

Hvordan går det med unges trivsel?

Konference om De Stressede Unge
Center for Ungdomsforskning, DPU 12. december 2012



Pernille Due

3 former for stress af betydning for børns senere sundhed

1. "Positivt stress":

- resultatet af negative påvirkninger af kortere varighed (f.eks. møde nye mennesker)
- de normale livsudfordringer som børn vokser og udvikler kompetencer af

2. "Tolerabel stress":

- resultatet af negative, mere intense påvirkninger af forholdsvis kort varighed (eks. skilsmisse)
- hændelser som børn sædvanligvis kan komme igennem/lære at klare med den rette støtte fra omgivelserne, men som kan føre til skadelig (toxic) stress uden den rette støtte

3. "Skadelig (toxic) stress":

- resultatet af voldsomt negative påvirkninger af længere varighed (f.eks. mishandling, mobning)
- hændelser som børn ikke selv kan komme igennem selv, som fører til skadelige fysiologiske processer, som f.eks. kan lede til skadelig udvikling af hjernen. Støttende omgivelserne kan til en vis grad kompensere for skadevirkningerne

Stressorer

Støttende omgivelser

National Scientific Council on the Developing Child; 2005

Trivsel

- et svært definerbart begreb - i denne præsentation:
 - et overbegreb
 - handler om sammenhængen mellem to elementer
 1. individets velbefindende/psykosociale sundhed/personlige ressourcer
 2. de omgivelser/vilkår/hændelser, som er rammen om individets liv

Præsentationens formål I

Med udgangspunkt i Skolebørnsundersøgelsen:

- Beskrive **forekomsten af psykisk mistrivsel** blandt 11-15-årige med fokus på de negative aspekter
- Beskrive **udviklingen** igennem de seneste 10-20 år
- Beskrive **variationer** i mistrivsel i relation til sociodemografiske faktorer, social integration (venner/forældre) og forskelle mellem skoler
- Beskrive **udviklingen** i den væsentligste skolerelaterede **stressor**: mobning

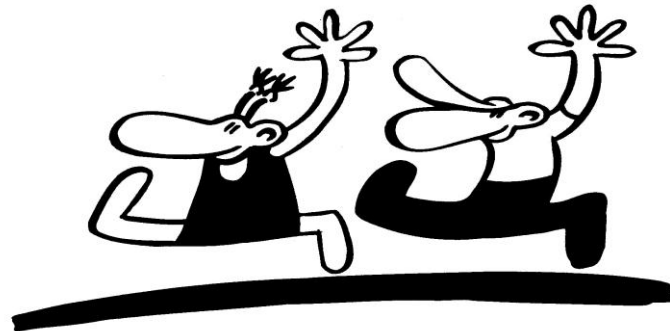
Præsentationens formål II

Med udgangspunkt i Unges Hverdag:

- Beskrive **forekomsten** af oplevet stress og stressende livsbegivenheder
- Beskrive **variationer** i oplevet stress i relation til køn, alder, samt i forhold til venner og forældre.

Materiale og metode I

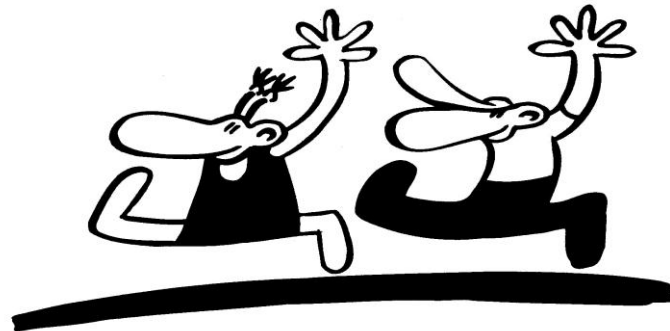
- Skolebørnsundersøgelsen (HBSC) 2010
- Tilfældigt udvalg af skoler, n=75 deltagende skoler
- Omfatter alle elever i femte, syvende og niende klasse, n=302 deltagende klasser
- Eleverne udfylder det internationalt standardiserede HBSC spørgeskema
- Deltagelsesprocent 86,3, n=4.922 deltagende elever



Materiale og metode II

Desuden data fra de danske undersøgelser i 1988 (n=1.671), 1991 (n=1.860), 1994 (n=4.046), 1998 (n=5.205), 2002 (n=4.824) og 2006 (n=6.269)

... og nogle foreløbige resultater fra 2012 (n=3.975)



Rapport fra Sundhedsstyrelsen

Red.

Anna Paldam Folker
Lotte Bælum Mortensen

Forfattere:

Bjørn Holstein
Mogens Trab Damsgaard
Pia Wichmann Henriksen
Charlotte Kjær
Charlotte Meilstrup
Malene Kubstrup Nelausen
Line Nielsen
Signe Boe Rayce
Pernille Due



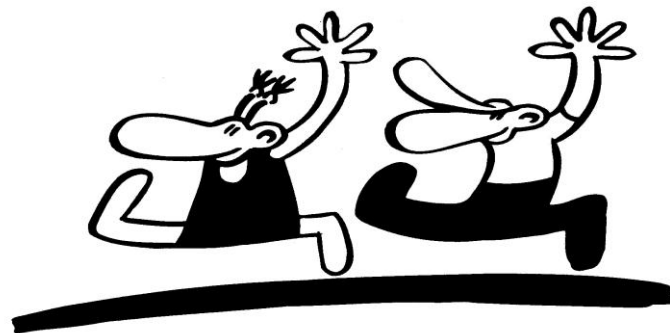
12 indikatorer på psykisk mistrivsel

4 spørgsmål om emotionel mistrivsel (symptomer)

4 spørgsmål om relationel mistrivsel

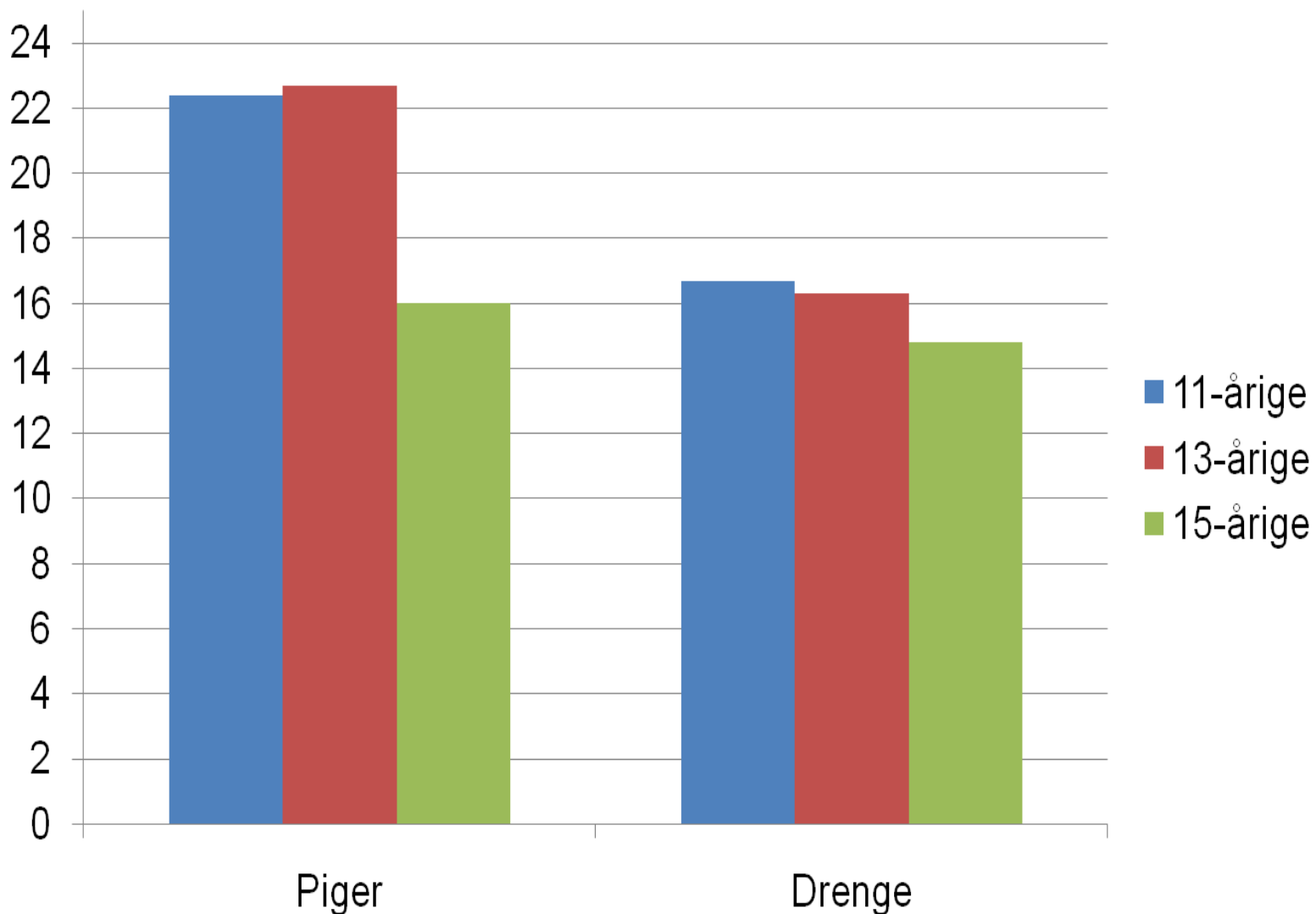
3 spørgsmål om skole-mistrivsel

1 spørgsmål om lav livstilfredshed



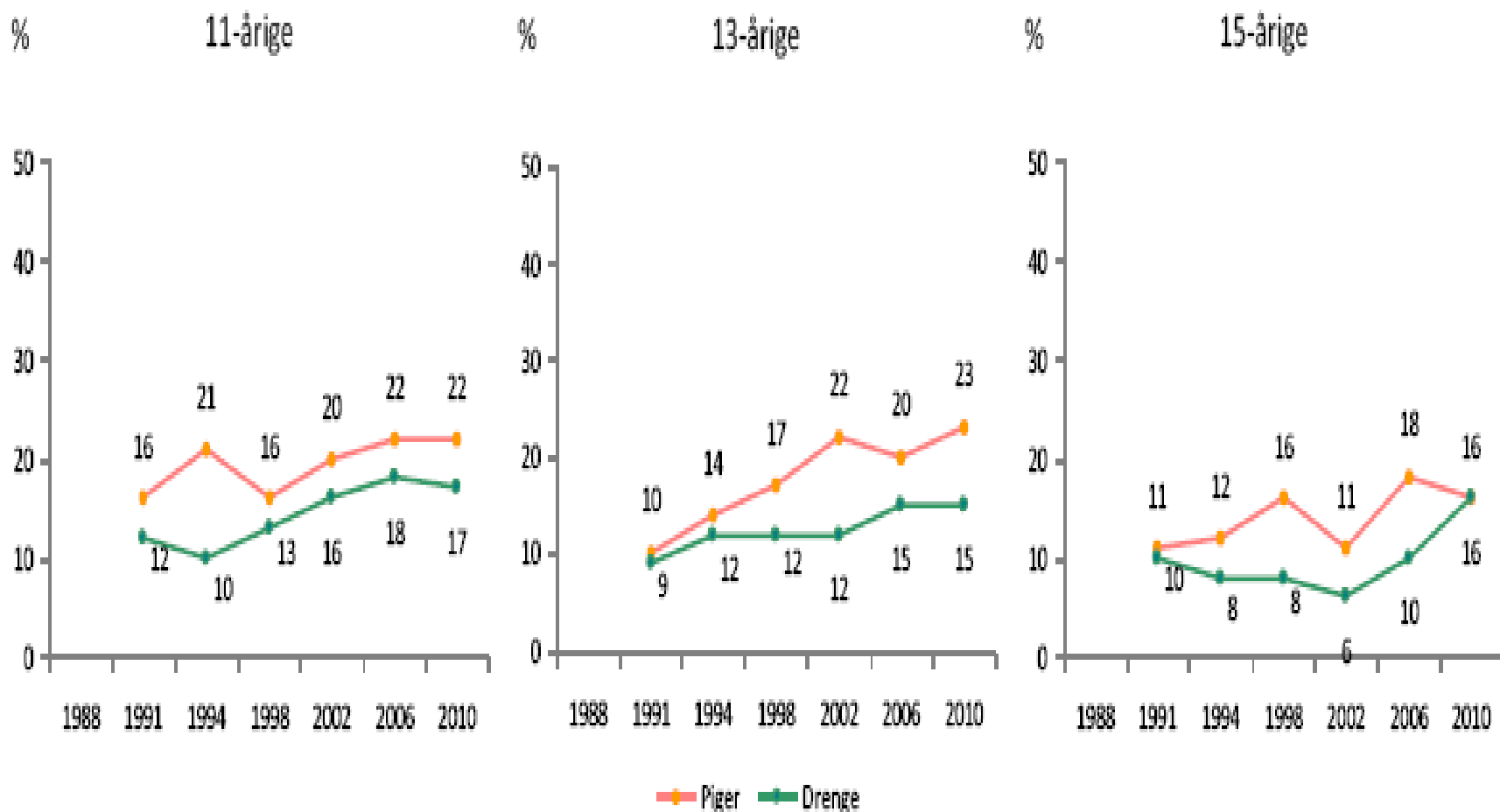
Emotionel mistrivsel:

Procent med mindst ét psykisk symptom dagligt

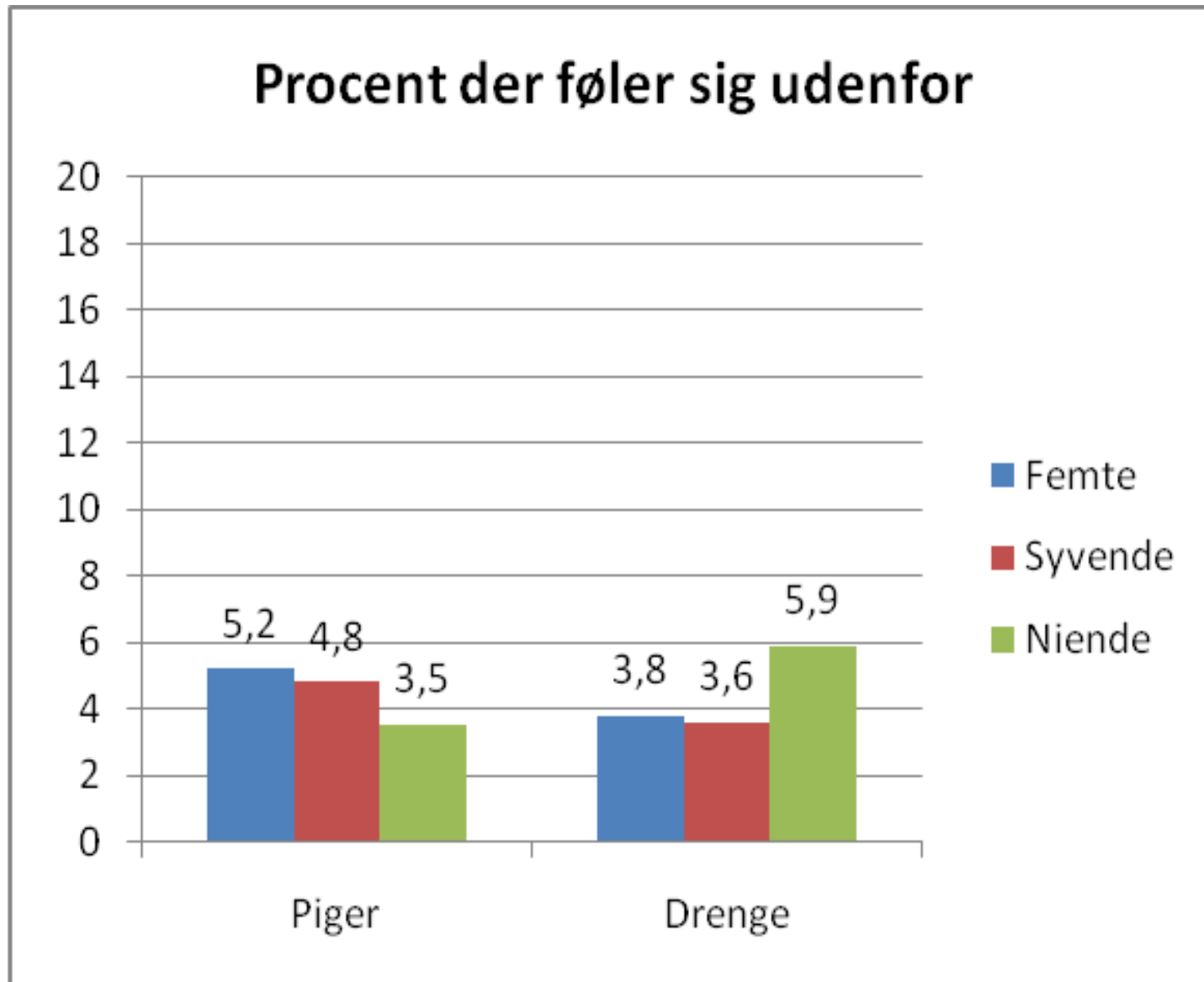


Emotionel mistrivsel: Udviklingen over tid

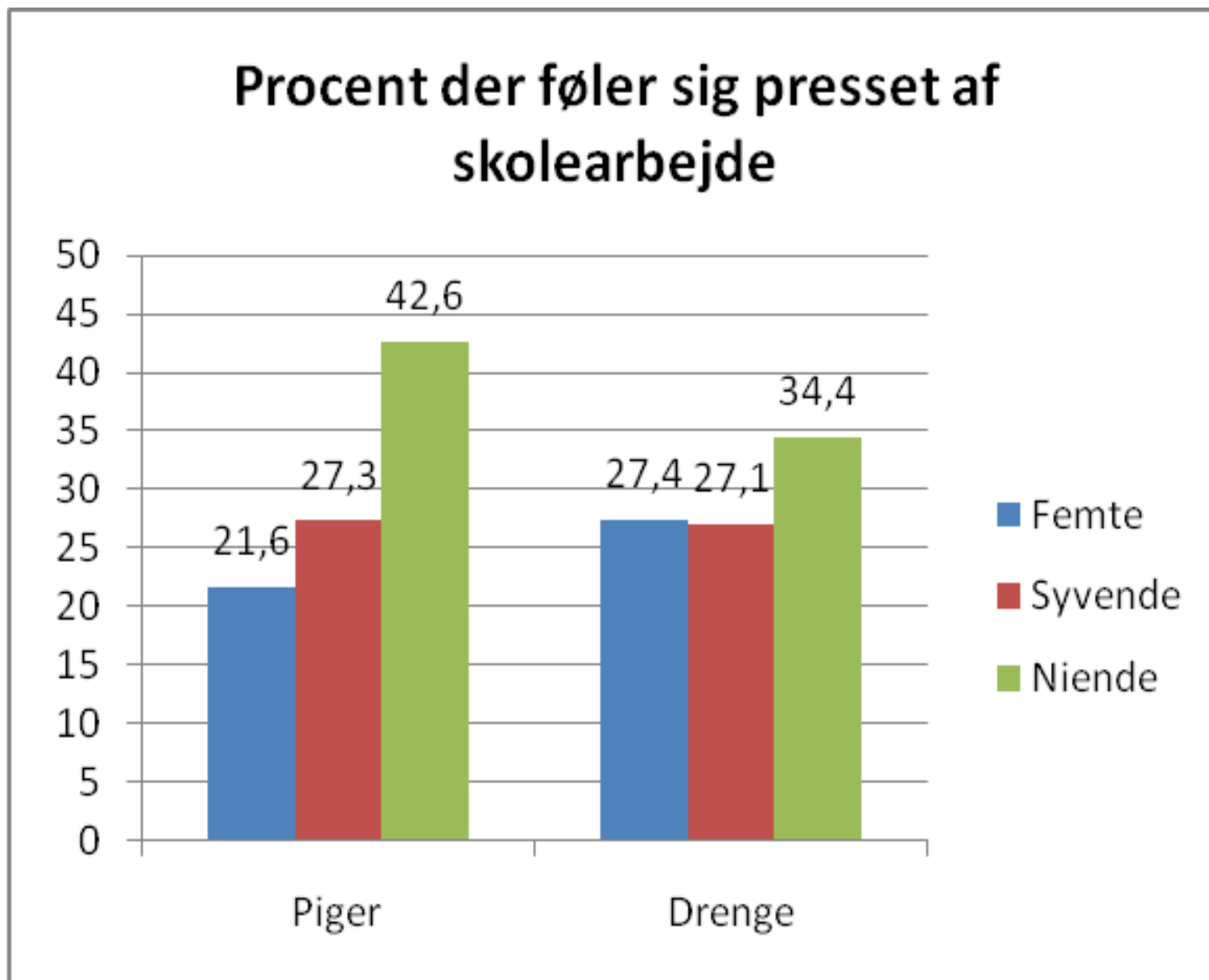
Figur 3.10 Procent med mindst ét dagligt symptom 1991-2010



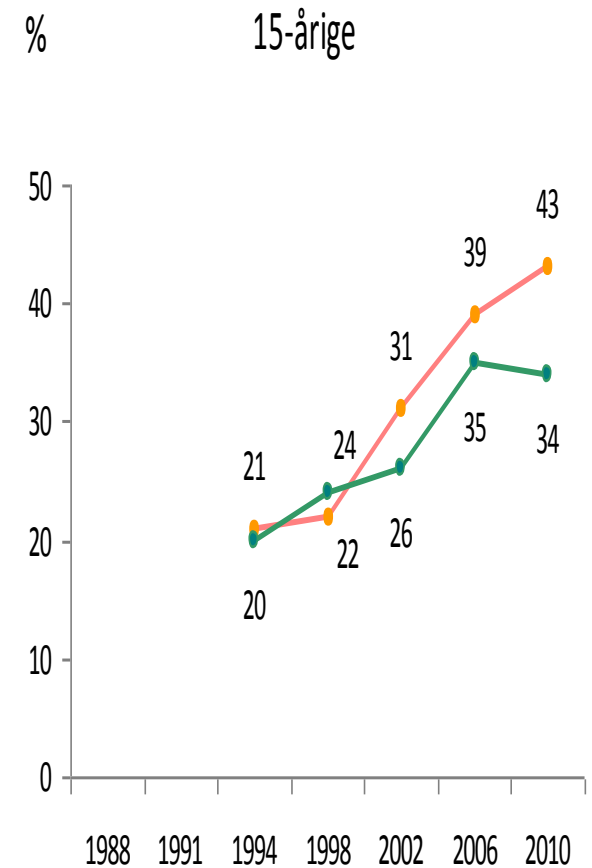
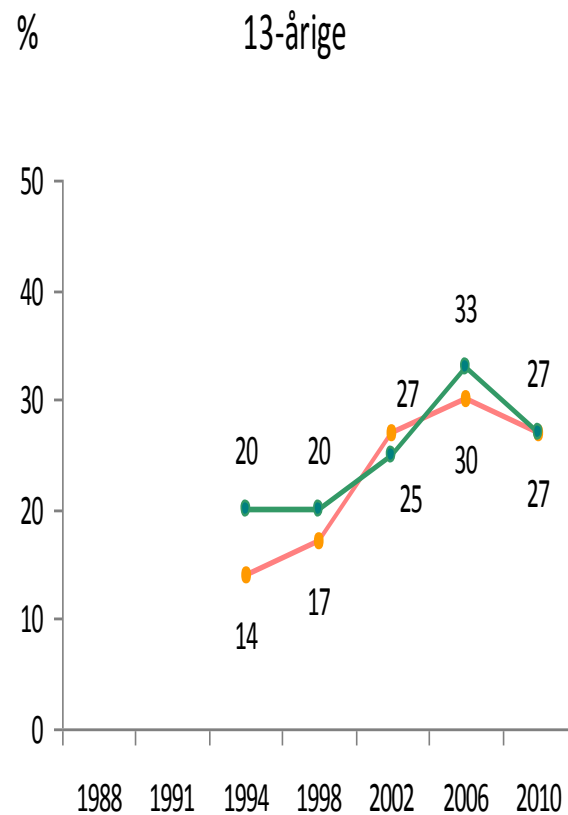
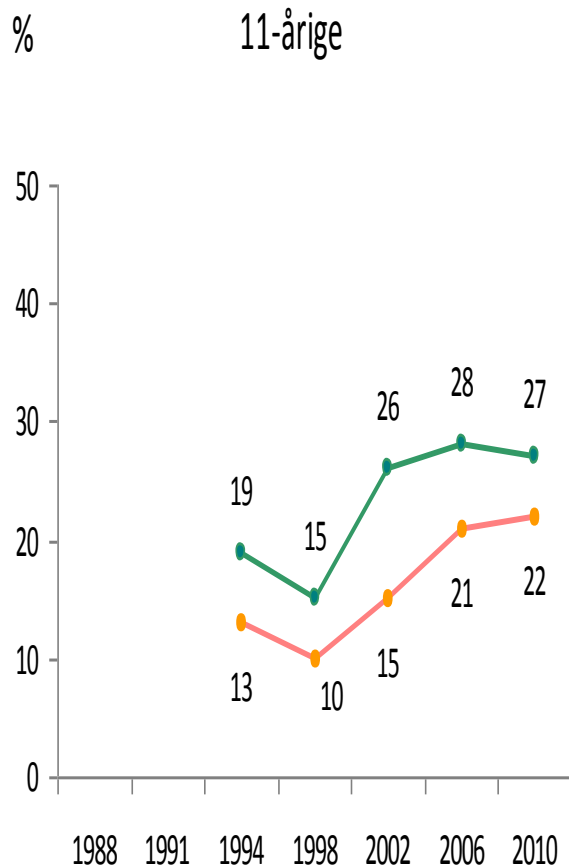
Relationel mistrivsel, et eksempel



Skolerelateret mistrivsel, et eksempel

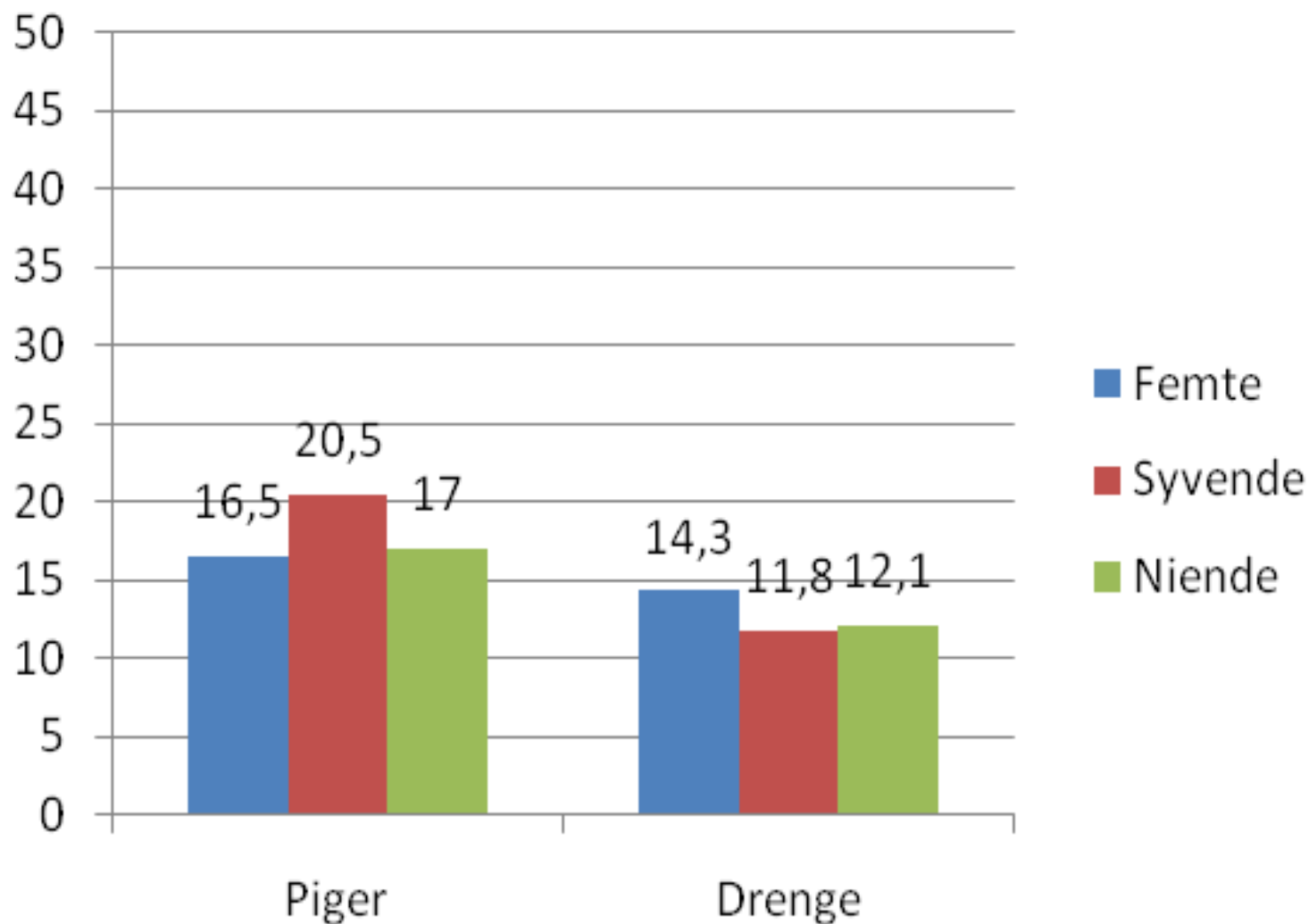


Procent som føler sig presset af skolearbejdet 1994-2010



—●— Piger —●— Dreng

Procent med lav livstilfredshed

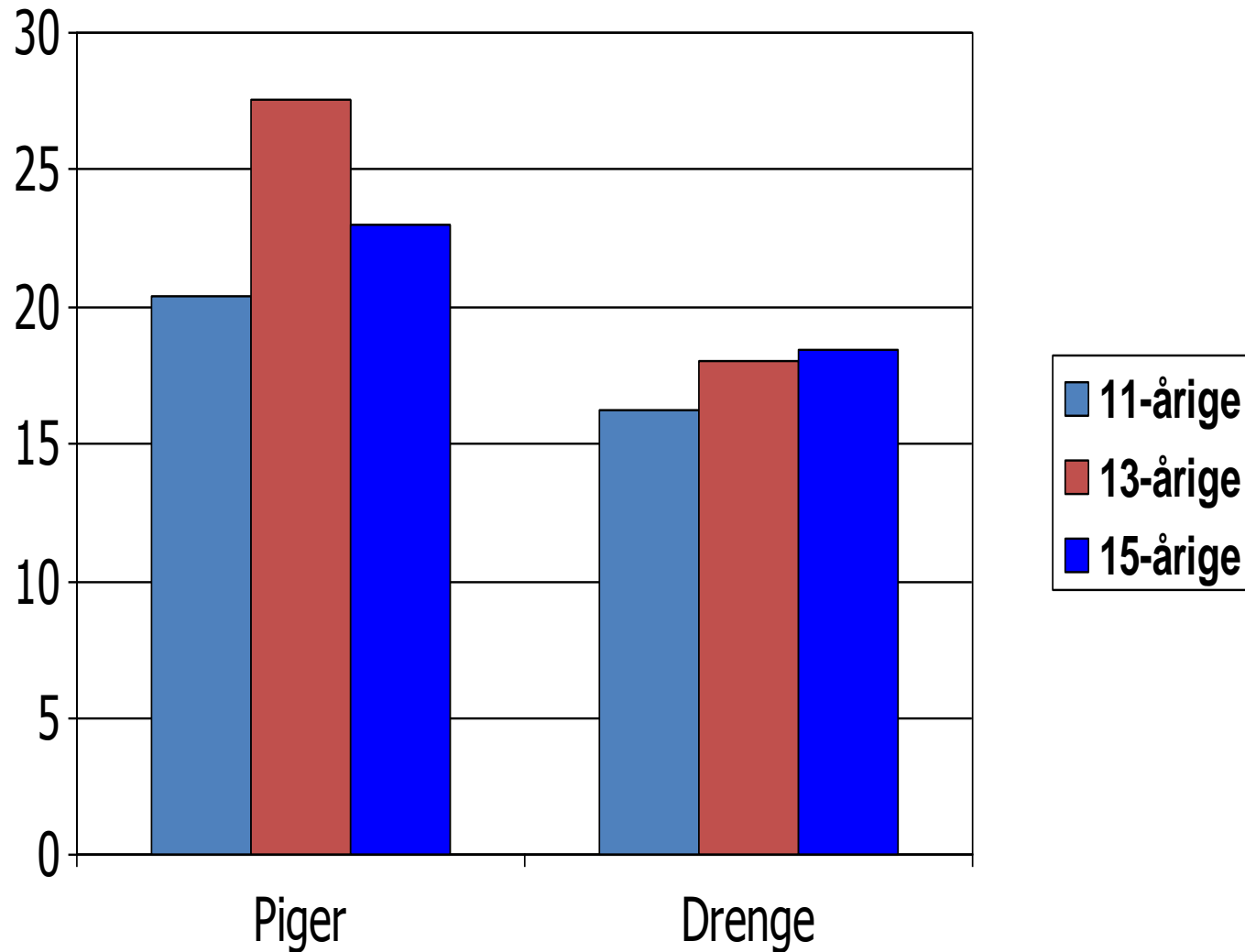


Hvor alvorligt er det?

De 23,6 % af pigerne og 17,3 % af drengene, som har tre eller flere indikatorer på psykisk mistrivsel, er ***belastede***.

De 8,1 % af pigerne og 4,2 % af drengene, som har fem eller flere indikatorer på psykisk mistrivsel, er endog ***meget alvorlig trivselsmæssig belastning***

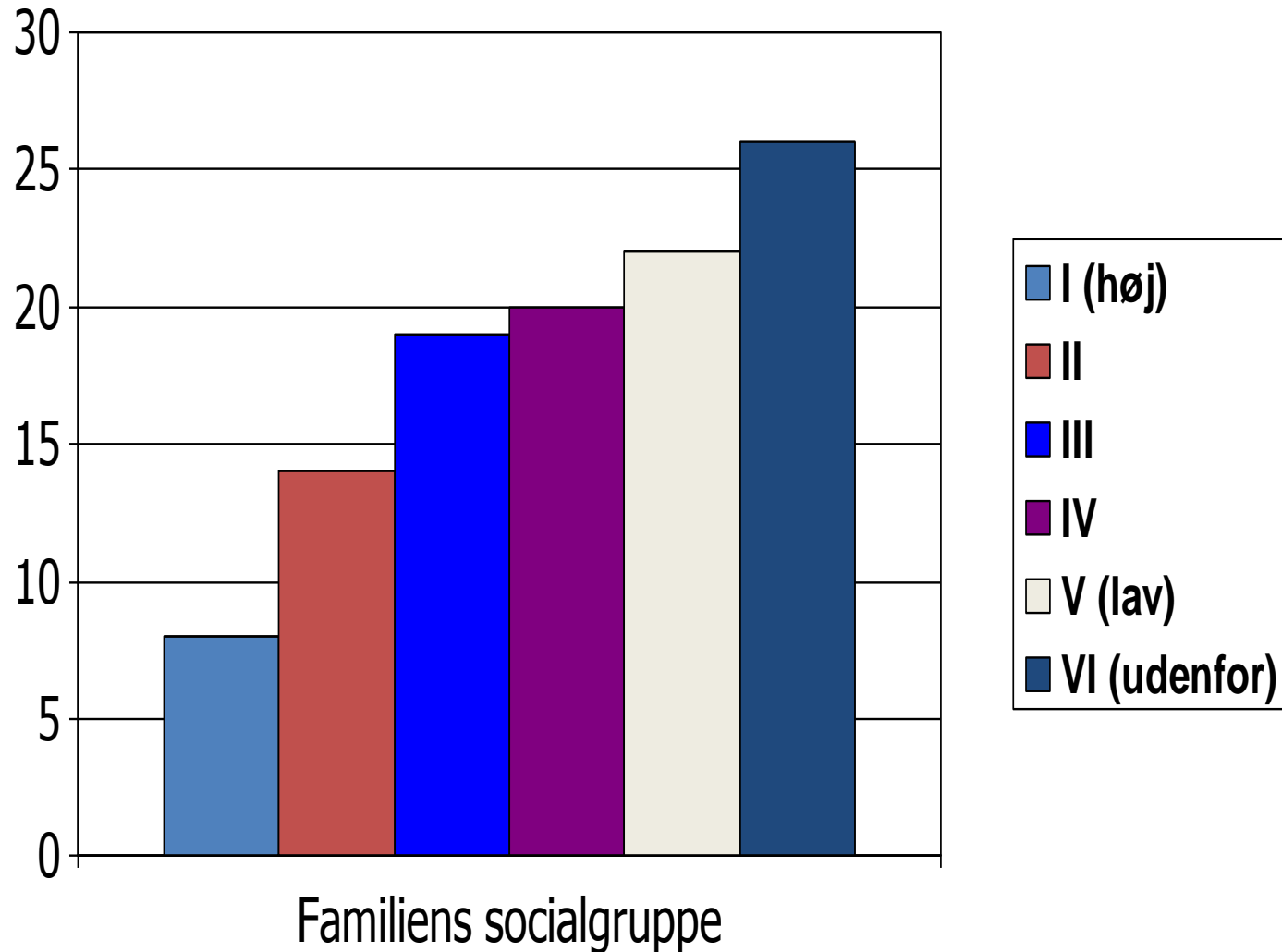
Ophobning: Procent med mindst tre tegn på psykisk mistrivsel



Fem slags ulighed!

- Ulighed efter **familieform**:
 - ❖ børn og unge i eneforsørger-familier er mest udsat
- Ulighed efter **migration**:
 - ❖ indvandrere og efterkommere er mest udsatte
- Ulighed efter **forældres socialgruppe**:
 - ❖ jo lavere socialgruppe, desto mere udsatte
- Ulighed efter **social integration**:
 - ❖ børn og unge uden fortrolige kontakter til forældre og venner er særligt udsatte
- Ulighed mellem **skoler**:
 - ❖ i nogle skoler ser eleverne ud til at være særligt beskyttet mod, i andre særligt udsatte for mistrivsel

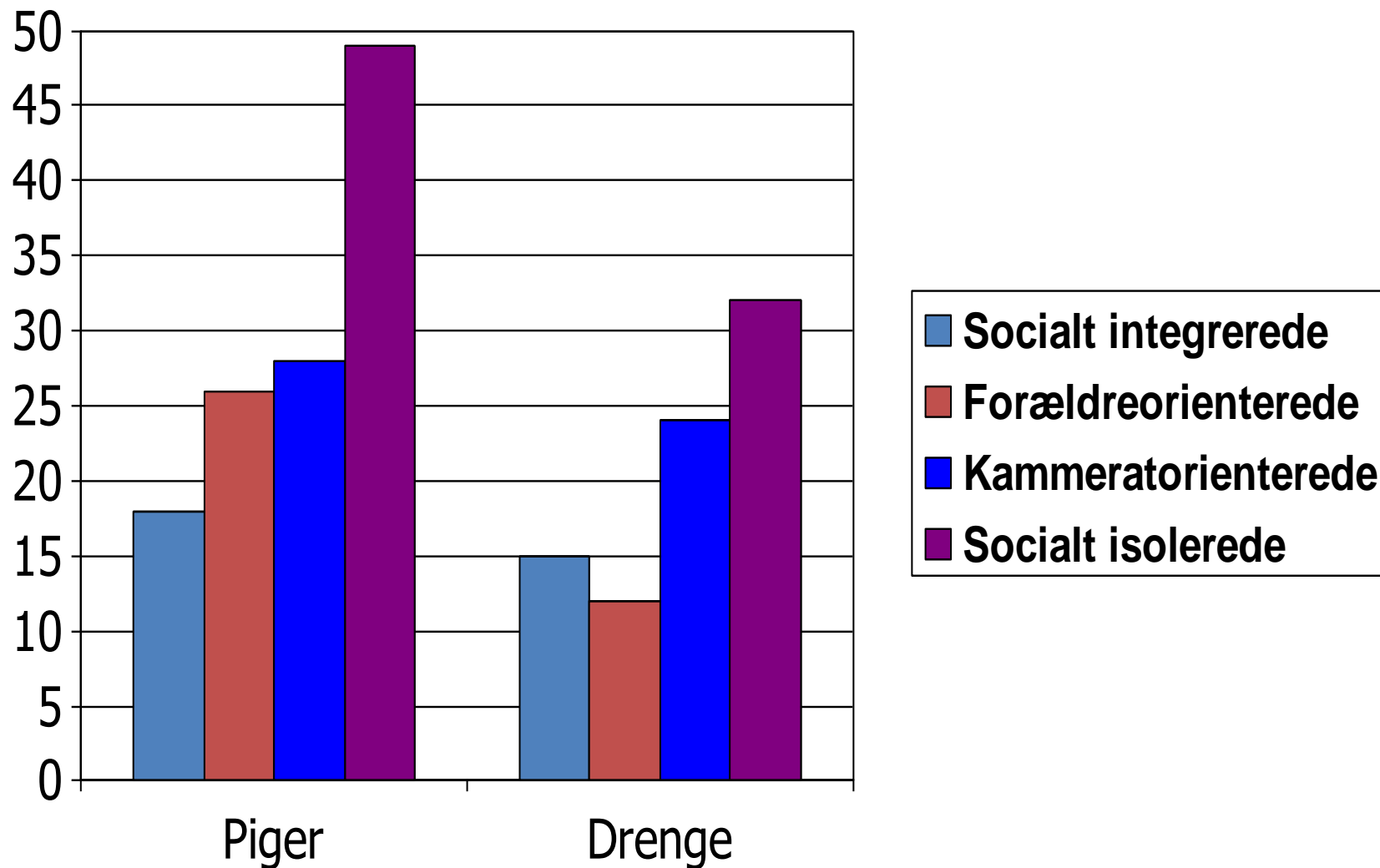
Pct. med mindst et psykisk symptom dagligt efter familiens socialgruppe



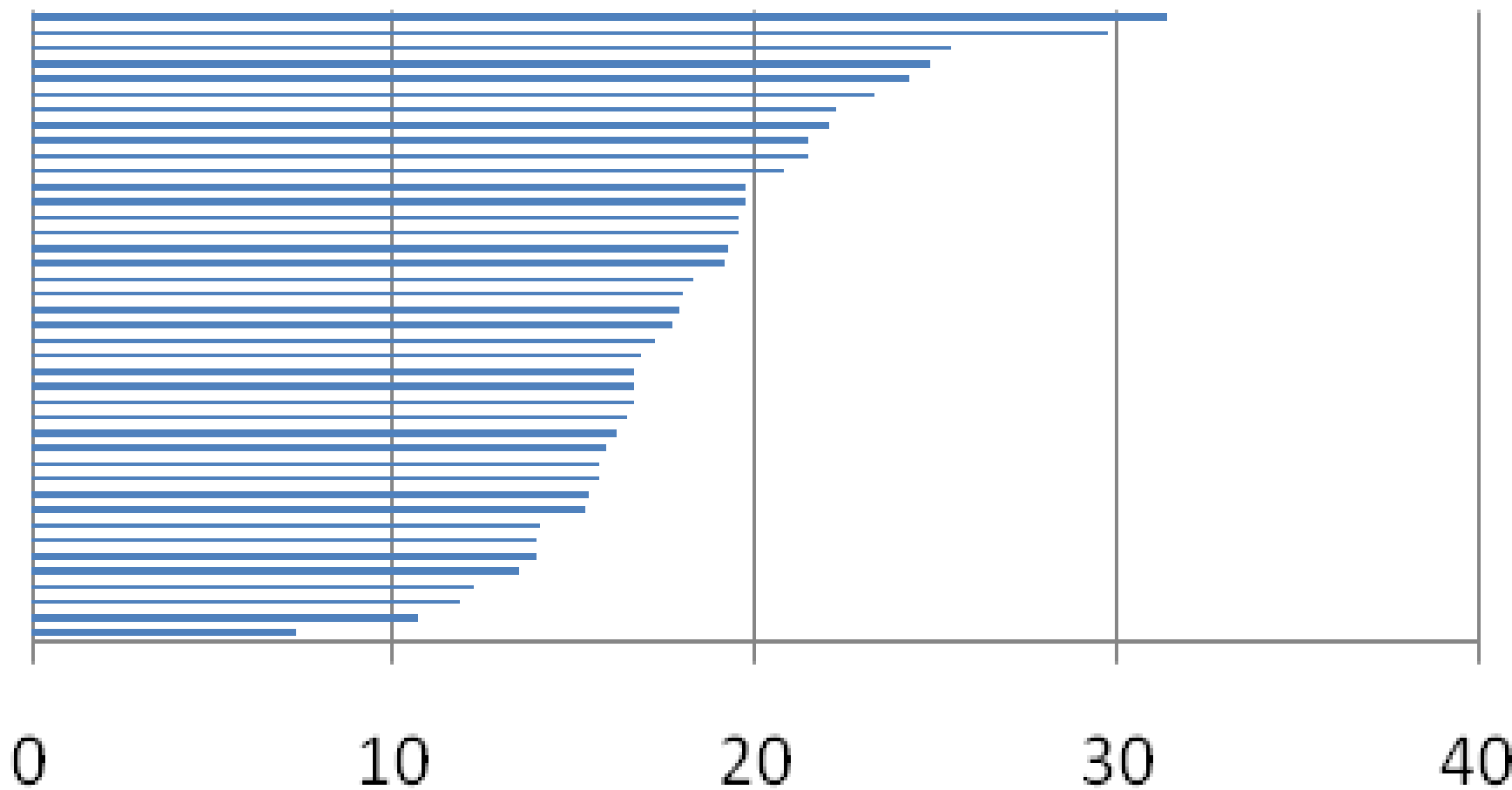
Social integration

		Har fortrolig kontakt til mindst en forælder	
		Ja	Nej
Har fortrolig kontakt til mindst én ven	Ja	De integrerede	De kammerat-orienterede
	Nej	De forældre-orienterede	De socialt isolerede

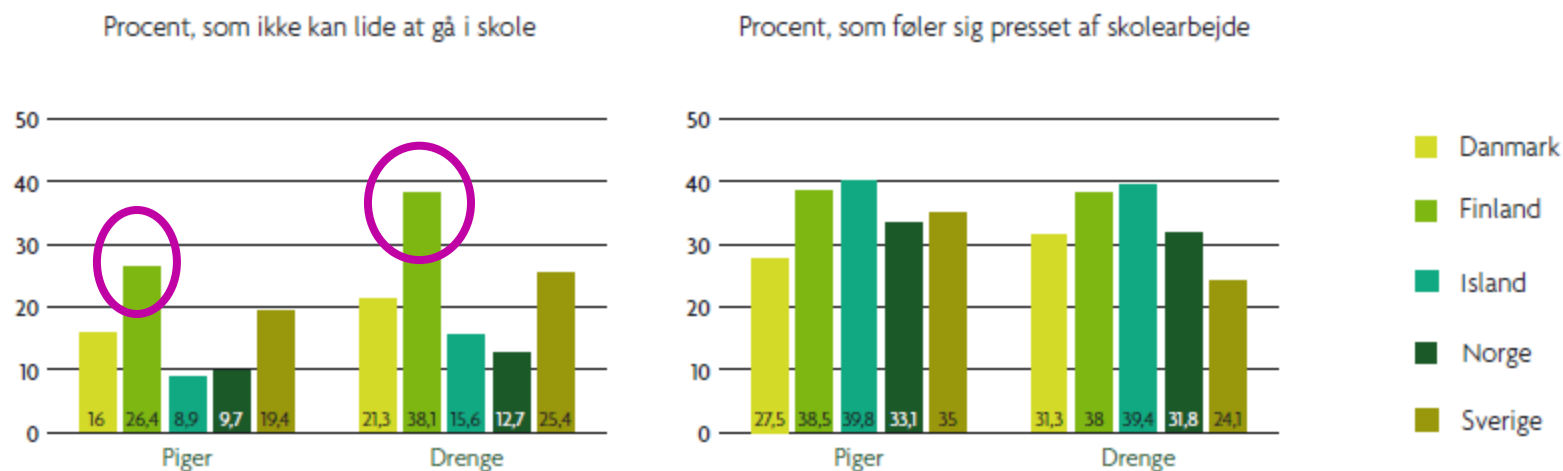
Pct. med mindst et psykisk symptom dagligt, efter social integration



Pct med mindst ét psykisk symptom dagligt, skole for skole



Sammenligninger mellem de nordiske lande



Figur 4.24. Forekomsten af mistrivsel i skolen i fem nordiske lande.

Sammenfatning I

- Det store flertal af 11-15-årige har god mental sundhed
- Et mindretal – hver fjerde pige og hver sjette dreng - har tre eller flere indikatorer på psykisk mistrivsel
- Et lille mindretal (8 % af pigerne og 4 % af drengene) har fem eller flere indikatorer på psykisk mistrivsel
- Udviklingen de sidste 10-20 år er sammensat, noget stiger (fx skolepres og forekomsten af daglige psykiske symptomer), andet falder (fx utryghed i skolen)

Sammenfatning II

- Piger rapporterer flere problemer end drenge
- Antallet af problemer stiger med alderen
- Ophobning af mange problemer hos ikke-danske, hos unge fra eneforsørgerfamilier og lavere socialgrupper
- Ophobning af mange problemer hos unge, der ikke er godt socialt integrerede
- Store forskelle fra skole til skole

Metodemæssig vurdering

Stærke sider

- Stor repræsentativ population
- Selvrapporing
- Brug af et internationalt standardiseret spørgeskema
- Gentagen undersøgelse
- God intern validitet (målingerne fungerer)
- God ekstern validitet (ligner tilsvarende undersøgelser)

Metodemæssig vurdering

Begrænsninger

- Undersøgelsen siger kun noget om 11-15-årige
- Undersøgelsen siger kun noget om den ene dimension af mental sundhed, oplevelsesdimensionen
- Undersøgelsen har fokus på variationer *mellem* grupper, ikke variationer *inden for* grupper
- Fortsat store udfordringer at konceptualisere og måle trivsel og mental sundhed

Et par ord om psykosocial funktion

- Psykisk funktionsevne, eksempler:
 - hvor ofte man uden grund bliver meget vred (15%)
 - lav self-efficacy (ca. 20%)
- Social funktionsevne:
 - om man har svært ved at få nye venner (13%)
 - om man ofte kommer i konflikt med andre (14%)
 - om man er god til at arbejde sammen med andre i en gruppe (ikke god: 22%)
- Samme størrelsesorden som de andre indikatorer, stort overlap med mistrivsel, samme sociale uligheder

Skolebørnsundersøgelsen 2012, ikke publiceret

Og lidt om mobning

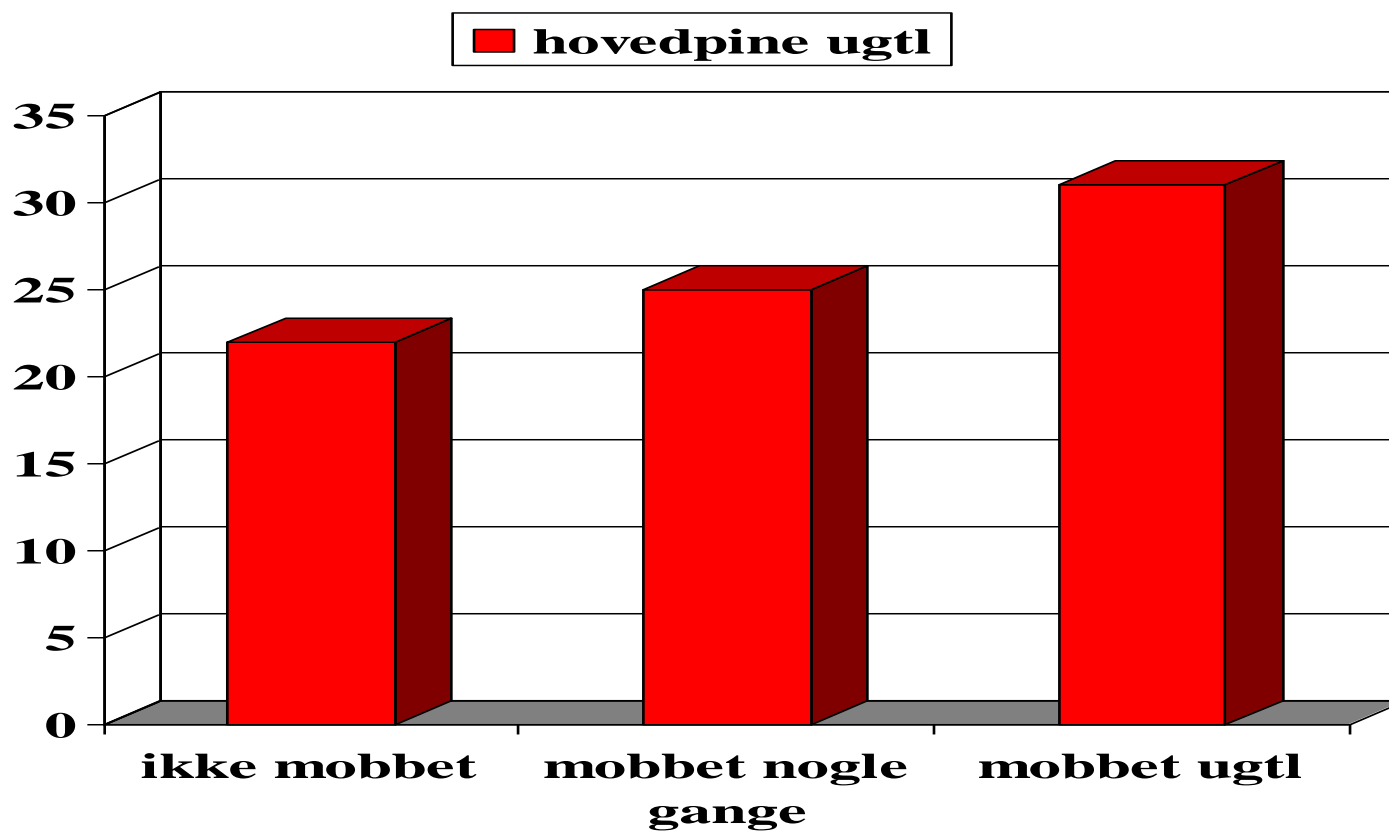
- en skolerelaterede stressor med konsekvenser for trivsel

Første danske tal: HBSC 1998

Mobning → **Trivsel**

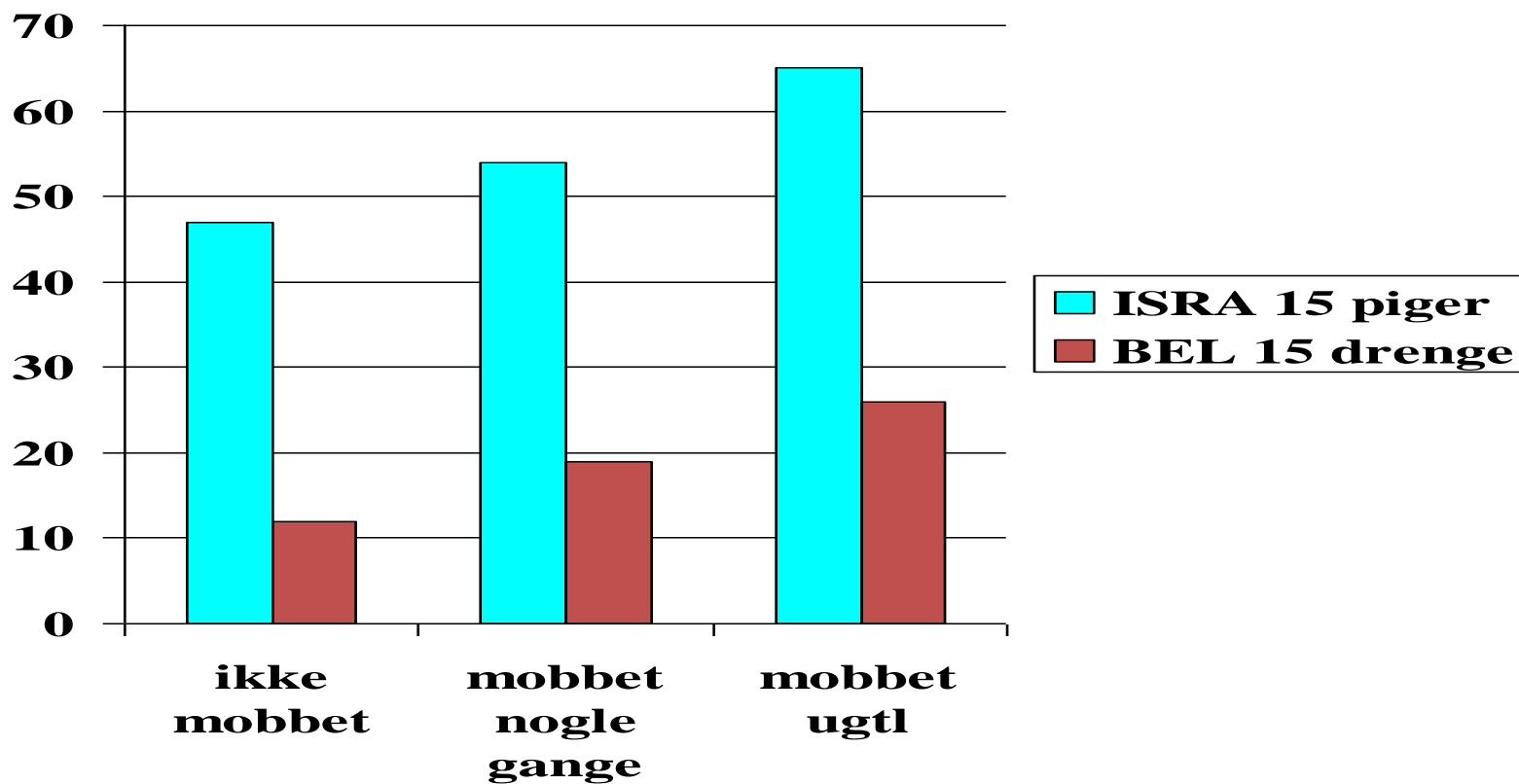
Due, Holstein, Schultz Jørgensen. Ugeskr Laeger 1999: 161:2201-6

Hovedpine og mobning



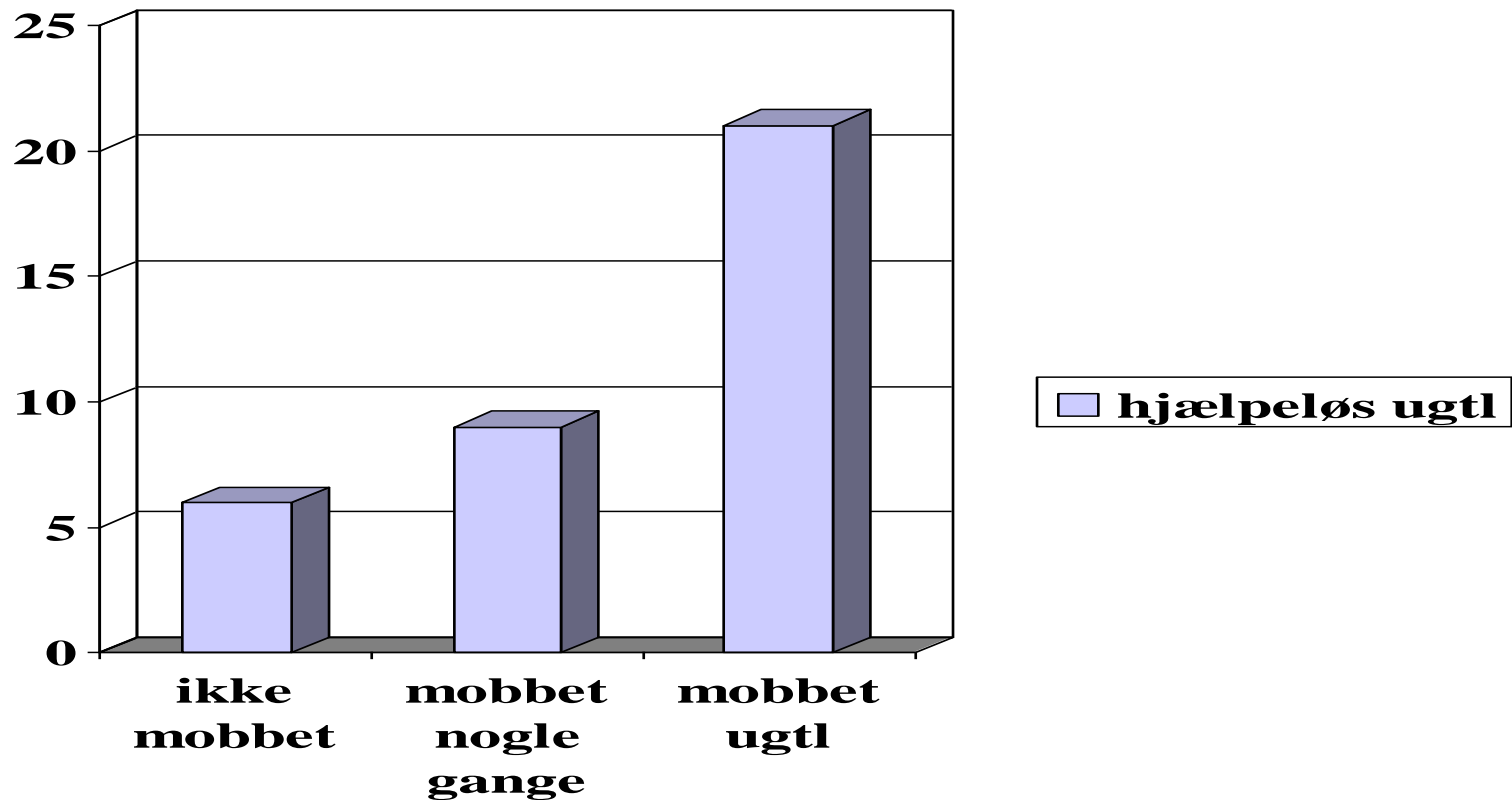
Due et al. , Eur J Publ Health, 2005

Hovedpine og mobning



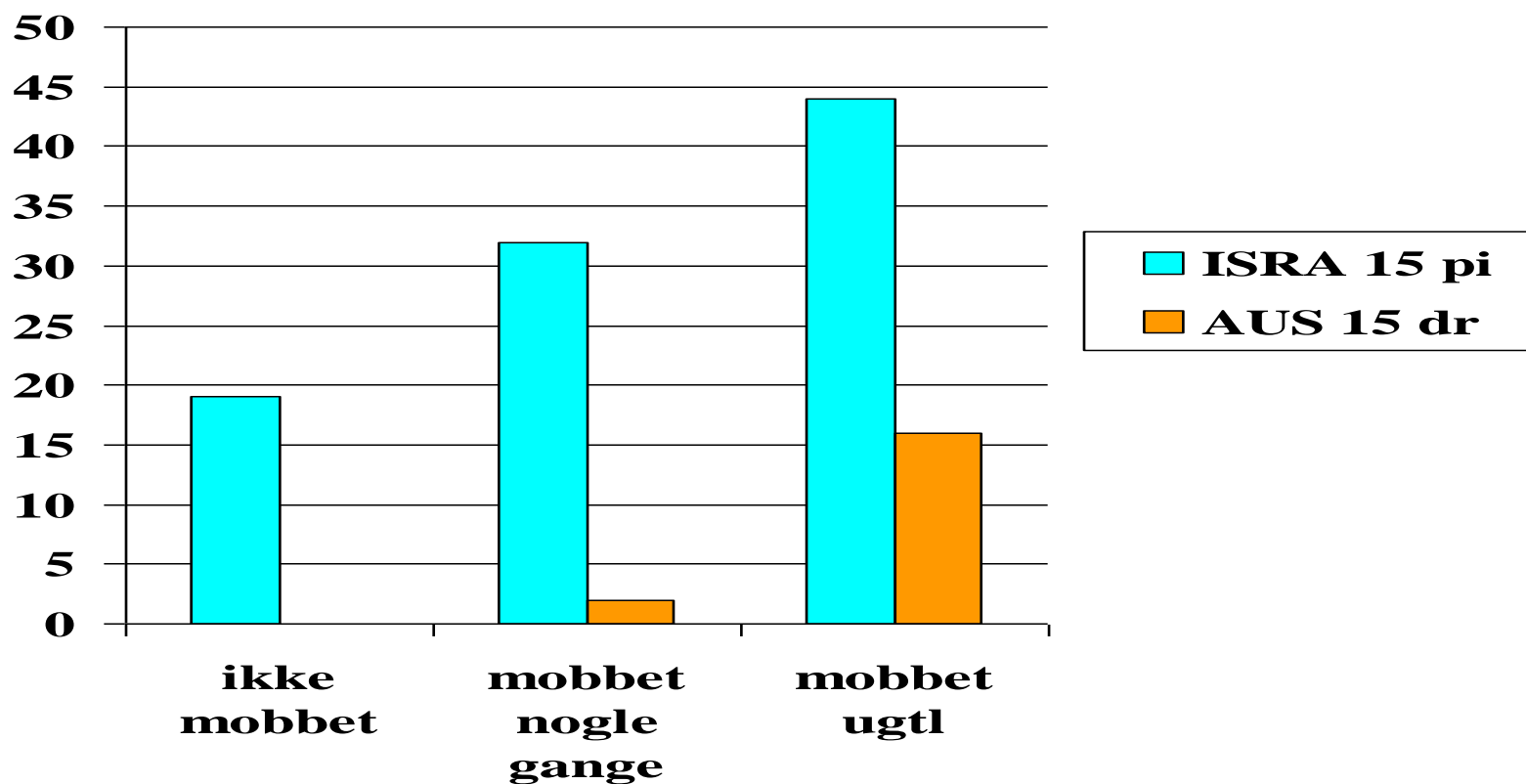
Due et al. , Eur J Publ Health, 2005

Hjælpeløshed og mobning

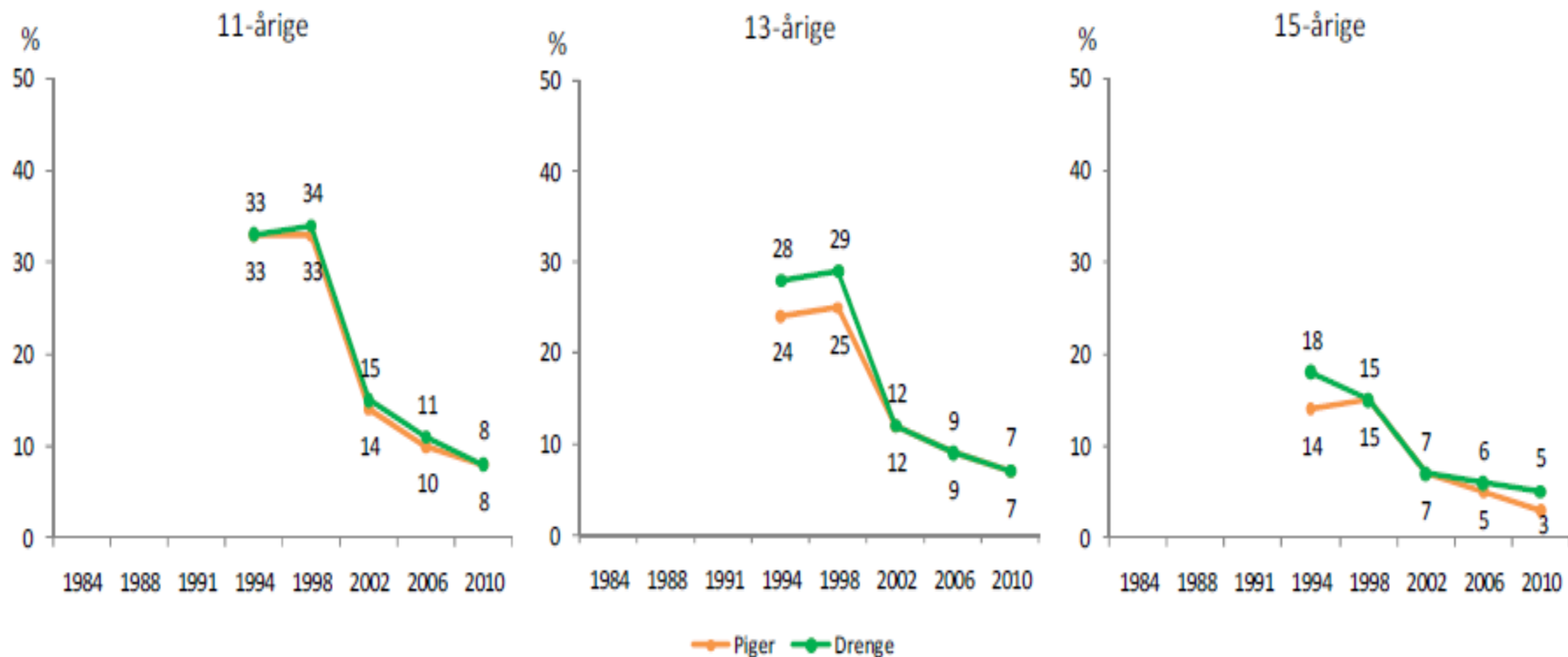


Due, Holstein et al. Eur J Pub Health 2005; 15 (2):128-32.

Hjælpeløshed og mobning



Udviklingen af mobbeforekomsten i danske skoler



Figur 6.c Procent, som bliver mobbet mindst et par gange om måneden, 1994-2010

Forfattere:

- Line Nielsen
- Mathilde Vinther-Larsen
- Naja Rod Nielsen
- Morten Grønbæk



Materiale og metode I

Unge Hverdag.:

- en landsdækkende og repræsentativ undersøgelse
- dataindsamlingen: fra 2005 til 2007
- Internetbaseret selv-interviewing, en gang om året i 7., 8. og 9. klasse svarede på spørgeskemaer på computeren.

Undersøgelsen 2006: N=7.965 elever i 8. klasse

Undersøgelsen 2007: N=5.279 elever i 9. klasse.

Stress mål

Stress måles ved spørgsmål:

1. intensitet og
2. frekvens af oplevet stress

besvarelser omregnes til en samlet score.

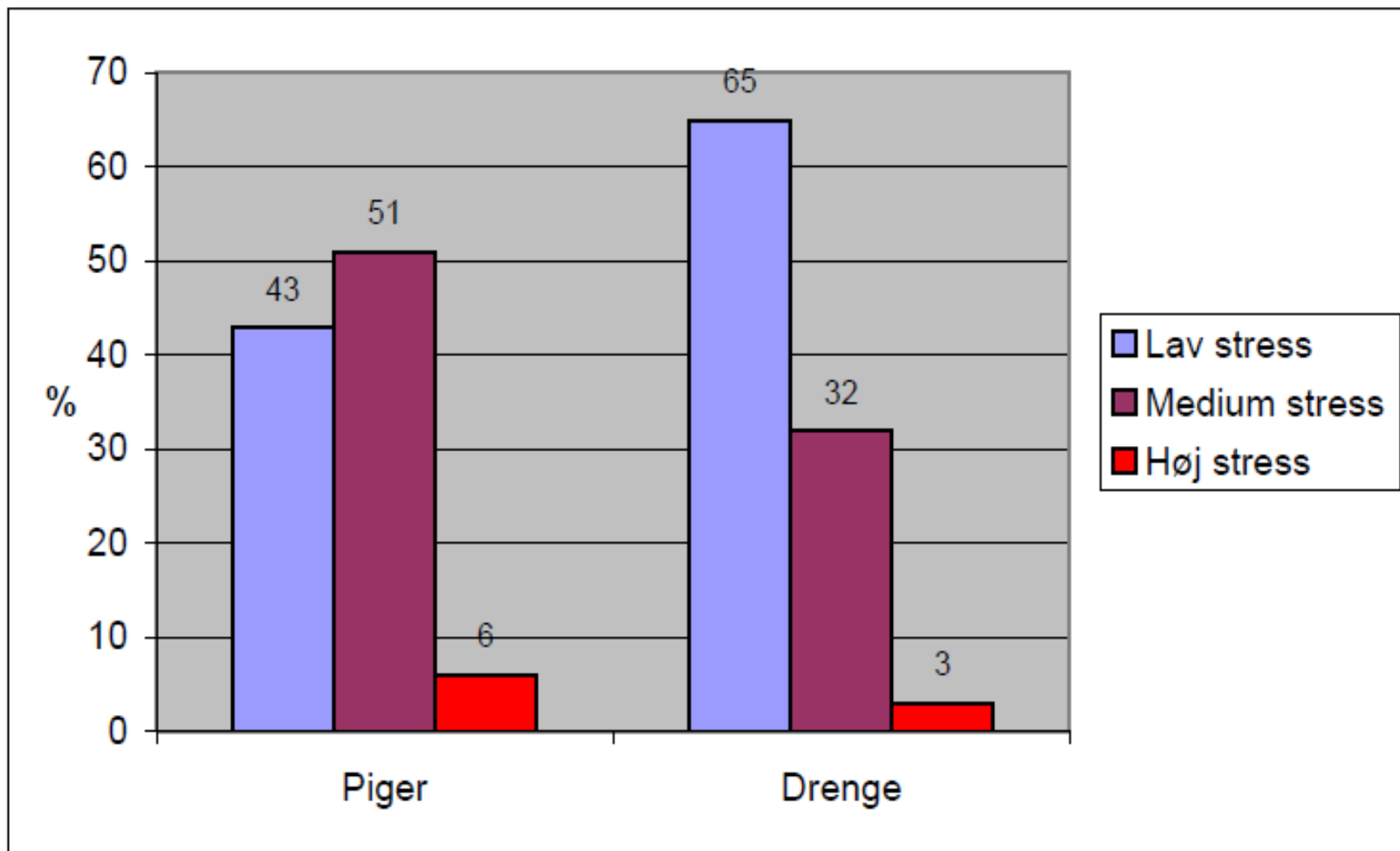
Forekomst af belastende livsbegivenheder (fx alvorlig sygdom, tab af nære venner).

Figur 3.1: Stressscore for oplevet stress ud fra intensitet og frekvens*

Frekvens	Intensitet		
	Ingen	Lav	Høj
Aldrig/næsten aldrig	0	1	2
Månedligt	1	2	3
Ugentlig	2	3	4
Dagligt	3	4	5

* Lav stress (lysegrå), medium stress (mellemgrå) og høj stress (mørkegrå).

Figur 4.1: Oplevet stress i 8. klasse (2006) opdelt på køn



Tabel 3.3: Stressniveau i 8. klasse fordelt på stressniveau i 9. klasse (piger). I procent (der summeres til 100 % i rækker)

		Stress i 9. klasse		
		Lav stress	Medium stress	Høj stress
Stress i 8. klasse	Lav stress	57	41	2
	Medium stress	21	67	12
	Høj stress	7	46	47

Tabel 3.4: Stressniveau i 8. klasse fordelt på stressniveau i 9. klasse (drengene). I procent (der summeres til 100 % i rækker)

		Stress i 9. klasse		
		Lav stress	Medium stress	Høj stress
Stress i 8. klasse	Lav stress	72	26	2
	Medium stress	36	57	7
	Høj stress	15	50	35

Tabel 3.5: Stressniveau i 8. og 9. klasse (piger). I procent (der summeres til 100 % i hele tabellen)

		Stress i 9. klasse		
		Lav stress	Medium stress	Høj stress
Stress i 8. klasse	Lav stress	26	18	1
	Medium stress	10	33	6
	Høj stress	1	2	3

Tabel 3.6: Stressniveau i 8. og 9. klasse (drengene). I procent (der summeres til 100 % i hele tabellen)

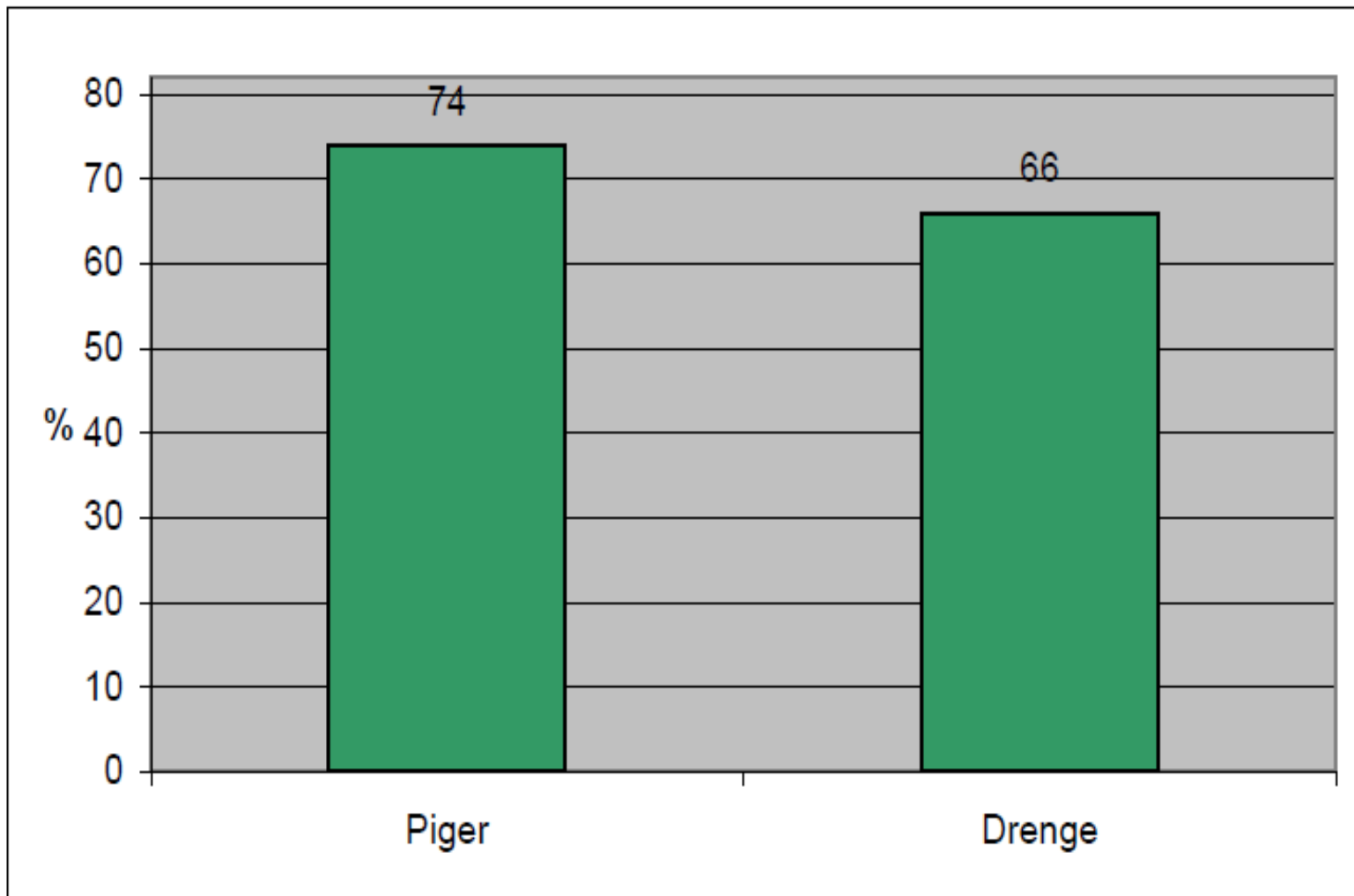
		Stress i 9. klasse		
		Lav stress	Medium stress	Høj stress
Stress i 8. klasse	Lav stress	47	17	1
	Medium stress	12	18	2
	Høj stress	1	1	1

Store begivenheder indenfor det sidste år

Figur 3.2: Skala for stressende livsbegivenheder i Ungeshverdag.dk med angivelse af procentandel som har svaret ja til de enkelte items

Har du inden for det sidste år været udsat for noget af følgende?	Ja
- At du selv har været alvorligt syg?	11 %
- At du selv har været udsat for en alvorlig ulykke?	5 %
- At en i din nærmeste familie har været udsat for en alvorlig ulykke?	17 %
- At der har været alvorlig sygdom i din nærmeste familie?	32 %
- At der har været dødsfald i din nærmeste familie?	26 %
- At en af dine nærmeste venner er død?	5 %
- At dine forældre er flyttet fra hinanden?	6 %
- At du har haft alvorlige problemer med lærerne i skolen?	14 %
- At du har skiftet skole?	10 %
- At dine forældre har haft svært ved at betale deres regninger?	8 %
- At du er blevet mobbet?	10 %
- At du har mistet kontakten til din bedste ven?	21 %

Figur 4.3: Stressende livsbegivenheder i 8. klasse (2006) opdelt på køn



Relation til venner og skole

- Flere med høj stress blandt dem uden nære venner
- Flere med medium stress blandt dem med få nære venner

- Unge med dårligt forhold til deres skole væsentlig højere andel, som er stressede

Sammenhænge mellem stress og helbred

Stressede unge har:

- Dårligt selv vurderet helbred
- Oftere syge
- Højere medicinforbrug
- Sover mindre

Sammenfatning:

- Mange unge har været udsat for en eller flere stressende livsbegivenheder
- Der er en højere forekomst af stressende livsbegivenheder blandt de unge, som oplever høj stress
- Flere piger end drenge oplever stress eller har været udsat for stressende livsbegivenheder,
- Forekomsten af stress er hyppigere blandt unge fra familier med lav materiel velstand.
- I forhold til helbredssymptomer er høj stress associeret med dårligt selv vurderet helbred og højere indtag af medicin
- I forhold til trivselsfaktorer: høj stress ser ud til at være relateret til få nære venner og manglende interesse fra forældrene

Metodemæssig vurdering

Stærke sider

- Stor repræsentativ population
- Selvrapporing
- Data kan kobles med cpr numre
- Longitudinel undersøgelse
- God intern validitet (målingerne fungerer)

Metodemæssig vurdering

Begrænsninger

- Undersøgelsen begrænser sig til en kohorte af 7. klasser
- Undersøgelsen har et meget stort antal missing – mest på skoleniveau
- Undersøgelsen beskæftiger sig ikke med det andet element af stress, nemlig omgivelsernes støttepotentiale
- Betydningen af skæringpunkterne i undersøgelsen er ikke gennemprøvet i tilstrækkelig grad

Eksempler på andre undersøgelser:

- DCUM Termometertal
- CEFU: Når det er svært at være ung i DK
- Børnerådets Børne unge panel
- National sundhedsprofil for unge, 2011

Tak for opmærksomheden



Sådan vil vi gerne se vores store børn, glade og aktive



... og sådan



Men ofte ser vi dem sådan, lidt sørgmodige og alene ...



Baggrund

1. Mental sundhed er et vigtigt sundhedspolitisk mål (World Health Report 2001; Sundhedsstyrelsens initiativ fra 2008)
2. Ringe mental sundhed har omfattende konsekvenser for barnet psykiske og mentale sundhed i årtier fremover
3. ... og omfattende konsekvenser for familie og skole
4. Markant stigning i diagnosticering og behandling af psykiske problemer blandt børn og unge
5. Muligt at intervenere

Mental sundhed: Et kompliceret begreb

Mental sundhed (overbegreb)

Oplevelsen: at have det godt

God psykosocial funktion

Mental sundhed: Et kompliceret begreb

Mental sundhed (overbegreb)

Oplevelsen: at have det godt,
velvære, velbefindende.

Engelsk: Well-being

God psykosocial funktion,
god udvikling.

Engelsk: Triving, positive
youth development

Oversættelsesfejlen: Well-being oversættes til trivsel

Men trivsel er meget mere end velbefindende; det handler også om udvikling, vækst og virke, god udvikling gennem barndom og ungdom

Mental sundhed: Et kompliceret begreb

Mental sundhed (overbegreb)

Oplevelsen: at have det godt,
velvære, velbefindende.

Engelsk: Well-being

God psykosocial funktion,
god udvikling.

Engelsk: Triving, positive
youth development

Endnu en vigtig dimension: den næring (eller mangel på samme) der kommer fra omgivelserne

Rapporten anbefaler vejen frem

For forskning

- Behov for begrebslig afklaring
- Behov for bedre målemetoder
- Behov for forskning om baggrunden for mental sundhed
- Behov for forskning om langtidsvirkningerne af god og dårlig mental sundhed i barndom og ungdom
- Behov for at forstå de overraskende store skoleforskelle

Rapporten anbefaler vejen frem

For praksis

- Behov for at Sundhedsstyrelsen fastholder sin opbakning til indsats for bedre mental sundhed, og at indsatsen følges op i regioner, kommuner og skoler
- Behov for systematisk afprøvning af metoder til at fremme mental sundhed blandt børn og unge
- Hente inspiration og lærdom i de lande, som allerede nu har formuleret nationale politikker og planer for bedre mental sundhed blandt børn og unge