# UNGDOMMENS DEMOKRATI-BAROMETER

## EN TEMPERATURMÅLING PÅ UNGES DEMOKRATISKE ENGAGEMENT

2026

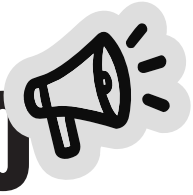
# INDHOLD

3
FORORD

4
HOVEDRESULTATER

8
TEMPERATUREN PÅ UNGES DEMOKRATISKE ENGAGEMENT

20
DEMOKRATISK ENGAGEMENT I PRAKSIS



30
INDFLYDELSE OG HANDLEKRAFT

40
RESPEKT I FÆLLESSKABER

48
REPRÆSENTATION

56
YTRINGSRUM

64
DELTAGELSES-MULIGHEDER

74
METODEBILAG

# MYTEN OM UENGAGEREDE UNGE ER NU OFFICIELT DØD

I Ungdomsbureauet er vi i flere år blevet mødt af en bekymring for, at unge i dag er mindre engagerede. Det satte vi os for at undersøge. Sammen med Honoré Fonden har vi nu lavet Ungdommens demokratibarometer, som måler unges engagement – også det engagement, som er i hverdagen, og som normalt ikke tæller med.

For engagement ser ud på mange måder. Det lever i samtalen med vennerne, i fællesskabet på uddannelsen, i foreninger og på sociale medier. Det opstår, når unge undersøger deres egen holdning, samler andre om en sag, skaber noget sammen eller bruger deres stemme. Barometeret viser netop, at unges demokratiske engagement ofte udfolder sig i hverdagen og i de nære fællesskaber.

Undersøgelsen giver et mere nuanceret billede af unges engagement og udfordrer myten om "den uengagerede ungdom". For det passer ganske enkelt ikke, at unge ikke vil engagere sig. Halvdelen af unge er allerede engagerede på et niveau, de selv ønsker, og 3 ud af 10 vil gerne engagere sig mere, end de gør i dag.

Det kalder på et skifte i perspektiv. Vi opfordrer til at ændre spørgsmålet fra "Hvordan får vi unge til at engagere sig?" til spørgsmålet: "Hvordan skaber vi rammer, der understøtter, udvikler og anerkender unges engagement?"

Her ligger en opgave for alle: Unge skal kunne finde vejene ind, opleve at deres perspektiver har værdi og mærke, at deres deltagelse kan gøre en forskel. For fællesskabet har betydning: 70 procent af unge oplever, at de kan gøre en forskel sammen med andre.

Med Ungdommens demokratibarometer vil vi skabe viden, der kan omsættes til handling. Viden, der kan skabe flere veje til deltagelse og indflydelse, så vi får et levende demokratisk samfund.

Vi vil samtidig rette en stor tak til de mange aktører, der har bidraget til udviklingen af Ungdommens demokratibarometer. Tak til Jonas Lieberkind fra DPU ved Aarhus Universitet og Maria Bruselius-Jensen fra Center for Ungdomsforskning ved Aalborg Universitet for at kvalificere undersøgelsens design, spørgeramme og analyser. Tak også til Michael Bang Petersen fra Aarhus Universitet for input til spørgerammen.

Tak til Dansk Ungdoms Fællesråd (DUF), DGI, Det Danske Spejderkorps, Konservativ Ungdom, Mino Danmark, Rød-Grøn Ungdom, SAGA, Sammenslutningen af Unge Med Handicap (SUMH) og Ung Kult for at bidrage med vigtige perspektiver til udviklingen af barometerets temaer og forståelse af unges demokratiske liv.

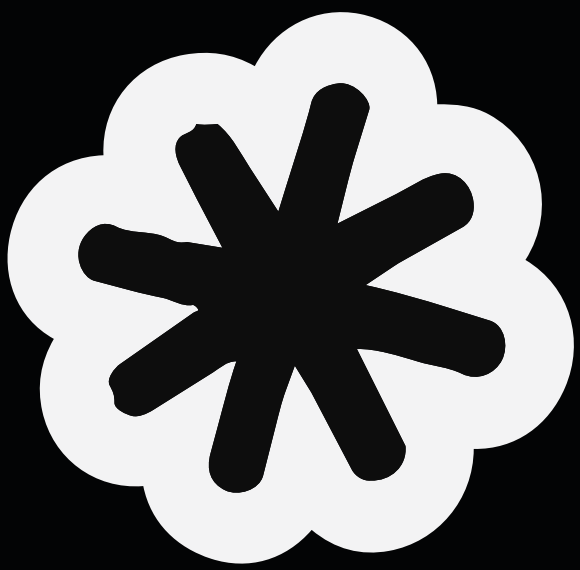
Endeligt tak til Honoré Fonden og Epinion, som hhv. har støttet og udarbejdet undersøgelsen - og i særdeleshed til de mere end 2000 unge, der nu har gjort os alle sammen klogere.

Rigtig god læselyst!

HONORÉ FONDEN UNGDOMS BUREAUET Epinion

HOVEDRESULTATER

# HVIS DU KUN LÆSER TO SIDER, SÅ LÆS DE HER



# UNGES ENGAGEMENT ER MANGFOLDIGT

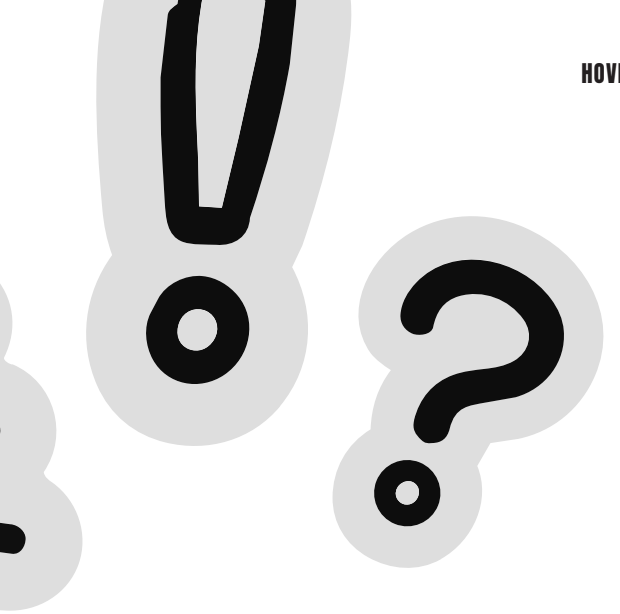
Resultaterne og unges egne beskrivelser viser, at unge engagerer sig på mange forskellige måder – fra hverdagsvalg som affaldssortering til frivilligt arbejde, samtaler om samfundet og det at sige fra, når noget opleves som forkert. Unges demokratiske engagement er altså ikke nødvendigvis synligt, organiseret eller højlydt.

Det tager ofte form gennem refleksion, samtaler og valg i hverdagen og udspiller sig ofte i de nære relationer og fællesskaber. Det er nemlig især blandt venner og familie, at unge oplever tillid, handlekraft og mulighed for at få indflydelse - og at det er lettere at komme til orde og blive mødt med respekt. Det er også i fællesskaber med andre, at unge oplever den stærkeste handlekraft.

# UNGE VIL, MEN RAMMERNE SPÆNDER BEN

Lysten til at engagere sig er tydeligt til stede blandt unge. Over halvdelen engagerer sig allerede cirka så meget, som de har lyst til, og knap tre ud af ti ville gerne engagere sig mere, end de gør i dag. Samtidig er det kun en lille gruppe på 8 pct., der sjældent har lyst til at engagere sig.

For mange er det derfor ikke manglende motivation, der står i vejen. Barriererne handler også om rammerne for engagement: om man kan se, at ens bidrag gør en forskel, ved, hvor og hvordan man kan engagere sig, og oplever, at der faktisk er plads til ens stemme. Det peger på, at vejen til mere engagement ikke kun går gennem unge selv, men også gennem de strukturer og muligheder, de møder.



# UNGE KAN BLIVE HØRT UDEN AT OPLEVE REEL INDFLYDELSE

Mange oplever, at unge kan blive hørt, hvis de engagerer sig, men næsten lige så mange oplever, at unge nogle gange bliver inddraget uden reel indflydelse. Unge kan altså både opleve at blive hørt og overhørt – at blive inviteret ind og samtidig stå tilbage med en følelse af, at deres perspektiver ikke for alvor betyder noget.

Den samme dobbelthed går igen, når unge møder uenighed. Mange oplever, at der er plads til uenighed, men samtidig siger et flertal, at de nogle gange trækker sig fra samtaler eller fællesskaber, hvis det bliver konfliktfyldt, og at det kan have negative konsekvenser at være uenig. Samtidig beskriver flere unge også, at de faktisk godt kan lide at være sammen med mennesker, der ser anderledes på verden end dem selv.

# DET AT VÆRE UNG KAN I SIG SELV OPLEVES SOM EN BARRIERE

Det er ikke kun manglende tid, overskud eller adgang, der kan stå i vejen for unges demokratiske engagement. For mange unge kan det i sig selv være en barriere at være ung. Over halvdelen oplever, at det at være ung kan gøre det sværere at blive lyttet til, og næsten halvdelen oplever, at unge ikke har de samme muligheder som andre grupper i samfundet for at få indflydelse.

Unges egne beskrivelser peger på, at deres perspektiver lettere bliver undervurderet, fordi de bliver mødt som nogen, der har for lidt erfaring, ved for lidt eller ikke er sikre nok til rigtigt at kunne bidrage. Samtidig oplever mange, at unge alt for ofte bliver talt om som én samlet gruppe, selv om deres liv, interesser og behov kan se helt forskellige ud.

# TEMPERATUREN PÅ UNGES DEMOKRATISKE ENGAGEMENT

**NOTE** Udviklingsprocessen og datagrundlaget bag barometeret er beskrevet nærmere i metodebilaget.

# BAROMETERET ER UDVIKLET MED AFSÆT I UNGES EGNE ERFARINGER

Ungdommens demokratibarometer giver indblik i, hvordan unge mellem 15 og 30 år engagerer sig demokratisk – både gennem etablerede deltagelsesformer og gennem de samtaler, refleksioner og handlinger, der finder sted i hverdagen. Undersøgelsen er gennemført af Epinion for Ungdomsbureauet med støtte fra Honoré Fonden og bygger på en repræsentativ spørgeskemaundersøgelse blandt 2.182 unge i Danmark.

Barometeret er udviklet med det formål at bidrage med ny viden, der kan bruges af aktører, som arbejder med unges demokratiske engagement. Samtidigt gør barometeret det muligt at følge udviklingen over tid.

Barometeret er udviklet med bidrag fra både forskere og ungeorganisationer. Jonas Lieberkind fra DPU ved Aarhus Universitet, og Maria Bruselius-Jensen fra Center for Ungdomsforskning ved Aalborg Universitet, har bidraget til kvalificeringen af undersøgelsesdesign og spørgeramme. Derudover har Michael Bang Petersen fra Aarhus Universitet givet input til spørgerammen, og ungeorganisationer har bidraget med perspektiver til udviklingen af barometerets temaer.

## BAROMETERETS DATAGRUNDLAG

Indsamlingen af spørgeskemabesvarelserne er fulgt tæt undervejs for at sikre, at de unge, der har svaret, fordeler sig så repræsentativt som muligt på køn, alder og region. Efterfølgende er besvarelserne justeret ved at vægte, så de samlet set afspejler unge i Danmark mellem 15 og 30 år.

Barometeret og spørgeskemaet er også udviklet med afsæt i kvalitative indsigter fra et to uger langt mobiletnografisk studie gennemført i foråret. Her har 10 unge fra forskellige steder i landet bidraget med beskrivelser, refleksioner og eksempler fra deres egen hverdag. Et mobiletnografisk studie er en kvalitativ metode, hvor deltagerne over tid deler oplevelser og eksempler fra deres hverdag via tekst, billeder og videoer på en digital platform.

De kvalitative indsigter er ikke kun brugt i udviklingen af barometeret. De fungerer også som et supplement til rapportens analyser og er med til at nuancere resultaterne fra spørgeskemaundersøgelsen gennem hele rapporten. Indsigterne optræder som citater i bokse, som illustreret på næste side.

**Jeg synes generelt, at samfundet og politikerne skal vide, at unge kan meget mere, end man går og tror. Jeg har lidt en følelse af, at unge bliver skildret, som om vi ikke rigtig kan så meget, at vi bare er i startfasen af vores liv og ikke rigtig ved så meget. Og det synes jeg er superærgerligt. Bare fordi vi er unge, betyder det altså ikke, at vi ikke har en holdning.**

# SÅDAN LÆSER DU UNGDOMMENS DEMOKRATIBAROMETER

## BAROMETERETS DIMENSIONER

Demokratisk engagement handler ikke kun om, hvordan unge engagerer sig. Det handler også om, om de oplever, at de kan handle, få indflydelse og blive taget alvorligt. Derudover handler det om, hvorvidt der er plads til engagementet: om unge føler sig repræsenteret og respekteret, og om der er rum for at sige deres mening, også når der er uenighed.

For at tage temperaturen på unges demokratiske engagement ser Ungdommens demokratibarometer på seks forskellige dimensioner af engagement. De belyser hver især en central dimension af unges demokratiske liv. Derfor er både spørgeskemaundersøgelsen og rapporten opbygget herefter – et kapitel til hver dimension:

1. Demokratisk engagement i praksis
2. Indflydelse og handlekraft
3. Respekt i fællesskaber
4. Repræsentation
5. Ytringsrum
6. Deltagelsesmuligheder

De seks dimensioner er valgt for at indfange forskellige sider af unges demokratiske liv. De bygger på eksisterende viden og bidrag fra forskere og er derudover kvalificeret og nuanceret gennem input fra ungerepræsentanter fra ni forskellige organisationer.

## ET INDEKS TIL HVER DIMENSION

For at undersøge, hvordan de seks dimensioner fylder i forhold til hinanden i det samlede barometer, er der opbygget et indeks for hvert kapitel. Et indeks samler svarene på flere spørgsmål om det samme tema i ét samlet mål.

Alle seks indeks er bygget efter samme overordnede princip og opgjort på samme skala. Det gør det muligt at se, hvordan dimensionerne placerer sig i forhold til hinanden. Sammenligningen skal dog fortolkes med forbehold, da indeksene bygger på forskellige spørgsmålsbatterier og ikke altid vedrører de samme arenaer. De kan derfor ikke læses som helt direkte identiske mål, men giver et systematisk overblik over, hvilke sider af unges demokratiske liv der relativt fylder mere eller mindre i barometeret.

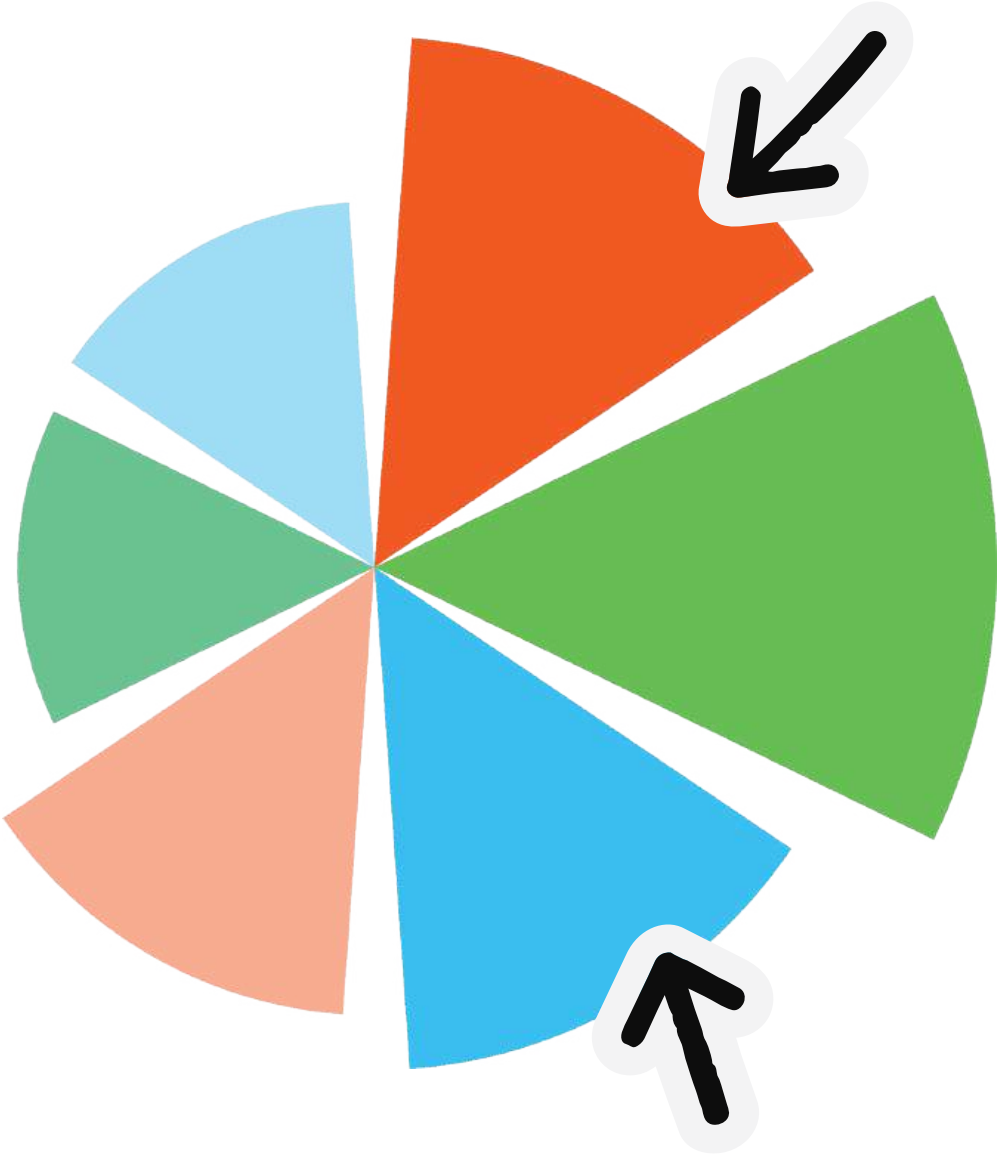
Det samlede barometer er illustreret i figuren til højre. Hvert felt viser en indeksscore. Jo større et felt er, jo mere positivt står den pågældende dimension relativt set sammenlignet med de øvrige.

Figuren går igen som en fast indledning til hvert kapitel i rapporten. Kapitlerne rummer imidlertid meget mere end indekset alene og udfolder også andre nuancer og centrale resultater inden for den enkelte dimension.

På side 15 kan du se, hvad de seks indeks hver især måler.

**NOTE** Udviklingsprocessen bag barometeret samt indeksenes opbygning er beskrevet nærmere i metodebilaget.

**Dette indeks bygger på et spørgsmål med syv udsagn om demokratisk engagement**



**... og dette indeks bygger på et spørgsmål om respekt i fællesskaber inden for seks forskellige arenaer. Svarene er opgjort på samme skala, så indeksene kan sammenlignes på tværs.**

# DET MÅLER DE SEKS INDEKS I DET SAMLEDE BAROMETER

## 1. DEMOKRATISK ENGAGEMENT I PRAKSIS

Måler, hvor ofte unge engagerer sig på forskellige måder i hverdagen.

## 2. INDFLYDELSE OG HANDLEKRAFT

Måler, i hvilken grad unge oplever, at de bliver taget alvorligt og kan gøre en forskel.

## 3. RESPEKT I FÆLLESSKABER

Måler, i hvilken grad unge oplever, at deres perspektiver bliver respekteret og tillagt betydning i deres relationer, fællesskaber og i samfundet.

## 4. REPRÆSENTATION

Måler, i hvilken grad unge føler sig repræsenteret eller afspejlet i fx sociale medier, kultur, undervisning, det offentlige rum, og politiske debatter.

## 5. YTRINGSRUM

Måler, i hvilken grad unge oplever, at der er plads til at sige deres mening og være uenige uden utryghed eller negative konsekvenser.

## 6. DELTAGELSESMULIGHEDER

Måler, i hvilken grad unge oplever gode muligheder for at engagere sig, eller møder barrierer for deltagelse.

# UNGE ENGAGERER SIG OG OPLEVER HANDLEKRAFT - RAMMER HALTER BAGEFTER

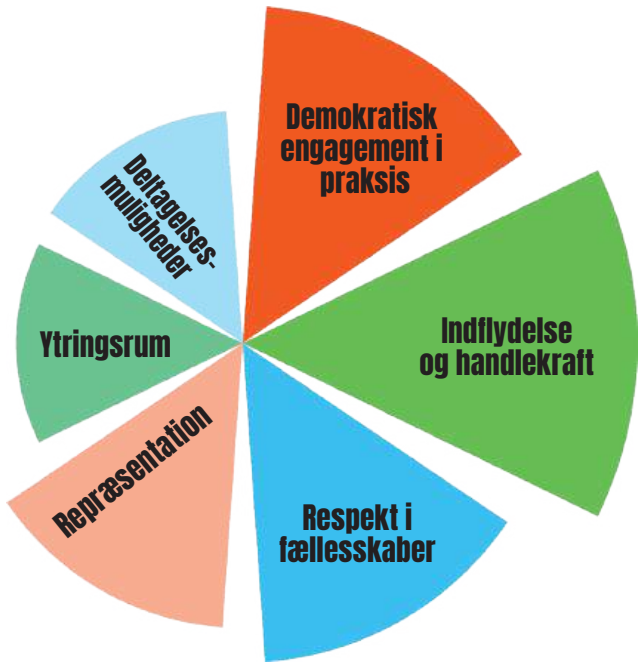
Inden vi dykker ned i hver enkelt dimension, ser vi først på barometeret samlet ud fra de seks indeksscorer.

Samlet set viser figuren, at mange unge allerede engagerer sig demokratisk i hverdagen og i relativt høj grad oplever, at de kan handle og gøre en forskel. Samtidig ledsages engagementet ikke altid af en tilsvarende oplevelse af at være repræsenteret og respekteret i de fællesskaber, de indgår i. Dertil kommer, at mange unge møder barrierer for at deltage og oplever et mere begrænset ytringsrum.

Når deltagelsesmuligheder, ytringsrum og repræsentation er de tre dimensioner, der fylder mindst i barometeret, tyder det på, at udfordringen ikke først og fremmest ligger i de unges vilje til at engagere sig, men i de rammer, engagementet møder. Det gælder blandt andet oplevelsen af at vide, hvor og hvordan man kan engagere sig, føle sig tryg ved at sige sin mening og opleve sig repræsenteret i de arenaer, man møder til hverdag.

Når vi dykker ned i de enkelte dimensioner, ser vi, at oplevelsen af at kunne engagere sig og få indflydelse varierer på tværs af de sammenhænge, unge befinder sig i. Det understreger, at unges demokratiske liv ikke kan forstås entydigt.

**Figuren for de seks indeks:** ét til hver dimension i Ungdommens demokratibarometer

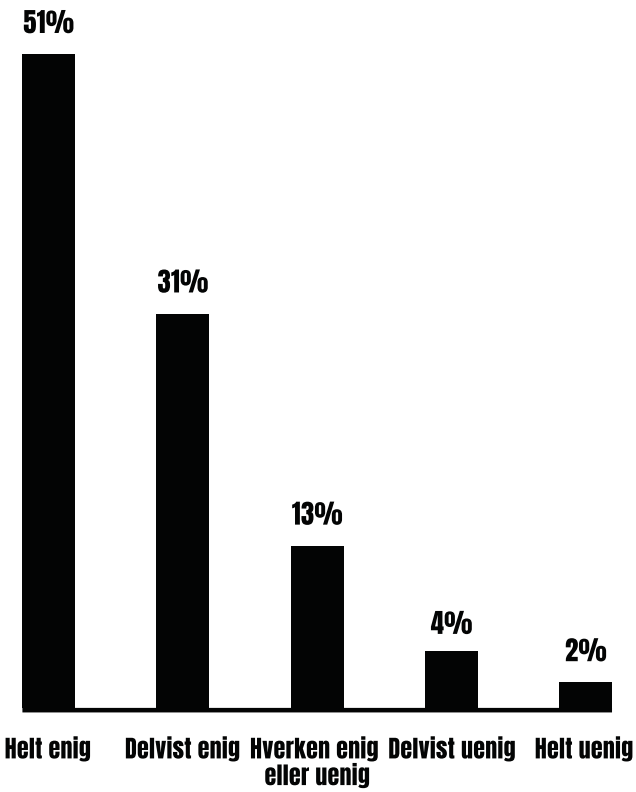


# UNGE MED TILHØRSFORHOLD SCORER HØJERE PÅ ALLE SEKS INDEKS

## DE FLESTE UNGE OPLEVER, AT DE HØRER TIL I ET FÆLLESSKAB

Resultaterne viser, at oplevelsen af at høre til i et fællesskab er meget udbredt blandt unge. Når vi ser på tværs af barometerets seks dimensioner, tegner der sig samtidig et tydeligt mønster. Unge, der oplever at have venner eller andre fællesskaber, hvor de hører til, scorer gennemgående højere på barometerets seks indeks end unge, der ikke gør. Det peger på, at oplevelsen af at høre til i et fællesskab hænger sammen med flere sider af unges demokratiske liv. Unge, der oplever tilhørsforhold, ser også i højere grad ud til at opleve indflydelse, respekt og muligheder for at deltage. Det ligger i tråd med DUF's analyser, som også peger på, at fællesskaber kan spille en vigtig rolle i unges demokratiske selvtillid (Demokratianalysen 2026, s. 3).

**Hvor enig eller uenig er du i følgende? Jeg oplever, at jeg har venner eller andre fællesskaber, hvor jeg hører til. N = 2.182**




## VARSOM MED FORTOLKNINGEN

Resultaterne viser en sammenhæng mellem oplevelsen af at høre til i et fællesskab og højere indeksscores, men de kan ikke sige noget sikkert om årsag og virkning. Det kan for eksempel være, at fællesskaber styrker engagement og indflydelse, men det kan også være, at unge med større trivsel, tryghed eller socialt overskud lettere finder plads i fællesskaber. Der kan også være andre forhold, som påvirker begge dele. Resultaterne peger derfor på en tydelig sammenhæng, men ikke på en enkel forklaring.

# DEMOKRATISK ENGAGEMENT I PRAKSIS

# DET DEMOKRATISKE ENGAGEMENT LEVES OFTE I HVERDAGEN

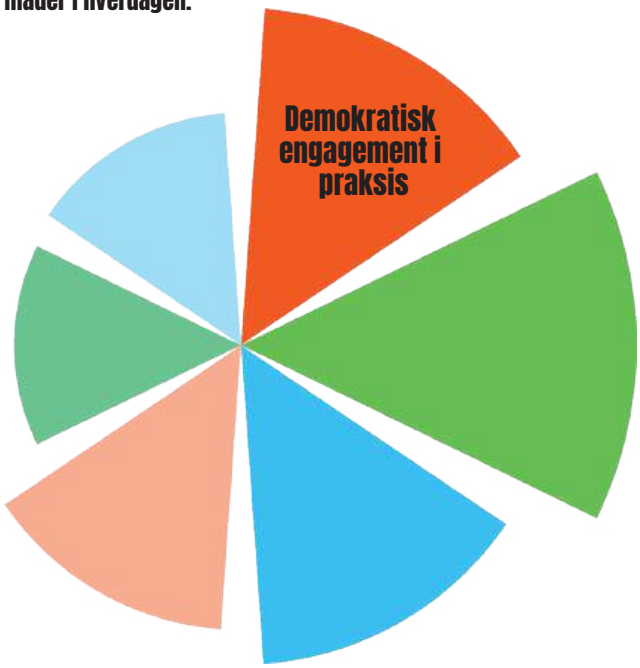
I Ungdommens demokratibarometer forstås demokratisk engagement bredt. Vi måler også det engagement, som er i hverdagen, og som normalt ikke tæller med. For engagement ser ud på mange måder. Det lever i samtalen med vennerne, i fællesskabet på uddannelsen, i foreninger og på sociale medier. Det opstår, når unge undersøger deres egen holdning, samler andre om en sag, skaber noget sammen eller bruger deres stemme.

Det er også den forståelse, der ligger bag indekset *demokratisk engagement i praksis*, der har den næsthøjeste score blandt barometerets seks indeks. Som vi viser på næste side, er det især de former for engagement, der handler om refleksion, samtale og at give udtryk for sine holdninger, der trækker indeksscoren op.

Samtidig er der forskelle mellem grupper af unge. De 15-18-årige og 19-22-årige ligger højere på demokratisk engagement i praksis end de 27-30-årige, og unge i hovedstadsområdet ligger højere end unge i de øvrige byområder.

På de næste sider ser vi nærmere på, hvordan engagementet kommer til udtryk i unges hverdag, og hvad de især ønsker at påvirke.

**Indekset måler, hvor ofte unge engagerer sig på syv forskellige måder i hverdagen.**



# REFLEKSION OG SAMTALE FYLDER MEST I UNGES DEMOKRATISKE ENGAGEMENT

De mest udbredte former for engagement handler om at tænke over egne holdninger, give dem til kende over for andre og tale med andre om samfundsspørgsmål eller ting, man gerne vil forstå eller ændre. De mere synlige former for engagement, som at deltage i aktiviteter eller bruge kultur og kreative udtryk, fylder mindre.

Det tyder på, at unges engagement i høj grad tager form gennem refleksion, samtaler og hverdagslige valg. Demokratisk engagement er med andre ord ikke kun noget, der foregår i organiserede eller offentlige sammenhænge. For mange unge starter det i det nære: i overvejelser, samtaler og små handlinger i hverdagen.

Det billede går også igen i unges egne beskrivelser fra de kvalitative indsigter. Her fortæller flere, at engagement først kommer til udtryk gennem samtaler med mennesker tæt på dem eller gennem konkrete handlinger i det små. Det kan for eksempel være at sende en klage, begynde at sortere affald eller støtte noget, man tror på. Det understreger, at unges demokratiske engagement kan komme til udtryk på mange måder – også i former, som let overses, hvis man kun leder efter det synlige.

**Hvor ofte engagerer du dig på følgende måder? N = 2.182** *) Den fulde spørgsmålsformulering er "Jeg bakker op om noget, der er vigtigt for andre eller et fællesskab, fx ved at vise min støtte, sprede budskaber eller opmuntre andre."beskrevet nærmere i metodebilaget.

# ENGAGEMENTET UDSPILLER SIG ISÆR I HVERDAGSNÆRE FÆLLESSKABER

Unge engagerer sig oftest i nære fællesskaber og gennem handlinger tæt på deres eget liv. Mest udbredt er det at samle venner eller andre om noget, deltage i et fritidsfællesskab og at reagere på, kommentere eller dele andres opslag online. De mere organiserede former for deltagelse fylder mindre. Færre unge er aktive i en forening, et elevråd, et parti eller en anden organisation, laver selv opslag eller videoer online om holdninger eller deltager i demonstrationer eller andre markeringer.

Det tyder endnu en gang på, at unges demokratiske engagement ofte kommer til udtryk i det nære og i hverdagen. Resultaterne viser dermed, hvilke former for engagement der er mest udbredte blandt unge, og understreger, at engagement kan tage flere forskellige former – fra det hverdagsnære og relationelle til det mere organiserede og synlige.

**Hvilke af følgende ting passer på måder, du engagerer dig på i hverdagen, når noget betyder noget for dig, andre eller et fællesskab? N = 2.182***) Spørgsmålet er stillet som et flervalgsspørgsmål, hvor de unge kunne vælge flere svar. Andelene summer derfor ikke til 100 pct. beskrevet nærmere i metodebilaget.

## ET UDTRYK FOR MANGFOLDIGT ENGAGEMENT

Selvom unge primært engagerer sig i hverdagsnære fællesskaber, er der fortsat unge, der engagerer sig på flere måder. Grafen på side 24 viser, at 23 pct. svarer 'ingen af disse' til de opstillede måder at engagere sig på. Det er ikke nødvendigvis udtryk for manglende engagement, men kan være et udtryk for, at nogle unge engagerer sig på andre måder end dem, der indgår i spørgsmålet. Det stemmer overens med, at kun 8 pct. samlet set svarer, at de sjældent har lyst til at engagere sig, som vi viser på side 28.

## AT PÅVIRKE NOGET FOR ANDRE TÆT PÅ ÉN ELLER NOGET I EGET LIV

27 pct. af unge engagerer sig for at påvirke noget for mennesker tæt på dem, fx venner eller familie, mens 25 pct. engagerer sig for at påvirke noget i deres eget liv eller deres egen hverdag. Færre retter deres engagement mod uddannelse eller arbejde, mod lokalområdet eller mod noget bredere i Danmark eller internationalt.

## NÆRHED STYRKER OPLEVELSEN AF INDFLYDELSE

Beskrivelser fra de kvalitative indsigter peger i samme retning. Flere deltagere beskriver, at deres lyst til at engagere sig bliver større, når sagen er konkret, tæt på deres egen hverdag, og når de kan se, hvordan deres bidrag kan gøre en forskel. Når deltagelsen derimod foregår i større eller mere abstrakte sammenhænge med mange mennesker, kan det være sværere at få øje på ens egen rolle og mulighed for at få gennemslag. Som en deltager beskriver det, kan man komme til at føle sig som en lille fisk i et stort og kaotisk hav.

*"Jeg føler generelt, at jeg bedst kan påvirke det og dem, der er tæt på mig – herunder særligt min familie og venner. Her føler jeg, at jeg bliver lyttet seriøst til, og at folk også benytter sig af mine råd."*

# DE ARENAER, HVOR TILLIDEN ER STØRST, ER OGSÅ DEM, HVOR UNGE YTRER SIG

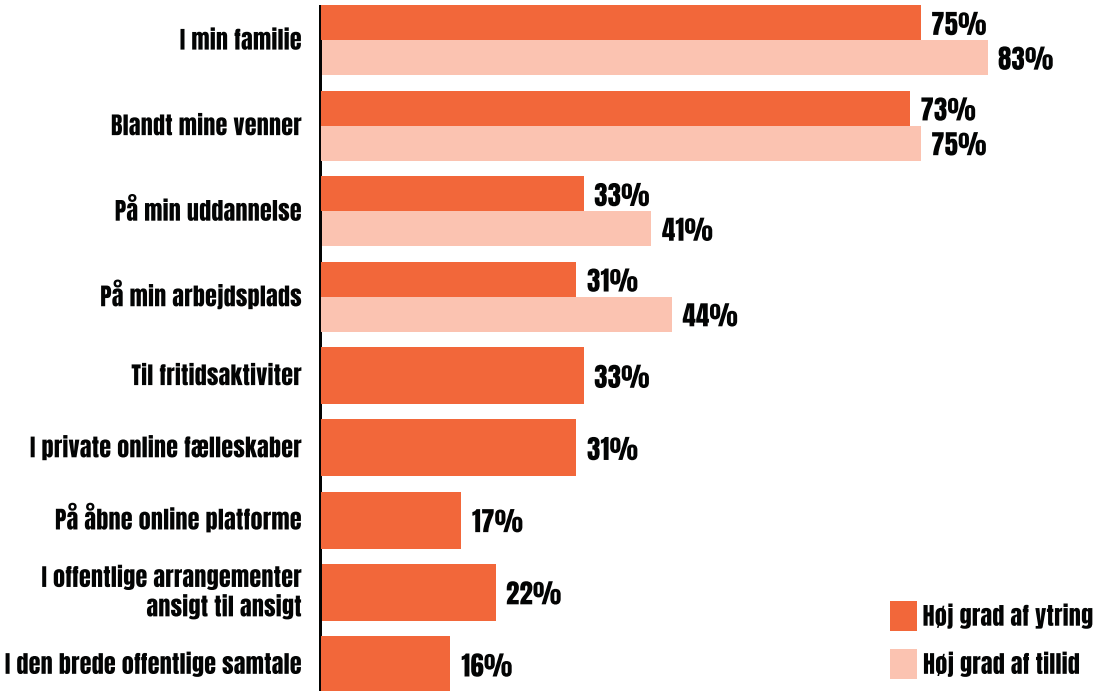
Unge giver i højere grad deres holdninger til kende i de arenaer, hvor tilliden også er størst. Familie og venner skiller sig klart ud som de relationer, unge har mest tillid til, og det er også her, de oftest giver udtryk for deres holdninger og værdier. Omvendt ligger både tilliden til sociale medier og tilbøjeligheden til at ytre sig i åbne online og offentlige rum markant lavere.

Det mønster ses både i det samlede billede i graferne nedenfor og i resultaterne på individniveau.

Det kan være et udtryk for, at tillid fungerer som en vigtig forudsætning for demokratisk engagement og ytring.

**I hvilken grad giver du dine holdninger og værdier til kende i de følgende sammenhænge? N = 2.182**

Grafen viser andelen, der svarer "i meget høj grad" eller "i høj grad". De øvrige svarmuligheder er "i nogen grad", "i lav grad", "slet ikke" og "ikke relevant for mig".



**Jeg føler, at det ville være meget svært ikke at have tillid til folk omkring sig. Altså, det må være meget hårdt hele tiden at have mistillid, og det er nemmere bare at gå ud fra, at folk er søde, end hele tiden at skulle være på vagt, hvis der ikke er grund til det.**

# UNGE VIL GERNE ENGAGERE SIG OG STØRSTEDELEN GØR DET ALLEREDE

### KUN 8 % HAR SJÆLDENT LYST TIL AT ENGAGERE SIG

Modsat svarer cirka halvdelen, at de engagerer sig omtrent så meget, som de har lyst til. Unge i denne gruppe oplever oftere end de øvrige grupper, at de har indflydelse og handlekraft. Særligt oplever de i højere grad, at de kan gøre en forskel, og at andre tager dem alvorligt, når de siger deres mening. De giver også oftere udtryk for deres holdninger over for andre – dog ikke i samme grad som unge, der engagerer sig mere, end de egentlig har lyst til.

### ET MOBILISERINGSPOTENTIALE

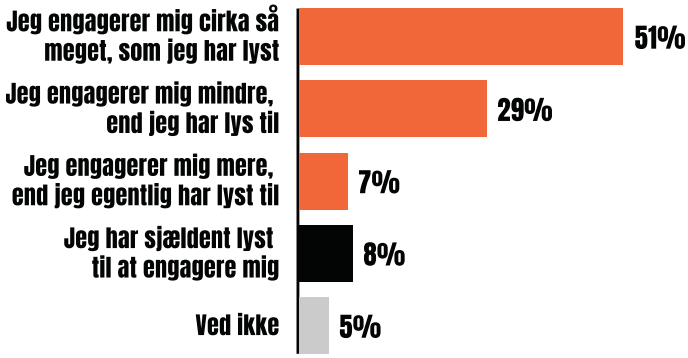
Knap tre ud af ti unge engagerer sig mindre, end de egentlig har lyst til. Det er en gruppe, der oftere deltager i demonstrationer, kampagner og andre markeringer, men sjældnere er en del af fællesskaber, hvor man gør noget sammen, eller tager initiativ til at samle venner og andre om en sag, sammenlignet med unge, der engagerer sig så meget, som de ønsker. Med andre ord er det unge, der i forvejen i høj grad engagerer sig på synlige måder.

### HVEM HAR SJÆLDENT LYST TIL AT ENGAGERE SIG?

De 8 pct., der sjældent har lyst til at engagere sig, skiller sig ud fra de øvrige unge. Blandt andet oplever de i højere grad ikke at være en del af et fællesskab end unge, der engagerer sig så meget, som de har lyst til. Samtidig oplever de også i lavere grad indflydelse og handlekraft. De oplever sjældnere, at de selv kan gøre en forskel, når noget er vigtigt for dem, eller at de kan gøre en forskel sammen med andre.

Det peger på, at udfordringen for denne gruppe ikke kun handler om lyst, men også om oplevelsen af, at engagement faktisk nytter. Hvis lysten til engagement skal styrkes, kræver det derfor ikke kun flere muligheder for deltagelse, men også en tydeligere oplevelse af, at de kan få betydning og gøre en forskel, når de engagerer sig.

**Når det handler om at sige din mening eller engagere dig i noget, der betyder noget for dig eller andre, hvilket udsagn passer så bedst på dig? N = 2.182**



# INDFLYDELSE OG HANDLEKRAFT

# INDFLYDELSE OG HANDLEKRAFT STÅR STÆRKT BLANDT UNGE

Indekset *indflydelse og handlekraft* måler samlet, hvorvidt unge oplever, at de kan gøre en forskel, blive taget alvorligt og få indflydelse på det, der betyder noget for dem og andre.

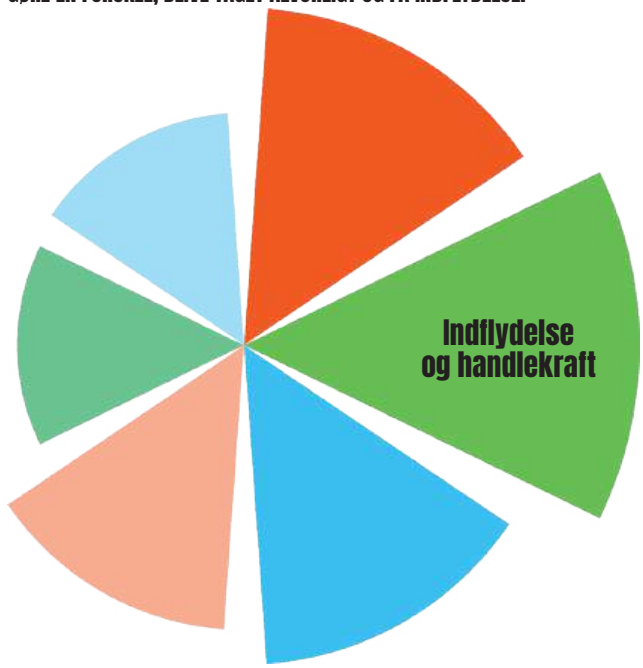
Indflydelse og handlekraft har den højeste indeksscore blandt barometerets seks dimensioner. Det betyder, at unge relativt set står stærkere på denne dimension end på de øvrige. Mange unge oplever altså i nogen grad, at de kan blive hørt, gøre en forskel og finde steder i hverdagen, hvor de kan få indflydelse.

Det gælder især, når unge oplever, at de kan gøre en forskel sammen med andre. Samtidig er oplevelsen af indflydelse ikke den samme i alle sammenhænge. Unge oplever klart mest indflydelse blandt familie, venner og andre mennesker tæt på dem, mens færre oplever indflydelse i mere offentlige og politiske sammenhænge.

Unge, der bor i hovedstadsområdet, oplever i gennemsnit større indflydelse og handlekraft end unge i de øvrige områder.

På de næste sider ser vi nærmere på, hvornår unge oplever, at de kan gøre en forskel, hvor de oplever mest indflydelse, og spændingen mellem at blive hørt og faktisk få indflydelse.

INDEKSET SAMLER FEM SPØRGSMÅL OM UNGES OPLEVELSE AF AT KUNNE GØRE EN FORSKEL, BLIVE TAGET ALVORLIGT OG FÅ INDFLYDELSE.



# UNGE KAN BLIVE HØRT. - MEN INDDRAGES OGSÅ UDEN REEL INDFLYDELSE

Næsten lige så stor en andel er enig i, at unge kan blive hørt, hvis de engagerer sig, som andelen, der er enige i, at unge nogle gange bliver inddraget uden at få reel indflydelse.

Det viser en central forskel mellem at blive hørt og at få reel indflydelse. Det skal ikke nødvendigvis læses som uklart eller modstridende. Unge kan godt blive inviteret ind og lyttet til, uden at deres perspektiver nødvendigvis får betydning for beslutningerne.

**Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? N = 2.182**
Graferne viser andelen, der svarer "helt enig" eller "delvist enig". De øvrige svarmuligheder er "hverken enig eller uenig", "delvist uenig", "helt uenig"

## VEJEN TIL INDFLYDELSE ER KORTERE TÆT PÅ

Samtidig oplever knap halvdelen af de unge, at deres holdninger, oplevelser eller tanker er med i beslutninger, der påvirker deres nære hverdag, mens 37 pct. oplever, at deres erfaringer eller stemme ofte bliver overset.

Unges erfaringer med indflydelse varierer dermed alt efter sammenhængen. Vejen til indflydelse ser ud til at være kortere i de nære arenaer, mens flere unge samtidig oplever, at deres stemme lettere bliver overset i bredere eller mere fjerne sammenhænge.

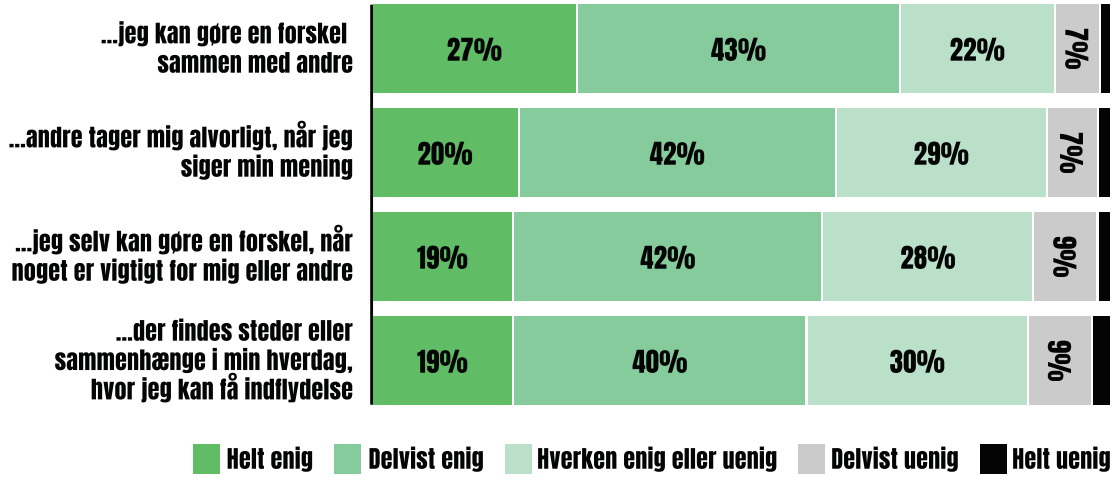
**Kan du genkende følelsen af at blive hørt, men ikke rigtig få indflydelse?**

## UNGE OPLEVER ISÆR HANDLEKRAFT SAMMEN MED ANDRE

- 70 pct. er helt eller delvist enige i, at de kan gøre en forskel sammen med andre.
- Samtidig oplever 61 pct., at de helt eller delvist selv kan gøre en forskel, når noget er vigtigt for dem eller andre.
- Det indikerer, at handlekraft ikke kun handler om den enkeltes mulighed for at påvirke noget, men også om at indgå i relationer og fællesskaber, hvor man kan blive hørt og få betydning.

**Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? Jeg oplever, at... N = 2.182**

For læsbarheden er dataetiketter for andele på 3 pct. og derunder ikke vist i grafen.



# UNGE I HOVEDSTADSOMRÅDET OPLEVER I STØRRE GRAD MULIGHED FOR INDFLYDELSE

Oplevelsen af handlekraft og indflydelse er ikke den samme for alle unge. Der tegner sig særligt et geografisk mønster. Unge i hovedstadsområdet oplever oftere end unge i mindre byer og på landet, at de bliver taget alvorligt, kan gøre en forskel sammen med andre og har konkrete muligheder for indflydelse i hverdagen.

Også uddannelse spiller en rolle. Unge med videregående uddannelse oplever oftere end unge med kortere uddannelsesbaggrund, at andre tager dem alvorligt, og at de kan gøre en forskel, mens unge med kortere uddannelsesbaggrund oftere placerer sig i mere tøvende svarkategorier.

Hvor man bor, og hvilken uddannelsesbaggrund man har, hænger sammen med, hvor stærkt unge oplever deres indflydelse og handlekraft i samfundet.

Dette understøttes af de kvalitative indsigter. Flere deltagere beskriver en oplevelse af, at det ofte er bestemte typer unge – fx unge fra storbyerne eller unge med stærke uddannelsesmæssige ressourcer – der lettere får plads og bliver lyttet til. Omvendt fortæller flere, at unge med kortere uddannelse eller i mere udsatte positioner kan opleve, at de skal arbejde hårdere for at blive mødt med tillid og taget alvorligt af samfundets systemer.

Jeg synes nogle gange, at det er en meget bestemt type ung, der bliver hørt. Sådan en rigtig Nørrebro-type. En, der ser ud på en bestemt måde og har mod på at stille sig frem og sige sin mening. Det er megasejt, men jeg savner også de mere almindelige unge, som ikke fylder lige så meget, men stadig har noget vigtigt at sige.

# UNGE OPLEVER STØRST INDFLYDELSE TÆT PÅ DERES EGET LIV

## KUN 7 % SIGER, AT INDFLYDELSE IKKE ER VIGTIGT

Klart flest peger på familie, venner og andre mennesker tæt på dem som det sted, hvor de i størst grad oplever at kunne påvirke noget. Færre oplever samme grad af indflydelse i skole, uddannelse eller arbejde, og endnu færre peger på de mere formelle og offentlige arenaer som den brede offentlige samtale eller politik. Samtidig er det en meget lille del, der ikke ønsker indflydelse.

Det billede bliver endnu tydeligere, når unge bliver bedt om at prioritere, hvor de oplever størst indflydelse:

- **61 pct. peger på familie, venner eller andre mennesker tæt på dem som deres førstevalg**

Til sammenligning peger kun 6 pct. på klubber, foreninger og organisationer, 5 pct. på skole, uddannelse eller arbejde og 5 pct. på online arenaer som deres første prioritet.

Nærhedsprincippet, som vi også så i kapitlet om demokratisk engagement i praksis, går igen i de unges oplevelse af indflydelse og handlekraft, hvilket de kvalitative også understøtter. Her beskriver flere unge, at når beslutninger bevæger sig længere væk fra deres daglige liv og ind i større systemer eller politiske processer, bliver det for nogle sværere at se, hvor de selv kan få indflydelse.

Samtidig viser de kvalitative indsigter, at unge har forskellige ønsker til, hvor meget indflydelse de gerne vil have. Nogle efterspørger mere direkte indflydelse – særligt på politiske og kommunale spørgsmål, der påvirker deres hverdag. Andre oplever ikke et aktuelt behov for mere indflydelse på eksempelvis deres lokalområde, fordi de ikke føler sig tæt på beslutningerne, eller fordi det ikke fremstår som særligt relevant i den livsfase, de står i.

**Hvor oplever du i størst grad, at du har indflydelse? N = 2.182** Grafen viser andelen, der har valgt hver kategori blandt de steder, hvor de oplever at have indflydelse, uanset prioritering. Respondenterne har kunnet angive flere svar og er efterfølgende blevet bedt om at rangordne dem. *) Den fulde spørgsmålsformulering inkluderer "... eller via spil"

**Jeg føler mig lidt som en meget lille fisk i et stort hav. Der hvor jeg føler jeg kan have en indflydelse er, hvordan jeg behandler mine medmennesker. Jeg kan fx støtte op om at skabe en kultur omkring at hjælpe hinanden eller give et smil til en fremmed.**

# RESPEKT I FÆLLESSKABER

# BLIVER UNGES PERSPEKTIVER ANERKENDT I FORSKELLIGE FÆLLESSKABER?

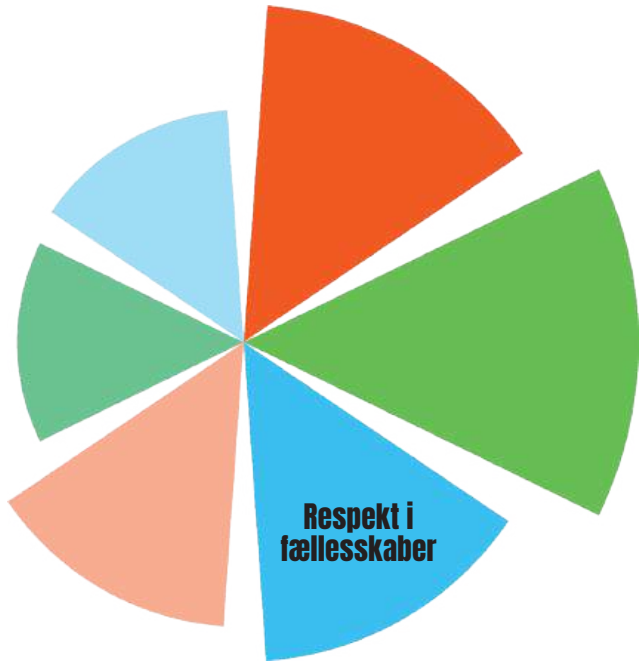
Hvor indflydelse og handlekraft handler om mulighederne for at blive hørt og gøre en forskel, og repræsentation handler om at kunne spejle sig i det, man møder omkring sig, handler dimensionen *respekt i fællesskaber* om oplevelsen af at have værdi som deltager i et fællesskab.

I det samlede barometer ligger respekt i fællesskaber som den tredjehøjeste indeksscore. Scoren trækkes især op, fordi mange unge oplever, at deres perspektiver i høj grad bliver respekteret og har betydning blandt familie og venner.

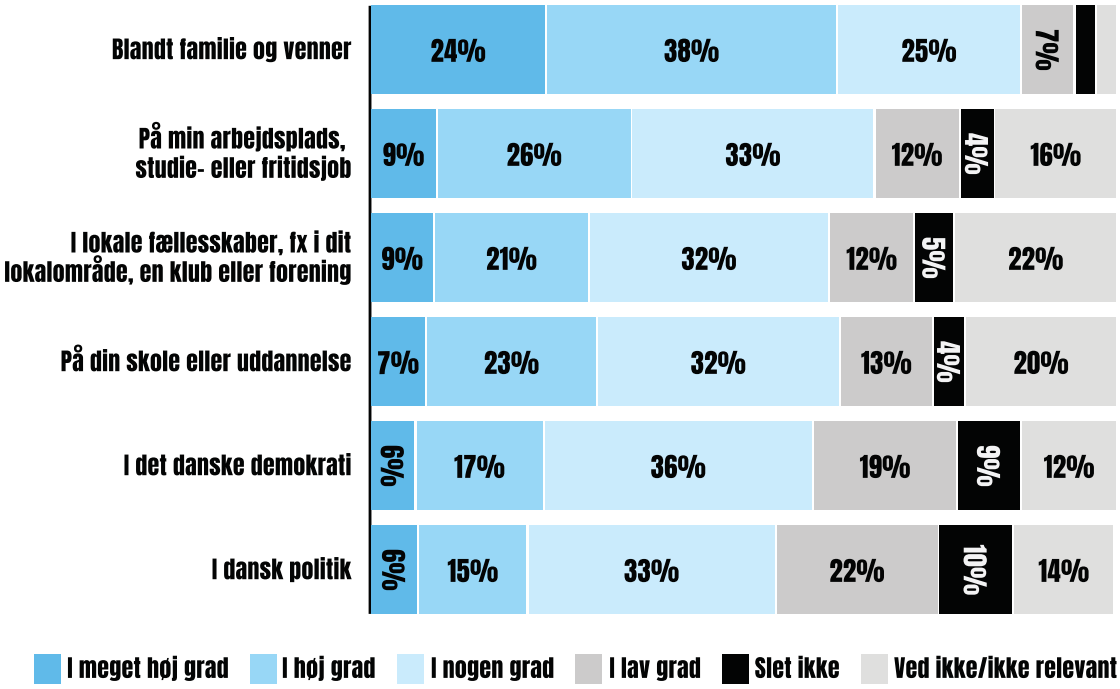
Unge, der oftere engagerer sig i hverdagen, ligger også gennemgående højere på dimensionen for respekt i fællesskaber. Det gælder på tværs af alle syv engagementsformer og særligt ved former for engagement, hvor unge formulerer sig, taler med andre eller giver tydeligt udtryk for deres holdninger.

På de næste sider ser vi nærmere på de enkelte spørgsmål bag dimensionen. Her tegner der sig et tydeligt mønster, hvor de nære fællesskaber endnu en gang skiller sig positivt ud.

INDEKSET MÅLER, I HVOR HØJ GRAD UNGE OPLEVER, AT DERES PERSPEKTIVER BLIVER RESPEKTERET PÅ TVÆRS AF FORSKELLIGE ARENAER.



**I hvilken grad oplever du, at du og dine perspektiver bliver respekteret og betyder noget de følgende steder?**
**N = 2.182** For læsbarheden er dataetiketter for andele på 3 pct. og derunder ikke vist i grafen.




## FAMILIE OG VENNER SKILLER SIG TYDELIGT UD FRA DE ØVRIGE ARENAER

- De nære fællesskaber er dér, hvor unge tydeligst oplever respekt og betydning - især blandt familie og venner.
- Skole, arbejde og lokale fælles-skaber ligger tættere samlet. Her oplever unge nogenlunde samme grad af respekt og betydning.
- Oplevelsen er svagest i de større og mere abstrakte arenaer som det danske demokrati og dansk politik.

# RESPEKT FØLGER SAMME MØNSTER SOM INDFLYDELSE OG HANDLEKRAFT

## FAMILIE OG VENNER STÅR I EN KLASSE FOR SIG

Ét mønster skiller sig tydeligt ud: Unge oplever i klart højere grad, at deres perspektiver bliver respekteret og betyder noget blandt familie og venner end i nogen af de øvrige arenaer. Billedet er mere afdæmpet, når vi bevæger os væk fra de nære relationer.

Når det gælder unges skole eller uddannelse, arbejde og lokale fællesskaber, ligger graden af respekt i disse fællesskaber på nogenlunde samme niveau. Her oplever størstedelen kun i nogen grad, at de og deres perspektiver betyder noget. Det gør sig gældende, også når svarene "ved ikke/ikke relevant" holdes ude af analysen.

At 62 pct. i høj eller meget høj grad oplever, at de og deres perspektiver bliver respekteret og betyder noget blandt familie og venner, står ikke alene. Det ligger tæt på andre resultater i barometeret, som også tegner et billede af det nære som en særlig vigtig arena i unges demokratiske liv.

I kapitlet om indflydelse og handlekraft så vi for eksempel, at:

- 61 pct. peger på familie og venner som det sted, hvor de i størst grad oplever indflydelse,
- 62 pct. er helt eller delvist enige i, at andre tager dem alvorligt, når de siger deres mening, og
- 63 pct. er helt eller delvist enige i, at unge kan blive hørt, hvis de engagerer sig.

Niveaumæssigt ligger de 62 pct. tæt på andre positive fund om at blive taget alvorligt og blive hørt, men det er samtidig værd at huske på, at næsten lige så mange – 65 pct. – også er helt eller delvist enige i, at unge nogle gange bliver inddraget uden at få reel indflydelse.

## NÅR UNGE BLIVER TAGET ALVORLIGT, STÅR RESPEKT STÆRKERE

Generelt er der en tæt sammenhæng mellem oplevelsen af respekt i fællesskaber og det at blive taget alvorligt. Unge, der i højere grad oplever, at andre tager dem alvorligt, når de siger deres mening, ligger også højere på indekset for respekt i fællesskaber.

**Er der forskel på, hvor meget dine perspektiver bliver respekteret alt efter, om du er på arbejde eller i et lokalt fællesskab?**

**Da jeg var med i studenterpolitik, var der meget fokus på, at vi unge skulle høres. Men når den sidste beslutning skulle træffes, oplevede jeg ikke altid, at de studerendes holdninger faktisk kom frem.**

**Det kan godt føles lidt som placebo, at unge er med, og at man lytter til dem, men uden at deres perspektiver for alvor får betydning.**

# REPRÆSENTATION

# OPLEVELSEN AF REPRÆSENTATION ER BEGRÆNSET PÅ TVÆRS AF ARENAER

*Repræsentation* er et samlet indeks baseret på seks spørgsmål om, i hvilken grad unge føler sig repræsenteret eller afspejlet i traditionelle medier, sociale medier, kultur, det offentlige rum, undervisning og politiske debatter.

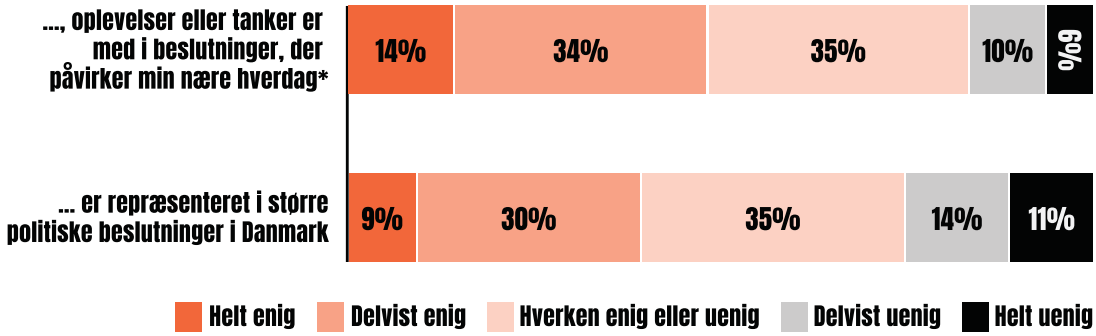
Repræsentation ligger i den nederste halvdel blandt barometerets seks indeksscores, mens unges oplevelse af at føle sig repræsenteret varierer mellem de forskellige områder.

Flest føler sig repræsenteret på sociale medier og i kultur og kulturlivet, mens færrest føler sig repræsenteret i traditionelle medier og politiske debatter. På ingen af de seks områder føler flere end omkring en tredjedel sig i høj eller meget høj grad repræsenteret.

På de næste sider ser vi nærmere på, hvor unge føler sig repræsenteret, og hvilke forskelle der er mellem forskellige arenaer, før vi zoomer ind på sociale medier.

INDEKSET SAMLER SEKS SPØRGSMÅL OM, I HVILKEN GRAD UNGE FØLER SIG REPRÆSENTERET ELLER AFSPEJLET FORSKELLIGE STEDER I SAMFUNDET.

**Hvor enig eller uenig er du i følgende? Mine holdninger... N = 2.182** *) Den fulde spørgsmålsformulering er "... fx i skole, uddannelse, på arbejde eller i foreninger."




## OPLEVELSEN AF REPRÆSENTATION ER STØRST I HVERDAGSNÆRE BESLUTNINGER

- Knap halvdelen af de 15-30-årige er enige i, at deres holdninger er repræsenteret i beslutninger, der påvirker deres nære hverdag.
- Fire ud af ti oplever, at deres holdninger er repræsenteret i større politiske beslutninger i Danmark.
- Ligesom vi har set med indflydelse, står oplevelsen af repræsentation altså stærkere i de nære sammenhænge end i den brede politiske arena.

# SÆRLIGT UNGE I MINDRE BYER FØLER SIG I MINDRE GRAD REPRÆSENTERET

Der er samtidig forskel på, hvem der oplever sig repræsenteret i større politiske beslutninger. Unge i hovedstadsområdet og i større byer oplever det oftere end unge i mindre byer, landsbyer og på landet.

Det samme gælder unge med videregående uddannelse, som oftere oplever politisk repræsentation end unge med kortere uddannelsesbaggrund – også når der tages højde for effekten af alder.

Denne forskel går igen i de kvalitative indsigter. Her beskriver nogle unge, at det kan være svært at spejle sig i en dominerende fortælling om unge, hvor det unge menneske ofte forbindes med storbyen, uddannelse og universitetsliv.

## ÉN BESTEMT UNGDOMSFORTÆLLING OVERSKYGGER ANDRE

Flere understreger derfor, at unge ikke bør forstås som én samlet gruppe. Unge lever forskellige liv, har forskellige erfaringer og står forskellige steder.

Hvis nogle former for ungdomsliv fylder markant mere end andre i den offentlige og politiske samtale, kan det ifølge disse unge betyde, at nogle af deres perspektiver bliver overset, og at de i mindre grad føler sig repræsenteret.

*"Jeg synes nogle gange, at man bruger meget energi og krudt på de unge, der befinder sig i København og Aarhus og studerer på universitetet. Men der findes jo rigtig, rigtig mange andre slags unge, som jeg ikke føler, at man hører så meget om. Det kan være svært at finde nogle at spejle sig i. Jeg er en lidt sjælden race. Jeg har i hvert fald svært ved at spejle mig i den fortælling, der er i samfundet om unge."*

*"Jeg har ikke tillid til, at alle mine lærere giver mig den rigtige viden i undervisningen. Jeg har ikke rigtig prøvet at ændre på det. Men det gør også, at jeg nogle gange mister lysten til at lytte efter i undervisningen."*

# UNGE FØLER SIG I STØRST GRAD REPRÆSENTERET PÅ SOME OG I KULTUREN

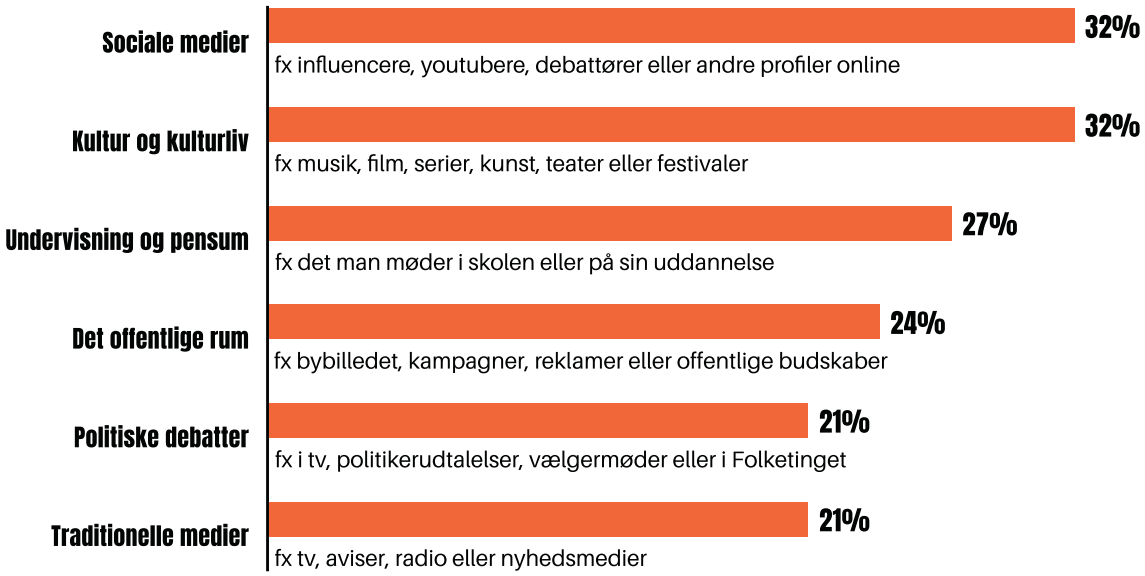
## KNAP HVER TREDJE REPRÆSENTERES PÅ SOME ELLER I KULTUREN

Når unge bliver spurgt mere konkret til, hvor de føler sig repræsenteret eller kan spejle sig, er andelene lavere end på det overordnede mål for politisk repræsentation, som blev vist på foregående side. Det gælder på tværs af de konkrete arenaer. Unge føler sig oftest repræsenteret på sociale medier og i kultur og kulturlivet, men selv her gælder det kun omkring en tredjedel. I de øvrige arenaer er andelene endnu lavere.

## ... OG 27 % I UNDERVISNINGEN

Det er en forholdsvis lav andel i en arena, som fylder meget i mange unges hverdag og i deres møde med samfundet. De kvalitative indsigter peger samtidig på, at undervisningen ikke altid opleves som et sted, hvor unge kan spejle sig selv, eller hvor der er plads til deres perspektiver.

**I hvilken grad føler du dig repræsenteret eller afspejlet i følgende? N = 2.182** Grafen viser andelen, der svarer "i meget høj grad" eller "i høj grad". De øvrige svarmuligheder er: "i nogen grad", "i lav grad", "slet ikke" og "ved ikke/kender det ikke godt nok"



# SOCIALE MEDIER TOPPER REPRÆSENTATION PÅ TRODS AF LAV TILLID TIL DEM

Sociale medier er et af de steder, hvor unge oftest føler sig repræsenteret sammenlignet med andre arenaer og kontekster. Det kan hænge sammen med, at sociale medier i højere grad end mange andre arenaer rummer personer, udtryk og fortællinger, som unge kan spejle sig i.

På trods af dette har unge relativt lav tillid til fællesskaber og debatter på sociale medier:

- **Kun 13 pct. har i meget høj grad eller høj grad tillid til samtaler og debatter på sociale medier, mens 12 pct. slet ikke har tillid hertil**
- **16 pct. har i meget høj eller høj grad tillid til fællesskaber på sociale medier, mens 9 pct. slet ikke har tillid til disse fællesskaber**

Den lave tillid kan ses i tråd med, at relativt få selv tager aktivt del i den åbne debat. Kun 17 pct. giver i høj eller meget høj grad deres holdninger til kende på åbne online platforme.

Samtidig oplever hver fjerde ung at have indflydelse online, fx på sociale medier, i digitale fællesskaber eller via spil. Det indikerer, at unge godt kan opleve en form for handlekraft online uden nødvendigvis at have høj tillid til de digitale debatrum eller selv have lyst til at engagere sig aktivt i dem.

*"Hvis jeg er uenig med nogen på de sociale medier, så kunne jeg aldrig finde på at kommentere, da kommentarsporene på de sociale medier næsten altid er ekstremt barske, hvor folk går mere efter personen end uenigheden. Der er nogle debatter på de sociale medier, hvor jeg egentlig gerne vil sige min mening, men jeg holder mig tilbage på grund af den hårde tone."*

## HÅRD TONE ONLINE

Det billede understøttes af de kvalitative indsigter. Flere unge beskriver, at sociale medier på den ene side kan give en oplevelse af handlekraft, fordi de selv kan vælge, hvem de vil følge, hvad de vil dele, og nemt kan reagere på andres indhold med et like.

Samtidig holder mange sig tilbage online, særligt når det handler om at deltage i diskussioner eller kommentarfelter. Her bliver den hårde tone en tydelig barriere, og flere unge sætter ord på, at de ikke oplever sig velkomne i de online debatfora.

Det bliver dermed tydeligt, at sociale medier både kan være et sted, hvor unge kan genkende sig selv og føle sig repræsenteret, og samtidig et sted, hvor de i mindre grad ønsker at engagere sig aktivt i den offentlige debat.

# YTRINGSRUM

# PLADS TIL UENIGHED BETYDER IKKE, AT DET ALTID ER LET AT VÆRE UENIG

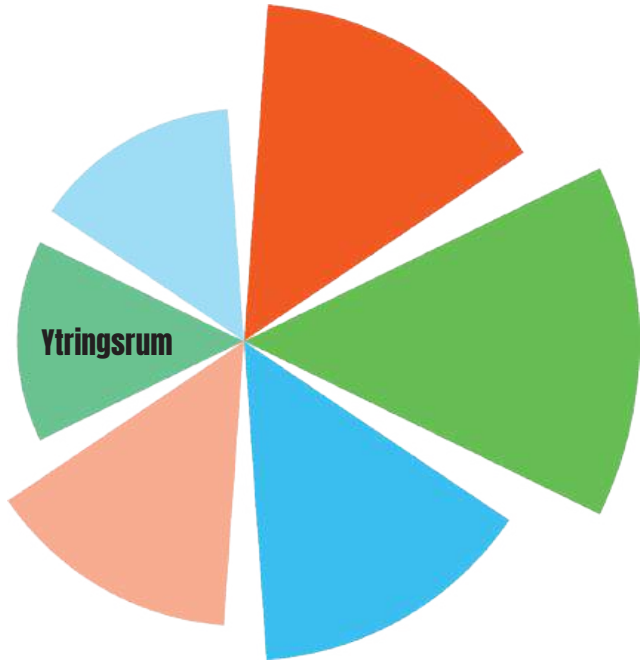
Indekset for *ytringsrum* samler fire spørgsmål om unges oplevelse af at være uenige og give udtryk for deres holdninger, herunder om uenighed kan have negative konsekvenser, om de holder deres holdninger tilbage, trækker sig fra konfliktfyldte samtaler eller oplever, at tonen gør det svært at sige, hvad de mener. Jo højere indeksscore, jo større ytringsrum oplever unge.

Dimensionen har den laveste indeksscore blandt barometerets seks dimensioner.

Mange unge oplever, at der er plads til uenighed: 59 pct. er helt eller delvist enige i, at der er plads til uenighed i de fællesskaber, de er en del af – men det betyder ikke nødvendigvis, at det altid føles let at være uenig. Mange unge oplever nemlig også, at uenighed kan have negative konsekvenser, at tonen kan gøre det svært at sige sin mening, og at de trækker sig, når samtaler bliv er konfliktfyldte.

**På de næste sider ser vi nærmere på, hvad der kan gøre det svært at sige sin mening, og hvordan ytringsrummet varierer mellem unge.**

**INDEKSET SAMLER FIRE SPØRGSMÅL OM, HVOR TRYGT UNGE OPLEVER, AT DET ER AT VÆRE UENIG OG SIGE SIN MENING.**



# DET KAN HAVE NEGATIVE KONSEKVENSER AT VÆRE UENIG

## FLERE END HALVDELEN OPLEVER, AT UENIGHED KAN HAVE NEGATIVE KONSEKVENSER

Knap 60 pct. oplever, at der er plads til at ytre deres holdninger, når de er uenige. Samtidig forbinder mange unge uenighed med risiko for konflikt og negative konsekvenser, og tonen i debatter og samtaler kan gøre dem tilbageholdne.

**Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? N = 2.182**
Graferne viser andelen, der svarer "helt enig" eller "delvist enig". De øvrige svarmuligheder er "hverken enig eller uenig", "delvist uenig, "helt uenig".

Der er ikke tale om to adskilte grupper af unge. Også blandt unge, der oplever, at der er plads til uenighed i deres fællesskaber, oplever mange samtidig forhold, der kan gøre det sværere at sige deres mening eller få dem til at trække sig.

De kvalitative indsigter støtter op om dette billede, hvor flere fortæller, at det kan være svært at sige sin mening i sociale kontekster, hvor uenighed kan have konsekvenser. Særligt gælder det i relationer, hvor der er et magtforhold eller en social afhængighed, fx over for en chef, kollegaer eller i gymnasieklassen. Her kan de opleve risiko for at skille sig ud eller frygte, at deres uenighed kan føre til sanktioner.

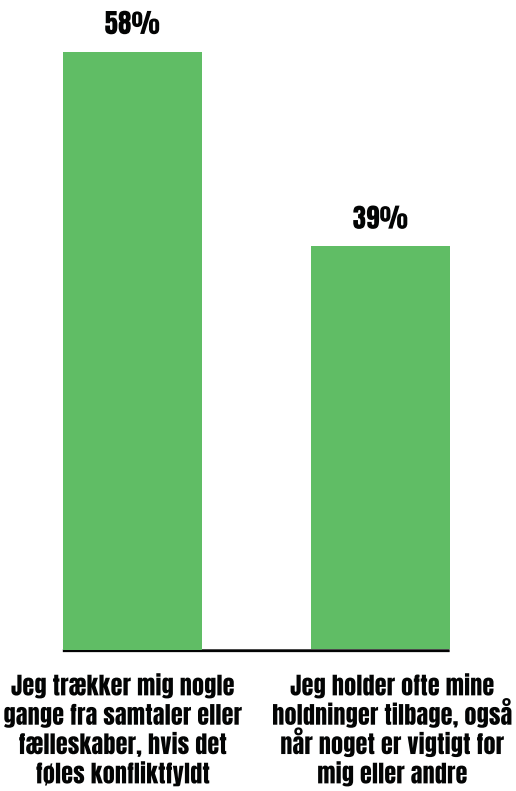
*"I forhold til, hvad jeg plejer at gøre i situationer, hvor jeg er uenig med andre, kommer det meget an på, hvem jeg er uenig med. Hvis det er gode venner eller familie, føler jeg, at vi meget nemt kan tale sammen om vores uenigheder og lytte til hinanden. Hvis det er derimod med chefen, vil jeg i nogle tilfælde nok lade være med at sige min mening for ikke at skabe unødig konflikt og eventuelt ende med en opsigelse."*

# NÅR UENIGHED BLIVER KONFLIKTFYLDT, TRÆKKER MANGE UNGE SIG

58 pct. er helt eller delvist enige i, at de nogle gange trækker sig fra samtaler eller fællesskaber, hvis det føles konfliktfyldt.

Færre, men stadig knap fire ud af ti, holder ofte helt eller delvist holdninger tilbage, også når noget er vigtigt for dem selv eller andre. Det er altså mere udbredt at trække sig i en konfliktfyldt situation end generelt at holde sine holdninger tilbage. Samtidig kan tonen omkring uenigheden spille ind. Som vi så på den foregående side, oplever halvdelen af unge, at tonen i debatter eller samtaler om holdninger gør det svært at sige, hvad de mener.

**Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? N = 2.182**
Graferne viser andelen, der svarer "helt enig" eller "delvist enig". De øvrige svarmuligheder er "hverken enig eller uenig", "delvist uenig", "helt uenig".




## YTRINGSRUM KRÆVER, AT UNGE FØLER SIG SET

Det oplevede ytringsrum hænger sammen med, om unge føler sig set og har plads til deres perspektiv i de fællesskaber, de er en del af. Unge oplever mindre ytringsrum, når de føler sig anderledes i et fællesskab eller oplever, at deres erfaringer og stemme bliver overset.

Tidligere så vi, at mere end hver tredje oplever, at deres erfaringer eller stemme ofte bliver overset. Det hænger også sammen med ytringsrummet. Unge, der oftere oplever at blive overset, oplever samtidig mindre rum til at sige deres mening.

# YTRINGSRUM HÆNGER SAMMEN MED BÅDE RELATIONER OG TILLID TIL SIG SELV

Et større ytringsrum hænger især sammen med forhold tæt på den enkelte og de relationer, de indgår i: at have tillid til sig selv og faktisk give sin mening til kende blandt venner og i skolen eller på uddannelsen.

## YTRINGSRUM HÆNGER SAMMEN MED AT SIGE SIN MENING I NÆRE ARENAER

Unges oplevede ytringsrum kan også hænge sammen med unges adfærd – men ikke nødvendigvis i alle sammenhænge. I kapitlet om demokratisk engagement i praksis så vi for eksempel, at:

- 73 pct. i høj eller meget høj grad giver deres holdninger til kende blandt venner, mens
- 33 pct. i høj eller meget høj grad gør det i skolen eller på uddannelsen.

Det er især i disse to arenaer, at unge med et større oplevet ytringsrum oftere giver deres holdninger til kende. For de øvrige arenaer ser vi ikke samme klare sammenhæng.

## MANGE UNGE HAR TILLID TIL SIG SELV - OG DET HÆNGER SAMMEN MED YTRINGSRUMMET

71 pct. af unge svarer, at de i høj eller meget høj grad har tillid til sig selv. Denne tillid hænger tydeligt sammen med oplevelsen af ytringsrum: Unge med større tillid til sig selv oplever også oftere, at der er plads til at sige deres mening. Blandt de forskellige former for tillid, vi har undersøgt, er det netop tilliden til sig selv, der viser den tydeligste positive sammenhæng med ytringsrummet.

De kvalitative indsigter nuancerer også billedet af uenighed. Her beskriver nogle unge, at det ikke i sig selv er et problem at være uenig med mennesker, de er tæt på. Uenighed kan godt være en naturlig del af nære relationer, uden at det opleves som konfliktfyldt eller som noget, der får dem til at holde deres holdninger tilbage. For nogle kan det tværtimod være positivt at være sammen med mennesker, der ser anderledes på tingene, da det giver mulighed for at høre andre perspektiver og blive klogere på sine egne.

**Jeg er faktisk ikke enig med mange af dem, jeg har tæt på mig - og det er faktisk helt fint for mig. Jeg kan godt lide at være sammen med andre, der ser anderledes på tingene end jeg gør, også politisk. Det nyder jeg faktisk. For eksempel stemmer jeg helt klart noget andet end min kæreste og mange af hendes venner.**

Vores fag
ændrer
klimaet —
gør
dit
Byg grønt
eller
byg ikke

# DELTAGELSES-MULIGHEDER

# MANGE UNGE ER I TVIVL OM, HVOR OG HVORDAN DE KAN GØRE EN FORSKEL

Indekset for *deltagelsesmuligheder* samler syv spørgsmål om forhold, der kan gøre det sværere at engagere sig eller sige sin mening. Jo højere indeksscore, jo færre oplevede barrierer.

Det handler blandt andet om at være usikker på, hvor eller hvordan man kan engagere sig, ikke at tro, at det gør en forskel, at føle sig anderledes i et fællesskab og oplevelsen af, at det at være ung kan gøre det sværere at blive lyttet til.

Nogle barrierer handler om selve vejen ind i engagementet og om troen på, at ens engagement gør en forskel. Andre handler om unges position i fællesskaber og i samfundet.

Deltagelsesmuligheder har den næstlaveste indeksscore blandt barometerets seks dimensioner, hvilket særligt påvirkes af, at mange unge oplever tvivl om, hvordan de skal engagere sig, om det gør en forskel, og om de som unge i lige så høj grad som andre bliver lyttet til.

De yngre 15-22-årige oplever samlet set flere barrierer end de 23-30-årige.

På de næste sider ser vi nærmere på, hvilke barrierer unge oplever, hvordan det at være ung kan spille ind, og hvad der har betydning for, om unge vælger at engagere sig.

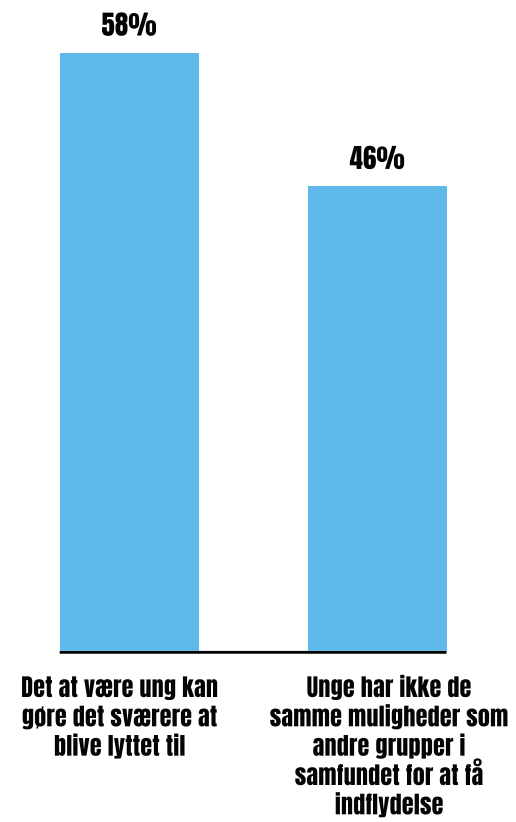
**INDEKSET SAMLER SYV SPØRGSMÅL OM BARRIERER FOR AT ENGAGERE SIG ELLER SIGE SIN MENING.**

# DET AT VÆRE UNG KAN I SIG SELV OPLEVES SOM EN BARRIERE

**OVER HALVDELEN ER HELT ELLER DELVIST ENIGE I, AT DET AT VÆRE UNG, KAN GØRE DET SVÆRERE AT BLIVE LYTTET TIL**

Barrierer for engagement handler derfor ikke kun om motivation, adgangsmuligheder og kompetencer, men også om unges oplevede position og legitimitet i samfundet.

**Hvor enig eller uenig er du i følgende? N = 2.182**
Graferne viser andelen, der svarer "helt enig" eller "delvist enig". De øvrige svarmuligheder er "hverken enig eller uenig", "delvist uenig", "helt uenig".




For mange unge er udfordringen ikke kun, om de vil engagere sig, men også om deres perspektiver bliver mødt som relevante og taget alvorligt.

Det gælder særligt unge med høj samfundsinteresse. De oplever i højere grad end unge med lav samfundsinteresse, at unge ikke har de samme muligheder for at få indflydelse som andre grupper i samfundet. Det giver en vigtig nuance til forskellen mellem at blive hørt og faktisk få indflydelse: Unge kan godt opleve, at der er plads til deres stemmer, uden samtidig at opleve, at deres perspektiver får samme vægt eller gennemslag som andres.

Det billede går igen i de kvalitative indsigter, hvor flere af deltagerne peger på, at unge ofte mødes af forudindtagede, stereotype forestillinger – fx at unge er et problem, ressourcesvage eller hyperengagerede.

Flere beskriver, at de både oplever at blive opfattet som en samlet kategori frem for som mennesker med forskellige erfaringer, ressourcer og perspektiver, og samtidig at deres perspektiver bliver tillagt mindre vægt, netop fordi de er unge.

De unge efterspørger direkte, at deres perspektiver vurderes på lige fod med andres og ikke tillægges mindre vægt alene på grund af deres alder.

**Nogle gange bliver vores holdninger og ideer afvist, fordi vi ikke har lige så meget livserfaring som de voksne. Og ja selvfølgelig har de voksne mere livserfaring, men det betyder altså ikke, at vores ideer og vores meninger skal undervurderes. Vi kan også sagtens have gode ideer og relevante erfaringer, så jeg tror virkelig, at samfundet vil få noget ud af at lytte noget mere til os, når det kommer til de ting, der også påvirker vores hverdag.**

# MANGE BARRIERER LIGGER I RAMMERNE FOR DELTAGELSE

I kapitlet om demokratisk engagement i praksis så vi, at:

- 51 pct. engagerer sig så meget, som de har lyst til,
- 29 pct. engagerer sig mindre, end de har lyst til, og
- 8 pct. har sjældent lyst til at engagere sig.

Det viser, at unges lyst til og mulighed for at engagere sig ikke ser ens ud. På samme måde viser dette kapitel, at forskellige barrierer kan fylde forskelligt for forskellige grupper af unge.

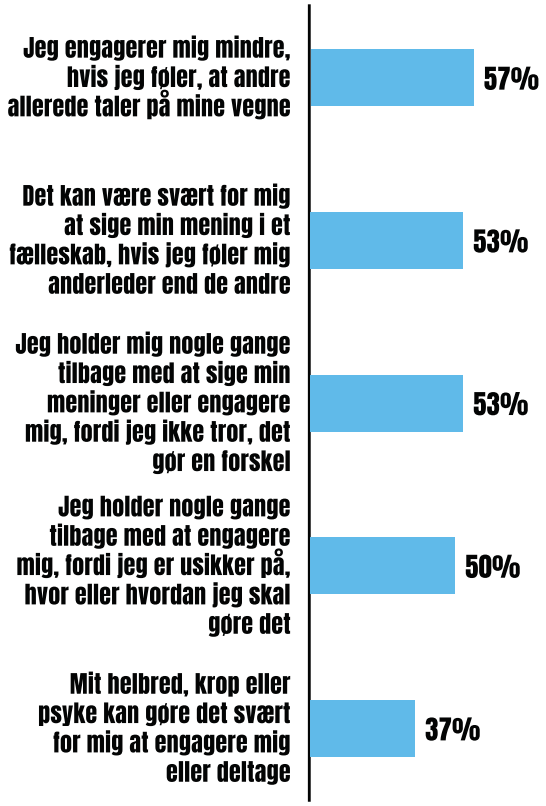
Både unge, der gerne vil engagere sig mere, og unge, der sjældent har lyst til at engagere sig, oplever barrierer. For nogle handler det om tvivl på, om deres engagement gør en forskel. For andre er det uklart, hvor eller hvordan de kan engagere sig.

Når unge bliver spurgt til, hvilke barrierer de møder, peger over halvdelen på, at de holder sig tilbage eller engagerer sig mindre, fordi de ikke tror, de kan gøre en forskel, eller fordi de oplever, at andre allerede taler på deres vegne. Det peger på, at en væsentlig barriere for mange unge er tvivlen om, hvorvidt deres engagement overhovedet vil have effekt.

Det gælder særligt blandt unge, der sjældent har lyst til at engagere sig. De er oftere enige i, at de engagerer sig mindre, fordi andre allerede taler på deres vegne, og fordi de ikke tror, det gør en forskel at engagere sig, sammenlignet med unge, der engagerer sig så meget, som de ønsker, eller mindre, end de ønsker.

Samtidig holder halvdelen af unge sig tilbage, fordi de er usikre på, hvor eller hvordan de skal engagere sig. Det gælder især blandt unge, der engagerer sig mindre, end de egentlig har lyst til. Her peger resultaterne på et tydeligt potentiale: Hvis vejene til engagement bliver mere synlige og konkrete, kan flere unge have lettere ved at handle på eller udtrykke det engagement, de allerede har.

**Hvor enig eller uenig er du i følgende? N = 2.182**
Graferne viser andelen, der svarer "helt enig" eller "delvist enig". De øvrige svarmuligheder er "hverken enig eller uenig", "delvist uenig", "helt uenig"



# DELTAGELSESRAMMERNE RUMMER IKKE ALLE UNGE LIGE GODT

**37 % MENER, AT HELBRED, KROP ELLER PSYKE KAN GØRE DET SVÆRT FOR DEM AT ENGAGERE SIG**

Deltagelsesmuligheder og barrierer handler ikke kun om lyst eller om at vide, hvordan man kan engagere sig. For mange handler det også om overskud, energi og adgang til overhovedet at kunne være med.

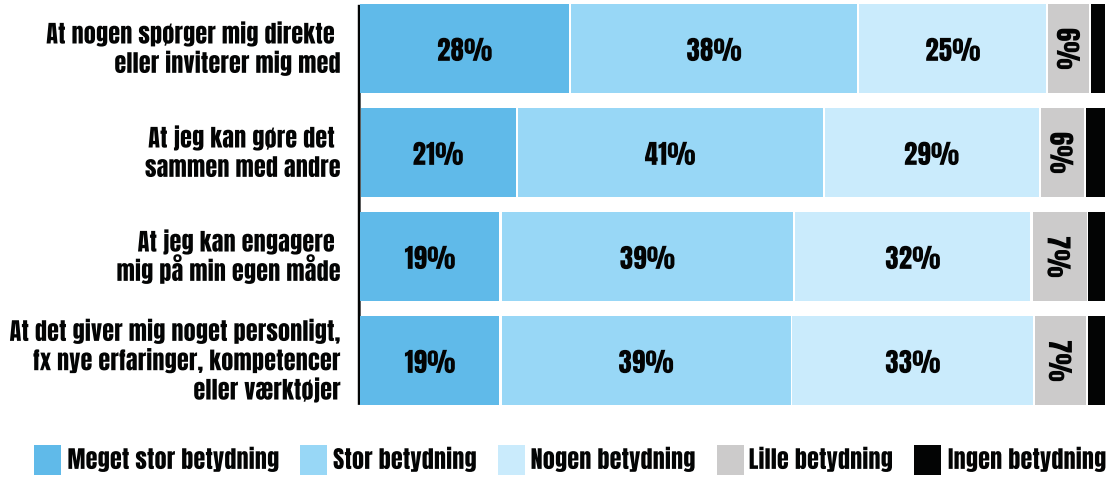
Flere unge angiver også mere sociale og personlige barrierer, som hænger sammen med fællesskaber, trivsel og det at føle sig i stand til at deltage. Særligt unge, der engagerer sig mere, end de egentlig har lyst til, oplever oftere end unge, der engagerer sig så meget, som de ønsker, at helbred, krop eller psyke kan stå i vejen. Samtidig fylder denne barriere oftere blandt unge med kortere uddannelsesbaggrund.

Det gør det tydeligt, at ikke alle møder deltagelse på samme vilkår. Hvis flere unge skal kunne være med, er det ikke nok bare at invitere dem ind. Deltagelsesrum og deltagelsesmuligheder skal også være fleksible og rummelige nok til, at unge med forskellige ressourcer, kroppe, behov og grænser kan være med i praksis.

Der tegner sig derfor ikke ét enkelt billede af, hvad der holder unge tilbage. De kvalitative indsigter peger i samme retning. Flere unge beskriver, at de ofte bliver mødt som én samlet gruppe, selv om deres behov, ressourcer og livssituationer kan være meget forskellige. Flere efterlyser derfor et mere nuanceret blik på unge – især fra politikernes side. Særligt fremhæver de, at samfundet bør gøre op med forestillingen om, at unge har de samme udfordringer og har brug for de samme løsninger. De unge beskriver dermed selv et behov for deltagelsesmuligheder, der i højere grad giver plads til forskellighed.

**Unge bliver set som én stor gruppe, selvom der er nogen, som måske har brug for hjælp, da de er ved at gå ned på stress, mens andre har brug for flere fodboldbaner. Det er bare sindssygt mange forskellige ressourcer, som vi har brug for. Jeg tror, at det er vigtigt at huske på, at vi ikke bare er én stor gruppe, men vi er forskellige individer.**

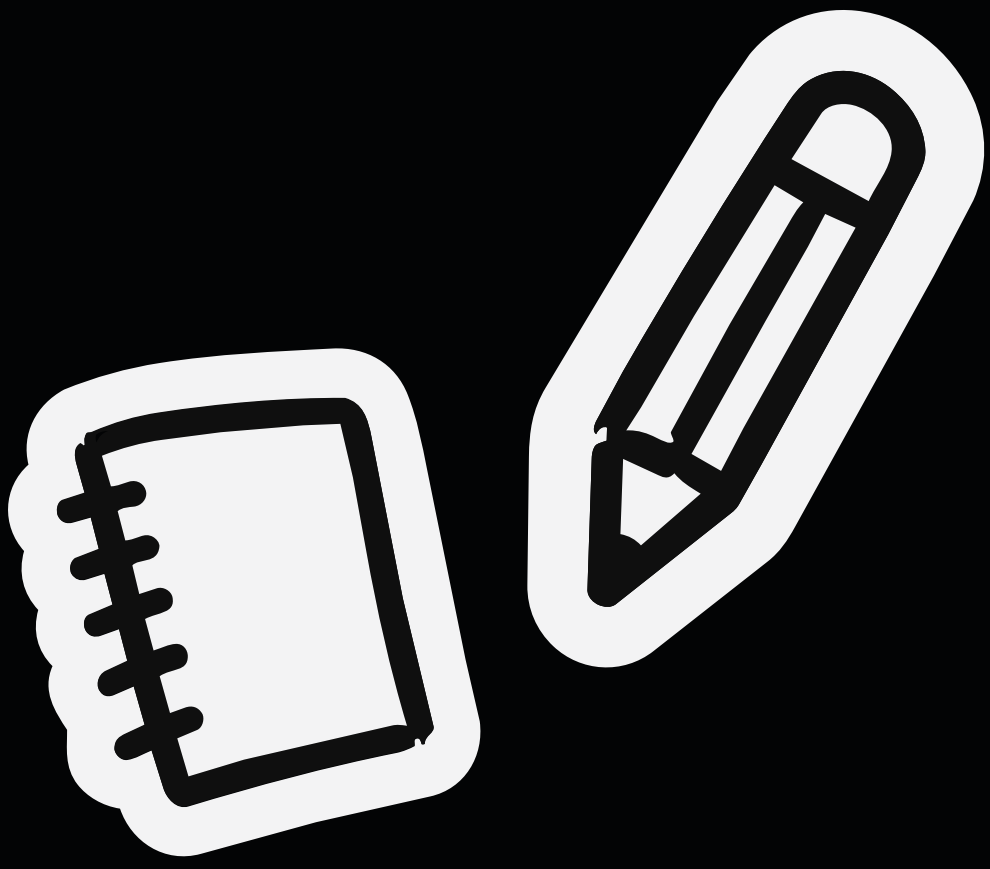
**Tænk på noget, som er vigtigt for dig. Hvor stor betydning ville følgende have for, om du valgte at engagere dig? N = 2.182** For læsbarheden er dataetiketter for andele på 3 pct. og derunder ikke vist i grafen.




## AT BLIVE SPURGT DIREKTE BETYDER MEST FOR, OM UNGE ENGAGERER SIG

- At blive inviteret ind eller spurgt direkte motiverer især unges engagement.
- Unge motiveres både af fællesskab og frihed til at engagere sig på deres egen måde.
- Ud over måden at engagere sig på har det personlige udbytte også betydning. For 57 pct. af de unge har det stor betydning for valget om at engagere sig, at det giver dem noget personligt.

# METODEBILAG



# DATAGRUNDLAG OG UDVIKLINGEN AF UNGDOMMENS DEMOKRATIBAROMETER

## 1. DESK RESEARCH OG EKSPERTINTERVIEWS

Første trin i udviklingen af barometeret bestod af desk research og ekspertinterviews med to forskere: Jonas Lieberkind fra DPU ved Aarhus Universitet og Maria Bruselius-Jensen fra Center for Ungdomsforskning ved Aalborg Universitet. Denne fase bidrog til at kortlægge eksisterende viden, identificere centrale temaer og kvalificere projektets fokus og begrebsapparat.

## 2. INDLEDENDE MOBILETNOGRAFISK STUDIE BLANDT UNGE

I en indledende og kvalitativ fase blev der i løbet af foråret gennemført et mobiletnografisk studie med 10 unge mellem 17 og 29 år fra forskellige steder i landet. Over to uger delte deltagerne refleksioner og eksempler fra deres hverdag via tekst, billeder og videoer på en digital platform. Studiet bidrog med et eksplorativt og praksisnært indblik i unges egne erfaringer med det levede demokrati og kvalificerede udviklingen af barometerets dimensioner og spørgeskema.

## 3. WORKSHOP MED UNGEREPRÆSENTANTER

For at nuancere og kvalificere de indledende indsigter fra mobiletnografien blev der gennemført en workshop med ungerepræsentanter fra forskellige organisationer. Workshoppen bidrog til det videre udviklingsarbejde med barometeret gennem prioriteringsøvelser og uddybning af centrale temaer med perspektiver fra de unge, organisationerne repræsenterede. Følgende organisationer deltog i workshoppen: Dansk Ungdoms Fællesråd (DUF), DGI, Det Danske Spejderkorps, Konservativ Ungdom, Mino Danmark, Rød-Grøn Ungdom, SAGA, Sammenslutningen af Unge Med Handicap (SUMH) og Ung Kult.

## 4. SPØRGESKEMAUDVIKLING OG DATAINDSAMLING

Spørgeskemaet blev udviklet med afsæt i temaer som fællesskab, tillid og de seks dimensioner, der indgår i barometeret. I udviklingsprocessen indgik feedback fra både Jonas Lieberkind og Michael Bang Petersen, begge fra Aarhus Universitet.

Dataindsamlingen blev gennemført som webinterviews blandt unge i Danmark mellem 15 og 30 år i perioden 9. juli til 29. juli 2026. Under dataindsamlingen blev svarfordelingen løbende monitoreret for at sikre en så repræsentativ fordeling som muligt på køn, bopælsregion og aldersgruppe (15-22 år og 23-30 år).

## 5. RENS OG VÆGTNING AF SPØRGESKEMABESVARELSER

Det endelige datasæt bestod efter datarens af 2.182 gennemførte besvarelser. I datarensningen blev besvarelser fra unge, der havde svaret usædvanligt hurtigt, eller som havde

valgt "ved ikke" usædvanligt mange gange, sorteret fra. Herefter blev data vægtet, så det samlede datasæt afspejler populationen af unge i Danmark mellem 15 og 30 år fordelt på køn, bopælsregion og alder.

Når rapporten beskriver forskelle mellem ungegrupper, fx efter alder eller uddannelsesniveau, bygger analyserne på modeller, hvor der er kontrolleret for baggrundsvariablene køn, alder, bystørrelse og uddannelse. Resultaterne bør samtidig fortolkes med det forbehold, at også andre forhold kan have betydning for de forskelle, der observeres.

## 6. SPARRING OG KVALIFICERING AF ANALYSER

Efter dataindsamlingen deltog Jonas Lieberkind og Maria Bruselius-Jensen i en sparringssession om centrale analysefund, hvor de bidrog med faglige perspektiver og indsigter til kvalificeringen af rapportens analyser.

**Ungdommens demokratibarometer bygger på et datagrundlag, der er udviklet i flere trin for at sikre både et solidt forskningsmæssigt afsæt og et spørgeskema, der tager udgangspunkt i unges egne erfaringer.**

**Datagrundlaget kombinerer derfor eksisterende viden, forskerinput, kvalitative indsigter fra unge, inddragelse af ungerepræsentanter og en national spørgeskemaundersøgelse blandt unge mellem 15 og 30 år.**

**Processen er nærmere beskrevet til venstre.**

# FORKLARING AF DE SEKS INDEKS, DER INDGÅR I BAROMETERET

## FORMÅLET MED AT BRUGE INDEKS I ANALYSEN

Ungdommens demokratibarometer skal tage temperaturen på unges demokratiske engagement. For at belyse demokratisk engagement er det ikke nok alene at se på, hvordan og hvor ofte unge engagerer sig. Det kræver også blik for de forhold, der former engagementet. Derfor er både spørgeskemaet og rapporten bygget op omkring seks dimensioner:

1. Demokratisk engagement i praksis
2. Indflydelse og handlekraft
3. Respekt i fællesskaber
4. Repræsentation
5. Ytringsrum
6. Deltagelsesmuligheder

For at kunne belyse disse seks dimensioner som overordnede temaer og sammenligne dem på tværs i det samlede barometer er der konstrueret ét indeks til hver dimension.

## HVAD ER ET INDEKS?

Et indeks er et samlet mål, der bygger på svarene på flere udsagn eller spørgsmål om det samme tema. Formålet er at samle flere enkeltbesvarelser i ét mere overordnet mål, så det bliver lettere at få et samlet overblik over en dimension i barometeret. Indeksene bruges dermed som et analytisk redskab til at sammenfatte mønstre i de unges svar og til at sammenligne de seks dimensioner med hinanden.

## SÅDAN SKAL INDEKSENE LÆSES

Et indeks er et samlet mål, der bygger på svarene på flere udsagn eller spørgsmål om det samme tema. Ved at samle flere enkeltbesvarelser i ét overordnet mål, bliver det lettere at få et samlet overblik over en dimension i barometeret.

Indeksene skal først og fremmest læses som et analytisk redskab, der gør det muligt at sammenligne dimensionerne i det samlede barometer. De viser dermed den relative styrke af de seks dimensioner, men udgør ikke i sig selv en fuld vurdering af hvert område.

Sammenligninger mellem indeksene bør fortolkes med forbehold. De bygger på forskellige typer spørgsmål og handler ikke altid om de samme arenaer. Derfor skal de læses som et overordnet sammenligningsgrundlag og ikke som et præcist mål for, hvor godt eller dårligt det står til på hvert område.

## BAROMETERET ER MEGET MERE END SEKS INDEKS

Selvom de seks indeks udgør en central del af barometeret, er Ungdommens demokratibarometer mere end seks samlede mål. Indeksene er udviklet for at skabe overblik og sammenligne dimensionerne på tværs, men de står ikke alene. I den samlede analyse suppleres de med de enkelte spørgsmål bag hvert indeks samt andre spørgsmål i spørgeskemaet, der belyser vigtige nuancer, forskelle og sammenhænge. Det er i samspillet mellem indeks, enkeltspørgsmål og øvrige analyser, at barometeret giver sit mest nuancerede billede af unges demokratiske engagement.

# SÅDAN ER INDEKSENE KONSTRUERET

**Gennem rapporten bruges figuren til at vise de seks indeks i det samlede barometer. Indeksværdierne er svære at fortolke i sig selv, og derfor viser figuren først og fremmest den relative størrelse af de seks dimensioner.**

Hvert indeks bygger på ét spørgsmålsbatteri i spørgeskemaet. Indeksene er beregnet som simple gennemsnit af de spørgsmål, der indgår i hver dimension, så alle spørgsmål vægter lige meget. Spørgsmålene er kodet, så høje værdier konsekvent afspejler mere af den dimension, indekset skal måle. For spørgsmål, hvor svarskalaen oprindeligt gik i modsat retning, er kodningen vendt, så retningen er ens på tværs af alle spørgsmål.

For eksempel bygger indekset deltagelsesmuligheder på syv udsagn om barrierer for at engagere sig, fx usikkerhed om, hvor eller hvordan man kan engagere sig, tvivl om det gør en forskel, og oplevelsen af, at det at være ung kan gøre det sværere at blive lyttet til. Her er svarene kodet, så højere værdier afspejler færre oplevede barrierer. Hvis en ung fx er uenig i, at det er svært at finde veje ind i engagement, vil det derfor trække indekset op.

**Hvert af barometerets seks indeks bygger på ét spørgsmålsbatteri i spørgeskemaet**

| Indeks | Spørgsmålsformulering | Antal spørgsmål | Svarskala på fem niveauer |
|---|---|---|---|
| **1. Demokratisk engagement i praksis** | Hvor ofte engagerer du dig på følgende måder? | 7 forskellige former for demokratisk engagement | "Meget ofte" til "aldrig" |
| **2. Indflydelse og handlekraft** | Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn? Jeg oplever, at… | 5 udsagn om at blive taget alvorligt, kunne gøre en forskel og få indflydelse | "Helt enig" til "helt uenig" |
| **3. Respekt i fællesskaber** | I hvilken grad oplever du, at du og dine perspektiver bliver respekteret og betyder noget de følgende steder? | 6 forskellige arenaer | "I meget høj grad" til "slet ikke" |
| **4. Repræsentation** | I hvilken grad føler du dig repræsenteret eller afspejlet i følgende? | 6 forskellige arenaer for repræsentation og spejling | "I meget høj grad" til "slet ikke" |
| **5. Ytringsrum** | Hvor enig eller uenig er du i følgende? | 4 udsagn om uenighed, tilbageholdelse og oplevede negative konsekvenser | "Helt enig" til "helt uenig" |
| **6. Deltagelses-muligheder** | Hvor enig eller uenig er du i følgende? | 7 forskellige barrierer for deltagelse | "Helt enig" til "helt uenig" |

# SPØRGSMÅLENE BAG DE ENKELTE INDEKS (1/2)

### 1. DEMOKRATISK ENGAGEMENT I PRAKSIS

*Hvor ofte engagerer du dig på følgende måder?*
*Svarmuligheder: Meget ofte, ofte, af og til, sjældent, aldrig.*

- Jeg tænker over, hvad jeg selv mener, når jeg hører andres holdninger
- Jeg taler med andre om samfundsspørgsmål eller ting, jeg gerne vil forstå eller ændre
- Jeg giver tydeligt udtryk for mine holdninger over for andre
- Jeg bakker op om noget, der er vigtigt for andre eller et fællesskab, fx ved at vise min støtte, sprede budskaber eller opmuntre andre
- Jeg bruger kultur eller kreative udtryk, fx musik, kunst, film eller performance, til at vise, hvad jeg mener

- Jeg deltager i aktiviteter, når noget betyder noget for mig, andre eller et fællesskab, fx events eller indsamlinger
- Jeg til- eller fravælger noget i hverdagen, for at vise, hvad jeg mener, fx noget jeg køber, deltager i eller støtter

## 2. INDFLYDELSE OG HANDLEKRAFT

*Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn?*
*Svarmuligheder: Helt enig, delvist enig, hverken enig eller uenig, delvist uenig, helt uenig.*

- Jeg oplever, at andre tager mig alvorligt, når jeg siger min mening
- Jeg oplever, at jeg selv kan gøre en forskel, når noget er vigtigt for mig eller andre
- Jeg oplever, at jeg kan gøre en forskel sammen med andre
- Jeg oplever, at der findes steder eller sammenhænge i min hverdag, hvor jeg kan få indflydelse
- Jeg oplever, at unge kan blive hørt, hvis de engagerer sig

## 3. RESPEKT I FÆLLESSKABER

*I hvilken grad oplever du, at du og dine perspektiver bliver respekteret og betyder noget de følgende steder?*
*Svarmuligheder: I meget høj grad, i høj grad, i nogen grad, i lav grad, slet ikke.*

- Blandt familie og venner
- På din skole/uddannelse
- På din arbejdsplads/studiejob/fritidsjob
- I lokale fællesskaber, fx i dit lokalområde, en klub eller en forening
- I det danske demokrati
- I dansk politik

## 4. REPRÆSENTATION

*I hvilken grad føler du dig repræsenteret eller afspejlet i følgende?*
*Svarmuligheder: I meget høj grad, i høj grad, i nogen grad, i lav grad, slet ikke.*

- Traditionelle medier, fx tv, aviser, radio eller nyhedsmedier
- Sociale medier, fx influencere, youtubere, debattører eller andre profiler online
- Kultur og kulturliv, fx musik, film, serier, kunst, teater eller festivaler
- Det offentlige rum, fx bybilledet, kampagner, reklamer eller offentlige budskaber
- Undervisning og pensum, fx det man møder i skolen eller på sin uddannelse
- Politiske debatter, fx i tv, politikerudtalelser, vælgermøder eller i Folketinget

## 5. YTRINGSRUM

*Hvor enig eller uenig er du i følgende udsagn?*
*Svarmuligheder: Helt enig, delvist enig, hverken enig eller uenig, delvist uenig, helt uenig.*

- Jeg oplever, at det kan have negative konsekvenser at være uenig
- Jeg holder ofte mine holdninger tilbage, også når noget er vigtigt for mig eller andre
- Jeg trækker mig nogle gange fra samtaler eller fællesskaber, hvis det føles konfliktfyldt
- Jeg oplever, at der er plads til uenighed i de fællesskaber, jeg er en del af

## 6. DELTAGELSESMULIGHEDER

*Hvor enig eller uenig er du i følgende?*
*Svarmuligheder: Helt enig, delvist enig, hverken enig eller uenig, delvist uenig, helt uenig.*

- Jeg holder nogle gange tilbage med at engagere mig, fordi jeg er usikker på, hvor eller hvordan jeg skal gøre det
- Jeg holder nogle gange tilbage med at sige min mening eller engagere mig, fordi jeg ikke tror, det gør en forskel
- Mit helbred, krop eller psyke kan gøre det svært for mig at engagere mig eller deltage
- Det kan være svært for mig at sige min mening i et fællesskab, hvis jeg føler mig anderledes end de andre
- Jeg engagerer mig mindre, hvis jeg føler, at andre allerede taler på mine vegne
- Unge har ikke de samme muligheder som andre grupper i samfundet for at få indflydelse
- Det at være ung kan gøre det sværere at blive lyttet til