

Lunds Universitet

Socialhögskolan

SOL 067

Vårterminen 2005

# UNGDOMARS PSYKISKA HÄLSA

Hur mår unga idag?

Författare: Marie Wessman

# 1. Inledning

## 1.1 Problemformulering

*När ångesten kommer är kniven min räddning. Skär och skär tills jag äntligen kan slappna av och somna in. Kan inte låta bli, det dämpar min smärta på något konstigt sätt. Jag orkar inte alltid vara så jävla "lyckad och glad". Ibland önskar jag att spegeln kunde byta spegelbild. Är jag knäpp??? Ni är de enda som jag kan vända mig till. Tack [Flicka 14 år] (BRIS-rapporten, 2004, s 22)*

Ungas psykiska ohälsa är en aktuell fråga. Under de senaste tio åren har larmen och artiklarna om psykisk ohälsa bland unga avlöst varandra. I en debattartikel nyligen tog Socialstyrelsens generaldirektör, Kjell Asplund, tillsammans med några andra upp frågan - "Hur mår barnen i Sverige egentligen" (Socialstyrelsens hemsida). Även BRIS har sett en kraftig ökning av ungdomar, mestadels flickor, som mår psykiskt dåligt. (BRIS-rapporten, 2004).

## 1.2 Syfte och frågeställningar

Under min praktik på BRIS upplevde jag att många ungdomar som kontaktade BRIS mådde psykiskt dåligt. Nu vill jag ta reda på om det är så att det finns en psykisk ohälsa bland ungdomar idag. Mina frågeställningar är:

Finns psykisk ohälsa bland ungdomar i Sverige idag? Är någon grupp mer drabbad än någon annan? Är samhället medvetet om situationen?

## 1.3 Metod och urval

Jag har valt att leta efter information om ungdomars psykiska hälsa på internet och i informationsmaterial. Jag har koncentrerat mig på Socialstyrelsens hemsida och BRIS-rapporten, som finns både i pappersupplaga och att ladda ner på BRIS hemsida.

## 1.4 Källkritik och resultatets tillförlitlighet

Mina informationskällor är få. Jag upplever dem dock som väldigt trovärdiga och anser därmed att trovärdigheten på det material jag sammanfogat trots allt kan ses som god.

## 2 Ungas psykiska hälsa

### 2.1 Hur ser det ut idag?

Många unga idag mår psykiskt dåligt. Flickor har psykosomatiska besvär dubbelt så ofta som pojkar. Det är dubbelt så vanligt att pojkar med utlandsfödda föräldrar har psykosomatiska besvär jämfört med barn vars föräldrar är födda i Sverige. Barn och ungdomars psykiska hälsa har försämrats år från år sedan 90-talets ekonomiska neddragningar. Allt fler barn och unga söker sig till barn och ungdomspsykiatri. Detta behöver dock inte nödvändigtvis visa på enbart ett ökat behov utan kan även exempelvis bero på en större observans hos föräldrar eller på den försämrade elevvården i skolorna. Gapet mellan de ungdomar som mår bra och de som mår dåligt ökar hela tiden. (Socialstyrelsen, hemsida).

Ser man till de femton vanligaste områdena barn och unga mejlar om till BRIS kommer "Själv mord" på tredje plats med 16 % av antalet mejl, "Psykisk ohälsa" på femte plats med 12 % och "Självdestruktivitet" tätt efter med 11 %. Andra svårigheter ungdomarna nämner i samma mejl och som kan vara delorsaker till ungdomarnas ohälsa är ensamhet, utanförskap, att vara mobbad eller/och att vuxna inte ser och lyssnar. Det kan också vara bråk i familjen, skilsmässor och nya partners hos föräldrarna som ungdomarna nämner som problem. Efter sammanställningen av BRIS-rapporten över år 2002 varnade BRIS för en ökad psykisk ohälsa bland unga flickor, samt om att man fick in allt fler mejl av flickor som skar sig/självskaadebeteende. År 2003 fick BRIS ta emot en nära nog tredubbling [+185 %] av mejl från unga som handlade om självmord och självmordstankar. Detta rör sig inte enbart om flickor: 13 % av mejlen som handlade om självmord kom från pojkar. Orsakerna till självmordstankarna varierar. Utlösande faktorer kan exempelvis vara föräldrarnas inbördes problem med bråk och/eller alkoholmissbruk i hemmet, för höga krav, för mycket stress, mobbing, ensamhet. Vanligt är bland dessa ungdomar att de inte vill prata med någon vuxen, en del för att de sedan tidigare har dålig erfarenhet av vuxna professionella och andra för att de inte vill att föräldrarna ska veta. De flesta beskriver symptom på depressioner, att de gråter ofta, känner sig värdelösa, har sömnproblem och orkar inte mycket. Känslor av självhat, maktlöshet och utanförskap är påtagliga. Flickorna med dessa problem som mejlar BRIS blir allt yngre. Det är nu inte ovanligt att flickor i 12 – 13 års åldern ger uttryck för en kompakt längtan bort från denna värld och ser självmord som en utväg.(BRIS-rapporten, 2004).

## **2.2 Ser samhället?**

Många, bland annat BO, har länge upplevt att det funnits en brist på heltäckande kunskap kring barns och ungdomars psykiska hälsa. Nu har Socialstyrelsen i en rapport föreslagit nationella mätningar av barns och ungdomars psykiska hälsa som ska genomföras vart tredje år i årskurs 6 och 9. Man hoppas kunna vara igång redan år 2006. (Socialstyrelsen, hemsida)

## **3 Avslutning**

### **3.1 Slutsats**

Många unga mår psykiskt dåligt i dagens samhälle. Flickor har större psykisk ohälsa än pojkar. Pojkar med föräldrar födda utomlands mår sämre än de med svenskfödda föräldrar. Samhället har sedan 1990-talet dragit ner på exempelvis elevvården vilket innebär att de unga inte alltid har någon att vända sig till. Många ungdomar har dåliga erfarenheter från de professionella de mött och därför drar sig för att gå till dem som finns. Ofta är det också så att de inte vill att föräldrarna ska veta, så att de inte vänder sig till dem heller. Samhället är medvetet om att många unga mår psykiskt dåligt och försöker nu att få ett helhetsgrepp om situationen

### **3.2 Egna reflektioner**

Många ungdomar mår psykiskt dåligt idag, är livströtta. Mycket beroende på att de har stora krav på sig, från många olika håll, och att de sällan känner att de har någon vuxen att tala med om hur de mår och tänker. Problemet går neråt i åldrarna. Samhället verkar ha fångat upp gruppen och försöker samla kunskap för att kunna finna åtgärder mot deras ohälsa. Jag tror att vi alla vuxna kan hjälpa till genom att bli vuxna som ser ungdomar och tar dem på allvar.

## **Källförteckning**

Internet:

Socialstyrelsen, *Hur mår barnen i Sverige, egentligen?* (besökt 2005 01 23)

<http://www.socialstyrelsen.se/Aktuellt/Nyheter/2005/deb050111.htm>

Informationsfoldrar:

*BRIS-rapporten 2003*, (2004) Stockholm