

Ungdommer fanges ikke opp

Bare 17 prosent av ungdommene med betydelige emosjonelle plager har vært i kontakt med fagpersonell.

PUBLISERT 5. mars 2009

Dette er ett av funnene i Folkehelseinstituttets rapport «13-15-åringer fra vanlige familier i Norge - hverdagsliv og psykisk helse» som ble publisert 26.1.2009. Andelen hos voksne med tilsvarende plager er mer enn 40 prosent. Rapporten, som baserer seg på besvarelser fra om lag 900 13-15-åringer og foreldrene deres, viser at hele 13 prosent av ungdommene er så plaget av symptomer på angst og depresjon at de trenger behandling.

Forhold knyttet til familien, skolen og fritiden er nær forbundet med den psykiske helsen til ungdommene. Godt nabolag og støtte fra jevnaldrende er forbundet med få psykiske plager og mye psykisk velvære. Økt sosial støtte og økt tid sammen i familier med tenåringsbarn ser ut til å bidra til å forebygge psykiske plager hos ungdom.

- Det er en sterk sammenheng mellom den sosiale støtten ungdommene får fra foreldre, lærere og venner, og deres trivsel og fungering, sier forsker Maren J. Helland, som har skrevet rapporten sammen med avdelingsdirektør Kristin S. Mathiesen.

God sosial støtte til foreldre, som veiledning fra helsevesenet eller i foreldregupper, er forbundet med psykisk velvære og mindre psykiske plager hos så vel foreldrene selv som hos ungdommene.

Et annet funn i rapporten er at det er en sammenheng mellom hvor fornøyde ungdommer er med skoleprestasjonene sine, og hvor store psykiske plager de har. Hvor ofte de spiser frokost, synes også å virke inn; jo sjeldnere ungdommer spiser frokost, desto mindre fornøyde er de med egne skoleprestasjoner, og desto flere problemer har de på skolen. u

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 46, nummer 3, 2009, side