

# Kjønnsforskjell i depresjon

Ida Sund Morken  
Institutt for psykologi, NTNU  
ida.sund.morken@ntnu.no

Kristine Rensvik Viddal  
Institutt for psykologi, NTNU

Tilmann von Soest  
Institutt for psykologi, NTNU; Psykologisk institutt, UiO

Lars Wichstrøm  
Institutt for psykologi, NTNU; Avdeling for barne- og ungdomspsykiatri, St. Olavs hospital

Jenter reagerer sterkere i form av mer depresjon når de utsettes for stressende livshendelser og mobbing.

Depresjon er en av de vanligste psykiske lidelsene, og en av de hyppigste grunnene til tapte arbeidsår (GBD 2019 Mental Disorders Collaborators, 2022). Depresjon forekommer oftere hos kvinner enn menn, både på tvers av kulturer og aldersgrupper (Salk et al., 2017). Kjønnsforskjellen viser seg allerede fra 12–13-årsalderen, øker gjennom tenårene til en ratio på 2 : 1, og vedvarer gjennom voksenlivet (Salk et al., 2017). Årsakene vet man lite om. I en nylig publisert befolkningsstudie (Morken et al., 2023) undersøkte vi hvorvidt jenter utsettes for flere stressende livshendelser og mer mobbing og derfor blir mer deprimerte, eller om jenter reagerer sterkere på disse belastningene i form av mer depresjon.

## Mer utsatt eller sterkere reaksjon?

Forklaringsmodeller for kjønnsforskjellen i depresjon er basert på den klassiske stress-sårbarhetsmodellen og samspillet mellom biologiske, psykologiske og sosiale faktorer (f.eks. Hyde & Mezulis, 2020). Grunnleggende i modellene er *stress-eksponeringsforklaringen*: Jenter utsettes oftere for belastninger enn gutter, og blir derfor mer deprimerte, og *stress-reaktivitetsforklaringen*: Jenter reagerer sterkere når de utsettes for belastninger, i form av mer depresjon (Hankin et al., 2007). Vi undersøkte disse to forklaringene, sett i lys av stressende livshendelser og mobbing. Et viktig poeng er at tidligere forskning typisk undersøker 12–13-åringer ved første måletidspunkt (f.eks. Hankin et al., 2007) – alderen der kjønnsforskjellen i depresjon blir etablert (Salk et al., 2017). Men mekanismer som skal forklare hvorfor flere jenter blir deprimerte, må virke i perioden *før* kjønnsforskjellen i depresjon oppstår. Studien vår hadde en yngre aldersgruppe ved første måling, og kunne undersøke forklaringsmekanismer allerede før 12–13-årsalderen.

## Risikofaktorer

Stressende livshendelser og mobbing er veletablerte risikofaktorer for depresjon (Christina et al., 2021; Ge et al., 1994), men det er uavklart om de kan bidra til å forklare at flere jenter enn gutter blir deprimerte i ungdomsalderen. For stress-eksponeringsforklaringen er ikke forskningen entydig

om hvorvidt jenter er mer utsatt for stressende livshendelser (f.eks. Davis et al., 1999; Jenness et al., 2019), mobbing generelt (Sweeting et al., 2006; Wendelborg, 2020) eller mer spesifikke typer, for eksempel relasjonell mobbing (Hager & Leadbeater, 2016; Lepore & Kliewer, 2019). Likeledes spriker resultatene knyttet til stress-reaktivitetsforklaringen. En metaanalyse (Christina et al., 2021) fant ingen kjønnsforskjell i sammenhengen mellom mobbing og depresjon når målt som del av internaliserende vansker. Samtidig finner andre at stressende livshendelser (Ge et al., 1994) og mobbing (Lepore & Kliewer, 2019) predikerer depresjon i sterkere grad hos jenter enn gutter, men da parallelt med at kjønnsforskjellen i depresjon oppstår. På bakgrunn av disse studiene er det derfor uklart om jenter reagerer på belastninger med mer depresjon enn gutter, eller om det er depresjonen som fører til mer belastninger, såkalt stressgenerering (Hankin et al., 2007).

## Tidlig trygg i Trondheim

### *Vår studie finner støtte for reaktivitetsforklaringen*

I vår studie foreslo og testet vi spesifikke kriterier som bør være oppfylt for å gi støtte til stress-eksponerings- og stress-reaktivitetsforklaringene. Vi fulgte 748 deltakere fra befolkningsstudien Tidlig trygg i Trondheim (Steinsbekk & Wichstrøm, 2018) fra 8- til 14-årsalderen. Studien kunne slik undersøke om kjønnsforskjeller i stress-eksponering og stress-reaktivitet kommer frem før kjønnsforskjellen i depresjon som oppstår i de tidlige ungdomsårene, og slik bidrar til å forklare forskjellen. Vi brukte statistiske metoder som er egnet til å belyse om jentene som ble utsatt for stress, er de samme som senere fikk en økning i depresjon – et premiss i både stress-eksponerings- og stress-reaktivitetsforklaringene. Det meste av tidligere forskning på området har undersøkt forklaringene med metoder som ikke kan si noe om årsaker til endring i depresjon hos personene som utsettes for stress.

### Studiens design og metode

- Populasjonsbasert utvalg fra forskningsprosjektet Tidlig trygg i Trondheim
- $N = 748$  ungdom og deres foreldre fulgt hvert andre år fra alder 8 til 14
- Symptomer på depresjon (alvorlig depressiv lidelse og dystymi) målt ved kliniske intervju
- Analysemetoder: frekvens, Pearsons korrelasjonskoeffisient ( $r$ ), latente endringsskårer, autoregressive latent trajectory model with structured residuals (ALT-SR)

### Studiens hovedfunn

- Ved 14-års-målingen var depresjonssymptomer vanligere hos jenter enn gutter.
- Jenter reagerte sterkere på stressende livshendelser og mobbing – i form av flere depresjonssymptomer. Studien finner altså støtte til en stress-reaktivitetsforklaring på kjønnsforskjellen i depresjon.

- Jenter og gutter ble utsatt for like stor grad av stressende livshendelser og mobbing. Altså kan ikke en kjønnsforskjell i eksponering for disse belastningene forklare kjønnsforskjellen i depresjon.

## Jenter reagerer sterkere

Vår studie finner støtte for reaktivitetsforklaringen. Det ser ut til at jenter reagerer sterkere enn gutter på stressende livshendelser og mobbing i form av mer depresjonssymptomer. Resultatene gav ikke støtte for stress-eksponeringsforklaringen: Jentene og guttene ble nemlig utsatt for en lik mengde av belastningene.

Studien har ikke undersøkt hvorfor det kan være slik at flere jenter reagerer med depresjon når de utsettes for stressende livshendelser og mobbing i overgangen til tenårene. Det kan for eksempel handle om hormonelle forskjeller mellom jenter og gutter, eller at jenter kan ha større tendens til grubling i møte med belastninger (Hyde et al., 2020). Med tanke på å forebygge kjønnsforskjellen i depresjon er det behov for forskning som ser nærmere på slike mekanismer.

*Merknad: Ida Sund Morken er ansatt som redaktør i Psykologtidsskriftet*

## Referanser

- Christina, S., Magson, N. R., Kakar, V. & Rapee, R. M. (2021). The bidirectional relationships between peer victimization and internalizing problems in school-aged children: An updated systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 85, 1–19. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101979>
- Davis, M. C., Matthews, K. A. & Twamley, E. W. (1999). Is life more difficult on Mars or Venus? A meta-analytic review of sex differences in major and minor life events. *Annals of Behavioral Medicine*, 21(1), 83–97. <https://doi.org/10.1007/BF02895038>
- GBD 2019 Mental Disorders Collaborators. (2022). Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet Psychiatry*, 9(2), 137–150. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00395-3](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00395-3)
- Ge, X., Lorenz, F. O., Conger, R. D., Elder, G. H. & Simons, R. L. (1994). Trajectories of stressful life events and depressive symptoms during adolescence. *Developmental Psychology*, 30(4), 467–483. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.30.4.467>
- Hager, A. D. & Leadbeater, B. J. (2016). The longitudinal effects of peer victimization on physical health from adolescence to young adulthood. *Journal of Adolescent Health*, 58(3), 330–336. <http://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.10.014>
- Hankin, B. L., Mermelstein, R. & Roesch, L. (2007). Sex differences in adolescent depression: Stress exposure and reactivity models. *Child Development*, 78(1), 279–295. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.00997.x>
- Hyde, J. S. & Mezulis, A. H. (2020). Gender differences in depression: biological, affective, cognitive, and sociocultural factors. *Harvard Review of Psychiatry*, 28(1), 4–13. <https://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000230>
- Jenness, J. L., Peverill, M., King, K. M., Hankin, B. L. & McLaughlin, K. A. (2019). Dynamic associations between stressful life events and adolescent internalizing psychopathology in

- a multiwave longitudinal study. *Journal of Abnormal Psychology*, 128(6), 596–609. <https://doi.org/10.1037/abn0000450>
- Lepore, S. J. & Kliever, W. (2019). Social intelligence attenuates association between peer victimization and depressive symptoms among adolescents. *Psychology of Violence*, 9(6), 644–652. <https://doi.org/10.1037/vio0000234>
- Morken, I. S., von Soest, T., Viddal, K. R. & Wichstrøm, L. (2023). Explaining the Female Preponderance in Adolescent Depression – A Four-Wave Cohort Study. *Journal of Research on Child and Adolescent Psychopathology*, 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10802-023-01031-6>
- Salk, R. H., Hyde, J. S. & Abramson, L. Y. (2017). Gender differences in depression in representative national samples: meta-analyses of diagnoses and symptoms. *Psychological Bulletin*, 143(8), 783–822. <https://doi.org/10.1037/bul0000102>
- Steinsbekk, S. & Wichstrøm, L. (2018). Cohort Profile: The Trondheim Early Secure Study (TESS) – a study of mental health, psychosocial development and health behaviour from preschool to adolescence. *International Journal of Epidemiology*, 47(5), 1401–1401i. <https://doi.org/10.1093/ije/dyy190>
- Sweeting, H., Young, R., West, P. & Der, G. (2006). Peer victimization and depression in early–mid adolescence: A longitudinal study. *British Journal of Educational Psychology*, 76(3), 577–594. <https://doi.org/10.1348/000709905X49890>
- Wendelborg, C. (2020). *Mobbing og arbeidsro i skolen: Analyse av Elevundersøkelsen skoleåret 2019/20*. NTNU Samfunnsforskning AS. <http://hdl.handle.net/11250/2639017>