.9. Tíðni gervigreindarnotkunar sl. 30 daga — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

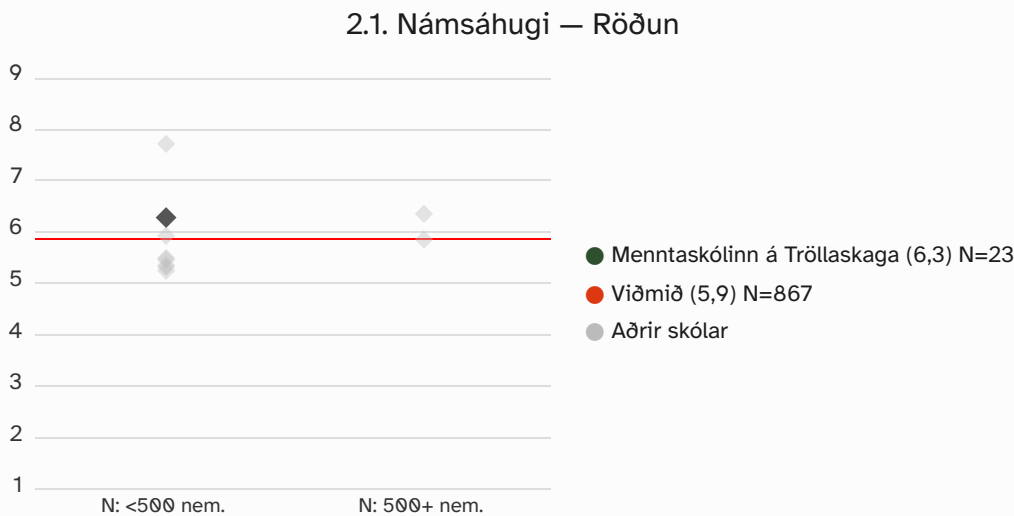
# Virkni í námi

---

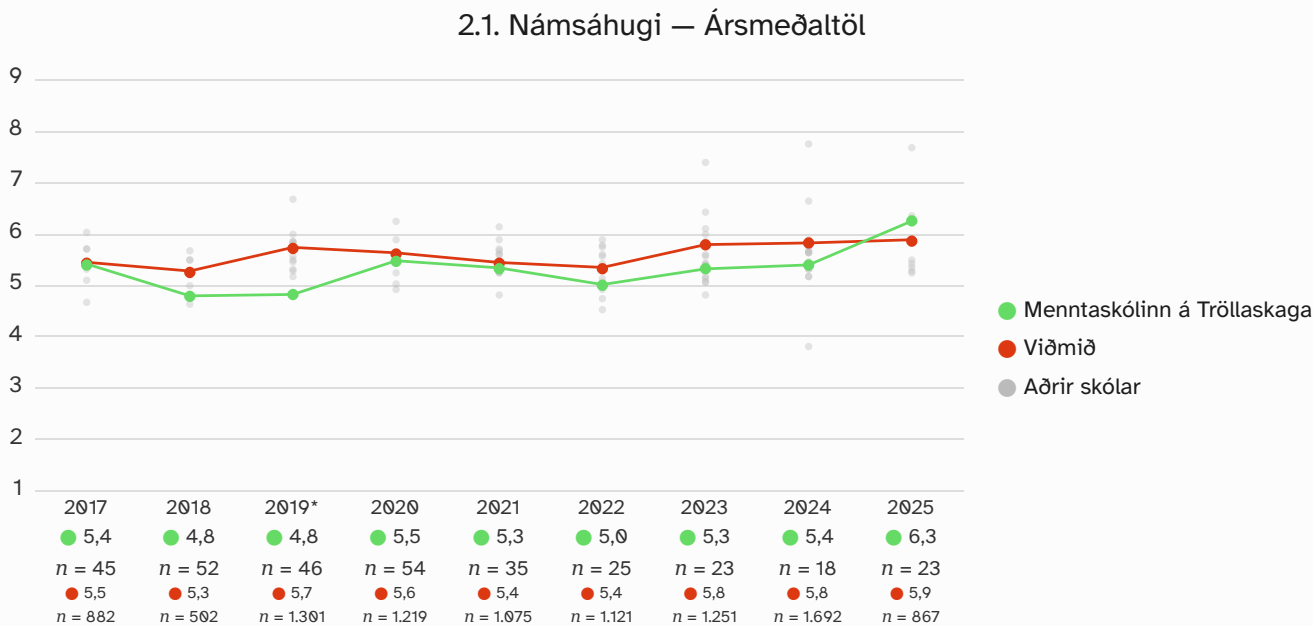
## 2.1. Námsáhugi

Mælikvarðinn er úr PISA rannsókn OECD frá 2012 sem lögð er fyrir 15 ára grunnskólanemendur og inniheldur fjórar spurningar. Hærra gildi á kvarðanum vísar til meiri námsáhuga. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

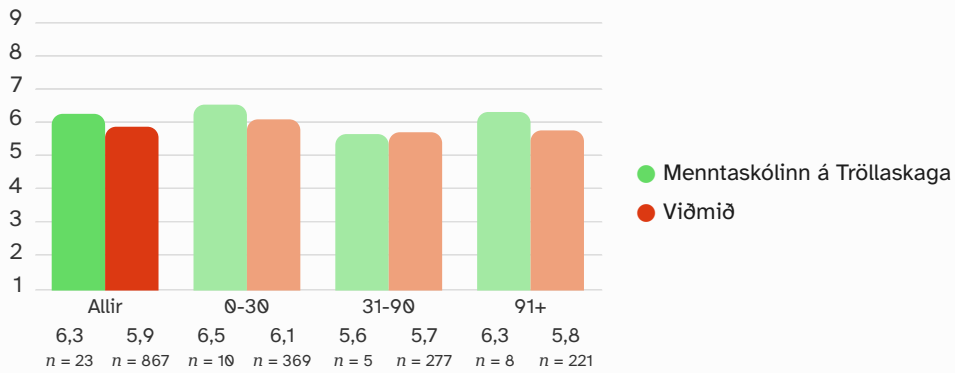


Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.



Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 2.1. Námsáhugi — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 2.1. Námsáhugi — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

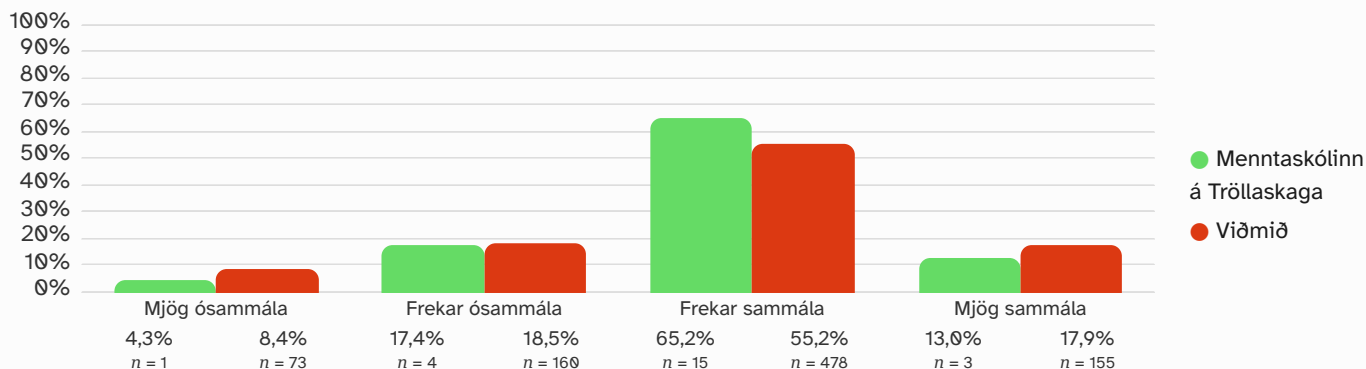
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

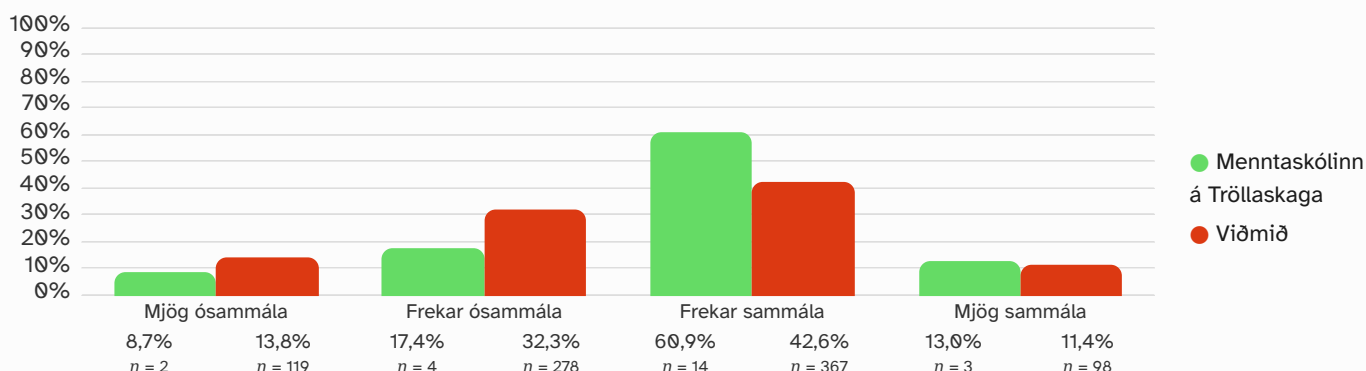
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Þegar þú hugsar um námið, hversu sammála ertu eftirfarandi staðhæfingum?

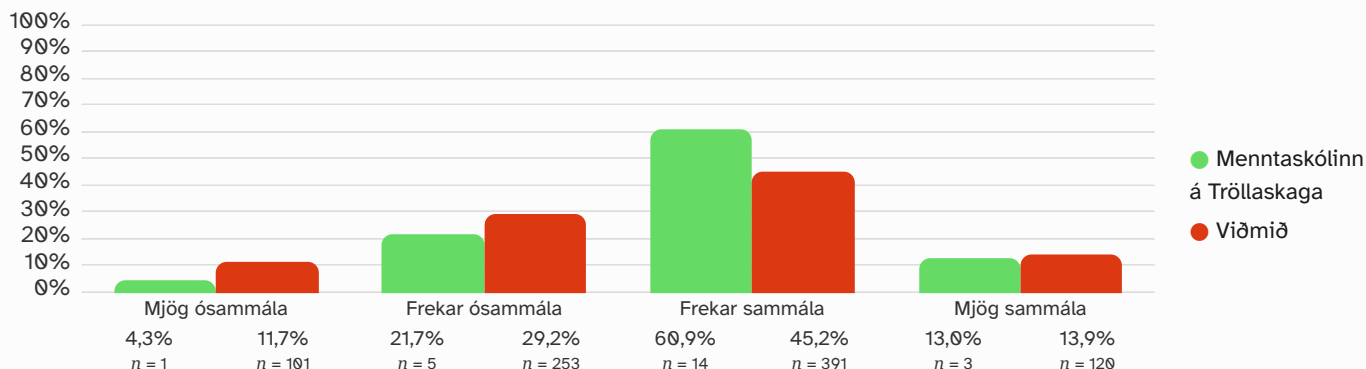
## 2.1.1 Ég hef gaman af því sem ég læri í skólanum



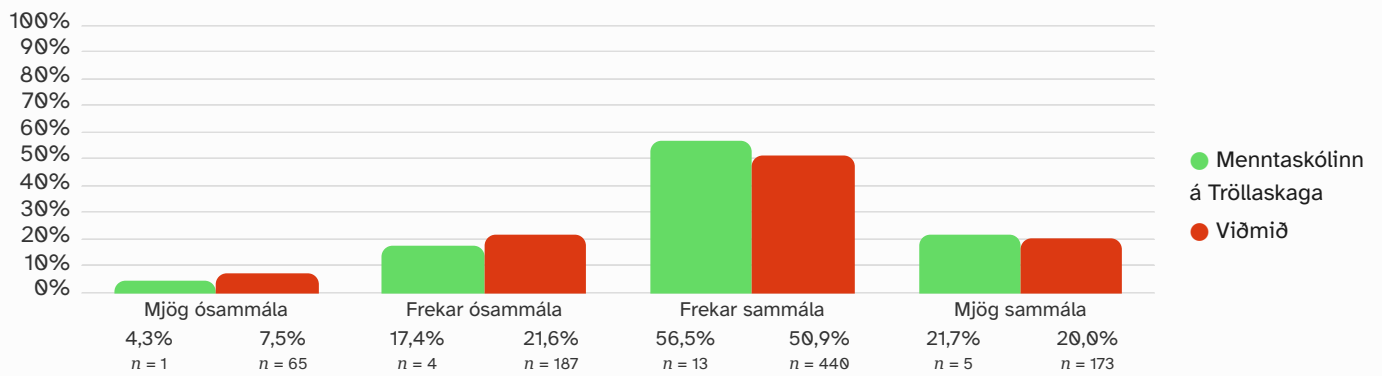
## 2.1.2 Ég hlakka til kennslutíma í skólanum



## 2.1.3 Ég sinni náminu vegna þess að mér finnst gaman í fögunum sem ég er í



### 2.1.4 Ég hef áhuga á því sem ég læri í skólanum

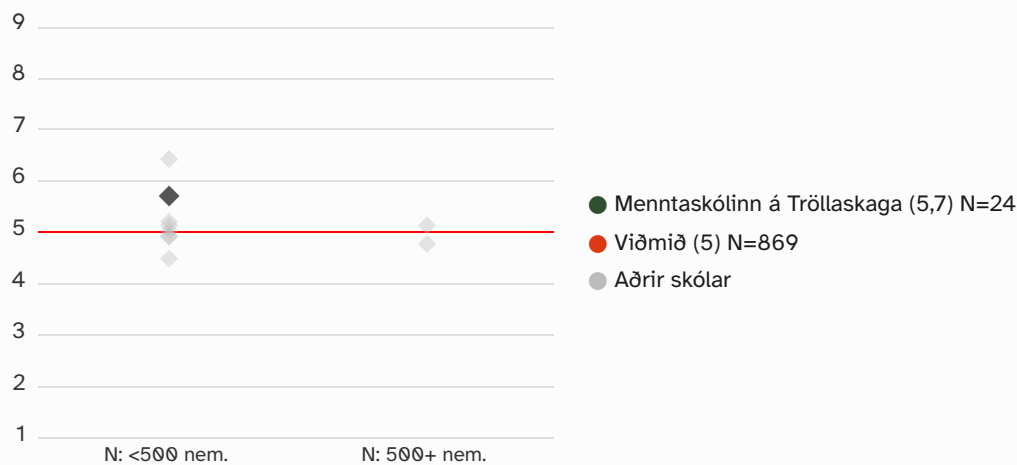


## 2.2. Vinnulag í námi

Mælikvarðinn er úr PISA rannsókn OECD frá 2012 sem lögð er fyrir 15 ára grunnskólanemendur og inniheldur níu spurningar. Hærra gildi á kvarðanum vísar til betra vinnulags í námi. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

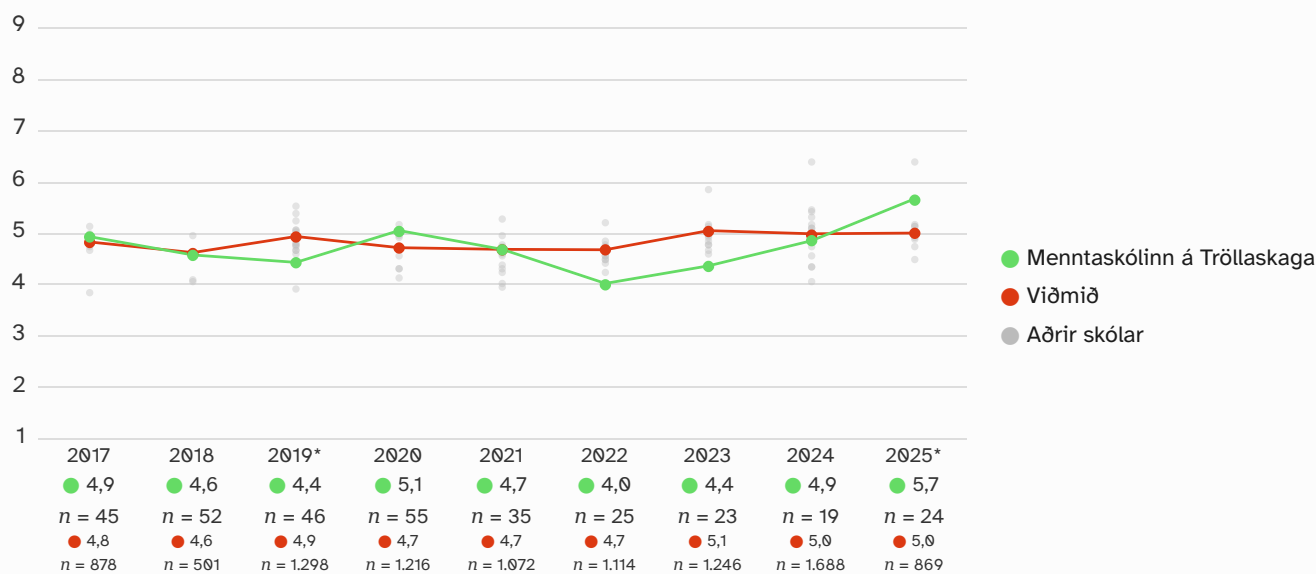
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

2.2. Vinnulag í námi — Röðun\*



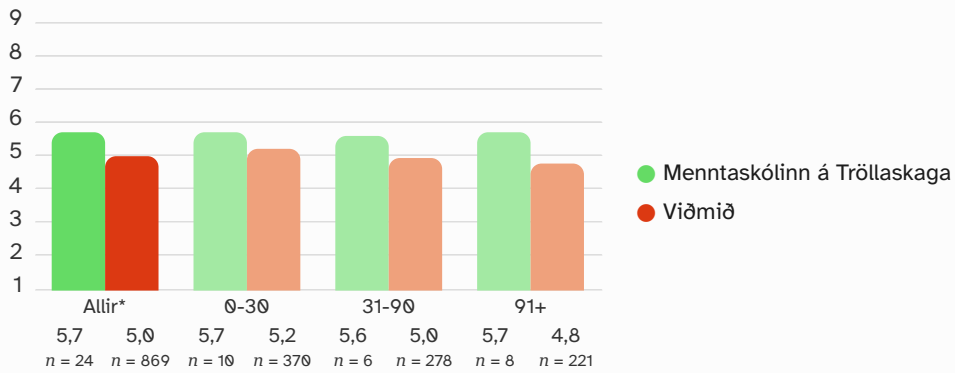
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

2.2. Vinnulag í námi — Ársmeðaltöl



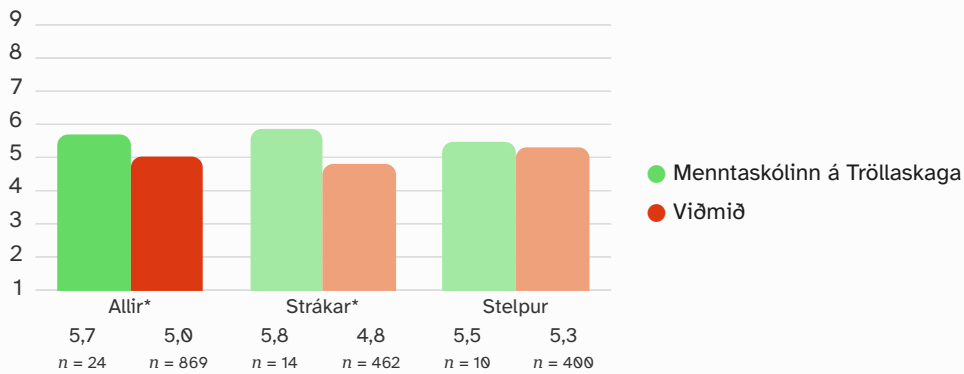
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

## 2.2. Vinnulag í námi — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

## 2.2. Vinnulag í námi — Kyn\*



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

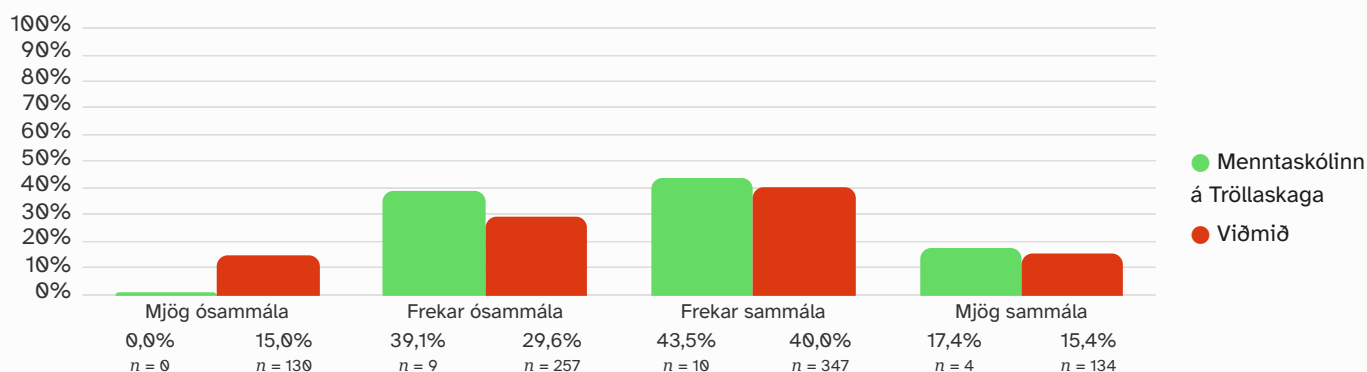
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

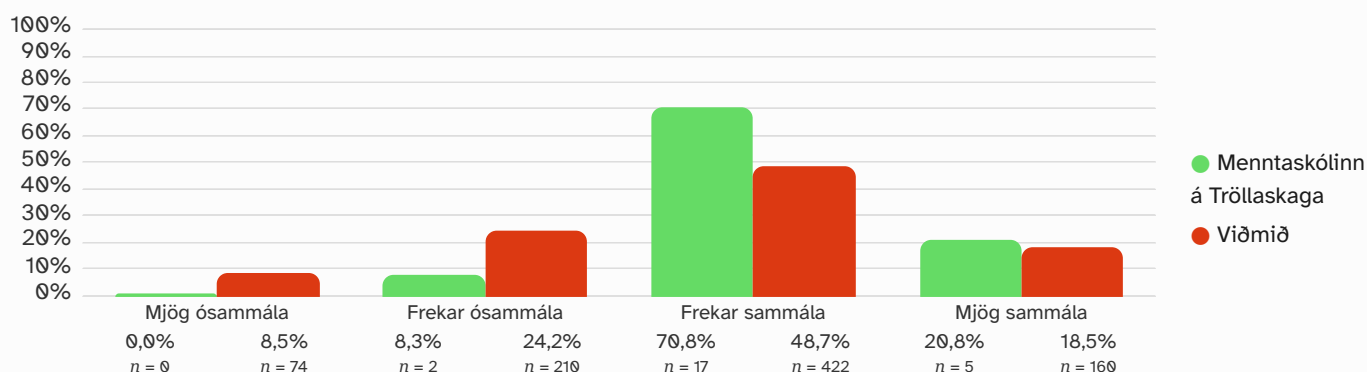
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Þegar þú hugsar um nám þitt almennt í skólanum, að hve miklu leyti ertu sammála eftirfarandi staðhæfingum?

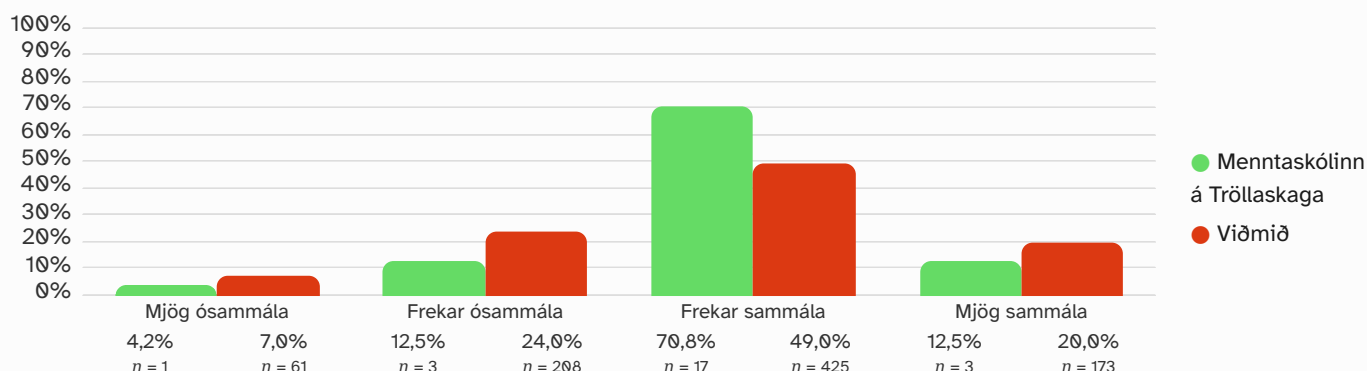
## 2.2.1 Ég klára heimavinnuna áður en ég fer í tíma



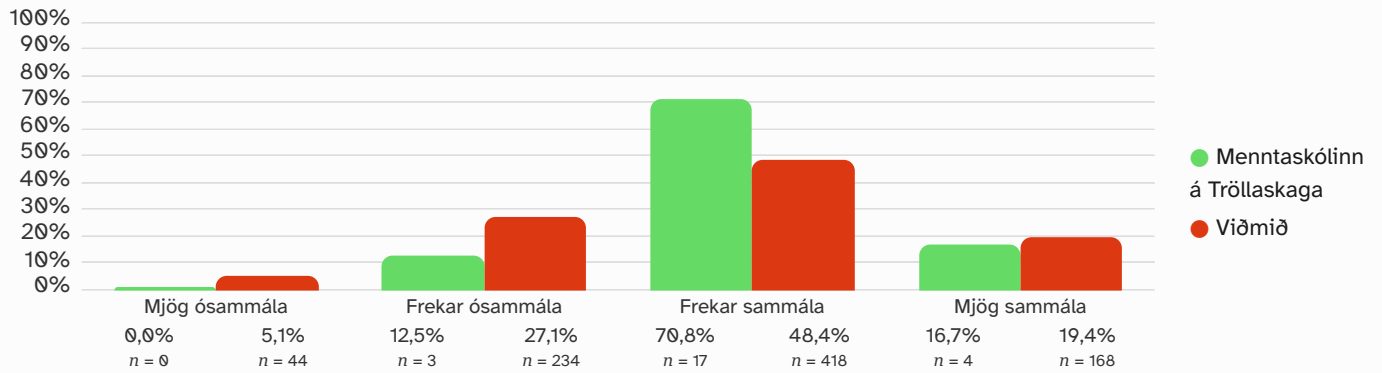
## 2.2.2 Ég legg mikið á mig við heimavinnuna



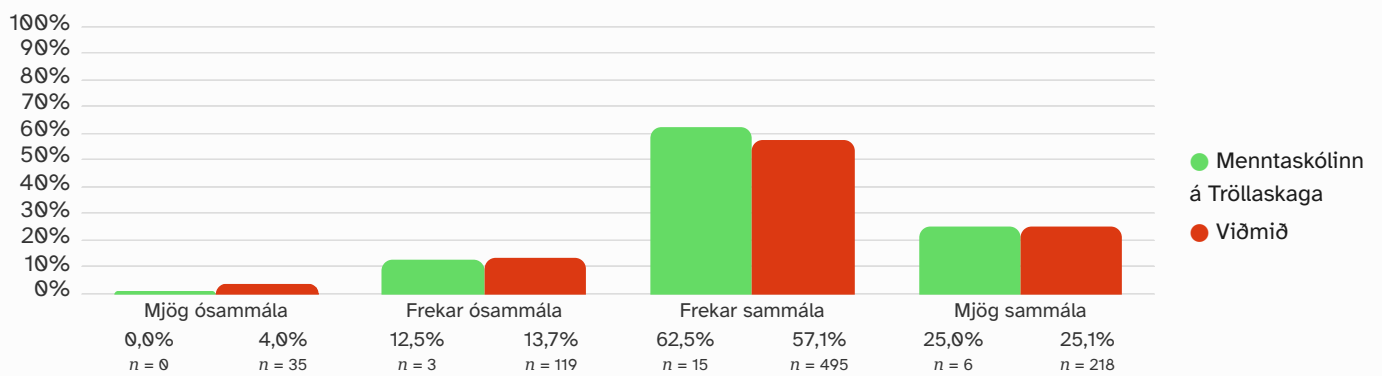
## 2.2.3 Ég er undirbúin(n) fyrir prófin



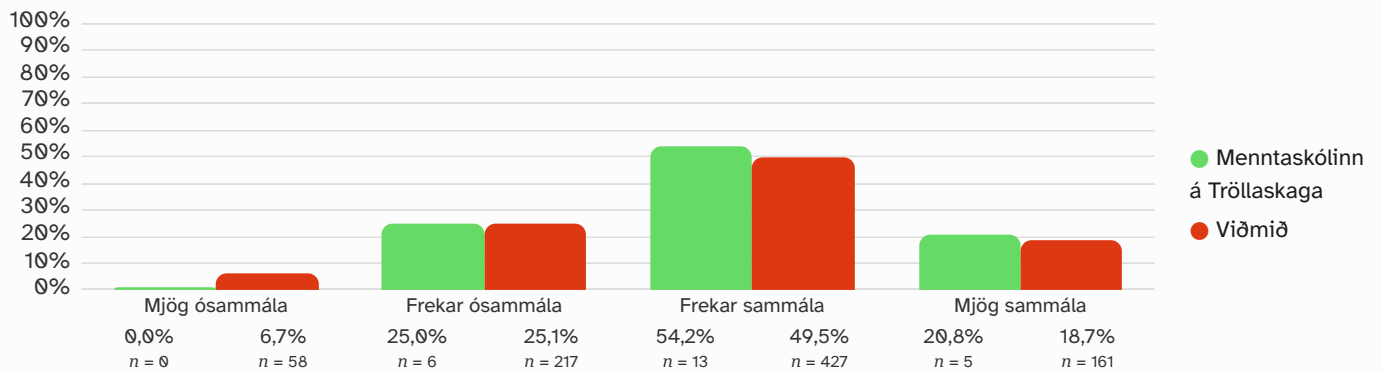
### 2.2.4 Ég læri þangað til ég skil efnið



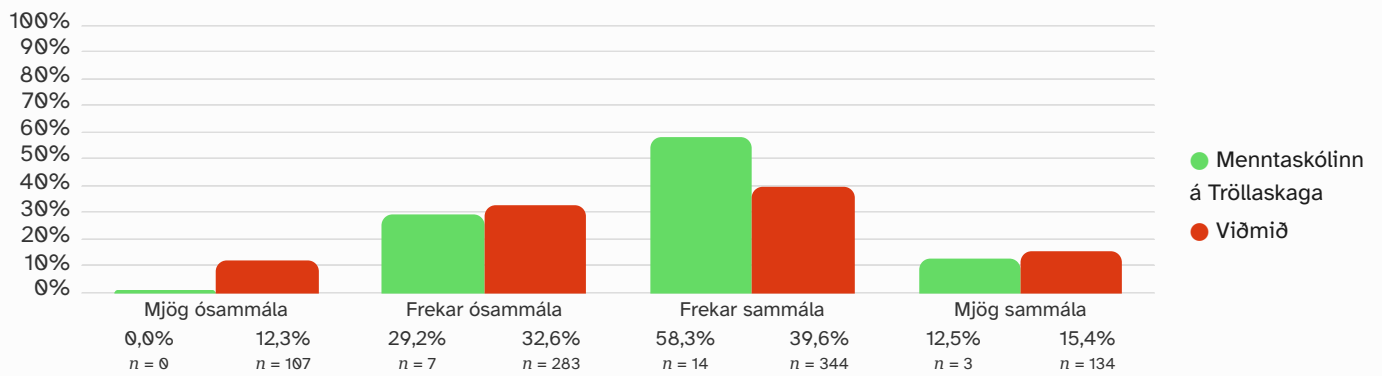
### 2.2.5 Ég tek eftir í tímum



### 2.2.6 Ég forðast truflanir þegar ég er að læra



### 2.2.7 Ég skipulegg nám mitt vel



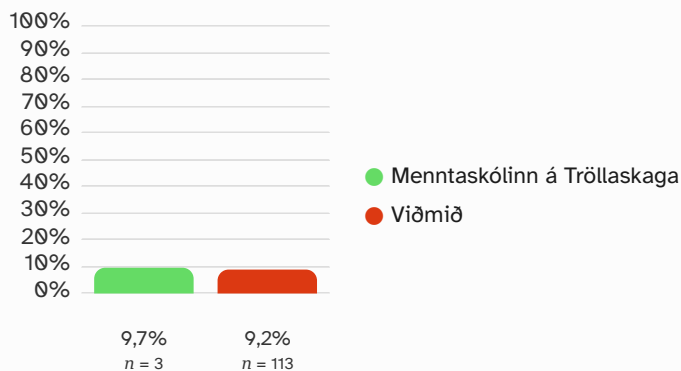
## 2.3. Ástæður fyrir fjarveru

Nemendur sem komu of seint eða skrópuðu í tíma eða voru fjarverandi a.m.k. einn heilan dag sl. 2 vikur voru spurðir um ástæður fjarverunnar. Birt er hlutfall nemenda sem tilgreina hverja ástæðu fyrir sig en nemendur gátu merkt við eins margar ástæður og þeir vildu.

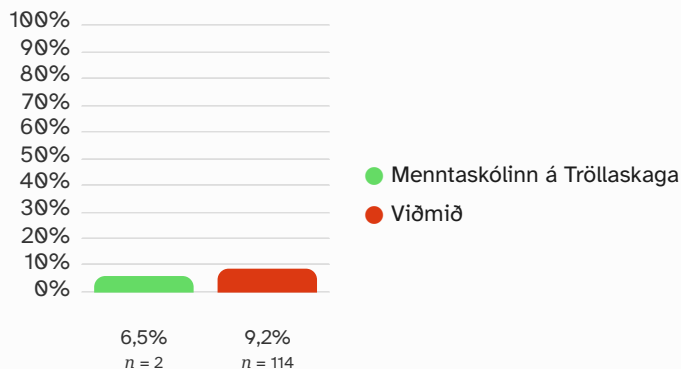
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.

Vinsamlegast merktu við allt sem við á, eða ekkert ef spurningin á ekki við um þig. Ef þú komst of seint í tíma, eða slepptir úr tíma eða heilum skóladegi, á síðustu 2 vikum, hverjar voru ástæður þess?

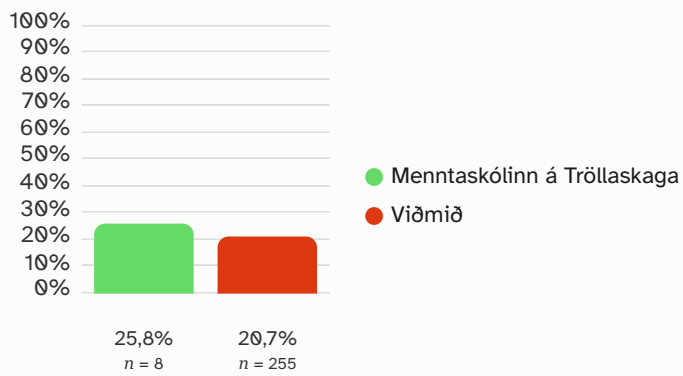
### 2.3. Fannst kennslustundirnar ekki gagnlegar



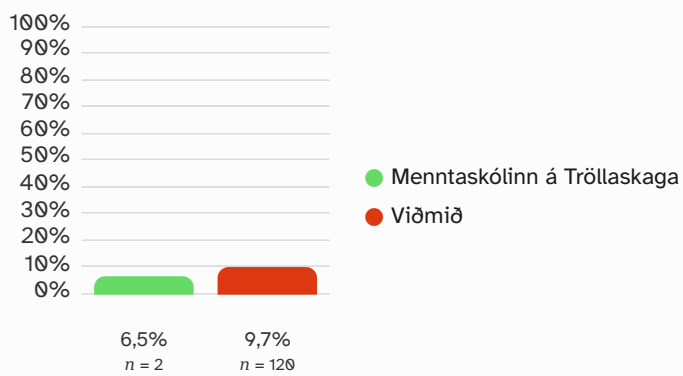
### 2.3. Lítill áhugi á náminu



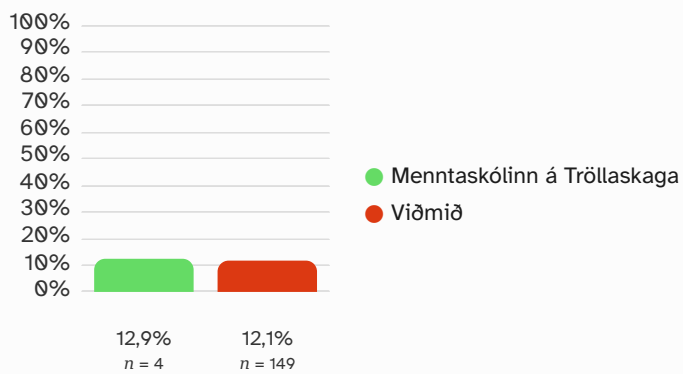
### 2.3. Svefnvandamál



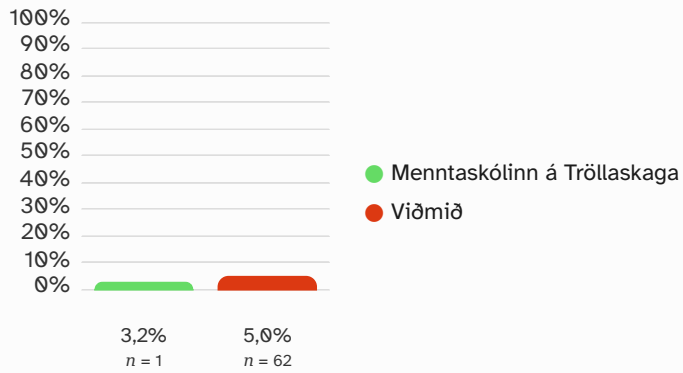
### 2.3. Þunglyndi/vanlíðan



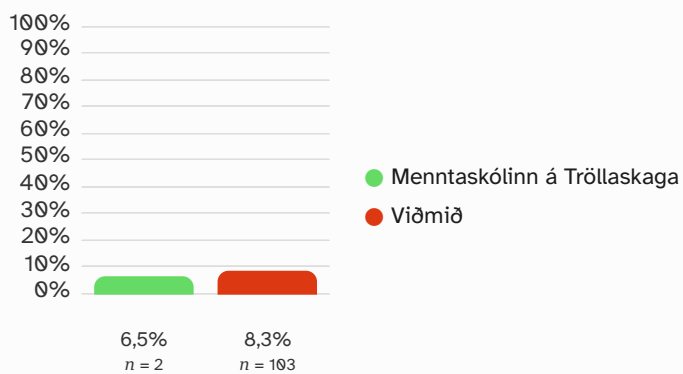
### 2.3. Kvíði



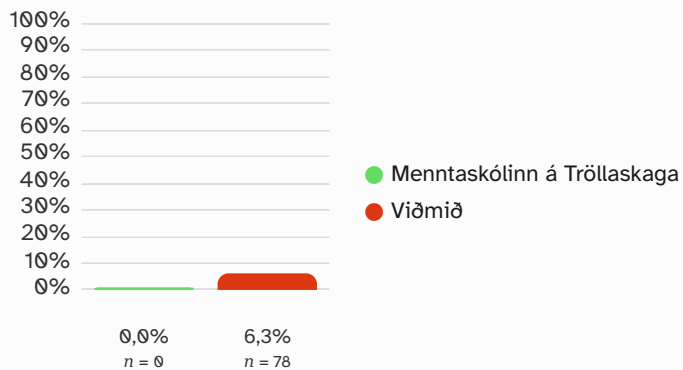
### 2.3. Erfiðleikar á heimili



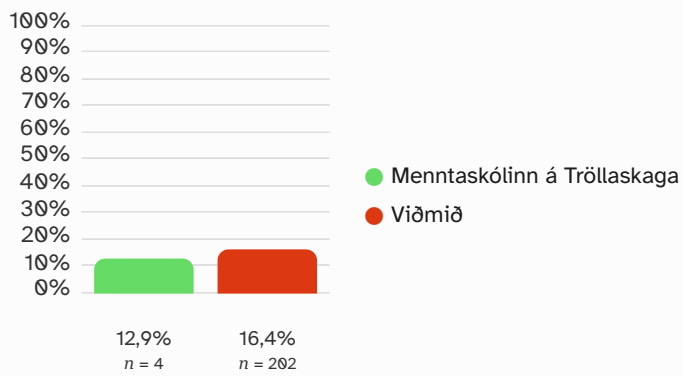
### 2.3. Samgöngur (átti erfitt með að komast í skólann)



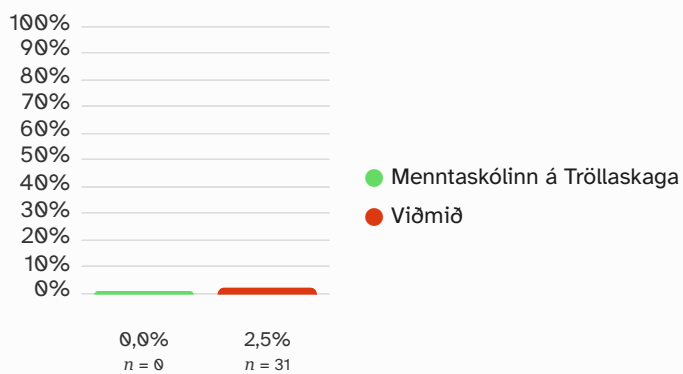
### 2.3. Var að vinna mikið með skóla



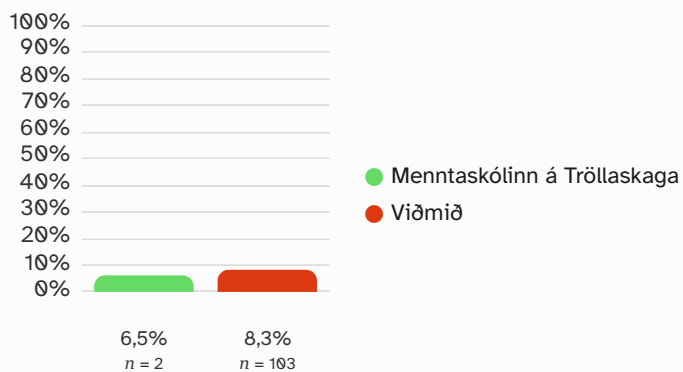
### 2.3. Líkamleg veikindi



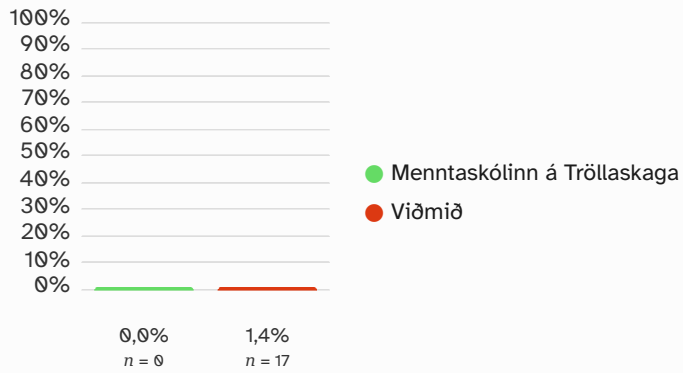
### 2.3. Fjárhagserfiðleikar (t.d. hafði ekki efni á að kaupa bækur)



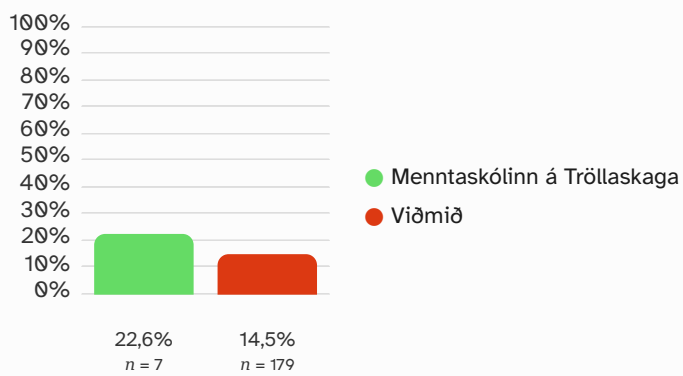
### 2.3. Leið illa í skólanum



### 2.3. Neysla áfengis/vímuefna



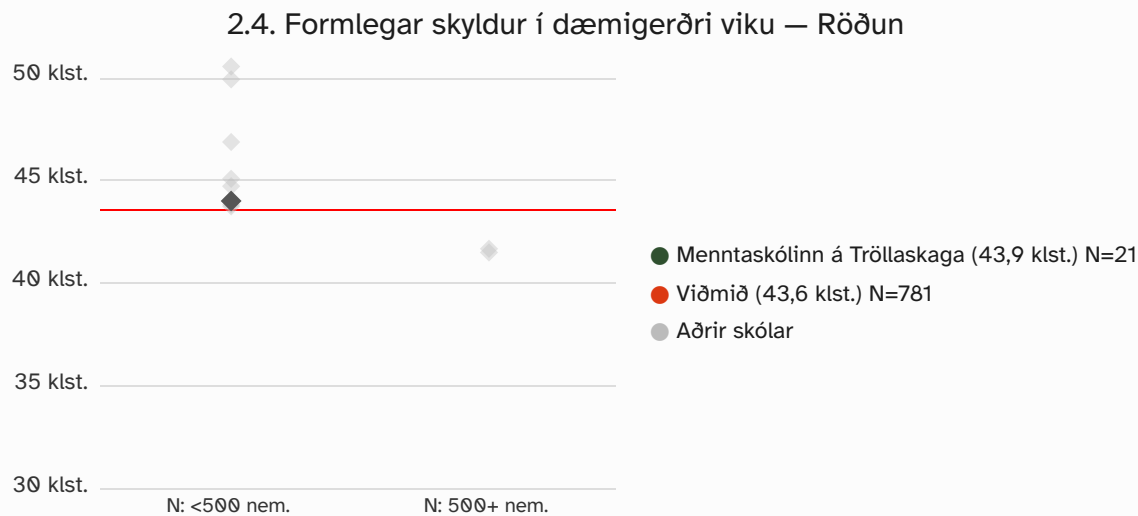
### 2.3. Aðrar ástæður:



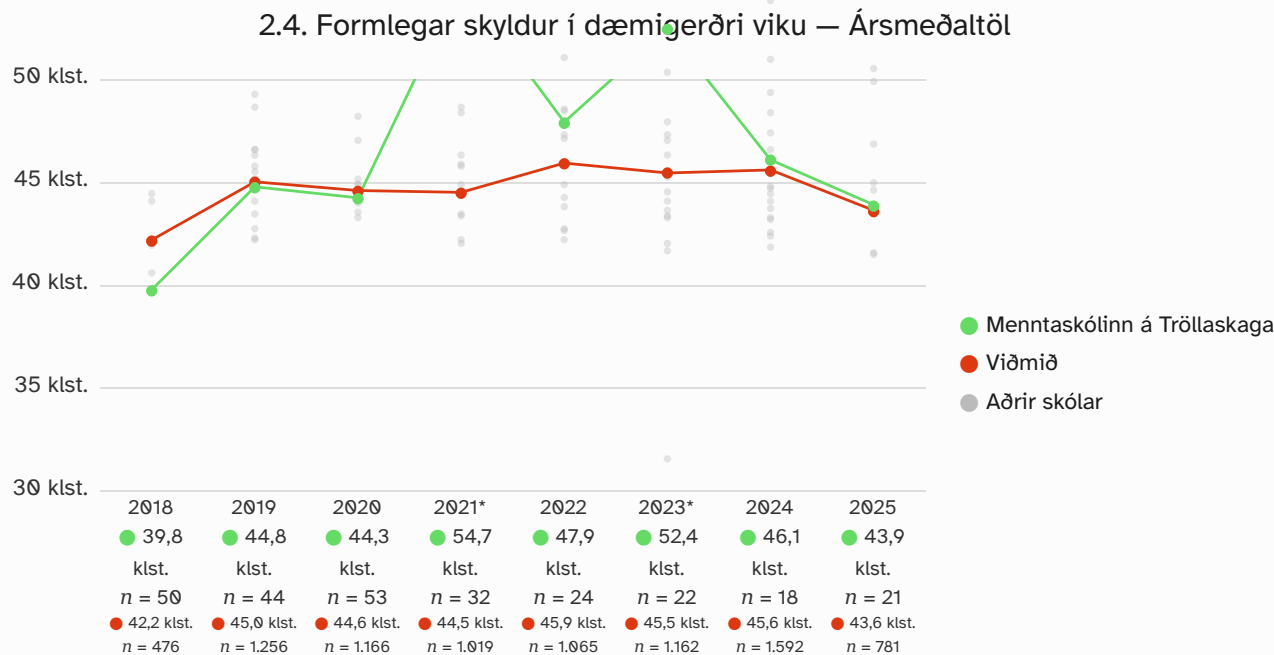
## 2.4. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku

Formlegar skyldur í dæmigerðir viku eru metnar með því að leggja saman svör nemenda við fjórum spurningum um tíma sem þeir verja til ólíkra hluta. Spurt er hve margir klukkutímar í viku eru í stundatöflu, hve mörgum tímum er vikulega varið í heimanámi, hve marga tíma er unnið í launaðri vinnu í viku og hve mörgum tímum er varið vikulega í reglulegar tómstundir og æfingar. Birt er heildartala fyrir vikulegan fjölda klukkutíma sem varið er í alla liðina samtals.

\*Tölfræðilega marktækt samkvæmt ANOVA prófi.

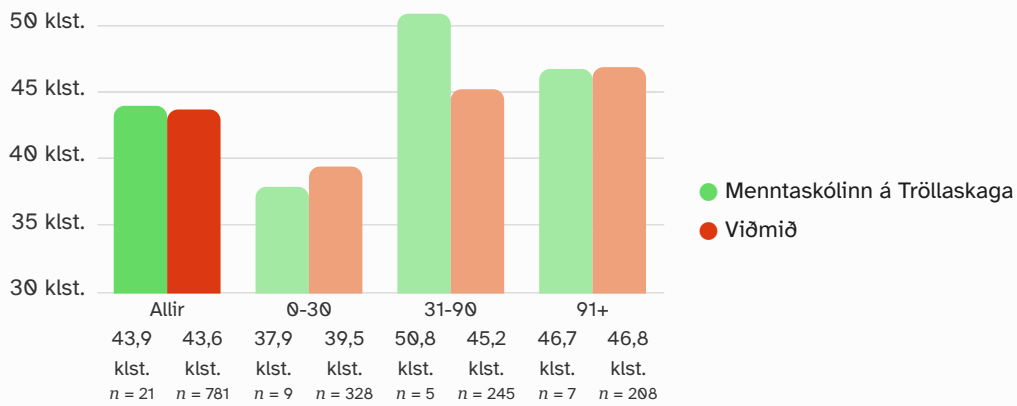


Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.



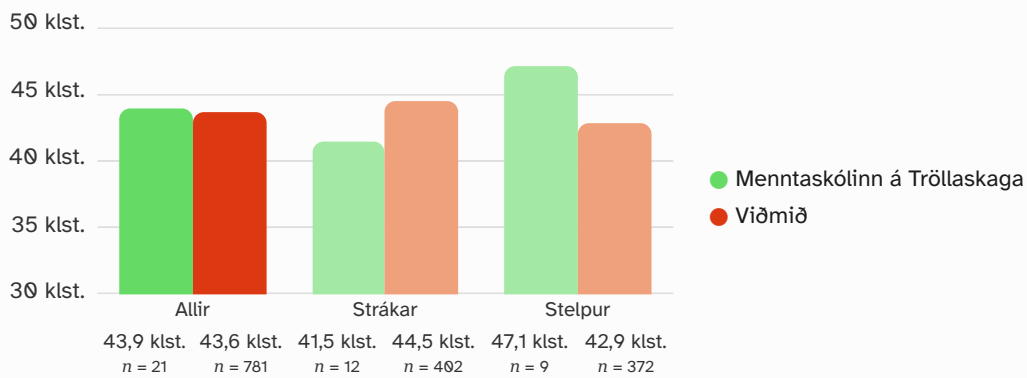
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

## 2.4. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

## 2.4. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku — Kyn

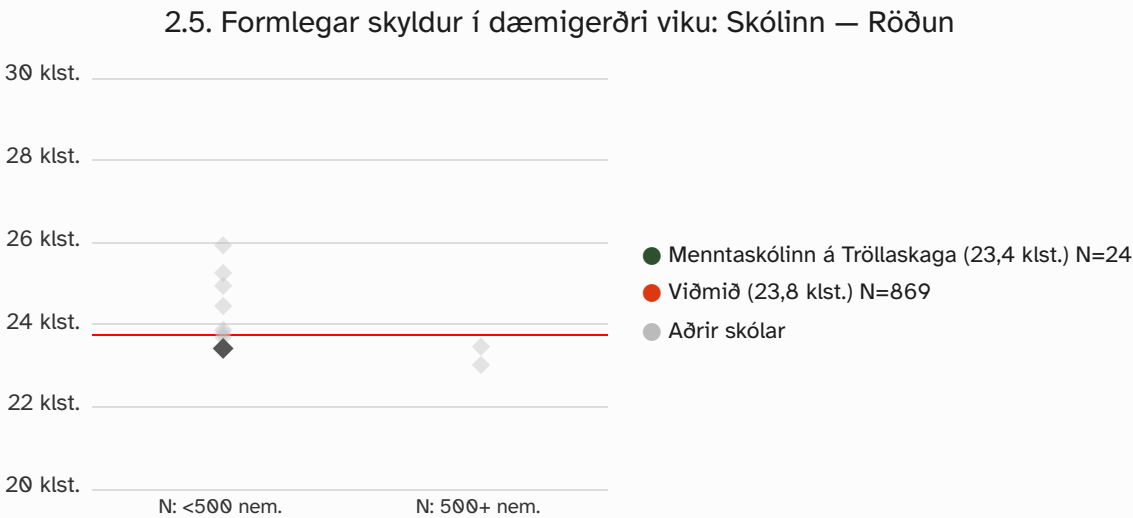


Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

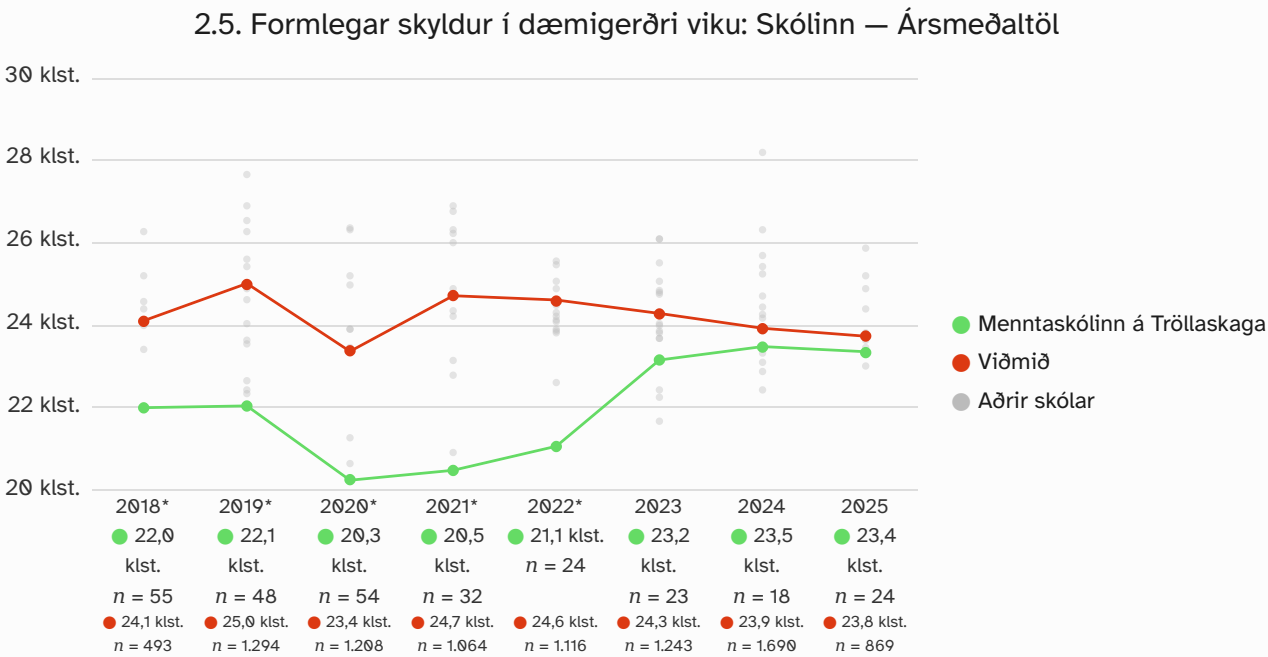
## 2.5. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Skólinn

Niðurstöður sýna hve margir klukkutímar eru í stundaskrá nemenda skólans að meðaltali. Svör með meira en þriggja staðalfrávik frá fráviki frá meðaltali voru ekki talin með í útreikningum.

\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

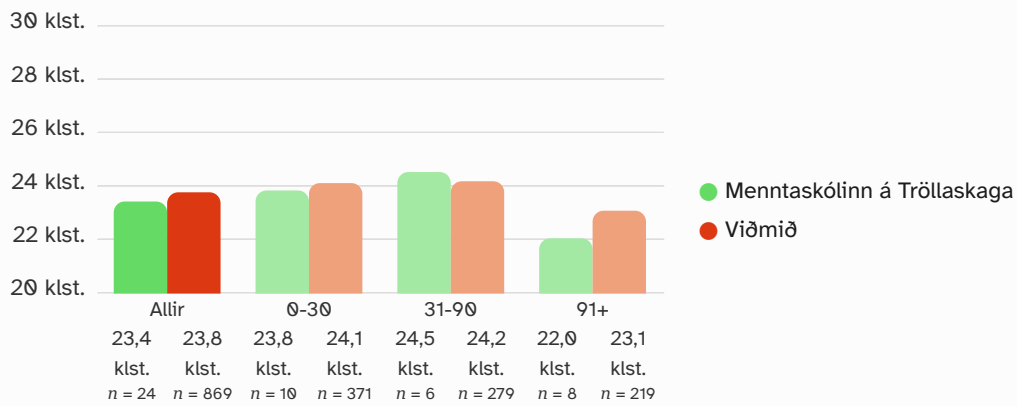


Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.



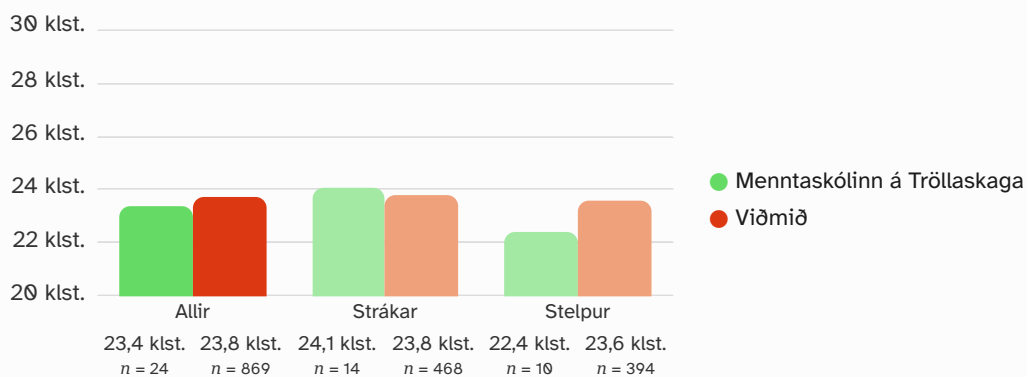
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

## 2.5. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Skólinn — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

## 2.5. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Skólinn — Kyn

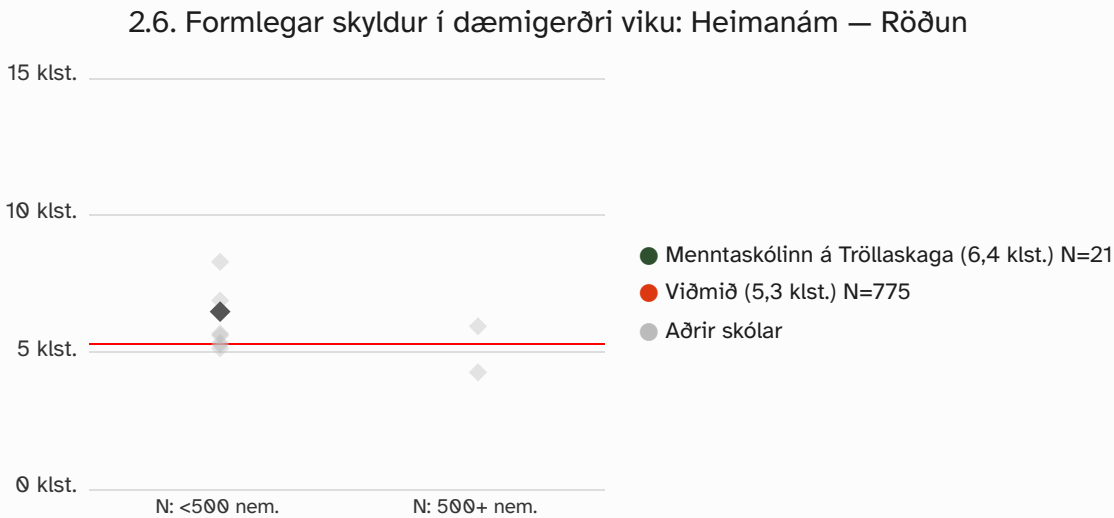


Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

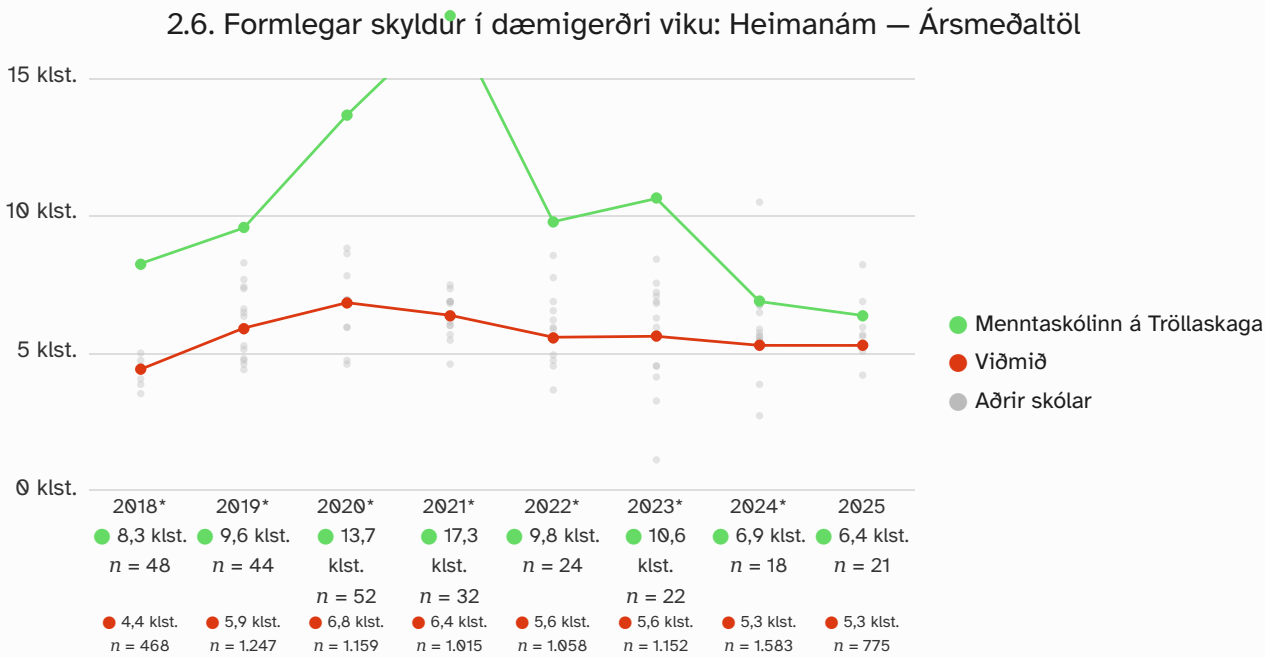
## 2.6. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Heimanám

Niðurstöður sýna hve mörgum klukkutímum nemendur skólans verja að meðaltali í heimanám í dæmigerðri viku. Svör með meira en þriggja staðalfrávika frávik frá meðaltali voru ekki talin með í útreikningum.

\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

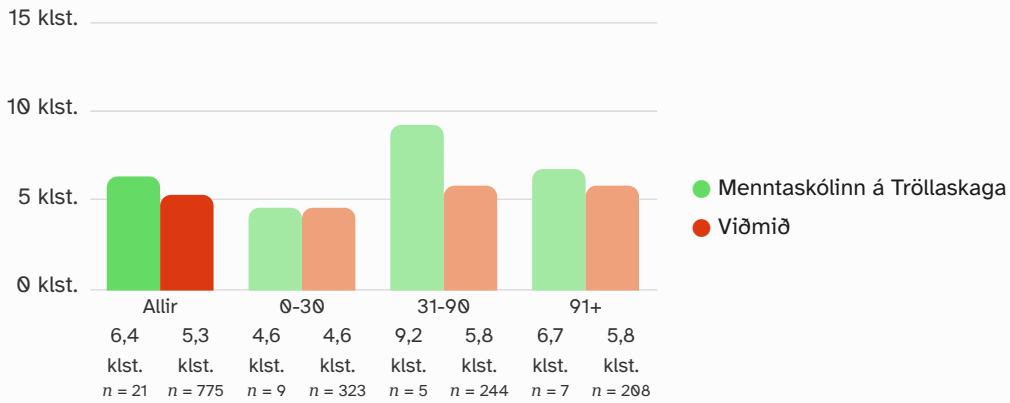


Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.



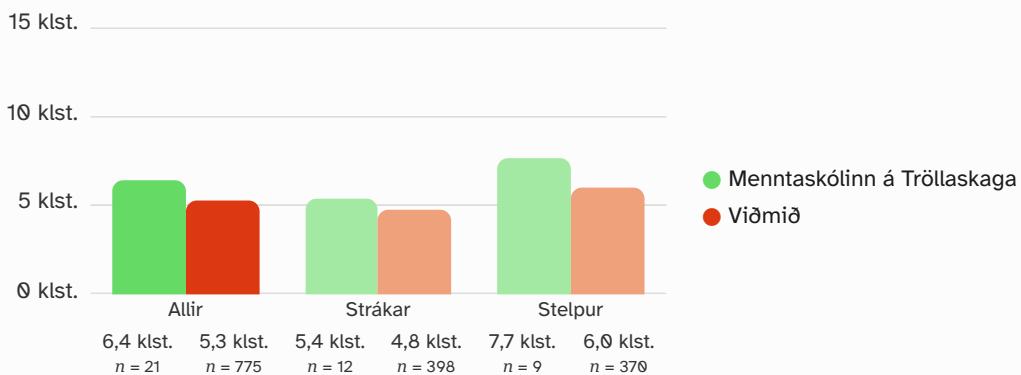
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

## 2.6. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Heimanám — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

## 2.6. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Heimanám — Kyn



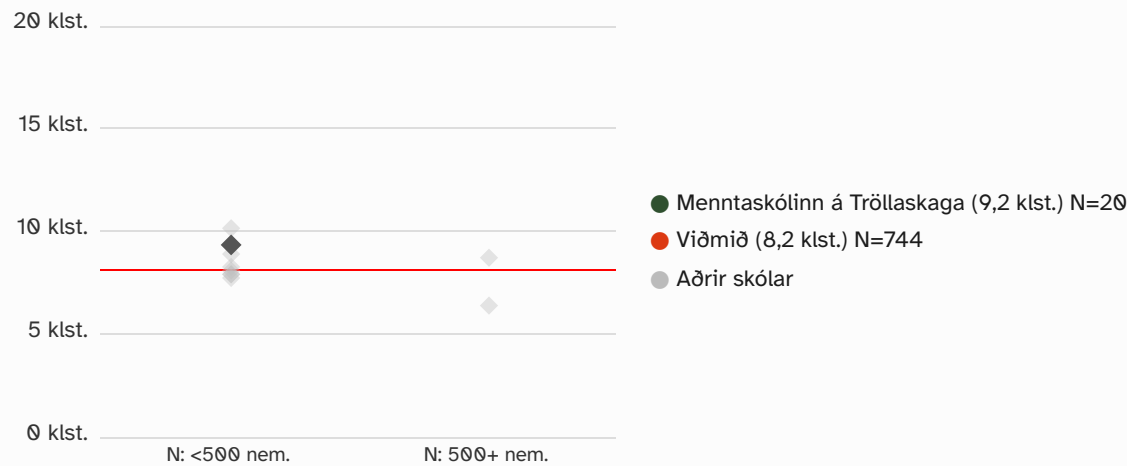
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

## 2.7. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Launuð vinna

Niðurstöður sýna hve marga klukkutíma nemendur skólans vinna launaða vinnu að meðaltali í dæmigerðri viku. Svör með meira en þriggja staðalfrávik frá meðaltali voru ekki talin með í útreikningum.

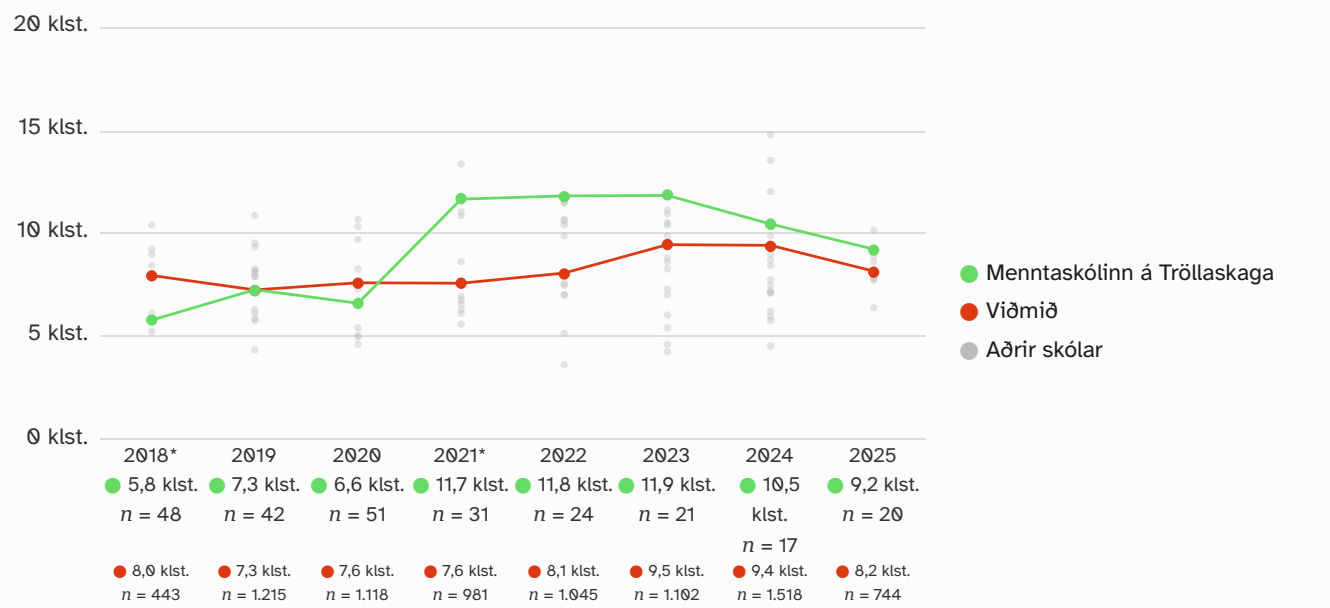
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

2.7. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Launuð vinna — Röðun



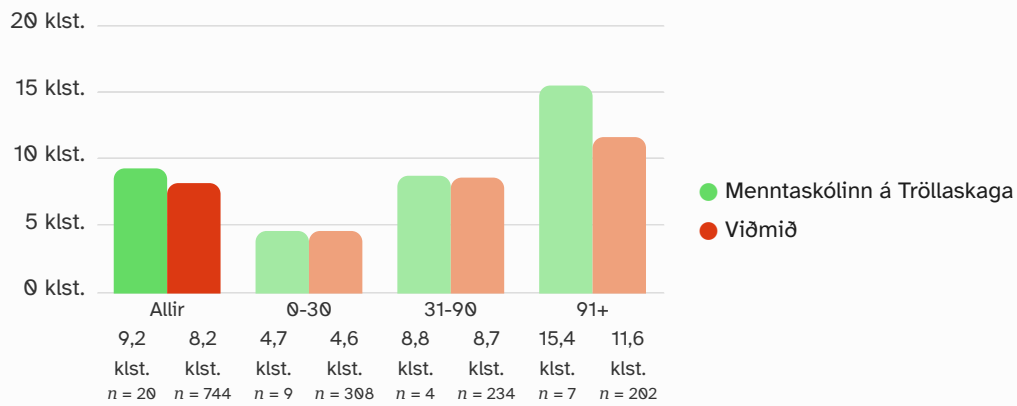
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

2.7. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Launuð vinna — Ársmeðaltöl



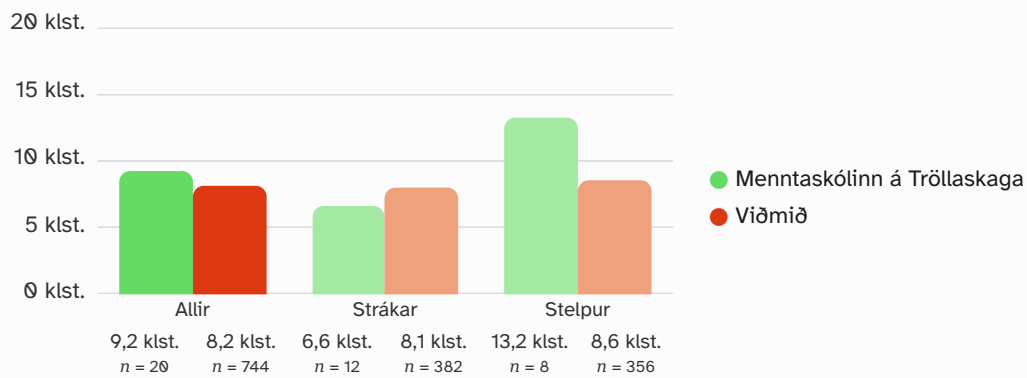
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

## 2.7. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Launuð vinna — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

## 2.7. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Launuð vinna — Kyn



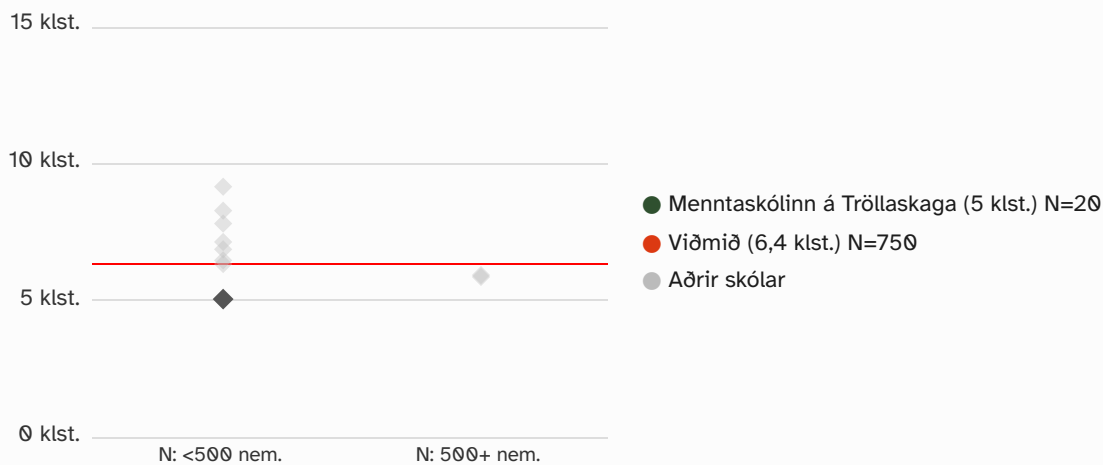
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

## 2.8. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Tómstundir og æfingar

Niðurstöður sýna hve mörgum klukkutímum nemenda skólans verja að meðaltali í reglulegar tómstundir og æfingar í dæmigerðri viku. Svör með meira en þriggja staðalfrávika frávik frá meðaltali voru ekki talin með í útreikningum.

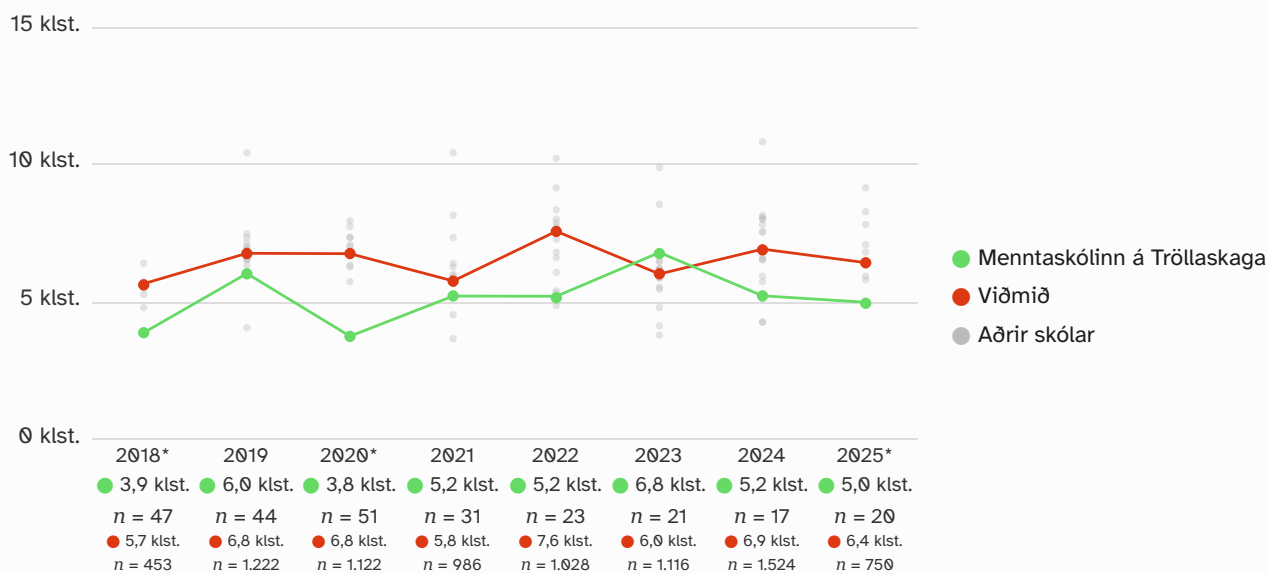
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

### 2.8. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Tómstundir og æfingar — Röðun\*



Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 2.8. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Tómstundir og æfingar — Ársmeðaltöl



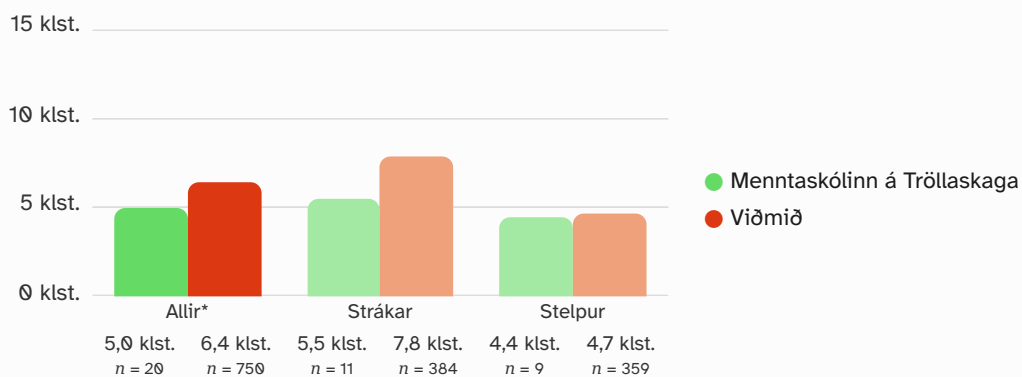
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

## 2.8. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Tómsundur og æfingar — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

## 2.8. Formlegar skyldur í dæmigerðri viku: Tómsundur og æfingar — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

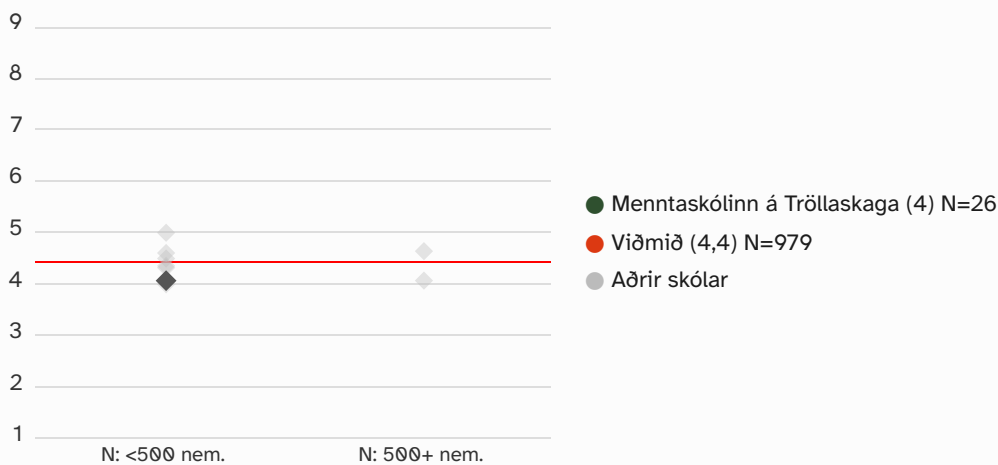


## 3.1. Vellíðan

Mælikvarðinn er kallaður á ensku „The Warwick-Edinburg Mental Well-Being Scale (WEMWBS)“ og inniheldur sex spurningar. Hér fyrir neðan má sjá niðurstöður matspáttarins brotnar niður eftir bakgrunnsbreytum. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi á bilinu 1 til 9 með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

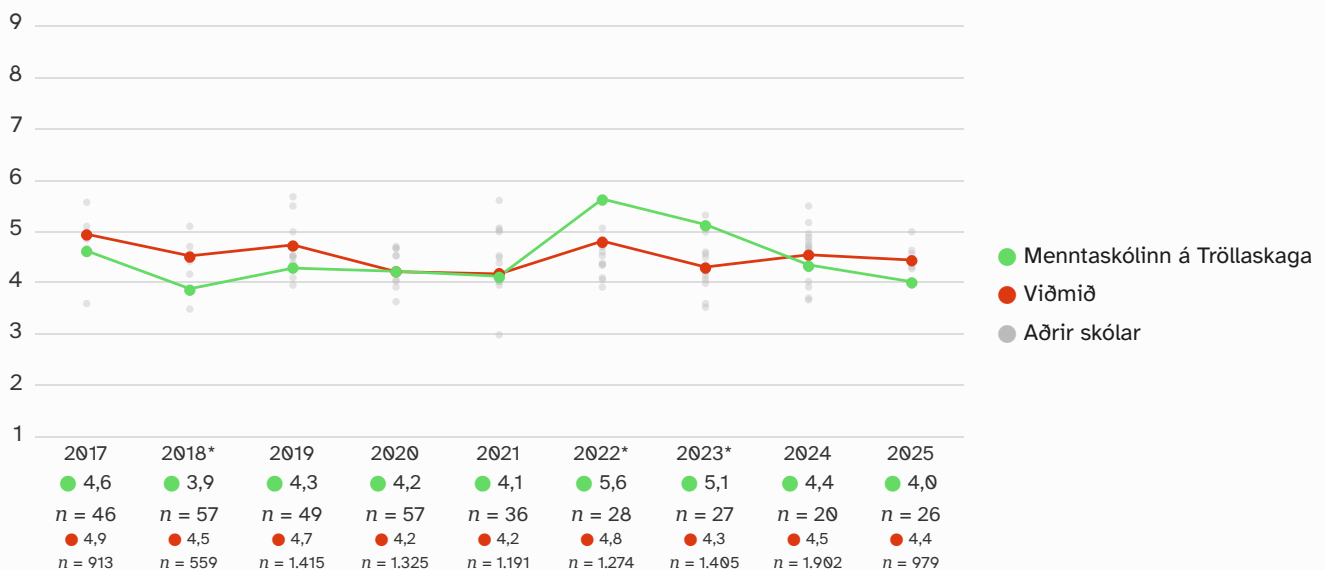
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

### 3.1. Vellíðan — Röðun



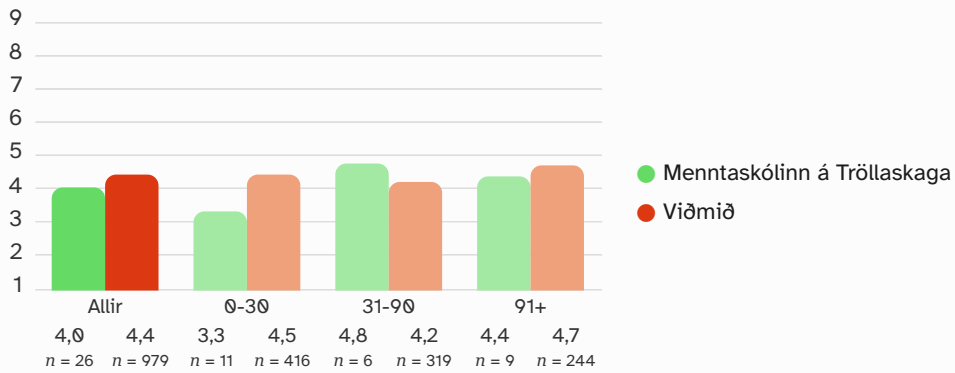
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 3.1. Vellíðan — Ársmeðaltöl



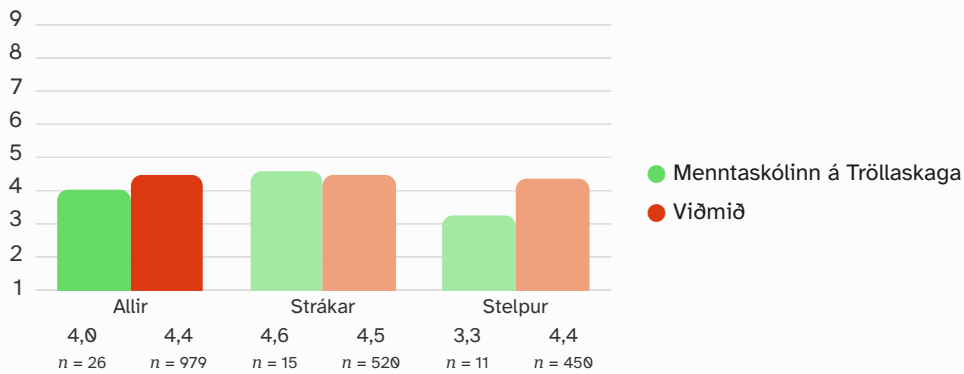
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.1. Vellíðan — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.1. Vellíðan — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

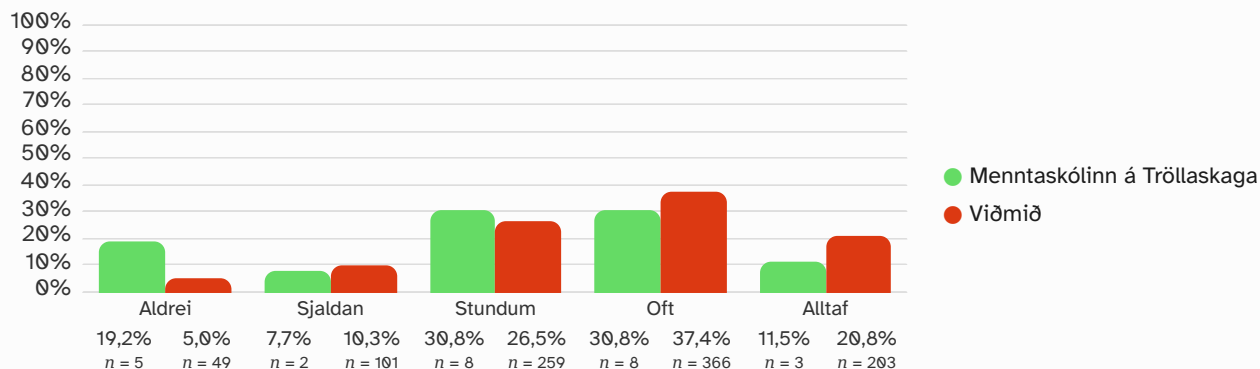
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

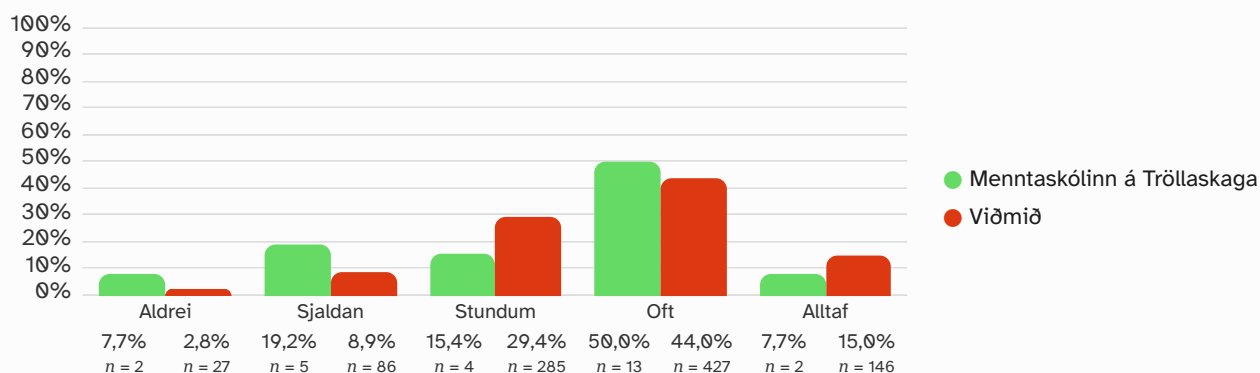
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Vinsamlegast merktu í þann reit sem lýsir best upplifun þinni undanfarnar 2 vikur:

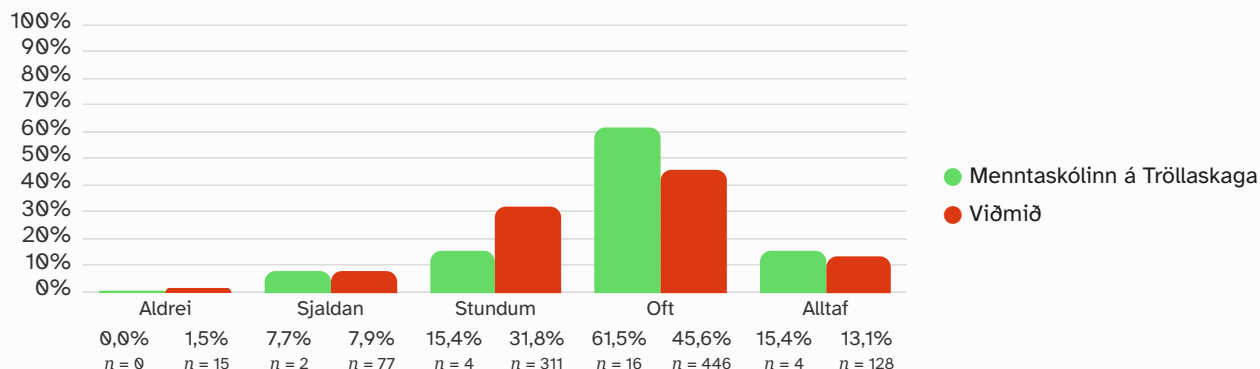
## 3.1.1 Ég hef litið bjartsýnum augum til framtíðarinnar\*



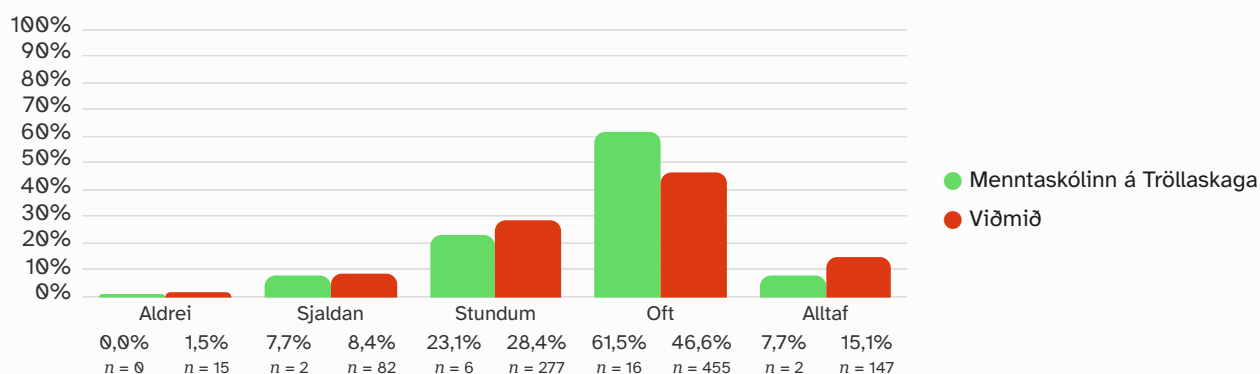
## 3.1.2 Mér hefur þótt ég gera gagn



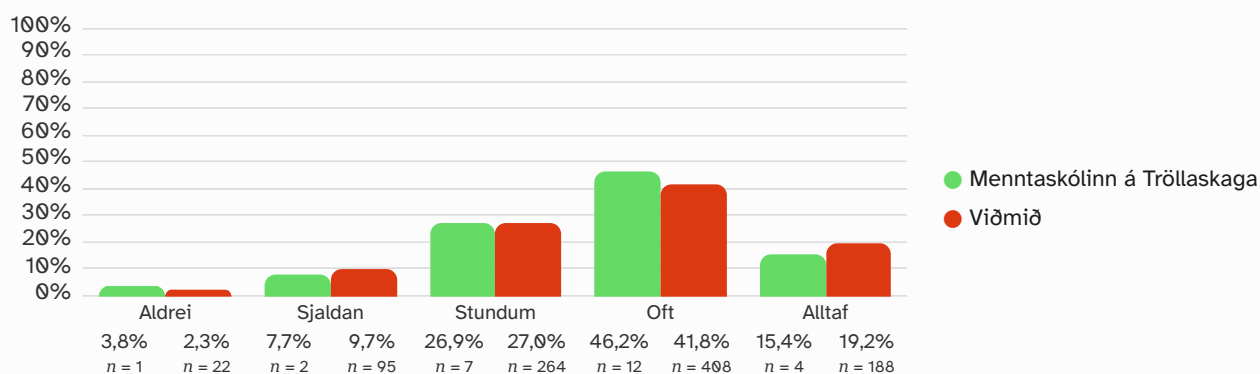
## 3.1.3 Mér hefur gengið vel að takast á við vandamál



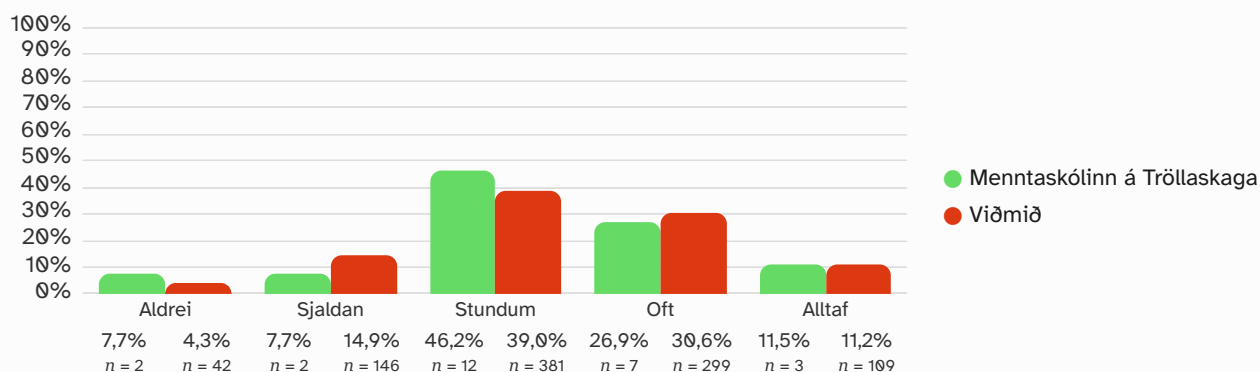
### 3.1.4 Ég hef hugsað skýrt



### 3.1.5 Mér hefur fundist ég nán(n) öðrum



### 3.1.6 Ég hef átt auðvelt með að taka ákvarðanir

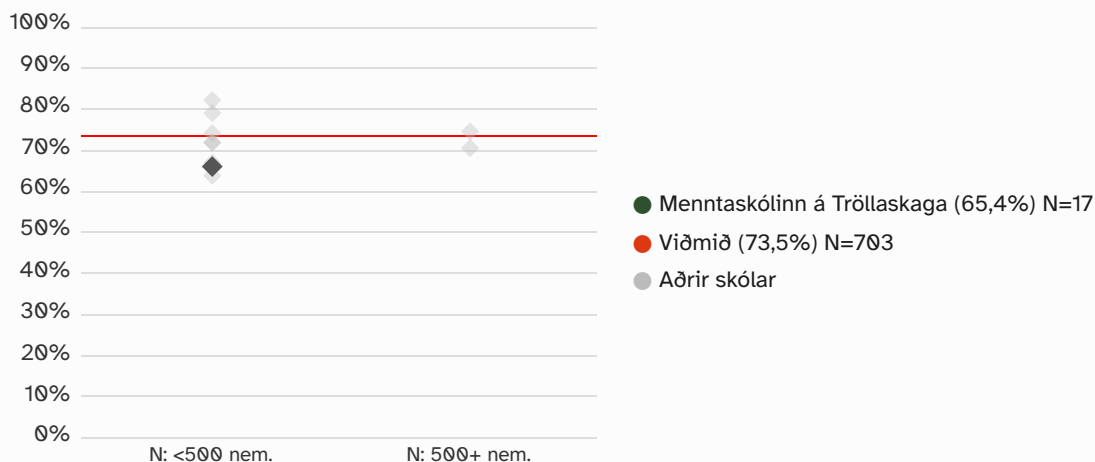


## 3.2. Hamingja

Hamingja var metin með einni spurningu þar sem nemendur voru beðnir að meta hve hamingjusamir þeir voru á kvarðanum 1 til 10. Spurningin er upphaflega úr alþjóðlegri könnun Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar (WHO) sem kallast Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Myndritin hér fyrir neðan sýna hlutfall nemenda sem merktu við 7 eða hærra á skalanum 1-10.

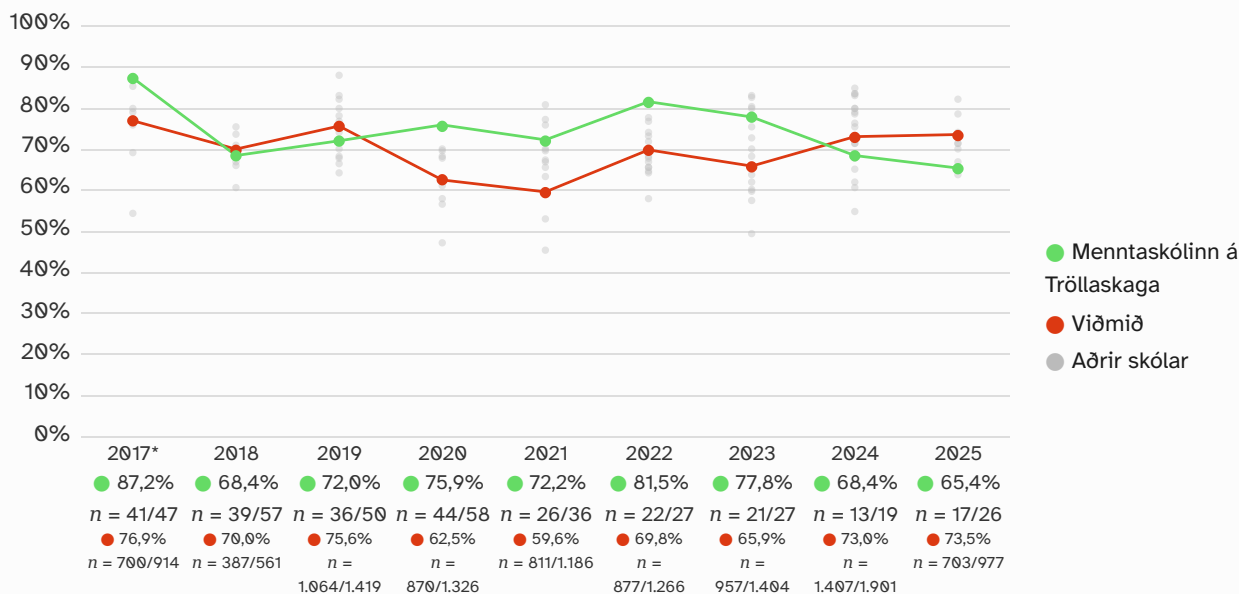
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

### 3.2. Hamingja — Röðun



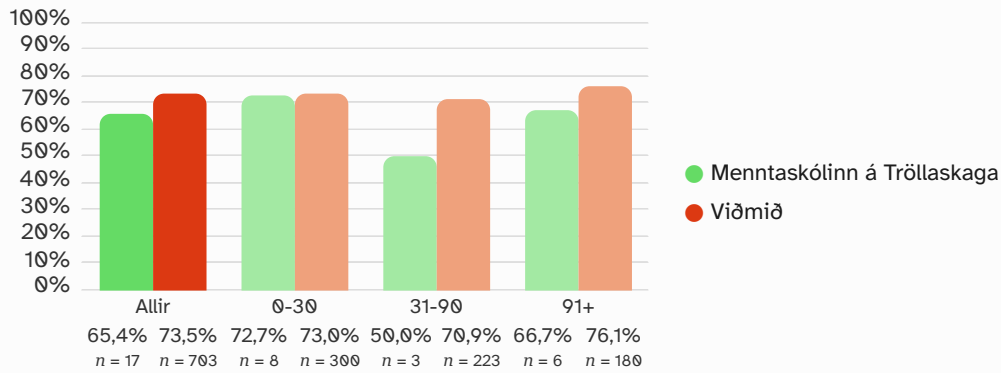
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 3.2. Hamingja — Ársmeðaltöl



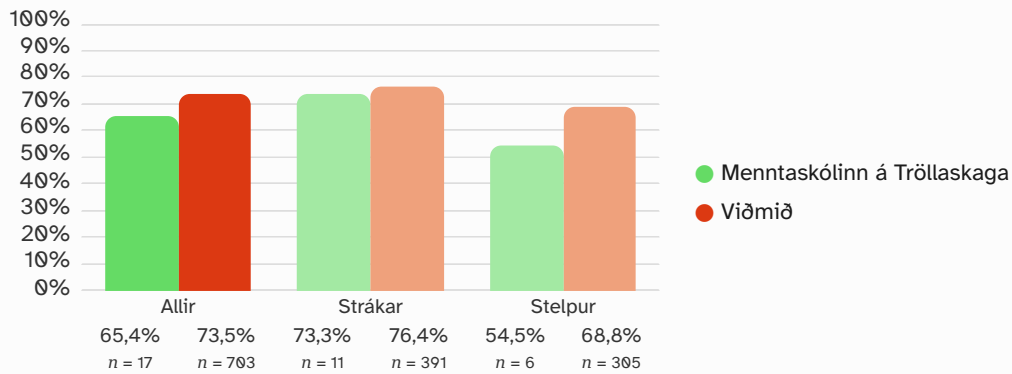
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.2. Hamingja — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.2. Hamingja — Kyn



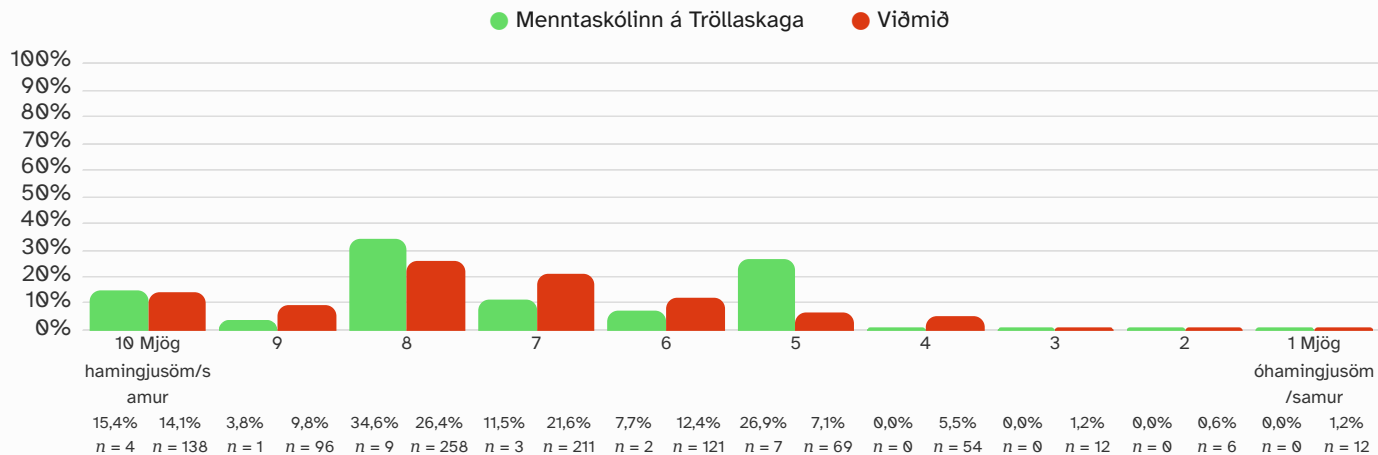
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessari mynd er niðurstaðan brotin niður eftir svarmöguleikum.

\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

## 3.2.1 Þegar á heildina er litið, hversu hamingjusama(n) telur þú þig vera?

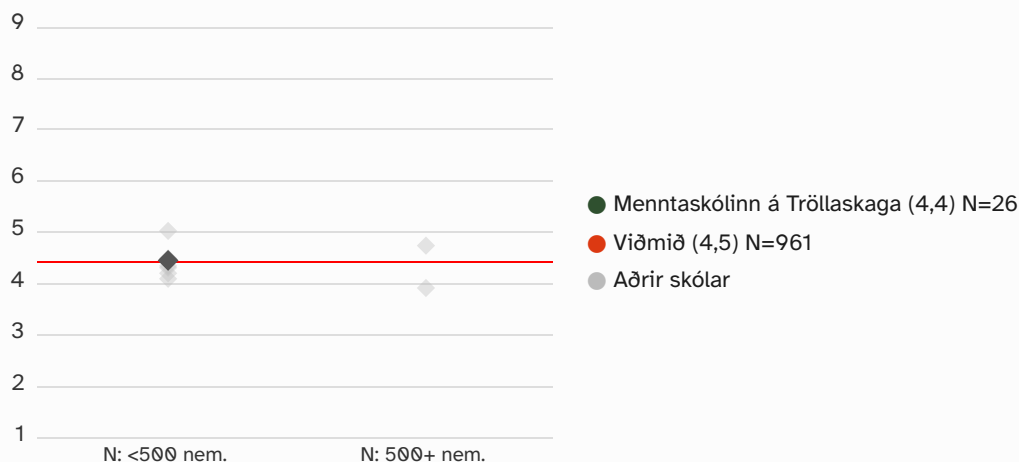


### 3.3. Sjálfsálit

Mælikvarðinn kallast á ensku Rosenberg Self-Esteem Scale og inniheldur 9 spurningar. Mæling á sjálfsáliti gefur til kynna hversu mikils virði nemandanum finnst hann vera. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi frá 1 til 9, meðaltal er 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

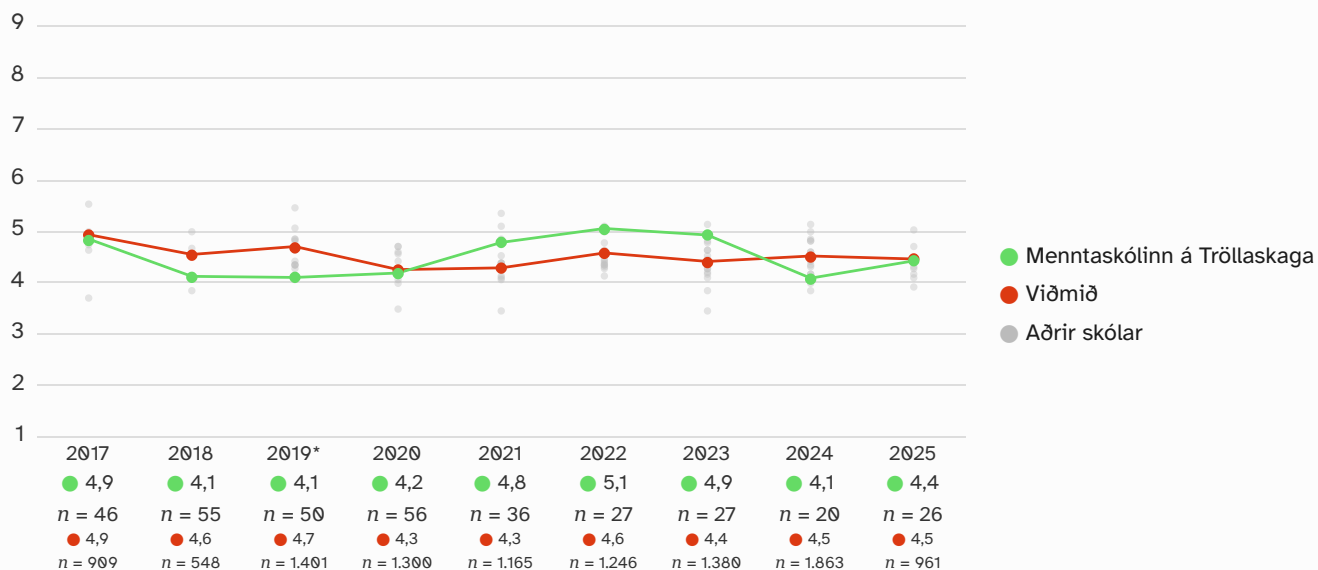
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

#### 3.3. Sjálfsálit — Röðun



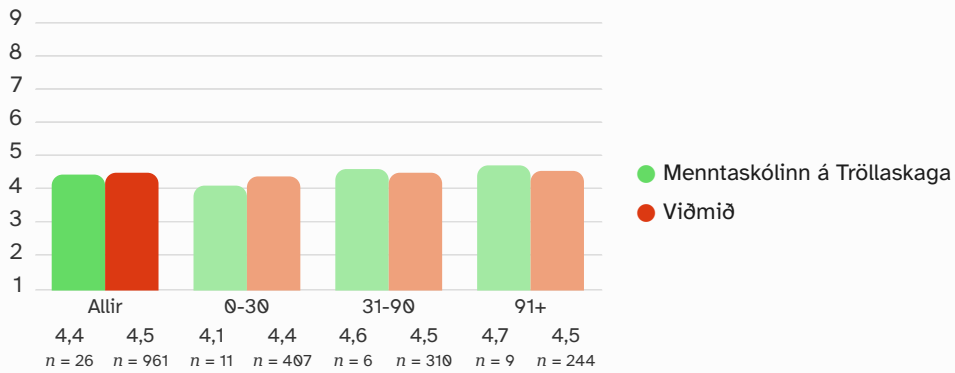
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

#### 3.3. Sjálfsálit — Ársmeðaltöl



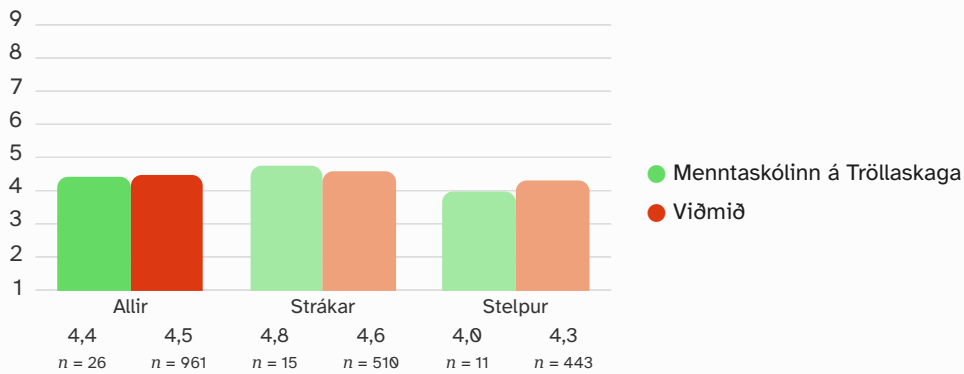
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.3. Sjálfsálit — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.3. Sjálfsálit — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

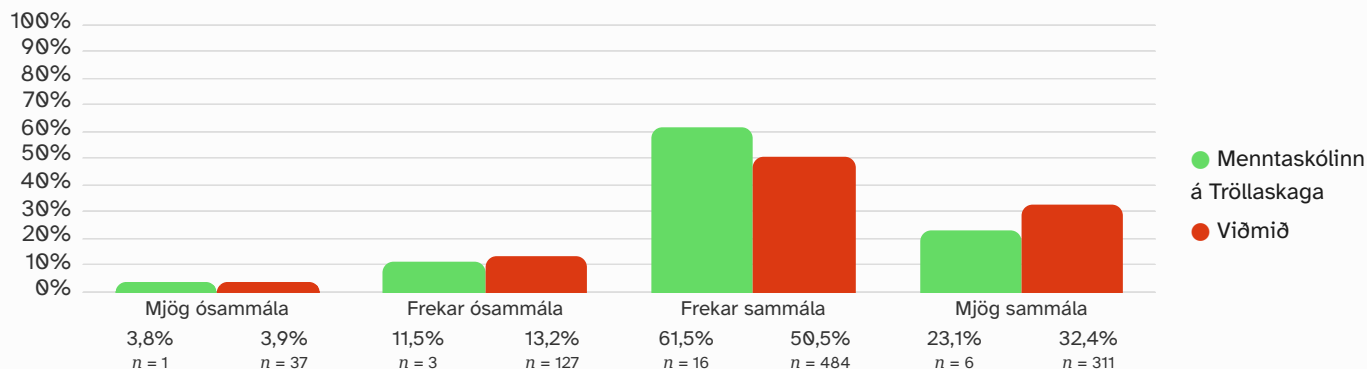
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

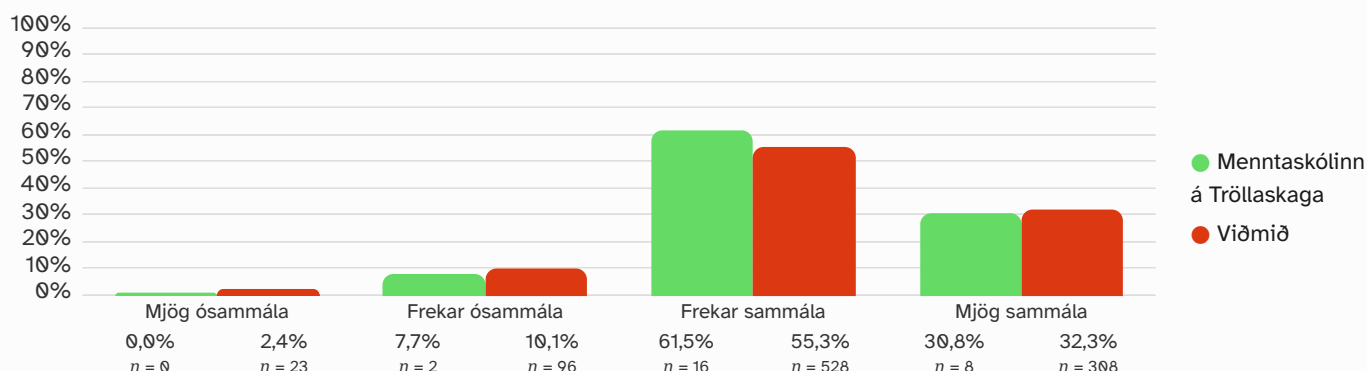
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Vinsamlegast merktu við hversu sammála eða ósammála þú ert eftirfarandi setningum:

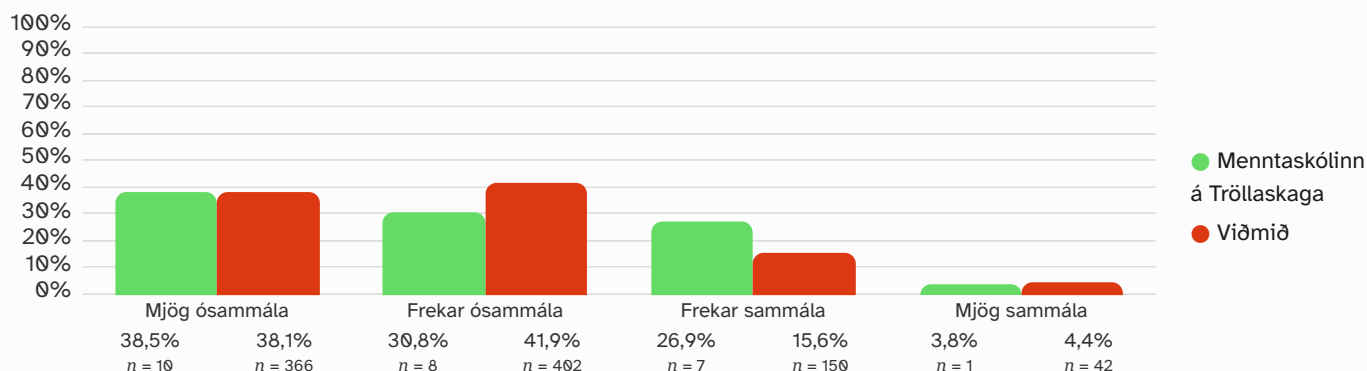
## 3.3.1 Mér finnst ég vera að minnsta kosti jafn mikils virði og aðrir



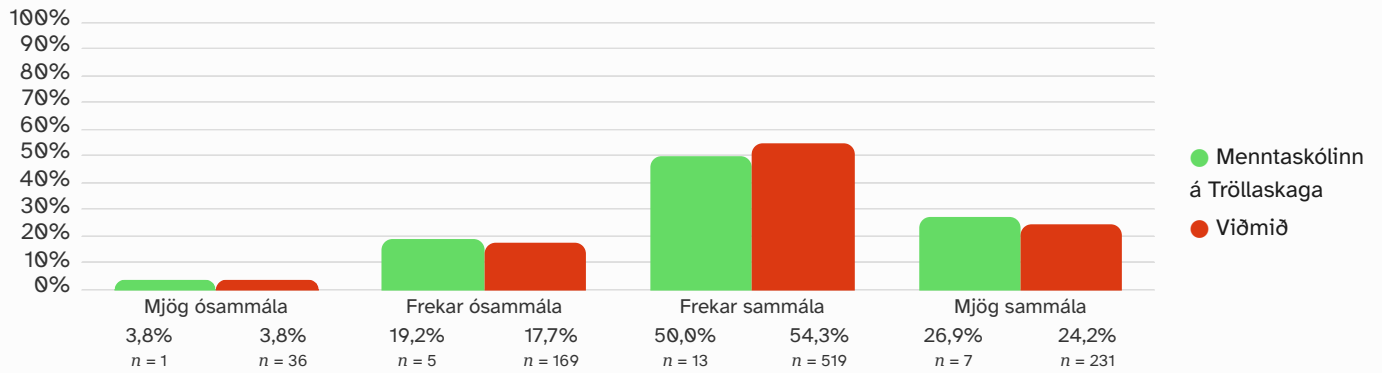
## 3.3.2 Ég hef marga góða eiginleika



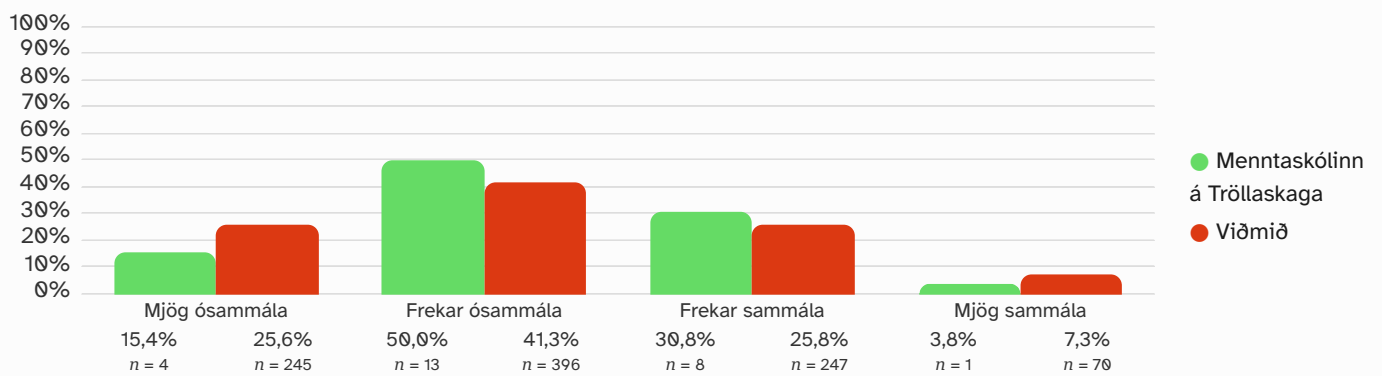
## 3.3.3 Ég er misheppnuð/misheppnaður



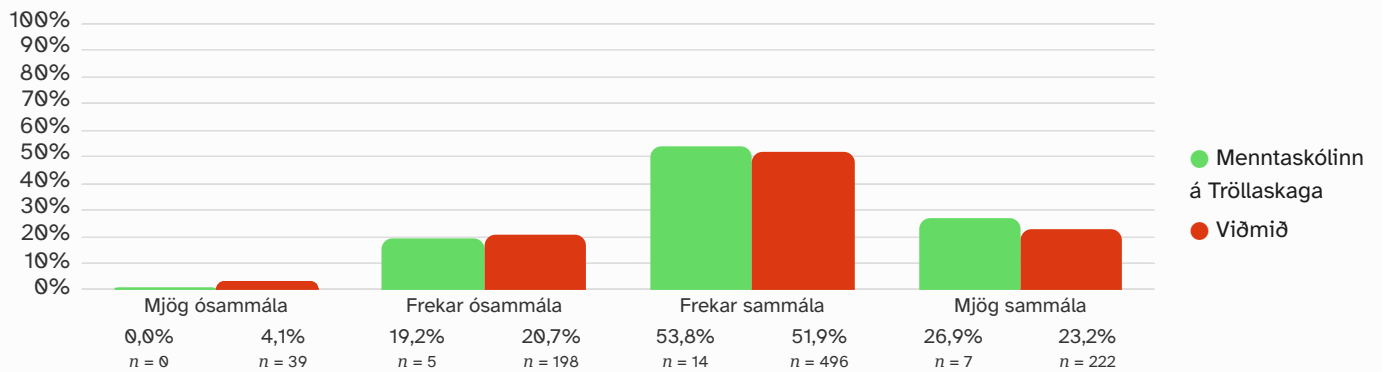
### 3.3.4 Ég get gert hlutina jafn vel og flestir aðrir



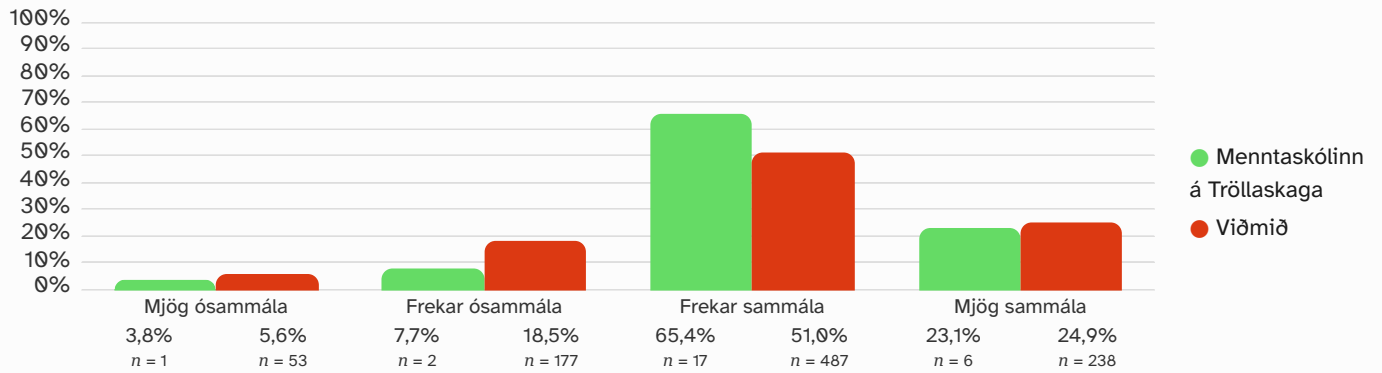
### 3.3.5 Mér finnst ég ekki hafa mikið til að vera stolt(ur) af



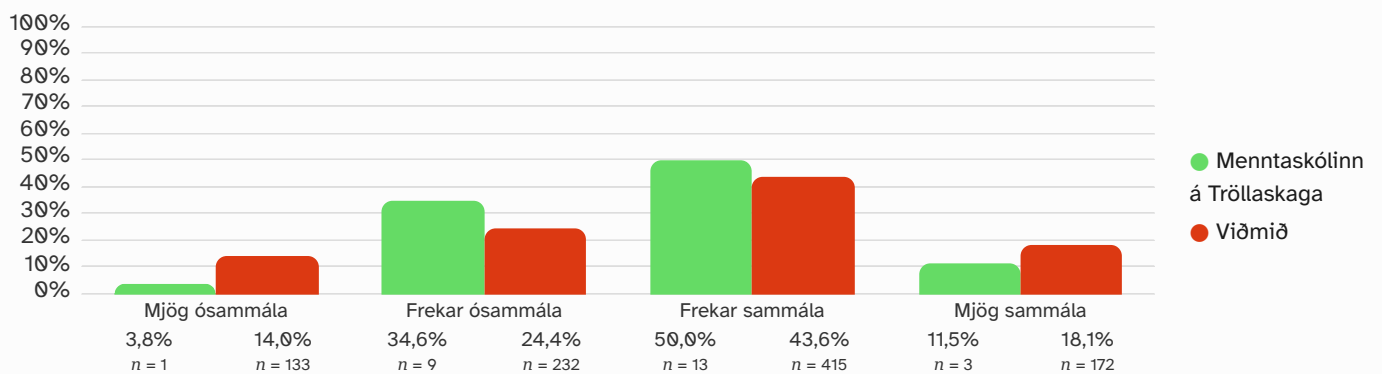
### 3.3.6 Ég hef jákvætt viðhorf til sjálfrar mín/sjálfs mín



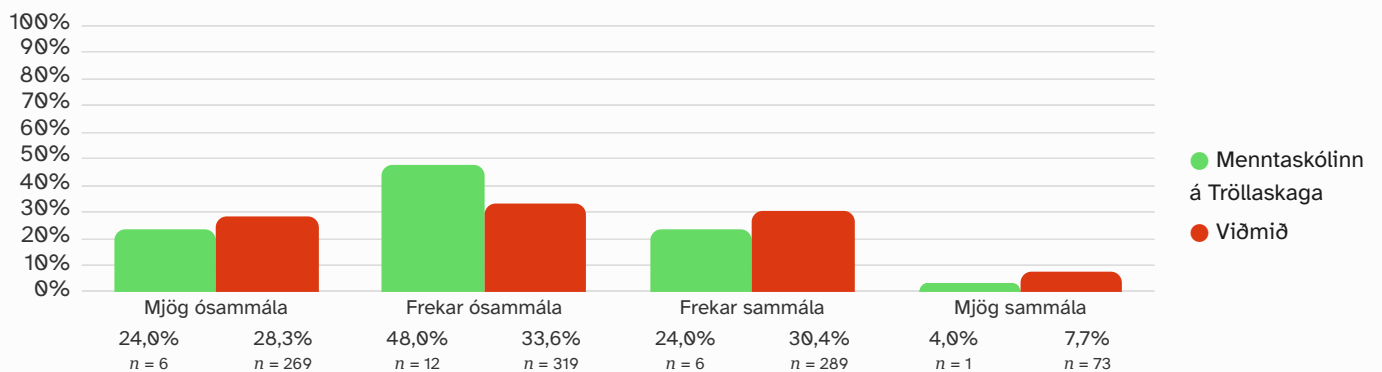
### 3.3.7 Í heildina er ég ánægð(ur) með sjálfa(n) mig



### 3.3.8 Ég vildi óska að ég bæri meiri virðingu fyrir sjálfri/sjálfum mér



### 3.3.9 Stundum finnst mér ég einskis virði

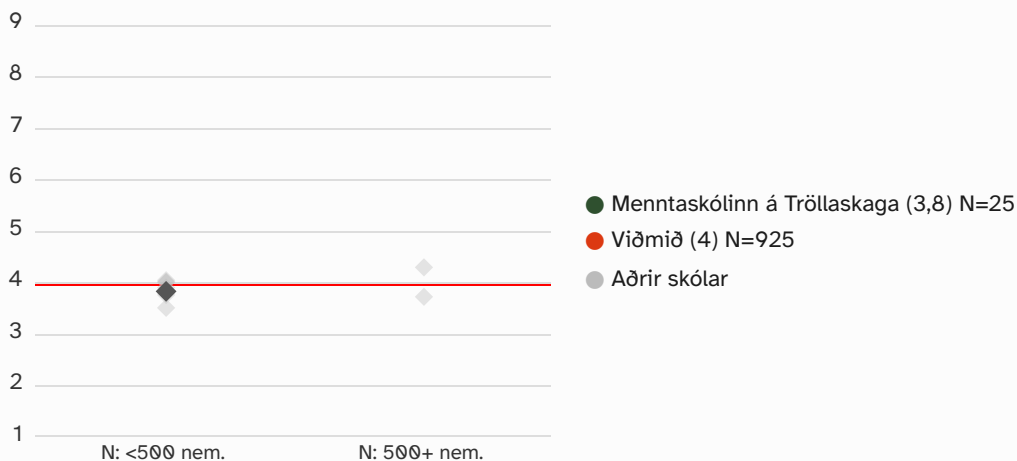


## 3.4. Stjórn á eigin lífi

Mælikvarðinn á stjórn á eigin lífi eða stjórnrót (locus of control) er þróaður út frá kenningum Julian B. Rotter (1954). Mælikvarðinn inniheldur 9 spurningar og sú þýðing sem notuð er hér er frá 2003. Mæling á stjórn á eigin lífi segir til um hvað nemandinn telur að orsaki velgengni eða hrakfarir í hans eigin lífi. Þær geta annað hvort verið af hans eigin völdum (internal) eða einhverra annarra (external) t.d. umhverfisins eða annars fólks. Hátt gildi á mælikvarðanum þýðir að nemandi eignar sér orsakirnar fremur en umhverfi eða öðru fólki. Mælikvarðinn er normaldreifður og tekur gildi á bilinu 1 til 9 með meðaltal 5 og staðalfrávik 2. Sem viðmiðunarregla er munur uppá 0,5 stig ekki mikill munur, munur uppá 1,0 stig telst töluverður munur og munur uppá 1,5 stig og meira telst mikill munur.

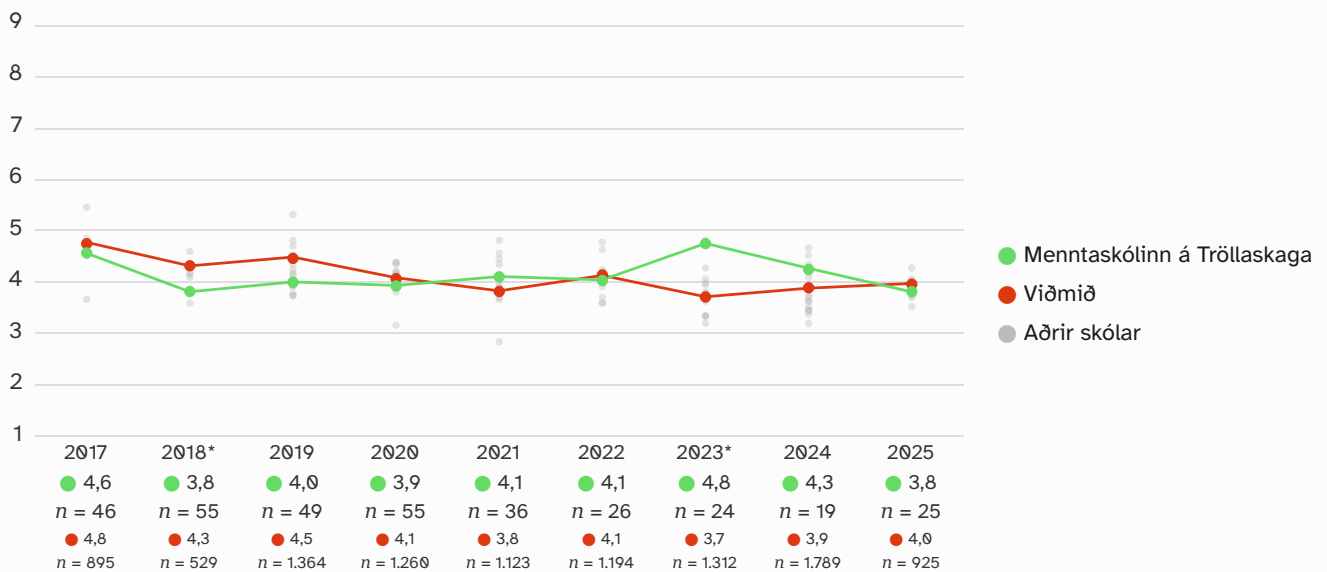
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt ANOVA prófi.

### 3.4. Stjórn á eigin lífi — Röðun



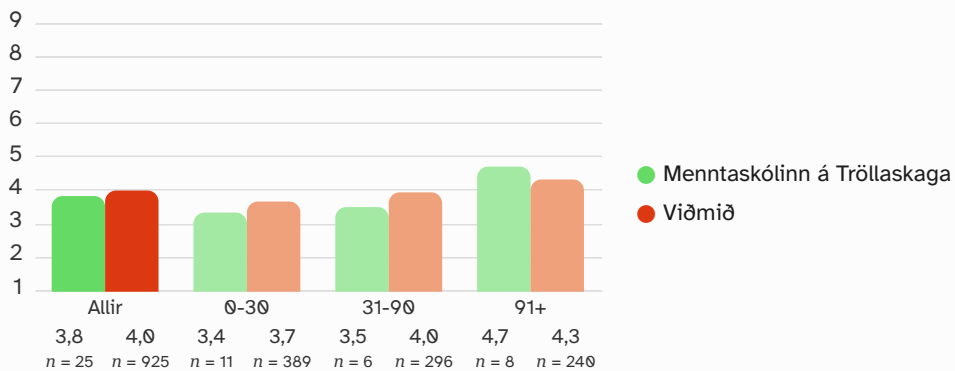
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 3.4. Stjórn á eigin lífi — Ársmeðaltöl



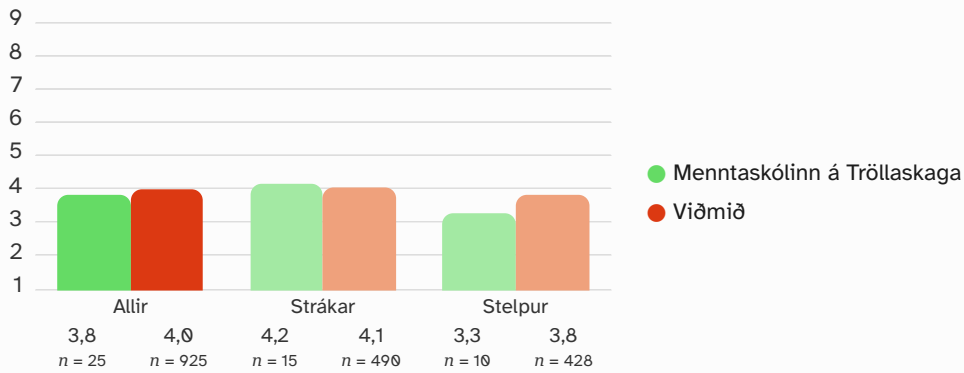
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.4. Stjórn á eigin lífi — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.4. Stjórn á eigin lífi — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

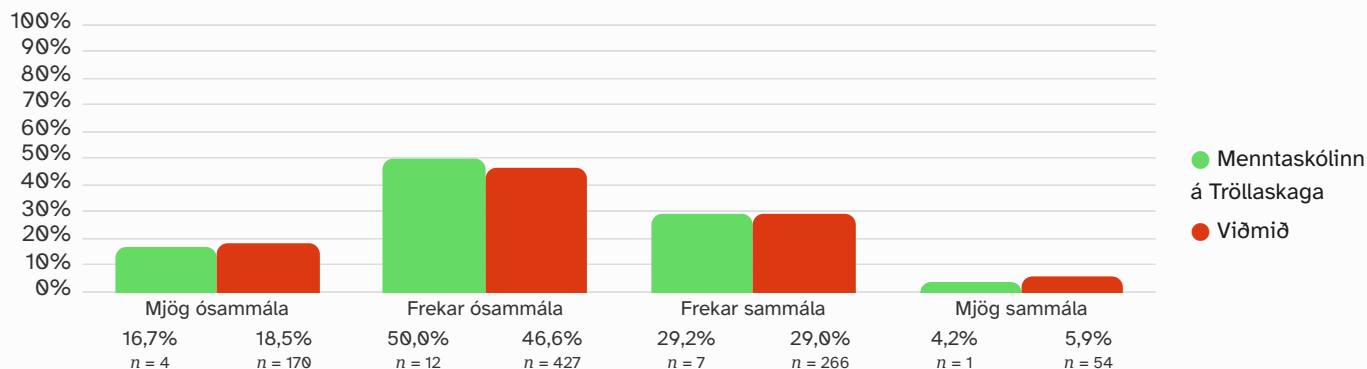
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

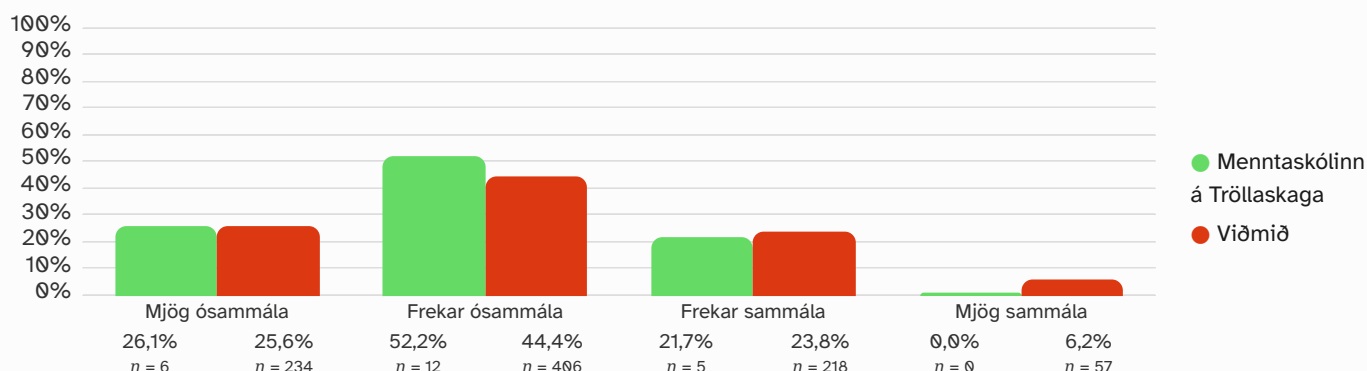
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Hversu sammála eða ósammála ertu eftirfarandi staðhæfingum?

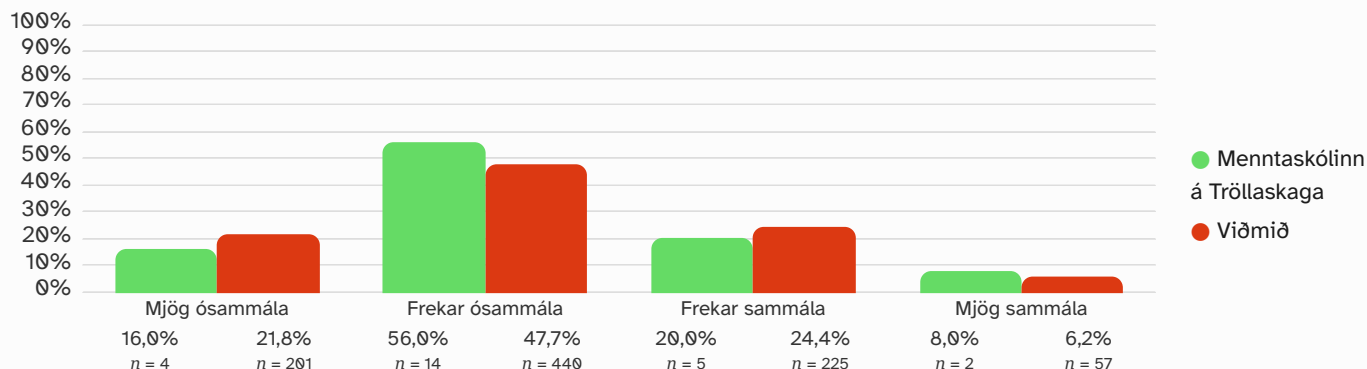
## 3.4.1 Það er í raun útilokað fyrir mig að ráða fram úr sumum vandamálum mínum



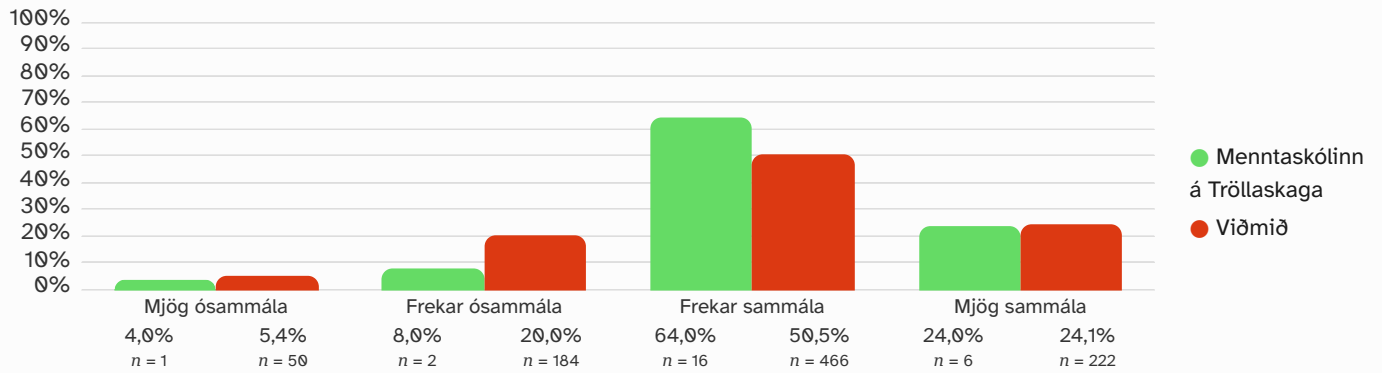
## 3.4.2 Stundum finnst mér að aðrir séu að ráðskast með líf mitt



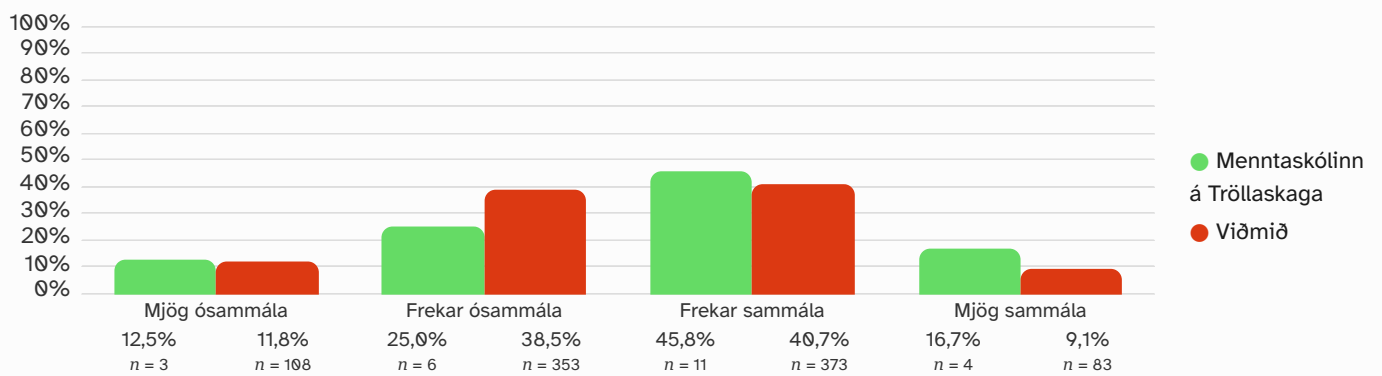
## 3.4.3 Ég hef litla stjórn á því sem kemur fyrir mig í lífinu



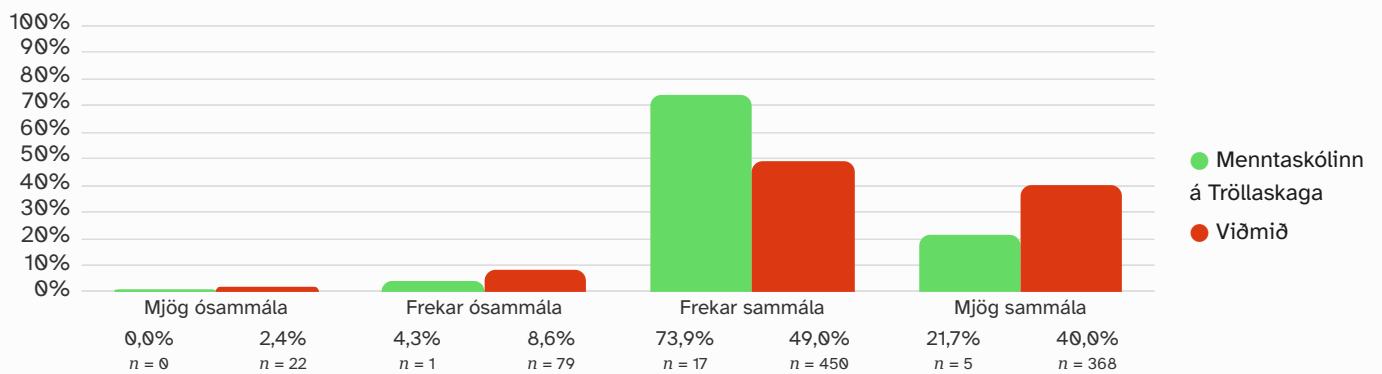
### 3.4.4 Ég get gert næstum allt sem ég ætla mér



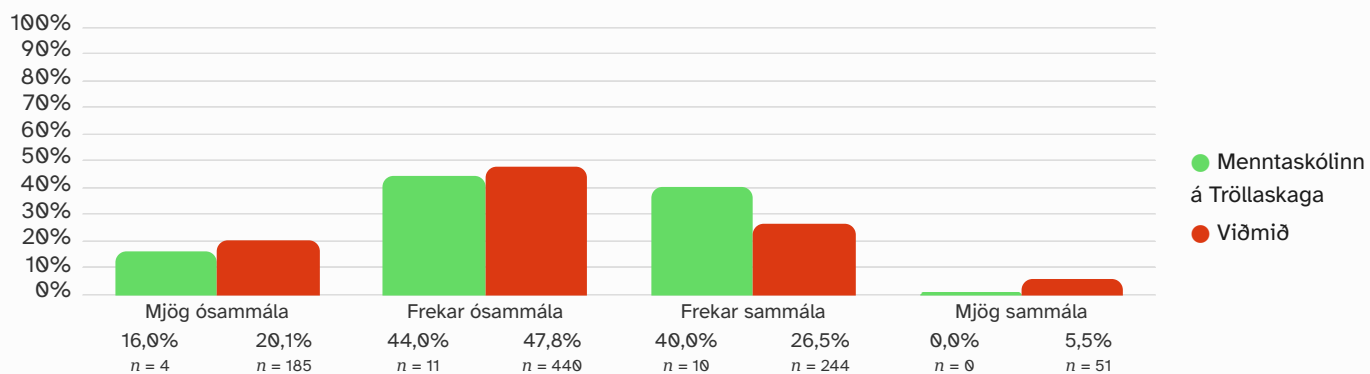
### 3.4.5 Mér finnst ég oft standa hjálparvana frammi fyrir vandamálum í lífinu



### 3.4.6 Framtíð mín ræðst að miklu leyti af mér sjálfri/sjálfum



### 3.4.7 Það er ekki margt sem ég get gert til að breyta mikilvægum atriðum í lífi mínu

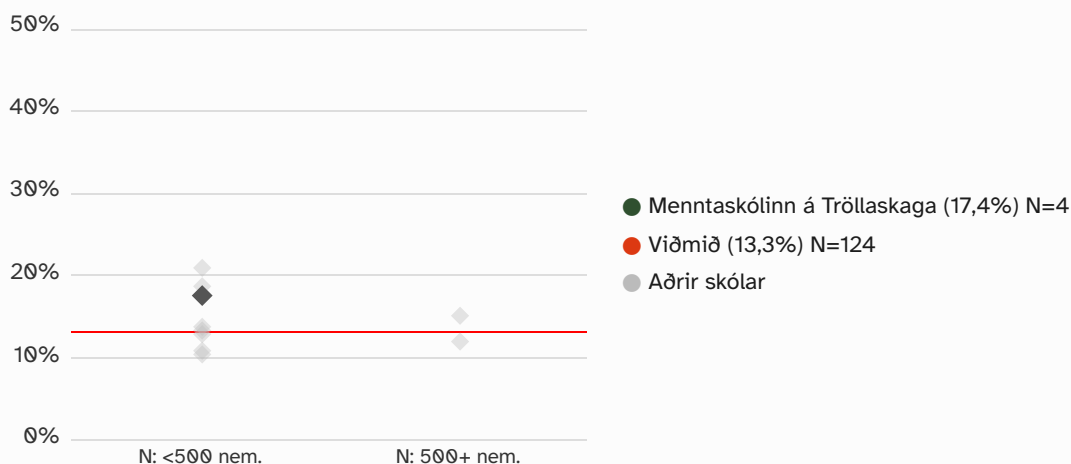


## 3.5. Þunglyndi

Mælikvarðinn er hluti matstækisins Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) sem metur þunglyndi. Hann er gefinn út af Psychology Foundation of Australia. Notaðar eru 6 spurningar af þunglyndismati DASS. Gefin eru 0-3 stig fyrir hverja spurningu, samtals geta nemendur fengið 0-18 stig. Viðmið fyrir einkenni þunglyndis er 10 eða fleiri stig. Birt er hlutfall nemenda sem fá 10 eða fleiri stig.

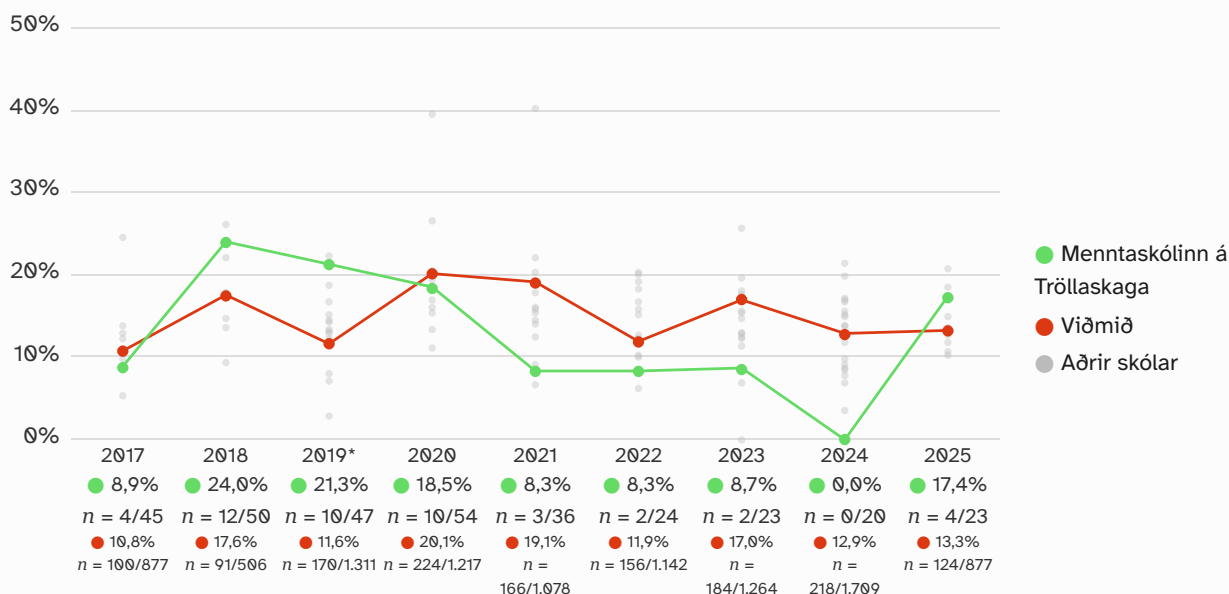
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.

### 3.5. Þunglyndi — Röðun



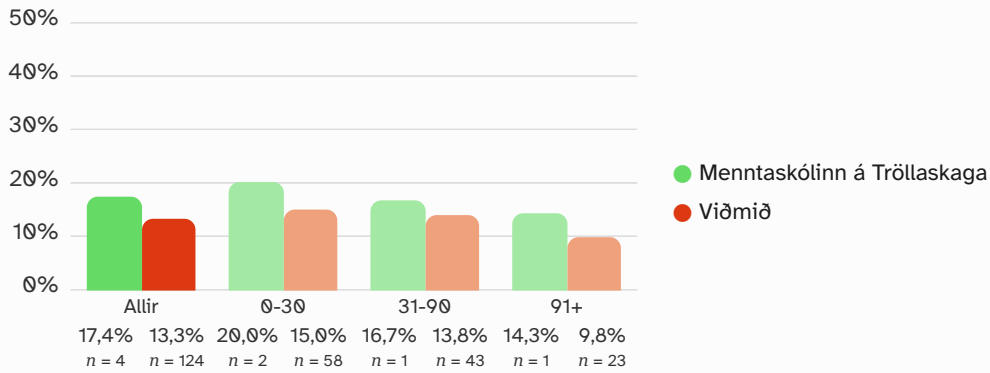
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 3.5. Þunglyndi — Ársmeðaltöl



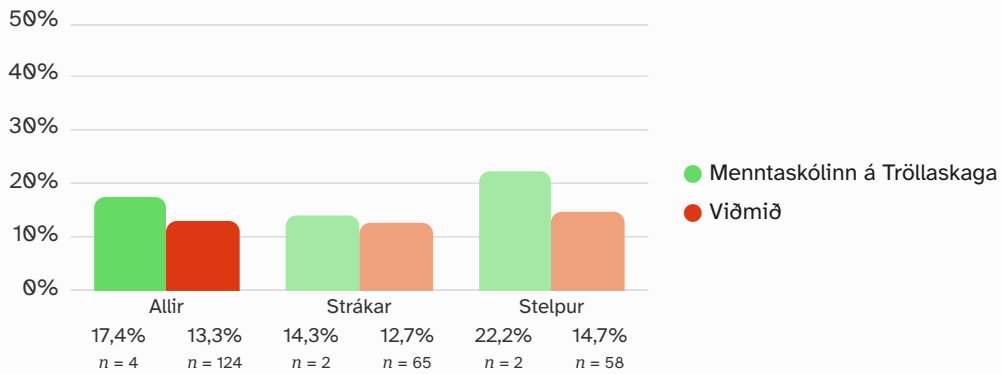
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.5. Þunglyndi — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.5. Þunglyndi — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

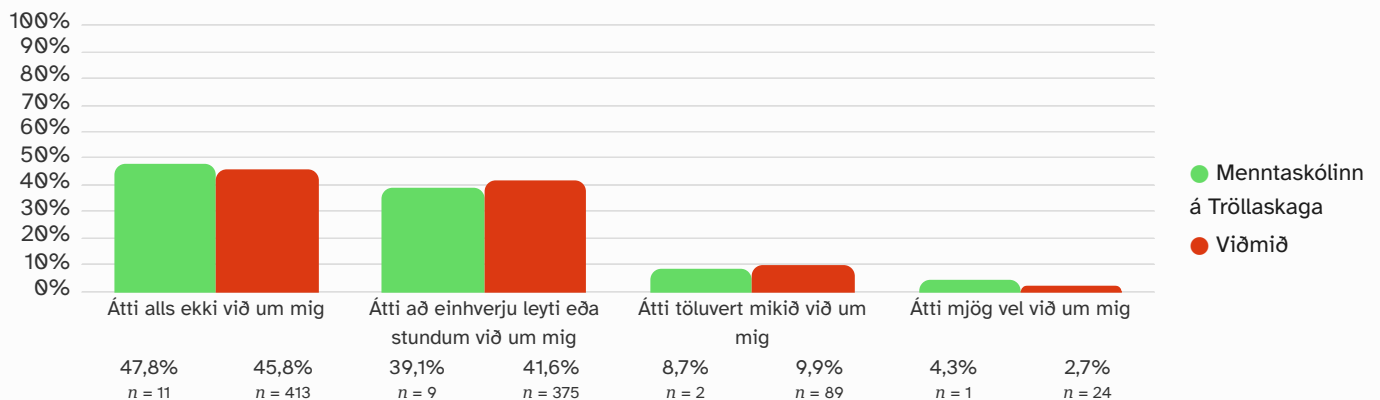
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

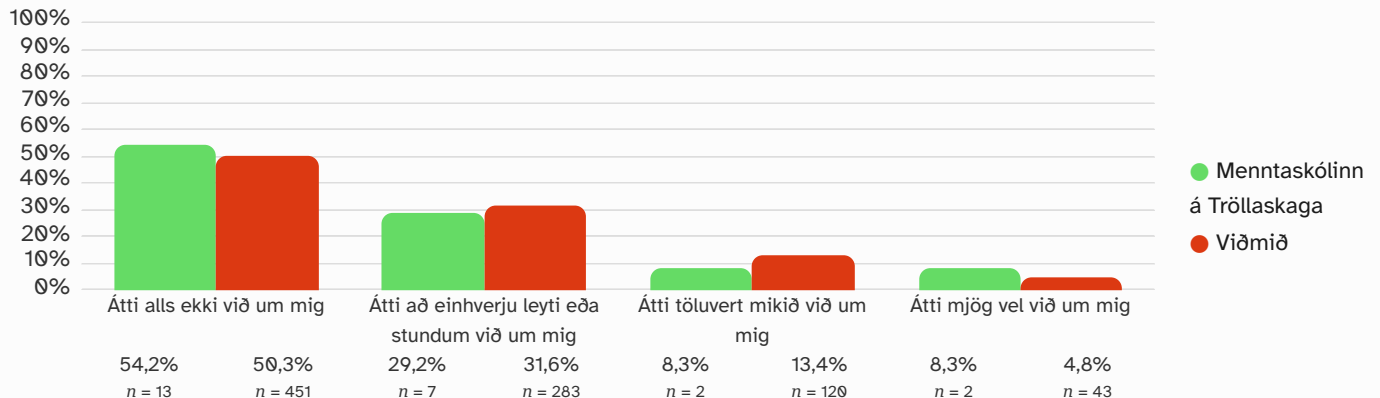
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Lestu hverja fullyrðingu hér fyrir neðan og svaraðu hversu vel þær áttu við um þig undanfarna viku. Það eru engin rétt eða röng svör. Eyddu ekki of miklum tíma í að velta fyrir þér hverri fullyrðingu.

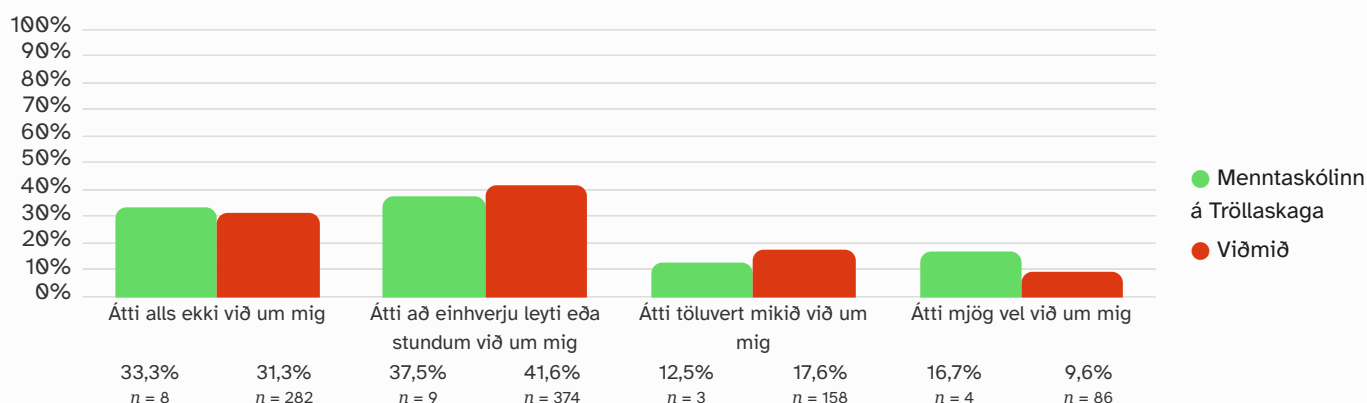
## 3.5.1 Ég virtist alls ekki geta fundið fyrir neinum góðum tilfinningum



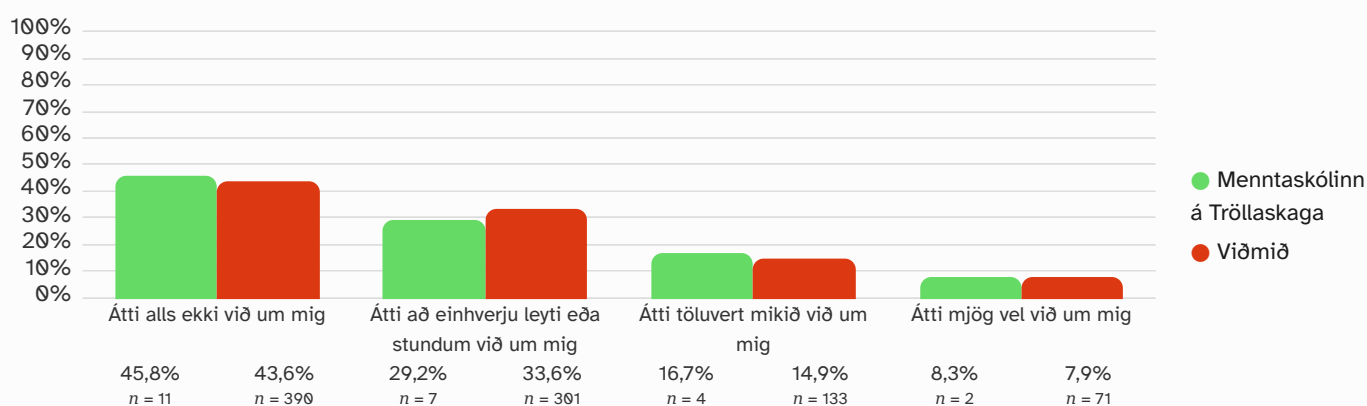
## 3.5.2 Mér fannst ég ekki geta hlakkað til neins



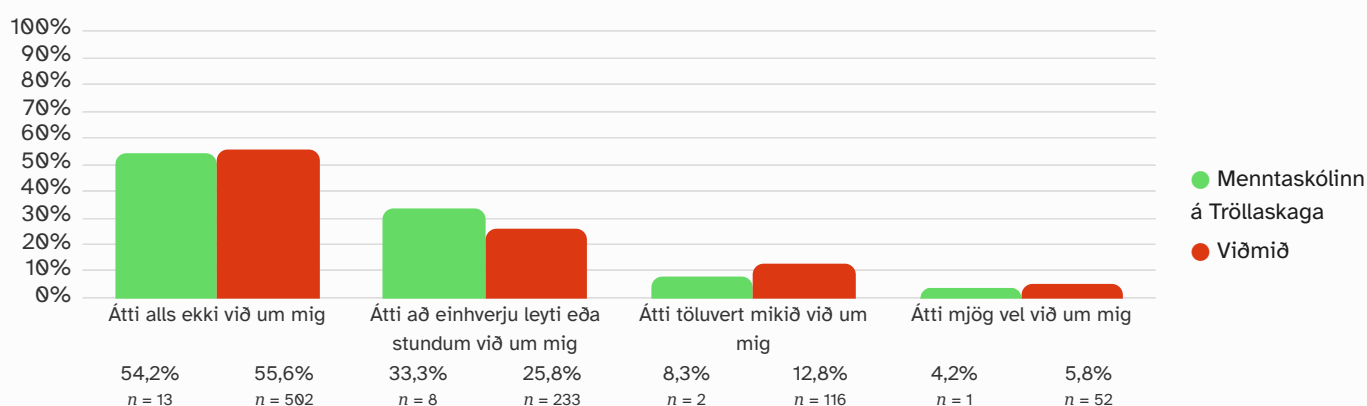
### 3.5.3 Ég var dapur/döpur og niðurdregin(n)



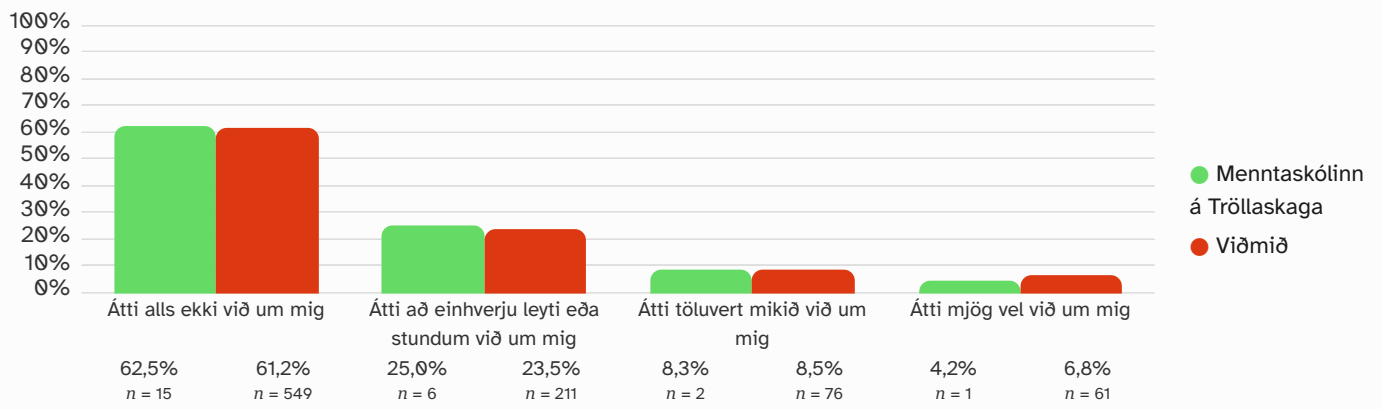
### 3.5.4 Ég gat ekki fengið brennandi áhuga á neinu



### 3.5.5 Mér fannst ég ekki vera mikils virði sem manneskja



### 3.5.6 Mér fannst lífið vera tilgangslaust

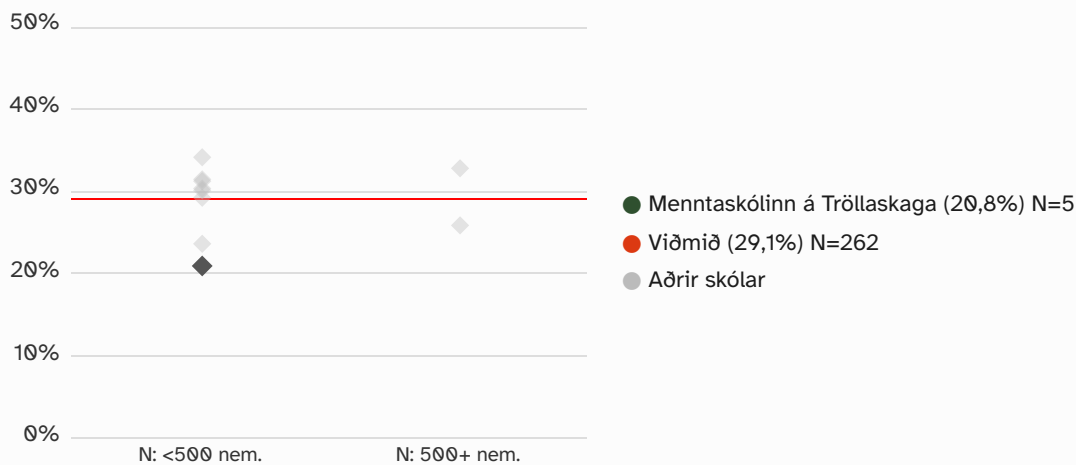


## 3.6. Kvíði

Mælikvarðinn er hluti matstækisins Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) sem metur kvíða. Hann er gefinn út af Psychology Foundation of Australia. Notaðar eru 6 spurningar af kvíðamati DASS. Gefin eru 0-3 stig fyrir hverja spurningu, samtals geta nemendur fengið 0-18 stig. Viðmið fyrir einkenni kvíða er 7 eða fleiri stig. Birt er hlutfall nemenda sem fá 7 eða fleiri stig.

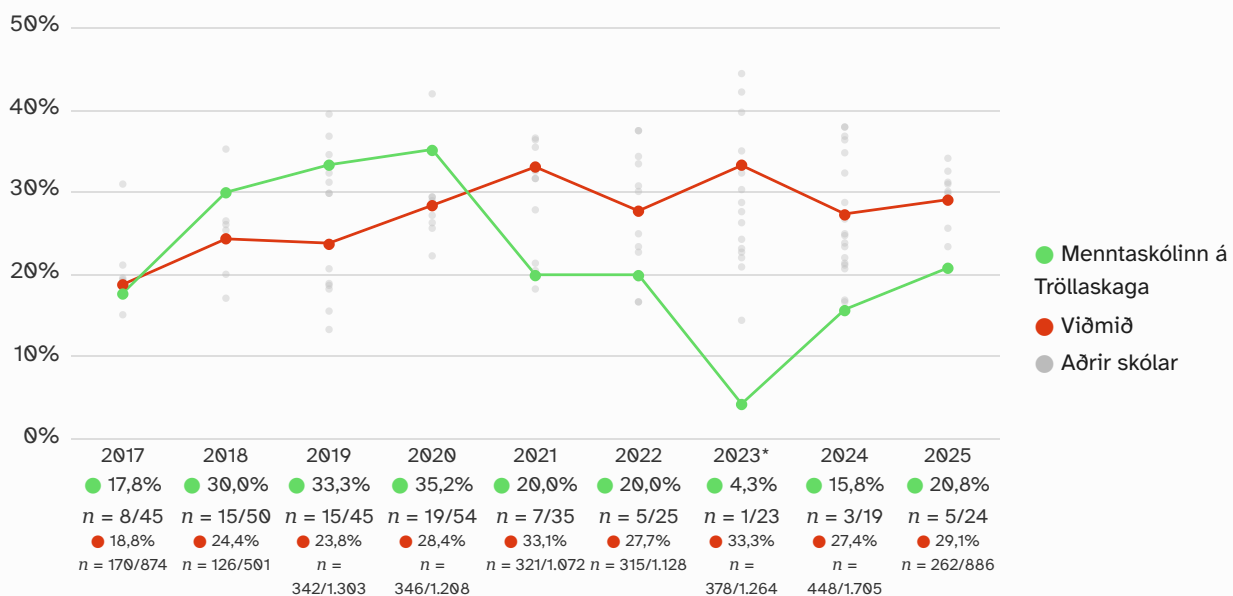
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.

### 3.6. Kvíði — Röðun



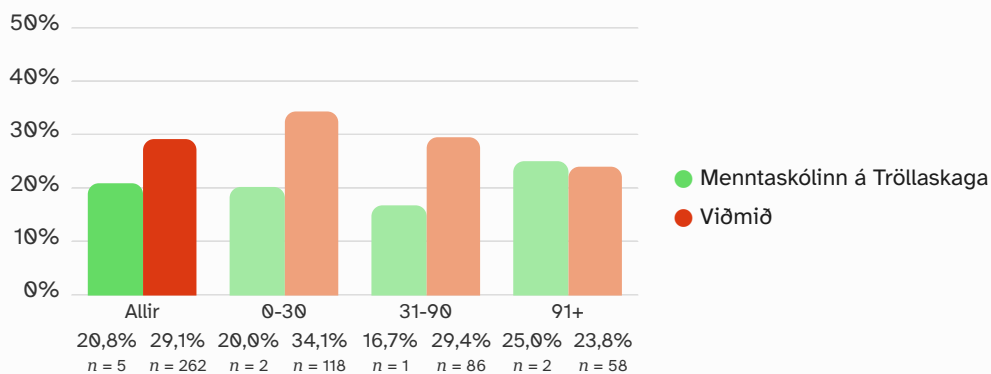
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 3.6. Kvíði — Ársmeðaltöl



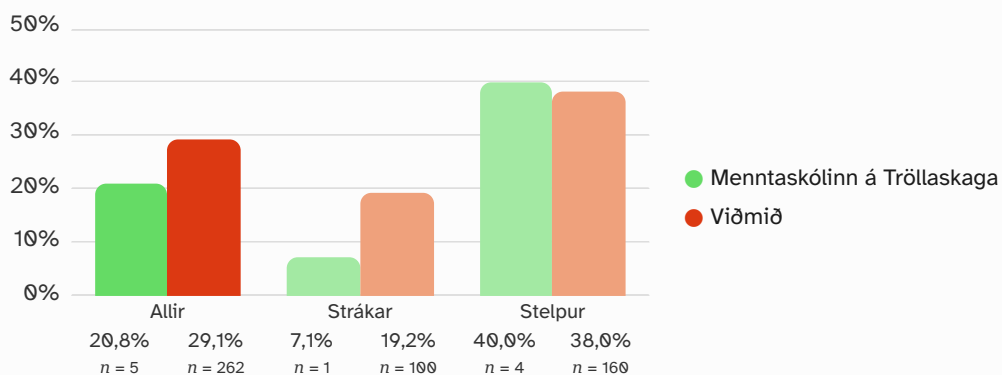
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.6. Kvíði — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.6. Kvíði — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

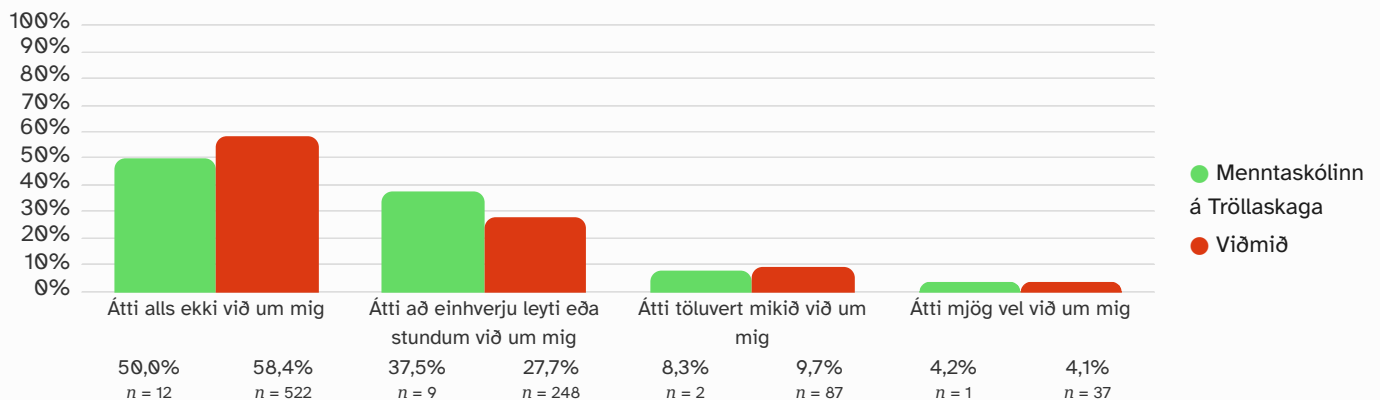
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

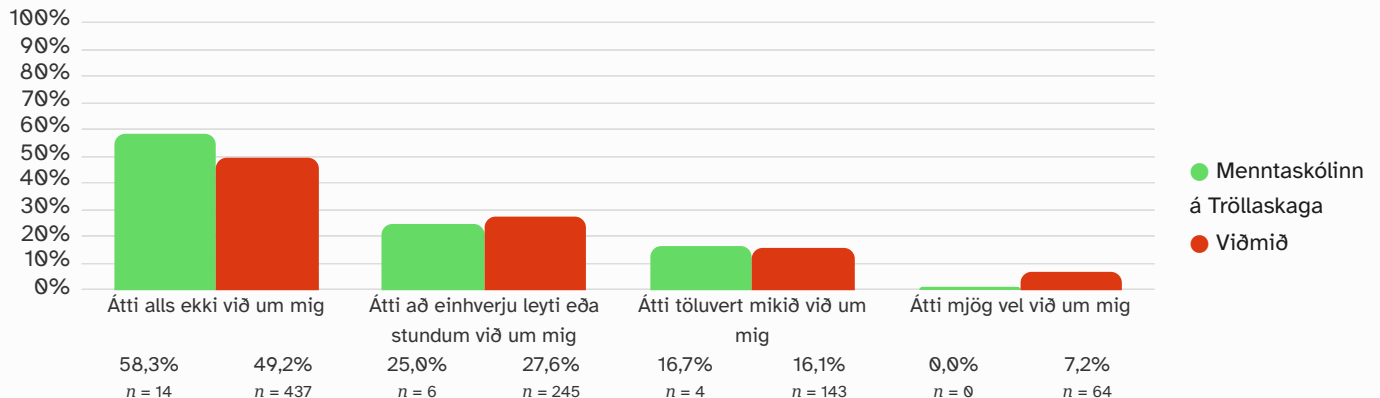
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Lestu hverja fullyrðingu hér fyrir neðan og svaraðu hversu vel þær áttu við um þig undanfarna viku. Það eru engin rétt eða röng svör. Eyddu ekki of miklum tíma í að velta fyrir þér hverri fullyrðingu.

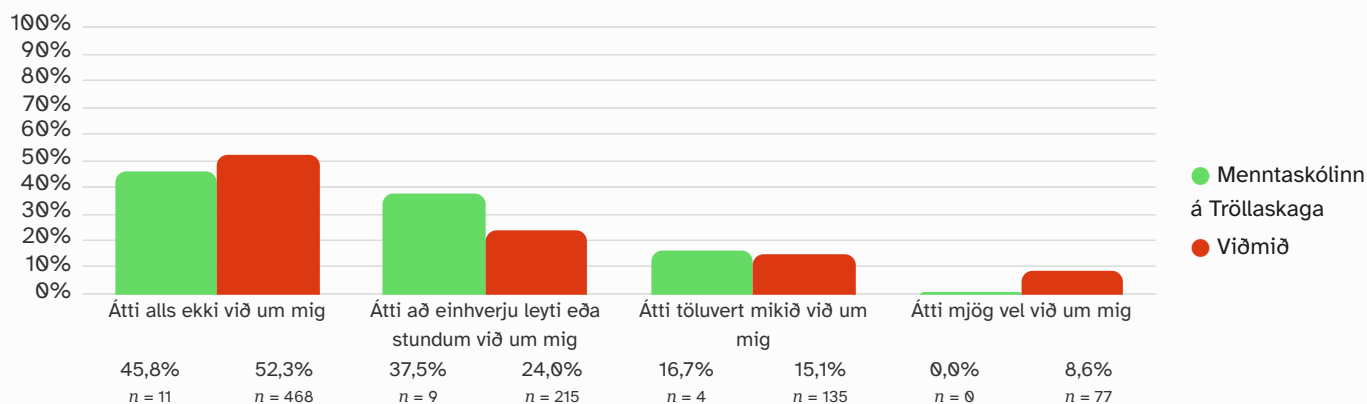
## 3.6.1 Ég átti í erfiðleikum með að anda (t.d. allt of hröð öndun, mæði án líkamlegrar áreynslu)



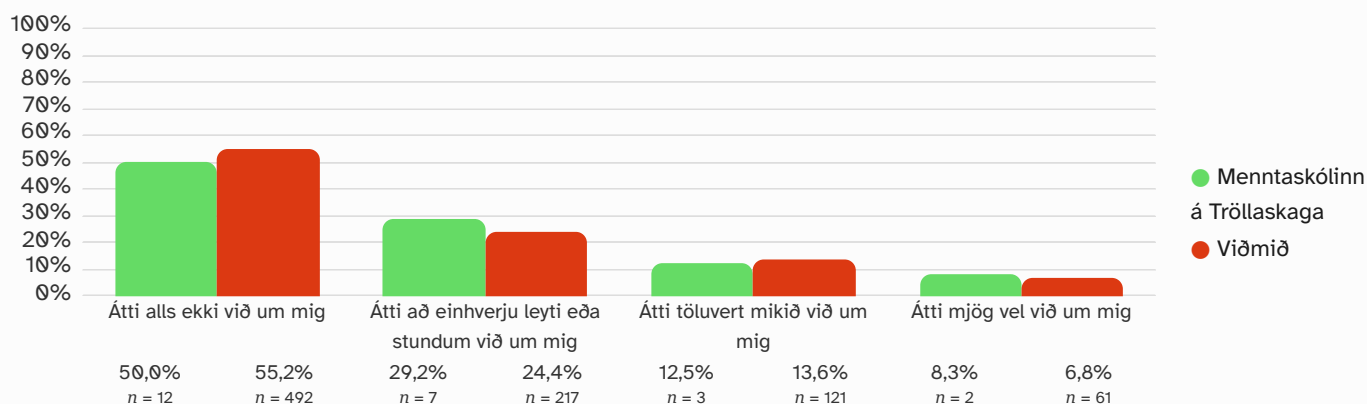
## 3.6.2 Ég fann fyrir skjálfta (t.d. í höndum)



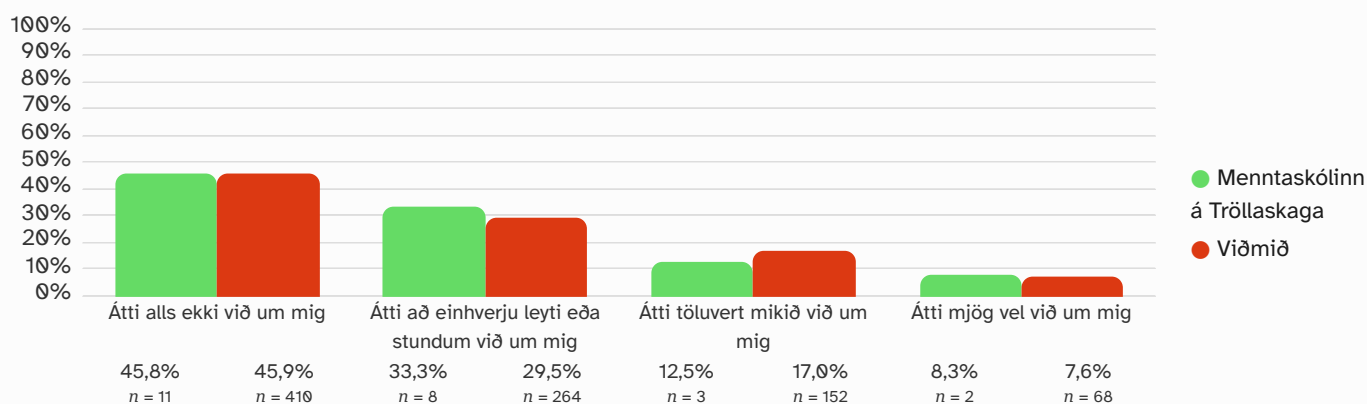
### 3.6.3 Ég hafði áhyggjur af aðstæðum þar sem ég gæti fengið ofsakvíðakast (panic) og gert mig að fífla



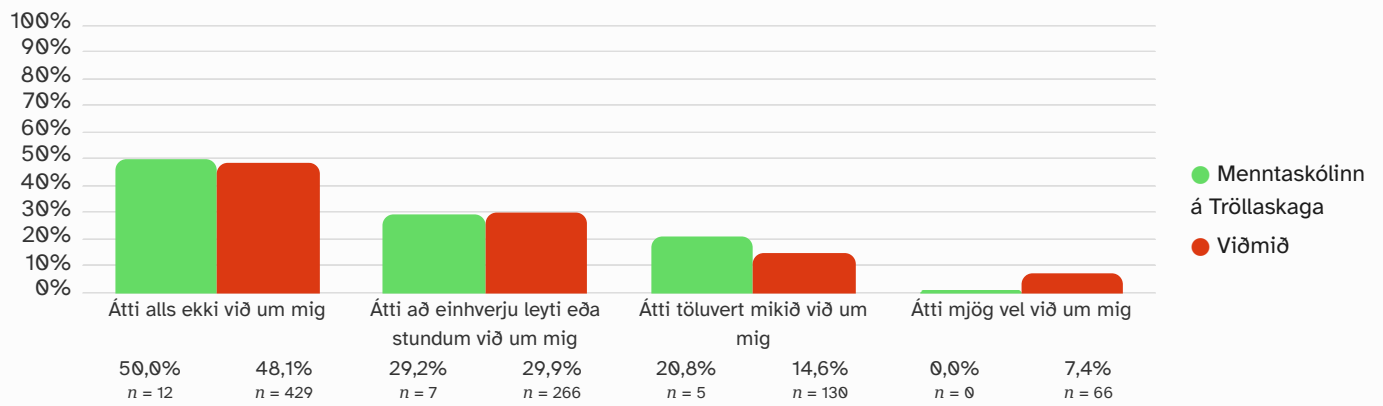
### 3.6.4 Mér leið eins og ég væri alveg að fá ofsakvíðakast (panic)



### 3.6.5 Ég varð vör/var við hjartsláttinn í mér þó ég hefði ekki reynt á mig (t.d. hraðari hjartsláttur, hjartað sleppti úr slagi)



### 3.6.6 Ég fann fyrir ótta án nokkurrar skynsamlegrar ástæðu

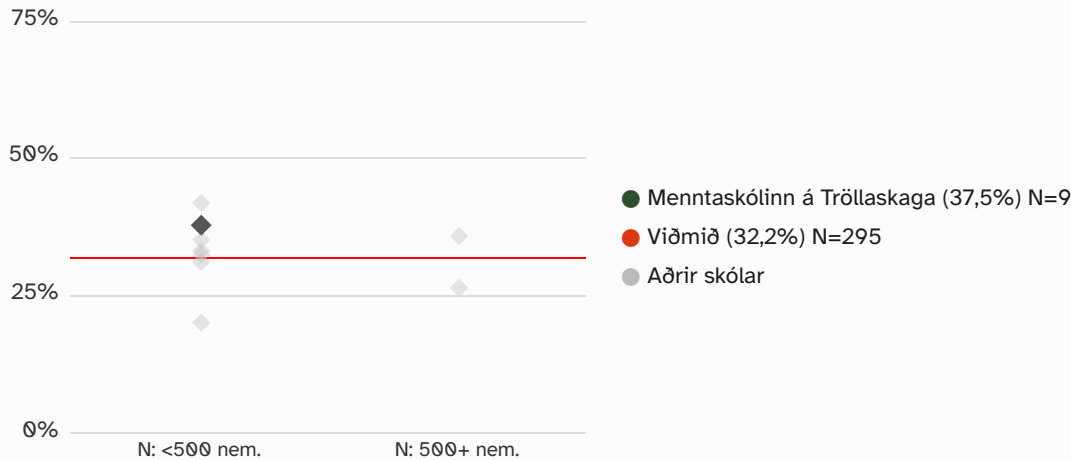


## 3.7. Svefnleysi

Algengi svefnleysis er metið með einni spurningu þar sem nemendur eru spurðir hversu oft á síðustu 30 dögum þeir hafi verið útsofnir eftir nætursvefn. Birt er hlutfall nemenda sem hafa sjaldan eða aldrei verið útsofnir undanfarinn mánuð.

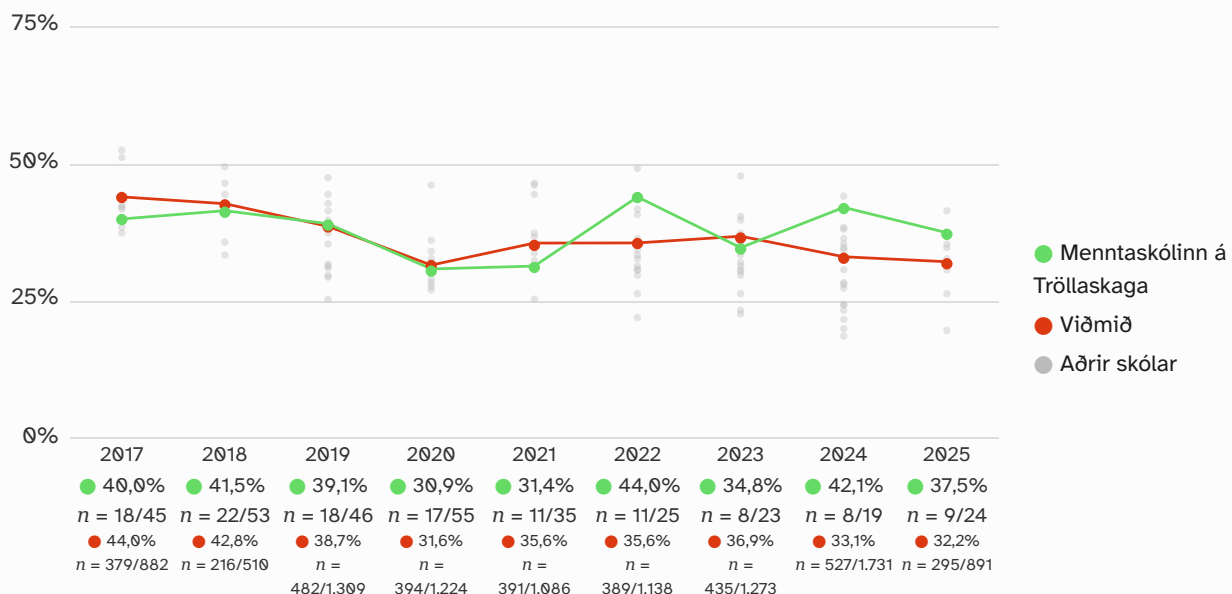
\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.

### 3.7. Svefnleysi — Röðun



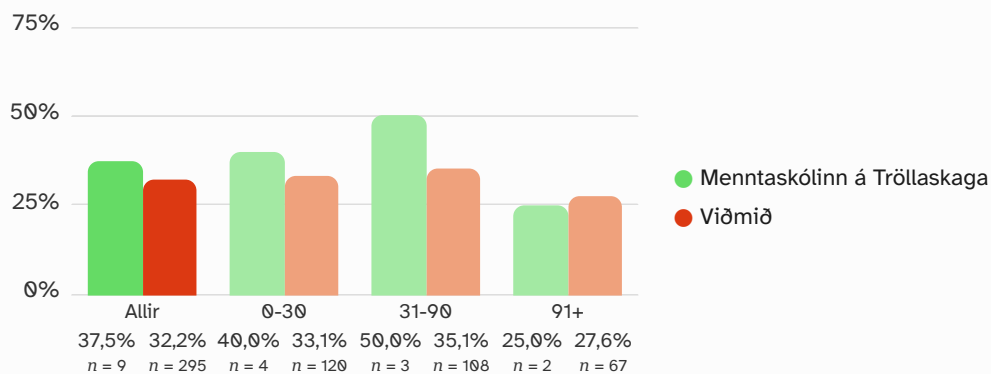
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 3.7. Svefnleysi — Ársmeðaltöl



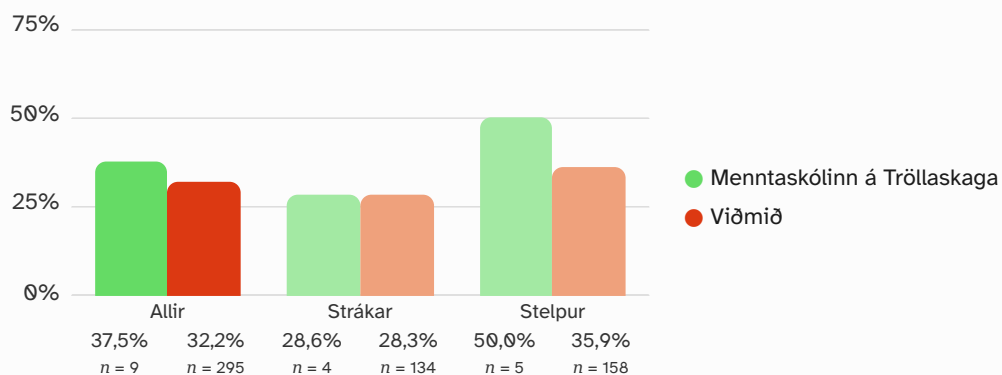
Á þessari mynd er niðurstaða matsþáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.7. Svefnleysi — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.7. Svefnleysi — Kyn



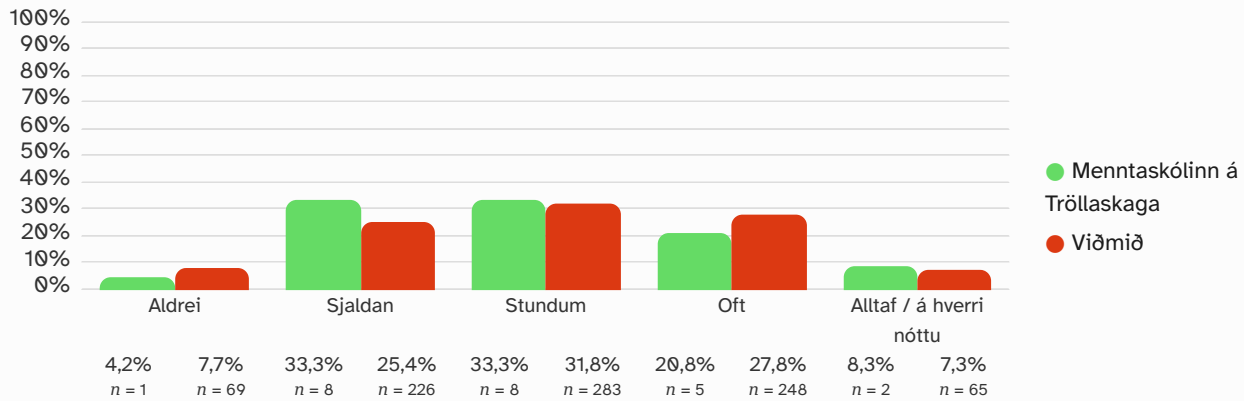
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessari mynd er niðurstaðan brotin niður eftir svarmöguleikum.

\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

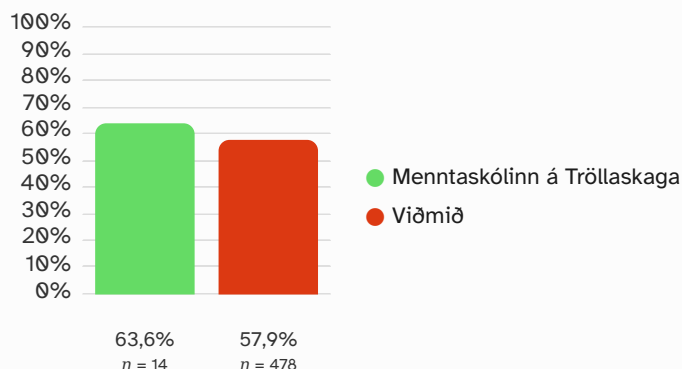
## 3.7.1 Hversu oft hefur þú verið útsofin(n) eftir nætursvefn á síðustu 30 dögum?



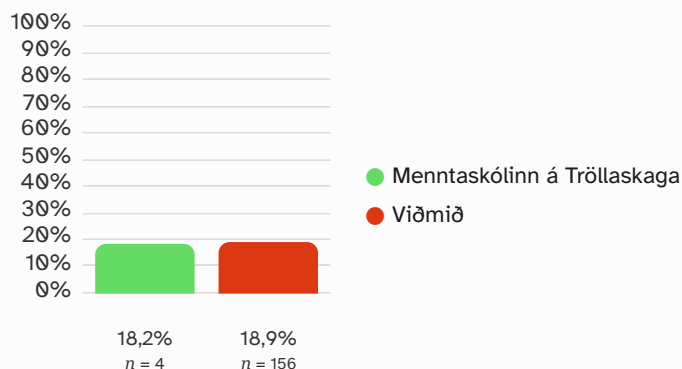
## 3.8. Ástæður svefnleysis

Vinsamlegast merktu við allt sem við á Hverjar voru ástæður þess að þú fékkst ekki nægan svefn?

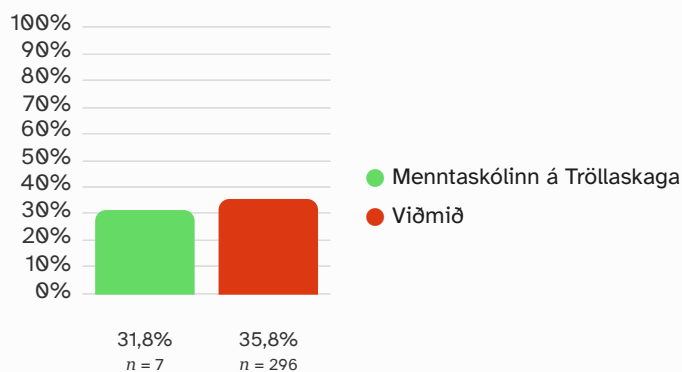
3.8. Gat ekki sofnað



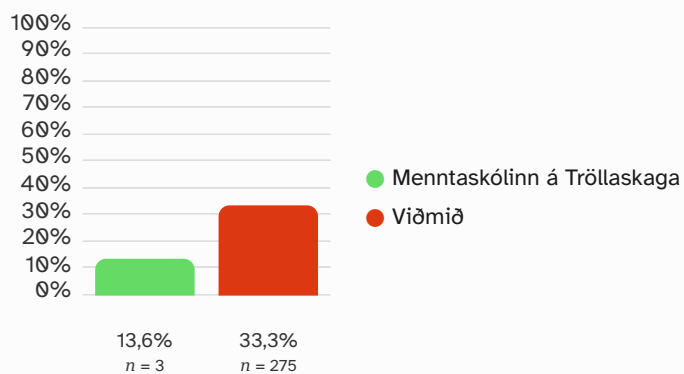
3.8. Vaknaði eftir að hafa fest svefn og gat ekki sofnað aftur



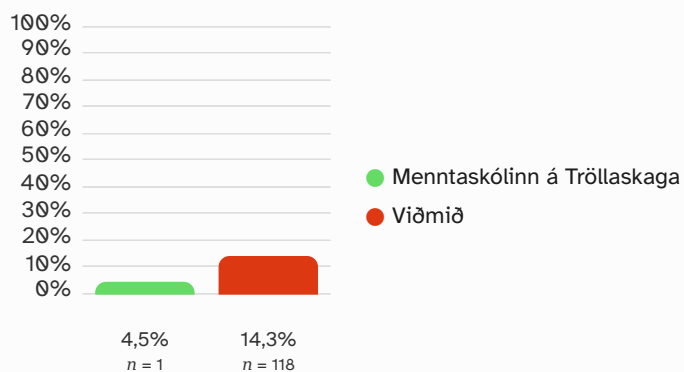
3.8. Var frameftir í tölvu eða að horfa á sjónvarp



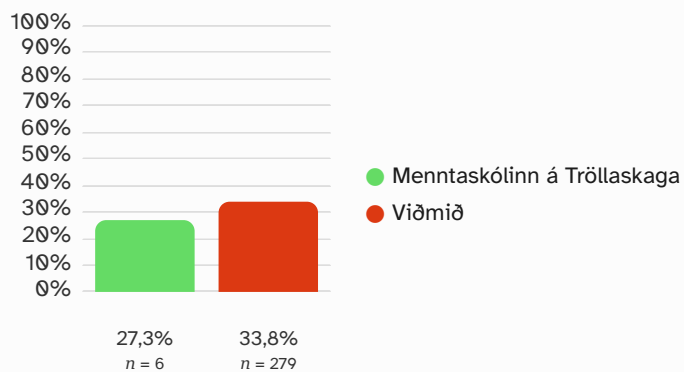
### 3.8. Var að læra frameftir



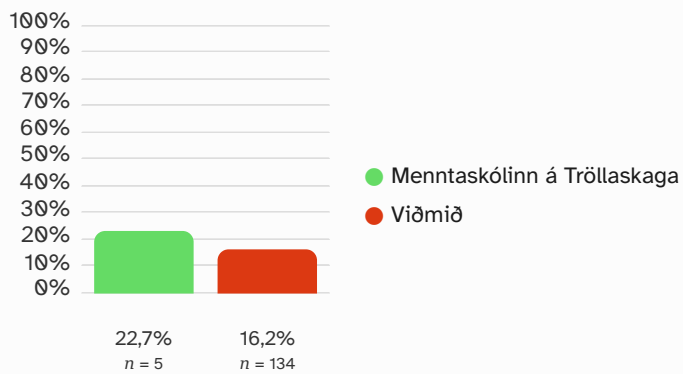
### 3.8. Var að vinna frameftir



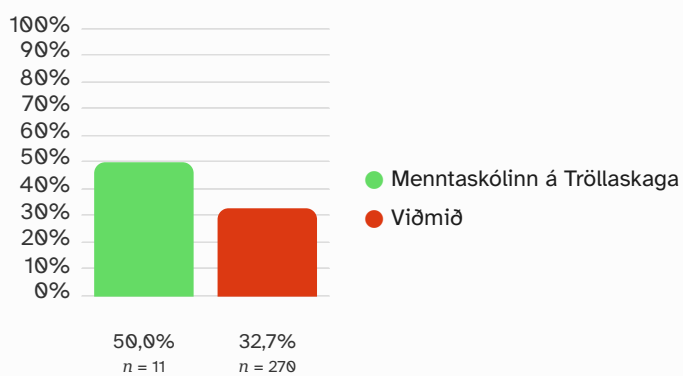
### 3.8. Var með vinum



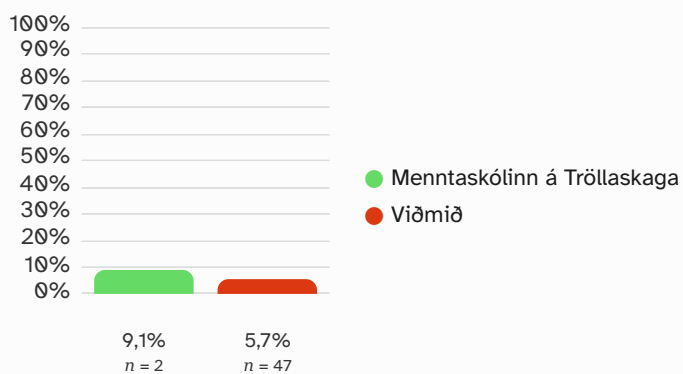
### 3.8. Þunglyndi/vanlíðan



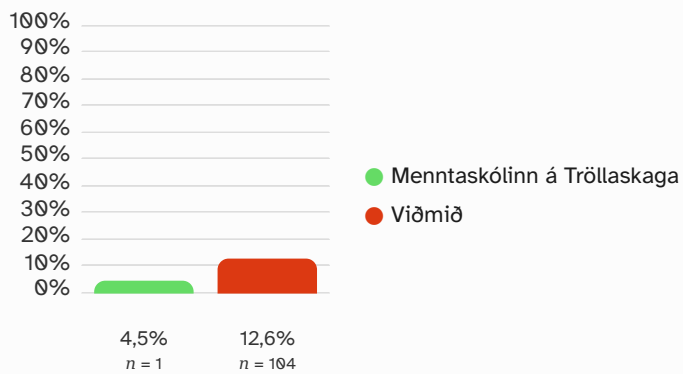
### 3.8. Kvíði



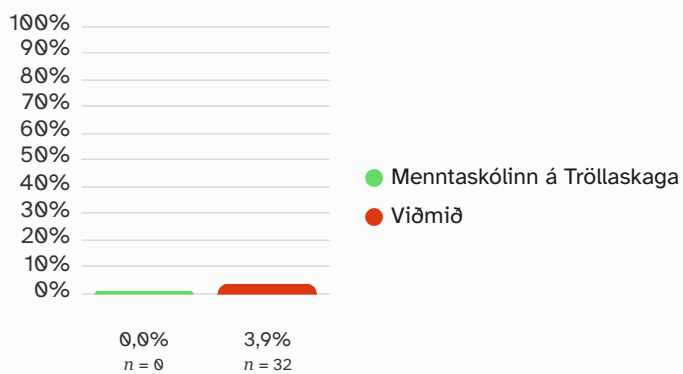
### 3.8. Erfiðleikar á heimili



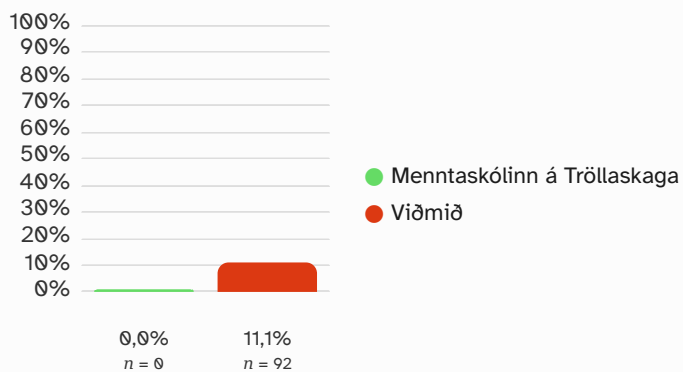
### 3.8. Líkamleg veikindi



### 3.8. Neysla áfengis/vímuefna



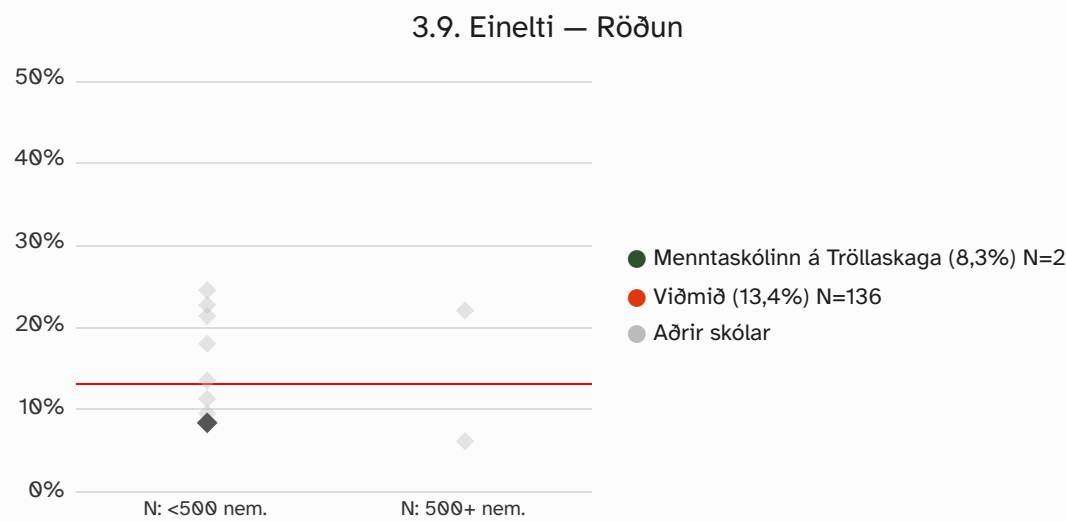
### 3.8. Aðrar ástæður:



### 3.9. Einelti

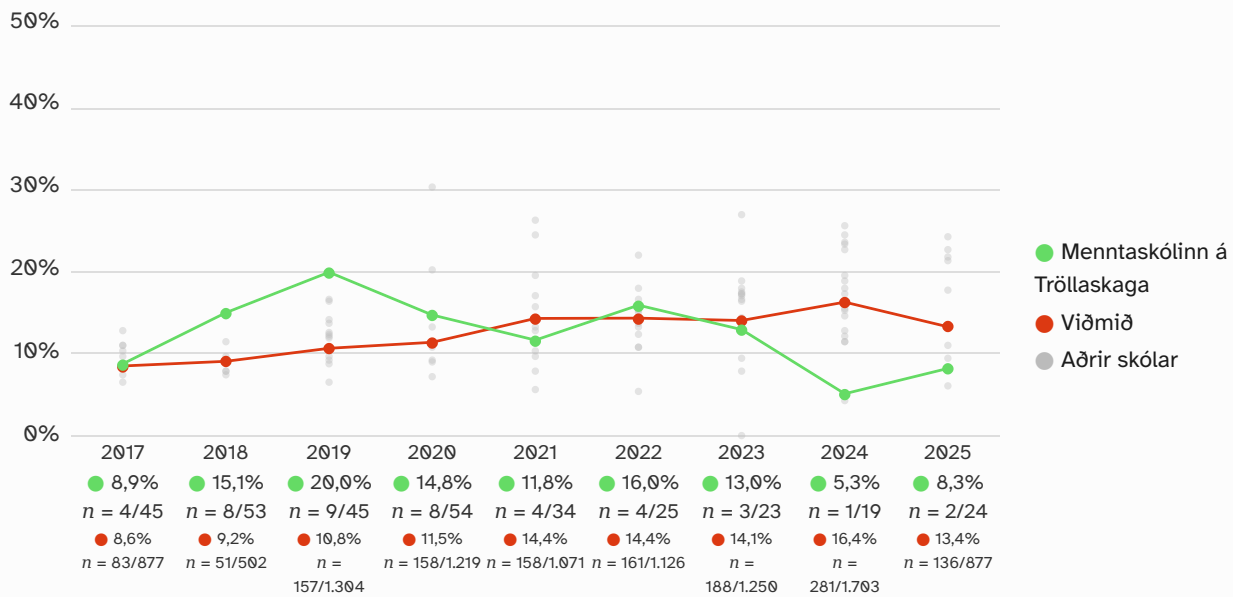
Matið á einelti inniheldur fimm spurningar og er birt hlutfall nemenda sem upplifðu sl. mánuð baktal, útilokun, særandi athugasemdir eða vanlíðan vegna framkomu annarra. Nemendur eru taldir hafa orðið fyrir einelti ef a.m.k. eitt af þessum atriðum á við þá stundum eða oft sl. mánuð. Birt er hlutfall nemenda sem upplifðu stundum eða oft sl. mánuð baktal, útilokun, særandi athugasemdir eða vanlíðan vegna framkomu annarra. Spurningarnar eru upphaflega hluti af spurningalista Olweus áætlunarinnar um umfang eineltis og þýðingin er fengin frá Námsmatsstofnun og er frá árinu 2005.

\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.



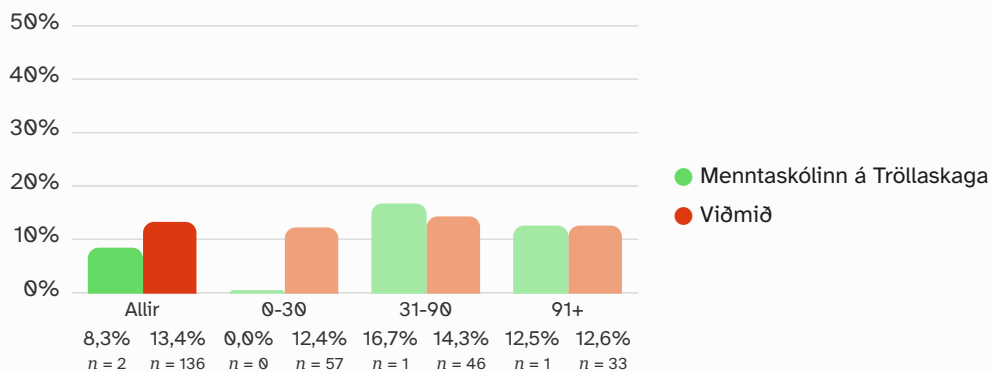
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 3.9. Einelti — Ársmeðaltöl



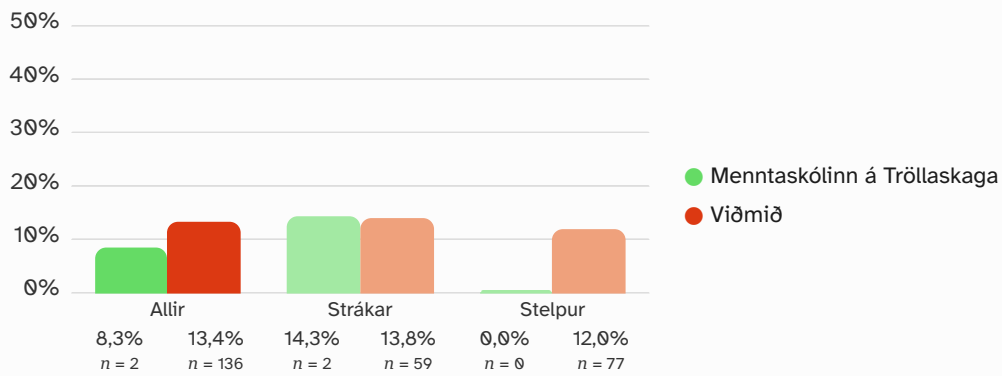
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.9. Einelti — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.9. Einelti — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

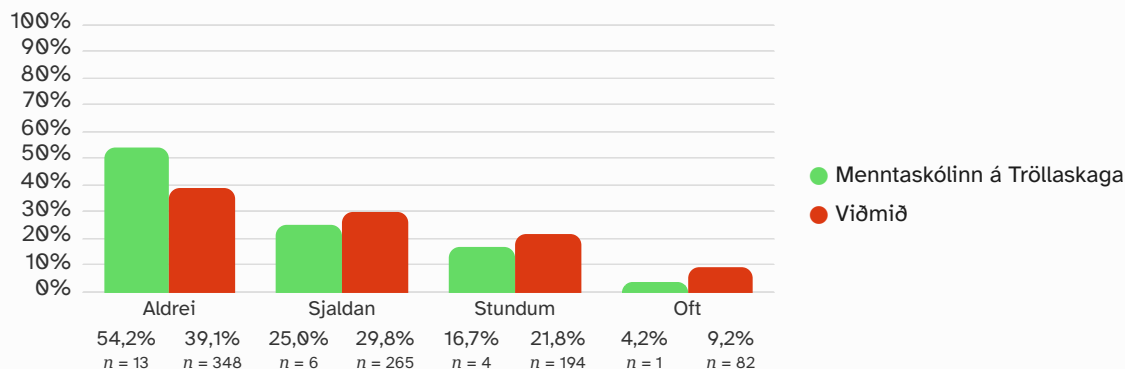
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

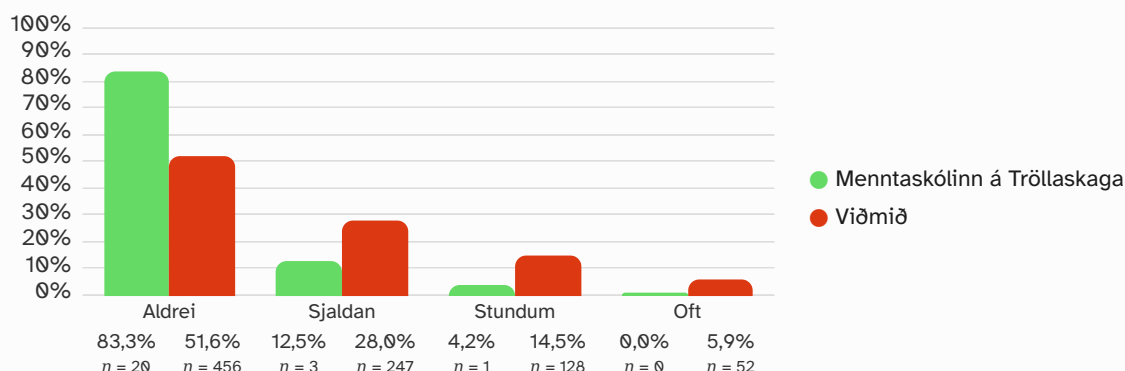
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Hve oft gerðist eftirfarandi á síðustu 30 dögum í skólanum?

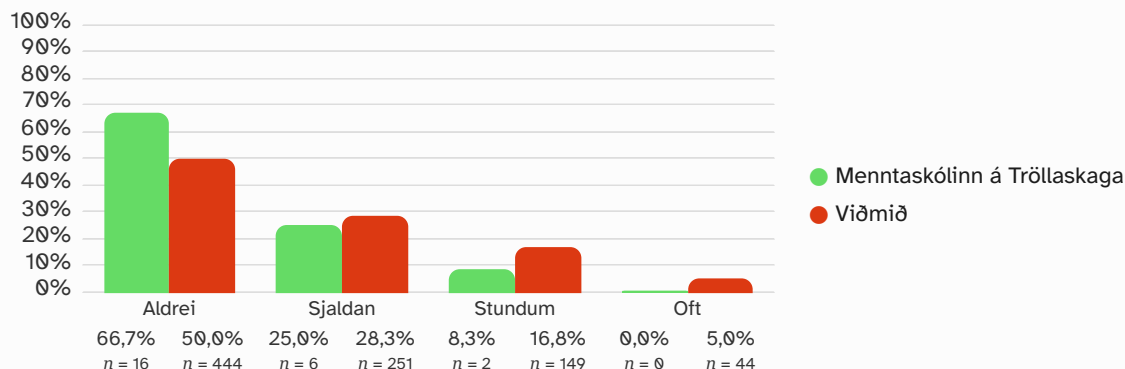
## 3.9.1 Mér fannst að einhver væri að baktala mig



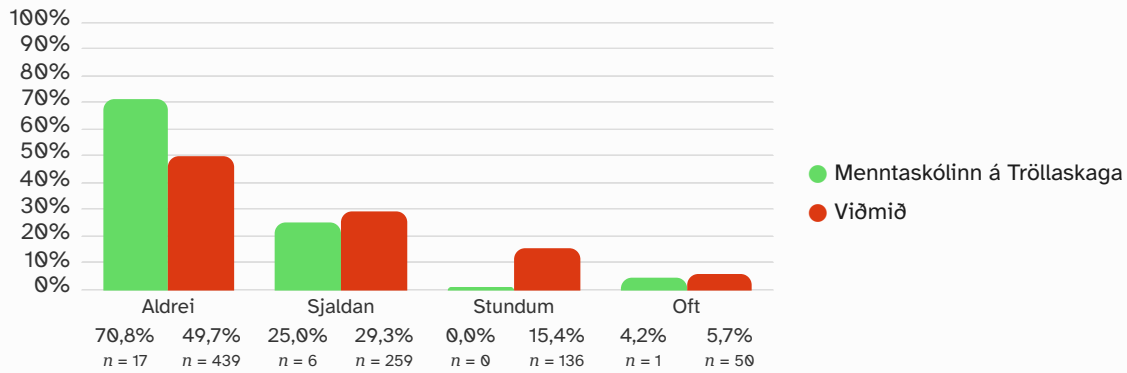
## 3.9.2 Ég var útilokuð/útilokaður) úr hópnum\*



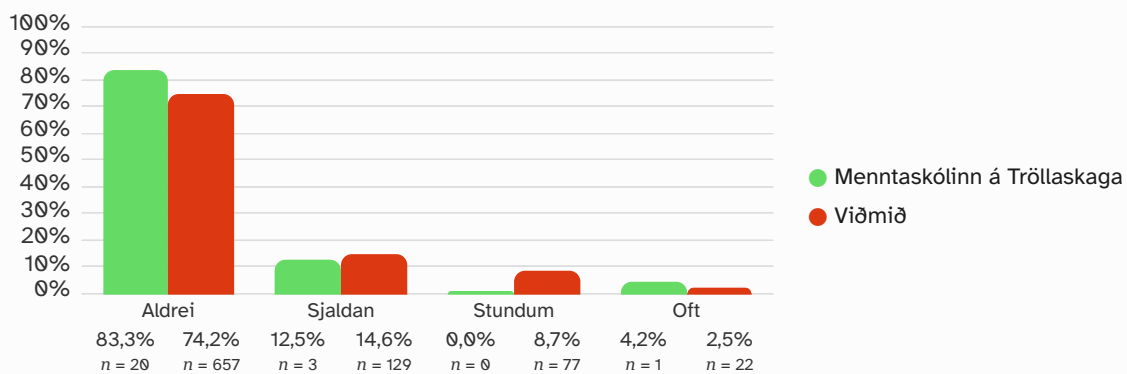
## 3.9.3 Einhver sagði eitthvað sárandi við mig



### 3.9.4 Mér leið mjög illa yfir því hvernig aðrir komu fram við mig



### 3.9.5 Mér leið mjög illa yfir því sem aðrir sögðu um mig eða við mig á netinu

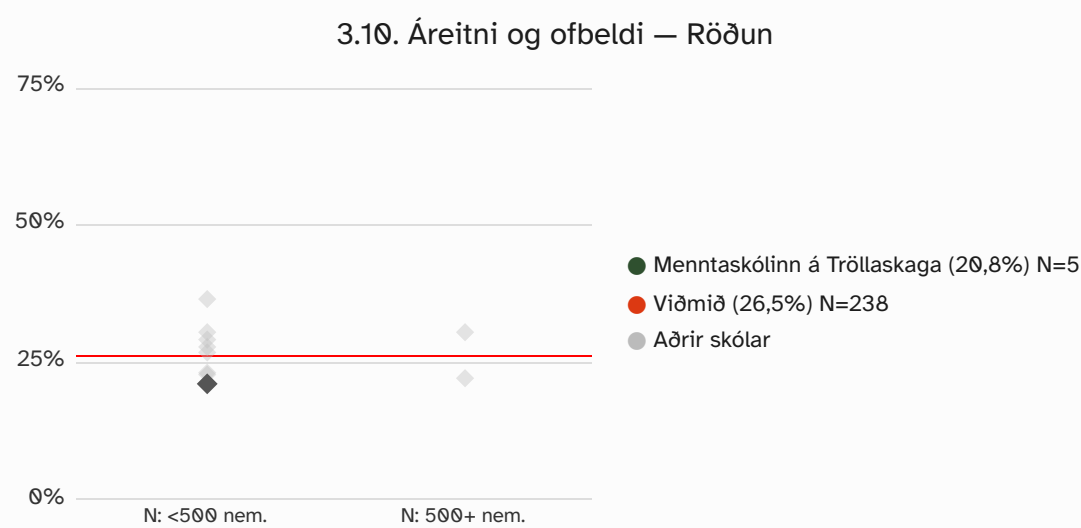


### 3.10. Áreitni og ofbeldi

Algengi áreitni og ofbeldis er metið með sex spurningum og er birt hlutfall nemenda þeirra nemenda sem svöruðu að minnsta kosti einni spurningu játandi. Með öðrum orðum þeir nemendur sem upplifðu einhverskonar ofbeldi, niðurlægingu eða áreitni a.m.k. einu sinni sl. 2 mánuði.

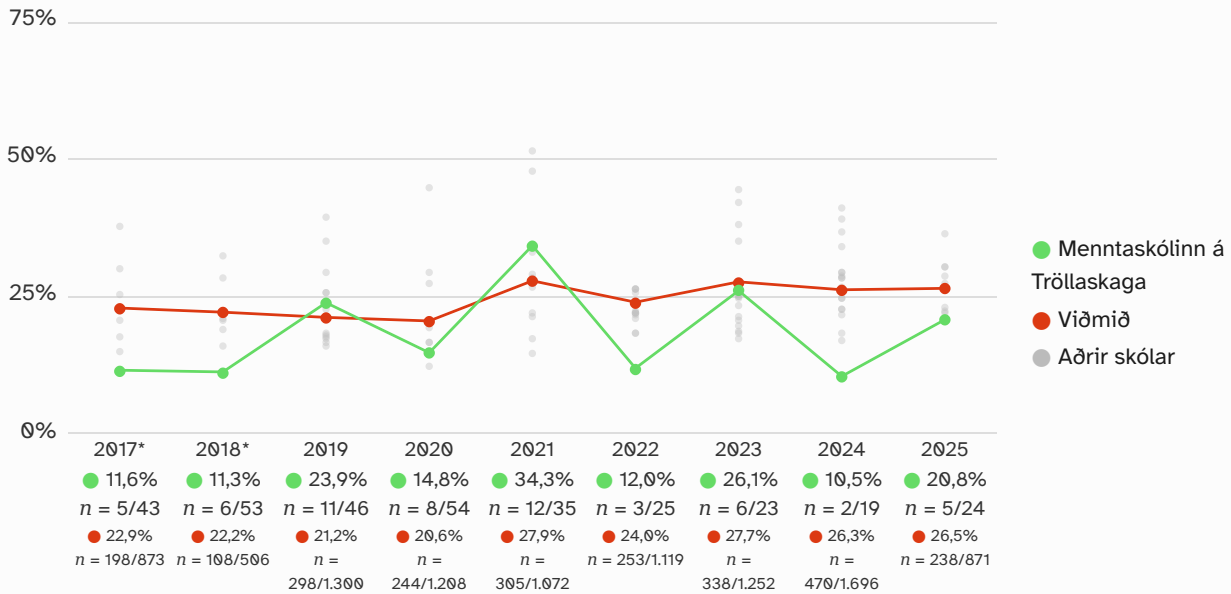
Haustið 2025 var sjöundu spurningunni bætt við (um kynbundna áreitni) en ekki var þörf á að fjarlægja langtímasamanburð þar sem hlutfallsleg hækkun var óveruleg.

\*Tölfræðilega marktækur munur samkvæmt kí-kvaðrat prófi.



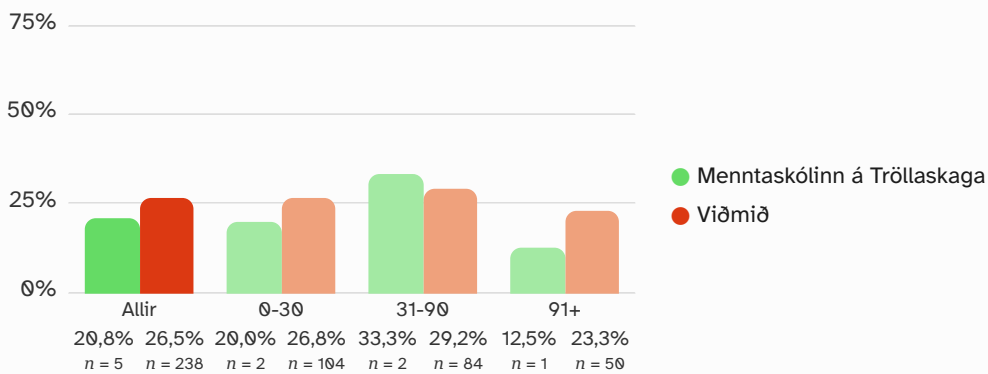
Á þessari mynd sést hvernig meðaltöl þátttökuskólanna dreifast. Meðaltal skólans er merkt með grænum punkti á myndinni og meðaltal viðmiðunarhópsins er merkt með rauðri línu.

### 3.10. Áreitni og ofbeldi — Ársmeðaltöl



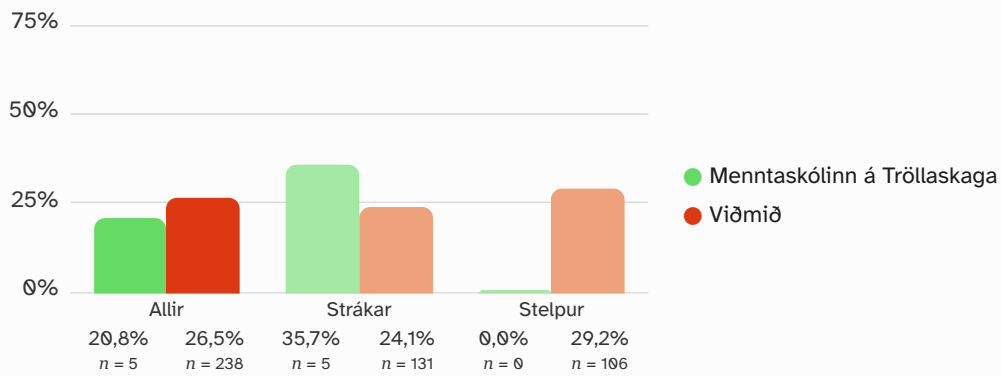
Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins borin saman við niðurstöður kannana fyrri ára.

### 3.10. Áreitni og ofbeldi — Einingum lokið



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir loknum einingafjölda.

### 3.10. Áreitni og ofbeldi — Kyn



Á þessari mynd er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir kyni.

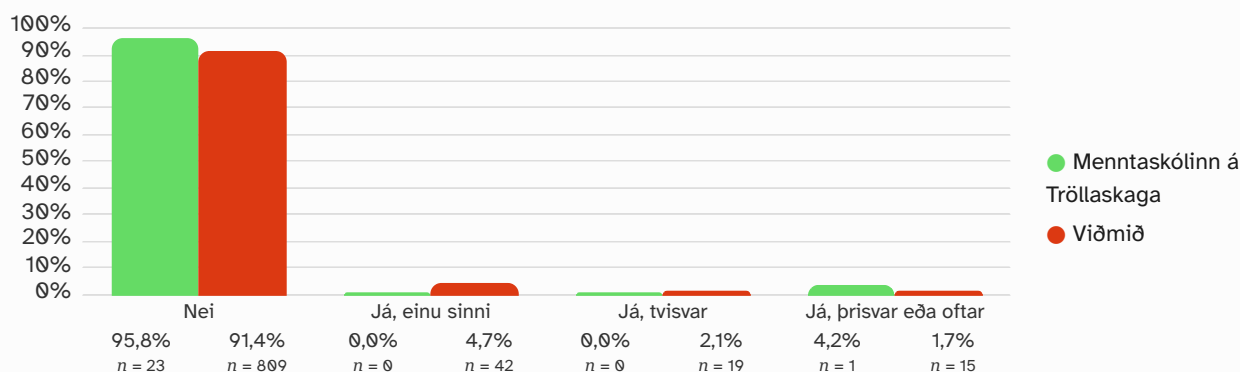
# Spurningar sem mynda matspátt

Á þessum myndum er niðurstaða matspáttarins brotin niður eftir einstökum spurningum.

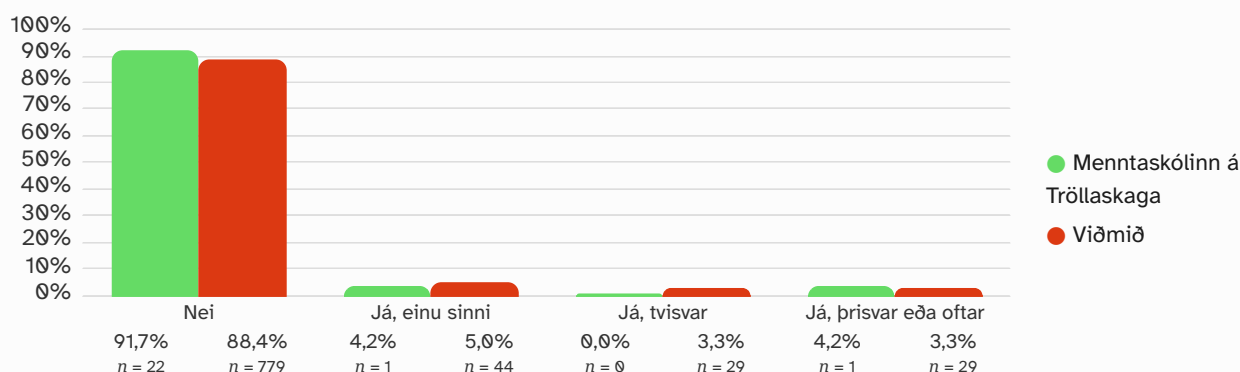
\*Tölfræðilega marktækur munur á hópum skv. kí-kvaðrat prófi.

Hefur þú orðið fyrir eftirfarandi síðustu 2 mánuði í skólanum eða á viðburðum á vegum skólans?

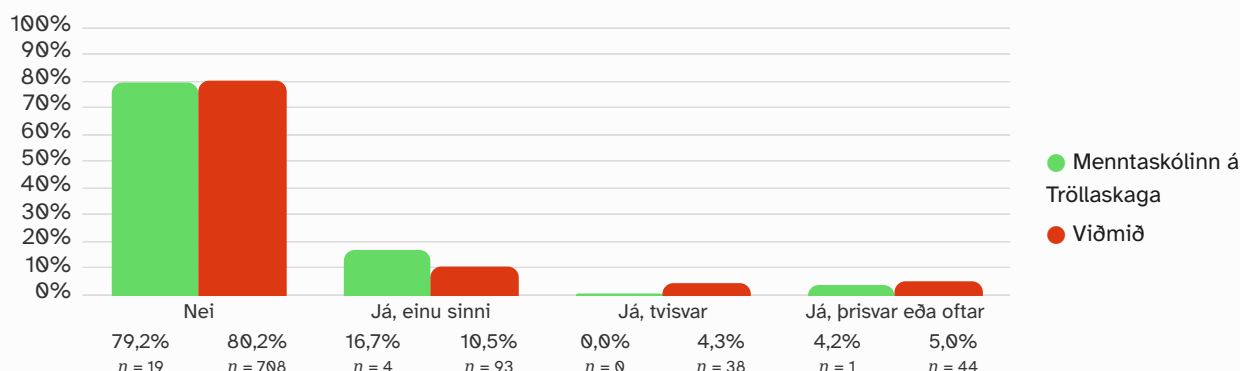
## 3.10.1 Ég varð fyrir barsmíðum eða öðru líkamlegu ofbeldi



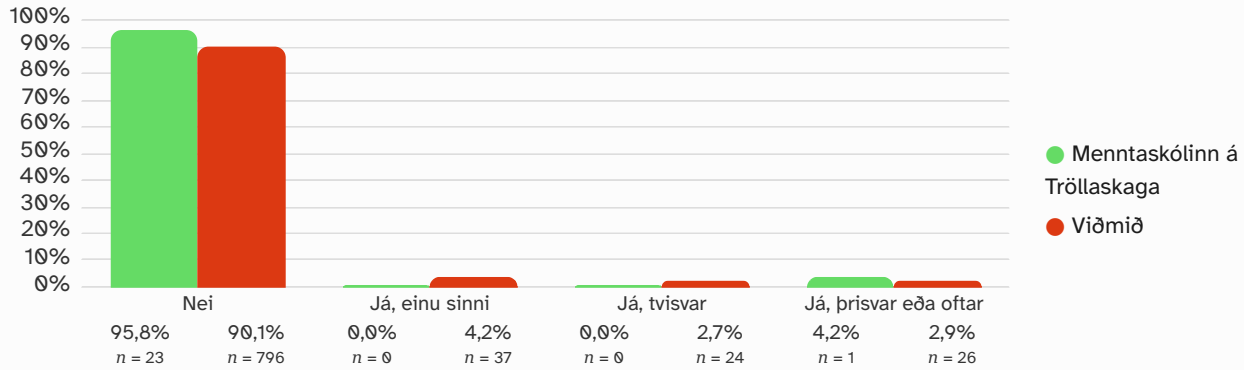
## 3.10.2 Mér var hótað eða ógnað þannig að ég óttaðist um öryggi mitt



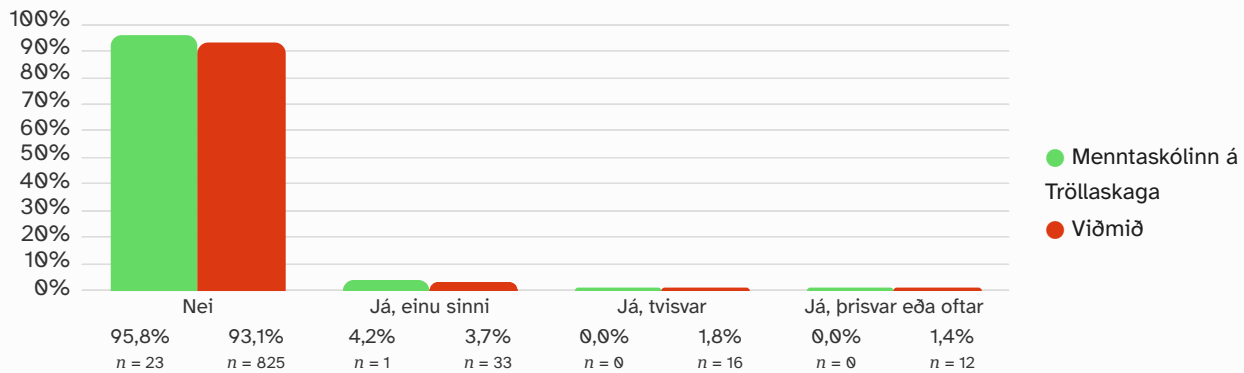
## 3.10.3 Ég var niðurlægð(ur) fyrir framan aðra



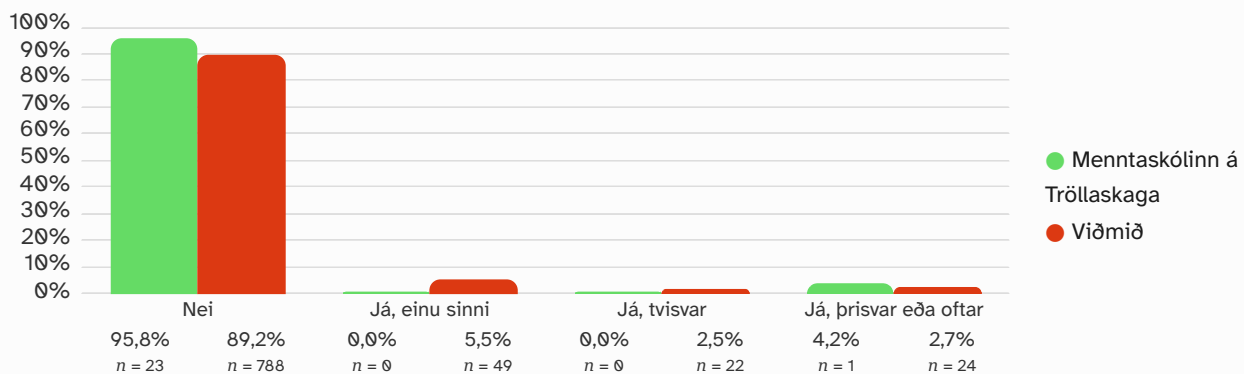
### 3.10.4 Ég varð fyrir kynferðislegri áreitni (t.d. snerting sem ég vildi ekki, kynferðislegar athugasemdir eða uppnefni)



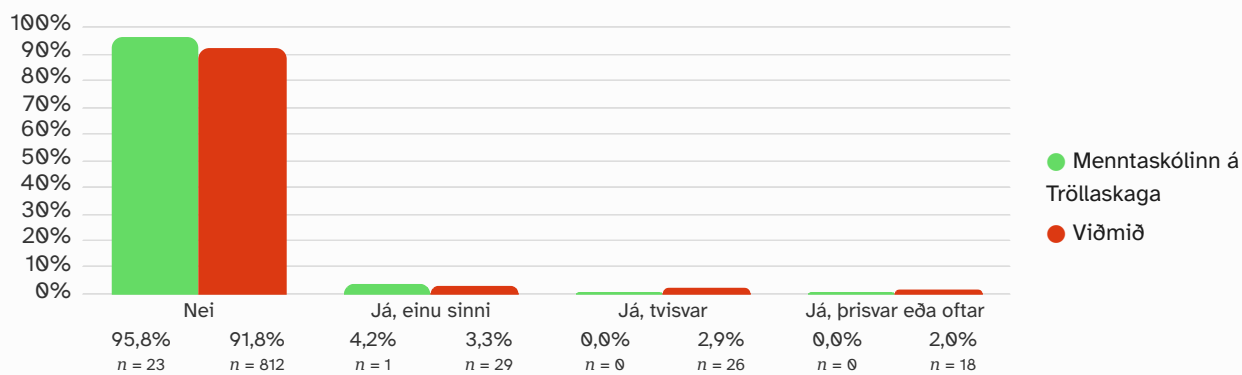
### 3.10.5 Ég varð fyrir kynferðislegu ofbeldi (þvinguð/þvingaður til kynlífsathafna sem ég vildi ekki eða tilraun gerð til þess, t.d. samfara, munnmaka, endaparmsmaka eða annarra kynlífsathafna)



### 3.10.6 Ég varð fyrir því að persónulegum eignum mínum var stolið



3.10.7 Ég varð fyrir kynbundinni áreitni eða mismunun vegna kyns míns (t.d. óviðeigandi athugasemdir eða framkoma sem tengist kyni eða kynhneigð minni).





## 4.1. Mat á líðan

Á þessari síðu má sjá svör nemenda við opinni spurningu sem kom í kjölfar spurninga um líðan.

Svörunum er raðað í stafrófsröð. Hægt er að klippa og líma svörin yfir í Excel skjal til frekari eftirvinnslu.

Ef þú hugsar um líðan þína í skólanum, hvað gæti bætt hana?

## 4.2. Kennslumat

Á þessari síðu má sjá svör nemenda við opinni spurningu sem kom í kjölfar spurninga um námsumhverfi.

Svörunum er raðað í stafrófsröð. Hægt er að klippa og líma svörin yfir í Excel skjal til frekari eftirvinnslu.

Ef þú hugsar um kennsluna í skólanum, hvernig væri hægt að bæta hana?

## 4.3. Lýstu því hvað þér þykir gott við skólann þinn

Á þessari síðu má sjá opin svör nemenda. Svörunum er raðað í stafrófsröð. Hægt er að klippa og líma svörin yfir í Word eða Excel til frekari vinnslu.

Lýstu því hvað þér þykir gott við skólann þinn.

## 4.4. Lýstu því hvað þér þykir slæmt við skólann þinn

Á þessari síðu má sjá opin svör nemenda. Svörunum er raðað í stafrófsröð. Hægt er að klippa og líma svörin yfir í Excel skjal til frekari eftirvinnslu.

Lýstu því hvað þér þykir slæmt eða að megi betur fara í skólanum þínum.