



Folkhälsomyndigheten

# Allmänt välbefinnande och självskattad psykisk hälsa bland 11-, 13- och 15-åringar i Sverige

## Sammanfattning

I undersökningen Skolbarns hälsovanor anger de flesta skolbarn ett *högt välbefinnande*, både bland flickor och pojkar, och andelen har varit stabil sedan 2001.

Andelen 13- och 15-åringar som uppgett att de har haft *minst två psykosomatiska besvär* i veckan de senaste sex månaderna har ökat, både för flickor och pojkar. Bland 15-åriga flickor är andelen den största sedan studien började i mitten på 1980-talet, 57 procent.

## Innehåll

Sammanfattning .....	1
Bakgrund.....	2
Metod .....	2
Resultat.....	3
Allmänt välbefinnande.....	3
Psykosomatiska besvär .....	5
Psykiska besvär .....	5
Somatiska besvär.....	13
Minst två psykosomatiska besvär.....	20
Diskussion.....	23
Referenser .....	24

## Bakgrund

Skolbarns hälsovanor är ett internationellt forskningsprojekt som Världshälsoorganisationen (WHO) samordnar. Studien genomförs vart fjärde år, och Sverige har deltagit sedan 1985. Det är en enkätundersökning bland 11-, 13- och 15-åringar, där en rad frågor ställs som rör olika dimensioner av hälsa, hälsobeteenden och miljöer som på olika sätt har betydelse för hur barn och ungdomar mår. Under 2013/14 genomfördes den åttonde datainsamlingen, där närmare 8 000 elever från cirka 400 skolor över hela landet deltog, med en svarsfrekvens på 79 procent. Vid den senaste datainsamlingen 2013/14 deltog ett 40-tal länder.

Syftet med Skolbarns hälsovanor är att öka kunskapen om levnadsvanor och förhållanden som anses viktiga för barns och ungdomars hälsa, följa utvecklingen över tid samt göra jämförelser med barn och ungdomar i andra deltagande länder.

Här presenteras resultaten avseende *allmänt välbefinnande och självskattad psykisk hälsa* för 1985/86-2013/14. En fullständig rapport från hela undersökningen kommer att publiceras i oktober 2014.

## Metod

Studien genomförs i årskurs 5, 7 och 9. Urvalet görs i två steg. Först görs ett slumpmässigt urval av skolor. Därefter väljs en klass per skola ut. Alla eleverna i den utvalda klassen får sedan delta i undersökningen. Medverkan av varje enskild elev är frivillig och enkäten besvaras anonymt av eleverna i klassrummet. Barnens föräldrar/vårdnadshavare informeras i förväg om undersökningen.

Enkäten innehåller frågor som rör alkohol-, tobaks- och matvanor, fysisk aktivitet, somatiska och psykiska besvär, kroppsuppfattning, relationer till kamrater och föräldrar, skolmiljön samt mobbning. Enkäten innehåller även bakgrundsfrågor om elevens kön, ålder, födelse-land, familjesituation samt föräldrarnas sysselsättning. Eleverna i årskurs 9 får även besvara frågor om sex och samlevnad och drogvanor.

I den svenska undersökningen 2013/14 ställdes också fördjupningsfrågor om bland annat sömnvanor, förekomsten av långvariga sjukdomar och funktionsnedsättningar samt fördjupade frågor om relationen mellan barnen och deras föräldrar.

Vi har använt oss av z-test för att säkerställa eventuella skillnader mellan kön och åldersgrupper samt mellan olika år, och konfidensgraden är 95 procent. Endast de skillnader och förändringar som är statistiskt säkerställda kommenteras i texten. När vi skriver att det finns skillnader, till exempel mellan könen, bygger det alltså på ett statistiskt signifikant test.

## Resultat

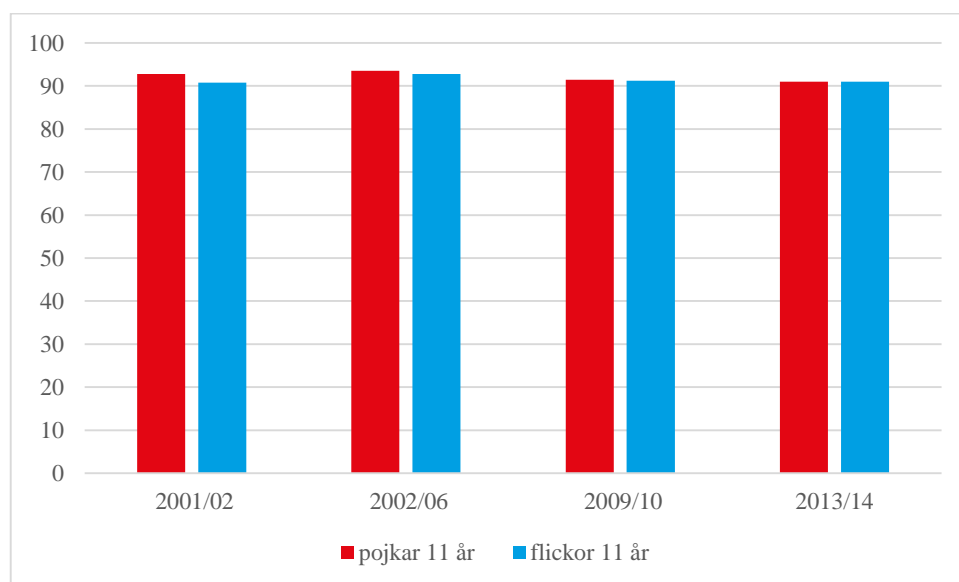
### Allmänt välbefinnande

Enligt WHO innebär begreppet hälsa inte bara frånvaro av sjukdom utan omfattar såväl psykiska som sociala aspekter; ”Hälsa är ett tillstånd av fullkomligt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande, inte endast frånvaro av sjukdom”. Det allmänna välbefinnandet, som gäller både frånvaron av sjukdom och förekomsten av välbefinnande (1) är därför en viktig dimension av hälsa.

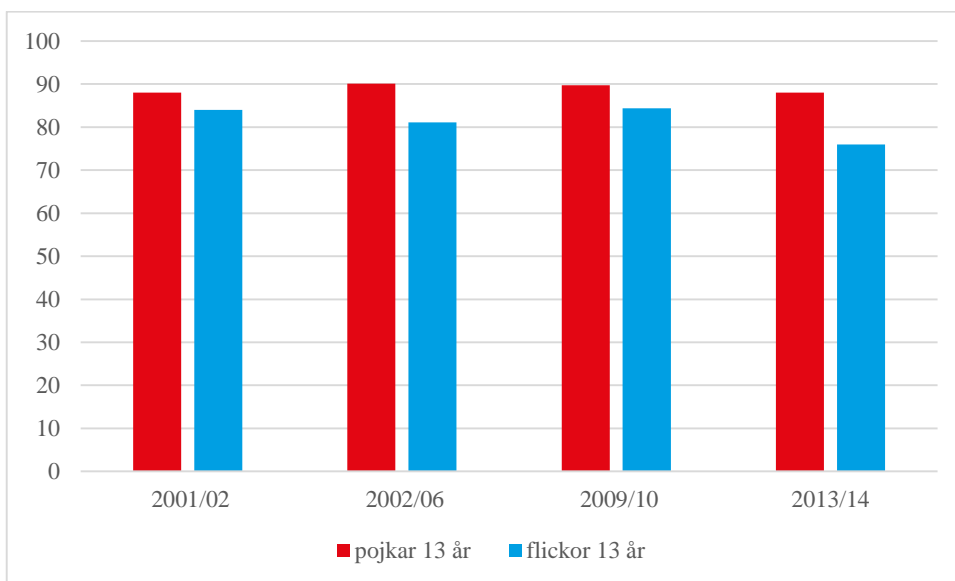
Sedan undersökningen 2001/02 har eleverna fått skatta sin tillvaro på en skala från 0 till 10. Skalan är framställd som en stega där toppen på stegen, ”10”, motsvarar det bästa liv man kan tänka sig och botten, ”0”, det sämsta man kan tänka sig (2). Ett värde på 6 eller mer på skalan definieras som att eleven har ett ”högt välbefinnande”. I figur 1-3 presenterar vi andelen elever med ett högt välbefinnande uppdelat på kön och ålder över tid.

De flesta elever i undersökningen anger ett högt välbefinnande. Bland 11-åringarna är det drygt 90 procent som rapporterar ett högt välbefinnande, både bland flickor och pojkar, och andelen har varit stabil vid de fyra senaste undersökningarna. Jämfört med den förra datainsamlingen (2009/10) minskade dock andelen med högt välbefinnande bland 13-åriga flickor, från 84 till 76 procent, medan andelen bland pojkarna kvarstod på knappt 90 procent, vilket innebär en ökad skillnad mellan 13-åriga pojkar och flickor. Skillnaden mellan könen kvarstod även bland 15-åringarna.

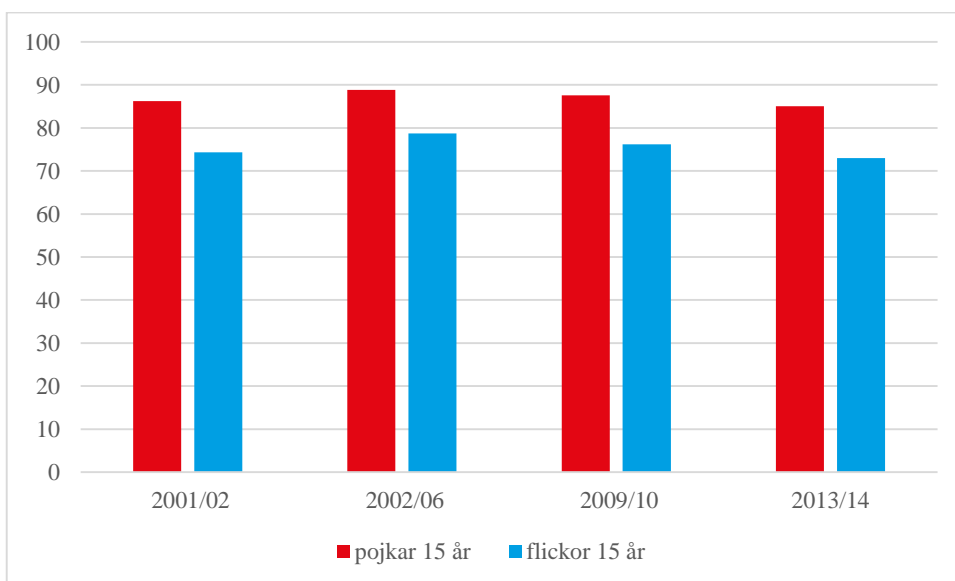
**Figur 1. Andelen (%) 11-åringar med ett högt välbefinnande, uppdelat på kön, 2001/02–2013/14.**



**Figur 2. Andelen (%) 13-åringar med ett högt välbefinnande, uppdelat på kön, 2001/02–2013/14.**



**Figur 3. Andelen (%) 15-åringar med ett högt välbefinnande, uppdelat på kön, 2001/02–2013/14.**



## Psykosomatiska besvär

Uttrycket ”psykisk ohälsa” används vanligen för att beteckna olika typer av tillstånd som nedstämdhet, oro och sömnsvårigheter. Inte sällan innefattas också olika former av värk som kan vara uttryck för psykologisk belastning, som huvudvärk, ont i magen och ont i ryggen. Besvären hänger många gånger ihop.

Under de senaste årtiondena har flera undersökningar och rapporter pekat på att besvären blir allt vanligare bland unga (3). Andelen flickor med sådana problem har i vissa fall dubblerats eller trefaldigats och medan pojkarna har följt flickornas uppåtgående trend, har betydligt färre angett att de känner nedstämdhet och oro (4-5).

I Skolbarns hälsovanor har man ställt en fråga om självupplevda besvär sedan undersökningen började 1985/86, med undantag för datainsamlingen 1989/90. Frågan var då ställd på ett annat sätt, så det saknas jämförbara uppgifter från det året.

Frågan lyder ”Hur ofta har du under de senaste 6 månaderna haft följande besvär?”, varpå *huvudvärk, ont i magen, ont i ryggen, känt mig yr, känt mig nere, varit irriterad eller på dåligt humör, känt mig nervös* samt *haft svårt att somna* räknas upp. Frågan speglar således två dimensioner av ohälsa, dels somatiska besvär, dels psykiska besvär. Svarsalternativen sträcker sig från *”I stort sett varje dag”* till *”Sällan eller aldrig”*. I det följande redovisar vi andelen elever som svarat att de har besvären antingen *”I stort sett varje dag”* eller *”mer än en gång i veckan”*.

### Psykiska besvär

Vi börjar med att redovisa andelen skolbarn som har *känt sig nere, varit irriterad eller på dåligt humör, känt sig nervös* eller *haft svårt att somna* den senaste sexmånadersperioden.

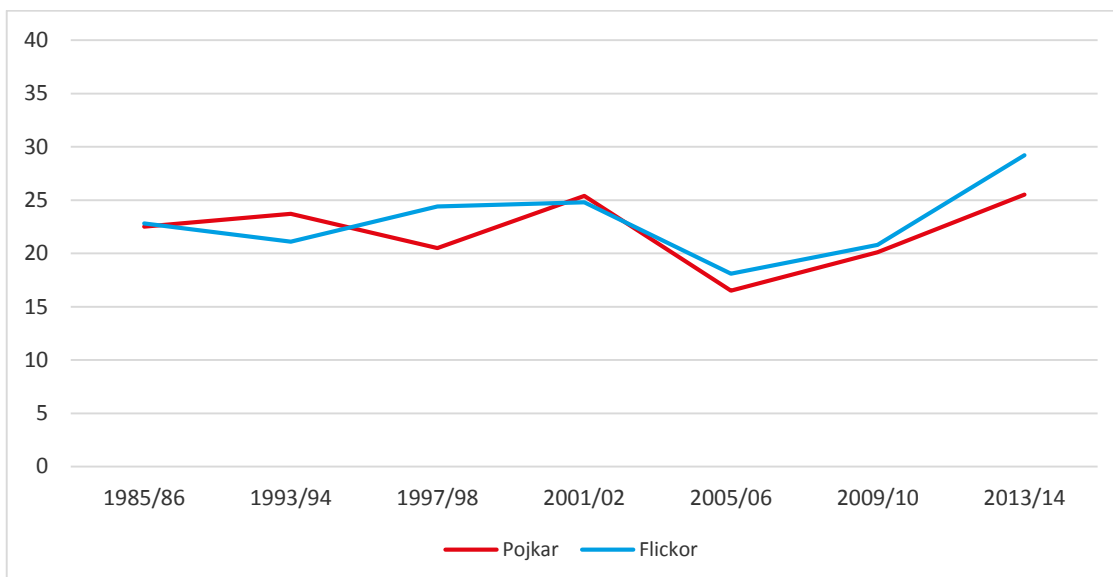
Bland 11-åringarna är sömnsvårigheter vanligast, följt av irritation, nedstämdhet och nervositet.

När det gäller andelen 11-åringar som uppgett att de har *svårt att somna* ser vi en ökning år 2013/14 jämfört med 2005/06 och 2009/10 och är nu på ungefär samma nivåer som år 2001/02 (figur 4). 29 procent av de 11-åriga flickorna och 26 procent av de 11-åriga pojkarna uppgav att de har svårt att somna mer än en gång i veckan.

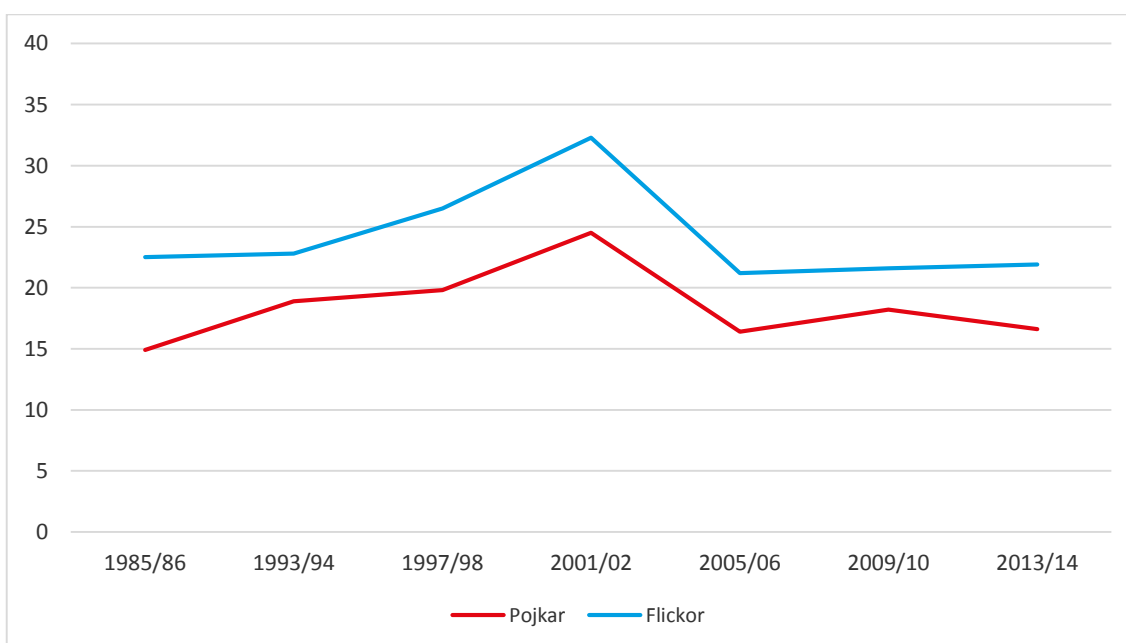
Andelen 11-åringar som uppgett att de *känt sig irriterade* ökade i början av 2000-talet bland såväl flickor som pojkar, men har därefter minskat (figur 5). Ingen förändring ägde rum vid den senaste datainsamlingen jämfört med 2009/10. Utvecklingen för andelen som *känt sig nere* (figur 6) har varit densamma som för andelen som *känt sig irriterade*.

Andelen 11-åringar som uppgett att de *känt sig nervösa* minst en gång i veckan har också varierat under perioden (figur 7). Det har dock skett en ökning bland flickorna 2013/14, då 15 procent uppgav att de känt sig nervösa mer än en gång i veckan.

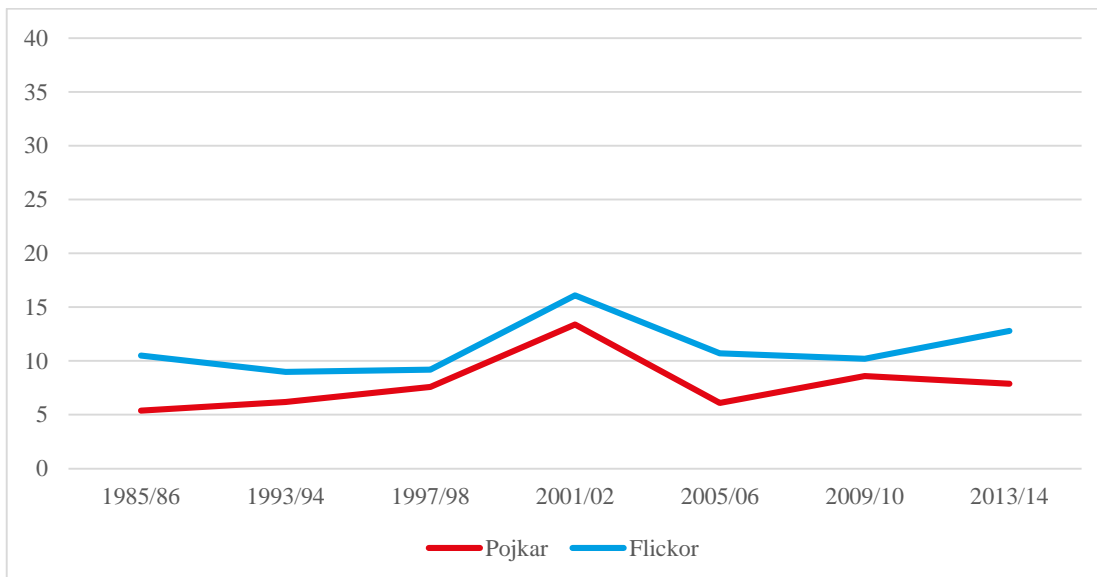
**Figur 4. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har svårt att somna mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



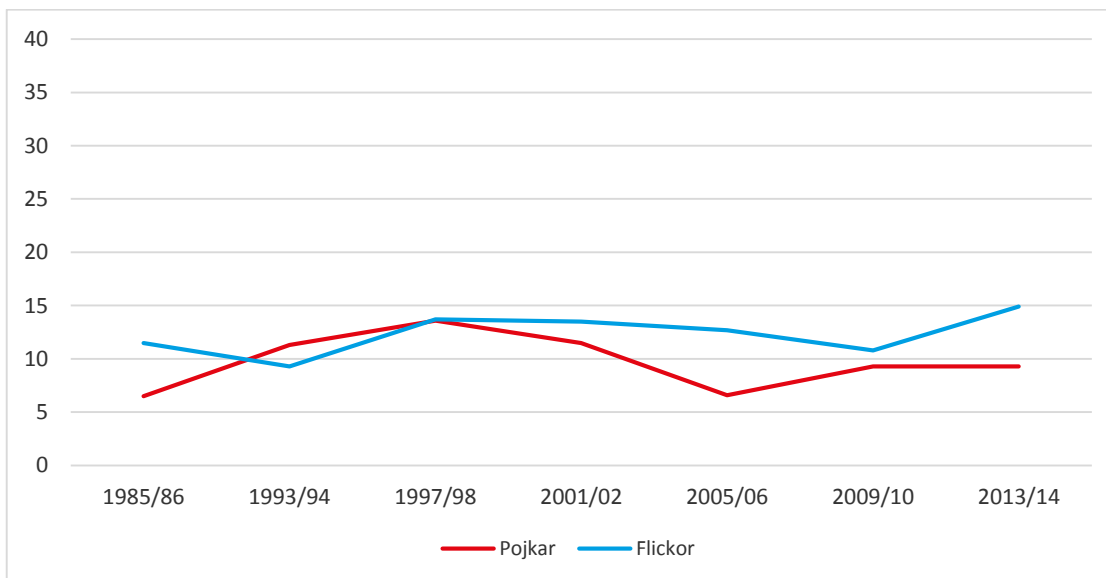
**Figur 5. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som uppgett att de känt sig irriterade mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 6. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som uppgett att de känt sig nere mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 7. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som uppgett att de känt sig nervösa mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



Även bland 13-åringarna är sömnsvårigheter vanligast, följt av irritation, nedstämdhet och nervositet. Vi ser en ökning av samtliga besvär bland 13-åriga flickor år 2013/14 jämfört med föregående datainsamling (2009/10). Bland de 13-åriga pojkarna ökade andelen med sömnsvårigheter 2013/14 jämfört med föregående mätning. Däremot ökade inte de övriga psykiska besvären bland pojkar.

Andelen 13-åringar som uppgett att de har haft *svårt att somna* har ökat kraftigt de senaste åren (figur 8). År 2013/14 hade 39 procent av flickorna svårt att somna, vilket kan jämföras med 25 procent 2009/10. Bland pojkarna har andelen ökat från 18 till 27 procent under samma period.

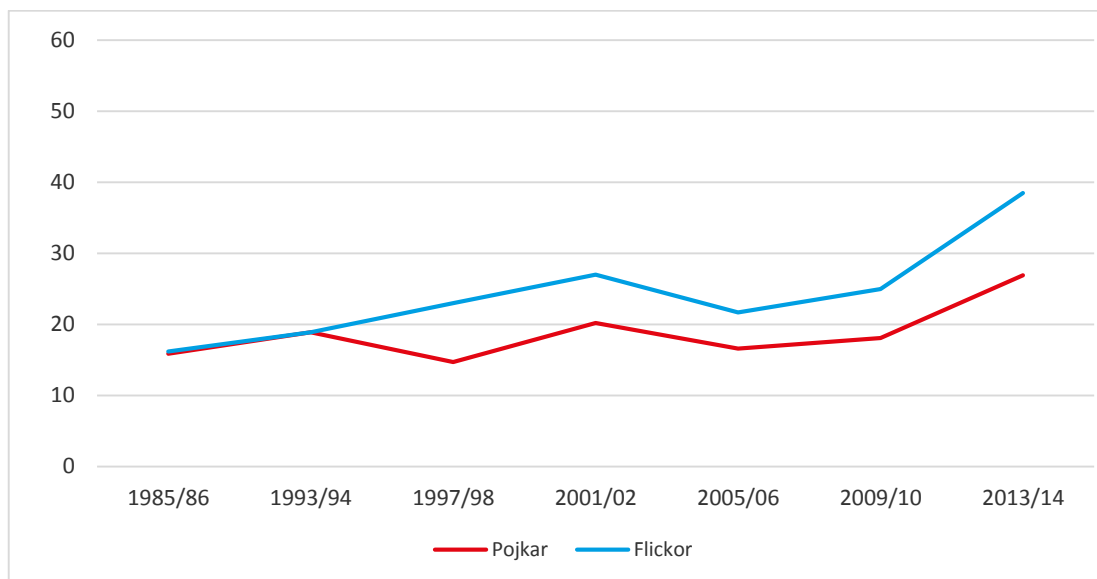
Andelen 13-åringar som *känt sig irriterade* ökade fram till 2001/02 och minskade därefter (figur 9). Den senaste mätningen visar dock en ökning bland flickor. Det var 36 procent av flickorna och 21 procent av pojkarna som 2013/14 uppgav att de känt sig irriterade mer än en gång i veckan.

Andelen 13-åringar som uppgett att de *känt sig nere* har varierat under perioden (figur 10), men ökade vid 2000-talets början. Därefter skedde en nedgång, men den senaste mätningen visar en uppgång bland 13-åriga flickor. 29 procent av de 13-åriga flickorna och 11 procent av de 13-åriga pojkarna uppgav 2013/14 att de känt sig nere mer än en gång i veckan.

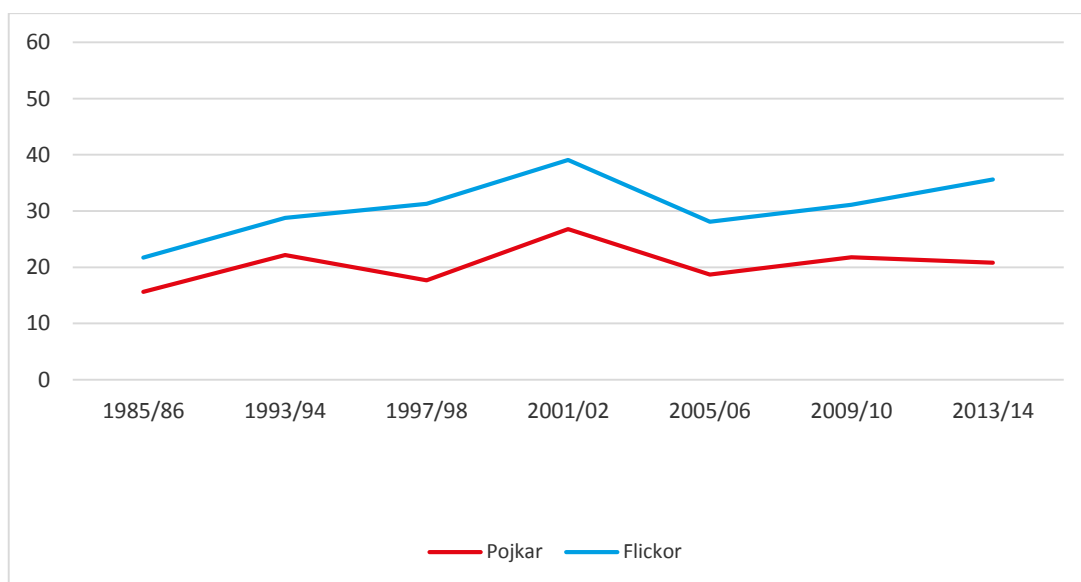
När det gäller andelen som uppgett att de *känt sig nervösa* mer än en gång i veckan är utvecklingen olika för flickor och pojkar (figur 11). Bland pojkarna har andelen varit ungefär densamma under perioden, medan andelen ökat kraftigt bland flickor vid den senaste mätningen. År 2013/14 uppgav 26 procent av de 13-åriga flickorna att de känt sig nervösa mer än en gång i veckan.



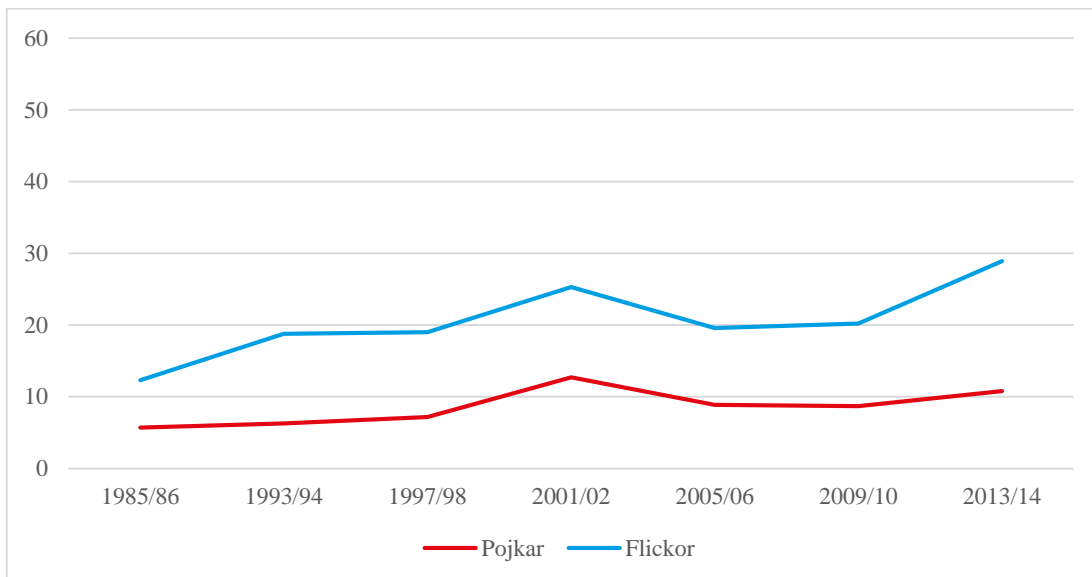
**Figur 8. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har svårt att somna mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



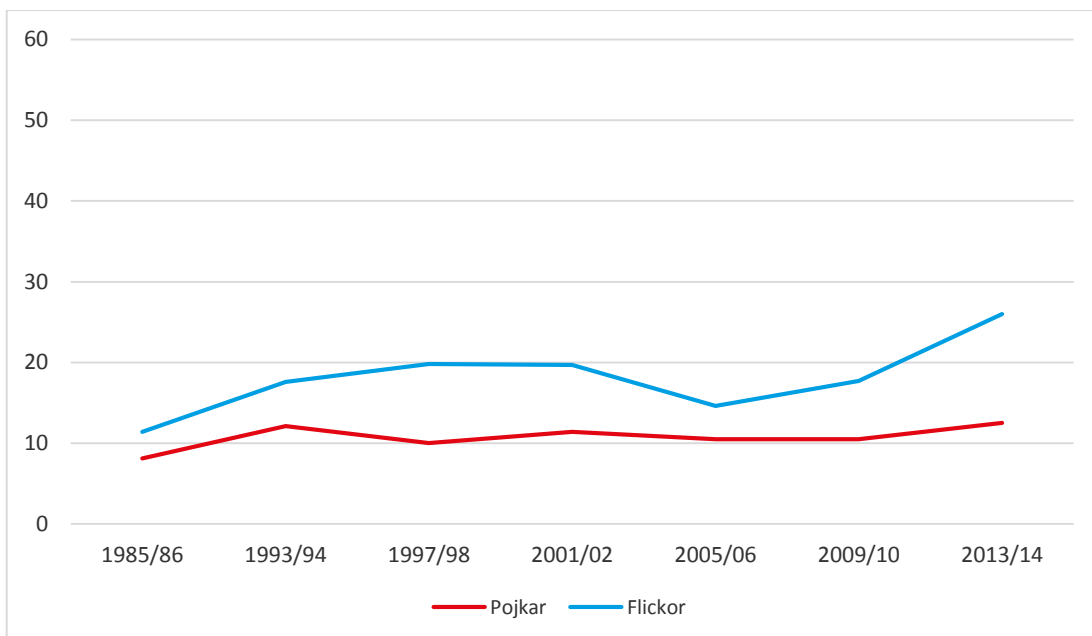
**Figur 9. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har känt sig irriterade mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 10. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har känt sig nere mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 11. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har känt sig nervösa mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



Förekomsten av de psykiska besvären skiljer sig något bland 15-åringar jämfört med 11- och 13-åringarna. Bland 15-åringarna är irritation vanligast, följt av sömnsvårigheter, nedstämdhet och nervositet.

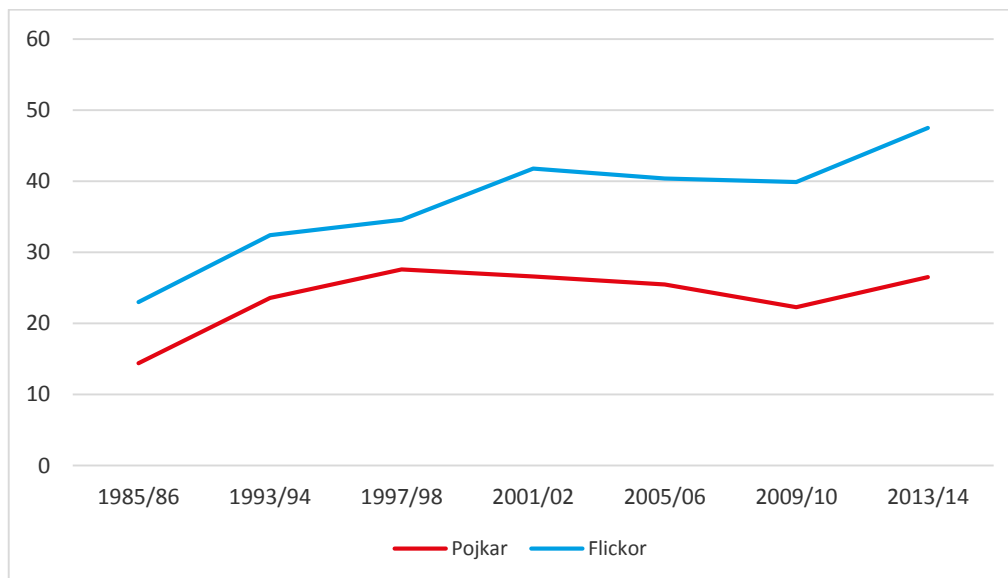
Utvecklingen av andelen 15-åringar som uppgett att de *känt sig irriterade* mer än en gång i veckan ser olika ut för flickor och pojkar (figur 12). Bland flickorna ser vi en ökning över perioden 1985/86-2013/14, medan andelen varit ungefär densamma bland pojkar. Vid den senaste mätningen uppgav 48 procent av flickorna och 27 procent av pojkarna att de känt sig irriterade mer än en gång i veckan.

Andelen 15-åringa som uppgett att de har haft *svårt att somna* mer än en gång i veckan har ökat över tid och särskilt vid den senaste mätningen (figur 13). Då uppgav 39 procent av flickorna och 28 procent av pojkarna att de haft sömnsvårigheter mer än en gång i veckan.

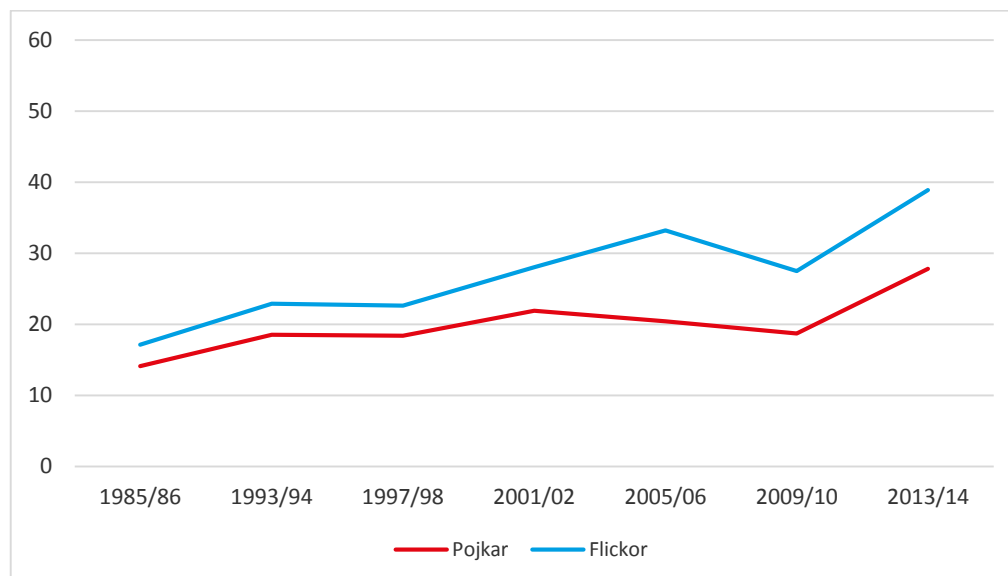
När det gäller andelen 15-åringar som uppgett att de *känt sig nere* mer än en gång i veckan ökade andelen fram till 2005/06 och minskade därefter (2009/10) (figur 14). Vid den senaste mätningen ökade dock andelen på nytt och uppgick till 36 procent bland de 15-åriga flickorna och 14 procent bland de 15-åriga pojkarna.

Andelen 15-åringar som *känt sig nervösa* mer än en gång i veckan var stabil fram till 2009/10, men ökade vid den senaste mätningen, framför allt bland flickor (figur 15). 31 procent av de 15-åriga flickorna och 16 procent av de 15-åriga pojkarna uppgav då att de känt sig nervösa mer än en gång i veckan.

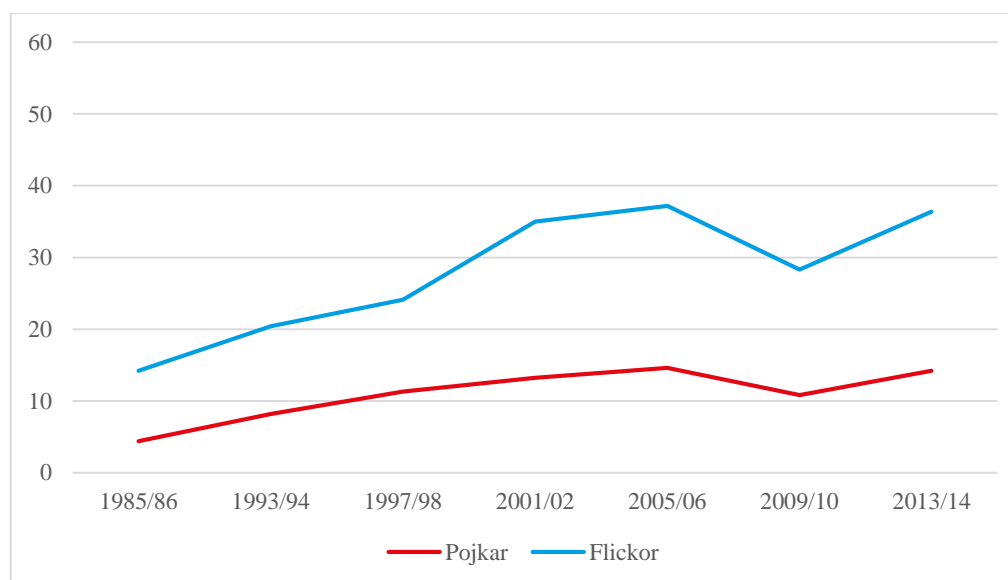
**Figur 12. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som uppgett att de känt sig irriterade mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



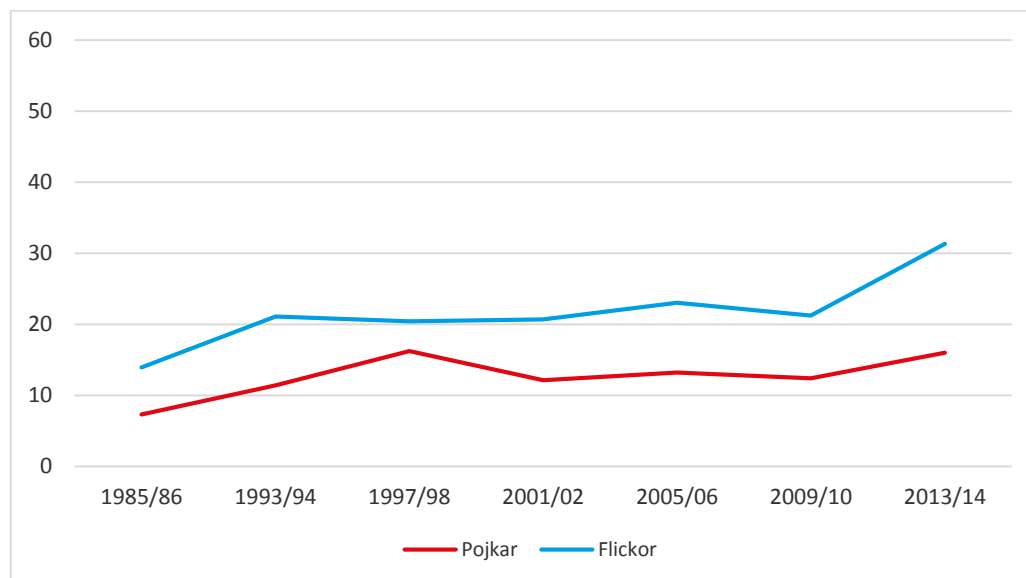
**Figur 13. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har svårt att somna mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 14. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som uppgett att de känt sig nere mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 15. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som uppgett att de känt sig nervösa mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**

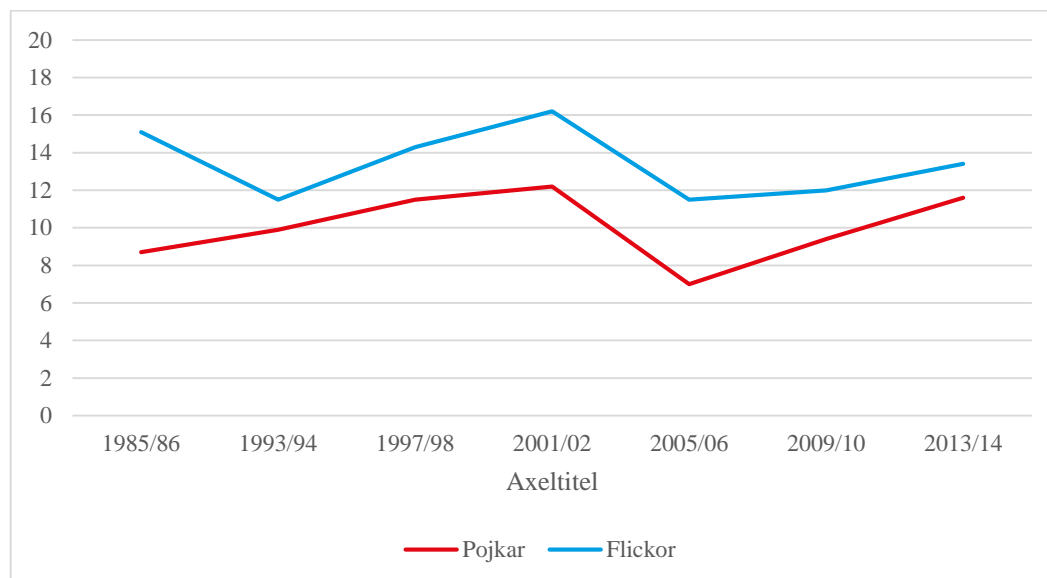


### Somatiska besvär

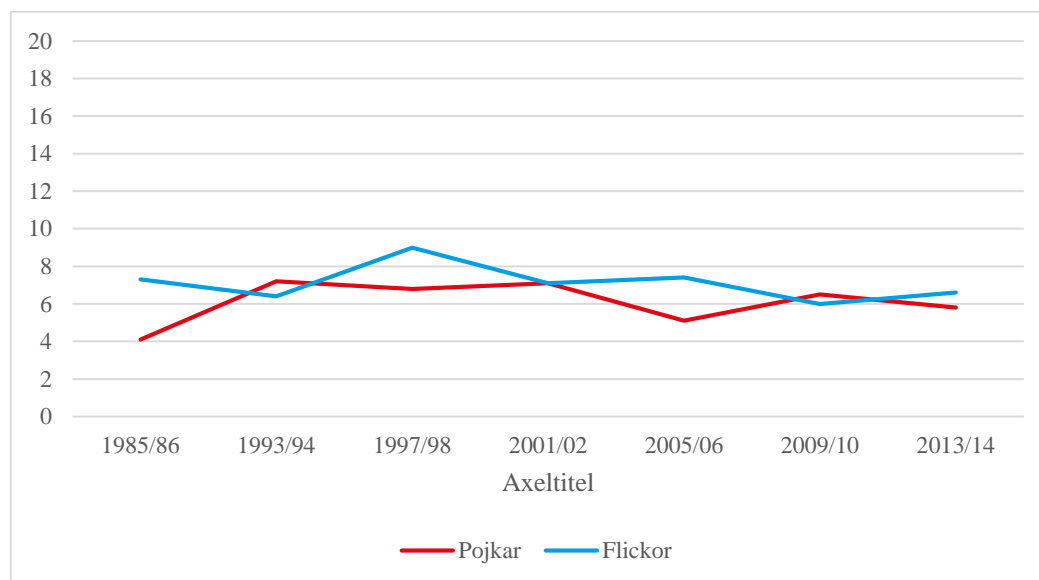
Som tidigare nämnts kan begreppet ”psykisk ohälsa” även innefattas av olika former av värk som kan vara uttryck för psykologisk påfrestning. I Skolbarns hälsovanor får eleverna ange hur ofta de har några av de somatiska besvären *huvudvärk, ont i magen, ont i ryggen* eller  *yrsel*. Nedan presenterar vi andelen flickor och pojkar för respektive åldersgrupp som har haft de angivna somatiska besvären mer än en gång i veckan de senaste sex månaderna, för åren 1985/86–2013/14.

De somatiska besvären följer i stort sett samma mönster som de psykiska besvären. För 11-åringarna är det inga skillnader mellan flickor och pojkar beträffande huvudvärk, ont i ryggen eller yrsel under undersökningsperioden (figur 16-19). Undantaget är ont i magen, som varierat genom åren, men där flickorna uppger en högre andel, jämfört med pojkarna i den senaste mätningen (2013/14).

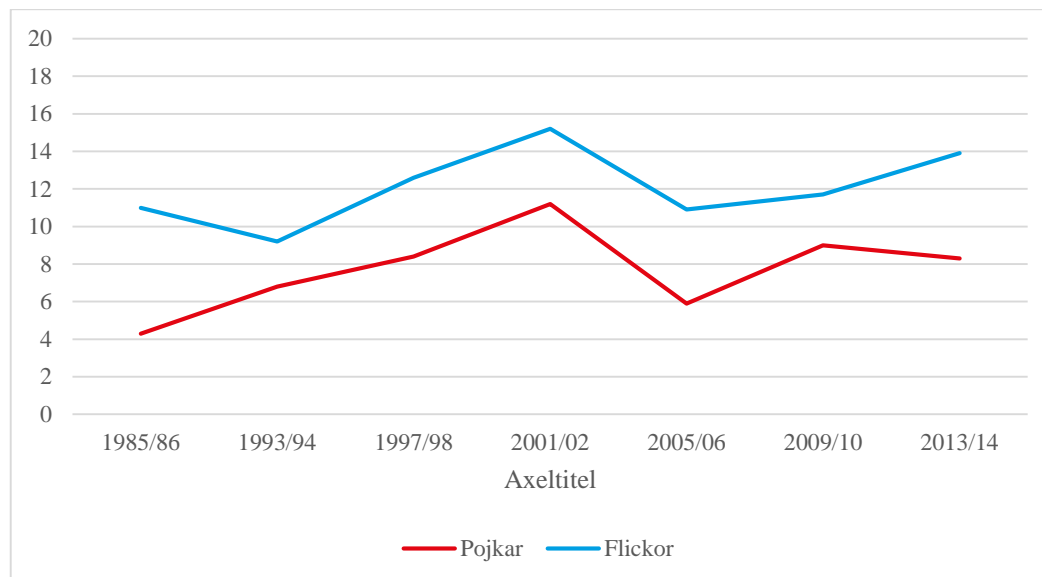
**Figur 16. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har huvudvärk mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



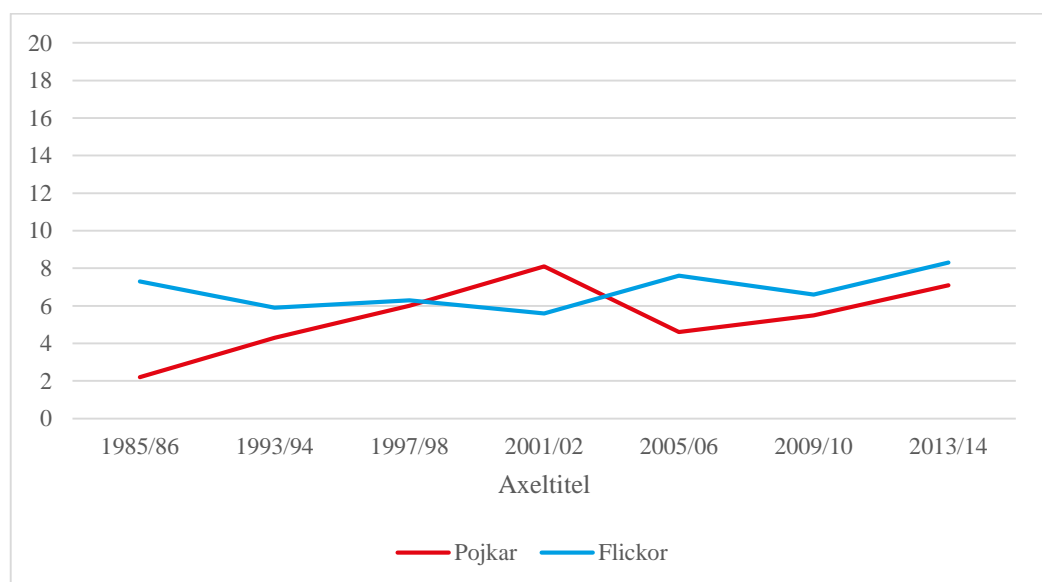
**Figur 17. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har haft yrsel mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 18. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har ont i magen mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**

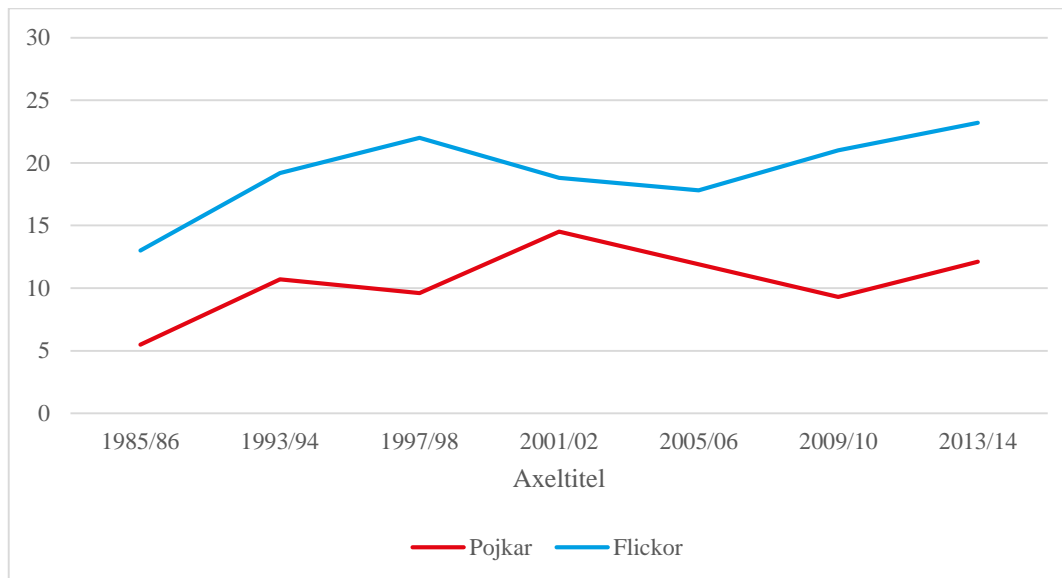


**Figur 19. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har ont i ryggen mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**

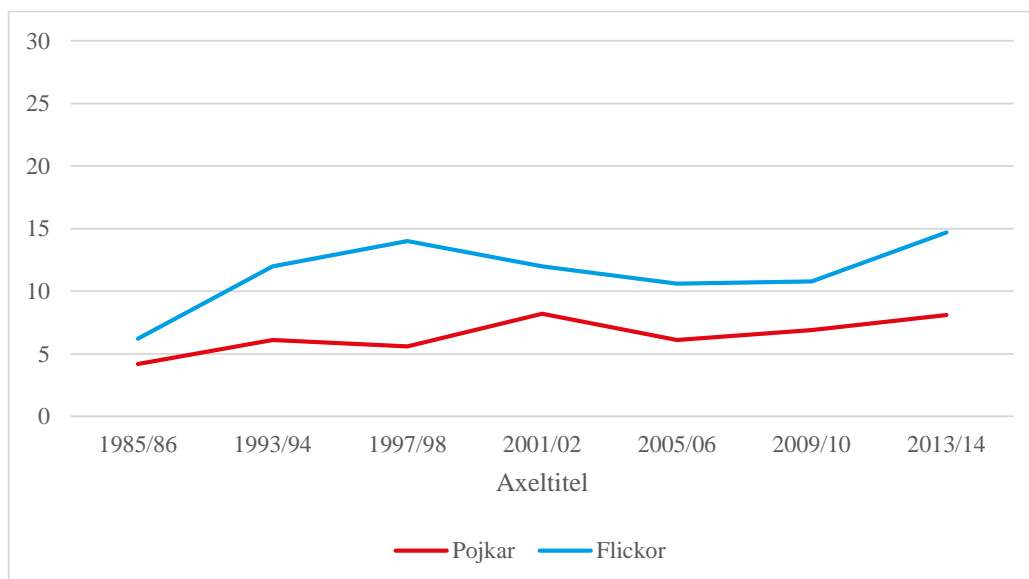


Andelen 13-åringar som rapporterar somatiska besvär har varierat genom åren, men alla besvär har blivit vanligare bland flickor jämfört med 1985/86 (figur 20-23). Sådana besvär är också genomgående vanligare bland flickorna. Andelen pojkar med somatiska besvär har dock inte ökat, med undantag för ont i ryggen som ökade från 4 till 12 procent under perioden 1985/86–2013/14.

**Figur 20. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har huvudvärk mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**

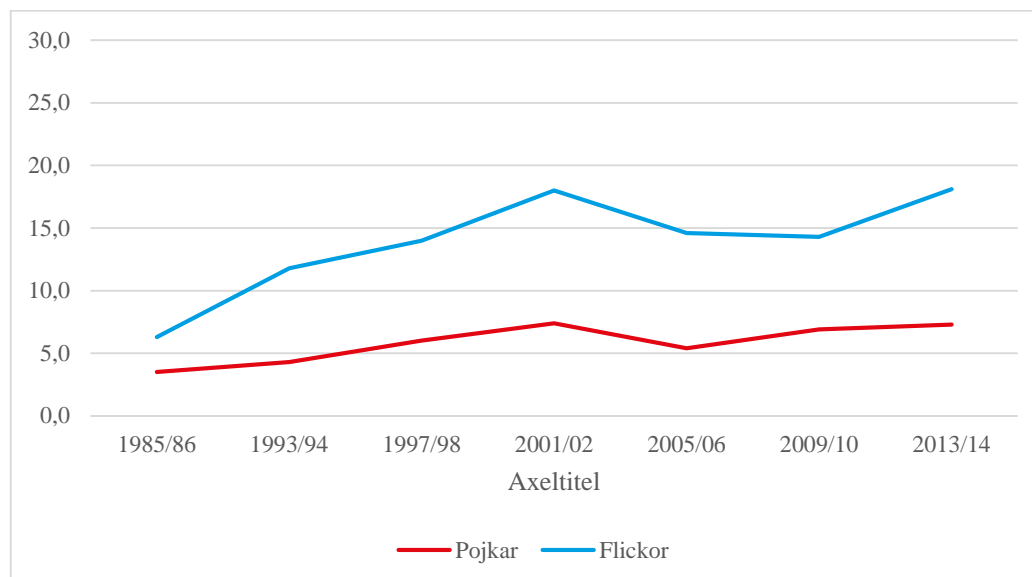


**Figur 21. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har haft yrsel mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**

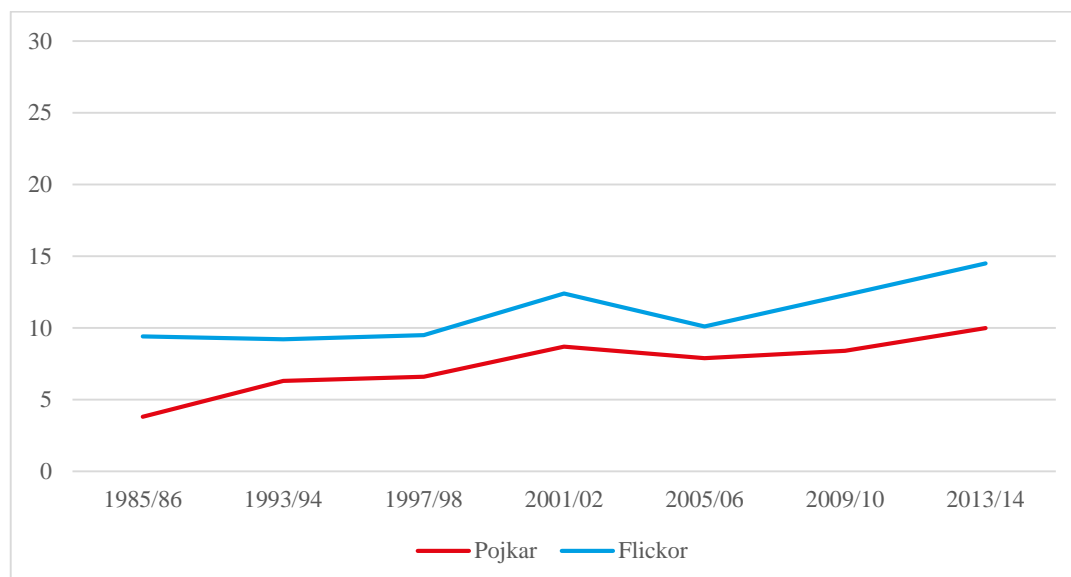




**Figur 22. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har ont i magen mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



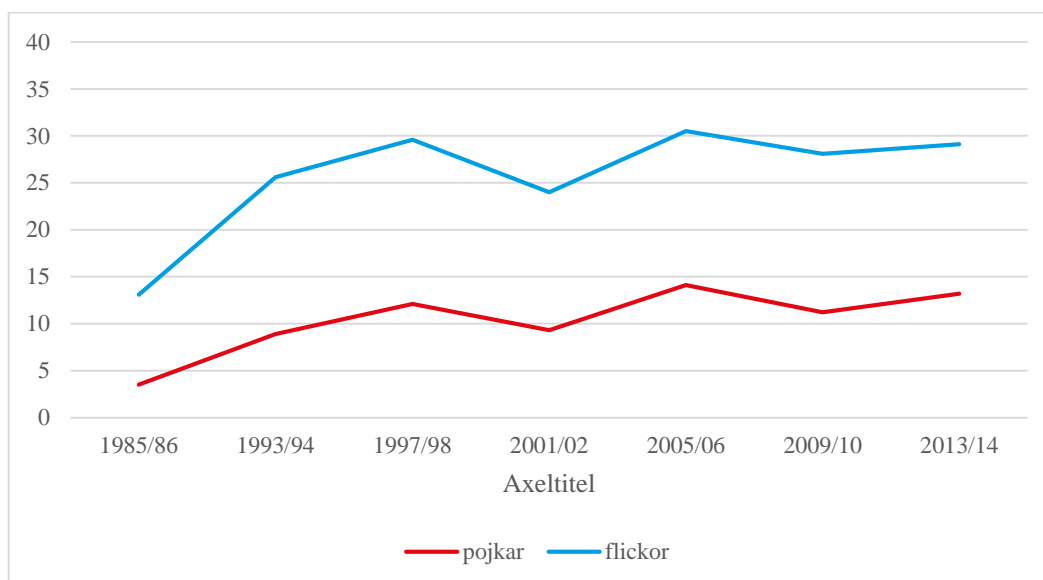
**Figur 23. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har ont i ryggen huvudvärk mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



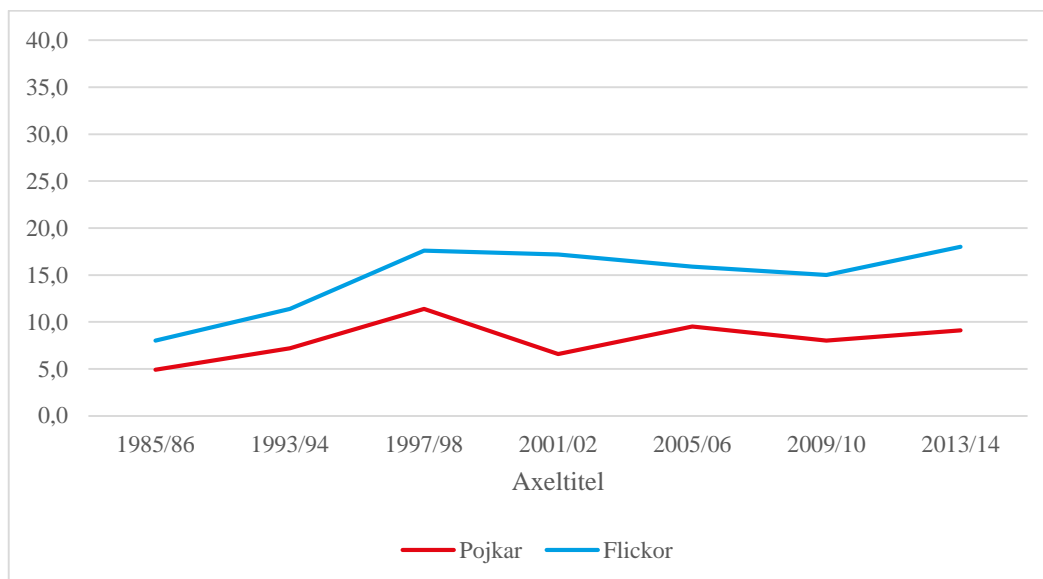
När det gäller andelen 15-åriga elever som rapporterar huvudvärk, ont i magen och ont i ryggen skedde en markant ökning under 1980- och 1990-talen, för att sedan sjunka en aning eller plana ut på 2000- talet (figur 24-27). Det gäller både för flickor och för pojkar. Besvären var dock betydligt vanligare i den senaste undersökningen, 2013/14, jämfört med mitten av 1980-talet.

Liksom för de psykiska besvären är det främst flickor som har somatiska besvär, men även för pojkarna har andelen ökat. Exempelvis angav 13 procent av flickorna 1985/86 att de hade huvudvärk mer än en gång i veckan jämfört med 29 procent 2013/14. För pojkarna var motsvarande siffror 4 procent i mitten av 1980-talet jämfört med 13 procent vid den senaste mätningen. De 15-åriga flickor som rapporterar att de har haft yrsel mer än en gång i veckan ökade från 8 till 18 procent. Dock ökade inte andelen pojkar som haft yrsel under samma period.

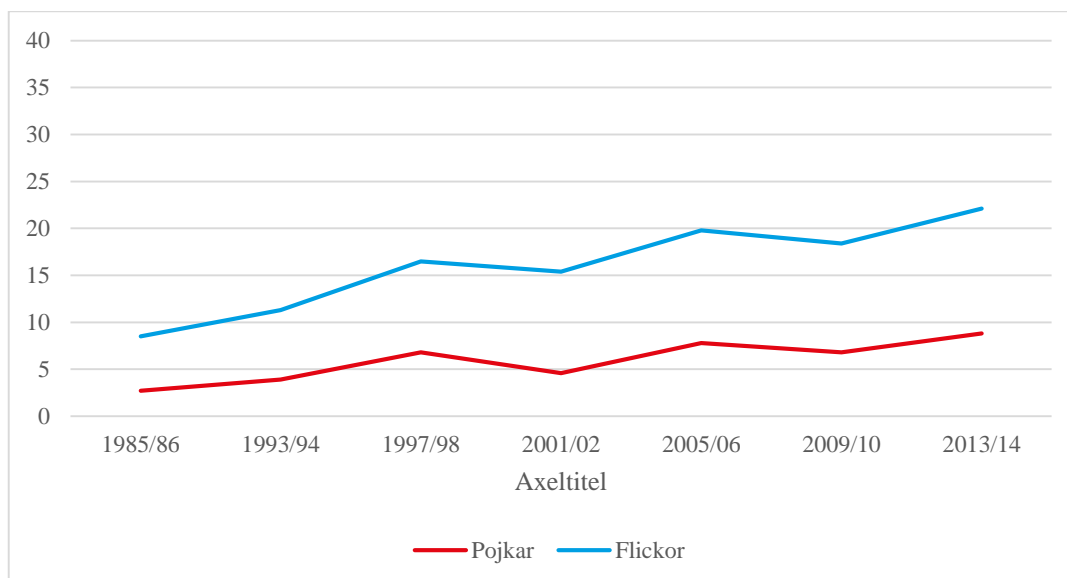
**Figur 24. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har haft huvudvärk mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



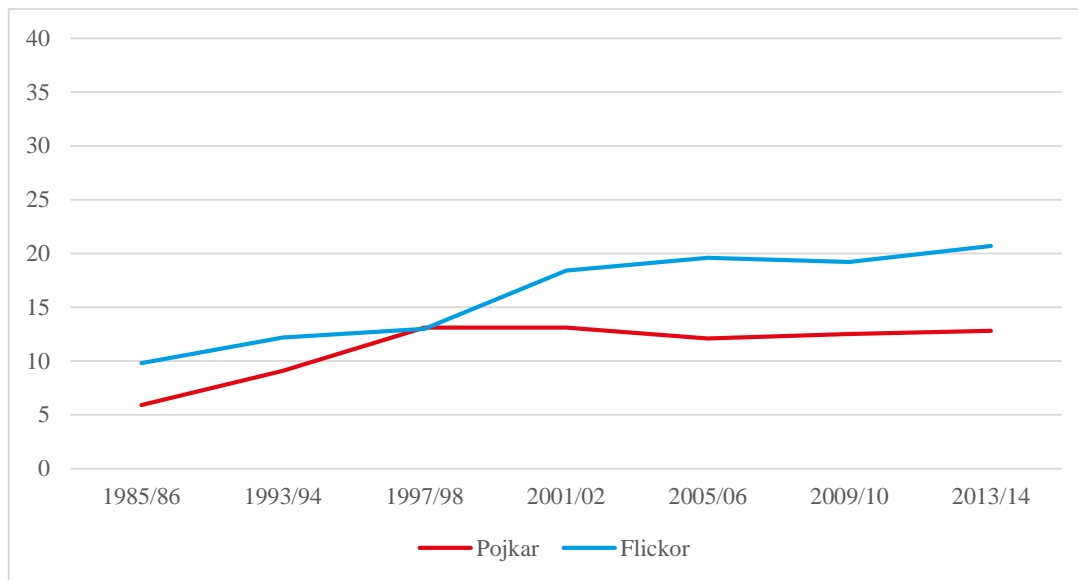
**Figur 25. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har haft yrsel mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 26. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har ont i magen mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 27. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som uppgett att de har ont i ryggen mer än en gång i veckan under de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



### Minst två psykosomatiska besvär

De psykosomatiska besvären hänger många gånger samman och det är inte ovanligt att samma individ uppvisar fler än ett besvär åt gången, besvären uppträder i så kallade kluster. Nedan redovisas andelen som svarat att de har minst två besvär i veckan under de senaste sex månaderna (figur 28-30).

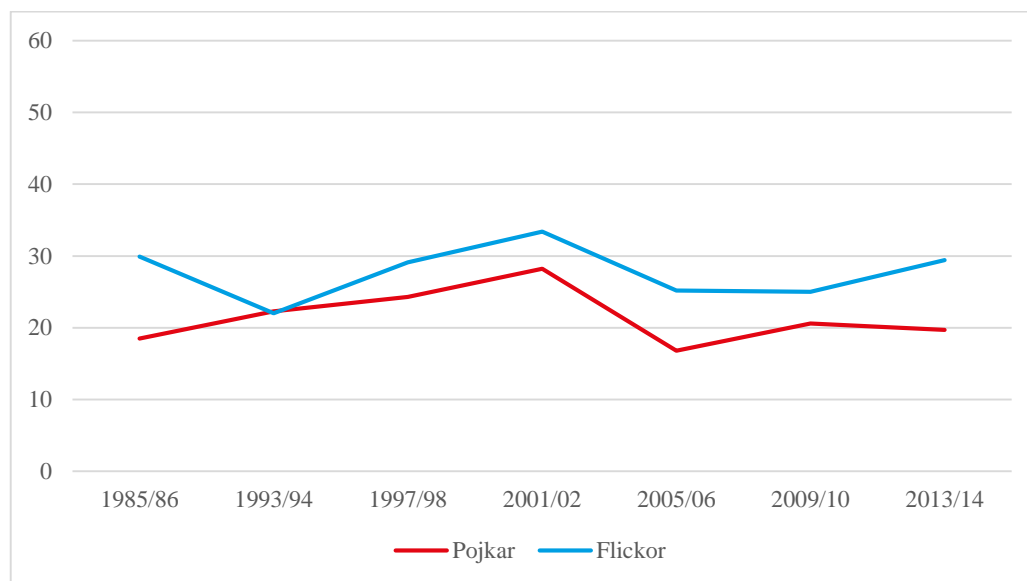
För 11-åringarna är det ingen skillnad över tiden och inte heller mellan flickor och pojkar när det gäller förekomsten av minst två besvär per vecka.

Bland de 13-åriga flickorna ökade andelen under perioden 1985/86–2001/02, och sjönk sedan 2001/02–2005/06 från 46 till 33 procent. Mellan 2005/06 och 2013/14 har andelen ökat igen och är nu tillbaka på samma nivå som 2001, d.v.s. 46 procent. De 13-åriga pojkarna följer samma mönster som flickorna, med en ökning av andelen med minst två besvär per vecka under perioden 1985/86–2001/02. Mellan 2009/10 och 2013/14 har andelen dock ökat igen från 21 till 27 procent.

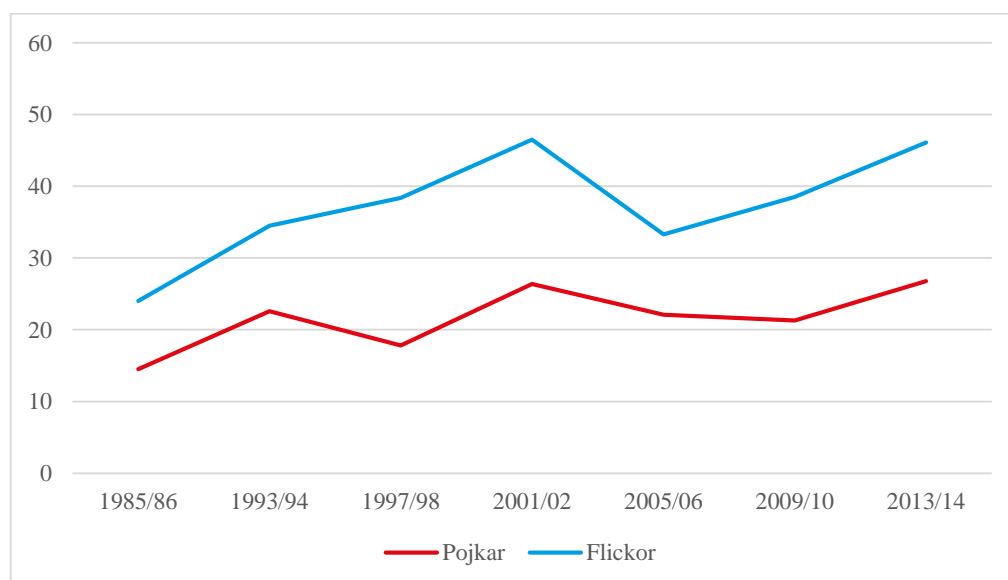
Bland de 15-åriga flickorna skedde en markant ökning av andelen med minst två besvär per vecka under perioden 1985/86–2001/02, från cirka 30 till 49 procent. Ökningen planade sedan ut från 2005/06 och 2009/10, omkring 50 procent. Från 2009/10 till 2013/14 har andelen 15-åriga flickor med minst två besvär per vecka ökat igen till 57 procent. Bland pojkarna kom en

motsvarande ökning 1985/86–1997/98, från 15 till 29 procent, som sedan ebbade ut kring 30 procent. Det finns en genomgående skillnad mellan flickor och pojkar, till flickornas nackdel.

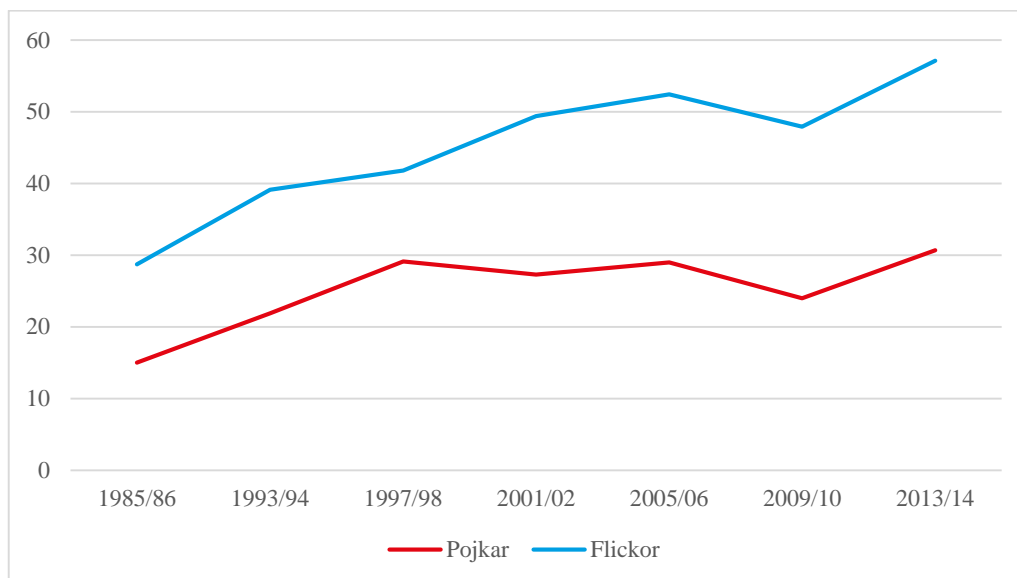
**Figur 28. Andelen (%) 11-åriga flickor och pojkar som haft minst två psykiska eller somatiska besvär, eller en kombination av dessa, i veckan de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 29. Andelen (%) 13-åriga flickor och pojkar som haft minst två psykiska eller somatiska besvär, eller en kombination av dessa, i veckan de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



**Figur 30. Andelen (%) 15-åriga flickor och pojkar som haft minst två psykiska eller somatiska besvär, eller en kombination av dessa, i veckan de senaste sex månaderna, 1985/86–2013/14. Observera att uppgifter för 89/90 saknas.**



## Diskussion

De flesta skolbarn i Sverige anger ett *högt välbefinnande*, både bland flickor och pojkar, och andelen har varit stabil sedan 2001. Förekomsten av psykiska och somatiska besvär har dock ökat bland tonåringarna, vilket tyder på att deras psykiska hälsa har försämrats. Psykiska och somatiska besvär är visserligen vanliga och ingår i ett normalt liv, inte minst under tonåren. Det är snarast något anmärkningsvärt om man aldrig känner sig nere eller aldrig har någon form av värk. På så sätt finns ingen naturlig avgränsning mellan vad som är normalt och inte. Däremot att ha flera besvär samtidigt under en längre period kan leda till en påfrestning för individen. Personer som lider av t.ex. oro, nedstämdhet och sömnsvårigheter har en avsevärt större risk för att senare drabbas av psykiska problem (6).

Efter flera års minskning av besvär bland 13-åringar och stabilisering bland 15-åringar är det oroande att se att det nu har skett en ökning. Bland 15-åriga flickor är andelen med minst två psykiska och/eller somatiska besvär den största sedan studien började. Bland 13-åringarna är andelen med minst två besvär lika stor som i början av 2000-talet.

Miljön i hemmet och miljön i skolan är avgörande för hur barn och unga mår. Det är därför viktigt att se om, och i så fall hur, dessa miljöer har förändrats för att finna orsakerna till den ökade psykiska ohälsan bland barn och unga. Resultaten från Skolbarns hälsovanor visar till exempel att en övervägande majoritet av eleverna uppger att de har lätt för att tala med sina föräldrar om saker som bekymrar dem vilket tyder på att de flesta har en trygg hemmiljö. När det gäller miljön i skolan är utvecklingen däremot blandad. Å ena sidan visar den här undersökningen att de allra flesta eleverna tycker om skolan och att en övervägande majoritet av eleverna i alla tre åldrar uppger att de trivs med sin klass och sina lärare. Å andra sidan är det allt fler som uppger att de är stressade över skolarbetet.

Utöver skolstress, har faktorer som den ökade individualiseringen och minskad framtidstro tidigare lyfts fram som tänkbara bidragande orsaker till den ökade psykiska ohälsan bland unga (7-8). Exempelvis har unga fått allt svårare att etablera sig på arbetsmarknaden. Det gäller inte minst de unga som saknar fullständiga betyg från grundskolan, en grupp som har ökat under 2000-talet. För att få ökade kunskaper om hur dessa faktorer påverkat utvecklingen krävs fördjupade analyser.

## Referenser

1. Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Special Issue on happiness, excellence, and optimal human functioning. *American Psychologist*, 55(1).
2. Cantril, H. (1965). *The pattern of human concern*. New Brunswick: Rutgers University Pres.
3. SOU 2010:80. *Skolan och ungdomars psykosociala hälsa. Delegationen för jämställdhet i skolan*. Stockholm: Fritzes.
4. Hagquist, C. (2010). Discrepant trends in mental health complaints among younger and older adolescents in Sweden: an analysis of WHO data 1985–2005 *Journal of Adolescent Health*, 46, 258–264.
5. Kungliga Vetenskapsakademien. (2010). *Barns och ungdomars psykiska hälsa i Sverige – En systematisk litteraturöversikt med tonvikt på förändringar över tid*. Stockholm: Hälsoutskottet.
6. Garber J (2006). Depression in children and adolescents: linking risk research and prevention. *Am J Prev Med*, 31 (6 Suppl 1), 104-125.
7. Socialstyrelsen. *Folkhälsorapport 2009*. Stockholm: 2009.
8. Socialstyrelsen. *Psykisk ohälsa bland unga – Underlagsrapport till Barn och ungas hälsa, vård och omsorg 2013*. Stockholm: 2013.