

UNGDOM OG PSYKISK HELSE

HALLGEIR MUREN

AVD.LEDER ST.SPES OG BA V.STOVNER VGS.

UNIVERSITETSLEKTOR I PEDAGOGIKK V.ILS-UIO

STRESS OG PRESS BLANT UNGE I DAG NOVA

- Rapporten konkluderer med følgende:
- De fleste har det bra
- De unge er godt fornøyd med foreldrene sine
- De unge opplever trygghet
- De unge er fornøyd med vennene sine
- De unge er fornøyd med skolen sin
- De unge ser optimistisk på egen fremtid

HVA SÅ MED DE SOM SLITER?

- De unge som sliter med psykiske helseutfordringer opplever bl.a:
- Nedstemthet
- Tristhet
- Bekymringer
- Søvnproblemer
- Dette er ikke uvanlige kortvarige plager hos ungdom, men blir et alvorlig problem for de ungdommene som over lengre tid opplever en eller flere av disse faktorene samtidig

GUTTER VS JENTER

- Omfanget av psykiske helseplager øker fra barneårene og frem til midten av tenårene
- Jenter er mer utsatt enn gutter
- Økt andel gutter opplever psykiske helseutfordringer mot slutten av vgs.

HVA KAN VÆRE ÅRSAKENE?

- Sterk påvirkning fra sosiale medier
- «Hva om jeg ikke får nok LIKES»?
- Økt kroppspress
- Press fra skolen/foreldre
- Sterk sammenheng mellom foreldres økonomi og ungdommens psykiske helse

DE UNGE SOM SLITER MEST OPPLEVER:

- At de har en dårlig relasjon til foreldrene
- At de blir utsatt for mobbing
- At de har færre venner
- At skolen er et sted de ikke mestrer
- At lokalmiljøet ikke er trygt
- At risikoatferd som rus og kriminalitet blir en del av hverdagen

HVEM ER DE?

- Å ha norsk foreldre og være skoleflink beskytter ikke mot psykiske helseplager
- I Oslo er økningen størst blant jenter fra såkalte «ressurssterke hjem», og særlig på Oslo Vest.
- Unge med innvandrerbakgrunn opplever mindre press enn ungdom med norskfødte foreldre